

第3次

西条市健康づくり計画

令和7年度～令和16年度

ビジョン

みんなで健幸をめぐらせ、
誰もが自分らしく暮らせるまち



全体目標

健康寿命の延伸、Well-Beingの向上

この計画は、健康づくり・食育・自殺対策を市民・事業者・行政が一体となって取組を推進していくための指針とすることを目的に策定した計画です。

この計画をみんなで推進することで、市民の健康寿命の延伸を図るとともに、住民福祉の増進（ウェルビーイングの向上）を図ることを目指します。



あしたの健幸を支える
～今からできることを ちょっとだけ～

第3次西条市健康づくり計画【概要版】
令和7年（2025年）3月

編集・発行：西条市 こども健康部 健康医療推進課
〒793-0041 愛媛県西条市神拝甲324番地2
電話：0897-52-1215 FAX：0897-52-1293

計画の概要

第3次西条市健康づくり計画は、従来から取り組んでいる「ひと」の健康づくりの視点に加え、個人の健康は豊かな自然や快適な都市空間や生活環境、労働環境、そして社会とのつながりといった社会的決定要因による影響が大きいことから、環境、経済、社会といった「まち」の健康づくりの視点からも健康づくりを推進します。

ビジョン

みんなで健幸をめぐらせ、誰もが自分らしく暮らせるまち

全体目標

健康寿命の延伸

- 健康寿命の延伸を図ることは、健康づくりを推進する上で最も重要な課題であることに加え、上位計画である「第3期西条市総合計画」において健康寿命の延伸をまちづくり指標に設定していることから、「健康寿命の延伸」を全体目標とします。

| 指標 | 基準値 (R5年度) | 目標値 (R11年度) |
|---------------|--------------------------------|--------------------------------|
| 市民の健康寿命を延伸します | (健康寿命：平均自立期間) 男80.3歳、女84.7歳 | (健康寿命：平均自立期間) 男81.8歳、女85.4歳 |

※第3期西条市総合計画との整合性を図るため、目標年度を令和11年度とします。

Well Beingの向上

- Well-being は、個人が幸福で満足している状態や、心地よく感じている状態を指します。
- このため、本計画では、身体的にも精神的にも健康に暮らしている市民を「Well-beingな市民（健幸的な市民）」と定義し、全体目標とします。

| 指標 | 基準値 (R5年度) | 目標値 (R16年度) |
|--------------------------|------------|-------------|
| 身体的にも精神的にも健康に暮らしている市民の割合 | 54.7% | 60.0% |

基本的な視点

「ひと」の健康づくり

「まち」の健康づくり

施策の柱
(基本目標)

取組領域

| | | | | | |
|---|--|---|--|---|---|
| <p>① 健やかな生活習慣の定着と改善</p> <ul style="list-style-type: none"> 身体活動・運動 栄養・食生活 休養・睡眠 歯・口腔の健康 嗜好品（飲酒・喫煙） | <p>② 生活習慣病の発症予防と重症化予防の推進</p> <ul style="list-style-type: none"> 発症予防（がん検診・特定健診・歯科健診） 発症予防（メタボ・フレイル） 重症化予防（循環器・糖尿病） 重症化予防（がん） | <p>③ 健康を支える保健・医療体制の充実</p> <ul style="list-style-type: none"> 感染症対策の推進 地域医療体制の充実 | <p>④ 環境を活かした健康づくり</p> <ul style="list-style-type: none"> 都市環境や自然環境を活かした歩きたくなる、出かけたくなるまちづくり 地域の食や農の環境を活かした健康づくり（食農連携） | <p>⑤ ソーシャル・キャピタルを活かしたこころの健康づくり</p> <ul style="list-style-type: none"> 地域コミュニティにおけるつながり・居場所づくり メンタルヘルスケア、心のサポーター、自殺対策の推進 | <p>⑥ くらしやしごとを通じた健康づくり</p> <ul style="list-style-type: none"> 健康経営の推進 健康づくり活動に主体的に取り組む企業・団体活動の推進 |
|---|--|---|--|---|---|

推進体制

- 健康づくりの推進体制の構築
- ライフコースアプローチを踏まえた健康づくりの推進
- エビデンスに基づくアクションプランの策定
- 行動経済学やマーケティング手法を取り入れたアプローチの推進