

立山町（第3次）ヘルスプラン（計画期間：令和6（2024）年度～令和17（2035）年度）【概要】

計画の概要

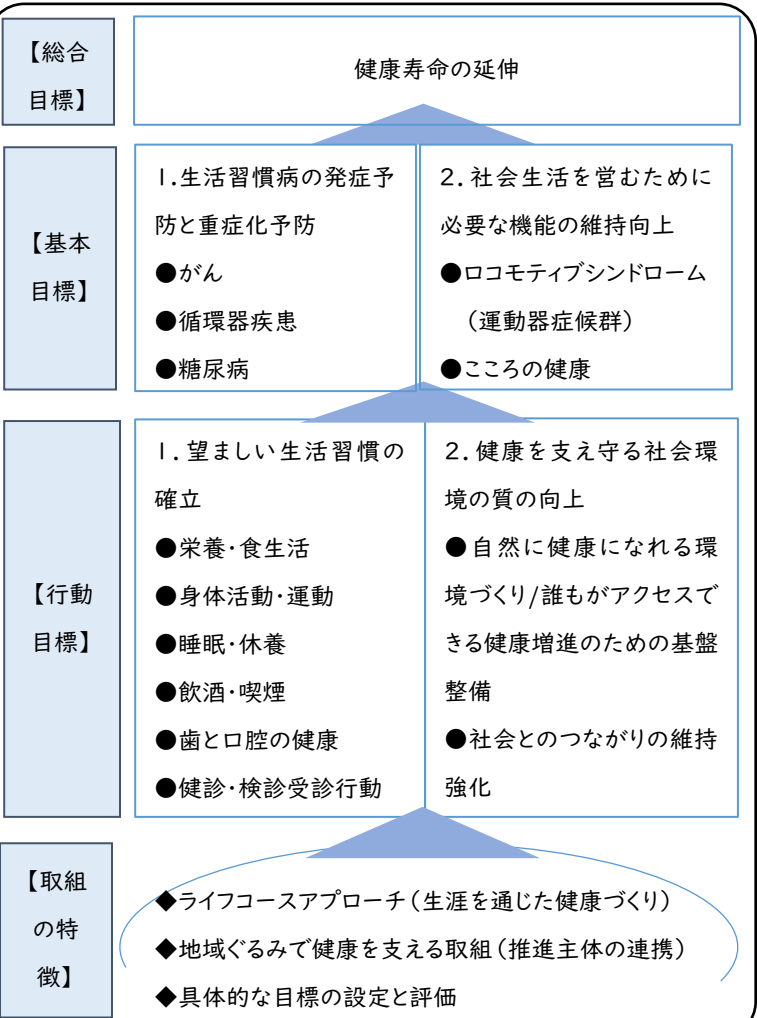
1. 基本理念：「輝く笑顔 みんなで広げる健康の輪 立山」
2. 基本的な方向：①健康寿命の延伸、②生活習慣病の発症予防と重症化予防、③社会生活を営むために必要な機能の維持向上、④望ましい生活習慣の確立、⑤健康を支え守る社会環境の質の向上
3. 計画の期間：令和6（2024）年度～令和17（2035）年度

計画の位置づけ

- （1）健康増進法第8条第2項の規定に基づく市町村健康増進計画
- （2）「第10次立山町総合計画」を上位計画とした、町の健康づくりを担う行動計画
- （3）「健康日本21（第三次）」、「第4次食育推進基本計画」、「健やか親子21（第2次）」、「富山県健康増進計画（第3次）」等との整合性を保つ。
- （4）「持続可能な開発目標（SDGs）」の目標達成を目指す。

概念図

現状と課題（第2次計画の最終評価より）



- （1）がん死亡の減少
がん死亡数は減少しているが、死因順位は第1位であり、町民の4人に1人ががんで亡くなっている。
- （2）循環器疾患の発症予防と重症化予防
循環器疾患は死因も介護原因疾患も上位にある。死亡者は横ばい状態で、死亡率の県内順位はワースト上位に入る。
- （3）生活習慣の改善
○成果がみられた項目
 - ・好ましい生活習慣（朝食摂取、早寝早起き）を有する幼児の割合
 - ・朝食を食べる成人の割合
 - ・毎日お酒を飲む習慣のある成人の割合
 - ・喫煙率
 - ・十分な睡眠がとれていると思う成人の割合○今後引き続き対策が必要な項目
 - ・食後に間食する人の割合
 - ・運動習慣者や身体活動量を維持する人の割合
 - ・健診・検診受診率

各分野の主な取組

主な指標		主な取組
重症化予防 生活習慣病の発症予防と	がん	・がん予防に関する正しい知識や望ましい生活習慣の確立、がん検診受診の必要性について普及啓発に取り組みます。 ・早期発見・早期治療のため、がん検診受診率の向上に取り組みます。
	循環器疾患	・循環器疾患予防に関する正しい知識や望ましい生活習慣の確立についての普及啓発に取り組みます。 ・特定健康診査結果に基づくフォローアップ体制を整えます。
	糖尿病	・糖尿病予防に関する正しい知識や望ましい生活習慣の確立、特定健診・特定保健指導の必要性についての普及啓発に取り組みます。 ・特定健康診査結果に基づくフォローアップ体制を整えます。
維持向上 社会生活を営むために必要な機能の	ロコモティブシンドローム	・ロコモティブシンドローム（運動器症候群）の予防に関する正しい知識や望ましい生活習慣の必要性について普及啓発に取り組みます。
	こころの健康	・こころの健康に関する正しい知識や必要性についての普及啓発に取り組みます。 ・保健・医療・福祉・教育・労働分野の専門機関（専門家）や関係機関との連携を強化します。
望ましい生活習慣の確立	栄養・食生活	・適正な摂取エネルギー量や食塩摂取量等を周知します。 ・栄養・食生活の改善が必要な人に対する個別支援を充実させます。
	身体活動・運動	・ウォーキングコースの紹介やウォーキングマップの活用を促進します。 ・簡単に継続的に取り組める運動を紹介します。
	睡眠・休養	・睡眠や休養に関する正しい知識や望ましい生活習慣の必要性について普及啓発に取り組みます。 ・仕事と家庭生活の両立（ワークライフバランス）ができるよう、育児・介護休業制度等の普及啓発に取り組みます。
	飲酒・喫煙	・飲酒や喫煙が健康に及ぼす害について普及啓発します。 ・禁煙外来やアルコール健康障害に関する相談窓口の周知に取り組みます。
	歯・口腔の健康	・むし歯や歯周病予防及び口腔の健康についての正しい知識を普及啓発します。 ・定期歯科検診の実施等、定期的に歯科受診できる環境を整備します。
	健診・検診受診行動	・健診・検診の受診、特定保健指導の利用の必要性について普及啓発します。 ・未受診者・要精密検診該当者のフォローアップ体制を充実させます。
健康を支え守る社会環境の質の向上	自然に健康になれる環境づくり／誰もがアクセスできる健康増進のための基盤整備	・広報やホームページ、SNS、アプリに積極的に健康特集を組みます。 ・立山町ヘルスプラン推進委員が行う取組を支援します。
	社会とのつながりの維持強化	・保健センターの相談機能、集いの場機能を強化します。 ・健康づくりに関係する各種ボランティアの養成と活動支援を強化します。