令和６年度
第２回
周南市健康づくり推進協議会

日　時　令和７年３月１０日（月）
　　１３：３０～１４：３０

会　場　徳山保健センター
　　１階　健診ホール

令和6年度　第2回周南市健康づくり推進協議会

１　開会

２　協議

（1）　令和６年度　健康づくり事業実績報告

（2）　令和７年度　健康づくり事業計画と推進

（3）　周南市健康づくり計画中間評価・見直しについて

３　閉会

（1）　健康づくり推進課長あいさつ

健康づくり推進協議会委員名簿

令和６年度

団　体　名	委　員　名	備考
周南公立大学	大平　光子	副会長
周南健康福祉センター	越智　裕昭	
徳山医師会	髙橋　達雄	新規
徳山歯科医師会	東　毅昭	
徳山薬剤師会	西村　正広	会長
山口県栄養士会周南地域事業推進委員会	佐古　純子	
輝きクラブ周南	岸村　敬士	
周南市スポーツ推進委員協議会	明石　和憲	
周南市母子保健推進協議会	岸本　洋子	
周南市食生活改善推進協議会	佐々木　哲子	
ＪＡ山口県周南統括本部女性部	山本　並子	
公募委員	石田　京子	
公募委員	井生　義則	
公募委員	茅原　道夫	
公募委員	柳谷　悦子	

２ 協議内容

（1）令和 6 年度健康づくり事業の実績報告

1） 健康づくり推進に関する会議実績

●令和6年度健康づくり推進協議会

第1回 令和6年5月23日（木） 出席者10人

① 令和5年度 健康づくり事業実績報告　　②令和6年度 健康づくり事業計画と推進

③ 周南市健康づくり計画中間評価・見直しについて

第2回 令和7年3月10日（月） 出席者10人

① 令和6年度 健康づくり事業実績報告　　②令和7年度 健康づくり事業計画と推進

③ 周南市健康づくり計画中間評価・見直しについて

●令和6年度健康づくりをすすめよう委員会

第1回 令和6年9月19日（木） 出席者 16 人

第3次周南市健康づくり計画の中間評価・見直しについて

①市の状況について　　②中間評価について

第2回 令和6年11月18日（月） 出席者 10 人

第3次周南市健康づくり計画の中間評価・見直しについて

① 計画の目標と取組（グループワーク）　②意見交換

第3回 令和7年2月21日（金） 出席者 16 人

第3次周南市健康づくり計画の中間評価・見直しについて

① 現在の進捗状況について　②概要版について

③ 今後の周南市健康づくり計画について

●ぶち元気がいいね！フェスタ実行委員会

令和6年8月書面開催

2） ぶち元気がいいね！フェスタ実績

令和6年10月14日（月・祝） 延参加人数4，786人（市民スポーツフェスタ2024と同時開催）

会場：ゼオンアリーナ周南　玄関前

参加団体：17団体　うち協賛事業所5団体※

※SOMPO ひまわり生命保険株式会社、株式会社アステム、日本生命保険相互会社、株式会社シマヤ、明治安田生命徳山営業所

内　容：【健康チェックコーナー】

脳年齢チェック、脳トレ・脳の健康度チェック、介護相談、野菜摂取レベル＆血管年齢測定、健康測定会、体力測定、聴力チェックなどの健康測定、がん啓発展示、アルコールパッチテスト、嚥下機能チェック、噛む力チェック

【体験コーナー】

スカットボール体験、手作りおもちゃ、リハビリ体験でプラバン作り、石膏キャラクターの色ぬり、野菜摂取増と減塩（しゅうなんスープ試食）、野菜の計量・だしのうま味試飲体験、性の健康、水引ピンクリボンストラップづくり

3）健康づくり事業の主な実施状況 （令和6年度実績 ※2月末時点）

1 栄養・食生活（食育推進計画） （★健康寿命を延ばす市民運動「しゅうなんスマートライフチャレンジ」の取組）

主な取組み	内　容	※令和６年度	令和５年度
★にこにこサイズダウンチャレンジ	令和6年度より、朝・晩2回体重測定及びグラフ化し、3か月で腹囲−2cmおよび体重−2kg の減量を目指す肥満予防プログラムへ変更 「しゅうなん健康マイレージ“減量コース”」と連動させるため、結果報告と応募を一体的に実施。減量達成者へ特典として1，000円分の商品券を贈呈	参加者 262 人 （内、事業所従業員参加者：50 人） 腹囲−2 cm、体重−2 kg達成者 49 人	参加者 331 人 -3 kg達成者 55 人
若者世代・働き世代向けの食育講座	食生活改善推進協議会による若者世代や働き世代向けの生活習慣病予防講座を実施	参加者 132 人	参加者 174 人
野菜メニューコンクール	小学6年生を対象に野菜や料理への関心を高めることを目的に、夏休みの課題として野菜メニューを募集し表彰	応募数 943 件↑ 応募校 26 校	応募数 869 件 応募校 26 校
★こどもあさごはんちゃれんじ	保育所等の年長児を対象に、栄養バランスのとれた朝食をよく噛んで食べることに取り組む。6月の食育の日を挟む1週間で実施。チャレンジ前に園で三色食品群の分類やよく噛んで食べる重要性を学習	1,407 人 42 園	1,517 人 43 園

2 身体活動・運動 （★健康寿命を延ばす市民運動「しゅうなんスマートライフチャレンジ」の取組）

主な取組み	内　容	※令和６年度	令和５年度
★スマートライフチャレンジセミナー	講師による講話、スマートライフチャレンジの説明。 しゅうなんスマートライフチャレンジ推進協賛事業者へ、各チャレンジを活用し、働き世代に向けた健康づくりやフレイル予防の取組を事業所内で効果的に展開してもらうために 2 回実施 7 月（オンライン開催）、11 月（対面形式で開催）	21 事業者 49 人 7 月 15 事業者 42 人 11 月 6 事業者 7 人	
★チャレンジウォーキング	やまぐち健幸アプリをダウンロードして、好きな場所を歩き、歩数を記録。いつでもチャレンジできるよう通年実施。 しゅうなんスマートライフチャレンジ推進協賛事業者をはじめとした事業者への周知を強化	6,263 人↑ ※市内アプリ登録者数（内、新規登録者数 760 人） 企業・団体登録 48↑ （1月末時点）	5,529 人 ※市内アプリ登録者数（内、新規登録者数 772 人） 企業・団体登録 41
運動を通じた健康づくり講座	■「健康×スポーツ教室 in 今宿地区」において「フレイル予防についての講話、簡単フレイルチェック、脳の健康度測定、握力測定を実施（2月） ※今宿地区体育振興会、市スポーツ振興委員会、スポーツ振興課と連携	50 人↑	30 人
★歩こう階段チャレンジ	階段やエレベーターに啓発ポスターやステッカーを貼付し、生活の中にある運動機会を意識化する環境への取組	64施設↑	63 施設
★いきいき百歳チャレンジ	住民運営通いの場として、65 歳以上の人が週 1 回おもりを使ったいきいき百歳体操をグループで実施	137 ヶ所↑	136 ヶ所

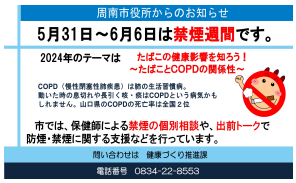
3 こころの元気と休養（自殺対策計画）

主な取組み	内　容	※令和６年度	令和５年度
ゲートキーパー研修会	メンタルヘルスの重要性とゲートキーパーの役割を理解し行動できる人材を増やす。 ● 一般市民、小中学校等教職員、地域福祉コーディネーター、市役所職員 ● 市役所職員（e ラーニング教材による動画視聴） ● 周南公立大学学生（若年層ゲートキーパー研修会）	654 人 若年層 25 人	890 人 若年層 67 人
自殺予防対策	困りごと相談窓口リーフレットの作成配布 自殺予防週間（9 月）や自殺対策強化月間（3 月）での啓発活動 ● 徳山駅で自殺予防キャンペーン ● 各種イベント等で啓発グッズを配布 ● 図書館での関連書籍の配置及び掲示など	啓発グッズ 1,242 セット 配布	啓発グッズ 1,444 セット 配布
こころの相談会	公認心理師による相談会実施（年 6 回計画）	6 人 4 回	7 人 5 回

4 歯・口腔　（★健康寿命を延ばす市民運動「しゅうなんスマートライフチャレンジ」の取組）

主な取組み	内　容	※令和６年度	令和５年度
いい歯スマイル検診	生涯にわたる歯と口腔の健康保持・増進及び 8020 の実現を目指し、20～70 歳までの 5 歳刻みの節目年齢、妊婦、R6 年度より 1 歳 6 か月児・3 歳児歯科健康診査対象児の保護者を対象に実施	1,175 人 （1月末時点）	1,198 人
★はみがきチャレンジ	市内の年長児を対象に、よく噛んで食べることと歯みがき、仕上げみがきに 1 週間チャレンジ	1,311 人↑ 42 園	1,294 人 42 園
フッ化物洗口	平成 15 年度より、フッ素塗布（イオン導入法）から、よりむし歯予防効果の高いフッ化物洗口（うがい）法に変更 希望する 3 歳以上の園児に週 1 回実施	1,601 人↑ 40 園↑ （計画時点）	1,552 人 38 園
歯周病予防シンポジウム	周南公立大学看護学科や、徳山歯科医師会、徳山医師会等と連携し、若いうちからの歯周病予防に関するシンポジウムを開催	130 人	

5 たばこ・飲酒

主な取組み	内　容
たばこ対策	世界禁煙デー（5 月 31 日～6 月 6 日）の期間、市広報や市役所本庁デジタルサイネージによる受動喫煙防止の啓発、COPD 集団スクリーニング質問票の啓発 

6 健康管理

主な取組み	内　容	※令和６年度	令和５年度
がん検診	集団検診・個別検診実施（6 月～2 月） 受診券送付（5 月） けんしんガイド発行（6 月号広報折込） ホームページ・広報掲載（9 月）、しゅうなんFM等による啓発、女性受診者を増やすため、R5 年度より設置した集団検診のレディースディを R6 年度は1日から 2 日に増加	集団検診 3,478 人 個別検診 19,117 人 （1月末時点）	集団検診 3,738 人 個別検診 22,271 人
	ピンクリボン月間（10 月）の取組 ● ゆめタウン徳山で乳がん検診及び大腸がん検診実施 ● 集団検診レディースデイにおいて女性がんに関する掲示・啓発（ポポメリー（がん患者支援団体）・周南健康福祉センターとの協同） ● 新南陽駅前イルミネーション ● 徳山駅前噴水広場の噴水のライトアップ、南北自由通路へタペストリー設置 ● 庁内職員への周知および協力依頼（缶バッジ・リボン配布）	ゆめタウン徳山 乳がん検診 70 人 啓発グッズ配布 135 部 参加 14 課 220 名	ゆめタウン徳山 乳がん検診 59 人 啓発グッズ配布 109 部
けんしん結果相談会	健診結果を基に、保健師・管理栄養士・歯科衛生士が生活習慣病予防のための個別相談を実施 （計画：徳山：12 回/年・熊毛：12 回/年・鹿野：3回/年）	58 人 21 回	126 人 39 回
しゅうなん健康マイレージ	検診受診・健康づくり促進事業　※協議会委員による抽選 （けんしんコース、ウォーキングコース、減量コースの各取組に応じて申請し応募できるもの） R6 年度新規で湯や晴ル音から賞品提供	申請 1,411 人	申請 1,518 人
★脳の健康度測定チャレンジ	記憶する・考える・判断する、などの脳の健康度をゲーム感覚でセルフチェックするチャレンジ 「来所型」「自宅型」「出張型」の 3 つの場面で実施	197 人 （来所型：73 人 自宅型：82 人 出張型：42 人）	
★学びチャレンジ	「認知症サポーター養成講座」「働き世代の健康づくり・フレイル予防」「元気なうちから知ってほしい 12 のこと」の 3 種類の講座を市出前トークとして実施	1,108 人	
熱中症予防	● 「指定暑熱避難施設（クーリングシェルター）」指定 ● 周南市涼みの駅※の設置 （7 月～9月） **※周南市健康づくり推進協議会と市の協働実施** 誰でもひと涼みに利用できる場所の提供、熱中症予防普及啓発の呼びかけ（のぼり旗、ポスター掲示） ● 「周南市熱中症対策本部」を新設	クーリングシェルター 34 か所 涼みの駅 176 施設↑	174 施設
がん教育	がんに関する正しい知識を習得し、将来の受診行動につなげる。がん体験者の話を聴くことにより命の大切さに気づき、家庭教育のきっかけづくりとする。 ● 保健師による講話 ● 乳がん体験者コーディネーターによる体験談 ● 終了後、保健だよりでの地域発信 	小学校7校↑ 6 年生 266 人 参観保護者 102 人 中学校2校↑ 2 年生 260 人 参観保護者 3 人 徳山看護学校 2 年生 39 人 **延　670 人**	小学校4校 6 年生 112 人 参観保護者 53 人 中学校1校 全生徒 15 人 **延 180 人**

7 その他の事業

<table>
<tr><th>主な取組み</th><th>内　容</th></tr>
<tr><td>高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施</td><td>

高齢者の心身の多様な課題に対するきめ細かな支援をするため、後期高齢者医療広域連合からの委託を受け、保健事業及び介護予防事業の取組みを一体的に実施

ハイリスクアプローチ

- 口腔機能低下防止事業：口腔体操支援事業参加者の中からオーラルフレイルリスクの高い人を対象に、歯科衛生士による個別指導を実施
- 健康状態不明者対策：健診・医療・介護のいずれも該当がない後期高齢者に、アンケート調査及び保健師による家庭訪問を実施し、健康状態を把握するとともに支援の必要な高齢者を必要なサービスにつなぐ。

ポピュレーションアプローチ

- 口腔体操支援事業：地域の通いの場等において、歯科衛生士・保健師等が口腔機能のチェックや口腔体操を実施し、地域における口腔体操継続のための支援
- 住民運営通いの場支援：週１回いきいき百歳体操を行う通いの場において、保健師・看護師等がフレイルチェックや体力測定、健診等の保健事業の周知を実施

【実績】（2月末時点）

<table>
<tr><th colspan="2" rowspan="2">圏域</th><th colspan="2">ハイリスクアプローチ</th><th colspan="2">ポピュレーションアプローチ</th></tr>
<tr><th>口腔機能低下防止事業</th><th>健康状態不明者対策</th><th>口腔体操支援事業</th><th>住民運営通いの場支援</th></tr>
<tr><td colspan="2">北部(須々万・鹿野・長穂・向道)</td><td>3人</td><td></td><td>11 カ所 15 回</td><td>18 カ所 23 回</td></tr>
<tr><td colspan="2">熊毛</td><td></td><td>43 人</td><td>5 カ所 21 回</td><td>18 カ所 23 回</td></tr>
<tr><td colspan="2">中央 4(菊川)</td><td></td><td></td><td>6 カ所 8 回</td><td>7 カ所 10 回</td></tr>
<tr><td colspan="2">（富田東）</td><td></td><td></td><td></td><td>2 カ所 4 回</td></tr>
<tr><td colspan="2">（富田西）</td><td></td><td>16 人</td><td>3 カ所 8 回</td><td>9 カ所 20 回</td></tr>
<tr><td rowspan="2">合計</td><td>R6</td><td>3人↑</td><td>59 人↑</td><td>25 カ所 52 回↑</td><td>54 カ所 80 回↑</td></tr>
<tr><td>R5</td><td>1人</td><td>21 人</td><td>17 カ所 42 回</td><td>10 カ所　10 回</td></tr>
</table>

</td></tr>
</table>

令和7年度健康づくり事業実施計画案 （★健康寿命を延ばす市民運動「しゅうなんスマートライフチャレンジ」の取組）

項　目	主な取組み	内　容	目標等
① 栄養・食生活	★にこにこサイズダウンチャレンジ	・3 か月で 2cm・2 kgの減量を目指すチャレンジ ・2 kg減量達成者特典として商品券を贈呈 ・特定保健指導対象者への働きかけや医療機関等へ周知強化	参加者数の増加
	食生活改善推進員養成講座	新規会員の獲得と推進員活動の活性化を目的に、全 5 回（10 月～2 月）講座を実施	推進員の増加 活動の活性化
	ﾗｲﾌｽﾃｰｼﾞに応じた食育講座	食生活改善推進協議会による若者世代や働き世代、シニア世代向けの生活習慣病予防講座を実施	正しい食習慣の定着
② 身体活動運動	★チャレンジウォーキング	・年間を通じた「やまぐち健幸アプリ」の周知啓発 ・やまぐち健幸チャレンジ月間に併せてアプリの周知を強化 ・出前トークで市民、事業者への啓発	やまぐち健幸ｱﾌﾟﾘ登録者数・業者登録数の増加
	地域における運動啓発活動	地域資源（スポーツ振興会、市民センター等）と連携し、運動を主体的に取り組むための講座を開催	運動習慣の定着
③ こころの元気と休養	ゲートキーパー研修会	地域や企業での実施：4 回/年、若年層⇒年 1 回/年 市職員へのeラーニングの実施	人材育成 若者への周知
	こころの相談会	公認心理師による個別相談会を年 5 回計画	周知強化
④歯・口腔	いい歯スマイル検診	20～70 歳までの 5 歳刻みの節目年齢、妊婦、1 歳 6 か月児・3 歳児歯科健診対象児の親を対象者に実施	検診受診者を増やす
	妊婦歯科健診受診率向上	歯周病等のリスクが高い妊婦に、母子健康手帳交付時に唾液検査を行い、いい歯スマイル検診の受診を促す。	
	就労世代の歯科健康診査等推進事業	歯周病罹患者の多い就労世代に対して、口腔内のスクリーニング検査及び歯科健康教育等を実施し、 セルフケア・プロフェッショナルケアの動機づけを行う。	ﾛ腔ﾘﾃﾗｼｰ向上、定期な歯科受診促進
⑤たばこ・飲酒	たばこ対策	受動喫煙防止、COPD の啓発	啓発強化
⑥健康管理	がん検診	・集団検診での協会けんぽ特定健診との同時実施 ・集団検診でのレディースディの実施 ・医療機関やがん患者支援団体等と連携した周知啓発	検診受診者を増やす
	しゅうなん健康マイレージ	けんしん受診、にこにこサイズダウンチャレンジ、チャレンジウォーキングなどの健康づくりのインセンティブとして実施	事業の周知強化
	けんしん結果相談会	健診結果を生活改善に活かすための個別相談会 （徳山・熊毛地区は定期開催・鹿野地区は随時開催）	周知強化
	がん教育	がん教育の意義や効果を学校関係者に周知し、実施校を拡充	新規実施校を増やす
	熱中症対策	・市熱中症対策本部会議などの開催を通じた庁内関係部局の連携強化 ・指定暑熱避難施設（クーリングシェルター）の周知と涼みの駅の推進 ・関係機関等と連携し、熱中症予防の普及啓発を強化	連携・周知強化
	予防接種	・「子宮頸がんワクチン」の周知啓発 ・「帯状疱疹ワクチン」の 65 歳以上への定期接種及び 50 歳以上の高リスク者への任意接種費用助成	周知強化

周南市健康づくり推進協議会設置要綱

（設置）

第1条　21世紀の本格的な少子・高齢社会を健康で活力あるものとし、全ての市民が生涯を通じて健康で生き生きと生活できる周南市の実現を図るため、市民、行政、関係機関・団体等社会全体が一体となった健康づくりの推進を図ることを目的として、周南市健康づくり推進協議会（以下「協議会」という。）を設置する。

（所掌事務）

第2条　協議会は、前条の目的を達成するため、次に掲げる事項を所掌する。

⑴　健康づくりに関連する総合的な行政施策の推進に関すること。

⑵　食育に関する総合的な行政施策の推進に関すること。

⑶　健康づくりを推進するための計画の策定及び評価に関すること。

⑷　その他目的の達成に必要な事項に関すること。

（組織及び構成）

第3条　この協議会は、委員20名以内で組織する。

2　委員は、次に掲げる者をもって構成する。

⑴　関係団体の役職員

⑵　関係行政機関の職員

⑶　学識経験を有する者

⑷　公募による市民

⑸　その他市長が必要と認める者

（任期）

第4条　委員の任期は、2年とする。ただし、委員に交代があった場合の任期は、前任者の残任期間とする。

2　委員は、再任を妨げない。

（会長及び副会長）

第5条　協議会に会長及び副会長を置く。

2　会長及び副会長は、委員の互選によりこれを定める。

3　会長は、会務を総理し、協議会を代表する。

4　副会長は、会長を補佐し、会長が不在あるいは事故あるときは、その職務を代理する。

（会議）

第6条　協議会の会議（以下「会議」という。）は、会長が招集する。

2　会議の議長は、会長をもって充てる。

3　会議は、委員の過半数が出席しなければ開くことができない。

4　会長は、必要と認める場合には、委員以外の者に対して資料を提出させ、又は会議へ出席を依頼し、報告、助言を求めることができる。

（表決）

第7条　会議の議事は、出席委員の過半数で、これを決し、可否同数の場合には、議長の決するところによる。

（書面表決等）

第8条　やむを得ない理由により会議に出席できない委員は、あらかじめ通知された事項について、書面をもって表決し、又は他の委員を代理人として表決を委任することができる。この場合において、前2条の規定の適用については、出席したものとみなす。

2　緊急を要する事項又は簡易な事項については、協議会の開催に代えて書面により委員に賛否を求め、その過半数をもって決することができる。

（関係機関への協力依頼）

第9条　会長は、第1条の目的を遂行するため、必要があると認めたときは関係機関に対して会議への出席、資料の提出、その他必要な協力を求めることができる。

（その他）

第10条　この要綱に定めるもののほか、協議会の運営その他必要な事項は、会長が定める。

附　則

この要綱は、平成15年4月21日から施行する。

附　則

この要綱は、平成19年1月29日から施行する。

附　則

この要綱は、平成19年3月14日から施行する。

附　則

この要綱は、平成28年4月1日から施行する。

附　則

1　この要綱は、平成31年4月1日から施行する。

2　周南市食育推進市民会議設置要綱(平成20年周南市要綱第9号)は、廃止する。

第3次周南市健康づくり計画（中間評価・見直し） 概要版

基本理念

市民一人ひとりがいきいきと健康に暮らせるまち　周南

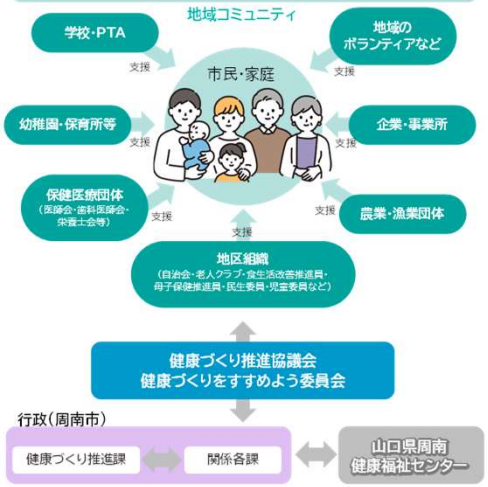
個別計画名	基本目標	基本方針
健康づくり計画	健康寿命の延伸	①生活習慣の改善
		②健康管理の実践
		③健康づくり支援のための環境整備
食育推進計画	食を通じた健全な心身と豊かな人間性の育成	①食を通じた健康づくりの実践
		②食文化の継承と地産地消の推進
自殺対策計画	誰も自殺に追い込まれることのない社会	①こころの健康づくりの推進
		②生きることの包括的な支援
		③関連分野・関係機関の連携・協働の推進

この計画は、令和2（2020）年度を初年度とし、令和11（2029）年度を目標年度とする10か年計画です。令和6（2024）年度に目標達成状況を調査し、施策の改訂を行いました。

中間見直しの実施方法

- 「第3次周南市健康づくり計画」中間見直しのためのアンケート調査を実施しました。
- 各計画の目標値について、直近の値を比較し、その進捗状況をA～Eの5段階で評価しました。
- 「周南市健康づくり推進協議会」及び「健康づくりをすすめよう委員会」を設置し、計画見直しに関する協議を行い、今後の施策や目標指標の再設定について検討しました。

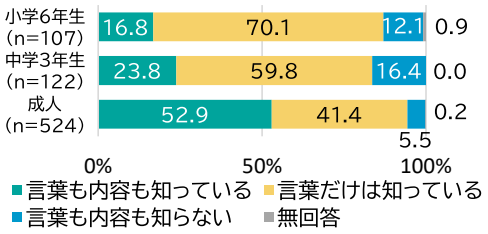
計画の推進体制



食育推進計画　基本目標：食を通じた健全な心身と豊かな人間性の育成

周南市の現状　食育の認知状況

令和6（2024）年度に行ったアンケート調査では、食育の認知状況について「言葉も内容も知っている」との回答は小学生で16.8%、中学生で23.8%、成人で52.9%となっています。



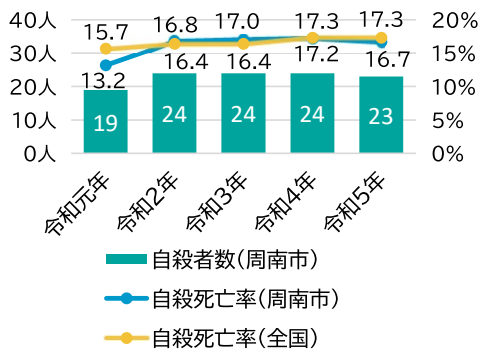
《市民一人ひとりの取組》
- 1日3食、規則正しい食生活を実践しましょう
- 生活習慣病について学び、健康的な食習慣を身につけましょう
- よく噛んで食べましょう
- 家庭の味、郷土の味、行事食を大人からこどもへ伝えましょう
- 地元の食材や旬の食材を生かした食事内容を心がけましょう

《地域・関係団体の取組》
- 世代間交流を図りながら、食に関する学習の機会を増やします
- 地域の市民センター等で健康料理教室等を開催し、食を通じた健康づくりを啓発します
- レシピを作成し、食事作り等を支援します
- 地元の食材のPRを行います
- 地元の食材の提供を行うなど、地産地消を推進します

評価指標	対象	計画策定時 令和元年度	現状値 令和6年度	目標値 令和6年度	評価	目標値 令和11年度
食育について「言葉も内容も知っている」人の割合	小学生	18.9%	16.8%	90.0%	C	90.0%
	中学生	24.9%	23.8%		C	
	成人	60.3%	52.9%		D	

自殺対策計画　基本目標：誰も自殺に追い込まれることのない社会

自殺者数と自殺死亡率（人口10万対）の推移



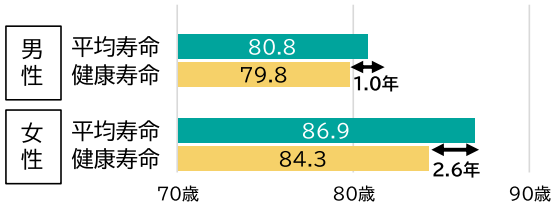
自殺者数は、令和元（2019）年から令和5（2023）年にかけて、横ばい傾向となっています。

1　基本施策
- ①地域におけるネットワークの強化
- ②自殺対策を支える人材の育成
- ③市民への啓発と周知
- ④生きることの促進要因への支援
- ⑤児童生徒のSOSの出し方に関する教育

2　対象者・世代別重点施策
- ①生活困窮者への対策
- ②こども・若者への対策
- ③高齢者への対策

評価指標	対象	計画策定時 平成30年度	現状値 令和5年度	目標値 令和11年度	評価	目標値 令和11年度
自殺死亡率（人口10万対）	市全体	15.2	16.7	10.6	D	10.6

周南市の現状　平均寿命・健康寿命の差



令和5（2023）年度の健康寿命は、男性で79.8歳、女性で84.3歳となっています。

また、支援や介護が必要となる期間（要介護2以上）は、男性で1.0年、女性で2.6年となっています。

発行　山口県周南市　企画・編集　周南市こども健康部健康づくり推進課
〒745-0005　山口県周南市児玉町一丁目1番地　TEL（0834）22-8553　FAX（0834）22-8555

健康づくり計画

評価基準
A ：「目標達成」(目標に到達している)
B ：「目標値に達していないが、改善傾向にある」
C ：「変化なし」(検定の結果有意な差がみられなかったもの)
D ：「悪化している」
(E ：「評価困難・保留・廃止」に該当する指標は無し)

基本目標	分野	市民一人ひとりの取組	地域・関係団体の取組(抜粋)	主な評価指標	対象	計画策定時 令和元年度	現状値 令和6年度	目標値 令和6年度	評価	目標値 令和11年度
健康寿命の延伸	栄養・食生活	● 1日3食、栄養バランスを考えながら食べよう ● 毎日、野菜を食べよう ● 塩分をとりすぎないようにしよう ● 適正体重を知り、自分に合った食事量にしよう	● 健康料理教室等を開催し、食を通じた健康づくりを啓発します ● 保育所・幼稚園・認定こども園、学校において、園児、児童生徒に対する食育を推進します	野菜をほぼ毎食食べている人の割合	年長児	64.5%	63.3%	75.0%	C	75.0%
					小学生	65.2%	67.3%		C	
					中学生	61.8%	65.6%		C	
					成人	66.1%	64.5%		C	
				「塩分の多い料理を控えること」をいつも心がけている人の割合	成人	29.0%	29.0%	35.0%	C	35.0%
	身体活動・運動	● 日々の生活の中で意識的に身体を動かそう ● 自分に合った運動を見つけ、続けよう ● 積極的に外に出よう	● 健康や体力づくりに関する取組を行います ● 身体を動かす楽しさを伝えます ● 市民のスポーツ参加への意欲を高めます	健康のために意識的に身体を動かすよう、いつも心がけている人の割合	成人男性	22.5%	36.7%	35.0%	A	更新 ~~40.0%~~
					成人女性	29.0%	33.3%		C	
	こころの健康と休養	● 睡眠による休養の大切さを知り、十分な睡眠を取ろう ● 自分に合ったストレス解消方法を見つけよう	● 地域での声かけを心がけ、住民の融和を図ります ● 悩みのある方に耳を傾け、必要時には行政につなげます	朝気持ちよく起きられる人の割合	成人	14.8%	13.0%	30.0%	C	30.0%
				心身の疲労回復のための方法を持っている人の割合	成人	57.9%	59.9%	70.0%	C	70.0%
	歯・口腔	● 適切な口腔ケアを実践しよう ● こどもの時からよく噛む習慣を身につけよう ● 定期的に歯科健診を受けよう	● 全身的な疾患と歯科疾患との関連性、疾病予防に関する正しい知識の啓発活動を行います ● 歯や口腔の健康の重要性や歯科健診についての周知を図ります	むし歯のない人の割合	3歳児	80.1% ※平成30年度	89.6% ※令和5年度	90.0%	B	更新 ~~95.0%~~
				よく噛んで味わって食べることをほぼ実践している人の割合	成人	34.9%	41.6%	40.0%	A	更新 ~~50.0%~~
				過去1年間に歯科健診を受診した人の割合	成人	53.0%	63.5%	60.0%	A	更新 ~~70.0%~~
	たばこ・飲酒	● たばこの健康への影響を理解し、禁煙しよう ● 望まない受動喫煙を防止しよう ● 適正な飲酒量を守り、休肝日を設けよう	● 受動喫煙防止の取組を行います ● 地域の集まり等では、適正な飲酒が守れるよう配慮します	喫煙している人の割合	成人男性	26.3%	21.1%	20.0%	C	更新 ~~16.0%~~
					成人女性	8.4%	4.4%	5.0%	A	更新 ~~2.0%~~
				適正な飲酒量を知っている人の割合	成人	49.3%	55.9%	60.0%	B	60.0%
	健康管理	● 年に1回健診(検診)を受け、結果を生活習慣の改善につなげよう ● 正しい知識を身につけ、生活習慣を見直そう ● 妊産婦・乳幼児健康診査を受けよう	● 隣近所・友人同士で誘い合って、健康診査等を受診し、地域ぐるみで健康づくりを推進します ● 各種健康診査やがん検診及び乳幼児健康診査や予防接種等、受診しやすい職場の環境づくりに努めます	1年間に健康診査や健康診断を受けた人の割合	成人男性	95.8%	92.0%	100%	D	100.0%
					成人女性	75.7%	82.6%	100%	B	
				健診結果に基づいて生活習慣を見直している人の割合	成人	38.0%	48.7%	60.0%	B	60.0%

第3次周南市健康づくり計画(中間評価・見直し)

R7.3.10
周南市健康づくり
推進協議会

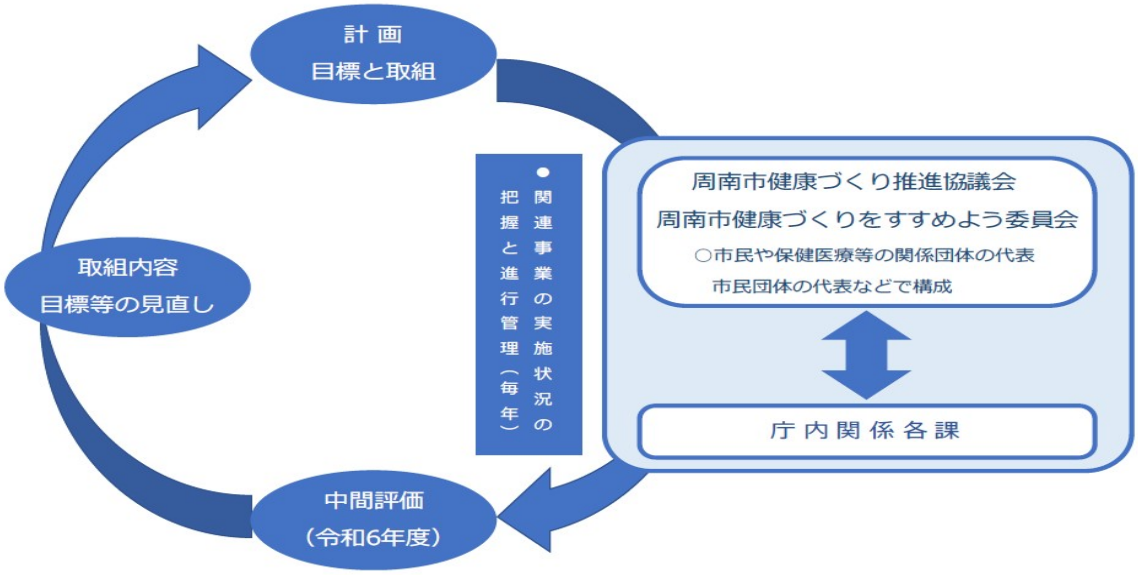
1. 計画の概要

基本理念	個別計画名	計画がめざすもの（基本目標）	基本方針
市民一人ひとりがいきいきと健康に暮らせるまち 周南	健康づくり計画	健康寿命の延伸	①生活習慣の改善
			②健康管理の実施
			③健康づくり支援のための環境整備
	食育推進計画	食を通じた健全な心身と豊かな人間性の育成	①食を通した健康づくりの実践
			②食文化の継承と地産地消の推進
	自殺対策計画	誰も自殺に追い込まれることのない社会	①こころの健康づくりの推進
			②生きることの包括的な支援
			③関連分野・関係機関の連携・協働の推進

令和６年度が、「第３次周南市健康づくり計画(令和２~11年度)」の中間年度となるため、市民アンケートの結果を踏まえ、これまでの取組の評価を行うとともに、計画の見直しを行った。

2. 中間評価の方法

(1)中間評価の検討



(2)アンケート調査の実施

調査方法	20歳以上の市民：郵送配布、郵送・WEB回収 中学生・小学生・年長児：学校及び園を通じて配布、郵送回収
調査期間	令和6年6月11日～　令和6年6月24日

調査対象区分	20歳以上の市民	中学3年生	小学6年生	年長児
配布数	1,700件	131件	122件	117件
有効回収数	524件	122件	107件	109件
有効回収率	30.8%	93.1%	87.7%	93.2%

※20歳以上の市民：住民基本台帳から無作為抽出
小中学生及び園児：中央、東部、西部、北部の各エリアから1～2か所の学校または園を選定

3.（1）健康づくり計画の評価指標と目標値

＜評価基準＞
A:「目標達成」（目標に到達している。）　C:「変化なし」（検定の結果有意な差がみられなかったもの）
B:「目標値に達していないが、改善傾向にある」　D:「悪化している」

《栄養・食生活》

- 食事において栄養バランスに配慮する頻度は策定時よりも減少しています。
- 塩分の多い料理を控える頻度は、策定時からあまり変化していません。

主な評価指標	対象	計画策定時 令和元年度	現状値 令和6年度	評価	目標値 令和11年度
栄養バランスに配慮した食生活をほぼ毎日考えている人の割合	小学生	51.3%	42.1%	D	60.0%
	中学生	50.9%	47.5%	C	
	成人	39.4%	38.2%	C	50.0%
「塩分の多い料理を控えること」をいつも心がけている人の割合	成人	29.0%	29.0%	C	35.0%

野菜摂取や減塩、低栄養など食の課題に合わせた取組を保育所・幼稚園・認定こども園、学校、職域、地域と連携して推進します。

《身体活動・運動》

- 定期的な運動習慣がある人は策定時よりも増加しています。
- 健康のために意識的に体を動かす人は策定時よりも増加し、男性は目標値を達成しています。

主な評価指標	対象	計画策定時 令和元年度	現状値 令和6年度	評価	目標値 令和11年度
運動習慣のある人（1日30分以上の軽く汗をかく運動を週に2日以上実施している人）の割合	成人男性	40.7%	50.8%	B	55.0%
	成人女性	25.5%	36.4%	B	
健康のために意識的に身体を動かすよう、いつも心がけている人の割合	成人男性	22.5%	36.7%	A	40.0%
	成人女性	29.0%	33.3%	C	

健康や体力づくりのため、ウォーキング等の運動の推進を通じて、身体を動かすことの楽しさや市民のスポーツ参加への意欲を高めます。

《こころの健康と休養》

- 朝気持ちよく起きられる人は、策定時よりも減少しています。
- 心身の疲労回復のための方法を持っている人は策定時よりも増加しています。

主な評価指標	対象	計画策定時 令和元年度	現状値 令和6年度	評価	目標値 令和11年度
朝気持ちよく起きられる人の割合	成人	14.8%	13.0%	C	30.0%
心身の疲労回復のための方法を持っている人の割合	成人	57.9%	59.9%	C	70.0%

SNS 等様々な方法を活用し、ストレスへの気づきや対処法等について周知啓発を行います。
各年代に応じた適切な睡眠・休養についての情報提供を行います。

《歯・口腔》

- よく噛んで味わって食べることをほぼ実践している人の割合は、策定時よりも増加しており、年長児や成人では目標を達成しています。
- 過去1年間における歯科健診の受診は、策定時よりも増加しており、目標を達成しています。

主な評価指標	対象	計画策定時 令和元年度	現状値 令和6年度	評価	目標値 令和11年度
むし歯のない人の割合	3歳児	80.1%※1	89.6%※2	B	95.0%
よく噛んで味わって食べることをほぼ実践している人の割合	年長児	46.1%	51.4%	A	60.0%
	小学生	44.4%	45.8%	C	
	中学生	43.0%	49.2%	C	
	成人	34.9%	41.6%	A	50.0%
過去1年間に歯科健診を受診した人の割合	成人	53.0%	63.5%	A	70.0%

※1　平成30(2018)年度実績　　※2　令和5(2023)年度実績

歯と口腔の健康づくりの重要性や日々のセルフケア・定期的な歯科受診の必要性について、歯科医師会や学校、地域の関係団体と連携して周知啓発に取り組みます。

《たばこ・飲酒》

- 喫煙する人の割合は男女ともに策定時よりも減少しており、女性は目標を達成しています。
- 適切な飲酒量を知っている人は策定時よりも増加しています。

主な評価指標	対象	計画策定時 令和元年度	現状値 令和6年度	評価	目標値 令和11年度
喫煙している人の割合	成人男性	26.3%	21.1%	C	16.0%
	成人女性	8.4%	4.4%	A	2.0%
適正な飲酒量を知っている人の割合	成人	49.3%	55.9%	B	60.0%

禁煙や適正飲酒に関する知識、喫煙や飲酒が健康や身体の発育に及ぼす影響等について、地域や学校、職域と連携して情報提供します。

《健康管理》

- 1年間に健康診査や健康診断を受診した人は、策定時よりも男性は減少しており、女性は増加しています。
- 健診結果を生活習慣の見直しに活かしている人は、策定時よりも増加しており、年代が上がるにつれて活かしている人が高くなっています。
- 各種がん検診の受診率は、策定時よりも減少しています。

主な評価指標		対象	計画策定時 令和元年度	現状値 令和6年度	評価	目標値 令和11年度
1年間に健康診査や健康診断を受けた人の割合		成人男性	95.8%	92.0%	D	100%
		成人女性	75.7%	82.6%	B	100%
健診結果に基づいて生活習慣を見直している人の割合		成人	38.0%	48.7%	B	60.0%
1年間にがん検診を受診した人の割合	胃がん	40歳以上	37.4%	30.1%	D	50.0%
	肺がん		27.8%	27.7%	C	50.0%
	大腸がん		31.3%	29.3%	C	50.0%

主な評価指標	対象	計画策定時 令和元年度	現状値 令和6年度	主な評価指標	評価	目標値 令和11年度
2年間にがん検診を受診した人の割合	子宮頸がん	20歳以上の女性	53.7%	39.9%	D	60.0%
	乳がん	40歳以上の女性	51.3%	41.4%	D	60.0%

各種健康診査やがん検診について、対象に応じた効果的な情報提供や受診勧奨を行い、受診しやすい環境づくりに取り組みます。

(2)食育推進計画の評価指標と目標値

- 食育について「言葉も内容も知っている」人の割合は、策定時よりも減少しています。
- 朝ごはんをほぼ毎日食べている人の割合は、小学生では策定時よりも減少していますが、年長児・中学生では策定時よりも増加しています。
- 1日1回は家族と一緒に食事をしている人の割合は、小学生では策定時よりも減少していますが、年長児・中学生では策定時よりも増加しています。

主な評価指標	対象	計画策定時 令和元年度	現状値 令和6年度	評価	目標値 令和11年度
食育について「言葉も内容も知っている」人の割合	小学生	18.9%	16.8%	C	90.0%
	中学生	24.9%	23.8%	C	
	成人	60.3%	52.9%	D	
朝ごはんを「ほぼ毎日食べている」人の割合	年長児	95.3%	96.3%	C	100%
	小学生	90.7%	89.7%	C	
	中学生	82.9%	83.6%	C	
1日1回は家族と一緒に食事をしている人の割合	年長児	97.3%	98.2%	C	100%
	小学生	87.7%	86.0%	C	
	中学生	84.6%	86.1%	C	
家族や仲間と楽しく食事をしている人の割合	成人	73.6%	70.0%	D	85.0%
伝統的な行事食や地域の郷土料理を知っている人の割合	成人	78.9%	73.7%	D	90.0%

食を通じた健康づくりの実践や食文化の継承と地産地消の推進について、保育所・幼稚園・認定こども園、学校、地域、関係団体、食育協賛事業者と連携して取り組みます。

(3)自殺対策計画の評価指標と目標値

- 本市の自殺死亡率(人口10万対)は、策定時よりも上昇しています。
- ゲートキーパーの認知度は、1割程度となっています。
- 自殺を予防するために必要なことは、「相談窓口の周知」が最も高くなっています。

評価指標	対象	計画策定時 平成30年度	現状値 令和5年度	評価	目標値 令和11年度
自殺死亡率(人口10万対)	市全体	15.2	16.7	D	10.6

対象や世代に応じたゲートキーパー研修や相談窓口等の広報・啓発活動に、保健、医療、福祉、教育、労働の関係者と連携して取り組みます。