

## はじめに

わが国では、生活水準の向上や社会保障制度の充実、医療技術の進歩等により、人生100年時代が本格的に到来しようとしています。一方で、急速な高齢化の進展により、寝たきりや認知症等の要介護状態となる人が増加しているほか、栄養の偏った食生活、運動不足などにより、生活習慣病の増加及び重症化が深刻化しています。加えて、令和2(2020)年以降、新型コロナウイルス感染症の流行に伴い、日常生活が大きく影響を受けたことにより、心身の健康への悪影響も懸念されています。

本市においても、これまで以上に「健康づくり」の重要性は高まっており、幅広い視点をもった長期的な取組が求められています。

このような背景を踏まえ、国や大阪府の動向も鑑みた上で、本市では、令和6(2024)年3月に終期を迎える「第3次・健康たかつき21」に基づく取組を評価し、成果と課題を整理した上で、今後も「健康づくり」と「食育」を総合的かつ計画的に推進するため「第4次・健康たかつき21」を策定しました。

本計画は、令和6(2024)年度から令和17(2035)年度までの12年間を計画期間とし、『全ての市民が健やかで心豊かに暮らせるまち・たかつき』を基本理念として掲げています。

本市の「健康寿命」は、全国及び大阪府平均を上回り、特に女性は4年連続で大阪府内1位になるなど、大阪府内でもトップクラスとなっています。これまでの取組が着実に成果を上げ、市民の皆様の健康増進・食育推進につながってきたことを実感するとともに、皆様のご協力に対して感謝を申し上げます。

今後も、本市の充実した医療環境を活かし、すべての市民が健康でいきいきと暮らすことができ、質の高い医療・介護が受けられる「健康医療先進都市」の推進とさらなる健康寿命の延伸に向けて、市民、地域、学校、関係団体、企業等の皆様との連携・協働を図りながら、本計画に基づく各種施策に取り組んでまいりますので、より一層のご理解、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、本計画の策定にあたり、アンケート調査等にご協力いただいた皆様をはじめ、パブリックコメントを通して貴重なご意見をいただきました皆様、高槻市保健医療審議会委員の皆様、並びに関係各位に厚く御礼申し上げますとともに、本計画が市民の皆様の健康増進と食育推進に寄与することを心より願っています。

令和6(2024)年3月

高槻市長 濱田 剛史



# 目次

第1章 計画の策定に当たって.....	1
1 計画策定の趣旨.....	1
(1) 健康を取り巻く社会環境.....	1
(2) 国・大阪府の動向.....	1
(3) 高槻市の健康増進計画及び食育推進計画の沿革.....	2
(4) 計画策定の趣旨及び目的.....	3
2 計画の名称、位置づけ、期間.....	4
(1) 計画の名称.....	4
(2) 計画の位置づけ.....	4
(3) 計画の期間.....	5
3 計画の策定方法.....	6
(1) 計画策定体制.....	6
(2) アンケート調査の実施.....	6
(3) パブリックコメントの実施.....	7
第2章 健康を取り巻く高槻市の状況.....	8
1 人口と年齢構成.....	8
2 出生の状況.....	9
3 死亡の状況.....	10
4 平均寿命と健康寿命.....	11
5 がん検診の受診状況.....	13
6 国民健康保険加入者の受診状況.....	14
7 要支援・要介護認定者の状況.....	19
第3章 第3次・健康たかつき21の評価.....	21
1 目標達成状況.....	21
2 第3次・健康たかつき21の総評.....	21
3 各目標項目及び評価.....	22
全体目標.....	22
重点目標.....	23
分野別目標.....	26
地域別目標.....	37

第4章 計画の基本的な考え方.....	40
1 基本理念・全体目標・基本視点.....	40
(1) 基本理念（目指すべき姿）.....	40
(2) 全体目標.....	41
(3) 基本視点.....	41
2 取組体系.....	43
3 目標設定の考え方.....	45
4 推進体制・評価体制.....	46
(1) 計画の推進体制.....	46
(2) 進行管理と評価.....	47
第5章 計画の取組内容.....	48
1 全体目標.....	48
健康寿命の延伸.....	48
2 生活習慣の改善.....	49
分野1 栄養・食生活・食育.....	49
分野2 身体活動・運動.....	55
分野3 休養・こころ.....	57
分野4 歯・口腔の健康.....	59
分野5 たばこ（喫煙）.....	61
分野6 アルコール（飲酒）.....	63
3 生活習慣病の発症予防・重症化予防.....	65
分野7 がん.....	65
分野8 循環器疾患.....	67
分野9 糖尿病.....	69
4 健康づくりを支える社会環境.....	73
分野10 健康づくりを支える社会環境.....	73
5 ライフコースアプローチを踏まえた取組一覧.....	75
参考資料.....	78
1 第4次・健康たかつき21の目標項目一覧.....	79
2 第4次・健康たかつき21に係る行政の取組.....	84
3 策定経過.....	95
4 高槻市保健医療審議会規則.....	97
5 高槻市保健医療審議会委員名簿.....	100
6 健康たかつき21庁内推進会議設置要綱.....	102
7 用語の解説.....	106

## コラム一覧

1	平均寿命と健康寿命	12
2	サルコペニア予防で「フレイルなんてこわくない！」	20
3	快眠で快適生活を	29
4	ご存知ですか？オーラルフレイル	32
5	禁煙するといいいことたくさん	34
6	徳川家康と健康寿命	45
7	妊娠前からはじめる健やかなからだづくり	52
8	食育ってなあに？	52
9	学校給食でも活躍する高槻産農産物	53
10	子どもも大人もみんなで適塩！	53
11	和食文化について	54
12	「アスマイル」で健康活動を楽しもう！	54
13	あなたはお酒といい関係ですか？	64
14	日本人は糖尿病になりやすい？	71
15	身近なところに使われているナッジ理論	71
16	イギリスの2階建てバスの運転手と車掌	72
17	「健康医療先進都市」の推進	72
18	健康都市宣言からはじまる健康づくりのネットワーク	77