

### 新・にしのみや健康づくり21 （第2次）西宮市健康増進計画

【計画の期間】平成25年度～34年度の10年間

【基本理念】「新・にしのみや健康づくり21」の基本理念を継承し、「市民の健康寿命の延伸と壮年期死亡の減少を図り、市民一人ひとりの生涯にわたる健康づくりと美り豊かで満足できる生活の質の向上」をめざします

【基本的な方針】①市民が主体、②一次予防と重症化予防の重視、③目標等の設定と評価、④健康づくり支援のための環境整備、⑤分野別の健康づくりとライフステージにあわせた健康づくり

【重点的な取り組み】タバコ対策、メタボリックシンドローム対策、がん対策、自殺対策、介護予防

近年、日本は、世界有数の長寿国となった一方で、生活や運動不足等の生活環境やライフスタイルの変化等によって、悪性新生物（がん）、虚血性心疾患、脳血管疾患、糖尿病等の生活習慣病の割合が増加しています。市は、21世紀における国民の健康づくり運動（健康日本21）の地方計画として、平成

## 生涯を通じて健康で生活を

市民・行政などが連携

22年3月に「新・にしのみや健康づくり21西宮市健康増進計画」を策定し、食生活や運動をはじめとした生活習慣の改善に取り組んできました。国は、「健康日本21」が24年度末で終了することから、「健康日本21（第2次）」を24年度に策定しました。本市においても、国と同様に、「新・にしのみや健康づくり21」が最終年度を迎えることから、「健康日本21（第2次）」やこれまでの進捗状況等を踏まえ、「新・にしのみや健康づくり21（第2次）西宮市健康増進計画」を策定しました。本計画は、子どもから高齢者まで、生涯を通じて健康で生活できるよう、市民と行政、関係機関・団体がそれぞれ

### 計画策定



# 健康づくり 食育・食の安全安心を推進

市は、このたび「新・にしのみや健康づくり21（第2次）西宮市健康増進計画」と「西宮市食育・食の安全安心推進計画」を策定しました。今後、各計画に基づき、生涯にわたる健康づくりの推進と「食育と食の安全安心を一体的に推進」していきます。問合せは保健所健康増進課（0798・26・3667）へ。



### 新たに2つの基本目標を追加

## 食育・食の安全安心のために

本市では、食を取り巻く環境の変化に伴う朝食の欠食や栄養の偏り、肥満や生活習慣病の増加などの課題を踏まえ、平成22年3月に食を通じて正しい知識と行動力を身に付け、健康で豊かな人間性を育むことを基本目標に「西宮市食育推進計画」を策定し、食育を推進してきまし

## 西宮市食育・食の安全安心推進計画

【計画の期間】平成25年度～34年度の10年間

【基本理念】市民一人ひとりが食を通じて正しい知識と行動力を身につけ、健康で豊かな人間性を育む

【基本目標】①食を楽しもう、②食に感謝し食を大切にしよう、③食と健康に関心を持ち、実際に行動しよう、④食の安全を確保しよう、⑤食の安全安心について正しい知識をもとう

【食育・食の安全安心の推進に向けた取り組みの柱】①西宮らしい食育の推進、②地域みんなで取り組む食育の推進、③家庭における食育の推進、④保育所（園）、幼稚園および学校における食育の推進、⑤生産者と消費者との交流の促進、⑥食文化継承活動の推進、⑦生産から販売に至る各段階における食の安全性の確保、⑧食の安全安心に関する理解の促進

## 皆さんの意見・計画概要版の配布について

本市では、「新・にしのみや健康づくり21（第2次）西宮市健康増進計画（概要版）」と「西宮市食育・食の安全安心推進計画（概要版）」を、次の場所で配布しているほか、市のホームページ（市政情報）に参画と協働（パブリックコメント）に掲載しています。

【配布場所】市役所本庁舎1階総合案内所横、各支所・市民サービスセンター、アクタ西宮ステーション、各保健福祉センター、保健所健康増進課

ともに、食の安全性に対する不安や不信感が高まっている現状を踏まえ、「食育」と「食の安全安心」を一体的に推進していくため「西宮市食育・食の安全安心推進計画」として改定しました。本計画では、前回計画の「食育」に関する3つの基本目標に加え、新たに「食の安全安心」に関する2つの基本目標を掲げ、家庭・保育所・幼稚園・学校・地域・事業所・関係団体等のさまざまな分野との連携のもと、生涯にわたって切れ目のない「食育」と「食の安全安心」の取り組みを進めていきます。

### 肝炎ウイルス、乳・大腸・子宮頸がん

## 対象者に検診無料クーポン券送付



市が実施する肝炎ウイルス検診の費用が無料になるクーポン券を6月中旬に、乳がん・大腸がん・子宮頸がん（けい）がん検診の費用が無料になるクーポン券を7月上旬にそれぞれ対象者へ送付します。

無料クーポン券が届く前に市の検診として受診した費用も助成の対象となります。健康保険証など対象年齢の確認ができるものを持参し、市内の検診会場や委託医療機関で受診してください。一旦（たんに）、検診費用（※）の支払いが必要ですが、後日払い戻しの申請書を送付します。なお、会社での検診、人間ドック、医療保険での受診等は払い戻しの対象外です。市内委託医療機関名や受診方法については、市のホームページ（くらしの情報）健康↓成人・高齢者）をご覧ください。

7月上旬送付  
乳がん・大腸がん・子宮頸がん検診

6月中旬送付  
肝炎ウイルス検診

問合せは地域保健課（0798・35・3127）へ。

表1 肝炎ウイルス検診の対象者

検診種類	年齢	生年月日
肝炎ウイルス	40歳	昭和47年4月2日～48年4月1日
	45歳	昭和42年4月2日～43年4月1日
	50歳	昭和37年4月2日～38年4月1日
	55歳	昭和32年4月2日～33年4月1日
	60歳	昭和27年4月2日～28年4月1日
	65歳	昭和22年4月2日～23年4月1日

※一旦支払う検診費用は、集団検診700円、個別検診1200円

表2 乳がん・大腸がん検診の対象者

検診種類	年齢	生年月日
乳がん・大腸がん	40歳	昭和47年4月2日～48年4月1日
	45歳	昭和42年4月2日～43年4月1日
	50歳	昭和37年4月2日～38年4月1日
	55歳	昭和32年4月2日～33年4月1日
	60歳	昭和27年4月2日～28年4月1日

※一旦支払う検診費用は次のとおり▷乳がん検診…集団検診1500円、個別検診1800円▷大腸がん検診…集団検診600円、個別検診1200円

表3 子宮頸がん検診の対象者

検診種類	年齢	生年月日
子宮頸がん	20歳	平成4年4月2日～5年4月1日
	25歳	昭和62年4月2日～63年4月1日
	30歳	昭和57年4月2日～58年4月1日
	35歳	昭和52年4月2日～53年4月1日
	40歳	昭和47年4月2日～48年4月1日

※一旦支払う検診費用は、集団検診1000円、個別検診1400円

## ヒブ・小児用肺炎球菌・子宮頸がん予防ワクチン 定期予防接種になりました

4月からヒブ・小児用肺炎球菌・子宮頸がん予防ワクチンが定期予防接種になりました。

対象者が市内委託医療機関で接種する場合の費用が無料になります（他市で接種を希望する場合は健康増進課へ連絡を）。

【対象】子宮頸がん予防：小学6年～高校1年相当の女性▽ヒブ・小児用肺炎球菌：生後2カ月～5歳未満

問合せは保健所健康増進課（0798・35・3308）へ。