

豊中市 健康づくり・ 食育推進計画

令和6年度(2024年度) ▶ 令和17年度(2035年度)

みんなで作る健康、
すこやかに過ごせるまち とよなか



令和6年3月

豊中市

はじめに

新型コロナウイルス感染症の感染拡大は、私たちに健康や生命について深く考える機会をもたらしました。そして、生活習慣病などの基礎疾患の予防や重症化予防の大切さについて意識する契機ともなりました。活動自粛にともなう身体活動量の低下や、人とのコミュニケーション・社会参加の減少によって健康状態の悪化がみられた人が多数おられ、体を動かすことや、人と人とのつながりの大切さが改めて認識されているところです。



また、高齢化の進展により、介護を必要とする人が増加し続けています。健康な状態を長く保つためには、子どもの頃からの健康的な生活習慣の確立や生活習慣病の発症・重症化の予防、フレイル予防やメンタルヘルス対策など、様々な取組みが必要です。そのためには、すべての世代におけるライフスタイルの多様化を踏まえた、「誰ひとり取り残さない」健康づくりを展開していく必要があります。

本市では、これまで保健所を設置する中核市の強みを活かし、総合的な健康づくりや食育に取り組んでまいりました。すべての世代における健康づくりとして、平成25年(2013年)に、「豊中市健康づくり計画」を策定し、市民一人ひとりの主体的な健康づくりを支援し、すこやかでこころ豊かに生活できる活力ある社会の実現をめざしてきました。また、食育においては、平成30年(2018年)に「第3期食育推進計画」を策定し、市民自らが食に関する正しい知識と食を選択する力を習得し、健全な食生活を実践できる食育の推進と、誰もが無理なく食育に取り組める環境づくりを進めてきました。

このたび、両計画が令和6年(2024年)3月をもって計画期間の終了をむかえることから、新たに両計画を一体化させた「豊中市健康づくり・食育推進計画」を策定しました。本計画では、基本政策のひとつである「いきいきと暮らせるまち とよなか」に基づき、すべての市民が住み慣れた地域で、生涯いきいきと心身ともに健康で豊かに暮らすことができるよう、「みんなでつくる健康、すこやかに過ごせるまち とよなか」を基本理念とし、すべての世代にわたる健康づくりや食育の取組みを推進してまいります。

結びに、本計画の策定にあたり熱心にご議論いただきました「豊中市保健医療審議会」の委員をはじめ関係者の皆様、アンケート調査などにご協力いただきました市民の皆様から感謝を申し上げます。

令和6年(2024年)3月

豊中市長 長内 繁樹

目次

第1章 計画の策定にあたって	1
1 計画策定の趣旨・背景	1
2 計画の位置づけ	3
3 計画の期間	4
4 計画の策定体制	4
第2章 豊中市を取り巻く現状と課題	5
1 統計資料にみる現状	5
2 アンケート調査結果等にみる現状	19
3 前計画の評価・検証	44
4 豊中市での健康づくりを進める上での課題	49
第3章 計画の基本的な考え方	55
1 基本理念	55
2 基本目標	55
3 基本方針	56
4 施策の体系	57
第4章 施策の展開	59
1 栄養・食生活	59
2 身体活動・運動	67
3 たばこ	72
4 アルコール・薬物	76
5 歯や口の健康	79
6 疾病予防・健康管理	83
7 こころの健康・つながり	93
■ 数値目標一覧	99
第5章 計画の推進体制	103
1 計画の推進	103
2 計画の点検・評価	104
3 計画の周知	104
資料編	105
1 用語解説	105
2 豊中市保健医療審議会規則	114
3 豊中市保健医療審議会委員名簿	116
4 豊中市食育推進部会設置要綱	117
5 豊中市食育推進部会委員名簿	119
6 豊中市健康づくり・食育推進会議設置要綱	120
7 関連事業一覧	123