

全体目標	指標	現状値 R5(2023)年	目標値 R16(2034)年
健康寿命の延伸	65歳の平均自立期間 ※65歳の人が要介護2の状態になるまでの期間。値は3年間の移動平均。	男性 17.70年 女性 21.69年 (R2(2020)年)	男性 18.90年以上 女性 22.89年以上 (R14(2032)年)
健康格差の縮小	自覚的健康感(20~69歳) ・現在の健康状態が「よい」「まあよい」「ふつう」の人の割合	85.2%	88.2%以上

重点施策	指標	現状値 R5(2023)年	目標値 R16(2034)年
施策1)健やかな誕生への支援	低出生体重児出生率(出生百対)	10.0 (R3(2021)年)	9.5 (R15(2033)年)
	この地域で子育てをしたいと思う親の割合	93.4% (R4(2022)年)	96%
施策2)子どもの頃からの生活習慣の確立	21時まで就寝する子ども(3歳児)の割合	23.0%	50%
	子ども(3歳児)の動画の視聴時間(2時間以内)の割合	62.2%	70%
	むし歯のない子ども(3歳児)の割合	89.7% (R4(2022)年度)	94% (R16(2034)年度)
施策6)歯と口の健康づくり	1年間に歯科検診を受けた人の割合(20~69歳)	55.8%	65%
	50~60歳代で何でもかんで食べることのできる人の割合	77.8%	90%
	歯周病と全身疾患の関係 周知度		
	・糖尿病 ・早産・低出生体重児出産 ・肺炎	54.6% 34.0% 37.4%	65% 50% 50%
施策7)こころの健康づくり	心理的苦痛を感じている人(K6の値が10点以上の人)の割合	16.7%	11%
施策8)喫煙・受動喫煙対策	喫煙率	全体 17.3% 男性 27.3% 女性 10.3%	13% 21% 7%
	受動喫煙の機会 ・受動喫煙を受けなかった人の割合	全体 47.9% 男性 44.4% 女性 50.8%	73% 70% 75%
	喫煙者の子どもの前での喫煙	30.0%	10%
	過去1年間にがん検診を受けた人の割合(子宮頸がん・乳がんは2年以内)	胃がん 47.7% 大腸がん 41.4% 肺がん 39.8% 乳がん 48.5% 子宮頸がん43.3%	全て60%以上
施策10)生活習慣病(がん・循環器疾患・糖尿病)対策	がん検診精密検査受診率	胃がん 93.5% 大腸がん 86.1% 肺がん 90.7% 乳がん 96.7% 子宮頸がん 91.7% (R3(2021)年度)	98% 90% 98% 98% 98% (R15(2033)年度)
	標準化死亡率(5年間) 心疾患(高血圧性を除く)	男性 107.8 女性 109.9	全て100以下
	脳血管疾患	男性 109.6 女性 101.3 (H29(2017)~R3(2021)年)	(R11(2029)~ R15(2033)年)
	糖尿病の人の治療継続割合	45.5%	55%
施策14)地域とともに進める健康なまちづくり	身近に健康づくりについて話したり、誘ったりする人がいる割合	全体 40.7% 男性 34.5% 女性 45.5%	全体 50% 男性 45% 女性 55%
	地域の人々がお互い助け合っていると思う「強く思う」「どちらかと言えばそう思う」人の割合	34.6%	45%
施策15)食品衛生知識の普及啓発の強化	鶏刺しや鶏たたき等(生や加熱不十分な鶏肉料理)を食べる人の割合	20歳代 14.1% 30歳代 18.5% 40歳代 23.3%	20歳代 12.1% 30歳代 16.5% 40歳代 21.3%
施策26)動物の愛護及び適正飼養の推進	飼主には終生飼養義務があることを知っている人の割合	73.1%	83%
	飼犬に身分表示(所有明示)をしている人の割合	36.6%	71%
	地域猫活動を知っている人の割合	35.5%	56%
施策28)災害時の公衆衛生活動体制の強化	保健所職員及び庁内保健医療専門職の災害研修への参加割合	—	100% R16(2034)年度

第三期高知市健康づくり計画【概要版】
令和6(2024)~17(2035)年度



特徴

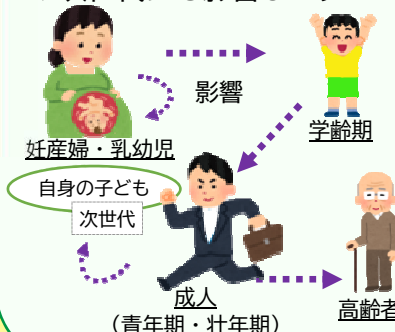
自然に健康になれる環境づくり

健康に関心が薄い人も健康になれるように

例えば…
●身体活動や歩行数の増加につながるような、自然と歩きた

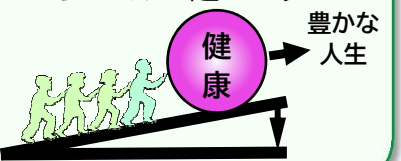
ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり

今の生活習慣は自身の将来や次世代にも影響します



地域とともに進める健康なまちづくり

多様なつながりで健康なまちづくりを進めます



高知市では、平成25年3月に「健康づくり計画」(平成25~29年度)を策定し、本計画はその第三期計画として策定しました。この計画は、健康増進分野に限定せず、市民のいのちと暮らしを守るための健康危機管理体制確保の推進、保健所機能の充実強化等も含めた保健分野の総合的な計画です。「いつまでも みんなが健康に暮らせるまち」の実現に向けて市民や関係する皆さんとともに取組を進めていきます。



重点施策

施策1 健やかな誕生への支援

- 妊娠早期からの切れ目のない支援体制の充実を図ることで、安心して出産を迎えるとともに、「この地域で子育てしたい」と思える子育て支援の体制づくりを進めます。
- 思春期からの健康への意識向上にも取り組みます。

施策28 災害時の公衆衛生活動体制の強化

- 南海トラフ地震は今後30年以内に70～80%の確率で発生すると言われています。
- 南海トラフ地震や台風等の局地的な災害、新たな感染症等健康危機発生時に備え、保健所を中心とした公衆衛生活動の体制を強化していきます。

施策26 動物の愛護及び適正飼養の推進

- 人と動物が共存できるまちを目指し、適正飼養の普及啓発や飼い主のいない猫対策を進めます。
- 動物愛護管理センターの整備・運営を進め、保護した動物の譲渡の推進とともに、動物取扱業への監視指導を徹底していきます。

施策15 食品衛生知識の普及啓発の強化

- 鶏刺しや鶏たたき等の喫食によるカンピロバクター食中毒が多く発生しています。
- 消費者に向けた食中毒の予防対策のための食品衛生知識の普及啓発に取り組みます。

基本理念

いつまでも みんなが ^{すこ}健やかに暮らせるまち

施策2 子どもの頃からの生活習慣の確立

- 乳幼児期の生活習慣は、生涯にわたる健康づくりの基盤となります。家庭や地域で子どもが健康的な生活習慣を確立できるよう支援していきます。
- 適切な生活リズムの確立には、早い就寝時間、朝食摂取が重要で、動画視聴時間も影響します。

I すべての世代で
その人らしく健康な
暮らしができるまち

II 地域のつながりの中
で、自然に心豊かな
暮らしができるまち

III みんなが安全・安心
で健康な暮らしができる
まち

施策14 地域とともに進める健康なまちづくり

- 人とのつながりがある人は、自覚的健康感が高く健康寿命が長いと言われています。
- 地域や職場など多様なつながりによって、自分は健康だと感じることができるまちづくりを、市民や関係者とともに進めていきます。

施策6 歯と口の健康づくり

- 歯と口の健康は、生活の質に大きく関わっています。また、むし歯や歯周病などの歯科疾患や口腔機能は、全身の健康にも影響しています。
- 子どもの頃から、生涯にわたる歯と口の健康づくり

施策7 こころの健康づくり

- こころの健康づくりは自分らしく生きるために重要で、生涯を通じて取り組む必要があります。
- 自殺対策は、幅広い分野と連携した取組を進めていきます。
- 妊産婦のメンタルヘルスケアにも取り組みます。

施策8 喫煙・受動喫煙対策

- 喫煙は、がんや心疾患など様々な病気の発症に影響を与えます。歯周病や低出生体重児出生の危険因子でもあります。
- 禁煙支援や20歳未満の人がたばこを吸い始めないための取組、望まない受動喫煙が生じないための取組を進めます。

施策10 生活習慣病(がん・循環器疾患・糖尿病)対策

- 壮年期(40～64歳)男性の死亡率は全国より高い値です。
- 生活習慣病(がん・循環器疾患・糖尿病)は、初期には自覚症状なく進行する特徴があります。
- 定期的に健(検)診を受け、適切な保健行動をとることで、生活習慣病の早期発見や発症・重症化予防につながる取組を進めます。

統計からみる高知市の現状と目標

