

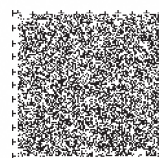
第3次 所沢市保健医療計画

“健幸（けんこう）長寿のまちづくり”をめざして

令和8年度▶令和11年度

令和8年3月

所沢市





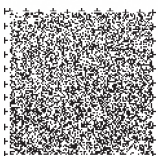
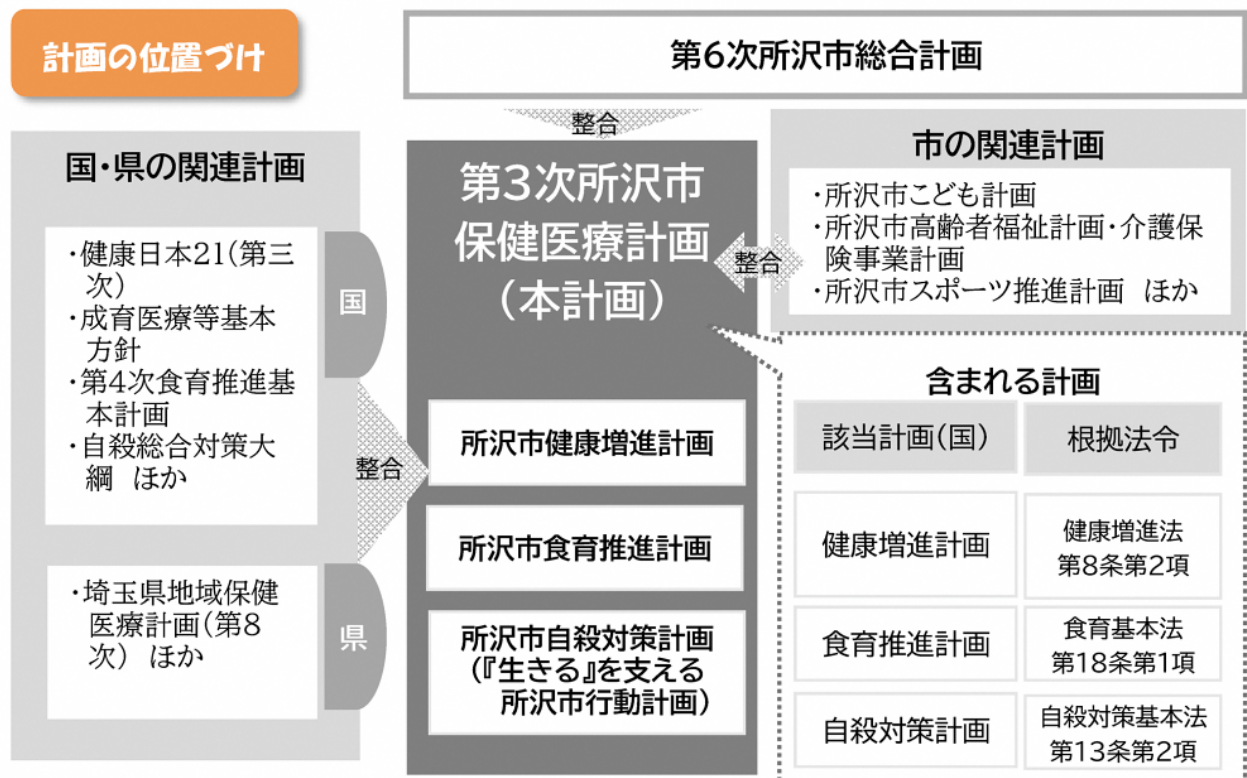
なぜこの計画をつくったのか？

- 平均寿命が延びる一方で、生活習慣病やこころの健康、介護の長期化など、心身ともに健康な状態で長く生きる期間をどのように伸ばしていくか(=健康寿命の延伸)が課題として続いています。
- また、前計画(令和2年度から令和7年度)の間には新型コロナウイルス感染症の流行があり、その影響から行動が変化し、「人とのつながりが減る」、「スマートフォンやタブレットの使用時間が増える」など、将来の健康状態への影響が懸念されています。
- こうした背景から、自分らしく、楽しみながら市民自らが健康づくりに取り組むことができるよう、市や地域の関係団体が協力し合い、市民一人ひとりが心身の健康を実感しながら、地域の中で安心していきいきと暮らせるまち(=健幸(けんこう)長寿のまちづくり)を目指します。

どんな計画？期間はいつまで？

- 所沢市総合計画のまちづくりの目標である「健幸(けんこう)長寿のまちづくり」を目指し、「健康増進」だけでなく、健康に関連する「食育」や「自殺対策」を一つにまとめ、国や県をはじめ、様々な関連計画との整合を図っています。
- 本計画は令和8年度から令和11年度までの4年間です。

計画の位置づけ



何を目指している計画なのか？

計画の全体像を
まとめています



けんこう 健幸長寿のまちづくり

市民一人ひとりが心身の健康を実感しながら、地域の中で安心していきいきと暮らせるまち(=健康で幸せに暮らせるまち)を目指します。

計画の目指している姿(基本理念)を実現するために具体化した視点(施策の柱)を以下のとおり決めました。また、視点に基づき分野別に取り組む方向性を設定しました。

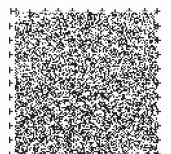
視点1 心身の健康の保持・増進に対する支援

健康への関心を高め、市民が自分のペースで楽しみながら健康づくりに取り組めるようサポートします。また、こころの不調に気づいたときに適切に相談できる力(=相談リテラシー)の普及啓発を進め、様々な場面で市民が自ら行動する機運を高めていきます。

視点2 健康的な生活を送るための環境づくり

多様化する医療ニーズや感染症、気候変動に伴う健康被害に備え、市民が安心して暮らせる環境を整えるため、関係機関と連携し、必要な医療や支援につながる体制づくりを進めます。

| 基本理念 | 視点 | 章 | 節 |
|------------------|-------------------|--------------|----------------|
| 健幸(けんこう)長寿のまちづくり | 心身の健康の保持・増進に対する支援 | 1 健康の保持・増進 | 1 身体活動・運動・生活習慣 |
| | | | 2 栄養・食生活 |
| | | | 3 歯・口腔の健康 |
| | | | 4 女性の健康 |
| | | 2 早期発見・重症化予防 | 1 予防接種 |
| | | | 2 生活習慣病重症化予防 |
| | 健康的な生活を送るための環境づくり | 3 こころを支える支援 | 3 がん |
| | | | 1 こころの健康づくり |
| | | 4 医療提供体制の整備 | 2 『生きる』を支える支援 |
| | | | 1 救急医療 |
| 5 健康危機管理 | 2 地域医療 | | |
| | 3 本市の公立医療機関 | | |
| | | | 1 健康危機管理 |





分野(章)ごとの取組

第1章
健康の
保持・増進

市民の生活に応じて、生涯を通じた健康づくりを支えます
(計画p.63～79)

第1節 身体活動・運動・生活習慣

- ▶ 楽しみながら続けられる運動習慣を広めます。
- ▶ 飲酒や喫煙(受動喫煙含む)による健康への影響について啓発を進めます。

第2節 栄養・食生活

- ▶ バランスの良い食生活の普及啓発を進めます。
- ▶ 心身の健康を支える食育への関心を高めます。

第3節 歯・口腔の健康

- ▶ かかりつけ歯科医や歯科健診(検診)の重要性を周知し、むし歯や歯周病を予防します。
- ▶ 噛んで食べる働きを保つ取組を進めます。

第4節 女性の健康

- ▶ 適正体重に関する知識やがん検診の啓発等を通して、女性ならではの健康づくりを進めます。
- ▶ 相談や各種健診の取組を行い、妊産婦への支援を進めます。

第2章
早期発見・
重症化予防

予防接種や様々な健診(検診)を通じて、病気を早く見つけ、重症化を防ぎます(計画p.80～88)

第1節 予防接種

- ▶ 予防接種に関する知識の普及啓発を進めていくため、わかりやすい情報提供に努めます。
- ▶ 接種率を上げていくため、様々な方法で周知を行い、医療機関と協力しながら、接種機会の確保に努めます。

第2節 生活習慣病重症化予防

- ▶ 健診受診率を上げていくため、定期的な受診やかかりつけ医の重要性を周知していきます。
- ▶ データを活用し、関係機関と協力しながら、脳卒中や心筋梗塞、糖尿病の早期発見につなげます。

第3節 がん

- ▶ がん検診の受診者数を増やしていくため、がん検診の普及啓発や関係機関との連携を進めます。
- ▶ がんに対する正しい知識について、わかりやすい情報提供に努めます。

計画全体で共通して進めること

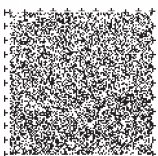
市民主体の健康づくりの推進支援

誰でも気軽に、健康づくりをはじめよう

忙しい人でも健康づくりを続けられるように、必要な情報が届きやすい環境をつくります。

取組例

- ▶ ほっとメールを使ったプッシュ型の情報発信
- ▶ YouTube での健康セミナー動画配信



第3章 こころを支える支援

こころの不調に
気づいて寄り添う
地域を目指します
(計画p.89~95)

第1節 こころの健康づくり

- ▶ こころの健康に関する正しい知識を広めるとともに、相談リテラシーの普及を進めます。
- ▶ 相談しやすい環境を整えます。
- ▶ 関係機関と連携し、精神障害にも対応した地域包括ケアシステムを構築・推進します。

第2節 『生きる』を支える支援

- ▶ 様々な人の悩みに寄り添い、生きづらさを抱える人を支えます。
- ▶ こころの不調を抱える人の早期発見、適切な対応につなげるため、「こころのサポーター」を養成します。

第4章 医療提供体制の整備

安心して医療を受けられる体制を整えます
(計画p.96~109)

第1節 救急医療

- ▶ 関係機関の協力の下、初期救急医療(外来の軽症患者)と第二次救急医療(入院や手術が必要な重症患者)体制を維持します。

第2節 地域医療

- ▶ 関係機関の協力の下、小児の入院や手術が必要な重症患者の医療体制を維持します。
- ▶ 在宅療養の知識を広めます。

第3節 本市の公立医療機関

- ▶ 本市の公立医療機関(所沢市市民医療センター、所沢市歯科診療所あおぞら)として、地域の中で求められる役割を果たしていきます。

第5章 健康危機管理

感染症や災害などに備え、体制を整えます
(計画p.110~116)

第1節 健康危機管理

- ▶ 感染症に関する正しい知識を広めるとともに、実践的な訓練を行います。また、関係機関との連携を進めます。
- ▶ 災害時に速やかに医療救護ができるよう備え、避難所の感染症対策や平常時からの健康管理の意識を高めます。
- ▶ 熱中症の注意を呼びかけ、暑さをしのぐ場所を整えます。
- ▶ AEDの設置や使い方の情報を広めます。

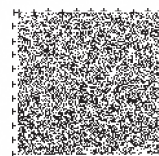
多様な主体との連携・協働

みんなでつくる、健幸(けんこう)長寿のまち

市民・事業者・関係団体などと力を合わせて、誰もが自然と健康になれる環境をつくります。

取組例

- ▶ 民間事業者との連携事業
- ▶ 災害時医療等に関する協定の締結

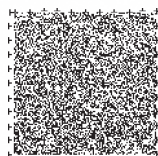




取組に対する具体的な目標指標は何か？

視点1 心身の健康の保持・増進に対する支援

| 体系 | 目標指標 | 現状 | 目標値 |
|-------------------------|--|----------------------|----------------------|
| 第1章 健康の保持・増進 | | | |
| 第1節 身体活動・運動・生活習慣 | | | |
| (1)身体活動・運動 | 日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施している者の割合 | 52.2% | 54.0% |
| (2)飲酒・喫煙 | 喫煙率の減少(喫煙をやめたい者がやめる) | 20.3% | 19.9% |
| | 生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合 | 男性 21.9% 女性 21.4% | 男性 21.0% 女性 19.0% |
| 第2節 栄養・食生活 | | | |
| (1)適正体重を維持するための知識の普及 | 適正体重の維持に努める者の割合 | 未実施 | 95.0% |
| (2)バランスの良い食生活の普及 | 朝食を抜くことが週に3回以上ある者の割合 | 19.0% | 18.0% |
| (3)食育の推進 | 食への関心がある者の数 | 328人 | 400人 |
| 第3節 歯・口腔の健康 | | | |
| (1)歯と口の健康意識の向上 | かかりつけ歯科医をもつ者の割合 | 63.6% | 70.0% |
| (2)口腔内疾病の予防 | むし歯のない3歳児の割合 | 95.3% | 現状値以上 |
| | むし歯のない12歳児の割合 | 81.2% | 87.0% |
| (3)口腔機能の獲得・維持・向上 | 50歳以上における咀嚼良好者の割合 | 80.2% | 81.5% |
| 第4節 女性の健康 | | | |
| (1)女性の健康づくりの推進・普及啓発 | 女性の健康づくりに関する周知啓発 | 実施 | 充実 |
| | 乳がん検診受診率の向上 | 9.9% | 10.7% |
| (2)妊産婦への保健対策 | 妊婦の喫煙率 | 0.7% | 0% |
| 第2章 早期発見・重症化予防 | | | |
| 第1節 予防接種 | | | |
| (1)予防接種に関する知識の普及 | 勧奨通知による疾病罹患予防の重要性、予防接種の有効性、副反応等の知識の普及啓発の実施 | 実施 | 継続 |
| (2)予防接種接種率の向上 | 二種混合予防接種の接種率 | 87.4% | 89.0% |
| 第2節 生活習慣病重症化予防 | | | |
| (1)脳卒中・心筋梗塞 | 血圧が保健指導判定値以上の者の割合 | 51.8% | 50.0% |
| (2)糖尿病 | 糖尿病が疑われる者(HbA1c6.5%以上)のうち糖尿病のレセプトがない者の割合 | 17.6% | 15.0% |
| 第3節 がん | | | |
| (1)早期発見・早期治療 | がん検診の受診者数 | 44,287人 | 48,000人 |
| (2)がんに関する正しい知識の啓発 | | | |
| 第3章 「こころを支える支援」 | | | |
| 第1節 こころの健康づくり | | | |
| (1)精神保健福祉に関する正しい知識の啓発 | こころの健康講座・セミナーへの参加者及び視聴者数 | 2,300人 | 2,576人 |
| (2)相談体制の充実 | 精神保健相談事業の実施 | 実施 | 充実 |
| (3)こころの健康に向けた環境整備 | 自立支援協議会こころ部会を通じた連携体制の構築 | 実施 | 充実 |
| 第2節 『生きる』を支える支援 | | | |
| (1)生きることの促進要因等への支援 | 思春期こころの健康相談事業の実施 | 実施 | 継続 |
| (2)早期の気づきと支援体制の充実 | こころのサポーター養成講座の修了者数 | 未実施 | 120人 |

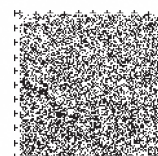


視点2 健康的な生活を送るための環境づくり

| | 体系 | 目標指標 | 現状 | 目標値 |
|------------------|-------------------------|--------------------------------|-------|---------|
| 第4章 医療提供体制の整備 | 第1節 救急医療 | | | |
| | (1)初期救急医療体制 | 在宅当番医制の実施状況 | 実施 | 継続 |
| | (2)第二次救急医療体制 | 所沢地区病院群輪番制の実施状況 | 実施 | 継続 |
| | 第2節 地域医療 | | | |
| | (1)小児医療・周産期医療 | 小児科救急医療病院群輪番制の実施状況 | 実施 | 継続 |
| | (2)地域医療の充実 | 所沢准看護学院・所沢看護専門学校卒業生(合格者)の市内就職率 | 47.0% | 毎年50%以上 |
| | (3)在宅療養に関する知識の普及 | 在宅療養に関する情報発信 | 実施 | 継続 |
| 第3節 本市の公立医療機関 | | | | |
| (1)所沢市市民医療センター | 小児初期救急医療体制の維持 | 実施 | 継続 | |
| (2)所沢市歯科診療所あおぞら | 一般の歯科診療所では対応が困難な診療体制の実施 | 実施 | 継続 | |
| 第5章 健康危機管理 | 第1節 健康危機管理 | | | |
| | (1)感染症対策 | 新型インフルエンザ等対策訓練の実施 | 実施 | 継続 |
| | (2)災害時医療 | 所沢市業務継続計画(BCP)に基づく訓練の実施 | 実施 | 継続 |
| | (3)安心・安全な環境整備 | 市内クーリングシェルターの指定数 | 48件 | 現状値以上 |

よりスムーズに計画を進めるために・・・

- ▶ 取組を進めるにあたって、PDCA サイクル(下図を参照)の考え方に基づき、様々なデータも活用し、取組の効果に対する評価や推計を行い、根拠をもって効果的に計画を推進していきます。
- ▶ 計画をよりスムーズに推進していくため、計画全体を通して「市民主体の健康づくりの推進支援」「多様な主体との連携・協働」について、横断的に取り組み、各年度の取組に対する総括的な評価を行うことで、その後の各個別の取組の改善等へつなげていきます。



第3次所沢市保健医療計画(概要版)

令和8年度～令和11年度

令和8年3月発行

所沢市 健康推進部 保健医療課

〒359-8501 埼玉県所沢市並木一丁目1番地の1

TEL 04-2998-9385 FAX 04-2998-9061

