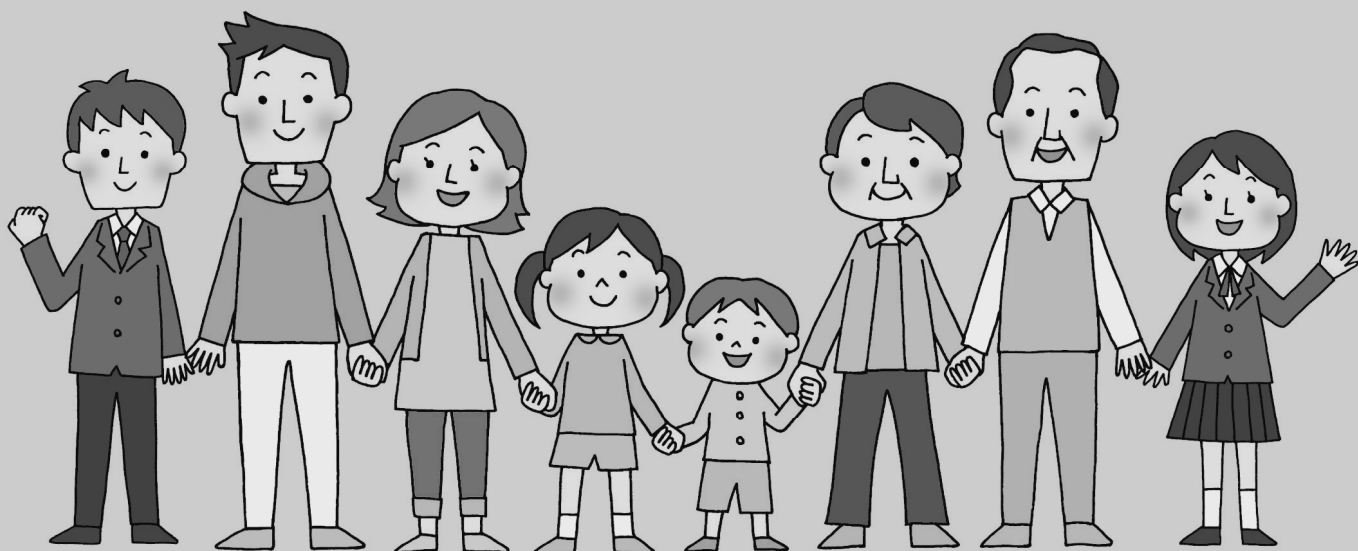


第3次 西宮市健康増進・ 食育推進計画

令和6(2024)年度～令和17(2035)年度



令和6(2024)年3月

西宮市

“誰もが健康でいきいきと暮らせる西宮”の実現をめざして

生涯にわたって健康で、自分らしく、いきいきと暮らし続けることは、誰もが望む私たち共通の願いです。令和元（2019）年度末から新型コロナウイルス感染症の感染拡大とそれに伴う社会の変化を通じ、改めて健康に対する意識が高まっており、「健康寿命の延伸」が重要であると考えています。



本市では、平成 25（2013）年に策定した「新・にしのみや健康づくり 21（第2次）西宮市健康増進計画」「西宮市食育・食の安全安心推進計画」に基づき、健康増進、生活習慣の改善、健全な食生活の実践や食の安全安心の確保に取り組んでまいりました。この度、令和5（2023）年度で計画期間が終了することから、健康増進、食育を一体的に推進していくべく2つの計画を一体化し、これまでの施策や事業等の進捗、評価を踏まえつつ、新たな課題にも対応した「第3次西宮市健康増進・食育推進計画」を策定しました。

本計画は、国や県の健康づくりに関する動向を踏まえつつ、「健康管理と健（検）診」「身体活動・運動」「休養・こころの健康」「たばこ」「アルコール」「歯・口腔の健康」「栄養・食生活 -健やかなからだを育む食育-」「栄養・食生活 -健やかなこころを育む食育-」「栄養・食生活 -安全・安心で持続可能な食をつなぐ食育-」「分野横断的な取組」の10分野について、行政をはじめ、地域・関係団体、学校・園等、それぞれの取組を示しています。

基本理念として掲げる「誰もが健康でいきいきと暮らせる西宮～健やかなからだと豊かなこころを育めるまち～」の実現を目指し、市民の皆さまとともに、本計画の推進に努めてまいりますので、より一層のご支援とご協力を賜りますよう、よろしくお願いいたします。

結びに、本計画の策定にあたり、ご尽力いただきました「西宮市健康増進計画・食育推進計画推進会議」の皆さまをはじめ、アンケート調査等にご協力いただいた皆さま、及び関係者の皆さまに心からお礼申し上げます。

令和6（2024）年3月

西宮市長
石井登志郎

目次

第1章 計画の基本的事項.....	1
1 計画の背景と趣旨.....	2
2 計画の位置づけ.....	3
3 計画の期間.....	4
4 計画の策定体制.....	5
5 健康づくりの考え方.....	6
6 健康づくりと持続可能な開発目標（SDGs）.....	7
第2章 西宮市の健康づくりの現状と課題.....	9
1 市民の健康を取り巻く現状.....	10
2 健康増進・食育推進に係る市の現状と課題.....	22
第3章 計画の基本的な考え方.....	49
1 基本理念.....	50
2 基本目標.....	51
3 基本方針.....	51
4 施策体系.....	52
5 目標指標.....	53
6 健康づくり・食育に対する本市の考え.....	56
第4章 健康づくり・食育の施策.....	57
1 健康管理と健（検）診.....	58
2 身体活動・運動.....	62
3 休養・こころの健康.....	66
4 たばこ.....	71
5 アルコール.....	74
6 歯・口腔の健康.....	77
7 栄養・食生活 -健やかなからだを育む食育-	80
8 栄養・食生活 -健やかなこころを育む食育-	84
9 栄養・食生活 -安全・安心して持続可能な食をつなぐ食育-	87
10 分野横断的な取組.....	91
第5章 計画の推進体制と進行管理.....	93
1 計画の推進体制.....	94
2 進行管理.....	95

第6章 ライフステージにあわせた健康づくり・食育.....	97
1 妊娠・乳幼児期(0～5歳).....	98
2 学童・思春期(6～19歳).....	99
3 青年・壮年期(20～39歳).....	100
4 中年期(40～64歳).....	101
5 高齢期(65歳以上).....	102
資料編.....	103
1 西宮市健康増進計画・食育推進計画推進会議運営要領.....	104
2 西宮市健康増進計画・食育推進計画推進会議委員名簿.....	105
3 計画の策定経過.....	106
4 用語解説集.....	107