

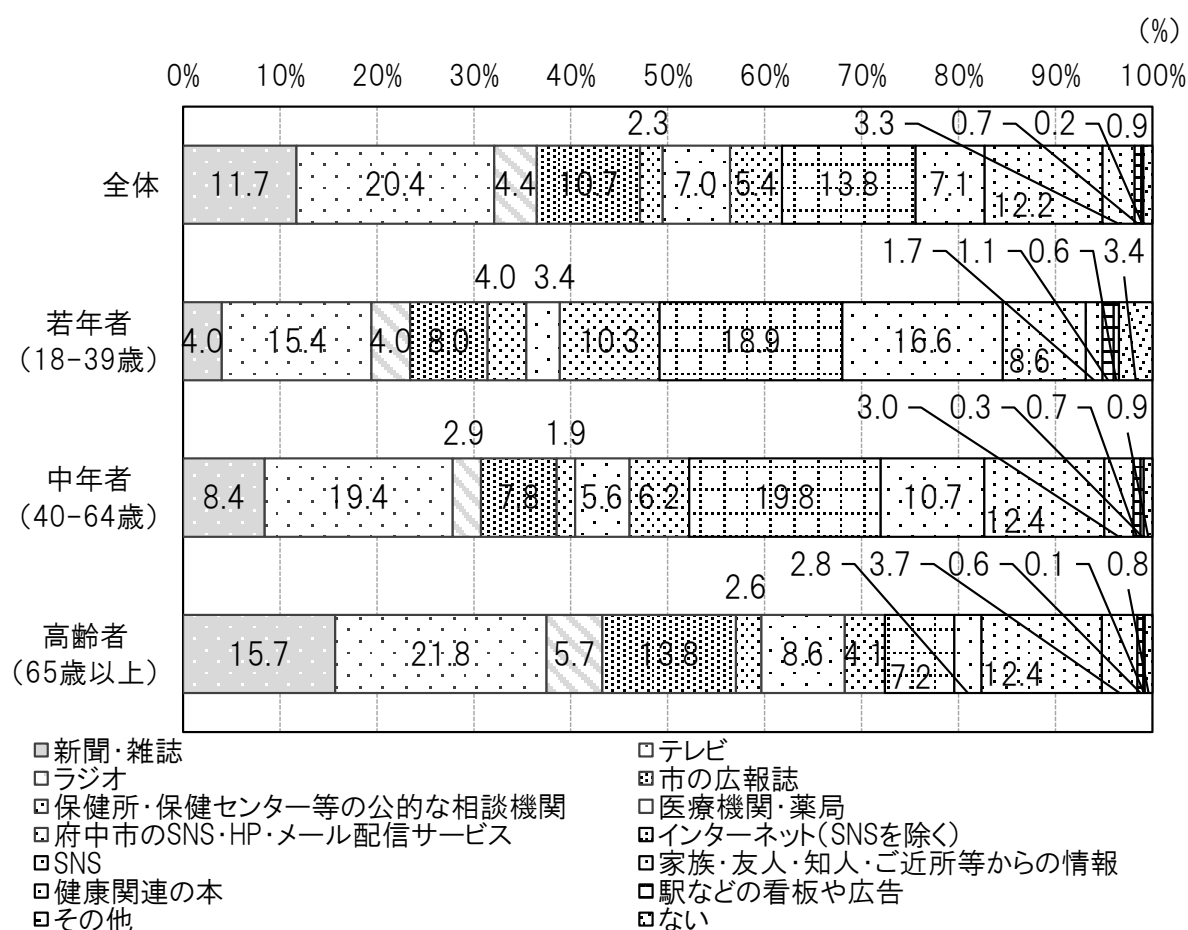
基本方針１ ライフコースアプローチを踏まえた健康づくりの推進

具体的取組 1 からだの健康づくりを支援する

① 現状

- がんや心疾患、脳血管疾患は、本市において主要な死因の一つとなっています。がんによる年齢調整死亡率は 10 万人当たり 220~240 人と低い水準で推移していますが、脳血管疾患の死亡率は東京都が総じて減少傾向にある一方で、本市では徐々に増加傾向にあり、令和元年から令和 5 年で 10 万人当たり約 14 人上昇しています。(P○参照)
- 「『健康と安全・安心な暮らし』に関する市民アンケート調査」によれば、健康情報の入手手段は、高齢者ではテレビ・新聞・雑誌、中年者ではインターネットやテレビ、若年者では SNS を含めたインターネットが主な情報源となっており、世代によって差が見られます。

図表 1 健康情報の入手手段



【出典】府中市「令和7年度『健康と安全・安心な暮らし』に関する市民アンケート調査」

- [illegible]

② これまでの取組

- 脳血管疾患の死亡率は増加傾向にあり、市では各種健（検）診や人間ドック受診費用の助成などを通じて他の生活習慣病とあわせて支援してきました。各種健（検）診の勧奨を受けた市民の受診率は、そうでない市民を含めた全体の受診率よりも高く、一定の効果が見られます。
- 情報発信の取組の一例として、受動喫煙防止対策事業ではリーフレット等の配布やポスターの掲示等を進めてきましたが、市民アンケート調査では喫煙率はほぼ横ばいとなっています。また適正な量の飲酒を啓発する「健康教育」などの事業や、学校教育として未成年飲酒の防止を啓発することに取り組んできました。

③ 計画にて対応する必要のある課題

- からだの健康を維持・増進するためには、日頃から自分の体調を意識し、健康的な生活習慣を身に付け維持することが重要なことから、現時点で健康への関心が低い市民にも情報を確実に届け、行動変容を促し得る啓発の方法・メッセージの内容等を工夫していく必要があります。また、喫煙や飲酒、フレイル予防などをはじめとした様々な分野でこれまで行われてきた啓発が、実際に市民の生活習慣の改善に活かされてきたのかを把握し、アプローチを検討する必要があります。
- ➡ 生活習慣病の発症を避けるには、定期的に健（検）診等を受診し、市民一人ひとりが自分の健康状態を把握し、問題があれば適切な治療を受ける必要があります。がん検診や特定健康診査をはじめとした健（検）診の受診率は低い水準で推移しており、対象者の属性に応じた方法で検診受診を勧めていく必要があります。また、健（検）診の結果に異常があった市民の受診・治療の継続を支援する事業は、利用した市民の行動変容を起こしていますが、利用する市民の数が限られています。こちらも同様に、対象者の属性に応じた方法で勧めていく必要があります。
- ○○…

④ 目指す方向性

- 主要な死因であるがんや心疾患、脳血管疾患などの生活習慣病の発症を避けるには、健康的な食生活や運動習慣の他に、喫煙や飲酒を抑えるなどの健康的な生活習慣を身に付け維持する必要がありますが、若年者は運動や食生活の面で、高齢者は飲酒・喫煙の面でそれぞれ習慣づけの促進を図っていきます。
- 実際に習慣を作るのは市民一人ひとりに期待されることですが、市では、生活習慣病の予防や生活習慣の改善に向けて、広報紙やホームページ・ SNS など様々な媒体において、現時点で健康への関心がない市民にも情報を確実に届け、からだの健康づくりを促すことができる知識の発信を推進します。

⑤ 主な取組

(ア) からだの健康づくりを実践するための正しい知識の啓発

市民の運動習慣や食生活改善等を目的として、市民の健康への意識を喚起し、健康づくりの実践につなげるための知識を啓発します。市民が自ら申し込む講義・体験プログラムや、街頭や建物内におけるポスター・リーフレットの設置だけでなく、SNSによる発信や、「健康応援ガイド」の全戸配布による

直接的なアプローチ等、情報を届けたい市民の属性に応じた適切な手法により啓発を行うことで、現時点で健康への関心がない市民でも行動変容を期待できるような、より効果的な普及啓発を図ります。

市民に期待する取組	● 運動や食生活、依存症、受動喫煙防止等の健康に関する正しい知識を得ようとする事、得た知識を日頃の生活でいかすこと ● 健康づくりに向けた取組やがん検診の受診機会を知ること
市の主な事業や取組	● 健康応援ガイド ● 健康教育 ● 受動喫煙防止対策

(イ) 定期的な健（検）診等受診・保健指導等の促進

[illegible]

(ウ) ライフステージの特性に応じたからだの健康を守る相談支援の推進

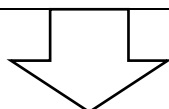
[illegible]

⑥ 指標と目標

2026 年 7-8 月にかけて検討予定

【事業実施による成果】

事業	指標	現状値	目標・目指す方向
特定健康診査	特定健康診査の受診率	〇〇〇	上げる
特定保健指導	特定保健指導の実施率	〇〇〇	上げる
がん検診	がん検診の受診率	〇〇〇	上げる



【府中市と府中市民の状態】

指標	現状値	目標・目指す方向
喫煙率	〇〇〇	下げる
メタボリックシンドローム該当者の割合	〇〇〇	下げる
がんによる年齢調整死亡率	〇〇〇	下げる