

1. 基本理念

つなげよう健康の環^わ ～世代を超えてつながる健康なまち府中～

市では、これまで、市民の健康寿命の延伸に向け、一人ひとりが健康課題を自分のこととして捉え、主体的に健康づくりに取り組むことのできる環境づくりを推進してきました。また、健康の維持・増進に必要な知識を地域全体で共有し合いながら、個人、関係機関、団体や企業、行政が一体となって健康づくりを広げるまちを目指してきました。その上で、健康寿命の延伸に向け、市民の健康意識の向上を図るとともに、望ましい生活習慣の定着と自発的な健康管理を実践できるように取り組んできました。

一方、市民の平均寿命の延伸に対して健康寿命が横ばいで推移していることや、健康へのリスクが高まる中年期・高齢期の市民の増加、健康意識や健康的な生活習慣の実践機会に課題がみられます。このため、健診やがん検診の受診等を含めた健康管理に関する取組や、地域や職域と連携した取組の充実が求められています。これらの取組は、子どもから高齢期までの生涯を通じて健康を捉え、各ライフステージの健康状態や生活習慣が将来の健康に影響するというライフコースアプローチの視点を踏まえて推進することが重要です。また、近年の新興感染症の流行や気候変動の影響による極端な高温などの災害への対応として、健康危機管理体制の充実も求められています。

現在、そして今後起こり得る健康課題に対して的確かつ柔軟に対応するためには、これまで築いてきた健康づくりの基盤を活かすとともに、これまで以上に地域社会のつながりを重視して、市民、関係機関、団体や企業、行政が一丸となって健康づくりに取り組むことが必要です。

これらを踏まえ、市では本計画の基本理念を「つなげよう健康の環(わ)～世代を超えてつながる健康なまち府中～」と定め、具体的な取組を展開します。

2. 基本方針

第4次保健計画では、基本理念である「つなげよう健康の環(わ)～世代を超えてつながる健康なまち府中～」の実現に向けて、次の3つの基本方針を定め、具体的な取組を展開します。

(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

健康づくりは生涯を通して大切ですが、人生の各段階で抱える健康上の課題は異なります。中年期の健康課題は、若年期からの生活習慣の積み重ねが影響し、高齢期の健康状態にもつながります。そこで、人生の各段階を独立して考えるのではなく、時間軸でつなげて、早い時期からの支援や環境整備によって、健康寿命の延伸と健康格差の縮小を目指すライフコースアプローチの考えに基づき、取組を推進します。

また、健康は、日々の生活習慣の積み重ねが何より大切です。市民一人ひとりが自分のからだところの健康について関心を持ち、必要な健康情報を適切に入手・活用し、正しい知識を身につけ、健康的な生活習慣を実践できるよう、健康づくりに対する意識を高める啓発、健（検）診の機会の提供や健康づくりに対する相談などの充実を図ります。

(2) ソーシャルキャピタルを活用した健康づくりの推進

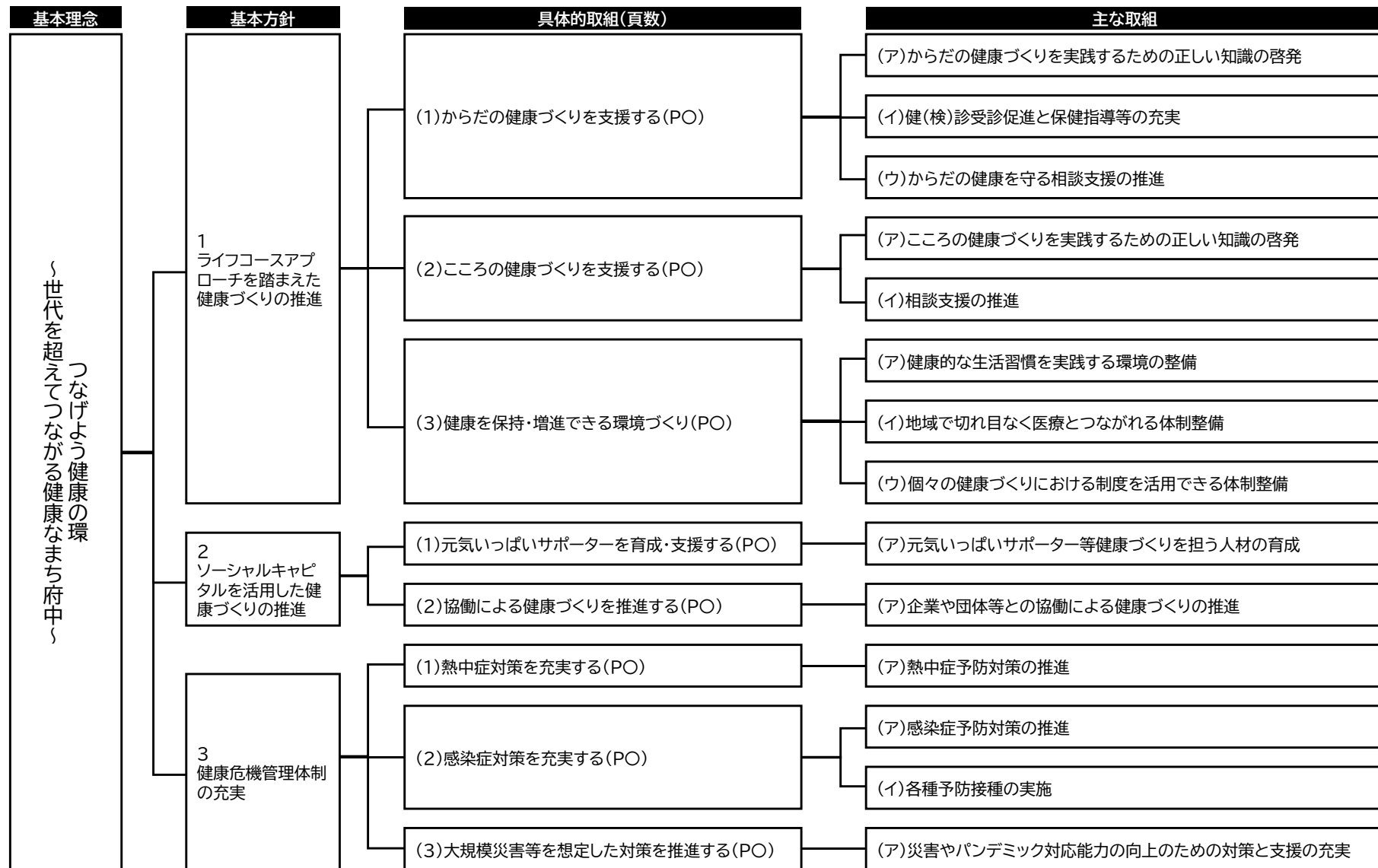
市では、健康づくりを推進するため、地域に根ざした信頼や社会規範、ネットワークといった人と人とのつながりがもたらす力を指す「ソーシャルキャピタル」の醸成・発展に取り組んできました。一方で、高齢化や単身世帯の増加、地域や人々のつながりが希薄になるなど、社会の変化に伴い健康上の課題も多様化・複雑化しています。そのため、個人の取組に加えて、地域住民や関係機関、企業等との協働により、これまで醸成・発展してきたソーシャルキャピタルを活用し、誰もが自然に健康づくりに取り組むことができる地域社会の実現を目指します。

(3) 健康危機管理体制の充実

近年多発する自然災害に加え、新型コロナウイルス感染症の流行や、気候変動の影響による災害級の暑さなど、健康危機は多様化・複雑化しています。

こうした健康危機から市民の生命及び健康を守るため、平時から関係機関と連携を強化し、人材育成や訓練の実施及び必要な体制整備など、健康危機管理体制の充実を図ります。

3. 施策体系



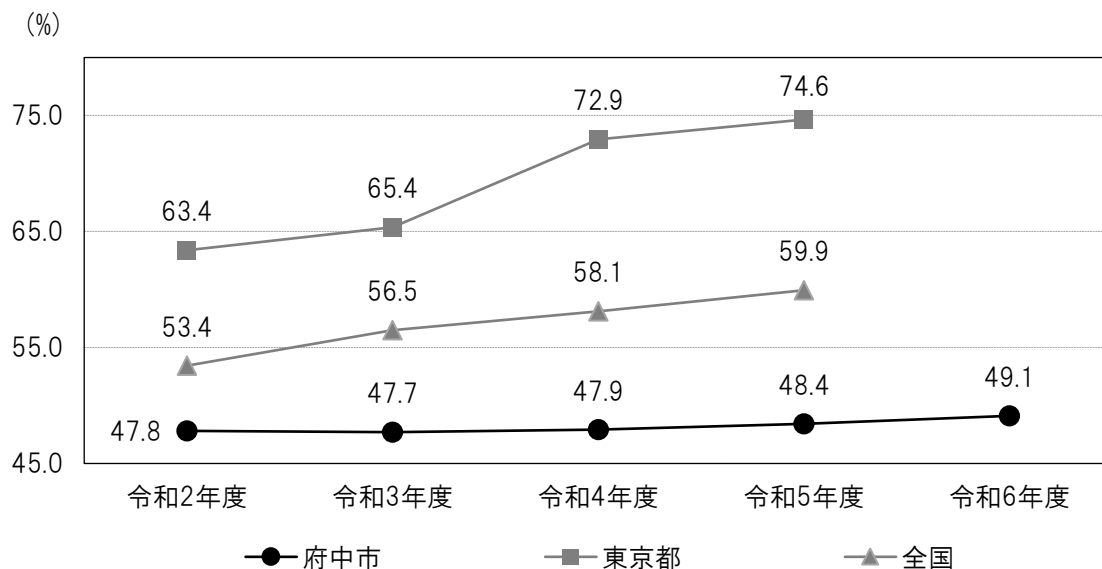
基本方針１ ライフコースアプローチを踏まえた健康づくりの推進

具体的取組１ からだの健康づくりを支援する

① 現状

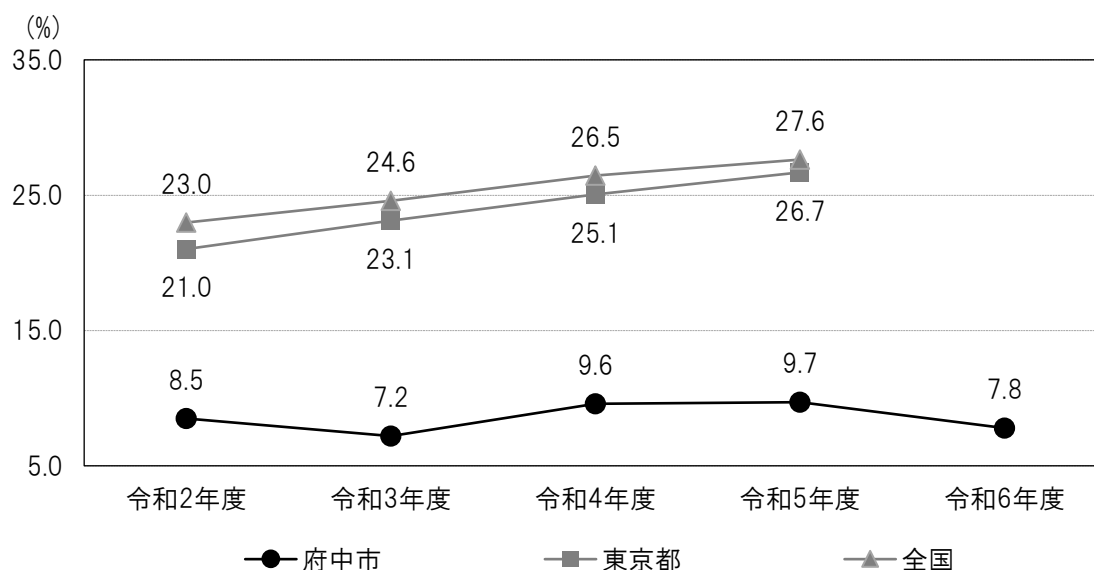
- 出生数と出生率は年々減少し、令和２年から６年にかけて出生数は約 300 人、出生率は 1.3 ポイント減少しています。（P○参照）そのため、安心して子どもを産み育てられる環境づくりが重要です。
- 市民アンケート調査によると、男性・高齢者・肥満といった層で相対的に喫煙者が多い傾向にあります。また、飲酒については、おおむね若い年代ほど飲酒量が少ない一方で、高頻度・多量の飲酒をする層もあり、飲酒習慣の二極化の傾向がみられます。
- メタボリックシンドローム該当者の割合は近年増加しており、男性は女性と比べて該当者・予備群の割合が高い状況です。（P○参照）
- 特定健康診査等の受診率及び保健指導の実施率はほぼ横ばいであり、全国・東京都に比べて低い水準で推移しています。

図表 1 特定健康診査の受診率の推移



【出典】府中市：府中市 保険年金課資料
全国・都：厚生労働省「特定健康診査・特定保健指導の実施状況」

図表 2 特定保健指導の実施率の推移



【出典】府中市：府中市 保険年金課資料
 全国・都：厚生労働省「特定健康診査・特定保健指導の実施状況」

- 65 歳以上の要介護認定者数は年々増加しています。(P○参照) 要介護認定率を見ると、東京都と比べると低いものの、全国と比べると高い水準で推移しています。
- がんや心疾患、脳血管疾患は、本市においても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)
- がん検診の受診率は、東京都と比較しておおむね低い傾向にあります。

図表 3 がん検診受診率（全年齢）の推移

がんの種類	性別	地域	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度	(%)
胃がん (X線＋ 内視鏡)	全体	府中市	5.3	3.1	4.2	6.4	7.5	
		東京都	10.2	11.3	11.4	12.3	12.3	
	男性	府中市	5.3	3.0	4.2	6.0	7.2	
		東京都	9.4	10.4	10.5	11.2	11.1	
	女性	府中市	5.3	3.2	4.3	6.8	7.8	
		東京都	10.9	12.1	12.2	13.3	13.3	
肺がん	全体	府中市	2.2	2.4	3.5	2.5	3.8	
		東京都	10.6	11.7	12.7	12.1	12.1	
	男性	府中市	2.2	2.3	3.4	2.7	4.3	
		東京都	8.9	9.8	10.6	10.0	10.2	
	女性	府中市	2.2	2.4	3.5	2.3	3.2	
		東京都	12.1	13.3	14.6	13.6	13.9	
大腸がん	全体	府中市	8.7	6.6	9.8	8.4	9.0	
		東京都	21.0	21.6	22.3	21.9	21.4	
	男性	府中市	6.5	3.6	7.5	6.3	6.6	
		東京都	16.9	17.4	18.0	17.6	17.2	
	女性	府中市	10.9	9.4	12.1	10.4	11.3	
		東京都	24.8	25.5	26.4	25.7	25.2	
子宮頸がん	女性	府中市	9.2	6.6	8.6	16.1	15.3	
		東京都	18.6	20.3	21.0	21.7	21.5	
乳がん	女性	府中市	13.9	8.5	13.0	24.0	22.9	
		東京都	20.6	20.8	20.9	21.9	21.7	

【出典】東京都「東京都がん検診精度管理評価事業」等

図表 4 がん検診精密検査受診率（全年齢）の推移

がんの種類	性別	地域	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度（％）
胃がん（X線）	全体	府中市	91.9	97.0	93.9	82.4	92.2
		東京都	71.2	71.8	71.6	69.8	69.2
	男性	府中市	89.3	96.6	89.6	73.0	88.9
		東京都	69.3	69.5	69.6	68.5	68.3
	女性	府中市	96.6	97.9	98.0	93.5	97.2
		東京都	73.4	74.6	74.1	71.2	70.4
胃がん（内視鏡）	全体	府中市	0.0	0.0	100.0	99.1	100.0
		東京都	89.8	83.7	90.3	96.8	95.0
	男性	府中市	0.0	0.0	100.0	97.8	100.0
		東京都	89.7	85.0	90.0	96.3	94.3
	女性	府中市	0.0	0.0	100.0	100.0	100.0
		東京都	90.0	82.4	90.6	97.4	95.6
肺がん	全体	府中市	92.6	85.7	96.3	84.0	81.3
		東京都	63.2	69.3	72.1	74.6	71.9
	男性	府中市	92.9	91.7	94.7	75.0	81.8
		東京都	62.7	68.7	71.1	73.4	71.2
	女性	府中市	92.3	81.3	97.6	100.0	80.0
		東京都	63.6	69.9	72.9	75.6	72.4
大腸がん	全体	府中市	81.6	82.6	78.0	79.2	82.3
		東京都	56.7	57.5	58.4	58.9	61.3
	男性	府中市	78.3	78.7	77.7	77.7	81.5
		東京都	56.3	56.5	58.1	58.1	61.0
	女性	府中市	84.3	84.4	78.3	80.4	82.9
		東京都	57.1	58.4	58.7	59.6	61.6
子宮頸がん	女性	府中市	89.9	93.9	88.8	91.9	79.5
		東京都	70.1	76.6	76.4	78.1	79.6
乳がん	女性	府中市	96.6	97.0	93.5	94.9	95.8
		東京都	85.0	87.1	88.0	88.7	88.9

【出典】東京都「東京都がん検診精度管理評価事業」等

- 健康情報の入手手段は、若年者ではSNSを含めたインターネット、中年者ではインターネットやテレビ、高齢者ではテレビ・新聞・雑誌が主な情報源となっており、世代によって違いがみられます。

② これまでの取組

- 妊婦や乳幼児に対する各種健診や新生児訪問のほか、「パパママ学級」などの取組を進めてきました。
- 受動喫煙対策では非喫煙者の望まない受動喫煙を防止し、喫煙者が禁煙に関する情報を得られること等を目的とする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。
- 生活習慣病の発症及び重症化予防のため、特定健康診査等を実施し、生活習慣の改善が必要とされる市民には、保健指導等を実施し、生活習慣病の発症及び重症化予防に取り組んできました。

- フレイル予防のため、「介護予防講座」「摂食・嚥下機能支援システム（食べる・飲み込む機能支援相談窓口）」などの事業に取り組んできました。
- 各種がん検診や心疾患予防啓発のための検診などを実施し、精密検査受診率を高い水準で維持してきました。
- 各専門職が健康相談を受ける「保健相談室」などにより、市民の健康に関する不安の解消に努めてきました。
- 「健康教育」については、保健・歯科・栄養、それぞれの分野で健康づくりに関する講演会を実施してきました。

③ 課題

- 世代や属性により健康情報の入手手段や健康への関心度が異なることから、市民一人ひとりの状況に応じて必要な健康情報を効果的に届け、行動変容につながる普及啓発を推進する必要があります。
- がん検診や特定健康診査をはじめとした健（検）診の受診率の向上を図るために、対象者の属性に応じた方法で受診を勧めていく必要があります。
- からだの健康に関する相談窓口については、市民が必要に応じて利用できるよう、認知度の向上を図る必要があります。

④ 目指す方向性

- 生活習慣病予防のため、健康的な生活習慣の実践につながる啓発を行います。
- 市民の健康維持・増進及び生活習慣病の発症・重症化予防を図るため、ライフステージに応じた各種健（検）診を実施します。特に、がん検診の個別医療機関での受診体制整備を進め、受診機会の拡大と利便性の向上を図り、受診率の向上を目指します。
- 市民の健康課題の解決に向けて支援するために、各種相談窓口の周知を図り、様々な相談に丁寧に対応します。

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

市民が自らの運動習慣等を振り返り、生活習慣病を予防することを目指して、健康づくりの実践につなげるための啓発を行います。ライフステージに応じた健康情報を、講座・体験プログラムや、街頭・建物内におけるポスター・リーフレットの配架に加え、SNS による発信、「健康応援ガイド」等を活用して発信することで、必要な健康情報にアクセスできる環境を整え、健康情報を理解し活用できるよう支援します。

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て、日頃の生活で実践する ● 健康づくりに向けた取組やがん検診の受診機会を知る
市の主な事業や取組	● 健康応援ガイドの作成・配布 ● 健康教育 ● 受動喫煙防止対策

(イ) 健（検）診受診促進と保健指導等の充実

ライフステージに応じた健（検）診の機会を提供し、必要な保健指導などを行います。また健（検）診の受診率や、保健指導の利用率向上に向けて、対象者の属性に応じた方法で勧奨を行います。

A) 母子保健及び学校保健事業の推進

妊娠前からの健康づくり（プレコンセプションケア）の推進や妊娠期から子育て期まで切れ目のない健康支援の一環として妊産婦検診や乳幼児健診、学校健診など、様々な健（検）診の機会を提供します。

市民に期待する取組	● 健康診断の情報を調べ、対象となる健康診断を受診する ● 各種健（検）診の結果を理解し、必要に応じて受診や生活習慣の改善に取り組む
市の主な事業や取組	● 妊婦健康診査 ● 乳幼児健診・幼児歯科健診 ● 児童・生徒健康検査事業

B) 成人保健事業の推進

がん検診等の受診促進を図るとともに、特定健康診査等では、結果に応じて保健指導や医療機関への受診支援を行い、生活習慣病の発症予防及び重症化予防を推進します。

また、高齢期の市民には、フレイルなどのライフステージ特有の健康課題の早期発見・早期治療につながる健（検）診の機会を充実させていきます。

歯や口の健康については、すべての世代で、成人歯科健康診査を実施し、かかりつけ歯科医を持つことの必要性や、むし歯・歯周病、口腔機能の低下を早期に発見し、生涯にわたって自分の歯と口の健康を保つことの重要性を啓発していきます。

市民に期待する取組	● 毎年、各種健（検）診を受診する ● 各種健（検）診の結果を活用した健康づくりに取り組む
市の主な事業や取組	● 特定健康診査等の健康診査、特定保健指導 ● がん検診（胃がん、肺がん、大腸がん、乳がん、子宮頸がん） ● 成人歯科健康診査 ● 肝炎ウイルス検診

(ウ) からだの健康を守る相談支援の推進

市民の健康課題の解決に向けて、ライフステージに応じた健康相談体制の充実と関係機関との連携強化を図り、市民の健康づくりを支援します。

A) 妊娠期から子育て期における相談支援の推進

妊娠・出産・子育てに関する不安や悩みに寄り添い、切れ目のない相談支援を推進します。

市民に期待する取組	● からだの健康についての相談先となる施設や関係機関等を知る ● 自分や子どものからだの不調に気づき、相談する
市の主な事業や取組	● パパママ学級（両親向け） ● 子育て相談室

B) 若年期から高齢期までの様々な相談支援の推進

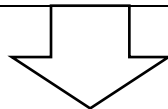
市民が健康に関する不安や悩みについて、適切な支援や情報提供を受けられるよう、保健相談や情報提供などを実施し、相談内容に応じて、関係機関と連携し、必要な支援につなげます。

市民に期待する取組	● からだの健康についての相談先となる施設や関係機関等を知る ● 自分のからだの不調に気づき、相談する
市の主な事業や取組	● 保健相談 ● 障害相談事務 ● 高齢者福祉相談

⑥ 指標と目標

【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
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

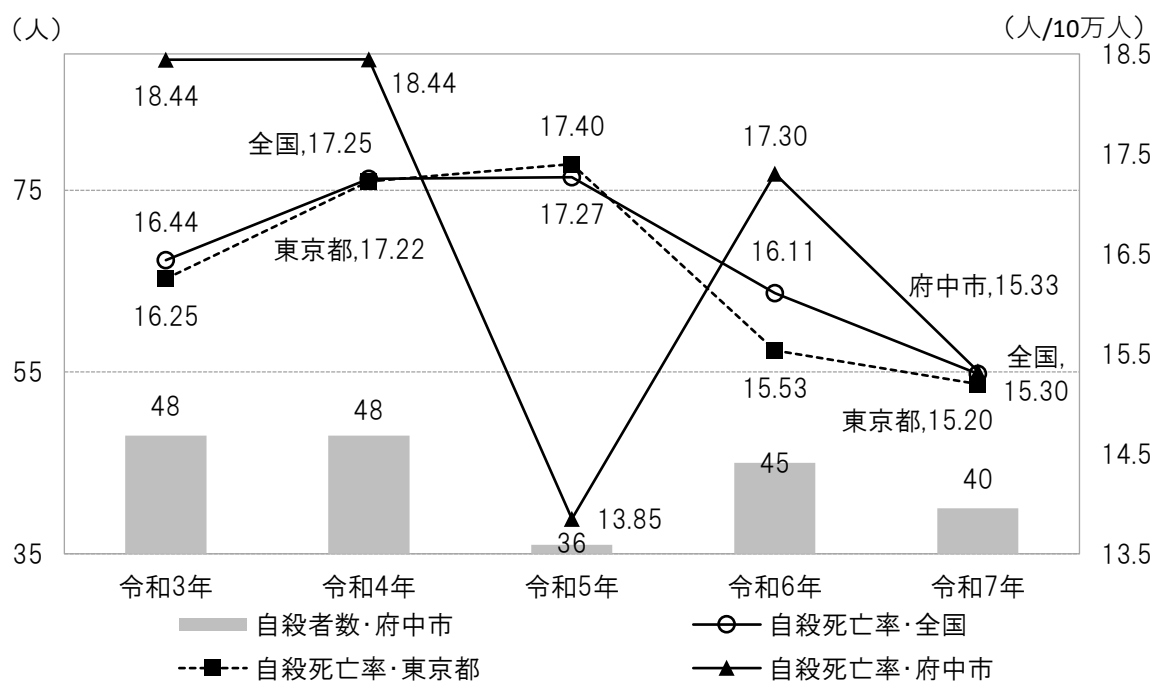
基本方針１ ライフコースアプローチを踏まえた健康づくりの推進

具体的取組２ こころの健康づくりを支援する

① 現状

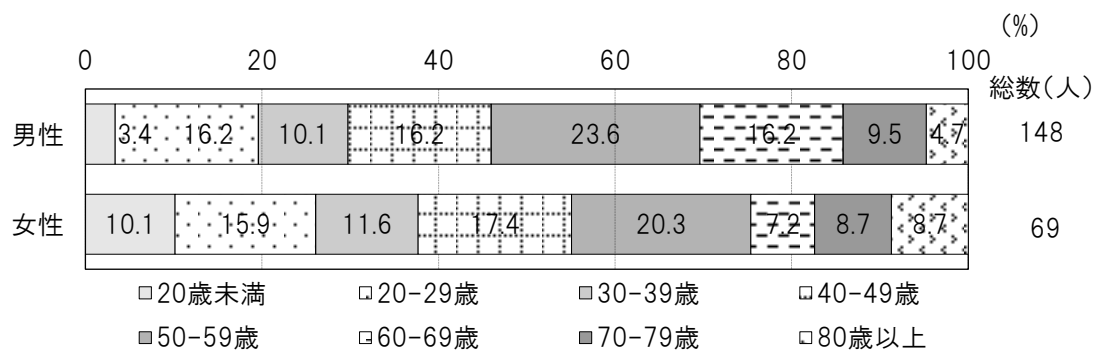
- 本市の自殺者数は、令和５年に減少したものの、その後再度増加しています。自殺死亡率を東京都・全国と比較すると、令和５年を除いて市の方が高い水準で推移しています。また、性別・年齢別に令和３～６年の累計自殺者数をみると、40～60代の男性や40・50代の女性の割合が他に比べて高いです。また高校生以下の子どもなどを含む20歳未満の層では令和３年は０人でしたが、その後は毎年数人の自殺者がいます。

図表１ 自殺者数と自殺死亡率の推移



【出典】厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

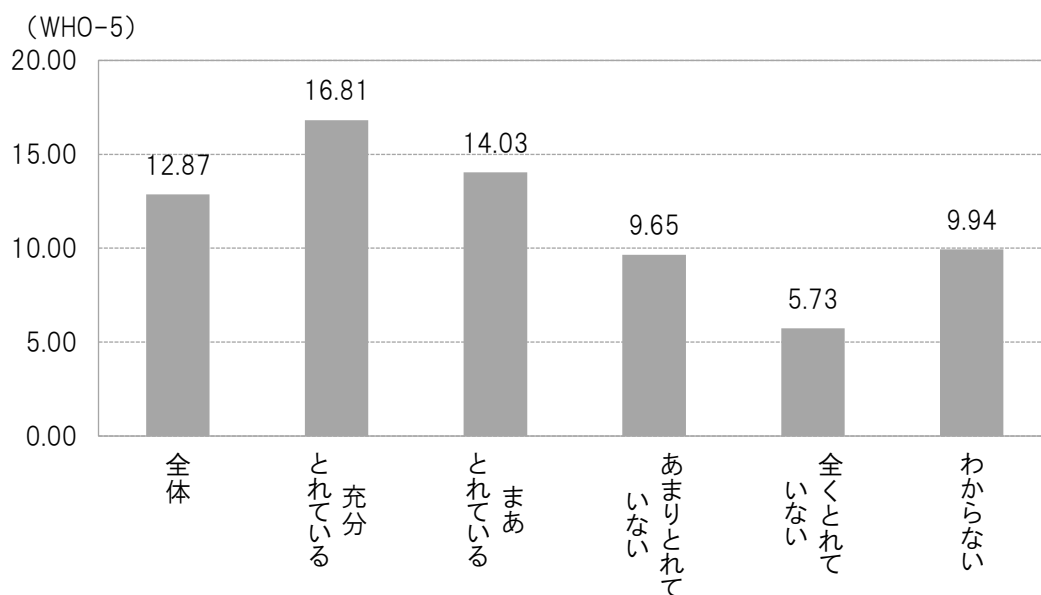
図表 2 性・年齢別 府中市の自殺者の割合（令和 3-7 年累計）



【出典】厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

- 市民アンケート調査によると、うつ病などの精神疾患を抱える人は若い世代に多く、睡眠や運動など健康的な生活習慣が十分に定着していない傾向にあります。また、睡眠がこころの健康にも影響を及ぼしている傾向もみとれます。

図表 3 睡眠による休養の取れ具合別の WHO-5 指標¹の平均値



【出典】府中市「『健康と安全・安心な暮らし』に関する市民アンケート調査」

② これまでの取組

- 市では、第 2 次自殺総合対策計画に基づき、「SOS の出し方に関する教育」や「ゲートキーパー養成講座」などに取り組んできました。
- こころの健康に関する講座等による普及啓発や、各種相談窓口での支援を行ってきました。

③ 課題

- 子どもや若者など自分一人では支援につなぐことが難しい場合もあるため、相談窓口の存在を幅広い市民に周知する必要があります。

¹ 得点が 13 点未満の場合、精神的健康状態が低いことを示す指標です。

市民一人ひとりがこころの健康に関心を持ち、ストレスへの対処やこころの不調への気づきを促すため、効果的な啓発を進めていく必要があります。

④ 目指す方向性

- 市民がこころの健康への関心を高め、ストレスに適切に対処できるよう、ライフステージに応じた普及啓発を推進するとともに、対象者の状況や特性に応じ、多様な媒体を活用した情報発信を行います。
- 市民が生涯にわたり健康の維持・増進を図ることができるよう、各種相談窓口で市民の不調に早期に対応し、適切な支援や治療につなげます。

⑤ 主な取組

(ア) こころの健康づくりを実践するための正しい知識の啓発

市民一人ひとりがこころの健康に関心をもち、ストレスの適切な対処方法を身につけられるよう、ライフステージに応じた普及啓発を推進します。あわせて、職域における普及啓発に取り組んでいきます。

市民に期待する取組	● こころの健康に関心を持つ ● 自分なりのストレス対処法等を見つける ● こころの不調を感じた際の相談先を知る ● こころやからだの不調を抱える人への理解を深める
市の主な事業や取組	● 自殺対策事業 ● 薬物乱用防止推進事業 ● 健康教育

(イ) 相談支援の推進

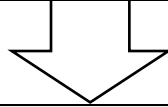
こころの健康に関する不安や悩みに対応するため、それぞれのライフステージや状況に応じた相談支援を行います。また、相談体制の充実を図るとともに、関係機関と連携し、状況に応じた適切な相談支援につなげます。さらに、ゲートキーパー等の人材を育成し、自殺対策の充実を図ります。

市民に期待する取組	● 自分のこころの不調に気づき、相談する ● 身近な人のこころの不調に気づき、相談を勧め、見守る
市の主な事業や取組	● 自殺対策事業 ● 保健相談 ● 重層的支援体制整備事業 ● 高齢者福祉相談 ● 障害相談事務

⑥ 指標と目標

【事業実施による成果】

事業	指標	現状値	目標・目指す方向



【府中市と府中市民の状態】

指標	現状値	目標・目指す方向

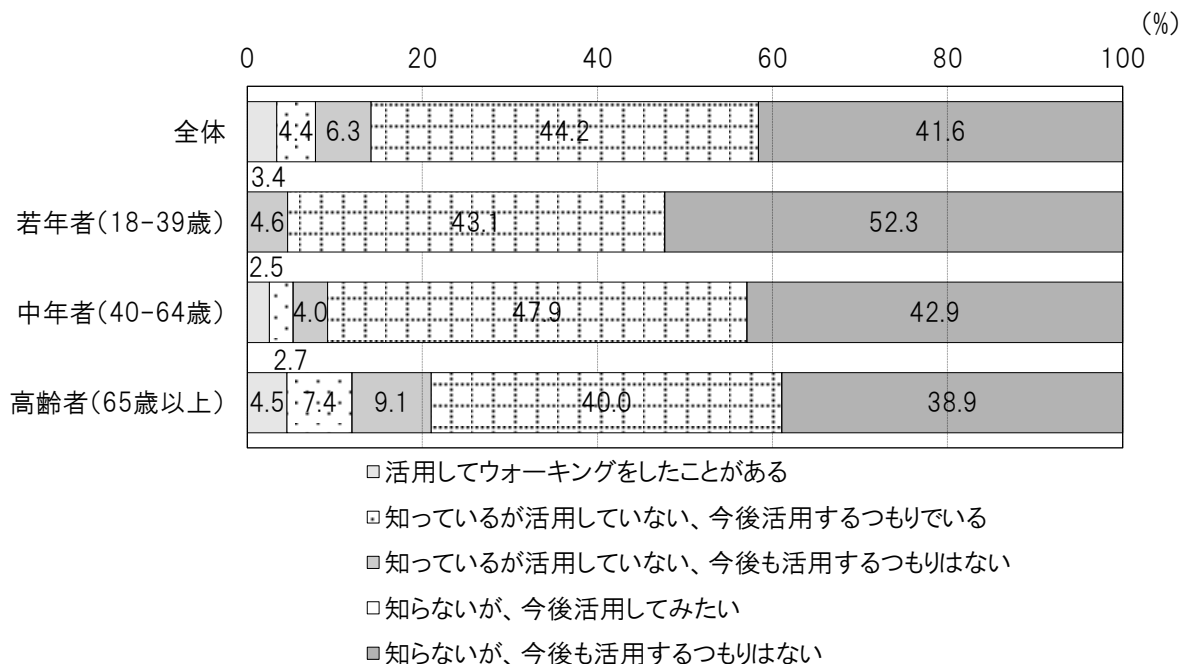
基本方針１ ライフコースアプローチを踏まえた健康づくりの推進

具体的取組３ 健康を保持・増進できる環境づくり

① 現状

- 市民アンケート調査によると、運動習慣のない市民の割合は減少傾向にあるものの依然として多く、年齢が上がるにつれ運動習慣のない層の割合は減少する傾向にあります。
- 65歳以上の市民を対象とした「介護予防・日常生活圏域ニーズ調査」では、かかりつけ医・歯科医・薬局を持つ市民の割合はいずれも減少しています。また市民アンケート調査によると、かかりつけ歯科医について「かかりつけ医で定期健診、歯石除去を受けている」と回答した市民は若い世代ほど割合が少ない傾向にあります（P○参照）。
- 市民アンケート調査によると、「健康応援ウォーキングマップ」を活用したことがある・今後活用するつもりでいる層は年齢が上がるほど多くみられます。

図表１ 年齢層別 健康応援ウォーキングマップ活用の有無



【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」

② これまでの取組

- 「地域交流ひろば」やフレイル予防などに関する「介護予防講座」などの事業を通じて、高齢者の交流や運動習慣の定着を支援してきました。
- 市民の運動習慣の継続のため、「健康増進事業」などの取組を実施しているほか、

運動を始めるきっかけづくりとなることを目指して配布している「健康応援ウォーキングマップ」も、配布部数は増加傾向にあります。

- 在宅療養者等で自ら歯科治療を受けることが困難な方に対して、かかりつけ歯科医を紹介しています。また、摂食・嚥下機能相談窓口を設置し、食べることに困難を抱える方の相談・支援を行い、地域医療機関や専門医療機関との連携を図ってきました。また、かかりつけ医・かかりつけ歯科医・かかりつけ薬局については、全戸配布の「健康応援ガイド」や、健康教育講演会において啓発してきました。
- 令和6年度より、がん患者へのアピアランスケア支援として、治療に伴う外見の変化による悩みを抱える市民に、補正具の購入またはレンタル費用の一部助成を行ってきました。
- 休日・夜間はほとんどの医療機関が休診になることから、市保健センターでは、府中市医師会、府中市歯科医師会の協力を得て、休日は内科・小児科・歯科の、夜間は内科・小児科の応急診療を実施してきました。

③ 課題

- 運動習慣が定着していない市民が運動を始めるきっかけとなるように、日常生活の合間でも気軽に取り組めるような方法等を引き続き啓発する必要があります。
- 市民が健康づくりに関する相談先として、かかりつけ医・歯科医・薬局を持つことの重要性について普及啓発を進めていく必要があります。
- 市民が健康づくりのための行動を起こし、困りごとを解決できるようにするために、ニーズに応じた支援を行う制度の整備が必要です。

④ 目指す方向性

- 市民の行動変容と健康習慣の継続を支援するため、ライフステージに応じた効果的な啓発を行います。
- 市民が日頃から健康管理を行い、必要時に切れ目なく医療を受けられるようにするために、体制の充実を図ります。また、休日・夜間診療の体制を整備し、緊急時における医療提供体制の確保に努めます。
- 市民が健康課題へ対応する取組を続けられるよう、各種の支援制度の活用を推進します。

⑤ 主な取組

(ア) 健康的な生活習慣を実践する環境の整備

市民一人ひとりがライフステージや自身の健康状態に応じて、健康づくりに取り組み継続できるよう、運動の習慣化を促すとともに、健康的な生活習慣を実践しやすい環境づくりを推進します。また、高齢期においても、生活機能を維持・向上できるようにフレイル予防を含めた健康づくりを推進します。

市民に期待する取組	● 日常の中でウォーキングや階段の利用等、意識してからだを動かす ● 自分の健康状態に合った運動を見つけて継続する
市の主な事業や取組	● 総合体育館及び地域体育館における各体育室の一般利用 ● 地域包括支援センターでのリハビリテーション職による講座や体操教室 ● 健康応援ウォーキングマップの配布 ● 介護予防推進センターにおける地域交流ひろばや栄養口腔に関する教室 ● 健康増進室事業

(イ) 地域で切れ目なく医療とつながれる体制整備

市民が身近な医療機関と継続的につながりながら、自らの健康状態を把握し、必要な情報を得ることや治療を受けることができるよう、健康管理をすることの重要性について、普及啓発していきます。また、医療・歯科医療・薬局等との連携を通じて、地域で切れ目なく医療を受けられる体制を構築します。

市民に期待する取組	● かかりつけ医・歯科医・薬局を持ち、相談や定期的に受診する
市の主な事業や取組	● 歯科医療連携推進事業 ● 休日夜間診療

(ウ) 個々の健康づくりにおける制度を活用できる体制整備

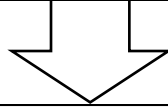
市民が健康づくりや療養生活に関する支援制度を活用しながら、自らの健康課題に応じた取組を継続できるよう、市民の健康保持・増進を支援します。

市民に期待する取組	● 健康づくりに際して相談先となる施設や関係機関等を知る ● 健康的な生活習慣を継続していく
市の主な事業や取組	● がん患者へのアピアランスケア ● 人間ドック受診料助成事業 ● 骨髄移植ドナー支援事業

⑥ 指標と目標

【事業実施による成果】

事業	指標	現状値	目標・目指す方向



【府中市と府中市民の状態】

指標	現状値	目標・目指す方向
運動習慣のある市民の割合	〇〇〇	上げる
かかりつけ医で定期健診、歯石除去を受けている市民の割合	〇〇〇	上げる

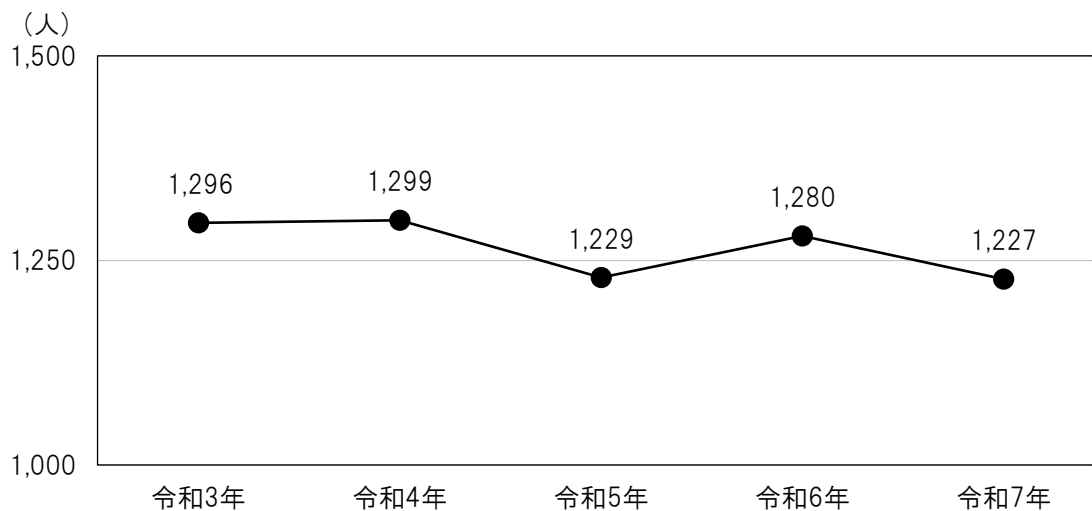
基本方針2 ソーシャルキャピタルを活用した健康づくりの推進

具体的取組1 元気いっぱいサポーターを育成・支援する

① 現状

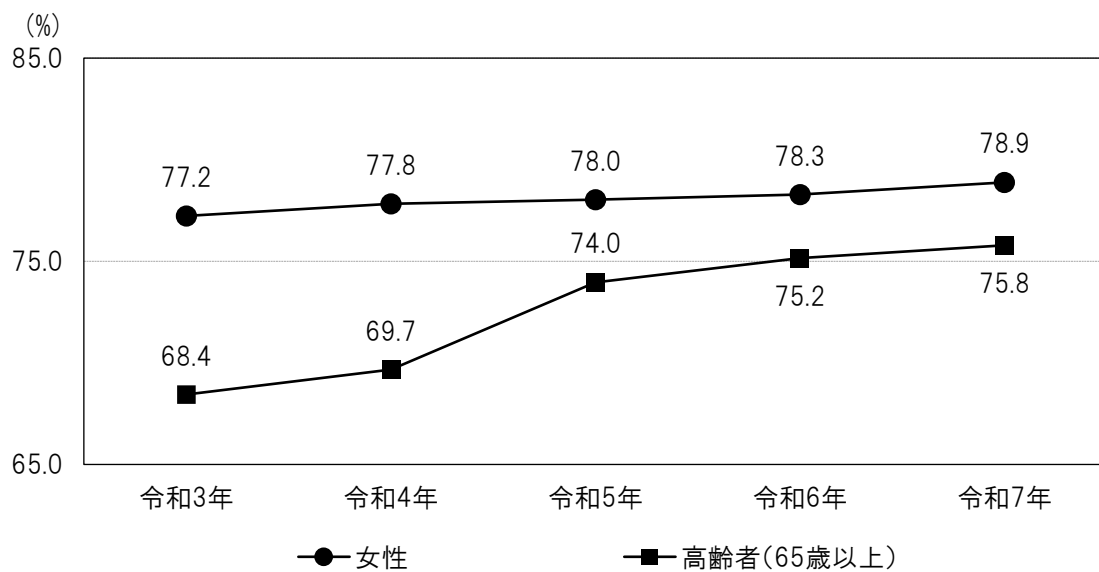
- 市民が主体的に健康づくりに取り組む「環」を地域に広げていくため、保健計画及び食育推進計画の趣旨を理解し、市内各地域で健康づくり活動を推進する人を「元気いっぱいサポーター」として登録しています。しかし、転出等の理由により元気いっぱいサポーターの登録者数は減少しており、登録者の約7割を65歳以上の高齢者が占めるなど、担い手の高齢化も進んでいます。

図表1 元気いっぱいサポーターの登録者数の推移



【出典】府中市資料

図表 2 元気いっぱいサポーターに占める女性・高齢者の割合の推移



【出典】府中市資料

② これまでの取組

- 元気いっぱいサポーターの活動を支援・牽引する「元気いっぱいサポーターリーダー」の育成や、自主グループ活動への支援などを行う「元気いっぱいサポート事業」を実施し、市民との協働による健康づくりを推進してきました。
- 自主的なウォーキングや市と協働したウォーキングマップの作製などの活動をする「ノルディックでつながる会」、育児講座や市立小学校などでの絵本の読み聞かせボランティアのグループ「おはなしブーメラン」、高齢者ふれあい食堂の運営や市と連携した食育関連事業などの活動をする「食育推進リーダー パブリカ」といった自主グループの活動を支援してきました。
- 多様な主体との協働を通じて、誰もが地域の中でつながりを持ちながら健康づくりに取り組める環境を整えてきました。

③ 課題

- 元気いっぱいサポーターの登録者数の減少や偏り等がみられるため、その解消に向けた取組が必要です。また、サポーター及びサポーターリーダーの活動の機会や内容の充実を図り、地域の健康づくりに活かしていく必要があります。

④ 目指す方向性

- 地域で支え合う健康づくりの基盤を形成するために、幅広い世代の元気いっぱいサポーターを増やすとともに、その力を活かして活動の機会や内容の充実を図ります。

⑤ 主な取組

(ア) 元気いっぱいサポーター等健康づくりを担う人材の育成

地域のつながりや市民相互の支え合いは、健康づくりに取り組むきっかけや継続を支える重要な基盤であることから、健康づくりを担う人材として、元気いっぱいサポーター及びサポーターリーダーを育成し、活動の機会の充実を通じて健康づくりを担う人材の育成と活躍を推進します。具体的には、SNS等の活用や企業との連携により、元気いっぱいサポーターの活動の様子を発信し、認知度の向上と登録を促すとともに、幅広い世代の参加を促進します。また、自主グループの活動支援を引き続き行うとともに、個人での活動の機会充実に向け、サポーターリーダーと一緒に検討し、より主体的に活動できるよう支援します。

市民に期待する取組	● 自らの健康づくりに取り組むとともに、健康づくりを身近な人や地域に広げる ● 元気いっぱいサポーターの役割を理解し、登録・活動する
市の主な事業や取組	● 元気いっぱいサポート事業 ● 食育推進リーダー育成

⑥ 指標と目標

【事業実施による成果】

事業	指標	現状値	目標・目指す方向
元気いっぱいサポート事業	元気いっぱいサポーター登録者数	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

具体的取組２ 協働による健康づくりを推進する

① 現状

- 自治会の加入率は毎年１％程度の減少が続いており、従来の地域のつながりが希薄化している中、市民活動団体の数は増加傾向にあるなど、地域での関わり方が変わってきているとも考えられます。（P○参照）。
- 市民アンケート調査によると、自宅を居場所と感じる人が大半であるものの現役世代では職場、高齢者では趣味・学習・教養・スポーツ関係のグループを居場所と感じている者が多くみられました。また、居場所の有無と精神的な健康状態には関連がみられ、居場所がない人や自宅以外に居場所がない人では、精神的な健康状態が良好と回答した割合が低い傾向がみられました。

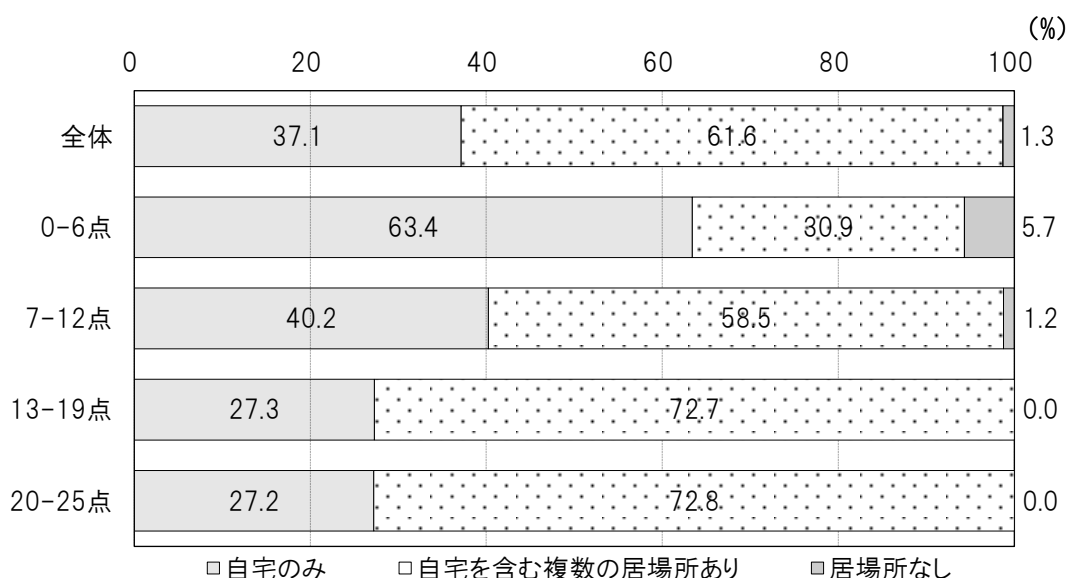
図表３ 年齢層別 居場所の有無及び居場所と感じる場所

	自宅 （実家や親族の家を含む）	学校 （卒業した学校を含む）	地域 （現在住んでいる場所や そこに ある施設など）	職場 （過去の職場も含む）	趣味・学習・教養・スポーツ のグループ	インターネット空間	ボランティア・市民活動の団体・NPO	飲食店・商業施設	その他	居場所と感じるところはない
若年者(18-39歳)	93.8	7.8	14.1	45.3	20.3	9.4	6.3	15.6	1.6	0.0
中年者(40-64歳)	95.2	2.3	16.9	46.2	23.1	6.1	3.7	9.2	1.6	1.8
高齢者(65歳以上)	93.2	2.3	27.0	19.1	33.0	4.5	6.4	6.4	2.3	0.7

回答割合(複数選択、%)

【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」

図表 4 WHO-5 指標¹の得点別 居場所の有無及び居場所と感ずる場所



【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」

- 市民アンケート調査によると、特に若年者や一人暮らしの市民では地域での孤立感が「よくある」「たまにある」と回答した人が他の年代よりも多い状況です（P○参照）。

② これまでの取組

- 様々な団体・企業等と協働し、健康づくりを進めてきました。また、民間団体との協働・共創によって地域課題解決に向けた取組に繋げるための「市民活動応援助成金」を活用した取組も実施しました。
- 協働まつり等の機会を捉え、地域のつながりづくりや健康づくりの推進に取り組んできました。

③ 課題

- 市と団体や企業との単発の事業だけでなく、継続的な協働やそれぞれの団体同士の協働につなげていく必要があります。
- 従来の地域における人と人とのつながりが希薄化しており、市民同士の声掛けや支え合いが生まれにくい状況にあります。地域ぐるみの健康づくりは、行政と団体や企業等が連携し、一体となって取り組むことが重要であるほか、市民同士の支え合いや結びつきをより充実させる必要があります。また、居場所は、こころの健康を維持するためにも重要であることから、市民が地域や職場、趣味、学習活動を通じて交流の機会をもち、日常的なつながりを築ける環境づくりが必要です。

¹ 世界保健機関（WHO）が推奨する、個人の精神的な健康状態を測るための簡易的な質問による指標です。得点が13点未満の場合、精神的健康状態が低いことを示します。

④ 目指す方向性

- 地域の多様な主体が連携・協働し、健康づくりを継続できる地域基盤を形成するために、これまでの取組により築いてきた市と団体や企業等との協働関係をより一層活発にするとともに、継続的な協働や団体同士の協働を推進します。
- 誰もが健康づくりに取り組みやすく、継続できる地域基盤を形成するために、より多くの市民が参加しやすい環境づくりを進め、地域のつながりと支え合いを活かした健康づくりを推進します。

⑤ 主な取組

(ア) 企業や団体等との協働による健康づくりの推進

市、団体、企業等が多様な協働事業を実施するとともに、地域のつながりを深め、市民一人ひとりの健康づくりにつながる取組を実施します。

A) 団体や企業等との連携・協働の推進

地域団体や企業、関係機関等がそれぞれの特性やつながり、強みなどを活かした連携・協働による健康づくりの取組を一層推進します。

市民に期待する取組	● 市が開催する健康づくりの取組を調べ、参加する ● 企業・団体からも健康経営や健康増進事業の展開など、健康づくりに関する協働を推進する
市の主な事業や取組	● 協働・共創の窓口 ● 市民活動応援助成金

B) 地域とのつながりと支え合いを活かした取組の推進

見守り活動や居場所・通いの場作り等の取組や、協働まつりなどの交流機会を活かして、地域での活動や交流を通じた仲間づくりを促進し、地域とのつながりを活かした健康づくりにつなげます。

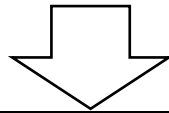
市民に期待する取組	● 地域・職場・趣味のグループなど、自宅以外の自身の居場所を見つける ● 地域の見守り活動に参画する ● 地域で開催するまつりやイベント等に来場参加する
市の主な事業や取組	● 高齢者見守りネットワーク事業 ● いきぷらカフェ ● 協働まつり

⑥ 指標と目標

【事業実施による成果】

事業	指標	現状値	目標・目指す方向

【府中市と府中市民の状態】



指標	現状値	目標・目指す方向
居場所とを感じる場所が複数ある市民の割合	〇〇〇	上げる
健康づくりの活動をしたいと感じる市民	〇〇〇	上げる

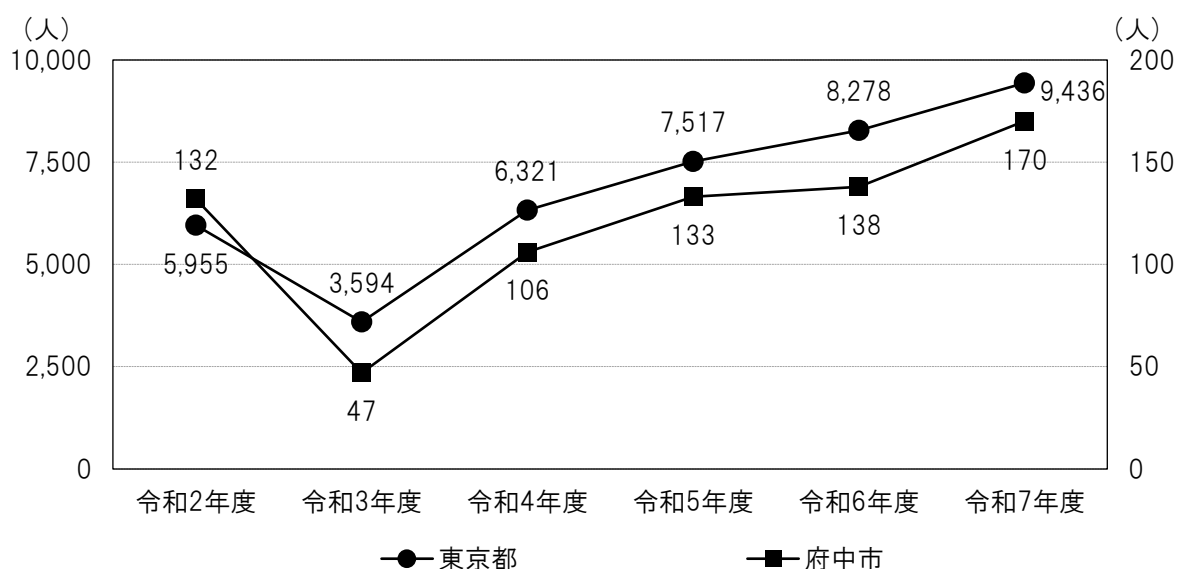
基本方針 3 健康危機管理体制の充実

具体的取組 1 熱中症対策を充実する

① 現状

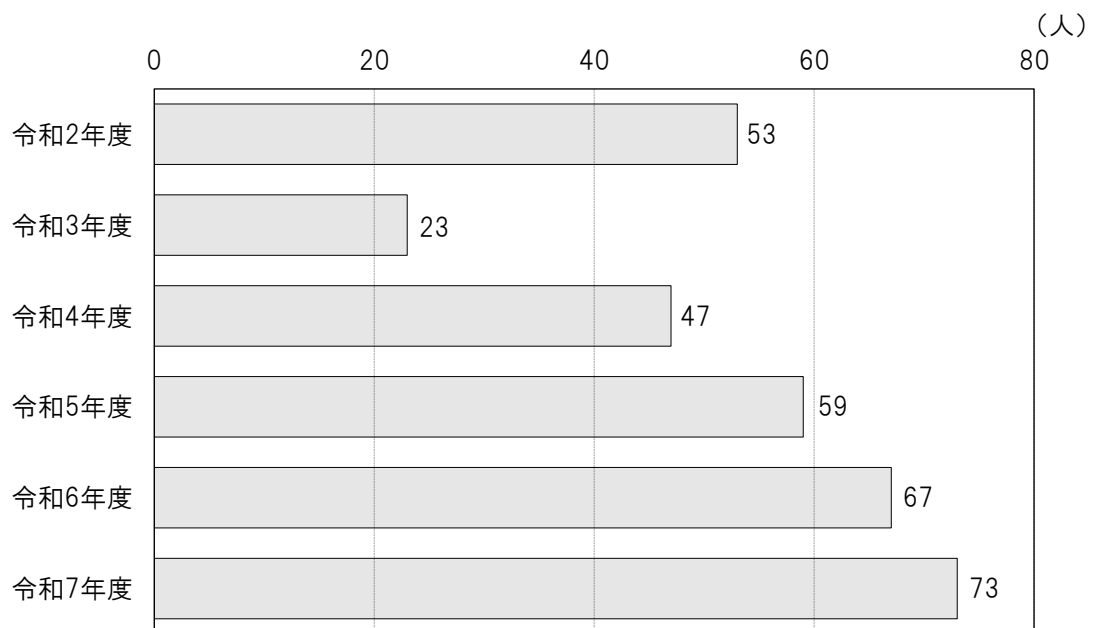
- 本市の熱中症搬送者の割合は東京都全体と比べるとわずかに低い水準にあるものの、増加傾向にあり、特に令和3年度以降は増加し続けています。また、若年・中年層の搬送者数は、新型コロナウイルス感染症の流行が落ち着き、外出の機会が回復した後も、増加傾向にあります。近年の災害級とも言われる暑さは、高齢者や乳幼児、基礎疾患がある方だけでなく、全ての市民に発症する可能性があります。

図表 1 熱中症搬送者の割合の推移



【出典】東京消防庁「熱中症件数」

図表 2 本市の熱中症搬送者に占める若年・中年者の人数の推移



【出典】東京消防庁「熱中症件数」

② これまでの取組

- 市内の公共施設や民間施設を「クーリングシェルター（府中市指定暑熱避難施設）」に指定するほか、市内の民間施設を「府中市クールシェアスポット」として指定し、市民が外出時に一時的に暑さをしのげる場所の確保を進めてきました。また、庁内の熱中症対策連携体制を強化するため、熱中症対策推進委員会を設置し、取組の共有や連携を図る場としています。そして、市内公共施設等へのチラシ・ポスターの配布や掲示、イベント等での啓発活動を行ってきました。
- 学校教育の現場では、市立小・中学校における冷房環境の整備、夏季期間を避けた水泳指導や運動会の実施、全児童・生徒へのネッククーラーの配布など、様々な対策を行ってきました。

③ 課題

- クーリングシェルターやクールシェアスポットを増やしていくと共に、市民や事業者に対し、適切な冷房の使用等、熱中症に関する正しい知識の啓発を行う必要があります。

④ 目指す方向性

- 市民の健康を守るため、関係機関と連携しながら、対象に応じた熱中症対策を推進します。

⑤ 主な取組

(ア) 熱中症予防対策の推進

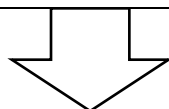
世代を問わず市民が適切な対策を行い、熱中症を防ぐことができるよう、熱中症予防に関する普及啓発の充実、クーリングシェルターやクールシェアスポットの確保及び周知、関係機関と連携した地域全体での熱中症予防の取組を推進します。

市民に期待する取組	● 屋内では適切に冷房を使用し、屋外では帽子・日傘を使用するとともに、水分をこまめに摂り、必要に応じて塩分を補給する ● 近くのクーリングシェルター（指定暑熱避難施設）及びクールシェアスポットについて知り、必要に応じて利用する ● 熱中症のリスクについて、理解を深め、暑さに応じた予防行動を実践する ● 熱中症予防の正しい知識を周りに広める
市の主な事業や取組	● 市立小・中学校における熱中症対策 ● 指定暑熱避難施設（クーリングシェルター）及びクールシェアスポットの指定 ● ポスター掲示やイベント等での啓発活動 ● 熱中症対策推進委員会

⑥ 指標と目標

【事業実施による成果】

事業	指標	現状値	目標・目指す方向



【府中市と府中市民の状態】

指標	現状値	目標・目指す方向
熱中症による救急搬送者数	〇〇〇	下げる
指定暑熱避難施設（クーリングシェルター）について知る市民の割合	〇〇〇	上げる

【クーリングシェルターとクールシェアスポットの囲み記事（コラム）を入れる予定】

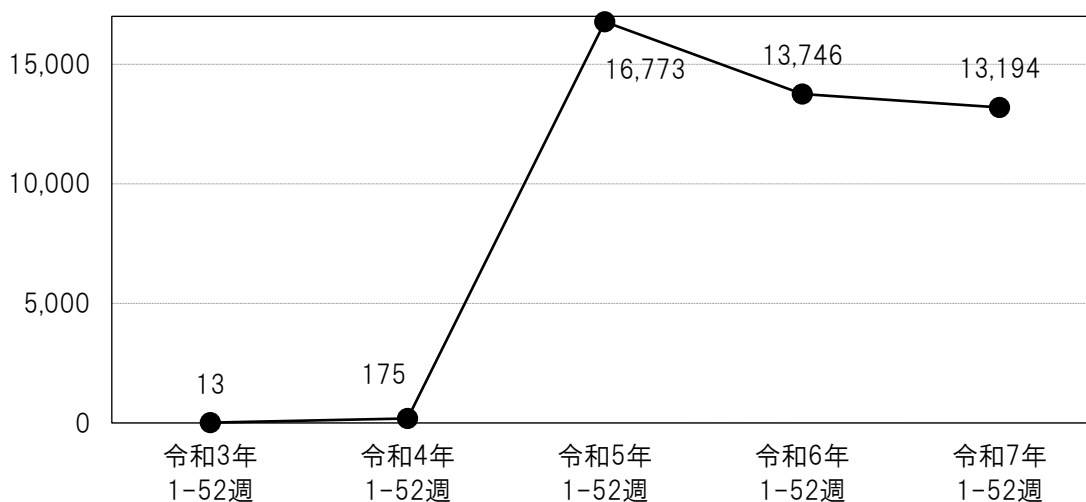
具体的取組２ 感染症対策を充実する

① 現状

- 多摩南部保健医療圏（武蔵野市・三鷹市・府中市・調布市・小金井市・狛江市）における感染症の流行状況について、定点医療機関への感染報告数をみると、インフルエンザは令和３・４年は新型コロナウイルス感染症の流行への対策のためほとんど感染者はいませんでした。令和５年に感染者数が急増し令和６年に一度減少して横ばいとなっています。

図表３ 多摩府中保健所管内 定点医療機関当たりインフルエンザ感染報告数

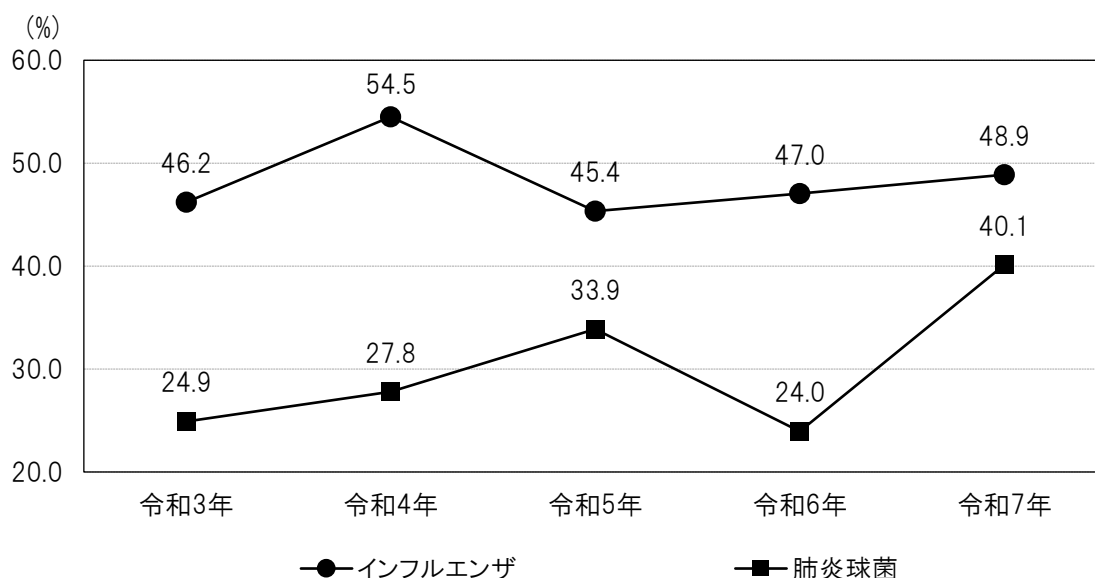
（週間感染報告数の合計）



【出典】東京都多摩府中保健所資料

- 市で実施する予防接種のうち、インフルエンザワクチンの接種率はほぼ横ばいの一方で、肺炎球菌ワクチンの接種率は増加傾向にあります。また新型コロナウイルスワクチンの定期接種における接種率は令和 6 年度から 7 年度にかけて 27.1%から 21.3%に減少したほか、令和 7 年度より開始した带状疱疹ワクチンの接種率は 28.7%でした。

図表 4 各種ワクチンの高齢者等予防接種 接種率の推移



【出典】府中市資料

- 東京都保健医療局によると、市では令和 5 年度時点で 9,869 頭の犬の登録がありました。年 1 回の狂犬病予防注射が必要ですが、予防注射頭数は 7,291 頭 (73.9%) であり、令和 2 年度の 76.0%からほぼ横ばいで推移しています。

② これまでの取組

- 手洗い等基本的な感染症対策を行うことの必要性について健康教育や各種媒体を通じて啓発してきました。
- 重症化リスクが高い高齢者の市民などでワクチン接種を希望する方や乳幼児を対象に、協力医療機関等で各種予防接種を実施してきました。併せて、ワクチン接種後の副反応の相談や予防接種健康被害救済制度の周知や対応を行うなど、市民が安心して予防接種を受けられる環境を整備しました。
- 狂犬病の発生及びまん延の防止並びに公衆衛生の向上を図るため、狂犬病予防法に基づき、犬の登録及び狂犬病予防注射の実施を推進してきました。また、獣医師会と連携し、市内文化センター等における集合注射を毎年実施するなど、飼い主が適切に予防接種を受けられる体制の整備に努めてきました。

③ 課題

- 市民の感染症への感染を防ぐためには、市民が日常的な体調管理・感染症対策を行うことに加えて、予防接種に関する正しい知識の普及と接種機会の確保が必要です。
- 新興感染症を含めた、感染症の流行に備え、市民一人ひとりが適切な予防行動がとれるよう、効果的な情報発信を行う必要があります。
狂犬病予防法施行規則の改正により、これまで4月から6月に接種する必要があった予防接種の通年接種が可能となることから、市においても制度改正に適切に対応し、引き続き狂犬病予防接種の推進と市民への周知・啓発に取り組む必要があります。

④ 目指す方向性

- 感染症の発生及び拡大を防ぐために、市民に基本的感染症対策の普及啓発や予防接種を実施し、市民の感染症予防に向けた取組を推進します。

⑤ 主な取組

(ア) 感染症予防対策の推進

市民の感染症予防に向けた意識を高めるために、広報での啓発や、手洗い評価キットを用いた研修等により、日常的な体調管理・感染症対策等の情報について啓発を行います。また、新興及び再興感染症を含めた感染症の流行に備え、対象者の属性に応じて多様な媒体を用いて行動変容を促せるような普及啓発を行います。

市民に期待する取組	● 手洗い等の基本的な感染症対策を行う ● 感染症についての正しい知識を得る
市の主な事業や取組	● 感染症予防に関する啓発

(イ) 各種予防接種の実施

乳幼児や予防接種を希望する高齢者の市民などを対象に、各種予防接種を実施します。併せて、ワクチン接種による健康被害に関するリスクや救済制度の周知を行います。

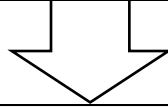
また、犬の登録や予防接種の実施など狂犬病の予防の取組を進めるために、集合注射や接種期間に関する体制を整え、接種しやすい環境を整備します。

市民に期待する取組	● 予防接種に関する正しい知識をもち、必要に応じて接種する ● 狂犬病への理解を深め、適切な予防対策をする
市の主な事業や取組	● 各種予防接種 ● 狂犬病の予防に向けた取組

⑥ 指標と目標

【事業実施による成果】

事業	指標	現状値	目標・目指す方向
予防接種	各種予防接種の接種率	〇〇〇	上げる



【府中市と府中市民の状態】

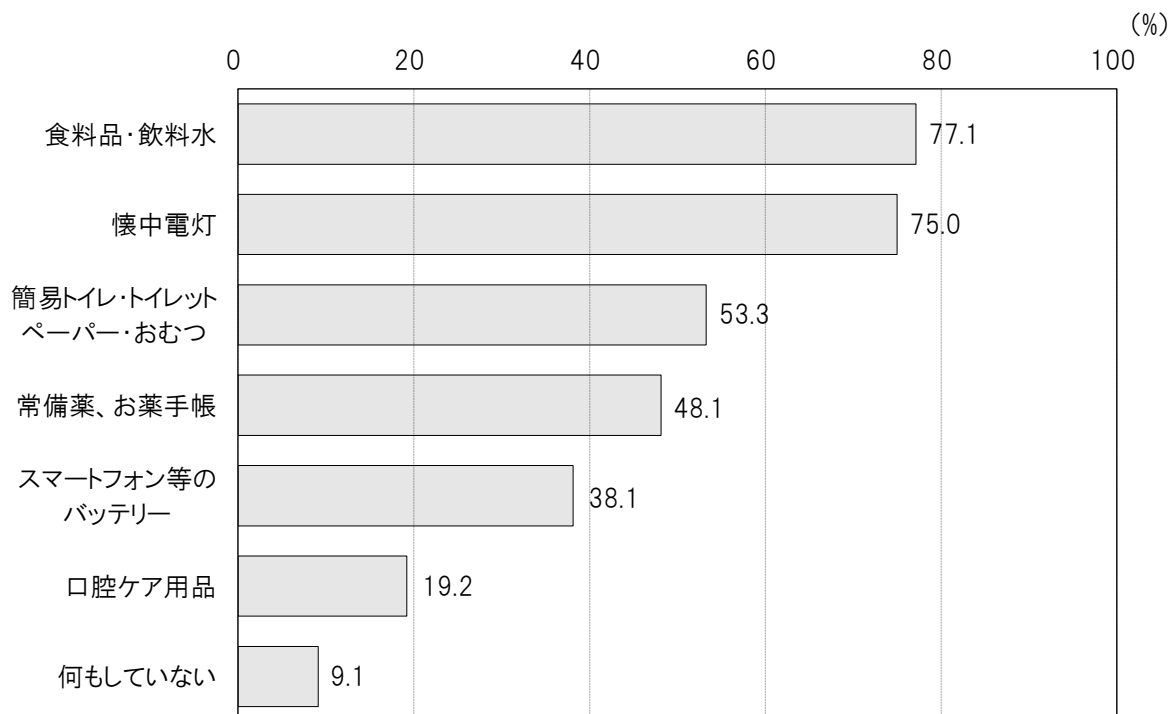
指標	現状値	目標・目指す方向
インフルエンザ感染者数	〇〇〇	下げる
新型コロナ感染者数	〇〇〇	下げる

具体的取組３ 大規模災害等を想定した対策を推進する

① 現状

- 近年、自然災害の激甚化や新興感染症の発生など、市民の生命や健康に影響を及ぼす健康危機管理への対応の重要性が高まっています。
- 新型コロナウイルス感染症は、令和２年以降、市民の健康や生活に大きな影響を及ぼしました。外出の機会や地域活動の減少に伴う身体活動量の低下、生活習慣の変化、社会的孤立の広がりなどにより、身体的・精神的健康への影響が生じました。
- 平成２８年の熊本地震や、令和６年能登半島地震では、災害が発生した際の犠牲者の数は、直接死より災害関連死によるものが多くなりました。本市においても、災害発生時には発災直後の医療救護だけでなく、避難生活における健康管理にも重点を置く必要があります。
- 市民アンケート調査では、災害への備えとして「食料品・飲料水」や「懐中電灯」を備蓄している人が多かった一方で、「常備薬、お薬手帳」は約５割、「口腔ケア用品」を備蓄している人は２割を下回りました。また、「何もしていない」人も１割弱存在していました。

図表５ 災害時に備えた備蓄状況



【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」

- 災害時の医療救護や保健衛生活動に関しては、府中市地域防災計画に基づき、関係機関との連携しながら、必要な体制整備を進めています。

② これまでの取組

- 令和2年から始まった新型コロナウイルス感染症の世界的流行に際して、対策本部会議を設置し、まん延防止対策やワクチン接種、市民や事業者に対する生活・経済支援等を実施してきました。
- 平成26年度に策定した「府中市新型インフルエンザ等対策行動計画」に基づき、インフルエンザや新型コロナウイルスなどの感染症についても、大規模または社会全体に影響するパンデミックとなった場合には、災害として対応する必要があるため、平時には将来の発生に備えた体制の整備と、発生時の対応の周知を推進してきました。
- 令和6年度に修正した「府中市地域防災計画」に基づき、市内4か所の病院前等に設置し、トリアージなどを行う緊急医療救護所などの医療救護体制の整備や、災害時における保健・歯科・栄養などの保健衛生活動のあり方の検討、発災時の健康課題の周知等を推進してきました。
- 総合防災訓練ではトリアージ体験ブースの設置等により市民の理解促進を図るほか、医療機関、府中市医師会、府中市歯科医師会と協働で緊急医療救護所の設置・運営訓練を実施するなど、関係機関との連携強化、医療救護活動の実効性の確保を図ってきました。
- 災害時の医療救護や保健衛生活動に関しては、府中市地域防災計画に基づき体制整備を進めてきました。緊急医療救護所訓練については、市内4か所のうち、一部の医療救護所で実施しているほか、総合防災訓練において医療救護に関する取組を実施してきました。
- 在宅人工呼吸器使用者等の災害時要配慮者に対し、保健所や訪問看護ステーション等の関係機関と連携し、災害時における安否確認や避難行動を支援するための計画を作成してきました。

③ 課題

- 災害時の健康管理、災害関連死防止の視点から、常備薬や口腔ケア用品の備蓄などの啓発を行うことが必要です。
新型コロナウイルス感染症への対応の経験を踏まえ、令和8年7月に改定した府中市新型インフルエンザ等対策行動計画に基づき、今後の新興感染症の発生に備え、実効性を高めていくことが求められます。

④ 目指す方向性

- 府中市地域防災計画に基づき、関係機関との連携強化を図り、発災時に迅速かつ円滑に対応できる体制の確立を目指します。また、市民一人ひとりが災害時にも健康を維持できるよう、避難生活における健康管理の重要性に関する普及啓発を推進します。
- 新興感染症のパンデミックに備えるために、府中市新型インフルエンザ等対策行動計画に基づき、必要な対策を平時から進めます。

⑤ 主な取組

(ア) 災害やパンデミック対応能力の向上のための対策と支援の充実

自然災害や新興感染症の流行等の発生時において、市民の命と健康を守るために、府中市地域防災計画等に基づいて平時には体制整備を引き続き進め、発災時には医療救護活動及び保健衛生活動を推進し、パンデミックの時には「府中市新型インフルエンザ等対策行動計画」に基づき拡大を抑制する取組を推進します。

A) 災害対応能力の向上のための体制構築や普及啓発

府中市地域防災計画に基づき、緊急医療救護所の設置・運営訓練の充実を図るとともに、災害時看護師等ボランティア登録制度により、発災時に円滑に医療救護活動を行える体制の強化を図ります。加えて、災害時に支援を必要とする市民については、個別避難計画の策定支援や制度の周知を進めることにより、地域における支援体制の強化を図ります。

また、避難所等における保健・歯科・栄養などの保健衛生活動についても、実働を想定した訓練等を実施し、関係職種の連携強化と対応力の向上を図ります。

さらに、総合防災訓練や各種媒体を通じて、市民に対し避難行動や物資備蓄等、健康に関する知識の普及を図るとともに、避難生活における健康維持の重要性について理解を促進します。

市民に期待する取組	● 避難所や緊急医療救護所等を知る ● 日頃から災害に備えて常備薬や口腔ケア用品など、健康に関する備蓄をする
市の主な事業や取組	● 緊急医療救護所設置・運営訓練 ● 災害時看護師等ボランティア登録制度 ● 避難行動要支援者事業

B) 災害時の支援活動

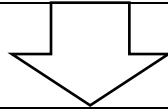
発災時には、府中市医師会を始めとする関係機関等や、国や東京都、他自治体等からの応援チームと緊密な連携を図り、緊急医療救護所における医療救護、避難所における保健・衛生管理、災害時要配慮者を含む被災者への保健活動・こころのケアなどを行います。

市民に期待する取組	● 大規模災害が生じた際は、自分の安全を確保したうえで、周囲の人々の避難等を支援する ● 避難生活における体調管理に気を配る
市の主な事業や取組	● 災害時医療・救護活動 ● 災害時保健衛生活動（保健・歯科・栄養）

⑥ 指標と目標

【事業実施による成果】

事業	指標	現状値	目標・目指す方向
救護所訓練			
新興感染症訓練			



【府中市と府中市民の状態】

指標	現状値	目標・目指す方向
常備薬・口腔ケア用品等を備蓄している人の割合	〇〇〇	上げる