

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、市民の健康意識を高めるとともに、健康的な生活習慣を身につけ、健康管理を実践するよう促してきました。

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・高齢期の市民が増えてきたこと、生活習慣病の予防や悪化を防止する意識をもち健康的な生活習慣を実践する機会が十分に確保できない市民の存在が各種調査から示唆されることなどから、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、地域や職域との連携をより一層強化するための取組などを、ライフコースアプローチを踏まえて推進することが求められています。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、これまで固めてきた健康づくりの基盤をいかすとともに、今まで以上に地域社会のつながりを重視して、個人、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、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 ～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。例えば、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ています。そして、その状態は高齢期の健康課題にもつながります。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、生涯の健康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、正しい知識を身につけ、病気の予防や早期発見・早期治療につながる健康的な生活習慣を実践できるよう環境整備を充実させることが重要です。その実現のために、健康づくりに対する意識を高め、定期的な健（検）診の機会や健康を保持・増進できる環境整備を充実させます。

(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、一人ひとりが健康づくりに向けた努力を続けることに加えて、地域住民や関係機関、企業等との協働により、地域ぐるみで健康づくりを推進することが必要です。今後も目まぐるしく変化する社会に対応し、市民の健康づくりを推進するためにも、これまで醸成・発展してきたソーシャルキャピタルの活用を図ります。

(3) 健康危機管理体制の充実

近年多発する地震や台風などの自然災害に加え、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は、多くの人々の日常生活、そして健康に影響を及ぼしてきました。

市では第7次府中市総合計画後期基本計画において、災害時の医療体制の整備等を主要な取組として掲げ、感染症の予防接種実施体制の整備、災害医療の話、地域の防災力の向上を目指す体制構築や普及啓発などの取組を推進します。

3. 施策体系

基本理念	基本方針	具体的取組(頁数)	主な取組
つなげよう健康の環 境 世代を超えてつながる健康なまち府中	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	(1)からだの健康づくりを支援する(PO)	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 イ)定期的な健(検)診等受診・保健指導等の促進 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
		(2)こころの健康づくりを支援する(PO)	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 イ)ライフステージの特性に応じたこころの健康を守る相談支援の推進
		(3)健康を保持・増進できる環境づくり(PO)	ア)健康的な生活習慣を実践する環境の整備 イ)地域で切れ目なく医療とつながれる体制整備 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
	2 ソーシャルキャピタルを活用した健康づくりの推進	(1)元気いっぱいサポーターを育成・支援する(PO)	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
		(2)協働による健康づくりを推進する(PO)	ア)企業や団体等との連携による健康づくりの推進
	3 健康危機管理体制の充実	(1)熱中症対策を充実させる(PO)	ア)熱中症予防対策の推進
		(2)感染症対策を充実させる(PO)	ア)感染症予防対策の推進 イ)各種予防接種実施体制の整備
		(3)大規模災害を想定した対策を推進する(PO)	ア)災害対応能力の向上のための対策と支援の充実

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)
- メタボリックシンドローム該当者の割合は直近で増加しています。また、総じて男性のほうが該当者・予備群の割合が高いです。(P○参照)
- 市民アンケート調査によれば、男性・高齢者・肥満といった層で相対的に喫煙者が多いです。また、飲酒については、おおむね若い年代ほど飲酒量を抑えています。一方で、減少傾向にあるものの高頻度・多量の飲酒をする層もあり、飲酒習慣の二極化が進んでいます。
- 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ることが、市民アンケート調査の結果からわかっています。
- 出生数と出生率は年々減少しています。(P○参照) それに伴い、母子の健康を支援するような事業の、利用が想定される市民の最大数は徐々に減少しているといえます。既存の取組は市民のニーズに応じて引き続き注力し、対象者が確実に利用できるようにする工夫や啓発が必要です。
- 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。

② これまでの取組

- 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。このため、市民ががんの予防や早期発見の機会を十分に得られない状況が続いた場合、現状では低い水準にあるがんの年齢調整死亡率が今後上昇するおそれがあると考えられます。一方で、市では一定年齢の市民に向けて受診勧奨として受診券の送付及び申込の勧奨通知の送付を行ってきました。勧奨を受けた市民の受診率は、勧奨を受けていない市民を含めた全体の受診率よりも高く、受診勧奨することの一定の効果が認められます。そのため、引き続き市民が受診しやすい環境の工夫や受診勧奨等により受診機会の充実に努めることが重要です。
- また各専門職が健康相談を受ける「保健相談室」などにより、医療機関への受診案内や情報提供を行い、医療へのアクセスを促進してきました。がん検診など、各種健（検）診ではおおむね女性より男性の受診率が低いことから、対象者の属性に応じた方法での健（検）診受診を勧めていく必要があります。

図表 1 がん検診受診率（全年齢）の推移

がんの種類	地域	性別	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	府中市	全体	5.3	3.1	4.2	6.4	7.5	
		男性	5.3	3.0	4.2	6.0	7.2	
		女性	5.3	3.2	4.3	6.8	7.8	
	東京都	全体	10.2	11.3	11.4	12.3	12.3	
		男性	9.4	10.4	10.5	11.2	11.1	
		女性	10.9	12.1	12.2	13.3	13.3	
肺がん	府中市	全体	2.2	2.4	3.5	2.5	3.8	
		男性	2.2	2.3	3.4	2.7	4.3	
		女性	2.2	2.4	3.5	2.3	3.2	
	東京都	全体	10.6	11.7	12.7	12.1	12.1	
		男性	8.9	9.8	10.6	10.0	10.2	
		女性	12.1	13.3	14.6	13.6	13.9	
大腸がん	府中市	全体	8.7	6.6	9.8	8.4	9.0	
		男性	6.5	3.6	7.5	6.3	6.6	
		女性	10.9	9.4	12.1	10.4	11.3	
	東京都	全体	21.0	21.6	22.3	21.9	21.4	
		男性	16.9	17.4	18.0	17.6	17.2	
		女性	24.8	25.5	26.4	25.7	25.2	
子宮頸がん	府中市	女性	9.2	6.6	8.6	16.1	15.3	
	東京都	女性	18.6	20.3	21.0	21.7	21.5	
乳がん	府中市	女性	13.9	8.5	13.0	24.0	22.9	
	東京都	女性	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 2 がん検診精密検査受診率（全年齢）の推移

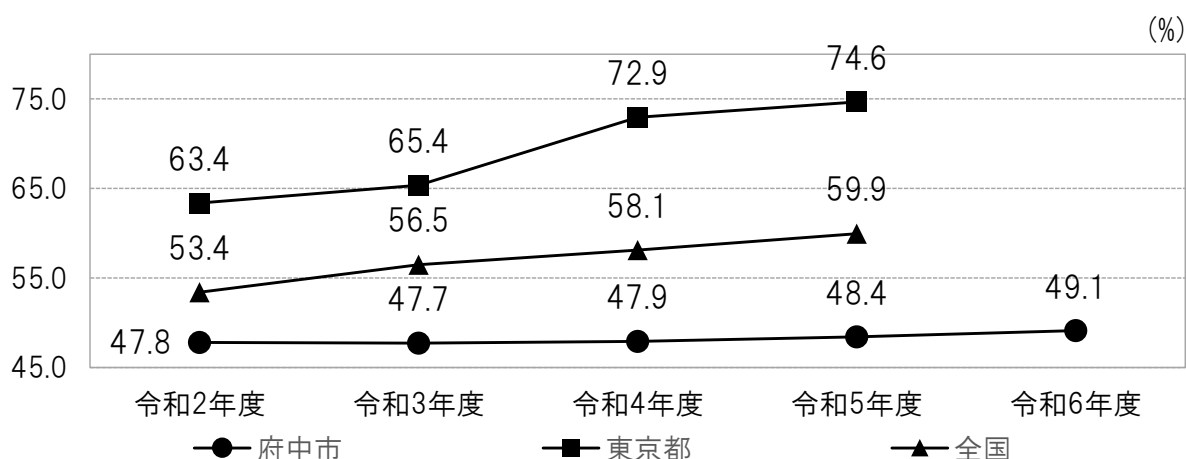
がんの種類	地域	性別	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度	(%)
胃がん・ X線	府中市	全体	91.9	97.0	93.9	82.4	92.2	
		男性	89.3	96.6	89.6	73.0	88.9	
		女性	96.6	97.9	98.0	93.5	97.2	
	東京都	全体	71.2	71.8	71.6	69.8	69.2	
		男性	69.3	69.5	69.6	68.5	68.3	
		女性	73.4	74.6	74.1	71.2	70.4	
胃がん・ 内視鏡	府中市	全体	0.0	0.0	100.0	99.1	100.0	
		男性	0.0	0.0	100.0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

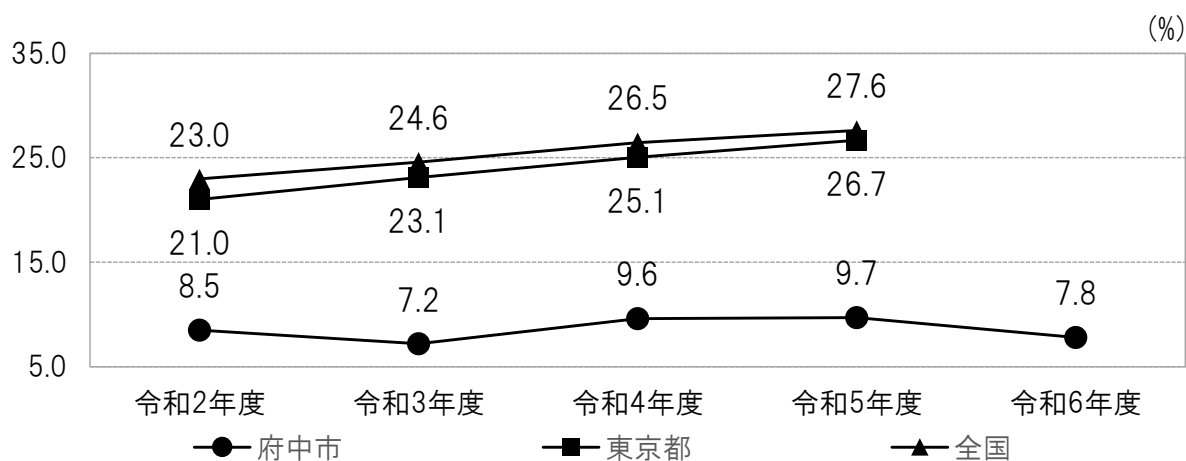
- 生活習慣病の発症及び重症化予防を目的とする特定健康診査等健康診査について、市では健康診査の受診率向上に向け、市と連携するトップチームとの協働事業により受診への意識付けを行ってき

たところ。特定健康診査等健康診査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ることから、受診率及び実施率の向上が課題として挙げられます。また、各種健（検）診の結果、生活習慣の改善や継続的な受診が必要とされる市民の受診・治療の継続を支援する「糖尿病性腎症重症化予防事業」「特定保健指導・健康増進保健指導」「保健指導（若年層健診）」などの事業は、利用した市民には生活習慣の改善等が見られましたが、対象者のうち実際に申し込む者は少ない状況です。各種事業は、利用者に対しては生活習慣の改善など一定の好ましい変化をもたらしている一方で、事業の利用が市民全体に十分に浸透していないことから、引き続き積極的な周知・啓発に注力する必要があります。

図表 3 特定健康診査の受診率の推移



図表 4 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」

- 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。引き続き、情報が確実に届き、禁煙・卒煙を促し得る啓発の方法・メッセージの内容を新たに検討していく必要があります。
- 「健康教育」については、講座形式であるため、参加する市民は元々一定の健康への意識を持った層であると推測されます。現時点で健康への意識が薄い市民に向けて健康づくりの取り組みを促し得る啓発の方法・メッセージの内容を新たに検討していく必要があります。

- 母子の健康を支援する各種健診事業や訪問事業に取り組んできました。「産婦健康診査」「1 か月児健康診査」「1 歳 6 か月児健康診査」「3 歳児健康診査」といった健診は受診率が 100%に近い状況です。参加人数が年々増加しニーズの高い「パパママ学級（両親向け）」や、全戸訪問事業である「新生児訪問（乳幼児家庭全戸訪問）」においては、支援を要する児の早期把握や、育児不安等への支援を行うと共に、保護者の育児力向上や乳児期の生活習慣の形成に向けた支援として取り組んでまいりました。
- 市民が要介護状態となることを予防するため「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。「介護予防講座」ではフレイルの予防のための知識を提供する場を確保してきました。要介護認定率の高さも踏まえ、フレイルの予防の重要性は高まっており、これまでの取組が実際に市民の生活に活かされてきたのかを把握し、アプローチ方法を変える必要があります。
- 市民がからだの不調に気づいた場合、早めに対応できるよう、各種相談窓口を設け、一つ一つの相談に適切に対応してきました。

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て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予防するには、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必要に応じて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）診の結果生活習慣の改善や継続的な受診が必要とされた市民の受診・治療継続の支援は、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ることから、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。
- 市民が健康的な生活習慣を身に付け、生活習慣病の発症を予防するには、各種相談を実施して市民の不調に早期に対応し、行動変容に向けて支援することが方法として考えられます。窓口の存在を幅広い市民に認知させ、必要に応じ気軽に利用してもらうために、対象者の属性に応じた方法で啓発をし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予防するには、健康的な食生活や定期的な運動、喫煙や飲酒を控えるなどの習慣を身に付け維持する必要があります。市では、市民一人ひとりが生活習慣の習得・改善に向けて行動できるようにするために、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低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。特に、若年者は運動や食生活の面で、高齢者は飲酒・喫煙の面で健康的な生活習慣の実践を促していきます。
- 健康状態の把握及び生活習慣の改善を目的に、第 3 次計画に引き続いて、健（検）診の実施、および必要に応じたその後の治療継続の支援を推進します。いずれの事業においても、対象者の属性に

応じた方法で受診・利用を勧めていきます。

- 市民の不調に早期に対応し、行動変容に向けて支援するために、第3次計画に引き続いて健康や生活全般に関する様々な相談窓口を設置して、相談対応に取り組んでいきます。

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や食生活等を振り返り、改善しようという意識を持てることを目指して、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。日常的な身体のセルフメンテナンスやフレイル予防、薬物乱用や受動喫煙の防止といった様々なテーマに関して、市民が自ら申し込む講座・体験プログラムの検討や、街頭・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、「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伝え方を都度検討して啓発を行うことで、現時点で健康への関心が低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 ● 運動や食生活、依存症、受動喫煙防止等の健康に関する知識を日頃の生活で活かす
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

健康状態の把握及び疾病や障害等の早期発見・早期治療を図るため、ライフステージに応じた健（検）診の機会を充実させます。生活習慣の改善や継続的な受診が必要とされた市民には必要な保健指導や治療継続の支援を実施します。

また健（検）診の事業や、その後の保健指導や治療継続支援の事業において、対象者でありながら受診・利用しない市民に向けて、ポスター・リーフレット・SNSでの発信や、郵便・ショートメッセージ等を用いた直接的なアプローチを行い、対象者の属性に応じた方法で受診・利用を勧めます。

A) 母子の健康づくりを支える健（検）診等受診・保健指導等の促進

乳幼児期から学齢期までの市民が健康な身体と生活習慣を作り上げていくために、母親が妊娠をした段階から様々な健（検）診の機会を充実させます。具体的には妊婦健康診査・妊婦歯科健康診査などの産前の取組や、産婦健診、生まれた乳幼児に定期的に行う健診・歯科健診、小中学校で生徒に実施する健康検査事業などを推進します。

市民に期待する取組	● 健康診断の情報を調べ、母子ともに受診する ● 毎年、母子ともに健康診断を受診する ● 各種健（検）診の結果から把握できる健康状態の内容を理解し、必要に応じ治療を受けたり、家族で生活習慣を改善したりする
市の主な事業や取組	● 妊婦健康診査 ● 1か月児・1歳6か月児・3歳児健康診査

B) 成人の健康づくりを支える健（検）診等受診・保健指導等の促進

若年期・中年期から高齢期に至ったその後まで、人生を通して健康状態の把握及び疾病や障害等の早期発見・早期治療を図るため、健（検）診の機会を充実させます。

中年期・高齢期の市民にはメタボリックシンドロームに着目した特定健康診査・特定保健指導を実施するほか、健康診査の未受診者に対して郵便・ショートメッセージ等を用いた直接的なアプローチによって受診を促します。また特定健康診査の受診後、結果に糖尿病を含む異常値がある市民や、医療機関受診が確認できない市民には、同様のアプローチで特定保健指導や医療機関の受診、管理栄養士・保健師による支援を実施し、生活習慣病の発症や重症化を防ぎます。

特に高齢期の市民には、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・早期治療対応を可能にする健（検）診の機会を充実させます。具体的には、後期高齢者医療健康診査や、糖尿病等の未治療者や重症化リスクのある治療者に対する受診勧奨・保健指導、心不全予防検診などを推進します。

若年期への若年層健康診査、中年期への骨粗しょう症検診、中年期・高齢期へのがん検診・肝炎ウイルス検診、青年期から高齢期への成人歯科健診など、様々な健（検）診の機会を充実させます。

さらに、生活習慣病の治療を中断している可能性のある市民への受診勧奨や、重複・頻回受診、重複服薬を行っている市民への指導なども行い、疾病の早期回復を図ります。

市民に期待する取組	● 健康診断の情報を調べ、受診する ● 毎年、各種健（検）診を受診する ● 各種健（検）診の結果から把握できる健康状態の内容を理解し、必要に応じ治療を受けたり、自身の生活習慣を改善したりする
市の主な事業や取組	● 特定健康診査 ● 特定保健指導 ● 若年層健康診査 ● 成人健康診査 ● がん検診（胃がん、肺がん、大腸がん、乳がん、子宮頸がん） ● 心不全予防検診 ● 後期高齢者医療健康診査

(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

人生の各段階で誰もが抱える可能性のある、様々なからだの健康に関する悩みが解決できるようにするために、ライフステージや市民の抱えている悩みごとに関する相談体制を充実させます。さらに、市民が行動変容できるよう支援するために、相談に対応するだけでなく、必要な機関との連携の深化も図ります。

A) 様々な市民に向けた相談支援の推進

市民がからだの健康に関する困りごとを相談でき、助言を受けて自身の状態を整理し、改善に向けた考えや行動が取ることができるようにするために、対象者を限定せずに、生活保護申請を含む生活の改善や、健康状態の把握・健康診査の情報提供などの相談体制を充実させます。

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 ● 身近な人のからだの不調に気づき、相談を勧める
市の主な事業	● 福祉総合相談コーナー

や取組	● 保健相談室
-----	---------

B) 子ども・子育て世代に向けた相談支援の推進

子育て世代が妊娠・出産のイメージをもち、安全に出産ができ、産後も育児不安の解消・子どものからだの不調などの悩みごとが解決できるようにするために、子どもが生まれた時の助産師または保健師の家庭訪問によるフォローをはじめとして、両親を対象とした子育てに関する学習会の実施や、子どもの心理・発達・就学に関する悩み事やひとり親家庭のライフプランの相談への対応などを行います。また、幅広く青少年を対象に、環境改善や身体不調の治療に向けて相談支援を行います。

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 ● 身近な人のからだの不調に気づき、相談を勧める
市の主な事業や取組	● パパママ学級（母親向け） ● パパママ学級（両親向け）

C) 高齢者に向けた相談支援の推進

高齢者が身近なところでからだの不調に関する様々な相談ができ、適切な健康指導やリハビリテーション等の必要な支援を受けられるようにするために、地域包括支援センターにて高齢者の相談対応を行うほか、権利擁護や地域の支援体制づくり、介護予防の必要な援助を行います。また、摂食嚥下機能支援を目的とした講演会を行います。

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 ● 身近な人のからだの不調に気づき、相談を勧める
市の主な事業や取組	● 高齢者福祉相談

D) 障害者に向けた相談支援の推進

障害のある市民やその家族がからだの不調に関する悩みごとを解決できるようにするために、相談先を必要とする人への訪問・関係機関との連携も含めた適切な相談支援を行います。

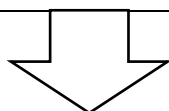
市民に期待する取組	● からだの健康についての相談先となる施設や関係機関等を知る ● 自分のからだの不調に気づき、相談する ● 身近な人のからだの不調に気づき、相談を勧める
市の主な事業や取組	● 障害相談事務

⑥ 指標と目標

2026 年 7-8 月 にか け 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

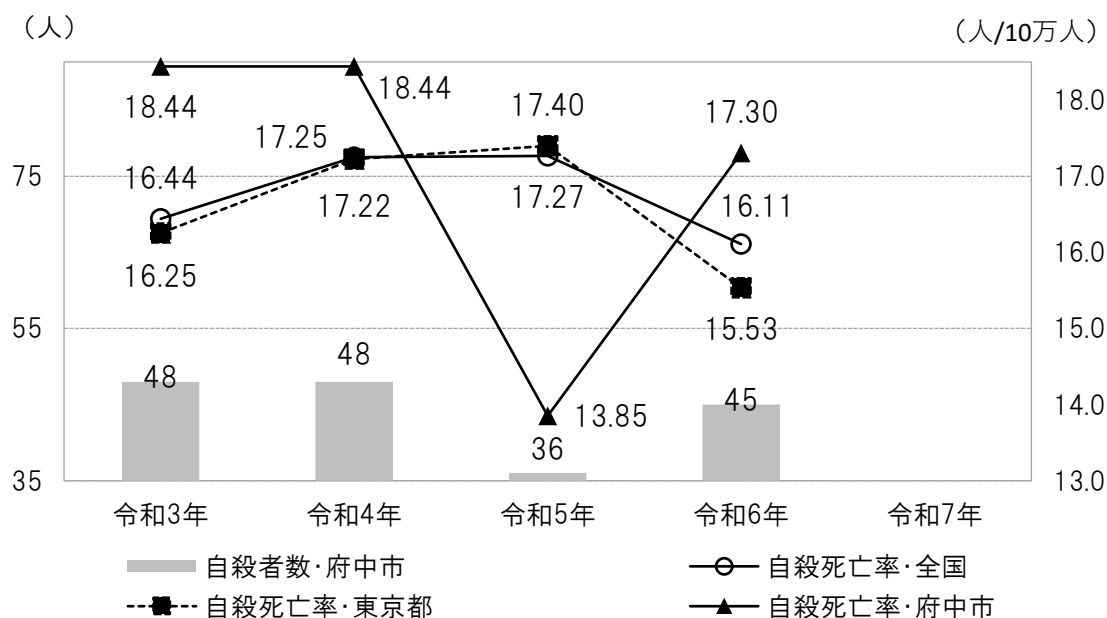
基本方針 1 ライフコースアプローチを踏まえた健康づくりの推進

具体的取組 2 こころの健康づくりを支援する

① 現状

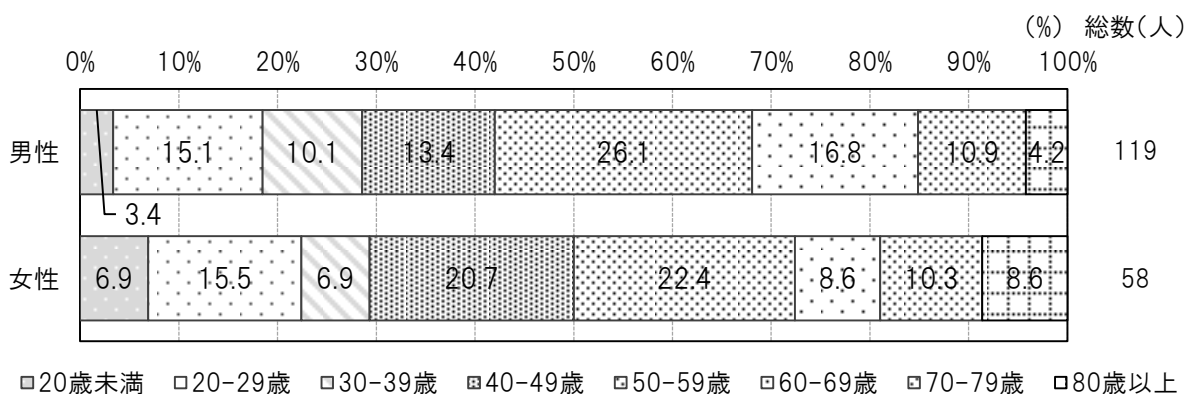
- 自殺者数は、令和 5 年に減少したものの、その後再度増加しています。自殺死亡率を東京都・全国と比較すると、令和 5 年を除いて高い水準で推移しています。また、性別・年齢別に令和 3～6 年の累計自殺者数をみると、50・60 代の男性が占める割合が全体の中で高いほか、女性では 40・50 代で多くみられます。

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」

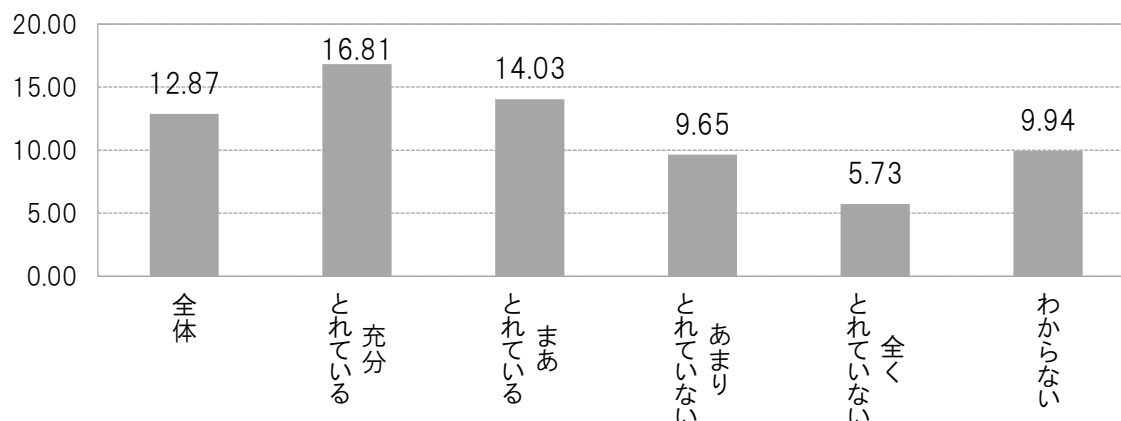
図表 2 令和 3-6 年累計 性・年齢別 自殺者の割合



【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れば、若年者を中心とする若い世代ではうつ病などの精神疾患を抱える者が他世代に比べ多い状況です。若い世代ほど睡眠不足や運動習慣がない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こころの健康に影響を及ぼす傾向にあります。

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」
東京都は、15 ～54 歳の若年層や働く世代で、支援が必要な程度の心理的苦痛を感じている者の割合が高くなっているとの認識から、講座の実施やホームページ上でのストレスチェックの実施などの情報を発信するなど、職場におけるメンタルヘルス対策を推進しています。また適切な相談窓口を見つけることができる人も減少傾向にあるとして、若年層が相談しやすい SNS やメールの活用など様々な手法による相談体制の構築や、女性など対象別の啓発も行い、様々な悩みに応じた適切な相談窓口につなげる取組を推進しています。

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」やゲートキーパー研修などの「子ども・若者の自殺対策」や、職域におけるメンタルヘルス対策の啓発などを行う「勤務・経営問題に関わる自殺対策」、生活困窮に陥った人を早期に支援につなぎ包括的に支援する「生活困窮者・無職失業者に関わる自殺対策」、ひとり親家庭への支援や子育て支援や就労支援などを含む「女性の自殺対策」に重点的に取り組んできました。
- 市民がこころの健康を意識できるようにする取組に関しては、市民向けの講座を実施し、啓発を行う「健康教育」などの事業や、自殺対策事業に取り組んできました。健康教育では、女性のメンタルヘルスなどのテーマで講座を開催するなど女性がこころの健康を意識できるよう啓発を行いました。このうち「健康教育」については、講座形式であるため、参加する市民は元から一定の健康への意識を持った層であると推測されます。また、市民がこころの不調に気づいた場合、早めに対応できるよう、各種相談窓口を設け、一つ一つのケースにおいて適切に対応してきました。

③ 計画にて対応する必要がある課題

- こころの不調は、自分では気づきにくく、一人で悩みを抱え込んでしまうことも少なくありません。日常的にこころの健康を維持・増進するためには、まずこころの健康に関心を持ち、ストレスに上手に対処することが必要です。現時点で関心が薄い市民にも情報を確実に届けつつ、これまでの取

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。

組が実際にこころの健康への関心につながり、その維持・増進に活かされてきたのかを把握し、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。

- こころの不調が深刻化することを防ぐためには、各種相談を通じて早期に気づき適切な支援や治療につなげていくことが重要です。特に、自分一人では相談先が分からない等、支援につながることを大人に比べて難しいと考えられる子どもなど、支援の必要性が高い市民が必要なときに気軽に利用できるようにする必要があります。そのため、対象者の状況や特性に応じた方法により、相談窓口の存在を幅広い市民に周知するなど、効果的な啓発を進めていくことが求められます。

④ 目指す方向性

- 市民一人ひとりがこころの健康に関心を持ち、ストレスに上手く対処することで、日常的にこころの健康を維持・増進できるようになるために、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。
- 市民の不調に早期に対応し、適切な治療が受けられる状態を実現するために、こころの健康や生活全般に関する様々な相談窓口を設置して、相談対応に取り組んでいきます。

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持ち、ストレスに上手く対処できるようにするために、悩みを相談できる地域資源や、薬物乱用の危険性・ストレスの対処法・SOS の出し方に関する情報などを、全戸配布を行う「健康応援ガイド」や市民向けに開催される講座、市の広報紙・ホームページ・SNS、標語・ポスター募集など様々な媒体において、現時点で健康への関心が薄い市民にも確実に届けられるようなかたちで周知・発信します。また、職域については、リーフレットの配架や社員・経営者向けの相談対応など、メンタルヘルス対策の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 - こころの健康についての相談先となる施設や関係機関等を知る
市の主な事業や取組	- 自殺対策事業 - 健康応援ガイドの発行 - 薬物乱用防止推進事業

(イ) ライフステージの特性に応じたこころの健康を守る相談支援の推進

人生の各段階において、誰もが抱え得るこころの健康に関する悩みに対応するため、子どもから高齢者までのライフステージや、本人の状況に応じた相談支援を実施します。また、面談に加え、家庭訪問など多様な方法により相談体制の充実を図ります。さらに、支援の必要性が高い市民については、適切な治療や支援につながるよう伴走支援を行うとともに、関係機関との連携を強化します。また、市職員・教職員・専門職・市民を対象とする講座を開き、ゲートキーパーを養成することで、自殺対策を支える人材を育成し、切れ目のない支援体制の構築を進めます。

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
-----------	---

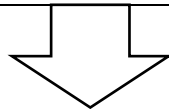
市の主な事業 や取組	● 自殺対策事業 ● 保健相談 ● 重層的支援体制整備事業 ● 高齢者福祉相談 ● 障害相談事務 ● 教育相談
---------------	--

⑥ 指標と目標

2026 年 7-8 月 につ け 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
健康教育	こころの健康に関心を持つ参加者の割合	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
自殺死亡率	〇〇〇	下げる
市民の WHO-5 指標	〇〇〇	上げる

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 3 健康を保持・増進できる環境づくり

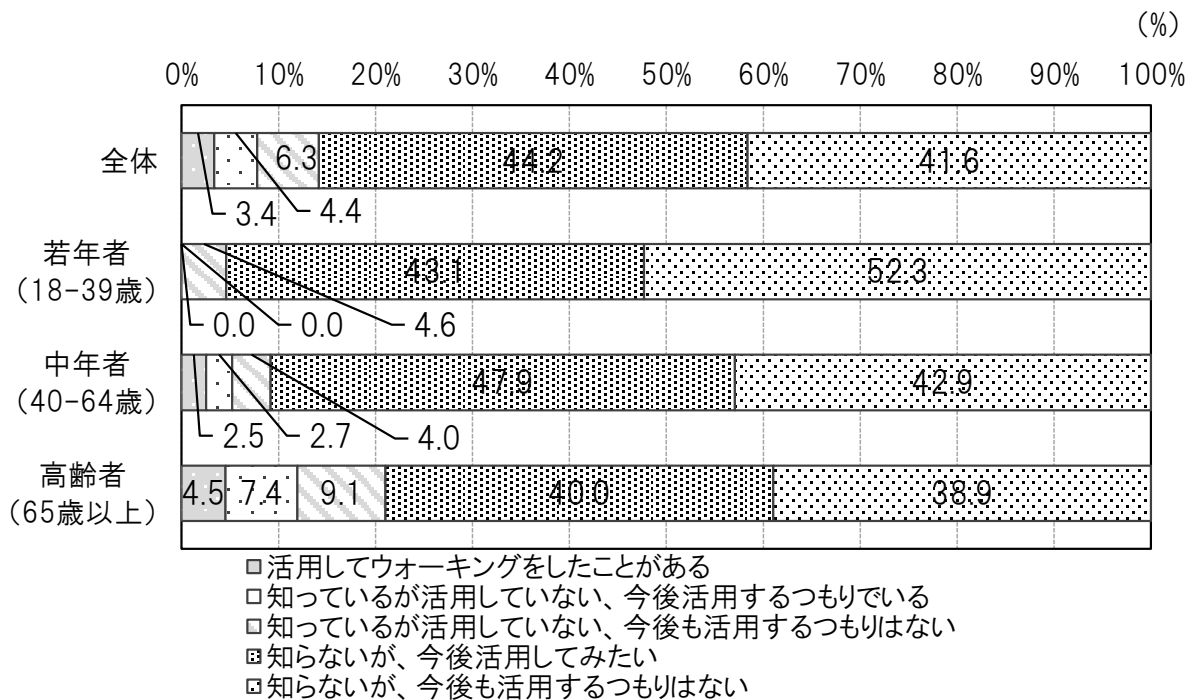
① 現状

- 健康の保持・増進のために行動することは、特に身体機能の変化がみられる高齢期に入って以降、その重要性が一層高まります。一方で、本市の 65 歳以上の要介護認定者数は、年々増加しており、要介護認定率は東京都と比べて低いものの、全国と比べると高い水準で推移しています（P○参照）。
- からだの健康を維持・増進するためには、高齢期に入ってから健康づくり活動だけでなく、若い頃から運動をはじめとする健康的な生活習慣を身に付け維持することも重要です。市民アンケート調査によれば、運動習慣のない市民は減少傾向にありますが依然として多く、一定数存在する週 2 回程度運動する習慣がある市民と比して、二極化する傾向が見えます。また、年齢が上がるにつれ運動習慣のない層の割合は減ります。
- 健康で長生きするためには、自身での健康づくりの取組に加え、継続的に自分のからだを診てもらえる「かかりつけ医・歯科医・薬局」を持つことが重要です。65 歳以上の市民対象の「介護予防・日常生活圏域ニーズ調査」で令和 4 年度と 7 年度を比較すると、かかりつけ医を持っている市民の割合は 83.5%から 82.0%へ、かかりつけ歯科医では 72.5%から 70.4%へ、かかりつけ薬局では 64.4%から 63.2%へ、いずれも減少しています。また市民アンケート調査によれば、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」という市民は年齢が下がるほど割合が少ない傾向にあります（P○参照）。

② これまでの取組

- 市では、高齢者の地域における仲間との交流や、運動習慣の習得を目的とした「地域交流ひろば」などの事業を継続して、活動の場を提供してきました。一方で、事業への参加が運動習慣の継続につながったかは十分に把握できていない状況です。フレイルの予防のための知識を提供してきた「介護予防講座」についても同様に、知識を実際に生活に活かすことができたかも把握できていないため、新たに参加者へのフォローが必要です。
- 市民の運動習慣の継続の場として、保健センターの 1 室を利用し運動指導プログラムや自由に運動するための場所を提供する「健康増進事業」などの取組を実施してきました。同事業は利用者・新規利用者とともに増加しています。身体活動量を増やすきっかけづくりとして配布している「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。市民アンケート調査によれば、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。運動習慣がない割合が高い若年層の活用を促し、運動を習慣づけるきっかけとなるよう、利用促進に向けた検討が必要です。

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」

- 市では在宅療養者等で、自身では歯科治療を受けることが困難な市民が、必要な歯科治療を受けることができるよう、かかりつけ歯科医の紹介を実施しており、毎年度、数十名の市民に利用いただいています。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、地域医療機関と専門医療機関との連携を図ってきました。引き続き、市民のニーズを把握し、適切な支援を行えるよう取り組んでいきます。しかし、この事業は紹介までにとどまっており、その後の定期受診状況については把握できていないため、必要に応じて継続的なモニタリングを開始する必要があります。また、かかりつけ医・かかりつけ薬局については、全戸配布の「健康応援ガイド」での啓発や、「健康教育」講座での周知に取り組んできました。「健康応援ガイド」を手にとって情報を得るかどうかは市民一人ひとりの関心や判断によるところもあるため、引き続き手にとりやすくなるようなデザイン等の工夫が必要です。また「健康教育」講座に参加する市民はもともと一定程度の健康意識を持つ層であると推測されることから、これまで意識や知識に触れる機会が少なかった層にもアプローチできるよう、情報発信の仕方や講座の内容等に更なる改善が必要です。
- 市民一人ひとりが上記のような健康づくりの活動に取り組み、健康を維持・増進できるよう各種相談窓口を設け、一つ一つのケースにおいて適切に対応してきました。

③ 計画にて対応する必要のある課題

- 幅広い年代・属性の市民、既に運動習慣が身に着いている高齢者だけでなく、運動習慣が定着していない傾向にあることが想定される若年層が、運動を始めて継続できるように、学業や仕事、家事の合間でも気軽に運動に取り組めるような工夫や、行動変容を促し得る啓発の方法・メッセージの内容等を引き続き工夫していく必要があります。
- 市民がかかりつけ医・歯科医・薬局を持ち、健康づくりに関することを気軽に相談し健康管理を実践できるよう、身近な医療機関を持つことや、定期的な受診によって自身の健康状態を把握するこ

との必要性に対する認識が不足している市民に向けて、その理解を促し、身近な医療機関とともに健康管理をおこなうことができるようなメッセージの内容を新たに検討していく必要があります。

- 市民が運動をはじめとする健康づくりのための行動を起こし、身近な医療機関を探すときに、様々な困りごとを解決し、健康的な生活習慣を継続できるようにするために、引き続き各種相談を実施し、必要に応じた支援を行っていくことが必要です。窓口の存在を幅広い市民に知っていただき、必要に応じ気軽に利用してもらうために、対象者の属性に応じた方法で啓発をしていく必要があります。

④ 目指す方向性

- 運動習慣が定着していない傾向にあることが想定される若年層など、新しく健康づくりに繋がる行動を始めた市民が習慣を継続できるように、運動をはじめとする健康習慣がライフステージごとにどのようなメリットをもたらすか強調するなど、行動変容や継続を促し得る啓発を行うほか、市の施設にて市民が学業や仕事、家事の合間でも気軽に利用し健康づくりの活動ができるような機会の確保を行います。
- 全戸配布の「健康応援ガイド」や広報紙、ホームページ・SNSなど様々な媒体において、身近な医療機関を持っておくことや、定期的な受診によって自身の健康状態を把握することの必要性について情報発信・啓発を推進するとともに、休日・夜間診療の体制を整備し、市民が切れ目なく医療とつながることを目指します。
- 市民の困りごとに対応し、健康的な生活習慣を継続できるようにするために、第3次計画に引き続いて健康や生活全般に関する様々な相談窓口を設置して、相談対応に取り組んでいきます。

⑤ 主な取組

(ア) 健康的な生活習慣を実践する環境の整備

新しく健康づくりに繋がる行動を始めた市民が習慣を継続できるように、行動変容や継続を促し得る啓発を行うほか、市の施設では市民が学業や仕事、家事の合間でも気軽に利用し健康づくりの活動ができるような取組を行います。

具体的には、ライフステージごとに異なる運動習慣がもたらすメリットを強調するなど、行動変容を促し得る啓発を行うほか、総合及び地域体育館や保健センターなどの市の運動施設では教室の実施内容等の工夫を通じて、運動機会の充実を図ります。また、運動を始めるきっかけづくりとして、健康応援ウォーキングマップを作成し、配布・発信していきます。

また、強度の高い運動だけでなく、フレイル予防につながる手足の筋力、口腔機能の維持・向上や、運動を通したコミュニケーション、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の実施などに取り組めます。

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継続する ● 市の取組なども活用しながら、それぞれが抱える健康課題に対処し健康的な生活習慣を身に付ける
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一般公開 ● 健康応援ウォーキングマップ ● 地域交流ひろば

● 栄養・口腔マシン教室

(イ) 地域で切れ目なく医療とつながれる体制整備

身近な医療機関を持つことや、定期的な受診により自身の健康状態を把握することの重要性について、市民の理解を深めるために、全戸配布の「健康応援ガイド」や広報紙、ホームページ・SNS など様々な媒体において啓発を行います。各種啓発は、必要性について関心喚起を図り、行動変容を促進するようメッセージの内容等を工夫します。

また、自身では歯科治療を受けることが困難な市民が、必要な歯科治療を受けることができる取組を行うほか、かかりつけ歯科医と専門医療機関等との役割分担と連携を推進します。加えて、市内の休日・夜間診療の体制を整備することで、市民が身近な医療機関を確保するだけでなく、医療機関が対応していない時間においても、切れ目なく医療とつながることができるようにします。

市民に期待する取組	● かかりつけ医・かかりつけ歯科医・かかりつけ薬局を見つけ、必要に応じて相談したり、定期的な受診によって自身の健康状態を把握したりする
市の主な事業や取組	● 健康応援ガイド ● 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

市民が困りごとに対処し、健康的な生活習慣を継続できるようにするために、様々な相談内容に対応できるよう、ライフステージや市民の抱えている悩みごとの相談体制の充実を図ります。さらに、市民が行動変容できるよう必要に応じた支援を行っていくために、相談に対応するだけでなく、必要な機関との連携の深化も図ります。具体的には、女性に関わる様々な悩み、介護予防や運動、栄養等に関する悩みなどを相談できる窓口を運営するほか、補助具購入の助成などによるがん患者へのアピアランスケアを新たに推進します。

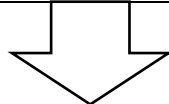
市民に期待する取組	● 健康づくりに際して相談先となる施設や関係機関等を知る ● 健康的な生活習慣を継続していく
市の主な事業や取組	● 女性問題相談 ● がん患者へのアピアランスケア ● 介護予防相談

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
健康増進事業	利用者数	〇〇〇	上げる
歯科医療連携推進事業	かかりつけ歯科医への受診を継続している割合	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
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

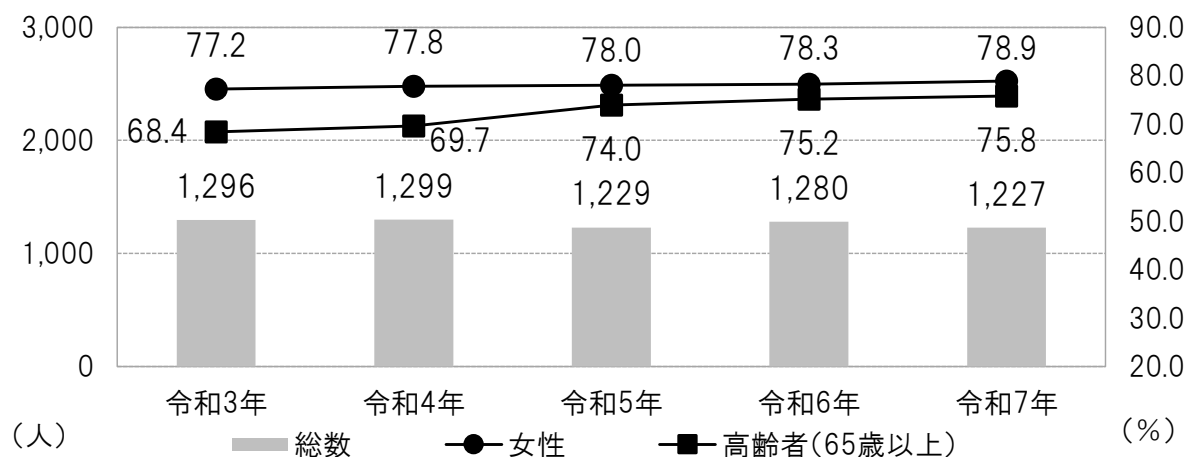
基本方針2 ソーシャルキャピタルを活用した健康づくりの推進

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

- 市では、市民が自らの健康づくりを推進する「環」を広げていくため、保健計画及び食育推進計画の趣旨を理解して市内各地域で健康づくりを推進する人を「元気いっぱいサポーター」として登録し、元気いっぱいサポーターとの協働により市民の健康づくりを推進してきました。元気いっぱいサポーターは転出等の理由で登録者数は減少しています。また、高齢者が7割近くを占めており、高齢化が進んでいるほか、女性が8割近くを占めており、その割合も増加しています。

図表1 元気いっぱいサポーターの登録者数と女性・高齢者の割合の推移



【出典】府中市資料

- 市民アンケート調査によれば、特に若年者や一人暮らしの市民は地域での孤立感が「よくある」「たまにある」と回答した層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

- 市では、毎年度、元気いっぱいサポーターリーダー養成講座を実施してきたほか、自主グループ「ノルディックでつながる会」「おはなしブーメラン」「食育推進リーダー パブリカ」の活動を支援してきました。
- いきいきプラザ（介護予防推進センター）では、通いの場での運動指導や特技を活かした指導をするなどの介護予防事業のサポートや、イベントで「元気一番!!ふちゅう体操」等を広める活動をするボランティア「元気一番!!ひろめ隊」の協力を得て、高齢者同士がともに活動しながら、生きがいや交流につながる活動を推進してきました。

③ 計画にて対応する必要がある課題

- 元気いっぱいサポーターの登録者数が減少しているためサポーターの認知度の向上や登録を促すアプローチ方法の工夫などにより、新規の登録者を増やしていくことが必要です。特に若年者に地域での孤立感が広がっていることから、同世代のサポーターを増やし、年代に応じた取組を推進で

きる体制を整えていく必要があります。

また、サポーターの活動の機会を増やし、元気いっぱいサポーターリーダーの力を更に市民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

- 引き続き元気いっぱいサポーターを増やすための情報発信を行い、サポーターが活動しやすい環境を整えていくことで、元気いっぱいサポーターとの協働のための素地を整備していきます。特に、若年者から高齢者まで幅広い世代のサポーターへの登録を促すことで、様々な市民が地域に居場所をもち、健康づくり活動に加わることができるようにします。さらに、既存の元気いっぱいサポーターの活動を期待する場に関して、市の様々な企画における連携をサポーターと共に検討するなど、元気いっぱいサポーターの力を更に市民の健康づくりに活かし、市民自ら健康づくりを推進する「環」を拡大させていきます。

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

市民自ら健康づくりを推進する「環」を広げていくために、サポーターの活動の様子を発信し、認知度の向上を図るほか、幅広い年代への登録を促す取組を充実させ、元気いっぱいサポーターの登録者増加を目指します。さらに、元気いっぱいサポーターの知識や地域とのつながりなどを活かし、サポーターと共に活動の場や内容の充実を図ります。

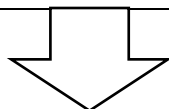
市民に期待する取組	- 自らの健康づくりに取り組むとともに、健康づくりを身近な人や地域に広げる - 元気いっぱいサポーターの役割を理解し、登録・活動する
市の主な事業や取組	元気いっぱいサポート事業

⑥ 指標と目標

2026 年 7-8 月にかけ検討予定

【事業実施による成果】

事業	指標	現状値	目標・目指す方向
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
地域での孤立感を抱いている市民の割合	〇〇〇	下げる

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います（Ｐ〇参照）。従来の地域のつながりは希薄化している時勢において、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〇参照）。
- 市民アンケート調査にて市民に居場所だと感じる場所を尋ねたところ、自宅を居場所と感じる人が大半でしたが、加えて現役世代では職場、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、居場所が無い、または自宅以外に居場所が無い人ほど、精神的な健康状態が良好でない傾向が見られました。

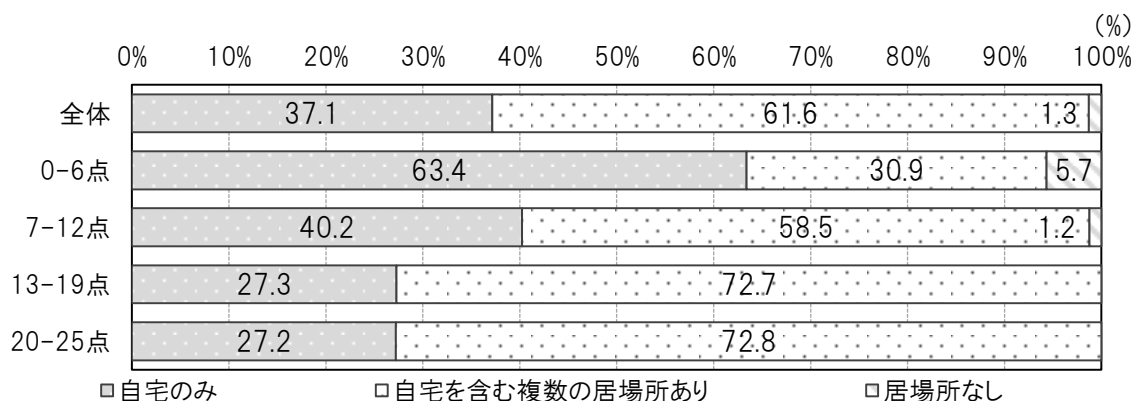
図表２ 年齢層別 居場所の有無及び居場所と感じる場所

	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 ツ関係 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３ WHO-5 指標¹の得点別 居場所の有無及び居場所と感じる場所



【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」

② これまでの取組

- 市では、健康づくりや食育をはじめ、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相談窓口「協働・共創の窓口」や費用の助成をする「市民活動応援助成金」取り組み

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、精神的な健康状態が低いことを示します。

みを継続してきました。

- また、協働まつりや福祉まつり、文化センターでの地域まつり等の実施を通じて、多様な主体が参加・交流する機会を創出し、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 計画にて対応する必要がある課題

- 地域ぐるみでの健康づくりを推進するためには、行政だけではなく、団体や企業等との連携を深め一体となって取り組むことが重要であるほか、市民相互の支え合いや結びつきを活発にする必要があります。
- 市民が子どもから大人まで、暮らしている地域に居場所を見つけられるようにするために、様々なまつり事業は単なる集う機会の確保にとどまらず、健康づくり活動を促すことができるものにする改善が必要であるほか、限られた機会のみのつながりではなく、近隣住民との日常的なつながり、支え合う環境を整備することが必要です。

④ 目指す方向性

- 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し、地域ぐるみでの健康づくりを推進します。
- 様々な市民が暮らしている地域に居場所を見つけ、日常的なつながりを強められるようにするため、様々なまつり事業は市民が健康づくり活動を始めたりすることや深化させるきっかけとなるような内容とするほか、見守り活動等の取組を推進し、社会全体で支え合う環境づくりを推進します。

⑤ 主な取組

(ア) 企業や団体等との連携による健康づくりの推進

市民が自分自身の居場所を見つけ、健康づくりを始めることができるように、これまでの取組により築いてきた市民相互の支え合いや結びつき、市と団体や企業等との協働関係を活用し、市民一人ひとりの健康づくりに資する取り組みを実施します。

A) 団体や企業等との連携・協働の推進

市民一人ひとりの健康づくりを支えるためには、個人の取組に加え、地域における人と人とのつながりの活用が重要です。本市では、地域団体や企業、医療・福祉関係機関等との連携・協働を一層推進し、地域全体で支え合う健康づくりの基盤強化を図ります。具体的には、事業所における健康経営の取組支援や、地域活動団体との協働による健康増進事業の展開、民間事業者との連携による健康情報の発信機会の拡充などを進めることで、健康づくりに取り組みやすい環境の整備を推進します。

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
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) 地域とのつながりを深める取組の推進

子どもから大人まで、市民が暮らしている地域に居場所を見つけ、近隣住民とのつながりを強めることで、健康づくり活動の基盤が形作られるようにするため、見守り活動や居場所・通いの場作り等の取組を推進し、社会全体で支え合う環境を整備します。また、様々なまつり事業を単なる集う機会の確保にとどまらないかたちで実施します。具体的には、地域住民が集い交流できる場としての交流サロンの運営や介護予防ボランティアとの協働、世代間の交流を確保する取組、地域包括支援センターや地域で活動する個人・組織を中心とした高齢者や子どもを見守るネットワークの強化、健康づくりをテーマとしたプログラム等により市民が楽しみながら健康づくりへの理解を深めることができる様々なまつり事業などに取り組みます。

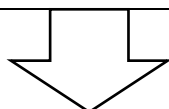
市民に期待する取組	● 地域・職場・趣味のグループなど、自宅以外の自身の居場所を見つける ● 地域の見守り活動に参画する ● 地域で開催するまつりやイベント等に来場参加する
市の主な事業や取組	● 高齢者見守りネットワーク事業

⑥ 指標と目標

2026 年 7-8 月 につけ検討予定

【事業実施による成果】

事業	指標	現状値	目標・目指す方向
市民活動応援助成金	健康づくりに関する協働事業の件数	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
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

基本方針 3 健康危機管理体制の充実

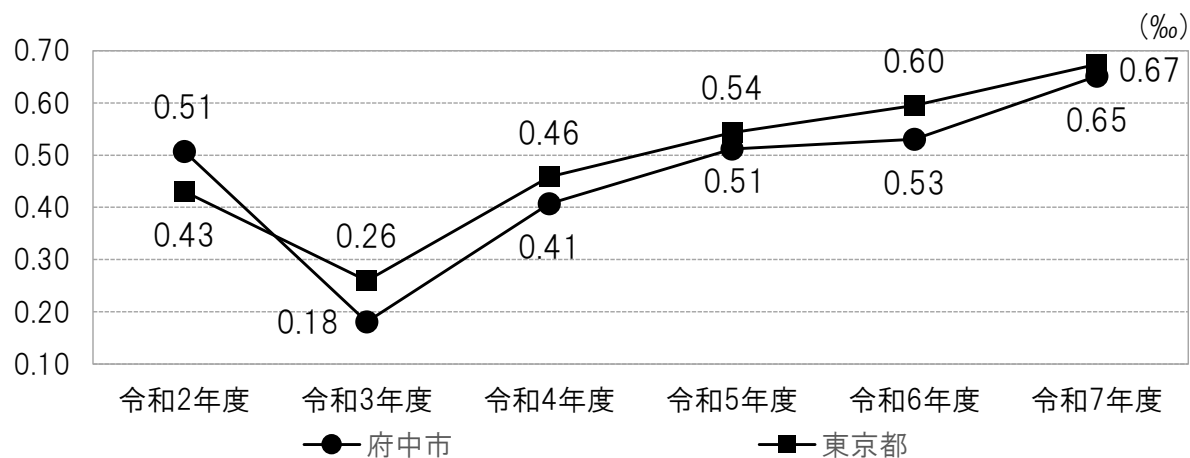
具体的取組 1 熱中症対策を充実する

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りますが、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、搬送者数に占める若年・中年層の割合も増加傾向にあります。近年の高い気温は、高齢者に比べて体力的に余裕のある若年・中年層にとっても、警戒し適切な行動をとることが必要なものになっているといえます。

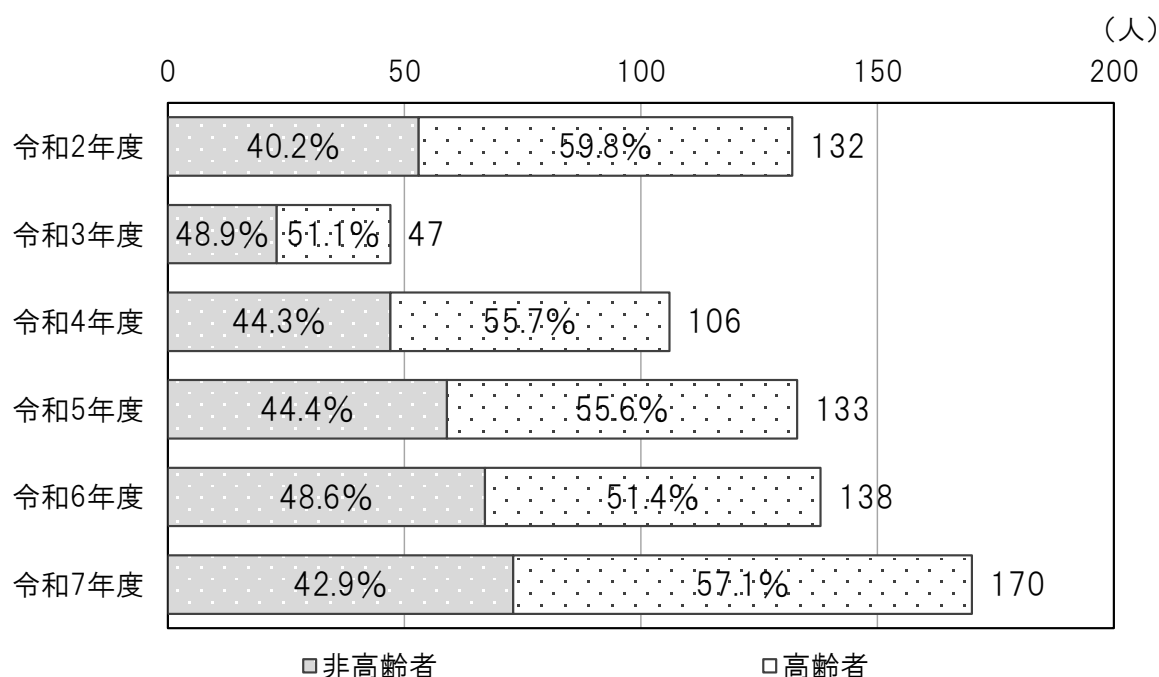
東京都では2050 東京戦略において「命を守る熱中症対策」を掲げ、様々なポスター・チラシ・動画を作成し対策の啓発を進めているほか、暑熱順化等講習会・熱中症対策講習会などの講座を都内各地で開催する取組をしており、本市においても開催されました。また屋外労働者や高温環境下での作業従事者等の労働環境における対策を急務として、事業者及び業界団体、区市町村の担当者を対象とした勉強会を開催しているほか、業界団体等に専門家を派遣し、熱中症対策に関する助言をする熱中症対策アドバイザーの派遣も行っています。

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年代別の割合の推移



【出典】東京消防庁「熱中症件数」

② これまでの取組

- 市では熱中症予防対策として、冷房を使用する市内の公共施設や商業施設、事業所等の一部を避暑スペースとして開放し、熱中症特別警戒アラート発表時に一時的な休憩場所として利用できる「指定暑熱避難施設（クーリングシェルター）」を設置する取組を、民間の協力も得つつ推進してきました。令和7年度には、「府中市クールシェアスポット」を新設し、多くの民間事業者にご協力いただいています。外出時に一時的に暑さを避けるための休憩場所という、クーリングシェルターと同じ目的で設置されていますが、クーリングシェルターとは異なり、法律に基づいたものではないため、より民間事業者からの協力を得やすいものとなっています。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、市独自の啓発物等を作成し、市内公共施設やクーリングシェルター・クールシェアスポットにて配布しているほか、市内で開催されるイベント等にも出席し、啓発を行ってきました。
- 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、校庭へのテントの配置、夏季期間中の部活動の実施時間の調整、簡易ミストの設置、登下校時の帽子・日傘の使用や体操着の着用の推奨など、様々な対策を行ってきました。

③ 計画にて対応する必要のある課題

- 市では特に学校教育の現場で様々な熱中症対策を実施してきましたが、熱中症搬送者の過半数を占める高齢者を含めた、大人に向けた熱中症対策も更に推進していく必要があります。指定暑熱避難施設（クーリングシェルター）を増やしていくと共に、自宅や地域の集い・通いの場での適切な冷房の使用等を啓発していく必要があります。加えて、事業者が多い東京都に位置する本市の特徴を踏まえ、屋外労働者や高温環境下での作業従事者等の労働環境における対策を進めるべく、事業者に対する啓発にも新たに取り組む必要もあります。

④ 目指す方向性

- 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にするために、これまで実施してきた学校教育の現場での様々な熱中症対策を継続すると共に、大人に向けた熱中症対策も更に推進します。指定暑熱避難施設（クーリングシェルター）を増やしていくと共に、市民が日常を過ごす場所で適切に冷房を使用する必要があること等を啓発します。また新たに事業者に対して、屋外労働者や高温環境下での作業従事者等を念頭に置き、職域における対策の必要性を啓発します。

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、これまで実施してきた学校教育の現場での様々な熱中症対策を継続すると共に、大人に向けた熱中症対策も更に推進します。

学校においては、夏季期間を避けた水泳指導や運動会の実施や、テントや簡易ミストの配備、部活動の実施時間の調整、登下校時の帽子・日傘の使用や体操着の着用の推奨などを継続します。

また、指定暑熱避難施設（クーリングシェルター）を増やしていくと共に、自宅や地域の集い・通いの場で適切に冷房を使用する必要があること等を、ポスター・チラシ・動画などの資材を活用し啓発します。併せて、事業者への講座等の開催により、職域における対策の必要性を啓発します。

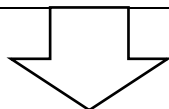
市民に期待する取組	● 屋内では適切に冷房を使用し、屋外では帽子・日傘を使用するとともに、水分をこまめに摂る ● 近くの指定暑熱避難施設（クーリングシェルター）について知り、必要に応じ利用する
市の主な事業や取組	● 学校教育現場での様々な熱中症対策 ● 指定暑熱避難施設（クーリングシェルター）の開設

⑥ 指標と目標

2026 年 7-8 月にかけ検討予定

【事業実施による成果】

事業	指標	現状値	目標・目指す方向
熱中用対策	講座に参加したことで職域における熱中症対策を実施した事業者の数	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
熱中症搬送者数	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

具体的取組２ 感染症対策を充実する

① 現状

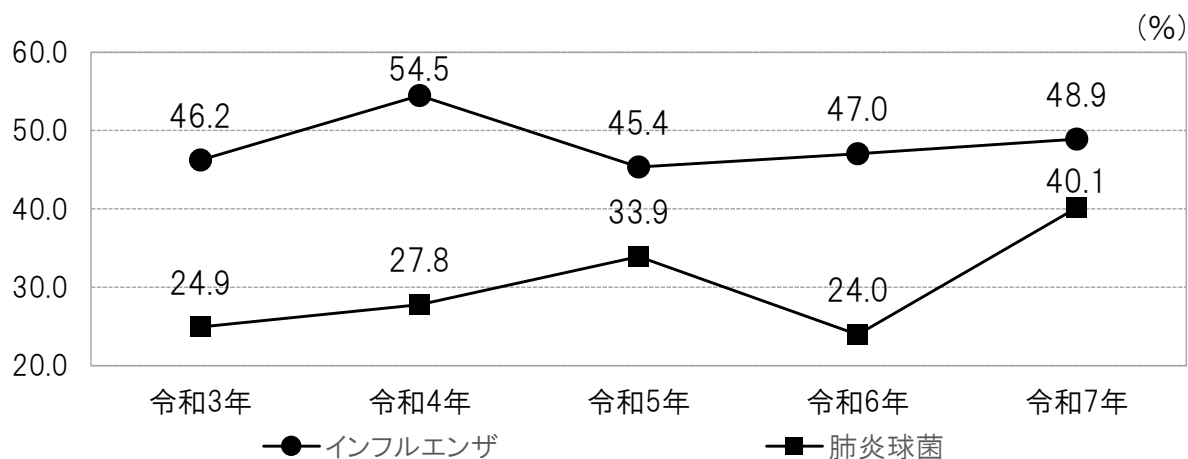
- 本市における感染症の流行状況について定点医療機関当たり感染報告数をみると、インフルエンザについては毎年９月から年末にかけ感染者が増える傾向にありましたが、2025 年からは感染者数が急増しており、また流行も翌年３月頃まで続いています。一方で新型コロナウイルス感染症については 2024 年以降、感染者数は季節を問わず減少傾向にあります。

図表 3 定点医療機関当たり感染報告数

【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、ほぼ横ばいで推移しています。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

② これまでの取組

- 市では感染症予防のため、感染症感染時の重症化リスクが高い、高齢者の市民などを対象に、インフルエンザ・新型コロナ・肺炎球菌・带状疱疹ワクチンの予防接種に取り組んできました。併せて、予防接種を受けることや、日常的な体調管理・感染症対策を行うことの必要性について各種媒体を通じて啓発してきました。
- 予防接種法に基づく予防接種（定期接種・臨時接種）を受けた方に健康被害が生じ、その健康被害が接種を受けたことによるものであると厚生労働大臣が認定した場合に、接種者を経済的に支援する給付を行ってきました。
- 狂犬病の予防のために、狂犬病予防法に基づいて犬の飼い主の義務である生涯１回の登録と年１回の狂犬病予防注射を求める取組も進めてきました。

③ 計画にて対応する必要のある課題

- 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・感染症対策を行い、定期的に予防接種を受けることが必要です。市は、予防接種の必要性や日常的な体調管理・感染症対策等の情報について、それを届けたい市民の属性に応じた適切な手法を都度検討して啓発を行うことで、これまで取り組んできた予防接種の接種率を高めていき、市民の感染症予防に向けた意識を醸成していくことが必要です。

④ 目指す方向性

- 市民が日常的な体調管理・感染症対策を行い、定期的に予防接種を受けることができるようにするために、引き続き日常的な体調管理・感染症対策等の情報について啓発を行うと共に、予防接種の必要性や市で実施している予防接種について情報発信することで、予防接種の接種率を高めていき、市民の感染症予防に向けた意識を醸成します。啓発においては、新型コロナウイルス感染症の流行が小康状態となって以降、関心の低下がみられる市民などを念頭に、意識の向上と行動変容を促すため、より効果的な普及啓発を図ります。

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、引き続き日常的な体調管理・感染症対策等の情報について啓発を行うと共に、予防接種の必要性や市で実施している予防接種について情報を発信します。特に、新型コロナウイルス感染症の流行が小康状態となった現在においても、既存の感染症の再流行や、新たな新興感染症の流行の可能性があることを念頭に、市民の属性に応じた適切なツールを介して、意識を持ち行動変容を促せるようなより効果的な普及啓発を行います。

市民に期待する取組	● 日常的な体調管理・感染症対策を行う ● 予防接種の必要性や市で実施している予防接種について理解する
市の主な事業や取組	● 感染症予防に関する啓発

(イ) 各種予防接種実施体制の整備

市民が定期的に予防接種を受けることができるようにするために、引き続き主に高齢者の市民などを対象に、インフルエンザ・新型コロナ・肺炎球菌・带状疱疹ワクチンなどの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が生じた場合には救済制度によって接種者を経済的に支援します。

また、狂犬病の予防のために、狂犬病予防法に基づいて犬の登録と年1回の狂犬病予防注射を実施すると共に、それらの取組は飼い主の義務であるとの啓発を進めます。

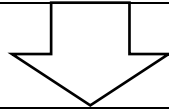
市民に期待する取組	● 予防接種の必要性を理解し、必要に応じ市で実施している予防接種を利用する ● 犬をはじめとする動物を飼う場合には、感染し得る感染症への理解を深め、適切な予防対策をする
市の主な事業や取組	● 各種予防接種 ● 狂犬病の予防に向けた取組

⑥ 指標と目標

2026 年 7-8 月 につ け 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
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】

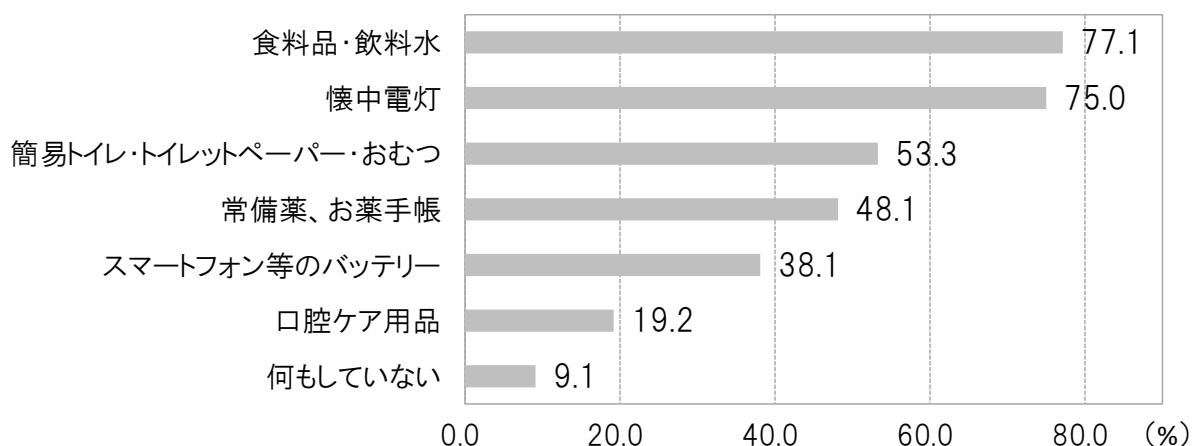
指標	現状値	目標・目指す方向
インフルエンザ感染者数	〇〇〇	下げる
新型コロナ感染者数	〇〇〇	下げる

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

- 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、「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」

② これまでの取組

- 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、緊急医療救護所の開設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、発生時の対応の周知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、府中市医師会と協働で緊急医療救護所訓練を本格的に実施し、医療救護活動の実効性の検証と関係機関との連携強化を図ってきました。
- 「災害時個別支援計画」では人工呼吸器使用者を対象とし、「避難行動要支援者事業」では 75 歳以上の高齢者のみで構成される世帯の市民のうち申請があった者を対象として、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策定してきました。

③ 計画にて対応する必要がある課題

- 災害時においても市民の健康を守るためには、府中市地域防災計画等に基づき、平時からの体制整備を継続的に進める必要があります。さらに、災害時の医療救護体制については、市内 4 か所の緊急医療救護所の設置・運営訓練の実施が現状一部にとどまっているほか、避難所等における保健・歯科・栄養を含む保健衛生活動については、実践的な訓練の実施まで至っていない状況にあること

から、訓練の定期的な実施に向け必要な措置をとる必要があります。

市民の災害への備えについては、一定の物資備蓄は進んでいると考えられるものの、口腔ケア用品の備蓄など健康に関する備えの意識が十分とはいえない状況にあります。更なる防災意識の醸成のため、これまで災害への備えを検討してこなかった意識が向きにくかった層にアプローチすることが必要です。

府中市新型インフルエンザ等対策行動計画については、近年の感染症対応や災害対応の経験を踏まえ、業務継続計画や住民接種体制とも関連性を持たせ、一体的に見直しを行い、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

- 災害時においても市民の健康を守るため、府中市地域防災計画及び府中市新型インフルエンザ等対策行動計画等に基づき、医療救護・保健衛生の体制整備を継続的に推進し、関連計画との連携を図りながら、その実効性の向上を目指します。

また、緊急医療救護所の設置・運営体制については、実践的な訓練の機会を拡充し、各緊急医療救護所における訓練の実施や関係機関との連携強化を図ることで、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。あわせて、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通じて対応力の向上を図ります。

さらに、市民一人ひとりが災害時にも健康を維持できるよう、物資の備蓄に加え、避難生活における健康管理の重要性に関する理解を深めるとともに、特に口腔ケアをはじめとした健康に関する備えについて、普及啓発を推進し、市民の行動変容につなげていくことを目指します。

⑤ 主な取組

(ア) 災害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災時において、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、災害時には医療救護活動及び保健衛生活動を推進します。

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及び府中市新型インフルエンザ等対策行動計画等に基づき、災害時における医療・保健体制の整備を推進するとともに、業務継続計画や住民接種体制との連携を図り、実効性の高い体制の構築を進めます。

また、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。あわせて、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。特に、口腔ケアをはじめとした健康に関する備えについて、具体的な行動につながる普及啓発を推進します。

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。

市民に期待する取組	● 大規模災害が生じたときに避難する場所を知る ● 日頃から災害に備えて食料・飲料水・口腔ケア用品等を備蓄する
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、市民の健康を守るために必要な医療・保健・歯科・栄養に関わる活動等を実施します。国や東京都、他自治体等からの応援チームや、府中市医師会を始めとする関係機関等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、平時に策定した計画に基づき実行します。

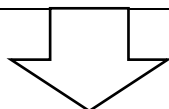
市民に期待する取組	● 大規模災害が生じた際は、可能なかぎり周囲の人々の避難等を支援する ● いつも以上に自身や周囲の人々の体調管理に気を配る
市の主な事業や取組	● 災害時保健衛生活動（保健・歯科・栄養） ● 災害時看護師等ボランティア

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
総合防災訓練	何らかの災害対策を行った参加者の割合	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
食料・飲料水・口腔ケア用品等を備蓄していない人の割合	〇〇〇	下げる