



# 第1章 基本的事項

---

## 1 計画策定の背景

生駒市では、国の「健康日本21」や奈良県の「健康なら21」を踏まえ、市民が健康で元気な生活を長く続けられるまちづくりを進めるため「健康いこま21」を平成15年3月に策定し、市民が主体の健康づくりを支援し、市民とともにさまざまな健康施策を進めてきました。

その後、国においては、「健康日本21」の計画年終了に伴い、次の10年後を見据えて、少子高齢化や疾病構造の変化が進む中で、生活習慣及び社会環境の改善を通じて、子どもから高齢者まで全ての国民が共に支え合いながら希望や生きがいを持ち、ライフステージごとに健やかで心豊かに生活できる活力ある社会を実現し、その結果、社会保障制度が持続可能なものとなるよう、国民の健康増進の総合的な推進を図るための基本的な事項を示し、平成25年度から平成34年度までの「21世紀における第2次国民健康づくり運動（健康日本21（第2次）」を推進します。また、奈良県においても「なら健康長寿基本計画」を策定し、県の取組みを強力に推進しています。

生駒市においても、「健康いこま21」の計画年終了に伴い、これまでの取組みの評価を行い、国や奈良県の方針や取組みを踏まえながら、「第2期健康いこま21」を策定し、引き続き市民が健康で元気な生活を長く続けられるまちづくりを進めていきます。

## 2 計画の目的

本計画は、前計画である「健康いこま21」の目的や理念を継承し、生駒市では、「健康な人もやや健康に不安がある人も、市民一人ひとりが、自分らしく生きがいを持って暮らすことができる心身状態」を健康の定義として捉えています。

また、すべての市民が健康で心豊かに生活できる活力ある社会をつくり、早世の減少、健康寿命の延伸及び生活の質の向上を実現し、身体及び精神の良好な状態を維持・増進するため、病気の一次予防<sup>\*1</sup>だけでなく、重症化予防に重点をおきます。

社会全体で個人の主体的な健康づくりを支援していくことを本計画の目的とし、前計画に引き続き分野別の他、今回それぞれのライフステージの特性や課題に応じたライフステージ別の行動指針を示し、適切に健康づくりを実践できるようにします。

---

\*1 病気の一次予防：生活習慣の改善、生活環境の改善、健康教育による健康増進を図り、予防接種による疾病の発生予防、事故防止による傷害の発生を予防すること

### 3 計画の理念、基本方針

#### 計画の理念 **みんなですすめる市民健康づくり**

#### ～基本方針～ **健康寿命の延伸を目指して！！**

国や奈良県では、今後 10 年の目標として、急速な高齢化の進展や疾病構造の変化を踏まえ、生活習慣病の予防や社会生活を営むために必要な機能の維持・向上により、健康寿命（健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間）の延伸を目指すこととしています。

生駒市においても、最終目標である健康寿命の延伸のため、病気の一次予防に重点を置き、市民の健康づくりを支援していく上で、幼いころからの規則正しい生活習慣を確立し、生活習慣病の予防を行うことが重要となります。また、生活習慣病を予防するためには、市民一人ひとりが、主体的に生活習慣を改善し、健康の維持・増進に取り組むことが大切です。

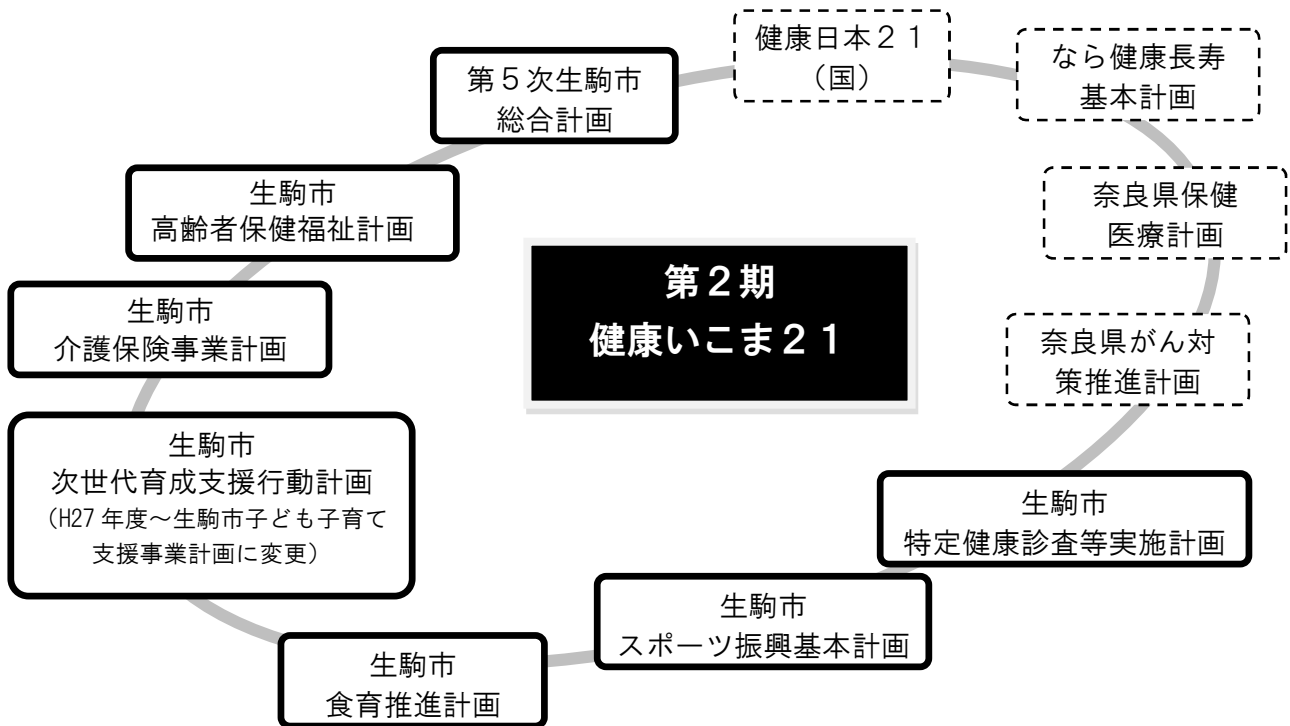
前計画の「健康いこま 21」においては、「みんなで始める市民健康づくり」を理念として、市民一人ひとりが主体的に生活習慣を改善し、健康を維持・増進する取組みを支援してきましたが、個人の努力や責任に委ねているだけでは健康づくりを進めていくことが難しくなっています。この計画では、市民・地域・行政が一体となって健康づくりのための環境づくりを進め、市民一人ひとりの主体的な取組みを支援するだけでなく、誰もが少しでも効果的に取り組むことができるよう、「みんなですすめる市民健康づくり」を理念とします。

さらに、この理念のもと、生駒市の目指す姿として、「自分らしく、生きがいをもって暮らすことができる」、「幼いころから、規則正しい生活習慣を身につけ、健康づくりにこころがけることができる」、「誰もが自然に健康づくりに結びつく環境をみんなで作ることができる」を掲げ、健康寿命の延伸につなげていきます。

## 4 計画の位置づけ

第2期健康いこま21は、市民の健康づくりを支える仕組みの構築を中心にした生駒市の健康づくり指針として、国の第4次国民健康づくり対策「21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21（第2次）」の地方計画の位置づけとなっています。

また、本計画の策定にあたっては、都道府県や保健所と連携しつつ、事業の効率的な実施を図る観点から、他の医療、福祉に関連する計画や、生駒市の長期総合計画である「第5次生駒市総合計画」（平成21年度策定）との調和が保たれた計画とし、一体的な整合を図るとともに、生駒市における他の医療・保健・福祉に関連する行政計画の健康づくりに関する基本的な考え方を示しています。



## 5 計画の期間

本計画の計画期間は平成26年度から平成35年度までの10年間とします。

なお、目標の達成状況や社会情勢の変化を見据え、おおむね5年間で見直しを行うこととします。

年度	H12	H13	H14	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22	H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	H31	H32	H33	H34	H35	H36
国	第3次国民健康づくり対策(21世紀における国民健康づくり運動(健康日本21))										第4次国民健康づくり対策(21世紀における国民健康づくり運動(健康日本21(第2次)))														
奈良県	健康なら21										なら健康長寿基本計画														
生駒市	健康いこま21										第2期 健康いこま21														