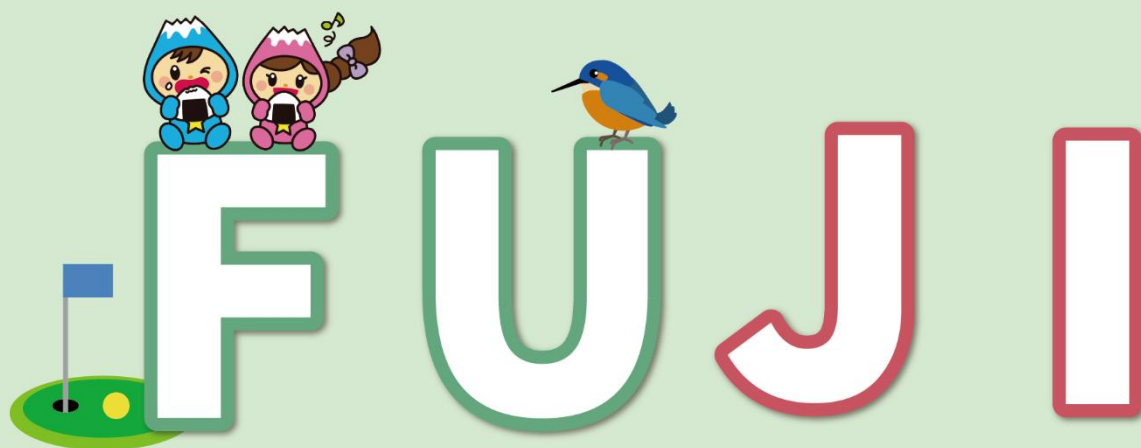


第2期 富士見市健康推進計画

～ハピネス健康ふじみ～

令和8年度 ▶ 令和17年度



令和8年3月

はじめに

現在、我が国では、社会保障制度の充実や医療技術の進歩などにより、長い平均寿命が実現されています。一方で、急速な高齢化やライフスタイルの多様化によって、生活習慣病の増加などの健康課題が深刻化しつつあります。こうした中、平均寿命だけでなく、健康上の理由で日常生活を制限されることなく生活できる期間である健康寿命の延伸と、健康格差の縮小が近年の重要な健康課題として浮上しています。



本市においても、アンケート調査などから、生活習慣病や運動不足などによる体力・筋力の低下、メンタルヘルスの不調、社会的孤立の深刻化、若年層の健康意識の低下など、多様な健康課題が明らかになっています。また、健康情報の取得格差の是正や、健康に無関心な人へのアプローチなどの強化が必要です。

これまで、本市では、すべての市民の皆さまが心身ともに健康で、安心して豊かな生活を営めるまちの実現を目指し、「いきいき健康&歯っぴーライフ☆ふじみ」や「第2期富士見市自殺対策計画」を策定し、からだところの健康づくりを進めてまいりました。

今回、両計画が令和7年度に計画の最終評価と見直し時期を迎えたことから、健康状況、社会情勢の変化、それぞれの計画の進捗状況や関連性の高さを鑑み、総合的に健康づくりを進めるため、一体化をした計画として「第2期富士見市健康推進計画～ハピネス健康ふじみ～」を策定しました。これにより、前計画から引き続き、乳幼児から高齢者までのすべての市民の皆さまの健康づくりを、ライフステージに応じて支援していくとともに、健康で安心して暮らせる環境づくりを推進し、市民の皆さまの心身の健康づくりをより効果的かつ包括的に支援してまいります。

本計画の推進に当たっては、地域住民の皆さま、地域や関係団体、関係機関の皆さまと連携していくことが重要となります。より一層のご理解とご協力をお願い申し上げます。

最後に、本計画の策定にご協力いただきました、富士見市健康づくり審議会委員の皆さま、ヒアリングやアンケート調査、パブリックコメントにご協力いただいた皆さまに、心から御礼を申し上げます。

令和8年3月

富士見市長 星野 光弘

目次

P1 第1章 計画策定にあたって

- p 1 1 計画策定の背景と趣旨
- p 2 2 根拠法令等
- p 2 3 計画の性格と位置づけ
- p 3 4 計画期間
- p 4 5 持続可能な開発目標（SDGs）との関連性

P5 第2章 富士見市の現状

- p 5 1 統計データ等からみる現状
- p 29 2 アンケート調査結果の概要
- p 71 3 関係団体からのヒアリング結果

P72 第3章 最終評価と課題

- p 72 1 2つの計画の最終評価
- p 79 2 第2期富士見市健康推進計画の策定へ向けて

P82 第4章 計画の基本的な考え方

- p 82 1 計画の基本理念
- p 83 2 計画の基本目標
- p 84 3 分野別の基本方針と施策の体系

P85 第5章 分野別の取組

- p 85 1 生活習慣の改善
- p 105 2 生活習慣病発症予防と重症化予防
- p 109 3 いのちを守る包括的支援
- p 115 4 ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり
- p 125 5 健康で安心して暮らせる社会環境の整備

P132 第6章 計画の推進

- p 132 1 健康を支える環境整備（各主体の役割）
- p 133 2 計画の進行管理

P134 資料編

- p 134 1 計画策定体制
- p 135 2 計画策定経過
- p 137 3 関連事業一覧
- p 154 4 市民・健康づくり関係団体等からの声
- p 161 5 市の条例等

コラム

- p 89 家族や友人と一緒に食事をしよう
- p 94 フレイルを予防しよう
- p 97 お酒と上手に付き合えていますか？
- p 100 睡眠の日とは
- p 104 オーラルフレイル予防で生涯健康！
- p 108 血圧の基準値について
- p 114 こころの体温計でストレスチェックをしてみませんか？
- p 118 子どもの頃から朝ごはんを毎日食べよう！
- p 122 定期的にがん検診を受けましょう！
- p 129 コバトンALKOOマイレージとは