

資料

1 健康・食育みはらプランの策定経過

年月日	内容
令和4年7月5日	令和4年度第1回三原市総合保健福祉計画推進等委員会
令和4年9月2日	第2期健康・食育みはらプラン 第1回策定部会の開催 ・ 話題提供 「新たな健康・食育みはらプラン策定に向けて」～国・県の動向～ 株式会社名豊 常務取締役 糸魚川 耕二 「三原市自殺対策の取組について」 県立広島大学保健福祉学人間福祉学コース 准教授 越智あゆみ 様 ・ 議事 健康・食育みはらプラン策定の概要について 健康・食育みはらプランアンケート調査 主旨説明 健康・食育みはらプランアンケート調査項目について
令和4年10月7日 ～令和4年11月4日	市民アンケート調査の実施 対象者 : 15歳以上 80歳未満の三原市民 方法 : 郵送配付・郵送回収方式 時期 : 令和4年10月～令和4年11月 調査票配布数 : 2,500通 調査票回収結果 : 921通 36.8%
令和5年2月8日	令和4年度第2回三原市総合保健福祉計画推進等委員会
令和5年6月29日	第2期健康・食育みはらプラン 第2回策定部会の開催 ・ 議事 第2期健康・食育みはらプランアンケート結果について 総括目標及び指標の評価について 骨子案 最終評価と課題 次期計画の基本理念・目標 及び施策体系 次期計画行動計画に向けた課題整理
令和5年7月3日	令和5年度第1回三原市総合保健福祉計画推進等委員会
令和5年7月22日	市民ワークショップの実施
令和5年9月29日	第2期健康・食育みはらプラン 第3回策定部会の開催 ・ 議事 第2回策定部会でのご意見について（口頭説明） 市民ワークショップの報告 第2期健康・食育みはらプラン素案について（自殺対策計画含む） 意見交換
令和6年1月5日	パブリックコメント実施
令和6年2月9日	第2期健康・食育みはらプラン 第4回策定部会の開催

2 三原市総合保健福祉計画推進等委員会設置要綱

平成 24 年 4 月 27 日

要綱第 90 号

(設置)

第 1 条 三原市高齢者福祉計画、三原市介護保険事業計画、健康・食育みはらプラン、三原市障害者プラン及び三原市子ども・子育て支援事業計画並びにそれらの上位計画である三原市地域福祉計画を三原市総合保健福祉計画と位置づけ、三原市における一体的な保健・医療・福祉行政を推進するため、三原市総合保健福祉計画推進等委員会(以下「委員会」という。)を設置する。

(所掌事項)

第 2 条 委員会は、次に掲げる事項について審議する。

- (1) 三原市地域福祉計画に関すること。
- (2) 三原市高齢者福祉計画に関すること。
- (3) 三原市介護保険事業計画に関すること。
- (4) 健康・食育みはらプランに関すること。
- (5) 三原市障害者プランに関すること。
- (6) 三原市子ども・子育て支援事業計画に関すること。
- (7) その他委員会が必要と認める事項に関すること。

(組織)

第 3 条 委員会は別表に掲げる機関、団体及び学識経験者で構成される委員 18 人以内で組織し、市長が委嘱する。

2 委員会に委員長及び副委員長を置き、委員の互選によりこれを定める。

3 委員長は、会務を総理し、委員会を代表する。

4 副委員長は、委員長を補佐し、委員長に事故があるとき又は委員長が欠けたときは、その職務を代理する。

(任期)

第 4 条 委員の任期は 3 年とし、再任を妨げない。

2 補充された委員の任期は、前任者の残任期間とする。

(会議)

第 5 条 委員会の会議は、委員長が招集し、主宰する。

2 会議は、委員の半数以上が出席しなければ開くことができない。

3 委員長が必要と認めるときは、会議に委員以外の者の出席を求め意見を聞くことができる。

(部会)

第 6 条 委員会に、必要に応じて部会を置くことができる。

2 部会に属する委員は、委員長が指名する。

3 部会に部会長を置き、委員長の指名する委員がこれに当たる。

- 4 部会長に事故があるときは、部会に属する委員のうちから部会長があらかじめ指名する者がその職務を代理する。
- 5 部会長は、説明又は意見を求める必要があると認めるときは、部会の会議に第 2 項に規定する者以外の者を出席させることができる。
- 6 部会長は、必要があると認めるときは、部会の会議に関係職員の出席を求めて、説明若しくは意見を聞き、又は必要な資料の提出を求めることができる。
- 7 部会の庶務は、各計画を所管する課が行う。

(庶務)

第 7 条 委員会の庶務は、社会福祉課において処理する。

(その他)

第 8 条 この要綱に定めるもののほか、委員会に関し必要な事項は、市長が別に定める。

附 則

この要綱は、平成 24 年 5 月 1 日から施行する。

附 則(平成 27 年 3 月 16 日三原市要綱第 10 号)

この要綱は、平成 27 年 4 月 1 日から施行する。

附 則(平成 28 年 12 月 19 日三原市要綱第 109 号)

この要綱は、公布の日から施行する。

附 則(平成 31 年 3 月 25 日要綱第 14 号)

この要綱は、公布の日から施行する。

附 則(令和 5 年 7 月 3 日要綱第 98 号)

この要綱は、公布の日から施行する。

別表(第 3 条関係)

住民自治組織(三原地域)
住民自治組織(本郷地域)
住民自治組織(久井地域)
住民自治組織(大和地域)
広島県東部保健所
三原市医師会
三原市歯科医師会
三原薬剤師会
三原市社会福祉協議会
三原市民生委員児童委員連合協議会
三原市地域自立支援協議会
三原市保育連盟
三原市地域包括支援センター
学識経験者

3 三原市総合保健福祉計画推進等委員会 健康・食育みはらプラン策定部会名簿

任期（決裁日から3年間）

所属	氏名	備考
住民自治組織代表（三原地域）	谷口 佳寿子	
住民自治組織代表（大和地域）	杉谷 辰次	
学識経験者（健康みはら 21 計画）	岡田 淳子	部会長
学識経験者（食育推進計画）	大橋 典子	副部会長
広島県東部保健所代表	井元 敏裕	R5.5.16まで 村上 誠二
三原市医師会代表	小園 亮次	R5.6.23まで 木原 幹夫
三原市歯科医師会代表	永金 幸治	R5.4.3まで 海田 博文
三原薬剤師会代表	森広 亜紀	
三原市社会福祉協議会代表	吉岡 幸治	

○ご意見をいただいた人

所属団体	名前	備考
三原市自殺対策連携推進会議代表	越智 あゆみ	

4 用語解説

【あ行】

◆悪性新生物

悪性腫瘍の別の呼び名でがんや肉腫などが該当します。

◆アルコール関連問題

アルコール依存症や多量飲酒、20歳未満の飲酒、妊婦による飲酒といった不適切な飲酒の影響による心身の健康障害と、それに関連して生じる様々な問題。

◆うつ病

うつ病は気分障がいとも呼ばれ、気分の落ち込みと意欲の低下がみられる。また、物事のすべてを悲観的、否定的に考えてしまう認知のゆがみが生じる。

◆オーラルフレイル

加齢とともに口のまわりの筋肉が衰えたり、唾液の量が減少したりすることで、滑舌の低下、わずかなむせ、食べこぼし、口の乾燥が起きるなど、口の機能が低下することをいう。

【か行】

◆介護予防

要介護状態の発生をできる限り防ぐ（遅らせる）こと、そして要介護状態にあってもその悪化をできる限り防ぐこと、更には軽減を目指すこと。

◆共食

一人で食事をする（孤食）に対して、誰かと一緒に食事をする。

◆健康日本 21

健康増進法に基づき策定された「国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針」のこと。

◆健康格差

「地域や社会経済状況の違いによる集団・個人における健康状態の差」と定義される。健康格差を是正するためには、選択肢をうまく設計・配置することによって、人の背中を押すように、人々に適切な選択をさせることやその手法（ナッジ）が有効とされている。

◆健康寿命

平均寿命から寝たきりや認知症など介護や病氣療養が必要な期間を除いた、日常生活が制限されることなく過ごせる期間のこと。単に平均寿命を延ばすだけでなく、自立して生活できる期間を延ばすことが、生活の質（QOL：Quality of Life）の向上に重要である。

◆健康増進法

国民の健康づくり・疾病予防を更に積極的に推進するために、医療制度改革の一環としてつくられた法律（平成15年5月1日施行）。

「基盤整備」「情報提供の推進」「生涯を通じた保健事業の一体的推進」を柱としている。

◆健康無関心層

一般に、健康診断や保健指導、その他の保健活動への参加あるいは行動変容を起こしにくい人たちのこと。ただし、その定義や属性については十分検討されていない。

◆健診と検診

「健診」は、健康診断あるいは健康診査の略語で全身の健康状態を検査する目的で行われるもの。

「検診」は、特定の疾患を検査するために体のある部位を検査するもの。

◆ゲートキーパー

自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応をとること（悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る）ができる人を指す。

◆口腔機能

噛む（咀嚼）、飲み込む（嚥下）、話す（発声）、唾液の分泌、味覚などのお口の機能をいう。

◆口腔ケア

歯みがきなどで口の中をきれいに保つだけでなく、健康保持や口腔機能向上のためのお口の体操や嚥下のトレーニングなどを含んだ幅広い内容のこと。

【さ行】

◆主食、主菜、副菜

「主食」は、ごはん・パン・麺類等エネルギー源となる食品。「主菜」は、魚・肉等のたんぱく質が豊富な食品。「副菜」は、野菜などのビタミンが豊富な食品。誰でもわかりやすい栄養バランスのとり方として、食事に主食、主菜、副菜をそろえるという目標を設定するもの。

◆歯周疾患

歯の周りに歯石がつくことで細菌が繁殖して炎症を起こし、歯を支えている歯肉（歯ぐき）、歯槽骨（歯を支えている骨）等、歯の周りの組織が侵される疾患。進行度により歯肉炎（歯ぐきの炎症）、歯周炎（歯を支えている骨等の破壊を伴う炎症）と呼び、中高年以降では歯を失う原因のトップとなっている。

◆受動喫煙

自分以外の人が吸っているたばこ（加熱式たばこを含む）の煙を吸いこむことを指す。

◆純アルコール摂取量

純アルコールとはエタノールのこと、1 ml = 0.8gにあたり、アルコールの摂取量の目安となる。

アルコール飲料に含まれる純アルコール量は、飲酒量（ml）×アルコール度数（%）／100×0.8で計算できる。

◆食育

食育基本法（平成17年法律第63号）において、生きる上での基本であって、知育・徳育・体育の基礎と位置づけ、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実現することができる人間を育てることとされている。

◆食品ロス

まだ食べられるのに廃棄される食品のこと。食品ロスの削減を総合的に推進することを目的として、「食品ロスの削減の推進に関する法律」が令和元年10月1日に施行された。事業活動を伴って発生する食品ロスを「事業系食品ロス」、各家庭から発生する食品ロスを「家庭系食品ロス」という。

◆身体活動

仕事、家事、子育て、スポーツ、体を動かす遊び、余暇活動、移動などの生活活動のすべてを指す。

◆心疾患

心臓病。心臓の疾患の総称。

◆生活習慣病

食生活・運動習慣・休養・喫煙・飲酒等の生活習慣が、その発症・進行に關与する疾患の総称のこと。

【た行】

◆多量飲酒

純アルコール量1日平均60g以上（ビール中びん3本以上、もしくは日本酒3合以上）の飲酒のこと。

◆地産地消

国内の地域で生産された農林水産物を、その生産された地域内において消費する取組のことを通じて、消費者と生産者が互いの距離を縮めようとする取組のこと。

◆低出生体重児

2,500g未満の体重で生まれてきた乳幼児のこと。

◆適正体重

身長 (m) × 身長 (m) × 22で算出することができる。

体重超過は生活習慣病を引き起こす原因となる。

◆特定保健指導

健診結果に基づく階層化により「動機づけ支援」「積極的支援」に該当した人に対してのみ実施する。特定保健指導の目的は、対象者が自分の健康状態を自覚し、生活習慣の改善のための自主的な取組を継続的に行うことができるようにする。

【な行】

◆認知症

脳の病気や障がいなど様々な原因により、認知機能が低下し、日常生活全般に支障が出てくる状態のこと。認知症にはいくつかの種類がある。

◆脳血管疾患

脳血管疾患には、脳卒中以外にも高血圧性脳症・脳血管性認知症などを含む脳の血管のトラブル全般が含まれている。高齢になればなるほど発症率が高く、死につながるものが多くなっている。

【は行】

◆標準化死亡比

標準化死亡比 (SMR) とは、年齢構成の違いの影響を除いて、死亡率を全国と比較したものである。全国平均を100とし、100を越えれば全国より死亡率が高く、小さければ低いと判断される。

◆フレイル

加齢に伴い心身の機能が低下した「虚弱」を意味する言葉。身体的要因（筋力の低下、口腔機能の衰え、低栄養など）、精神・心理的要因、社会的要因などが重なって生じ、筋肉量や心身の活力の低下は高齢期に達する前から注意が必要。

◆平均寿命

性別・年齢別の死亡率を割り出して、0歳児が何歳まで生きるかを予想した平均余命をいう。平均余命とは、ある年齢に達した人々がその後何年生きられるかを示した数値。

◆ポピュレーションアプローチ

リスクの有無にかかわらず、集団に対して同一の環境整備などを指導すること。

【ま行】

◆メタボリックシンドローム

日本語訳は「内臓脂肪症候群」。内臓脂肪の蓄積により、動脈硬化、さらには心筋梗塞や脳卒中になりやすくなる状態。「肥満症」「糖尿病」「高血圧症」「脂質異常症（高脂血症）」といったリスクが重なって生じる。「内臓脂肪型肥満」に「高血糖」「高血圧」「脂質異常」のうち2つ以上を合併した状態のこと。

◆メンタルヘルス

精神面における健康のこと。また、こころの健康の回復・増進を図ること。

【や行】

◆要介護状態

入浴・排泄・食事などの日常生活における基本的な動作について、常時介護が必要と見込まれる状態のこと。

【ら行】

◆ライフステージ

人の一生の成長・成熟の度合いに応じた移り変わりのことで、「次世代期」「青壮年期」「高齢期」などに分けたそれぞれの段階をいう。

【英数単語】

◆BMI

ボディマス指数（Body Mass Index）。体重と身長の関係から算出した、肥満度を表す指数。

体重（kg）÷ [身長（m）×身長（m）] で表される。

日本肥満学会では、BMIが22の場合が標準体重であるとしており、BMIが25以上の場合を「肥満」、BMIが18.5未満である場合を「やせ」としている。

◆COPD

たばこの煙などの有害物質が原因で肺が炎症を起こし、呼吸がしにくくなる病気。咳やたん、息切れなどの症状がでる。また、肺がんになる可能性が高くなる。COPDの進行を防ぐためには禁煙や早期発見・治療が必要。

◆ICT

情報通信技術（Information and Communication Technology）のこと。

◆SDGs

Sustainable Developmental Goals（持続可能な開発目標）の略で、2015年9月の国連サミットで採択された「持続可能な開発のための2030アジェンダ」にて記載された2016年から2030年までの国際目標のこと。「誰一人取り残さない」持続可能で多様性と包摂性のある世界を実現するための17のゴール・169のターゲットから構成されている。