

I 計画の概要

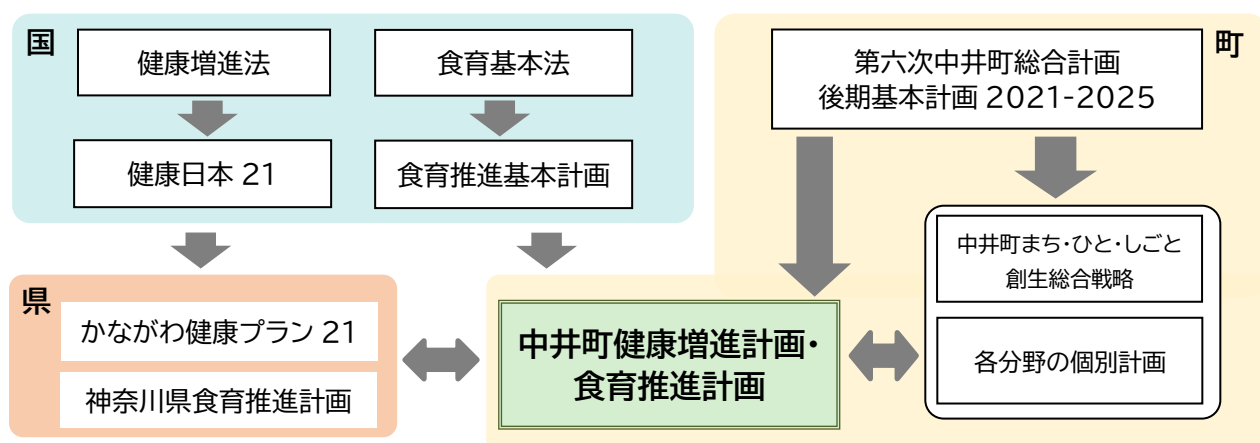
1 健康増進計画・食育推進計画とは

健康であることは、町民すべての願いであり、町民一人ひとりが充実した生活により豊かな人生をおくるうえで必要不可欠なものです。

本計画は、『生涯健康でいきいきと暮らせる里都まち♡なかい』をめざし、町民一人ひとりがそれぞれのライフステージに応じた健康づくりを推進するため、健康増進法および食育基本法に基づいて、健康づくりの基本的な方向性や施策について定めるものです。

家庭や地域、職場、行政等が互いに連携・協力して、それぞれの役割と責任を果たしながら「健康づくり」や「食」のあり方について考え、主体的に行動することを後押しするための取組や活動を推進するための指針となります。

〈本計画の位置付け〉



「かながわ健康プラン 21」

〈将来像〉いのちが輝き、
誰もが元気で長生きできる神奈川
〈めざすべき姿〉未病を改善し健康長寿の神奈川
〈目標〉健康長寿の延伸と健康格差の是正

「神奈川県食育推進計画」

〈基本理念〉楽しく食べて健康づくり
～つくる・育む・親しむ・食の未来～
〈基本方針〉1. 健康な「体」をつくる
2. 豊かな「心」を育む
3. 食への理解を深め「神奈川の食」
に親しむ

『第六次中井町総合計画』

2-1 安心できる保健・医療体制づくり

2-1-1 生涯を通じた健康づくり

2-1-1-1 健康づくりを応援する仕組みと活動の充実

2-1-1-2 母子保健活動の推進

2-1-1-3 食育・食生活改善の推進

2-1-1-4 未病を改善する活動の促進

2 計画策定の趣旨

本町では、平成 24 年 3 月に、健康増進法に基づく「美・緑なかい健康プラン」を策定し、「町民一人ひとりが生涯にわたり、心身ともに健やかに暮らせるまち」をめざして、健康寿命の延伸、生活の質の向上に向けて、運動、栄養・食生活、休養・こころの健康、飲酒・喫煙、口腔、健康管理、がん予防といった各分野における取組を展開してきました。

平成 27 年 7 月に、食育基本法に基づく「美・緑なかい健康プラン（食育編）」を策定しており、中井町の健康を育む自然環境、地域の力を活かし、健康づくりを通して『笑顔で元気なまち中井』をめざして望ましい食習慣の基礎づくり、地域の食文化の継承づくり、食を取り巻く環境づくりを中心に食育の推進を進めてきました。

このたび、町の健康増進計画「美・緑なかい健康プラン」、食育推進計画「美・緑なかい健康プラン（食育編）」の計画期間の満了に伴い、「中井町健康増進計画・食育推進計画（第 2 期）」を策定し、令和 5 年度からこの新しい計画にしたがって健康増進や食育にかかる事業を推進していきます。本計画は、「市町村健康増進計画」「市町村食育推進計画」として位置付け、一体的に策定する計画となります。

3 計画期間

本計画の期間は、令和 5 年度（2023 年度）から令和 14 年度（2032 年度）までの 10 年間とします。ただし、計画期間中に国・県の状況や社会環境の変化などが生じた場合には、適宜必要な見直しを行うこととします。

主な関連計画	年度	2023 (R5)	2024 (R6)	2025 (R7)	2026 (R8)	2027 (R9)	2028 (R10)	2029 (R11)	2030 (R12)	2031 (R13)	2032 (R14)
総合計画			第六次					第七次			
地域福祉計画		第三次				第四次				第五次	
健康増進計画・食育推進計画						第 2 期					
高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画		第 8 期		第 9 期			第 10 期			第 11 期	

4 健康・食育の基本的な考え方

「健康」と「食育」は、ともに扱う範囲が広く、人によってとらえ方がさまざまです。本計画では、以下のような定義を参考としながら、「健康」と「食育」をとらえ、計画の対象としていきます。

「健康」とは？

「健康とは、病気でないとか、弱っていないということではなく、肉体的にも、精神的にも、そして社会的にも、すべてが満たされた状態にあること」

WHO（世界保健機関）憲章（1947年採択）前文より引用

神奈川県では、心身の状態を健康と病気の二分論の概念で捉えるのではなく、「健康」と「病気」の間を連続的に変化するものとして捉え、この全ての変化の過程を表す概念を「未病」としています。日常生活において、「未病改善」により、心身をより健康な状態に近づけていくことが重要になります。

神奈川県ホームページより引用

「食育」とは？

「食育とは生きる上での基本であって、知育・徳育・体育の基礎となるものであり、さまざまな経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践できる人間を育てるもの」

食育基本法（2005年制定）前文より引用

こうした定義を参考としながら、町民がいきいきとした豊かな生活をおくり、生活の質を向上させていくために、日常生活の基盤を形成する重要な「身体的・精神的・社会的環境」として、「健康」と「食育」をとらえます。

また、新型コロナウイルスなど新たな感染症や疾病などの影響による運動不足や生活習慣の変化にも対応していくことが求められるなか、あらためて「健康」「食育」の大切さを広く町民に伝え、ともに学びながら、町民自身による活動や取組を応援し、励ましていくよう計画を進めていきます。