資料No.2-2

第四次富士市健康増進計画

健康ふじ２１計画 Ⅳ

（第一次富士市歯科口腔保健計画）

概要版

健やかにみんなでつなごう　富士の未来

令和９年度（２０２７） ▶ 令和１３年度（２０３１） ▶ 令和１８年度（２０３６）

前期取組計画 ▶

１　計画の概要

少子高齢化に伴う社会保障費の増加、感染症や相次ぐ自然災害等による健康意識やライフスタイルの変化、生活習慣病の増加、ストレスによる心の健康への影響など、人々を取り巻く健康課題は多様化・複雑化しています。

こうした中、国は「健康日本２１（第三次）」、静岡県は「第四次静岡県健康増進計画」を策定し、健康寿命の延伸と健康格差の縮小を最上位の目標としています。

本市では、これまでの「健康ふじ21 計画Ⅲ」を継承し、国や県の施策と連動し、多様化する健康課題に対応する「健康ふじ21 計画Ⅳ」を策定します。

２　計画の位置付け

●健康増進法第８条に基づき「市町村健康増進計画」として策定します。

●歯科口腔保健の推進に関する法律に基づく「歯科口腔保健計画」を包含します。

３　計画期間

●令和９（２０２７）年度から令和１８（２０３６）年度までの１０年計画とします。

●令和１３（２０３１）年度に中間評価を行い、取組事業の見直しを図ります。

４　富士市の健康状況

（１）人口減少と高齢化

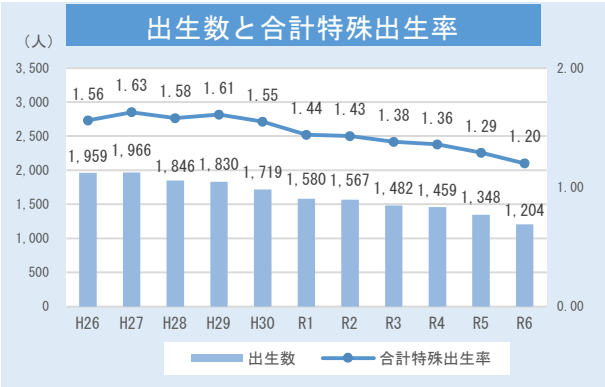
人口減少が続き、65 歳以上の割合は令和７（2025）年度 29.4%から令和 17（2035）年度には 33%超の見込み

（２）少子化の進行

出生数は平成 26（2014）年の 1,959 人から令和６（2024）年には 1,204 人に、合計特殊出生率は 1.20 に低下

（３）生活習慣病による死亡

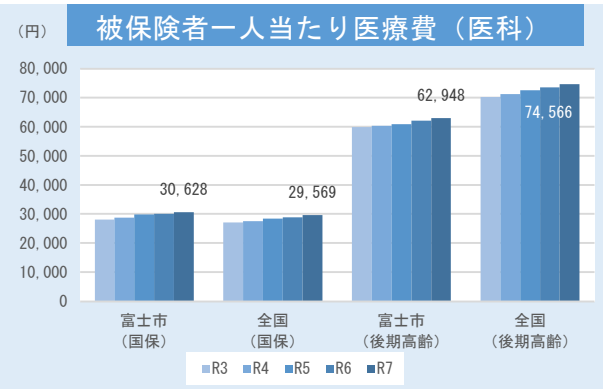
悪性新生物、心疾患、脳血管疾患が死因の 44.9%を占める。



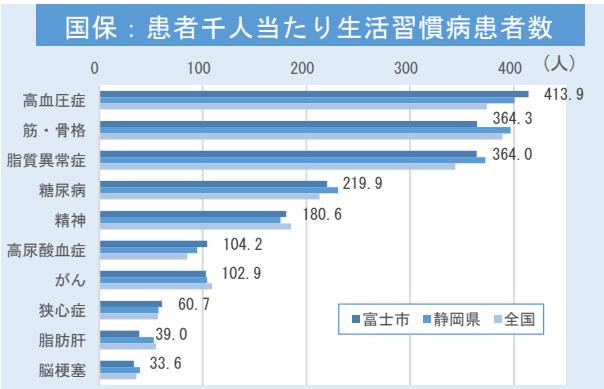
出典：静岡県人口動態統計・静岡県年齢別人口推計から算出

（4）医療費の増加

国民健康保険・後期高齢者医療制度の一人当たり医療費は増加傾向。高血圧症の患者数が多く、糖尿病性腎症を主な原因とする新規透析導入が多くみられる。



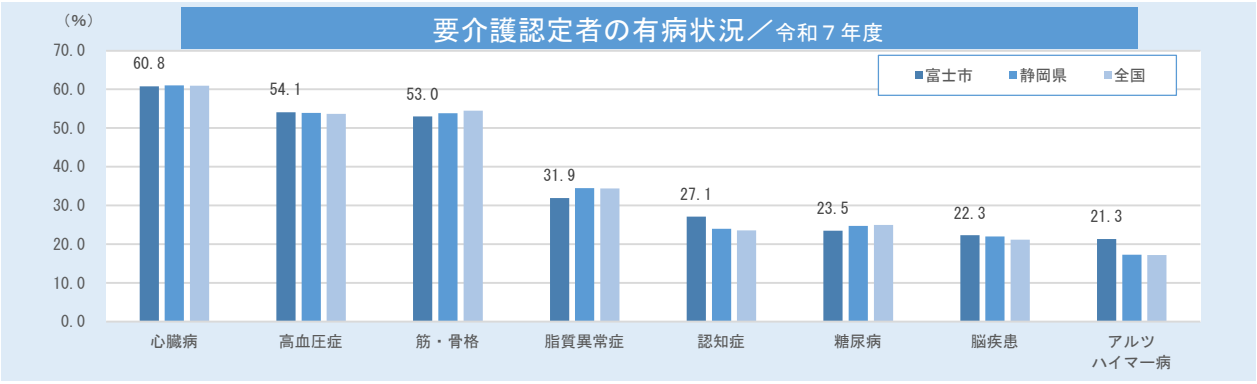
出典：国保データベースシステム（ＫＤＢ）



出典：国保データベースシステム（ＫＤＢ）

（5）介護の状況

要介護認定者では心臓病、高血圧症、筋・骨格系疾患が多く、認知症・アルツハイマー病は県・国より高い傾向



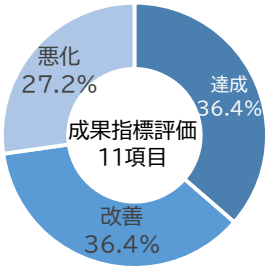
出典：国保データベースシステム（ＫＤＢ）

５　健康ふじ２１計画Ⅲの評価

「すこやかに　くらしつながる　富士市」を目指し、令和４（２０２２）年度から令和８（２０２６）年度までの５年間において「健康ふじ21 計画Ⅲ」を推進しました。

（1）計画目標評価

健康ふじ２１計画Ⅲの計画目標である「健康寿命の延伸」については、令和６（２０２４）年に男性が８０.４年と１.０年延伸、女性も８４.８年と０.９年延伸しました。



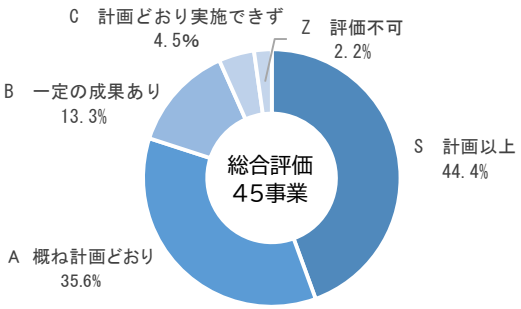
（2）成果指標評価

前計画の 11 の成果指標を評価した結果、４項目で目標を達成し、４項目で改善がみられました。一方、３項目は悪化しており、がん検診、幼児の就寝習慣、肥満対策に課題が残りました。

（3）取組別総合評価

４５の取組事業それぞれに目標を設定し、令和４（２０２２）年度から令和７（２０２５）年度までの４年間で評価を実施しました。

S 評価及び A 評価が全体の８割を占め、概ね計画通りに実施できました。



6　健康ふじ２１計画Ⅳの基本的な考え方

◆基本理念　健やかにみんなでつなごう　富士の未来

健康とは、病気がないことに限らず、身体的・精神的・社会的に良好で調和のとれた状態です。胎児期から高齢期までのライフコースアプローチを取り入れ、市民・地域団体・事業者・行政が連携し、誰もが希望を持って健やかに暮らせる地域づくりを進めます。

◆計画目標　健康寿命の延伸と健康格差の縮小

健康ふじ21 計画Ⅳでは、計画Ⅲに引き続き「健康寿命の延伸」を目標に掲げるとともに、誰もが健康でいられる機会を等しく保障する「健康格差の縮小」を新たな目標とします。地域や世代を問わず生活の質を高め、誰もが健康を維持しやすい社会を実現することで、地域全体のウェルビーイング向上を目指します。

◆基本方針

４つの基本方針を基盤として、健康増進施策と歯科口腔保健施策を計画的に推進します。

基　本　方　針　１	基　本　方　針　２
個人や集団の特性を 踏まえた健康づくり	ライフコースアプローチを 踏まえた健康づくり
基　本　方　針　３	**基　本　方　針　４**
自然に健康になれる環境づくり	多様な主体と協働した健康づくり

7　基本施策・重点課題・前期計画の取組

健康増進施策においては、「高血圧対策」を重点課題に位置付け、生活習慣の改善支援や重症化予防など、多角的な取組を進めます。歯科口腔保健施策においては、市民の歯と口の健康づくりを総合的に促進します。

健康増進施策

１　こどもの健やかな成長を育む

乳幼児健診の充実や学童期までの切れ目ない支援を進め、こどもの健やかな成長を支える生活習慣の定着を促します。

また、妊娠期からの夫婦・パートナーへの支援や、地域全体で子育て家庭を見守る体制づくりを推進し、安心して子育てできる環境を整備します。

取組事業

- 母子保健事業における生活習慣形成の啓発
- 高校生の健康づくり支援
- あったか子育て応援講座の実施
- 地域における子育て家庭の見守り支援　・父親支援

２　生活習慣の改善

2-1　栄養・食生活

朝食・野菜・バランスのよい食事や適切な夕食時間、減塩の重要性などを啓発し、ライフステージに応じた実践的な情報提供を通じて、健康的な食習慣の定着を支援します。

取組事業

- 減塩に関する取組の推進　・バランスのよい食生活に関する啓発の推進
- 中学生を対象とした栄養調査の実施
- 食生活推進員の養成と活動支援
- 20 時までに食べよう夜ごはん運動の推進
- 市民栄養相談

重点課題　高血圧対策

健康増進施策

2-2　身体活動・運動

身体活動や運動の効果を啓発し、ライフスタイルや年代に応じて気軽に始められる方法やデジタルツールを活用しながら、継続的な運動習慣の定着を支援します。

取組事業

・座位行動時間短縮や階段利用促進に関する啓発の推進
・スマートフォンを活用した健康づくりポイント事業の実施
・生活習慣改善のための運動講座の開催

2-3　休養・睡眠

市民のライフステージや生活状況に応じた適切な睡眠習慣と休養の確保を支援するとともに、家庭・職場・地域での環境整備や、心身の不調を専門機関につなぐ連携体制の強化を進めます。

取組事業

・睡眠に関する啓発の推進　・新睡眠キャンペーンの啓発強化

2-4　飲酒・喫煙

過度な飲酒や喫煙による健康被害を防ぐため、対象者に応じた啓発や禁酒・禁煙支援、受動喫煙防止対策を推進し、地域全体の健康意識向上と飲酒・喫煙率の低減を図ります。

取組事業

・健康に配慮した飲酒に関する啓発の推進
・喫煙の健康リスクや受動喫煙防止に関する啓発の推進
・母子保健事業を通じたたばこ対策の推進

3　生活習慣病の発症予防と重症化予防

3-1　がん

がん検診の受診率向上に向け、受診勧奨や受診機会の拡充、女性特有のがんに関する情報提供を強化するとともに、精密検査未受診者へのフォロー体制を充実させます。

取組事業

・ブレストアウェアネスと女性のがん検診受診啓発の強化
・効果的ながん検診受診勧奨活動の推進
・がん検診の受診機会の拡充と受診体制の整備
・がん検診等精密検査未受診者対策の推進

3-2　循環器病・糖尿病・慢性腎臓病

高血圧・糖尿病・CKD 等の予防と重症化防止に向け、生活習慣の改善や健診受診、保健指導を促進するとともに、関係機関との連携を強化します。

取組事業

・高血圧症対策の一体的推進　・糖尿病予防教室の開催
・肥満者に対する保健指導の実施　・ハイリスク産婦への保健指導の実施
・CKD ネットワークや糖尿病ネットワークを通じた啓発と保健指導体制の強化

4　生活機能の維持・向上（ロコモ・フレイル・骨粗しょう症の予防）

ロコモティブシンドロームやフレイル、骨粗しょう症の予防に向け、運動・栄養改善や検診、転倒予防に関する知識を幅広い年代に普及し、地域での継続的な介護予防活動を支援します。

取組事業

・ロコモ/フレイル予防に関する啓発
・骨粗しょう症予防に関する普及啓発
・通いの場の拡充と活動支援

健康増進施策

５　プレコンセプションケアの推進

プレコンセプションケアに関する正しい知識の普及と健診・相談支援を進め、関係機関と連携しながら、若い世代が将来の健康や妊娠・性について考え、自分と相手の心身を尊重できる環境を整備します。

取組事業

・プレコンセプションケアの啓発
・プレコンセプションケア健康診査事業の実施

６　社会環境の質の向上

地域や職場の実情に応じた健康づくりを支援するとともに、災害時の健康支援体制やデジタル技術、人材育成を充実させ、誰もが継続的かつ主体的に健康づくりに取り組める環境を整備します。

取組事業

・地域職域連携の推進
・災害時における健康支援活動の準備や支援活動の体制整備

重点課題　高血圧対策

歯科口腔保健施策

７　むし歯の発症予防と重症化予防

ライフステージや生活背景に応じたむし歯予防の啓発と支援を行い、適切な歯みがきやフッ化物の利用、定期歯科健診を通じて、生涯にわたる口腔の健康維持と健康格差の縮小を図ります。

８　歯周病の発症予防と重症化予防

若い世代から歯周病予防教育を行い、セルフケアや定期歯科健診、禁煙・生活習慣改善を促進するとともに、高齢者や障害者、要介護者の重症化予防を推進します。

９　食べる機能（口腔機能）の発達と維持

乳幼児期から高齢期まで、口腔機能の発達・維持・向上を支援し、関係機関との連携による早期発見や誤嚥性肺炎予防を通じて、生涯にわたり食事や会話を楽しめる健康な口腔づくりを推進します。

１０　歯科口腔保健に関する連携体制の構築

かかりつけ歯科医の定着と、特別な配慮を必要とする方への支援体制を整えるとともに、平時・災害時を通じた口腔ケアの重要性を周知し、関係機関と連携して歯と口腔の健康を守ります。

施策７～１０の取組事業

・歯科健康診査　・お母さんお父さん教室　・離乳食講習会
・フッ化物利用推進講座　・親子はみがき教室
・糖尿病ネットワークでの医科歯科連携　・歯周病検診
・オーラルフレイルの予防　・歯の健康講演会
・かかりつけ歯科医をもつことの必要性の推進
・災害時歯科保健への対応
・住民歯科会議、庁内連絡会の開催　など

重点課題　食べる機能の発達と維持