

竹 原 市  
第3次健康たけはら 21  
第3次食育推進行動計画  
第2次自殺対策計画

令和6(2024)年3月

竹 原 市



## 市長あいさつ



わが国では、医療技術の進歩、社会保障制度の充実、生活水準の向上等により、平均寿命が急速に伸び世界でも有数の長寿国になりました。一方、少子高齢化の進展、ライフスタイルの多様化による、食生活の偏りや生活習慣病の増加などの健康問題が深刻化しています。

本市においても、人口減少、超高齢社会の進展、要介護認定者の増加が見込まれております。一方、本市は、江戸時代からの景観を留めた町並みをはじめとした文化と豊かな自然や温暖な環境に生まれ、地域の多様な地場産物などにあふれており、暮らしやすい環境に恵まれております。

このような背景を踏まえ、すべての世代の皆様がこの住み慣れた地域で健やかに生涯を過ごすことができるよう、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、「第3次健康たけはら21・第3次食育推進行動計画・第2次自殺対策計画」を策定しました。

本計画は、「いくつになっても活躍できる、みんなで進める健康づくり実践のまちたけはら」、「地域の食を通じて健全な体と豊かな心を育むまち たけはら」、「心のSOSに気づき、支える地域づくり」を目指す姿とし、市民が主体的に取り組めるように11の基本目標を設定いたしました。

今後、本計画の実現のため、市民、地域、関係機関、関係団体及び行政がそれぞれの役割を果たしながら、互いに協力、連携し、市民一人ひとりが生涯にわたって健康で幸せに暮らせるまちづくりに取り組んでまいります。

結びに、この計画を策定するにあたり、ご尽力いただきました「健康たけはら21及び食育推進行動計画並びに自殺対策計画推進委員会」委員の方々をはじめ、様々な場面でご指導をいただきました関係機関の皆様、そしてアンケート調査等にご協力をいただきました市民の皆様に心から感謝申し上げます。

令和6(2024)年3月

竹原市長 **今菜敏考**



◆ 目 次 ◆

<b>第1章 計画の概要</b> -----	<b>1</b>
<b>【1】 計画の策定にあたって</b> -----	<b>1</b>
1 計画策定の背景 -----	1
(1) 健康増進 -----	1
(2) 食育推進 -----	2
(3) 自殺対策 -----	3
<b>【2】 計画の位置付け</b> -----	<b>4</b>
1 法令等の根拠 -----	4
(1) 健康増進計画 -----	4
(2) 食育推進計画 -----	4
(3) 自殺対策計画 -----	4
2 計画の位置付け -----	4
3 SDGsとの関係 -----	4
<b>【3】 計画の策定体制</b> -----	<b>5</b>
1 市民アンケートの実施 -----	5
2 関係団体ヒアリングの実施 -----	5
3 健康たけはら21及び食育推進行動計画並びに自殺対策計画推進委員会の開催 -----	5
4 パブリックコメントの実施 -----	5
<b>【4】 計画の推進</b> -----	<b>6</b>
1 計画の推進体制 -----	6
2 健康たけはら21及び食育推進行動計画並びに自殺対策計画推進委員会 による進捗管理及び評価 -----	6
<b>【5】 竹原市の現状</b> -----	<b>7</b>
1 人口・世帯数の動向 -----	7
(1) 総人口と世帯数の推移 -----	7
2 衛生統計からみた竹原市 -----	9
(1) 平均寿命の推移 -----	9
(2) 健康寿命について -----	9
(3) 出生・死亡の状況 -----	10
(4) 医療と介護の状況 -----	15
(5) 検診（健診）受診等の状況 -----	17
(6) 自殺者の状況 -----	23

## 第2章 第3次健康たけはら21・第3次食育推進行動計画・

### 第2次自殺対策計画----- 24

【1】 第3次健康たけはら21 -----	24
1 計画の概要 -----	24
(1) 計画の目的 -----	24
(2) 計画の期間及び目標年度 -----	24
(3) 計画の評価 -----	24
2 竹原市における健康をとりまく状況 -----	25
(1) アンケート調査結果 -----	25
3 前計画の振り返り -----	29
(1) 指標の達成状況 -----	29
4 アンケート調査及び団体ヒアリング並びに指標の達成状況から 見えてくる課題 -----	33
(1) 生活習慣病の発症予防と重症化予防 -----	33
(2) 生活習慣・社会環境の改善 -----	33
(3) 健康を支え、守るための社会環境の整備 -----	33
5 ライフステージ別の健康づくり -----	34
(1) ライフステージの考え方 -----	34
(2) ライフステージ別のポイント・取組 -----	34
6 基本的な考え方 -----	36
(1) 計画のめざす姿 -----	36
(2) 基本目標 -----	36
(3) 計画の方向性 -----	36
7 施策の展開 -----	37
(1) 基本目標1 生活習慣病の発症予防と重症化の予防 -----	37
(2) 基本目標2 生活習慣・社会環境の改善 -----	40
(3) 基本目標3 健康を支え、守るための社会環境の整備 -----	52

【2】第3次食育推進行動計画	56
1 計画の概要	56
(1) 計画の目的	56
(2) 計画の期間及び目標年度	56
(3) 計画の評価	56
2 竹原市における食をとりまく状況	57
(1) アンケート調査結果	57
3 前計画の振り返り	66
(1) 指標の達成状況	66
4 アンケート調査及び団体ヒアリング並びに指標の達成状況から 見えてくる課題	68
(1) 望ましい食習慣の定着	68
(2) 食環境や食体験の機会の整備	68
(3) 食品の選択や環境に配慮した食行動	68
5 基本的な考え方	69
(1) 計画のめざす姿	69
(2) 基本目標	69
(3) 計画の方向性	69
6 行動計画	70
【基本目標1】健全な「体」を育む食育の推進 ～噛んで育む 元気なからだ～	70
【基本目標2】豊かな「心」を育む食育の推進 ～地元の食材 地元のこころ～	72
【基本目標3】躍動する「地域」を育む食育の推進 ～つながる食育 つなげる食育～	74
7 計画の推進	75
(1) 様々な主体による推進	75
(2) たけはら食育未来会議	75



たけはら3色レンジャーは、竹原市食育推進行動計画のマスコットキャラクターとして平成24年度に生まれました。  
食べ物に含まれる栄養素をもとに、赤・黄・緑に分類された3色レンジャーが3色そろうことで、栄養バランスが整うことを市民に伝えるために活躍しています。

<b>【3】第2次自殺対策計画</b>	76
1 計画の概要	76
(1) 計画の目的	76
(2) 計画の期間及び目標年度	76
(3) 計画の評価	76
2 竹原市における自殺をとりまく状況	77
(1) 「地域自殺実態プロファイル 2022」からみた竹原市の特性	77
(2) アンケート調査結果	78
3 前計画の振り返り	83
(1) 指標の達成状況	83
4 アンケート調査及び団体ヒアリング並びに指標の達成状況から 見えてくる課題	84
(1) 自殺対策の普及啓発の促進と人材育成	84
(2) 相談窓口の一層の周知	84
(3) 若い世代の支援の充実	84
5 基本的な考え方	85
(1) 計画のめざす姿	85
(2) 基本目標	85
(3) 計画の方向性	86
(4) 計画の数値目標	86
6 施策の展開	87
【基本目標1】市民の自殺予防に向けた意識の醸成（住民への啓発と周知）	87
【基本目標2】相談窓口の周知徹底と居場所づくり （対象者にあわせた生きることへの促進要因の支援）	88
【基本目標3】人材育成（自殺対策を支える人材の育成）	91
【基本目標4】関係機関の機能強化と連携（地域におけるネットワークの強化）	92
【基本目標5】幼児期からのSOSの出し方に関する教育	92
 <b>資料編</b>	 93
【1】計画策定の経過	93
【2】関係団体ヒアリング 対象団体	93
【3】健康たけはら21及び食育推進行動計画並びに 自殺対策計画推進委員会設置要綱	94
【4】健康たけはら21及び食育推進行動計画並びに 自殺対策計画推進委員会名簿	95