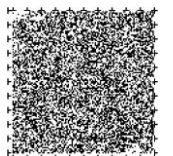


## 資料編



## 1 策定体制

### (1) 策定体制

- 久喜市健康増進・食育推進会議
- 久喜市健康増進・食育推進庁内連絡会議
- 久喜市健康増進・食育推進庁内連絡会議作業部会

### (2) 推進会議条例等

#### ○久喜市健康増進・食育推進会議条例

平成29年3月22日

条例第15号

改正 平成30年12月25日条例第37号

令和4年12月23日条例第32号

#### (設置)

第1条 市民の健康の増進及び食育の推進を図るため、久喜市健康増進・食育推進会議（以下「会議」という。）を置く。

#### (所掌事項)

第2条 会議は、次に掲げる事項を所掌する。

- (1) 健康増進法（平成14年法律第103号）第8条第2項に規定する市町村健康増進計画及び食育基本法（平成17年法律第63号）第18条第1項に規定する市町村食育推進計画を作成し、及びその実施を推進すること。
- (2) 前号に掲げるもののほか、健康の増進及び食育の推進に関する必要な調査及び審議を行い、健康の増進及び食育の推進に関する施策の実施を推進すること。

#### (組織)

第3条 会議は、委員20人以内で組織する。

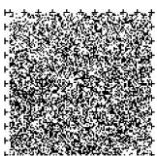
#### (委員の委嘱)

第4条 委員は、次に掲げる者のうちから、市長が委嘱する。

- (1) 公募による市民
- (2) 健康の増進及び食育の推進に関する関係団体に属する者
- (3) 教育に関する関係団体に属する者
- (4) 保健医療に関する関係団体に属する者
- (5) 農業及び商工業に関する関係団体に属する者
- (6) 学識経験を有する者

#### (委員の任期等)

第5条 委員の任期は、2年とする。ただし、補欠の委員の任期は、前任者の残任期間とする。



2 委員は、再任されることができる。

(会長及び副会長)

第6条 会議に会長及び副会長1人を置き、委員の互選によってこれを定める。

2 会長は、会務を総理し、会議を代表する。

3 副会長は、会長を補佐し、会長に事故があるとき、又は会長が欠けたときは、その職務を代理する。

(会議)

第7条 会議は、会長が招集し、その議長となる。ただし、委員委嘱後の最初の会議は、市長が招集する。

2 会議は、委員の過半数が出席しなければ開くことができない。

3 会議の議事は、出席委員の過半数で決し、可否同数のときは、議長の決するところによる。

(意見聴取等)

第8条 会長は、健康の増進及び食育の推進のため必要があると認めるときは、会議に関係者の出席を求めて意見を若しくは説明を聴き、又は関係者に必要な資料の提出を求めることができる。

(庶務)

第9条 会議の庶務は、健康スポーツ部健康医療課において処理する。

(委任)

第10条 この条例に定めるもののほか、会議の運営に関し必要な事項は、会長が会議に諮って定める。

附 則

(施行期日)

1 この条例は、平成29年4月1日から施行する。

(久喜市健康づくり推進会議条例及び久喜市食育推進会議条例の廃止)

2 次に掲げる条例は、廃止する。

(1) 久喜市健康づくり推進会議条例(平成22年久喜市条例第247号)

(2) 久喜市食育推進会議条例(平成22年久喜市条例第248号)

附 則(平成30年12月25日条例第37号)抄

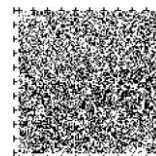
(施行期日)

1 この条例は、平成31年4月1日から施行する。

附 則(令和4年12月23日条例第32号)抄

(施行期日)

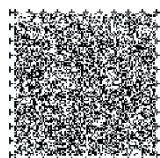
1 この条例は、令和5年4月1日から施行する。



(3) 委員名簿

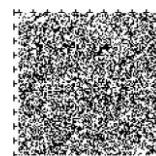
委嘱期間 令和3(2021)年9月1日～令和5(2023)年8月31日

	氏名	団体名	選任区分
1	加藤 清		公募による市民
2	田中 優紀		公募による市民
3	平井 勝		公募による市民
4	清野 芳子		公募による市民
5	佐藤 利幸		公募による市民
6	矢野 祥子		公募による市民
7	佐々木 忠利	久喜市区長会連合会	健康の増進及び食育の推進に関する関係団体に属する者
8	篠原 義勝	久喜市スポーツ協会	健康の増進及び食育の推進に関する関係団体に属する者
9	真田 賢市	久喜市スポーツ推進委員協議会	健康の増進及び食育の推進に関する関係団体に属する者
10	新島 信重	久喜市彩愛クラブ連合会	健康の増進及び食育の推進に関する関係団体に属する者
11	森本 博子	久喜市食生活改善推進員協議会	健康の増進及び食育の推進に関する関係団体に属する者
12	伊藤 あゆみ	久喜市小・中学校校長会	教育に関する関係団体に属する者
13	野本 由梨	久喜市立栗橋幼稚園PTA	教育に関する関係団体に属する者
14	新井 克典	久喜市医師会	保健医療に関する関係団体に属する者
15	斉藤 誠	久喜市歯科医師会	保健医療に関する関係団体に属する者
16	池上 榮一	久喜白岡薬剤師会	保健医療に関する関係団体に属する者
17	得能 和代	久喜市社会福祉協議会	保健医療に関する関係団体に属する者
18	坂田 庄巳	久喜市商工会	農業及び商工業に関する関係団体に属する者
19	杉田 孝行	JAN南彩久喜農産物直売所連絡協議会	農業及び商工業に関する関係団体に属する者
20	石崎 順子	埼玉県立大学	学識経験を有する者



委嘱期間 令和5（2023）年12月20日～令和7（2025）年12月19日

	氏名	団体名	選任区分
1	小川 直良		公募による市民
2	中野 裕子		公募による市民
3	加藤 清		公募による市民
4	岡田 美由紀		公募による市民
5	佐藤 利幸		公募による市民
6	富田 伯枝		公募による市民
7	三澤 善考	久喜市区長会連合会	健康の増進及び食育の推進に関する関係団体に属する者
8	渡辺 龍二	久喜市スポーツ少年団本部	健康の増進及び食育の推進に関する関係団体に属する者
9	倉持 良幸	久喜市レクリエーション協会	健康の増進及び食育の推進に関する関係団体に属する者
10	盛永 光章	久喜市彩愛クラブ連合会	健康の増進及び食育の推進に関する関係団体に属する者
11	天海 ひろみ	久喜市食生活改善推進員協議会	健康の増進及び食育の推進に関する関係団体に属する者
12	伊藤 あゆみ	久喜市小・中学校校長会	教育に関する関係団体に属する者
13	小林 麻衣子	久喜市民間保育所連絡会	教育に関する関係団体に属する者
14	新井 克典	久喜市医師会	保健医療に関する関係団体に属する者
15	上岡 斉	久喜市歯科医師会	保健医療に関する関係団体に属する者
16	池上 榮一	久喜白岡薬剤師会	保健医療に関する関係団体に属する者
17	奥川 宏美	久喜市社会福祉協議会	保健医療に関する関係団体に属する者
18	榎本 千恵	久喜市商工会	農業及び商工業に関する関係団体に属する者
19	横手 順二	埼玉みずほ農業協同組合	農業及び商工業に関する関係団体に属する者
20	石崎 順子	埼玉県立大学	学識経験を有する者



○久喜市健康増進・食育推進庁内連絡会議規程

平成29年3月22日

訓令第2号

改正 平成30年3月14日訓令第4号

平成31年3月29日訓令第4号

令和2年3月23日訓令第7号

令和4年3月30日訓令第6号

令和5年2月15日訓令第4号

(設置)

第1条 市における健康の増進及び食育の推進に関する施策を関係課が連携して総合的に推進するため、久喜市健康増進・食育推進庁内連絡会議（以下「連絡会議」という。）を置く。

(所掌事項)

第2条 連絡会議は、次に掲げる事項を所掌する。

(1) 久喜市健康増進・食育推進会議条例（平成29年久喜市条例第15号）第2条第1号に規定する健康増進計画及び食育推進計画の作成についての検討及び進行管理に関すること。

(2) その他健康の増進及び食育の推進に関する施策の推進に関すること。

(組織)

第3条 連絡会議は、会長、副会長及び委員をもって組織する。

2 会長は健康スポーツ部長の職にある者を、副会長は健康スポーツ部健康医療課長（以下「健康医療課長」という。）の職にある者を、委員は別表に掲げる職にある者をもって充てる。

(会長及び副会長)

第4条 会長は、会務を総理し、連絡会議を代表する。

2 副会長は、会長を補佐し、会長に事故があるとき、又は会長が欠けたときは、その職務を代理する。

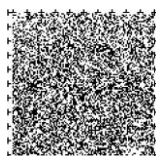
(会議)

第5条 連絡会議の会議は、会長が招集し、その議長となる。

2 会長は、健康の増進及び食育の推進に関する施策の推進のため必要があると認めるときは、連絡会議の会議に関係者の出席を求めて意見若しくは説明を聴き、又は関係者に必要な資料の提出を求めることができる。

(作業部会)

第6条 健康増進計画及び食育推進計画の作成について、必要な調査、研究及び課題の整理をするほか、健康の増進及び食育の推進に関する施策の推進に必要な事項を協議するため、連絡会議に作業部会を置く。



- 2 作業部会は、部会長、副部会長及び部会員をもって組織する。
- 3 部会長は健康医療課長の職にある者を、副部会長は健康スポーツ部健康医療課（以下「健康医療課」という。）の健康企画係長の職にある者をもって充て、部会員は連絡会議に属する関係所属所の健康の増進及び食育の推進に係る業務を担当する職員のうち関係所属所の長にそれぞれ推薦された者とする。
- 4 部会長は、部会の会務を総理し、作業部会を代表する。
- 5 副部会長は、部会長を補佐し、部会長に事故あるとき、又は部会長が欠けたときは、その職務を代理する。
- 6 作業部会の会議は、部会長が招集し、その議長となる。
- 7 部会長は、健康の増進及び食育の推進に関する施策の推進のため必要があると認めるときは、作業部会の会議に関係者の出席を求めて意見若しくは説明を聴き、又は関係者に必要な資料の提出を求めることができる。

（専門部会）

第7条 健康の増進及び食育の推進に関する専門的な調査研究を行うため、必要に応じ連絡会議に専門部会を置くことができる。

- 2 専門部会は、部会長、副部会長及び部会員をもって組織する。
- 3 部会長は副部会長又は委員のうち当該専門部会の専門分野に関する事務を所掌するものとし、副部会長は部会長の属する所属所の職員のうち部会長が指名するものとし、部会員は保健師、栄養士その他の専門的知識を有する職員のうち部会長が出席を求めたものとする。
- 4 部会長は、部会の会務を総理し、部会を代表する。
- 5 副部会長は、部会長を補佐し、部会長に事故あるとき、又は部会長が欠けたときは、その職務を代理する。
- 6 専門部会の会議は、部会長が招集し、その議長となる。
- 7 専門部会で調査研究した事項は、前条に規定する作業部会で報告するものとする。

（庶務）

第8条 連絡会議及び作業部会の庶務は、健康医療課において処理するものとし、専門部会の庶務は、専門部会の部会長の属する所属所において処理する。

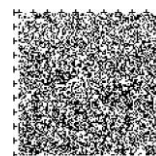
（委任）

第9条 この訓令に定めるもののほか、連絡会議、作業部会及び専門部会について必要な事項は、会長が別に定める。

附 則

（施行期日）

- 1 この訓令は、平成29年4月1日から施行する。



(久喜市健康づくり推進庁内連絡会議規程及び久喜市食育推進庁内連絡会議規程の廃止)

2 次に掲げる訓令は、廃止する。

(1) 久喜市健康づくり推進庁内連絡会議規程(平成22年久喜市訓令第54号)

(2) 久喜市食育推進庁内連絡会議規程(平成22年久喜市訓令第55号)

附 則(平成30年3月14日訓令第4号)

この訓令は、平成30年4月1日から施行する。

附 則(平成31年3月29日訓令第4号)

この訓令は、平成31年4月1日から施行する。

附 則(令和2年3月23日訓令第7号)

この訓令は、令和2年4月1日から施行する。

附 則(令和4年3月30日訓令第6号)

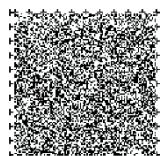
この訓令は、令和4年4月1日から施行する。

附 則(令和5年2月15日訓令第4号)

この訓令は、令和5年4月1日から施行する。

別表(第3条関係)

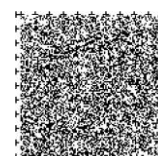
市民部	市民生活課長
環境経済部	環境課長
	資源循環推進課長
	農業振興課長
	久喜ブランド推進課長
福祉部	社会福祉課長
	障がい者福祉課長
	高齢者福祉課長
	介護保険課長
健康スポーツ部	中央保健センター所長
	国民健康保険課長
	スポーツ振興課長
子ども未来部	子ども未来課長
	保育課長
建設部	公園緑地課長
教育部	学務課長
	学校給食課長
	指導課長
	生涯学習課長





## 2 策定経過

年月日	会議名等	主な内容
令和5（2023）年 5月11日	久喜市健康増進・食育推進 庁内連絡会議作業部会	現行計画の進捗と指標の評価について 市民意識調査の結果の報告
5月22日	久喜市健康増進・食育推進 庁内連絡会議	同上
6月5日	久喜市健康増進・食育推進 会議	同上
7月12日	久喜市健康増進・食育推進 庁内連絡会議作業部会	現行計画の課題 基本理念及び体系 各課の取組み及び指標の設定
8月18日	久喜市健康増進・食育推進 庁内連絡会議	同上
8月29日	久喜市健康増進・食育推進 会議	同上
11月6日	久喜市健康増進・食育推進 庁内連絡会議・作業部 会合同会議	計画の素案について
12月20日	久喜市健康増進・食育推進 会議	同上
令和6（2024）年 1月12日 ～2月13日	市民意見提出制度（パブリック・コメント）募集	
3月18日	久喜市健康増進・食育推進 会議	第3次久喜市健康増進・食育推進 計画 第2次久喜市自殺対策計画 （案）の作成



### 3 法律等

#### ○健康増進法（抜粋）

##### （目的）

第一条 この法律は、我が国における急速な高齢化の進展及び疾病構造の変化に伴い、国民の健康の増進の重要性が著しく増大していることにかんがみ、国民の健康の増進の総合的な推進に関し基本的な事項を定めるとともに、国民の栄養の改善その他の国民の健康の増進を図るための措置を講じ、もって国民保健の向上を図ることを目的とする。

##### （国及び地方公共団体の責務）

第三条 国及び地方公共団体は、教育活動及び広報活動を通じた健康の増進に関する正しい知識の普及、健康の増進に関する情報の収集、整理、分析及び提供並びに研究の推進並びに健康の増進に係る人材の養成及び資質の向上を図るとともに、健康増進事業実施者その他の関係者に対し、必要な技術的援助を与えることに努めなければならない。

##### （都道府県健康増進計画等）

第八条 都道府県は、基本方針を勘案して、当該都道府県の住民の健康の増進の推進に関する施策についての基本的な計画（以下「都道府県健康増進計画」という。）を定めるものとする。

2 市町村は、基本方針及び都道府県健康増進計画を勘案して、当該市町村の住民の健康の増進の推進に関する施策についての計画（以下「市町村健康増進計画」という。）を定めるよう努めるものとする。

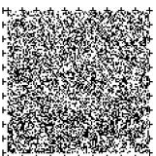
3 国は、都道府県健康増進計画又は市町村健康増進計画に基づいて住民の健康増進のために必要な事業を行う都道府県又は市町村に対し、予算の範囲内において、当該事業に要する費用の一部を補助することができる。

#### ○食育基本法（抜粋）

##### （目的）

第一条 この法律は、近年における国民の食生活をめぐる環境の変化に伴い、国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性をはぐくむための食育を推進することが緊要な課題となっていることにかんがみ、食育に関し、基本理念を定め、及び国、地方公共団体等の責務を明らかにするとともに、食育に関する施策の基本となる事項を定めることにより、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進し、もって現在及び将来にわたる健康で文化的な国民の生活と豊かで活力ある社会の実現に寄与することを目的とする。

##### （地方公共団体の責務）



第十条 地方公共団体は、基本理念にのっとり、食育の推進に関し、国との連携を図りつつ、その地方公共団体の区域の特性を生かした自主的な施策を策定し、及び実施する責務を有する。

(市町村食育推進計画)

第十八条 市町村は、食育推進基本計画（都道府県食育推進計画が作成されているときは、食育推進基本計画及び都道府県食育推進計画）を基本として、当該市町村の区域内における食育の推進に関する施策についての計画（以下「市町村食育推進計画」という。）を作成するよう努めなければならない。

2 市町村（市町村食育推進会議が置かれている市町村にあつては、市町村食育推進会議）は、市町村食育推進計画を作成し、又は変更したときは、速やかに、その要旨を公表しなければならない。

○自殺対策基本法（抜粋）

(目的)

第一条 この法律は、近年、我が国において自殺による死亡者数が高い水準で推移している状況にあり、誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指して、これに対処していくことが重要な課題となっていることに鑑み、自殺対策に関し、基本理念を定め、及び国、地方公共団体等の責務を明らかにするとともに、自殺対策の基本となる事項を定めること等により、自殺対策を総合的に推進して、自殺の防止を図り、あわせて自殺者の親族等の支援の充実を図り、もって国民が健康で生きがいを持って暮らすことのできる社会の実現に寄与することを目的とする。

(国及び地方公共団体の責務)

第三条 国は、前条の基本理念（次項において「基本理念」という。）にのっとり、自殺対策を総合的に策定し、及び実施する責務を有する。

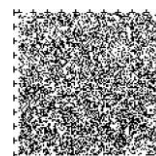
2 地方公共団体は、基本理念にのっとり、自殺対策について、国と協力しつつ、当該地域の状況に応じた施策を策定し、及び実施する責務を有する。

3 国は、地方公共団体に対し、前項の責務が十分に果たされるように必要な助言その他の援助を行うものとする。

(都道府県自殺対策計画等)

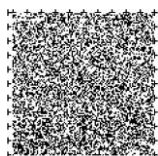
第十三条 都道府県は、自殺総合対策大綱及び地域の実情を勘案して、当該都道府県の区域内における自殺対策についての計画（次項及び次条において「都道府県自殺対策計画」という。）を定めるものとする。

2 市町村は、自殺総合対策大綱及び都道府県自殺対策計画並びに地域の実情を勘案して、当該市町村の区域内における自殺対策についての計画（次条において「市町村自殺対策計画」という。）を定めるものとする。

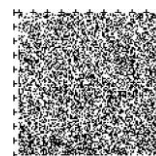


## 4 用語集

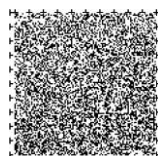
行	用語	内 容
あ	悪性新生物	がんなどの悪性腫瘍のこと。
	SNS	「ソーシャル・ネットワーキング・サービス」の略。人と人とのつながりを促進・サポートするコミュニティ型の会員制のサービスのこと。
か	共食	一人で食べるのではなく、家族や友人、職場の人や地域の人など、誰かと共に食事すること。また、共食には「一緒に食べること」だけでなく、「何を作ろうか?」、「おいしかったね」と会話をすることも含まれる。
	ゲートキーパー	悩んでいる人に気付き、声を掛け、話を聴いて、必要な支援につなげ、見守る人のこと。
	健康寿命（65歳健康寿命）	健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間をいう。（埼玉県では、健康寿命を「65歳健康寿命」としている。65歳の方が自立した生活を送ることができる期間のことで、具体的には65歳から要介護2以上になるまでの平均的な年数を埼玉県が独自で算出している。）
	合計特殊出生率	出生率計算の際の分母の人口数を、出産可能年齢（15～49歳）の女性に限定し、年齢ごとの出生率を足し合わせ、一人の女性が生涯、何人の子供を産むのかを推計したもの。
	高齢化率	65歳以上人口が総人口に占める割合。
	誤嚥性肺炎	食べ物や唾液が誤って気管に入り、肺に流れ込んだ細菌が繁殖することによっておこる肺炎のこと。
	こころの体温計（メンタルヘルスチェックシステム）	久喜市のホームページからパソコンや携帯電話を使って、気軽にいつでもどこでも簡単にメンタルヘルス（心の健康状態）をチェックできるシステムのこと。このシステムは、自分自身をチェックするだけでなく、家族や友人など周りの人の目でチェックすることもできる。
	子ども食堂	子どもやその保護者及び地域住民に対し、無料または安価で栄養のある食事や温かな団らんを提供するための社会活動のこと。



行	用語	内 容
さ	埼玉県コバトン健康マイ レージ	健康づくりを促進する仕組みであり、健康づくりに関するメニューに参加し、ポイントを集めることで特典を受けられる制度。埼玉県では、専用の歩数計を、歩数読み取り機（リーダー）にタッチすることで、歩数が管理される。歩数に応じてポイントが貯まり、そのポイントに応じて抽選で景品が当たる。令和6年3月末で終了。
	ジェンダー	生まれつきの体の性、生物学的性別ではなく文化的・社会的に構築された性差の概念のこと。
	COPD（慢性閉塞性肺疾患）	たばこ煙を主とする有毒物質を長期間吸入することによって生じる肺の炎症による病気のこと。
	CKD（慢性腎臓病）	慢性に経過するすべての腎疾患を含む疾患概念。蛋白尿など腎障がいを示す所見や腎機能低下が慢性的に続く状態のこと。末期腎不全への進行リスクである他、心血管障がいの発症リスクでもある。
	受動喫煙防止	受動喫煙は、他人のたばこの煙を吸わされることをいい、それを防止するために健康増進法第25条では、「学校、体育館、病院、劇場、観覧場、集会場、展示場、百貨店、事務所、官公庁施設、飲食店その他の多数の者が利用する施設を管理する者は、これらを利用する者について、受動喫煙（室内又はこれに準ずる環境において、他人のたばこの煙を吸わされることをいう。）を防止するために必要な措置を講ずるように努めなければならない。」としている。
	食育	生きる上の基本であって、知育、徳育、体育の基盤となるべきものであり、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。
	食品ロス	本来まだ食べられるのに捨てられる食品のこと。
	食料自給率	国内の食料消費が、国産でどの程度賄えているかを示す指標のこと。
	人口動態	一定期間中における人口の変動の状態。出生・死亡・結婚・移動などがその要因。
	身体活動（身体活動量）	安静にしている状態よりも多くエネルギーを消費する全ての動作をさす。日常生活における家事・通勤・通学等の「生活活動」と、体力の維持・向上を目的として実施される「運動」がある。

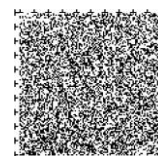


行	用語	内 容
	生活習慣病	食事や運動・喫煙・飲酒・ストレスなどの生活習慣が深く関与し、発症の原因となる疾患の総称。以前は「成人病」と呼ばれていたが、成人であっても生活習慣の改善により予防可能で、成人でなくても発症可能性があることから、平成8(1996)年に当時の厚生労働省が「生活習慣病」と改称することを提唱した。
	生活の質	QOL(クオリティ・オブ・ライフ)ともいい、物理的な豊かさやサービスの量、個々の身辺自立だけでなく、精神面を含めた生活全体の豊かさと自己実現を含めた概念のことをいう。
	生産年齢人口	15歳以上65歳未満の労働に従事できる年齢別人口を指す概念のこと。
	スクールカウンセラー	教育機関において心理相談業務に従事する心理職専門家の職業名および職に就く者のこと。
た	地産地消	地域で生産されたものを地域で消費しようとする考え方のこと。
	適正な飲酒量	厚生労働省は「健康日本21(第2次)」の中で、「節度ある適度な飲酒」を(通常のアアルコール代謝能を有する日本人においては)1日平均純アルコールで20g程度と定義している。また、男性は1日40g以上、女性は1日20g以上の飲酒で生活習慣病のリスクが高まると定義している。 *純アルコール20g程度とは、「ビール中ビン1本(500ml)、日本酒1合、チューハイ(7%)350ml缶1本、ウイスキーダブル1杯。
	特定健康診査(特定健診)	医療保険者(会社等の健康保険組合、市区町村が運営する国民健康保険等)が実施するメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目した40歳以上75歳未満を対象とした健康診査のこと。生活習慣を見直すための手段として実施している。
	デジタルトランスフォーメーション(DX)	進化したデジタル技術を浸透させることで人々の生活をより良いものへと変革すること。

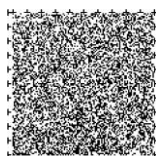




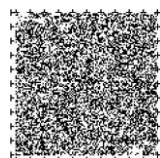
行	用語	内 容
	特定保健指導	特定健康診査を受診した人のうち、メタボリックシンドローム該当者及びその予備群となった方々に対して、一人ひとりの状態にあった生活習慣の改善に向けたサポートを実施する。
な	年齢調整死亡率	異なる集団の死亡率を比較する際、年齢構成が揃うように調整した死亡率。
は	8020（はちまるにいまる）運動	「80歳で20本以上自分の歯を保とう」という運動。
	パブリック・コメント	市が条例や計画等の案を公表したうえで、市民の意見を求め、提出された意見を考慮し、意思決定を行うとともに、意見に対する考え方を公表する制度。
	BMI	BMIは、「ボディ・マス・インデックス」の略で、体重と身長比率から肥満度を求める計算式。 $BMI = \text{体重 (kg)} \div \text{身長 (m)} \div \text{身長 (m)}$
	標準化死亡比	基準死亡率を対象地域に当てはめた場合に計算により求められる期待される死亡数と、実際に観測された死亡数とを比較するもの。
	フードドライブ	家庭で余っている食品を学校や職場などに持ち寄り、食べ物を必要とする団体や施設に寄付する活動のこと。一般家庭が対象。
	フードバンク活動	包装の印字ミスや賞味期限が近いなど、食品の品質には問題ないが、通常の販売が困難な食品・食材を、NPO等が食品メーカーから引き取って、福祉施設等へ無償提供するボランティア活動をいう。米、パン、めん類、生鮮食品、菓子、飲料、調味料、インスタント食品等様々な食品が取り扱われる。
	フードパントリー	生活困窮者やひとり親家庭など、何らかの理由で十分な食事を取ることができない状況の人々に食品を無料で提供する支援活動のこと。
	フードポスト	食品ロス削減及び子どもの貧困対策を目的に家庭や職場で消費しきれず余っている食料品の寄付を受ける活動。
	フードマイレージ	食料の輸送距離の意。食糧の輸送に伴い排出される二酸化炭素が、地球環境に与える負荷に着目したものの。



行	用語	内 容
	+10（プラス・テン）	今より 10 分多く身体を動かすこと。+10 により、生活習慣病やがん、認知症などの発症が低下するとされている。
	フレイル	フレイルは、直訳すると「虚弱」。加齢とともに、心身の活力（例えば筋力や認知機能等）が低下し、生活機能障害、要介護状態、そして死亡などの危険性が高くなった状態。
	平均寿命	何歳まで生きるかの平均的な年数。0 歳時点の平均余命のこと。
	包括連携協定	地域が抱えている課題に対して自治体と民間企業が協力し、解決を目指す協定。
ま	メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）	内臓肥満に高血糖・高血圧・脂質代謝異常が組み合わさり、心臓病や脳卒中などの動脈硬化性疾患をまねきやすい病態。日本では、ウエスト周囲径（おへその高さの腹囲）が男性 85cm 女性 90cm を越え、高血圧・高血糖・脂質代謝異常の 3 つのうち 2 つに当てはまるとメタボリックシンドロームと診断される。
や	要介護	介護保険法に基づく介護サービスを受ける際の分類の一で、65 歳以上で、寝たきりや認知症などにより常に介護を必要とする状態。
	要支援	介護保険法に基づく介護サービスを受ける際の分類の一で、65 歳以上で常時の介護は必要としないが家事や身支度など日常生活に支援が必要な状態。
ら	ライフコース	個人の一生を家族経歴、職業経歴、居住経歴などの様々な経歴の束としてとらえたもの。
	ライフコースアプローチ	胎児期から高齢期に至るまで、人の生涯を経時的にとらえた健康づくりのこと。社会経済的な状態、栄養状態、精神状態、生活環境などにも着目して考える。
	ライフステージ	人の一生における幼少期・青年期・壮年期・高齢期など、それぞれの段階のこと。
	65 歳健康寿命	65 歳の人が必要介護 2 以上の認定を受けるまでの状態を「健康」と考え、その認定を受けた年齢を平均的に表すもの。
	ロコモティブシンドローム（運動器症候群）	運動器の障がいのために、移動能力の低下をきたして、要介護状態になっていたり、要介護になる危険の高い状態をいう。





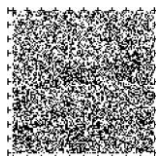



## ライフコースアプローチに沿ったみんなの取組み

	幼少世代（保護者） （0歳～15歳）	青年世代 （16歳～39歳）	壮年世代 （40歳～64歳）
栄養・食生活 （食育推進） （P64）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・主食、主菜、副菜のそろったバランスのよい食事を心がけましょう。</li> <li>・久喜市産農産物を利用しましょう。</li> <li>・食べ残しをしないようにしましょう。</li> <li>・食品を必要以上に買いためしないようにしましょう。</li> </ul>		
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・菓子類や甘い飲み物を摂りすぎないようにしましょう。</li> <li>・早寝、早起き、朝ごはんの習慣を身に付けましょう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・生活習慣病の予防に配慮した食事を心がけ、適正体重を維持しましょう。</li> <li>・朝食を毎日食べる習慣を維持しましょう。</li> </ul>	
身体活動・運動 （P70）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・年齢や体力に応じて、身体を動かす講座やイベント等に参加しましょう。</li> </ul>		
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体育の授業以外にも、運動する習慣を身に付けましょう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・通勤、通学、家事など、日常生活の中で、身体を動かすことを意識しましょう。</li> </ul>	
飲酒・喫煙 （P74）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・飲酒や喫煙が身体に与える影響について学びましょう。</li> </ul>		
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・未成年者は飲酒や喫煙をしないようにしましょう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・喫煙している人は、禁煙しましょう。</li> <li>・受動喫煙の防止に努めましょう。</li> <li>・生活習慣病になるリスクを考慮し、適切な飲酒する人は、休肝日を設けましょう。</li> </ul>	
歯・口腔の健康 （P79）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食後に歯磨きの習慣を身に付けましょう。</li> <li>・よく噛んで食べましょう。</li> </ul>		
		<ul style="list-style-type: none"> <li>・食後に歯間ブラシやフロスを併用して、歯磨きをしましょう。</li> <li>・かかりつけ歯科医をもち、定期的に歯科健診を受けましょう。</li> <li>・ゆっくりよく噛んで食べましょう。</li> </ul>	
がん （P84）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・規則正しい生活（食事、運動、休養）を心がけ、健康管理に努めましょう。</li> </ul>		
		<ul style="list-style-type: none"> <li>・禁煙、節煙、受動喫煙防止に努めましょう。</li> <li>・適正飲酒を心がけましょう。</li> <li>・健康診査や対象年齢に該当するがん検診を</li> <li>・がん検診の内容や必要性を知り、定期的に</li> </ul>	
循環器病・糖尿病・COPD （P87）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・規則正しい生活（食事、運動、休養）を心がけ、健康管理に努めましょう。</li> <li>・運動や食生活に気をつけて、適正体重を維持しましょう。</li> </ul>		
		<ul style="list-style-type: none"> <li>・定期的に特定健康診査</li> <li>・健診結果を、健康管理の</li> </ul>	
休養・睡眠・こころの健康 （自殺対策） （P91、110）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・規則正しい生活をし、十分な睡眠と休養を心がけましょう。</li> <li>・テレビ、ゲーム、スマートフォンの使用時間を控え、できるだけ身体を動かしましょう。</li> <li>・不安や悩みを抱え込まず、誰かに相談しましょう。</li> </ul>		
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・休日に就寝時刻、起床時刻が乱れないようにしましょう。</li> </ul>		
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・就寝前にゲームやスマートフォンに熱中して夜更かしをしないようにしましょう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・夜間の睡眠時間を確保できないときは、短時間の昼寝を活用しましょう。</li> </ul>	

※世代ごとの取組みは、男女ともに必要な項目です。

「女性」の欄は、特に女性に必要な項目です。



<p>高齢世代 (65歳以上)</p>	<p>女性 (特に女性に心がけていただきたいこと)</p>
<p>・肉や魚などをしっかり食べて、低栄養を防ぎましょう。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・女性ホルモンの影響による身体の変化を知りましょう。</li> <li>・妊娠期に必要な栄養を知り、摂取を心がけましょう。</li> <li>・必要な食事量に注意し、適正体重を維持しましょう。(20~30代)</li> <li>・骨の健康チェックに参加し、骨粗しょう症予防に生かしましょう。</li> </ul>
<p>・積極的に外出し、身体を動かしましょう。 ・気軽にできる運動を無理なく続けましょう。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・骨粗しょう症を予防するため、若い世代から身体を動かしましょう。</li> </ul>
<p>飲酒量を心がけましょう。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・妊娠中は、飲酒や喫煙は絶対にやめましょう。</li> </ul>
<p>う。 う。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・妊娠中の口腔衛生に留意し、歯科健診を受けましょう。</li> </ul>
<p>受けましょう。 検診を受けましょう。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・乳がん、子宮がん検診を受けましょう。</li> <li>・ヒトパピローマウイルス (HPV) ワクチンを受けましょう。</li> </ul>
<p>やがん検診などを受診しましょう。 ために活用します。</p>	
<p>・日中に適度な運動を心がけましょう。 ・年齢相応の適切な睡眠時間を目標にしましょう。</p>	