

豊島区健康プラン

概要版

健康プランの改定について

平成21年5月に策定した「豊島区健康プラン」は、豊島区基本計画の健康分野及び地域保健福祉計画の保健・医療分野の補完計画として、区民の健康寿命の延伸と生活の質の向上を目指した健康づくりの行動計画です。

今回は、前回の改定から6年が経過したことから、この間の新たな健康課題や社会情勢の変化等に対応した取り組みを進めるため、計画を改定するものです。

人生100年時代を迎え、社会が多様化する中で、各人の健康課題も多様化しており、SDGs未来都市豊島区は「誰一人取り残さない健康づくり」を推進していきます。

新たな健康プランの計画期間は、令和6年度から令和11年度までの6年間です。

前回計画からの主な改定点

- ・「健康日本21」（第三次）の策定にあわせ、記載内容や数値目標の項目を見直しました。
- ・こころの健康づくりの推進の体系を見直し、新たに「豊島区自殺対策計画」を包含しました。
- ・SDGsや新型コロナウイルス感染症、改正健康増進法の施行による受動喫煙防止対策等の記載を充実しました。

基本理念 健康的な生活スタイルを獲得し、安心して充実した毎日を過ごす。

- 目 標**
- ・ 支え合い、はぐくむ健康なまちづくり
 - ・ 安心して安全に暮らす環境づくり

●健康づくり分野

I. がん予防・がん対策の推進

▶P.34

重点的に取り組む施策

大目標 がんによる死亡率を減らします。



II. 生活習慣病の予防

▶P.42

重点的に取り組む施策

大目標

適切な食事、適度な運動、禁煙などの生活習慣を改善して健康を増進し、生活習慣病（糖尿病・循環器疾患・メタボリックシンドローム・COPD等）を予防する対策、また生活習慣病の症状の進展や合併症の発症等の重症化予防にも重点を置き、対策を推進します。



Ⅲ. たばこ・アルコール対策

▶P.52

重点的に取り組む施策



大目標

- ① たばこ
禁煙したい人の喫煙率および望まない受動喫煙の機会を有する人の割合を減らします。
- ② アルコール
生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人の割合を減らします。

Ⅳ. こころの健康づくりの推進

重点的に取り組む施策



大目標

1. こころの健康づくり ▶P.62
メンタルヘルスについての正しい知識を広め、セルフケアができる人や周囲の人を気遣える人を増やします。
2. 自殺対策（豊島区自殺対策計画） ▶P.66
健康で生きがいを持って暮らすことができるよう、自殺対策を総合的に推進します。

Ⅴ. 生涯を通じた女性の健康の推進

▶P.78

重点的に取り組む施策



大目標

ライフステージに合わせ、女性の健康づくりを総合的に支援します。

Ⅵ. 健康づくりの推進



大目標

1. 栄養と食生活 ▶P.84
各年代の食の課題について、豊島区食育推進プランに基づいて関係機関と連携し改善を図ります。
2. 身体活動・運動 ▶P.92
運動習慣のある人を増やすとともにからだを動かすことを意識する人を増やします。
3. 子どもの健康 ▶P.96
親が孤立せずに安心して子育てをし、子どもが健やかに育つように支援します。
4. 高齢者の健康 ▶P.102
健康で自立した生活が長く送れるように支援します。
5. 歯と口腔の健康 ▶P.106
ライフステージに応じた歯の自己管理法を身につける人を増やします。

●健康危機管理分野

Ⅶ. 健康危機への対応



大目標

1. 健康危機管理体制の整備 ▶P.112
健康危機発生から終息に至るまで、区民の生命と健康を守るため、迅速かつ的確に対処し、健康被害を最小限にとどめ、被害の拡大防止、事態収拾に努めます。
2. 新型インフルエンザ等対策 ▶P.114
新型インフルエンザ等の感染拡大を防止することにより、区民の生命及び健康を保護し、社会・経済活動への影響を最小限にとどめるよう努めます。
3. 災害時の医療、保健衛生体制の構築 ▶P.118 **重点的に取り組む施策**
発災による死者を最小限にとどめるために、負傷者や健康被害を受けた者に対し迅速に対応できる災害医療体制と発災後の健康を守るための保健衛生体制の構築に努めます。

Ⅷ. 感染症対策の強化



大目標

1. 予防接種の推進 ▶P.122 **重点的に取り組む施策**
感染症の流行、重症化を防止するため、麻しんをはじめとする定期予防接種の接種率向上に努めるとともに、予防接種法で定められていない予防接種（任意接種）の費用助成を推進して感染症の予防対策の強化を図ります。
2. 結核対策 ▶P.125
 - ① 重症化予防のためのBCG予防接種と早期発見のために健康診断を推進し、結核のまん延を防止します。
 - ② 適切な治療と療養支援により確実な治療完了を推進し、再発や多剤耐性結核の発生を予防します。
3. HIV（エイズ）・性感染症対策・肝炎対策 ▶P.128
HIV（エイズ）をはじめとする性感染症予防の正しい知識の普及啓発を進め、感染防止を図ります。
4. 感染症対策 ▶P.132
感染症の脅威から、区民の生命・健康を守ります。

IX. 安全な生活環境の推進



大目標

1. 食の安全対策 ▶P.135
食品・添加物・器具および容器包装に起因する食品衛生上の危害の発生を防止し、区民の食生活の安全を確保します。
2. 飲料水の衛生確保 ▶P.139
自主管理の推進により、衛生的な飲料水を確保します。
3. 快適な生活環境の推進 ▶P.141
営業施設の衛生指導と室内空気環境の情報提供により、生活環境の向上を図ります。
4. 医薬品等の安全性の確保 ▶P.143
医薬品等の適切な管理を推進することにより、安全な医薬品等の提供を確保します。
5. 診療所等における医療の安全の確保 ▶P.145
医療安全に関わる情報提供を行ない、診療所等における医療の安全を確保します。

●地域医療分野

X. 地域医療体制の充実 **重点的に取り組む施策**



大目標

1. 地域医療体制の整備 ▶P.148
区民が誰でも安心して医療・介護を受けることができる仕組みづくりを推進します。
2. 在宅医療・介護連携の推進 ▶P.151
地域包括ケアシステム構築のため保健・医療・介護連携を強化し、区民が誰でも安心して在宅医療を受けられる仕組みづくりを推進します。
3. 身近で安心できる診療体制の提供 ▶P.158
適切な医療情報を区民に提供するとともに、休日や夜間を含め誰もが安心して身近な医療機関で治療が受けられる環境・体制を整備していきます。

基本理念

食を通じて、健康な身体と思いやる心をはぐくむ

食育推進の視点

1. 食育の推進と連携・食育ネットワークづくり
2. ライフステージの特徴を踏まえた幅広い食生活改善
3. 安全安心を基盤に、生産から消費までの食の循環に関する理解と食品ロスの削減をめざした食環境整備
4. 食に関する情報の発信
5. 和食文化の伝承

II. ライフステージごとの目標と取り組み



大目標

1. 乳幼児期（0～5歳）▶P.165
生活リズムを整え、食事をおいしく楽しく食べる子を増やします。
2. 児童・生徒期（6～15歳）▶P.168
自然の恵みに感謝して、バランスよく考えて食べる子を増やします。
3. 学生世代（16～22歳）▶P.170
食選択に関する適切な知識を持ち、生涯にわたる健康な体づくりの基礎が
できている人を増やします。
4. ヤング世代（23～39歳）▶P.171
自分や家族の健康維持・増進のため、望ましい食の選択ができる人を増や
します。
5. ミドル世代（40～64歳）▶P.173
がん・生活習慣病予防、健康維持・増進のため、食事管理ができる人を増
やします。
6. シニア世代（65歳以上）▶P.175
自分の体に気を遣い、食べることを楽しみながら、前向きに自身の健康維持・
フレイル予防のための食行動ができる人を増やします。
7. 支援が必要な人の施策 ▶P.177
食や栄養を意識して生活する妊産婦を増やし、食生活に支援及び介助が必
要な人の支援をします。

●歯と口腔の健康づくり推進計画

基本理念

- ・区民一人ひとりが日常生活において自覚と意欲を持って、自ら歯と口腔の健康づくりに取り組みます。
- ・すべての区民が生涯を通じて区内のどこにいても、最適な健康教育、歯科健診、予防対策、口腔ケア等の歯と口腔の保健医療福祉サービスを受けることができるよう環境整備を進めます。

Ⅱ. ライフステージ別の施策



大目標

1. 乳幼児期（0歳～5歳）▶P.187
乳幼児期の歯と口腔の健やかな発達と楽しい育児を支援します。
2. 学齢期（6歳～17歳）▶P.191
歯と口腔の健康づくりを通じて、自律的に健康問題を解決し、行動できる児童・生徒を育成します。
3. 成人期（ヤング世代、ミドル世代）（18歳～39歳）（40歳～64歳）▶P.194
セルフケアと専門的口腔ケアを啓発し、歯の喪失予防を支援します。
4. 高齢期（シニア世代）（65歳以上）▶P.198
定期的に健診を受診できる機会を提供し、口腔ケアの重要性について、普及啓発します。

Ⅲ. 支援が必要な人の施策



大目標

1. 妊産婦 ▶P.202
妊産婦と子の歯と口腔の健康づくりを支援します。
2. 障害者、要介護者等 ▶P.205
障害者や要介護者が十分な歯科診療を受けられる環境を作ります。

Ⅳ. 地域歯科医療を支えるための施策



大目標

1. 地域歯科医療体制の推進 ▶P.208
多職種が歯科診療や口腔ケアの重要性の共通認識を持ち、連携していくことにより、効果的かつ効率的な歯科保健医療を提供します。