

市健康増進計画推進体制について

1. 市健康増進計画「わくわく健康プラン東くるめ（第2次）」の推進体制について

東久留米市では、みんなで取り組む健康づくりをめざして、市民・地域・行政の協働で市健康増進計画を策定及び推進をしています。

本計画では、

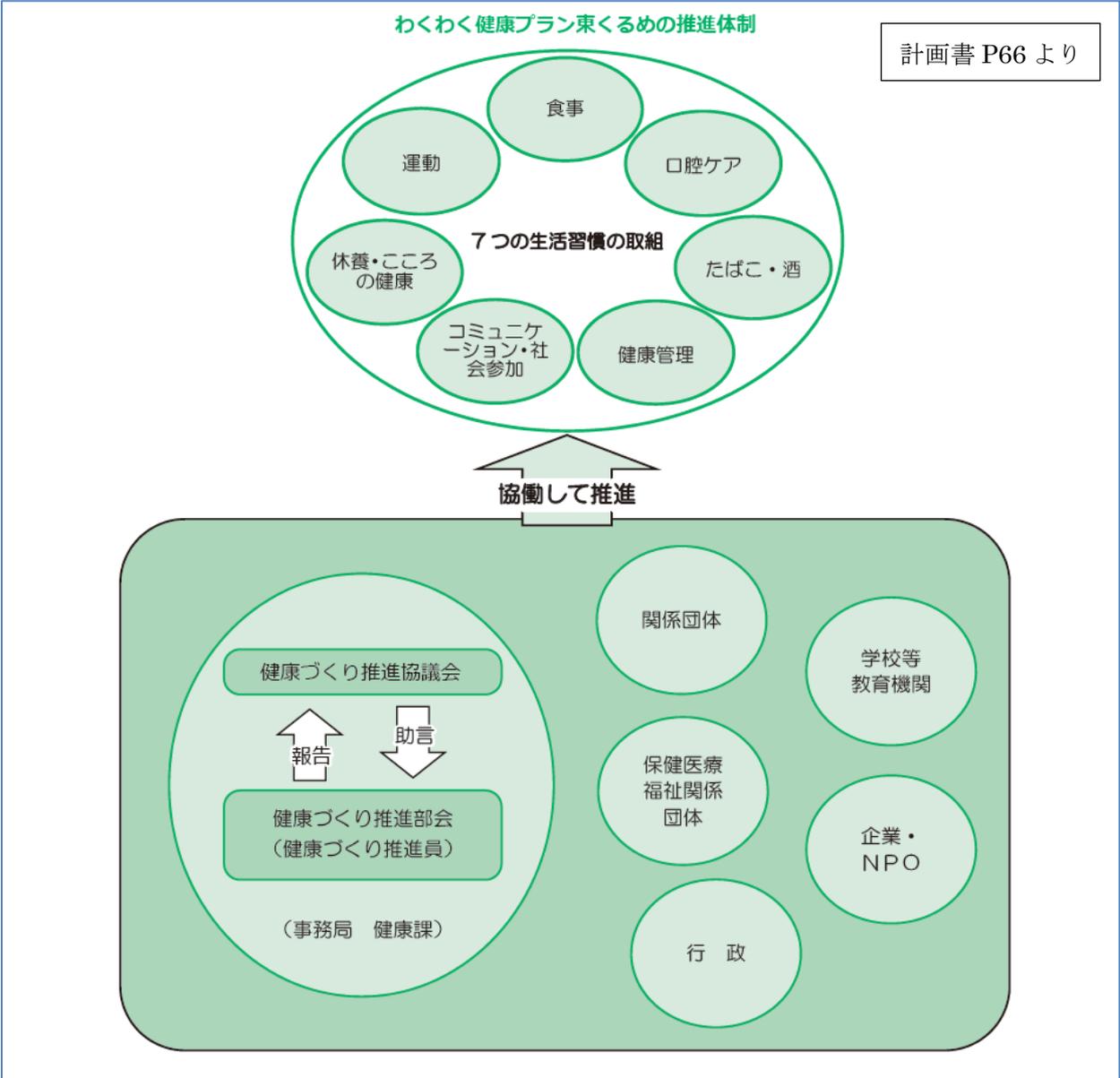
基本理念 「みんなが主役、健康で幸せに過ごせるまち」、

総合目標 「健康寿命の延伸」

とし、健康づくりの7つの生活習慣に取り組んでいます。（計画の体系図は計画書P13, 14参照）

計画の期間は平成28年度～令和6年度の9年間とし、令和2年度に中間評価を実施しています。

計画の推進体制として、関係団体等の代表者により構成される「健康づくり推進協議会」、健康づくり推進員による「健康づくり推進部会」、市民、関係機関及び行政が協働し、計画の趣旨・目的、目指す方向性等を共有して取り組んでいます。



2 東久留米市健康づくり推進部会 健康づくり推進員体制について

(令和4年 1月1日現在)

	東・中部地区	西部地区	合計
自治会	7	5	12
関係機関	4	2	6
応募市民	10	12	22
合計	21	19	40

※健康づくり推進員については、随時募集しています。

応募のあった方については、推進部会の承認のうえ、市長より委嘱しています。

3 東久留米市健康づくり推進部会 現在の活動内容

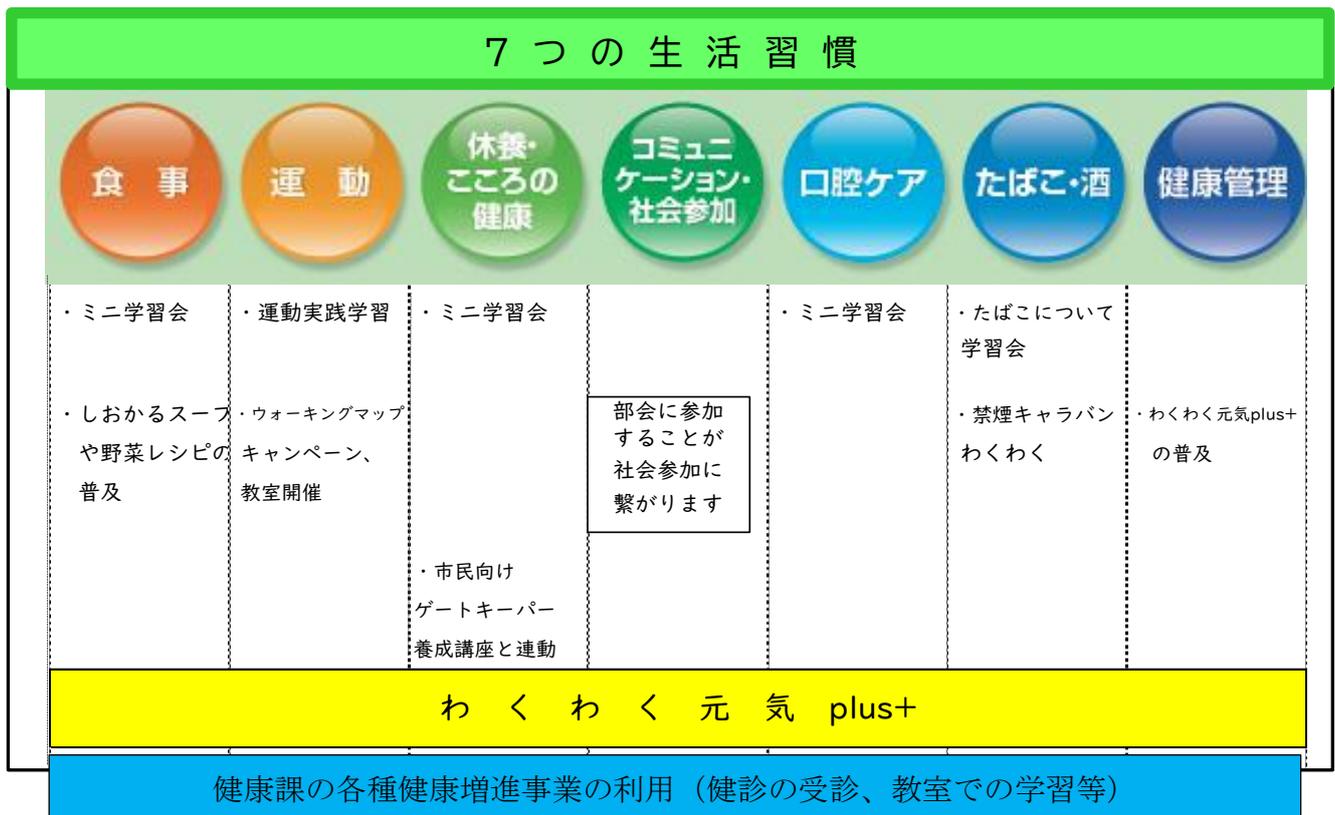
東久留米市健康づくり推進部会での健康づくり推進員の活動は、以下の3つを柱としています。

「知る」 (健康づくりの知識を深める)

「やってみる」 (学んだ知識を活かし、自分の健康づくりに取り組む)

「伝える」 (健康づくりの知識や生活習慣を周囲の人に伝える)

現在の具体的な活動は、以下のとおりです。



【健康づくり推進部会作成ツール等一式】

◆わくわく元気 plus+

◆しおかるくめスープレシピ集

◆禁煙キャラバンわくわく

◆ウォーキングマップ

【◆野菜レシピ集(市栄養士会作成を周知)】

4 東久留米市健康寿命の状況

総合目標としている「健康寿命の延伸」については、65歳健康寿命（東京保健所長会方式）でみると、男女共に東京都平均より常に高く推移しています。直近の平成31年のデータでは、都内で上位より、男性は7位、女性は1位となっています。

※65歳健康寿命（東京保健所長会方式）とは

現在65歳の人が、何らかの障害のために要介護認定を受けるまでの状態を“健康”と考え、その障害のために要介護認定を受けた年齢を平均的に表すものを言います。東京都では、現在、「要介護2以上」「要支援1以上」の2つのパターンで健康寿命を算出しています。

〔65歳健康寿命=65（歳）+65歳平均自立期間（年）〕

