

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」、

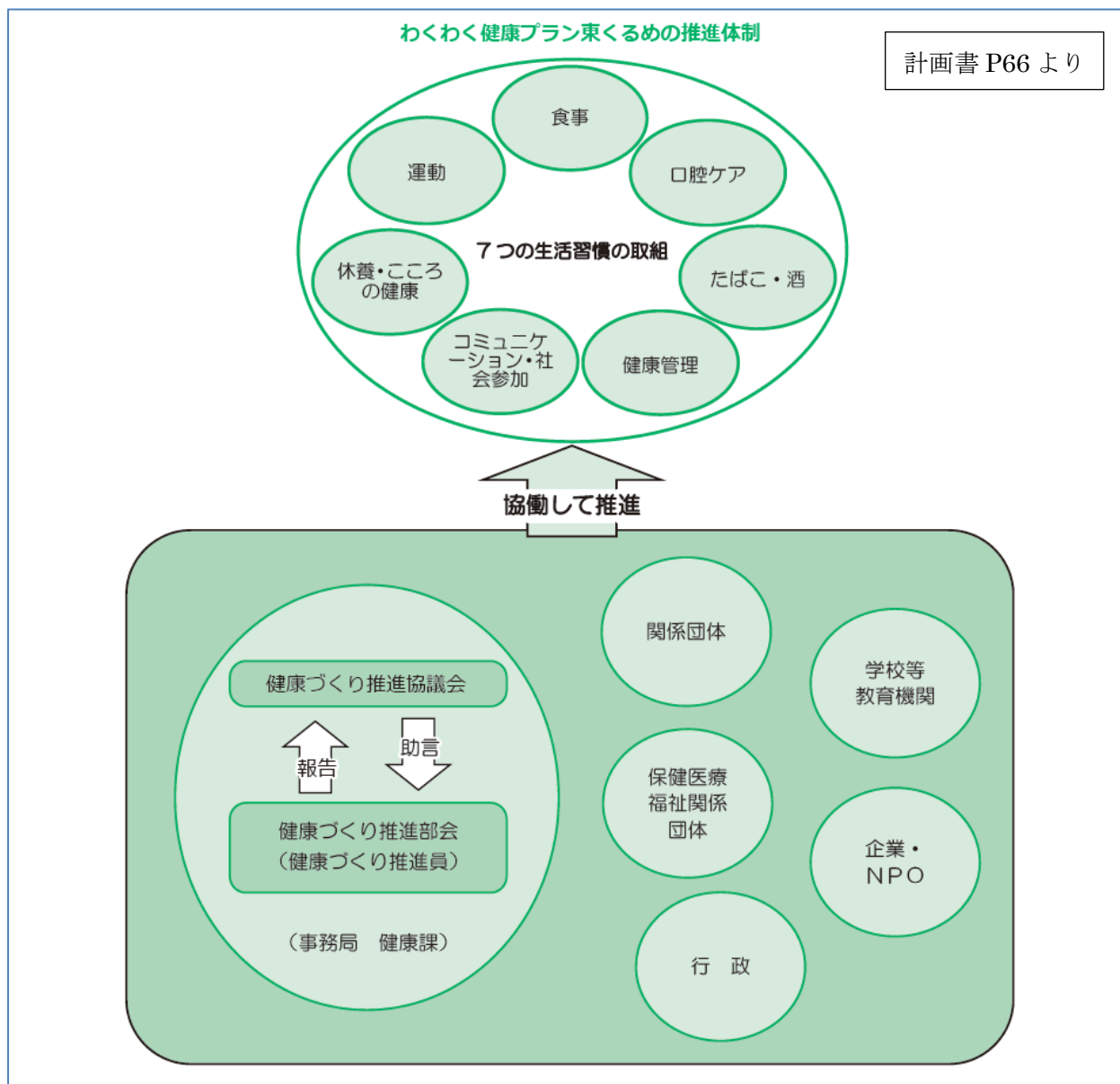
総合目標 「健康寿命の延伸」

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。

また、令和5年度は現計画の評価のため市民に対して「健康に関するアンケート」を実施し、令和6年度に第3次計画策定をするための基礎資料としていきます。

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5年4月1日現在)

	西部地区	中部地区	東部地区	合計
自治会	3	5	3	11
関係機関	3	2	1	6
応募市民	11	7	4	22
合計	17	14	8	39

※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

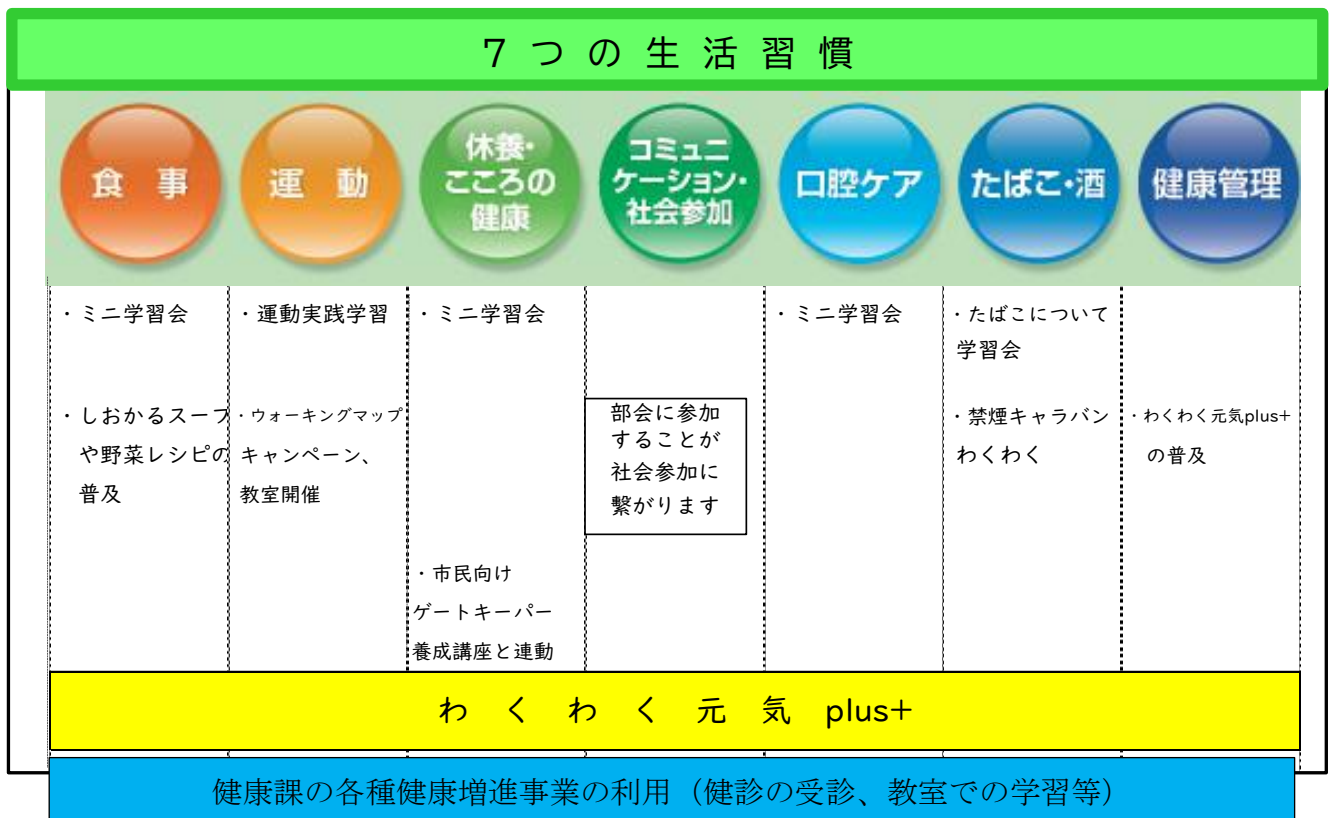
東久留米市健康づくり推進部会での健康づくり推進員の活動は、以下の3つを柱としています。

「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+
- ◆しおかるくるめスープレシピ集
- ◆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)】
- ◆(新)育児世代へのロコモ予防

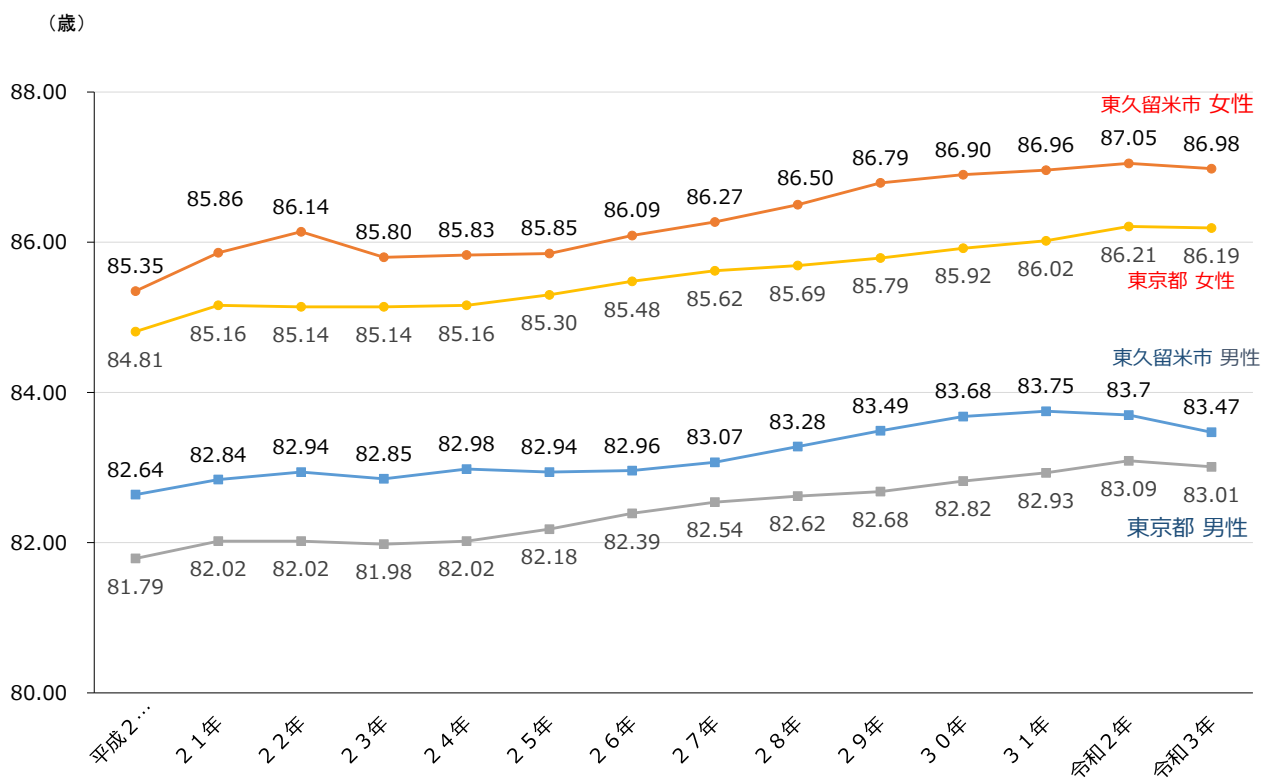
4 東久留米市健康寿命の状況

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歳の方が、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）〕

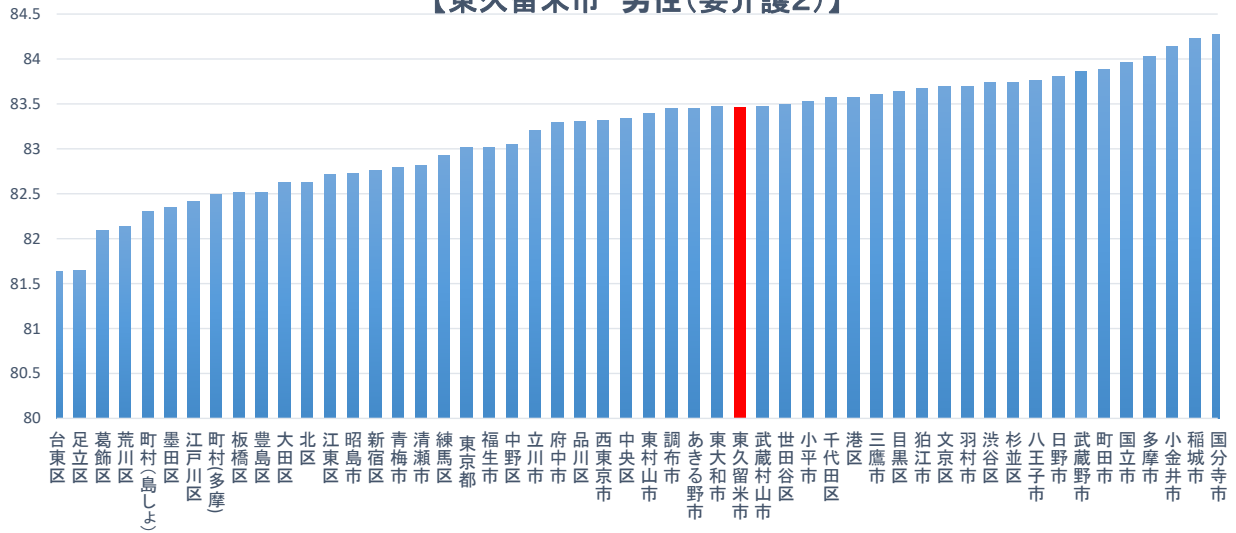
65歳健康寿命(要介護2)の推移



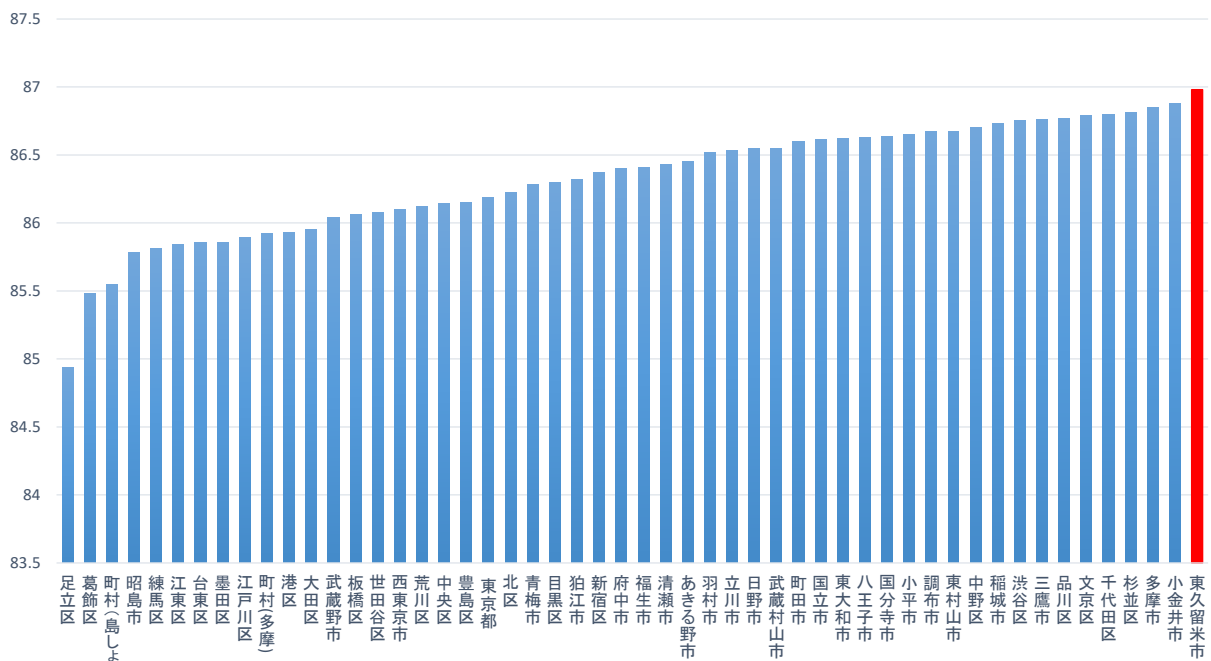
経年でみますと、男女共に東京都平均より常に高く推移しています。

直近の令和3年の東久留米市の65歳健康寿命（東京保健所長会方式、要介護2）では、男性83.47歳、女性86.98歳でした。東京都平均及び東久留米市の男女ともに、令和3年は令和2年より値が低くなっています。特に、東久留米市男性は令和2年より0.23歳低くなり、4年前の平成29年と同等になっています。

令和3年 65歳健康寿命(東京保健所長会方式)
【東久留米市 男性(要介護2)】



令和3年 65歳健康寿命(東京保健所長会方式)
【東久留米市 女性(要介護2)】



令和3年の都内区市町村別の順位では、男性は22位、女性は5年連続第1位となっています。