

# 「（仮称）いたばし健康プラン2030」及び「（仮称）いのちを支える地域づくり計画2030」（素案）について

資料  
令和7年11月22日  
健康生きがい部（保健所）健康推進課

## 第1章 いたばし健康プラン2030の基本的な考え方（P7-12）

### 計画策定の趣旨・目的

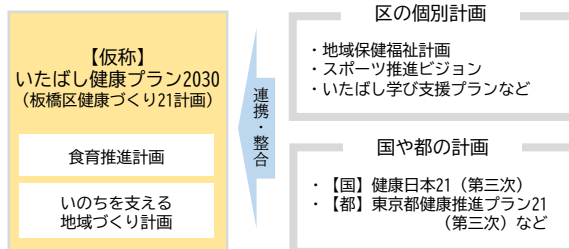
- 区民一人ひとりが健やかで心豊かに生活できる区の実現をめざすため、新たな健康課題や社会背景の変化を踏まえつつ、区民、地域、行政が一体となつて行う健康づくりの目標や方向性を定めるものである。
- 単に病気が無いことや一定以上の運動ができることなど、画一的な健康のきをめざすのではなく、年齢や性別、生活環境など、区民一人ひとりが置かれている状況を踏まえつつ、区民が自身の健康と向き合いながら、自分らしく健やかに生活できる環境づくりを進める。



多様な背景に寄り添った健康づくりを推進

### 計画の位置づけ

- 健康増進法第8条の2に基づく「市町村健康増進計画」として策定する。
- 食育基本法第18条に定める「市町村食育推進計画」及び自殺対策基本法第13条の2に定める「市町村自殺対策計画」を包含し、一体的に計画を推進する。



### 計画期間

- 令和8（2026）年度から令和12（2030）年度までの5年間とする。

## 第2章 いたばし健康プラン（第二次）の最終評価（P13-28）

### 改善した項目

- 飲酒・喫煙・歯と口の健康分野では理想的な健康習慣が身につけてきている。
- こころの健康に関心をもつ人の割合も増加傾向にある。引き続き、身体のみならず、こころの健康も一体となって支えていく必要がある。

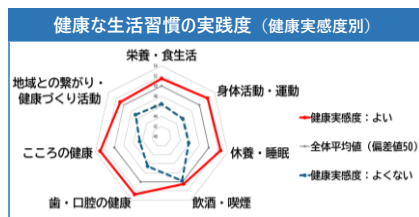
### 次期計画における課題

- 「睡眠によって十分な休養がとれている人の割合」が低下傾向にある。睡眠の量と質の確保に向けた普及啓発が求められる。
- 継続的な健康づくりのため、多様な主体との「つながり」の醸成を意識した事業展開が求められる。

## 第3章 計画の背景（P29-40）

### 求められる多様な健康課題への対応と健康無関心層へのアプローチ

- 年齢や性別、普段の生活習慣の違いなどによる多様な健康課題への対応が求められる。特に、健康実感がよくない人は生活習慣が総じてよくない傾向があることが分かっている。
- 健康無関心層へのアプローチや一人ひとりの置かれた状況に応じた健康づくり施策の展開が急務となっている。



出典：板橋区区民健康意識調査（令和6年）

## 第4章 いたばし健康プラン2030（P41-93）

### 基本理念

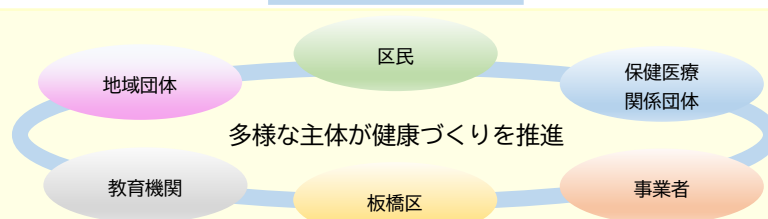
人生100年時代を見据え

生涯にわたり健やかで自分らしく輝けるまち いたばし

### 施策体系



基本理念を実現するための基本目標と基本施策を定めるとともに、基本施策には、関連が特に深く対策が必要な項目を分野として設定し、体系的に施策を推進する。

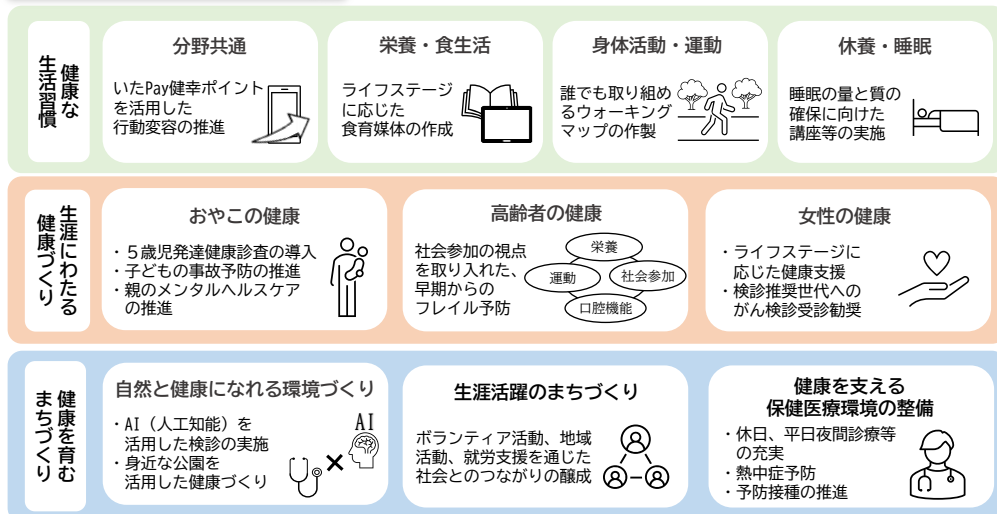


多様な主体が各々の役割に応じて主体的・積極的に健康づくりに関わるとともに、相互に連携し、より効果的かつ多角的に健康づくりに取り組む姿をめざす。

# 「（仮称）いたばし健康プラン2030」及び「（仮称）いのちを支える地域づくり計画2030」（素案）について

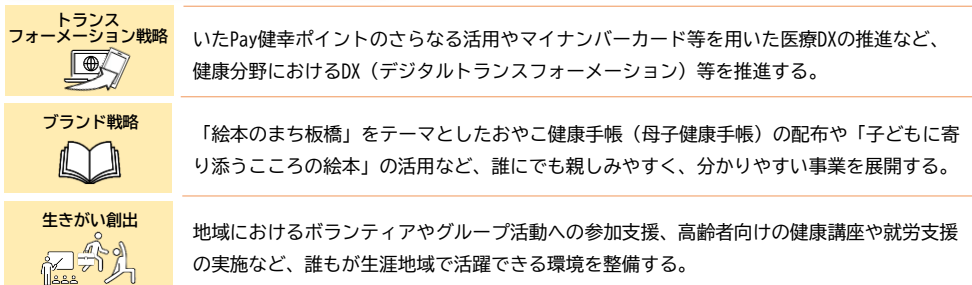
資料  
令和7年11月22日  
健康生きがい部（保健所）健康推進課

## 各施策の主な取組（抜粋）

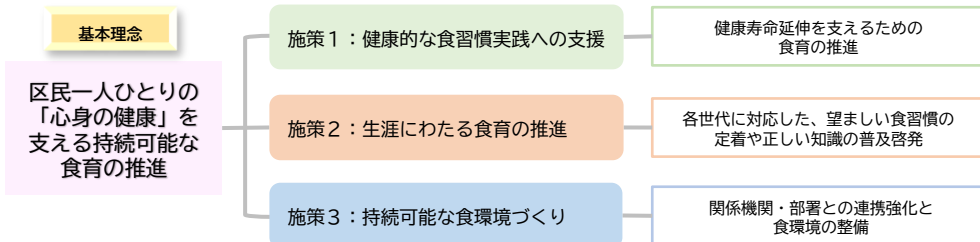


※令和8年度新規事業・予算調整中事業を含む

## 健康づくりを推進する3つの視点



## 第5章 食育推進計画（P94-104）



## 第6章 いのちを支える地域づくり計画2030（P105-149）

### 基本理念

### 誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現をめざす

### 施策体系

自殺を取り巻く現状として、全国的に子どもの自殺者数が増加しており、区においても同様の傾向が見られる。また、令和7年6月に自殺対策基本法の一部を改正する法律が公布され、子どもに係る自殺対策を社会全体で取り組むことが明記された。妊産婦の死亡理由として自殺が最も多いことや、困難な問題を抱える女性への支援の必要性を踏まえ、自殺対策を推進する。

なお、自殺の多くは健康問題や経済・生活問題等、様々な要因が連鎖しているため、引き続き施策を展開する。さらに、板橋区区民健康意識調査では、死にたい等と考えたことがある人のうち、半数以上が「相談したことはない」と回答していることから、孤独・孤立の視点を含み、下記のとおり施策を体系化する。

### 数値目標

数値目標は、令和12年までに自殺死亡率を12.0（自殺者数65人）以下とする。

### 成果指標

数値目標を達成するための補助的な指標として、板橋区区民健康意識調査のうち、4つの項目を成果指標とする。

- ①不安や悩み等を抱えた時に、相談できる人がいる→増加
- ②こころの病気について関心がある人→増加
- ③ゲートキーパーについて聞いたことがある人→増加
- ④板橋区の自殺防止対策の取組を知っている人→増加

### 計画事業（93事業）

「子ども・若者への支援」を最重点施策、「女性・妊産婦への支援」、「高齢者への支援」、「仕事・経済・生活に関する支援」を重点施策とする。また、基本施策のうち「孤独・孤立を軽減させる取組」についても重点施策に含める。

