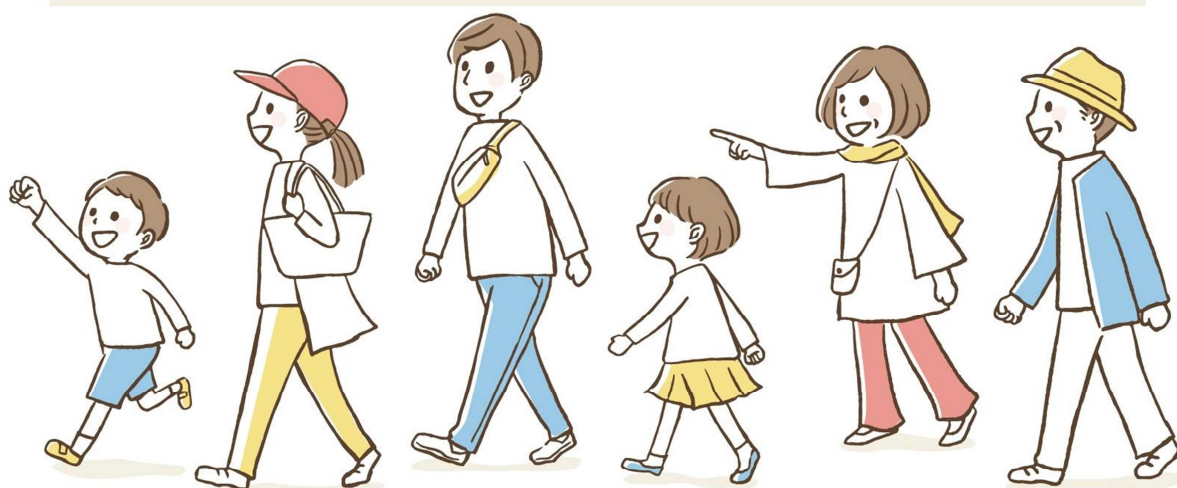


第3次

健康はつぽう21

(健康増進計画・食育推進計画)

生き生きと暮らせるまち



令和8年3月
秋田県八峰町

はじめに

町では、平成29年3月に第2次健康はっぼう21を策定し、第1次計画で浸透してきた意識を実践に移し、日常生活に定着させていく取り組みを推進してきました。平成30年3月には第2次八峰みんなの食育プランを策定し、家庭、子ども園、学校、地域、行政などがそれぞれに役割を担い、連携を図りながら食育を推進してきました。

この間、我が国は医療の進歩や新型コロナウイルス感染症の影響により、生活様式や健康に対する意識にも大きな変化が生じております。

このような中、両計画が令和7年度をもって計画期間を終了することから、これまでの取り組みの評価を行い、健康づくりと食育分野を一体的に捉えた第3次健康はっぼう21(健康増進計画・食育推進計画)を策定いたしました。

本計画では、「健康寿命の延伸」「生活習慣病予防と重症化予防」「乳幼児期から高齢期までのライフステージに対応した健康づくりの推進」を基本方針とし、7つのテーマにおいて、具体的な取り組み・目標を掲げております。

町民の皆さま一人ひとりが主役となり、行動目標に取り組み、生涯にわたり健康で自立した生きがいのある生活を送れるよう、行政と地域及び関係団体が一体となって、健康づくりの施策を推進し、「生き生きと暮らせるまち」を目指します。

終わりに、本計画策定にあたり、ご尽力いただきました計画策定委員をはじめ、アンケート調査にご協力いただきました町民の皆様に、深く感謝申し上げます。

令和8年3月

八峰町長 堀内 満也

目次

第1章 計画の概要

1. 計画の背景	1
2. 計画の方向性	1
3. 計画の位置づけ	2
4. 計画の期間	2

第2章 八峰町の現状

1. 人口構成	3
2. 人口動態	4
3. 主要死因	5
4. 要介護認定状況	7
5. 検診受診状況	8
6. 歯科保健の状況	9
7. 平均寿命と健康寿命	10

第3章 第2次計画テーマ別の取り組み評価・課題

1. 栄養・食生活・食育(食育推進計画)	11
2. 身体活動・運動	13
3. 休養・こころの健康	14
4. 歯の健康	15
5. アルコール	16
6. たばこ	16
7. 体の健康・生活習慣病予防	17

第4章 第3次計画テーマ別の具体的な取り組み

1. 栄養・食生活・食育(食育推進計画)	18
2. 身体活動・運動	21
3. 休養・こころの健康	22
4. 歯の健康	23
5. アルコール	24
6. たばこ	24
7. 体の健康・生活習慣病予防	25
8. 第3次計画の目標指数一覧	26

第5章 第3次計画の推進

1. 推進体制	28
2. それぞれの基本的な役割	29

参考資料

資料1. 計画策定の経過	31
資料2. 令和7年度健康づくり調査	32
資料3. 食生活の現状把握のためのアンケート	42
資料4. 八峰町健康増進計画・食育推進計画策定委員会等設置要綱	45
資料5. 第3次八峰町健康増進計画策定委員会委員名簿	46

第1章 計画の概要

1. 計画の背景

八峰町では、平成20年度に「健康はっぼう21」を、平成28年度には「第2次健康はっぼう21」を策定し、「安心して健やかに暮らせるやすらぎのまちづくり」を目指して、取り組みを推進してきました。健康づくりのなかの「食」については、平成22年度に「八峰みんなの食育プラン」を、平成29年度には「第2次八峰みんなの食育プラン」を策定し、食育を推進してきました。

取り組みを推進するなかで、前計画期間において、新型コロナウイルス感染症の影響により、町民のライフスタイルは大きく変化しており、今後の健康状況に注視していく必要があります。

こうしたなか、国では、令和6年度から令和17年度までを計画期間とする「健康日本21(第三次)」において、すべての国民が健やかで心豊かに生活できる持続可能な社会の実現に向け、誰一人取り残さない健康づくりの展開と、実効性をもつ取り組みの推進を通じて、国民の健康増進の総合的な推進を進めるための基本的な事項を示しています。

これを受け、これまで町が取り組んできた各種施策について見直しを行い、社会動向、国や県の方向性、町の現状と照らし合わせ、各ライフステージを通じて切れ目のない健康づくりを推進するため、新たな計画となる「第3次健康はっぼう21(健康増進計画・食育推進計画)」を一体的に策定します。

2. 計画の方向性

計画の基本方針として、前計画に引き続き次の3つの項目を推進していきます。

(1)健康寿命の延伸

町民がいつまでも健やかに日常生活を送ることができるよう、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、いわゆる健康寿命を延ばすことが重要です。

町民一人ひとりが生活の質を維持し、生き生きと過ごせるように健康寿命を延伸する健康づくりを推進します。

(2)生活習慣病予防と重症化予防

町民の死亡原因の7割を占める、がん、心疾患、脳血管疾患などの生活習慣病の発症には生活習慣が深く影響します。栄養、運動、休養などのバランスのとれた健康的な生活習慣が身に付くよう、対策を推進します。

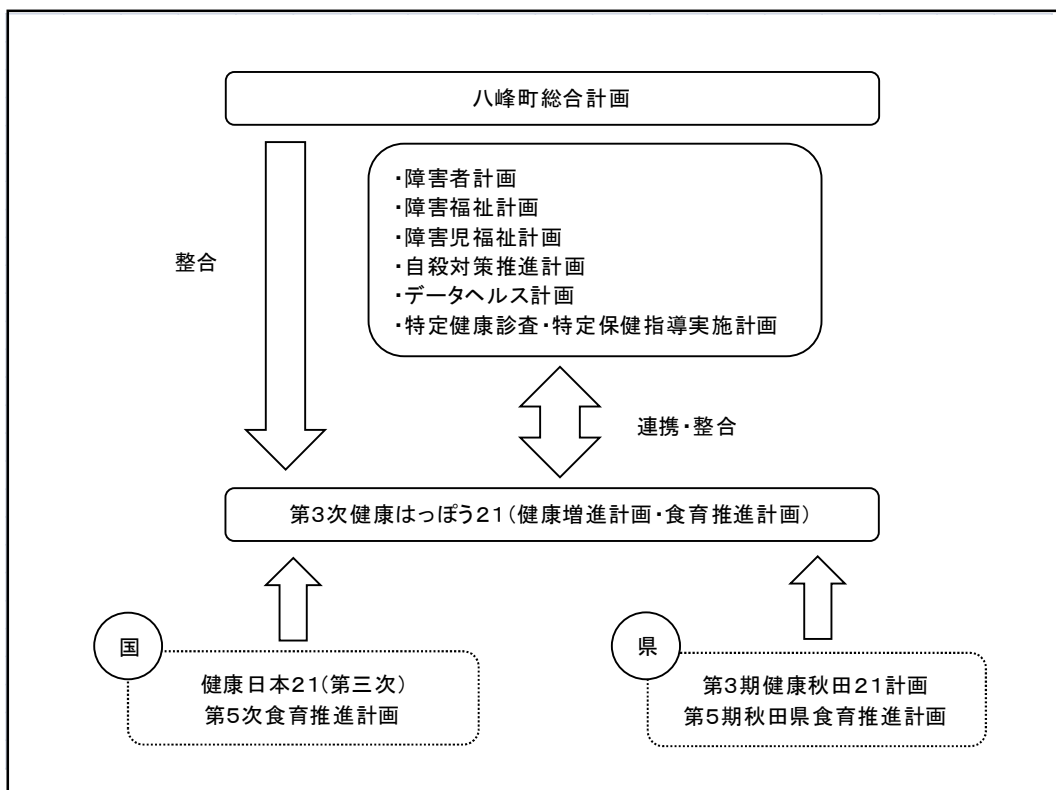
また疾患を発症しても早期発見により、進行を抑え、より質の高い生活を営むことができるよう重症化予防を推進します。

(3)乳幼児期から高齢期までのライフステージに対応した健康づくりの推進

ライフステージごとに「栄養・食生活・食育(食育推進計画)」「身体活動・運動」「休養・こころの健康」「歯の健康」「アルコール」「たばこ」「体の健康・生活習慣病予防」について、みんなで取り組める健康づくりを推進します。

3.計画の位置づけ

本計画は、「八峰町総合計画」の「生き生きと暮らせるまち」の実現を具体化するための計画と位置づけられ、健康づくりの基本方針となる計画であり、「健康増進法」第8条第2項に規定する「市町村増進計画」、食育基本法第18条第1項に規定する「市町村食育推進計画」を、前計画の内容を引き継ぎつつ総合的・一体的に策定しています。



4.計画の期間

本計画は令和8年度から令和18年度の11年間とし、令和13年度を目途に中間評価を実施することとします。

なお、今後の様々な社会情勢等の変化に対応するため、必要に応じ適宜見直しを行います。

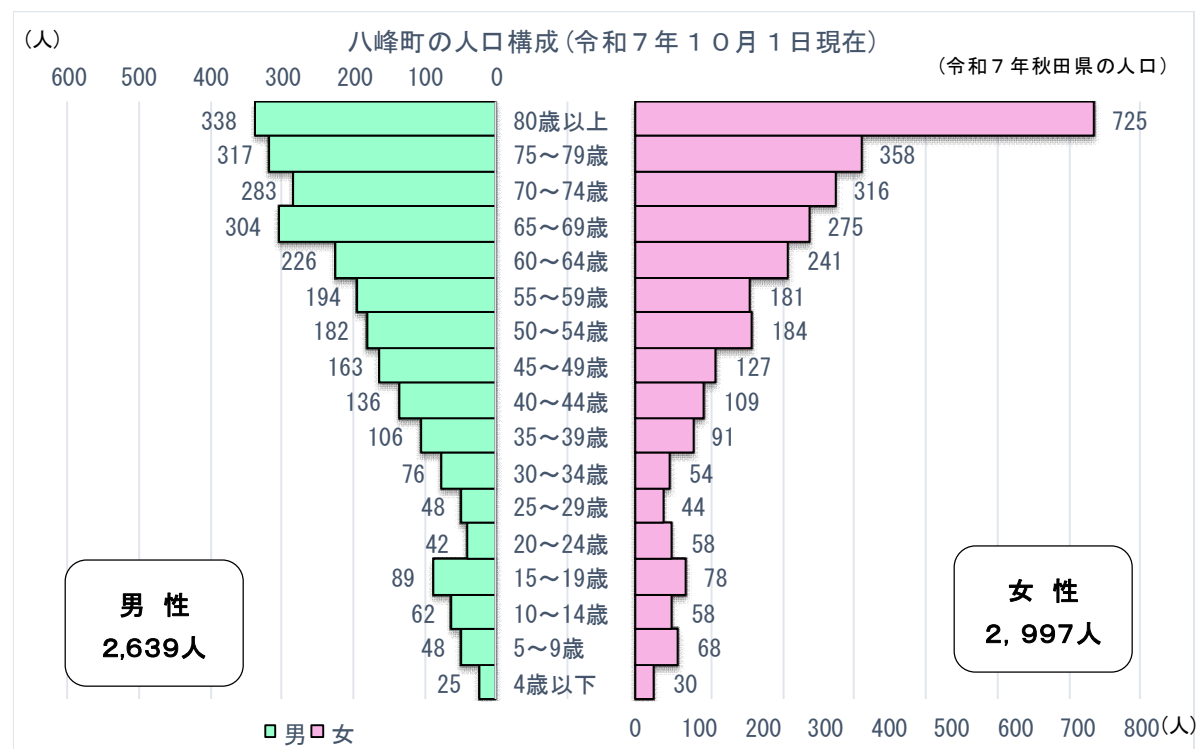
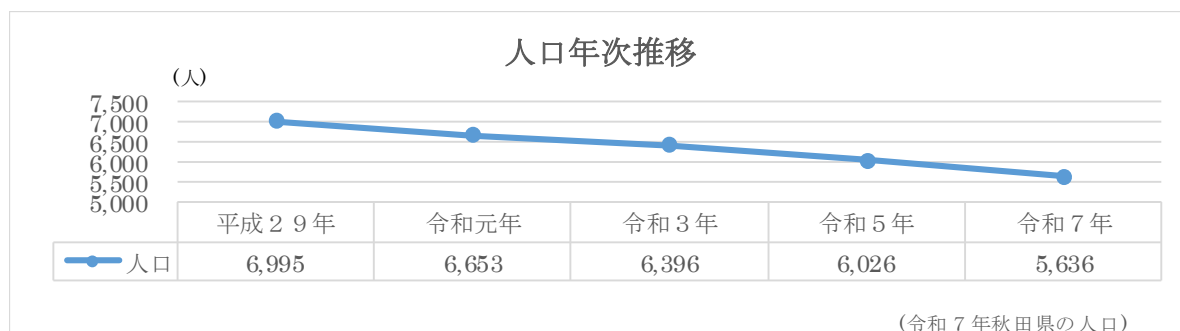
	平成29	平成30	令和1	令和2	令和3	令和4	令和5	令和6	令和7	令和8	令和9	令和10	令和11	令和12	令和13	令和14	令和15	令和16	令和17	令和18	令和19	
計画推進の流れ	平成29年3月 第2次健康はっぼう21の推進																					
						平成30年3月 第2次八峰みんなの食育プランの推					令和8年3月 第3次健康はっぼう21 (健康増進計画・食育推進計画)の推進											
					中間評価					見直し							中間評価					見直し

第2章 八峰町の現状

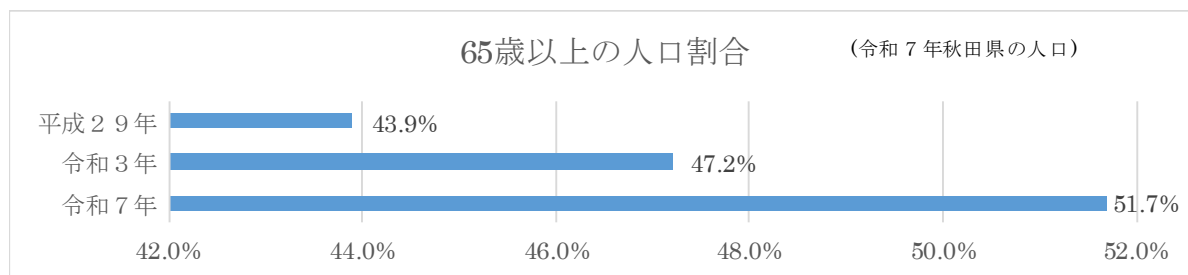
1. 人口構成

町の総人口は減少傾向が続いており、平成29年には人口7,000人を初めて割り、令和7年は5,636人となっています。

少子化の大きな要因としてあげられる未婚化、晩婚化の進行により、出生する子どもの数が激減しており、本町においても全国同様の傾向が見られます。



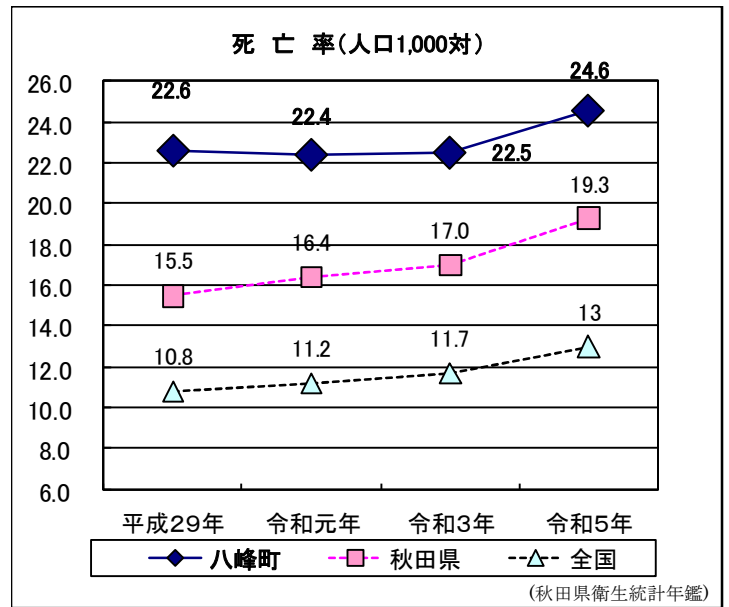
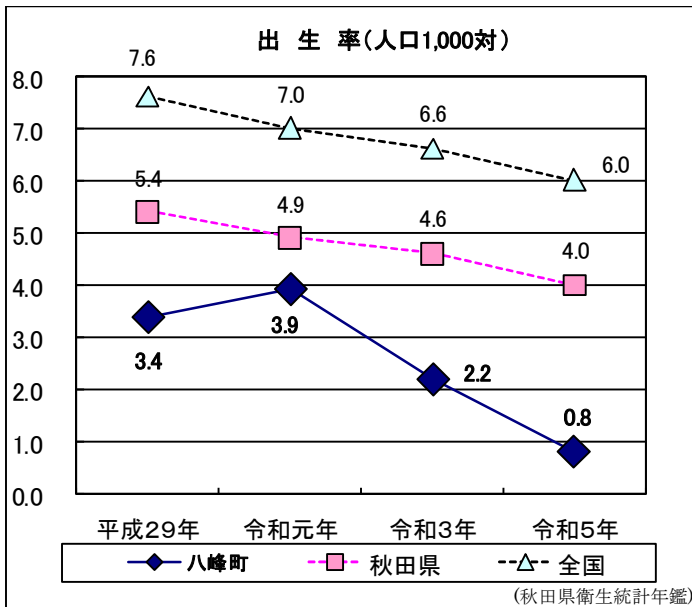
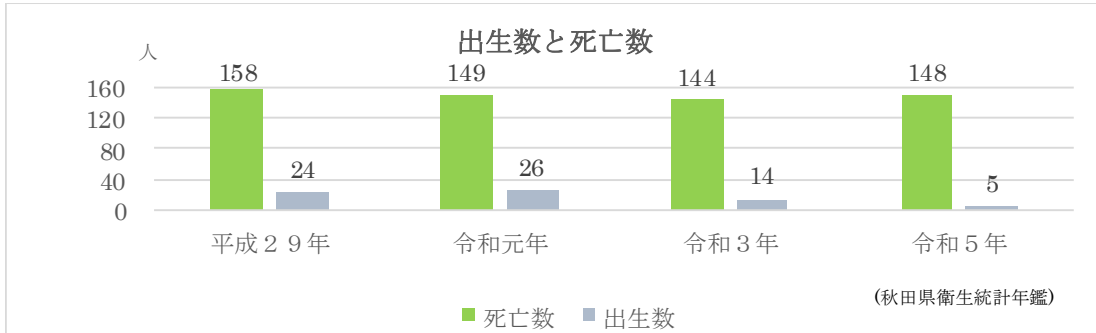
年齢階層別では、0～14歳人口、15～64歳人口の減少が続き、65歳以上の老年人口の割合は令和7年51.7%となり、人口減少とともに少子高齢化が進行しています。



2. 人口動態

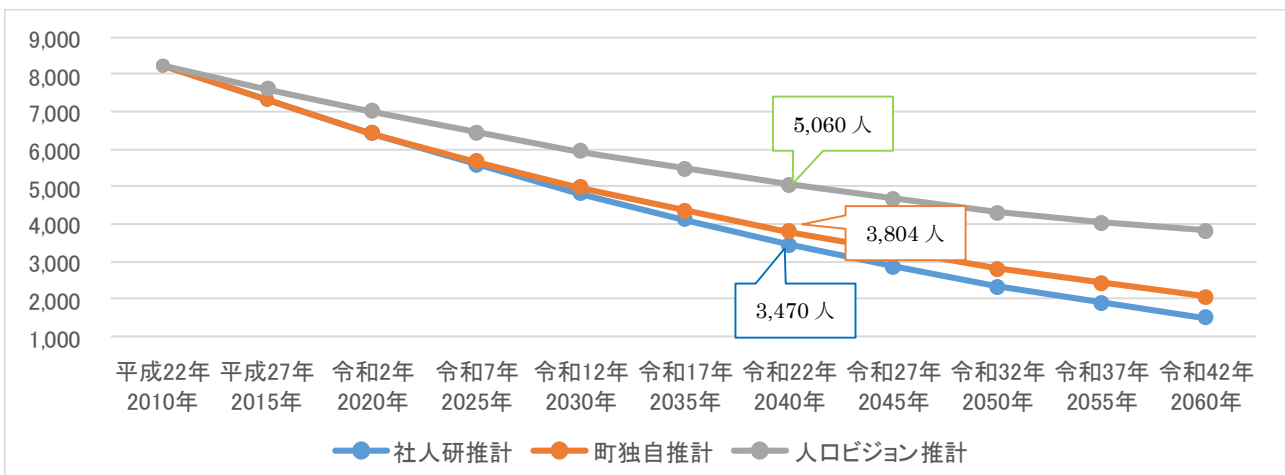
(1) 出生数と死亡数

出生数をみると、減少傾向が続いており、令和5年は5人となっています。出生率、死亡率でみると、町は全国・県と比較すると出生率が低く、死亡率が高いことが分かります。



(2) 将来の推計人口

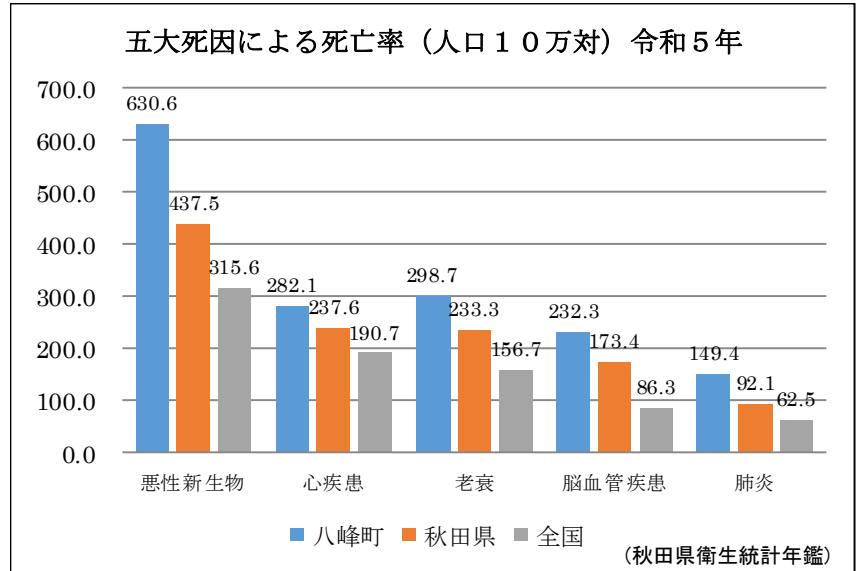
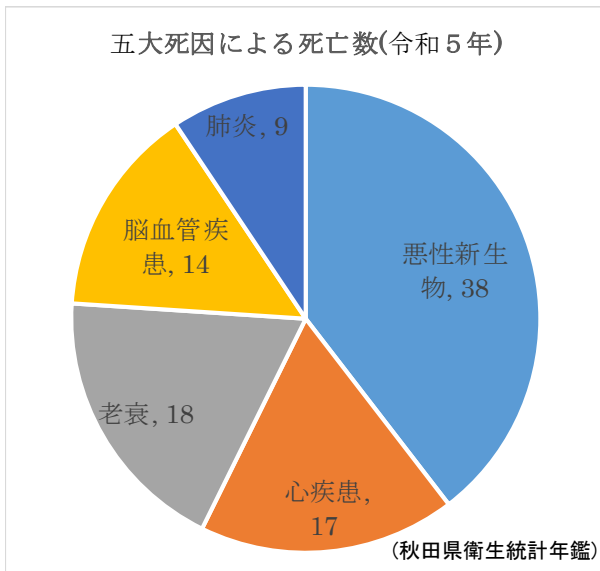
国立社会保障・人口問題研究所(社人研)が行った「日本の地域別将来推計人口(令和5年12月推計)」によると、令和22年(2040年)の町人口は3,470人と推計されています。



3. 主要死因

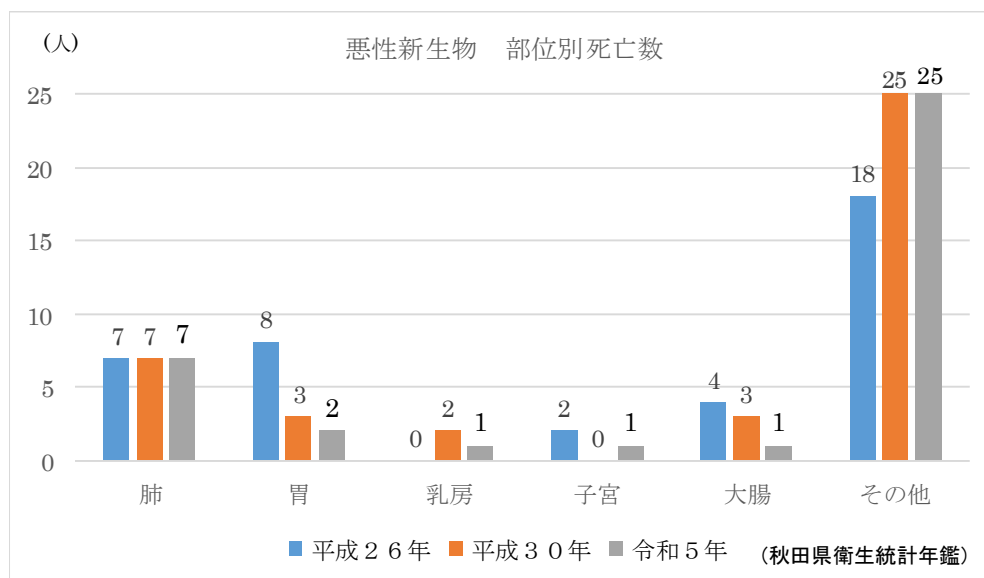
(1) 五大死因による死亡数・死亡率(令和5年)

県では悪性新生物、心疾患、脳血管疾患の三大生活習慣病による死亡数が全体の約5割を占めており、その克服が課題となっています。町では三大生活習慣病による死亡数が全体の7割を占めており、それらを含む五大死亡率が全国・県と比較して高い状況が続いています。



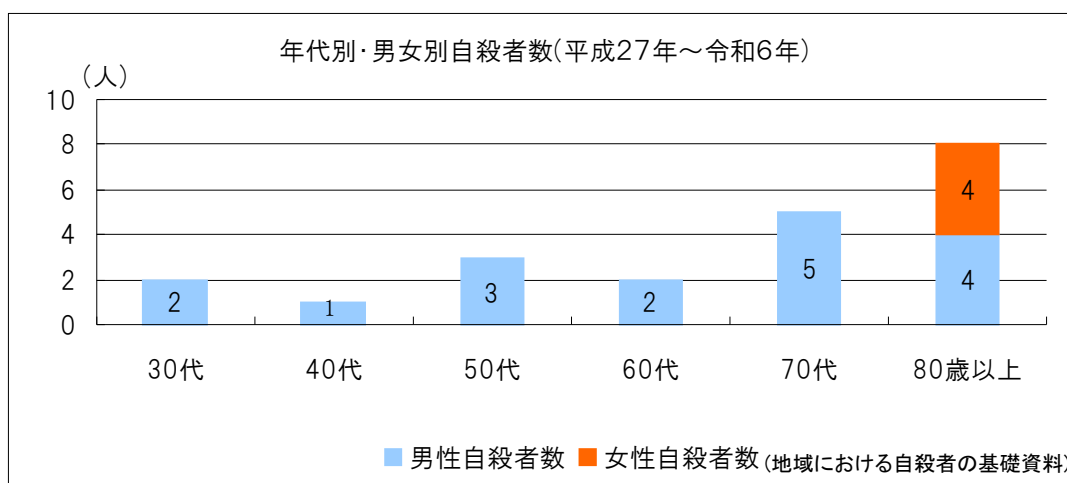
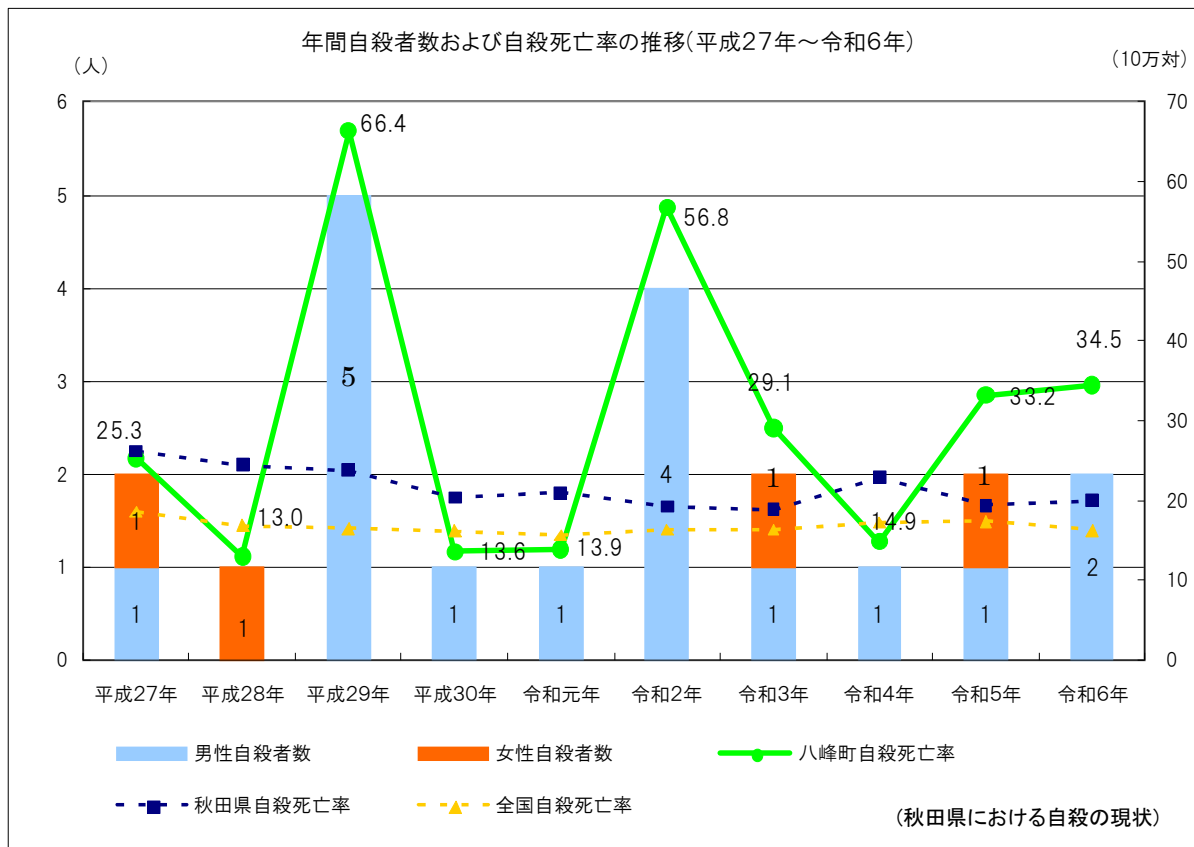
(2) 悪性新生物による死亡数

悪性新生物の部位別死亡内訳では、肺がん・胃がんによる死亡数が上位を占めています。



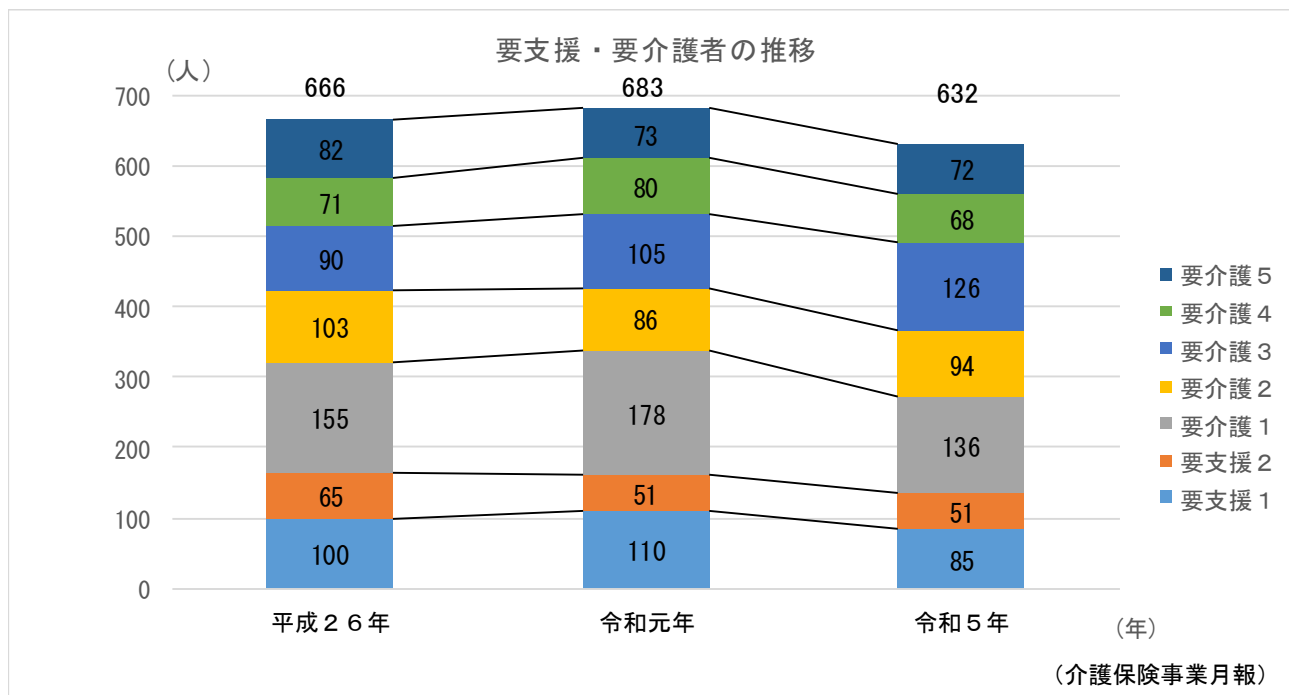
(3) 自殺者数

自殺者数は、この10年間で21人となっています。自殺死亡率は、国・県を上回っています。年代別では、80歳以上の自殺割合が最も高く、次いで70代、50代となっております。男女別では、約8対2の割合で、男性が多くを占めています。



4. 要介護認定状況

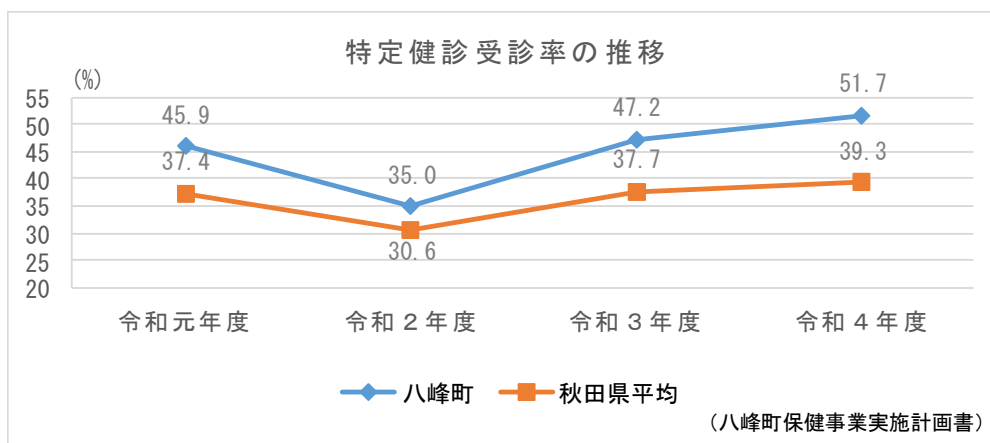
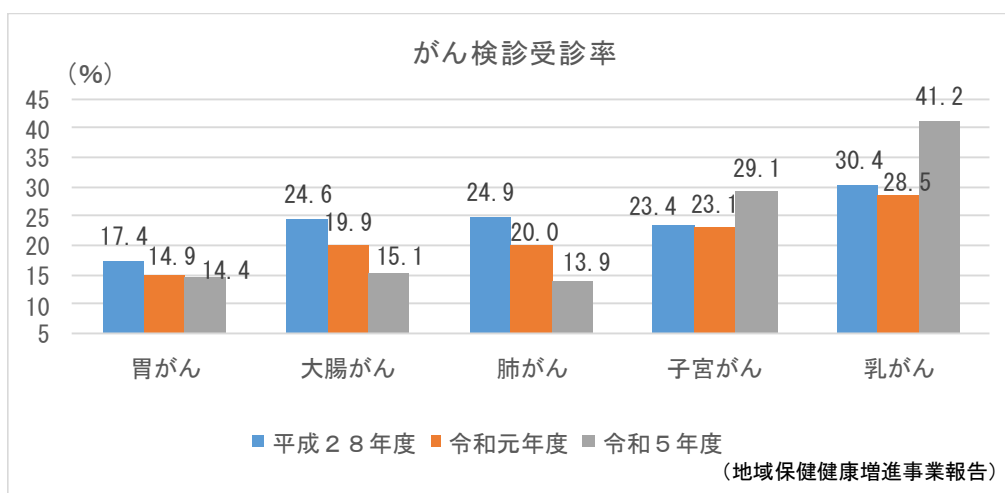
要支援・要介護者数をみると、概ね横ばいで推移していますが、令和5年11月月報では、632人となっており、平成26年と比べると34人減少しています。



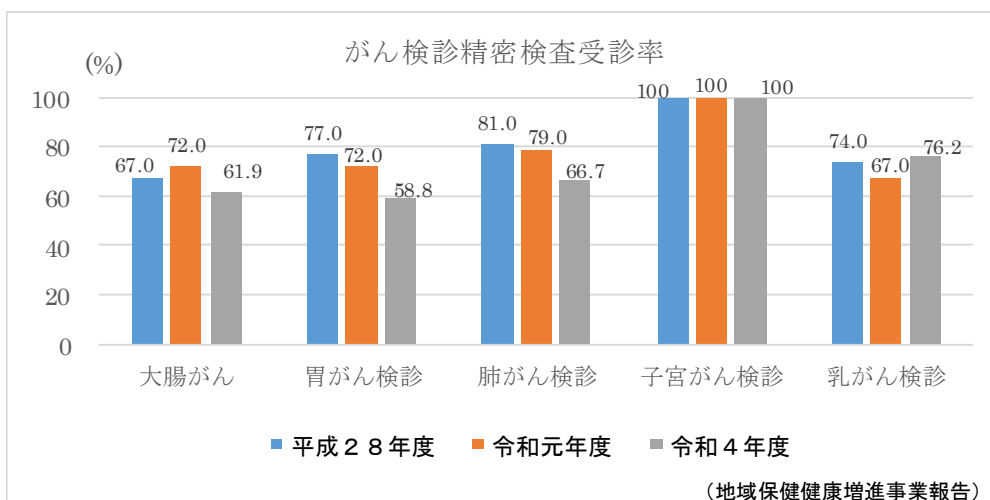
5. 検診受診状況

本町のがん検診の受診率をみると、女性検診を除き、平成28年度以降下降傾向にあります。特に胃がん検診・肺がん検診が低くなっています。

本町の特定健診受診率は県平均を上回っており、高い水準にあります。令和2年に流行した新型コロナウイルス感染症拡大に伴い、令和2年度は35.0%に落ち込みましたが、その後、回復基調にあり、令和4年度は51.7%に達しました。



がん検診精密検査受診率では、胃がん検診が58.8%と最も低くなっています。

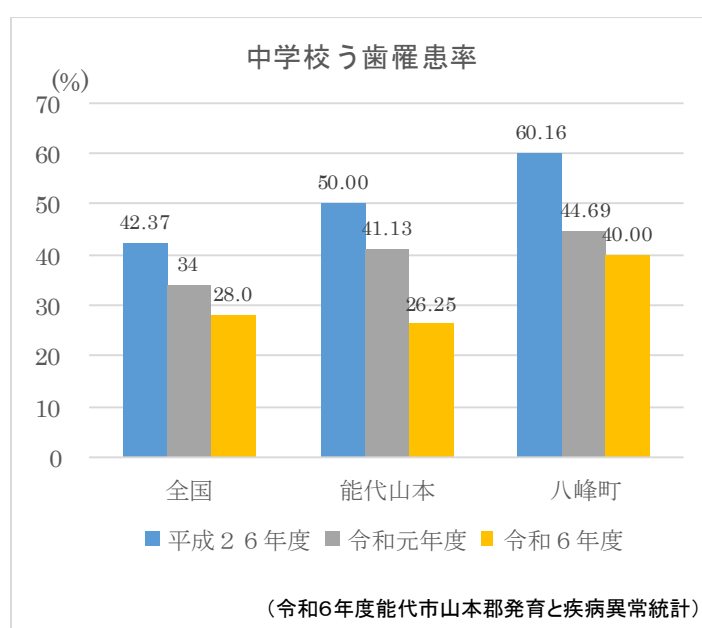
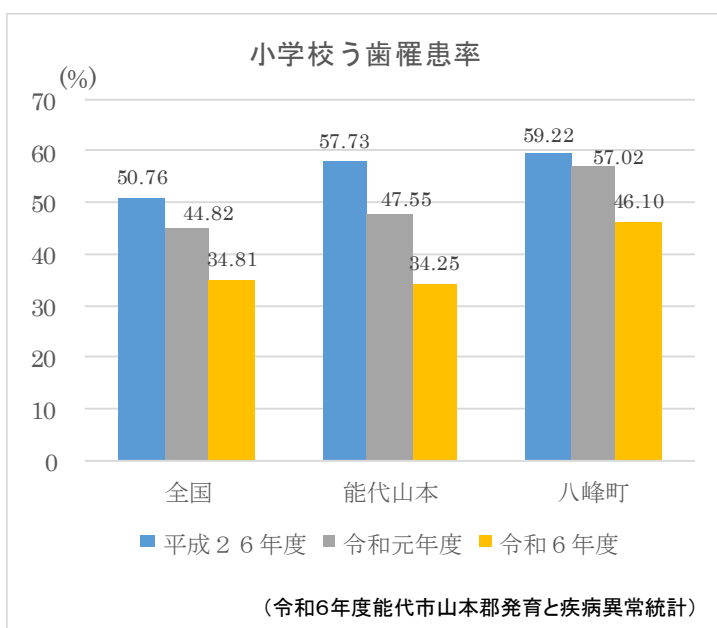
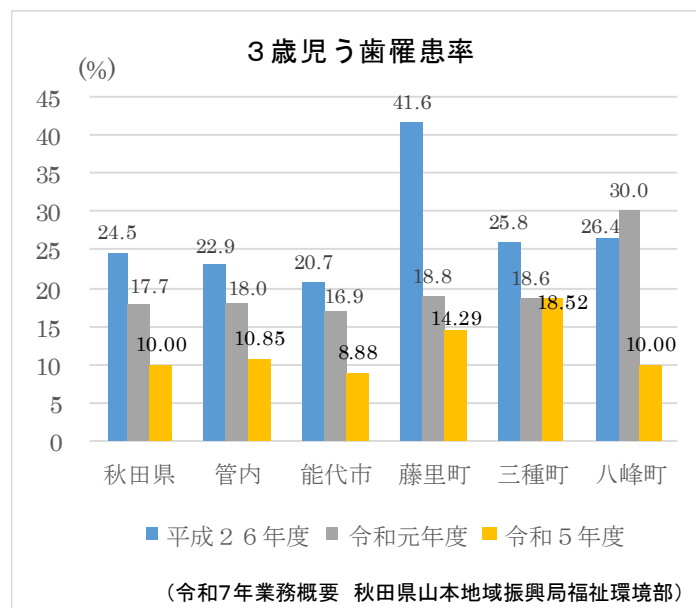
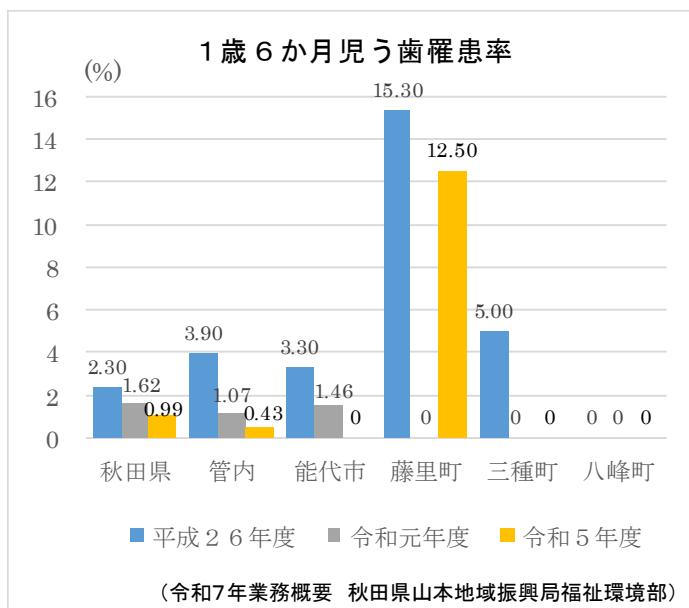


6. 歯科保健の状況

・う歯罹患率

平成23年度より1歳6か月児から就学前の子どもたちへのフッ素塗布事業を開始しました。1歳6か月児のう歯罹患率は低ですが、3歳児では、令和5年度を除いて、県や管内他市町よりも罹患率が高くなっています。

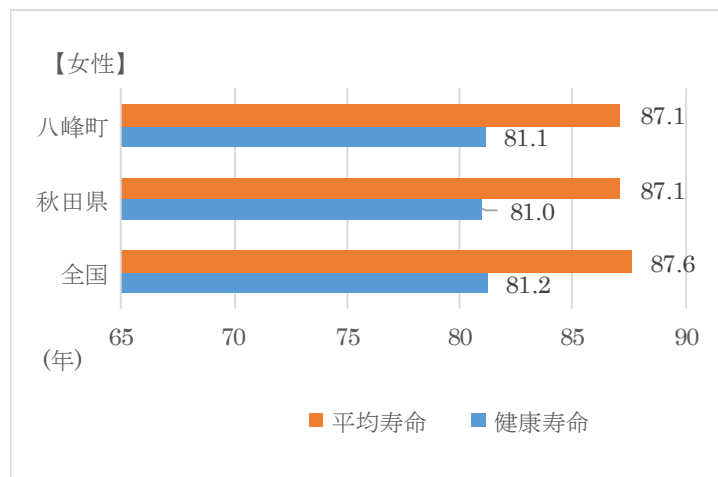
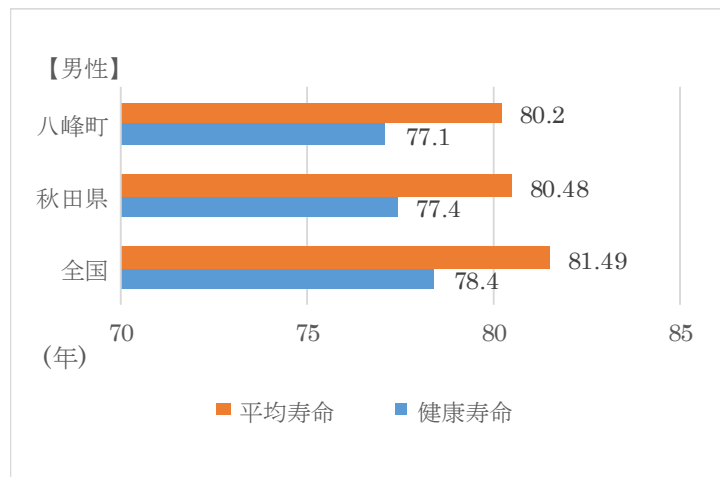
平成24年度より、小中学校でフッ化物洗口を開始しました。小中学校う歯罹患率は全国・能代山本と比較し、高めで推移しています。



7. 平均寿命と健康寿命

町では要介護度に基づく「日常生活動作が自立している期間の平均」を健康寿命として用いており、平均寿命と健康寿命の差は、日常生活に制限のある「不健康な期間」を意味しています。

町の令和2年における平均寿命と健康寿命をみると、男性ではその差は3.1年、女性では6年となっています。



秋田県平均寿命:「令和2年都道府県別生命表」(厚生労働省)

八峰町平均寿命:「令和2年市町村別生命表」(厚生労働省)

健康寿命:KDB 帳票 地域の全体像の把握(令和2年度)の平均自立期間数値を抜粋。県が用いている健康寿命とは定義が異なります。

第3章 第2次計画テーマ別の取り組み評価・課題

最終評価	◎…目標達成
	○…令和3年 中間実績値(中間値がないのは策定時)より改善がみられたもの
	△…令和3年 中間実績値(中間値がないのは策定時)とほぼ横ばいであったもの
	×…令和3年 中間実績値(中間値がないのは策定時)より改善がみられないもの
世代別……○こども ◎働きざかり ●こうれい ☆こころ	

※栄養・食生活・食育については世代別(こども)を園児・児童・生徒と詳細に掲載

《テーマ: 栄養・食生活・食育(食育推進計画)… 家族で望ましい食習慣を身につけましょう》

テーマ	分野	指標	対象 (世代別)	2次計画 策定時値	中間実績値	最終現状値	最終評価	最終目標値
				平成28年	令和3年	令和7年	達成度	令和7年
栄養・食生活・食育	健やかな食生活	朝食を毎日食べる人を増やす	大人◎●	75.3%	70.4%	83.7%	◎	80%
			園児○	92.8%	92.6%	89.2%	△	95%
			児童○	94.1%	97.2%	88.4%	×	98%
			生徒○	87.2%	80.8%	93.6%	◎	90%
		適性体重(BMI18.5~25未満)を維持している人を増やす	大人◎●	69.2%	68.2%	67.7%	○	70%
			大人◎●	90.4%	67.9%	75.8%	○	95%
				園児○	62.7%	45.7%	62.2%	○
	バランスよく食べる人を増やす	大人◎●	79.5%	80.3%	72.0%	×	85%	
		園児○	90.4%	67.9%	75.8%	○	95%	
	食への感謝・食文化の伝承	子どもたちが地元食材の収穫や生産までの過程について体験活動する機会を増やす	園児○	100%	100%	100%	◎	100%
			児童○	100%	100%	100%	◎	100%
			生徒○	100%	100%	100%	◎	100%
		生産や調理に関する人々に感謝の意を表せる人を増やす(「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶をする人を増やす)	園児○	88%	86.4%	89.2%	○	90%
			児童○	74.4%	86%	93%	◎	90%
		生徒○	80.9%	87.7%	82%	×	90%	
		食に関する体験活動をする機会を増やす	園児○	100%	100%	100%	◎	100%
	郷土料理を伝承する人を増やす(郷土料理を作ったり食べたりする人を増やす)	大人◎●	49.4%	23.5%	-	-	50%	
		生徒○	72.8%	65.8%	64.3%	△	80%	
	団家族の	1日1回は家族で食事をとる人を増やす	園児○ 大人◎●	65.1%	79%	97.3%	◎	80%
	地産地消・安心	食(育)に関する関心を持つ人を増やす	大人◎●	86.8%	80.3%	74.7%	×	90%
大人◎●			45.7%	51.9%	-	-	60%	

(1)指標の達成状況と評価

指標12項目のうち、6項目が前回と同程度か改善がみられました。

健やかな食生活における分野では、朝食欠食割合は、園児では横ばいでしたが、児童での欠食率が悪化傾向となりました。一方で、生徒の朝食欠食割合は大きく改善傾向となりました。

食への感謝・食文化の伝承における分野では、郷土料理を知っている生徒の割合が横ばいでした。郷土料理の内容では、「きりたんぽ、ハタハタ、石川そば」が上位でした。

家族の団らんでは、1日1回は家族で食事をとる園児と保護者の割合が改善傾向となりました。

食の安心・安全、地産地消分野では、食(育)に関する関心をもっている人の割合が減少傾向でした。

(2)今後の課題

保護者の食生活は子どもへも影響するため、今の子どもたちの親世代とこれから親になる世代へ栄養や食に関する知識の普及啓発や、基本的な生活習慣の大切さの理解を深める取り組みが必要です。

また、健全な食習慣を身につけるためには、食への関心を高めることが大切です。今後も食育教室や、食に関する体験活動等、様々な機会を通じて情報を提供し、ライフステージに応じた食育支援を推進していきます。

《テーマ:身体活動・運動 … 意識して自分に合った運動を続けましょう》

テーマ	指標	世代別	2次計画 策定時値	中間実績値	最終現状値	最終評価	最終目標値
			平成28年	令和3年	令和7年	達成度	令和7年
身体活動・ 運動	週2回以上の運動をしている人の割合(19～64歳)を増やす	◎	37.1%	34.9%	31.7%	×	40%
	散歩する人を増やす	◎	11.7%	35.1%	33.3%	△	40%
	1日1時間以上の身体活動をしている人を増やす	●	48.7%	56.1%	56.1%	○	60%
	自分のできることは自分で行う人を増やす	●	99.2%	98.8%	98.2%	△	100%
	ロコモティブシンドロームの意味をよく知っている人を増やす	●	—	17.6%	12.3%	×	50%

(1)指標の達成状況と評価

指標5項目のうち、3項目が前回と同程度か改善がみられました。

週2回以上の運動をしている人(働きざかり)の割合は、中間実績値より悪化傾向にあります。一方で、1日1時間以上の身体活動をしている高齢者の割合は同程度でした。今回の健康づくり調査では、クマによる影響に関する自由記載もありました。

(2)今後の課題

健康づくり調査から、65歳以上の世代が定期的な運動をしている割合が5割を超えているのに対し、働きざかり世代の割合が低下していることがわかりました。このような現状から、働きざかり世代が身体活動・運動への意識を高めるとともに、天候等に左右されることなく運動を継続できる環境づくりを進めることが必要です。

また、八峰町の高齢化率が51.7%(P3参照)であり、要介護者数が横ばいで推移していることから、高齢化に伴い増加するフレイル^{※1}、ロコモティブシンドローム^{※2}の周知・予防策を推進することが必要です。

要介護状態になる主な要因としては、骨折・転倒だけでなく、認知症・脳血管疾患も主な要因としてあげられるため、この観点からも生活習慣病や介護予防に向けた取り組みが重要となります。

※1:フレイル

加齢により身体的機能や認知機能の低下が見られる状態で、健康な状態と要介護の状態の中間を指す。可逆性という特性があり、適切な介入や支援を行うことで、健康な状態に戻ることが可能とされている。

※2:ロコモティブシンドローム

骨・関節・筋肉・神経などの障害により、経つ・歩く・走る・座るといった移動機能が低下した状態のこと。ロコモが進行すると介護が必要になる可能性が高くなる。

【出典元:第3期健康秋田21計画】

《テーマ: 休養・こころの健康 … 家族・地域で助け合い、ゆとりを持った生活を心がけましょう》

テーマ	指標	世代別	2次計画 策定時値	中間実績値	最終現状値	最終評価	最終目標値
			平成28年	令和3年	令和7年	達成度	令和7年
休養・ こころの 健康	睡眠によって休養が十分とれた人を増やす	◎	79.9%	80%	77.6%	△	85%
	子ども(小学5・6年生)の十分な睡眠時間を確保している人を増やす	○	男子7時間41分 女子7時間35分	男子8時間30分 女子8時間25分	男子8時間29分 女子8時間24分	○	9時間
	趣味の時間を持つ人を増やす	●	91.4%	66.1%	66.9%	○	95%
	強いストレスがある人を減らす	☆	12%	11.9%	7.3%	◎	10%
	自殺で亡くなる人を減らす	☆	4人	1人	2人	×	0人

(1)指標の達成状況と評価

指標5項目のうち、4項目が前回と同程度か改善がみられました。

「睡眠によって休養が十分とれた人」の割合は、横ばいで経過していました。「強いストレスがある人」の割合は減少し、目標値を達成しました。

(2)今後の課題

幼少期から良い睡眠習慣を確率・定着させるための取り組みが必要です。

「八峰町いのち支える自殺対策計画」と連動し、対策を推進します。

《テーマ:歯の健康 … 生涯を通じて、健康な口腔状態の維持・向上に努めましょう》

テーマ	指標	世代別	2次計画 策定時値	中間実績値	最終現状値	最終評価	最終目標値
			平成28年	令和3年	令和7年	達成度	令和7年
歯の健康	幼児期に歯みがきをする子どもを増やす ※1歳6か月児健診仕上げ磨き	○	91.3%	94.7%	77%	×	95%
	12歳児の1人平均う歯数	○	八森中1.1本 峰浜中0.9本	0.95本	0.8本	◎	1本
	3歳児でう歯のない子どもを増やす	○	69.0%	70%	90%	◎	80%
	歯科の定期検診を受ける人を増やす	◎	32.3%	32.1%	51.6%	◎	50%
	歯と歯ぐきの手入れを習慣づける人を増やす	●	89.8%	41.7%	51.5%	○	60%

(1)指標の達成状況と評価

指標5項目のうち、3項目が中間実績値と同程度か改善がみられました。「3歳児でう歯のない子ども」の割合は、改善しましたが、1歳6か月児健診での仕上げ磨きをする割合が悪化しました。過去1年以内の歯科検診受診者(治療以外)は、改善がみられました。

(2)今後の課題

八峰町の幼児期から学童期のう歯罹患率は、フッ素塗布やフッ化物洗口を継続していることで年々減少してきましたが、全国や能代山本管内と比較するとまだ高い状況です。そのため、今後も歯科保健指導の充実を図ることが必要です。また、幼児のう歯予防のためには、保護者に対する歯の健康に関する正しい知識の普及が必要です。今後も幼児健診等を通じて仕上げ磨きについて指導を継続する必要があります。

歯と口腔の健康を維持するためには定期的な受診と普段のセルフケアが重要です。歯科の定期検診を受ける人の割合は上昇しており、生涯を通じて歯の健康を保つことができるよう歯の健康に関する知識の普及・啓発に努め、各世代に応じた取り組みを推進することが必要です。

《テーマ:アルコール … 適正飲酒量を理解し、節度ある飲酒を心がけましょう》

テーマ	指標	世代別	2次計画策定時値	中間実績値	最終現状値	最終評価	最終目標値
			平成28年	令和3年	令和7年	達成度	令和7年
アルコール	アルコールの適量(日本酒男性2合未満・女性1合未満)を知っている人を増やす	◎☆	34.6%	39.0%	42.6%	○	70%
	毎日飲酒している人を減らす	◎☆	男性43.9%	39.7%	47.3%	×	35%
			女性6.6%	9.9%	10.8%	×	5%

(1)指標の達成状況と評価

アルコールの適量について、知っている人の割合は改善傾向がみられました。しかし、「毎日飲酒している人」の割合は男女ともに悪化傾向にありました。

(2)今後の課題

引き続き、過度な飲酒は生活習慣病リスクを高めるため、生活習慣病予防に向けて飲酒習慣の見直し、適正な飲酒量の知識の普及・啓発が必要です。また、一般的に、女性は男性と比較して、少ない量かつ短い期間でアルコールによる身体への影響が大きく表れる現れる可能性があるため、性別による飲酒量の違いについても周知が必要です。

《たばこ … たばこの健康被害を知り、たばこの害から身を守りましょう》

テーマ	指標	世代別	2次計画策定時値	中間実績値	最終現状値	最終評価	最終目標値
			平成28年	令和3年	令和7年	達成度	令和7年
たばこ	たばこを吸う人を減らす	◎☆	男性38.9%	44.6%	20.7%	◎	30%
			女性9.1%	12.4%	10.8%	○	5%
	COPDについて知っている人を増やす	◎	-	9.6%	22.2%	○	30%

(1)指標の達成状況と評価

喫煙率は男性は改善傾向ですが、女性は横ばいでした。

COPD^{※3}認知度は、中間評価時よりも、改善がみられました。

(2)今後の課題

COPDの原因のほとんどがタバコによる影響のため、COPDを含めた喫煙が健康に及ぼす影響について様々な機会を通じて啓発を行い、若い世代の喫煙防止や受動喫煙防止の支援に取り組む必要があります。

※3: COPD

肺気腫、慢性気管支炎と称された疾患の総称で、咳・痰・息切れを主症状とし、緩やかに呼吸障害が進行していくのが特徴。COPDのほとんどがたばこの煙であり、脳血管疾患、心疾患、糖尿病などの併発も多く、全身に影響を及ぼす。

【出典元: 第3期健康秋田21計画】

《体の健康・生活習慣病予防 … 健診(検診)を受診し、自分の健康管理に関心を持ちましょう》

テーマ	指標	世代別	2次計画 策定時値	中間実績値	最終現状値	最終評価	最終目標値
			平成26年	令和元年	令和5年	達成度	令和7年
体の健康・生活習慣病予防	毎年、特定健康診査を受ける人を増やす	◎	44.4%	45.9%	51.7%※4	○	60%
	毎年、胃がん検診を受ける人を増やす	◎	32.6%	26.6%	14.4%	×	50%
	毎年、大腸がん検診を受ける人を増やす	◎	42.2%	35.6%	15.1%	×	50%
	毎年、肺がん検診を受ける人を増やす	◎	42.1%	41.4%	13.9%	×	50%
	毎年、子宮がん検診を受ける人を増やす	◎	50.9%	41.5%	29.1%	×	60%
	毎年、乳がん検診を受ける人を増やす	◎	59.3%	47.3%	41.2%	×	60%
	特定保健指導実施率を向上させる	◎	15.2%	19.9%	4.7%※4	×	60%
	胃がん検診精密検査受診率を向上させる	◎	67.0%	72.0%	58.8%※4	×	100%
	大腸がん検診精密検査受診率を向上させる	◎	64.0%	72.0%	61.9%※4	×	100%
	肺がん検診精密検査受診率を向上させる	◎	91.0%	79.0%	66.7%※4	×	100%
	子宮がん検診精密検査受診率を向上させる	◎	100%	100%	100%※4	◎	100%
	乳がん検診精密検査受診率を向上させる	◎	86.0%	67.0%	76.2%※4	○	100%

※4: 令和4年度実績値

(1)指標の達成状況と評価

評価指標12項目のうち、「各がん検診を受ける人」の割合が全体的に低下しました。

今回の健康づくり調査によると「19～64歳の各がん検診受診率」は約4割、「65歳以上の各がん検診受診率」は約5割で、特に働きざかり世代のがん検診受診率が低いことがわかりました。また、検(健)診を受けない主な理由は「面倒」「時間がとれなかった」が最も多い結果となりました。

(2)今後の課題

当町は男女別では男性の肺がん罹患率・死亡率が高く、女性は胃がん罹患率・死亡率が高い状況です。悪性新生物別死亡数では、胃がんによる死亡数が1位を占めていますが、胃がん検診受診率が1割と低い状況です。

がん検診受診率向上に向けた取り組みとして、無料クーポン券の配付や、未受診者へのコールリコール、広報等での周知を実施してきましたが、目標を達成できていない状況であるため、今後も受診率向上に向けた取り組みが必要です。

具体的には、定期的な健(検)診受診の重要性について周知するとともに、未受診者への積極的な受診勧奨により受診率の向上に努めます。また健(検)診等の実施後は、結果に応じた保健指導や、精密検査への受診の勧奨を行うなど継続的な支援に取り組めます。

第4章 第3次計画テーマ別の具体的な取り組み

町民の健康づくりを推進するため、7つのテーマについてそれぞれに目標を定め、各テーマの目標を達成できるよう取り組みを展開します。

1. 栄養・食生活・食育(食育推進計画)… 生涯を通じた食育を心がけましょう

(1)健やかな食生活・食育

●町民(家庭)ができること

- ・朝食をとる習慣(早寝早起き)を身につける
- ・朝食をしっかり食べられるよう、夕食後の間食に気を付ける
- ・間食を工夫して摂る(幼児・高齢者)
- ・間食の時間を決める
- ・自分の適正体重を知り、体重管理をしっかり行う
- ・1人分ずつ盛り付けをし、腹八分目を意識する
- ・野菜づくりや料理の手伝い(体験)をさせ、一緒に調理や食事をする時間を大切にする
- ・子どものうちから素材の味を教え、減塩・薄味、栄養バランスのよい食習慣を心がける

●地域ができること

- ・1人暮らし、高齢者に「食べていますか」と声をかける
- ・隣近所誘い合って料理教室等に参加し、共食の機会をつくり、地域で食育活動に取り組む

●子ども園・学校・行政ができること

【子ども園・学校】

- ・早寝早起き、朝食の効果や大切さを伝える
- ・アレルギー除去食を提供する
- ・セレクト給食を実施する
- ・給食試食会を開催する
- ・給食や授業、行事を通して好き嫌いなく食べることの大切さを教える
- ・給食を通して薄味など様々な調理法や味に慣れさせる
- ・農園等で野菜を育て、食への関心を高める

【行政】

- ・母子健康手帳交付時、お母さんの健康と赤ちゃんの健やかな成長のため、妊娠中の必要な栄養や食生活について情報提供する
- ・幼児健康診査や1歳児健康相談等で子どもの成長に合わせた食事指導・支援を行う
- ・食事バランスガイドを活用し、望ましい食生活について普及・啓発する
- ・子ども園や学校と連携し食育の普及に努める
- ・栄養改善推進員や愛育班員、グランママと協力し、地域へ食育の情報を提供する
- ・健診結果を活かしてもらえようような栄養指導・支援を行う

(2)食への感謝・食文化の伝承

●町民(家庭)ができること

- ・食べ物を粗末にしないように子どもに食べ物の大切さを教える
- ・食材は必要な量だけ購入する
- ・子どもと一緒に買い物に行く機会を増やす
- ・毎日食事を作ってくれる家族に感謝して食べる
- ・いただきます、ごちそうさまの挨拶をする
- ・家事手伝いを積極的にする
- ・食事の後片付けをする
- ・季節や行事に即した家庭料理・地域料理を大切にする
- ・郷土料理を子どもと一緒に作り、食べる機会を増やす

●地域ができること

- ・食育ボランティアへの積極的な参加を勧める
- ・郷土料理を食べる、知る機会を提供する
- ・地元食材の良さや郷土料理・行事食等を仲間で伝えあう

●子ども園・学校・行政ができること

【子ども園・学校】

- ・子ども園では、楽しく食事することを伝える
- ・学校では、食べ残しが「もったいない」ことを指導する
- ・給食センターの方々に手紙等で感謝の気持ちを伝える
- ・給食時に地場産物に関するお話をする
- ・食育ボランティアやJA青年部等との世代間交流を通じて、農業体験・漁業体験を実施する
- ・総合的な学習で実施している伝統食体験を継続する
- ・給食で郷土料理を取り入れる
- ・郷土料理の歴史を調べ、その良さを知る

【行政】

- ・生産者の顔が見えるような販売方法を支援する
- ・体験活動のできる地元業者への要請を支援する
- ・貸出農園(世代間等交流農園)を継続する
- ・体験学習の機会を増やす
- ・広報等を活用し郷土料理や行事食について若い世代へ伝える機会を増やす

(3)食の安心・安全、地産地消

●町民(家庭)ができること

- ・食の安全について事件やニュースも含め、正しい情報かを見極めながら家族で話題にする
- ・食品表示や添加物についての勉強会に参加する
- ・食品の表示(産地・期日等)を正しく理解する
- ・親が子どもと一緒に表示を見ながら食品を購入し話をする
- ・家庭で地元産の野菜や魚について話題にする
- ・地元産を取り扱う商店や産直を利用する
- ・収穫祭や特産品を扱うイベントに参加する

●地域ができること

- ・八峰町産表示を徹底する
- ・JA、ひより会、おらほの館代表者等が活動を伝える

●子ども園・学校・行政ができること

【子ども園・学校】

- ・食材等の産地や流通ルートについて学ぶ
- ・実際に食材に触れることで、感触やにおい等を実感する
- ・身近な食品表示について学習する
- ・給食だよりで保護者に情報提供する
- ・地産地消について学習する
- ・地元農水産物の品目等を調べる
- ・特産品を販売 PR する
- ・地場産給食を実施し、地元農水産物を紹介する
- ・生産者との交流の場を設定する

2. 身体活動・運動… 意識して自分に合った運動を続けましょう

●町民ができること

- ・運動の必要性について理解する
- ・自分の体力に合わせた運動をプラス10分意識して、習慣にする
- ・日常生活の中で意識的に身体を動かす
- ・家族で身体を動かす機会をつくり、楽しむ
- ・運動教室やイベントへ積極的に参加する

●地域ができること

- ・運動を継続できる仲間を作り、一緒に楽しむ
- ・地域で運動ができる行事を企画する

●行政ができること

- ・乳児期から子どもの月齢に合わせた遊びを通して、健康的に成長できるよう支援する
- ・日常生活でできる運動方法や運動の重要性について普及・啓発する
- ・季節により運動が制限されないよう、町内施設の有効活用等、運動しやすい環境づくりを進める
- ・ロコモティブシンドロームについて正しい知識を普及する
- ・地区で開催している介護予防事業を啓発する
- ・運動する人や団体を支援する

3. 休養・こころの健康… 家族・地域で話し合い、ゆとりを持った生活を心がけましょう

●町民ができること

- ・家族や地域の人へ挨拶と声掛けをする
- ・ストレス、休養、心の健康について正しく理解する
- ・質の良い睡眠を確保できるように、家族で規則正しい生活ができるよう心がける
- ・生きがいづくりや社会参加を心がける
- ・心配な人を見かけたら専門家へつなげる

●地域ができること

- ・陽だまりの会や地域サロンを開催し、住民が交流し合い、心を癒す場を提供する
- ・地域で高齢者や男性が参加できるようなキッカケ作りを行う
- ・各行事等へ参加の呼びかけをし、地域のつながりをつくる

●行政ができること

- ・健康教室や講演会等で「命の大切さ」や「心の健康づくり」について学ぶ機会を提供する
- ・ゲートキーパーや傾聴ボランティアを養成する
- ・いつでも気軽に相談できるように窓口を整備し周知する
- ・各種相談会(引きこもり、経済等)を開催し、気軽に専門家へ相談できる環境を整備する
- ・リスクが高い人へのきめ細やかな対応による2次予防対策を行う
- ・社会福祉協議会等の横のつながりを密に一貫した対策をとる
- ・地域づくりのため地域サロンの運営等を支援する
- ・生きがいや趣味作りに関する講座等の情報提供をする

4. 歯の健康…生涯を通じて、健康な口腔状態の維持・向上に努めましょう

●町民ができること

- ・歯と口腔の手入れの大切さを知って、職場等でも食後の歯磨きを習慣づける
- ・フッ素塗布、フッ化物洗口の効果を理解し利用する
- ・家族全員で食後の歯磨きを習慣づける
- ・歯周病についての知識を習得し、かかりつけ医をもって定期的に歯科健診を受ける
- ・入れ歯と口腔の手入れを十分にし、オーラルフレイル^{※5}予防に努める

●地域ができること

- ・歯の大切さに関する啓発活動に取り組む
- ・歯の健康に関する知識を仲間で伝え合う

※5:オーラルフレイル

食べこぼしが増えた、柔らかいものを好んで食べるようになった、滑舌が悪くなった、口が乾きやすくなったなどの口に関する些細な衰えをきっかけに、嘔む、飲み込むといった機能低下などから心身の機能低下にまでつながる一連の現象及び過程のこと。フレイルと同じく可逆性という特徴がある。

【出典元:第3期健康秋田21計画】

●行政ができること

- ・妊娠中も良好な口腔状態を維持するため妊婦歯科健診の受診勧奨を行う
- ・健診等の機会に乳幼児からの歯予防の普及・啓発に努める
- ・幼児期からの歯予防のためフッ素塗布、フッ化物洗口を継続する
- ・子ども園、小学校への歯科教室を継続する
- ・幼児健診時、歯科衛生士による歯科指導の充実を図る
- ・町営歯科診療所と連携し、口腔ケア・定期健診の大切さについて普及・啓発に努める
- ・歯周病検診を受ける必要性の普及と個別勧奨を行う

5.アルコール…適正飲酒を理解し、節度ある飲酒を心がけましょう

【取り組みの方向性】

●町民ができること

- ・休肝日をつくる
- ・年齢や体調に合わせて、楽しみながらお酒を飲む
- ・趣味やスポーツ等への転化でストレスを解消する

●地域ができること

- ・会合等で、無理に飲酒を勧めない
- ・会社等と協力し正しい知識について学ぶ機会をつくる

●行政ができること

- ・母子健康手帳交付時や乳幼児健診、健康教室等であらゆる年代へアルコールの適正飲酒量や害について正しい知識を普及する
- ・飲酒に関する相談窓口の周知を図る

6.たばこ…たばこの健康被害を知り、たばこの害から身を守りましょう

【取り組みの方向性】

●町民ができること

- ・喫煙や受動喫煙の健康に与える影響について正しい知識を学ぶ
- ・喫煙する人はマナーを守り、分煙等で受動喫煙対策を順守する
- ・喫煙者は禁煙を意識した時、禁煙外来や禁煙支援薬局などを活用し禁煙する

●地域ができること

- ・受動喫煙から子ども・妊婦を守る
- ・会社等と協力し、職場の分煙や禁煙を実施する

●行政ができること

- ・健康教室や講演会等であらゆる年代へ喫煙の害(COPD等)について正しい知識を普及する
- ・母子健康手帳交付時や乳幼児健診等で子どもの受動喫煙防止に向けて、保護者へ保健指導を行う
- ・禁煙希望者に対して個別に禁煙指導を行う
- ・未成年者が禁煙意識を継続できるような支援を行う
- ・町内施設の分煙や敷地内禁煙を推進する

7.体の健康・生活習慣病…健診(検診)を受診し、自分の健康管理に関心を持ちましょう

【取り組みの方向性】

●町民ができること

- ・健(検)診を年1回受け、精密検査対象となった場合は忘れずに受診する
- ・健(検)診の結果に応じて、必要な保健指導を受け医療機関を受診する
- ・広報で健康に関する情報を得て、生活のなかで実践する
- ・家族で健診結果を話題にする
- ・かかりつけ医を持って定期的に受診する

●地域ができること

- ・地域で健(検)診を受けるよう声をかけ合う
- ・職場における、従業員等の健康管理に努める

●行政ができること

- ・健診のサービス内容を分かりやすく周知する
- ・平日検診や土曜検診の実施等、あらゆる世代において健診が受けやすい環境を整備する
- ・精密検査未受診者へ電話や訪問等で受診勧奨を行う
- ・健康教室や相談等で、健康に関する正しい知識の普及と情報提供を行う
- ・健診結果を活かしてもらえような支援や保健指導を行う
- ・乳幼児から高齢者まで健康づくりに関する様々な相談に応じる
- ・事業所検診で受診できない場合は、一般の町民として受診できる機会を提供する

8.第3次計画の指標一覧

テーマ	分野	指標	対象 (世代別)	現状値	次期目標値	出典	備考
				令和7年	令和18年		
栄養・食生活・食育	健やかな食生活・食育	朝食を毎日食べる人を増やす	大人◎●	83.7%	85%	令和7年度子ども園保護者調査	
			園児○	89.2%	95%		
			児童○	88.4%	98%	令和7年度食生活の現状把握のためのアンケート調査	
			生徒○	93.6%	95%		
		適性体重(BMI18.5~25未満)を維持している人を増やす	大人◎●	67.7%	70%	令和6年度特定健康診査・保健指導実施結果集計表	
		肥満傾向児の割合減少	男子児童○	18.2%	13.0%	各小学校への聞き取り(対象児童小学5・6年生)	
	女子児童○		19.0%	10.6%			
	主食・主菜・副菜を組み合わせるバランスよく食べる人を増やす	大人◎●	75.8%	85%	令和7年度健康づくり調査		
		園児○	62.2%	70%	令和7年度子ども園保護者調査		
	減塩・薄味を心がける人を増やす	大人◎●	72.0%	85%	令和7年度健康づくり調査		
	食への感謝・食文化の伝承	子どもたちが地元食材の収穫や生産までの過程について体験活動する機会を増やす	園児○	100%	100%		
			児童○				
			生徒○				
		生産や調理に関する人々に感謝の意を表せる人を増やす(「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶をする人を増やす)	園児○	89.2%	90%	令和7年度子ども園保護者調査	
			児童○	93%	95%	令和7年度食生活の現状把握のためのアンケート調査	
			生徒○	82%	95%		
	食に関する体験活動をする機会を増やす	園児○	100%	100%			
	郷土料理を伝承する人を増やす(郷土料理を作ったり食べたりする人を増やす)	大人◎●	-	50%			
郷土料理を知っている生徒を増やす	生徒○	64.3%	80%	令和7年度食生活の現状把握のためのアンケート調査			
地産全消・安心・安心	食(育)に関する関心を持つ人を増やす	大人◎●	74.7%	90%	令和7年度健康づくり調査		
		地元産の食品を意識して使用する人を増やす	大人◎●	-	60%		

目標値は第5期秋田県食育推進計画より

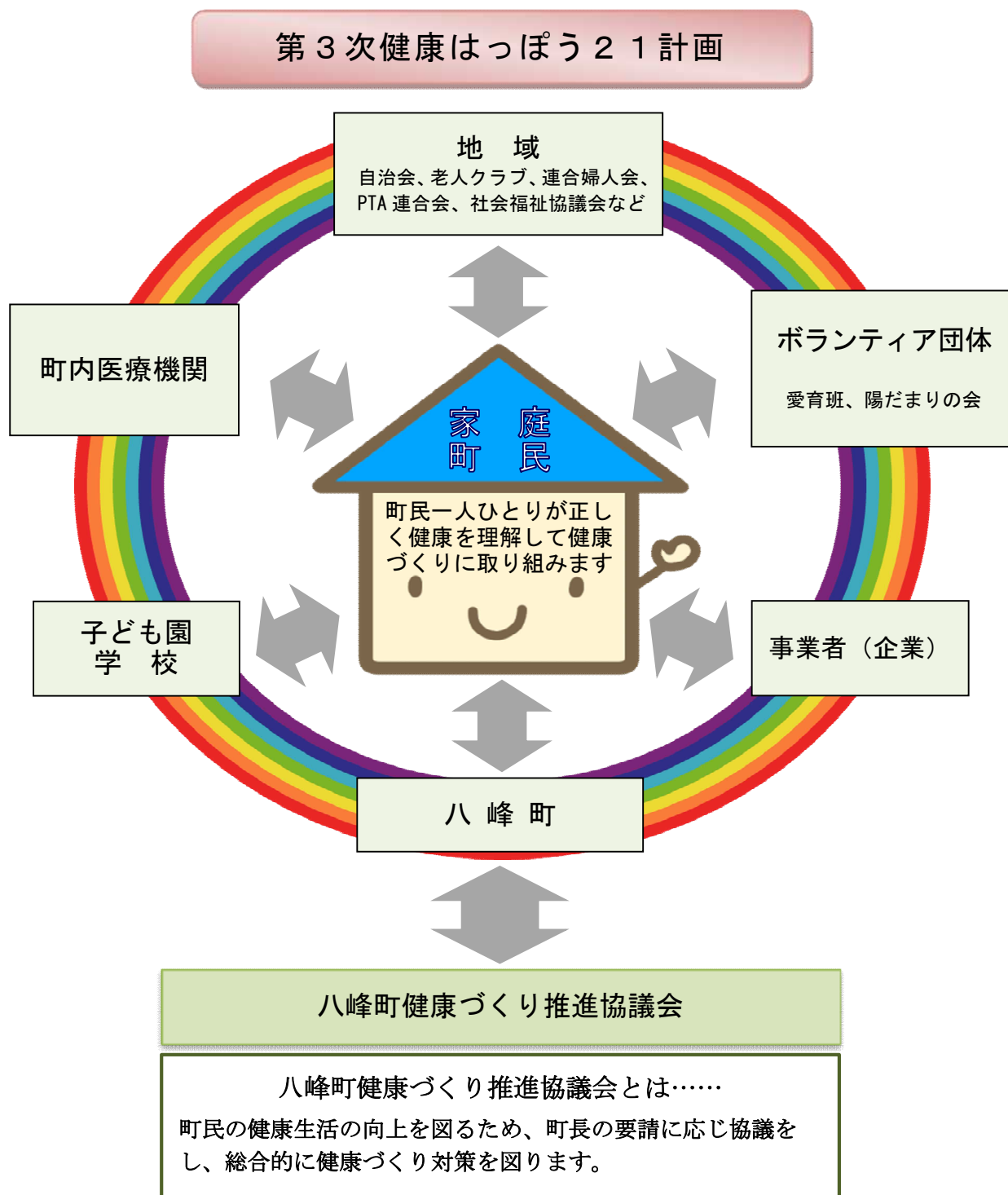
テーマ	指標	世代別	現状値	次期目標値	出典	備考
			令和7年	令和18年		
身体活動・運動	週2回以上の運動をしている人の割合(19～64歳)を増やす	◎	31.7%	40%	令和7年度健康づくり調査	
	散歩する人を増やす	◎	33.3%	40%	令和7年度健康づくり調査	
	1日1時間以上の身体活動をしている人を増やす	●	56.1%	60%	令和7年度健康づくり調査	
	自分のできることは自分で行う人を増やす	●	98.2%	100%	令和7年度健康づくり調査	
	ロコモティブシンドロームの意味をよく知っている人を増やす	●	12.3%	50%	令和7年度健康づくり調査	
休養・こころの健康	睡眠によって休養が十分とれた人を増やす	◎	77.6%	85%	令和7年度健康づくり調査	
	子ども(小学5・6年生)の十分な睡眠時間を確保している人を増やす	○	男子8時間29分 女子8時間24分	9時間	令和6年度秋田県ライフスタイル調査	
	趣味(楽しみ)の時間を持つ人を増やす	●	66.9%	95%	令和7年度健康づくり調査	
	強いストレスがある人を減らす	☆	7.3%	5%	令和7年度健康づくり調査	
	自殺で亡くなる人を減らす	☆	2人	0人	人口動態統計	
歯の健康	幼児期に歯みがきをする子どもを増やす ※1歳6か月児健診仕上げ磨き	○	77%	95%	令和6年度1歳6か月児健康診査受診者	
	12歳児の一人平均う歯数	○	0.8本	0.1本	令和6年学校保健調査	
	3歳児でう歯のない子どもを増やす	○	90%	90%	令和6年度3歳児健康診査受診者	
	歯科の定期検診を受ける人を増やす	◎	51.6%	60%	令和7年度健康づくり調査	
	オーラルフレイル予防に努める(歯と歯ぐきの手入れを習慣づける)人を増やす	●	51.5%	60%	令和7年度健康づくり調査	
アルコール	アルコールの適量(日本酒男性2合未満・女性1合未満)を知っている人を増やす	◎☆	42.6%	60%	令和7年度健康づくり調査	
	毎日飲酒している人を減らす →(変更)習慣的に飲酒をしている人は、休肝日を作る	◎☆	男性47.3% 女性10.8%	男性65% 女性90%	令和7年度健康づくり調査	
たばこ	たばこを吸う人を減らす	◎☆	男性20.7% 女性10.8%	15% 5%	令和7年度健康づくり調査	
	COPDについて知っている人を増やす	◎	22.2%	30%	令和7年度健康づくり調査	
体の健康・生活習慣病予防	毎年、特定健康診査を受ける人を増やす	◎	51.7%	60%	八峰町保健事業実施計画書	
	毎年、胃がん検診を受ける人を増やす	◎	14.4%	50%	令和5年度地域保健健康増進事業報告	
	毎年、大腸がん検診を受ける人を増やす	◎	15.1%	50%	令和5年度地域保健健康増進事業報告	
	毎年、肺がん検診を受ける人を増やす	◎	13.9%	50%	令和5年度地域保健健康増進事業報告	
	毎年、子宮がん検診を受ける人を増やす	◎	29.1%	60%	令和5年度地域保健健康増進事業報告	
	毎年、乳がん検診を受ける人を増やす	◎	41.2%	60%	令和5年度地域保健健康増進事業報告	
	特定保健指導実施率を向上させる	◎	4.7%	60%	八峰町保健事業実施計画書	
	胃がん検診精密検査受診率を向上させる	◎	58.8%	100%	令和5年度地域保健健康増進事業報告	
	大腸がん検診精密検査受診率を向上させる	◎	61.9%	100%	令和5年度地域保健健康増進事業報告	
	肺がん検診精密検査受診率を向上させる	◎	66.7%	100%	令和5年度地域保健健康増進事業報告	
	子宮がん検診精密検査受診率を向上させる	◎	100%	100%	令和5年度地域保健健康増進事業報告	
	乳がん検診精密検査受診率を向上させる	◎	76.2%	100%	令和5年度地域保健健康増進事業報告	

第5章 第3次計画の推進

1. 推進体制

計画の推進にあたっては、町民一人ひとりが、意識して自然に健康づくりに取り組んでいくことが基本となります。

そして、家庭や地域、企業、行政等町民を取り巻くすべての立場の人々が「八峰町健康づくり推進協議会」を中心に、それぞれが役割を担い、連携しあいながら計画を推進します。



2. それぞれの基本的な役割

1) 町民

健康づくりの主演であり、一人ひとりが自分の価値観に合わせた健康づくりを実践、継続していくことが大事です。

地域でさまざまな活動に参加することは、健康づくりの輪を広げ、地域の良好な関係を築いていくことにつながります。地域における健康づくり活動に積極的に参加することが大事です。

2) 家庭

家庭は、個人の生活の基本的な場所であり、生涯を通じた正しい生活習慣を身につける場として中心的な役割を担っています。特に子どもの食生活、生活習慣などを次の世代へ受け継いでいく重要な役割を担っているため、その意識をもつことが大切です。

3) 地域

地域には、町民の健康づくりを支えるための様々な資源があり、これらの資源を活用することで、健康づくりを実践・継続する力となります。

町民一人ひとりが、地域社会を支える一員として、地域活動に参加し、健康な地域づくり・まちづくりをすすめることが必要です。

4) 子ども園・学校

子ども園・学校は乳幼児期から思春期にかけて多くの時間を過ごし、社会生活・集団生活の基礎を身につける場として重要な役割を担います。

家庭や地域と連携し、健康に関する学習の機会を提供し、健康づくりを支援する必要があります。

5) ボランティア団体

ボランティア団体(愛育班など)は柔軟な活動に取り組むことができ、活動を通じて多方面にわたり多くの人々とつながることができます。健康に関する情報やサービスを身近に決め細かく提供することや、情報交換の場となります。

6) 事業者・関係団体

職員や従業員の健康に配慮した労働環境の整備を図ることが重要です。

健康診断の実施、分煙や禁煙などの受動喫煙防止への取り組みをするなど、健全な職場環境を整えることが必要です。

7) 医療機関

医療機関は、疾病の治療や健康診査など、地域医療の重要な役割を担っています。町民の身近なかかりつけ医、歯科医として、疾病予防や健康管理など、地域の健康づくりを支えていくことが期待されます。

8) 八峰町

町民、地域、子ども園、学校、事業者など推進主体が、それぞれの役割を十分に発揮できるように調整を図っていきます。

そのために、広報誌やイベント等を通じて計画推進の周知を図り、また、健康づくり実践のための正しい知識や情報を積極的に提供していきます。

資料編

資料1 計画策定の経過

実施年月日	内容
令和7年4月～8月	<p>アンケート調査の実施</p> <ul style="list-style-type: none"> ●健康づくり調査 対象:令和7年4月1日時点で20歳以上の町民、 500名を無作為抽出(Google フォーム、返信用封筒使用の両方) 回答:回答数290部、回収率58.0% ●子ども園保護者への調査 対象:子ども園保護者へ62名 回答:回答数37部、回収率59.7%(Google フォームのみ) ●小中学生への調査 対象:町内小学5～6年生43名、中学1～2年生50名 回答:回答数93、回収率100%(Google フォームのみ)
令和8年1月23日	<p>第1回第3次健康はっぼう21計画策定委員会</p> <ul style="list-style-type: none"> ●第2次健康はっぼう21計画・第2次八峰みんなの食育プランの評価について ●各テーマの今後の取り組み・主要指標の目標値についてグループワーク
令和8年2月25日	<p>第2回第3次健康はっぼう21計画策定委員会</p> <ul style="list-style-type: none"> ●第3次健康はっぼう21(素案)について

資料2 令和7年度健康づくりに関する調査結果

1. 調査対象

令和7年4月1日時点で20歳以上の町民

2. 調査の実施期間

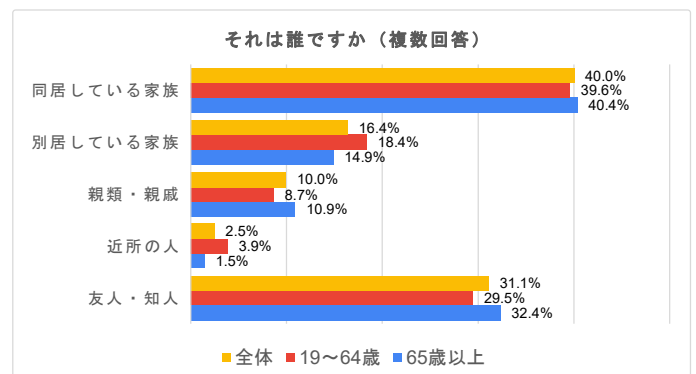
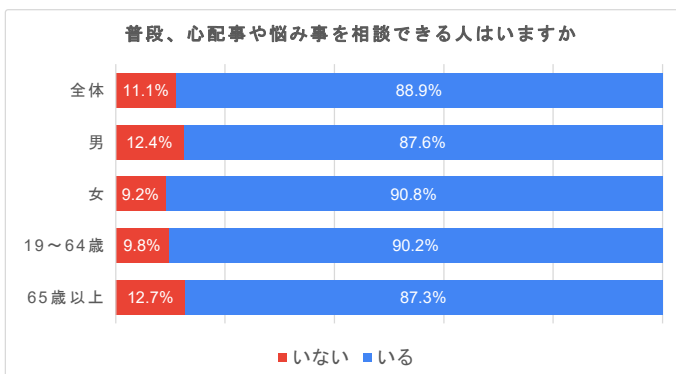
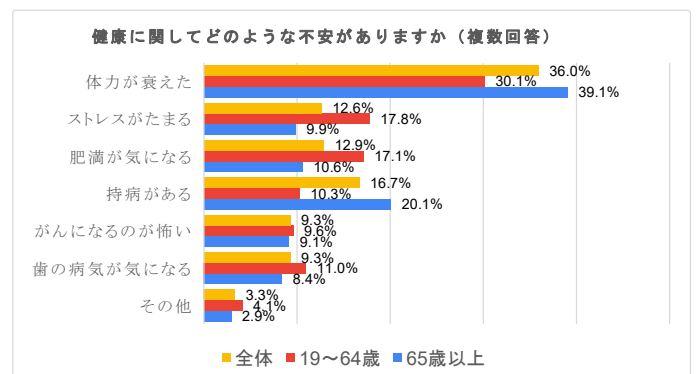
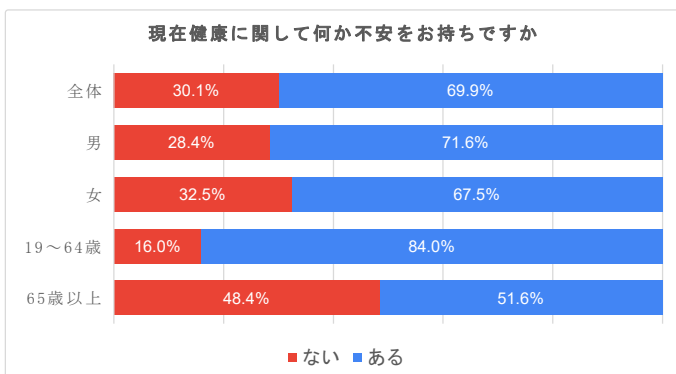
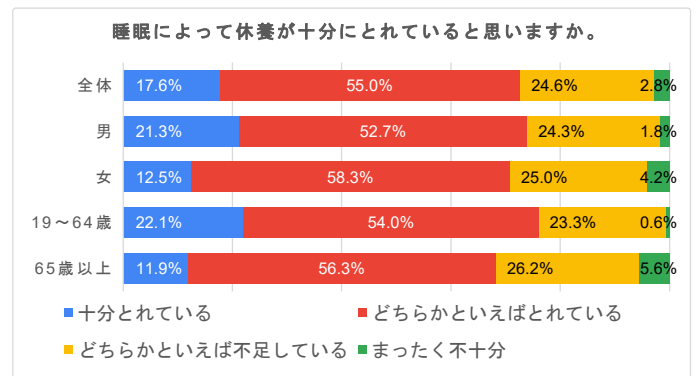
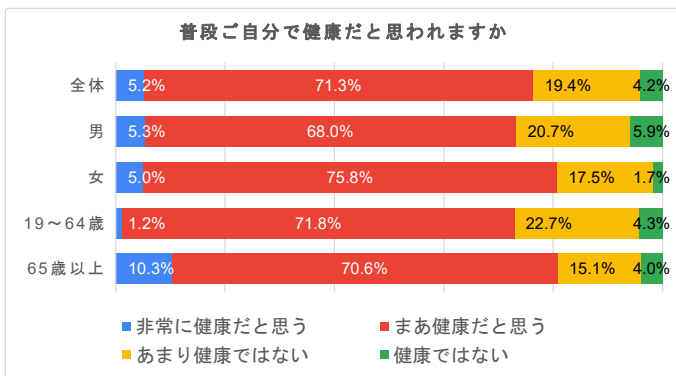
令和7年4月～8月

3. 回収状況

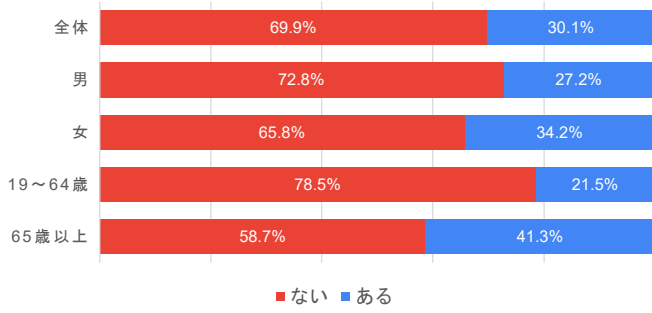
質問紙を500部配布・回収、うち白紙回答10部を除いた290部を有効回答とした。

4. 調査結果

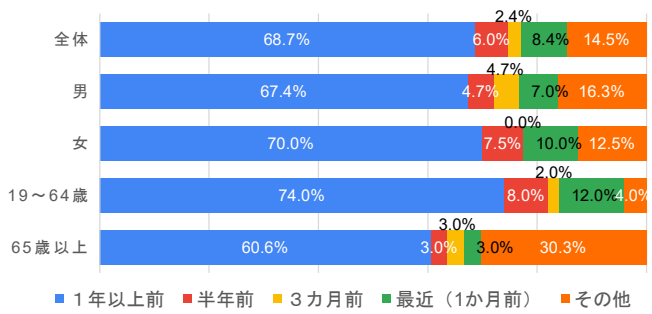
4-1 体や心の健康について



これまでに精神的な（心の）不調を感じたことがありますか

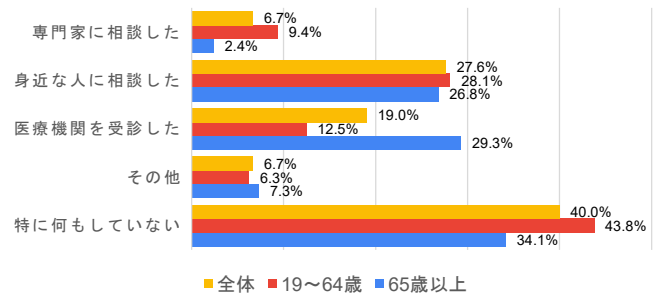


不調を感じたのはいつごろですか



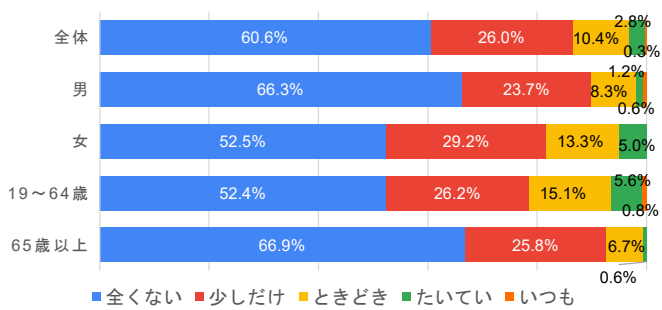
その他 覚えていない、身内が亡くなったとき、介護中、常に

精神的な（心の）不調について何らかの対処をしましたか（複数回答）

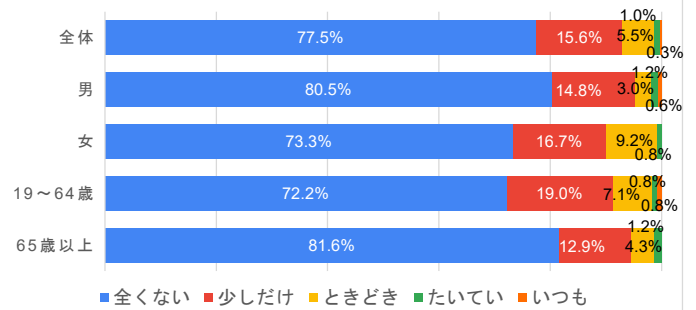


その他 市販薬を飲んだ、サウナ、ネットで検索、旅をした、飲酒

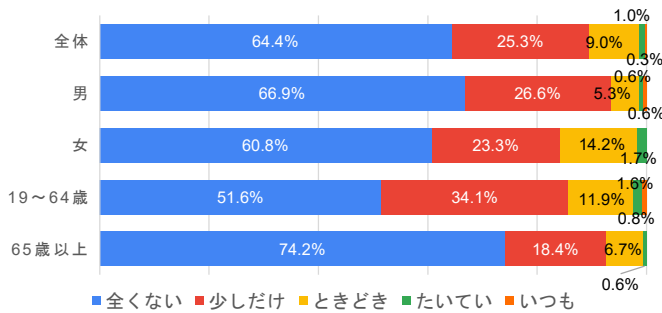
神経過敏に感じましたか



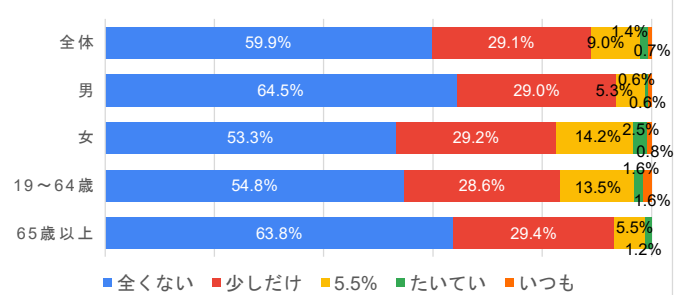
絶望的だと感じましたか

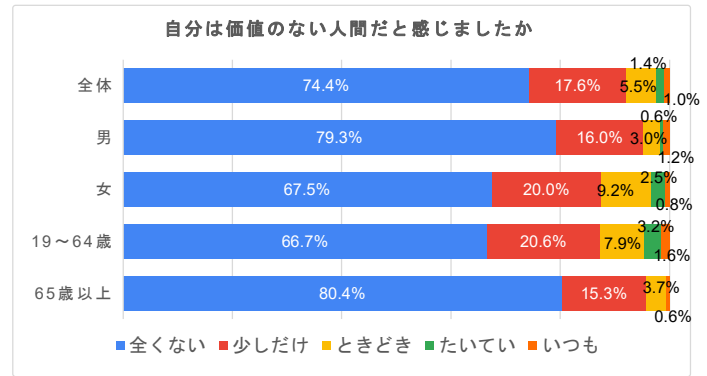
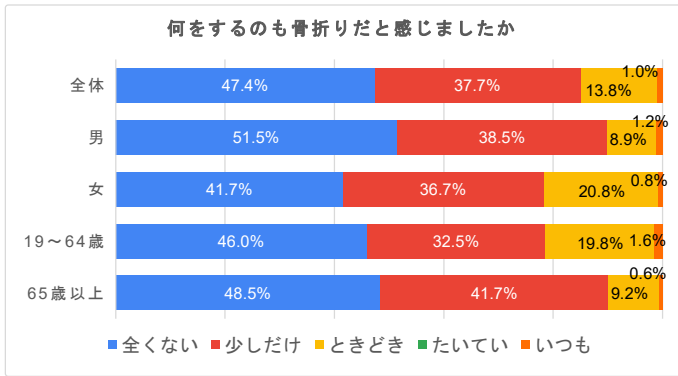


そろそろ落ち着かなく感じましたか

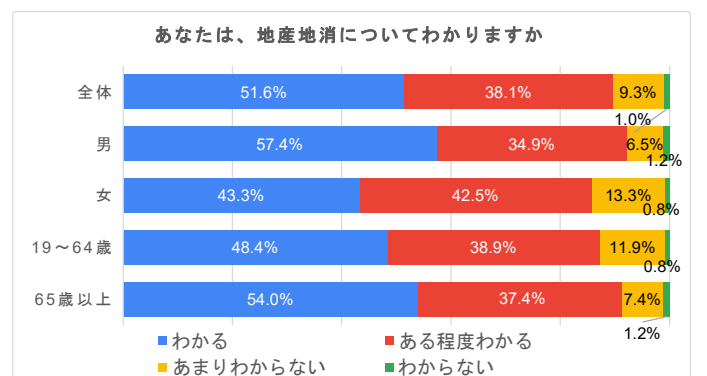
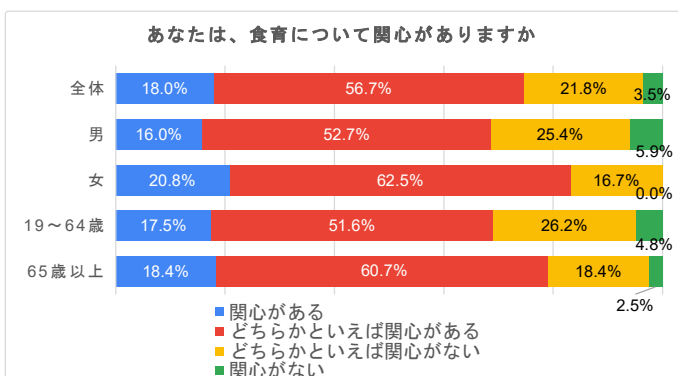
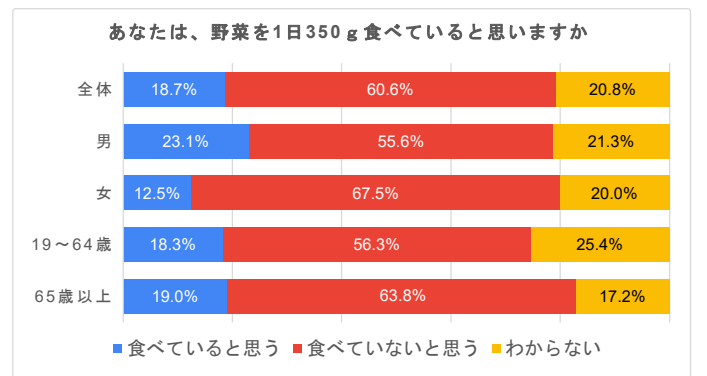
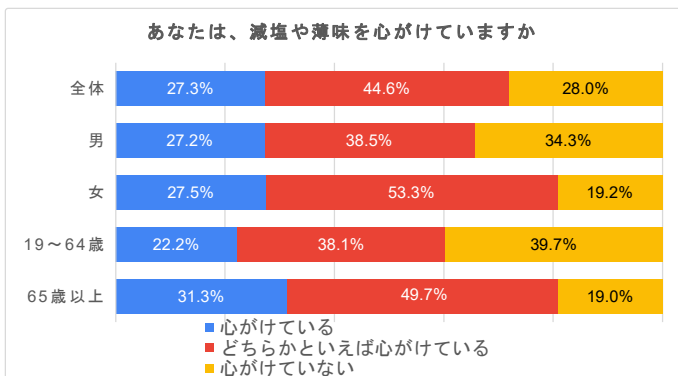
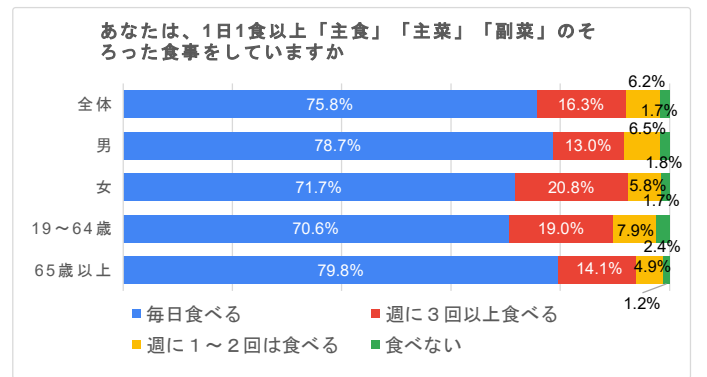
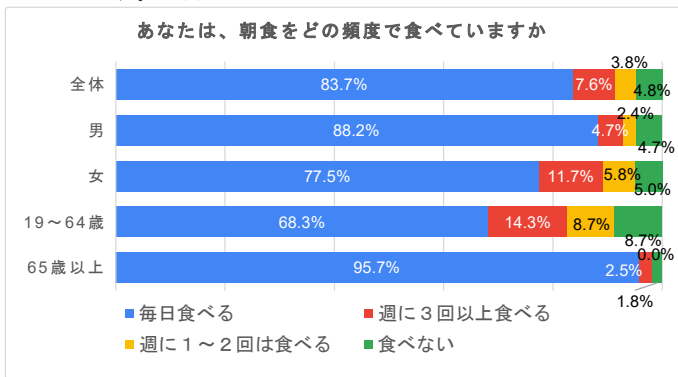


気分が沈み込んで、何が起っても気が晴れないように感じましたか

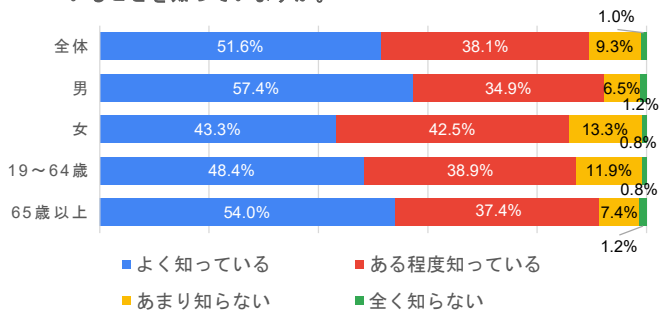




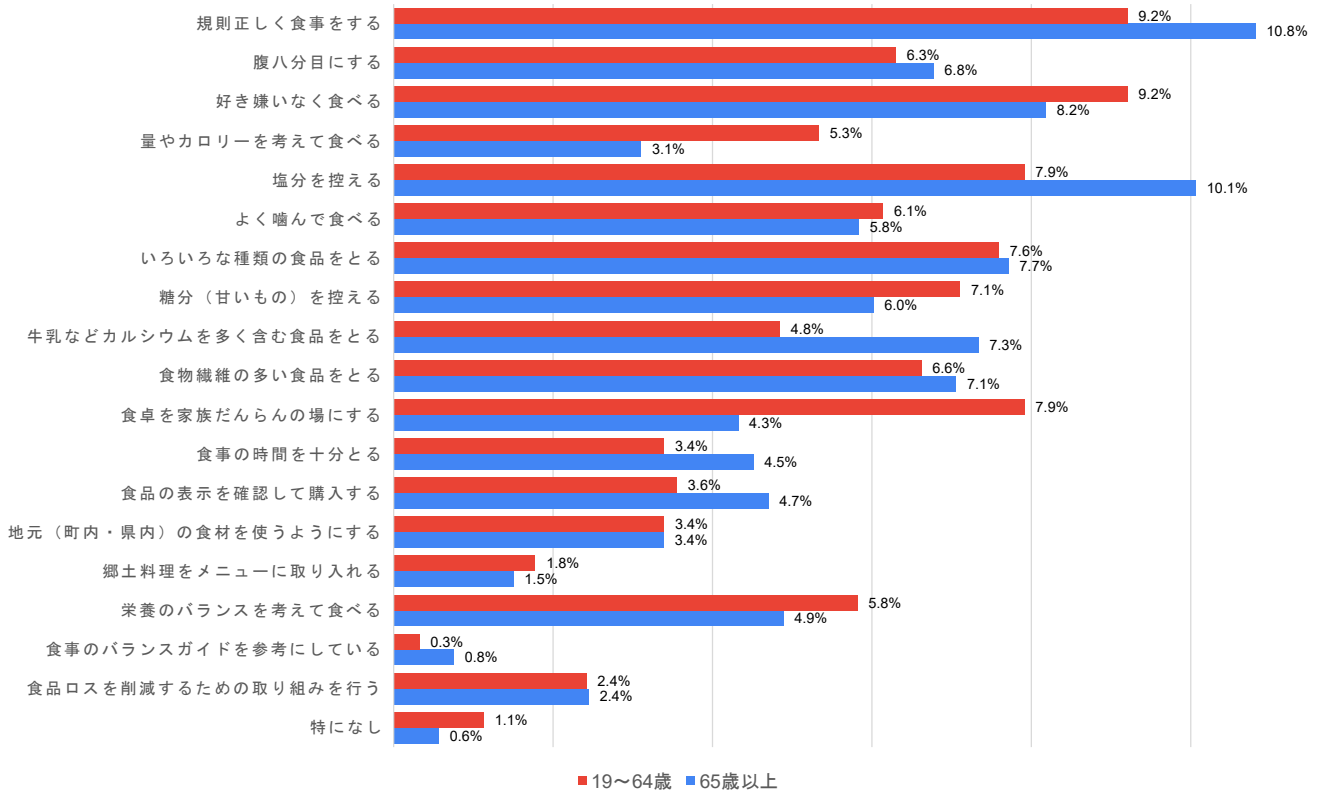
4-2 食生活について



あなたは、食品ロス（食品廃棄物）が社会問題となっていることを知っていますか。

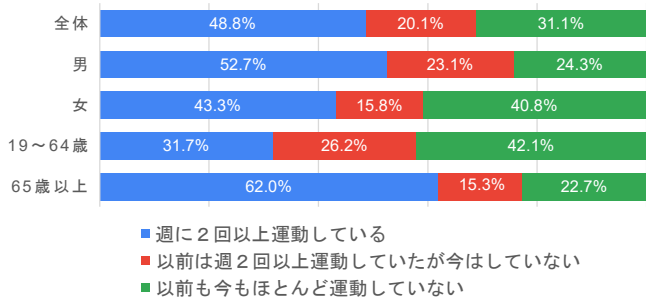


あなたは、普段の食事に関して注意していることがありますか。（複数回答）

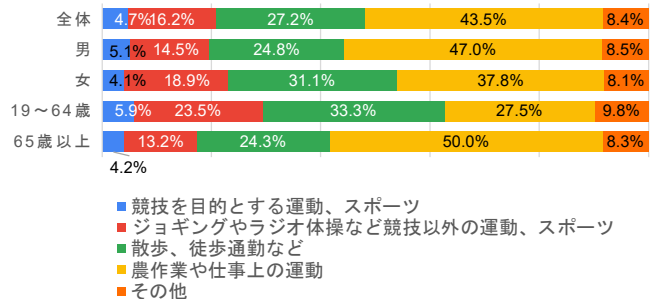


4-3 運動習慣について

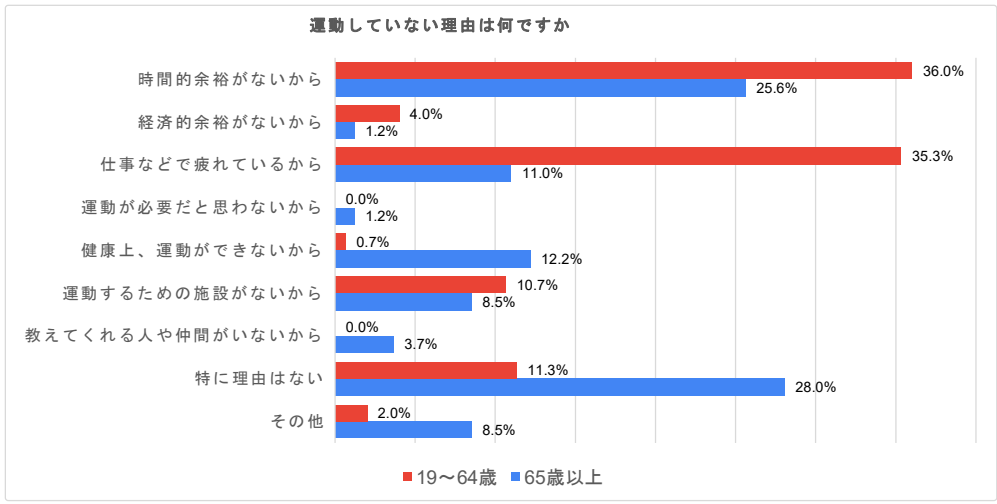
あなたは普段、週に2回以上運動していますか



主にどのような運動をしていますか

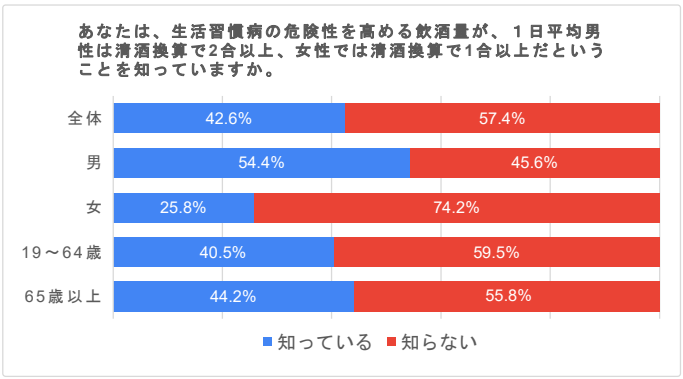
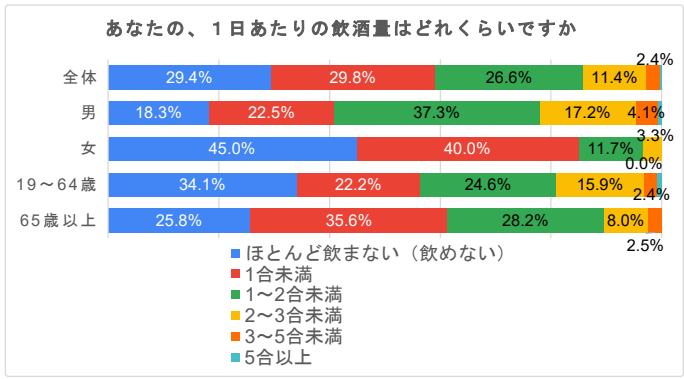
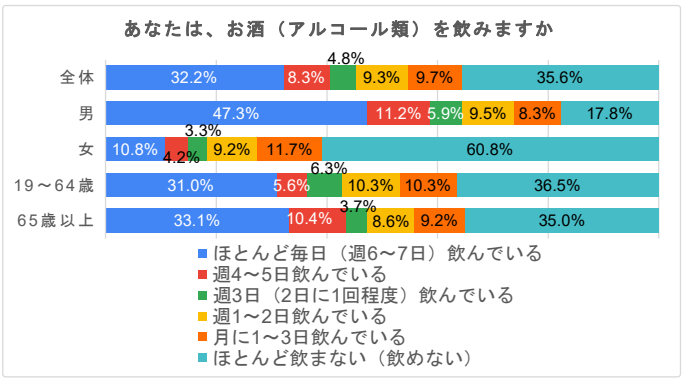
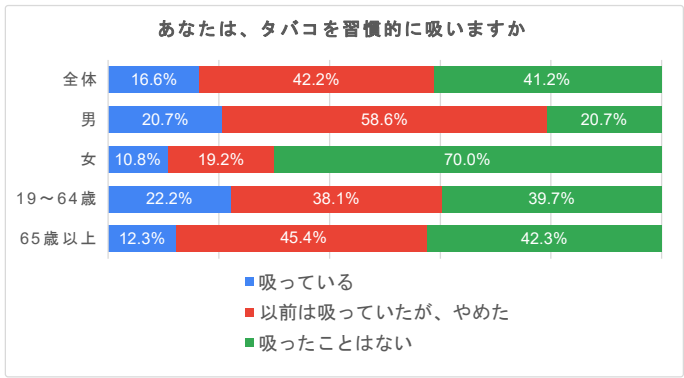


その他 筋トレ、ストレッチ、ゴルフ練習、グラウンドゴルフ
犬の散歩、ラジオ体操、足踏み器具での運動

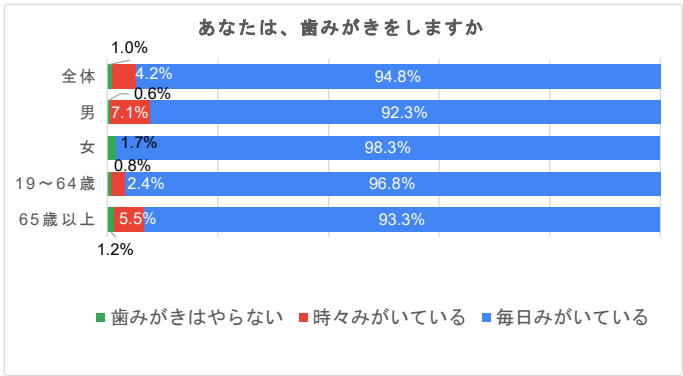
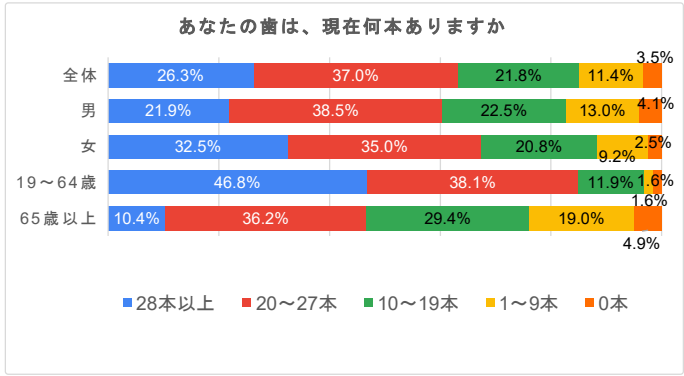


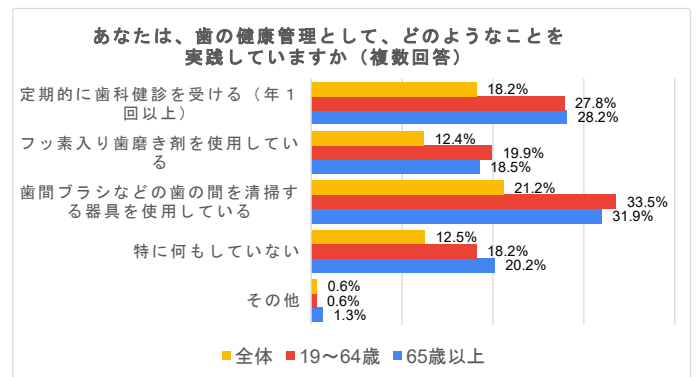
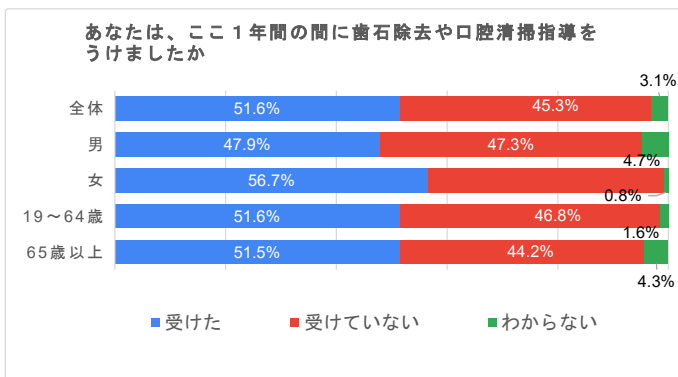
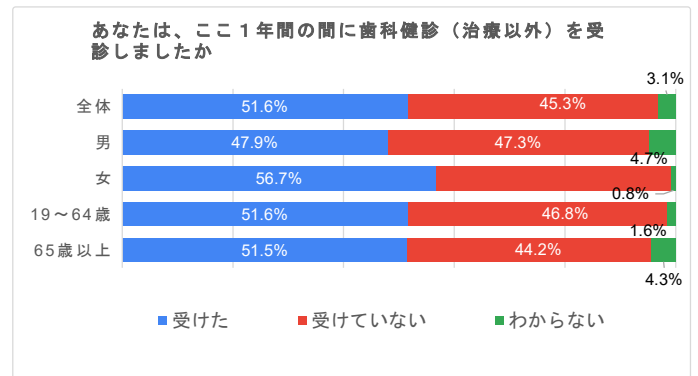
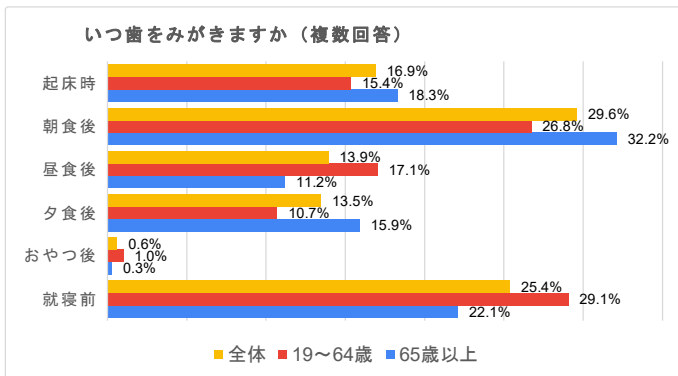
- その他
- ・介護のため家を空けられない
 - ・膝の痛みの為
 - ・運動したいと思わない
 - ・気が向いたときに行っている
 - ・クマが出るかもしれないから
 - ・冬季間に走れる場所が無い
 - ・コロナがきっかけでやめた
 - ・愛犬が死亡し、散歩に行かなくなったから

4-4 喫煙と飲酒について



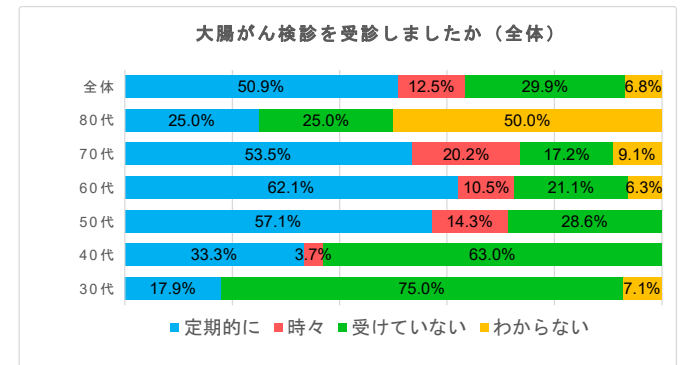
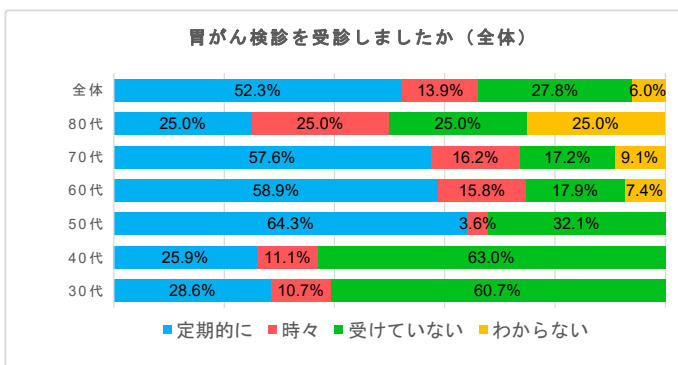
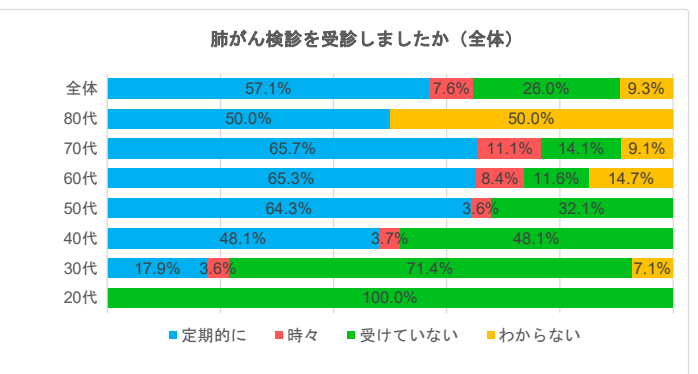
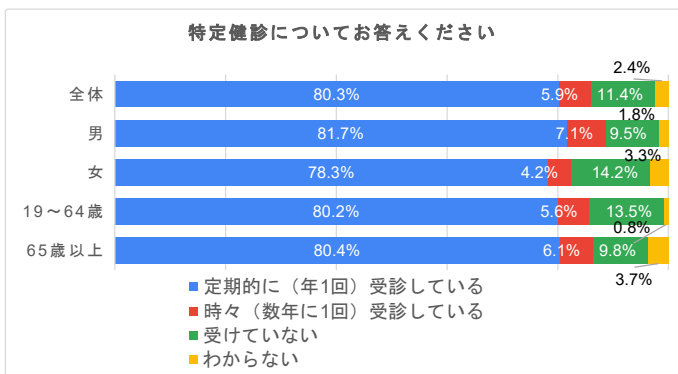
4-5 口・歯の健康について



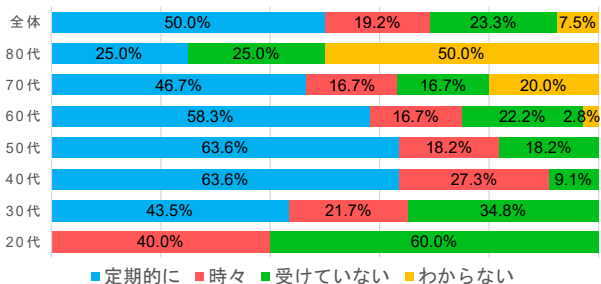


その他 キシリトール入りガムを食べる
時間をかけて（5～6分）しっかり磨く
半年に一度歯のクリーニング

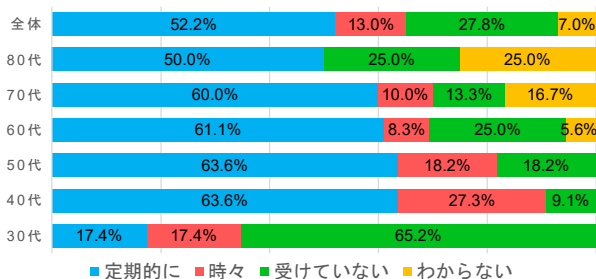
4-6 検(健)診(人間ドック・職場健診を含む)について



子宮がん検診を受診しましたか

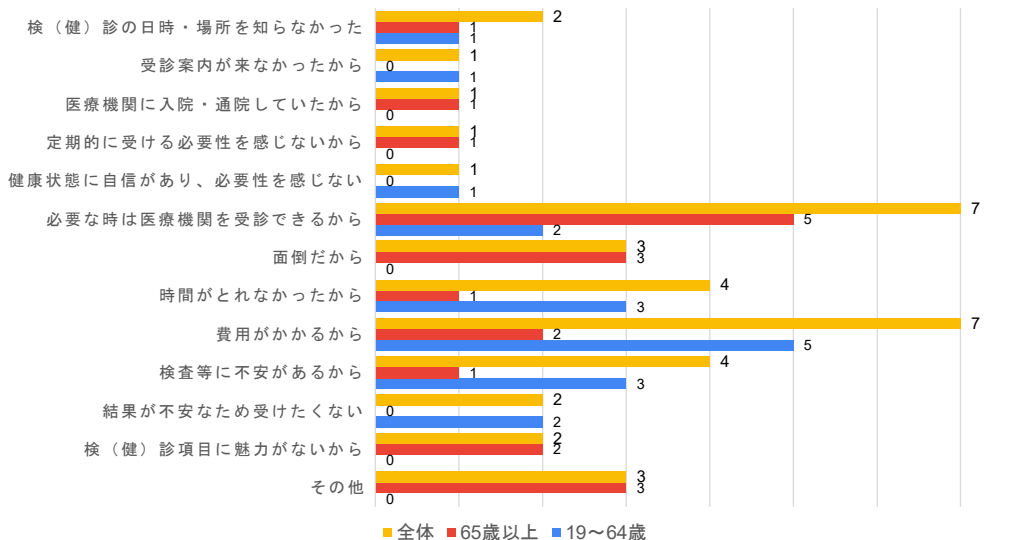


乳がん検診を受診しましたか



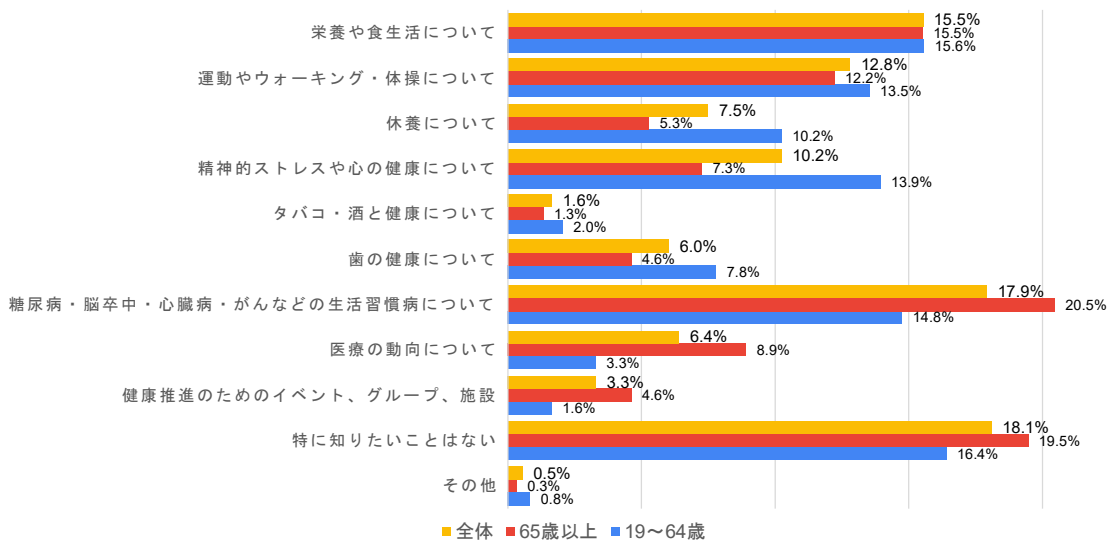
4-7 健康づくりに関する情報について

検（健）診を受診しない理由をお答えください（複数回答）



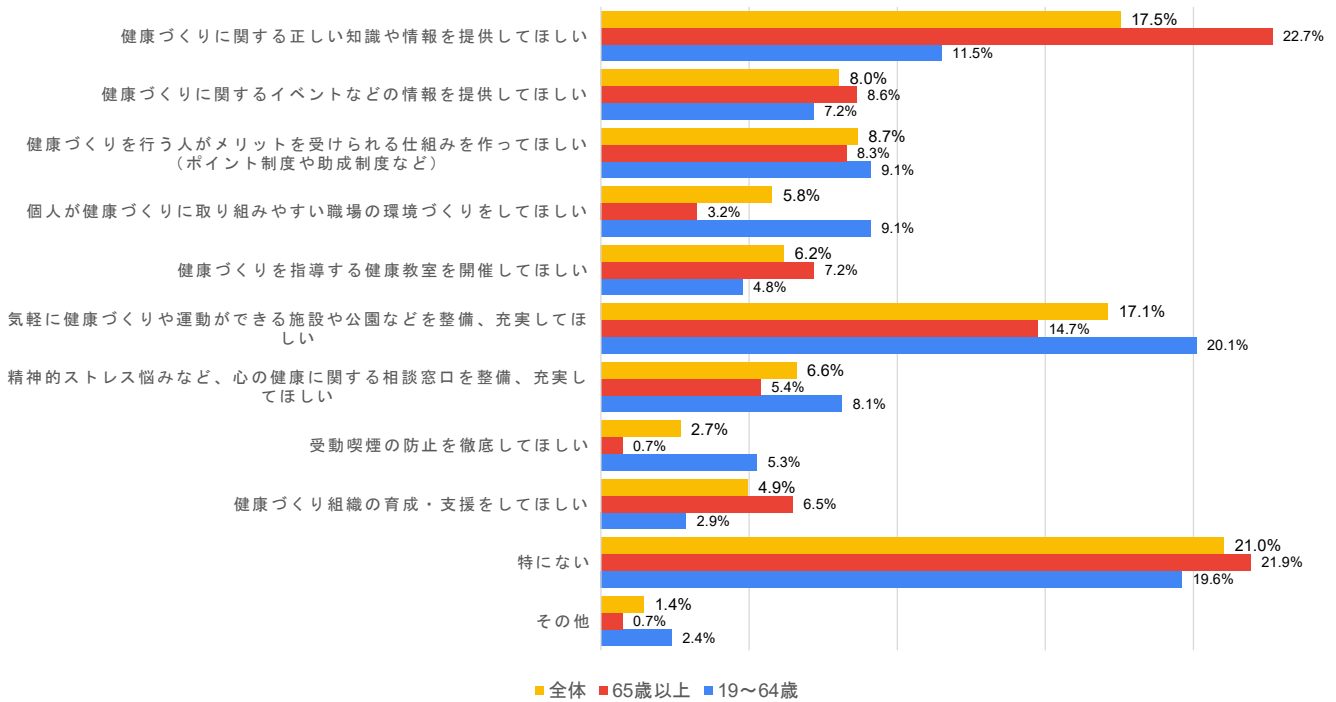
その他 3か月に一度、CT検査、血液検査を受けているから

検（健）診を受診しない理由をお答えください健康づくりに関して、あなたはどんなことが知りたいですか



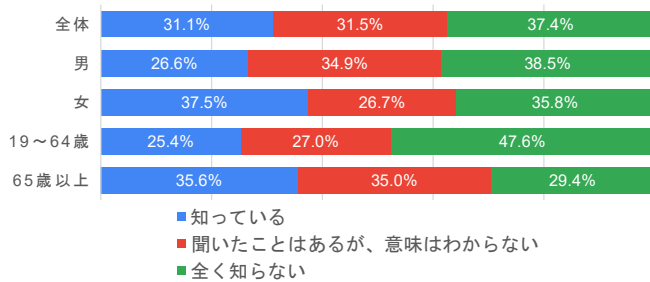
その他 男性の尿酸・前立腺がんについて認知症機能低下を防ぐ方法

健康づくり対策に関して、あなたはどんなことを要望しますか（複数回答）

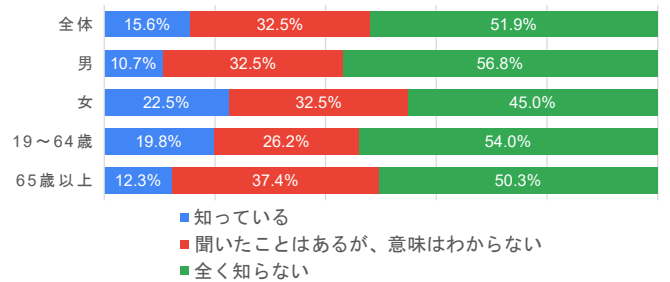


その他 町にジムを作って欲しい
 ジム等の費用助成金を
 ハタハタ館に運動器具を戻してほしい
 ハタハタ館の入浴施設を健康づくりに有効活用してほしい
 ジョギングポイントで年間表彰
 若者から高齢者まで幅広い世代に対してのスポーツ・運動の機会を作って欲しい
 (チャレンジデー的な町民全員参加型の運動イベント)

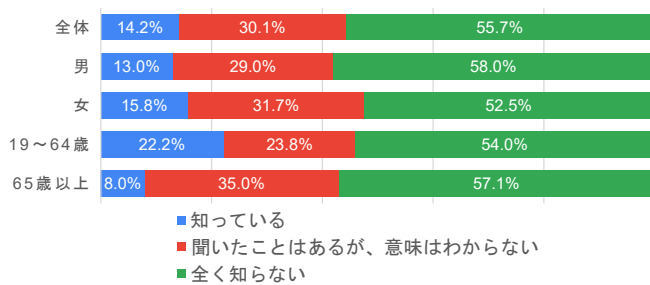
「フレイル」の意味を知っていますか



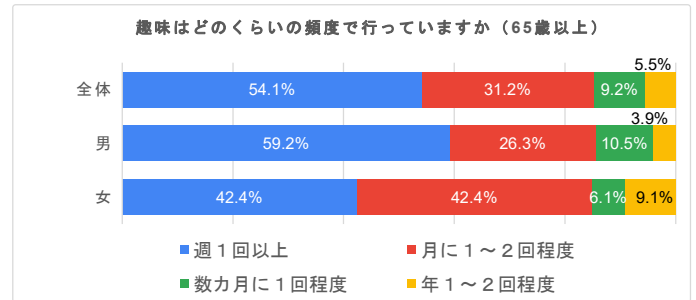
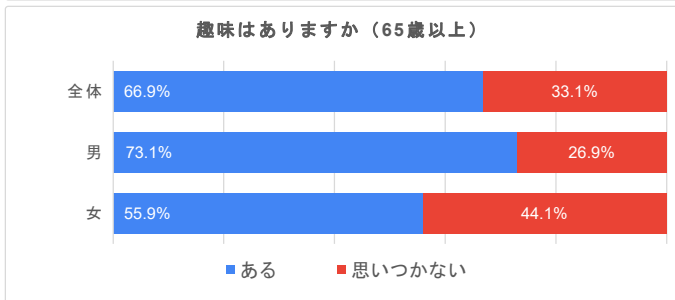
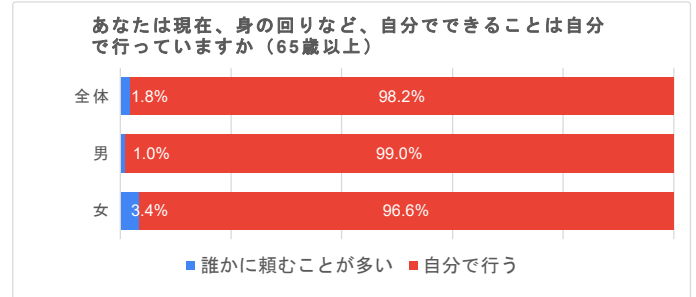
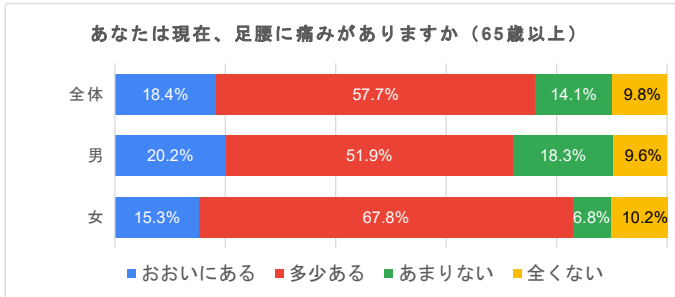
ロコモティブシンドローム（運動器症候群）の意味を知っていますか



COPD（慢性閉塞性肺疾患）の意味を知っていますか



4-8 現在65歳以上の方のふだんの生活について



4-9 八峰町の健康づくり事業に対する意見及び希望すること

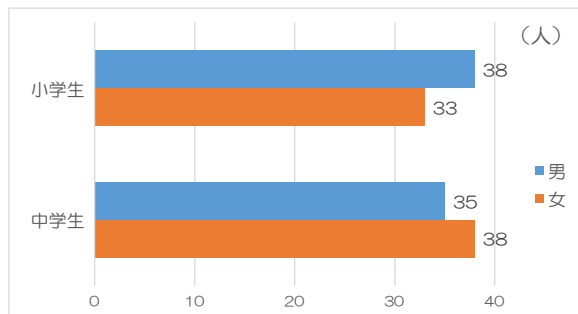
- 気軽に運動ができる公園がほしいです。1カ所ではなく、八森・峰浜と2カ所以上はほしいです。
- 朝7時の音楽を流してくれるのも良いですが、ラジオ体操のメロディーも良いのではないのでしょうか？町民が朝に体を動かしてその日一日を過ごすのは良い事だと思います。以前森岳の方へ行った時、これはいいなあ…と感じました。
- 各自治会に月1度くらい健康づくりなどをやってほしい。峰栄館などでやっていると思いますが、自治会でやってくれたら服など身の回りの事を考えずに気楽にその場所に行けると思う。出来たら自治会にきてやって、知らせてほしいです。
- 健康づくり対策に関して、3. 健康づくりを行う人がメリットを受けられる仕組みを作ってほしいと回答をしたが、各々が楽しんで前向きに健康づくりに取り組むきっかけを作るような事業があればいいと思います。
- 「体は食べたものでできている」好きな言葉です。小さい頃からわかっていたらとちょっと後悔。
”子どもの頃から食の大切さを”
- 冬期間にも高齢者が運動・交流出来る機会を増やして欲しい(峰栄館、ファガスなどを使用する際はバスなどの移動も)
- 補助券を使ってドックができる病院を増やしてほしい。厚生医療センターは鼻からの胃カメラができず、結局自己負担で他の病院で受診しなければならず、自己負担が増えてしまうので。
- ハタハタ館の運動器具がなくなって残念です。復活してください。
- ミニテニスや卓球、ダンスなどのスポーツの推進
- ジム等の助成金を検討お願いします
- 熊が出て外で運動出来ないの、運動出来る施設を作って欲しい
- 町民の健康に対する心配りに感謝申し上げます。いつもありがとうございます。
- 広域施設アリナスを利用した健康づくりを企画提案して下さい。冬場が一番だいじ。除雪で体を動かすほか
- 健康スポーツ施設やグラウンド等、設備の充実
- 時期的に社会福祉協議会の器具を利用していますが、近年が猛暑日が多い為、扇風機だけではなくエアコンの設置をお願いしたい。利用者にアンケートを取るなどして、使用頻度の高い器具の台数を増やしてほしい。料金面では格安で利用できて助かっている。
- 広報での各種健康に関する情報を掲載いただきありがとうございます。
- 広報『はっぼう』の中の‘健康はっぼうひろば‘は大変ためになります。
- 社協等で健康教室等を開催しても参加する人が少ない。また、参加者の顔ぶれが決まっている。もっとたくさんの人が参加するような何かを考えてほしい。

- ・本アンケート調査のような高齢になっても心身ともに健康でいられるよう各種取り組みの継続的推進。
 - ・心身の心である脳の高齢化に伴う低下(ボケ)がひどくならないための心がけるべきこと。お疲れ様です。
- 町で実施されている各種イベントや交流会は大変助かっている方が多いと思いますが、面倒とかレベルが違うとかで参加を拒否して孤独な生活をしている方もいるかと思います。地域の方々が気軽に声掛けをして、堅苦しいと感じさせない「集まり」「行事」を企画できれば引きこもりなど少しでも予防できるのではないかと思います。日常の声掛け、訪問など以前の「おとなりさん」としての気持ちで接していきたいと考えております。
- 有線で軽めの体操が出来る様、流してはどうか。他町では農作業の際に放送しているのを聞いたような気がします。勘違いかもしれませんが。
- ウォーキングなど歩数アプリを使って、一定の数値、例えば50歩は1点とか点数で評価して、年間1万点、2万点になったら景品をプレゼントすることや、東京、大阪まで歩いたら、それも景品で奨励するなど、予防医療の促進を図り、医療費の軽減や健康づくりを推進することなど、そうした施策を検討してほしい。
 - 農作業などでも五千歩は歩いているので、そうしたものも支援してほしい。
- 若い人も楽しく参加できるような機会や場所があれば参加してみたいなと思います
- 健康や精神的な悩み、子育て、福祉について相談できる窓口の充実、行政以外の窓口やLINEなどの相談窓口、24時間相談できる窓口などの充実を望みます。
- なにをしているのかいまいちわからない。

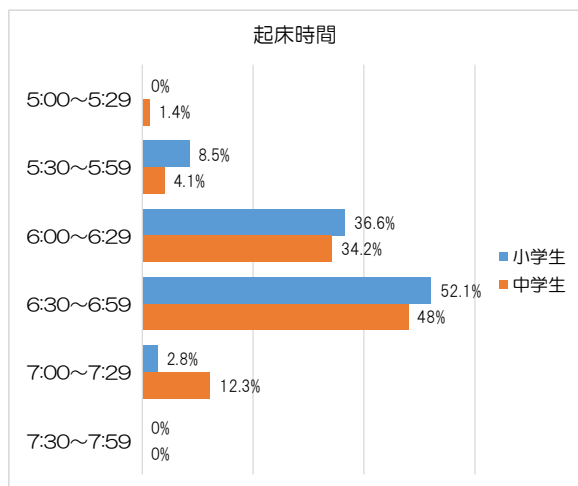
資料3 令和7年度食生活の現状把握のためのアンケート調査(対象：小学5～6年生、中学1～2年生)
 食に関するアンケート調査を令和7年7月、町内の小学5～6年生43名及び中学1年生～2年生50名を対象に実施しました。回答者数は、小学生43名及び中学生50名で合わせて93名、回収率は100%となっています。
 (参考：〈令和3年調査〉対象者152名、回答者数144名、回収率94.7%)

〔R3食生活アンケート調査結果〕

1) あなたの性別

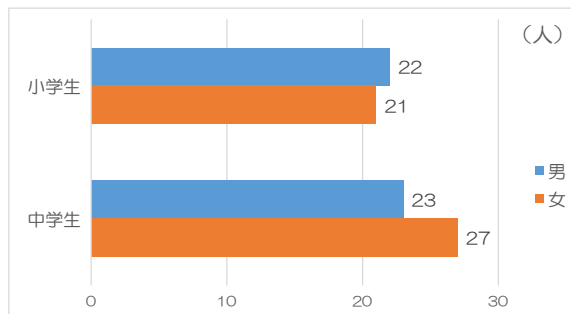


2) 日頃の朝起きる時間と眠る時間は何時ですか

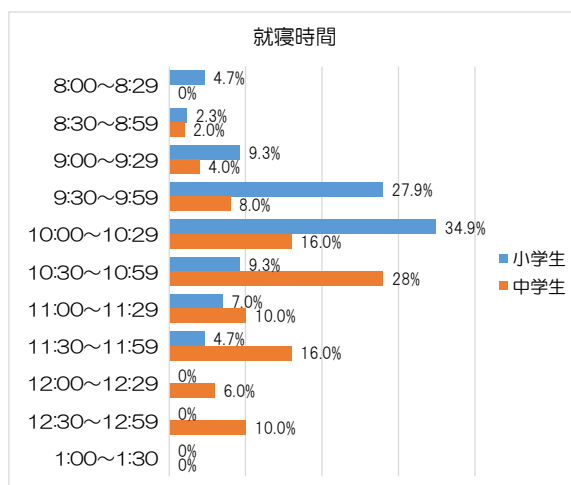
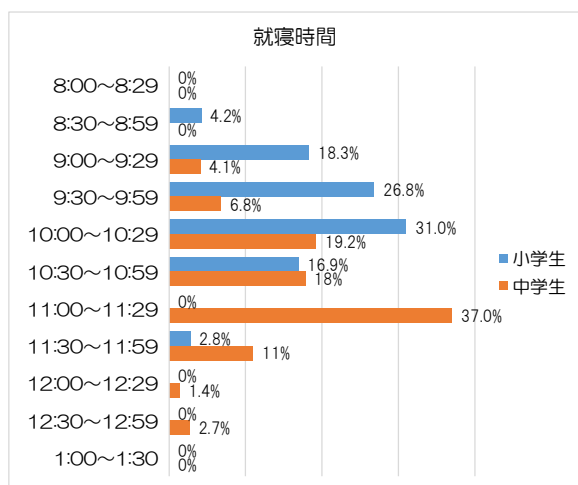
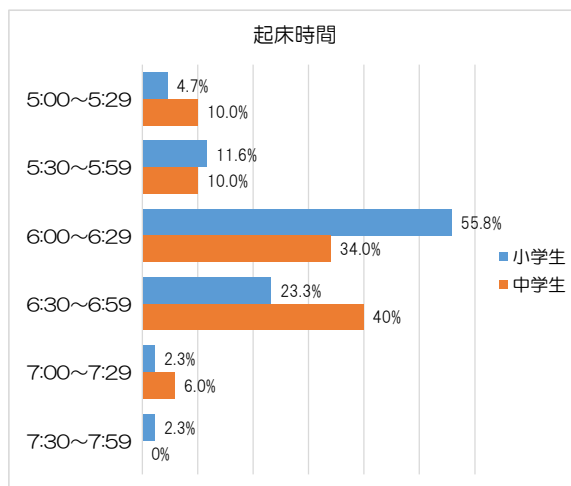


〔R7食生活アンケート調査結果〕

1) あなたの性別

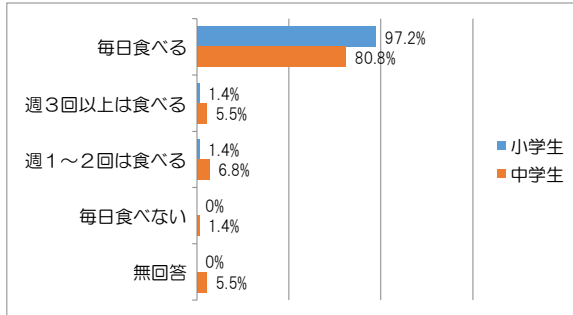


2) 日頃の朝起きる時間と眠る時間は何時ですか



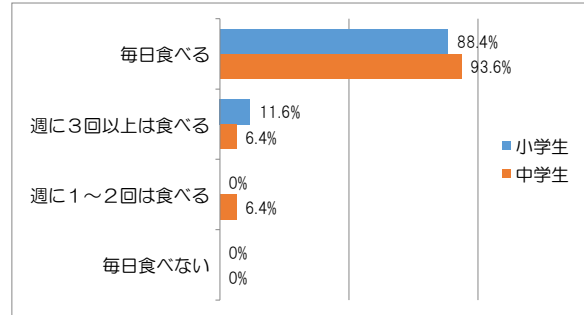
〔R3食生活アンケート調査結果〕

3) 朝ごはんを食べますか

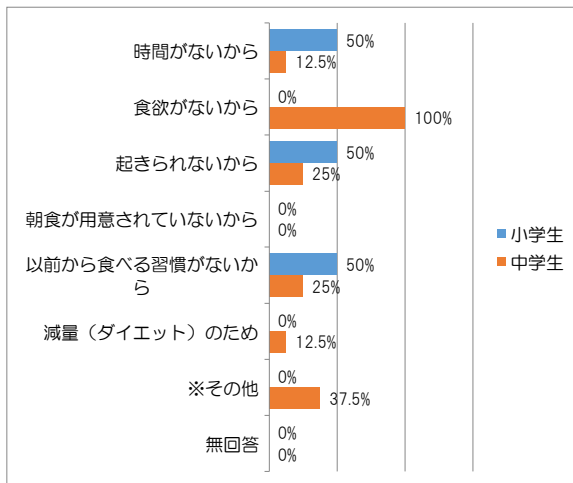


〔R7食生活アンケート調査結果〕

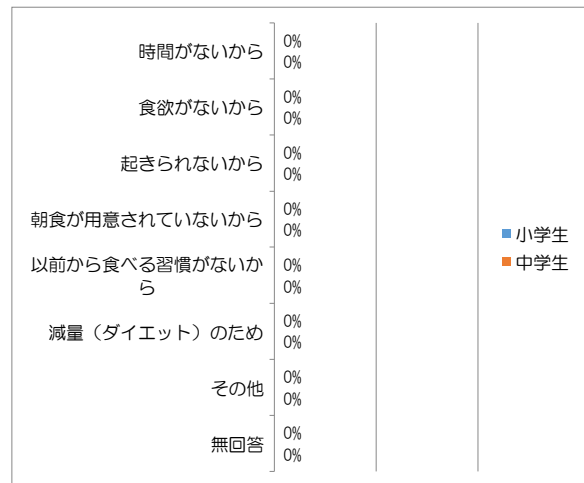
3) 朝ごはんを食べますか



4) 朝食を食べない方は、理由は何ですか（複数回答）

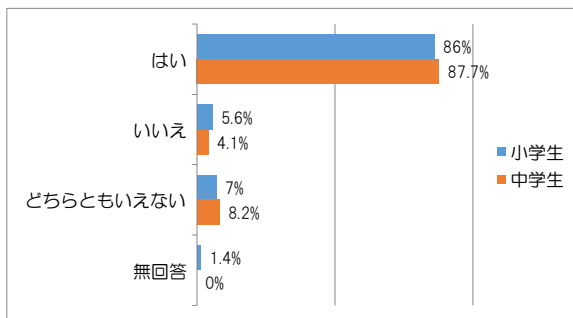


4) 朝食を食べない方は、理由は何ですか（複数回答）

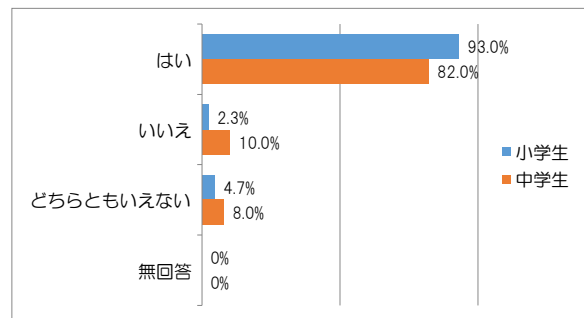


※その他：食べなくてもいいやと考えてしまうから、頭が痛い、気持ち悪い、吐き気が出る

5) 食事のあいさつはできていますか

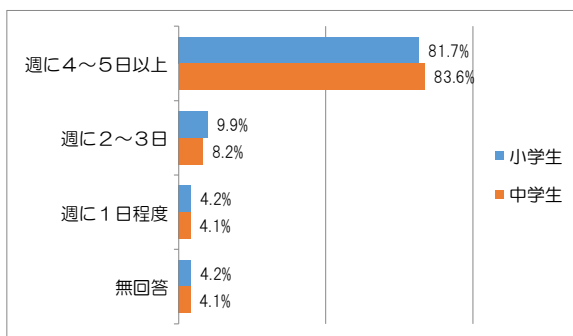


5) 食事のあいさつはできていますか



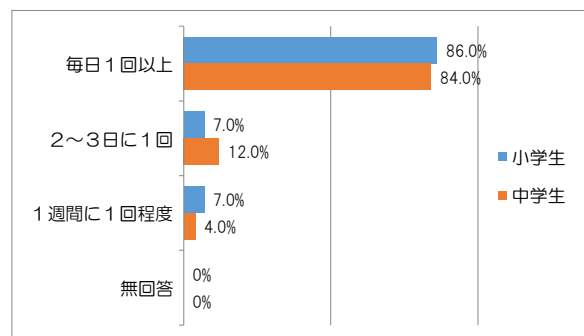
〔R3食生活アンケート調査結果〕

6) 家族（大人）と一緒に1回でも食事する日がどの位ありますか

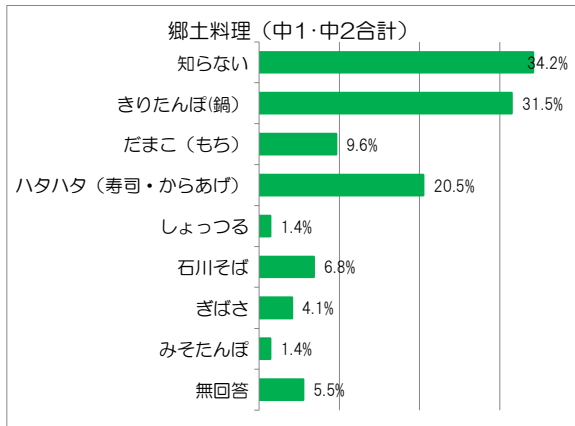


〔R7食生活アンケート調査結果〕

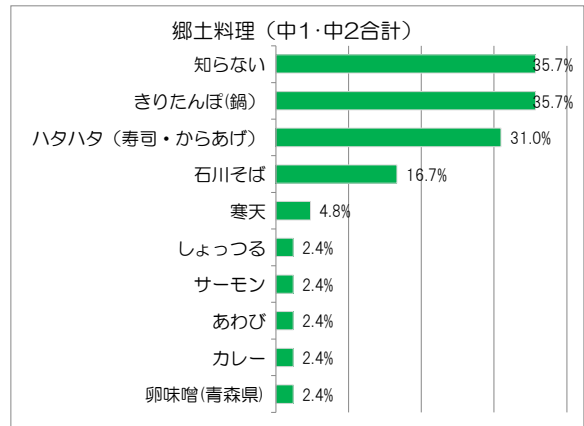
6) 家族（大人）と一緒に1回でも食事する日がどの位ありますか



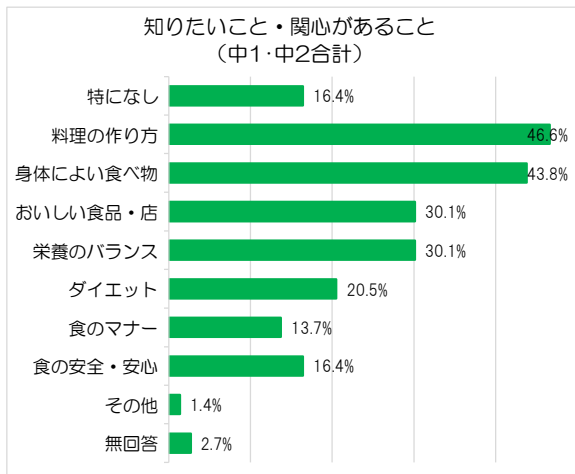
7) あなたの郷土料理は何ですか（複数回答）



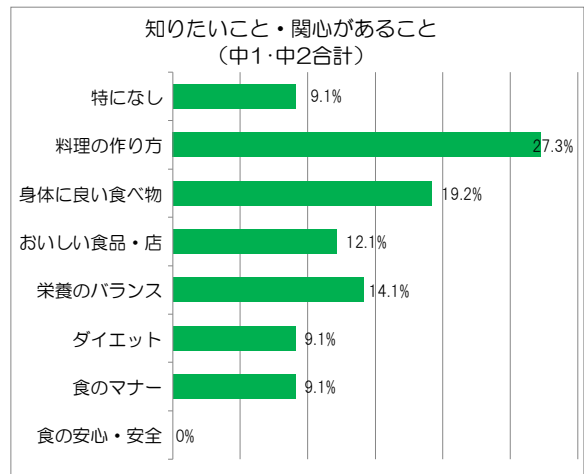
7) あなたの郷土料理は何ですか（複数回答）



8) 食について、知りたいこと・関心があることは何ですか（複数回答）



8) 食について、知りたいこと・関心があることは何ですか（複数回答）



(設置)

第1条 この委員会は、町民一人ひとりが生涯を通じて心身ともに健康で過ごすための健康増進・食育推進計画策定に関し、町民の意見を反映させるため、八峰町健康増進・食育推進計画策定委員会（以下「委員会」という。）を設置する。

(所掌事項)

第2条 委員会は、次の事項について検討し、町長に答申するものとする。

- (1) 健康増進・食育推進計画案の策定に関すること。
- (2) 健康増進・食育推進計画見直し案の策定に関すること。
- (3) その他計画策定に必要な事項に関すること。

(委員)

第3条 委員会は、19名以内の委員をもって組織し、委員は町長が委嘱する。

2 委員の任期は、委嘱の日から計画策定終了の当該年度末までとする。

(会長及び副会長)

第4条 委員会に会長及び副会長を置く。

- 2 会長及び副会長は、委員の互選によって選出する。
- 3 会長は、委員会を代表し、会務を総括する。
- 4 副会長は会長を補佐し、会長事故ある時又は欠けた時はその職務を代理する。

(会議)

第5条 委員会は、会長が招集する。ただし、第1回目の委員会は、町長が招集する。

2 会長は、委員会の議長となる。

(庶務)

第6条 委員会の庶務は、福祉保健課において処理する。

(その他)

第7条 この訓令に定めるもののほか必要な事項は、町長が別に定める。

附 則

この訓令は、平成20年6月1日から施行する。

附 則

この訓令は、令和7年12月8日から施行する。

第3次健康はっぼう21 策定委員会委員名簿

委員名	所属機関・団体名	役職名
石岡 隆	八峰町営診療所	医師
大江 若葉	八峰町営歯科診療所	歯科医師
武田 幸一	民生児童委員協議会	会長
大高 伸一	八峰町社会福祉協議会	会長
岡本 丈義	特別養護老人ホーム海光苑	統括施設長
阿部 昌子	白神八峰商工会	女性部長
鈴木 朝子	J A秋田やまもと女性部八峰支部	支部長
三輪 清美	八峰町老人クラブ連合会	会長
高崎 修子	八峰町婦人会	会長
伊藤 容子	陽だまりの会	サロンシーがる会長
加賀 洋子	八峰町結核予防婦人会	会長
伊勢 康介	八峰町PTA連合会	PTA連合会会長
佐藤 紀美子	八峰中学校	栄養教諭
須藤 亜紀子	峰浜小学校	養護教諭
小笠原 マユ子	八峰町立峰浜ポンポコ子ども園	園長
菊地 薫	八峰町議会	総務民生常任委員
鈴木 美由紀	八峰町教育委員会	生涯学習課長
堀内 和人	八峰町農林水産課	課長
一ノ関 静	山本地域振興局福祉環境部	健康・予防課長
菊地 俊平	福祉保健課	課長
金平 喜美仁	福祉保健課	課長補佐
工藤 菜奈	福祉保健課	主事
畠山 沙織	福祉保健課	保健師
阿部 梨沙	福祉保健課	保健師

生き生きと暮らせるまち
第3次健康はっぼう21
(健康増進計画・食育推進計画)

発行日 令和8年3月

発行 八峰町

編集 八峰町 福祉保健課

〒018-2502

秋田県山本郡八峰町峰浜目名潟字目長田118番地

電話(0185)76-2111(八峰町役場代表)

(0185)76-4608(福祉保健課直通)



第3次健康はっぼう21
(健康増進計画・食育推進計画)