

第3期

# 東浦町いきいき健康プラン21

2026▶2036

健康でいきいきとした  
自分づくり 家庭づくり まちづくり

概要版

健康増進  
計画

食育推進  
計画

母子保健  
計画

自殺対策  
計画

東浦町

## 1：計画の位置づけ

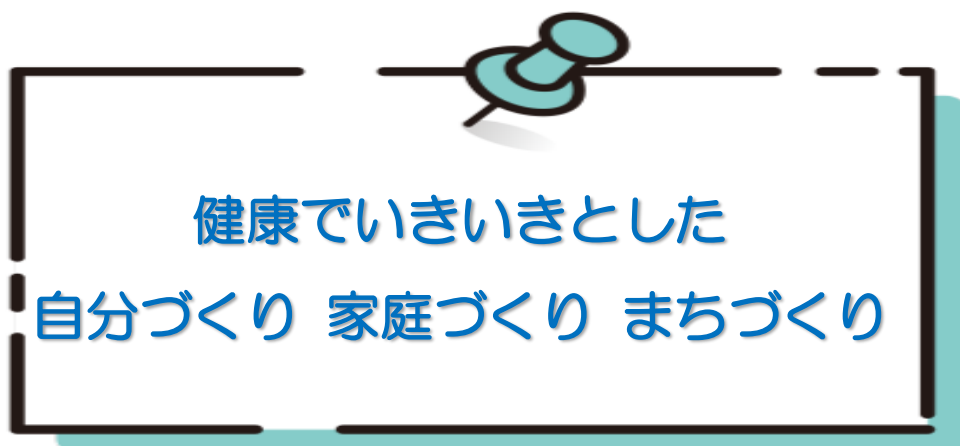
本計画は、東浦町における総合的な健康づくり施策を明らかにするものであり、健康増進法に定める「市町村健康増進計画」、食育基本法に定める「市町村食育推進計画」、成育医療等基本方針による計画策定指針に基づく「母子保健計画」、自殺対策基本法に定める「市町村自殺対策計画」に位置付けます。

本計画の推進にあたっては、国の「健康日本 21(第三次)」や愛知県の「第3期健康日本 21 あいち計画」の基本理念等を踏まえ、関連する各種計画との整合性を図るものとします。また、上位計画である東浦町総合計画をはじめとする本町の関連計画と整合性をとり、相互に連携して施策の推進にあたります。

## 2：計画の基本理念

本町では、すべての住民が、健康でいきいきと生活できる社会を目指し、国や県が示す施策を踏まえつつ取組を進めてきました。

今後も、第2期計画までの理念を踏まえ、『健康でいきいきとした 自分づくり 家庭づくり まちづくり』を基本理念とし、分野ごとの取組を展開していきます。



## 3：計画の期間

第3期東浦町いきいき健康プラン 21 の計画期間は、2026 年度から 2036 年度までの 11 年間とし、2030 年度に中間評価を行い、必要に応じて計画の見直しを行います。

2026  
計画の策定

2030  
中間評価

2036  
最終評価  
次期計画案作成

## 4：計画の体系

基本  
理念

# 健康でいきいきとした 自分づくり 家庭づくり まちづくり

基本目標

基本方針

取組の分野

健康寿命の延伸

I  
ライフコース  
アプローチを  
踏まえた  
健康づくり

- プレコンセプションケアの推進
- こども
- 女性
- 高齢者
- ライフコース全体

II  
個人の行動と  
健康状態の  
改善

### II-1 生活習慣の改善

- ①栄養・食生活・食育
- ②身体活動・運動
- ③休養・睡眠・こころの健康
- ④飲酒・喫煙
- ⑤歯・口腔の健康

III  
社会環境の  
質の向上

### II-2 生活習慣病の発症予防 ・重症化予防

- ①がん
- ②循環器病
- ③糖尿病

IV  
自殺対策

- 社会とのつながり

- 「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現

## 5：それぞれの分野における主な取組

基本理念	基本目標	基本方針	取組の分野	主な取組	
健康でいきいきとした自分づくり 家庭づくり まちづくり	健康寿命の延伸	I ライフコース アプローチを 踏まえた 健康づくり	プレコンセプションケアの推進	プレコンセプションケアの考え方を周知し、正しい知識の普及を図ります。	
			こども	いのちの大切にする教育を小学校・中学校で実施し、早い段階から性に関する正しい知識の普及を図ります。	
			女性	女性のやせが不妊や低出生体重児出産のリスク等との関連があることを周知し、予防するための行動を選択できるような取組を推進します。	
			高齢者	高齢者の生きがいづくり・健康づくりのため、魅力ある多様なクラブ活動が出来るように支援します。	
			ライフコース全体	ライフコースアプローチの考え方を周知し、生涯を通じた経時的な健康づくりの取組を進めます。	
		II 個人の行動と 健康状態の 改善	II-1 生活習慣の改善	①栄養・食生活・食育	適切な栄養摂取、食習慣を身につけ、健康的で質の高い生活が送れるよう、健康と食に関する正しい知識の普及・啓発を図ります。
				②身体活動・運動	高齢者の体力向上やフレイル予防のため、「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施」の事業として、体力測定や運動を主体としたフレイル予防教室を開催します。
				③休養・睡眠・こころの健康	妊娠期から子育て期にわたる、切れ目のないこころの健康に対する支援を行います。
				④飲酒・喫煙	飲酒及び喫煙による健康影響について、様々な伝達方法を用いて正確な情報の提供を行い、健康障害につながる不適切な飲酒及び喫煙の防止対策を推進します。
				⑤歯・口腔の健康	生涯にわたり歯と口の健康を通じて全身の健康を維持するため、かかりつけ歯科医を持ち、定期的な歯科健診を受けることの重要性を広く啓発していきます。
			II-2 個人の行動と 健康状態の改善	①がん	がんの早期発見のため、がん検診の有効性について普及・啓発し、各保険者、検診機関等と連携し、がん検診の受診率の向上を図ります。
				②循環器病	循環器病の発症予防・重症化予防、特定健康診査・特定保健指導の実施率向上のため、医師会、歯科医師会、薬剤師会と連携していきます。
				③糖尿病	糖尿病性腎症重症化予防プログラム、医歯薬連携事業の推進により、糖尿病の発症予防・重症化予防に取り組んでいきます。
			III 生活環境の 質の向上	社会とのつながり	健康体操やウォーキングなどの同好会活動を推進し、地域で活動できる場を作ります。
IV 自殺対策	「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現		職員、教職員、民生委員・児童委員、企業などを対象に自殺対策に関する研修を実施し、ゲートキーパーを養成します。また、研修後のフォローアップも実施します。		

# 愛知県東浦町ってこんなまち



東浦町マスコットキャラクター  
家康の母・於大の方  
おだいちゃん

**人口** 49,596人 (令和2年国勢調査結果)

**面積** 31.14km<sup>2</sup>

**主要産業** 自動車関連産業、  
木製工業 (木製家具)

**特産品** 東浦ぶどう

徳川家康の生母  
「於大の方」の出生地。  
夏には20種類を超える  
ぶどうを楽しむことができます。



東浦町ホームページ

## 第3期 東浦町いきいき健康プラン21

(健康増進計画・食育推進計画・母子保健計画・自殺対策計画)

### 〈概要版〉

2026年3月

発行／東浦町 編集／健康課 (東浦町保健センター)

住所／〒470-2103 愛知県知多郡東浦町大字石浜字岐路 21 番地

電話／0562-83-9677