



計画本編はこちらから ↑

1 計画策定の背景

「大井町健康増進計画・食育推進計画（第2次）」の計画期間満了に伴い、大井町におけるこれまでの取組を評価し、国や神奈川県健康づくりや食育に関わる動向など、新たな課題をふまえて、健康づくりを効果的に推進し、更なる町民の健康の増進を図るために「大井町健康増進計画・食育推進計画（第3次）」を策定しました。

3 基本理念

本計画では、生活習慣病予防や感染症予防などの健康の保持や増進に取り組み、町民みんなが健康・笑顔でいられるまちづくりを目指します。

2 計画の位置づけ

【国】

- ◆健康日本21（第三次）
- ◆第4次食育推進基本計画
- ◆成育医療等基本方針

【県】

- ◆かながわ健康プラン21（第3次）
- ◆食みらい かながわプラン2023
- ◆神奈川県歯及び口腔の健康づくり推進計画（第2次）

大井町第6次総合計画

第4次大井町地域福祉プラン

大井町健康増進計画・食育推進計画（第3次）

【主な関連計画】

- ◆大井町国民健康保険第3期データヘルス計画・第4期特定健康診査等実施計画
- ◆大井町自殺対策計画
- ◆大井町第9期高齢者福祉計画・介護保険事業計画
- ◆大井町子ども・子育て支援事業計画等

基本理念

「未来づくりは、みんなで支える健康づくりから」

町民一人ひとりが、豊かな自然環境の中で食を楽しみ、生きがいを持って、すこやかな心とからだを育むまち

4 計画の体系

基本理念	基本方針	〔食育分野/健康分野〕	
「未来づくりは、みんなで支える健康づくりから」 町民一人ひとりが、豊かな自然環境の中で食を楽しみ、生きがいを持って、すこやかな心とからだを育むまち	1 町民の主体的な健康づくりと健康状態の改善	1 栄養・食生活 3 休養・睡眠 5 歯と口腔の健康	2 運動・身体活動 4 健康管理 6 たばこ・アルコール
	2 健康・食育を支える社会環境の整備	1 社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上 2 自然に健康になれる環境づくり 3 誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備	
	3 ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり	1 こども・若者の健康	2 高齢者の健康 3 女性の健康

5 目標と取り組み

■ 町民の主体的な健康づくりと健康状態の改善

栄養・食生活

行動目標

- 【乳幼児期】 食事の楽しさと栄養のバランスを考えた食事をします
- 【学童・思春期】 食材や食品の成分に関心を持ち、規則正しく栄養のバランスのとれた食事をします
- 【成人期】 望ましい食生活に関心を持ち、生活習慣病予防に取り組みます
食育に関係するイベントに積極的に参加します
- 【高齢期】 望ましい食生活に関心を持ち、実践するとともに、食育に関係するイベントに積極的に参加します



目標指標（抜粋）
バランスの良い食事を摂っている者の増加

現状(R5)	目標(R16)
58.9%	75%

運動・身体活動

行動目標

- 【乳幼児期】 からだを使った遊びをします
- 【学童・思春期】 運動する習慣を身につけます
- 【成人期】 生活の活動量・運動量を増やします
- 【高齢期】 生活の活動量を増やします



目標指標（抜粋）
介護予防事業に参加する高齢者の増加（おい！元気会の参加者数）

現状(R5)	目標(R16)
2,434人	2,550人

休養・睡眠

行動目標

- 【乳幼児期】 年齢に合った睡眠時間を取り、規則正しい生活をします
- 【学童・思春期】 生活リズムを整え、家族や友人と楽しくつき合います
- 【成人・高齢期】 睡眠時間を確保し、睡眠による休養をとります



目標指標（抜粋）
睡眠習慣リスクがない人の割合の増加

現状(R5)	目標(R16)
72.6%	75.5%

健康管理

行動目標

- 【乳幼児期】 保護者が乳幼児にとって望ましい生活習慣を整えます
- 【学童・思春期】 食事と健康とのつながりを知り、病気に負けないからだを作ります
- 【成人期】 望ましい生活習慣を維持し、生活習慣病の予防をします
病気の早期発見・早期治療につながる行動をとります
- 【高齢期】 介護予防に努め、いきいきとした生活を心がけます
病気の早期発見・早期治療につながる行動をとります

目標指標（抜粋）
健康づくり事業参加者数の増加

現状(R5)	目標(R16)
1,137人	1,200人

歯と口腔の健康

行動目標

- 【乳幼児期】 むし歯予防に努め、保護者がこどもの歯の健康を守ります
- 【学童・思春期】 上手な歯みがき習慣を身につけます
- 【成人・高齢期】 定期的に歯科検診を受け、むし歯の早期発見や歯周病の予防をするとともに進行を防ぎます



目標指標（抜粋）
3歳児歯科健診受診率の増加

現状(R5)	目標(R16)
95.3%	100%

たばこ・アルコール

行動目標

- 【乳幼児期】 保護者がこどもの受動喫煙を予防します
- 【学童・思春期】 たばこ・アルコールが及ぼす健康への影響を学びます
- 【成人・高齢期】 たばこが自他に与える影響を理解します
アルコールの適量を知り、その範囲で楽しく飲みます



目標指標（抜粋）
20歳未満の飲酒をなくす

現状(R5)	目標(R16)
—	0%

健康・食育を支える社会環境の整備

社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上

行動目標

【学童・思春期】こころの健康について学びます

【成人・高齢期】地域のイベントに参加し共食の機会を増やします
悩んだ時は一人で抱え込まず、身近な人や相談機関等に相談します



目標指標（抜粋）

地域等で共食している者の増加

現状(R5)

目標(R16)

— 30%

自然に健康になれる環境づくり

行動目標

【乳幼児期】保護者がこどもの受動喫煙を予防します

【学童・思春期】たばこが及ぼす健康への影響を学びます

【成人・高齢期】周囲への配慮やマナーを心がけ、望まない受動喫煙の機会を防止に努めます
緑地や公園を散策し、景観を楽しみながら運動する習慣をつけます



目標指標（抜粋）

望まない受動喫煙の機会がない者の増加

現状(R5)

目標(R16)

43.9% → 望まない受動喫煙のない社会の実現

誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備

行動目標

【全世代】「未病」について学び、未病改善に取り組みます



目標指標（抜粋）

未病センターおおいの利用者数の増加

現状(R5)

目標(R16)

720人 → 1,000人

ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり

こども・若者の健康

行動目標

【栄養・食生活】

食材や食品の成分に関心をもち、規則正しく栄養のバランスのとれた食事をします

【運動・身体活動】

運動する習慣を身につけます

【休養・睡眠】

生活リズムを整え、家族や友人と楽しくつき合います

【健康管理】

食事と健康とのつながりを知り、病気に負けないからだを作ります

【歯と口腔の健康】

むし歯予防に努め、保護者がこどもの歯の健康を守ります

【たばこ・アルコール】

たばことアルコールが及ぼす健康への影響を学びます



目標指標（抜粋）

給食時間等の幼稚園や学校への訪問回数

現状(R5)

目標(R16)

29回 → 50回

高齢者の健康

行動目標

【栄養・食生活】

望ましい食生活に関心をもち、実践するとともに、食育に係るイベントに積極的に参加します

【運動・身体活動】

生活の活動量を増やします

【休養・睡眠】

睡眠時間を確保し、睡眠による休養をとります

【健康管理】

介護予防に努め、いきいきとした生活を心がけます
病気の早期発見・早期治療につながる行動をとります

【歯と口腔の健康】

定期的に歯科検診を受け、むし歯の早期発見や歯周病の予防をするとともに進行を防ぎます

【たばこ・アルコール】

たばこが自他に与える影響を理解します
アルコールの適量を知り、その範囲で楽しく飲みます



目標指標（抜粋）

適正体重を維持している者の増加
(65～74歳でBMI20以下の者の割合)

現状(R5)

目標(R16)

8.6% → 13%未満
(65歳以上)

女性の健康

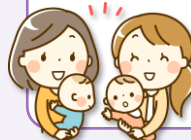
行動目標

【全世代】

女性特有の健康課題について理解を深めます

【妊娠・子育て期】

講習会やぞうさんくらぶ、健康相談を活用してお母さん仲間との交流や不安なことを相談して解消します



目標指標（抜粋）

20歳以上の喫煙率の減少
(「毎日吸う」女性の割合)

現状(R5)

目標(R16)

6.9% → 4.4%
(20歳以上)

6 計画の推進

(1) 推進体制

本計画の推進にあたっては全ての町民が自らの健康について関心をもち、主体的に健康課題に取り組むこと、健康の維持や向上に努める意識を育むことが重要です。

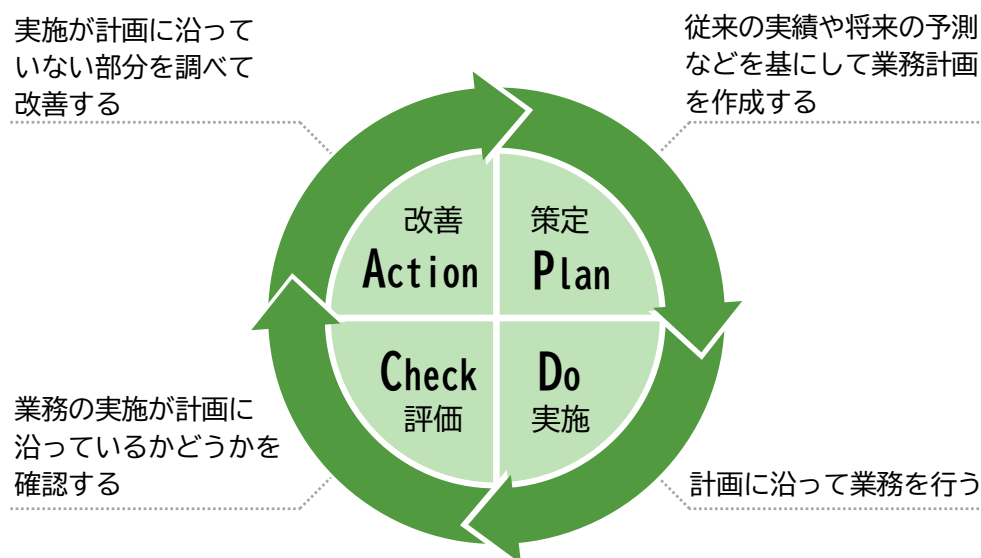
町民自らが健康づくりの主役として、自分にあった取り組みを積極的に実践できるよう、町民、地域・関係団体、行政がそれぞれの役割を担い、協働による取り組みを推進します。

(2) 進行管理

本計画の目標達成に向けて、PDCAサイクル（計画、実行、評価、改善）に基づき、常に町民に成果が届いているかを意識しながら、進行管理を行い、このサイクルを繰り返すことによって施策や事業の継続的な改善（スパイラルアップ）を図っていきます。

評価指標の達成状況について、年度ごとに把握できるものについてはその都度現状を確認し、年度ごとの取り組みに反映していき必要に応じて見直しを行います。

PDCAサイクルのイメージ



大井町健康増進計画・食育推進計画（第3次）（概要版） 令和7年3月

発行：大井町
編集：大井町 子育て健康課
〒258-0019 神奈川県足柄上郡大井町金子 1964 番地 1
TEL：0465-83-8012
FAX：0465-83-8016
ホームページ：<https://www.town.oi.kanagawa.jp/>