

第2章

優先課題の選定と計画の体系

1 現状把握のための基礎資料から得られた課題

平成18年の健康福祉計画策定にあたり、現状把握のためのグループインタビュー並びに実態把握調査の結果から得られた健康福祉行動の課題を次のとおりとしました。

今回の中間見直しにあたっては、この30項目の健康福祉課題は変更しないで優先的に取り組む課題を抽出した調査項目に対して実態把握調査を実施しました。

1	身体活動・運動	16	礼節を心がける(あいさつ)
2	仕事	17	外出
3	ストレス対処	18	医療機関への受診
4	休養	19	体重の管理
5	子育て	20	アルコール対処
6	性教育・性行動	21	生活や介護の支援
7	薬物防止	22	日光浴
8	集う	23	良い歯を持つ
9	信仰(感謝の心を持つ)	24	清潔を保つ
10	地域生活・活動	25	防煙・禁煙・分煙
11	世代交流	26	事故予防
12	ボランティア活動	27	痛みと上手に付き合う
13	趣味・生きがいを持つ	28	規則正しい生活をする
14	介護予防	29	健診を受ける
15	家族のきずなを深める	30	良い食習慣を持つ

2 取り組む課題の優先順位の選定方法

それぞれのライフステージ（年代別）でグループインタビュー並びに実態把握調査から把握できた30の健康福祉行動の課題について、優先的に取り組む課題を以下の手順で抽出し、ライフステージごとに取り組む健康福祉行動の課題として明確にしました。

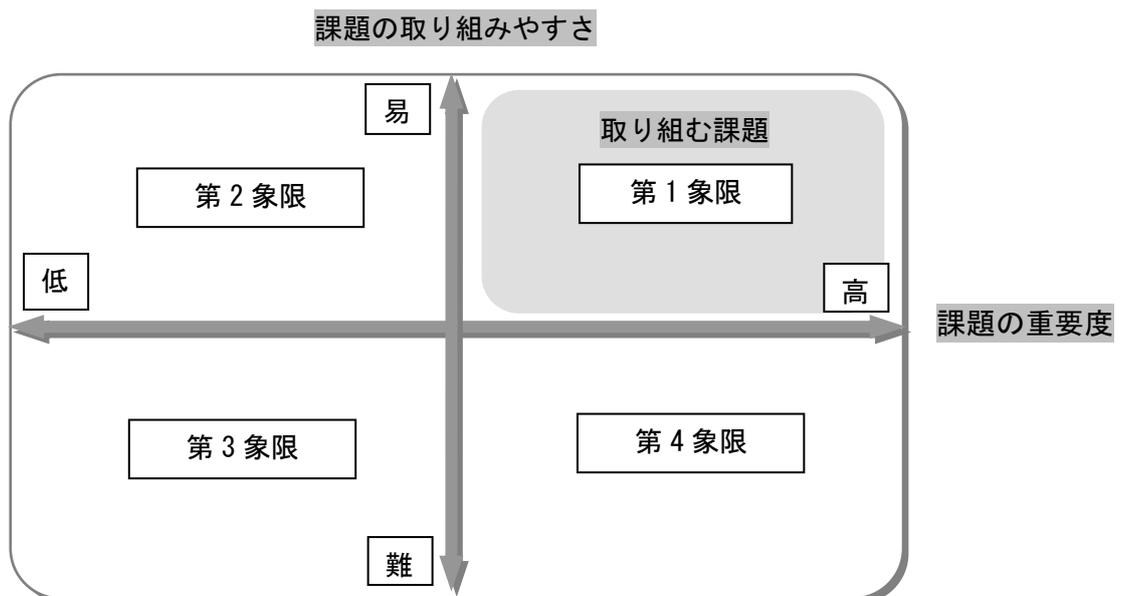
《課題の選定方法》

取り組む優先課題の選定方法は、「課題の重要度」と「課題の取り組みやすさ」の二軸展開で各ライフステージの課題をグループインタビュー及び実態把握調査解析結果などの資料をもとに策定委員会でライフステージ毎のグループワークを通じて、議論を重ね整理しました。

取り組む優先課題の設定は、健康福祉課題として抽出され30の課題を最初に横軸展開で、そのライフステージごとの重要度の高い課題について、右側から順番に課題を比較検討しながら並べました。

その後、縦軸展開で上から課題の取り組みやすい順番に横軸の右側から課題を比較検討しながら並べました。

下図で示すように、課題の重要度（横軸）と課題の取り組みやすさ（縦軸）の2軸でみたときに、重要度が高く、取り組みやすい課題（第1象限）を各ライフステージの取り組む課題に選定しました。



3 めざす生活像と取り組む課題

基本理念及びQOL（生活の質）の実現に向けてライフステージごとにめざす生活像と取り組む健康福祉行動の課題は、以下のとおりになります。

(1)乳幼児期（0～6歳）

めざす生活像

親と子が健康に暮らし、安心して子育てができる地域づくりをめざしましょう。

健康福祉行動の課題

- ・ 規則正しい生活をする
- ・ 事故予防
- ・ 良い食習慣を持つ
- ・ 健診を受ける
- ・ 医療機関への受診
- ・ 清潔を保つ
- ・ 信仰（感謝の心を持つ）
- ・ 良い歯を持つ
- ・ 礼節を心がける（あいさつ）

(2)学童・思春期（7～18歳）

めざす生活像

豊かな感性や思いやりの心を育て、自立できる社会人をめざしましょう。

健康福祉行動の課題

- ・ アルコール対処
- ・ 良い食習慣を持つ
- ・ 性教育・性行動
- ・ 防煙・禁煙・分煙
- ・ 規則正しい生活をする（運動・スポーツ）

(3)青年期（19～39歳）

めざす生活像

適度な運動とストレス解消に努め仕事や家庭のバランスを保ち、子どもの目標となる親になりましょう。

健康福祉行動の課題

- ・ ボランティア活動
- ・ ストレス対処
- ・ 子育て
- ・ 防煙・禁煙・分煙
- ・ 身体活動・運動
- ・ 清潔を保つ
- ・ 事故予防
- ・ 礼節を心がける（あいさつ）
- ・ 性教育・性行動

(4) 壮年期 (40～64 歳)

めざす生活像

家族や地域の人とのふれあいを大切にして、自らの健康づくりに努め職場や地域で積極的に活動しましょう。

健康福祉行動の課題

- ・ 休養
- ・ 家族のきずなを深める
- ・ 防煙・禁煙・分煙
- ・ 良い食習慣を持つ
- ・ アルコール対処
- ・ 世代交流
- ・ 地域生活・活動
- ・ ボランティア活動
- ・ 生活や介護の支援

(5) 実年期 (65～74 歳)

めざす生活像

趣味や特技などを通じて、仲間づくりを行い、これまで培った知識や経験を活かして、生き生きとした生活を送りましょう。

健康福祉行動の課題

- ・ 介護予防
- ・ 趣味・生きがいを持つ
- ・ 健診を受ける
- ・ 身体活動・運動
- ・ 外出
- ・ 世代交流
- ・ 良い食習慣を持つ
- ・ 良い歯を持つ
- ・ 集う

(6) 高齢期 (75 歳以上)

めざす生活像

病気とうまくつきあい「ピンピンころり」で自分らしい生涯を送りましょう。

健康福祉行動の課題

- ・ 集う
- ・ 外出
- ・ 健診を受ける
- ・ 世代交流
- ・ 身体活動・運動
- ・ 趣味・生きがいを持つ
- ・ 休養
- ・ 介護予防
- ・ 仕事

4 課題のまとめ

健康福祉行動

- 1 身体活動・運動
- 2 仕事
- 3 ストレス対処
- 4 休養
- 5 子育て
- 6 性教育・性行動
- 7 薬物防止
- 8 集う
- 9 信仰（感謝の心を持つ）
- 10 地域生活・活動
- 11 世代交流
- 12 ボランティア活動
- 13 趣味・生きがいを持つ
- 14 介護予防
- 15 家族のきずなを深める
- 16 礼節を心がける（あいさつ）
- 17 外出
- 18 医療機関への受診
- 19 体重の管理
- 20 アルコール対処
- 21 生活や介護の支援
- 22 日光浴
- 23 良い歯を持つ
- 24 清潔を保つ
- 25 防煙・禁煙・分煙
- 26 事故予防
- 27 痛みと上手に付き合う
- 28 規則正しい生活をする
- 29 健診を受ける
- 30 良い食習慣を持つ

環境

広大な郡上市・豊かな自然
 少子高齢化・人口減少・地域コミュニティづくり・災害対策・手続き・職場環境

健康福祉課題

- 思春期の心身の成長
- 妊娠出産
- 更年期障害
- 認知症
- 排泄障害
- 聴力障害
- 視力障害
- 痛み
 - 下肢の痛み
 - 腰痛
 - その他の痛み
- 生活習慣病
 - 血圧
 - 肥満
 - 脳血管疾患
 - 心疾患
 - 糖尿病
 - 肝疾患
 - 腎疾患
 - がん
 - 高脂血症
- 精神的ストレス近縁
 - 不眠
 - ストレス
 - 疲労
 - 精神疾患
 - 不登校
- その他
 - 歯
 - 口腔問題
 - 風邪・肺炎
 - 胃腸障害
 - 甲状腺疾患
 - 歩行障害
 - 貧血
 - アレルギー
 - めまい
 - 事故

指標

①ノーマライゼーションの認知及び実践		
	男	女
19-39歳の認知度	11.3%	17.2%
40-64歳の認知度	9.4%	15.4%
認知者のうち実施できていると考える	8.4%	7.4%

③主観的健康感 高い人の割合		
	男	女
小中学生	95.2%	95.6%
高校生	90.4%	90.4%
19-39歳	88.1%	88.8%
40-64歳	81.3%	84.2%
65-74歳	81.0%	78.9%
75歳以上	68.4%	67.6%

②生活の楽しさ 楽しい人の割合		
	男	女
小中学生	93.7%	93.8%
高校生	82.5%	89.0%
19-39歳	80.5%	86.1%
40-64歳	81.0%	79.8%
65-74歳	86.8%	86.3%
75歳以上	81.1%	81.4%

④趣味生きがい ある人の割合		
	男	女
19-39歳	85.0%	74.3%
40-64歳	81.9%	75.6%
65-74歳	79.9%	81.9%
75歳以上	75.8%	70.3%

⑤死亡
 年齢調整死亡率
 男 横ばい、女 やや減少
 男 496人（人口10万対）
 女 265人（人口10万対）

⑥要介護状態
 高齢者福祉計画・介護保険事業計画
 参照

QOL（生活の質）

ノーマライゼーションをはじめ安心して楽しく暮らし続けられる地域の中で、家族との相互支援の下、一人ひとりの市民が、年齢や疾病、障害の有無にかかわらず良好な健康感や生きがいを持ちながら早世をさけて自分らしく生涯を送る

5 計画の体系

基本理念
生活の質（QOL）
市民がめざす

みんなで創り、みんなで育む、安心して暮らし続けられるまち 郡上

一人ひとりの市民が、良好な健康感や生きがいを持ち自分らしく生涯を送りましょう。

互いに支え合い安心して楽しく暮らし続けられる地域づくりを進めましょう。

ノーマライゼーションの実現をめざすまちづくりを進めましょう。

地域で育む

乳幼児期（0～6歳）

特徴●●親など身近な周囲の人の考え方が大きく影響し生理的機能が次第に発達し、人格や生活習慣の基礎を確立する時期。

健康な心身を育む

学童・思春期（7～18歳）

特徴●●親の教育、しつけ、学校の生活が大きな部分を占める時期。社会参加の準備のため、家庭と学校の連携によって望ましい生活習慣を確立する時期。

仕事に子育て

青年期（19～39歳）

特徴●●身体機能も完成し健康や体力に自信がある人が多い時期。意識して自己管理を行わないと生活習慣の問題や乱れを引き起こしやすい時期。

家庭や地域のかなめ

壮年期（40～64歳）

特徴●●仕事や子育てなどで社会的責任が大きい時期。身体的にはさまざまな形で加齢が自覚されはじめ、健康維持が重要な時期。

趣味や特技をいかす

実年期（65～74歳）

特徴●●まだまだ健康で社会的な活動が期待される時期。介護、認知症の問題もある時期。

人生の集大成

高齢期（75歳以上）

特徴●●自分なりの生きがいや仕事があり、様々な事を熟知している年代です。体力低下と閉じこもりがちになる時期。

（めざす生活像）

親と子が健康に暮らし、安心して子育てができる地域づくりをめざしましょう。

解決すべき健康福祉行動

規則正しい生活をする

事故予防

良い食習慣を持つ

健診を受ける

医療機関への受診

清潔を保つ

信仰（感謝の心を持つ）

良い歯を持つ

礼節を心がける（あいさつ）

（めざす生活像）

豊かな感性や思いやりの心を育て自立できる社会人をめざしましょう。

解決すべき健康福祉行動

アルコール対処

良い食習慣を持つ

性教育・性行動

防煙・禁煙・分煙

規則正しい生活をする（運動・スポーツ）

（めざす生活像）

適度な運動とストレス解消に努め仕事や家庭のバランスを保ち、子どもの目標となる親になりましょう。

解決すべき健康福祉行動

ボランティア活動

ストレス対処

子育て

防煙・禁煙・分煙

身体活動・運動

清潔を保つ

事故予防

礼節を心がける（あいさつ）

性教育・性行動

（めざす生活像）

年1回の健診受診による自身の生活習慣の振り返りなどを通じて自らの健康づくりに努め、家族や地域の人とのふれあいを大切にしながら職場や地域で積極的に活動しましょう。

解決すべき健康福祉行動

休養

家族のきずなを深める

防煙・禁煙・分煙

良い食習慣を持つ

アルコール対処

世代交流

地域生活・活動

ボランティア活動

生活や介護の支援

（めざす生活像）

趣味や特技などを通じて、仲間づくりを行い、これまで培った知識や経験を活かして、生き生きとした生活を送りましょう。

解決すべき健康福祉行動

介護予防

趣味・生きがいを持つ

健診を受ける

身体活動・運動

外出

世代交流

良い食習慣を持つ

良い歯を持つ

集う

（めざす生活像）

病気とうまくつきあい「ピンピンころり」で自分らしい生涯を送りましょう。

解決すべき健康福祉行動

集う

外出

健診を受ける

世代交流

身体活動・運動

趣味・生きがいを持つ

休養

介護予防

仕事

ライフステージ別の基本計画