

## はじめに

本町では、「健康寿命の延伸」に向けて、平成24年度(2012年度)から「奥出雲町げんきプラン21計画(第2期計画)」を、平成28年度(2016年度)から「奥出雲町母子保健計画」を、平成27年度(2015年度)から「奥出雲町食育推進計画(第2期計画)」を策定しました。それぞれの計画において、町民の皆様が、健康で明るく生きがいをもって生活できる社会の実現に向けて、健康づくりに取り組んでまいりました。

一方で、近年、少子高齢化・人口減少社会は日本全体の経済や社会の存続の危機に直結した課題となっています。私たちのまち奥出雲町においても、極端なスピードで、少子高齢化、人口減少が同時に進んでおり、残念ながらその歯止めがかかっていない状況です。

こうした状況を踏まえ、本町では、総力戦のまちづくり「奥出雲創生」として強力に人口減少対策に取り組むこととし、この度の計画の上位計画となる令和2年度に策定しました第2次奥出雲町総合計画及びまち・ひと・しごと創生総合戦略(奥出雲町デジタル田園都市構想総合戦略に名称変更)について政策を組み直し、改訂を行い、脱炭素やSDGs、デジタル社会に向けた自治体DXの推進などの施策も強化しています。

人口減少・少子高齢化の深刻な状況にあり、「奥出雲創生」に取り組む本町において、健康増進を推進するにあたっては、少子化に伴う子育て環境の変化や家族形態、家庭環境の多様化といった母子保健の課題、食を取り巻く環境の変化や食に関する価値観やライフスタイル等の多様化といった食生活の課題を改善していくことが重要です。「奥出雲町げんきプラン21計画(第2期計画)」、「奥出雲町母子保健計画」、「奥出雲町食育推進計画(第2期計画)」の見直しにあたり、ライフコースアプローチを踏まえ、上位計画との整合をとりながら、3計画をまとめ、「健康増進」に「母子保健」「食育推進」を加えた3つの柱を一体的に推進する「奥出雲町げんきプラン21推進計画(第3期計画)」を策定することとしました。

本計画においては、「栄養・食生活」「運動」「こころ・アルコール」「歯」「健康管理・たばこ」「フレイル予防」の6つの分野において、ライフステージに沿った行動目標を掲げ、「個人・家庭」「地域」「関係機関」「行政」の一体となったまさに「総力戦」の取り組みを示しております。

健康づくりの主役は、町民の皆様ですが、町民の皆様と地域、関係機関及び行政が協働して健康づくりに取り組んでいくことで、本計画の基本理念であります「健やかでこころ豊かに健康長寿 奥出雲」が実現するものと考えており、今後も町民の皆様とともに施策を推進してまいりたいと存じます。

結びに、本計画の策定にあたり、アンケート調査にご協力いただきました町民の皆様、並びに貴重なご意見やご提案をいただきました計画策定にかかる委員の皆様並びに健康づくり推進協議会、母子保健推進協議会、食育推進委員会の委員の皆様、深く感謝申し上げます。

令和5年(2023年)7月

奥出雲町長

保原 系