



健康たからづか21（第3次）に係る  
パブリック・コメント実施と  
アンケート調査結果の報告及びお願い  
について

健康福祉部 健康推進課



# 今日のスケジュール

- ➡ ①健康たからづか21とは
- ➡ ②パブリック・コメントについて
- ➡ ③アンケート調査結果報告と  
お願いについて



# 今日のスケジュール

- ➡ ①健康たからづか21とは
- ➡ ②パブリック・コメントについて
- ➡ ③アンケート調査結果報告と  
お願いについて

# 健康たからづか21(第3次)(案)とは

- ▶ すべての市民がいつまでも健康で安心して暮らせるまちを目指すことを基本理念として策定
- ▶ 計画期間  
令和7年度(2025年度)～令和12年度(2030年度)の6年間



# 計画制定の背景と趣旨①

宝塚市では、  
市民の健康づくりを推進するための計画として、

国 健康日本21（第2次）

県 健康づくり推進実施計画

市 宝塚市の関連計画

等を踏まえ

令和元年(2019年)に

**健康たからづか21(第2次後期計画)**

策定

- ・健康寿命の延伸を図る
- ・生活の質の向上を目指した健康づくり施策を推進

## 計画制定の背景と趣旨②

令和6年度(2024年度)で終了  
国・県が新たな計画を策定



社会情勢の変化や新たな健康課題に対応し、  
宝塚市のさらなる健康づくりを推進するため、

**健康たからづか21(第3次)**

を策定します。

# 計画の基本理念

市民一人ひとりが、  
生涯を通じ健康づくりに主体的に取り組み、  
市を含めた地域社会全体で  
健康づくりを積極的に推進することで、  
すべての市民がいつまでも健康で安心して暮らせる  
まちを目指します。

**総合目標 健康寿命の延伸（6年で0.75歳）**

現状値は

**男性 81.53歳**  
(県内 5位)

**女性 85.24歳**  
(県内 10位)

# 基本方針

- ・ ライフステージに応じ、  
「生活習慣病予防等の健康づくり」  
「歯及び口腔の健康づくり」  
「こころの健康づくり」  
の3点を重点的に取り組む分野として推進

次世代	成人期	高齢期
妊産婦 こども	おおむね 20歳から64歳	おおむね 65歳以上

- ・ 個人の健康づくりを社会全体で支援するための環境整備の推進
- ・ 健康危機事案への対応

# 主な施策

次世代	生活習慣病予防	こどもの健康づくりに取り組む
	歯及び口腔	親子での歯の健康意識の向上に取り組む
	こころ	育てにくさに対して支援を提供する
成人期	生活習慣病予防	習慣的に運動する人を増やす
	歯及び口腔	歯周病の予防を推進する
	こころ	多量飲酒者を減らす
高齢期	生活習慣病予防	フレイルの予防を推進する
	歯及び口腔	口腔機能の維持・向上を推進する
	こころ	社会活動への参加を推進する



# 今日のスケジュール

- ➡ ①健康たからづか21とは
- ➡ ②パブリック・コメントについて
- ➡ ③アンケート調査結果報告と  
お願いについて



# パブリック・コメントの目的

- ▶ 本計画（案）策定の趣旨や内容等について、  
広く公表し、本計画（案）に  
**市民の皆様からの意見を反映**するため、  
意見募集を行います。



# 公表方法

▶ 市ホームページ

▶ 市の窓口

宝塚市立健康センター

市役所市民相談課

各サービスセンター・サービスステーション

各公民館



## 意見の募集期間

令和6年（2024年）12月27日（金）から

令和7年（2025年）1月30日（木）まで

# 意見の提出方法

- ▶ 別紙「意見提出用紙」による提出  
宝塚市立健康センターの窓口に持参  
郵送・ファクシミリ・電子メールにより提出
- ▶ 電子申請による提出

その他、詳細は別添の資料をご覧ください。  
ご意見をお待ちしております。



# 今日のスケジュール

- ➡ ①健康たからづか21とは
- ➡ ②パブリック・コメントについて
- ➡ ③アンケート調査結果報告と  
お願いについて

# アンケート調査 実施方法

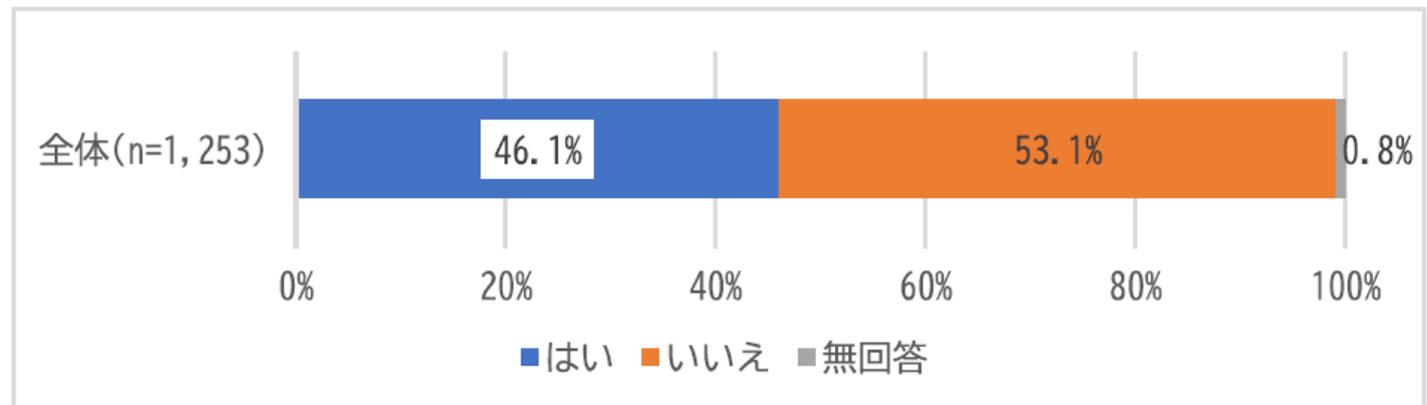
## 【実施方法】

- <対 象>無作為抽出した 20 歳以上の市民 3,000 人
- <期 間>令和 6 年（2024 年）1 月 30 日～2 月 16 日
- <方 法>調査票を郵送配布・郵送回収
- <回収結果>回収数 1,364 件(45.5%)  
有効回答数 1,364 件(45.5%)

- ▶ 地域ごとのデータはありません
- ▶ 市全体のデータのみです。

# アンケート調査結果 ①

図 28 1年以上の運動の継続（1回30分以上 週2回以上）

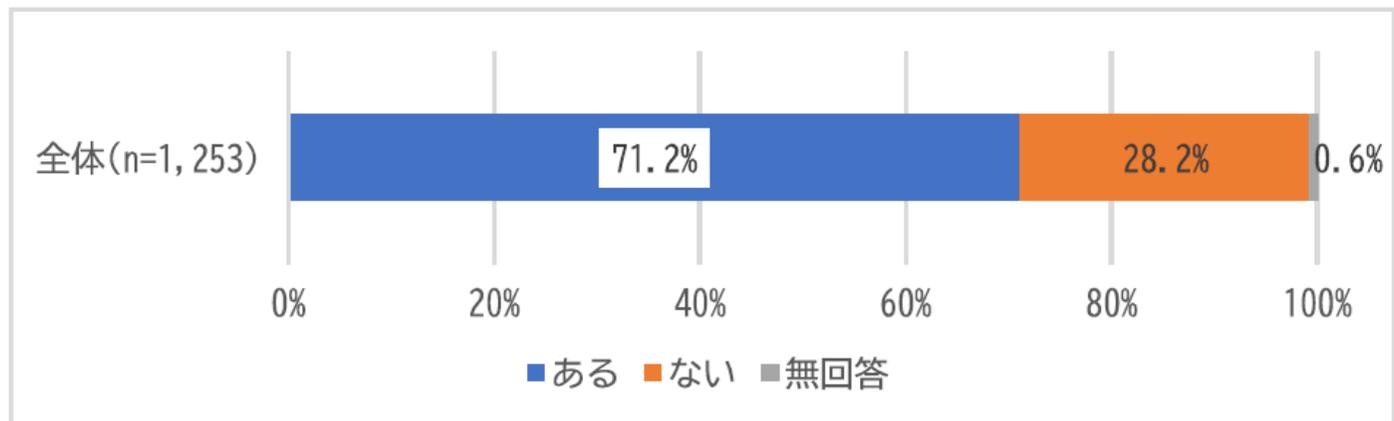


出典：健康たからづか 21（第3次）策定に係るアンケート調査

目標：増加

## アンケート調査結果 ②

図 31 1年以内の歯科健診の有無



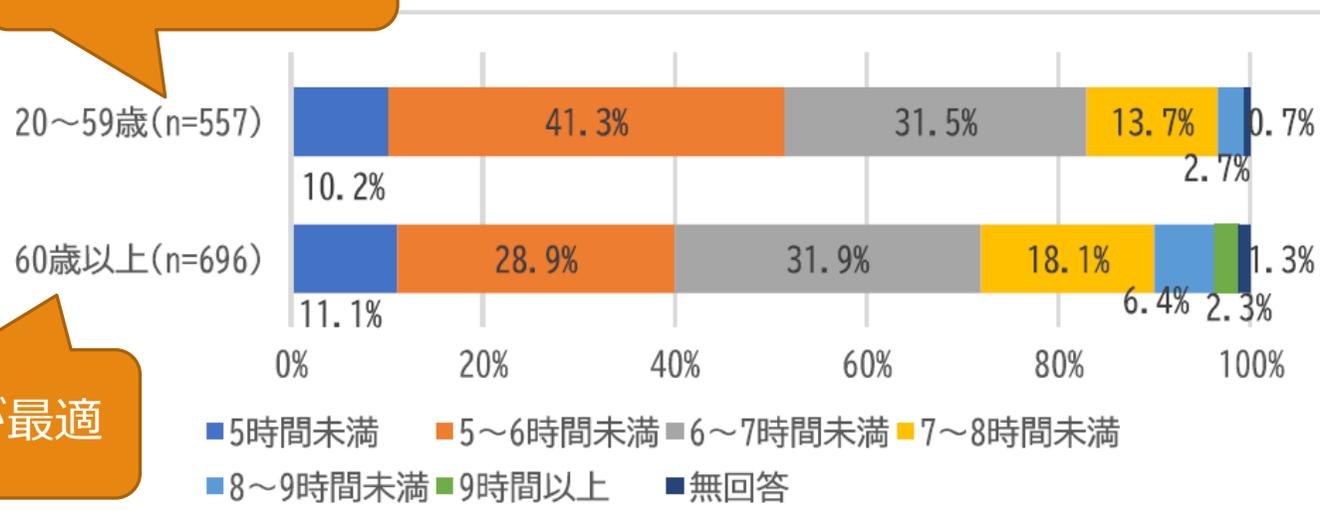
出典：健康たからづか 21（第3次）策定に係るアンケート調査

目標：85%

# アンケート調査結果 ③

6～9時間が最適

図 33 睡眠時間



6～8時間が最適

出典：健康たからづか 21（第3次）策定に係るアンケート調査

目標：60%

# お願い

- ▶ 現在、中山台コミュニティの皆様と子宮頸がん検診受診率向上対策に取り組んでいます。
- ▶ 地域全体で健康になるために、市と一緒に取り組んでいただけるまちづくり協議会がありましたら、お声かけください。

例 地域での健康教育を順に実施する  
啓発チラシを配布する  
地域資源と連携する  
まち協のお知らせ等に記事を掲載していただく

宝塚市 健康推進課 0797-86-0056  
担当：課長 平松、係長 中西（仁志）