

資料編

【1】策定経過

年	月 日	内 容
2022 年 (令和4年)	7月8日 ～ 7月 22 日	2022 年度(令和4年度)第1回ふくやま健康・食育市民会議 (フクイク21)【書面会議】 ・ ふくやま健康フクイク21いきいきプラン2018の期間延長に ついて
2023 年 (令和5年)	1月 16 日 ～ 1月 27 日	2022 年度(令和4年度)第1回ふくやま健康・食育市民会議 (フクイク21) 第1～第5部会 ・ 次期計画の策定に伴う市民健康意識調査項目(案)について
	2月 22 日	2022 年度(令和4年度)第2回ふくやま健康・食育市民会議 (フクイク21) ・ 次期計画の策定に伴う市民健康意識調査項目(案)について ・ 次期計画の策定スケジュールについて
	3月 13 日 ～ 6月 22 日	市民健康意識調査の実施
	5月 30 日	2023 年度(令和5年度)第1回ふくやま健康・食育市民会議 (フクイク21) ・ 市民健康意識調査の実施状況について
	8月 29 日	2023 年度(令和5年度)第2回ふくやま健康・食育市民会議 (フクイク21) ・ 市民健康意識調査結果について ・ 次期計画骨子(案)について
	10月 17 日 ～ 10月 27 日	2023 年度(令和5年度)第1回ふくやま健康・食育市民会議 (フクイク21) 第1～第5部会 ・ ふくやま健康フクイク21いきいきプラン2018の評価について ・ ふくやま健康プラン2024素案について
	11月 15 日	2023 年度(令和5年度)第3回ふくやま健康・食育市民会議 (フクイク21) ・ ふくやま健康フクイク21いきいきプラン2018の評価について ・ ふくやま健康プラン2024素案について

年	月 日	内 容
2023 年 (令和5年)	12月1日 ～ 1月5日	パブリックコメントの実施
2024 年 (令和6年)	1月24日	2023年度(令和5年度)第4回ふくやま健康・食育市民会議 (フクイク21) ・ ふくやま健康プラン2024最終案について
	2月5日 ～ 2月15日	2023年度(令和5年度)第2回ふくやま健康・食育市民会議 (フクイク21)第1～第5部会 ・ ふくやま健康プラン2024に基づく今後の取組について

【2】ふくやま健康・食育市民会議（フクイク21）

市民自らが健康づくりに取り組み、だれもが健やかでいきいきと暮らせるまちをめざして、市民の健康づくりと食育、フレイル予防、こころの健康づくり、自殺対策の円滑な推進を図ることを目的に、地域や関係団体・行政により設置されているものです。

同会議は、本計画を推進するための具体的な取組や評価等を実施するため、5つの部会に分かれて、重点取組項目を定め、市民の健康づくりに取り組んでいます。

部会	所管事項
第1部会 生活習慣改善部会	生活習慣改善のための重点的な取組に関すること(「食」による健康づくりに関することを除く。)
第2部会 生活習慣病・重症化予防部会(健診部会)	健康診査の受診率向上及び健康診査フォローのための重点的な取組に関すること。
第3部会 地域健康づくり推進部会	健康増進・食育を地域で推進していくための各種事業の情報提供や啓発活動等に関すること。
第4部会 食に関する部会	食育推進(「食」による健康づくりに関することを含む。)のための重点的な取組に関すること。
第5部会 こころの健康・自殺対策に関する部会	こころの健康・自殺対策のための重点的な取組に関すること。

【3】ふくやま健康・食育市民会議（フクイク21）委員名簿

2024年(令和6年)3月1日現在

団体名等	名 前	役 職	
福山市医師会	辰川 匡史	副委員長	第4部会部会長
松永沼隈地区医師会	小川 裕司	副委員長	第2部会部会長
府中地区医師会	野島 洋樹		第1部会副部会長
深安地区医師会	吉鷹 知也		
福山市歯科医師会	大石 憲一		第2部会副部会長
福山市薬剤師会	村上 信行	副委員長	第1部会部会長
	小林 啓二		
福山大学	山崎 理央		第5部会副部会長
	杉原 成美	委員長	
	山田 直子		
福山市立大学	林 聡太郎		
	正保 正恵		第4部会副部会長
福山平成大学	長野 扶佐美		
広島県歯科衛生士会福山・府中地区会	戸室 佳子		
福山市公衆衛生推進協議会	村田 政雄	副委員長	第3部会部会長
福山市連合民生・児童委員協議会	三原 祥一		第3部会副部会長
	田原 美恵子		
福山市女性連絡協議会	笹川 司		
福山市老人クラブ連合会	井上 工		
福山明るいまちづくり協議会	土井 貴博		
福山市PTA連合会	山縣 明美		
福山市保育施設保護者会連合会	門原 しのぶ		
福山市身体障害者団体連合会	大村 徳子		
福山手をつなぐ育成会	西山 千秋		

団体名等	名 前	役 職	
福山市食生活改善推進員協議会	岡田 幾香		
	岩田 千代子		
福山市運動普及推進員連絡協議会	岩井 典子		
	谷本 潤		
キラキラサポーターの会	三上 貴久美		
福山食品衛生協会	豊田 健路		
広島県栄養士会	迫 能恵		
連合広島東部地域協議会福山地区連絡会	橋本 敬治		
福山市医師会健診センター	城戸 早葉子		
	増成 範子		
福山検診所	水成 悠衣		
中国労働衛生協会	佐々田 盛弘		
福山市農業協同組合	松井 知明		
福山商工会議所	山本 博美		
福山市社会福祉協議会	岩川 和美		
	沖藤 隆		
福山市公立小学校長会	松岡 浩之		
福山市公立中学校長会	村上 啓二		
広島県精神神経科診療所協会	馬野 育次	副委員長	第5部会部会長
広島弁護士会福山地区会	田口 泰斗		
広島県臨床心理士会	黒田 理子		
独立行政法人国立病院機構 福山医療センター	木梨 貴博		
広島県東部保健所	福田 光		
福山市スポーツ協会	三原 悟		
福山府中医療圏地域リハビリテーション 広域支援センター	岡崎 智弘		
福山市フレイルサポーターの会	佐藤 秀信		

【4】用語解説

あ行

用語	解説
アプリ「健康マイレージ」	健康づくりに対する意識向上と生活習慣の改善を促すアプリのこと。ウォーキングや健診受診などの健康づくりを実践することでポイントを貯め、貯めたポイントで特典(電子マネー)が当たる抽選に参加できる「ふくやま健康ポイント事業」として実施している。
イエローグリーンリボン運動	「受動喫煙の防止と禁煙を推進しよう」という意味が込められた黄緑色のリボンを活用した啓発活動のこと。
いきいき百歳体操	2002年(平成14年)に高知市が開発した、重りを使った筋力向上のための体操のこと。通いの場等で実施している。
栄養成分表示	加工食品及び添加物に含まれるエネルギーやたんぱく質、脂質、炭水化物、食塩相当量などの栄養成分に関する情報のこと。
SDGs (Sustainable Development Goals)	「持続可能な開発目標」のこと。「誰一人取り残さない」持続可能でよりよい社会の実現をめざしている。 2030年(令和12年)までに持続可能でより良い世界をめざす国際社会共通の目標で、17のゴール及び169のターゲットから構成されている。
オーラルフレイル	嚙んだり、飲み込んだり、話したりするための口腔機能が衰えた状態のこと。

か行

用語	解説
加熱式たばこ	たばこの葉を燃やすのではなく、加熱することで蒸気を発生させて使用するたばこのこと。 加熱式たばこの煙(エアロゾル)には、ニコチンや発がん性物質などの有害な物質が含まれる。
通いの場	地域の住民同士が身近な場所に集い、一緒に活動内容を企画し、ふれあいを通して「生きがいづくり」「仲間づくり」の輪を広げる場所のこと。
共食	ひとりで食べるのではなく、家族や友人、職場の人や地域の人など、誰かと共に食事をする事。
キラキラサポーター (子育て支援ボランティア)	地域において、子育て中の親に対し、子育てに関する様々な情報提供をしたり、身近な相談相手となるボランティアのこと。

用語	解説
健康寿命	日常的に介護を必要とせず、自立した生活ができる生存期間のこと。厚生労働省「健康寿命の算定方法の指針」に基づき、介護保険の要介護2～5を不健康(要介護)な状態とし、それ以外を健康(自立)な状態として算出している。 なお、国、県では国民生活基礎調査に基づき「あなたは現在、健康上の問題で日常生活に何か影響がありますか。」という質問に対する回答に基づき算出しており、数値が異なる。
こんにちは赤ちゃん訪問事業	生後4か月までの乳児のいる家庭を対象に、保健師、育児家庭訪問員、キラキラサポーター等が訪問して、保護者の不安や悩みを聞き、子育て支援に関する情報提供を行う乳児家庭全戸訪問事業のこと。

さ行

用語	解説
産後うつ病	出産後数週間から3か月以内に発症することが多いとされるうつ病のこと。気分の落ち込み、意欲の低下、不眠、自責感などの症状がみられる。
歯周病検診	生涯を通じて歯・口腔の健康を保つために、歯科医師が歯や歯肉等口腔の状態を確認し、結果に基づき指導を行う検診のこと。 対象者は、40歳、50歳、60歳及び70歳の人。
シニア食生活改善教室	食生活改善推進員が、高齢者及びその家族を対象に、低栄養予防や減塩、骨粗しょう症予防を目的に開催する教室のこと。
受動喫煙	たばこを吸わない人が、喫煙者のたばこの煙を吸い込むこと。 たばこの先から出る煙(副流煙)には、喫煙者が直接吸い込む煙(主流煙)より高い濃度の有害物質が含まれているため、喫煙者と同じように肺がんなどの病気を発症する危険性が高まる。
食育	子どもの頃から正しい食習慣を身に付け、自分の健康を考えて食べ物を選ぶなど健康で元気に過ごせる力をつけるとともに、食べ物に対する興味を育て、食の大切さを学ぶこと。
食育の日	食育の一層の定着を図ることを目的に、国の「食育推進基本計画」において、毎月19日を「食育の日」として定めたもの。
食品表示	消費者が食品を購入するとき、食品の内容を正しく理解したうえで、選択したり、摂取する際の安全性を確保するための重要な情報源となるもの。 原材料、添加物、産地、内容量、消費期限、賞味期限、保存方法、栄養成分の量など。
新型コロナウイルス感染症	2019年(令和元年)12月に発生が報告され、2020年(令和2年)1月にWHOが緊急事態を宣言した感染症のこと。本市では2020年(令和2年)4月2日に初めて感染者が確認され、感染症法上の位置づけが5類感染症に変更された2023年(令和5年)5月7日までに、138,900人の感染者が発生した。 国においては、緊急事態宣言やまん延防止等重点措置がとられ、感染症拡大及びこれに伴う行動制限等の対策により、感染に対する不安や行動様式の変化など、市民の心身の健康に大きな影響を及ぼした。

用語	解説
生活習慣病	食、運動、休養、喫煙、飲酒等の生活習慣が、その発症や進行に関与する疾病のこと。主な生活習慣病には、高血圧症、脂質異常症、糖尿病等がある。

た行

用語	解説
断酒会	酒害に悩む人たちが、自らの体験を語り合い、お互いに支え合って断酒を継続していく自助グループ。
地域包括支援センター	高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるように保健、福祉などの様々な支援を総合的に行う機関のこと。
地産地消	地域で生産されたものをその地域で消費すること。
DV (Domestic Violence)	配偶者や恋人等の親密な関係にある、又はあった者から振るわれる暴力のこと。身体的な暴力のみならず、精神的、性的暴力も含まれる。
特定健康診査 (特定健診)	糖尿病等の生活習慣病の発症や重症化を予防することを目的として、メタボリックシンドロームに着目し、生活習慣の改善が必要な人を早期に見つけるため、各医療保険者に実施が義務付けられた健康診査のこと。40歳から74歳までの被保険者及びその被扶養者を対象に行われる。
特定保健指導	特定健康診査の結果により、生活習慣病の発症リスクが高い人に対して、生活習慣を改善するために行われる保健指導のこと。保健指導に関する専門的知識及び技術を有する保健師、管理栄養士等が行う。

な行

用語	解説
妊婦歯科健康診査	妊婦及び生まれてくる子どもの口腔衛生の向上を図るために、歯科医師が歯や歯肉等口腔の状態を確認し、結果に基づき指導を行う健診のこと。

は行

用語	解説
BMI (Body Mass Index)	肥満の程度を示す体格指数として用いられる値であり、体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)の計算式で求める。 肥満や低体重(やせ)の判定に用いる。
ひきこもり	仕事や学校に行かず、家族以外の人と交流をほとんどせずに、6か月以上続けて自宅にひきこもっている状態のこと。
フードバンク	安全に食べられるのに包装の破損や過剰在庫、印字ミスなどの理由で、流通に出すことができない食品を企業などから寄贈していただき、必要としている施設や団体、困窮世帯に無償で提供する活動のこと。

用語	解説
ふくやま健康・食育市民会議(フクイク21)	第2次福山市健康増進計画及び第2次福山市食育推進計画に基づき、2013年(平成25年)8月に、市民の健康づくりと食育の円滑な推進を図るために設置された会議のこと。分野ごとに協議する場として5つの部会が設置されている。 通称フクイク21のフクは「福山のフク」「幸福のフク」、イクは「食育のイク」「命とこころを育む」からとったもの。健康によって幸福を育むことの意味も含まれる。21は、21世紀においても、さらなる健康に取り組むことや、毎月21日のふくやま健康づくりの日を表している。
福山市ネウボラ相談窓口「あのね」	妊娠期から子育て期を安心して過ごせるよう、妊娠・出産・子育てに関する様々な相談に応じ、切れ目のない支援を行う総合相談の窓口のこと。
ふくやま地産地消の日	「食」と「農」と「健康」と「環境」を考え地産地消を実践する日として、「福山」の「ふく」から、毎月29日を「ふくやま地産地消の日」として定めたもの。
フレイル	加齢に伴って筋力や心身の活力が低下し、「健康」と「要介護」の中間の虚弱な状態にあること。予防の取組により、健康な状態を取り戻すことができる。
フレイルサポーター	高齢者がいきいきと活躍できるよう支援することを目的として、フレイルチェック会の運営などを通して、フレイル予防に取り組めるよう応援するボランティアのこと。
フレイルチェック会	心身の状態への気づきを促し、状態に応じたフレイル予防の取組につなげるため、フレイルサポーターが運動、栄養・口腔、社会参加に関する質問票を確認するとともに、フレイル予防のアドバイスをを行う。結果は、タブレット端末で表示する。
ヘルシーメニューコンテスト	バランスの良い食事と朝食の大切さの啓発を目的とし、福山でとれた食材を使った簡単にできるメニューを募集し、表彰するコンテストのこと。

ま行

用語	解説
メタボリックシンドローム	内臓の周囲に脂肪が蓄積した肥満(内臓脂肪型肥満)により、高血圧、脂質代謝異常、高血糖が引き起こされる状態のこと。

ら行

用語	解説
ライフコースアプローチ	現在の生活習慣や健康状態がその後のライフステージの健康状態に影響を与えるため、胎児期、乳幼児期、思春期、成年期、壮年期、高齢期までを連続して考え、疾病予防をしていく健康づくりのこと。
ロコモティブシンドローム	骨、関節、筋肉等運動器の障害のために、立ったり歩いたりするための身体能力(移動機能)が低下した状態のこと。進行すると、将来介護が必要になる危険性が高くなる。

ふくやま健康プラン2024各計画のイメージキャラクター紹介



ふくっぴー

＜ふくっぴー＞

「福山市健康増進計画」のイメージキャラクターのこと。「いつも元気で前向き、心も体も福いっぱい。早寝・早起き・朝ごはん、生活リズムで明るい未来へレッツゴー！」がモットー。誕生日は、2004年(平成16年)3月21日(毎月21日は「ふくやま健康づくりの日」)



フレイル予防ローラ

＜フレイル予防ローラ＞

「福山市フレイル予防推進計画」のイメージキャラクターのこと。フレイル予防の3本柱「運動」「栄養・口腔」「社会参加」を推進するため、6種類のデザインがある。



元気な福の山ファミリー

＜元気な福の山ファミリー＞

「福山市食育推進計画」のイメージキャラクターのこと。福山市の主な特産品を家族にみたてている(鯛父さん、ぶどう母さん、くわいくん、アスパラくん、柿ちゃん)。毎月19日はみんなで食について「19」(トーク)している。



ハートふくっぴー

＜ハートふくっぴー＞

「福山市命とこころを育む計画」のイメージキャラクターのこと。「福山市健康増進計画」のイメージキャラクターであるふくっぴーが、一人一人のかけがえのない命を大切にしたいと考え、いつも温かい思いやりのハートを持っている。