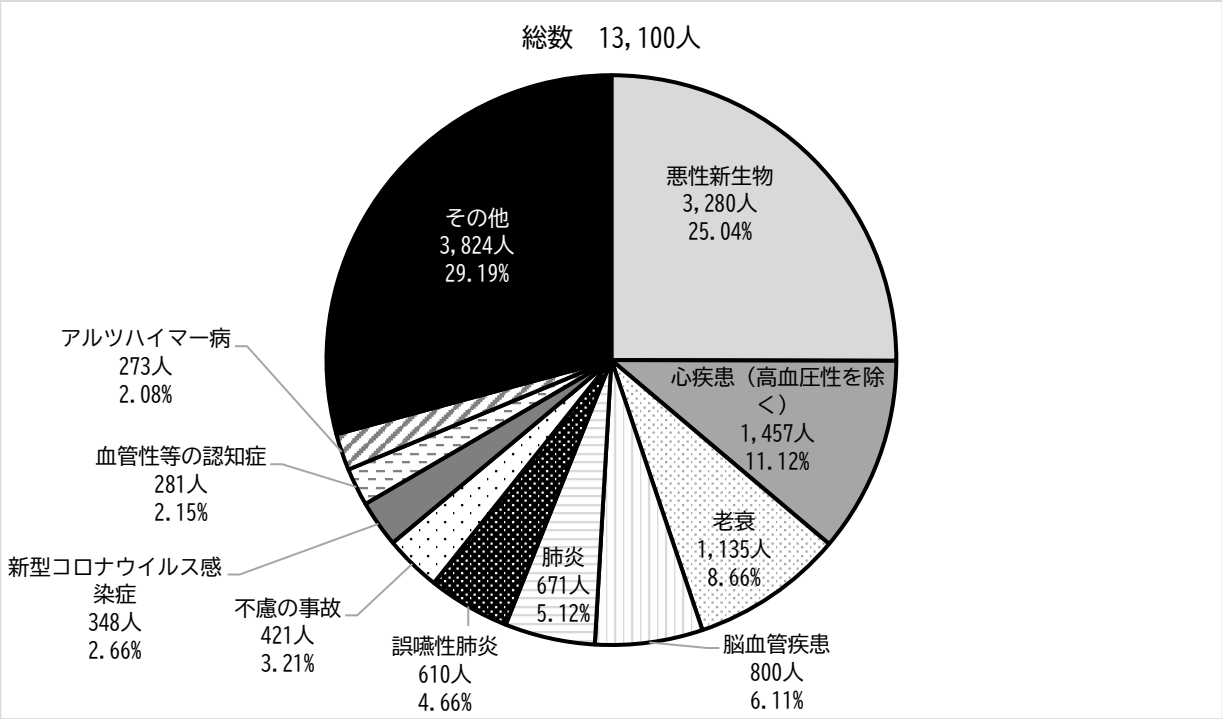
第６章　健康づくり

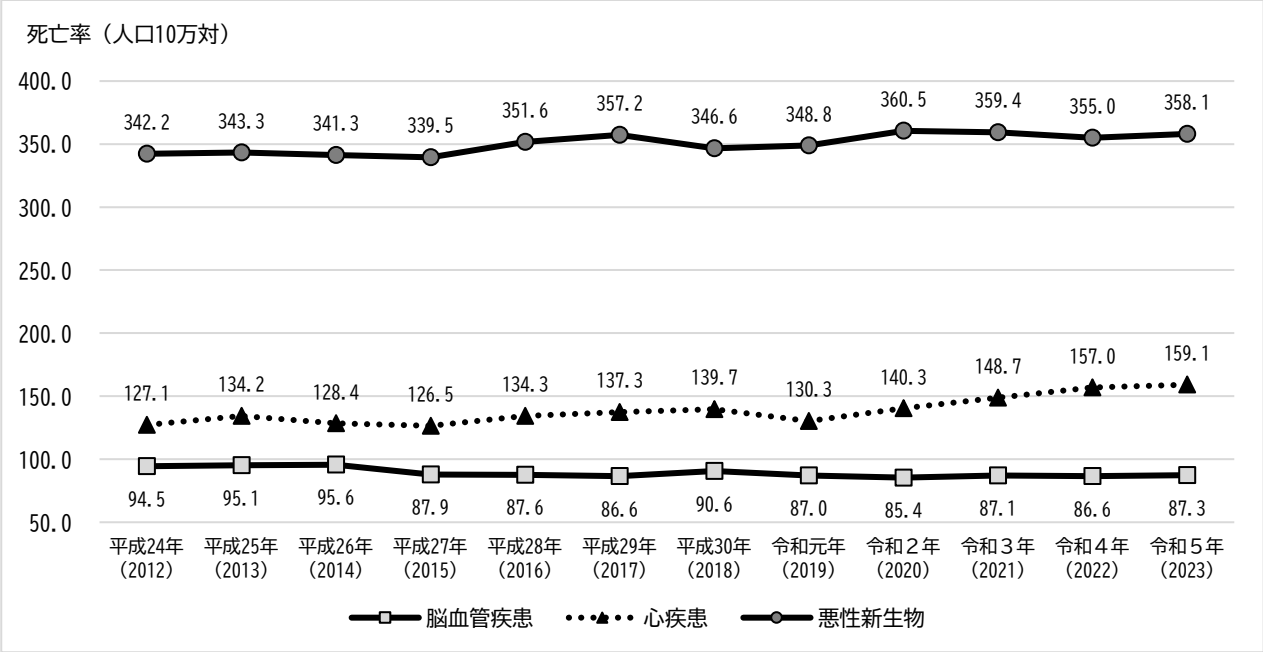
第１節　北九州市民の健康を取り巻く状況

◆北九州市の主要死因の割合（令和５(2023)年）



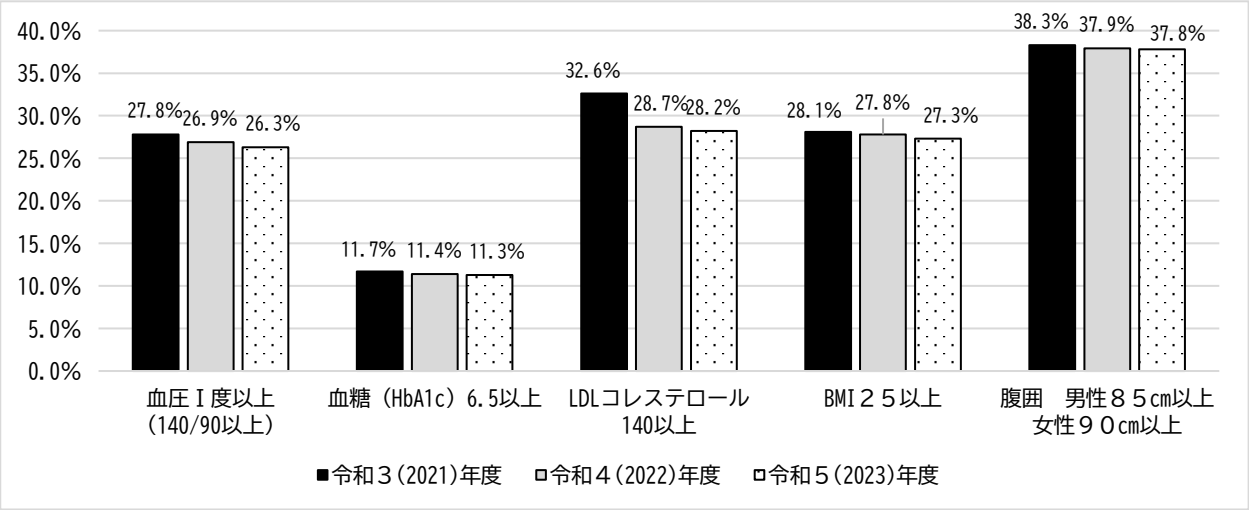
【出典】厚生労働省「人口動態統計」

◆３大死因の年次推移

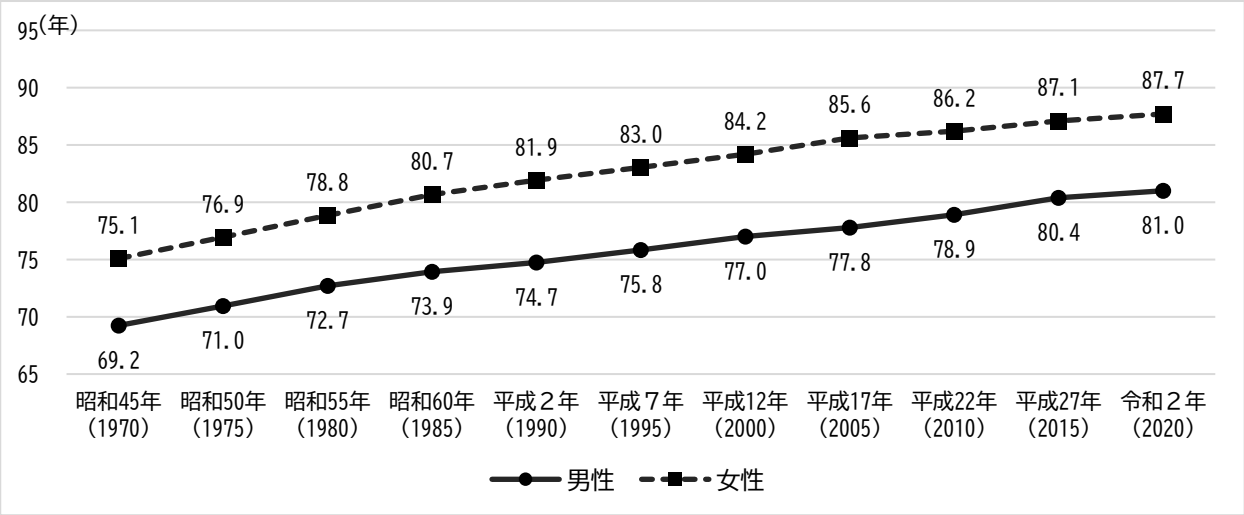


【出典】厚生労働省「人口動態統計」

◆北九州市国民健康保険の特定健診受診者のうち有所見者状況

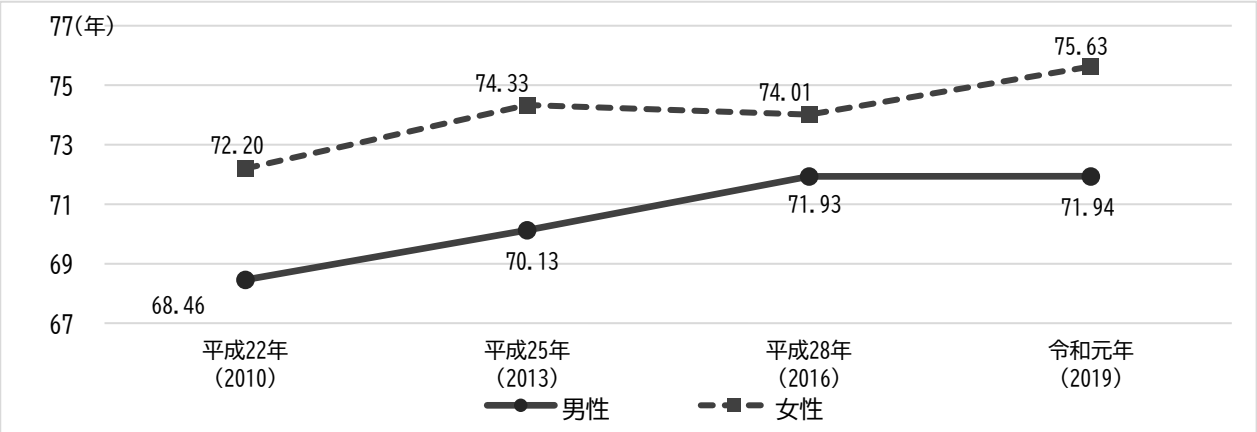


◆平均寿命



【出所】厚生労働省「令和２年都道府県別生命表の概況」

◆健康寿命



【出所】厚生労働科学研究「健康寿命及び地域格差の要因分析と健康増進対策の効果検証に関する研究」

第２節　第三次北九州市健康づくり推進プラン

１　計画の概要　〔健康推進課〕

本市では、市民の健康寿命の一層の延伸を図るため、今後の北九州市の健康づくりに関する施策を総合的かつ計画的に推進することを目的に令和６(2024)年３月に「第三次北九州市健康づくり推進プラン」を策定しました。

主な健康課題を①オーラルヘルス②高血圧③肥満とし、特に課題の見られた就労世代を強化ターゲットとして健康づくりの取組みを進めます。

（１）計画の位置づけ

市の基本構想・基本計画の分野別計画及び健康増進法第８条第２項で定められた「市町村健康増進計画」として策定しました。

また、本計画は歯科口腔保健の推進に関する法律第 12 条及び 13 条の規定に基づく歯科口腔保健推進計画を包含します。

（２）計画期間

令和６(2024)年度から令和 11(2029)年度まで

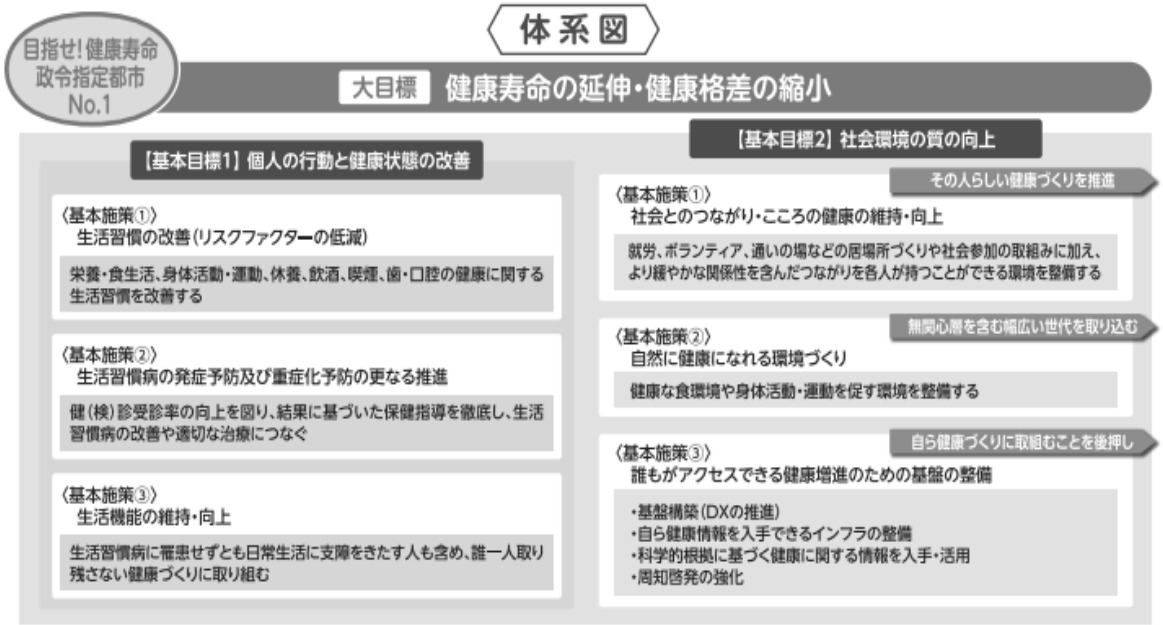
（３）基本理念

全ての市民が健やかで心豊かに生活できる持続可能な社会の実現のため、個人の行動と健康状態の改善に加え、個人を取り巻く社会環境の整備やその質の向上を通じて、健康寿命の延伸及び健康格差の縮小を目指します。

（４）健康づくりスローガン

「健康に生きる、笑って活きる。」

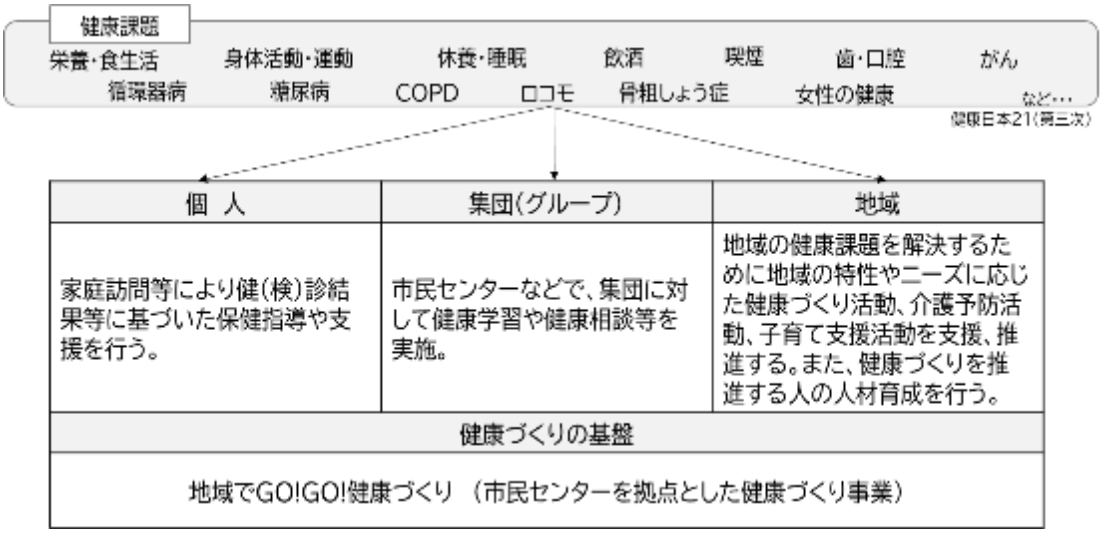
（５）計画の体系



第３節　健康づくり

１　健康づくりの相談・支援体制　〔健康推進課〕

乳児期から高齢期まで生涯を通じて市民の健康を保持・増進するため、栄養・食生活、身体活動・運動、休養・睡眠、飲酒、喫煙、歯・口腔など様々な健康課題について、個別支援や集団での健康教育、地域活動の支援や連携を通して、解決を図ります。



２　健康教育・健康相談　〔健康推進課〕

様々な生活様式に合わせ、市民一人ひとりが自分の健康をコントロールできるよう支援するために、食生活・運動・休養・こころの健康づくりをはじめとした健康教育、健康相談などの充実を図り、生活習慣の改善を支援するなど専門的、技術的な支援体制を整え、市民自らが健康に関する学習を深められる機会を提供しています。

（１）健康教育の実施

主に 40 歳～64 歳の市民を対象に、健康に対する正しい知識の普及と「自分の健康は自分で守る」という意識を高めることを目的として、さまざまな健康教育を市民センターや区役所などで実施しています。

① 個別健康教育

平成 20(2008)年度から、特定保健指導の対象に該当しないものの、生活習慣病予防または重症化予防のための保健指導が必要な者に対して個別健康教育を行っています。

② 各種健康教室

市民を対象に、メタボリックシンドロームや生活習慣病、慢性閉塞性肺疾患（COPD）、歯の健康・介護予防・健康増進全般等についての教室を区役所・市民センターなどで実施しています。

◆健康教育の実施状況（令和５(2023)年度）

【個別健康教育】延べ参加者数：1,051 人

【集団健康教育】

	令和３年度		令和４年度		令和５年度	
	開催回数	延べ参加者数	開催回数	延べ参加者数	開催回数	延べ参加者数
生活習慣病関係	243 回	3,885 人	366 回	7,045 人	324 回	6,918 人
母子関係	501 回	9,445 人	577 回	11,123 人	638 回	12,679 人

（２）区役所での健康相談の実施

主に 40 歳～64 歳の市民を対象に、区役所で心身の健康に関する相談に応じています。

① 食生活相談

個人の健康状態や嗜好、生活背景を考慮しながら、自主的、継続的な食生活の改善が図れるよう、栄養士が相談に応じています。

◆食生活相談の実施状況

	令和３年度	令和４年度	令和５年度
相談者数	82 人	94 人	71 人

② 健康相談

面接や電話によって、生活習慣病予防や健康づくり、食生活などの相談に随時応じています。

◆健康相談の実施状況

		令和３年度		令和４年度		令和５年度	
		開催回数	延べ参加者数	開催回数	延べ参加者数	開催回数	延べ参加者数
重点健康相談		63 回	596 人	134 回	1,715 人	224 回	4,204 人
	高血圧	17 回	500 人	69 回	1,609 人	155 回	3,999 人
	高脂血症	5 回	20 人	12 回	12 人	4 回	14 人
	糖尿病	1 回	1 人	5 回	5 人	8 回	12 人
	歯周疾患	0 回	0 人	0 回	0 人	0 回	0 人
	骨粗しょう症	1 回	21 人	1 回	1 人	2 回	30 人
	女性の健康	1 回	4 人	1 回	18 人	1 回	26 人
	病態別	38 回	50 人	46 回	70 人	54 回	123 人
総合健康相談		126 回	1,381 人	242 回	2,983 人	240 回	2,960 人
なんでも相談（妊産婦・乳幼児）		973 回	8,989 人	1,390 回	13,064 人	1,421 回	17,404 人
合　計		1,225 回	11,562 人	1,900 回	19,477 人	2,109 回	28,772 人

（３）健康づくり講演会の開催

市民の健康への関心を高めるため、そして市民一人ひとりが健康に関する正しい情報を取り入れ、理解し、活用することができるよう、健康づくりに理解、知識を有する著名人による講演会を開催しました。

◆講演会の開催実績（令和５（2023）年度）

開催回数：３回、延べ参加者数：1,342 人

３　地域活動の支援と連携　〔健康推進課・地域福祉推進課〕

小学校区ごとに、校区担当保健師を中心とする地域保健関係職員が、地域の実情やニーズに応じた健康づくり活動、介護予防活動、子育て支援活動などに取り組んでいます。

このような活動を地域住民と協働で実施することにより、住民による自主的活動の支援・育成に取り組んでいます。

◆支援や連携を行った回数

	令和３年度	令和４年度	令和５年度
健康づくり関連会議	541 回	715 回	840 回
ふれあいネットワーク連絡調整会議	11 回	17 回	30 回
民生・児童委員協議会会議	55 回	67 回	79 回
まちづくり協議会会議	5 回	20 回	23 回
その他会議	368 回	304 回	314 回
育児サークル支援	8 回	8 回	33 回
フリースペース支援	25 回	31 回	124 回

※支援や連携を実施した延べ回数であり、事業の回数とは一致しません。

４　健康づくりを推進する人材の育成と活動の推進

市民センター等で地域における健康づくり活動を推進する健康づくり推進員・食生活改善推進員の養成及び支援を行い、その地域での実践活動を通じて市民の主体的な健康づくりを促進しています。

（１）健康づくり推進員養成研修　〔認知症支援・介護予防課〕

【対象】地域からの推薦を受け、健康づくり推進員の会に入会し、地域住民の健康づくりを進めるボランティア活動等に参加する意欲のある人

【内容】健康づくり推進員として地域で活動するうえで必要な健康づくり・介護予防についての講義及び実技

◆実施状況

	令和３年度	令和４年度	令和５年度
修了者数	99 人	28 人	25 人
推進員数	694 人	669 人	632 人

（２）食生活改善推進員養成教室　〔健康推進課〕

【対象】教室修了後に地域で食生活改善のボランティア活動ができる人

【実施場所】区役所、市民センターなど

【内容】食生活と生活習慣病等についての講義及び調理実習

◆実施状況

	令和３年度	令和４年度	令和５年度
修了者数	39 人	69 人	70 人
推進員数	1,250 人	1,137 人	1,025 人

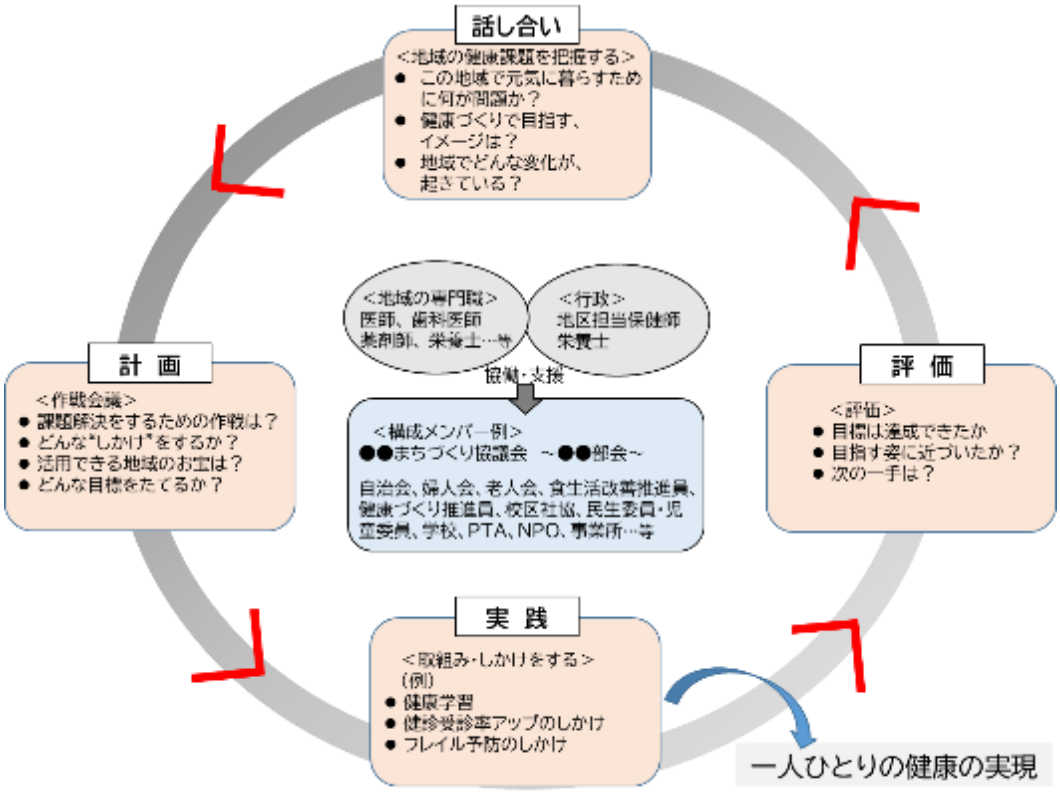
5　市民センターなど地域を拠点とした健康づくり活動の推進

（１）地域で GO!GO!健康づくり　〔健康推進課〕

地域の住民がいつまでも元気で暮らすために、住民自らが主体的に健康づくりに取り組んでいけるよう、地域住民、関係機関、行政等が一体となって平成 16(2004)年度から開始しました。

令和５(2023)年度から、市内すべてのまちづくり協議会（137 団体）で展開中です。

この事業では、地域の健康課題について住民が話し合い、健康づくりの目標を定め、プログラムを実践し、目標達成度について評価を行います。



【活動の様子（各校区の報告から抜粋）】

・校区の住民に健康についてアンケート調査を実施し、健康づくりの課題を検討
・これまでの地域の取組みを基に校区の健康づくり計画を作成
・校区の健康課題に対し、ウォーキングや食育講座、情報発信型イベントを開催
・三世代交流を目標に「ニュースポーツ大会」や「ラジオ体操」を実施
・校区の開業医の協力を得て「健康講座」を実施し、情報発信を開始
・地域の住民がウォーキングを継続できるように、地域の名所・旧跡を調査してモデルコースを設定
・実践から見えてきた新たな課題を整理し、解決に向けた取組みを検討
・課題の解決に向け実践してきた活動の定着を推進

◆市民主体の健康づくり（地域で GO!GO!健康づくり）を実施するまちづくり協議会数

令和３年度	令和４年度	令和５年度
132 団体	133 団体	137 団体

（２）ふれあい昼食交流会　〔認知症支援・介護予防課〕

食生活改善推進員が中心となり、一人暮らしなどの高齢者の方と一緒に昼食をとり、食生活につい

て楽しく学び、人々とふれあえる交流会を行っています。（高齢者施策　51 ページ参照）

（３）ケア・トランポリン教室　〔認知症支援・介護予防課〕

ふくおか健康づくり県民運動と連携して、幅広い年齢層を対象に運動習慣の定着を図る教室を開催しています。一人用の手すり付きトランポリンを使用するため、関節に負担をかけず、安全に行えます。対象は、18 歳以上（めまいのある人、人工関節術後の方は、参加不可）。

◆実施状況

	令和３年度	令和４年度	令和５年度
実施教室数	80 箇所	80 箇所	89 箇所
延べ参加人数	9,135 人	14,504 人	21,287 人

６　健康づくりアプリ「GO!GO!あるくっちゃＫｉｔａＱ」　〔健康推進課〕

ウォーキングを通じた健康づくりを推進するため、平成 30(2018)年９月に健康づくりアプリ「GO!GO!あるくっちゃ KitaQ」をリリースしました。

このアプリは、毎日の歩数や体重・血圧を記録できるほか、熱中症や健診（検診）等の様々な健康関連の情報を掲載しており、日々の健康づくりに役立てることができます。また、日頃のウォーキングや、体重や血圧などの健康記録をアプリに入力し一定のポイントを貯めた方の中から、抽選で景品を提供しています。

◆アプリ登録者数

	令和３年度	令和４年度	令和５年度
新規登録者数	3,430 人	4,443 人	1,778 人
累計登録者数	13,827 人	18,270 人	20,048 人

７　受動喫煙防止・たばこ対策の推進　〔健康推進課〕

受動喫煙の防止を一層推進し、望まない受動喫煙が生じない社会環境の整備を図るため、受動喫煙防止の普及啓発をはじめ、事業者等からの受動喫煙防止に関する相談や市民通報への対応等に取り組んでいます。

また、喫煙をやめたい人が禁煙できるように、『禁煙支援ガイドブック』の配布等を通じて禁煙支援に取り組むとともに、喫煙が健康に与えるリスクについて、正しい知識の普及啓発を行っています。

◆受動喫煙に関する施設等への指導件数

令和３年度	令和４年度	令和５年度
37 件	39 件	30 件

◆喫煙率

		平成 28 年	令和元年	令和４年
男　性	北九州市	31.1%	33.5%	29.4%
	（全　国）	（31.1%）	（28.8%）	（25.4%）
女　性	北九州市	8.5%	11.5%	10.2%
	（全　国）	（9.5%）	（8.8%）	（7.7%）

【出所】厚生労働省「国民生活基礎調査」

８　働く世代の健康づくり　地域・職域連携推進事業（令和６(2024)年度開始）〔健康推進課〕

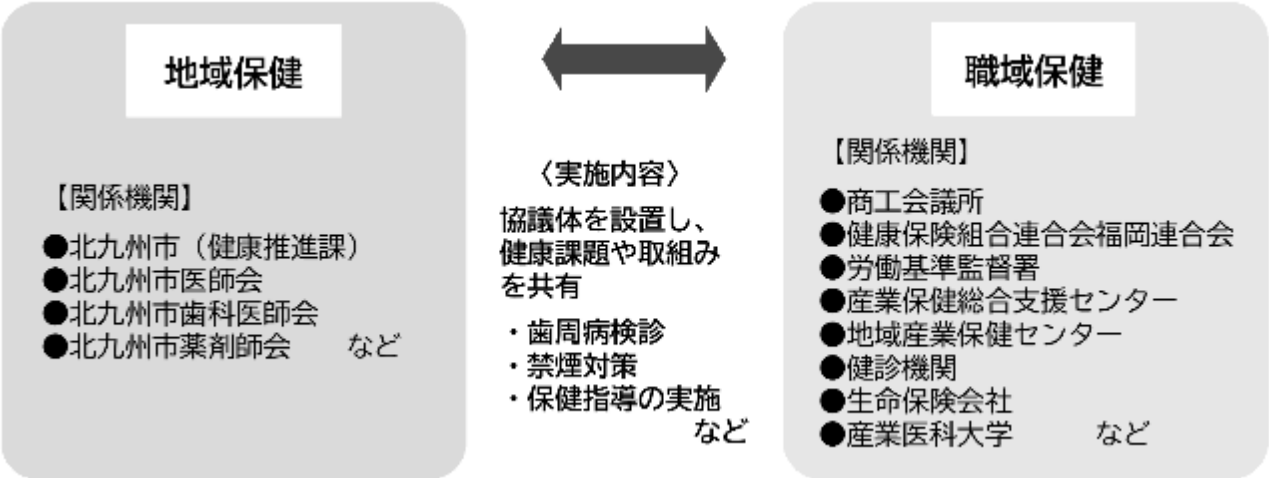
「第三次北九州市健康づくり推進プラン」の強化ターゲットである『就労世代』の健康課題の改善に向けて、『地域保健』と『職域保健』の関係者の連携・協働により、生涯を通じた継続的な保健サービスの提供体制を推進します。

（１）「北九州市働く世代の健康づくり推進会議」の設置

『地域保健』と『職域保健』の関係者で構成する会議を新たに設置し、健康課題や取組みを共有し、効果的かつ効率的に保健事業を実施していきます。

【開催頻度】年２回程度開催

【構成員】　12 名（令和６年７月時点）



（２）北九州市「企業の健康づくり実態調査」の実施（予定）

健康づくりに対する経営者の認識や企業における健康づくりの現状及びニーズを把握することを目的に、市内の企業を対象にアンケート調査を行います。

【対象】　　市内の小規模事業場から無作為にて抽出した 1,500 事業場

【調査方法】アンケート調査（回答は郵送又はWEB）

【調査項目】事業場の概要、健（検）診及び保健指導の実施状況、健康づくりに対する経営者の認識や取組み　など

第４節　各種健康診査・歯科健(検)診

１　各種健康診査　〔健康推進課〕

生活習慣病の発症予防及び重症化の予防、がん等の疾患の早期発見、早期治療を目的とした各種健康診査を実施しています。

本市では健康診査を気軽に受けていただくため、すべての受診料を1,000円以下にして、健康診査を実施しているほか、休日検診や特定健診とがん検診の同時実施に取り組んでいます。

【健康診査の内容】

<table>
<tr><th colspan="2">健診（検診）の種類</th><th colspan="2">対象者</th></tr>
<tr><td colspan="2">特定健診</td><td colspan="2">40歳～74歳の国民健康保険加入者</td></tr>
<tr><td colspan="2">基本健診</td><td colspan="2">40歳以上の生活保護受給世帯</td></tr>
<tr><td colspan="2">若者健診</td><td colspan="2">18歳～39歳で職場等の定期健康診断を受ける機会のない人</td></tr>
<tr><td colspan="2">肝炎ウイルス検査</td><td colspan="2">年齢にかかわらず過去に受診したことがない人</td></tr>
<tr><td colspan="2">骨粗しょう症検診</td><td>18歳以上</td><td rowspan="8">職場等で検診を受ける機会のない人</td></tr>
<tr><td rowspan="7">がん検診</td><td>胃がん（エックス線）</td><td>35歳以上</td></tr>
<tr><td>胃がん（内視鏡検査）</td><td>50歳以上</td></tr>
<tr><td>結核・肺がん</td><td>40歳以上</td></tr>
<tr><td>子宮頸がん</td><td>20歳以上（女性）</td></tr>
<tr><td>乳がん（マンモグラフィ）</td><td>40歳以上（女性）</td></tr>
<tr><td>大腸がん</td><td>40歳以上</td></tr>
<tr><td>前立腺がん</td><td>50歳以上（男性）</td></tr>
</table>

（１）特定健診・特定保健指導

特定健診はメタボリックシンドロームに着目した健診で、特定健診結果により、「情報提供」「動機付け支援」「積極的支援」の３つのグループに分け、「動機付け支援」「積極的支援」の２つのグループには生活習慣改善のための特定保健指導を行います。

また、特定保健指導非対象者にも健診結果や医療費データ等を分析して健康課題を明確にし、優先順位をつけ生活習慣改善等のための保健指導を実施します。

さらに、慢性腎臓病（CKD）予防に向けて、健診結果からかかりつけ医・腎専門医とをつなぐ「慢性腎臓病（CKD）予防連携システム」を運用しています。

◆特定健診の受診状況（国民健康保険加入者）

		令和２年度	令和３年度	令和４年度
北九州市	受診者数	45,069人	44,805人	43,636人
	受診率	33.5%	34.2%	35.2%
（政令市平均）	（受診率）	（26.4%）	（28.1%）	（29.5%）

◆特定保健指導実施状況（国民健康保険加入者）

		令和２年度		令和３年度		令和４年度	
		動機付支援	積極的支援	動機付支援	積極的支援	動機付支援	積極的支援
北九州市	実施者数	910 人	118 人	909 人	137 人	887 人	144 人
	実施率	18.9%		19.3%		20.2%	
（政令市平均）	（実施率）	（13.6%）		（14.0%）		（14.3%）	

※動機付支援：40～74 歳で腹囲が基準値以上、加えて追加リスク（血圧・脂質・血糖）１つに該当し、喫煙なしの者。もしくは BMI25 以上で追加リスクの該当が２つ以下、又は積極的支援の基準に該当する 65 歳以上の者。

※積極的支援：40～64 歳で腹囲が基準値以上、加えて追加リスクに２つ以上該当、又は追加リスクに１つ該当し、喫煙している者。もしくは BMI25 以上で追加リスク３つに該当、又は追加リスク２つに該当し、喫煙している者。

（２）がん検診

各種がん検診の実施により、がんを早期に発見し、早期に治療につなぎ、がんによる死亡率の減少を図っています。

早期には自覚症状のないがんは、検診を定期的に受診することが大切であり、がんに関する正しい知識の普及とがん検診受診率向上のため、乳がん検診や子宮頸がん検診の無料クーポン事業、イベントによる啓発などを行っております。

◆がん検診の受診状況

	令和３年度		令和４年度		令和５年度	
	受診者数	受診率	受診者数	受診率	受診者数	受診率
胃がん	9,860 人	3.3%	10,007 人	3.3%	11,260 人	3.7%
子宮頸がん	25,711 人	18.7%	25,934 人	19.3%	25,112 人	18.7%
肺がん	6,976 人	2.3%	8,087 人	2.7%	8,931 人	2.9%
乳がん	14,125 人	13.1%	13,868 人	14.4%	14,585 人	14.7%
大腸がん	20,170 人	6.7%	21,635 人	7.1%	22,466 人	7.4%

※受診率は国の算定方式に基づいて算定

※対象者数は、直近の国勢調査人口―就業人口＋農林水産業人口で算定

◆各種がん検診受診結果（令和４(2022)年度）

	一次検診		精密検査		がん発見率
	受診者数	要精密	受診者数	がん	
胃がん	10,007 人	385 人	338 人	49 人	0.49%
子宮頸がん	25,934 人	280 人	245 人	5 人	0.02%
肺がん	8,087 人	373 人	332 人	0 人	0%
乳がん	13,868 人	1,071 人	1,028 人	87 人	0.63%
大腸がん	21,635 人	1,862 人	1,395 人	107 人	0.49%

※がん発見率＝がんであった者／受診者数（一次検診）×100

２　歯科健(検)診　〔健康推進課〕

むし歯や歯周病等の歯科疾患の早期発見並びに発症予防及び重症化予防を目的とした各種歯科健(検)診を実施しています。

１歳６か月児・３歳児歯科健康診査においては、効果的なむし歯予防のため、希望者にはフッ化物塗布を無料で実施しています。

多くの市民に受診していただけるよう、歯周病(歯周疾患)検診は受診料 500 円(70 歳、生活保護受給者、市民税非課税世帯の方は無料)、その他の歯科健(検)診は受診料無料で実施しています。

（１）１歳６か月児・３歳児歯科健康診査

【対象者】１歳６か月児、３歳児

【実施場所】市内の登録歯科医療機関

◆受診状況

		令和３年度	令和４年度	令和５年度
北九州市	受診者数	10,106 人	9,154 人	8,861 人
	受診率	74.6%	71.5%	73.8%
（全　国）	（受診率）	(92.9%)	(94.6%)	－

（２）親子歯科健診

【対象者】１歳６か月児歯科健康診査に同行した保護者１名

【実施場所】市内の登録歯科医療機関

◆受診状況

	令和３年度	令和４年度	令和５年度
受診者数	688 人	960 人	885 人
受診率	13.9%	20.2%	20.0%

（３）４・５歳児歯科検診

【対象者】市内の幼稚園、保育所等に在園している４歳児、５歳児

【実施場所】市内の幼稚園、保育所等の施設

※検診日の欠席者等に対する個別検診は、市内の登録歯科医療機関で実施

◆受診状況

	令和３年度	令和４年度	令和５年度
受診者数	14,085 人	13,591 人	13,007 人
受診率	97.0%	96.5%	95.4%

（４）歯周病(歯周疾患)検診

【対象者】30 歳※・40 歳・50 歳・60 歳・70 歳の市民　※令和６年４月から追加

【実施場所】市内の登録歯科医療機関

◆受診状況

	令和３年度	令和４年度	令和５年度
受診者数	2,779 人	2,910 人	2,651 人
受診率	5.6%	6.0%	5.6%

（５）妊産婦歯科健診

【対象者】妊娠中から産後 1 年以内の市民

【実施場所】市内の登録歯科医療機関

◆受診状況

	令和３年度	令和４年度	令和５年度
受診者数	2,119 人	2,140 人	1,991 人
受診率	34.0%	38.4%	36.0%

３　働く世代のオーラルヘルスの推進　〔健康推進課〕

法令に基づく歯科健診の受診機会がない 30 歳の市民を対象に、令和５年度、郵送による歯周病リスク検査を実施し、歯科医療機関を受診するきっかけづくりを行いました。また、かかりつけ歯科医の重要性や歯周病予防等に関するリーフレットを作成・配布し、啓発を行っています。

（１）30 歳の歯周病リスク検査

◆実施状況

申込件数※1	実施件数※2
500 件	360 件

※1 先着 500 人限定で募集　　※2 検体の返送があった件数

◆検査結果

検査結果	A（低リスク） セルフケアの継続促進	B（中リスク） 歯科受診を勧奨	C（高リスク） 早期の歯科受診を勧奨
人数（割合）	217 人（60.3%）	102 人（28.3%）	41 人（11.4%）

◆実施後アンケート結果（抜粋）　※検査の概ね２か月後に実施・回答 171 件中

検査実施後の 歯科受診	受診済	未受診	
		受診予定あり	受診予定なし
人数（割合）	41 人（24.0%）	89 人（52.0%）	41 人（24.0%）

検査実施後の 意識変化	歯・口腔の健康づくりへの 関心が高まった	変化なし
人数（割合）	146 人（85.4%）	25 人（14.6%）

（２）啓発リーフレットの作成・配布

作成部数：20,000 部（令和５年度）　配布部数：19,400 部（令和６年７月 1 日現在）

配布先：市内の医療機関、イベント参加者等

第５節　食育の推進

１　第四次北九州市食育推進計画　〔健康推進課〕

本市の食を取り巻く現状と課題について整理を行い、市民一人ひとりが食への関心と理解を深め、生涯にわたって健康で心豊かに暮らすことができる社会が実現できるよう、本市における食育を、総合的かつ計画的に推進するため、「第四次北九州市食育推進計画」を策定し、様々な施策を実施しています。

（１）計画の位置づけ

食育基本法第 18 条第 1 項に基づく市町村食育推進計画として位置づけ、本市の食育に関する基本的な事項について定めるものです。

市の基本構想・基本計画の分野別計画であり、その他関連計画等と連携を図りながら総合的に推進していくものです。

（２）計画期間

令和６(2024)年度から令和 10(2028)年度まで

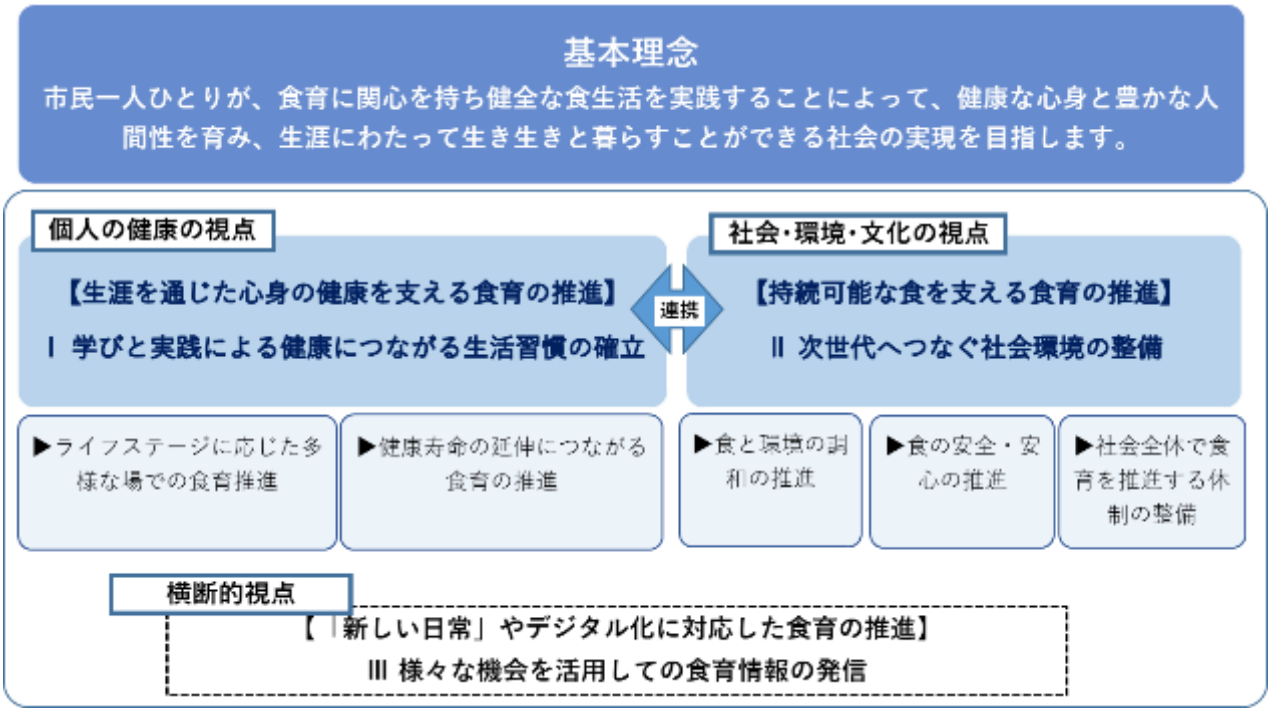
（３）基本理念

市民一人ひとりが、食育に関心を持ち健全な食生活を実践することによって、健康な心身と豊かな人間性を育み、生涯にわたって生き生きと暮らすことができる社会の実現を目指します。

（４）食育推進スローガン

「食べかたは、生きかただ。」

（５）計画の体系



２　啓発活動　〔健康推進課〕

北九州市食育推進計画の目標達成に向けて、食育関係部局や団体等と連携・協力しながら、啓発活動や相談業務等を行っています。

（１）講座やイベントの開催

①　地域食育講座・食育キャンペーン

望ましい食習慣の定着及び食を通じた生涯にわたる健全な心身の育成を目的に、地域ごとの食に関する課題等に合わせて、栄養士等の講話や調理実習などの講座、普及啓発イベント等を行っています。

②　減塩普及講習会

食塩の過剰摂取は高血圧をはじめとする生活習慣病を引き起こす要因となることから、食塩摂取の現状や減塩の方法について講習会を実施しています。

③　若い世代の食育推進

大学生や高校生を対象に、食に関する正しい知識の普及・啓発を行うほか、学生自身が食や将来の健康づくりについて考える機会を設けます。

◆講座等の開催状況

	令和３年度		令和４年度		令和５年度	
	開催回数	延べ参加者数	開催回数	延べ参加者数	開催回数	延べ参加者数
講座型	15 回	382 人	9 回	370 人	15 回	294 人
イベント型			31 回	3,332 人	25 回	5,158 人
減塩普及講習会	68 回	710 人	90 回	1,355 人	90 回	1,357 人

（２）北九州市食育推進ネットワーク

食育の関係団体等の相互の情報交換・交流のなかで、各団体等の自主的な活動と関係団体相互の連携・協力による食育活動の推進を図るためのネットワークを構築しています。

◆北九州市食育推進ネットワーク登録会員

74 団体、34 個人（令和６(2024)年４月１日現在）

３　食環境の整備　〔健康推進課〕

食品関連事業者や特定給食施設等の支援、市民が健康に配慮し、適切な食を選択できるよう、食環境整備に取り組んでいます。

（１）きたきゅう健康づくり応援店事業

健康・食育情報の提供やヘルシーメニューの提供、受動喫煙防止など、市民の健康づくりを応援する食品関連事業者等を「きたきゅう健康づくり応援店」として登録し、認定証ステッカー、PR 用資材の配付を行っています。また、登録店の情報を市のホームページ等に掲載しています。令和６(2024)年２月に、登録項目に「朝食提供」「野菜摂取推進」の取組を追加したほか、指定項目内の複数の取組を行っている登録店を「三ツ星応援店」として紹介しています。

◆きたきゅう健康づくり応援店 登録状況

878 店舗（令和６(2024)年３月末現在）

（２）特定給食施設

市民が安心して喫食できる環境を整備するために、特定かつ多数に継続的に食事を供給する施設（特定給食施設等）に対して、栄養管理報告書（５月・11 月）の提出を求め、聞き取り、調査等などから、栄養管理に関する指導・支援等を行っています。

また、特定給食施設等の間管理者や従事者に向けた研修会を開催し、栄養管理及び給食運営の向上を図るほか、喫食者への栄養・食生活情報提供を支援するための資料配付等を行っています。

◆特定給食施設数等

施設数	施設分類		指導等を行った施設数(令和５年度)
	特定給食施設（1 回 100 食以上又は 1 日 250 食以上）	その他の給食施設	
712 施設	411 施設	301 施設	14 施設

※令和５年度衛生行政報告例より抜粋（基準日 令和５(2023)年 11 月 15 日）

第６節　心の健康・自殺対策

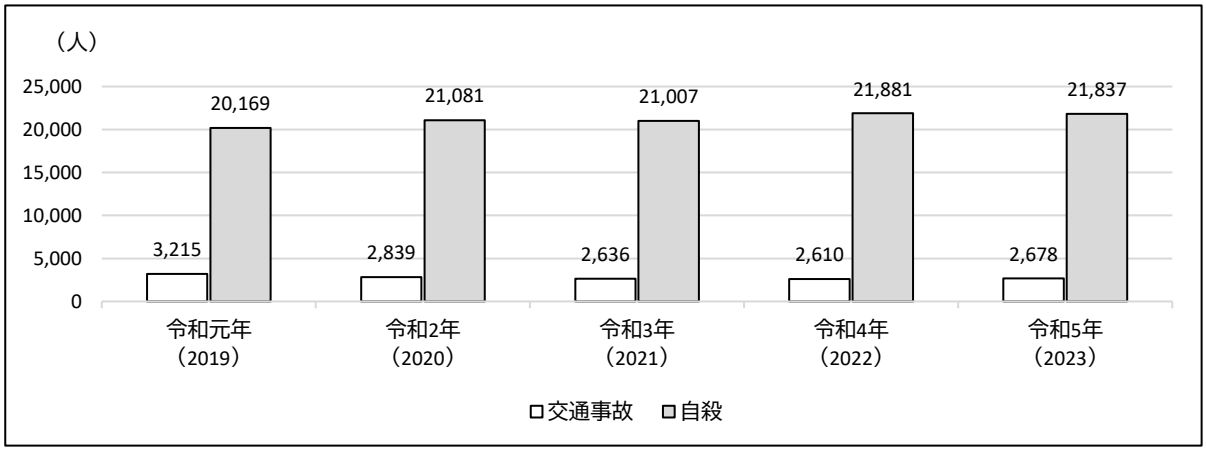
１　北九州市における自殺の状況と自殺対策　〔精神保健福祉センター〕

（１）わが国の自殺の現状

日本の自殺者は年間約２万２千人にせまり、交通事故死者の８倍を超え、欧米の先進諸国と比較しても非常に高い水準にあります。

そこで、平成 18(2006)年に施行された自殺対策基本法のもと、国及び地方自治体、関係団体、民間団体等が連携を図りながら、一人ひとりがかけがえのない個人として尊重され「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現を目指して、国を挙げて自殺対策に取り組んでいます。

◆自殺者数と交通事故死者数の比較（全国）



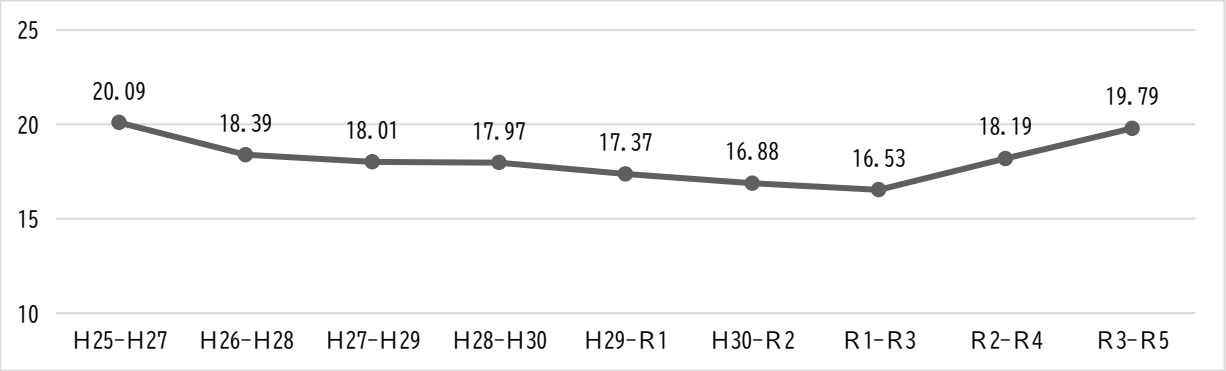
※警察庁資料より北九州市作成

（２）北九州市における自殺の現状

①　自殺死亡率の推移

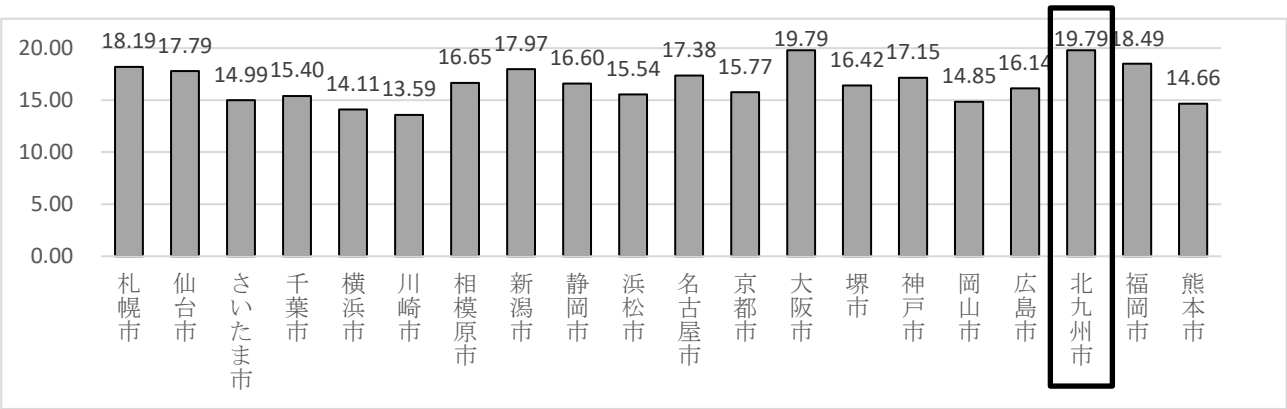
単年の自殺死亡率（人口 10 万人あたりの自殺者数）では偶然の変動が大きくなるため、その年を含めた３年平均の推移を整理しています。直近（R3-R5）の政令市比較では、大阪市と並んで自殺死亡率が最も高くなっています。

◆本市における３年平均の自殺死亡率の推移



※厚労省「地域における自殺の基礎資料」より北九州市作成

◆各政令市における３年平均（R3-R5）の自殺死亡率

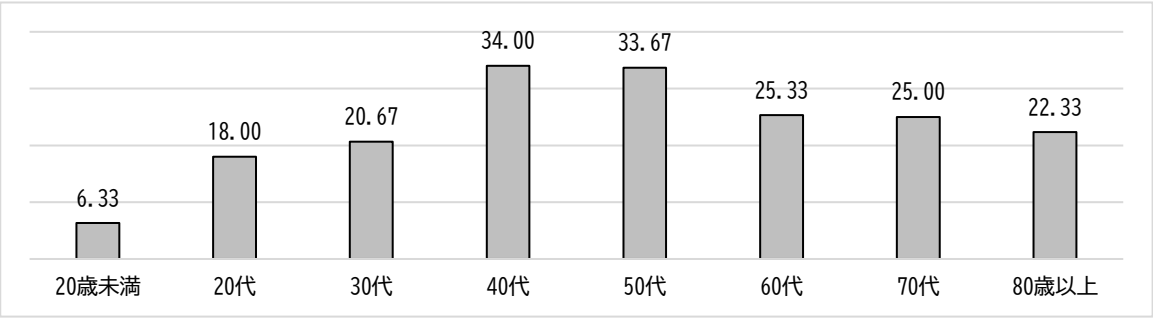


※厚労省「地域における自殺の基礎資料」より北九州市作成

② 年代別の状況

40 代の自殺死亡率が最も高く、次いで 50 代、60 代の順に高くなっています。

◆年代別：３年平均（令和３(2021)年～令和５(2023)年）の自殺死亡率

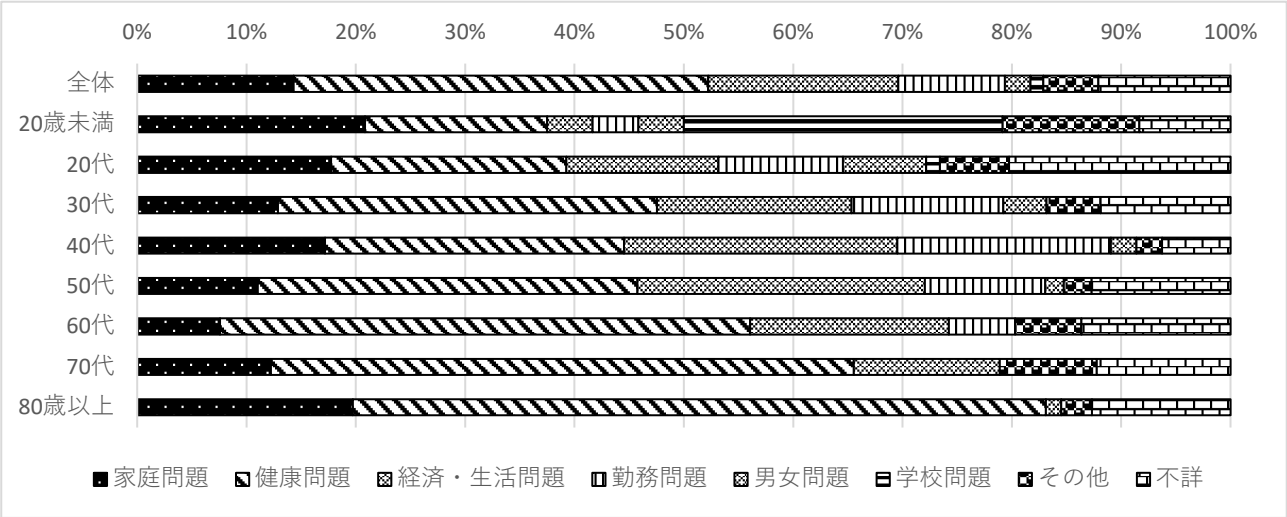


※厚労省「地域における自殺の基礎資料」より北九州市作成

③ 自殺の原因

自殺の原因・動機は、「健康問題」が最も多くの割合を占めています。この「健康問題」には、うつ病等の精神疾患や身体の病気などが含まれています。

◆北九州市の年代別の原因・動機構成割合（令和２(2020)年～令和４(2022)年の平均）



※ 警察庁自殺統計原票データを厚生労働省自殺対策推進室において特別集計したものを基に北九州市で作成

※ 原因・動機は最大３つまで計上できる（令和４(2022)年以降は４つまで）

２　北九州市自殺対策計画　〔精神保健福祉センター〕

日本の自殺者数は、平成 10(1998)年に急増し、３万人前後の高水準で推移していました。平成 18(2006)年の自殺対策基本法の成立以降、さまざまな取組みの成果もあって平成 23(2011)年以降は減少傾向となっていますが、国際的に見ても、その死亡率は高いもので、依然、深刻な状況にあります。

平成 28(2016)年４月、自殺対策基本法の改正があり、その示す基本的な方向は変わらないものの自殺対策のより一層の推進と、より具体的・実効的な計画の必要性が謳われました。これを受け、平成 29(2017)年５月、本市においても従来行ってきた取組みの成果や地域の課題を踏まえ、整理することで、10 年間の自殺対策の方向性を示す「北九州市自殺対策計画」を策定しました。

（１）計画の位置づけ

本計画は、自殺対策基本法第 13 条に定められた「市町村自殺対策計画」として策定されました。自殺対策を契機として、市民のこころの健康づくりを推進していくこととしています。

（２）計画期間

平成 29(2017)年度から令和８(2026)年度まで

（３）基本理念

「自分らしく生きる喜びを実感できるまち・北九州」

市民一人ひとりが、つながり、支えあうという価値観を育て、誰もが明日に希望が持てる社会を創造していきます。その実現に向け、自殺対策を契機とした「生きるための支援」を充実させ、すべての市民が主役となる「こころの健康づくり」の活動を支援していきます。

（４）計画策定の基本的な考え方

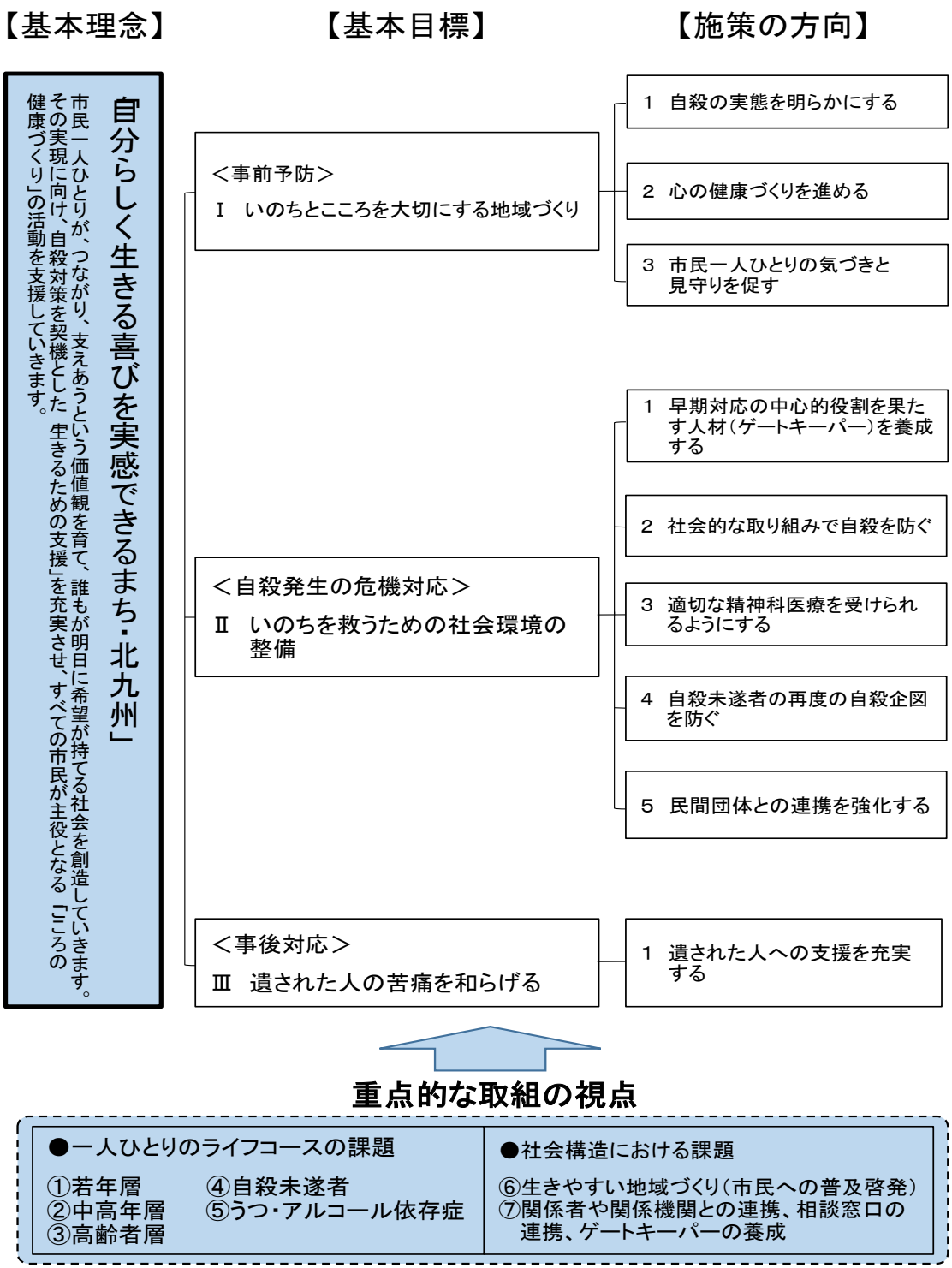
次のような基本的な考え方のもとに、本市の自殺対策の取組みを進めます。

１．自殺は、様々な要因が重なり、「追い込まれた末の死」であることを共有し、市民一人ひとりの問題として取り組みます。
２．自殺は、精神保健上の問題であると同時に社会的な問題であることをふまえ、自殺の実態に即して多方面から取り組みます。
３．自殺は、地域の健康づくりの課題であるとの認識から、本市の地域課題に視点を置き、段階別、各種対象別に取り組みます。
４．本市及び関係機関・民間団体等による施策の実施と連携により、総合的に取り組みます。

（５）計画の体系と重点的な取組みの視点

計画では、本市の各分野における自殺対策に関連する様々な施策について、自殺予防の３つの段階（事前予防、危機対応、事後対応）に応じた整理をしています。また、これまでの取組みの成果と課題や本市の自殺の現状、背景を踏まえ、今後、北九州市において重点的に取り組むべき課題を設定し諸施策を整理しています。

[北九州市自殺対策計画の体系図]



（6）計画の推進体制

自殺対策は、「市民・関係機関・民間団体・企業・行政」がそれぞれの役割を果たし、相互の連携・協働の仕組みを構築していくことが必要です。本市においては、各関係機関・団体等で構成する北九州市自殺対策連絡会議を中心に、それぞれの取組みを進め連携を強化するとともに、総合的な自殺対策の取組みを推進していきます。

３　いのちとこころの支援事業　〔精神保健福祉センター〕

本市では、自殺対策をさらに強化するため、精神保健福祉センター内に「いのちとこころの支援センター」（地域自殺対策推進センター）を、平成25(2013)年４月１日に設置しました。

いのちとこころの支援センターでは、こころの健康教育・人材育成事業をはじめ、専門家による自殺の危険性が高い方への相談支援等を行っています。

また、こころの病の早期発見・早期対応につながるように、ストレス度や落ち込み度が表示されるメンタルヘルスチェックシステム「こころの体温計」や、従来の広報・啓発活動では情報が届きにくかった層（若年層及び中高年男性層等）及び自殺の危険性が高い人に対し、必要な情報等を提供することを目的として、地域の情報に特化した専用ホームページ「いのちとこころの情報サイト」を開設しています。

（１）メンタルヘルスチェックシステム「こころの体温計」

簡単な質問に答えるだけで、ストレス度や落ち込み度が金魚やネコなどのキャラクターで表示されるシステムです。ゲーム感覚で気軽に利用でき、家族の状態やアルコールの影響度のチェックもできます。（公開年月日：平成25(2013)年３月19日）

＜ホームページ＞https://fishbowlindex.jp/kitakyushu/

◆アクセス数　平成25(2013)年３月～令和６(2024)年３月累計：1,769,756件

	令和３年度	令和４年度	令和５年度
アクセス数	88,990件	77,940件	73,064件

（２）専用ホームページ「いのちとこころの情報サイト」

「ちゃんと眠れていますか？」「アルコール（飲酒）の量が増えていませんか？」ストレスは誰でも感じるものです。「いのちとこころの情報サイト」では、知っておきたいこころのサインやストレスへの対処法、こころの病気の基礎知識、相談・支援窓口など、さまざまな情報を掲載しています。（公開年月日：平成25(2013)年７月17日）

＜ホームページ＞https://www.ktq-kokoro.jp/

◆アクセス数　平成25(2013)年７月～令和６(2024)年３月累計：5,602,393件

	令和３年度	令和４年度	令和５年度
アクセス数	758,660件	778,244件	611,361件