





## はじめに



我が国は、生活環境の改善や医学の進歩により、世界でも有数の長寿国となっています。しかし、昨今、がんや糖尿病等の生活習慣病患者が増えており、それに伴い要介護者等も増加を続けています。そのため、健康を増進し、疾病を予防する「一次予防」に重点を置いて取り組むことにより、健康寿命の延伸を図ることが極めて重要な課題となっております。また、食育も、文化の継承という観点に加え、健康づくりの一次予防において欠

かせない役割を果たしています。

市では、この度、「調布市民健康づくりプラン（第3次）」と「調布市食育推進基本計画（第3次）」を一冊にまとめ、健康づくりと食育を連携して推進することといたしました。それぞれの計画は、国の「健康日本21（第二次）」と「第3次食育推進基本計画」に基づいたものとなっております。

健康づくりと食育は、市民一人ひとりが取り組むことを基本としておりますが、取組を継続するためには、それを支える家族と地域のつながりが大切です。市では、健康で文化的な生活を送ることを目指し、家族や地域のつながりに重点を置いて、本計画を推進して参ります。

計画の改定にあたり、調布市民健康づくりプラン・調布市食育推進基本計画改定委員会及び調布市健康づくり推進協議会で活発な御討議をいただきました委員の方々並びに市民意識調査及びパブリックコメントに御協力を賜りました皆様に心から感謝申し上げます。今後もさらなる健康増進に向けて、御自身の健康状態の保持はもとより、身近な方の健康に対する御支援をどうぞよろしくお願いいたします。

平成30年3月

調布市長

A handwritten signature in black ink, consisting of stylized Japanese characters: 長友貴樹 (Nagayuki Takeshi).



# 目 次

序章	1
第1編 調布市民健康づくりプラン（第3次）	5
第1章 計画の改定に当たって	9
第2章 計画における健康の概念と取組の方向性	45
第3章 計画の理念と目標	53
第4章 目標ごとの具体的取組	59
第5章 健康づくりを支え合う行政・協力団体などの取組	83
第6章 計画の推進と評価	115
第2編 調布市食育推進基本計画（第3次）	121
第1章 計画策定の趣旨	125
第2章 調布市の現状と課題	131
第3章 計画における基本的な考え方と基本目標	153
第4章 年代別の取組の方向性	165
第5章 主体別の取組	181
第6章 計画の推進に向けて	187
資料編	191



# 序章

- 1 冊子の構成について
- 2 調布市の概要



## 1 冊子の構成について

この冊子は、調布市民健康づくりプラン（第3次）と調布市食育推進基本計画（第3次）からなっています。

調布市民健康づくりプラン（第3次）については、「第1編」で、調布市食育推進基本計画（第3次）については、「第2編」で述べています。それぞれに目次がありますので、詳細はその目次をもとにご覧ください。

### 分冊してご覧になる場合の注意

この冊子は、大きく次の4つのパートからできています。

- 序章 【通し番号】【1～4ページ】
- 第1編 調布市民健康づくりプラン（第3次）  
【通し番号】【5～120ページ】
- 第2編 調布市食育推進基本計画（第3次）  
【通し番号】【121～190ページ】
- 資料編 【通し番号】【191～210ページ】

序章と資料編は、第1編及び第2編の共通事項となっていますので、各計画とあわせてご覧ください。

## 2 調布市の概要

---

### (1) 調布市の地勢

調布市は、東京都のほぼ中央、多摩地区の南東部に位置し、新宿副都心へ15kmの距離にあります。市の中央部には、東西に走る京王線（市内9駅）と、国道20号線（甲州街道）、中央自動車道があり、これを中心として市街地を形成しています。

平成24年8月に実現した京王線の地下化と、これに連動する調布・布田・国領の各駅前広場の整備、鉄道敷地跡の利用など、21世紀のまちの骨格づくりが着実に前進しております。

また、調布駅周辺で多摩地域最大級のシネマコンプレックスを含む民間商業ビルが整備され、味の素スタジアムの西側には、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会会場となる、東京都の武蔵野の森総合スポーツプラザが建設されました。

今後は、ラグビーワールドカップ2019日本大会と東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会の市内開催を見据え、これまで受け継がれてきたぬくもりのある風土や、うるおいのある自然環境を大切にしながら、より一層、魅力あふれる豊かなまちをめざしていきます。