

第Ⅱ章 計画の基本的な考え方

1. 計画の基本理念

基本理念『町民自らが健康の維持・増進に取り組むことを目指す』ことを実現するため、基本的な計画を次のように考えます。

2. 計画の考え方

2-1 町民一人ひとりが主役です。

町民一人ひとりが健康に関心を持ち、健康づくりに取り組みやすいよう健康を支える環境づくりを推進します。

2-2 一次予防に加え、「重症化予防」に取り組みます。

病気の発症を予防する「一次予防」に加え、超高齢化社会を見据え、病気を抱えながらも自立した日常生活が送れるよう「重症化予防」にも取り組みます。

2-3 ライフステージに応じた健康づくりに取り組みます。

将来を担う次世代の健康を支えるため、妊婦や子どもの健康づくりに取り組むとともに、働きざかりの壮年期や高齢期など各ライフステージの健康課題に積極的に取り組みます。

2-4 地域ぐるみで健康づくりを進めます。

地域において健康推進活動を担うボランティアを育成しその活動支援を行うことで、地域ぐるみで健康づくりを推進します。

2-5 具体的な目標を設定し、評価します。

健康づくりを効果的に進めるため、具体的な目標値を設定しました。目標に達成するための具体的活動などの成果を評価することで、その後の健康づくりに反映していきます。

3. 計画の重点目標

各重点目標は、健康課題に応じた改善にむけての取り組みから次のように定めます。

3-1 生活習慣病の発症予防と重症化予防の推進

がん、循環器疾患、糖尿病等生活習慣病の発症を防ぐため、食生活の改善や運動習慣の定着などによる一次予防に重点を置くとともに、合併症の発症や症状の進展などの重症化予防にも重点を置いた対策に取り組みます。

3-2 生涯にわたり一貫した健康づくりの実践

将来の生活習慣病を予防するため、子どもの頃から望ましい生活習慣づくりの啓発と切れ目のないライフステージに応じた健康づくりの実践に取り組みます。

3-3 健康増進の基礎となる生活習慣づくり

栄養・食生活、身体活動・運動、歯・口腔、たばこ、飲酒などの生活習慣は、健康づくりの基本です。健康増進の基礎となる生活習慣の改善に取り組みます。

また、個人を対象とした取り組みだけでなく、地域ぐるみや世代間の助け合いなど、ソーシャルキャピタル（地域の相互信頼や絆）の醸成に努めるために、健康推進活動を担うボランティア育成と活動支援に取り組みます。

4. 計画の体系

基本理念に基づいた3項目の重点目標に対して、具体的な取り組みを体系的に示します。

図13 計画の体系



