

(仮称)第2次こだいら健康増進プラン骨子(案)

(1) 基本理念

子どもから大人まで、ともに支えあい、みずからこころとからだの健康をつくる こだいら

(2) 基本目標

健康寿命の延伸

(3) 施策体系

| 分野別の健康づくり | | |
|--------------------------------|--------------------|--------------------------------|
| | 分 野 | 分野別目標 |
| 主な生活習慣病の発症 予防・重症化 予防 | がん | がんを早期発見し、早期治療へつなげる |
| | 循環器疾患・糖尿病 | 脳血管疾患、心疾患の発症をへらす 糖尿病の重症化を防ぐ |
| 生活習慣の 改善 | 食・栄養 (食育推進計画) | 食を通じた健康づくりをすすめる |
| | 身体活動・運動 | 日常生活で身体活動量をふやす |
| | 休養 | 休養を充実させ、悩みやストレスに対処する |
| | 喫煙 | 喫煙者をへらす（やめたい人がやめる） |
| | 飲酒 | 生活習慣病のリスクをふやす飲酒をしている人をへらす |
| | 歯と口腔の健康 | ライフステージを通じて正しい口腔ケアを身につける |
| 健康を支え、 守るための 社会環境の 整備 | 地域で支える健康づくり | 地域のつながりを醸成し、健康づくりを推進する |
| | こころの健康 (自殺対策計画) | こころの健康に関する正しい知識等を持つ人を増やす |