

# 第二次健康かしま21

～鹿嶋市健康増進計画・食育推進計画・母子保健計画～



茨城県 鹿嶋市

## はじめに



近年、少子高齢化や疾病構造の変化が進む中、生活習慣病の増加やそれに伴う要介護者の増加などが、深刻な社会問題となっております。

このような状況の中、本市ではこれまで「健康で幸せなまちづくり」を目指し、健康増進計画にあたる「健康かしま21」（平成18年度～平成27年度）を策定し、健康づくりを推進してまいりました。

また、生きるうえでの基本である「食」の正しい習慣を身につけ実践できるよう「鹿嶋市食育推進計画」（平成22年度～平成27年度）を策定し、食育の推進にも取り組んできたところです。

さらに、母子保健の水準が大幅に改善する一方で、妊産婦や乳幼児、学童・思春期の子どもたちなどを取り巻く環境は大きく変化していることや、少子化の流れに歯止めをかけるためにも、切れ目ない母子保健対策の一層の推進が必要となっております。

今回、それぞれの第二次計画を策定するにあたり、各計画に関するこれまでの取り組み状況や、健康指標、健康・子育てに関する調査結果等を踏まえて、これからの方針を検討した結果、健康増進計画・食育推進計画・母子保健計画を一体的に、鹿嶋市における総合的な健康づくり指針として、「第二次健康かしま21」を策定することといたしました。

引き続き、『健康づくりはあなたが主役、みんないきいき元気かしま』を基本理念に、市民の皆様と一丸になって健康づくりに取り組み、健康寿命の延伸と健康格差の縮小に努めてまいりますので、一層のご理解とご協力をお願い申し上げます。

最後に、計画策定にあたり、貴重なご意見をいただきました市民の皆様、並びにご尽力いただきました鹿嶋市健康づくり推進協議会委員の皆様、関係各位に対しまして心より感謝申し上げます。

平成28年3月

鹿嶋市長 錦 織 孝 一

# 目次

---

## 第1章 第二次計画について

第1節	計画策定の趣旨	1
第2節	計画の位置づけ	4
第3節	計画の期間	5
第4節	計画の対象	5

## 第2章 鹿嶋市の現状と課題

第1節	市の概況	6
第2節	健康に関する概況	9
第3節	健康かしま21計画（第1次）・ 鹿嶋市食育推進計画の評価	17

## 第3章 計画の基本的な考え方

第1節	計画の基本理念	28
第2節	基本目標	28
第3節	施策の柱と分野別目標	29
第4節	施策体系	30

## 第4章 分野別目標の取り組み

第1節	生活習慣病の発症予防と重症化予防の推進	
(1)	がん	31
(2)	循環器疾患	37
(3)	糖尿病	43

# 目次

---

第2節 健康に関する生活習慣改善の推進	
（1）栄養・食生活・食育の推進（食育推進計画）	47
（2）身体活動・運動	60
（3）休養	62
（4）飲酒・喫煙（COPD 対策を含む）	64
（5）歯・口腔の健康	68
第3節 ライフステージに応じた心身機能の維持・向上の推進	
（1）次世代の健康～妊娠期から学童・思春期まで～（母子保健計画）	72
（2）青・壮年期の健康	90
（3）高齢者の健康	92
第4節 健康を支え守るための社会環境の整備	94
第5章 健康づくりの指標と目標値	96
第6章 計画の推進	103