

## 第3章 計画の基本的な考え方

---

## 第3章 計画の基本的な考え方

### 3-1 計画の基本理念と基本目標

健康づくりは、一人ひとりが自身の日常生活や健康状態に関心を持ち、正しい生活習慣や健康管理に取り組むことが重要です。

「第二次健康かしま21」では、「健康づくりはあなたが主役、みんないきいき元気かしま」を基本理念として、実り豊かな充実した生活を送れるよう、市民一人ひとりが力を合わせて、健康づくりを実践できるよう、健康なまちづくりを進めてきました。

「第三次健康かしま21」でも、「第二次健康かしま21」の基本理念を踏襲し、これまでの取り組みを更に発展させながら、健康なまちづくりを目指していきます。

#### 第三次健康かしま21の基本理念

**健康づくりはあなたが主役、みんないきいき元気かしま**

また、基本理念を具体化するため、次の2つの基本目標を設定し、計画期間を通して進めることとします。

健康寿命の延伸	健康寿命（健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間）の延伸を目指します。
健康格差の縮小	健康格差（地域や社会経済状況の違いによる集団間の健康状態の格差）の縮小とすべての子どもが健やかに育つ社会を目指します。

## 3-2 施策の柱と関連分野

基本理念及び基本目標を達成するため、4つの柱と関連分野を設定します。

### 【施策の柱1】生活習慣の改善と食育を通じた健康づくり

健康寿命の延伸には、長年の生活習慣及び生活環境が大きな影響を及ぼすことから、より良い生活習慣を身につけ実践できるよう推進を図ります。

特に、生活習慣において栄養・食生活の改善は、生涯を通じた取り組みが必要となることから、あらゆる年代において食育の推進を図ります。

- ⇒関連分野
- ①栄養・食生活・食育（食育推進計画）
  - ②身体活動・運動
  - ③休養・こころの健康
  - ④飲酒・喫煙（COPD※対策含む）
  - ⑤歯・口腔の健康

※COPD（慢性閉塞性肺疾患）

### 【施策の柱2】生活習慣病の発症予防と重症化予防の推進

本市の主要な死亡原因であるがん及び循環器病の対策に加え、患者数が増加傾向にあり、かつ、重大な合併症を引き起こす恐れのある糖尿病について、発症予防と併せ、重症化予防の推進を図ります。

- ⇒関連分野
- ①がん
  - ②循環器病
  - ③糖尿病

### 【施策の柱3】親と子からはじまる健康づくり（母子保健計画）

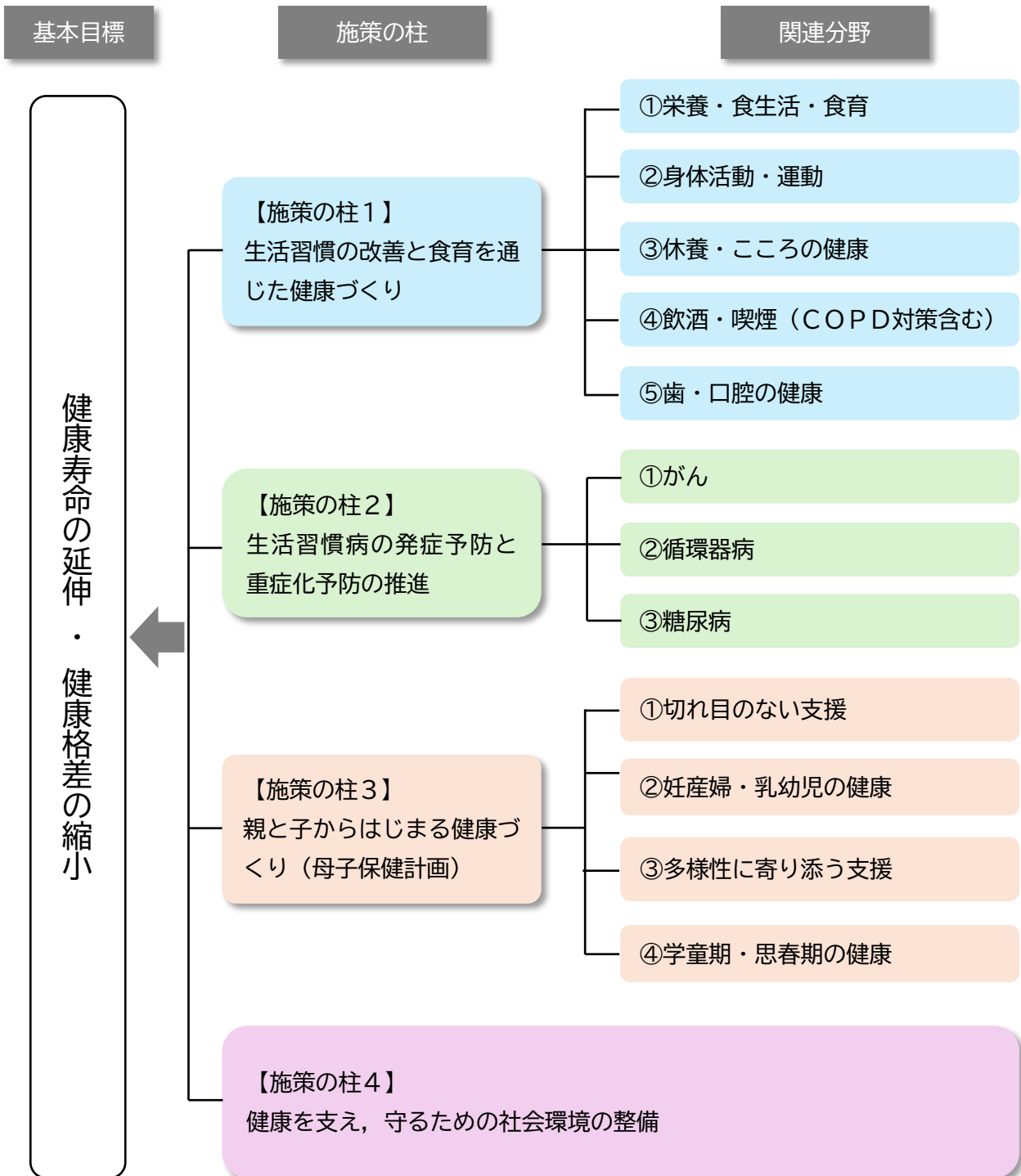
妊娠・出産・乳幼児期に加え、学童期や思春期を含む子どもの成長に応じて、すこやかな育ちを支えるとともに、親と子への切れ目のない支援を進めていきます。

- ⇒関連分野
- ①切れ目のない支援
  - ②妊産婦・乳幼児の健康
  - ③多様性に寄り添う支援
  - ④学童期・思春期の健康

### 【施策の柱4】健康を支え、守るための社会環境の整備

健康に関する情報発信を積極的に行い、健康を支える環境づくりに努め、行政、地域、学校、企業、民間団体などの積極的な参加協力による総合的な健康づくり支援環境の整備を図ります。

### 3-3 施策の体系



### 3-4 ライフコースアプローチ

本市では、各ライフステージに応じた健康づくり施策を推進することを基本としています。その中で一人ひとりの健康状態が生涯を通じた生活習慣や環境などの影響を受けることや、次世代の健康にもつながることを踏まえ、妊娠（胎児）期から高齢期までの健康の連続性に着目した「ライフコースアプローチ」の視点を取り入れながら、より効果的な施策展開を図っていきます。

#### 【ライフコースアプローチの考え方の例】

- 幼少期からの生活習慣や健康状態は、成長してからの健康状態にも大きく影響を与えるため、子どもの健康を支える取り組みを進めていく必要があります。
- 健康寿命の延伸のためには、高齢者の健康を支えるだけでなく、若年期から生活習慣病の発症予防及び重症化予防や、フレイル予防などの取り組みを行う必要があります。