

第4章

第3次計画の基本的方針

第2章(第2次計画最終評価)および第3章(市民の健康状況)を踏まえ、市民の健康増進を推進するため、以下の5つを、第3次計画の基本的方針とします。

(1)生活習慣の改善

栄養・食生活、身体活動・運動、休養・こころの健康、たばこ、アルコールおよび歯・口腔の健康に関する分野で健康づくりについての目標を設定し、目標の達成に向けて事業を推進することで、市民の生活習慣の改善を目指します。

(2)生活習慣病の発症予防・重症化予防

生活習慣の改善、がんや脳血管疾患・心疾患といった生活習慣病の発症予防に加え、糖尿病有病者の合併症の発症や症状の進展等の重症化予防に関する目標を設定し、目標の達成に向けて事業を推進することで、すべての市民の健康管理を意識した包括的な取組を進めていきます。

(3)生活機能の維持・向上

生活習慣病に罹患していなくても、日常生活に支障を来す状態となることもあることから、ロコモティブシンドローム(運動器症候群)、やせ、メンタルの不調といった、生活機能の維持・向上の観点も踏まえた取組を推進します。

(4)社会環境の質の向上

就労・ボランティア、通いの場等の居場所づくりや社会参加の取組に加え、市民がより温かな関係性を含んだつながりを持つことができる環境やこころの健康を守るための環境整備を行うことで、社会とのつながり、こころの健康の維持・向上を図ります。

また、今後あらゆる分野でデジタル化が進むことを鑑み、ICTを活用した健康づくり事業を行うなど、市民が興味・関心を持って参加できる健康づくり環境を整備していきます。

(5)市民自らの健康づくりに関する取組の推進

上記(1)～(4)の基本的方針により、様々な取組を推進するほか、少子高齢化と人口減少が進む本市においては、市民が主体的に健康課題について考え、健康づくりに向けて行動する取組を推進します。