第３章　計画の内容

１　目標設定の基本的な考え方

「健康日本２１」では、具体的な目標を生活習慣の改善に重要な「栄養･食生活」、「身体活動･運動」、「休養・こころの健康づくり」、「たばこ」、「アルコール」の５分野と、生活習慣病である「歯の健康」、「糖尿病」、「循環器疾患」、「がん」の４分野の計９分野に設定しています。

愛知県は「健康日本２１あいち計画」において、国の目標に「健やか親子」を加えた１０分野の目標を設定しましたが、本市の「健康たかはま２１」では、さらに「健康な地域社会(まち)」を加えた１１分野の目標を設定しました。この１１分野において「健康たかはま２１」では、可能な限り指標を設け国や愛知県の指標との比較を取り入れています。

また、「健康たかはま２１」の総合目標として、１１分野を分別し「親子」、「青年期」、「壮年期」「高齢期」「健康な地域社会（まち）」の５つのゴールを定めています。

【国】

「２１世紀における国民健康づくり運動（健康日本21）」
「第2次食育推進基本計画」

＜分野＞
１　栄養・食生活
２　身体活動・運動
３　休養・こころの健康づくり
４　たばこ
５　アルコール
６　歯の健康
７　糖尿病
８　循環器疾患
９　がん

【愛知県】

「健康日本21あいち計画」
「あいち食育いきいきプラン 2015」

＜分野＞
１　栄養・食生活
２　身体活動・運動
３　休養・こころの健康づくり
４　たばこ
５　アルコール
６　歯の健康
７　糖尿病
８　循環器疾患
９　がん
10　健やか親子

【高浜市】

「健康たかはま２１」
「食育計画」

＜分野＞
１　栄養・食生活
２　身体活動・運動
３　休養・こころの健康づくり
４　たばこ
５　アルコール
６　歯の健康
７　糖尿病
８　循環器疾患
９　がん
10　健やか親子
11　健康な地域社会（まち）

２　体系図

第６次高浜市総合計画
「一人ひとりの元気と健康づくりを応援します」

健康たかはま２１
５つのゴール

親　子	青年期	壮年期	高齢期	ま　ち
楽しく子育て笑顔の子	元気モリモリ今日も活躍	生活習慣改善でずっと健康	生涯元気でいきいき人生	地域で応援みんなの健康

健康づくり目標設定分野（１１分野）

	分　　野	実　現　し　た　い　目　標
1	栄養・食生活	★ふとりすぎない、やせすぎない　★楽しい食卓にしよう
2	身体活動・運動	★気持ちよく汗をかこう　★元気な高齢者になろう
3	休養・こころの健康づくり	★気分よく暮らそう　★自分流のストレス対処法をもとう
4	たばこ	★妊婦と子どもをたばこの害から守ろう　★喫煙率を下げよう
5	アルコール	★妊婦と子どもをお酒の害から守ろう　★アルコールによる疾患をなくそう
6	歯の健康	★食事や会話が楽しくできる歯でいよう　★８０２０をめざそう
7	糖尿病	★糖尿病を予防しよう
8	循環器疾患	★脳卒中・心筋梗塞を減らそう　★高血圧・高脂血症を予防しよう
9	がん	★がんによる死亡を減らそう　★がんにならないようにしよう
10	健やか親子	★安心して出産しよう　★健やかに育てよう ★健康な生活習慣を身につけよう
11	健康な地域社会（まち）	★地域での健康づくりの輪をひろげよう

市民　　地域　　行政