集

健康たかはま21は

皆さんの健康づくりを年代ごとに応援します

市では、皆さんの人生の各時期の課題に対して取組みを進めています。例えば、仕事や子育てなどで 自分の健康について後回しになりがちな"成人期"の健康に関しては、下図のように意識の向上・健康 づくり活動への参加を応援しています。「自分で健康を守る」お手伝いをするための事業も実施してい ます。

例えば成人女性なら…

時期 課題 市の取組み 妊娠 · 母子手帳集団交付 妊婦・未成年の ~子育て期 ・妊婦向け教室 喫煙・飲酒 あかちゃん訪問、予防接種 · 乳幼児健診、歯科健診 ・小学校6年生へ生活習慣病予防講座 育児不安 むし歯 ・こども発達センター 成人期 · new たかはま健康チャレンジ 健康づくりに取り組む皆さんを応援 運動不足や する制度ができました! 不規則な食生活 自分で決めた「健康づくり目標」に 取り組む、健(検)診を受ける、地 メタボリック 域の活動やボランティアに参加する シンドローム ことでポイントを貯めて、"健康" と"お得なカード"を手に入れまし 脳血管疾患・心疾患 よう! · 健康診査 がん 歯周病 がん検診 · 成人歯科健診 休養・心の健康づくり 肝炎ウイルス検診 ・骨粗しょう検診 ・すっきりボディ教室 いきいき広場マシンスタジオ 高齢期 市内各地で健康講話 ・健康自生地の普及 ・脳とからだの健康チェックをもとにし 要介護認定者が増加 た認知症予防事業 ・ホコタッチ いきいきクラブなどの生きがい活動

「健康たかはま21」は、「健康づくり推進委員」や第6次高浜市総合計画策定時の「高浜市の未来 を描く市民会議(健康部会)」の皆さんからの意見を反映し策定しました。今後は、まちづくり協議会、 NPOなどの意見も反映させながら「市民」「行政」「健康関連団体」などが協力し、目標の達成に向 けた健康づくりを実践します。詳しい内容は市公式ホームページで紹介しています。