

# 健康たかはま21

## 目次

第1章	「健康たかはま21」の基本的な考え方	1
1	「健康日本21」運動	1
2	「健康たかはま21」運動	1
3	基本的な方針	2
4	計画の期間	3
5	「たかはま新世紀計画」(第5次高浜市総合計画) における「健康たかはま21」の位置づけ	3
第2章	「健康たかはま21」の目標設定	4
1	目標設定の基本的な考え方	4
2	目標設定	4
(1)	5つのゴール	6
	親子	6
	青年期	6
	壮年期	7
	高齢期	8
	まち	8
(2)	健康づくり目標設定分野	9
1	栄養・食生活	10
2	身体活動・運動	13
3	休養・こころの健康づくり	16
4	たばこ	19
5	アルコール	21
6	歯の健康	23
7	糖尿病	25
8	循環器疾患	27
9	がん	29
10	健やか親子	31
11	健康な地域社会(まち)	34
第3章	「健康たかはま21」の推進	39
1	計画の推進	39

第4章 「健康たかはま21」の取り組み	42
1 策定委員会の開催	42
2 策定方法	42
第5章 「健康たかはま21」の健康指標	45
1 栄養・食生活	46
2 身体活動・運動	52
3 休養・こころの健康づくり	54
4 たばこ	56
5 アルコール	58
6 歯の健康	60
7 糖尿病	62
8 循環器疾患	66
9 がん	68
10 健やか親子	70
11 健康な地域社会（まち）	74
資料編	76
1 生活習慣関連アンケート調査（結果）	77
2 「健康たかはま21」健康を語る会のまとめ	83
3 平成13年度高浜市健康づくり推進委員等 地区活動報告...	93
4 保健衛生統計	98
5 高浜市保健事業の11分野別状況	101
6 「健康たかはま21」策定委員会名簿	106