

# 「健康たかはま21」計画素案の概要

「健康たかはま21」は、国の策定した「健康日本21」、愛知県が策定した「健康日本21 あいち計画」を踏まえた、高浜市の市民の健康づくりのための計画です。

このたび実施しました「健康たかはま21・生活習慣関連アンケート」調査の結果をもとに、各町内会から選出されている、36人の健康づくり推進委員のワーキンググループ活動と総合計画策定のために結成された「高浜市の未来を描く市民会議(健康分科会)」の皆さんからご意見をいただき、計画の見直しを行いました。

新たに、平成23年度から33年度までの計画の素案がまとまりましたので、概略をお知らせします。

## 1章 計画の基本的な考え方

「自分の健康は自分で守る」「地域で応援みんなの健康」を基本に市民をはじめ、行政・関係諸機関が協力して推進するものです。

## 2章 現状分析と評価

一次計画では「健康たかはま21」の総合目標として、ライフステージごとの「親子」「青年期」「壮年期」「高齢期」に「健康な地域社会(まち)」の5つのゴールを設定しました。これらのゴールに到達するため11の分野に目標を設定しました。そのうえで目標を達成するための具体的な指標を設定し、健康診査データをはじめとした事業結果や生活習慣関連アンケート調査などにより、それぞれの分野ごとに今回評価を行いました。

### 11分野と主な目標

分野		実現したい主な目標
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から守ろう ●受動喫煙を減らそう
5	ア ル コ ー ル	●妊婦と子どもをお酒から守ろう ●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 ●健康的な生活習慣を身につけよう
11	健康な地域社会(まち)	●地域で健康づくりの輪を広げよう