

## 第4章 計画の基本事項

---



## 第4章 計画の基本事項

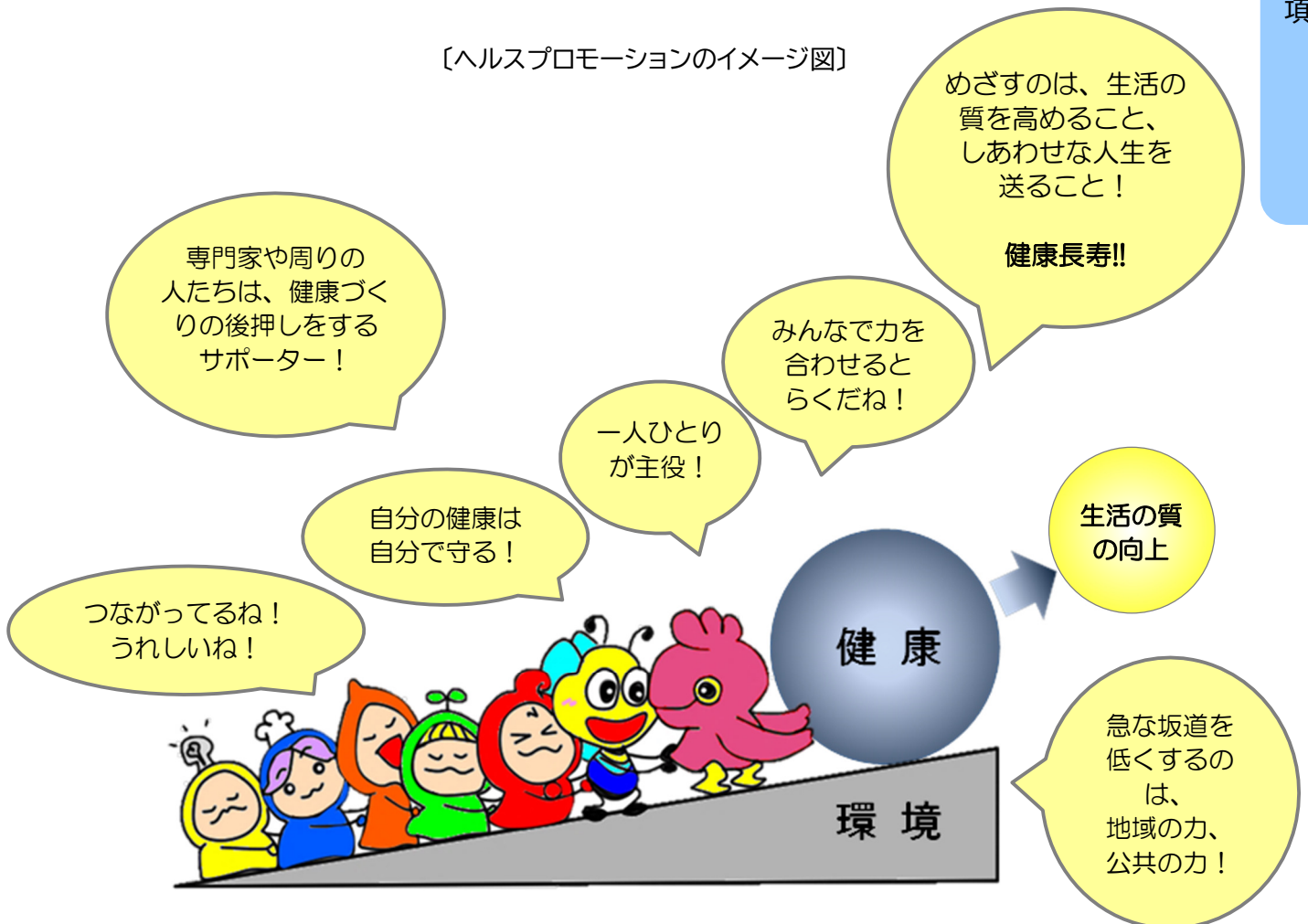
### 1 健康づくりの考え方

#### ヘルスプロモーションの考え方に基づいた健康づくりの推進

ヘルスプロモーションは生活の質（QOL）の確保に必要な不可欠な考え方で、健康を実現するためには、「市民一人ひとりの力量の向上」、「健康をみんなで支え合うネットワークづくり」、そして「健康を支援する環境（まち）づくり」の3本柱が必要としています。

本市においても、健康づくりの推進にあたって、ヘルスプロモーションの考え方を基本に据え、計画を推進します。

〔ヘルスプロモーションのイメージ図〕



## 2 計画の将来像

第2期庄原市長期総合計画の保健・医療・福祉・介護分野における基本政策である「“あんしん”が実感できるまち」を本計画の将来像とし、「笑顔・元気・安心・つながり・ささえあい」をキャッチフレーズとします。

### 将来像

**“あんしん”が実感できるまち**  
～ 笑顔・元気・安心・つながり・ささえあい ～

## 3 計画の目的

### 計画の目的

**「一人ひとりに取り組む健康づくり」と「みんなで作る地域の絆」  
による健康寿命の延伸**

本計画では、誰もが健やかで心豊かに生活できる持続可能な社会の実現のため、子どもから高齢者まで全ての市民がそれぞれのライフステージに応じて、心身の健康づくりや食育の実践に取り組むことにより健康寿命の延伸をめざします。

また、悩みを抱える人が、自ら相談場所につながることは困難な場合があります。そのため、市民同士が緩やかなつながりを保ち、些細なことから声をかけあい相手の様子に気づいて、「心配している誰かが周りにいる」という環境づくりをめざします。

## 4 基本目標

### 基本目標 いきいきと過ごしたい ～健康増進計画～

生活習慣病の予防や健康寿命の延伸を実現するために、個人の生活習慣と健康状態を改善することが重要です。

子どもから高齢者までライフステージに応じて、身体活動や運動の習慣化、歯と口の健康のためのケア、禁煙、適正な飲酒等の生活習慣の改善に向けた啓発、支援を推進するとともに、さらなる健康診査・がん検診の受診率の向上に向けて取り組みます。

また、市民一人ひとりの生活習慣と健康状態を改善するための取組を促進するには、それを支える地域の環境整備や質の向上が重要です。

地域関係機関・団体、事業所等と連携を図り、多様な活動を支援し、市民が健康づくりに自然と取り組める場や機会の充実、仕組みづくりを推進します。

### 基本目標 おいしく食べたい ～食育推進計画～

市民が生涯にわたってこころと身体も健康に、豊かな人間性を育むために、子どもから高齢者まで、ライフステージやライフスタイル、多様な暮らしに対応し、社会とのつながりの中で切れ目のない食育を推進することが重要です。

子ども・若い世代の食育に関する意識の向上を図るとともに、生活習慣病の予防や健康寿命の延伸のための生活習慣の改善に向けた取組を推進します。

また、市民が豊かな食生活を送るために地域関係機関・団体、事業所等と連携を図り、持続可能な食環境づくりを推進します。

### 基本目標 こころ豊かに暮らしたい ～自殺対策計画～

健全なこころの維持は、身体の状態や生活の質にも深くかかわり、市民がいきいきと自分らしく生きるために重要な条件です。

市民一人ひとりが豊かなこころを保つことができるよう、様々な機会を活用して啓発を行います。

また、地域の保健、医療、福祉の分野のみならず、産業、就労、防犯、防災、交通、住まいなど分野を超え、市民、地域の関係機関・団体、事業所、行政等がつながり、市民誰もが「つながり」や「支え合い」を実感し、「誰もが自殺に追い込まれることのない」まちの実現を目指し、自殺対策の取組を推進します。

## 5 施策の体系

