

庄原市健康づくり推進計画 (健康増進計画・食育推進計画・自殺対策計画) を策定しました！

市は、本年3月に健康増進法、食育基本法、自殺対策基本法に基づく「庄原市健康づくり推進計画」を策定しました。

この計画は、市がこれまで策定していた「健康づくり計画」、「食育推進計画」、「自殺対策計画」の3つの計画（各計画とも令和5年度終了）を1つにまとめたものです。この3つの計画は共通・関連事項が多かったため、施策ごとの現状や課題をまとめ、一体的な計画として整理しました。

本年度からは、この計画に基づき、個人や家庭、地域、学校、職場、関係団体・機関、市が連携し、健康づくりや食育推進、自殺対策の取り組みを推進していきます。

計画の目的

「一人一人が取り組む健康づくり」と「みんなでつくる地域の絆」による健康寿命の延伸



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目指します。

また、市民同士が緩やかなつながりを保ち、些細なことでも声を掛け合い、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目指します。

【計画の内容】

次の3つの計画に分けて、各分野の施策を実施していきます。

●健康増進計画 ～いきいきと過ごしたい～

- ① 身体活動・運動《動いて健康！心も体も元気ハツラツ！》
- ② 歯と口の健康《生涯笑って健口生活！》
- ③ 生活習慣病予防《自分で守るいきいき人生！》
- ④ フレイル予防《フレ！フレ！フレイル予防！》
- ⑤ 地域活動《健康づくりで地域も元気！》

高血圧予防キャラクター
ショーショー鳥



糖尿病予防キャラクター
腹ハッチー

●食育推進計画 ～おいしく食べたい～

- ① 食育《知ればナットク！食育実践！》

食育推進
キャラクター
5つのちから



●自殺対策計画 ～こころ豊かに暮らしたい～

- ① 休養・こころの健康《ココロ・カラダ健やかに！》
- ② 自殺対策《気づきと絆で支えるいのち》

この計画は概要版を作成しています。地域や職場などで健康づくりについて考える際に、ご活用ください。

いつもそばにいて見守ってくれる存在を表しているキャラクター

ゲートキーパー犬「ボク」



🌐 ホームページ

https://www.city.shobara.hiroshima.jp/main/health/h_m/cat01/post_1704.html



保健医療課健康推進係 ☎ 0824 - 73 - 1255