

## 長井市健康増進計画（第2次）

# 健康日本21ながい（第2次）

### （目次）

～はじめに～	1
第1章 計画の策定にあたって	2
1 計画策定の背景	2
2 計画の位置づけ	2
3 計画の期間	2
4 計画の策定体制	3
第2章 長井市の概要	3
1 長井市の概況	3
2 長井市の人口動向	3
3 平均寿命と健康寿命（参考）	4
4 長井市の死亡統計	5
5 長井市の疾病状況	7
第3章 計画の基本的な考え方（施策の体系）	8
1 基本理念（スローガン）	9
2 基本目標	9
3 基本施策	9
第4章 基本目標3本柱による基本施策の展開	10
1 健康意識を高める	10
2 適切な生活習慣の生活環境で健康増進を図る	10
3 からだと心の健康づくり	10
4 計画の推進、進捗管理と評価・検証	11

(※ 1～3の各施策の具体的取り組みは、下記のとおり別掲方式とした)

1	健康意識を高める	
①	健康づくりの自覚促進	1 2
②	健康づくり組織の連携	1 3
③	地域保健活動の推進	1 4
④	食育活動の推進	1 5
2	適切な生活習慣と生活環境で健康増進を図る	
①	栄養と食生活の重要性の周知と啓発	1 7
②	運動習慣の環境づくりと推進	1 8
③	睡眠や休養の重要性の周知と啓発	1 9
④	飲酒に関する知識や情報提供	2 0
⑤	喫煙の影響等の周知と啓発	2 1
⑥	口腔ケアの推進	2 2
3	からだと心の健康づくり	
①	がん対策	2 4
②	高血圧対策	2 5
③	糖尿病対策	2 6
④	肥満対策	2 7
⑤	心の健康相談と情報提供	2 8
⑥	高齢者の健康づくり	2 9
⑦	乳幼児期からの親子の健康づくり	3 1

## 資料編

1	【あなたの健康アンケート】調査概要	3 4
2	【あなたの健康アンケート】調査票	3 5
3	【あなたの健康アンケート】集計結果	4 2
4	長井市健康増進計画（第2次）「健康日本21ながい（第2次）」 策定委員会設置要綱	6 8
5	長井市健康増進計画（第2次）「健康日本21ながい（第2次）」 策定委員会委員名簿	7 0