

第3章

計画の基本的な考え方

1 基本理念

本計画では、町民一人一人のからだところの健康づくりと地域で支えあう絆づくりを通じて、誰もが幸せで楽しい暮らしを続けられるまちの実現を目指します。

そのため、本計画の基本理念は、第2次計画の基本理念を継承し、「幸せな楽しいくらしはまず健康 ～からだづくり ところづくり 未来に向かう絆づくり～」とします。

【基本理念】

幸せな楽しいくらしはまず健康
～からだづくり ところづくり 未来に向かう絆づくり～

2 大目標

基本理念の実現に向け、本計画では「子どもから大人まで生涯を健康に」を大目標と設定し、胎児期から高齢期まで各ライフステージにおける健康課題への取組を行うと同時に、段階ごとで途切れることなく、人の生涯を経時的に捉えて健康づくりを行います。

子どもから大人まで生涯を健康に



すこっぴー

健康こうた21計画 マスコットキャラクター

3 基本方針（視点）

① 年齢による健康課題を踏まえたライフコースアプローチ※¹の推進

多様化する社会情勢や人生 100 年時代の本格的な到来を踏まえ、それぞれのライフステージ※²に特有の健康づくりについて、引き続き取組を進めます。

また、幼少期の生活習慣や健康状態は、成長してからの健康状態に影響を及ぼします。加えて、高齢期に至るまでの健康を保持するためには、若年期からの取組が重要となります。そのため、従来までのライフステージごとの健康づくりにとどまらない長期的な視点での健康づくりを推進します。

※1 ライフコースアプローチ：胎児期から高齢期に至るまでの人の生涯を経時的に捉えた健康づくりの考え方

※2 ライフステージ：乳幼児期、青壮年期、高齢期等の人の生涯における各段階

② 生活習慣の改善と生活習慣病の発症・重症化予防への取組

生活習慣病の予防には、日ごろから自分自身の健康状態に関心を持ち、生活習慣の改善を行っていくことが大切となります。健康増進の基本要素となる栄養・食生活、身体活動・運動、休養・こころの健康、飲酒、喫煙、歯・口腔の健康などの各分野に関する生活習慣を定着させること、定期的な健診（検診）受診により自らの健康状態を把握することで、早期からの予防を推進するとともに、引き続き合併症の発症や重症化予防の対策を進めます。

③ 自然に健康になれる環境づくり

個人の健康は、家庭、地域、学校、職場などの社会環境の影響を受けています。健康づくりの取組は個人の努力のみでは難しい面もあることから、様々な関係者・関係団体などと連携し、社会全体として健康づくりを支えます。また、健康に関心の薄い人を含む幅広い対象に向けた健康づくりを促進するため、自然に健康になれる環境を整備します。

4 計画の体系

