

目次

- 1章 計画の基本的な考え方(計画の目的、背景、市のこれまでの取組、位置付け等)
- 2章 一次計画の評価(基本目標からみた総括評価、重点取組・ライフステージごとの評価)
- 3章 二次計画の目標(市民が主役の基本目標、基本方針、具体的目標、ライフステージごとの目標)
- 4章 今後の方向性(府中市の取組)
- 5章 出典(最終評価や目標の指標となるデータ等を掲載)

3章 二次計画の目標(具体的目標)

1. 健康意識を高める

- ① **元気体重を知る**
- ② 生活習慣病について知る(がん、糖尿病、心疾患、脳血管疾患、COPD、歯周疾患等)
- ③ こころの健康を意識する
- ④ 運動を習慣的にしている子どもの割合を増やす【次世代の健康】

2. 正しい生活習慣を身につける

- ① 子どもが健やかな発育・発達(運動を習慣的にしている子どもの割合を増やす【次世代の健康】【母子保健】)
- ② 適切な量と質の食事をとる人を増やす【食事】
- ③ 日常生活における身体活動量(歩数)を増やす【運動】
- ④ 睡眠に充足感を感じている人の割合を増やす【睡眠】
- ⑤ 生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人の割合を減らす【飲酒】
- ⑥ 成人の喫煙率を下げる【喫煙】
- ⑦ 生活習慣病の悪化を減らす
(糖尿病の合併症の発症を減らす・脳血管疾患、虚血性心疾患の年齢調整死亡率を下げる・COPDの認知度を上げる・歯、口の状態についてほぼ満足している者の割合を増やす【歯】)
- ⑧ 社会生活を営むために必要な機能を維持する【高齢者の健康】【ロコモ】

3. 健康管理を実践する

- ① **ライフステージに応じた定期的な健診の受診【健診】**
- ② 精密検査を早期に受診する
- ③ 重症化を防ぐための定期的な受診(糖尿病の合併症の発症を減らす・脳血管疾患、虚血性心疾患の年齢調整死亡率を下げる・COPDの認知度を上げる【COPD】)
- ④ うつ傾向や不安の強い人の割合を減らす【こころの健康】
- ⑤ かかりつけ医をもつ

4. 健康づくりを支える環境

- ① 受動喫煙をなくす(COPDの認知度を上げる【COPD】)
- ② **地域のつながりをもつ・強化する【ソーシャルキャピタル】**
- ③ 健康危機管理ができる【災害時健康管理】【新興感染症対策】
- ④ 企業、学校との連携・協働

4章 今後の方向性

- ① 健康教育・相談の充実
- ② 糖尿病の合併症の発症を減らす
- ③ 脳血管疾患、虚血性心疾患の年齢調整死亡率を下げる
- ④ 自殺対策
- ⑤ 健診の受診率向上(自己負担金の設定を検討し受診しやすい環境を確保する)
- ⑥ 健康危機管理の構築

※赤字は第一次府中市保健計画の最終評価項目