

3 施策の体系

基本理念：誰もが健やかで心豊かに暮らせるまち

基本方針Ⅰ 個人の行動と健康状態の改善

基本施策1 生活習慣の改善

- (1) 栄養・食生活
生涯にわたって健康な体をつくる食生活の定着
- (2) 身体活動・運動
体を動かす習慣の定着
- (3) 飲酒
適正飲酒の推進
- (4) 喫煙
禁煙支援と受動喫煙対策の充実
- (5) 歯・口腔の健康
歯・口腔の健康を保つ健康行動の推進
- (6) 休養
適切な睡眠や余暇時間の確保の推進

基本施策2 生活習慣病の発症予防・重症化予防

- (1) 糖尿病・高血圧対策
健診の受診および適切な健康行動の推進
- (2) 腎疾患対策
慢性腎臓病（CKD）対策の推進
- (3) がん対策
がんの一次予防の普及とがん検診の受診率向上

基本施策3 生活機能の維持・向上

- ・高齢になっても生活機能を維持・向上できる生活習慣の定着

基本方針Ⅱ 社会環境の質の向上

基本施策4 自然に健康になれる環境づくり

- ・健康づくりに触れる機会の創出

基本施策5 健康増進のための基盤整備

- ・産学官連携によるICT活用の推進と地域全体の健康づくりの推進