

そうさ健康プラン

心身ともに健康で、笑顔があふれるまち

健康増進計画

母子保健計画

がん対策推進計画(第2次)

歯と口腔の健康づくり推進計画

平成29年3月

匝 瑳 市

はじめに



我が国では、医学の進歩や生活環境の改善等により平均寿命が延びています。しかし、その一方でがんや脳血管疾患、循環器疾患などの生活習慣病も増加しています。

疾病の発症予防や重症化予防のため、市民一人ひとりが「自らの健康は自ら守り、つくる」という意識を持ち、健康づくりに取り組みやすい環境や、市民すべてが生涯を通じて心身ともに健康で豊かな生活ができる社会が求められています。

匝瑳市では、平成18年6月に「健康都市宣言」を行い、平成25年3月には、「がん対策推進計画」を策定し、市民の皆様が心身ともに健康に暮らすことができるよう関係団体や関係機関と連携を取りながら、計画の推進を図ってきたところです。

このたび、健康に関する施策を、より具体的に実施していくため、平成29年度から平成38年度までの10か年を計画期間とし、これまで実施してきた「がん対策推進計画」のほか、「健康増進計画」、「母子保健計画」、「歯と口腔の健康づくり推進計画」から成る「そうさ健康プラン」をここに策定しました。

本計画では、市民の健康づくりを図るため、「心身ともに健康で、笑顔があふれるまち」を基本理念とし、「ライフステージに合わせた健康づくり」、「地域の支え合いによる健康づくり」、「健康を支える環境づくり」を基本方針とし、各計画に基本目標を定め、健康づくりに取り組みます。

結びに、本計画の策定にあたり、アンケート等にご協力いただいた市民の皆様をはじめ、貴重なご意見を賜りました健康づくり推進協議会委員の皆様、並びに関係各位に対しまして、心から厚くお礼申し上げますとともに、今後ともご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

平成29年3月

匝瑳市長 太田 安規

目 次

第1章	計画策定にあたって	1
1	計画策定の背景と趣旨	3
2	各計画の背景	5
3	本計画の位置付け	9
4	本計画の期間	10
第2章	匝瑳市の概況	11
1	人口・世帯の状況	13
2	平均寿命・健康寿命	15
3	疾病と死亡の状況	16
4	母子をめぐる状況	20
5	がんをめぐる状況	30
6	歯と口腔をめぐる状況	34
第3章	計画の考え方	37
1	基本理念	39
2	基本的視点	40
3	基本方針	40
4	基本目標	42
5	計画の体系図	44
6	推進体制	46
第4章	健康増進計画	49
1	生活習慣病	51
2	栄養と食生活	57
3	身体活動・運動	64
4	休養とこころ	67
5	飲酒	71
6	喫煙	73
第5章	母子保健計画	77
1	はぐくむ命	79
2	健やかな身体	85
3	楽しい子育て	87

第6章	がん対策推進計画（第2次）	93
1	自分の健康は自分で守るという意識の啓発	95
2	がんの予防	100
3	がんの早期発見	104
第7章	歯と口腔の健康づくり推進計画	115
1	歯と口腔の健康の基礎づくり	117
2	歯と口腔の健康の維持向上	122
3	歯と口腔の健康づくりの推進	127
第8章	資料編	129
1	計画の策定経過	131
2	アンケート調査	132