

各分野における地域の取組み及び市民の取組みについて

氏名 _____ (団体名 _____)

健康増進計画

- 基本目標 1 市民一人ひとりの生活に応じた取組みの推進
 基本目標 2 生活習慣病の発症予防と重症化予防の推進
 基本目標 3 ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり
 基本目標 4 社会環境の質の向上

【項目】 1 栄養・食生活（バランスのよい食事の啓発／減塩の啓発／若い世代に向けた食生活の啓発／成人男性の肥満の予防と改善／若い女性のやせの予防と改善／高齢者の低栄養予防・フレイル予防）

<市民の取組み>

<地域の取組み>

【項目】2 身体活動・運動（子どもや若い世代の体力の向上／個々の生活や目的に合った運動に関する周知・啓発／気軽に運動ができる環境づくり）

<市民の取組み>

<地域の取組み>

【項目】3 休養・睡眠（十分な休養と睡眠の確保／不安や悩みを相談できる環境の整備／地域における人々のつながりを深め、孤立を防ぐ）

<市民の取組み>

<地域の取組み>

【項目】 4 飲酒・喫煙（全世代における受動喫煙防止対策の推進／禁煙に向けた取り組みの促進／適正な飲酒量の啓発促進）

<市民の取組み>

<地域の取組み>

【項目】5 歯・口腔の健康（虫歯や歯周病予防に関する啓発促進／子供の歯磨き習慣の向上／よく噛み、ゆっくり食べることの大切さに関する啓発）

<市民の取組み>

<地域の取組み>

【項目】 6 がん（がんのリスク因子となる生活習慣の改善に関する啓発促進／がん検診の受診促進）

<市民の取組み>

<地域の取組み>

【項目】 7 循環器病・糖尿病・COPD（健康管理の実践に向けた主体的な取組の推進）

<市民の取組み>

<地域の取組み>

食育推進計画

基本目標 1 生涯を通じた切れ目のない食育の推進

基本目標 2 持続可能な食を支える食育の推進

基本目標 3 「新たな日常」に対応した食育の推進

【項目】 1 栄養バランスと、健全な食生活に関する啓発（バランスのよい食事の啓発／減塩の啓発／若い世代に向けた食生活の啓発／成人男性の肥満の予防と改善／若い女性のやせの予防と改善／高齢者の低栄養予防・フレイル予防）

<市民の取組み>

<地域の取組み>

【項目】 2 食文化の継承、食を楽しむ環境づくり（伝統的な食文化の継承／食に関する体験活動に参加する機会の提供）

<市民の取組み>

<地域の取組み>

【項目】 3 地産地消の推進、環境や安全性に配慮した行動の推進

(地産地消の推進／食の安全性に関する知識の啓発／食に関する感謝の念と食の循環に対する理解を深める取組みの促進)

＜市民の取組み＞

＜地域の取組み＞

自殺対策計画

基本目標： 誰も自殺に追い込まれることのない地域づくり

【項目】 1 教育・啓発の推進（市民に対する広報活動・意識づくりの推進／教育分野と連携した取組みの推進）

<市民の取組み>

<地域の取組み>

【項目】 2 相談・支援ネットワークとそれを支える人材育成（相談・支援のネットワークづくり／相談・支援を支える人材育成）

<市民の取組み>

<地域の取組み>

【項目】 3 いきいきと安心して暮らせる地域づくり（見守り・居場所づくりの促進／生きがい・社会参加の促進／経済的支援に関する周知）

<市民の取組み>

<地域の取組み>
