

主な数値目標

生活習慣の改善

	指標項目	現状値(H29年度)	目標値(H34年度)
1 健康診査と健康管理	健康診査等を受診した市民の割合（がん検診を除く） （平成29年度健康づくりアンケート調査）	78.1%	82.0%
2 身体活動・運動	日ごろから、健康の維持・増進のために意識的に身体を動かすなどの運動を心がけている市民の割合（平成29年度健康づくりアンケート調査）	64.3%	74.3%
3 休養・こころの健康	睡眠による休養を充分にとれていない市民の割合 （平成29年度健康づくりアンケート調査）	27.6%	25.0%
4 飲酒・喫煙	「節度ある適度な飲酒」の量を知っている市民の割合 （平成29年度健康づくりアンケート調査）	38.1%	50.0%
	喫煙習慣のある市民の割合 （平成29年度健康づくりアンケート調査）	13.1%	10.0%
5 歯・口腔	咀嚼良好な60歳以上の市民の割合 （平成29年度健康づくりアンケート調査）	70.3%	75.0%
6 次世代の健康	小・中学生の適正体重の割合（ローレル指数） （平成29年度健康づくりアンケート調査）	小学校5年生	51.7%
		中学校2年生	49.8%
			UP!

生活習慣病の発症予防と重症化予防

	指標項目	現状値(H29年度)	目標値(H34年度)
1 がん	市が実施するがん検診の受診率 （地域保健事業報告・健康増進事業報告）	胃がん	2.0%
		肺がん	2.4%
		大腸がん	13.7%
		子宮頸がん	18.6%
		乳がん	19.5%
2 がんを除く生活習慣病	特定健康診査の実施率（国保年金課資料）	43.4%	53.0%
	特定保健指導の利用率（国保年金課資料）	16.4%	40.0%

健康を支え、守るための社会環境の整備

	指標項目	現状値(H29年度)	目標値(H34年度)
1 地域医療提供体制の整備	かかりつけ医がいる市民の割合 （平成29年度まちづくり市民アンケート）	66.7%	70.0%
2 地域のつながりの醸成と市民の主体的な活動	地域の健康づくり活動に参加している市民の割合 （平成29年度健康づくりアンケート調査）	5.7%	10.7%

食育の推進による健全な食生活の形成

	指標項目	現状値(H29年度)	目標値(H34年度)
1 食に関する正しい知識の普及	毎日、朝食を食べる市民の割合 （平成29年度健康づくりアンケート調査）	小学生	98.8%
		中学生	91.6%
		高校生	85.9%
		高校生	85.9%
		成人	81.5%
2 多様な暮らしに対応した食育の推進	親しい人と団らんしながらの食事をすることが、週2～3回以上の市民の割合（平成29年度健康づくりアンケート調査）	83.2%	90.0%
3 地産地消の推進と食文化の継承	農産物を購入するとき、「地元農産物」であることを意識して購入する市民の割合（平成29年度健康づくりアンケート調査）	18.4%	30.0%
4 食の安全・安心と環境への配慮	外食や加工食品（市販の弁当、総菜を含む。）を購入する際、その栄養成分表示を参考にしている市民の割合（平成29年度健康づくりアンケート調査）	61.8%	70.0%

発行 平成30年3月

企画・編集 鴻巣市健康づくり部 健康づくり課

TEL 048-543-1561 FAX 048-543-5749 <http://www.city.kounosu.saitama.jp/>

鴻巣市健康づくり推進計画

第3次鴻巣市健康増進計画・第2次鴻巣市食育推進計画 概要版

基本理念

市民一人一人がいきいきと健やかで充実した生活が送れる“健康こうのす”の実現



鴻巣市では、市民の健康寿命の延伸をめざし、市民、団体、関係機関が一体となって、健康づくり運動を推進するため、平成25年3月に「第2次鴻巣市健康増進計画（いきいき健康プラン21）」、平成23年3月に「鴻巣市食育推進計画」を策定しました。

今回、両計画が見直しの時期を迎えたことに伴い、共通する課題が多く関連が強いことから「健康増進計画」「食育推進計画」を一体化した「鴻巣市健康づくり推進計画」を平成30年度から平成34年度までの5か年計画として策定しました。

1 生活習慣の改善

1 健康診査と健康管理

健康診査等を毎年受診して、検査結果を経年で把握することにより、自らの身体の異常に早期に気づき、生活習慣の見直しや早期治療につなげることで、受診後の継続的な健康づくりを目指します。

基本施策

- 疾病予防に対する正しい知識の普及
- 健康診査の受診勧奨の推進と受診しやすい体制づくり
- 保健指導の充実



2 身体活動・運動

身体活動・運動は、心身の健康が促されるだけでなく、相互交流や仲間づくりにつながることから、あらゆる年代の人が身体活動を増やし、気軽に運動を楽しむことのできるまちを目指します。

基本施策

- 身体活動・運動の効果に関する普及啓発
- 身体活動・運動しやすいまちづくり



3 休養・こころの健康

仕事や人間関係、暮らしに不安や悩みを抱える人が増えていることから、十分な睡眠や休養をとり、ストレスと上手に付き合うことで、こころの健康の保持・増進を目指します。

基本施策

- こころの健康づくりに関する普及啓発
- 身近に相談できる体制の充実



4 飲酒・喫煙

飲酒や喫煙・受動喫煙の健康影響に関する正しい知識を持ち、飲酒をする時は生活習慣病のリスクを高めめない程度とし、喫煙については禁煙を希望する市民の支援や非喫煙者の受動喫煙の防止を目指します。

基本施策

- 飲酒・喫煙及び受動喫煙に関する正しい知識の普及啓発
- 禁煙指導と受動喫煙の防止



5 歯・口腔

日頃から、歯・口腔の健康に対する意識を高め、正しい歯みがきや定期的な歯科健診の受診、適切な口腔ケアを行うことで、生涯にわたる歯と口腔の健康づくりを目指します。

基本施策

- 歯や口腔の正しい知識の普及
- 定期的な歯科健診の受診勧奨と保健指導の充実
- 歯と口腔の健康を支える環境の充実



6 次世代の健康

子どもの健やかな発育と、20歳代、30歳代の若い世代がより良い生活習慣を形成することで、生涯を通じた健康づくりを目指します。

基本施策

- 妊娠期からの切れ目のない支援
- 子どもの頃からの健康な生活習慣の形成



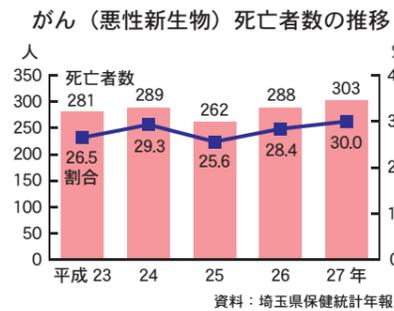
2 生活習慣病の発症予防と重症化予防

1 がん

がんを予防するために、健康的な生活習慣について、より多くの市民が理解し実践するとともに、がん検診等を毎年受診し、早期発見・早期治療、重症化予防を目指します。

基本施策

- がんを知り、予防するための知識の普及啓発
- 検診受診率の向上と精密検査の受診支援



2 がんを除く生活習慣病

心疾患、脳血管疾患など循環器疾患はがんに次ぐ日本人の死亡原因です。その原因となる高血圧、糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病について、より多くの市民が理解し、健康な生活習慣の実践を支援するとともに、特定健康診査等を毎年受診し、早期発見・早期治療、重症化予防を目指します。

基本施策

- 生活習慣病に関する正しい知識の提供
- 特定健康診査・特定保健指導の充実（国民健康保険）
- 重症化予防の推進

3 健康を支え、守るための社会環境の整備

1 地域医療提供体制の整備

医療を必要とする市民が、できる限り住み慣れた地域でサービスを受けられる、生涯を通じた医療提供体制の確立を目指します。

基本施策

- 地域医療の推進
- 地域医療資源の確保

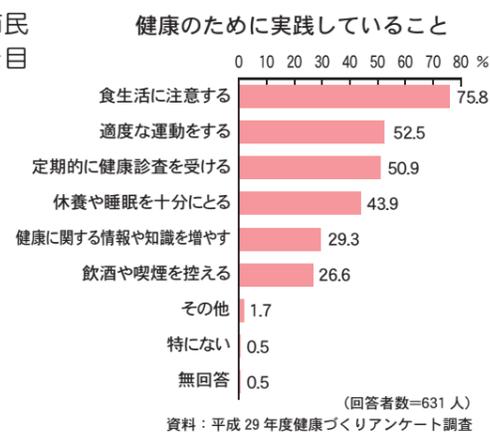


2 地域のつながりの醸成と市民の主体的な活動

地域のつながりを醸成し、市民の主体的な健康づくりの支援を目指します。

基本施策

- 地域における健康づくりのための人材育成と活動の推進
- 市民の自主的な健康づくりの推進
- 健康づくりの視点による関係団体との協働



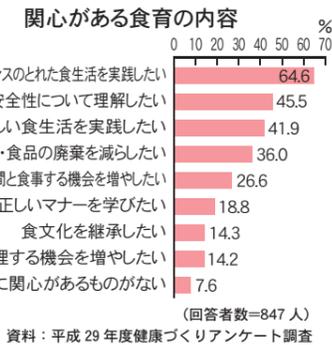
4 食育の推進による健全な食生活の形成

1 食に関する正しい知識の普及

市民一人一人が、生涯を通じて健やかに過ごすための健康づくりに向け、地域の団体や関係機関と連携しながら、それぞれのライフステージの特徴に応じた食育を目指します。

基本施策

- ライフステージに応じた食育の推進
- 全世代に共通した食育の推進



2 多様な暮らしに対応した食育の推進

核家族化やライフスタイルの多様化に応じた健全で充実した食生活が送れるよう、家族や仲間と会話をしながら食事を楽しみ、人とのつながりを深める「共食」の実践を目指します。

基本施策

- 家庭における共食の推進
- 地域における共食の推進

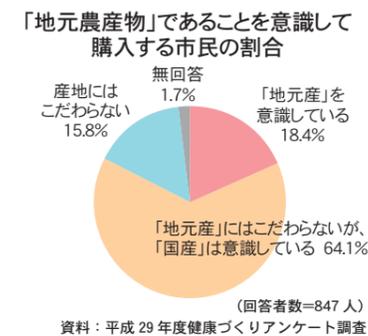


3 地産地消の推進と食文化の継承

消費者としての市民が、新鮮で安全な地元産の農産物を購入する機会を増やすことにより地産地消を推進するとともに、伝統的な地域の食文化の継承を目指します。

基本施策

- 地産地消の推進
- 食文化の啓発と継承



4 食の安全・安心と環境への配慮

食の安全に関する知識を身につけ、食品を的確に選ぶことや、環境を意識した食への取組を目指します。

基本施策

- 食の安全・安心と環境への配慮
- 災害に対する備えの普及啓発

