

第2次健康かいた21が完成しました!!

大目標と 新規事業の方向性

大目標

元気と病気が調和した自分らしい健康を
めざします！
～健康寿命をのばそう～

健やか親子推進事業

発達段階に応じた支援を
充実させます

歯科保健を重視し
むし歯ゼロをめざします

食文化の継承に取り組みます

元気増やし事業

地域で活躍する健康づくり
リーダーを養成します

ふれあいウォーキング大会を
開催します

学校と連携し食育を広めます

病気減らし事業

生活習慣病重症化予防事業を
開始します

たばこ対策事業を展開します

がんの早期発見のため
受診率の向上に取り組みます

こころの健康づくり推進事業

睡眠とこころの健康を
考える教室を開催します

心の悩みや心配ごとをもつ人の
相談にのれる人材を育成します

精神障がい者の家族支援を
充実します

健康づくり目標

多様な領域において5年後の目標値を設定しました。
世代ごとに目標を定め、生涯を通じた健康づくりに取り組みます。

(目標項目の例)

- ★適正体重を維持している人の増加
- ★日常生活における歩数の増加
- ★がん検診受診率の向上
- ★3歳児のむし歯保有者割合の減少
- ★ロコモティブシンドローム認知度の向上
ロコモティブシンドローム…筋肉、関節、骨などの運動機能の低下から介護が必要になるリスクが高い状態のこと。取り組み次第で予防や改善ができます。

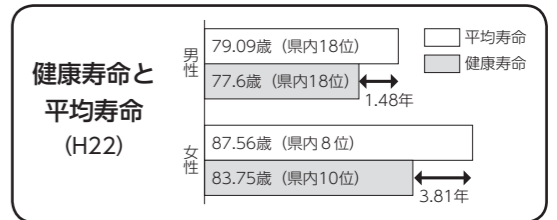


いつまでも、住み慣れた海田町で自分らしく生活できることをめざして、第2次健康かいた21を策定しました。健康とは単に「病気がない」「検査データが正常」という状態ではなく、身体的、精神的、社会的に良好な状態をいいます。健やかで心豊かに暮らせるよう、人とのつながりや生きがいなどの元気の要素を増やすとともに、生活習慣病を減らす取り組みを心と体の両面からめざしましょう。

1 健康寿命を延ばそう

介護が必要な期間の平均は男性で1.48年、女性で3.81年です。この期間をできるだけ短くして、最期までいきいきと暮らしていくことをめざします。

※健康寿命…健康上の問題で日常生活に制限なく生活できる期間の平均で、町では介護保険情報をもとに算出しています。



2 生活習慣病の発症予防と重症化予防

生活習慣病は町の死亡原因の57.9%を占めます。合併症の予防や症状の進行を遅らせる重症化予防への取り組みが重要です。

※生活習慣病…悪性新生物(がんなど)・心疾患・脳血管疾患など生活習慣と関連が深い病気の総称

海田町死亡原因 (H23人口動態統計)

1位	悪性新生物(がんなど)	31.7%
2位	心疾患	17.9%
3位	肺炎	8.7%
4位	脳血管疾患	8.3%

3 特定健診やがん検診の受診率向上

生活習慣病の予防には、自分の健康状態を知ることが大切です。年に1回の健診を受ける習慣が健康づくりへの第1歩です。

	特定健診 受診率	特定保健 指導状況	がん検診受診率				
			胃がん	肺がん	大腸がん	子宮頸がん	乳がん
平成23年	28.6%	56.2%	10.3%	13.8%	21.1%	45.7%	35.0%
目標	60%		50%				

4 住民主体の元気増やし

「広げよう元気の輪」をテーマに、一人ひとりの元気づくりへの取り組みが地域全体に広がるような地域のつながりが大切です。



5 親子の健康づくりの推進

誰もが安心して子どもを産み育てられる「子育てしやすく人が輝くまち」を目標に、一人ひとりの子どもが地域に見守られながら健やかに成長できるように取り組みます。

6 こころの健康づくりの推進

人と人とのつながりを大切に、地域で支えあう誰もが暮らしやすい町づくりをめざします。さまざまな角度から、こころや身体の健康について考え、自分らしい健康法を見つけることが大切です。