

「第3次健康増進計画・第2次自殺対策計画（令和6年度～令和14年度）」の体系（案）

基本理念

誰もがこころもからだも健やかに暮らせるまち
 さんだ
 つなげよう
 健康の輪

めざす姿

健康意識の向上・健康寿命の延伸

基本目標

基本目標 1
 一人ひとりに
 合わせた
 健康管理の実践

基本目標 2
 健康的な
 生活習慣の実践

基本目標 3
 市民の健康を
 支え守るための
 社会環境の整備

施策の方向／主な取り組み

具体的な取り組み例

1 生活習慣病予防・重症化予防

●健康相談、健康教育 ●糖尿病性腎症重症化予防事業
 ●健診の受診勧奨・特定保健指導の利用勧奨 など

2 がん対策

●がん検診の受診勧奨、受診環境の整備（利便性の向上）
 ●要精密検査者へのフォロー強化 など

3 ライフコースを踏まえた健康づくりと健康意識の向上（新）

●フレイル対策の強化
 ●女性の健康に特化した事業 など

1 栄養・食生活

①規則正しい生活の推進
 ②バランスのよい食事の推進
 ③共食の普及・啓発

●食育推進計画の推進
 ●望ましい食習慣の指導
 ●共食の重要性についての普及・啓発
 ●家庭や地域における食を通じた関係づくり など

2 身体活動・運動

①運動に関する正しい知識の普及
 ②身体活動・運動の“実践”を促す取り組み（新）
 ③運動習慣の定着に向けた取り組み

●地域での運動教室の実施
 ●デジタル活用健康づくり事業（健康アプリ）
 ●運動習慣の定着に向けた環境整備、情報発信 など

3 たばこ対策

①たばこの健康への影響に関する知識の普及
 ②禁煙に向けた取り組みの強化
 ③受動喫煙防止対策の推進

●健康教育 ●街頭キャンペーン、イベント等で啓発活動
 ●禁煙支援（実施医療機関の情報集約、個別支援など）
 ●受動喫煙による健康被害に関する知識の普及
 ●県「受動喫煙の防止等に関する条例」の推進 など

4 適正な飲酒

①妊婦や未成年者の飲酒防止の啓発
 ②適正飲酒の啓発の推進

●健康教育（飲酒が及ぼす身体への影響についての教育）
 ●禁酒に向けた個別支援
 ●アルコール依存症に対する正しい知識の普及 など

5 歯・口腔の健康

①生涯にわたる歯と口の健康づくり
 ②定期的な歯科健診受診の啓発
 ③オーラルフレイル予防の推進（新）

●定期歯科口腔健診の受診勧奨
 ●かかりつけ歯科医をもつことの重要性の普及・啓発
 ●オーラルフレイル予防教室の実施
 ●口腔ケアに関する正しい知識の普及 など

6 こころの健康

①休養・こころの健康に関する知識の普及啓発
 ②こころの相談窓口の周知・充実

●相談支援体制の強化、相談窓口の周知
 ●こころの健康問題の知識や予防法、支援の普及啓発
 ●こころの健康づくり講演会 など

1 地域で支える
健康づくり

①地域で取り組む健康づくり
 ②自然に健康になれる環境づくり（新）
 ③健康危機における健康確保対策（新）

●健康づくりを担う人材の育成・活用
 ●歩きやすい環境づくり（ウォーカブルなまちづくり）
 ●情報共有・情報発信、健康づくりのネットワークの充実
 ●感染症予防 ●避難所における二次的健康被害の予防

2 いのちを支え・つなげる包括支援（自殺対策計画）
 ～誰も自殺に追い込まれる
 ことのない社会の実現～

①“いのち”を支える人材の確保・育成（新）
 ②“いのち”をつなげる相談機能の充実と情報発信（新）
 ③SOSの出し方・受け止め方の習得に向けた取り組み（新）

●ゲートキーパー養成研修の受講対象者の拡大
 ●重層的支援体制の構築
 （自殺対策に係る庁内及び関係機関のネットワーク強化）
 ●SNSを活用した周知啓発
 ●事業所におけるメンタルヘルス対策（啓発）を推進 など