

# 目 次

第1章 基本計画の中間見直しにあたって	1
1 見直しの背景及び考え方	1
2 目標の達成状況	2
3 計画の位置づけと計画の期間	4
第2章 計画の推進体制	5
1 健康寿命の延伸に寄与する重点健康指標	5
2 重点健康指標の定期的観察・評価	6
3 専門家等による評価と進捗方策の検討	6
第3章 5つの柱建てに基づく施策の展開	7
1 健康的な生活習慣の普及(運動、食生活、禁煙等の普及)	8
2 要介護原因となる疾病の減少 (健診による高血圧症、糖尿病等の早期発見)	9
3 要介護とならないための地域の対応(介護予防や機能回復の取組)	9
4 早世原因となる疾病の減少(がん、心臓病、精神疾患等の早期発見)	10
5 早世・疾病の重症化を防止する医療体制の充実 (がん、脳卒中、急性心筋梗塞等の医療提供体制の構築)	10
第4章 計画後半の取組の推進体制	11
1 各主体の役割と連携	11
2 各計画の進行管理	12
第5章 健康づくりと予防の推進	13
1 よりよい生活習慣をつくる	14
(1) 栄養・食生活	14
(2) 身体活動・運動	17
(3) 休養・こころの健康	20
(4) 喫煙	23
(5) 飲酒	26
2 生活習慣病の発症と重症化を予防する	28
(1) 健診・生活習慣病	28
(2) がん	35
(3) 歯・口腔の健康	39
3 健康づくりがしやすいまちをつくる	42
中間見直し後の指標一覧	44