

2-9 金沢健康プラン

金沢市では、健康増進法第8条に基づき、「健康寿命を延伸する健康都市・金沢」を基本理念に掲げ、「金沢健康プラン 2018」を6年計画として策定し、健康づくりの推進に取り組んできましたが、計画期間の終了に伴い、本市では新たに「金沢健康プラン2024」を令和6年3月に策定しました。

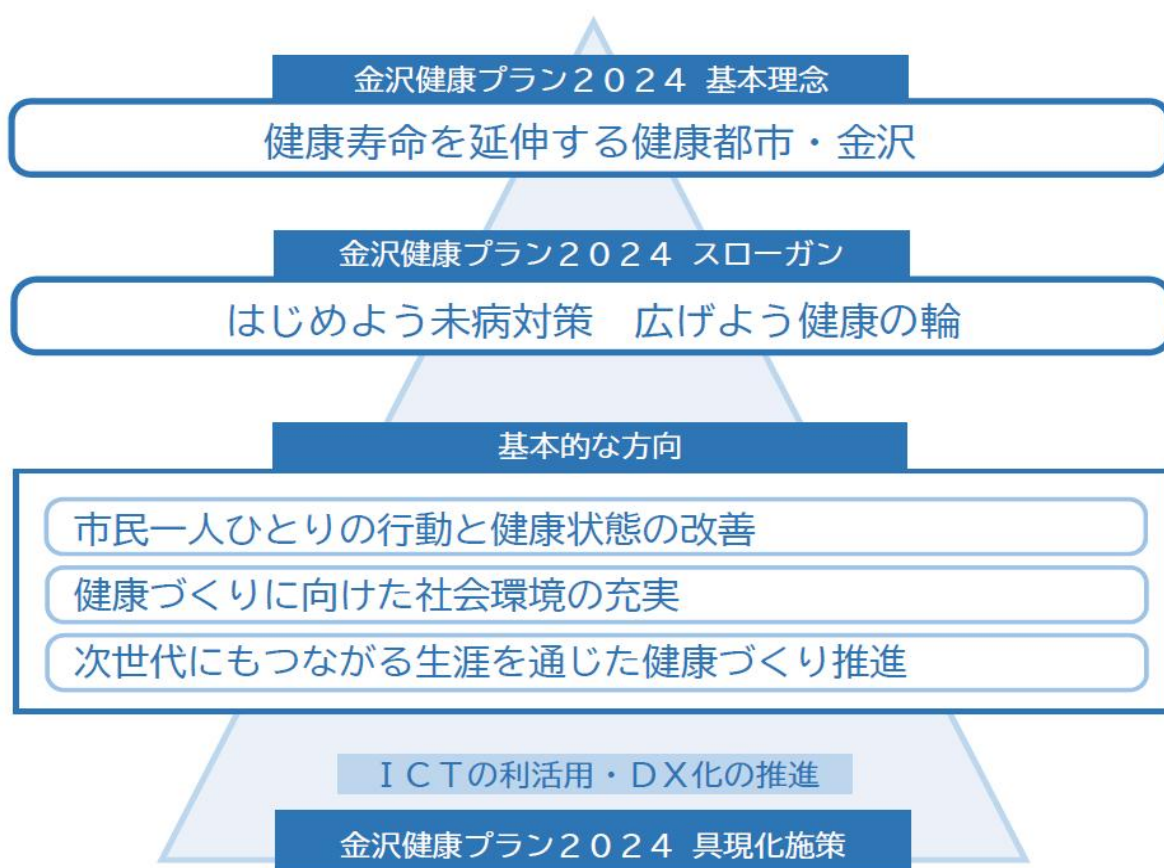
このプランでは、社会を取り巻く環境や健康課題の変化等を踏まえるとともに、「健康寿命を延伸する健康都市・金沢」の基本理念を継承しつつ、新たに「はじめよう未病※対策 広げよう健康の輪」をスローガンとし、市民の健康づくりに関する目標と方向性を明確にすることで、健康寿命を延伸する健康都市の実現を目指します。

※未病

健康と病気を「二分論」の概念で捉えるのではなく、心身の状態は健康と病気の間を連続的に変化するものとして捉え、この全ての変化の過程を表す概念

出典：健康・医療戦略（令和2年3月27日閣議決定、令和3年4月9日一部変更）

2-9-1 基本的な考え方



2-9-2 計画の体系

基本的方向	取り組み項目	取り組み方針
1 市民一人ひとりの行動と健康状態の改善	(1) 生活習慣の改善	①栄養・食生活 ・健康的な食習慣（適切な量と質）の普及 重点
		②身体活動・運動 ・身体活動や運動を習慣的に取り組む環境づくり 重点
		③休養・睡眠 ・適切な睡眠時間と良質な睡眠の確保
		④飲酒 ・適切な量と頻度での飲酒の普及 ・児童・生徒や妊婦の飲酒防止の推進
		⑤喫煙 ・禁煙を希望する者への支援 ・児童・生徒や妊婦の喫煙防止の推進
		⑥歯と口の健康 ・歯と口の健康づくりの推進 ・歯科健診受診率の向上 重点
	(2) 生活習慣病等の発症予防・重症化予防	①糖尿病 ・糖尿病の発症予防の推進 ・糖尿病の早期発見・早期治療、重症化予防の推進 重点
		②循環器疾患 ・循環器疾患の発症予防の推進 ・循環器疾患の早期発見・早期治療、重症化予防の推進
		③がん ・がん検診受診率の向上
		④メタボリックシンドローム ・メタボリックシンドローム対策の推進
	(3) 生活機能の維持・向上	・フレイル予防（ロコモティブシンドローム予防を含む）の推進 重点 ・骨粗しょう症検診受診率の向上
2 健康づくりに向けた社会環境の充実	(1) こころの健康づくり・社会とのつながり	・こころの健康づくり対策の推進 ・社会活動参加の促進
	(2) 自然に健康になれる環境づくり	・体を動かす機会が自然と増える環境づくり ・自然と健康になれる食環境づくり ・受動喫煙防止対策の推進
	(3) 活動主体と手段の多様化	・民間団体・企業・大学等と連携した健康づくりの推進 ・ICT等を活用した健康づくりの推進 重点
3 次世代にもつながる生涯を通じた健康づくりの推進	(1) 子どもの健康づくり	・将来の生活習慣病予防にもつながる健康的な生活習慣の確立
	(2) 女性の健康づくり	・女性のライフステージに応じた健康づくりの推進 ・妊娠期（胎児期）における健康づくり
	(3) 高齢者の健康づくり	・心身の機能の維持・向上のための健康づくり ・社会活動参加の促進