

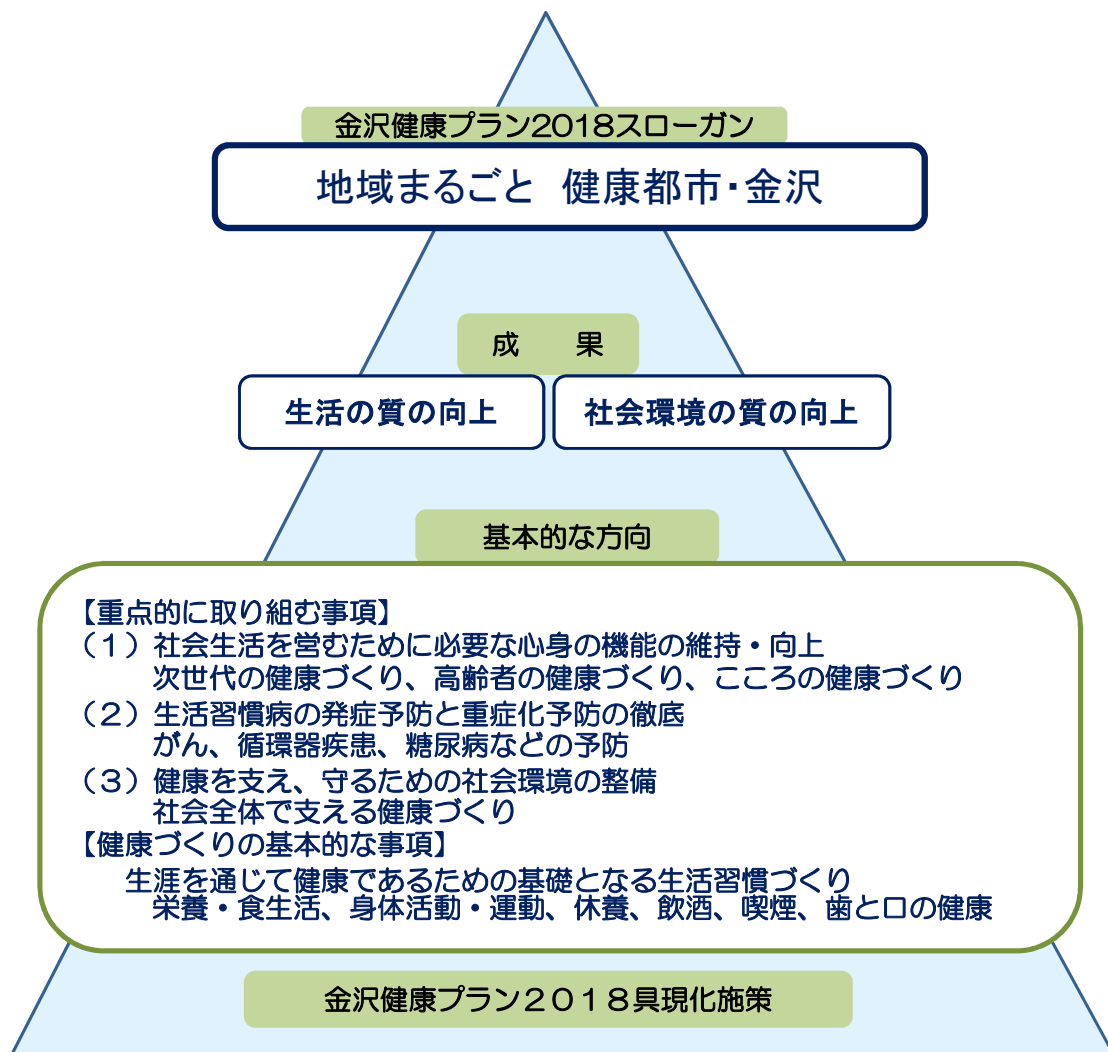
## 2-9 金沢健康プラン

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」の実現を目指し、平成25～34年度における今後10年間の市民の健康づくりに関する目標と方向性を明確にするために「金沢健康プラン2013」を策定し、取り組みを進めてきました。

「金沢健康プラン2013」が策定から5年経過したことから、これまでの取組の評価や、平成29年に制定した、「金沢市歯と口の健康づくり条例」など健康づくりを取り巻く環境の変化等を踏まえ、新たに「金沢健康プラン2018」を平成30年3月に策定しました。

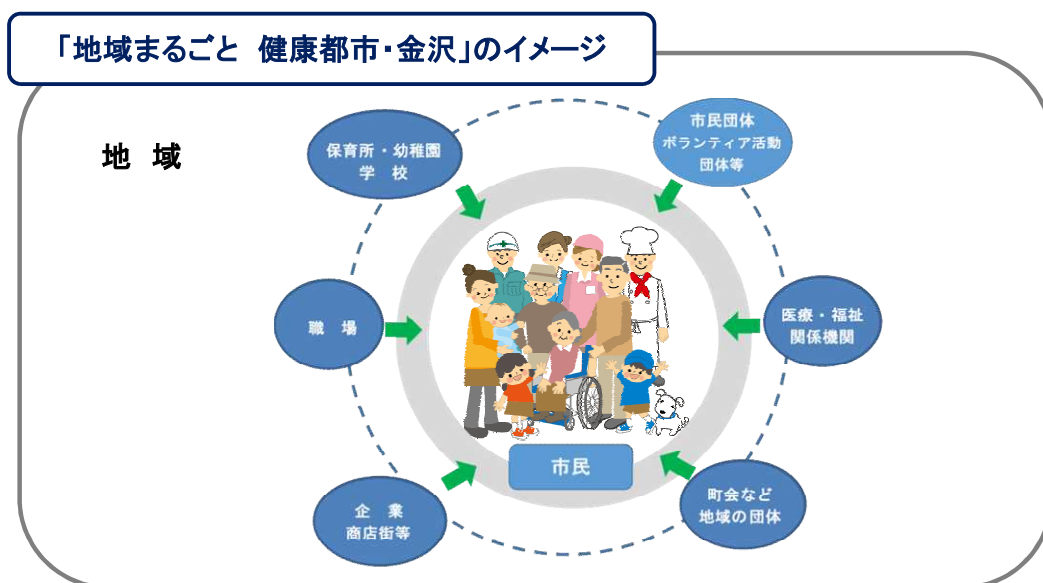
このプランでは、市民の健康に関する現状と課題を踏まえ、「健康寿命を延伸する健康都市・金沢」の基本理念を守りつつ、新たに「地域まるごと健康都市・金沢」というスローガンを掲げて健康づくりを進めていきます。

### 2-9-1 基本的な考え方



## 2-9-2 地域ぐるみの健康づくりの取り組み

健康づくりは、一人ひとりが自ら健康な生活習慣を実現するための主体的な取り組みが大切です。しかし、個人の取り組みには限界があります。また、個人の健康は社会環境の影響を受けます。そのため地域ぐるみで市民相互のつながりや支え合いによる健康づくりを広げていき、健康都市を目指します。



## 2-9-3 計画の体系

基本的な方向	取り組みの項目	取り組み方針
社会生活を営むために必要な心身の機能の維持・向上	次世代の健康づくり	妊娠前、妊娠期の健康づくりの推進 子どもの頃からの健康的な生活習慣の確立
	高齢者の健康づくり	フレイル予防の推進(重点) 認知症予防の推進
	こころの健康づくり	こころの健康を保つ知識の普及 ひきこもりの長期化防止
生活習慣病の発生予防と重症化予防の徹底	がん、循環器疾患、糖尿病などの予防	特定健康診査受診率の向上
		がん検診受診率の向上
		メタボリックシンドローム改善の推進 糖尿病性腎症予防の推進(重点)
健康を支え、守るための社会環境の整備	社会全体で支える健康づくり	職域における健康づくりの推進(重点)
		栄養バランスのとれた食事普及のための環境整備
		がん患者支援の推進
生涯を通じて健康であるための基礎となる生活習慣づくり	栄養・食生活	健康な食習慣の確立(重点)
	身体活動・運動	身体活動・運動に取り組む習慣づくり
	休養	十分な休養、良質な睡眠の確保
	飲酒	適正飲酒の普及
		妊婦の飲酒防止の推進
	喫煙	受動喫煙対策の推進
妊婦の喫煙防止の推進		
歯と口の健康	歯周病予防等、歯と口の健康づくりの推進(重点)	
	歯科健診受診率の向上	