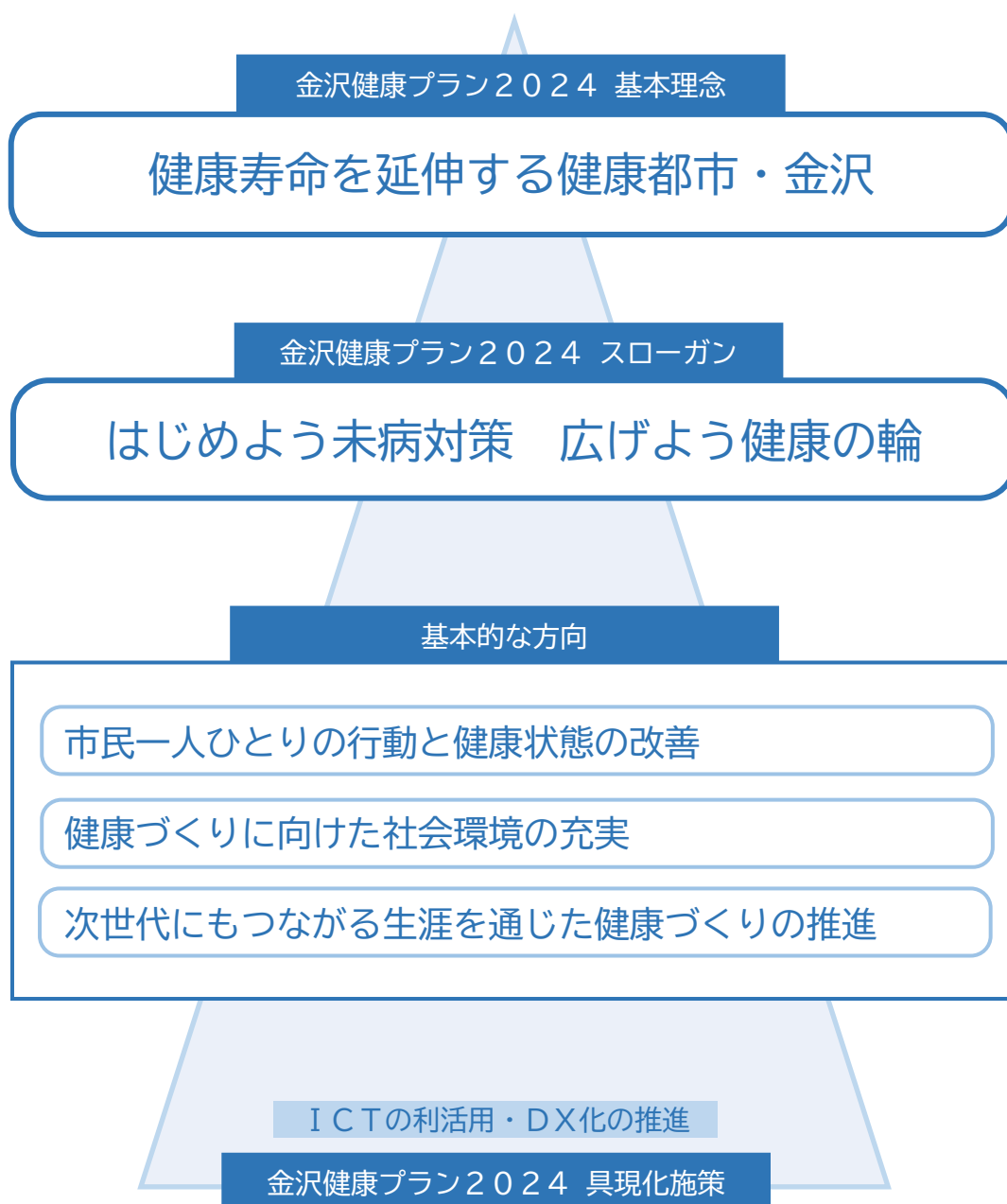


第3章 計画の基本的な考え方

1 計画策定の基本的な考え方

「金沢健康プラン2024」では、市民の健康に関する現状と課題を踏まえ、前プランにおいても基本理念としていた「健康寿命を延伸する健康都市・金沢」を継承しつつ、「はじめよう未病対策 広げよう健康の輪」という新たなスローガンを掲げて健康づくりを進めていきます。



計画期間:令和6(2024)年度～令和17(2035)年度 (12年間)

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