
目 次

第1章 計画の策定にあたって.....	1
1 計画策定の趣旨.....	1
2 計画の位置づけ.....	2
3 計画の期間.....	2
4 計画の策定体制.....	3
(1) 組織体制.....	3
(2) アンケート調査.....	4
第2章 本市の現状と課題.....	5
1 人口の推移.....	5
2 平均寿命.....	7
3 平均自立期間.....	8
4 年齢調整死亡率.....	9
5 標準化死亡比.....	11
6 悪性新生物の部位別死亡者数.....	13
7 国民健康保険の医療費の状況.....	14
8 基本健康診査等の受診状況.....	15
(1) 基本健康診査.....	15
(2) がん検診.....	20
第3章 計画の基本的考え方.....	21
1 基本理念.....	21
2 基本目標.....	21
3 計画の体系.....	22
第4章 重点目標と保健医療の対応.....	23
1 脳卒中死亡を減らす.....	23
2 がん死亡を減らす.....	25
3 自殺を減らす.....	27
4 介護予防の推進.....	29
第5章 健康的な生活習慣に向けて.....	31
1 自分の健康状態の把握.....	31
2 栄養・食生活.....	35

3	運動	40
4	睡眠と心の健康	43
5	たばこ	47
6	アルコール	50
7	歯・口腔	53
第6章	地域の健康づくりの課題と展望	56
1	ライフステージに沿った健康づくり活動の推進	56
2	市民の主体的な健康づくりの支援	56
3	地域を基盤に、地域の特性に基づく健康づくりの推進	56
(1)	浜田自治区	57
(2)	金城自治区	60
(3)	旭自治区	63
(4)	弥栄自治区	65
(5)	三隅自治区	68
第7章	安心できる保健・医療・福祉体制の構築	71
第8章	計画の推進体制と目標値	73
1	計画の推進体制	73
(1)	協働による計画の推進	73
(2)	行政における連携	73
(3)	計画の進捗管理	73
2	目標指標の一覧	74
(1)	健康目標	74
(2)	自分の健康状態の把握	74
(3)	栄養・食生活	75
(4)	運動	77
(5)	睡眠と心の健康	78
(6)	たばこ	79
(7)	アルコール	79
(8)	歯・口腔	79
資料編		81
1	アンケート調査結果の年齢別一覧表	81
2	浜田市保健医療福祉協議会規則	84
3	浜田市保健医療福祉協議会委員名簿	86
4	地域保健医療専門部会委員名簿	87