

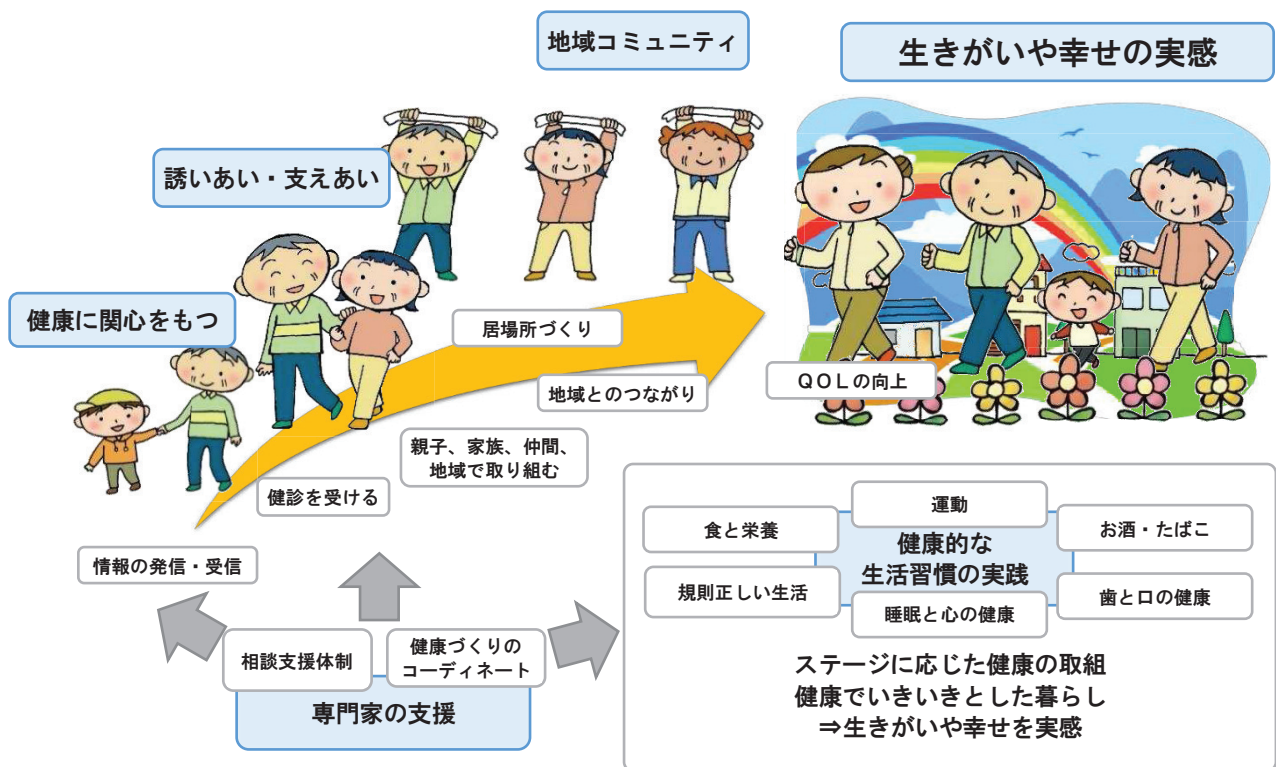
浜田市健康増進計画

1 基本理念

「いつまでも健康で長生きしたい」という市民の誰もが思う願いを実現できるように、基本目標を「生きがいや幸せが実感できる健康寿命の延伸」と掲げ、計画を推進します。

生きがいや幸せが実感できる 健康寿命の延伸

■「生きがいや幸せが実感できる健康寿命の延伸」のイメージ図



2 施策の体系

基本理念の「生きがいや幸せが実感できる健康寿命の延伸」を実現するため、重点目標に浜田市の健康増進に向け重点的に取り組んでいく項目を6つ掲げました。また、目標達成のため7つの生活習慣を5つのライフステージ別に分け、健康づくりの実践や地域の健康づくりを推進していきます。

基本理念

生きがいや幸せが実感できる健康寿命の延伸

重点目標

1 子育て支援の推進

2 脳卒中・糖尿病の発症予防と重症化予防の推進

3 がん対策の推進

4 心の健康づくりの推進

5 介護予防の推進

6 健康づくりの推進
健康コミュニティ

目標達成のための基本施策

健康づくりの実践

妊娠準備期	妊娠期間	乳幼児期	学童期	思春期	青年期	壮年期	高齢期
			6~18歳		19~39歳	40~64歳	65歳以上
1 健康管理の実践							
2 健康的な食生活の実践							
3 運動の実践							
4 睡眠と心の健康づくりの推進							
5 禁煙の推進							
6 適正飲酒の推進							
7 歯・口腔ケアの推進							

地域の健康づくり

- 1 市民の主体的な健康づくりの支援
- 2 地域を基盤に、地域の特性に基づく健康づくりの推進

目標達成の条件

安心できる保健・医療・福祉体制の構築