

## 練馬区健康づくり総合計画（検討するための素材）

現行の「練馬区健康づくり総合計画」が、平成 26 年 3 月で計画期間を終了するにあたり、次期計画を以下のような体系のもとに策定していきたいと考えています。

### 【体系】

健康づくり総合計画は、『区民の健康増進』と、『「健康都市練馬区宣言」の目指すまちづくり』に取り組むために、**基本理念**に基づき、計画の到達点となる**目標**を定め、目標を達成するための具体的な**施策**を明らかにします。施策の実現手段となる**個別事業**については、事業名称と事業目標等を別冊に示します。

**基本理念** → **目標** → **施策** → **個別事業**

### 【健康都市練馬区宣言】抜粋

健康は、私たち一人ひとりの主体的な取組と地域社会の積極的な支援とが一体となって確かなものとなります。

### 【基本理念】（計画の使命を普遍的な形で表した基本的価値観）

- 1 生涯を通じた健康づくりを推進する
- 2 健康づくりにつながる地域の支え合いを促進する
- 3 健康を支え、守るための環境を整備する

### 【目標】（本計画の到達点）

- 1 健康寿命の延伸  
区民一人ひとりが、健康に配慮し心身ともに健やかに生活できる状態を目指します。
- 2 健やかな暮らしを支える地域づくり  
人と人との関わりや地域の絆によって、健康を支える地域社会を目指します。

### 【施策】（戦略：目標を達成するための具体的な方法論）

- 1 健康を維持し、生活習慣病の発症・重症化を予防するための取組
  - ・自分自身の体の状態を把握し、予防、疾病の早期発見、早期治療に結びつける。  
（がん検診、特定健康診査）
  - ・重症化予防事業の充実に向けた具体的な取組  
（糖尿病、高血圧症など）

- 2 生活習慣を改善し、個人の行動変容を促すための取組
  - ・生活習慣病に関する知識の普及
  - ・適切な量と質の食事摂取のための普及啓発
  - ・日常生活における身体活動量の増加のための支援
  - ・睡眠、飲酒、喫煙に関する正しい知識の普及啓発
  - ・歯と口腔の健康増進への取組 など
- 3 健康を地域で支える取組
  - ・こころの健康づくりへの支援の充実
  - ・子どもの健全な成長を支えるための取組
  - ・「ご近所づきあい」から広がる健康づくり など

**【個別事業】**（戦術：戦略の実現手段）

施策（戦略）を遂行するための事業を計画するにあたり、考慮すべき視点を以下とします。各事業については、事業名称と事業目標等を別冊の掲載とします。また、以下のうち、健康実態調査等から課題となる項目を特に重点分野として取り組む。

- ① がん
- ② **糖尿病・メタボリックシンドローム（重点分野）**
- ③ 循環器疾患
- ④ COPD
- ⑤ **栄養・食生活（重点分野）**
- ⑥ 身体活動・運動
- ⑦ 休養
- ⑧ 飲酒
- ⑨ **喫煙（重点分野）**
- ⑩ 歯・口腔の健康
- ⑪ **こころの健康（重点分野）**
- ⑫ 次世代の健康
- ⑬ 高齢者の健康
- ⑭ 社会環境整備