

第3章

本庄市がめざす健康づくり

第3章 本庄市がめざす健康づくり

第1節 第2期健康づくり推進総合計画の目指す姿

健康とは、単に「病気ではない」、「虚弱ではない」ということだけでなく、精神的にも、社会的にも満たされた状態であるとされています。

健康でいきいきと住み慣れたまちで暮らし続けるために、市民一人ひとりが自らの健康に関心を持ち、ライフステージごとに主体的に健康づくりに取り組み、「みんなで支え合い、健やかにいきいきと暮らせるまち」の実現を目指します。

第2期本庄市健康づくり推進総合計画 基本理念

みんなで支え合い、健やかにいきいきと暮らせるまち

第2節 基本目標

健康を取り巻く様々な問題の解決に向けた施策を推進することにより、健幸になれるまち「本庄市」の実現を目指します。

基本目標は、前計画を引き継ぎ、次のとおりとします。

基本目標 健康寿命の延伸と生活の質の向上

本市では、「健康寿命」が県平均よりも短い状況です。

「みんなで支え合い、健やかにいきいきと暮らす」ためには、日常的に介護を必要とせず自立した生活を営める「健康寿命」を延ばしていくことが重要です。

子どもからお年寄りまで、全てのライフステージにおける心や体の健康づくりを進め、市民が充実した生活から幸せや喜びを感じ、生活の質が向上することや、個人のみならず地域社会の健康づくりを進めるため、社会全体が相互に支え合いながら健康を守り、あらゆる世代の健やかな暮らしを支える良好な社会環境を構築することにより、健康寿命を延ばすことを目指します。

第3節 計画の体系

本市の健康づくりの基本理念と計画の体系図を以下に示します。

本計画では、「食生活」「身体活動・運動」「休養・こころの健康」「歯と口腔の健康」「アルコール・たばこ」「健康管理」「地域における健幸づくり」の7分野について、それぞれライフステージを定め、具体的な健康づくりに取り組みます。

本計画は、健康づくりを推進していくために、地域や事業者、行政が協力し、互いに連携を図り、総合的に取り組んでいきます。

