

目標達成に向けた行政の取り組み

◆各種団体に健康教育を行います

がん予防、生活習慣病予防、栄養・食生活、運動習慣の必要性、歯の健康、たばこやアルコールの影響、こころの健康、高齢者の閉じこもり予防、認知症予防について

◆広報やIPで周知します

がん予防、生活習慣病予防、特定健診受診率向上、規則正しい食生活、運動習慣の必要性、こころの健康、高齢者の閉じこもり予防、認知症予防について

◆個別面談を行います

がん予防、妊娠期の健康管理、健康的な食生活、歯の健康、たばこやアルコールの影響、こころの健康について



◆健康づくり教室（すっきりスリム教室）を行います

生活習慣改善、健康的な食生活、運動習慣向上について

◆保健師や栄養士が栄養相談を行います

妊娠期の健康管理、生活習慣病予防、健康的な食生活、アルコールの影響について

◆健康づくり講演会を開催します

生活習慣病予防、運動習慣向上、健康的な食生活、歯周病疾患予防、喫煙や多量飲酒の健康被害について

◆健診結果説明会を行います

健康状態の理解、生活習慣病予防、健康的な食生活、たばこやアルコールの影響について

◆介護予防事業を行います（送迎付き）

高齢者の外出の場の確保、身体活動量の増加、歯周病予防、認知症予防について

◆住民健診の受診率を上げ、疾患の早期発見・予防に努めます

がん予防、生活習慣病予防、健康的な食生活について

◆リーフレットを配布します

喫煙や多量飲酒の健康被害、こころの健康について



◆虫歯や歯周病対策のため、歯科健診やフッ化物洗口を実施します

◆血圧計の貸出を行い、血圧コントロールを支援します

◆小中学校と協力し食育推進や、調理実習を行い健康的な食生活を支援します

◆教育委員会と協力し、町民体力測定など運動習慣向上に努めます

◆社会福祉協議会と協力し、高齢者が楽しく集える場を支援します

◆ハナメロ体操の普及活動と、評価を行い、より良いものにしていきます



第2期月形町健康増進計画（健康つきがた21）概要版

発行年月：令和5年4月 発行：月形町 編集：保健福祉課 保健係

電話（IP共通）：（0126）53-3155 e-mail：hoken@town.tsukigata.hokkaido.jp

計画策定のあらまし

町民の皆さんの主体的な健康づくりを支援していくために、平成24年に国の計画「健康日本21」の考え方を踏まえ、「第1期月形町健康増進計画（健康つきがた21）」を策定し、「**病気や障がい等の有無に関わらず、全ての年代の住民が役割や生きがいを持ち、住民同士の関わりの中で実践できる**」を目標に健康づくりの取組を進めてきました。

第1期計画策定後、10年を経過し、改善に結びつかなかった目標や新たな健康課題も出てきた中で、これまでの「月形町健康増進計画」の中に「月形町食育推進計画」「月形町自殺対策計画」を含め、一体的に作成しました。

根拠と位置づけ

健康増進法に基づいて策定している計画で、食育基本法、自殺対策基本法の規定に基づく「月形町健康増進計画」「月形町食育推進計画」「月形町自殺対策計画」を内包しています。「月形町総合振興計画」を上位計画とし、月形町の保健福祉の方向性を示す「月形町総合保健福祉計画」の分野別計画とします。

計画期間

2022（令和4）年度から2026（令和8）年度まで

計画の目的

- （1）住民参加、住民主体の健康づくり活動を推進する
- （2）生活習慣改善による予防活動を推進する
- （3）住民主体の健康づくり活動を社会全体で支援する環境づくりを推進する

理念と方針

「親子期」「成人期」「高齢期」の各ライフステージ別に、**生活習慣病発症予防、重症化予防の徹底**として、「がん」「循環器疾患（高血圧・糖尿病）」、**健康に関する生活習慣の改善**として、「栄養・食生活」「身体活動・運動」「こころの健康」「たばこ」「アルコール」「歯の健康」、**健康を支え、守るための社会環境の整備**として「生きがい・役割・交流」の領域ごとに達成状況を評価し、それぞれ健康課題と改善目標、令和8年度までの目標値を定め、行政の取組内容、関連機関について検討しました。

本計画では、「**病気や障がいの有無に関わらず、全ての年代の住民が役割や生きがいを持ち、住民同士の関わりの中で実践できる**」ことを基本目標とし、最終目標を「**健康寿命の延伸**」「**健康格差の縮小**」としています。

健康増進計画の推進体制

計画推進にあたっては、町民一人ひとりが本計画を知り、健康づくりに興味、関心を持ち、主体的に健康づくりに取り組むことが重要となります。

行政は、関係機関、地域と連携しながら、町民が主体的に健康づくりがしやすい環境を整えていきます。

計画推進のためのそれぞれの役割

（1）町民の役割

自分の健康状態に関心を持ち、主体的に健康づくりに取り組む
家族や地域など身近な人と交流し、健康づくりを進める

（2）地域の役割

行政や関係機関と連携し、町全体の健康意識の向上を目指す
主体的に健康づくりを行う環境や継続を促す仲間づくりの役割を担う

（3）行政の役割

情報提供や一人ひとりへの支援を行う
地域や関係機関と連携しながら、健康づくりが実践しやすい環境を整える
計画の推進状況の管理や検証を進める

