

第3章 基本方針

1. 計画の基本理念

市民一人ひとりが、主体的に健康づくりに取り組むとともに、地域全体で健康づくりをすすめる環境を整えることにより、健康寿命を延伸し、元気で活力あるまちづくりを目指します。

2. 計画の基本方針

(1) 一次予防の重視と重症化予防

要介護状態の原因となることが多い脳血管疾患は、危険因子として高血圧や脂質異常症、糖尿病、喫煙などがあげられ、食生活や運動習慣など生活習慣が大きく影響しています。

また、市民一人ひとりが生活習慣の改善により、疾病予防に取り組む一次予防に重点を置いた健康づくりをすすめます。

さらに、生活習慣病を発症した場合も、適切な治療継続とともに生活習慣の見直しと改善に取り組み、重症化予防に努めます。

(2) 市民主体の健康づくりとそれを支える体制の構築

健康を実現することは、個人の健康観に基づき一人ひとりが主体的に取り組む課題ですが、その実現には、個人の力と合わせ社会全体が個人の健康づくりを支援していくことが重要です。

市民のみなさんは、健康の大切さに気づき、主体的に取り組むことが重要です。

市民一人ひとりが主体的に健康づくりに取り組むためには、家族や自治会、医療機関、職場、行政、ボランティア団体など、地域全体で協力し支えることが必要です。

そのため、家族や地域、行政のそれぞれができることを認識し、地域全体での支援体制を構築します。

3. 具体的取組

伊達市健康増進計画「第2次健康づくり伊達21」では、「健康日本21(第2次)」及び「すこやか北海道」を勘案し、前計画の策定分野である「食」と「運動」に「休養・こころの健康」「飲酒」「喫煙」「歯・口腔」と要介護状態の主な原因である「生活習慣病」を加え、7分野について事業の推進に努めます。

また、対象とする世代は、概ね20歳以上とします。

