

第2次

10年後の“健幸”ないわぬまを目指して 岩沼市健康づくり市民計画

～“すこやか・しあわせ岩沼プラン”ができました～

～基本理念～

市民一人ひとりが生きがいを持ち、ともに支え合い、いつまでも元気に生活できる“健幸”ないわぬまにしよう

計画の趣旨

おいしく食べ、楽しく過ごして、いつまでも元気でいたい…
『健康』は、豊かな人生をかなえる大きな柱となります。
市では、市民一人ひとりの健康づくりを支える指針となる
『第2次岩沼市健康づくり市民計画』を策定しましたので、
その概要をお知らせします。

この計画は、平成20年度に策定した「第1次計画」の期間終了を受け、今後10年間の健康づくりの取り組みの指針として策定されました。

計画ができるまで

◆市民健康意識調査の実施

市内居住の20歳以上の男女2000人および小学5年と中学2年の保護者933人を対象に平成26年5月にアンケート調査を実施したほか、3歳児健康診査対象の保護者アンケートを実施し健康課題を把握しました。

◆第2次岩沼市健康づくり市民計画策定委員会を設置

市民代表、健康づくり関係団体、職域関係者、医療・教育・保健関係者20名で構成し、計画原案の策定を行いました。

◆パブリックコメントの実施

市役所情報公開室、ホームページで計画の素案を開示して行いました。



グループワークの様子



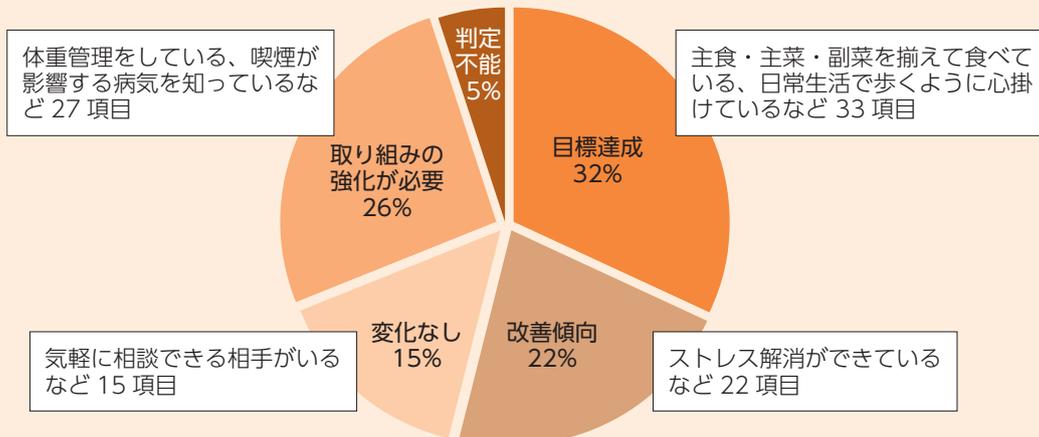
1月30日、策定委員会の奥角徹委員長、板橋肇子副委員長から、菊地市長に計画案の提出がありました



策定委員の皆さん

～市民健康意識調査の結果～ 6年前と比べると…

下のグラフは第1次計画で設定した健康づくりの目標102項目の達成割合です。



約半数の指標で改善がみられたものの、「変化なし」「取り組みの強化が必要」な項目も約半数あることが分かりました。

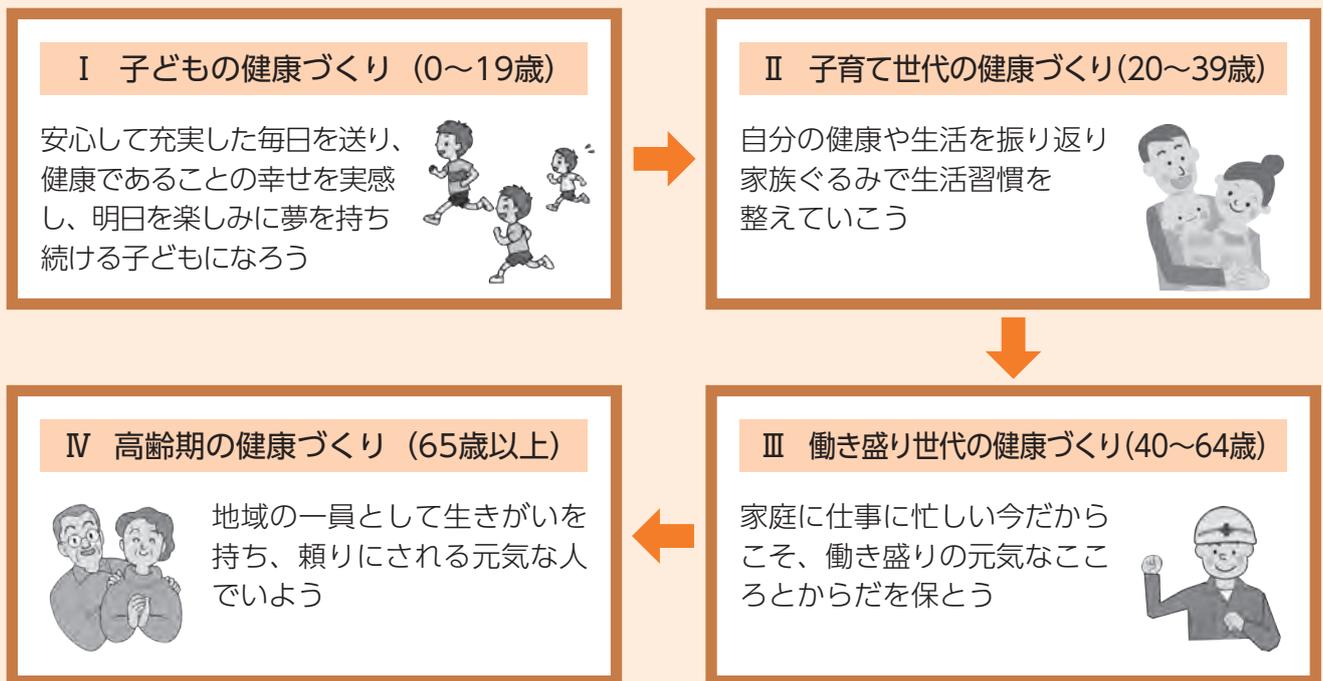
計画のポイント

この計画では、健康づくりの取り組みを3つの基本方針のもと、4つのライフステージごとに7つの分野で「自助」「共助」「公助」の視点で示しています。

3つの基本方針

- (1) 健康寿命を延ばそう
- (2) 生活習慣病の発症と重症化を予防しよう
- (3) 健康を支え合う地域社会をつくろう

4つのライフステージと目指す姿：10年後の健康な姿をイメージしました



7つの分野：ライフステージそれぞれに7分野で健康づくりに取り組みます

栄養と食生活

運動と身体活動

こころの健康

循環器疾患
糖尿病

がん

たばこ

歯と口腔の健康

高齢期の「こころの健康」分野で自助・共助・公助の具体的な取り組みを示すと右図のようになります

私ができること【自助】

取り組み例 積極的にボランティア活動に取り組み、生きがいを持つ

みんなで支え合えばできること【共助】

取り組み例 同じ趣味を持つ人たちと仲間になる

まわりの支え・仕組み【公助】

取り組み例 シニアの知恵と技を生かした地域イベントの開催

この計画の期間は、平成26年度～平成35年度の10年間とし、計画5年目に健康意識調査と中間評価を実施します。平成31年度に必要なに応じて目標の見直しなどを行いながら、効果的な施策を進めていきます。

一人ひとりの取り組みが10年後の“健幸”ないわぬまを作ります。『できることから』『それぞれの立場で』『まわりと一緒に』健康づくりを始めましょう！！

※計画概要や詳しい取り組みについては、今月号と一緒に配布しました「第2次岩沼市健康づくり市民計画概要版」をご覧ください。
問／健康増進課（市役所3階☎内線347～349）