

2 計画の体系



基本理念

笑顔あふれる 元気なまち 久喜市

「健康づくり・食育」共に取り組む実践の輪を広げよう

基本方針

1. 健康寿命を延ばします

2. 市民一人ひとりの生活様式に応じた取り組みを推進します

3. 実践につながる市民主体の取り組みを推進します

4. 健康づくりや食育を推進するための環境整備に努めます

取り組みの方向性

1. 分野別の健康づくりの推進

(1)第8回推進大会/R元.11.3
(2)、(3)第7回推進大会/H30.11.4

2. 健康寿命を延伸する食育の推進

(1)食育セミナー/H29.6.25
第9回推進大会(R2.11 中止)
⇒推進大会(R3.11 縮小)
第10回推進大会(R4.11縮小)
(2)食育セミナー/H30.7.22
第11回推進大会(R5.10 予定)

3. 生活習慣病の発症予防と重症化予防

(1)推進大会(R3.11 縮小)
⇒R3.11月広報掲載
(2)第6回推進大会/H29.11.5

4. 分野別の食育の推進

(1)食育動画作成 (R4予定)
(2)食育セミナー/R元.6.29
(3)食育セミナー(R2.6 中止)
⇒食育セミナー(R3.6 中止)
⇒食育動画作成(R5)
(4)食育動画作成(R3)
⇒食育動画作成(R3)配信中

5. 健康づくり・食育推進を支える環境の整備

(1)、(2)計画期間中適宜実施

分野別の項目

(1) 身体活動・運動

(2) 休養・こころの健康

(3) たばこ・アルコール

(1) 栄養・食生活、食の安全・安心

(2) 歯・口腔の健康

(1) がん

(2) 心疾患・脳血管疾患・COPD^{*3}
・糖尿病・CKD^{*4}

(1) 食文化の伝承

(2) 地産地消の推進

(3) 環境を意識した食の循環

(4) 若い世代を中心とした食育の推進

(1) 実践化への方策と推進

(2) 多様な暮らしに応じた環境整備

施策の項目

●ライフステージ*や個に応じた身体活動*・運動の習慣化の促進
●+10 (プラス・テン)^{*1}の促進

●こころの健康づくりに必要な知識の習得及び実践化の促進
●不安や悩みを相談できる環境の整備

●全世代における受動喫煙防止*対策の推進
●禁煙に向けた取り組みの促進
●適正飲酒の啓発

●バランスのよい食事の啓発
●減塩の啓発
●肥満・やせの予防と改善
●高齢者の低栄養予防・フレイル^{*2}予防
●食の安全・安心に関する情報の適切な選別と活用の促進

●食事や会話を楽しみ、健康で長生きするための6024 (ろくまるにいよん)運動*及び8020 (はちまるにいまる)運動*の推進
●嘔吐30 (かみんぐさんまる)*の推進

●がん検診の受診促進

●健康管理の実践に向けた主体的な取り組みの促進

●地域や家庭で受け継がれている伝統的な料理や作法の伝承

●農業体験等の提供
●学校給食等における久喜産農産物の活用

●食品ロス*の削減
●環境保全型農業*の推進

●若い世代に向けた「朝ごはんを食べよう」の推進
●若い世代のニーズに合わせた情報発信

●意欲を引き出す仕組みづくり

●ボランティアの養成
●活動の場の提供

※ 推進大会:久喜市健康づくり・食育推進大会

*¹+10 (プラス・テン): P34参照 *²フレイル: P50参照 *³COPD: 慢性閉塞性肺疾患 *⁴CKD: 慢性腎臓病