

# 第1章 計画の基本

## I 計画の概要

「元気じゃけんひろしま21（第2次）」では、生活習慣病の発症予防と重症化予防に重点を置き、次世代から高齢世代まで、それぞれのライフステージに応じた健康づくりや、社会全体で健康を支えるための社会環境の整備を進めることにより、「市民一人一人が、生涯を通じて心身ともに健康で自立した生活を送ることができる『まち』の実現」を目指す。

### 基本理念

市民一人一人が、生涯を通じて心身ともに健康で自立した生活を送ることができる「まち」の実現

### 基本目標

健康寿命の延伸（平均寿命の増加分を上回る健康寿命の増加・国の平成34年度の健康寿命を上回る）を目指す。

基本理念の実現に向けて、3つの基本方針に基づいた施策に取り組みます。

#### 基本方針①

##### 生活習慣病の発症予防と重症化予防

主要な死亡原因であるがんや循環器疾患に加え、患者数が増加傾向にあり、重大な合併症を引き起こす恐れのある糖尿病、死亡原因として今後急速に増加すると予測されるCOPD（タバコ肺）について、疾病に関する知識の普及啓発や健康診査等の推進などにより、発症予防と重症化予防に取り組みます。

#### 基本方針②

##### ライフステージに応じた健康づくり

今後高齢化がさらに進展する中で、自立した社会生活を営むための機能を高齢になっても可能な限り維持することができるよう、乳幼児期から高齢期まで、それぞれのライフステージに応じた健康づくりに取り組みます。

#### 基本方針③

##### 社会全体で健康を支え守るための社会環境の整備

市民の主体的な健康づくりに支える地域づくりに取り組むとともに、健康づくりに関する団体・機関等との連携を強化して市民の健康づくりを推進し、さらに、生活環境の保全、緑豊かな都市環境づくりなど、様々な分野と連携することにより、社会全体で市民の健康を支え守るための社会環境の整備に取り組みます。

#### 基本方針実現のための分野ごとの施策

基本方針を実現するため、健康づくりの基本要素である「栄養・食生活」「身体活動・運動」「休養・メンタルヘルス」「喫煙」「飲酒」「歯と口の健康」の6つの分野に関して、個人の生活習慣の改善等に取り組みます。

#### 計画期間

平成25年度(2013年度)から平成34年度(2022年度)までの10年間とする。

※「平成」は31年5月以降、新元号に読み替える。以下同様。

## II 計画の推進体制

本計画を推進するためには、市民一人一人が、乳幼児期から高齢期まで生涯を通じて健康づくりに取り組むとともに、社会全体でその取組を支援することが大切である。このため、「元気じゃけんひろしま21推進会議」等において、健康づくりに関する団体・機関等が情報を共有し、連携を図りながら、一体となって市民の健康づくりを推進する。