

## 第4章 8つの柱の具体的なプラン

### 1 適正体重の維持、バランスのとれた食生活・食習慣の実現

#### 目標に向かって－今後の取り組み－

肥満は生活習慣病を引き起こす要因とされており、自分の適正体重を知り、目指すことが大切です。子どもの肥満は、大人の生活習慣に影響を受けやすいため、日頃の生活習慣を見直すことは大切です。また、働き盛り世代では、望ましい食習慣の実現のために、食事の内容や量の見直しとともに、食事の時間も意識していく必要があります。

健康づくりを実践につなげていくためには、正しい情報発信だけではなく、一人ひとりの生活に合わせた、取り組みやすく具体的な方法を提案していく必要があります。

また、食生活改善推進員等の健康づくりリーダーや学校と連携した取り組みも重要です。さらに地域・職域連携推進会議と連携し、企業等も一体となった地域ぐるみの健康づくりを推進していく必要があります。

#### ◎個人・家庭の取り組み

- ① 自分の適正体重を知り、適正体重となるよう努めましょう。
- ② 1日3回、主食・主菜・副菜をそろえた食事をとりましょう。
- ③ 寝る2時間前までに夕食をすませましょう。
- ④ 間食は時間を決め、適切な量と内容でとりましょう。

#### ◎地域・関係機関の取り組み

- ① 市の栄養・食生活に関する健康課題について、世代を超えてみんなで話し合ひましょう。
- ② 健康づくりリーダーを中心として、地域住民の食育推進に取り組みしましょう。
- ③ 学校等は、食育の推進に努めましょう。
- ④ 職場等は、関係機関と連携し、望ましい食生活の実践に向けた環境づくりに取り組みましょう。

#### ◎行政の取り組み

- ① 市の健康課題や食生活に関する情報を広報くりはらやホームページ、くりはら食育通信等を活用し、広く発信していきます。
- ② 健康づくりリーダーの養成と育成を行い、地域での正しい知識の普及・啓発に努めます。
- ③ 肥満と生活習慣病の関係、適正体重について各年代で知識の普及を図ります。
- ④ 一人ひとりの生活に合わせた支援を行い、望ましい食習慣の実践につなげます。

## 2

## 生活での運動量の増加

### 目標に向かって－今後の取り組み－

生活習慣病や重症化予防対策の一つとして、子どもの頃から身体を動かすことの楽しさを体験し、継続することが運動の習慣化につながります。

身体活動量を増やすために、市民一人ひとりは、毎日の生活の中で意識してこまめに体を動かすこと、さらに、あと10分、個人の生活にあった運動を取り入れる等の工夫が必要です。

地域での運動を推進していくためには、運動施設を活用し、自分自身でできる運動を始め、運動サークルに参加すること等、地域ぐるみで楽しく運動を継続することが運動量の増加へつながり、地域への運動の輪を広げることになります。

今後も運動施設や職場等と協力し、運動施設やサークル活動等の情報を発信し、市民の取り組みを支援していく必要があります。

また、健康づくり運動推進サポーターは、地域の運動の輪を広げる役割を担っているため、各行政区の充足率向上を目指し今後も地域の特性に応じた取り組みの検討が必要です。

さらに、近隣の地区との交流や協力体制を整えながら、健康づくり運動を普及していく必要があります。

#### ◎個人・家庭の取り組み

- ① 意識して生活の中でこまめに体を動かしましょう。
- ② 毎日あと10分(1000歩)運動しましょう。
- ③ 仲間をつくり、一緒に楽しく運動しましょう。
- ④ 子どもの頃から体を動かすことの楽しさを体験し、継続しましょう。

#### ◎地域・関係機関の取り組み

- ① 地域の生活の中で運動する機会を取り入れ、ウォーキングや体操等を行い、みんなで楽しく継続しましょう。
- ② 健康づくり運動推進サポーターを中心とした地域ぐるみでの健康づくり活動を充実・拡大しましょう。
- ③ 運動施設やサークル活動の情報を発信し、仲間を増やしましょう。

#### ◎行政の取り組み

- ① 正しい知識や具体的な実践方法について情報を発信していきます。
- ② 健康づくり運動推進サポーターの養成や育成方法について検討します。
- ③ 関係部署・関係機関と連携し、情報の共有・提供を行います。
- ④ 地域の運動資源の環境整備を行い、参加しやすい運動教室等を開催します。

## 3 こころの健康づくりの推進

### 目標に向かって－今後の取り組み－

「睡眠や休養」にこころの状態や日頃の生活習慣が影響していることを知り、積極的にこころの健康づくりに取り組んでいく必要があります。日頃からストレスチェック等により自己の心身の状態を知り、自分にあったストレス対処法を見つけ実践することが重要です。ストレスへの適切な対処法として、よりよい休養の取り方や適切なお酒の飲み方等の普及啓発を行い、セルフケアの推進を図ることが必要です。

また、こころの不調を感じたときは早期に相談できるよう、相談窓口の周知や相談体制の充実を図るとともに、悩んだ時は誰かに援助を求めること、そしてこころの病気に対する周囲の理解を促す働きかけも重要です。家庭や地域においては、周囲との関係づくりを大切にし、身近な人の変化に気づき、お互いに声をかけ合うことができるような、安心して暮らせる地域づくりが必要です。

#### ◎個人・家庭の取り組み

- ① 悩みを相談できるよう、身近に相談できる人や信頼できる人を増やしましょう。
- ② 日頃から家族を大切にし、安心して相談できる関係づくりに努めましょう。
- ③ こころの状態を自覚し、上手にストレスを解消する方法をみつけ実践しましょう。
- ④ 相談窓口を知り、こころの不調を感じたときは早めに相談しましょう。

#### ◎地域・関係機関の取り組み

- ① 周りの人とのつながりを大切にし、お互いに声をかけあう地域をつくりましょう。
- ② 周りの人の変化に気づき、必要に応じて相談窓口等への相談を勧めましょう。
- ③ 適切な相談支援に繋がるよう、関係機関同士のつながりを強めましょう。
- ④ こころの病気について、正しい知識と理解を深めましょう。

#### ◎行政の取り組み

- ① 適切なストレス対処等の普及啓発を図り、セルフケアを推進します。
- ② こころの病気の理解や正しい知識の普及啓発、相談窓口の周知を行います。
- ③ ゲートキーパー研修やこころの健康サポーター育成により、地域ぐるみでこころの健康づくりを推進する体制をつくります。
- ④ 関係機関が一体となった取り組みを推進し、包括的な支援の提供に努めます。

## 4

## 禁煙・分煙対策の強化

### 目標に向かって－今後の取り組み－

喫煙や受動喫煙は、肺がんをはじめとした、がんや虚血性心疾患、脳血管疾患、慢性閉塞性肺疾患（COPD）、歯周疾患等多くの生活習慣病をもたらすほか、流産・早産、乳幼児突然死症候群（SIDS）など、様々な疾病の要因となることから、加熱式たばこ等を含めた健康への影響について、正しい知識の普及がさらに必要です。また、喫煙者数の減少には、新たな喫煙者を減らすことが有効であり、未成年者の喫煙を防止する取り組みの継続が必要です。

令和2年4月1日、改正健康増進法が全面施行されました。この法律の目的が、望まない受動喫煙を防止することであることを周知し、喫煙率の高い働き盛り世代へ、受動喫煙が及ぼす影響等正しい知識の普及啓発を図ることが重要です。

#### ◎個人・家庭の取り組み

- ① 喫煙による健康への影響を理解し、禁煙に努めましょう。
- ② 受動喫煙が周囲に及ぼす影響を正しく理解し、家庭内でも分煙に取り組ましましょう。

#### ◎地域・関係機関の取り組み

- ① 地域の集いの場では禁煙を推進し、受動喫煙を防ぎましょう。
- ② 未成年者の喫煙開始を防ぐため、家庭や地域、学校が連携し喫煙にふれない環境を整えましょう。
- ③ 禁煙が継続できるよう、マナーのある分煙に努めましょう。

#### ◎行政の取り組み

- ① 喫煙や受動喫煙による健康への影響について情報を発信し、正しい知識の普及に努めます。
- ② 禁煙や分煙、受動喫煙に関する指導を行います。
- ③ 学校と連携し、未成年者の喫煙防止に取り組めます。
- ④ 公共の場の受動喫煙対策を徹底します。

## 5 アルコール対策の充実

### 目標に向かって－今後の取り組み－

住民健診の問診結果では、適正な飲酒量を理解していない人が多いことから、今後は飲酒量や飲み方、アルコールの心身への悪影響について周知啓発を強化することが重要です。さらに、未成年のうちからアルコールについて学ぶ機会を設けることが必要です。

また、多量飲酒者やハイリスク者が依存症へ移行しないよう、生活習慣病対策やこころの健康づくりと併せた予防的取り組みが必要になります。

アルコール依存を広く周知することで、潜在しているアルコール問題が意識され、悩みを抱えている人が、早期に相談へとつながることが期待されます。アルコール依存への支援は、問題が大きくなる前に周囲が気づき、早期に専門的な支援を行うための体制整備が必要であり、関係機関が連携し支援していくことが大切です。

#### ◎個人・家庭の取り組み

- ① 適正飲酒について知り、節度ある飲酒を心がけましょう。
- ② 適切な飲酒や、アルコールの心身への影響について、家族で話し合しましょう。
- ③ 飲酒に関することで悩んだときは、友人や信頼できる人、相談窓口にご相談しましょう。

#### ◎地域・関係機関の取り組み

- ① 地域や職場で適正飲酒について学び、飲酒を無理強いしない地域をつくりましょう。
- ② 仲間づくりを行い、飲酒の仕方で困っている人がいたら、声かけや相談窓口への相談を勧めましょう。
- ③ 学校やPTA等で、未成年者飲酒防止に向けた教育や取り組みについて話し合しましょう。
- ④ 断酒会の活動を広めましょう。

#### ◎行政の取り組み

- ① 適正飲酒について正しい知識を啓発し、お酒と正しく付き合うことを推進します。
- ② 相談窓口を周知し、相談しやすい体制づくりを行います。
- ③ アルコール依存症の正しい知識を啓発し、早期相談や適切な支援を行います。
- ④ 飲酒以外のストレス解消法を啓発します。

## 6

## 歯と口腔の健康づくりの推進

### 目標に向かって－今後の取り組み－

若い年代から歯と口腔の健康を維持することより、高齢になっても歯を多く残し、生涯を通して自身の歯で美味しく食事をとり、心身の健康を保つことができます。乳幼児期からのむし歯予防のためには、おやつの適切な摂り方を周知啓発し、望ましい食習慣や生活習慣の定着の必要があります。

健康な口腔内を保つためには、食後の歯みがきや歯間部清掃用具を使用した口腔ケアの習慣を身につけることが必要です。また、むし歯や歯周病等の予防や早期発見・早期治療ができるよう定期歯科健康診査や歯石除去・歯面清掃を行い、口腔内の清潔を保つことが必要です。

進行した歯周病は、糖尿病等の様々な全身の病気に影響を及ぼします。歯周病の予防や治療は、健康な生活を送るために大切なことです。また、歯周病と喫煙との関係性に関する知識の周知啓発を喫煙防止対策とあわせて進めていくことが必要です。

#### ◎個人・家庭の取り組み

- ① 日頃からむし歯や歯周疾患を予防し、歯と口腔の健康づくりに努めましょう。
- ② 食後の歯みがきを習慣化しましょう。
- ③ 歯間部清掃用具を使用し、口腔の清潔に努めましょう。
- ④ 大人も子どもも、かかりつけ医を持ち、年1回歯と歯肉の健康診査を受けましょう。

#### ◎地域・関係機関の取り組み

- ① 地域や職場で8020、6024を市民みんなで達成しましょう。
- ② お口の健康サポーター等の健康づくりリーダーはお口の健康について、学んだことを地域で伝えましょう。

#### ◎行政の取り組み

- ① 歯と口腔の健康づくりについて、正しい知識の情報発信や指導を行い、お口の健康づくりに取り組む市民を増やします。
- ② 歯科健康診査が受けやすい環境整備に努めます。
- ③ 学校や地域と連携し、学ぶ機会を提供すると共に、個人や地域で取り組むお口の健康づくりを支援します。

## 7

## 生活習慣病対策の強化

## 目標に向かって－今後の取り組み－

栗原市は脳血管疾患の死亡率が男女とも全国平均を大きく上回っていることから、高血圧症や糖尿病等の生活習慣病の発症と重症化を予防することが重要となります。

生活習慣病予防のためには、定期的に健診を受け、自身の健康状態を知り、不適切な生活習慣を改善することが大切です。

しかし、健診結果で異常値を指摘されても、生活習慣の改善や必要な受診につながらないまま、重症化する状況があり、自身の健康管理ができる市民を増やす取り組みが必要です。そのためには、正しい健康情報を提供するだけでなく、多様な生活スタイルや対象に合わせた働きかけや、実践につながる支援が必要です。

また、効果的な普及啓発のあり方、健診や保健指導を受けやすい体制の整備についても検討が必要です。

さらに、家庭だけでなく地域や学校、関係機関と健康課題を共有し、連携して子どもから大人まですべての世代で健康づくりに取り組むことが大切です。

## ◎個人・家庭の取り組み

- ① 定期的に健診を受けて、自分の健康状態を知り、健康管理に努めましょう。
- ② 保健指導を活用し、糖尿病や脳血管疾患等の生活習慣病予防に努めましょう。
- ③ 健診等で異常を指摘された場合は、生活習慣の改善に取り組み、悪化を防ぎましょう。

## ◎地域・関係機関の取り組み

- ① 健康づくりリーダーを中心に、地域のみんなで市の健康課題を共有しましょう。
- ② 健診の受診について、地域で声かけをしましょう。
- ③ 地域ぐるみで生活習慣の改善に取り組み、糖尿病や脳血管疾患等の生活習慣病を予防しましょう。

## ◎行政の取り組み

- ① 定期健診の必要性について周知啓発し受診率の向上に努めます。
- ② 健診や保健指導を受けやすい体制を整えます。
- ③ 健康づくりの実践を支援し、自分の健康管理ができる市民を増やします。

## 8

# がん予防対策の充実

## 目標に向かって－今後の取り組み－

がんの発症にはさまざまな生活習慣が大きく関与と言われており、生活習慣を改善することは、がんの予防につながります。バランスのとれた食事、適度な運動、適切な休養、禁煙、節酒に心がけるなど、生活習慣を改善し、がん予防に努めることが必要です。

がんによる死亡を減らすためには、定期的ながん検診を受診し、早期発見・早期治療につなげることが重要です。また、セルフチェックを実践し、健康管理に努めることの大切さを周知すると共に、がん検診を受けやすい環境を整える必要があります。

併せて、精密検査が必要な場合は、必ず受診するよう勧奨し、未検者をなくす取り組みが重要です。

今後も、がん検診を受けやすい環境を整え、がん検診受診率向上を目指し、精密検査を確実に受ける取り組みを強化し、地域ぐるみでがん予防対策に取り組むことが必要です。

### ◎個人・家庭の取り組み

- ① がんの正しい知識を習得し、セルフチェックをしましょう。
- ② 健康的な生活習慣を確立し、がん予防に努めましょう。
- ③ 定期的ながん検診を受けて、病気の早期発見・早期治療に努めましょう。
- ④ 精密検査の必要性について理解し、必ず受診しましょう。

### ◎地域・関係機関の取り組み

- ① 地域ぐるみでがんの正しい知識を学ぶ機会をつくりましょう。
- ② 健康づくりリーダーはがん検診の必要性や正しい知識の普及啓発を行いましょう。
- ③ 地域ぐるみで声をかけ合い、がん検診を受けましょう。
- ④ 関係機関は各種がん検診が受けやすい環境整備に努めましょう。

### ◎行政の取り組み

- ① がんに関する正しい知識の普及・啓発を行います。
- ② 年に1回は各種がん検診を受けるように受診勧奨を行います。
- ③ 未受診者対策を強化していきます。
- ④ 各種がん検診が受けやすい環境整備に努めます。

## 8つの柱の取り組み一覧

| 事業・取り組み         |             | 健康づくりの8つの柱           |             |                |              |              |                 |              |             |
|-----------------|-------------|----------------------|-------------|----------------|--------------|--------------|-----------------|--------------|-------------|
|                 |             | 1<br>適正体重・食習慣の実現     | 2<br>運動量の増加 | 3<br>こころの健康づくり | 4<br>禁煙・分煙対策 | 5<br>アルコール対策 | 6<br>歯と口腔の健康づくり | 7<br>生活習慣病対策 | 8<br>がん予防対策 |
| ライフステージに応じた保健事業 | 母子保健事業      | 母子健康手帳の交付            | ○           |                | ○            | ○            | ○               |              |             |
|                 |             | 妊婦一般健康診査事業           | ○           |                | ○            | ○            |                 |              |             |
|                 |             | 妊婦歯科健康診査事業           |             |                |              |              | ★               |              |             |
|                 |             | パパママセミナー             | ○           |                | ○            | ○            | ○               |              |             |
|                 |             | 妊婦支援レターの送付           | ○           |                | ○            | ○            | ○               |              |             |
|                 |             | 産婦・新生児訪問事業           | ○           |                | ○            | ○            |                 |              |             |
|                 |             | 未熟児訪問事業              | ○           |                |              |              |                 |              |             |
|                 |             | 乳幼児一般健康診査事業(2ヶ月・8ヶ月) | ○           |                |              |              |                 |              |             |
|                 |             | 乳幼児健康診査              | ○           | ○              | ○            | ○            | ○               |              |             |
|                 |             | のびのび子育て相談            |             |                | ○            |              |                 |              |             |
|                 |             | 子育て支援センター保健相談        | ○           |                |              | ○            | ○               |              |             |
|                 |             | すくすく育児相談             | ○           | ○              | ○            | ○            |                 |              |             |
|                 |             | 思春期性教育               |             |                | ○            |              |                 |              |             |
|                 |             | 母子保健要フォローケース検討会      |             |                | ○            |              |                 |              |             |
|                 | 成人・高齢保健事業   | 未成年者喫煙防止講習会          |             |                |              | ★            | ○               | ○            | ○           |
|                 |             | 未成年者飲酒防止対策           |             |                |              | ○            |                 |              |             |
|                 |             | 各種検診・健診事業            |             |                |              |              | ★               | ○            | ★           |
|                 |             | がん検診無料クーポン券配付事業      |             |                |              |              |                 | ○            | ○           |
|                 |             | 精密検査該当者への受診勧奨        |             |                |              |              |                 | ○            | ○           |
|                 |             | 特定保健指導               | ○           | ○              | ○            | ○            | ★               | ○            | ★           |
|                 |             | 生活習慣病重症化予防事業         | ★           | ○              |              | ○            | ○               | ★            | ○           |
|                 |             | 糖尿病予防講演会             | ○           | ○              |              | ○            | ○               | ○            | ○           |
|                 |             | 地区健康教室               | ★           | ★              | ★            | ★            | ★               | ★            | ★           |
|                 |             | 気軽に☆運動セミナー           |             | ○              |              |              |                 | ○            |             |
|                 |             | 長寿・健康増進講師派遣事業        |             | ○              | ○            |              |                 |              |             |
|                 |             | 献血事業                 | ○           |                | ○            | ○            |                 |              |             |
|                 | 生涯にわたる健康づくり | 放課後児童クラブ健康教育         | ○           |                |              |              |                 |              |             |
|                 |             | 食育推進モデル事業            | ★           | ○              |              |              |                 |              |             |
|                 |             | くりはら食育セミナー           | ★           | ○              |              |              | ★               | ★            |             |
|                 |             | おとこの栄養セミナー           | ○           | ○              |              |              | ○               | ○            |             |
|                 |             | 食に関するアンケート           | ○           |                |              |              | ○               | ○            |             |
|                 |             | 学童歯科指導               |             |                |              |              | ★               |              |             |
|                 |             | 歯と口腔の健康づくりに関するアンケート  |             |                |              |              | ○               |              |             |
|                 |             | メンタルヘルス相談            |             |                | ★            |              | ○               |              |             |
|                 |             | メンタルヘルス研修会           |             |                | ○            |              | ○               |              |             |
|                 |             | 自殺防止講演会              |             |                | ○            |              |                 |              |             |
|                 |             | 家族のための研修会(精神保健事業)    |             |                | ○            |              |                 |              |             |

★ 強化して取り組む事業等

## 8つの柱の取り組み一覧

| 事業・取り組み      |                        | 健康づくりの8つの柱       |             |                |              |              |                 |              |             |
|--------------|------------------------|------------------|-------------|----------------|--------------|--------------|-----------------|--------------|-------------|
|              |                        | 1<br>適正体重・食習慣の実現 | 2<br>運動量の増加 | 3<br>こころの健康づくり | 4<br>禁煙・分煙対策 | 5<br>アルコール対策 | 6<br>歯と口腔の健康づくり | 7<br>生活習慣病対策 | 8<br>がん予防対策 |
| 健康づくりリーダーの育成 | 保健推進員育成事業              | ○                | ○           | ○              | ○            | ○            | ○               | ○            | ○           |
|              | 食生活改善推進員養成・育成事業        | ○                | ○           |                | ○            | ○            | ○               | ○            | ○           |
|              | 健康づくり運動推進サポーター養成・育成事業  | ○                | ★           | ○              | ○            | ○            | ○               | ○            | ○           |
|              | お口の健康サポーター養成・育成事業      | ○                |             | ○              | ○            | ○            | ○               | ○            | ○           |
|              | こころといのちを守るゲートキーパー研修    |                  |             | ★              |              |              |                 |              |             |
|              | こころの健康サポーター研修          |                  |             | ○              |              |              |                 |              |             |
| 連携体制         | 栗原市健康づくり推進協議会の開催       | ○                | ○           | ○              | ○            | ○            | ○               | ○            | ○           |
|              | 栗原市食育推進庁内担当者会議の開催      | ○                | ○           |                |              |              |                 | ○            |             |
|              | 栗原市食育推進委員会の開催          | ○                | ○           |                |              |              |                 | ○            |             |
|              | 栗原市歯科保健推進委員会の開催        |                  |             |                |              |              | ○               |              |             |
|              | 栗原市自殺防止対策連絡協議会検討委員会の開催 |                  |             | ○              |              |              |                 |              |             |
|              | 栗原市自殺防止対策連絡協議会の開催      |                  |             | ○              |              |              |                 |              |             |
| 情報発信（啓発）     | 広報くりはらへの健康情報の掲載        | ○                | ○           | ○              | ○            | ○            | ○               | ○            | ○           |
|              | 栗原市公式ウェブサイトへの健康情報の掲載   | ○                | ○           | ○              | ○            | ○            | ○               | ○            | ○           |
|              | 市内商業施設、郵便局、銀行等へのポスター掲示 | ○                | ○           | ○              | ○            | ○            | ○               | ○            | ○           |
|              | 健康カレンダーの作成・毎戸配布        |                  | ○           |                |              |              |                 | ○            | ○           |
|              | くりはら食育通信の作成・配布         | ○                |             |                |              | ○            | ○               | ○            |             |
|              | 栗原市良い歯の表彰              |                  |             |                |              |              | ○               |              |             |
|              | 3歳児健診におけるむし歯のない子の広報掲載  |                  |             |                |              |              | ○               |              |             |
|              | 検（健）診一括申込書と健康情報の資料を同封  |                  |             |                |              |              |                 | ○            | ○           |
|              | 検（健）診会場へ健康情報の資料を設置     | ○                | ○           | ○              | ○            | ○            | ○               | ○            | ○           |

★ 強化して取り組む事業等

## 8つの柱の取り組み一覧

### 重点的な取り組み

#### ○禁煙・分煙対策の強化

受動喫煙による健康への影響について情報発信を行うとともに、分煙対策を強化します。

#### ○がん検診受診率向上の取り組み

がん検診の必要性を啓発し、受診しやすい体制を整えることで受診率の向上を目指します。

#### ○生活習慣病対策

個別支援や健康教室等の集団支援をとおり、糖尿病対策を中心とした生活習慣病の発症予防と改善を行い、重症化予防に取り組みます。

#### ○高齢者の保健事業と介護予防の一体化作業

健康づくりは介護予防につながるため、個人や地域の取り組みを支援し、心身の健康の保持・増進を図ります。高齢者に対して、個別支援(ハイリスクアプローチ)と通いの場への積極的支援(ポピュレーションアプローチ)に取り組みます。

#### ○啓発活動の強化

ライフスタイルに合わせた健康づくりに取り組めるよう、健康づくりに関する情報の発信を、市公式ウェブサイトを始め、市公式フェイスブックや安全安心メール等で広く行っていきます。

## 第5章 計画の推進と進行管理・評価

### 1 計画の推進

「健康日本21（第二次）」においては、「全ての国民が共に支え合い、健やかで心豊かに生活できる活力ある社会の実現」を目標としており、第2次栗原市総合計画においても、「健康や生活に不安がなく、優しさと思いやりに満ちたまち」を目標の一つとしております。これらを実現するためにも、市民・地域・関係機関・行政が一体となって健康づくりを推進し、健康寿命の延伸を目指していくことが大切です。

市では、市民一人ひとりが健康で元気に活動できるよう、関係機関と連携を図りながら、健康づくり事業を推進していきます。

### 2 計画の進行管理・評価

計画を実行性のあるものにするためには、関連する各施策や事業、計画全体に対する定期的な検証や評価が必要です。

本計画を設定した評価指標に基づき、国や県が実施する調査や市が実施する健診やアンケート調査等の統計データをもとに現状を把握し、客観的に評価します。

なお、計画の進行管理や定期的な検証・評価については、「栗原市健康づくり推進協議会」で報告し、市の状況の共有や問題点の把握、取り組みの改善等に努めます。

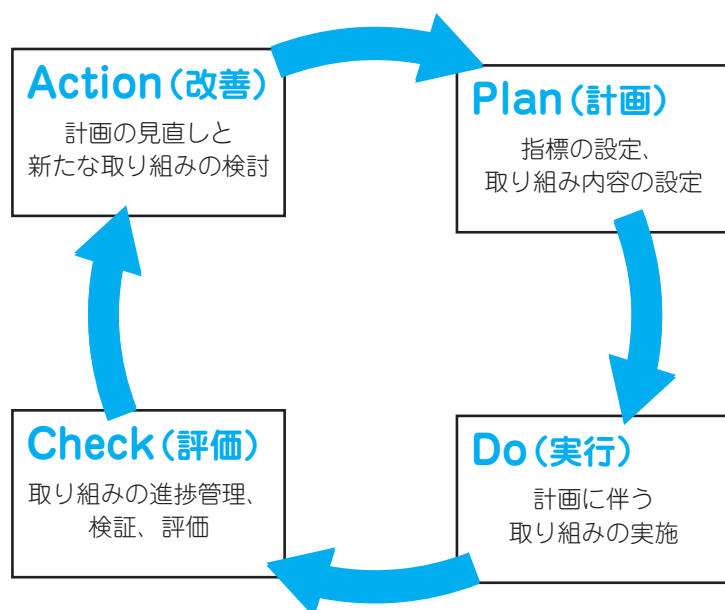


図28 PDCAサイクル