

## 第2章

## 基本方針

国、県の政策の体系に準じ、二次計画、三次計画に引き続き、本計画の基本理念、基本目標、取組方針を次のとおり定めます。

### 基本理念

『市民誰もが健康かつ生きがいを持ち、  
安全・安心で豊かな生活を営むことができるまち』を目指します

### 基本目標

- ① 健康寿命の延伸
- ② 早死（65歳未満の死亡）の減少
- ③ 生活の質の向上



## 取組方針

### 1 糖尿病・循環器疾患、がん等の『生活習慣病の発症予防及び重症化予防』

- ・糖尿病、糖尿病合併症（腎症、網膜症等）
- ・循環器疾患（虚血性心疾患・脳血管疾患）
- ・メタボリックシンドローム、高血圧症、脂質異常症等

がん

歯科疾患

精神疾患（うつ病）

COPD\*3

### 2 生活習慣病の発症因子を減らすための6つの『生活習慣の改善』

栄養・食生活

歯・口腔の健康

身体活動・運動

休養・こころの健康づくり

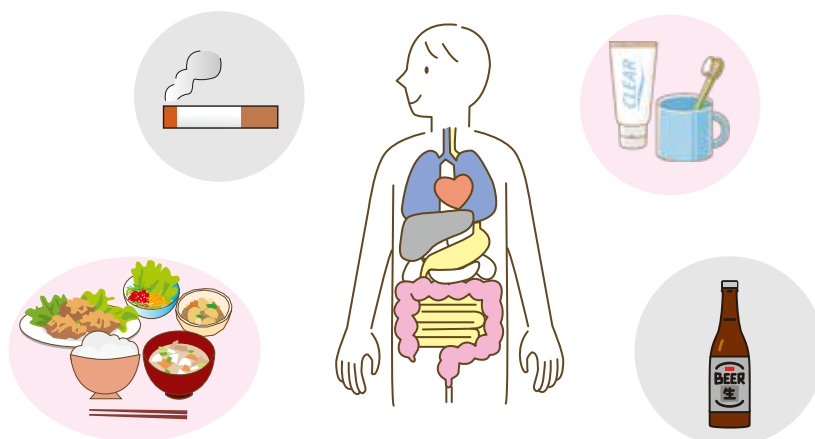
たばこ

アルコール

### 3 生活習慣病予防、生活習慣の改善を推進するための『生涯を通じた健康づくりの推進（ライフステージごとの取組）』

### 4 地域社会で個人や家庭の健康づくりを支援する『社会環境の整備』

### 5 新型コロナウイルス感染症を考慮した健康づくり



\*3 COPD(慢性閉塞性肺疾患)

従来、慢性気管支炎や肺気腫と呼ばれていた病気の総称

「たばこの煙を主とする有害物質を長期に吸入暴露することで生じた肺の炎症性疾患」であり、喫煙習慣を背景に中高年に発症する生活習慣病と考えられ、進行すると在宅酸素療法が必要になります。わが国のCOPD患者は確実に増加しつつあり、40歳以上の人口の8.6%、約530万人の患者が存在すると推定されていますが、大多数が未診断、未治療の状態であると考えられます。

(参考 一般社団法人日本呼吸器学会ホームページ「呼吸器の病気」)

【COPDの症状】

- ・坂道歩行や階段の上り下りで息が切れる
- ・咳やたんが出る
- ・かぜが治りにくい
- ・喘鳴（呼吸のたびにゼーゼー、ヒューヒューする）