

3 計画目標年度に向けた重点的な取組

(1) 基本的な考え方

第2次健康日本21旭川計画では、疾病や障害の有無に関わらず、すべての市民が生涯を通じて健やかで心豊かな生活を送ることができるよう、健康寿命を延伸し生活の質の向上を図ることを最終的な目標とし、

○より効果的な施策展開や新たな事業の構築を通じ、健康づくりにおける基盤づくりをすること
○個人の主体的な取組を、行政をはじめとした関係機関・団体が連携し、社会全体で支援すること

○市民が自らの意思で積極的に一次予防、二次予防の取組を実践するための対策を推進すること
○子どもの頃からの生活習慣づくりや高齢期における運動機能の維持など、ライフステージに応じた健康づくりに取り組むこと

○個人の健康は、家庭、学校、職場、地域等の社会環境が影響するため、これらを取り巻く健康づくりに取り組みやすい環境の整備と情報提供を行うこと

などの基本的な方針の下、様々な取組を進めてきた。

今後は、この方針及び中間評価の結果を踏まえ、各分野に共通する次の重点的な取組を中心に計画に掲げた目標の達成に努めていく。

(2) 重点的な取組

① 市民自らの健康づくり

高齢化により生活習慣病に関するリスクの一層の増加が見込まれる中、計画において重視する「一次予防」である生活習慣の改善として、健康増進の基本となる「栄養・食生活」「身体活動・運動」「休養・心の健康づくり・アルコール」「歯の健康」「たばこ」の5分野の取組を引き続き推進し、健康指標の状況から「身体活動・運動」の分野については、特に重点を置いた取組を推進する。

② 市民自らの健康チェック

一予防のための継続的な取組に加え、二次予防として、生活習慣病の重症化予防も重要な要素であることから、「糖尿病・循環器病・がん」の分野の取組において、市民自らの健康チェックとして疾病の早期発見のほか、自身の身体の状態を知る機会にもなる健診（検診）受診のための普及啓発の取組を推進する。特に、がん検診の受診率が低調であることから、効果的な受診勧奨を含めた対策を行う。

③ 健康づくりのための環境整備と情報発信

市民の健康づくり意識・知識をより高め、市民一人ひとりが生活習慣の改善に向けた行動に結びつくためのきっかけづくりと、その行動が習慣として継続されることが重要であることから、取組を続けやすい環境の充実を図り、健康づくりの活動に役立つ様々な情報について積極的に発信し、分かりやすく確実な提供を行う。

④ 関係機関との連携

健康づくりは市民一人ひとりが主体的に行うことが重要であるが、その取組を社会全体でサポートする環境も重要であることから、行政をはじめとした健康に関わる様々な関係者がそれぞれの特性を生かしつつ一層連携し、市民が日常の中で無理なく健康づくりに取り組めるよう、支援体制の充実を図る。