



基本目標から指標までの一覧

基本目標	取組の方向性	取組の柱	指標
<b>食育の推進</b> 	「知る」食と健康の知識の習得  「作る」食の体験の充実  「楽しむ」楽しむ食の推進	①食育情報の発信と啓発	健康指標 (区民の健康状態を図るための指標である「健康指標」は、「食育の推進」の結果、「区民の健康が保たれる」という考えにより、設定していません。)
		②適正な食習慣や知識の習得	意識・行動指標 1日3回主食・主菜・副菜をそろえた食事をしている区民の増加 朝食を毎日食べる区民の増加 野菜の摂取目標量を認知している区民の増加 野菜の1日当たりの平均摂取量の増加 食品の安全性に関する基礎知識を持っている区民の増加 バランスのよい食事を作るのに必要な知識や技術がある区民の増加 朝食を同居の人とほとんど一緒に食べる区民の増加 よく噛んで味わって食べている区民の増加 食育の推進に関わる区民の増加 食育に関心を持っている区民の増加
		③食の安全・安心確保の推進	
		①料理技術と知識の習得	意識・行動指標 1日3回主食・主菜・副菜をそろえた食事をしている区民の増加 朝食を毎日食べる区民の増加 野菜の摂取目標量を認知している区民の増加 野菜の1日当たりの平均摂取量の増加 食品の安全性に関する基礎知識を持っている区民の増加 バランスのよい食事を作るのに必要な知識や技術がある区民の増加 朝食を同居の人とほとんど一緒に食べる区民の増加 よく噛んで味わって食べている区民の増加 食育の推進に関わる区民の増加 食育に関心を持っている区民の増加
		②料理体験活動の実施	
		③食べる力の育成と味わい食べの支援	
<b>生活習慣病の予防</b> 	生活習慣病の正しい理解  若年期からの生活習慣病対策の推進  生涯を通じた歯と口の健康づくり	①生活習慣病に関する正しい知識の普及啓発	健康指標 適正体重を維持している区民の増加 進行した歯周病の減少
		②効果的な保健指導の実施	意識・行動指標 健康診査の受診率の上昇 日常生活における歩数の増加 運動習慣のある区民の増加(1日30分以上の運動を週2回以上実施し、1年以上継続している人) 外食や食品を購入するときに栄養成分表示を参考にする区民の増加 糖尿病や高血圧等の疾病が生活習慣病だと知っている区民の増加 補助具(フロスや歯間ブラシ)を使う習慣がある区民の増加 産前・産後歯科健康診査の受診率の上昇 甘味をほぼ毎日飲食する区民(3歳)の減少
		③運動に関する正しい知識の発信と習得	
		①健康診査受診を促すための取組の推進(若年期からの受診勧奨)	意識・行動指標 健康診査の受診率の上昇 日常生活における歩数の増加 運動習慣のある区民の増加(1日30分以上の運動を週2回以上実施し、1年以上継続している人) 外食や食品を購入するときに栄養成分表示を参考にする区民の増加 糖尿病や高血圧等の疾病が生活習慣病だと知っている区民の増加 補助具(フロスや歯間ブラシ)を使う習慣がある区民の増加 産前・産後歯科健康診査の受診率の上昇 甘味をほぼ毎日飲食する区民(3歳)の減少
		②子どもからの生活習慣病予防の推進	
		③歯と口の健康に関する正しい知識の普及啓発	
<b>がん対策の充実</b> 	がんの早期発見・早期治療  がん予防に対する正しい知識の習得と支援体制の推進  たばこ対策の推進	がん検診の受診を促すための取組の推進	健康指標 75歳未満のがんの年齢調整死亡率の減少(10万人当たり)
		①がんに関する正しい知識の普及啓発	意識・行動指標 成人の喫煙率の低下 中高生の喫煙率の低下 がん検診受診率の向上(区実施のもの)、未受診者の減少 がんは生活習慣病であることを認識している区民の増加
		②感染により発症するがん予防の推進	
		①禁煙支援の推進	意識・行動指標 成人の喫煙率の低下 中高生の喫煙率の低下 がん検診受診率の向上(区実施のもの)、未受診者の減少 がんは生活習慣病であることを認識している区民の増加
		②受動喫煙防止対策の推進	
<b>こころの健康づくり</b> 	こころの健康についての正しい理解  うつ病・自殺対策の充実  こころの相談体制の充実	①ストレス解消法に関する普及啓発	健康指標 自殺者数の減少
		②適正飲酒に関する普及啓発	意識・行動指標 こころの問題について気軽に相談できる場所・窓口を知っている区民の増加 精神不調時の早期受診の意向の増加 睡眠による休養を充分にとれていない区民の減少 ストレスを感じている区民の減少 生活習慣病のリスクが高まる量を飲酒している区民の減少 自殺に関する正しい認識(「自殺を口にする人は、本当は自殺しない」に「いいえ」と回答)をしている区民の増加
		③うつ病・自殺予防に関する普及啓発	
		②「気づき」のための人材育成	意識・行動指標 こころの問題について気軽に相談できる場所・窓口を知っている区民の増加 精神不調時の早期受診の意向の増加 睡眠による休養を充分にとれていない区民の減少 ストレスを感じている区民の減少 生活習慣病のリスクが高まる量を飲酒している区民の減少 自殺に関する正しい認識(「自殺を口にする人は、本当は自殺しない」に「いいえ」と回答)をしている区民の増加
		③関係部署・団体とのネットワークの構築	
		①こころの相談事業の充実	
<b>高齢者の健康づくり</b> 	社会参加の促進  生活機能の向上  主観的健康観の向上	①生きがい活動の促進	健康指標 健康寿命の延伸 主観的健康観の向上 高齢者に占める要支援・要介護認定者数の割合の維持
		②ボランティア活動等の促進	意識・行動指標 区民の歩数の増加(70歳以上) 区民の外出への意欲の向上(60歳以上) 区民のうつ傾向の減少(65歳以上) 地域活動をしている区民の増加(60歳以上) かかりつけ医のいる区民(高齢者)の増加
		③就労支援の促進	
		①健康状態の把握と健康を維持していくための支援	意識・行動指標 区民の歩数の増加(70歳以上) 区民の外出への意欲の向上(60歳以上) 区民のうつ傾向の減少(65歳以上) 地域活動をしている区民の増加(60歳以上) かかりつけ医のいる区民(高齢者)の増加
		②生活機能の低下に応じた健康づくり教室等の参加拡大	
		③継続的な健康づくり活動への支援	
		①健康づくりの支援	意識・行動指標 区民の歩数の増加(70歳以上) 区民の外出への意欲の向上(60歳以上) 区民のうつ傾向の減少(65歳以上) 地域活動をしている区民の増加(60歳以上) かかりつけ医のいる区民(高齢者)の増加
		②地域社会とのつながりの支援	
		③こころの健康づくりの支援	