

小値賀町健康づくり計画

健康おぢか21



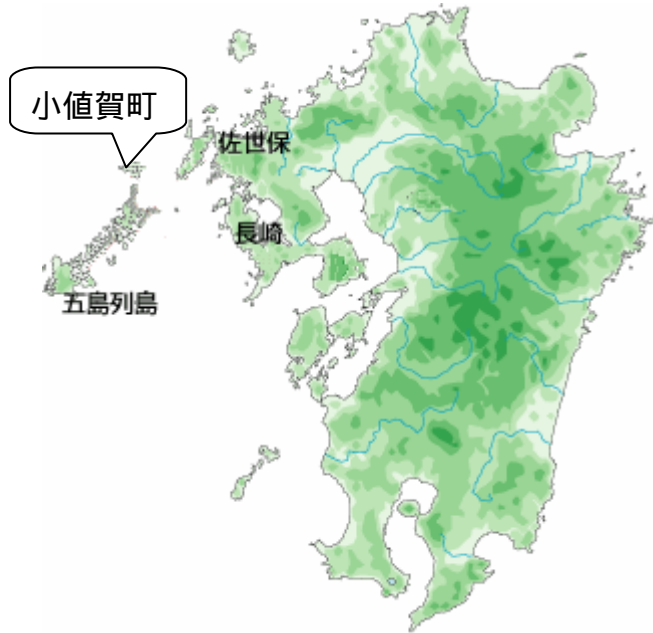
～ みんな達者 みんな笑顔

離れたくない町おぢか ～



平成 19 年 3 月策定 長崎県 小値賀町

はじめに



国においては、全ての国民が健康で明るく元気に生活できる社会の実現と、健康寿命の延伸等をめざして、「健康日本21」が策定されました。

これを受け、小値賀町においても、全ての住民が健康で明るく、元気に生き生きと生活できる、活力ある町の実現をめざし、『そのためには、どうすればよいのか』

町民や関係機関の方々に集まっていたいただき検討、策定したのが、この「健康おぢか21」です。

この計画は、世代別（乳幼児期・児童生徒期・青年期・壮年期・高齢期）に、健康に過ごすためにはどのようにすればよいか。そのための、個人を取り巻く地域・職域・学校・行政等が果たすそれぞれの役割を掲げてあります。

「みんな達者 みんな笑顔 離れたくない町おぢか」をスローガンに、歳をとってもこの住み慣れた小値賀町で、いつまでも達者で笑顔にあふれた生活を送りたいものです。

そのためには、行政だけではなく地域住民の皆さまと一緒に、まず、「自分の健康は自分で守る」という意識をもち、この計画を推し進めていけば、きっとすばらしい小値賀の人づくり、町づくりができるものと確信しています。

最後に、この計画の策定にご協力・ご指導いただきました「健康おぢか21」策定委員・作業部会員及び埼玉医科大学、純心大学、長崎県国民健康保険団体連合会の皆さまに厚くお礼申し上げます。

平成19年3月

小値賀町長 山田 憲道

も く じ

第1章	「健康おぢか21」って、どんな計画 p 1
1.	計画の目的 p 2
2.	計画の基本方針 p 2
3.	計画の期間 p 3
4.	計画の策定体制 p 3
5.	計画の推進 p 3
第2章	小値賀町の健康に関する現状と課題 p 4
1.	総人口・世帯数・1世帯あたり人員の推移 p 4
2.	年齢別階層人口 p 4
3.	人口の年次別自然動態及び社会動態 p 5
4.	死因別死亡率の推移 p 5
5.	介護保険の利用状況 p 6
第3章	「健康おぢか21」にとりくもう p 7
1.	各世代のめざす姿と取り組むテーマ p 7
2.	各世代の現状、健康づくり目標、活動計画 p 7
	乳幼児期（出生～就学前） p 8
	児童生徒期（小学生～18歳） p 16
	青年期（18歳～49歳） p 26
	壮年期（50歳～74歳） p 34
	高齢期（75歳以上） p 44
	全ステージ共通の活動計画 p 50
第4章	「健康おぢか21」を進めるために p 51
1.	推進体制 p 51
2.	進行と評価 p 51
第5章	資料編 p 52
1)	「健康おぢか21」ができるまで p 53
2)	小学生を対象にKJ法を使ったグループワーク p 54
3)	策定委員・指導者及び講師等・作業部会委員名簿 p 55
4)	作業部員から一言 p 57
5)	小値賀町健康づくり計画「健康おぢか21」策定要綱 p 58