

健康 にしお21 計画

第2次



平成26年3月
西尾市

1. 基本理念と基本的な視点、7つの分野

基本理念

生涯 笑顔でいきいきピンチャンらせるまち 西尾

健康寿命の延伸と生活の質の向上と地域における人のつながりを大切にし、社会で健康づくりを支えていけるよう、社会環境の整備を進めていきます。

基本的な視点

生活習慣病の予防に向けた視点

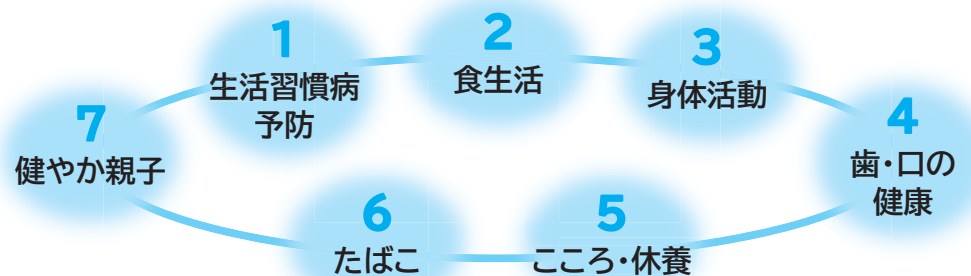
病気の発生を予防する一次予防に重点を置くとともに、早期発見・早期治療の二次予防、合併症の発症や重症化予防に重点を置いた対策を推進します。

ライフステージに応じた取り組みの視点

乳幼児期や壮年期、高齢期等、市民のライフステージに応じた健康づくりを推進し、社会生活を営むために必要な機能の維持向上を図ります。

7つの分野

次の7つの分野について、取り組みを進めていきます。



2. 重点施策

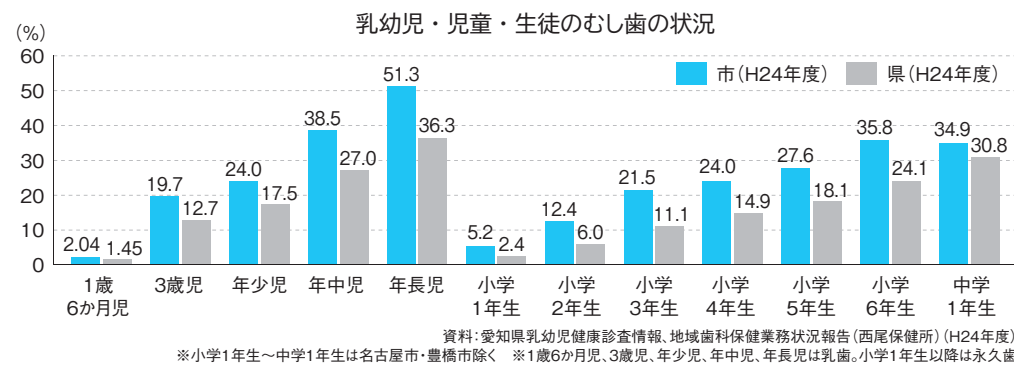
(1) 子どもの頃から歯や口腔の健康に気を付けよう！

歯や口腔の健康は、生涯を通じて豊かで自分らしい人生を送るために欠かせません。歯が無くなってしまえば健康への影響は大きく、その原因となるむし歯と歯周病の予防が重要です。

特に…
子どもの頃から歯みがきの習慣をつける必要があります。

西尾市では…

1歳6か月児から中学生のむし歯のある子どもの割合は県と比べて高くなっています。



方向性

- 保護者への啓発により、幼児期からのむし歯の予防対策に取り組みます。
- 園・学校等における歯みがき指導等を進めることで、子どもの歯の健康づくりに取り組みます。

(2) 健診を受けよう！

健診を受診することは、自身の健康状態を確認して生活習慣を振り返ることや、必要な治療を受けることにつながり、生涯を通じた健康づくりのために重要です。

西尾市では…

国と同じように死因に占める生活習慣病の割合が高くなっており、国民健康保険特定健康診査の受診率は低くなっています。また、がん検診の近年の受診率はいずれの検診においても、国の目標値である50%には達していません。

方向性

- 世代や性別等に応じた受診勧奨対策により、健診の受診者数を増加させるための取り組みを進めます。

(3) 生活習慣を見直し、糖尿病を予防しよう！

糖尿病は、網膜症・腎症・神経障害等の重大な合併症を引き起こすとともに、医療費の高騰にも影響を及ぼします。糖尿病になる要因としては、食生活や運動習慣等の生活習慣の乱れに起因するものが大部分を占めているため、生活習慣の改善を進めていくことが重要です。

西尾市では…

糖尿病は、近年患者数が増加している病気です。本市においても50歳代の健診受診者の半数以上が糖尿病予備群となっており、県と比べても10%ほど高くなっています。

また、本市の国民健康保険特定健康診査の結果によると、糖尿病予備群に該当する割合が高くなっており、さらに受診する必要のある人の中にも未受診の人が多くいます。

方向性

- 糖尿病の予防・早期発見とあわせて、重症化予防のための受診勧奨等により、合併症の発症予防に向けた対策を強化していきます。



3. 市民の皆さんの取り組み ～できることから、はじめませんか～

- 定期健診を1年に1回は受ける
- 健診の結果で、治療が必要と判定されたら、速やかに受診する

- 適正体重を知る
- 定期的に体重を測る
- 朝食を毎日食べる
- 食べ過ぎない

- 車やエレベーターを使わずに、歩くことを心がける
- 地域や職場でラジオ体操などの身近な運動の機会を増やす

- むし歯を予防するために、おやつ、甘い飲み物をひかえる
- 歯みがきをきちんとする
- かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科健診を受ける

- 悩みごとは周りの人や専門家に早めに相談する
- 地域の中でお互いに声をかけ合い、人のつながりを大切にする

- 受動喫煙の防止に協力する
- 子どもにはじめの1本を吸わせない

健康にしお21計画 第2次

概要版

発行：西尾市福祉部健康課

住所：〒445-0071 西尾市熊味町小松島 32

TEL：0563-57-0661 FAX：0563-54-7866

<http://www.city.nishio.aichi.jp/>

発行年月：平成 26 年3月