



Your complimentary
use period has ended.
Thank you for using
PDF Complete.

[Click Here to upgrade to
Unlimited Pages and Expanded Features](#)

第2期 健康かしわら21計画 (健康増進計画)

柏原市健康福祉部 健康福祉課

ごあいさつ

21世紀に入り10年を超える歳月が経過し、社会、経済の移り変わりは、目を見張るものがございます。

少子高齢化は更に進展し、2015年には、4人に1人が65歳以上の高齢者になると見込まれています。

高齢化に伴い認知症や寝たきり等の要介護状態になってしまう人の増加や若年層においては食生活の変化や運動不足等が原因となる生活習慣病が増加し、ひいては、医療費の膨張が今や社会問題となってきています。毎日を心身ともに健康で暮らすことは誰もが望まれていることで本市も、平成15年2月から10年間を実施期間として健康かしわら21を策定し、市民の健康増進に努めてまいりました。

この間、平成23年度に第4次柏原市総合計画を施行し、健康増進は、市民の皆様の最も望まれる項目として、第1番目の政策目標「地域のつながりの中で誰もが健康で安心して暮らしている」と掲げております。

この目標を実現するための具体的指針として、健康増進法に基づき第2期健康かしわら21計画を策定いたしました。

第2期健康かしわら21計画では、本市の取り組むべき健康づくりの施

策を定めると同時に、市民の皆さんの健康増進にもご活用いただき健やかで心豊かに生活できる活力ある地域社会が実現できるよう市民力発揮の指針を明らかにし、市民の皆さんとともに諸施策を実行してまいりたいと考えております。

終わりに、この計画の策定にあたりまして、貴重なご意見、ご助言をいただきました「健康かしわら21策定委員会」委員の皆様並びに市民の皆様をはじめ、関係各位に対しまして心より感謝申し上げますとともに計画の実現に向けて今後ともより一層のご協力を賜りますようお願い申し上げます。

平成 23 年3月

柏原市長 岡本泰明

目 次

第1章「第2期 健康かしわら21計画（健康増進計画）」とは

1. 国及び大阪府の健康づくり対策…………… 1
2. 計画の目的…………… 2
3. 計画の基本方針…………… 2
4. 計画の位置づけ…………… 3
5. 計画の期間…………… 3

第2章 7つの分野の取組

1. 栄養・食生活…………… 5
2. 身体活動・運動…………… 9
3. 休養・こころの健康…………… 12
4. たばこ…………… 15
5. アルコール…………… 18
6. 歯の健康…………… 21
7. 病気の予防－早期発見と早期治療に向けて－…………… 24

第3章 資料

1. 第2期 健康かしわら21計画 用語解説…………… 31
2. 健康かしわら21計画策定委員会設置要綱…………… 34
3. 健康かしわら21計画策定委員会 委員名簿…………… 36
4. 諮問書…………… 37
5. 答申書…………… 38
6. 第2期 健康かしわら21計画 策定経過…………… 39
7. 第2期 健康かしわら21計画策定のための
アンケート調査結果…………… 41



PDF
Complete

*Your complimentary
use period has ended.
Thank you for using
PDF Complete.*

[Click Here to upgrade to
Unlimited Pages and Expanded Features](#)