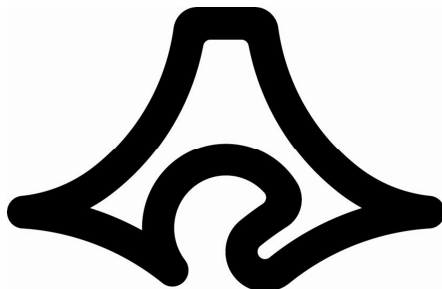


第4次静岡県健康増進計画



2024年6月

静岡県

第4次静岡県健康増進計画 目次

I 基本的事項

- 1 計画策定の趣旨…………… 3
- 2 計画の位置づけ…………… 3
- 3 計画期間…………… 4
- 4 ビジョン（目指すすがた）…………… 5
- 5 目的…………… 5
- 6 計画の概要
 - (1) 計画の考え方…………… 6
 - (2) 大目標…………… 6
 - (3) 計画の柱立て…………… 7
- 7 推進方法
 - (1) 計画の推進体制の整備…………… 8
 - (2) 健康づくり関係団体等における健康増進の取組の推進…………… 8

II 健康づくりの方針

柱1 個人の行動と健康状態の改善

1 生活習慣の改善

- (1) 栄養・食生活…………… 11
- (2) 身体活動・運動…………… 13
- (3) 休養・睡眠…………… 15
- (4) 飲酒…………… 16
- (5) 喫煙…………… 17
- (6) 歯・口腔の健康…………… 19

2 生活習慣病（NCDs）の発症予防・重症化予防

- (1) 高血圧…………… 21
- (2) がん…………… 23
- (3) 循環器病…………… 25
- (4) 糖尿病…………… 27
- (5) メタボ（特定健診）…………… 29
- (6) CKD（慢性腎臓病）…………… 31
- (7) COPD（慢性閉塞性肺疾患）…………… 32

3 生活機能の維持・向上

- (1) ロコモ（骨粗鬆症を含む）…………… 34
- (2) フレイル（やせを含む）…………… 35
- (3) 認知症…………… 37
- (4) 熱中症（気候変動による健康影響）…………… 38
- (5) うつ・不安…………… 39

柱2 社会環境の質の向上

1 社会とのつながり・こころの健康の維持向上

- (1) 地域とのつながり・社会参加……………43
- (2) 共食……………45
- (3) 孤独・孤立……………46
- (4) こころの健康……………47

2 自然に健康になれる環境づくり・基盤整備

- (1) 情報発信と機運づくり……………48
- (2) 健康経営・産業との連携……………49
- (3) 受動喫煙環境……………50
- (4) 特定給食施設……………51

柱3 ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり

- (1) こども……………55
- (2) 高齢者……………57
- (3) 女性……………59

柱4 実効性を高める取組

- (1) 研究の推進……………63
- (2) 多様な主体との連携……………64
- (3) デジタル技術・ナッジ等の活用……………65
- (4) 人材育成……………66
- (5) 健康危機管理……………67
- (6) 地域別の推進……………69
 - ア 賀茂健康福祉センター……………71
 - イ 熱海健康福祉センター……………74
 - ウ 東部健康福祉センター……………77
 - エ 御殿場健康福祉センター……………80
 - オ 富士健康福祉センター……………82
 - カ 中部健康福祉センター……………85
 - キ 西部健康福祉センター……………88

Ⅲ 参考

- 1 静岡市健康爛漫計画（第3次）概要……………92
- 2 健康はままつ21概要……………94
- 3 用語解説（五十音順）……………97
- 4 数値目標一覧……………102
- 5 ふじのくに健康増進計画推進協議会設置要綱……………111
- 6 ふじのくに健康増進計画推進協議会領域部会設置要領……………114
- 7 特定健診・特定保健指導推進協議会設置要綱……………117

