

《 目 次 》

第1章 計画策定の趣旨等	1
1 策定の趣旨	1
2 策定の背景	1
3 計画の位置づけ	2
4 計画期間	2
第2章 鹿児島市の健康水準	3
第3章 計画の基本理念・基本目標・基本方針	16
1 基本理念	16
2 基本目標	16
3 基本方針	16
第4章 目標の設定	19
1 目標の設定と評価	19
2 具体的目標	20
I 生活の質の向上	20
(1) 生活習慣の改善	20
① 栄養・食生活	20
② 身体活動・運動	24
③ 休養	28
④ たばこ・アルコール	30
⑤ 歯・口腔の健康	38
(2) 生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底	42
① 生活習慣病（がん・循環器疾患・糖尿病・COPD）	42
(3) 社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上	48
① 次世代の健康	48
② 高齢者の健康	52
③ こころの健康	56
II 社会環境の整備	60
(1) 市民一人ひとりの取組とともに、社会全体で健康 を支え守るための環境整備	60
① 協働による健康づくり	60
第5章 健康づくりを支援する機関・団体の主な取組	63
第6章 計画の推進体制	81
資料編	83
・ 策定経過	84
・ 鹿児島市健康増進計画推進検討委員会設置要綱	85
・ 鹿児島市健康増進計画推進検討委員会委員名簿	86
・ 鹿児島市健康づくり推進会議設置要綱	87
・ 鹿児島市健康づくり推進市民会議規約	90
・ 鹿児島市健康づくり推進市民会議会員一覧	92
・ 本市の主な事業一覧	93
・ 用語解説	102