

第3章 計画の基本理念・基本目標・基本方針

1 基本理念

子どもから高齢者まですべての市民が「共に支え合い、すこやかで心豊かに生活できるかごしま市の実現」を基本理念とします。

2 基本目標

かごしま市民すこやかプランにおいては、基本理念を達成するために、「生活の質の向上」と「社会環境の整備」の2つを基本目標とします。

3 基本方針

2つの基本目標に向けて、次の基本方針に基づき取組を進めていくものとします。

I 生活の質の向上

(1) 生活習慣の改善

生活習慣病の発症を予防し、健康寿命を延伸するためには、生活習慣の改善が重要になってきます。

個人の健康増進を形成する基本要素となる栄養・食生活、身体活動・運動、休養、たばこ・アルコール及び歯・口腔の健康に関する生活習慣を改善する取組を推進します。

(2) 生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底

本市の主要な死因であるがんと循環器疾患に加え、重大な合併症を引き起こす恐れのある糖尿病や、今後急速に増加すると予測される慢性閉塞性肺疾患（COPD）^{シーオービーディー}は、それぞれ生活習慣病の一つとして位置づけられています。

これらは、生活習慣を改善することにより、発症を予防することが可能であることから、食生活の改善や運動習慣の定着などによる一次予防の対策を推進するとともに、検診受診率の向上などによる重症化予防への対策を推進します。

(3) 社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上

生涯を通じ、すこやかで心豊かに生活を送るために、それぞれのライフステージに応じた心身機能の維持及び向上につながる対策を行うことが必要です。

将来を担う次世代の健康を支えるため、妊婦や子どもの頃からの健康づくりに取り組むとともに、高齢化に伴う身体機能の低下を遅らせるため、高齢者の健康づくりに取り組みます。また、からだの健康とともに生活の質に大きく影響するところの健康に取り組みます。

II 社会環境の整備

(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

健康づくりは、市民一人ひとりが「自分の健康は自分で守る」という自覚を持つことが基本となりますが、個人の健康は、家庭、学校、地域、職場などの社会環境にも影響を受けます。

これまでの市民一人ひとりの取組を継続するとともに、社会全体で個人の健康を支え守る環境づくりに努めます。

《施策の体系》

基本理念

共に支え合い、すこやかで心豊かに生活できるかごしま市の実現

基本目標

I 生活の質の向上

II 社会環境の整備

基本方針

(1) 生活習慣の改善

(2) 生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底

(3) 社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上

(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

分野

- ①栄養・食生活
- ②身体活動・運動
- ③休養
- ④たばこ・アルコール
- ⑤歯・口腔の健康

- ①生活習慣病
 - ・がん
 - ・循環器疾患
 - ・糖尿病
 - ・COPD
（慢性閉塞性肺疾患）

- ①次世代の健康
- ②高齢者の健康
- ③こころの健康

- ①協働による健康づくり