

健康なまちづくり計画（健康増進計画・食育推進計画・歯科口腔保健推進計画）の基本方針・目標・取組一覧（R1～R5）

| | 基本方針 | 基本目標 ※印は重点目標 | | 行政・地域・関係機関の取組 | |
|--------|------------------------|--|-------------------------------|---------------------|----------------------------------|
| | | 番号 | 内容 | 番号 | 内容 |
| 健康増進計画 | 1. 楽しくかしく食べて健康な心と身体を育む | 健1-01 | ※ 食育に関心がある市民を増やす | | 食育推進計画を参照 |
| | 2. 日常的に楽しく身体を動かす | 健2-01 | ※ 週4日以上、意識的に身体を動かしている市民を増やす | 1 | 楽しみながら歩ける健康マイレージ事業の実施 |
| | | 健2-02 | ※ 日頃楽しく運動をしている市民を増やす | 2 | 健康づくりの実践者を養成する健康長寿サポーターの養成 |
| | | 健2-03 | 1日に1時間以上歩いている市民を増やす | 3 | 健康増進の場の環境整備として、公園に遊具の設置 |
| | | | | 4 | さかど健康体操・さかどりフレッシュ体操などのオリジナル体操の普及 |
| | | | | 5 | 親子で楽しめる体操教室の開催 |
| | | | | 6 | 高齢者を対象としたゲートボール・グラウンドゴルフ大会などの開催 |
| | 3. 自分自身の身体をいたわる | 健3-01 | ※ 過去1年以内に健診や人間ドックを受けている市民を増やす | 7 | 特定健康診査や各種がん検診などの実施 |
| | | 健3-02 | 過去1年以内に胃がん検診を受けている市民を増やす | 8 | メタボリックシンドローム該当者・予備群に対する特定保健指導の実施 |
| | | 健3-03 | 過去1年以内に肺がん検診を受けている市民を増やす | 9 | 生活習慣病予防のための講演会や健康教室の開催 |
| | | 健3-04 | 過去1年以内に大腸がん検診を受けている市民を増やす | 10 | 乳幼児健康相談・成人健康相談などの実施 |
| | | 健3-05 | 過去1年以内に乳がん検診を受けている市民を増やす | 11 | パパママ教室・赤ちゃんサロン・親子教室の実施 |
| | | 健3-06 | 過去1年以内に子宮がん検診を受けている市民を増やす | 12 | 生活習慣病重症化予防のための受診勧奨・保健指導の実施 |
| 健3-07 | | 健康診断で異常が認められたとき、それに基づいて生活習慣を見直している市民を増やす | 13 | 精神科医師によるこころの専門相談の実施 | |
| 健3-08 | | タバコを吸っていない市民を増やす | | | |
| 健3-09 | | 他人にタバコの煙を吸わせないようにしている市民を増やす | | | |
| 健3-10 | | COPDについて知っている市民を増やす | | | |
| 健3-11 | | 睡眠による休養がとれている市民を増やす | | | |
| 健3-12 | | 心身の疲労回復のための方法を持っている市民を増やす | | | |

健康なまちづくり計画（健康増進計画・食育推進計画・歯科口腔保健推進計画）の基本方針・目標・取組一覧（R1～R5）

| 基本方針 | 基本目標 ※印は重点目標 | | 行政・地域・関係機関の取組 | |
|---------------------|----------------|--|---------------|--|
| | 番号 | 内容 | 番号 | 内容 |
| 4. 歯と口の健康を保つ | 健4-01 歯2-01 | ※ 年に1回以上歯科健診を受けている市民を増やす | | 歯科口腔保健推進計画を参照 |
| | 健4-02 歯1-02 | 歯や歯ぐきについて気にならない市民を増やす | | |
| 5. 自分らしく生き生きチャレンジする | 健5-01 | ※ 夢・生きがい・目標を持つ市民を増やす | 14 | 市民活動団体に関する情報の提供や活動場所の提供、市民活動フェアの開催 |
| | 健5-02 | ※ 自分らしい人生を送る市民を増やす | 15 | 地域住民の交流の場として、うたごえサロン、カラオケ大会などの開催 |
| | | ※ 自分らしい人生を送る市民を増やす | 16 | 高齢者の生きがいづくり・仲間づくりの場として、サロンや高齢者大学の開催 |
| 6. 人と人がふれあう機会をつくる | 健6-01 | ※ 月1回以上、地域活動に参加する市民を増やす | 17 | コミュニティ活動の活性化を目的とした、区・自治会・町内会活動、ボランティア活動などの支援 |
| | 健6-02 | ※ 自分から積極的に外出する市民を増やす | 18 | 「坂戸よさこい」や「にっさい桜まつり」などの開催を通じた世代間交流の推進 |
| | 健6-03 | ※ いつも家族や仲間に囲まれて生活している市民を増やす | | |
| | 健6-04 | ※ 身近な人にあいさつをしている市民を増やす | | |
| 7. みんなで健康を支える環境をつくる | 健7-01 | ※ いざという時、助け合える環境が身近にあると感じる市民を増やす | 19 | 地域における自主防犯パトロール活動の支援により安心して暮らせる環境づくりの推進 |
| | 健7-02 | ※ 自分が住んでいる地域の人々はお互いに助け合っていると思う市民を増やす | 20 | 地域防災力の向上と地域コミュニティの醸成を目的とした、自主防災組織への支援 |
| | 健7-03 | 歩いていて気持ちの良いきれいな景観、楽しい景観などがあると感じる市民を増やす | 21 | 地域において介護予防を学び実践する介護予防サポーター養成講座の開催 |
| | 健7-04 | 坂戸市の健康づくりの取組についてよくやっているほうだと思える市民を増やす | 22 | 遊歩道や公園の整備、緑化の推進、市民ボランティア花壇の管理の支援 |
| | 健7-05 | 坂戸市に住み続けたい市民を増やす | | |

健康なまちづくり計画（健康増進計画・食育推進計画・歯科口腔保健推進計画）の基本方針・目標・取組一覧（R1～R5）

| | 基本方針 | 基本目標 ※印は重点目標 | | 行政・地域・関係機関の取組 | |
|--------|----------------|--------------|---|---------------|--|
| | | 番号 | 内容 | 番号 | 内容 |
| 食育推進計画 | 1. 望ましい食の理解と実践 | 食1-01 | ※ 朝食を毎日食べる20歳代の市民を増やす | 23 | 女子栄養大学・企業との連携による葉酸プロジェクトの推進 |
| | | 食1-02 | ※ 主食・主菜・副菜のそろった食事を1日2回以上とっている市民を増やす | 24 | 食育への関心を高める機会として食育月間などに各種イベントの開催 |
| | | 食1-03 | ※ 葉酸（ようさん）というビタミンをよく知っている市民を増やす | 25 | 公民館などにおける料理教室の開催を通じた、調理技術の習得の推進 |
| | | 食1-04 | ※ 塩分を摂り過ぎないようにしている市民を増やす | 26 | 小・中学校と女子栄養大学の連携による食育（食に関する学習）プログラムの実施 |
| | | 食1-05 | ※ よく噛んで食べている市民を増やす | 27 | 市民ボランティアと連携した料理教室の開催 |
| | | 食1-06 | ※ 自分で手作りの食事を準備できる市民を増やす | 28 | 食を通じた健康づくり応援店として認定された市内店舗による健康に配慮したメニューなどの提供 |
| | | 食1-07 | 自分にとって適切な食事内容・量を知っている市民を増やす | | |
| | | 食1-08 | 1日に野菜料理を5皿以上食べている市民を増やす | | |
| | 2. 食への感謝の念の育成 | 食2-01 | ※ 日々の食事が動植物の命や自然の恵みによって成り立っていることをいつも感じる市民を増やす | 29 | 農作物の成長過程を学び収穫の喜びを味わう栽培体験を通じた体験学習の実施 |
| | | | | 30 | 児童センターと市内高等学校の連携による、命の大切さを学ぶ幼児向け講座の開催 |
| | | | | 31 | 広報さかど、市ホームページ、ごみに関する懇談会等を通じ、食品ロスの削減について啓発 |
| | 3. 食の環境づくり | 食3-01 | ※ 家族や友人と食事をする日が週6回以上ある市民を増やす | 32 | 保育園において、家族と共に味わうことの喜びを感じる食育の実施 |
| | | 食3-02 | ※ 坂戸産の食材を利用している市民を増やす | 33 | 学校給食や市内の飲食店において、坂戸産農畜産物の利用促進による地産地消の推進 |
| | | 食3-03 | 食を通じた健康づくり応援店を知っている市民を増やす | 34 | 地域の行事やサロンなど、誰かと一緒に食事をする機会を提供する取組への支援 |
| | | 食3-04 | ほぼ毎日、朝食を家族の全員又はほとんどの人と一緒に食べている市民を増やす | | |
| | | 食3-05 | ほぼ毎日、夕食を家族の全員又はほとんどの人と一緒に食べている市民を増やす | | |

健康なまちづくり計画（健康増進計画・食育推進計画・歯科口腔保健推進計画）の基本方針・目標・取組一覧（R1～R5）

| | 基本方針 | 基本目標 ※印は重点目標 | | 行政・地域・関係機関の取組 | |
|--|---------------------------|--------------|--------------------------------|---------------|------------------------------|
| | | 番号 | 内容 | 番号 | 内容 |
| 歯 科 口 腔 保 健 推 進 計 画 | 1. 歯科口腔保健推進のための啓発 | 歯1-01 | 歯周病と全身疾患との関係を認知している市民を増やす | 35 | 成人歯科保健講話の開催 |
| | | 歯1-02 | 歯や歯ぐきについて気にならない市民を増やす | 36 | 歯と口の健康フェアの支援 |
| | | | | 37 | 8020よい歯のコンクールの支援 |
| | 2. 歯科疾患の予防と口腔機能の維持・向上 | 歯2-01 | ※ 年に1回以上歯科健診を受けている市民を増やす | 38 | パパママ教室における歯科健診及び歯科保健指導の実施 |
| | | 歯2-02 | むし歯のない3歳児を増やす | 39 | 乳幼児健診における歯科健診及び歯科保健指導の実施 |
| | | 歯2-03 | むし歯のない12歳児を増やす | 40 | 保育園児のための歯科保健指導の実施 |
| | | 歯2-04 | 進行した歯周病（4mm以上の歯周ポケット）のない市民を増やす | 41 | 学校歯科健診及び歯科保健指導の実施 |
| | | 歯2-05 | 補助具を使って歯をケアしている市民を増やす | 42 | 成人歯科健康診査の実施 |
| | | | | 43 | 介護予防事業における歯科保健指導の実施 |
| | 3. 地域における歯科口腔保健推進のための環境整備 | 歯3-01 | 在宅歯科医療を実施する市内の登録機関数を増やす | 44 | 坂戸市・鶴ヶ島市地域包括ケアシステム推進協議会会議の開催 |
| | | | | 45 | 在宅医療相談室における在宅歯科医療機関の紹介 |
| | | | | 46 | 歯科医師会が整備する訪問診療及び災害時の活動拠点への支援 |