

令和6年度第3次坂戸市健康なまちづくり計画に係る事業の取組状況

	基本方針	指標	予定事業数 (R6)
第3次坂戸市健康増進計画	1. 楽しくかしく食べて健康な心と身体を育む	● 食育に関心がある市民(15歳以上)	※食育推進計画参照
	2. 日常的に楽しく身体を動かす	● 週4日以上、意識的に身体を動かしている市民(20歳以上) ● 日頃楽しく運動をしている市民(20歳以上) ● 1日に1時間以上歩いている市民(20歳以上)	29
	3. 自分自身の身体をいたわる	● 過去1年以内に健診や人間ドックを受けている市民 ● 過去1年以内に胃がん検診を受けている市民(20歳以上) ● 過去1年以内に肺がん検診を受けている市民(20歳以上) ● 過去1年以内に大腸がん検診を受けている市民(20歳以上) ● 過去1年以内に乳がん検診を受けている市民(20歳以上の女性) ● 過去1年以内に子宮がん検診を受けている市民(20歳以上の女性) ● 過去1年以内に骨粗しょう症健診を受けている市民(20歳以上の女性)(新規) ● 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(20歳以上) ● タバコを吸っていない市民(20歳以上) ● 他人にタバコの煙を吸わせないようにしている市民(20歳以上喫煙者) ● COPDについて知っている市民 ● 睡眠による休養がとれている市民 ● 悩みやストレスを感じた時、そのストレスを解消できている市民	17
	4. 歯と口の健康を保つ	● 年に1回以上歯科健診を受けている市民(20歳以上) ● 歯や歯ぐきについて気になることがない市民(20歳以上)	※歯科口腔保健推進計画参照
	5. 自分らしく生き生きチャレンジする	● 夢・生きがい・目標を持つ市民(20歳以上) ● 自分らしい人生を送る市民(20歳以上)	21
	6. 人と人とがふれあう機会をつくる	● 月1回以上、地域活動に参加する市民(20歳以上) ● 自分から積極的に外出する市民(20歳以上) ● いつも家族や仲間と囲まれて生活している市民(20歳以上) ● 身近な人にあいさつをしている市民(20歳以上)	4
	7. みんなで健康を支える環境をつくる	● 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(20歳以上) ● 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(20歳以上) ● 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	13
第3次坂戸市食育推進計画	1. 望ましい食の理解と実践	● 朝食を毎日食べる20歳代の市民(20歳以上) ● 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(20歳以上) ● 葉酸(ようさん)というビタミンをよく知っている市民(20歳以上) ● 塩分を摂り過ぎないようにしている市民(20歳以上) ● ゆっくりよく噛んで食べている市民(20歳以上) ● 自分で手作りの食事を準備できる市民(15歳以上) ● 自分にとって適切な食事内容・量を知っている市民(20歳以上) ● 1日に野菜料理を5皿以上食べている市民(20歳以上)	22
	2. 食への感謝の念の育成	● 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(15歳以上)	9
	3. 食の環境づくり	● 家族や友人と食事をする日が週6回以上ある市民(20歳以上) ● 坂戸産の食材を利用している市民(20歳以上) ● 食を通じた健康づくり応援店を知っている市民(20歳以上) ● ほぼ毎日、家族や友人と食事している市民(20歳以上)	7
第2次坂戸市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	● 歯周病と全身疾患との関係を知っている市民(20歳以上) ● 歯や歯ぐきについて気になることがない市民(20歳以上)	5
	2. 歯科疾患の予防と口腔機能の維持・向上	● 年に1回以上歯科健診を受けている市民(20歳以上) ● むし歯のない3歳児 ● むし歯のない12歳児 ● 進行した歯周病(4mm以上の歯周ポケット)のない市民 ● 補助具を使って歯をケアしている市民	10
	3. 地域における歯科口腔保健推進のための環境整備	● 在宅歯科医療を実施する市内の登録機関数	3