

### 第3章 計画の基本的な考え方



# 1 計画の基本理念

平成 25 年 3 月に策定された『春日部市総合振興計画 後期基本計画』は、保健・医療・福祉分野の「基本目標」（「基本目標 1」）を「子どもからお年寄りまで健康でいきいきと暮らせるまち」としており、その中の保健・医療の分野の政策については「健康に暮らせるまちをつくる」と定めています。また、『春日部市健康づくり計画』（第 1 次）でも、「計画の基本理念」について、「…全ての世代の市民が、それぞれの考え方や日常の暮らし方、身体の状態等に応じて、住み慣れた地域で健やかに暮らすことができるように“生活の質の向上”と“健康寿命の延伸”、“早世の予防”等の要素から成る『健康で幸せなまちづくり』の実現により、喜びと豊かさの実感を得られることをめざしていく」として、さまざまな取り組みを進めてきました。

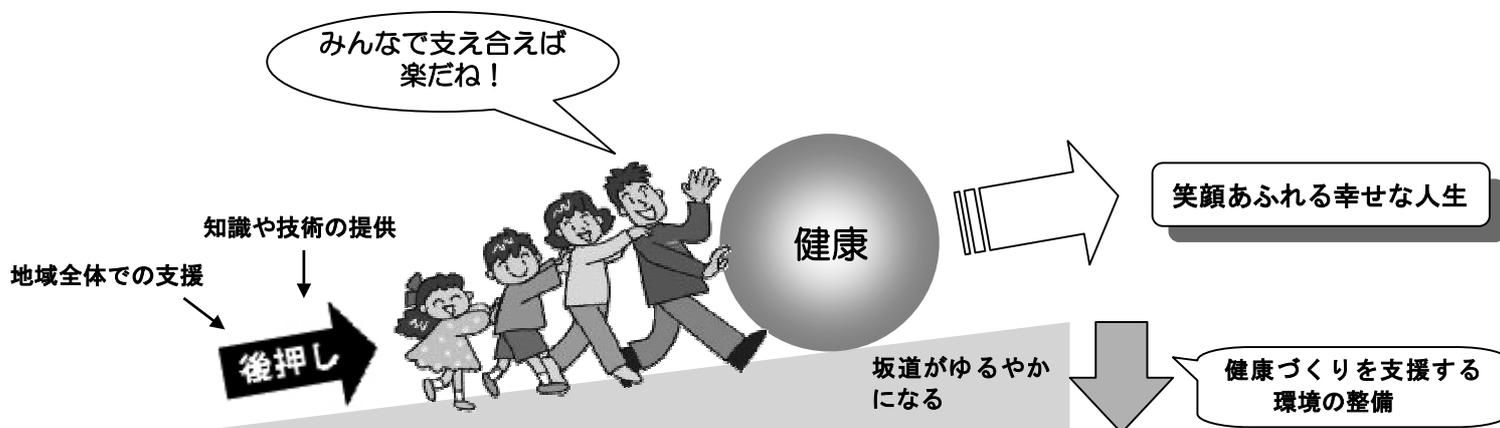
一方、「食育」に関しては、上記の「総合振興計画 後期基本計画」・「基本目標 1」の「政策 5」の中で、24 万市民が健康な生活を送れるよう、食育推進計画を策定し、それに基づいて一人ひとりに合った健康づくりを積極的に進め食育の推進を行っていくことがうたわれています。

これらのことを踏まえて、本計画の基本理念を

**笑顔あふれ 健康で幸せに いきいきと暮らせるまちづくり**

とし、市民・地域・行政・関係機関等が連携・協働を図って一体となり、全市的に取り組みを進めていきます。

◎『「ヘルスプロモーション」\*に基づく市民一人ひとりが主役の健康づくり・食育』のイメージ図



\*ヘルスプロモーションとは、人々が自らの健康とその決定要因をコントロールし、改善することができるようにするプロセスである。（WHO「ヘルスプロモーションに関するバンコク憲章」2005年）

## 2 計画の基本視点

「基本理念」を実現するため、本計画を進めていくにあたっての基本視点を、次の4つとします。

### ① 健康寿命の延伸と「一次予防」重視の推進

…健康診査等による疾病の早期発見・早期治療（「二次予防」）に加えて、市民一人ひとりの健康的な生活習慣の確立等によって生活習慣病等の病気の発症を未然に防ぐ「一次予防」をより重視した取り組みを推進し、健康寿命の延伸を図ります。

### ② 「食育」の推進

…子どもの時に健全な食生活を確立することが、生涯に渡って健康な心身を培い豊かな人間性を育んでいく基礎となることから、「ママパパ学級」、「離乳食教室」等、妊娠期、乳幼児期からの「食育」の取り組みを展開し、「ライフステージをつなぐ切れ目のない食育」を推進していきます。

### ③ 健康づくり・食育推進運動への市民の主体的な参画の促進

…全ての市民が「自分の健康は自分で守る」という意識を持って実践するとともに、家庭や地域の健康づくりや食育を支える担い手として主体的に参画できるようにしていき、「笑顔あふれ 健康で幸せに いきいきと暮らせるまち」の実現を図ります。

### ④ 生涯を通じた多様な健康づくり・食育

…胎児期から高齢期まで、全てのライフステージにおいて、市民一人ひとりのライフスタイル（生活様式）や心身の状態等に応じたさまざまな取り組みの機会を設けること等により、生涯を通じた一貫した健康づくり・食育の取り組みを進めます。

## コラム

### column

#### 「一次予防」とは

予防医学の考え方で、健康増進を図り病気を未然に防ぐことを指し、早期発見・早期治療等を内容とする「二次予防」、リハビリテーションの「三次予防」に対して用いる言葉です。

具体的な内容としては、健康増進と特異的予防に分かれ、健康増進は生活習慣の改善のことを言い、特異的予防には予防接種、事故防止、職業病対策、公害防止対策などが含まれます。

今後の高齢化の進展に伴い、疾病の治療や介護にかかる社会的負担が過大となることが予想され、従来の疾病対策の中心であった二次予防や三次予防にとどまることなく、一次予防に一層の重点を置いた対策を推進していくことの重要性が指摘されています。

### 3 ライフステージの考え方

---

本計画は、基本的には全ての年代を対象にしていますが、人の一生では、節目となるようなできごと（出生、入学、卒業、就職、結婚、出産、子育て、退職、病気など）によるライフスタイルの変化とともに、抱える健康課題も変化していくことが多いです。

そこで、健康づくりの各分野、食育の計画内容については、よりよく市民に理解していただき積極的な取り組みを進める観点からも、下記のような意識・行動面で類似性のある一定の年齢階級別（ライフステージ別）に区分・整理して取り組みを示すこととします。

ライフステージ	年齢区分
胎児期	—
乳幼児期	0～6歳
小学生期	7～12歳
中学生期	13～15歳
高校生期	16～18歳
青年期	19～39歳
壮年期	40～64歳
高齢期	65歳以上

### 4 計画の展開

---

#### （1）計画の取り組み分野

「基本理念」の内容を実現するため、「栄養・食生活／食育」、「身体活動・運動」、「休養・こころの健康」、「歯と口の健康」、「たばこ・アルコール」、「特定健康診査・がん検診（女性の健康）」の6つの分野で市民、地域、行政、関係機関などが連携・協働して取り組みを進めます。

## (2) 計画の体系

