

< 目 次 >

第1章 計画策定にあたって

1. 計画策定の趣旨と背景	1
2. 計画の基本的な考え方	2
3. 計画の位置づけ	3
4. 計画の期間	3
5. 計画の対象	3

第2章 名寄市の現状と課題

1. 健康に関する概況	4
2. 前計画の評価	13

第3章 健康づくりの目標

1. 課題別の実態と対策	
（1）生活習慣病の発症の予防と重症化予防の徹底	
① がん	14
② 循環器疾患	16
③ 糖尿病	19
（2）生活習慣の改善	
① 栄養・食生活	22
② 身体活動・運動	24
③ こころの健康	26
④ 飲酒	28
⑤ 喫煙	30
⑥ 歯・口腔の健康	32
2. 目標の設定	34

第4章 計画の推進

1. 計画推進の体制	37
2. それぞれの役割	38
3. 計画の検証	38

<資料>

1. 前計画分野別評価	39
2. 生活習慣アンケート調査結果	44
3. 市民のみなさんの声を聴きました	56
4. 健診結果の見方	58
5. 用語解説	59
6. 計画策定委員名簿	60
7. 計画策定経過	61