

【第2期健康くるめ21計画における取り組みの体系】

基本目標

基本方針

取り組み項目

主な取り組み

(★は第2期計画における新規・拡充の取り組みを含む)

健康寿命の延伸

(1)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底

①糖尿病・循環器疾患の予防

①久留米市国民健康保険特定健康診査・生活習慣病予防健康診査と保健指導の実施 ②健診の受診率向上★
③医療機関未受診者への受診勧奨 ④生活習慣病の予備群に対する個別指導★
⑤健康教育の実施 ⑥妊娠（胎児）期からの生活習慣病予防に対する支援★
⑦子どもへの生活習慣病予防の啓発★

②がんの予防

①各種がん検診等の実施 ②検診の受診率向上★ ③精密検査の受診率向上
④ウイルス等による発症リスクの把握・低減★ ⑤がん当事者の会などへの支援★

(2)健康に関する生活習慣の改善

①栄養・食生活の改善

①正しい栄養知識の普及啓発 ②生活習慣病の予備群に対する個別指導（再掲）★
③栄養相談の実施 ④給食施設に対する支援
⑤食生活改善推進員の養成・活動支援 ⑥外食等における栄養成分表示などの推進

②身体活動・運動の推進

①身体活動や運動等の普及・啓発 ②健診の要指導者等に対する運動指導 ③日常生活の中で取り組める身体活動や運動の推進 ④各保健センターや体育施設等の利活用の促進 ⑤幼少期からの運動習慣の形成
⑥職域と連携・協働した取り組みの推進 ⑦運動・スポーツ分野と健康づくり事業との連携推進

③歯・口腔の健康の維持・増進

①歯科健診等の実施 ②妊娠期からの歯や口腔の健康づくりの推進★
③関係機関との連携による啓発

④禁煙の推進

①禁煙啓発・禁煙相談の実施 ②禁煙希望者に対する禁煙支援 ③特定健康診査や生活習慣病予防健康診査の要指導者に対する禁煙支援 ④母子保健事業等での「たばこの害」に関する情報提供 ⑤未成年者に対する喫煙防止の推進 ⑥禁煙や分煙の推進の推進

⑤適正な飲酒の推進

①飲酒に関する啓発・指導 ②精神保健相談事業

(3)こころの健康づくりの推進

①休養・こころの健康の維持・増進

①こころの健康についての普及・啓発 ②精神保健相談事業（再掲）
③かかりつけ医等の医療機関とのネットワークづくり ④職域等との連携

②うつ病・自殺の予防

①ゲートキーパーの養成・フォローアップ体制の充実 ②市民と協働したゲートキーパー活動の推進
③こころの健康についての普及・啓発（再掲） ④精神保健相談事業（再掲） ⑤かかりつけ医等の医療機関とのネットワークづくり（再掲） ⑥関係機関とのネットワークづくり ⑦職域等との連携（再掲）
⑦自死遺族支援

(4)個人の健康を支える環境の整備

①身近な地域での市民主体の健康づくり

①健康課題に対する地域や職域の主体的な取り組みへの支援★ ②地域資源の活用
③健康づくりボランティアの育成・活動支援

②健康づくりを支えるしくみの充実

①中央保健センターの整備 ②保健センターの活用 ③地域保健活動の推進★

【胎児期】【乳幼児期】【少年期】【青年期】【壮年期】【中年期】【高年期】
すべてのライフステージを通じた取り組みの推進

↑重点対象↓
20歳代～40歳代