

分野	指標名	平成23年度 現状値	平成28年度 目標値
食生活	食育に関心を持っている人を増やそう	68.8%	80.0%
	朝ごはんを毎日食べる人を増やそう	86.0%	88.0%
	朝食または夕食を家族一緒に食べる回数を増やそう	—	週に 10回以上
	BMIが25以上の人を減らそう(40～69歳男性)	25.7%	23.0%
	野菜を毎食食べている人を増やそう	58.7%	71.0%
歯の健康	定期的に歯科健診を受けている人を増やそう	13.2%	30.0%
	1日3回食後に歯磨きする人を増やそう	18.3%	30.0%
	むし歯のない3歳児を増やそう	76.8%	80.0%
	12歳児における1人平均むし歯数を減らそう	1.2本	1本
運動	運動習慣のある人を増やそう	50.2%	55.0%
健康診査	自分は健康だと思っている人を増やそう	62.5%	65.0%
	特定健診を受けている人を増やそう	49.3%	65.0%
	胃がん検診を受けている人を増やそう	28.1%	50.0%
	肺がん検診を受けている人を増やそう	34.7%	50.0%
	大腸がん検診を受けている人を増やそう	30.9%	50.0%
	子宮頸がん検診を受けている人を増やそう	29.1%	50.0%
	乳がん検診を受けている人を増やそう	34.4%	50.0%
こころの健康	不満や悩み、苦勞、ストレスがある人を減らそう	71.2%	61.0%
	ストレスを軽減できている人を増やそう	50.0%	58.0%
	睡眠不足の人を減らそう	28.2%	26.0%
	こころの相談窓口を知っている人を増やそう	—	60.0%
	自殺者数の減少【人口10万人あたり】	38.2	30.6
たばこ	たばこを吸っている人を減らそう(男性)	26.8%	13.4%
	たばこを吸っている人を減らそう(女性)	6.0%	3.0%
	妊娠中たばこを吸っている人を減らそう	4.0%	0%
コアル	毎日、ビール中瓶2本または酒2合以上飲む人を減らそう(男性)	11.4%	10.0%

一人ひとりのよい生活習慣が元気な安芸高田市をつくります

安芸高田市健康増進計画

健康あきたかた21
後期計画

発行 平成24年7月
発行者 広島県 安芸高田市
編集 安芸高田市 福祉保健部 保健医療課
〒731-0592 広島県安芸高田市吉田町吉田 791
TEL 0826-42-5633 FAX 0826-47-1282
URL <http://www.akitakata.jp/>

健康あきたかた21

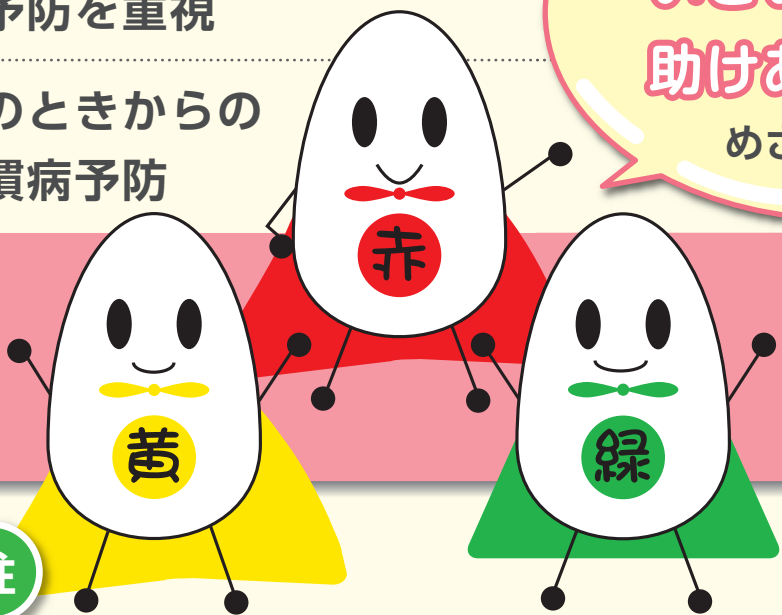
後期計画 (平成24年度～28年度)

安芸高田市では、すべての市民が健やかで、こころ豊かに、生活していくための「健康づくりの指針」として、健康あきたかた21後期計画を策定しました。本計画は、健康増進法に基づく市町村健康増進計画として策定しており、計画期間は、平成24年度から平成28年度までの5か年です。

計画の基本的な考え方

- 市民総ヘルパー構想の理念に基づく健康づくりの推進
- 市民一人ひとりの健康づくりを支援
- 生活習慣病の発症予防と重症化予防を重視
- 子どものときからの生活習慣病予防

みんなが
いきいき笑顔で
助けあえるまち
をめざします！



健康あきたかた21
イメージキャラクター
バランストリオ

計画の3本柱

市民一人ひとりが健康づくりに取り組んでいけるよう、予防を重視した健康づくりを推進していきます。

目標 ①

糖尿病等生活習慣病の
発症予防及び重症化・合
併症の予防

目標 ②

こころの健康づくり

目標 ③

「食べることを楽しみ、
健康を大切にするこ
ろを育てる」食育の推進

平成24(2012)年7月
広島県 安芸高田市