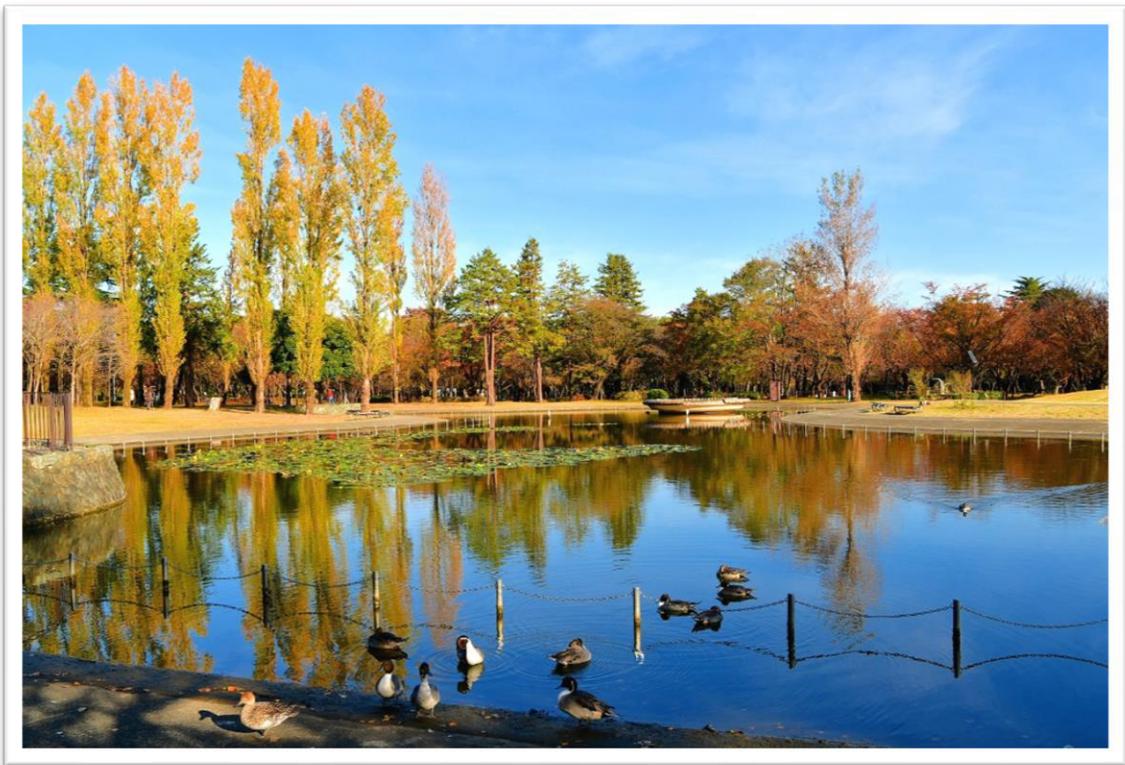


# 第4章 計画の基本的な考え方



## 1 基本理念

健康と幸せを実感できる Well-being City いるま

本計画は、第6次入間市総合計画・後期基本計画の第3章「ささえあいのまちづくり」第6節における重点的取組「健康づくりの推進」に基づき、市民一人ひとりが主体的に健康づくりや病気の予防に取り組み、誰もが生涯にわたり、心身ともに健康で生きがいのある生活を送ることができる「Well-being<sup>(\*)</sup> City いるま」を目指します。

※「Well-being」とは：個人の権利や自己実現が保障され、身体的、精神的、社会的に良好な状態にあることを意味する概念

## 2 基本方針

4つの基本方針を掲げ、基本理念の実現を目指します。



### ● 健康寿命<sup>(\*)</sup>の延伸

誰もが生涯にわたり、健康で幸せを実感し、心身ともに健康な生活を送ることができるよう健康づくり、生活習慣病<sup>(\*)</sup>予防、バランスのよい食生活、歯と口腔の健康等の推進により健康寿命の延伸を目指します。

### ● 健康的な生活習慣の獲得と健康問題の早期発見・重症化予防の徹底

各ライフステージに応じた健康的な生活習慣を身につけ、自己の健康状態を認識し、疾病予防や生活習慣の改善に向けて、健康診査・健康教育の充実に努め、生活習慣病、精神疾患<sup>(\*)</sup>、こころの健康問題などの予防、早期発見、重症化予防の徹底を図ります。

### ● 健康を支え、守るための地域づくり

市民一人ひとりが健康で充実した生活を送れるよう、地域の特性に応じた健康な地域づくりと共生社会の実現を目指し、各関係機関との連携を推進します。

健康危機に関する情報を迅速かつ的確に収集し、市民に対し正確な情報提供に努めるとともに、各関係機関と連携し、保健活動を推進します。

### ● 生涯にわたり持続できる健康づくり

誰もが生涯にわたり、心身ともに健康な生活を継続できるよう、それぞれの社会環境やニーズに応じた取組と環境づくりを推進します。

## 3 計画の構成

各計画は趣旨、基本理念、基本方針、目標と取組で構成されています。

各計画には、現状と課題、目標、目標値、目標に向けた主な取組が示されています。

さらに、市民一人ひとりが生涯を通じて生き生きと過ごすため、ライフステージに応じた取組を確認できるようにしています。

## 4 計画の体系

「第4次健康いるま21計画」は、「第3次元気な人間食育推進計画」、「第2次人間市歯と口腔の健康づくり基本計画」、「第2次人間市自殺対策計画」を包含して策定し、総合的・一体的に取組を進めることで健康寿命の延伸を目指します。※体系図は2ページ参照。



### 「すべての人に健康と福祉を」

SDGs<sup>(\*)</sup>の目標3「すべての人に健康と福祉を」は、すべての人が健康で充実した生活を送ることができる環境を整備し、年齢や性別、国籍、社会的地位などに関係なく、誰もが健康のための情報やサービスにアクセスできること、病気や障害から守られ、必要な医療を受けられることを求めています。

具体的には、予防接種による感染症の予防や、たばこやアルコールの使用の減少、健康的な食事や適度な運動の推進、精神的な健康を保つための取組や、生活習慣の改善や社会的なサポートが含まれます。

「第4次健康いるま21計画」では、市民一人ひとりが健康で豊かな生活を送るために、市が主導して様々な健康づくりの取組を行います。例えば、定期的な健康診査の実施、運動や食生活のアドバイスの提供、地域の健康増進活動のサポートをしていきます。

これらの取組に参加し、自身の生活習慣を見直すことで、どんな人でも健康になるための第一歩を踏み出すことができます。

また、地域で支え合うことにより、高齢者や障がい者など、健康の維持が難しい方を支援につなぐことで「すべての人に健康と福祉を」の実現を目指しています。

