

逗子市健康増進・食育推進計画における評価のための視点

逗子市健康増進・食育推進計画における 3 つの「今後取り組むテーマ」(P.75～77) 内「手段」に記載されている内容を「目標」(大目標)として捉え、その目標を達成するために、市民、地域組織・団体、庁内関係課の 3 視点の目標(小目標)を設定した。この目標を計画の年次評価を行うための指標とする。

①もっと身近に運動を

目的

- ・運動習慣を身につけることで、体力向上、生活習慣病予防、フレイル予防、認知症予防に寄与する。
- ・運動することでストレス解消にもつながる。

手段(※国保健康課における目標)

- ・身近な方法や場所、手段などを用いて、運動や体操を行う重要性について情報を発信する。
- ・運動や体操をできる場所や手段、指導者などを増やす。



視点	目標(小目標)
市民	・運動や体操を続けることの大切さや利点が分かる。 ・自分に合った運動や体操を続ける。 ・運動や体操について、正しい情報を得られる方法や機関を知っている。 ・運動や体操を家族や地域に広める。
地域組織・団体	・健康的な運動や体操に関する情報を積極的に取り入れ、地域・職域等で周知を図る。 ・地域住民が広く参加できるような健康づくりのための運動や体操を行う場をつくる。
庁内関係課	・運動や体操をする場所や機会について情報発信する。

②自分の体を知ろう

目的

- ・適正体重を保つことの重要性について認知を図る。
- ・健診(検診)受診促進により、生活習慣病の早期発見・早期治療につなげる。
- ・適切な受診を促し、疾病予防・重症化予防につなげる。
- ・医療費の増加を抑制する。
- ・本人や家族の QOL(クオリティー・オブ・ライフ：生活の質)の向上を図る。

手段（※国保健康課における目標）

- ・身近な方法や場所、手段などを用いて、適正体重や受診の重要性について情報を発信する。
- ・受診や相談をしやすい環境を整備する。



視点	目標（小目標）
市民	・適正体重を保つことの大切さや利点が分かる。 ・適正体重を保つ。 ・健診（検診）を受けることの大切さや利点が分かる。 ・年1回、健診（検診）を受診する。 ・健康について気になることがあれば、医療機関や行政機関などへ相談する。
地域組織・団体	・健康維持・増進のための体重管理や受診に関する情報を積極的に取り入れ、地域・職域等で周知を図る。 ・健康に関する相談者を、適切な相談先・機関へつなげる。
庁内関係課	・健康に関して受診を勧めたり、相談できる体制がある。

③望ましい食生活を実践しよう

目的

- ・幼少期から栄養や食に関する知識を身に付け、食を選択する力を養い、望ましい食生活を実践することで、生活習慣病の予防やフレイル予防等につなげ、健全な心身の成長と健康寿命の延伸に寄与することを目的とする。

手段（※国保健康課における目標）

- ・食に関する正しい情報を様々な媒体で発信する。
- ・食に関する講座やイベント等を開催する。
- ・食に関する知識や調理技術を普及する指導者を育成する。
- ・健康的な食生活を後押しする食環境を整備する。



視点	目標（小目標）
市民	・食に関して正しい情報を得られる方法や機関を知る。 ・健康的な食生活を送る。 ・食に関する知識や技術を身に付ける。
地域組織・団体	・健康的な食に関する情報を積極的に取り入れ、地域・職域等で周知を図る。 ・生活習慣病やフレイル予防のための食に関する講座等への積極的な参加を呼びかける。 ・食に関する知識や技術を広める。
庁内関係課	・食に対する正しい情報を発信する。