

「人とひと 輝く笑顔がはぐくむ 健康なまち ながおか」の 実現を目指して



長岡市では、これまで健康診査や健康増進事業を積極的に推進し、市民の健康づくりに努めてきました。

しかし、急速な少子高齢化や生活習慣病の増大、生活様式の変化などにより、私たちを取り巻く環境は大きく変化しています。健康に対する価値観も多様化していることから市民一人ひとりの健康に対する意識を高め、心豊かで幸せな生涯を実現できる環境づくりが求められています。

こうしたことから長岡市では、市民一人ひとりの健康への思いや行動を基本として、市民と関係団体、行政が一体となった話し合いの場を通じて「ながおかヘルシープラン21」を策定しました。年齢や性別、障害の有無にかかわらず、すべての市民が家庭や地域でいきいきと自分らしく暮らせることを目指した健康のまちづくりの計画です。

本計画には「人とひと 輝く笑顔がはぐくむ 健康なまち ながおか」の実現を目指して、乳幼児期から高齢期までの5つの年代別に市民のありたい姿を掲げています。また、自分自身の生き方として積極的に健康づくりに取り組むための具体的な目標値を設けるとともに、今後10年間に行うべき取り組みを盛り込みました。

健康なまちづくりを進める舞台の主役は、市民のみなさん一人ひとりですが、個人の取り組みを地域で支援していくことが大切です。このため、計画の推進に当たっては「市民参画」「様々な組織や機関の連携」「市民の主体的な健康づくりを支えるための環境づくり」の3つの視点に立って個々の取り組みを行なってまいります。

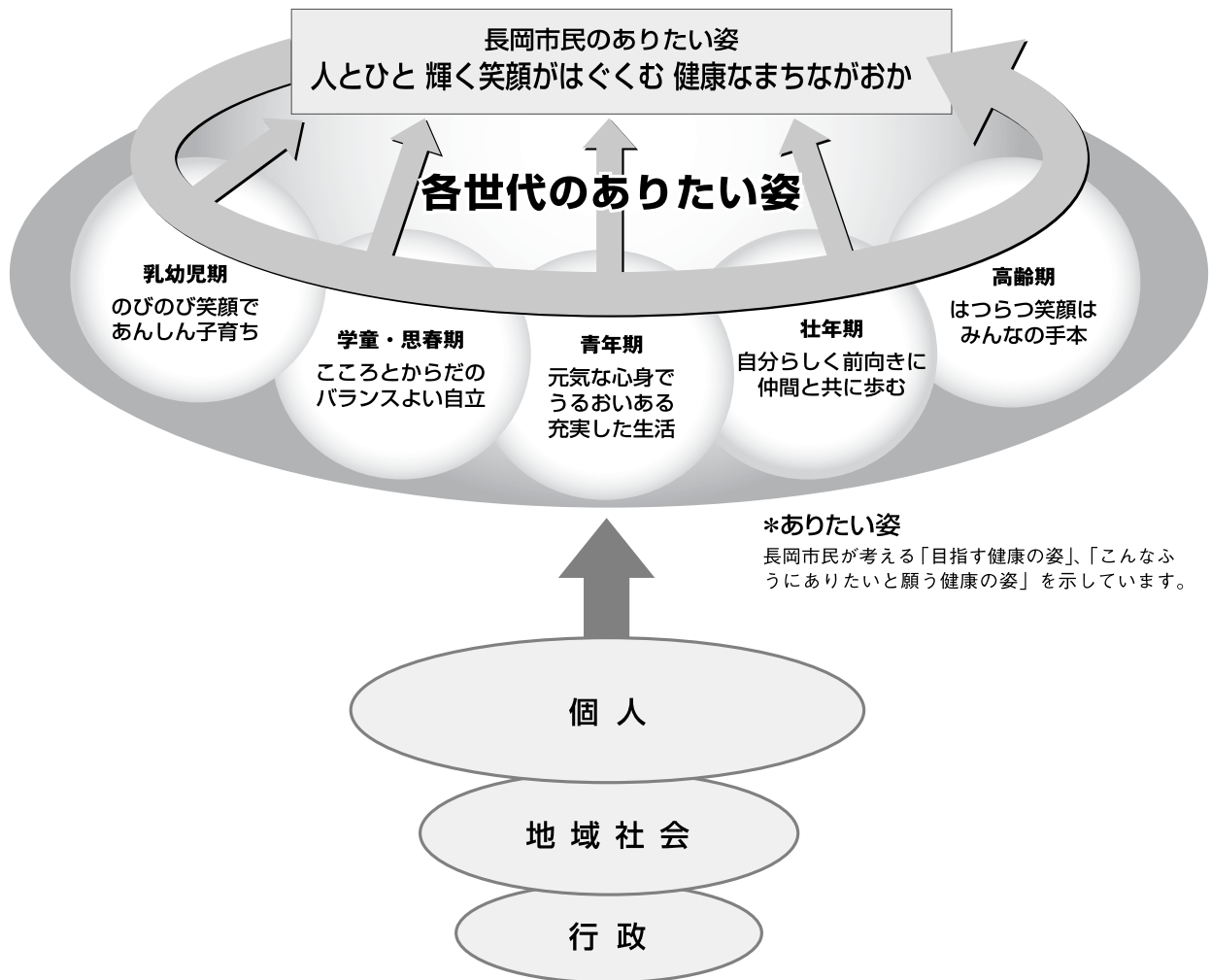
本計画の策定に当たり、貴重なご意見をお寄せくださいました多くの市民の皆様にご心からお礼を申し上げますとともに、計画の推進に際し、市民力、地域力といった伝統の力が十分に発揮されて「健康なまちながおか」が実現することを期待いたします。

平成16年3月

森 民 夫

～ 計画のねらい ～

- 長岡市は年齢・性別や障害の有無にかかわらず、すべての市民が家庭や地域でいきいきと自分らしく暮らすためには、身体の健康だけでなく、生きがいや仲間づくり、地域でのふれあい、自然とのかかわりなど、一人ひとりを取り巻く全ての環境が、市民の健康づくりに関わるという観点から、健康なまちづくりをめざして「ながおかヘルシープラン21」を策定します。
- この計画は、市民と関係団体、行政が一体となった話し合いの場を通して、検討しました。健康なまちづくりを進める舞台の主役は市民一人ひとりです。いきいきと暮らし、笑顔で喜び支え合えるまちを実現させましょう。
- 長岡市民の考える「ありたい姿*」を実現するためには、個人・地域社会・行政が力を合わせ、それぞれができることを役割として、健康なまちづくりを進めていく必要があります。



目次

第1章●計画の意義・役割	1
1 計画策定の背景と目的	2
2 計画の性格	2
3 計画の位置づけ	2
4 計画の期間	4
5 目標値の設定	4
6 計画策定の視点	4
7 計画策定の体制及び経緯	6
第2章●本市の現況	7
1 人口	8
2 人口動態	9
3 世代別の姿（重点項目）	11
第3章●ながおか市民のありたい姿と健康課題	19
1 健康なまちづくりに向けて	20
2 長岡市民の目指す「ありたい姿」	21
3 健康なまちづくりに向けての指針	22
第4章●健康づくりへの取り組み	25
1 乳幼児期（0歳～6歳）	26
2 学童・思春期（7歳～18歳）	30
3 青年期（19歳～39歳）	34
4 壮年期（40歳～64歳）	38
5 高齢期（65歳～70歳）	42
6 全世代共通	46
第5章●達成したい目標値の設定	49
1 達成したい目標値	50

第6章●重点的な取り組み ----- 69

- 1 重点的な取り組み ----- 70
- 2 主体別の役割 ----- 71
- 3 各世代の重点取り組み ----- 72
- 4 重点事業一覧 ----- 99

第7章●地区の取り組み ----- 123

- 1 地区の位置づけ ----- 124
- 2 健康づくりと地区づくり ----- 124
- 3 地区の取り組み ----- 125

第8章●計画を推進していくために ----- 129

- 1 ありたい姿に向けての体制づくり ----- 130
- 2 それぞれの関係機関・団体の役割 ----- 131
- 3 計画の進行管理 ----- 138

第9章●計画策定の経緯 ----- 139

- 1 「井戸端会議」 報告 ----- 140
- 2 「健脚度調査事業」 報告 ----- 146
- 3 策定委員会開催状況及び策定部会作業 経過 ----- 148

