

第3章 計画の基本的な考え方

1 計画の基本理念

沼田市では、平成21年度に「健康ぬまた21」を策定し、基本理念を「こころがかよいう、活力あふれた健康なまちづくり」として定め、心身ともに健康で過ごすことや、生活改善の習慣化を進めるために、人との対話や関係を通じた思いや、地域の人と人とのつながりを大切にしながら、計画を推進してきました。本計画においても、この基本理念を引き継ぎ、健康寿命の延伸や健康を支え守るための地域活動の推進を目指します。

～基本理念～

こころがかよいう、活力あふれた健康なまちづくり

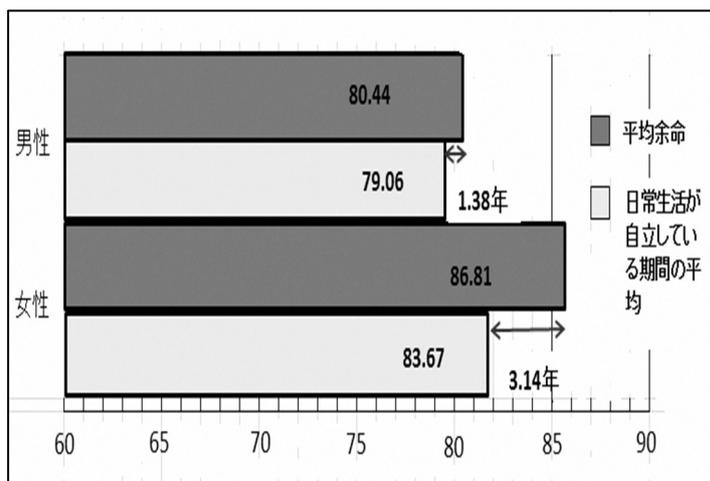
2 基本目標

健康寿命の延伸と健康格差の縮小

高齢化の進展及び疾病構造変化を踏まえ、生活習慣病の予防や社会生活を営むために必要な機能の維持向上を図り、健康寿命の延伸を目指します。

また、健やかな暮らしを支える社会環境を整備し、市民一人ひとりが自分にあった健康づくりに取り組むことで健康格差の縮小に努めます。

■平均余命と平均自立期間（健康寿命）の差



平均余命を延ばしつつ、さらに健康な期間を延ばし、その差をできる限り縮小していきます。

※厚生労働省による「健康寿命の算定プログラム」を用い、人口、死亡数、介護保険の要介護2～5認定者数を使用し市が独自算定（平成28年値）

3 基本目標達成に向けて取り組む重点事項

○ 生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底（NCD(非感染性疾患)の予防)

がん、循環器疾患、糖尿病及びCOPD(慢性閉塞性肺疾患)に対処するため、食生活の改善や運動習慣の定着など一次予防対策とあわせ重症化予防対策を推進します。

○ 健康を支えるための社会環境の整備

地域や世代間の相互扶助など、地域や社会の絆により健康づくりの輪を広げ、健康を守るための環境を整備します。

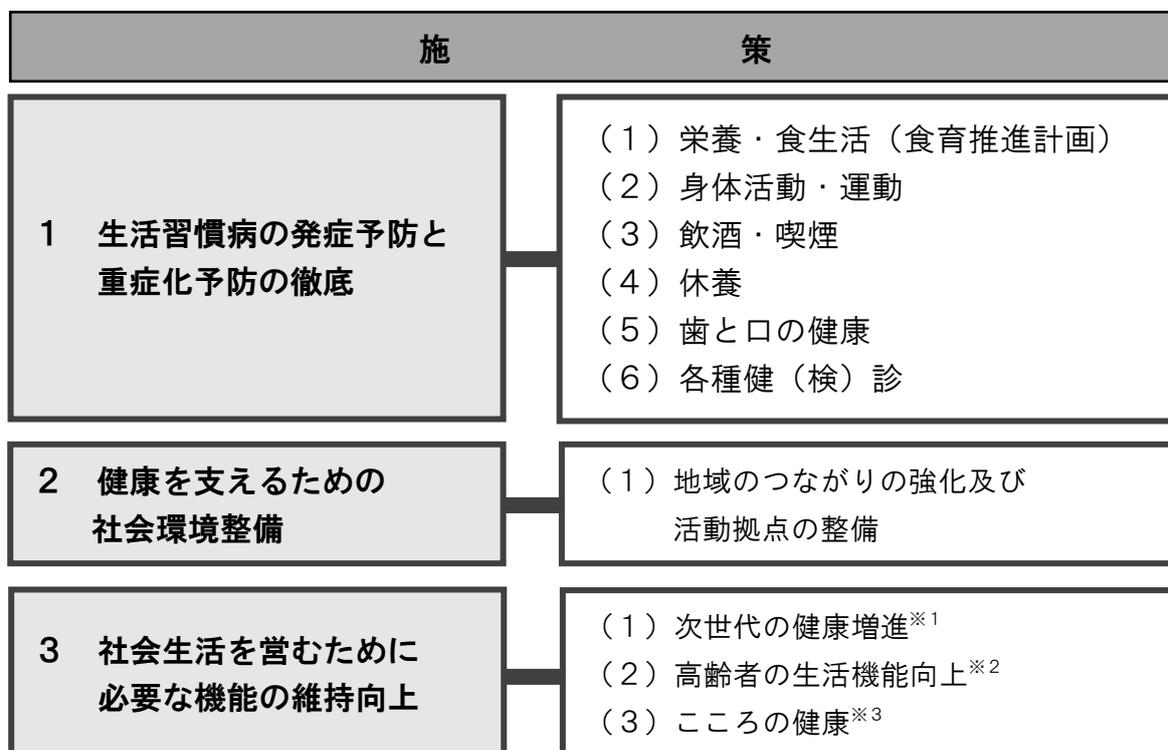
4 計画の体系図

基本理念

こころがかよいう、活力あふれた健康なまちづくり

基本目標

健康寿命の延伸と健康格差の縮小



- 「3 社会生活を営むために必要な機能の維持向上」については、※1「母子保健計画」、※2「生き生き長寿のまちづくり計画」、※3「自殺対策推進計画」と一体的に策定。