

地域と行政が協働で健康づくりを支援

健康づくりは町民一人ひとりが主体的に取り組むことが大切です。しかし、個人の努力だけで健康づくりを継続することは大変なことです。そこで、本計画ではヘルスプロモーションの考えに基づき、地域、行政が連携・協力し、個人の健康づくりを支援します。

基本理念

『人も地域もいきいき ニコニコ
健やか長寿のまち かでな』



町民一人ひとり
いきいき ニコニコ 健やか長寿をめざす



- ①身体活動・運動
- ②たばこ
- ③休養・こころ
- ④歯と口の健康
- ⑤生活習慣病予防と早期発見
- ⑥アルコール
- ⑦感染症の予防
- ⑧食と健康
- ⑨食と文化
- ⑩食の安心・安全

《個人の目標達成を支援》

地域

行政

連携・協働

計画の詳細については、町のホームページからダウンロードできます。

嘉手納町 健康・食育かでな21【概要版】

作成 嘉手納町 福祉部 町民保険課 TEL: 098-956-1111

概要版

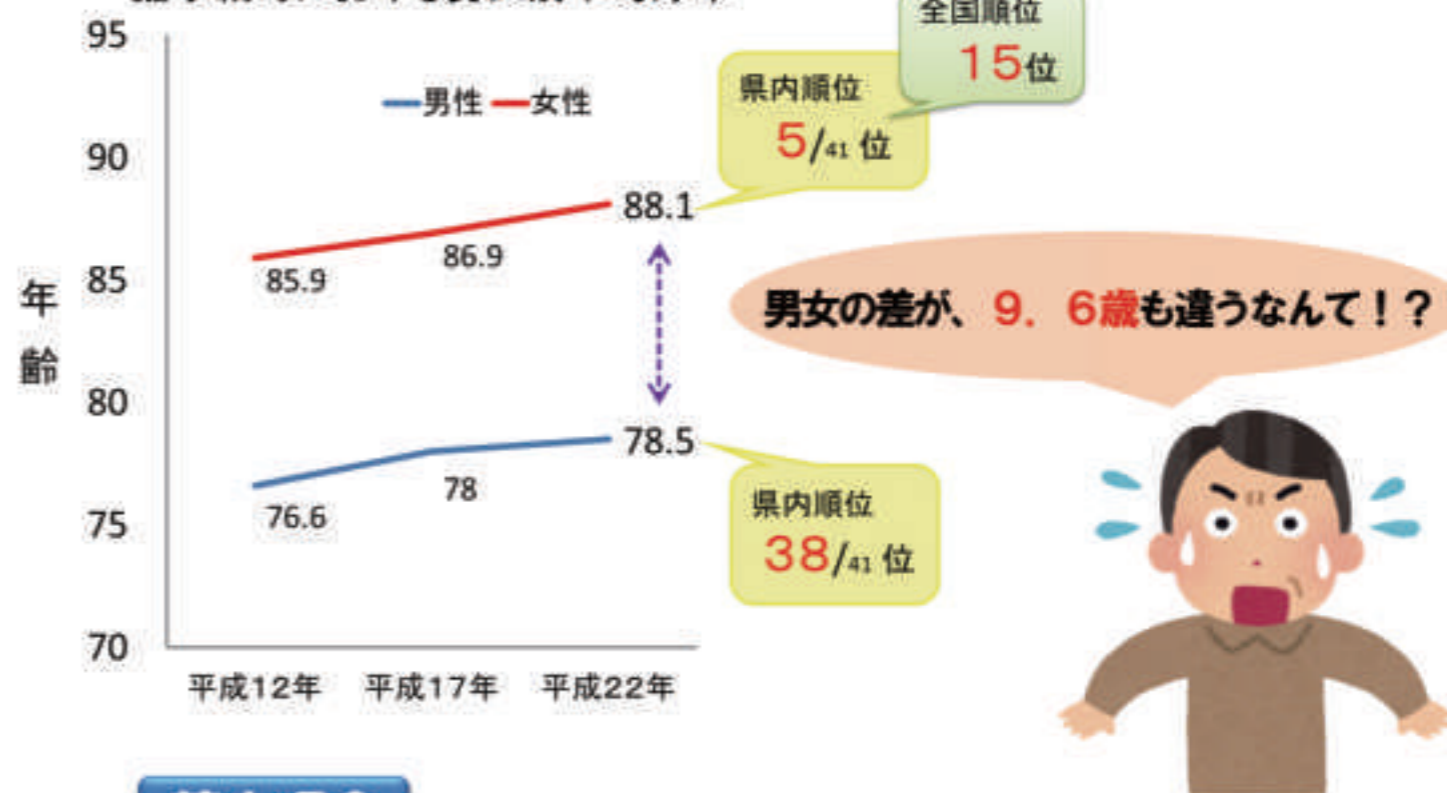
平成26年度～平成35年度

嘉手納町 健康・食育かでな21

—第2次嘉手納町健康増進計画・嘉手納町食育推進計画—

嘉手納の男性の健康が 危機的状況なんです！！

嘉手納町における男女別平均寿命



基本理念

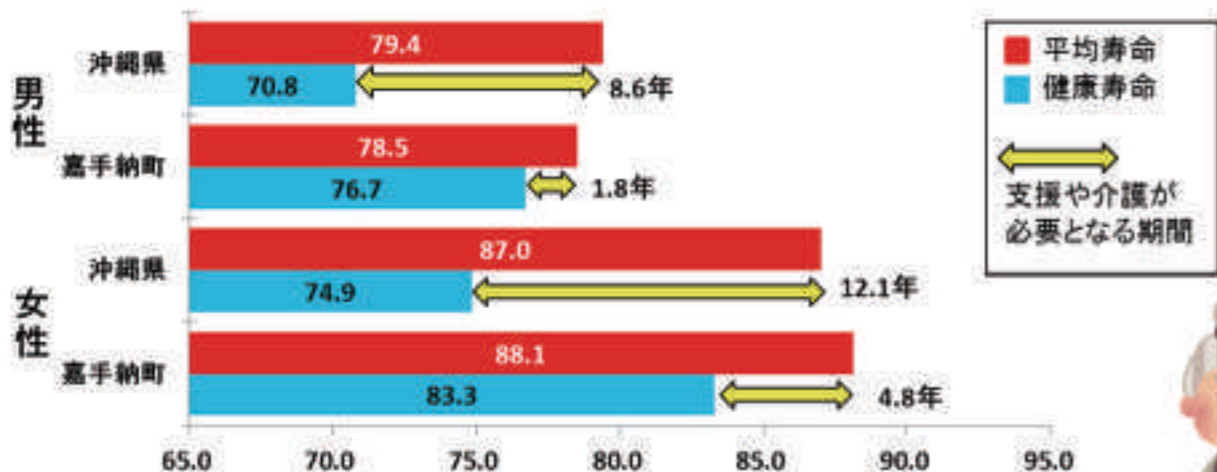
『人も地域もいきいき ニコニコ 健やか長寿のまち かでな』
～ 早世の予防・健康寿命の延伸・生活の質の向上 ～



平成26年3月
嘉手納町

健康寿命と平均寿命

本町の平成22年の健康寿命は、男性が76.7年、女性が83.3年です。
町民一人ひとりが主体的に健康づくりと食育(下の①~⑩)に取り組み、**健康寿命を延ばしましょう!!**



健康寿命：健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間。



分野別の目標

① 身体活動・運動

【目標】
運動習慣を身につける。

【数値目標】
運動習慣者の割合の増加
38.4% → 46.1%

40代は運動不足の人が多いいだね、
がんばろう!!



② たばこ

【目標】
禁煙するきっかけづくりができる。
未成年者が喫煙できない環境をつくる。
受動喫煙による健康被害について知ることができる。

【数値目標】
公共施設等における禁煙認定施設数の増加
(沖縄県禁煙施設認定推進制度における認定施設数)
3施設 → 増加



③ 休養・こころ

【目標】
自分自身・家族のために無理せず休みをとったり、悩みを相談することができる。

【数値目標】
睡眠によって十分な休養がとれている者の増加
52.2% → 60.0%
男性の自殺年齢調整死亡率の減少
40.39 → 減少



④ 歯と口の健康

【目標】
定期的な歯の健康管理ができる。
むし歯や歯周病予防の習慣を身につける。

【数値目標】
歯間ブラシ・フロス等を毎日使用する人の割合の増加
21.5% → 25.8%
小学生のむし歯罹患率の減少
男 84.60% → 67.68%
女 87.41% → 69.92%



⑤ 生活習慣病予防と早期発見

【目標】
自分のため、家族のために健診を受け、自ら健康管理することができる。

【数値目標】
特定健診受診率の向上
34.0% → 45.0%
大腸がん検診受診率の向上(40歳以上)
8.8% → 20.0%
乳がん検診受診率の向上(40歳以上)
11.8% → 20.0%



忙しくても、自分のため、
家族のために年に1回は
健診を受けましょう!!

毎月19日は食育の日!

⑧ 食と健康

【目標】
自分に合った食事量を知り、
健康的な食生活を身につける。

【数値目標】
肥満者(BMI25以上)の割合(20~64歳)
29.2% → 25.0%



⑩ 食の安心・安全

【目標】
安心・安全な食を選択する力を身につける。

【数値目標】
栄養成分表示があれば参考にする人の割合
(20~64歳)
50.7% → 増加



⑥ アルコール

【目標】
休肝日をつくることできる。

【数値目標】
飲酒の頻度について、「ほとんど毎日の者」が減少する。
27.4% → 22.0%
多量飲酒者*の減少(*1日あたりの純アルコール摂取量60g以上)
9.7% → 7.8%



⑦ 感染症の予防

【目標】
保護者は予防接種の必要性を理解し、子どもが必要な時期に適切に接種を受けさせることができる。

【数値目標】
MRⅡ期接種率の増加
87.5% → 95.0%
おたふくかぜワクチン接種率(1歳児)の増加
57.7% → 65.0%



⑨ 食と文化

【目標】
郷土料理に親しみ、
食文化を継承する。
甘藷と野國總管に感謝と誇りを持つ。

【数値目標】
次世代に伝えたい料理や味「伝えたいものがあり、実際に伝えている」人の割合(20~64歳)
18.5% → 増加



食育とは...



知育、徳育、体育の基礎
食の知識と選択力を習得

健全な食生活を実践できる人を育てる