



新宿区 健康づくり 行動計画

平成20(2008)年度～平成23(2011)年度



「心身ともに
健やかにくらすまち」
の実現に向けて

平成20(2008)年3月
新宿区



本計画は、

○新宿区食育推進計画（平成 20 年度～23 年度）

○新宿区特定健康診査等実施計画（平成 20 年度～24 年度）
を含んだ計画です。

新宿区 健康づくり行動計画

発行日：平成 20 年 3 月 発行：新宿区

編集：新宿区健康部健康いきがい課 新宿区歌舞伎町 1-4-1

電話：03-3209-1111(代表) ホームページ：<http://www.city.shinjuku.tokyo.jp/>

印刷物作成番号：2007-20-3206

「新宿区健康づくり行動計画」の策定にあたって

区は、皆様の健康の保持・増進を図るために、前期新宿区健康づくり行動計画による取り組みを実践してまいりました。しかし、昨今の保健・医療・福祉を取り巻く社会状況は大きく変化しており、それに伴って国は、生活習慣病対策の推進や、がん対策基本法、食育基本法の施行などの取り組みを行っています。



新宿区としても、社会の要請に対応し、より実効性の高い取り組みをしていくため、新たに、目標を「生活習慣病の予防」「食育の推進」「心の健康づくり」に絞り込んで、後期「新宿区健康づくり行動計画」を取りまとめました。

新宿区の基本構想は、まちづくりの基本目標において「だれもが人として尊重され、自分らしく成長していけるまち」を掲げています。そのなかで健康の分野として「心身ともに健やかにくらせるまち」の実現を目指しています。

今回、策定いたしました本計画は、運動や食事、休養などの「適切な生活習慣」による健康づくりに主眼を置き、それを実践するため「区民・地域・行政が一体となった健康づくりの推進」を基本的な理念としました。

さらに本計画は、平成 20 年度に予定される医療制度改革に基づく「新宿区特定健康診査等実施計画」と、「新宿区食育推進計画」を合わせた計画とし、総合的に区民の皆様の健康保持・増進が図られるよう、この計画を着実に実行してまいります。

本計画の策定にあたっては、新宿区健康づくり行動計画推進協議会の委員の方々を始め、多くの区民の皆様のご協力をいただき、実効性の高い計画になったものと思います。ここに厚く御礼を申し上げます。

平成 20 年 3 月

新宿区長 中山 弘子

目次

第1章：計画策定の概要

- 1 計画策定の趣旨と背景 1
- 2 健康づくりへの国・東京都の取り組み 6
- 3 計画の基本理念 9
- 4 計画の性格と期間 10
- 5 計画の体系 13

第2章：計画推進の方策(施策の目標)

- 1 生活習慣病の予防 19
 - (1) 現状と課題 19
 - (2) 施策の方向・目標 30
 - (3) 生活習慣病予防に関する指標 38
- 2 食育の推進(新宿区食育推進計画) 41
 - (1) 現状と課題 43
 - (2) 施策の方向・目標 53
 - (3) 食育推進の指標 61
- 3 心の健康づくり 63
 - (1) 現状と課題 63
 - (2) 施策の方向・目標 70
 - (3) 心の健康づくりの指標 76

第3章：新宿区特定健康診査等実施計画

- 1 計画策定にあたって 77
- 2 特定健康診査等の対象者及び目標値 80
- 3 特定健康診査等の実施方法に関する事項 81
- 4 個人情報保護に関する事項 86
- 5 特定健康診査等実施計画の公表及び周知に関する事項 86
- 6 特定健康診査等実施計画の評価及び見直しに関する事項 86

第4章：計画の推進に向けて

- 1 区民等と連携した「地域ぐるみの健康づくり」の実践 93
- 2 健康づくり推進の考え方・今後の推進体制 94
- 3 本計画における新宿区第一次実行計画事業 97

資料編 101

本文中で、※マークのついた用語は、巻末の【用語説明】(111ページ)に掲載しています。