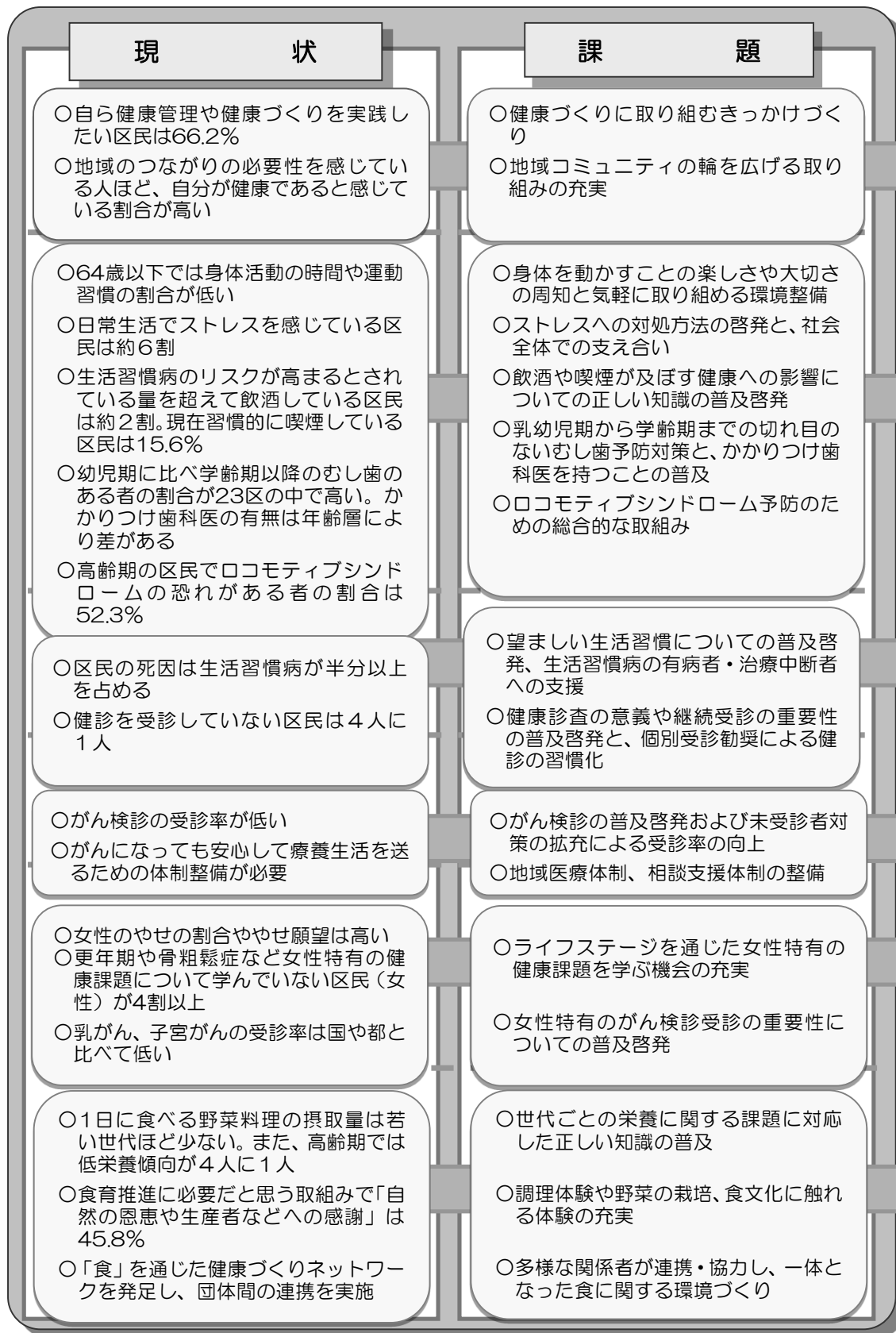


6 計画の体系

基本方針

生涯にわたり心身ともに健康で暮らせる
健康寿命の延伸に向けた取組みの充実



身近なところに健康づくりを実践できる環境が整備され、区民が暮らしのなかで意識せずに健康づくりを行うことができ、こころも身体も健康に暮らし続けられるまちをめざす

基本目標	施策
1 健康を支える社会環境を整備します	誰もが意識せずとも健康づくりを実践できる環境を整えます 地域のつながりを醸成し、健康づくりを推進します
2 生活習慣を改善し、心身の機能を維持・向上させる取組みを推進します	(身体活動・運動) 運動の習慣化やスポーツ活動を推進します (休養とこころの健康づくり) こころの健康づくりを支援します (飲酒、喫煙・COPD*含む) 飲酒量の適正化と喫煙者の減少をめざします (歯・口腔の健康) 歯と口の健康づくりを支援します (高齢期の健康づくり) 高齢期の課題を踏まえた健康づくりを推進します
3 生活習慣病対策を推進します	糖尿病、循環器疾患*などの主な生活習慣病の発症予防と重症化予防対策を推進します 健診受診の習慣化を推進します
4 総合的にがん対策を推進します 【新宿区がん対策推進計画】	がんのリスクの低下を図ります がんの早期発見・早期治療を推進します がん患者の生活の質の向上をめざします
5 女性の健康を支援します	女性の健康支援センターを拠点に、女性の健康に関する正しい知識の普及を図ります 女性の健康づくりにおける区民による活動を支援します 女性特有のがん対策を推進します
6 健康的で豊かな食生活を実践できる食育を推進します 【新宿区食育推進計画】	生涯にわたって健康を増進する食生活を推進します 食文化の継承や食の楽しみを通して、食を大切にすることを育みます 地域や団体との連携・協働により、健康的な食環境づくりを推進します