

第3章 計画の基本理念と全体目標

1 共通の基本理念と計画の全体目標

急速な少子高齢化が進展し、疾病構造も大きく変化している現代社会において、生涯を通じて心身ともに健やかな生活を送ることは、すべての市民の願いです。

子どもから高齢者まであらゆる世代の市民が心身ともに健康に暮らし、豊かな長寿社会を築くうえでは、「健康寿命」を延ばすことが重要であり、運動習慣や健康的な食生活を心掛けることが大切となります。

本計画では、すべての市民が「自分の健康は自分で守る」という意識を持って実践するとともに、家庭や地域の健康づくりや食育を支える担い手として主体的に参画する、「市民すべてが共に支え合い健康で豊かな生活を送る」ことのできるまちの実現を共通の基本理念とします。

この基本理念に沿って、「健康泉大津 21 計画」では、“健康寿命を延ばす”ことを、「泉大津市食育推進計画」では、“自分に合った食生活を実践できる力を育む”ことを全体目標に、市民・地域・行政・関係機関等が連携・協働を図り一体となって、全市的に取り組みを進めています。

【基本理念と全体目標】

基本理念

市民すべてが共に支え合い健康で豊かな生活を送る

健康泉大津 21 計画

～地域で支えるみんなの健康 泉大津～

全体目標

健康寿命を延ばす

泉大津市食育推進計画

～食でつながる 人・未来～

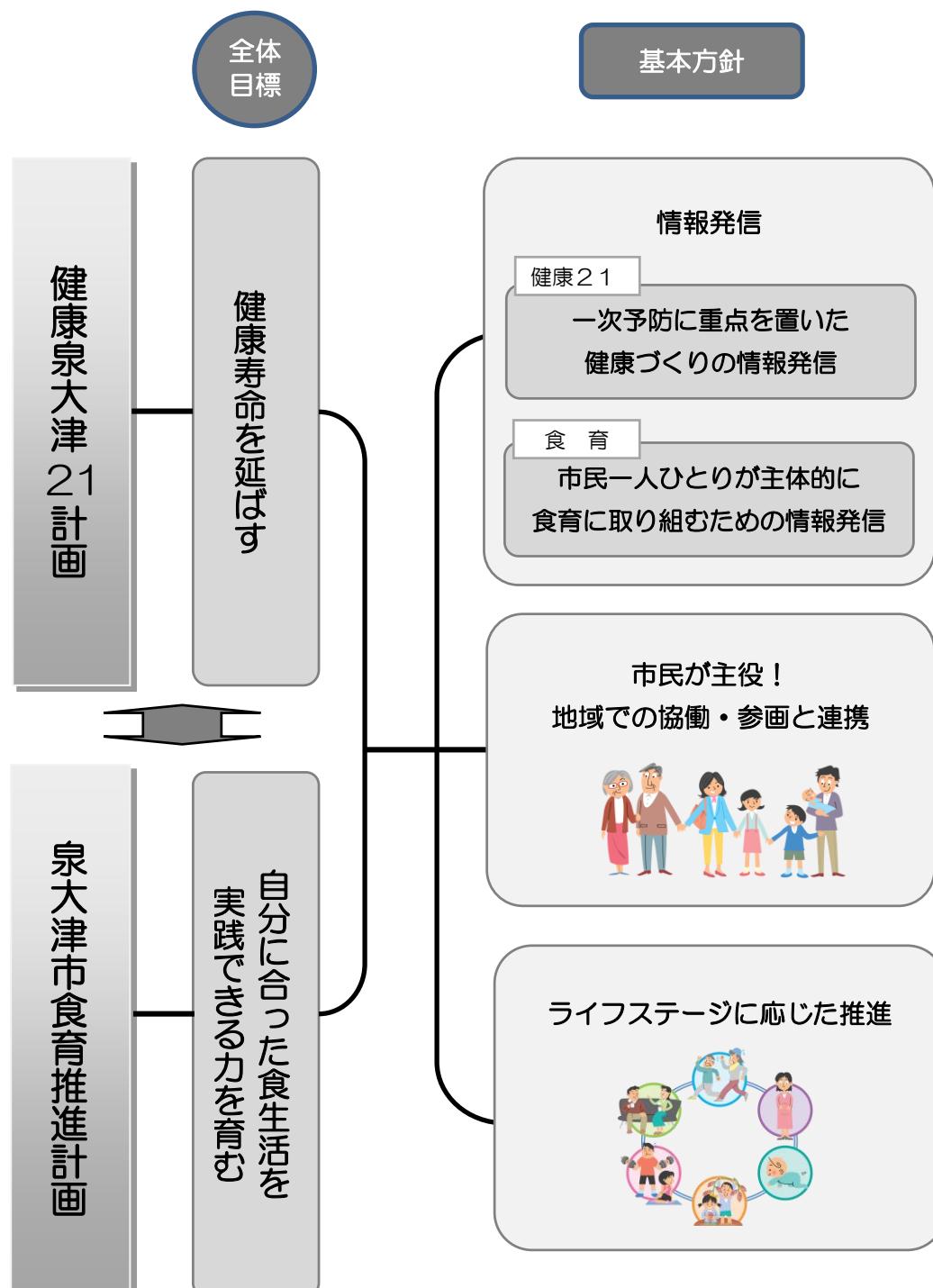
全体目標

自分に合った食生活を
実践できる力を育む

2 基本方針

2つの計画に共通の基本理念である「市民すべてが共に支え合い健康で豊かな生活を送る」の実現に向け、それぞれの目標を達成するため、基本方針を次のとおり掲げます。

【計画の基本方針】



【健康21】一次予防に重点を置いた健康づくりの情報発信

健康づくりには、病気の発生そのものを予防すること（一次予防）が重要です。生活習慣病を予防するために、食生活の改善や運動習慣の定着等、市民が主体的に健康的な生活を送る取り組みを推進します。

「一次予防」とは

予防医学の考え方で、健康増進を図り病気を未然に防ぐことを指します。

早期発見・早期治療等を内容とする「二次予防」、リハビリテーションの「三次予防」に対して用いる言葉です。

今後の高齢化の進展に伴い、疾病の治療や介護にかかる社会的負担が過大となることが予想され、従来の疾病対策の中心であった二次予防や三次予防にとどまることなく、一次予防に一層の重点を置いた対策を推進していくことの重要性が指摘されています。

【食育】市民一人ひとりが主体的に食育に取り組むための情報発信

食育は、健康的で心豊かに生きる人を育てるためのものであり、市民一人ひとりが生涯を通じて自らの食のあり方について考え、健全な食生活を実践する力を身に付けられるよう、日常的な活動の場所や機会を積極的に活用して、食の正しい情報を伝え、食育の普及啓発の更なる促進を図ります。

【健康21】【食育】地域での協働・参画と連携

すべての市民が「自分の健康は自分で守る」という意識を持って実践するとともに、家庭や地域の健康づくりや食育を支える担い手として主体的に参画できるよう、地域、保育所、幼稚園、認定こども園、学校、事業者、関係団体・機関などと連携・協働して、健康づくりの実践を地域全体で取り組んでいきます。

【健康21】【食育】ライフステージに応じた推進

健康づくりと食育の実践は、生涯を通じて行なうことが重要ですが、人生のステージ（年代）毎に、取り組むべき課題が異なります。

市民一人ひとりが、それぞれ自分の属するライフステージの課題を正しく理解し、生涯を通じて一貫した健康づくり・食育の取り組みを推進します。

ライフステージの特徴

