

## 「健康おの21」主な取り組み

基本目標を実現するため、3つの基本方針に基づき次の6分野ごとに町民の行動指針と目安となる目標を掲げます。

### ①健康管理

町民一人ひとりが自らの健康に関心を持ち、生活習慣を見直す機会となるようさまざまな取り組みを行います。



各種健康診査希望調査	毎年の健康診査の受診意向や健康意識について調査を行い、健康について再認識することで受診率の向上を図ります。
塩分測定器普及促進	生活習慣病の要因の一つとして「塩分の摂り過ぎ」があるため、料理の塩分濃度を測定できる「塩分測定器」の購入費の一部を助成します。
健康診査受診機会の拡充	住民総合健診の未受診者を対象に追加日程を設け健診を実施することで、受診率の向上を図ります。 また胃がん施設検診の自己負担額を1,000円減額し受診率向上を図ります。
ロタウイルス・おたふくかぜ予防接種費用助成	法律の対象にならず保護者の意思で接種する(任意接種)ロタウイルス・おたふくかぜについて、新たに自己負担額の一部助成を開始し、感染症の発症や重症化予防の強化を図ります。
チャレンジ健康づくり事業	専門のスタッフによるセミナーを開催し、生活習慣病予防や効果的な運動方法、日常生活に気軽に取り入れられる具体的な方法などについて、情報の普及啓発を行います。

### ②身体活動・運動

身体活動量を増やすことで生活習慣病発症のリスク低下、こころの健康の維持改善の効果があるため、さまざまな教室を開催し、体を動かす機会の提供や運動に関する正しい知識の提供などを行います。



#### <新たな取り組み>

#### 土曜フィットネス教室

平日運動する機会の少ない方のため、土曜日にフィットネス教室を行うことで、運動不足の解消や生活習慣病予防を図ります。

### ③飲酒・喫煙

過度な飲酒は内臓疾患やこころの病気の発症リスクを高め、喫煙はがんや呼吸器疾患、また周囲へ受動喫煙による健康被害を与えることがあるため、正しいお酒の付き合い方の普及啓発や禁煙の推進を図ります。



#### <新たな取り組み>

#### 公共施設における敷地内禁煙の実施

公共施設においては原則敷地内禁煙とし、受動喫煙対策を推進します。