

目次

第1章 計画の策定にあたって	1
1. 計画策定の背景	1
2. 計画の位置づけ	2
3. 計画の期間	3
4. 計画の策定体制	3
第2章 刈谷市の健康をめぐる状況	4
1. 統計データからみる現状	4
2. 第2次計画の進捗状況	15
第3章 計画の基本的な考え方	22
1. 基本理念	22
2. SDGsとの整合性	23
3. 計画の全体目標	24
4. 基本方針	25
5. 計画の体系	26
第4章 健康増進に向けた取組の内容	27
基本方針1. 生涯を通じた健康づくりの推進 ～ライフコースアプローチと健康～	27
基本方針2. 生活習慣の改善による健康状態の向上	29
1. 栄養・食生活	29
2. 身体活動・運動	35
3. 休養・こころの健康	39
4. 喫煙	45
5. 飲酒	49
6. 歯・口腔の健康	52
基本方針3. 生活習慣病の発症予防・重症化予防	57
1. がん	57
2. 循環器病・糖尿病	62
基本方針4. 社会で支える健康づくりの推進	68
第5章 市民が主体的に取り組む健康づくり	72
1. 市民がめざす健康分野の取組	72
2. ライフコースアプローチを踏まえた具体的な取組例	73
第6章 計画の推進に向けて	76
1. 計画の推進体制	76
2. 計画の評価方法	77

資料編	78
1. 計画策定の過程	78
2. 健康日本21かりや計画推進委員会 設置要綱	79
3. 健康日本21かりや計画推進委員会 委員名簿	80
4. 目標一覧	81
5. 用語解説	92