

第4章 計画の基本的な考え方

1 計画の基本理念

誰もが心身ともに健やかに、
自分らしく暮らせるまち ふじみ

本市では、『富士見市 第6次基本構想』に基づき、「暮らし・つながり・生活環境・成長の継続」を柱とする理想の未来像を描いています。心身ともに健康であることは、市民一人ひとりが安心して生涯を過ごすための基盤であり、すべての市民が住み慣れた地域で自らの個性を活かし、活力ある日常を築くために、家庭、地域、関係機関、行政が一体となって取り組むことが不可欠です。

本計画は、「誰もが心身ともに健やかに、自分らしく暮らせるまち ふじみ」の実現を目指し、これまでの取組をさらに発展させるものです。各主体がそれぞれの特性を生かしながら連携し、支え合うことで、市民一人ひとりが自分らしい生涯にわたる健康と暮らしを築くための環境を整備していきます。健康づくり活動を通じた地域コミュニティの充実と活性化により、誰もが安心して暮らせる基盤を強化し、健康寿命の延伸とともに、一人ひとりがより豊かに輝く未来を実現していきます。

2 計画の基本目標

基本理念の実現に向けて、以下の3つの基本目標を掲げ、施策を推進していきます。

基本目標Ⅰ 望ましい生活習慣の定着

市民一人ひとりの自らの健康に対する意識を高め、積極的な健康管理に取り組む基盤を整えることが、地域全体の健康増進につながります。

子どもの頃から早寝早起きや栄養バランスのとれた食事、適度な運動といった望ましい生活習慣の確立を促すとともに、誰もが自らの生活習慣の改善や健康づくりに挑戦できるよう、様々な支援の充実を図ります。特に、糖尿病、高血圧症などの生活習慣病の予防に重点を置き、食生活の見直しや定期的な運動習慣の確立など、一次予防を推進します。また、疾患の早期発見・早期治療の重要性を広く周知し、健診（検診）の受診を促します。

基本目標Ⅱ ライフコースアプローチに着目した健康づくり

市民が各ライフステージで健康への意識を高め、心身の機能の維持・向上を実現するために、栄養・食生活、身体活動・運動、睡眠・休養、歯と口腔の健康等の各分野において、充実した支援を推進します。また、子どもから高齢者まで誰もがお互いに支え合い、自分らしく健やかで心豊かな生活を営むことができる活力ある社会の実現を目指し、生活習慣や社会環境の変化に応じて、ライフコースアプローチに着目した健康づくりに取り組みます。

基本目標Ⅲ ころや身体健康づくりを支える社会環境の整備

地域やコミュニティに着目した健康づくりに積極的に取り組むとともに、居場所づくりや通いの場への参加を促進するための環境を整備し、社会とのつながりを強化することで、ころの健康の維持・向上を図ります。

さらに、健康的な食生活や身体活動・運動を促す環境の整備など、自然に健康になれる取組にも注力し、健康に関心を持たない層も含めた幅広い対象に向けた予防・健康づくりを推進していきます。

さらに、誰もが保健・医療・福祉などのサービスや科学的根拠に基づく健康情報へアクセスできるよう、基盤環境の整備や周知啓発の活動を積極的に展開し、市民全体の健康意識を高めることを目指します。

3 分野別の基本方針と施策の体系

[基本理念]

[基本目標]

[基本方針]

[分野別の基本方針]

誰もが心身ともに健やかに、自分らしく暮らせるまち
ふじみ

I II III
望ましい生活習慣の定着
こころや体の健康づくりを支える社会環境の整備
ライフコースアプローチに着目した健康づくり

1
生活習慣の
改善

(1) 栄養・食生活【食育推進計画】

(2) 身体活動・運動

(3) 飲酒、喫煙

(4) 睡眠と休養

(5) 歯と口腔の健康
【歯科口腔保健推進計画】

2
生活習慣
病発症予
防と重症
化予防

健康管理
(がん、糖尿病、循環器疾患の対策)

3
いのちを
守る包括
的支援

いのちを守る包括的支援【自殺対策計画】

4
ライフコー
スアプロ
ーチを踏ま
えた健康づ
くり

(1) 子どもの健康

(2) 成人の健康

(3) 高齢者の健康

5
健康で安
心して暮
らせる社
会環境の
整備

(1) 社会とのつながり

(2) 自然に健康になれる環境づくり

(3) 多様な主体による健康づくり