

松田町の新しい健康づくりの計画ができました。

### 松田町健康増進計画・食育推進計画(～概要版～) 計画の期間(平成26年度～平成35年度)

町民が生涯にわたり健康で生き生きと生活ができるように、各年代における課題を整理し、町民が自らの意思で健康増進に努めていけるようにするために、「松田町健康増進計画・食育推進計画」を策定しました。

町民と地域、行政が一体となって町がこれまで行ってきた健康づくりに関する取り組みを見直すことにより、「松田町総合計画」の基本構想に位置づけた「元気と心かよう安らぎを育む 生き生きと暮らせるまちづくり」の実現を目指します。

#### 基本理念

**「元気と安らぎ、いきいきまつだ～自らの健康は、自らまもり、つくる～」**

各年代における自らの健康は自ら守るという健康づくりの応援体制が整備され、町民の生き生きとした笑顔があふれています。

#### 基本方針

町民がお互いに、健康な生活を意識し、自主的に健康維持、増進に努められる、人づくり、まちづくりを目指します。

みんなが健康づくりや食育に取り組むきっかけをつくります。

町民のニーズを捉えた「参加したい」「やってみよう」という事業を展開し、広報周知などにより、町民の「健康情報を読み解き、判断し、共有する力」が向上するよう支援します。

みんなの満足度が高い事業の推進に努めます。

町民が「参加してよかった」、「また参加したい」と思える健康づくり事業、食育推進事業を展開し、定期的に事業評価を行います。

みんなで健康づくりを推進します。

町民一人ひとりの健康づくりをサポートするだけでなく、気の合った仲間や地域で声をかけあって、健康づくりを続けられる環境づくりに取り組みます。

みんなで食育を推進します。

栄養バランスのよい食事を毎日おいしく食べることを基本に、食事の大切さ、食材やその調理方法を学び、年代に合った「食べる力」を醸成します。

町民の健康意識と対応、および実践について、全世代を乳幼児期、学童期、思春期、青年期、壮年期、高齢期の6つのライフステージに分けてアンケート調査を行いました。松田町健康増進計画・食育推進計画策定委員会を設置して検討を進めるとともに、ライフステージ別の作業部会を設置しました。作業部会は「乳幼児期」「学童期・思春期」「青壮年期」「高齢期」の4つのグループとし、グループメンバーは各ライフステージ別に町民代表、健康づくり普及員兼母子保健推進員、食生活改善推進員及び複数の課の町職員とで構成しました。作業部会において、ライフステージごとの問題分析、課題整理を行い、健康づくりの方向性を明らかにするとともに、施策案の整理・優先順位付け、主要施策の立案を行いました。



作業部会での討議の様子

計画の詳しい内容につきましては、**町ホームページ**をご覧ください。

健康福祉課健康づくり係 ☎(83)1226

#### － ライフステージ別作業部会での概要 －



#### 栄養いっぱい元気いっぱい

乳幼児期部会  
「ピヨピヨ」  
チーム  
(0～6歳)

乳幼児期では成人になったときの基礎中の基礎となる身体づくりが必要となる時期です。生まれてすぐに自分の口から栄養を摂り、さまざまな機能が相互に絡み合いながら成長し発達していきます。その過程において、とくに必要なこととして「栄養」と「元気」に着目し、子どもたちが「栄養いっぱい元気いっぱい」に育つよう議論され、対策が立てられました。

#### 未来にはばたけ松田っ子

学童期・思春期部会  
「MGS26」  
チーム  
(7～19歳)

学童期・思春期は、身体的にも精神的にも子どもから大人へと変わる重要な時期です。健康についての正しい情報を知り、健康への興味を持ってもらうことで、健康づくりのきっかけとなるよう「食育」「栄養」「歯」「体型」「タバコ・酒」「コミュニケーション」「町の事業」「ストレス」「運動」「睡眠」「安全」などについて議論され、対策が立てられました。