

目次

第1章 計画策定にあたって	1
1 計画の背景及び趣旨	1
2 計画の位置づけ	2
3 計画の期間	3
4 計画策定の体制	3
第2章 南国市の現状と課題	4
1 統計データからみる市の現状	4
2 健康づくりに関するアンケート調査結果からみる現状	16
3 現状から見える課題	23
4 評価指標の達成状況	24
第3章 第3期健康増進計画の目指す方向	27
1 健康づくりの考え方	27
2 基本目標、めざす姿、重点目標	28
3 施策体系	30
第4章 現状と課題を踏まえた具体的な取組	31
1 栄養・食生活・食育	31
2 運動・身体活動	38
3 こころの健康	41
4 アルコール対策	46
5 たばこ対策	48
6 歯・口腔の健康	50
7 健康管理	53
8 一人ひとりができること（ライフステージごとの取組）	59
9 数値目標	61
第5章 計画の推進に向けて	64
1 推進体制の構築	64
2 計画の推進と点検・評価	64
参考資料	65