

目次

第1章 計画の基本的な考え方

1	策定の経過と趣旨	5
2	計画の位置づけ	6
3	計画の期間	7
4	計画の全体像（体系図）	7
5	ビジョン	7
6	基本的な方向	8
	（1）健康寿命の延伸・健康格差の縮小	
	（2）個人の行動と健康状態の改善	
	（3）社会環境の質の向上	
7	基本的な方向の取り組みを推進するための視点	9
	（1）地域でつながり高め合う市民の主体的な健康づくり	
	（2）ライフコースアプローチ	
	（3）多様な主体（産・官・学・金・言）によるアプローチ	
	（4）政策的アプローチ	
8	計画の推進体制	10

第2章 岡山市民の健康をとりまく状況

1	人口の動向	13
2	疾病との関係からみる健康状況	17

第3章 これまでの取り組みと課題

1	健康市民おかやま21（第2次）最終評価の結果	19
	（1）目標値の達成状況	
	（2）地域での推進体制	
	（3）地域のネットワークの広がり	
	（4）新型コロナウイルス感染症の影響	
2	今後の課題	22

第4章 目標項目の設定

1	健康寿命の延伸・健康格差の縮小	23
2	個人の行動と健康状態の改善	
	(1) 生活習慣の獲得・改善（6分野の健康づくり）	
	① 栄養・食生活	27
	② 身体活動・運動	32
	③ 休養・睡眠	34
	④ 飲酒	35
	⑤ 喫煙	36
	⑥ 歯・口腔の健康	38
	(2) 生活習慣病の発症予防・重症化予防	
	① がん	39
	② 循環器疾患	41
	③ 糖尿病	42
	④ COPD（慢性閉塞性肺疾患）	43
	(3) 生活機能の維持・向上	
	① こころの健康づくり	45
	② 身体機能の維持	46
	③ 社会活動・参加	47
3	社会環境の質の向上	
	(1) 社会とのつながり・こころの健康維持及び向上	49
	(2) 自然に健康になれる環境づくり	51
	(3) 誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備	53

第5章	目標値	55
-----	-----	----

資料

1	策定経過	65
2	策定経過図	66
3	策定に関わった組織	67
4	健康市民おかやま21（第2次）最終評価アンケート調査の概要	73

