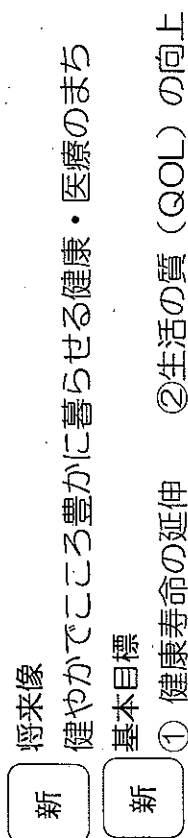


健康すいた 21 の第 1 次計画と第 2 次計画の比較

<第 1 次計画>

<第 2 次計画>



(1) 基本方針

- ① 一次予防の重視
- ② 一人ひとりによる健康づくり
- ③ 健康づくりへの支援

(1) 基本方針

- ① 生活習慣病の一次予防と重症化予防
- ② 一人ひとりによる主体的な健康づくり
- ③ 地域社会による積極的な健康づくりの支援

(2) 重点項目

1	栄養・食生活の改善
2	たばこ対策の推進
3	運動・身体活動の習慣化
4	休養・こころの健康づくり
5	歯の健康づくり
6	アルコール対策
7	健康診査・事後指導の活用
8	寝たきり・閉じこもり予防

(2) 分野別取組及び重点項目

1	栄養・食生活	重点項目
2	たばこ	重点項目
3	運動・身体活動	重点項目
4	休養・こころの健康	
5	歯と口腔の健康	
6	アルコール	
7	健康管理	重点項目

(3) ライフステージ別の取組

- ① 妊娠・乳幼児期、② 学齢期、③ 成年期、④ 壮年期、⑤ 高齢期

新