

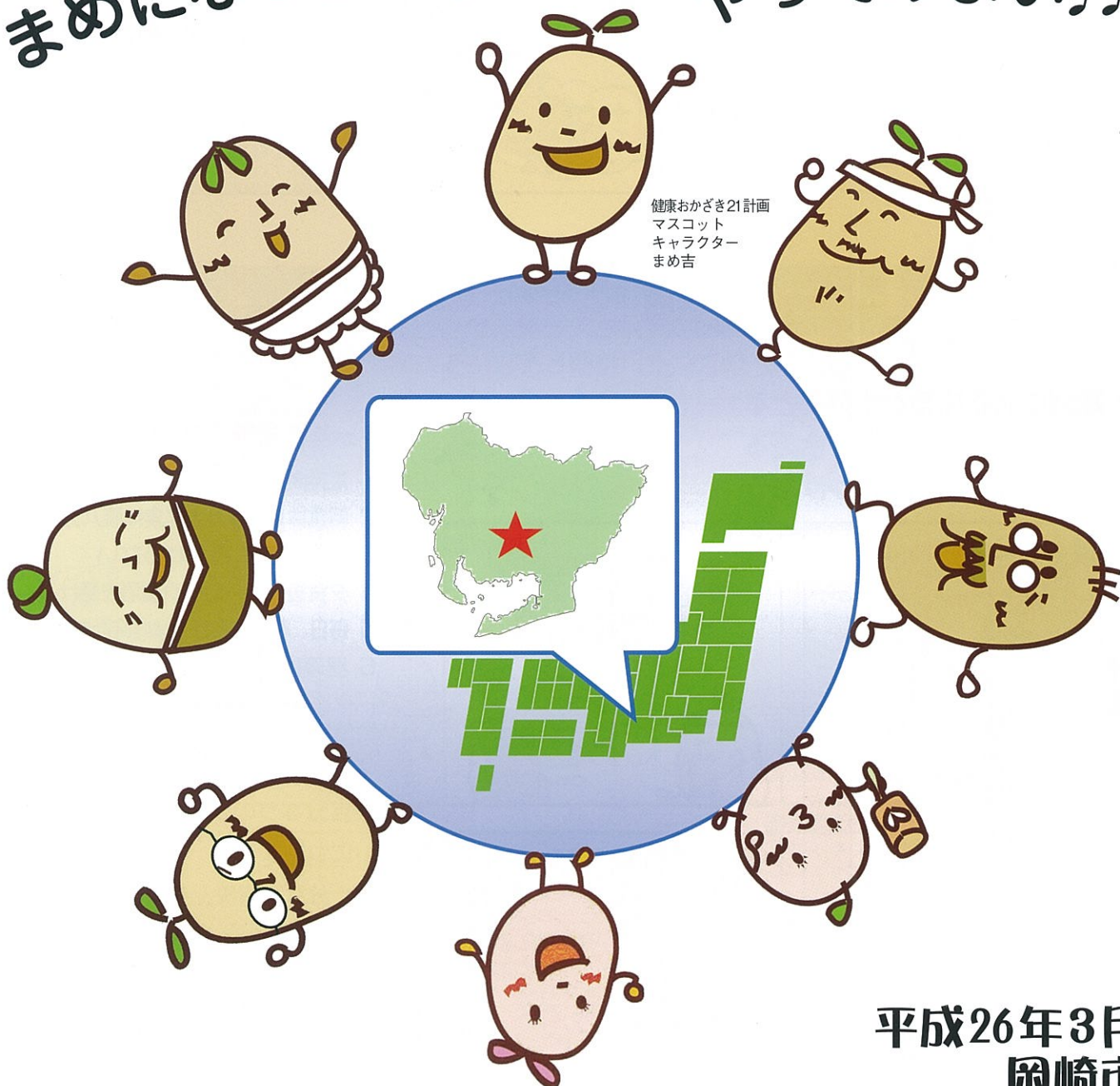
概要版

# 健康おかざき21計画(第2次)

～健やかで心豊かなまち おかざき～

まめになろまい♪

やってみまい♪



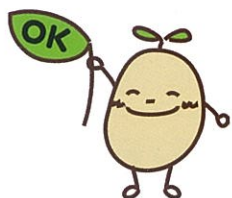
平成26年3月  
岡崎市



## 健康おかざき21計画（第2次）とは…

「健康おかざき21計画（第2次）」は、市民一人ひとりが疾病や障がいの有無に関わらず、それぞれの状態に応じた健康の維持・増進を図り、心身ともに健康な状態をつくり出すことで、「健やかに心豊かに過ごしていくこと」を目標とし、第1次計画と同様に「健やかに心豊かなまち おかざき」を目指すべき姿に掲げた、平成26年度から平成34年度までの健康づくりのための計画です。

## 計画の体系



めざすべき姿：「健やかに心豊かなまち おかざき」

基本目標：健康寿命の延伸と健康格差の縮小

地域や社会経済状況の違いに関わらず誰もが健康に暮らし、健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる「健康寿命」の延びが、「平均寿命」の延びを上回ることを目指します。

基本目標達成の方向性

分野1 生活習慣病の  
発症予防と  
重症化予防の徹底

自分の健康に関心を持ち、  
生活習慣病の発症予防や  
早期発見・早期治療に  
向けて行動できる

がん

心・血管系疾患

糖尿病

COPD  
(慢性閉塞性肺疾患)

ライフステージに  
合わせた  
健康づくりの推進

生涯を通じて  
健康的に生活できる

分野2 栄養・食生活

分野3 身体活動・運動

分野4 休養・こころの健康

分野5 たばこ

分野6 アルコール

分野7 歯と口の健康

分野8

健やか親子

## 健康づくりを支える社会の構築

市民が健康づくりに取り組みやすい環境を社会全体で作っていくことを目指し、地域の健康づくりの核となる人材の育成や支援を進め、地域や各種団体との連携を深めていきます。

健康おかざき21計画（第2次）  
＜平成26～34年度＞概要版

～表紙のことばについて～

「まめになるまい」とは、「元気、健康になるう」という意味の三河弁。  
「やってみまい」とは、「やってみよう」という意味の三河弁。

平成26年3月策定  
初版 2,000冊  
発行 岡崎市保健部 健康増進課  
〒444-8545 岡崎市若宮町2丁目1番地1号  
【TEL】0564-23-6639  
【FAX】0564-23-5071  
【E-mail】hokenzoshin@city.okazaki.aichi.jp  
【ホームページ】  
<http://www.city.okazaki.aichi.jp/100/128/139/p003394.html>

概要版にまめ吉たちは  
何人いたでしょうか。  
答えはホームページを  
見てね。



健康おかざき21計画  
マスコットキャラクターまめ吉