

目 次

1. 計画の趣旨	1
2. 計画の基本方針	2
3. 健康いさはや2 1(第三次)の体系	3
4. 計画の位置づけ・期間	4
5. 健康増進の目標	5
6. 諫早市の健康寿命	6
7. 健康増進の取り組み	
(1) 生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底	7
①がん	8
②循環器疾患	11
③糖尿病	14
④COPD(慢性閉塞性肺疾患)	17
(2) 生活習慣の改善	18
①栄養・食生活	19
②歯・口腔の健康	22
③身体活動・運動	25
④休養・睡眠	28
⑤飲酒	30
⑥喫煙	32
(3) 社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上	34
①次世代の健康	35
②高齢者の健康	38
(4) 心の健康・自殺予防	41
(5) 健康を支え、守るための社会環境の整備	45
8. 計画の目標値一覧	47
9. 計画の推進	50
参考資料	
1. 諫早市の人口動態	52
2. 健康いさはや2 1 IIの5年間の取り組み	55
3. 健康いさはや2 1 II 評価	60
4. 市民アンケート集計結果(平成29年1~2月実施)	64
5. 健康いさはや2 1(第三次)策定経過	73