

健康に関する3つの計画を策定しました

各種計画

健康寿命の延伸

すべての住民が、健やかに、笑顔で暮らせる
「健康都市かめま」の実現



健康増進計画 第4期

栄養・食生活、運動、こころの健康、
たばこ・アルコール、健診・検診



歯と口腔の健康づくり計画 第3期

むし歯・歯周病の予防
口腔機能の獲得・維持・向上



鹿沼市自殺対策計画 第2期

こども・若者世代、高齢世代、
経済・生活問題を抱える人、働き世代、
女性に対する自殺対策の推進

健康増進計画「健康かめま 21」 第4期

基本目標 生活習慣の改善、生活習慣病の発症予防、重症化予防、社会環境の質の向上等によって、平均寿命の伸び以上に健康寿命を延ばすことを目標とします。

基本目標	現状値 (R4)		目標値 (R17)
健康寿命の延伸	男性79.46年	女性83.43年	現状値より増加

基本方針 健康寿命の延伸・健康格差の縮小を目指し、下記の方針に沿って取り組みます。

- ①個人の行動と健康状態の改善（生活習慣の改善・生活機能の維持向上）
- ②社会環境の質の向上（健康になれる環境づくり、健康増進のための基盤の整備）
- ③ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり（こども・高齢者・女性・働き世代）



歯と口腔の健康づくり基本計画 第3期

基本理念 生涯にわたる歯と口腔の健康の保持増進 ～いつまでも自分の歯で食事や会話を楽しむ～

基本方針 ①乳幼児から高齢者まで生涯を通じたライフステージごとの切れ目のない支援

妊娠期	乳幼児期	学齢期	成人期	高齢期
	口腔機能の発達・獲得		口腔機能維持・向上	口腔機能維持・回復
歯周病予防	むし歯予防・歯肉炎を予防・口腔ケア習慣定着		歯周病予防・口腔ケアでオーラルフレイルを予防	

- ②定期的に歯科健診または医療を受けることが困難な人への歯科口腔保健対策
障がい者施設・介護施設での歯科健診の機会の確保、口腔ケアの歯科専門職からの指導
- ③歯科口腔保健対策を推進するために必要な社会環境の整備
かかりつけ歯科医での定期的な歯科健診の重要性や、オーラルフレイル予防の普及啓発
歯と口に関する健康格差の縮小、災害時の歯科保健

オーラルフレイルと予防

嚙んだり飲み込んだり、話したりの口腔機能が衰えること
予防例 唾液腺マッサージ
頬をさすり、揉み、押し動かす



自殺対策計画 第2期

基本理念 『共に支え合い、誰も自殺に追い込まれることのない“鹿沼市の実現”』



- 基本方針**
- ①「生きることの阻害要因」を減らす取組に加え、「生きることの促進要因」を増やす取組を行い、自殺のリスクを減らします。
 - ②保健、医療、福祉、教育、労働やその他の関係機関・団体との連携体制をより一層強化し、自殺対策の推進を図ります。

基本施策

1 市民への啓発と周知	2 生きることの促進要因の支援（自殺未遂者への支援の充実）	3 自殺対策を支える人材の育成	4 児童生徒のSOSの出し方に関する教育	5 地域におけるネットワークの強化
-------------	-------------------------------	-----------------	----------------------	-------------------