

# 目 次

## 序 章 計画改定にあたって

1. 計画改定の趣旨 ..... 1
2. 計画の性格 ..... 4
3. 計画の期間 ..... 4
4. 計画の対象 ..... 4

## 第 I 章 石垣市の概況と特性

1. 市の概要 ..... 5
2. 健康に関する概況 ..... 6
3. 市の財政状況に占める社会保障費 ..... 19

## 第 II 章 課題別の実態と対策

特定健康診査等実施計画と重なる部分

1. 前計画の評価 ..... 21
2. 生活習慣病の予防 ..... 23
  - (1) が ん ..... 23
  - (2) 循環器疾患 ..... 27
  - (3) 糖尿病 ..... 38
  - (4) 歯・口腔の健康 ..... 44
3. 生活習慣・社会環境の改善 ..... 46
  - (1) 栄養・食生活 ..... 46
  - (2) 身体活動・運動 ..... 58
  - (3) 飲 酒 ..... 61
  - (4) 喫 煙 ..... 63
  - (5) 休 養 ..... 65
4. こころの健康 ..... 66
5. 目標の設定 ..... 70

## 第 III 章 計画の推進

1. 健康増進に向けた取り組みの推進 ..... 75
  - (1) 活動展開の視点 ..... 75
  - 2 関係機関との連携 ..... 75
2. 健康増進を担う人材の確保と資質の向上 ..... 77