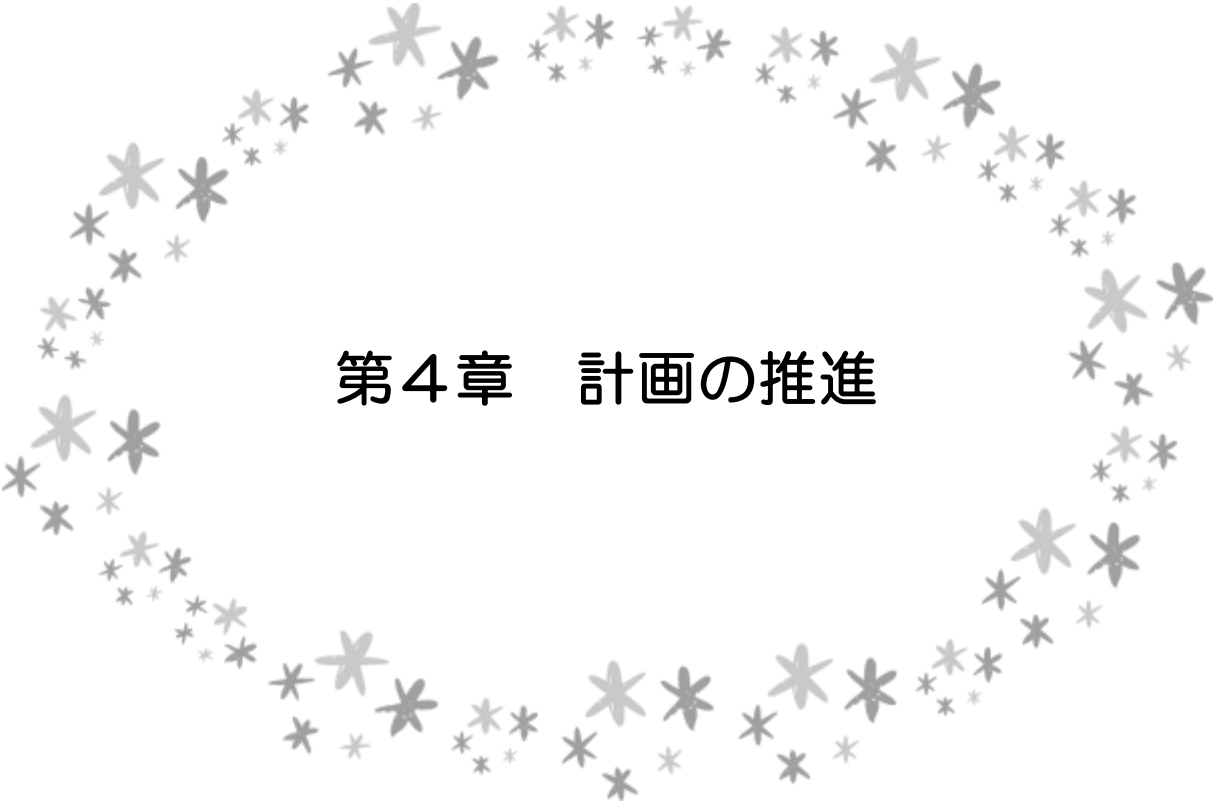




## 第4章 計画の推進



## 1 計画の推進体制

土浦市健康増進計画・食育推進計画は、土浦市の健康分野の中核をなす計画として、市民・地域・行政・関係機関及び団体等が一体となって市民の健康づくり及び食育の推進を進めていくものです。

本計画に掲げた各目標の実現に向け、個人を取り巻く家庭、保育所・幼稚園・学校、地域、事業所、生産者、行政がそれぞれの特長を活かし、連携して取り組むことにより、「笑顔があふれる 健康なまち つちうら」をめざします。

### 家庭での取組……

家庭は、人々が暮らしていく上で最も基本的な単位で、一人ひとりの健康を生涯にわたって育む場です。また、食事、運動、睡眠、休養などの生活習慣の基盤を培う最も重要な場であり、健康な生活習慣を親から子へ伝えていくことは、生涯を通じた健康づくりを実践する第一歩として大きな役割を担っています。

さらに、様々なストレスや不安などから心身を癒すことができる安らぎの場となるよう、家族が協力してよりよい家庭環境を築いていくことが重要です。

### 保育所・幼稚園・学校での取組……

保育所・幼稚園・学校は、乳幼児期、学童期、思春期の子どもにおいて、家庭に次いで多くの時間を過ごす場であり、将来にわたる自己の健康を管理し、改善していくための資質や能力が養われる場です。家庭との連携のもと集団及び個別教育、行事、部活動などあらゆる機会を通じて、健康に関する学習や体力づくり、食育、性教育、喫煙防止など様々な健康教育を提供し、生涯にわたる健康づくりを積極的に実践していく方法を学ぶ場として重要です。

また、心身ともに成長が著しく、精神的に不安定になりやすい時期でもあるため、不登校や引きこもり、いじめの問題などに対応した精神的なケアも重要です。

### 地域での取組……

地域は、健康づくりの輪を広げるためにも、隣近所などの地域のつながりをもとに健康づくりを継続的に実践する重要な場です。また、住み慣れた地域の中で生きがいを持ち、ふれあいや支えあいにより、声かけや見守りなどを通して、心身の健康を育むことも大きな役割です。

さらに、地域には、食生活改善推進員や運動普及推進員、ダイエットリーダーなどの地区組織活動があり、地域の特性を活かした健康づくりを進めることが大切です。

### 事業所での取組……

事業所は、就労の場としての生活リズム形成に大きな影響を与えます。また、喫煙や飲酒の機会も多く、さらに最近ではこころの健康にも深いかかわりを生むことがあります。

事業所が、仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）の取れた生活習慣が整うよう心がけることで、生活習慣病の予防や、子どもの孤食防止などの効果を期待することができます。また、従業員のメンタルヘルスの維持を心がけ、禁煙や分煙の取組には積極的に参加し、飲酒の機会においては適量を心がけるよう指導することが大切です。

### 生産者や食品関連事業者等での取組……

農林漁業に関する様々な体験活動の機会を提供し、自然の恩恵と食に関わる人々の重要性について市民の理解を深める役割を担っています。また、食品の製造、加工、流通、販売や食事の提供を行う事業者等は、食に関する幅広い情報の開示や、体験機会の提供等の役割を担うことで食育の推進に関わっていきます。

### 行政での取組……

行政は、市民の健康づくりを効果的・総合的に推進していくために、様々な事業を実施しています。地域の健康課題をもとに、具体的な健康づくり事業を展開していくためには、個人や家庭、地域、関係機関及び団体等、職場等と連携、協力しながら協働体制をつくり進めていきます。

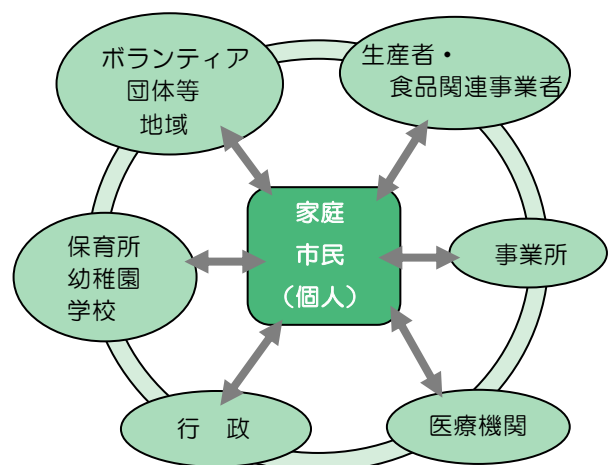
また、土浦市健康増進計画・食育推進計画の周知や健康づくりの情報発信、施策の展開など多角的にアプローチしていきます。

## 2 計画の進行管理と評価

本計画の円滑で確実な推進を図るため、健康つちうら21計画推進委員会において計画の進行管理と評価を行っていきます。

毎年度各事業の進捗状況を把握しPDCAサイクルの考え方を基本として、効果的な施策執行と課題解決を図り、計画を推進します。

また、評価にあたっては、毎年行う年次評価に加え、計画の目標年度（令和6年度）には最終的な評価を行い、その後の健康づくり及び食育の推進に結び付けます。



### 第3次健康つちうら21