

# 目 次

## 第1章 計画策定の趣旨

1 計画策定の背景	1
2 計画が目指すもの	1
3 計画の基本的な考え方	1
4 計画期間	3

## 第2章 登別市の健康等の状況

1 人口	5
2 高齢者人口	6
3 平均寿命	8
4 死亡数と死因	9
5 一人あたり医療費（国民健康保険）	11

## 第3章 健康づくりの目標と取り組み

### I 生活習慣の改善

1 栄養・食生活	13
2 身体活動・運動	20
3 休養・メンタルヘルス	24
4 歯と口腔	28
5 たばこ	32
6 アルコール	36

### II 生活習慣病の予防

7 糖尿病・循環器系疾患・がん	39
-----------------	----

## 第4章 年代別に応じた健康づくり

1 乳・幼児期	45
2 学  齢  期	45
3 青  年  期	46

4 壮年期	46
5 中年期	47
6 高齢期	47

## 第5章 健康づくりの推進体制

健康づくりの役割	49
----------	----

### (参考資料)

1 市民アンケート調査の概要及び集計結果	51
2 成人保健事業一覧	66
3 年度別基本健康診査受診状況	67
4 年度別各種がん検診受診状況	68
5 市民プール等の利用状況	71
6 登別市健康増進計画策定委員会設置要綱	72
7 計画策定組織	73