

目 次

I	計画の概要	1
1	健康増進計画・食育推進計画とは	1
2	計画策定の趣旨	2
3	計画期間	2
4	健康・食育の基本的な考え方	3
II	将来像・基本方針・計画体系	4
1	将来像	4
2	基本方針	5
3	計画体系	6
III	中井町らしい健康・食育	8
1	健康・食育に関する中井町の現状	8
2	中井町らしい健康・食育の推進	10
IV	施策の展開	11
1	基本施策の考え方	11
	基本施策1 運動・身体活動の促進 【身体】	12
	基本施策2 ストレス等の解消・休養 【心】	14
	基本施策3 食育の推進 【食】	16
	基本施策4 生活習慣病の予防・改善 【習慣】	18
	基本施策5 健康管理の促進 【予防】	20
	基本施策6 身近な活動の促進 【地域】	22
2	ライフステージに応じた町民の取組目標	24
3	健康増進・食育推進に関連する事業一覧	26
V	実現化方策	30
1	情報の受発信・共有	31
2	地域資源の有効活用	31
3	仲間づくりによる推進	32
VI	計画の進行管理	33
1	計画の進行管理の体制	33
2	CAPDCサイクルによる見直し	33
3	成果指標	34
	資料編	37