

第4次長泉町健康増進計画

ながいずみ健康づくりプラン

後期計画

基本理念

いきいきとした暮らしを支える 優しいながいずみ

健康づくりの将来像

『健康で幸福を実感できるまち』

基本方針

- (1) 健康寿命の延伸を目指す健康づくり
- (2) ライフステージ・ライフコースアプローチに応じた健康づくり
- (3) 連携と協働の取り組みにより支えあう健康づくり

1. 計画の策定趣旨

長泉町では令和3年3月に「第4次長泉町健康増進計画（ながいずみ健康づくりプラン）」（令和3年度～12年度）を策定し、町民一人ひとりの心と体の健康づくりと、地域全体で健康を支援する環境づくりに向けて取り組みを推進してきました。ここで、中間年度にあたる令和7年度に、これまでの進捗状況を確認し、変化する社会情勢に対応するため、計画の中間評価と内容の見直しを行いました。

2. 計画の位置づけ・期間

本計画は、健康増進法第8条第2項の規定に基づく市町村健康増進計画として位置づけられる、長泉町の健康づくりの総合的な推進を図るための基本指針となる計画です。また、本計画は「第5次長泉町総合計画」及び「第7次長泉町地域福祉計画・第6次長泉町地域福祉活動計画」を上位計画として位置づけるとともに、長泉町の他部門の関係計画、国の「健康日本21（第三次）」や静岡県県の「第4次静岡県健康増進計画」等との整合性を図ります。

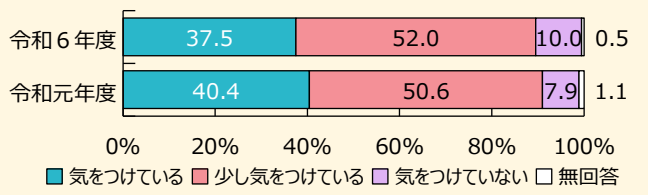
本計画は、「第4次長泉町健康増進計画」（令和3年度～12年度）の後期計画であり、計画の期間は令和8年度から令和12年度の5年間です。



3. アンケート調査結果からみた現状

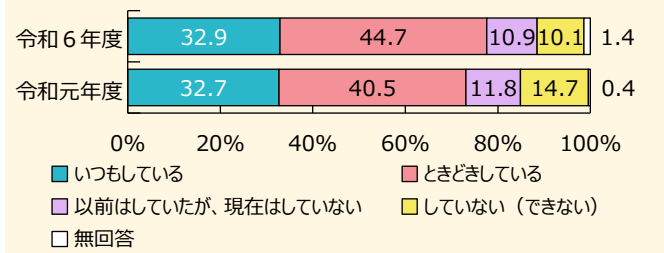
資料：町民アンケート調査（令和6年度、令和元年度）【16歳以上】
 [回答者数] 令和6年度：562人（⑤：うち20歳以上の529人）
 令和元年度：798人（⑤：うち20歳以上の743人）

① 栄養バランスに気をつけているか



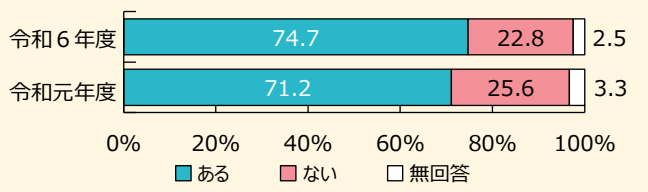
「気をつけている」が令和元年度調査から2.9ポイント減少しています。

② 日常生活の中で意識的に体を動かすようにしているか



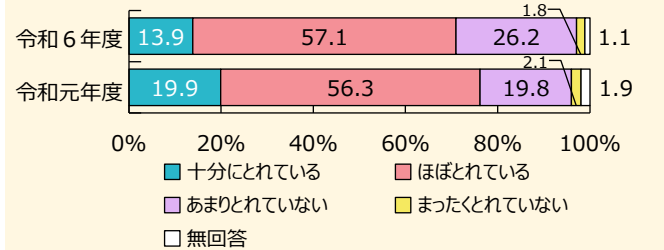
『している』（「いつもしている」と「ときどきしている」の合計）が令和元年度調査から4.4ポイント増加しています。

③ ストレス解消法を持っている人の割合



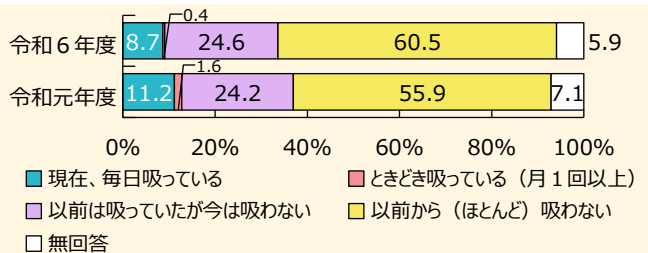
「ある」が令和元年度調査から3.5ポイント増加しています。

④ 睡眠による休養がとれているか



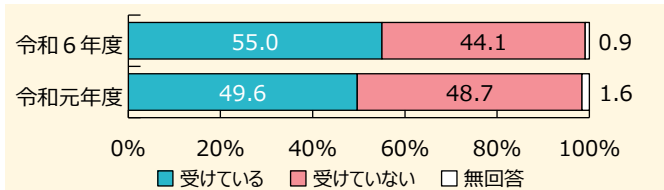
『とれている』（「十分にとれている」と「ほぼとれている」の合計）が5.2ポイント減少しています。

⑤ 喫煙状況



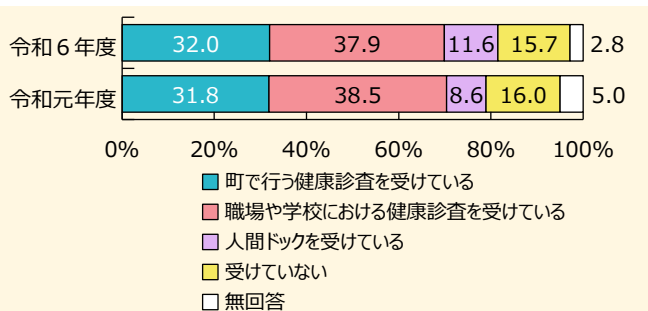
喫煙を『している』（「現在、毎日吸っている」と「ときどき吸っている（月1回以上）」の合計）が令和元年度調査から3.7ポイント減少しています。

⑥ 定期的な歯科健診の受診状況



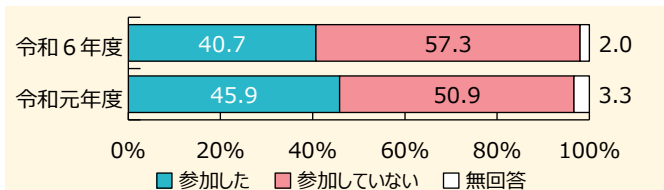
「受けている」が令和元年度調査から5.4ポイント増加しています。

⑦ 定期的な健康診査の受診状況



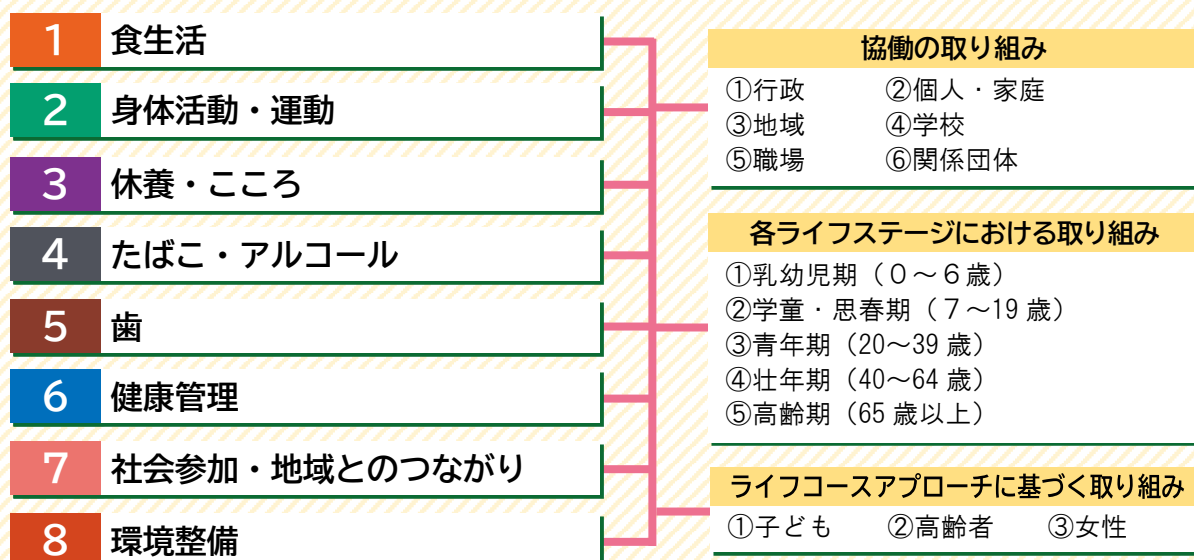
何らかの定期的な健康診査を『受けている』が令和元年度調査から2.6ポイント増加しています。

⑧ この1年間の地域社会活動への参加状況



「参加した」が令和元年度調査から5.2ポイント減少しています。

4. 施策の体系



(1) 食生活

■ 施策の方向（協働の取り組み）

行政	●「食」に関する正しい知識の普及・啓発	●食育指導者の人材育成・活動支援	●食育実践事業の充実
地域	●「食」に関する正しい知識の普及・啓発	●「食」を楽しむ機会の提供	
学校	●正しい食習慣の指導	●給食を通じた食育の実施	
職場	●職場での食育の実践	●「食」を楽しむ機会の提供	
関係団体	●スーパー等での食育活動の推進	●「食」を楽しむ機会の提供	●地産地消の推進

■ ライフステージに応じた健康づくり（個人・家庭の行動目標）

全ライフステージ	●朝食を食べる習慣を身につけるとともに、毎日3食規則正しく食事をとりましょう。 ●家族や仲間と一緒に楽しく食事をしましょう。 ●「食」に関心を持つとともに、正しい知識を身につけましょう。 など
乳幼児期 (0~6歳)	●食事やおやつの質・量・とる時間に配慮しましょう。 ●ゆっくりよく噛んで食べる習慣を身につけましょう。 など
学童・思春期 (7~19歳)	●必要なエネルギー・栄養を摂取し、規則正しい食生活と栄養バランスを心がけましょう。 ●家庭や学校生活の中で、「食」に関する基本的な知識を身につけ、自分自身で食生活の管理をしましょう。 など
青年期 (20~39歳)	●朝食を食べる習慣を身につけ、規則正しい食生活と栄養バランスのとれた食事を心がけましょう。 ●自分の適正体重を理解し、維持できる食事量を心がけましょう。 など
壮年期 (40~64歳)	●規則正しい食生活と、塩分や脂質を抑えたバランスの良い食事を心がけましょう。 ●生活習慣病の予防・改善を意識し、食生活を見直しましょう。 など
高齢期 (65歳以上)	●低栄養傾向や栄養過多とならないよう、必要な栄養量を摂取し、バランスのとれた薄味の食事を心がけましょう。 ●「食」に関する知識について、若い世代に伝えていきましょう。

■ 評価指標の見直し（抜粋）

出典：町民アンケート調査（令和6年度）

指標	現状値 (R7)	旧・目標値 (R12)	新・目標値 (R12)
「主食・主菜・副菜」を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日とっている人の割合（20歳以上）	54.6%	80%以上	60%以上
朝食を毎日食べる人の割合（20歳代女性）	56.0%	75%以上	60%以上
塩分のとりすぎに気をつけている人の割合（20歳以上）	55.8%	70%以上	60%以上
急須で入れる緑茶を毎日1杯以上飲んでいる人の割合（16歳以上）	41.3%	—	50%以上
「食品ロス」が問題となっていることをよく知っている人の割合（16歳以上）	48.9%	—	50%以上

(2) 身体活動・運動

■施策の方向（協働の取り組み）

行政	●運動習慣の定着・継続支援 ●地域において健康づくりを担う人材の活動支援 ●地域・地域サークル等との連携による運動実践の支援
地域	●スポーツ・レクリエーション活動の充実 ●健康づくり活動の推進
学校	●学校体育等の充実
職場	●健康増進に向けた運動・スポーツへの支援
関係団体	●NPO法人長泉町スポーツ協会活動の充実 ●スポーツ推進委員会活動の充実

■ライフステージに応じた健康づくり（個人・家庭の行動目標）

全ライフ ステージ	●自分の体力や健康状態にあった運動を見つけ、日常的な運動習慣を身につけましょう。 ●なるべく歩いたり、階段の昇り降りをしたりするなどして、意識的に体を動かすようにしましょう。 ●熱中症予防等を図るため、気候や体調にあわせて運動ができるか判断をしましょう。
乳幼児期 (0～6歳)	●気軽に運動できる場所について知りましょう。 など
学童・思春期 (7～19歳)	●運動やスポーツを通して、基礎的体力の向上に努めましょう。 ●テレビやゲーム、パソコン、スマートフォンなどに集中しすぎず、体を動かす時間を増やしましょう。 など
青年期 (20～39歳)	●体力の維持のため、日常生活における活動量を増やすように心がけましょう。 ●楽しみながら運動・スポーツに取り組める仲間をつくりましょう。
壮年期 (40～64歳)	●自分のライフスタイルに応じて、継続的に取り組める運動を日常生活に取り入れましょう。 ●肥満や生活習慣病を予防するため、意識的に体を動かしましょう。
高齢期 (65歳以上)	●自分の体力や気温などに配慮した運動をしましょう。 ●要介護状態を予防するため、ウォーキングや家事等日常生活の中で意識的に体を動かしましょう。 など

■評価指標の見直し（抜粋）

出典：町民アンケート調査（令和6年度）

指標	現状値 (R7)	旧・目標値 (R12)	新・目標値 (R12)
意識的に体を動かしている人の割合（20歳以上）	77.3%	80%以上	80%以上
運動習慣のある人の割合（40～64歳）	14.0%	35%以上	35%以上

(3) 休養・こころ

■施策の方向（協働の取り組み）

行政	●休養・こころの健康に関する知識の普及・啓発 ●こころの相談窓口の充実
地域	●地域・社会活動の推進
学校	●相談体制の充実 ●豊かなこころの育成
職場	●こころの健康を支える環境整備
関係団体	●専門的な相談・指導の実施

■ライフステージに応じた健康づくり（個人・家庭の行動目標）

全ライフ ステージ	●十分な睡眠をとり、心身の疲れを翌日に持ち越さないようにしましょう。 ●家族や仲間との団らん・会話などにより、悩みの解消やこころのリフレッシュをしましょう。 ●心配事や悩みを相談できる相手をつくり、一人で抱え込まないようにしましょう。 など
乳幼児期 (0～6歳)	●早寝・早起きなどの基本的な生活リズムを身につけましょう。 ●成長ホルモンの分泌を妨げないよう、十分な睡眠をとりましょう。 など
学童・思春期 (7～19歳)	●朝は太陽の光を浴びて、朝食をしっかり食べ、日中は体を動かして生活習慣を整えましょう。
青年期 (20～39歳)	●生活リズムを整え、適切な休養と睡眠をとりましょう。 ●こころの健康について関心を持ち、必要に応じて専門機関等に相談するようにしましょう。
壮年期 (40～64歳)	●仕事や家庭以外にも活動できる場をつくりましょう。 ●家族のこころの変化に気づき、適切に関わりましょう。
高齢期 (65歳以上)	●身近な地域活動などに積極的に参加し、友人や地域の人々との継続的な交流を図りましょう。 ●生涯学習を推進し、趣味や生きがいを持った生活を送りましょう。

■評価指標の見直し（抜粋）

出典：町民アンケート調査（令和6年度）

指標	現状値 (R7)	旧・目標値 (R12)	新・目標値 (R12)
ストレス解消法を持っている人の割合（20歳以上）	74.1%	概ね70%を維持	概ね70%を維持
睡眠による休養がとれている人の割合（20歳以上）	71.1%	85%以上	85%以上
不満や悩みなどを相談できる人がいる人の割合（20歳以上）	91.1%	90%以上	概ね90%を維持

（4）たばこ・アルコール

■施策の方向（協働の取り組み）

行政	●禁煙支援 ●受動喫煙の防止 ●生活習慣病のリスクを高める量の飲酒の防止 ●薬物乱用防止対策の推進
地域	●禁煙や節度ある飲酒の啓発 ●受動喫煙の防止
学校	●適切な保健指導の実施
職場	●禁煙指導の取り組み ●禁煙化・分煙化の推進
関係団体	●医療機関による禁煙支援 ●未成年者へのたばこや酒の販売防止

■ライフステージに応じた健康づくり（個人・家庭の行動目標）

全ライフ ステージ	●多量飲酒や喫煙が健康に及ぼす影響について正しく理解しましょう。 ●たばこを吸わない人に及ぼす受動喫煙による健康への影響について理解しましょう。 ●未成年者の飲酒や喫煙を防止しましょう。
乳幼児期 (0～6歳)	●飲酒や喫煙のもたらす害について理解しましょう。
学童・思春期 (7～19歳)	●飲酒や喫煙をしてはいけません。また、周囲にすすめられても断りましょう。 など
青年期 (20～39歳)	●妊娠中や授乳中は、飲酒や喫煙をしないようにしましょう。
壮年期 (40～64歳)	●喫煙している人は、健康相談や禁煙外来を活用して禁煙に取り組みましょう。また、分煙を徹底し、周囲の人にたばこの煙を吸わせないように努めましょう。
高齢期 (65歳以上)	●お酒を飲む人は、節度ある飲酒を心がけましょう。 ●喫煙と、がんやCOPD（慢性閉塞性肺疾患）等の関係について理解しましょう。 など

■評価指標の見直し（抜粋）

出典：町民アンケート調査（令和6年度）

指標	現状値 (R7)	旧・目標値 (R12)	新・目標値 (R12)
喫煙者の割合（20歳以上）	9.1%	12%以下	10%以下を維持
同居家族に喫煙者がいる子どもの中で、自宅における受動喫煙の機会がある子どもの割合（小学生）	17.6%	0%	0%
生活習慣病のリスクを高める量（純アルコール 40g以上）の飲酒をする人の割合（20歳以上男性）	15.9%	10%以下	10%以下
生活習慣病のリスクを高める量（純アルコール 20g以上）の飲酒をする人の割合（20歳以上女性）	10.5%	6.4%以下	10%以下
飲酒する人の中で、休肝日を設けている人の割合（20歳以上）	52.3%	70%以上	70%以上

（5）歯

■施策の方向（協働の取り組み）

行政	●むし歯予防、歯周病予防の推進 ●フッ化物を活用したむし歯予防対策の推進 ●高齢者のための口腔衛生指導の普及 ●生涯を通じた歯と口腔の健康づくりの推進
地域	●地域における生涯を通じた歯と口腔の健康づくりの推進
学校	●歯科健診の実施 ●歯と口腔の健康についての指導
職場	●定期的な歯科健診の勧奨 ●行政との連携
関係団体	●歯科専門団体による歯科保健事業の充実

■ ライフステージに応じた健康づくり（個人・家庭の行動目標）

全ライフ ステージ	<ul style="list-style-type: none"> ● 歯と口腔の健康について関心を持ち、歯と口腔の健康に関する知識を深めましょう。 ● かかりつけ歯科医を持ち、定期的な歯科健診や歯石除去等を受け、歯周病の発生・進行を防ぎましょう。 ● フッ化物を活用し、むし歯を予防し、歯の健康を維持しましょう。 など
乳幼児期 (0～6歳)	<ul style="list-style-type: none"> ● よく噛んで食べる習慣と、規則正しい生活リズムを身につけましょう。 など
学童・思春期 (7～19歳)	<ul style="list-style-type: none"> ● 飲み物や間食の選び方など、歯や口腔内の健康に関する知識を身につけましょう。 ● 歯間部清掃用器具の使用を実践しましょう。 など
青年期 (20～39歳)	<ul style="list-style-type: none"> ● 歯間部清掃用器具の使用を実践しましょう。
壮年期 (40～64歳)	<ul style="list-style-type: none"> ● 歯周病と生活習慣病に関連があることを理解しましょう。
高齢期 (65歳以上)	<ul style="list-style-type: none"> ● 歯の健康に対する意識を高め、8020を目指しましょう。 ● オーラルフレイルなどを防ぎ、口腔機能の維持を図るため、「歯の健口教室」をはじめとする介護予防教室に積極的に参加しましょう。 など

■ 評価指標の見直し（抜粋）

出典：※1 定期健康診断結果（令和6年度） ※2 町民アンケート調査（令和6年度）
※3 後期高齢者健診問診票（令和6年度）

指標	現状値 (R7)	旧・目標値 (R12)	新・目標値 (R12)
むし歯がない子どもの割合（中学3年生）※1	64.7%	70%以上	70%以上
定期歯科健診受診率（20歳以上）※2	54.4%	65%以上	65%以上
歯周病に関する知識を持つ人の割合（16歳以上）※2	44.1%	80%以上	80%以上
高齢でもなんでもよく噛んで食べられる人の割合（75歳以上）※3	75.4%	65%以上	76%以上

(6) 健康管理

■ 施策の方向（協働の取り組み）

行政	● 生活習慣病の発症予防・早期発見・早期治療・重症化予防
地域	● 健康管理意識の啓発
学校	● 健康診断の実施 ● がん教育の実施
職場	● 健康診断の実施 ● 健康管理意識の啓発 ● 就労環境の整備
関係団体	● 医療機関等との連携

■ ライフステージに応じた健康づくり（個人・家庭の行動目標）

全ライフ ステージ	<ul style="list-style-type: none"> ● 日頃から健康や病気について相談できるよう、身近にかかりつけ医を持ちましょう。 ● 生活習慣病予防の知識を身につけ、望ましい生活習慣を実践し、健康の維持・増進を心がけましょう。 ● 定期的に健康診査・がん検診を受診し、健康の維持を図るとともに、生活習慣病の早期発見・早期治療を心がけましょう。
乳幼児期 (0～6歳)	<ul style="list-style-type: none"> ● 感染症や重い病気にかかるのを予防するため、予防接種を受けましょう。 ● 子どもの成長発達についての確認や病気などの早期発見のため、健康診査を受けましょう。 など
学童・思春期 (7～19歳)	<ul style="list-style-type: none"> ● 自分の体の仕組みや変化、健康について関心を持ち、正しい知識を身につけましょう。
青年期 (20～39歳)	<ul style="list-style-type: none"> ● 健（検診）の結果、医療機関への要受診となった場合は、必ず医療機関を受診しましょう。 ● 妊娠中は、母体・胎児の健康について関心を持ち、定期的な妊婦健診を受診しましょう。
壮年期 (40～64歳)	<ul style="list-style-type: none"> ● 特定保健指導を積極的に利用しましょう。 ● 生活習慣病の予防が認知症予防につながることを認識し、生活習慣の見直しをしましょう。
高齢期 (65歳以上)	<ul style="list-style-type: none"> ● 特定保健指導を積極的に利用しましょう。 ● 介護予防に関心を持ち、健康教室等に積極的に参加しましょう。 など

■評価指標の見直し（抜粋）

出典：※1 令和4年度特定健診・特定保健指導に係る健診等データ報告書（静岡県）
※2 町民アンケート調査（令和6年度）

指標	現状値 (R7)	旧・目標値 (R12)	新・目標値 (R12)
メタボリックシンドローム予備群の男性の割合（40～74歳）※1	16.2%	15%以下	15%以下
メタボリックシンドローム予備群の女性の割合（40～74歳）※1	5.2%	4%以下	4%以下
肥満の男性の割合（40～74歳）※1	51.3%	45%以下	45%以下
肥満の女性の割合（40～74歳）※1	23.1%	20%以下	20%以下
高血圧症予備群の男性の割合（40～74歳）※1	13.0%	12%以下	12%以下
高血圧症予備群の女性の割合（40～74歳）※1	11.2%	10%以下	10%以下
定期的な健康診査を受けている人の割合（20歳以上）※2	81.7%	85%以上	85%以上
定期的ながん検診を受けている人の割合（20歳以上）※2	66.2%	70%以上	70%以上

（7）社会参加・地域とのつながり

■施策の方向（協働の取り組み）

行政	● 地域活動への支援 ● 地域活動の担い手となる人材の育成
地域	● 地域活動のための機会や場の設定
学校	● 地域との交流機会の確保
職場	● 従業員の地域活動への参加に対する理解を深める ● 企業としての地域社会への貢献

■ライフステージに応じた健康づくり（個人・家庭の行動目標）

全ライフ ステージ	● 自分の住む地域について関心を持ち、地域で行われている活動に積極的に参加しましょう。 ● 子どものスポーツ活動への指導や郷土料理の伝承など、これまで得た経験や技術を地域の中で伝えましょう。 ● 興味・関心のあることや、趣味活動などを通じた活動の場を持ち、友人・知人との交流を図りましょう。
乳幼児期 (0～6歳)	● 自分が住んでいる地域で行われる伝統行事やイベントに、家族と積極的に参加しましょう。 ● 近隣の人や地域の人と顔を合わせた時には、家族で挨拶を交わすなど、日頃から地域の人と交流を持ち、地域への愛着を深めましょう。
学童・思春期 (7～19歳)	● 地域についての理解を深め、世代を通じた交流を持てる関係を築きましょう。
青年期 (20～39歳)	● 自身の興味のあることや趣味などを通じて、新たな人間関係や活動の場を広げましょう。
壮年期 (40～64歳)	● 地域の行事などに積極的に参加し、生活における地域との結びつきを高めましょう。 ● 自身のライフサイクルを視野に入れ、就業の場以外の人間関係の構築や、趣味などを通じた社会参加を図りましょう。
高齢期 (65歳以上)	● 地域活動の中で役割を担うことで、社会参加を図りましょう。 ● 年齢や体力に応じた活動を無理なく行い、若い世代とも交流を図りましょう。

■評価指標の見直し

出典：町民アンケート調査（令和6年度）

指標	現状値 (R7)	旧・目標値 (R12)	新・目標値 (R12)
この1年間に地域社会活動に参加した人の割合（20歳以上）	41.0%	50%以上	50%以上

（8）環境整備

■施策の方向（協働の取り組み）

行政	● 健康づくりの場の整備 ● 感染症予防対策の推進 ● 孤独・孤立対策
地域	● 地域活動のための機会や場の設定 ● 災害への備え
学校	● 定期健康診断の実施
職場	● 従業員の健康づくりを大切にした就業環境の整備

■ライフステージに応じた健康づくり（個人・家庭の行動目標）

全ライフステージ	<ul style="list-style-type: none"> ●感染症予防の知識を身につけるとともに、こまめな手洗い・うがい・咳エチケットなどを実践しましょう。 ●熱中症にならないよう、暑くなる季節にはエアコンを適切に使ったり、こまめに水分補給をしたりするなどの対策をしましょう。 など
乳幼児期（0～6歳）	<ul style="list-style-type: none"> ●感染症や重い病気にかかるのを予防するため、予防接種を受けましょう。 ●子どもが熱中症にならないよう、エアコンや衣服などでの温度調節や、屋外での活動時の健康管理に気を付けましょう。
学童・思春期（7～19歳）	<ul style="list-style-type: none"> ●感染症や熱中症に関する正しい知識を身につけましょう。
青年期（20～39歳）	<ul style="list-style-type: none"> ●感染症や熱中症に関する正しい知識を身につけ、予防するための行動をしましょう。 ●社会生活を維持するため、感染症のまん延予防に配慮しましょう。
壮年期（40～64歳）	<ul style="list-style-type: none"> ●熱中症予防のため、身近にいる高齢者に対し、適切なエアコンの使用や水分摂取などの声かけをしましょう。 など
高齢期（65歳以上）	<ul style="list-style-type: none"> ●感染症や重い病気にかかるのを予防するため、予防接種を受けましょう。 ●熱中症予防のため、適切なエアコンの使用や水分摂取等に気をつけましょう。 など

■評価指標の設定

出典：※1 令和6年度 主要な施策の成果と予算の執行状況報告

※2 ふじのくに健康づくり推進事業所宣言 宣言事業所一覧（静岡県健康福祉部健康局健康増進課・令和7年11月末時点）

指標	現状値（R7）	旧・目標値（R12）	新・目標値（R12）
地域元気わくわく教室・地域元気づくり自主活動フォローアップ参加団体数※1	9か所	－	増加
ふじのくに健康づくり推進事業所宣言をしている町内事業所数※2	50事業所	－	60事業所
ウェルピアながいずみマシナールーム年間利用延べ人数※1	39,511人	－	概ね4万人以上を維持

ライフコースアプローチに基づく健康づくり（抜粋）

健康領域	特に重要な取り組み		
	(1) 子ども	(2) 高齢者	(3) 女性
食生活	<ul style="list-style-type: none"> ●朝食を食べる習慣を身につける ●毎日3食規則正しく食事をとる 	<ul style="list-style-type: none"> ●低栄養予防に必要な栄養量をとる 	<ul style="list-style-type: none"> ●特に学童・思春期、青年期はやせすぎにならないように、適正体重を理解し、栄養バランスの良い食事をとる
身体活動・運動	<ul style="list-style-type: none"> ●楽しみながら体を動かす 	<ul style="list-style-type: none"> ●フレイル予防に必要な知識を身につける 	<ul style="list-style-type: none"> ●壮年期以降は体を動かして筋力の維持に努める
休養・こころ	<ul style="list-style-type: none"> ●子ども同士の遊びを通じて社会性を身につける 	<ul style="list-style-type: none"> ●自分なりのストレス解消法を身につける 	<ul style="list-style-type: none"> ●ホルモンバランスとともに変化するこころの不調にうまく対処する
たばこ・アルコール	<ul style="list-style-type: none"> ●飲酒や喫煙の害を理解する 	<ul style="list-style-type: none"> ●禁煙に取り組む ●節度ある飲酒を心がける 	<ul style="list-style-type: none"> ●妊娠中・授乳中は飲酒・喫煙をしない
歯	<ul style="list-style-type: none"> ●うがい・歯磨きや正しいブラッシングの習慣を身につける ●フッ化物を活用して永久歯のむし歯を予防する 	<ul style="list-style-type: none"> ●オーラルフレイル予防に取り組む ●8020を目指す 	<ul style="list-style-type: none"> ●女性ホルモンが歯と口腔の健康に与える影響を理解する ●妊娠中は歯周病の発症リスクが高まるため、妊婦歯科健康診査を受け、口腔ケアに気をつける
健康管理	<ul style="list-style-type: none"> ●早寝・早起きで規則正しい生活習慣を身につける 	<ul style="list-style-type: none"> ●定期的に健康診査・がん検診を受けて生活習慣病を予防する ●介護予防に関心を持ち、取り組む 	<ul style="list-style-type: none"> ●女性特有のがんなどのリスクを理解し、必要な検診や予防接種を受ける
社会参加・地域とのつながり	<ul style="list-style-type: none"> ●近所の人や地域の人に挨拶する 	<ul style="list-style-type: none"> ●地域活動を通して社会参加をする 	

第4次長泉町健康増進計画
ながいずみ健康づくりプラン
後期計画【概要版】
令和8年3月

発行：長泉町 健康増進課
〒411-0933 静岡県駿東郡長泉町納米里549
ウェルピアながいずみ（長泉町健康づくりセンター）
TEL 055-986-8769 / FAX 055-986-8713
<https://www.town.nagaizumi.lg.jp>