

目 次

第1章 計画の基本的な考え方	
1 計画策定の趣旨	4
2 社会的背景	
(1) 少子・高齢化の進行	4
(2) 健康日本21の動向	4
(3) 越谷市の取り組み	4
3 越谷市の健康指標	
(1) 人口動態	6
(2) 健康実態	9
(3) 市政世論調査から	16
(4) 健康状況調査から	26
4 計画の性格と期間	
(1) 性格	30
(2) 期間	30
5 目標領域の設定	
(1) 食生活	31
(2) 運動	31
(3) たばこ	32
(4) 歯科保健	32
(5) 心の健康（アルコールを含む）	32
第2章 計画の具体的展開	
1 食生活	35
2 運動	40
3 たばこ	43
4 歯科保健	47
5 心の健康（アルコールを含む）	50
第3章 計画の推進	
1 市民一人ひとりが「主役」の健康づくり	57
2 家庭での健康づくり	57
3 健康づくりに関連する団体や機関からの支援	57
4 推進体制と評価	
(1) 推進体制	57
(2) 推進の評価	58
参考資料	
1 計画の策定経過	60
2 計画の策定体制	61
3 健康状況調査表（数値入り）	67