

目次

I 基本的な考え方

- 1 計画改定の背景・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 3
- 2 計画の概要・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 3

II 目標と施策の方向・目指す区民の姿（指標）

- 1 計画の体系・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 7
- 2 重点目標・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 10

III 目黒区の概況

- 1 人口と世帯・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 13
- 2 平均寿命と健康寿命・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 15
- 3 死亡の状況・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 17
- 4 各健康診査の状況・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 20
- 5 肥満およびやせの状況・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 21
- 6 喫煙率・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 22

IV 各論

- I 生活習慣病の発症予防と重症化予防・・・・・・・・・・ 24
- II 生活習慣の改善・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 30
- III 高齢者の健康・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 42
- IV こころの健康・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 46
- V 健康を支える環境整備・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 50
- VI 食育の推進・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 52

V 資料1 健康づくり調査

- 1 調査概要・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 57
- 2 回収結果・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 57

3	調査結果<抜粋>	58
	健康状態について	58
	健康づくりについて	65
	食生活について	72
	心の健康について	78
	健康管理状況について	81
	かかりつけ医や医療機関について	88
	たばこについて	92
	お酒について	101
	食中毒の予防について	105
	地域活動について	106

VI 資料2 その他資料

1	前計画の評価等	109
2	区立施設全面禁煙に向けた施設ごとの取り組みの方向性	127

VII 用語解説 131