

※赤字は現行から変更や追加等をしているもの

基本目標	個別目標	区の実施案（次期プラン）	主な取組例
1. 区民の主体的な健康づくりへの支援	①健康意識を高め、主体的な健康管理を行う	●健康への意識を高めるための周知啓発や情報発信 ●健康診査・各種がん検診等の実施 ●かかりつけ医・歯科医・薬局の紹介	区ホームページ・SNS等による情報発信、健康学習、電話や面接による健康相談など 品川区健康診査、各種がん検診など かかりつけ医・歯科医・薬局の紹介
	②体を動かす習慣をつける	●運動する機会の充実 ●ウォーキングの促進	健康センター事業、健康塾など しながわ健康ポイント、いきいきウォーキング
	③休養・こころの健康に配慮する	●休養・こころの健康に関する周知啓発 ●こころの健康に関する相談体制の充実 ●自殺対策事業の推進	精神保健講演会、こころのセルフケア講習会など こころの健康相談、精神保健相談・うつ病予防相談など 自殺対策事業
	④喫煙に対する知識を高める	●喫煙による健康被害の正しい知識の普及啓発（禁煙支援） ●受動喫煙対策の推進	禁煙外来治療費助成金交付事業、禁煙外来マップ、卒煙支援 啓発チラシ等の配布、喫煙専用室の設置・運用時における相談指導
	⑤過度な飲酒はしない	●飲酒と健康に関する正しい知識の普及啓発 ●アルコール依存症など心の問題に対する相談	精神保健相談、講演会、こころの健康相談
	⑥歯と口の健康を保つ	●ライフステージに応じた歯科健診や改善指導の実施 ●子どものころからの歯科疾患予防や口腔機能育成	成人歯科健康診査、歯周疾患改善指導など 乳幼児健診時の集団指導・個別指導、むし歯撃退教室など
2. 地域での健康づくりの推進	①人や地域とのつながりを持つ	●地域における健康づくり活動の推進 ●地域とのつながりを持つ機会の充実	健康づくり推進委員事業、健康大学しながわ、フレイル予防フェスタなど ふれあい健康塾、品川区地域介護予防活動など
	②自然と健康になれる環境づくり	●健康的な生活習慣を実践しやすくなる仕掛けづくり ●健康なまちづくりに向けた環境整備	しながわ健康ポイントなど 自転車ネットワークの整備推進、ウォークアブルな空間形成の促進など
	③多様な主体と取り組む健康づくり	●企業等の健康づくりを支援 ●協働による健康づくりの取組	中小企業向け広報紙やメールマガジンを活用した健康づくりに関する周知啓発、食生活改善指導講師派遣 団体・企業との協働による事業実施
3. 対象を明確にした健康づくりへの支援	①親と子の健康づくりを進める	●妊娠期の健康を支援 ●健やかな子どもを育てる	妊婦健康診査、妊婦・産婦歯科健康診査、健やか親子学習など 乳幼児健康診査、食からの子育て支援、品川アクティブライフプロジェクトなど
	②女性の特性をふまえた健康支援	●女性の健康に対する正しい知識の普及啓発 ●がん検診の実施 ●HPVワクチン接種の案内	女性の健康に関する普及啓発、健康相談 子宮がん検診、乳がん検診 HPVワクチン接種に関する周知啓発
	③働き盛りの健康課題を解消する	●生活習慣病予防の推進 ●健康診査や保健指導の実施	40歳からの健康塾、生活習慣病重症化予防事業など 20歳からの健康診査、国保保健指導など
	④高齢者の健康づくりを進める	●筋力・体力等の維持・向上に向けた運動する機会の充実 ●認知症予防事業の実施	マシンでトレーニング、健康やわら体操など 能力アップ元気教室、絵本読み聞かせ講座など
4. 生涯の健康を支える食育の推進（食育推進計画）	①食を通じた健康づくりの推進	●食への理解を育む ●適切な食生活の実践	食事相談、健康学習、食に関する講演会・イベントなど 料理講習会、保育園児と保護者への食育指導、飲食店等の事業者への講習会など
	②次世代につなげる多様な食育の推進	●地域・家族との共食の機会の普及啓発 ●食からの子育て支援	食に関する講演会、区ホームページ、広報など 妊娠期食事教室、離乳食教室、幼児食教室
	③デジタル化に対応した食育の推進	●適切な食生活の普及啓発におけるデジタルの活用	SNSを活用した食の情報発信、オンライン講習会、離乳食・幼児食動画配信など