

目次

第1章	計画の策定にあたり	1
1	計画策定の趣旨	1
2	計画の位置づけ	3
3	計画の期間	3
4	推進体制	3
第2章	長崎市の健康に関する現状	4
1	長崎市の主な健康課題	4
2	「第2次健康長崎市民21」の最終評価	9
第3章	計画の方向性	19
1	計画体系の見直し	19
2	目指す姿	19
3	目標	19
4	基本姿勢	20
5	基本的な方向	20
6	取り組むべき健康分野	21
7	計画の概念図	22
第4章	目標の設定と評価	23
1	目標設定の基本的な考え方	23
2	目標値設定の基本的な考え方	23
3	目標の進行管理	23
第5章	健康分野別取り組み	24
1	栄養・食生活	25
2	身体活動・運動	32
3	健康チェック	38
4	こころの健康	45
5	喫煙	49
6	歯・口腔の健康	53
参考資料		58
1	「第3次健康長崎市民21」健康分野別の指標一覧	59
2	「健康長崎市民21」今までの取り組み	61
3	「第3次健康長崎市民21」策定の経緯	69
4	健康長崎市民21 市民推進会議規則	70
5	健康長崎市民21 市民推進会議委員	72
6	「第2次健康長崎市民21」健康分野別の指標結果一覧	74
7	用語の解説	76