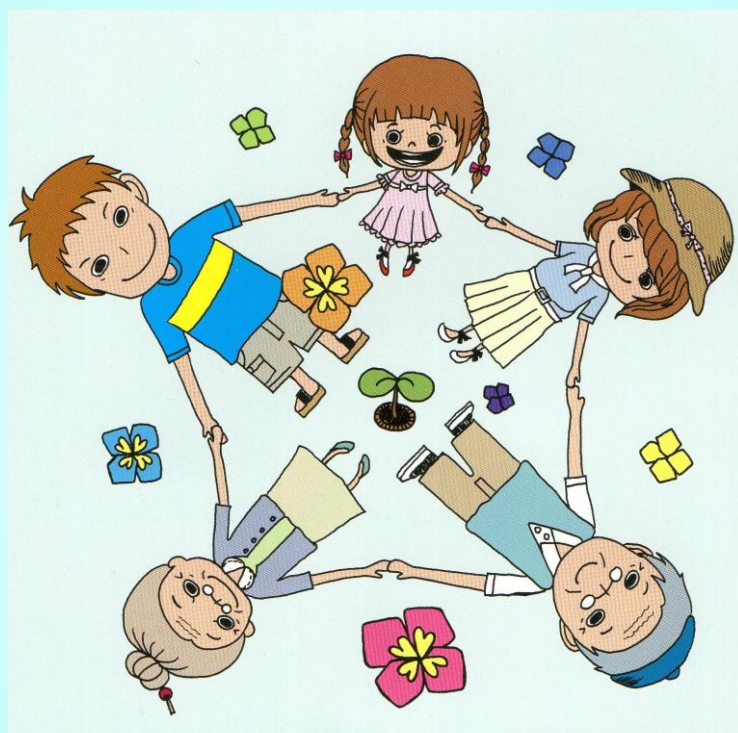


# 健康つるが21

(敦賀市第2次健康づくり計画)

～みんなで作ろう元気の輪～



平成27年3月

敦賀市

## 目 次

第1章 計画の概要	1
第2章 敦賀市の現状	3
第3章 計画の基本的な考え方	9
第4章 取り組みの方向性	11
1 健康意識が高まる	11
2 分野別の健康づくり	12
(1) 栄養・食生活	12
(2) 身体活動・運動	14
(3) 歯と口腔の健康	16
(4) けんしん（健診・検診）	18
(5) こころの健康	20
(6) たばこ	22
3 生涯を通じたライフステージにおける健康づくり	24
第5章 計画の進行管理	26