

# 目 次

## 第 1 部 計画の基本的な考え方 ..... 1

I はじめに .....	3
II 中間の見直しの目的 .....	3
III 後期計画の位置づけ・考え方 .....	3
IV 後期計画の期間 .....	5
1 中間評価の実施 .....	5
2 目標期間 .....	5
V 国・都の動向 .....	5
VI 計画の基本理念 .....	6
1 一次予防の重視 .....	6
2 健康寿命の延伸 .....	6
3 生活の質（QOL）の向上 .....	6
VII 計画の推進 .....	6
1 評価方法の具体化 .....	6
2 自主グループの育成 .....	6
3 学校保健・職域保健との連携 .....	6
4 職員等の研修・育成 .....	7
5 推進体制の強化 .....	7

## 第 2 部 健康に関する文京区民の現状 ..... 9

I 平均寿命、人口、出生、死亡の状況 .....	11
1 平均寿命 .....	11
2 人口 .....	12
3 出生 .....	17
4 死亡 .....	18
II 健診の受診状況等 .....	24
1 基本健診受診者の推移 .....	24
2 がん検診受診者の推移 .....	25
3 国民健康保険加入者の推移 .....	26

Ⅲ 老人医療、介護保険の状況 .....	27
1 老人医療の推移 .....	27
2 介護保険の状況 .....	28
Ⅳ 文京区民の健康に関する意識・健康行動（前回との比較） .....	29
1 調査の概要 .....	29
2 結果の概要 .....	29

## 第3部

## 各分野の目標、取り組み .....

I 総合目標と重点目標 .....	41
1 総合目標 .....	41
2 各分野の重点目標 .....	41
3 健康ぶんきょう21の体系 .....	52
4 行動目標の見かた .....	54
Ⅱ 各分野の分野別目標及び行動目標、取り組み .....	55
1 栄養・食生活の改善 .....	55
2 身体活動・運動の定着 .....	71
3 こころの健康づくり .....	83
4 たばこ .....	89
5 アルコール .....	97
6 歯の健康 .....	101
7 糖尿病・循環器病 .....	107
8 がん対策 .....	111
9 生活衛生環境の向上 .....	119

## 参考資料

..... 129

### 資料1

健康ぶんきょう21・東京都健康推進プラン21・健康日本21比較一覧表...129

### 資料2

健康ぶんきょう21策定 文京区地域保健推進協議会委員名簿.....139