

第2章

分野別の取り組み



1

取り組みの体系

計画の達成に向けて、下記のような施策の体系に基づき、取り組みを進めます。

分野1

栄養

『リズムとバランス たの しよく じ 楽しい食事』

- 1 朝食の重要性に関する知識を普及する
- 2 適正な食事摂取のための知識を普及する
- 3 食事の役割と家族そろって食事をするこの重要性に関する知識を普及する

推進キャラクター



たべるくん

分野2

運動

『どこでも誰でも たれ き がる うん どう 気軽に運動』

- 1 運動に関する知識や方法を普及する
- 2 ウォーキングコースを整備する
- 3 運動に関する指導者を確保する



あるこちゃん

分野3

こころ・休養

『人やすみ ひと からだ こころも体もリフレッシュ』

- 1 癒しの空間（第3空間）を確保する
- 2 よい睡眠を得るための知識を普及する
- 3 家族や地域の人と交流する



すやこちゃん

分野4

たばこ

『たばこの害 がい はや き しゅう い め 早く気づこう周囲の目』

- 1 未成年者が喫煙を開始しないための教育を実施する
- 2 未成年者が喫煙を開始しないための環境を整備する
- 3 成人が喫煙を開始しないための知識を普及する
- 4 禁煙したい人への支援体制を整備する
- 5 喫煙者の喫煙マナーを向上させる



むえんくん

分野5

アルコール

『適量に飲んではずむ たの かい わ 楽しい会話』

- 1 未成年者にアルコールの害に関する知識を普及する
- 2 未成年者が飲酒しないための環境を整備する
- 3 適度な飲酒に関する知識を普及する



ほどほどくん

分野6

歯

『食べれる健口 た けん こう か しあ わ 噛める幸せ』

- 1 むし歯、歯周病を予防するための知識を普及する
- 2 歯の健康づくりを推進するための人材を確保する



みがこちゃん