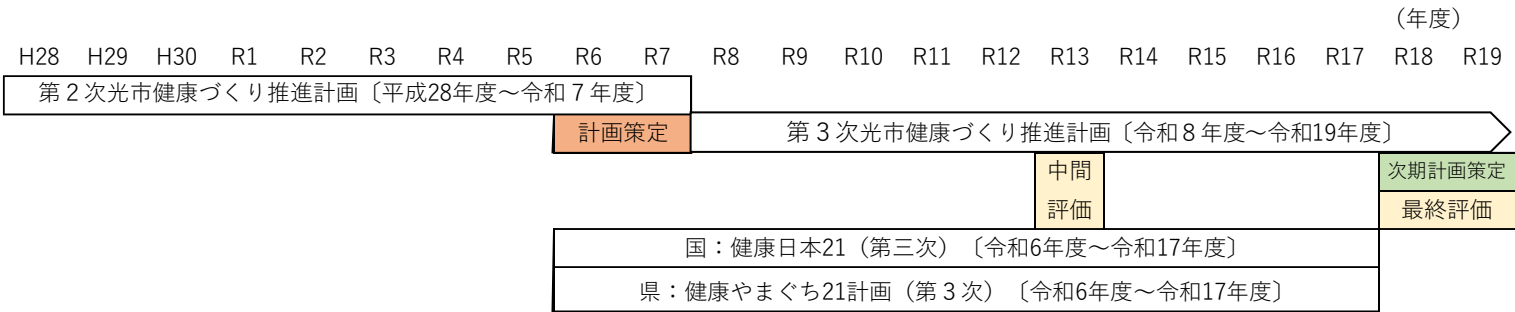


ライフコースアプローチ推進事業（案）

- ・①健康教育等の事業と②啓発リーフレットを用いた2本立てで構成。
- ・令和13年度中間評価時に見直しする。



①健康教育等（案） 令和8年度～13年度（中間評価まで）

	令和8年度	令和9年度	令和10年度	令和11年度	令和12年度	令和13年度（中間評価）
対象者	●主なターゲット：働く世代 ・自身の健康管理につながる ・今後（高齢期）の健康管理につながる ・学びを家庭内で共有することで次世代の健康管理にもつながる ・職場の健康管理につながる 生涯にわたる健康づくりにつながる					
事業内容（主）	ライフコースアプローチ推進事業プロテクトⅩ	ライフコースアプローチ推進事業ポリッシュⅩ(案)	ライフコースアプローチ推進事業ムーブⅩ（案）	ライフコースアプローチ推進事業イートⅩ（案）	ライフコースアプローチ推進事業リラックスⅩ(案)	
詳細	生理痛疑似体験	おくち元気チャレンジ ～よくかんでおいしく食べよう！おくちパワーアップ大作戦～				
対象者	今後検討予定					
事業内容（副）		ライフコースアプローチ推進事業プロテクトⅩ	ライフコースアプローチ推進事業ポリッシュⅩ(案)	ライフコースアプローチ推進事業ムーブⅩ（案）	ライフコースアプローチ推進事業イートⅩ（案）	ライフコースアプローチ推進事業リラックスⅩ(案)
対象者	今後検討予定					

②啓発リーフレット（案） 令和８年度～１３年度（中間評価まで）  …配布期間

令和８年度

		印刷部数	令和８年度	令和９年度	令和１０年度	令和１１年度	令和１２年度	令和１３年度
	〔みがく〕×〔つながり〕× 〔ライフコースアプローチ〕	3000部×３種	作成・印刷					中間評価
	〔たべる〕×〔つながり〕× 〔ライフコースアプローチ〕	A5サイズ見開き４ページ						中間評価

令和９年度（案）

		印刷部数	令和８年度	令和９年度	令和１０年度	令和１１年度	令和１２年度	令和１３年度	
内容	〔まもる〕×〔つながり〕× 〔ライフコースアプローチ〕	A5 サイズ 見開き４ページ (予定)	作成	印刷				中間評価	
			作成・印刷					中間評価	
	〔うごく〕×〔つながり〕× 〔ライフコースアプローチ〕			作成・印刷					中間評価
〔なごむ〕×〔つながり〕× 〔ライフコースアプローチ〕			作成・印刷					中間評価	

【リーフレット作成の目的】

第３次光市健康づくり推進計画における個別目標の「まもる」「みがく」「たべる」「うごく」「なごむ」に基づき、「つながり」および「ライフコースアプローチ」の観点を含めたリーフレットを活用した普及啓発により、今の生活習慣を見直し、セルフケア能力を高めることで健康寿命の延伸を図る。

【活用方法】：出前講座・SNS等

【今後の見通し】：令和１３年度における第３次光市健康づくり推進計画中間評価を加味し、内容の見直しを図る。