

◇従来のライフステージに加えたライフコースごとの取組一覧

	こども		働き盛り		高齢者	
	乳幼児期 (0～6歳)	児童生徒 学生期 (7～19歳)	青年期 (20～39歳)	壮年期 (40～64歳)	高年期 (前期) (65～74歳)	高年期 (後期) (75歳～)
	女性					
状態の例	心身の形成・発達		生活の変化	生活習慣病リスク上昇	骨密度・認知機能・咀嚼(そしゃく)機能低下	
身体活動・ 運動	歩くことを中心とした体力づくり・階段を使うなどの運動習慣の普及啓発					
	親子ふれあい 体操			体操教室・スポーツ大会の開催		
	健康教育の推進			アプリを活用した運動の推進		
飲酒・喫煙	望まない受動喫煙の防止・喫煙者へのマナー啓発					
	飲酒・喫煙・薬物乱用 防止教育		生活習慣病のリスクを高める量の飲酒の防止啓発			
			妊娠中の飲酒・喫煙防止			
栄養・ 食生活	1日3食、栄養バランスを意識した食習慣や適切な食の選択に関する普及・啓発					
	教育・保育における食育の推進					
	「肥満」の防止				「やせ」の防止	
		「やせ」の防止			「やせ」の防止	
	地産地消の推進、食文化の継承に向けた食育の推進、「共食」の推進					
歯・口腔の 健康	歯や口の中の健康状態のチェック・歯科健診の重要性周知					
	歯科口腔保健事業 「歯と口の健康づくり」		口腔疾患が与える出産 への影響の周知		口腔ケアとオーラルフレイルの防止	
				口腔機能の維持促進		
こころの健康	「こころの悩みや健康に関する相談」の実施					
	SOSの出し方に関する教育		ストレス、睡眠、相談リテラシーに関する知識の普及啓発			
		オーバードーズ等の防止対策				
	思春期相談	産後うつチェック		高齢者・家族の悩みへの支援		
		女性のこころの健康支援				
	予防のためなどの介入を進める自殺対策・メンタルヘルス対策の推進					
健康状態 の把握・ 疾病予防	乳幼児健康診査	保護者による 健康観察啓発		定期的な健診・がん検診の受診促進		
		女性のがん検診に関する周知・受診促進				
		プレコンセプションケア周知		特定健診・特定保健指導の受診促進		
			妊産婦健康診査の受診促進			
	予防接種の実施及び周知・啓発					
	かかりつけ医・歯科医・薬剤師の普及定着			生活習慣病の早期発見・重症化予防		

