

# 健康ふっさ21

～福生市民健康づくりプラン～

## 中間報告書



平成23年12月  
福生市

## 【目次】

第1章	健康ふっさ2 1 中間報告の概要	1
1	健康ふっさ2 1 策定の趣旨	
2	これまでの取り組み	
	○各分野の主な取り組み	
3	中間評価の目的と方法	
第2章	各分野の中間実績値の評価と今後の方針	4
	○評価指標一覧	
1	栄養・食生活	
2	身体活動・運動	
3	休養・こころの健康づくり	
4	たばこ	
5	アルコール	
6	歯の健康	
7	糖尿病	
8	循環器病	
9	がん	
第3章	資料	4 1
1	健康に関するアンケート	
	○あなた自身とあなたのご家族について	
	A 身長・体重について	
	B 運動習慣について	
	C 食生活習慣について	
	D お酒について	
	E たばこについて	
	F 歯の健康について	
	G 睡眠について	
	H 日頃の健康管理について	
	I あなたの健康づくりについて	
	J ストレスについて	
	K 日常生活について	