

健康長寿しまねの推進の基本的な考え方

- 「健康長寿しまね県民運動」は、健康長寿日本一を掲げ、健康で明るく、生きがいをもって生活する地域社会の実現をめざす、県民、関係機関・団体、行政が三位一体となった県民運動です
- 県や二次医療圏の「健康長寿しまね推進会議」を母体に、広範で多様な取組を推進するとともに、地域ぐるみの自主的主体的な活動の活性化を図ります
- 健康なまちづくりを目指し、子どもから高齢者の生涯を通じた心と身体健康づくり、介護予防、高齢者の生きがいづくり・社会活動を推進します
- 住民相互の支え合いなど地域の絆を大切にすることにより、地域力を高め、元気で生きがいを持って生活できる「生涯現役の健康なまちづくり」を目指します

【基本目標】

健康寿命の延伸

- ・平均寿命、平均自立期間を延ばす
- ・地域格差を減らす（地域課題に応じた取組の推進）

【第2次健康長寿しまね推進計画のスローガン】

「みんなでめざそう 「しまね健康なまちづくり」」

【推進すべき柱】

- 1 住民主体の地区ごとの健康づくり活動の推進
- 2 生涯を通じた健康づくりの推進
 - ・将来を担う子どもや若者の健康づくりの推進
 - ・働きざかりの青壮年の健康づくりの推進
 - ・高齢者の健康づくり、介護予防、生きがいづくり、社会活動への支援
- 3 疾病の早期発見、合併症予防・重症化防止
- 4 多様な実施主体による連携のとれた効果的な運動の推進



健康寿命を延ばす

1. 平均寿命を延ばす
2. 65歳平均自立期間を延ばす

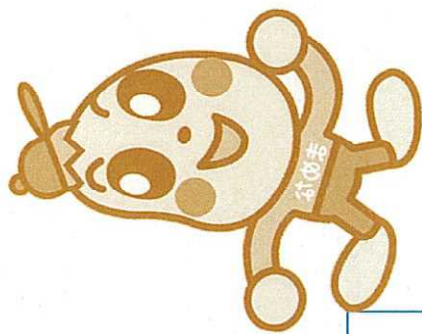


【健康指標の改善】

1. がん、脳血管疾患、自死の死亡減少
2. メタボリックシンドローム、ロコモティブシンドロームの減少

【考え方】

1. 県民や関係機関・団体、行政が三位一体となった県民運動の展開
2. 地域ぐるみでの自主的、主体的な活動の活性化
3. 子どものころから高齢者までの生涯を通じた心と身体の健康づくり
4. 生涯現役のまちづくりの推進



取組ポイント(H27-H29) 【働き盛り世代の健康づくり】

1. うすあじ
2. ちよこっと運動、ロコモ予防
3. 受動喫煙防止、禁煙サポート
4. 適正飲酒
5. 自分の血圧を知ろう
6. がん検診・特定健診・歯科健診の受診
7. 職場での健康づくり活動の促進(ソーシャルキャピタルの醸成)

平成27年度

柱4. 多様な実施主体による連携のとれた取組 【ソーシャルキャピタルの醸成】

柱1. 住民主体の地区ごとの健康づくり活動の促進

- 健康長寿しまね活動推進交流会
- 健康長寿しまね活動推進研修
- 健康づくりグループ表彰
- しまねいきいき健康づくり実践事業所

柱2. 生涯を通じた健康づくり

- 健康な食プロジェクト
- からだを動かそうプロジェクト
- 受動喫煙防止、禁煙支援の推進
- 適正飲酒
- 歯と口腔の健康づくり
- 心の健康

柱3. 疾病の早期発見、合併症予防・重症化予防

- 糖尿病委員会
- 脳卒中委員会
- がん対策推進協議会、がん予防部会