

## 健康寿命を延ばす

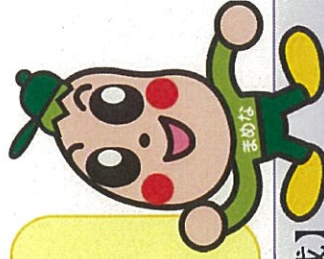
1. 平均寿命を延ばす
2. 65歳平均自立期間を延ばし、二次医療圏の格差をなくす

### 【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 など

## <平成30年度 取組ポイント>

ターゲットは、「働き盛り世代」と「高齢者」  
 ポイントは、「地域ぐるみ、職場ぐるみ」で取り組む健康づくり



### 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】

- 構成団体・企業と連携した情報発信、啓発活動

柱1. 住民主体の地区ごとの健康づくり  
 活動の促進

- 地区ごとの健康づくり活動の活性化
- 健康づくりグループ表彰
- 健康づくりと介護予防の一体的な推進

柱2. 生涯を通じた健康づくり

- 健康づくりのキヤッチフレーズと11目標の周知啓発、環境づくり
- 事業所での健康づくりの推進と「しまね☆まめなカンパニー」事業の推進
- 高齢期のフレイル予防の推進（口腔機能低下予防、低栄養予防、ロコモ予防）

柱3. 疾病の早期発見、合併症予防・重症化予防

- 糖尿病の合併症予防
- 働き盛り世代の脳卒中の発症予防、再発予防