

あ　い　さ　つ

本格的な少子高齢社会が進展している中で、すべての人々が自分らしく健康で生き活きと暮らせる社会を構築するために、これまでにも増して健康を増進し、日常の生活習慣に起因する病気を予防することにより、認知症や寝たきりなどの要介護状態を減らすための総合的な健康づくり対策が求められています。

現在、国では2010年度を目指とした具体的な目標等を提示した「21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21）」が展開されています。これは、人口の高齢化の進展に伴い、疾病の治療や介護に係る社会的負担が今後ますます過大となることが予想されているので従来の疾病対策の中心であった健診による早期発見・治療にとどまることなく、健康を増進し、疾病を予防する「一次予防」に一層の重点を置いた対策を進めようとするものです。

これを受けて、本市におきましても、生涯にわたる健康づくりを推進していく「石巻市健康増進計画（愛称：みんなで生き活き健康プラン）」を策定いたしました。この計画は、「一人ひとりの健康づくりをみんなで支えるまちづくり」を基本理念とし、それを実現するために「8つの重点項目」を掲げ、一次予防に重点を置いた市民一人ひとりがめざす目標（指標）を設定し、その目標の実現に向け、今後の「市の取り組み」と「各関係団体の取り組み」を具体的な行動計画として示したほか、市民から寄せられた取り組み例も提示しており、皆様が自分にあった無理のない健康づくりを楽しく継続できることと期待しております

今後、この計画に掲げた目標の達成に向けて、地域社会が一体となって取り組み、『安心して健やかに暮らせるまち』の実現をめざしてまいりますので、市民の皆様をはじめ、関係機関・団体の御理解と御協力をお願いいたします。

結びに、この計画策定に当たりまして、御尽力いただきました石巻市健康増進計画策定検討委員会委員の皆様、そして石巻市民健康調査に御協力・御意見いただきました多くの皆様には心から感謝と御礼を申し上げます。

平成18年11月

石巻市長　土　井　喜美夫