

# 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の健康づくり、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

