



## 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. ちょこっと運動、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29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