

～ はじめに ～

わが国では、生活環境の改善や医学の進歩により国民の平均寿命が急速に伸びておりますが、その一方で、人口の高齢化とともにがん、心臓病、脳卒中、糖尿病などの生活習慣病の割合が増加し、これに伴い、認知症や寝たきりの要介護者等も増えており深刻な社会問題となっています。

このため、国では、全ての人々が健やかで心豊かに生活できる活力ある社会とするため、これまでの病気の早期発見や治療にとどまるのではなく、発病を予防する「一次予防」に重点をおいた対策を強力に推進し、壮年期死亡の減少、認知症や寝たきりにならない状態で生活できる期間「健康寿命」の延伸を図っていくため、「健康日本21」を策定し、国民の健康づくりを総合的に推進しています。

この「健康日本21」の趣旨に沿い、本市独自の健康づくりを進めるため、健康を増進し発病を予防する「一次予防」に重点をおいた市民の健康づくりを支援する「健康のぼりべつ21」を策定しました。

健康づくりは、一人ひとりが「自分の健康は自分でつくる」という自覚を持ち、自発的に健康的な生活習慣を身につけ、生活習慣がもとでおこる病気を予防することが大切であり、このため、行政はもとより地域、学校、職場、関係団体などが一体となって、個人の健康づくりを支えていく必要があります。

市は市民とともに健康づくりを進めてまいります。市民のみなさんも一人ひとりが、健やかでこころ豊かな生活ができますよう、健康づくりに積極的に取り組んでいただきたいと思います。

最後に、「健康のぼりべつ21」の策定にご協力いただきました関係者の皆様に心から感謝申し上げます。

平成17年3月

登別市長 上野 晃