

笑顔がひろがるまちへ

生涯元気ざかり21プランから

21世紀を迎え、保健・医療・福祉を取り巻く社会情勢が大きく変化する中、平成15年5月に国民みんなの元気をめざす「健康増進法」が施行されました。

油谷町でも、これまでの「油谷町保健計画」を見直し、生活習慣病の改善など「1次予防の推進」を盛り込んだ「油谷町保健計画（生涯元気ざかり21プラン）」を策定しました。生涯を通じて健やかな生活を送り、生活の質の向上を図るため、健康づくりを支援するための環境整備を整えていきます。

「健康増進法」ってなに？

日本は平均寿命、健康寿命ともに世界一の長寿国です。

しかし、健康で「過」せる「健康寿命」と平均寿命の間には数年の開きがあり、この期間は痴呆や寝たきりなどで過ごすことにもなります。この期間をできるだけ短くし、生涯元気で過ごせれば人生は充実し、医療や介護の負担も少なくなります。

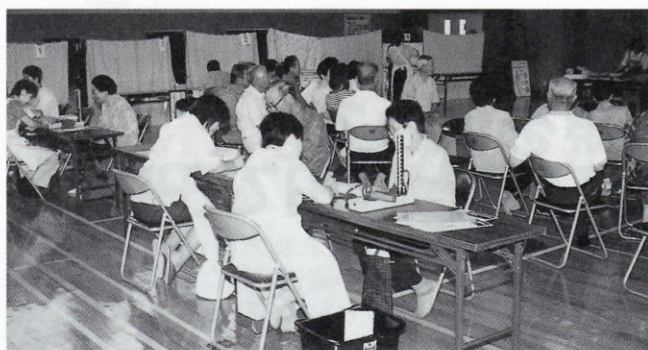
そのため、国民一人一人の健康づくりを社会全体で支えるため、「健康日本21」が2000年から2010年まで

の国民の健康づくり運動として推進されています。

「健康増進法」は、この「健康日本21」を支える法的基盤として、健康づくりをより強力に推進するものです。国民の健康増進のため、国や都道府県、市町村、健康保険等の実施者、医療機関、学校などが協力し、健康に関する正しい情報を提供したり、健康づくりのための事業（例：健診や健康まつり、スポーツ事業や健康教室など）を実施したりします。



▲健康銭太鼓体操で元気はつらつ



▲健康診査で自分の健康を知ろう