

## はじめに



平成 23 年に策定された「健康たいない 21」は、平成 28 年に第 2 次計画として更新され、令和 2 年度末を持って終了となります。これまでの取組により、健康について関心を持つようになった人も増えてきています。一方では健診を受診しない人、定期受診につながらず病状を悪化させてしまう人、社会から孤立し、ひきこもりがちになってしまう人などもおり、健康格差は広がりつつあります。

当市では健康格差を縮小するために健康づくりのゴールを「その人らしい豊かな人生の構築」と位置付けております。健康は豊かで幸せな人生を送るための重要な資源ですが、どんなに気を付けていても病気になってしまう人がいることも事実です。よって、「病気ゼロ」だけを目標にするのではなく、たとえ病気であってもその人らしく元気に過ごせる生き方を目指してまいります。

「健(検)診のすすめ」、「運動のすすめ」、「バランスの良い食生活」、「十分な休養」など、病気を減らすことを進めるだけでなく、「人とのふれあい」「夢や目標」「生きがい」などを持つことで、元気を増やすという総合的な健康づくりを推進したいと考えております。

今まで経験したことのないコロナ禍において、思うような事業がなかなかできないものも多くありますが、「できない」と諦めるのではなく「できること」を探することで、コロナ禍の困難を市民の皆様と一緒に乗り越えていきたいと思っております。

最後に、本計画の策定に際し、健康づくりに関する調査にご協力いただきました多くの市民の皆様、計画策定検討会に参画してくださった皆様、そして、計画を審議してくださった「健康づくり推進協議会委員」の皆様に感謝申し上げますとともに、本計画の推進に向けて皆様の一層のご理解とご協力をお願い申し上げます。

令和 3 年 3 月

胎内市長 **井畑 明彦**

