

## はじめに



健康で生き生きとした生活を送ることは、だれもが望む願いです。

しかし、社会が豊かになり人々の健康への関心が高まる一方、食生活の変化や運動不足などにより引き起こされる生活習慣病や高齢化に伴う介護や医療費負担の増大が、深刻な社会問題になっています。

より健康な社会を目指すためには、一人一人が「自分の健康は自分で守る」という自覚を持つことが何よりも大切です。さらに、よ

り効果的に個人の健康づくりを進めるための支援体制を社会全体で整えていくことも、大変重要です。

国では、平成 12 年（2000 年）に「21 世紀における国民健康づくり運動（健康日本 21）」を定め、生活習慣病などの予防や健康寿命を延ばしていくための様々な取組を行っています。

本市におきましても、国の取組を踏まえ、市民の健康づくりの指針として、「平塚市健康増進計画 ひらつか笑顔プラン」を策定いたしました。

本計画では、「生きがいのある暮らしの実現に向けて、健やかな地域づくり・人づくりを進めよう」を基本理念に掲げています。また、生活習慣病予防に重点を置くとともに、一人一人が生涯を通して豊かな人生を送るため、ライフステージに応じた健康づくりの支援などについて方向性を示しています。

計画の推進に当たっては、市民、関係団体の皆様と行政との連携が不可欠です。今後とも、皆様と協働して本市の健康づくり施策に取り組んで参りますので、皆様の御理解と御協力をよろしくお願いいたします。

最後に、本計画の策定に当たり、平塚市健康増進計画策定委員会委員の皆様をはじめ、多くの貴重な御意見や御提言をお寄せいただいた皆様に厚くお礼を申し上げます。

平成 22 年（2010 年）6 月

平塚市長 大藏 律子