



## 特集

健康で明るく元気な生活が送れるよう

# 一笑元気・一生健康

健康計画 「みのかも元気 いきいきプラン 21」 がスタート

今、日本の平均寿命は、生活環境の改善や医学の進歩によってどんどん伸びています。しかし、人口の急速な高齢化とともに、生活習慣病やこれに起因する寝たきりの増加など、深刻な社会問題となってきました。

国は、平成12年に生活習慣の改善や生活習慣病などの予防に重点を置いた「21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21）」を策定し、各自治体でも具体的な取り組みが急がれるようになりました。

こうした中、市では市民が主体となり「美濃加茂市健康づくり推進協議会（委員長山田實紘じゆんこうさん）」を中心に、すべての市民が健やかで心豊かに生活できる社会を実現することを目的とした健康計画「みのかも元気 いきいきプラン21」（以下「いきいきプラン」）を昨年度末に策定し、今年度から実践することになりました。

そこで、今回はこの計画策定に関わられた皆さんに、話を伺いました。

写真は健康教室（出前講座）に参加された島之洞健寿会の皆さん