

はじめに



健康でいきいきとした生活を送ることは、私たち市民一人ひとりの願いです。

長崎市では、平成 13 年度に健康増進計画「健康長崎市民 21」を策定し、「すべての市民が健やかで心豊かに生活できる活気あるまち」の実現を目指し、取り組みを始めました。

平成 25 年度には、「健康寿命（健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間）の延伸」を大目標とし、「生活習慣病の発症及び重症化予防」を重点目標に掲げた「第 2 次健康長崎市民 21」を策定し、様々な健康分野においてそれぞれの取り組みにより市民の健康づくり運動を推進してきました。

この度、前計画の終了に伴い、「すべての市民がいつまでも健やかで心豊かに生活できる活気あるまち」を目指し、これまでの生活習慣病の発症及び重症化予防対策に加え、誰一人取り残さない市民の健康づくり運動を一層推し進めるため「第 3 次健康長崎市民 21」を策定しました。本計画では、引き続き「健康寿命の延伸」を目標にするとともに、新たに基本姿勢「スタートはよりよい生活習慣から」を設定し、市民誰もが、より長く、健康に生活できるよう、これからも、市民、地域、企業、学校、保健医療や福祉等の関係団体、保険者等と協働しながら、本計画の普及啓発と推進に向けて、各々の活動を展開していきますので、将来の健康状態の改善につながるよう、お一人おひとりがよりよい生活習慣の定着に努めていただきますようお願いいたします。

結びに、本計画の策定にあたり、熱心にご審議、ご検討いただきました健康長崎市民 21 市民推進会議の委員の皆様をはじめ、ご協力を賜りましたすべての方々に心から御礼申し上げます。

長崎市長 鈴木 史朗