

つなぐ...

大切に命を育み、
豊かな愛情を注ぐ...



自分自身を大切にし、
そして人と未来を信じる...



一人ひとりの個性が
尊重され、健やかに育つ...



生と性を考え、
命のつながりを大切にする...



健やかな絆のもとで、
地域で支えあう

お互いに助け合い、
健やかな家庭を築く...



生きがいを持ち、
心身ともに豊かに暮らす...



いのち、ひと、みらいへ...!

より詳しい内容の「健康しおがま21プラン」をご覧ください。



■「健康しおがま21プラン」ホームページURL

<http://www.city.shiogama.miyagi.jp/kenkosuishin/shise/kekaku/kenko21/dai2.html>

■「健康しおがま21プラン」(本編閲覧用)の設置場所

市役所1階ホール 図書館 エスポ

お問い合わせ先

塩竈市 健康福祉部 健康推進課
(保健センター)

〒985-0003 塩竈市北浜4丁目8-13

TEL 022-364-4786

FAX 022-364-4787

MAIL kenkou@city.shiogama.miyagi.jp



塩竈市健康増進計画

健康しおがま21プラン

【第2期：平成25年度～平成34年度】

ダイジェスト版

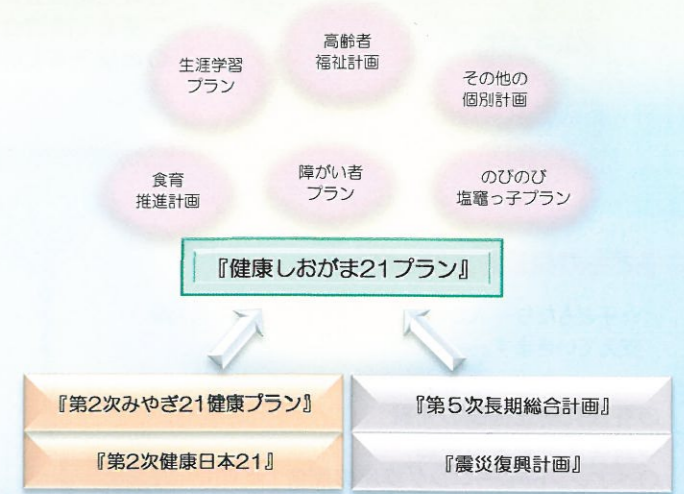
『健康しおがま21プラン』は...

～ ふるさと塩竈に暮らす市民の皆さんが
健やかであるための道しるべです ～

◇「健康しおがま21プラン」は、塩竈のまちの「健康づくり」についての総合的な計画です。

◇「プラン」では、まちづくりの基本計画である「第5次長期総合計画」と「震災復興計画」に基づいて、今後10年間の市民の皆さんの「健康づくり」の方向を明らかにしています。

◇市の様々な分野別の計画や国・県の計画と一体となって市民の皆さんの「健康づくり」を支える効果的な施策や事業を実施していきます。



プランでは何を重点的に取り組むの...

～ 生涯を通して健やかに
暮らすための8つの重点項目 ～

◇「プラン」では、本市の少子高齢化の進展や健康を取り巻く現状を踏まえて、解決すべき健康課題として8つの重点項目を設けました。

◇生涯を通して健やかに自立した生活を送るためには、健やかな子育て、家庭生活、社会生活を過ごし、日頃から生活習慣病予防や介護予防に取り組むことが大切です。

◇さらに、東日本大震災の被災による健康面への影響を考えて、被災された市民の方が住み慣れた地域で健やかに暮らすことができるようサポートしていくことも必要です。

プランの健康づくり重点項目
1. 親子の健康
2. 栄養・食生活・アルコール
3. 歯の健康
4. 休養・心の健康
5. 身体活動・運動
6. たばこ
7. 生活習慣病
-① がん
-② 循環器系疾患
-③ 糖尿病
8. 被災者の健康支援

プランを効果的に推進していくために...

～ 市民の主体的な取り組みを支え
自助・共助・公助が一体となって
まちぐるみの健康づくりを進めます ～

◇プランの基本理念は、「ともに支えあう健やかさと安心に満ちたまち・しおがま」です。

◇健やかな心と身体、健やかな暮らしを築いていくためには、市民一人ひとりが、「自らの健康は自らの手で守る」意識を持って、主体的に取り組むことが大切です。

◇その主体的な取り組み(自助)を、地域の活動の中で支え(共助)、行政がまち全体の健康づくりを進めていく(公助)ことで、基本理念の実現を目指していきます。

市民⇒〈自助〉

○健やかな生活習慣の実践

基本理念の実現

「ともに支えあう健やかさと
安心に満ちたまち・しおがま」

行政⇒〈公助〉

○「健康しおがま21プラン」の推進

地域・団体等
⇒〈共助〉

○市民の健康づくりや保健活動を支援

◇「健康しおがま21プラン」の概要は、「広報しおがま」5月号に特集記事を掲載しています。併せてご覧ください。

※本ページの写真はイメージです。イメージ写真は明治安田生命「マイハビネスフォトコンテスト」入賞作品の使用許諾を得て掲載しています。