

# 健康で元気なひとづくり



アツタモかい…

### Point

## いつまでも健康でいられる環境づくりを進めます

市民一人一人が「自分の健康は自分で守る」という意識を持ち、主体的に健康づくりに取り組むとともに、より効果的に実践できるよう、家庭や地域社会全体で支える仕組みづくりを進めます。

また、全ての市民が安心して住み慣れた地域で生活できるように、保健・医療・福祉の分野で働く人たちが連携して、「地域の見守りサービス」を充実するなど、地域で支えあい、助けあう体制をつくります。

## ■地域が連携して行う健康づくり

<健康づくりの推進 本編46ページ〜>

- 病気の早期発見や重症化を予防するために、健康診断の受診をすすめ、健診後の指導を強化します。
- 適正体重を維持するために、年代に応じた食生活や生活習慣の改善に取り組みます。
- 学校や公民館などと連携して運動習慣の定着を図り、健康づくりを推進します。また、運動を通じて介護予防にも取り組みます。
- 職場や関係団体と連携して働き盛り世代や高齢者の自殺予防など「こころの健康づくり」を推進します。



## ■身近な病院で診てもらえるように

<安心できる医療体制の充実 本編48ページ〜>

- 市内の病院や医師と連携して、医師及び医療技術者を確保し、地域医療体制を充実していきます。
- 365日24時間の救急医療体制を維持・充実させていきます。



## ■住み慣れた地域でいつまでも暮らせるように

<地域で支えあう福祉の推進 本編52ページ〜>

- 介護が必要になっても、住み慣れた地域で暮らし続けることができるように、住まい・医療・介護・予防・生活支援が一体的に提供できる「地域包括ケアシステム」を構築します。
- 障害がある人もない人も、生き生きと生活ができるように、地域で互いに助け合うまちづくりを目指します。



## ■お年寄りが安心して暮らせる仕組みづくり

<高齢者への支援 本編56ページ〜>

- お年寄りが自宅で安心して暮らし続けられるように、見守り支援や在宅介護サービスなど高齢者福祉を充実させていきます。
- お年寄りが積極的に健康づくりを行い、地域の活動や自身の生きがいづくりに取り組む「生涯元気社会」の実現を目指します。



赤十字奉仕団による炊き出し訓練



ふれあいサロン

