

## はじめに

南魚沼市では、「生涯を通じてだれもが健やかでいきいきと暮らせる地域（まち）」を基本理念として、平成19年3月に『いきいき市民健康づくり計画』（計画期間：平成19年度～平成27年度）を策定し、関係機関や関係団体と連携しながら市民の健康づくりを計画的に推進してまいりました。



この間、国においては、全ての国民がともに支え合い、健やかで心豊かに生活できる社会の実現をめざして平成15年に定めた「21世紀における国民の健康づくり運動（健康日本21）」について見直しを行い、平成25年度に『健康日本21（第2次）』として新たな方針を示しました。

新たな国の基本方針を受け、『いきいき市民健康づくり計画』及び『健康まちづくり食育推進計画』がともに計画期間が終了することを機に、この度、『いきいき市民健康づくり計画（第2次）』にまとめ、それぞれを第1編及び第2編として、市が実施する健康づくり、保健施策を推進していくための指針となる総合的な計画を定めました。

市では本計画に基づき、引き続きこころの健康づくり、生活習慣病の発症予防と重症化予防、さらには妊娠、出産、子育てと切れ目のない子どもの発達支援に重点的に取り組んでまいります。

また「食育」についても、「食」が単に生命を維持するためのものでなく、豊かな人生を送る上で、欠くことのできないものであるとの認識を持ち、市民一人ひとりが「食べる知識と知恵」を身につけ、心身の健康増進と豊かな人間形成を自ら実践できるよう取り組んでまいります。

あわせて、健康寿命の延伸と健康格差の縮小のために関係機関や関係団体と協働し、社会全体で健康づくりに取り組みやすい環境整備を進めてまいります。

市では、昨年10月1日に「輝くあしたへ心と体の健康づくり」をスローガンとした「スポーツ健康都市宣言」を行ったところであります。

これを機に、すべての市民がスポーツに親しみながら、健診などの保健活動とバランスのとれた食生活を送り、生涯にわたって健康で文化的な生活をめざしていただければと考えております。

結びに、本計画の策定にあたり貴重なご意見やご提言をいただきました、南魚沼市健康づくり推進協議会並びに南魚沼市健康まちづくり食育推進会議の委員の皆さま、健康増進アンケート等を通じて、貴重なご意見をお寄せいただきました皆さまに心より感謝申し上げます。

平成28年3月

南魚沼市長 井口 一郎