

どんな取り組みをするの？

健康増進は、市民の意識と行動の変容が必要であることから、市民の主体的な健康増進の取り組みを支援するため、加賀市では、関係機関と連携し、効果的に取り組んでいきます。

生活習慣病の発症予防・重症化予防の徹底

食生活の改善や運動習慣の定着等、一次予防（生活習慣を改善して健康を増進し、生活習慣病の発症を予防すること。）に重点を置いた対策を推進するとともに、合併症の発症や症状の進展等の重症化予防に重点を置いた対策を推進します。また、若いうちから生活習慣病対策につなげる生活習慣病予防健診、働き盛りの健康を守るがん検診について、より健診（検診）を受けやすい体制づくりに取り組みます。

自立した生活を送るために必要な能力の維持・向上

乳幼児期から高齢期まで、それぞれのライフステージにおいて、心身機能の維持及び向上につながる対策に取り組めます。

また、生活習慣病を予防し、又はその発症時期を遅らせることができるよう、低出生体重児の予防と、子どもの頃からの健康な生活習慣づくりに取り組みます。

健康を支え、守るための社会環境の整備

地域での健康づくり事業を推進し、受動喫煙防止対策や保健指導体制の強化等、環境整備に努めます。

～市民は何をすればよいでしょうか～

- 健康に関心を持ち、理解を深めましょう。
- 自分の健康状態を知り、健康の増進に努めましょう。