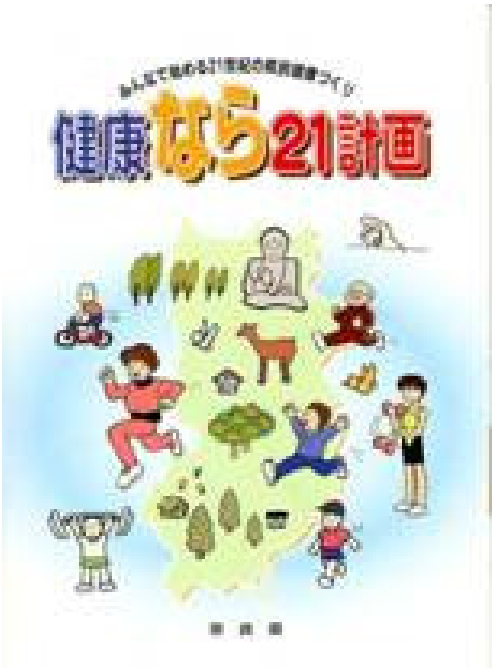
第１章　　奈良県健康増進計画の趣旨

１　「奈良県健康増進計画」追加・増補の趣旨

奈良県では、平成１３年７月に健康寿命の延伸と早世の減少を柱に、平成２２年までにより健康でより豊かな長寿社会の実現を目指して、「健康なら２１計画」を策定しました。

本計画では、健康的な生活習慣の獲得と疾病の早期発見・早期治療による予防に向け、「栄養・食生活」、「身体活動・運動」、「休養・こころの健康づくり」、「たばこ」、「アルコール」、「歯の健康」、「糖尿病」、「循環器病」、「がん」の９領域について達成したい目標と数値目標を設定し、県民の健康づくりを推進してきました。

計画策定の５年後にあたる平成１７年度の中間評価と平成１９年度の県民健康・栄養調査の結果、３０歳代から５０歳代男性の肥満（内臓脂肪型肥満の疑い含む）の割合が高いことや運動不足の問題が明らかになりました。また、朝食の欠食や野菜不足、脂肪の摂りすぎ、がん検診の受診率が低い等の実態も明らかになりました。

今回の追加・増補では、生活習慣病の予防と改善に向けた目標項目を追加設定し、県民一人ひとりが実践するための具体的な施策と数値目標を盛り込み、平成２４年度をゴールとして追加・増補しました。これにより、健康づくりを支援する関係機関・団体等と連携し、身近で、無理なく、楽しく健康づくりができるよう「奈良県健康増進計画」と改称し、県民のための健康づくり運動を推進していきます。