

# 健康づくりでいきいき生活

## 健康づくり総合計画「いきいき松浦21」を見直しました

「健康でいきいきとした生活を送りたい」  
長い人生の中で、誰しもが望むことです。

平成15年3月に旧松浦市で策定した、健康づくり総合計画「いきいき松浦21」。10年計画で、「心豊かにからだ元気なまちづくり」を目指して、健康づくりのためのさまざまな事業を進めてきましたが、中間年にあたる平成19年度に内容を見直し、後半5年の計画を策定しました。

今月号では、市民の皆さんがいきいきとした生活を送れるよう見直された「いきいき松浦21」の内容を紹介します。

### 「松浦市健康づくり推進協議会」が見直し

知識経験者や市民の代表、市職員など37人からなる「松浦市健康づくり推進協議会」。市民の総合的な健康づくりを積極的に推進し、市民生活の健全な発展を図ることを目的に、平成19年度に話し合いを進め、「いきいき松浦21」の見直しを行いました。



# 松浦市の現状は？

健康づくりは、市民一人ひとりが「自分の健康は自分でつくり守る」という自覚を持って、主体的に取り組むことが重要です。

そのために、まず松浦市の現状を知ることから始めましょう。ここでは、松浦市での死因割合とがん検診の受診状況を紹介합니다。

## ●「がん」は死因の1位

下の①の円グラフは、平成17年の松浦市民の死因別死亡割合です。\*生活習慣病といわれるがん、心疾患、脳血管疾患が上位3位を占めています。

これらが全死因の約6割を占めていることから、生活習慣病を予防することが重要だということが分かります。

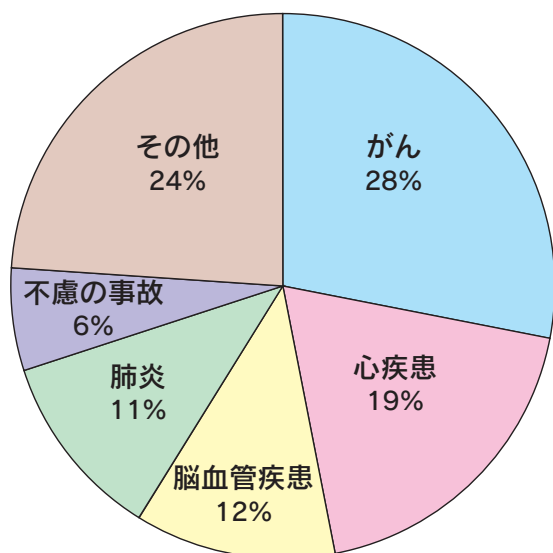
## ●がん検診の受診状況

下の②の棒グラフは、平成14～18年度の各がん検診の受診率です。

がんが主要死因第1位で、全死因の約3割を占めているにもかかわらず、まだまだがん検診の受診率は低い状況です。

早期に見えれば治療可能な疾患なので、今後は受診者を増やす取り組みが必要になってきます。

### ①死因別死亡割合（平成17年）

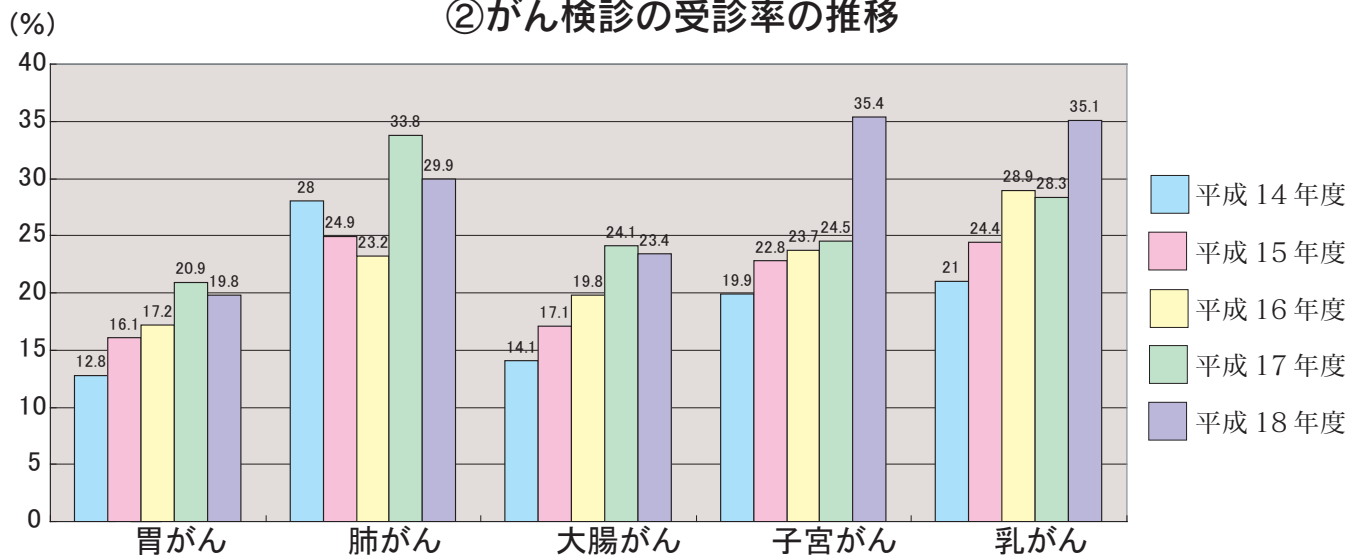


資料：県北保健所事業概要（平成19年度版）

### ※生活習慣病

偏った食生活や運動不足、ストレス、喫煙など、毎日の好ましくない生活習慣の積み重ねによって引き起こされる病気の総称です。中でも、糖尿病・脂質異常症・高血圧は、かかっている人、その疑いのある人が多いことから、3大疾患といわれています。

### ②がん検診の受診率の推移



資料：県北保健所事業概要（平成17～19年度版）