

平成18年度健康増進普及月間実施要綱

1. 名称

平成18年度健康増進普及月間

2. 趣旨

平均寿命の著しい伸長にみられるように、近年の国民の健康水準の向上には目覚ましいものがあるが、一方において、人口の高齢化、社会生活環境の急激な変化等に伴って、糖尿病、がん、心臓病、脳卒中等に代表される生活習慣病の増加等が大きな問題となっている。

生活習慣病は日常生活のあり方と深く関連しており、国民の健康の保持・増進を図るためには、運動習慣の定着や食生活の改善といった健康的な生活習慣の確立が重要である。

このため、生活習慣病の特性や運動・食事・禁煙など個人の生活習慣の改善の重要性についての国民一人一人の理解を深め、さらにその健康づくりの実践を促進するため、平成18年9月1日（金）から30日（土）までの1か月間を健康増進普及月間とし、種々の行事等を全国的に実施するものである。

3. 実施機関

厚生労働省並びに健康増進普及月間の趣旨に賛同する都道府県、政令市、特別区及び市町村

4. 実施期間

平成18年9月1日（金）～9月30日（土）

5. 統一標語

「1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ
～良い生活習慣は、気持ちがいい！～」

6. 実施方法

(1) 厚生労働省

政府広報等の活用を図るほか、（財）健康・体力づくり事業財団等関係機関の協力の下、ポスターの作成等により健康増進に関する普及啓発を図る。

(2) 都道府県、政令市、特別区及び市町村

健康増進普及月間の趣旨に賛同する都道府県、政令市、特別区及び市町村は、関係官庁及び関係団体等との連携を密にしつつ、それぞれの地域や職域の実情に即し、創意工夫をこらした効果的な普及啓発を図る。

〈活動内容の例示〉

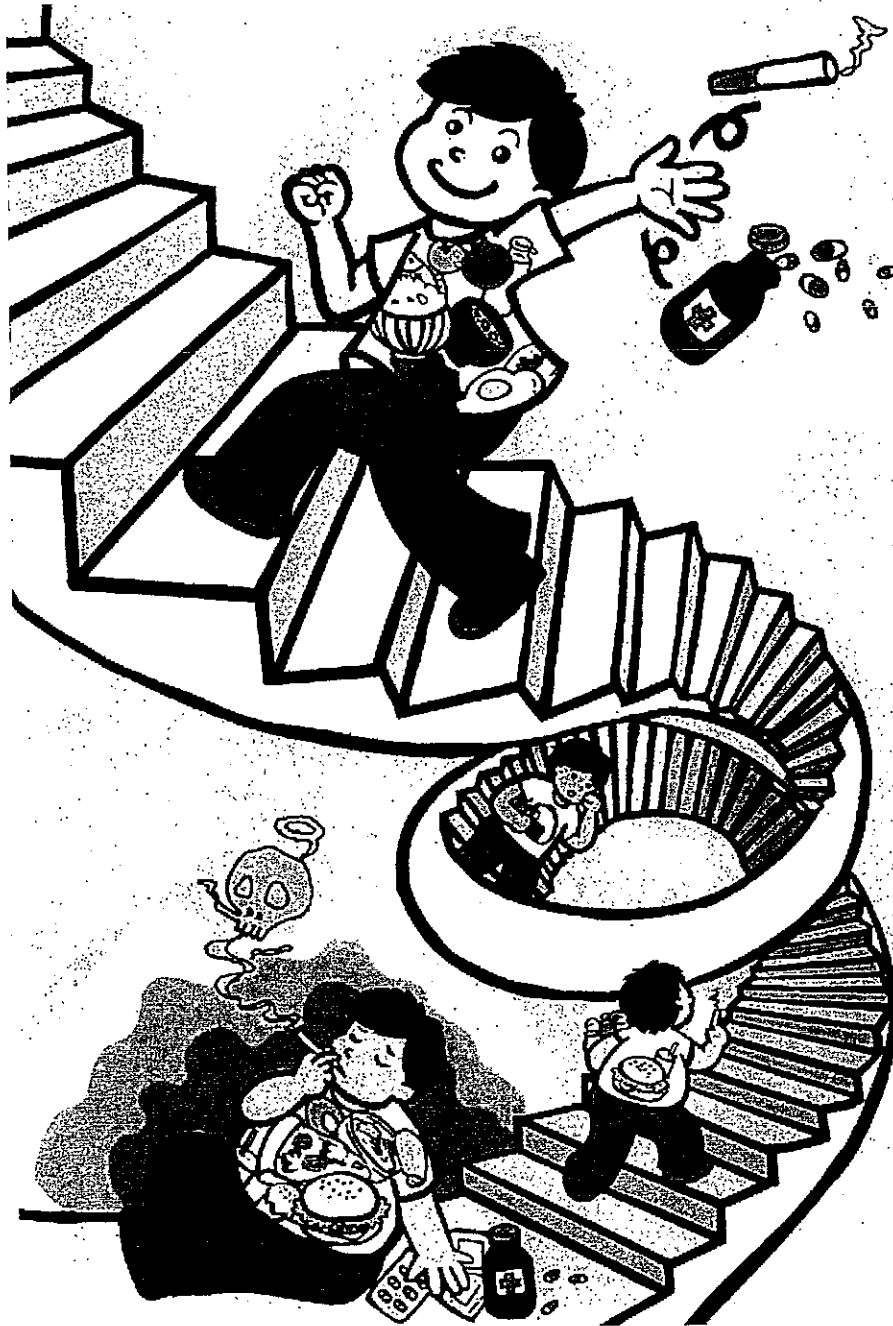
- ア. テレビ、ラジオ、新聞等報道機関の協力を得た広報
- イ. 都道府県及び市区町村の広報紙、関係機関及び関係団体等の機関紙、有線放送、インターネット等の活用による広報
- ウ. ポスター、リーフレット等による広報
- エ. 健康増進に関する各種講演会、研修会、シンポジウム、フォーラム及び映画会等の開催
- オ. ウォーキング等の運動イベントの開催
- カ. 地域別、年代別に応じた健康増進のための行動目標、スローガン等の公募及び発表
- キ. 住民主体のボランティアグループ等を通じた情報提供の推進
- ク. 健康相談、食生活相談及び栄養改善指導

なお、事業の実施にあたっては、次の点に留意するものとする。

- ①メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の認知度の向上
- ②「エクササイズガイド2006」、「食事バランスガイド」及び「禁煙支援マニュアル」の積極的な活用
- ③産業界との連携

1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ

～良い生活習慣は、気持ちがいい!～



宮城学院女子大学(4年生) 松野 佳代さんの作品

9月は健康増進普及月間です。