

## 生活習慣病対策の概要

- 脳出血、心筋梗塞などの生活習慣病の予防のためには、運動習慣の徹底、食生活の改善、禁煙などの生活習慣の改善により内臓脂肪の減少を図るメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)対策が重要である。
- このため、メタボリックシンドロームの概念に着目した健診・保健指導の実施や健康づくりに関する普及・啓発を行うことにより、生活習慣病の「予防」の重要性の理解の促進を含めた生活習慣病対策の効果的な推進を図ることが課題となっている。

