

## 健康づくり事業の推進

～「健康寿命の延伸」を図るとともに、多くの方が「健康」を実感できるまちに～

自分が健康であると感じられる市民の割合（主観的健康感）は、65.9% ※  
 西東京市は、「自分は健康」と思える人々を増やす政策を推進していきます。

※市民の健康に関するアンケート調査（平成 24 年 3 月 西東京市）

### 1 もっと健康、もっと元気に

西東京市は、平成 26 年 7 月に、多摩地域の自治体としては初めて健康都市連合へ加盟いたしました。

「健康寿命の延伸」、「自分が健康であると思える市民（主観的健康感の向上）を増やすこと」等を市の健康づくりの総合目標とし、様々な健康施策を展開していくことで、究極のゴールとも言える「健康寿命＝平均寿命」を目指してまいります。

そのため、まずは、自分自身の健康づくりに自ら「チャレンジ」するきっかけ作りを支援するため、今年度、次のような事業を実施しています。



健康都市連合日本支部大会（7 月 29 日）



### 2 平成 26 年度の主要事業 ～健康応援団の創設～

日頃から健康づくり活動を実践している市内事業者・団体から成る「健康応援団」を創設し、市民の健康づくり活動を支援します。

**健康応援団は、市内 42 の団体等にご登録いただきました。**

また、11 月 9 日に開催した西東京市民まつりでは、健康応援団の正副団長を任命し、「健康応援都市 西東京市」がスタートしました。

健康応援団長 村田 利夫 氏（西東京市社会福祉協議会会長）  
 同 副団長 川上 泰雄 氏（早稲田大学スポーツ科学学術院教授）  
 同 副団長 谷戸 美代子 氏（西東京市ラジオ体操会連盟会長）



#### ●平成 26 年度 健康施策事業

- ・西東京健康チャレンジ 2014（10 月から実施）  
 ～5 つの健康づくり活動にチャレンジし、景品プレゼント
- ・胃がんハイリスク検査の実施（7 月から実施）  
 ～健康診査項目に追加 胃がんの早期発見を！
- ・チャレンジフィットネススクール開講（10 月から実施）  
 ～市内等の 8 つのフィットネスクラブを利用した  
 ロコモティブシンドローム予防対策事業
- ・自殺・うつ病予防対策ミュージカル開催（11 月 22 日）

【問い合わせ先】 市民部 健康課（TEL：042-438-4037）