

西東京市健康都市宣言

私たちの願いは、みどりを身近に感じることができ、安心して外出できる地域で、心身ともに健康で、一人ひとりがいきいきと輝いて暮らすことです。

そのために、私たちは、自らの健康は自らの手でつくることを基本とし、お互いに支え合いながら、生涯にわたって健康づくりを進めます。

- 一、自らの健康状態を知り、快適な生活を楽しみます
- 一、地元の野菜がある食生活を楽しみます
- 一、運動やスポーツのある生活を楽しみます
- 一、休養を上手にとり、心穏やかな生活を楽しみます
- 一、身近なところから学び、創造的な生活を楽しみます

(解説)

西東京市は、平成13年(2001年)1月21日に、21世紀最初の都市型対等合併により誕生しました。

本市は、「21世紀を拓き緑と活気にあふれ一人ひとりが輝くまち」の実現を新市建設計画の基本理念とし行政運営を行ってきました。

これまでの健康施策は、平成16年3月に策定した「西東京市健康づくり推進プラン」を、総合的な指針として位置づけ、保健、医療、福祉、教育の分野の関係団体や地域グループとの連携を推進し、がん検診事業や西東京しゃきしゃき体操への取組みなど、特色のある事業を進めてきました。

今回、市誕生10周年を迎えるにあたり、市民共通の願いとして、生涯健康で「一人ひとりが輝き互いに支え合うまち」の実現のために、健康を「人」と「環境」の両面から捉え、市民自らが努力(自助)し、互いに助け合う(共助)とともに、公共とも連携する(公助)ことで、様々な分野の協働により「健康都市」をめざすことを宣言するものです。