

第2次 健康うるま21

うるま市健康増進計画
うるま市健やか親子21
うるま市食育推進計画



平成30年3月

うるま市

はじめに



「健康」は、私たち一人ひとりが豊かで充実した人生を送る上で極めて重要な基盤であり、すべての人々の願いであります。

本市では、平成19年3月に、第1次健康増進計画「健康うるま21」を策定し、生活習慣病予防を中心とした健康づくりに取り組んでまいりました。

第1次計画の評価では、健診受診者の高血糖・高血圧の割合が男女ともに減少、またむし歯の有病者率の減少など、健康状態で一定の改善がみられました。一方で、「健康寿命の延伸」や「早世の減少」などの課題があります。

このような中、今回策定した「第2次健康うるま21」においては、「つくろう 広げよう 健康の力！」を、引き続き基本理念として掲げてまいります。本計画の特徴は、人間が生きていく上で欠くことのできない「食（第1次食育推進計画）」と、妊婦から始まり子どもの頃からの健康づくりを進める「母子保健計画（健やか親子）」を、「第2次健康増進計画」に盛り込んでいる点です。

妊娠期・乳幼児期をはじめとした全ての市民が健康づくりに取り組むことができるよう、また健康づくりを支える環境が整うよう、人と人、組織と組織、地域間のつながりを意識し、これまで以上に目標達成に向けて健康づくりに取り組んでまいります。

市民の皆様も、一人ひとりが「自分の健康は自分でつくる」「個人だけでなくお互いに支え合う」「地域全体で支え合う」という意識をもって、主体的に健康づくりにご参加・ご協力くださいますよう、また、計画推進にあたり、関係各位の一層のご支援・ご協力を賜りますよう、お願い申し上げます。

結びに、第2次健康うるま21策定にあたり、健康づくりアンケート及びワークショップにご協力いただきました皆様、また、うるま市健康づくり推進協議会委員及び関係機関に対し、心から感謝申し上げます。

2018（平成30）年3月
うるま市長 島袋 俊夫

