

はじめに



わが国は、生活水準の向上や医学の進歩などにより、世界有数の長寿国となりました。一方で、生活環境や食生活の変化、高齢化の進行などにより、生活習慣病の増加やその重症化、介護を必要とする人の増加が大きな問題となっています。

「人生100年時代」を迎える中、生涯にわたり健やかで心豊かな暮らしを送るためには、単に平均寿命を延ばすだけでなく、健康上の理由で日常生活が制限されることなく生活できる期間、いわゆる「健康寿命」を延ばすことが大切です。

本市では、「誰もが健康でいきいきと暮らせるまち久留米」の実現に向け、平成15年に策定した「健康くるめ21」計画、平成25年に策定した「第2期健康くるめ21」計画に基づき、様々な施策を推進してきました。

この間、健康寿命は着実に伸びましたが、健康寿命の伸びが平均寿命の伸びを上回るという目標の達成には至っていません。また、毎日バランスのとれた食事をしている人の割合、メタボリックシンドロームに該当する人や糖尿病にかかっている人の割合など、生活習慣病に関係する指標にも課題が見られる状況です。

こうした現状を踏まえ、この度策定した「第3期健康くるめ21」計画では、引き続き「健康寿命の延伸」を基本目標に掲げ、「糖尿病の発症予防・重症化予防に向けた保健事業の強化」と「生活習慣の改善に向けた健康状態の見える化や支援対策の強化」を前期期間の重点目標として取り組むこととしています。

本計画の推進にあたっては、市民の皆様一人ひとりの主体的な健康づくりとともに、その取組を、行政、地域、市民活動団体、企業、関係機関が一体となって支えていくことが不可欠です。

皆様の、一層のご理解とご協力をお願いいたします。

最後に、本計画の策定にあたり、熱心にご協議いただきました健康くるめ21計画推進協議会の委員の皆様をはじめ、アンケート調査にご協力いただいた皆様、本計画に貴重なご意見をいただいた皆様に、厚くお礼申し上げます。

令和6年3月

久留米市長 原口 新五

