



子どもと高齢者の交流型レクリエーション教室



ミヨーナ

ミヨーネ

ME-BYO®

超高齢社会が到来する中で、子どもから高齢者まで誰もが健康で生き生きとらせるしくみづくりが求められています。

そこで、「未病を治すかながわ宣言」(平成26年1月)に基づき未病センターの整備など社会環境づくりを進めるとともに食(医食農同源)や運動、社会参加(交流)などの取組み、キャラクターや商標を用いた普及などを通じ、県民のライフスタイルの見直しを進め健康寿命の延伸を図ります。

また、うつ病や自殺に至らないようメンタルヘルス対策など「こころの未病」を治す取組みのほか健康情報の活用による健康行動を促進する取組みを進めます。

注:未病について、P7下段に説明の図を掲載しています。

- ▶ 健康で生き生きと生活できる社会環境づくり
- ▶ 未病を治すためのライフスタイルの見直し
- ▶ こころの未病を治す



具体的な取組み

A 未病を治す取組みを支える社会環境の整備

- 超高齢社会を乗り越え、健康でいつまでも生き生きとくらすことのできる神奈川を実現するため、身近な場所で未病を治す取組みを実践できる未病センターの整備など、個人のライフスタイルの見直しを支える環境づくりを市町村、企業、団体などと連携して推進します。
- 県西地域の資源を活用し、未病を治すため、未病いやしの里づくりなどの取組みを推進します。

主な取組内容	2015	2016	2017	2018
身近な場所で「未病を治す」取組みが実践できる場、人材など環境づくり 実施主体 県、市町村、民間				
	身近な場所で未病を治す取組みを実践できる場づくりの推進			
県西地域活性化プロジェクトによる未病の取組み 実施主体 県、市町、民間				
	地域資源を活用した未病を治す取組みの推進			

B 未病を治すために重要な、食、運動、社会参加など生活習慣改善の支援

- 「食」の取組みを実践できるよう、食習慣改善に向けた医食農同源、食育の普及啓発や8020運動の推進による歯や口腔の健康づくりなどに取り組みます。
- 「運動」を実践できるよう、子どもの頃から運動やスポーツの習慣化をめざす3033運動の普及・推進などに取り組みます。
- 「社会参加」(交流)を実践できるよう、高齢者の生きがいや居場所づくりなどに取り組みます。
- こころの未病を治す取組みとして、メンタル面での悩みを抱える人への相談支援、うつ病や自殺を予防するための人材育成や普及啓発、地域におけるかかりつけ医と精神科医との連携強化に取り組みます。

主な取組内容	2015	2016	2017	2018
医食農同源や食育など食生活の改善に向けた取組み 実施主体 県、市町村、民間				
	食生活の改善などによる未病を治す取組みの推進			
3033 運動の普及・推進など運動やスポーツの習慣化をめざす取組み 実施主体 県、市町村、民間				
	運動習慣の奨励による未病を治す取組みの推進			
社会参加の促進による生きがいづくりの取組み 実施主体 県、市町村、民間				
	社会参加の促進による未病を治す取組みの推進			
メンタルヘルス対策、うつ病対策、自殺予防対策などの取組み 実施主体 県、市町村、民間				
	こころの未病を治す取組みの推進			

C 健康情報の活用による効果的な施策の推進

- 自らの健康データの利用促進や、ビッグデータの有効活用により、健康情報プラットフォーム*の構築や未病の科学的な研究を進め、CHO(健康管理最高責任者)構想の推進など、個人の健康行動を促進する取組みを行います。

*健康に関する情報を蓄積し、それを適切に利用できる基盤

主な取組内容	2015	2016	2017	2018
健康情報の有効活用の促進や、データに基づく効果的な施策の取組み 実施主体 県、市町村、民間				
	CHO構想の普及などによる個人の健康マネジメントの推進			