

未病を治すかながわ宣言

全国有数の速さで超高齢社会が進展する神奈川。今のままでは、医療や介護をはじめ今の社会システムが早晚持ちこたえられなくなるのは明らかです。

そうならないために今、私たちがなすべきは、健康寿命を伸ばし、高齢になっても誰もが生き生きと健康に暮らし、長生きして幸せだったという社会を実現することです。

最近の研究では、生活習慣病や要介護状態（虚弱化とも言われています）になる過程が解明され、それを未然に防ぐ方法も明らかになってきています。

そのため、神奈川県は、特定の疾患の予防・治療に止まらず、心身の状態を整え改善する「未病を治す」取組みを進めることとしました。

これは、食や運動、社会参加など、ライフスタイルの見直しにより、人々の健康を維持しより良い状態にしていこうとするものです。

神奈川県は、「未病を治す」取組みを進めるにあたり、「2つの理念」と「3つの取組み」を宣言します。

2つの理念

- ・ 「超高齢社会を幸せに生きるには未病を治すことが大切だ」という価値観を県民文化として育てます。
- ・ そのため、未病を治す考え方を皆で学び、県民一人一人はもとより社会のあらゆる主体が協力しあって、未病を治す取組みを展開します。

3つの取組み

- ・ 食 : 医食農同源の考え方で、バランスの良い食生活を送る取組み
- ・ 運動 : 日常生活に運動やスポーツなど身体活動を取り入れる取組み
- ・ 社会参加 : 人と人の出会い・ふれあい・交流を進める取組み

行政・県民・企業など、それぞれの主体は、互いに知恵を出し合い、創意工夫を重ね、未病を治す上記3つの取組みを、それぞれの立場から効果的に推進します。

- ・ 県 : 未病を治す取組みの枠組みを示し、市町村と協力して、未病を治す考え方の普及に取り組みます
- ・ 県民 : 未病を治す考え方を学び、3つの取組みを実践します
- ・ 企業・団体 : 企業活動・団体活動等の一環として、県民が3つの取組みを実践することにつながるような創意工夫を展開します

神奈川県は、健康寿命日本一を目指し、広く、この宣言への賛同と参画を呼びかけます。

2014年1月8日

神奈川県知事 黒岩祐治