

## はじめに

町民の皆様には、平素より町行政推進各般にわたりましてご協力を賜っておりますことに、この場をお借りして感謝申し上げます。

さて、中土佐町では、加速度的に進行する少子高齢化や複雑多様化する現代社会の中で、町民の皆様方が健康で安心して暮らせるまちづくりを推進しているところですが、食生活の乱れや運動不足等の変化に伴う生活習慣病やその重症化により



、要介護者とならないための「健康寿命の延伸」を図ることが求められています。

こうしたことから、本町におきましては健康増進法に基づく計画として、平成 26 年に中土佐町第 2 期健康増進計画を策定し、町民の皆様と地域や関係機関、各種団体との連携のもと、町民の健康づくりに努めてまいりました。

この度、第 2 期計画について取り組みの評価と検証を行い、新たな健康課題を踏まえて、令和 6 年から令和 17 年にわたる今後 12 年間の健康づくりの指針となる第 3 期計画を策定しました。

本計画では、前計画の基本理念を継承しながら、ライフステージに応じた生活習慣等の改善、住民の健康意識の向上、生活習慣病の発病予防と重症化予防、住民の健康を支え守るための社会環境の整備、「健康」と「食育」のつながりのある推進の 5 項目を定め、町民の皆様と協働し、「生きがい、健康と絆で守る中土佐町」を目指してまいりますので、今後ともより一層のご理解とご協力をお願い申し上げます。

結びに、計画の策定にあたりご尽力いただきました策定委員会の皆様をはじめ、貴重なご意見をお寄せいただきました町の皆様に心からお礼申し上げます。

令和 6 年 3 月 吉日

中土佐町長 池田 洋光