

第3次大和郡山すこやか21計画 概要版 ＜令和8年度～令和19年度(12年間)＞

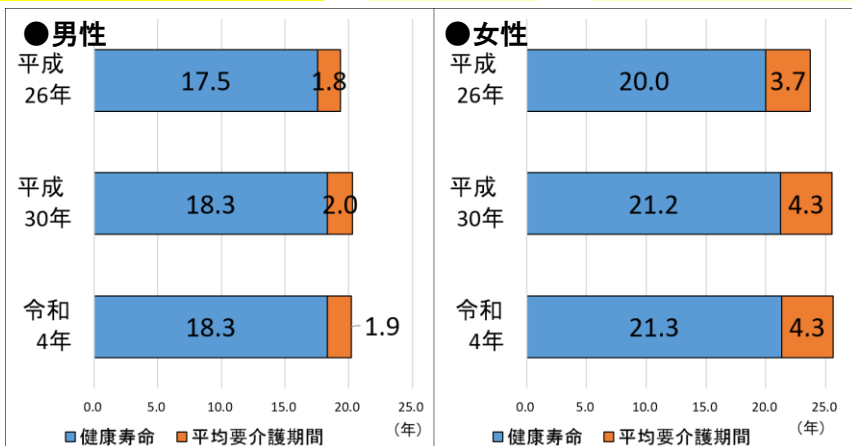
「第3次大和郡山すこやか21計画」とは

大和郡山市では、地域、各種団体、企業から参加していただいた市民の皆さんと共に、市の健康づくり計画「大和郡山すこやか21計画」を平成16年に策定しました。その後、平成26年に策定した「第2次大和郡山すこやか21計画」では、健康寿命の延伸を目標に市民と行政が共に健康課題を協議し、取り組みを行ってきました。「第3次大和郡山すこやか21計画」は、国の「健康日本21（第3次）」「成育医療等基本方針（第2次）」、県の「なら健康長寿基本計画」、国や県の「食育推進計画」「自殺対策計画」とも連動しながら市独自の計画として策定しています。

市民ひとりひとりが主体的に健康づくりに取り組むことに重点を置き、こどものころから高齢者になるまでの一生涯を通した「ライフコースアプローチを意識した健康づくり」として取り組んでいきます。

大和郡山の健康寿命の推移

$$\text{健康寿命(平均自立期間)} = \text{平均余命} - \text{平均要介護期間}$$



平成26年から比較すると男女ともに健康寿命は徐々に延びています。男性は奈良県の平均より下回って推移しており、女性は国・県より延伸傾向にあります。また女性は男性より健康寿命は長いですが、要介護期間も男性の倍以上長くなっています。

出典：奈良県ホームページ

できることからやってみよう、
みんなで作るすこやかなまち

誰もが健康づくりの主人公



健康づくりに取り組むまちづくり