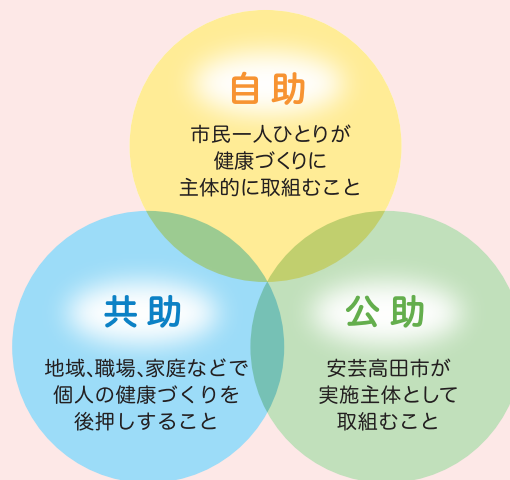


安芸高田市では、前計画の成果と課題を踏まえ、基本理念の実現に向け、市民の皆様、地域の皆様とともに取組みを進める内容として「健康あきたかた21計画(第2次)」を策定しました。

## 市民総ヘルパー構想による「自助」「共助」「公助」の視点

“健康づくり”は、本来一人ひとりが主体的に取り組むものですが、ひとりだけでは困難なこともあります。そのため、市民一人ひとりの健康づくりの支援を地域全体で推進していきます。

本市には、古くから「もやい」による市民相互の助け合いの風習があります。市長マニフェストによる「市民総ヘルパー構想」に基づき、行政と市民の自助・共助・公助の役割分担を明確にしながら、それぞれの立場で健康づくりを推進していきます。



## 基本理念 「みんな笑顔で長生きしようやあ」

### <基本目標>

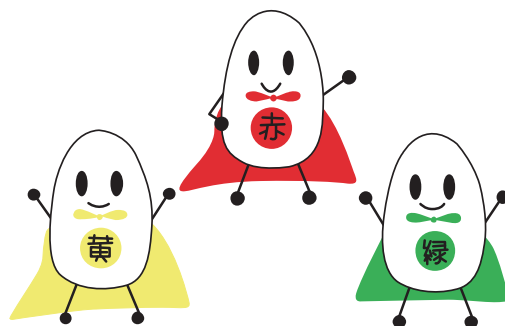
目標項目	現状値	目標値
自分が健康だと思っている人の増加	64.9%	70.0%
健康寿命の延伸	安芸高田市 男性 78.4 歳 女性 85.8 歳	平均寿命の増加分を上回る健康寿命の増加
	広島県 男性 78.4 歳 女性 83.5 歳	

### <基本方針>

健康管理を推進し、生活習慣病の発症と重症化を予防しよう!

良い生活習慣を身につけよう!

地域で健康づくりの輪を広げよう!



健康あきたかた21 イメージキャラクター  
バランストリオ