東大和市 健幸 都市宣言

東大和市は、多摩湖のほとり、自然と文化に恵まれたまちです。
平和な世の中で、だれもが自分らしく、豊かな人生をいきいきとおくることがわたしたちの願いです。
一人ひとりが協力して、限りある命を大切にし、わたしたちは健康で幸せに暮らせるまちを目指して、ここに東大和市を「健幸都市」とすることを宣言します。

1　楽しく運動を続け、身体（からだ）のしなやかさ、たくましさ、機能を保ちます。
1　おいしく食べて、良好な身体（からだ）を保つ食生活を実践します。
1　社会活動に参加し、世代をこえて人とふれあい、楽しく交流します。
1　健康状態を確認するため、すすんで健診を受けます。
1　ともに協力して、笑顔を大切にし、喜びを受けとめながら生活します。

令和２年９月26日　市制50周年を記念して制定

「健幸（けんこう）」とは

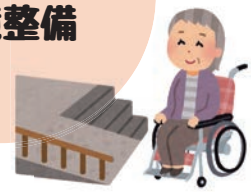
「健康」と「幸せ」はすべての人の願いであると考え、「健康でいきいきと豊かな人生をおくることができるまち」にしていきたいという思いが込められています。

楽しく運動　**正しい食生活**　**いきいき社会参加**

めざそう！ 2040年までに健康寿命を3年以上延伸
めざそう！ 健康寿命 男性86.24歳 女性89.41歳
めざそう！ 多摩26市での健康寿命1位

健（検）診で予防と早期発見

住みやすい環境整備



東京 ゆったり日和 東やまと

東大和市　福祉部　健康課　電話：042-565-5211