

「とうかい減塩day」の制定について
宣言書

東海村では、第3次東海村健康づくり計画を策定し、「健康寿命の延伸」と「健幸感の向上」を目指して様々な取り組みを行っています。

しかし、現在東海村では、死因や医療費の面で、高血圧や心臓病、脳卒中などの循環器疾患の割合が高くなっており、その要因の1つとして食塩摂取量が多いことや、減塩を意識して行動している人が少ないことなどが挙げられます。

そこで、東海村健康づくり計画の重点目標の1つに「減塩に取り組む人の増加」を掲げ、減塩を推進していくことにしました。

減塩というと、面倒と感じたり、味が薄くて美味しくないというイメージを持つ人もいるかもしれませんが、近年の健康志向の高まりとともに、減塩に取り組みやすい環境が整ってきています。

減塩に取り組むことで、ご自分や家族の病気を予防したり、発症を遅らせてたりすることができ、健康寿命の延伸につながります。

東海村と東海村健康づくり計画推進委員会では、村民一人ひとりが減塩を実践し、日常生活において習慣となることを目指し、月に1回、減塩を意識していただくため、減塩の日を定めることにしました。

この日を中心に、「無理をせず、美味しく取り組める減塩」を周知していくことで、日ごろから減塩に取り組む人を増やし、継続して取り組めるよう応援していきます。

村民が一体となり、減塩を実践することにより、「健康寿命の延伸」と「健幸感の向上」を実現してまいりましょう。

ここに、毎月20日を「とうかい減塩day」とすることを宣言します。

令和4年7月27日

東海村
東海村健康づくり計画推進委員会