健　康　情　報

第３次健康おおだて２１

延ばそう　健康寿命　～みんなでつくる健康なまち　おおだて～

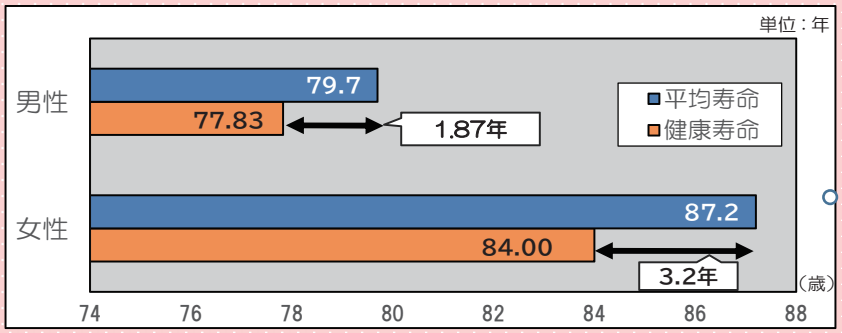
「第３次健康おおだて２１」は、生活習慣の改善や生活習慣病の発症と重症化予防を目的とした**「個人の行動と健康状態の改善」と「社会環境の質の向上」「ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり」**の３つを柱とした健康増進計画です。

一人ひとりが健康づくりに取り組んで、健康寿命の延伸を目指しましょう。

〇大館市の平均寿命と健康寿命（令和２年）

健康寿命とは、健康上の問題で日常が制限されることなく生活できる期間をいいます。平均寿命と健康寿命の差は、日常生活に制限のある「不健康な期間」を意味します。

市の平均寿命と健康寿命の差は、**男性１.８７年、女性３.２年**です。



平均寿命：市区町村別生命表　　健康寿命：厚生労働科学研究　健康寿命の算出プログラムより

市では病気の予防と健康増進、介護予防などによって、市民一人ひとりが健康で元気に生活する期間を延ばすことにより、健康なまちをつくることを目指しています。

詳しくはこちら
第３次健康おおだて21
大館市ホームページ

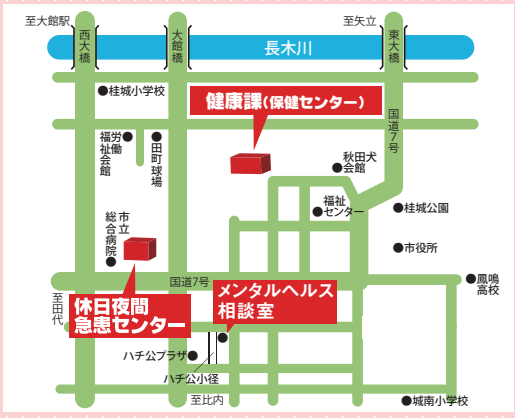
休 日 夜 間 急 患 セ ン タ ー

受付時間		
	月～金	19：00 ～ 21：45
	土	18：00 ～ 21：45
	日・祝日 年末年始	9：00 ～ 11：45 13：00 ～ 15：45 18：00 ～ 21：45

- 休日、夜間の急な発熱、腹痛、軽いけがなどでお困りの時にご利用ください。
- マスクを着用し、マイナ保険証・健康保険証・資格確認書のいずれかとお薬手帳（持っているかた）を持参してください。
- お越しの際はインターホンを鳴らしてください。
- **お車でお越しの際は、市立総合病院駐車場をご利用ください。**

〒017－0885
大館市豊町３番２号（市立総合病院隣）
TEL 0186－45－0223
※平日の日中のお問い合わせは健康課へ

お 問 い 合 わ せ



健康課（保健センター内）
〒017－0897
大館市字三ノ丸５５番地
TEL　0186－42－9055
FAX　0186－42－9054

<編集発行>大館市福祉部健康課　令和７年４月発行