

## 健保連健康強調月間のお知らせ

# あなたの健康、見つめる1か月 —健康寿命をのばそう—

健保連および健保組合では「運動・栄養・食生活、禁煙」における一次予防に焦点をあて、健康寿命をのばすことを目標として10月1日からの1か月間にわたり「健康強調月間」を展開します。  
今年のスローガンは

## 「あなたの健康、見つめる1か月」。

期間中、健保連では各種PR活動に加え、「健康日本21」をさらに普及させるために立ち上げた「Smart Life Project」を推進しています。いまひとつたび「健康とは何か」、「自分の生活習慣に問題点はないか」といった点に関心を高め、日々の生活を送りましょう。

【健康強調月間】 平成23年10月1日～31日

○主催

健康保険組合連合会・同都道府県連合会・健康保険組合

○後援

厚生労働省／健康日本21推進全国連絡協議会／(財)健康・

体力づくり事業財団／中央労働災害防止協会

○協力

日本赤十字社／(公益財団法人) 結核予防会／(社)日本病

院会／(公益社団法人) 日本人間ドック学会／(社)全日本

病院協会・(一般社団法人) 日本総合健診医学会／(特

定非営利活動法人) 日本人間ドック健診協会

### Smart Life Projectとは？

健康寿命をのばすことを目的に、運動 (Smart Walk)、食事 (Smart Eat)、禁煙 (Smart Breath) の3つのアクションを掲げた、国をあげて取り組むプロジェクトです。3つのアクション等具体的な内容に興味をお持ちの方は、ウェブサイトをご覧ください。

Smart Life Project の URL

<http://www.smartlife.go.jp/>



## 東振協「健康フェスティバル2011」開催中！

東京都総合組合保健施設振興協会(東振協)では、毎年、健保連・健康強調月間にあわせて「健康フェスティバル」を開催しています。主な日程は以下のようになっています。参加申込をしていない方は、東振協にお問い合わせください。

- 健康講演会
- ウォーターフェスティバル
- ウォークラリー

講師：落語家・三遊亭好楽氏 (10月18日(火))

東京サマーランド (10月16日(日))

高尾山 (10月15日(土)・10月30日(日))、国営昭和記念公園 (10月22日(土))、

横浜みなとみらい21 (10月23日(日))、スカイツリー・浅草 (10月29日(土))、

スカイツリー・両国 (11月6日(日))