

ごあいさつ

「いつまでも健康で、心豊かに毎日を過ごしたい」……
人それぞれに健康観は異なりますが、「健康でありたい」というのは誰もが共通に願うことです。

このため、奈良県では、個人・家庭・地域・団体・民間企業・行政等が一体となって、県民の健康づくり運動を推進していくことを目指し、『健康なら21』計画を作りました。

この計画は、「みんなで感動をわかちあおう」をキーワードに、県民一人ひとりがそれぞれの状況に応じて、【元気人間】を目指して歩もうとする目的で設定したものです。

健康づくりは、一人で黙々と・・より、子どもから高齢者まで、家族・友人・未知の人とふれあいながら、楽しく身近な地域で実践することが長続きのコツであります。

健康づくりにこれから取り組もうと思っている人、すでに実践している人、あるいは、関心の薄い人も含めて、より多くの県民の皆様がこの計画を活用し、仲間との交流を楽しみながら【元気人間】を目指していかれることを願っています。

最後に、『健康なら21』計画の策定に当たり、多くの意見をお寄せいただいた県民の方々、及び、各種委員会にご尽力いただいた関係者の方々に、厚くお礼を申し上げます。

平成 13年 7月

奈良県知事 柿本善也

