

みんなで取り組む

エスディージーズ

SDGs

vol.5

地域の未来のために、私たちができることはなんだろうか？

あたり前の暮らしをこの先もずっと続けるために、私たち一人ひとりが考え、行動に移すことが大切です。SDGsは、“誰一人取り残さない”社会を実現する世界共通目標です。

全部で17個あるSDGsの目標のうち、今号は「目標3」をご紹介します。

問 仙北市地方創生・総合戦略室 ☎43-3315

🌈17の目標から今回紹介するのは…



これ!

SDGs 目標3 🌈
すべての人に健康と福祉を



がん死亡率が全国トップクラスの秋田県ですが、仙北市はその値をさらに上回っていることをご存知ですか？

超高齢社会においても、生きがいを持って安心して暮らしていくためには、一人ひとりの健康寿命を延ばすことが重要です。定期的に健康診断を受ける、適度な運動をするなど、普段の生活習慣を見直して、秋田県が目指す「健康寿命日本一」に一緒に取り組んでいきましょう!!

健康意識を高め、自分の健康に気を使うことも、持続可能な社会の実現につながります。

私たちにできる
SDGsの取組

- ▶ 適度な運動をする。
- ▶ 定期的に健康診断を受ける。
- ▶ 手洗い・うがい、マスクの着用。



健康に気をつけましょう!