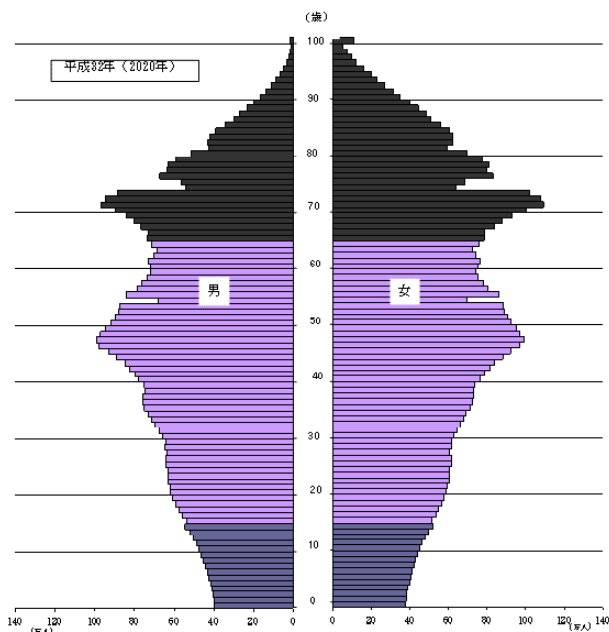


# 健康寿命日本一の神奈川県を目指して、2020年東京オリンピック・パラリンピック開催に向けて3030運動を全県下で推進していこう。

NPO 法人神奈川県歩け歩け協会 平成27年6月

## ◆2020年東京オリンピック・パラリンピックはオリンピック史上初めて「高齢社会」で開催される。

2020年の日本の人口構成



2020年に東京でオリンピックとパラリンピックが開催されることになりました。1964年の前回より55年ぶりに開催される東京オリンピック・パラリンピックは、オリンピック史上初めての高齢社会で開催される特徴があります。

2020年の日本は、75歳以上の後期高齢者1879万人、国民全体でほぼ6人に1人という超高齢社会になると予想されています。また若者の人口も減少するとされています。

## ◆高齢者の健康問題と共に、子どもも含めた国民・県民の健康づくりが大きな課題となる。

このような高齢社会では、オリンピック・パラリンピックで多くのメダルを獲得することと共に、高齢者の健康問題、そして子ども、若者の健康問題がオリンピックを成功させるためにも大きな課題となってくると考えられます。

前回の東京オリンピックでは、オリンピックが終了した後に、国民体力向上運動が提唱され、その取り組みとして健康ウォーキングが全国的に展開された経過があります。今回は2020年東京でオリンピック・パラリンピックに向けて国民の健康づくり運動が提唱され展開される必要があります。

## ◆3033運動を全県下に推進し東京オリンピック・パラリンピックに向けて健康寿命日本一の神奈川県を目指そう。

神奈川県では平成13年から1日30分・1週間3回・3ヶ月継続して運動に取り組む3033運動が提唱され取り組まれています。今回2020年東京オリンピック・パラリンピックを迎えるに当たり、健康寿命日本一の神奈川県を目指す運動に加えて、更にその内容と実践をバージョンアップし、計画的な取り組みを開始する必要があります。神奈川県内の各地域に3033運動の実践と定着を目指そうではありませんか。

## ◆2015年度はそのための準備期間であり、2016年度から本格的な取り組みが全国的にも開始される。神奈川県は3033運動でその先頭に立とう。

2020年東京オリンピック・パラリンピックの準備作業は、2016年のブラジル・リオデジャネイロで開催されるオリンピック・パラリンピックの終了後から本格的に開始されるとされています。

そして、2015年度はそのための計画策定と準備のための期間とも言われています。

神奈川県で2020年東京オリンピック・パラリンピックに向けて県民の健康づくりをどのように推進していくか具体的に検討する必要があります。その中軸に3033運動の推進を提唱していきたいものです。

神奈川県歩け歩け協会は健康ウォーキングでそれを推進していきたいと考えています。