

東京都医師会 定例記者会見

2026年2月10日(火)

予防医療の推進により、75才まで
誰もが健康に活動できる社会を目指す

- 1) 生きる力を育む
～子ども時代からの健康教育～
- 2) 予防医療からの胃がん撲滅戦略
—東京胃がんゼロ作戦—



予防医療の推進により、75才まで
誰もが健康に活動できる社会を目指す

1. 子供・女性・高齢者のワクチン接種の推進



2. 学校や企業と連携した健康教育の推進強化



予防医療の推進により、75才まで
誰もが健康に活動できる社会を目指す

3. 健康リテラシーを身に付けた上でのセルフ
ケアの普及を軸に、健診・がん検診の受診率
向上とその後のフォローをしっかり行う
→ 都民一人一人が主体的にみずから
の健康を守る文化を育てていく



セルフメディケーションって何?

セルフケアの7本柱

私たちの健やかな毎日を支えるセルフケアは、7本の柱であらわれます。
それぞれの柱を知ることで、具体的なセルフケアに役立てるすることができます。



予防医療の推進により、75才まで
誰もが健康に活動できる社会を目指す

4.認知症、フレイル予防に早期から取り組み、
地域での支え合いを含めた健康長寿の仕組み
を整える

5.健康保険組合との連携による
データヘルスの活用

