# けんこう静岡

第106号
平成23年
（２０１１年）
7月1日（金）
季刊　１部50円　年200円
（送料税込）

発行所
財団法人 静岡県予防医学協会
（本　部）〒421－1292　静岡市葵区建穂１－３－43
☎（054）278－7716　ＦＡＸ（054）278－7717
http://www.shsa.net
（東部事務所）〒410－0007 沼津市西沢田729－11　☎(055)921－1934
（西部検査所）〒435－0006 浜松市東区下石田町951　☎(053)422－7800
（総合健診センター）〒426－8638 藤枝市善左衛門2－11－5　☎(054)636－6460
発行責任者　石黒　滿　　印刷　松本印刷㈱


「けんこう静岡」は、当協会ホームページから見ることができます。
http://www.shsa.net または静岡県予防医学協会で検索ください。

# ふじのくに健康増進計画

## ～県民が心身ともに健康に暮らすことを目標とします!!～

静岡県健康福祉部医療健康局
健康増進課長　伊東俊一

今の我が国では、人口の急速な高齢化とともに、生活習慣病及びこれに起因した認知症、寝たきり等の要介護状態等になる者の増加等は、深刻な社会問題となっております。

厚生労働省では、平成12年に第３次国民健康づくり対策として、がん、心臓病、脳卒中、糖尿病等の生活習慣病等の課題を選定し、その課題に対して、平成22年度までを目途とした目標等を提示した「21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21）」を定め、行政のみならず、健康づくりを支援する民間団体等の参加・協力を得ながら健康づくりを進めております。（その後、平成24年度まで延長）

本県では、平成12年３月、ライフステージごとに今後の健康づくりの方向を示した、新しい健康づくりの運動指針「しずおか健康創造21」を定め、いきいきとした健康社会の実現に向け、「健康寿命の延伸」と「生活の質の向上」の目標を掲げました。

さらに、平成13年度には、この指針の行動計画として「しずおか健康創造21アクションプラン」（平成13年度～平成22年度まで）を定め、８つのライフステージと６つの領域、１５０の数値目標（その後１２２の数値目標に改正）、６つの健康づくり戦略を定め、健康づくりを推進してきました。

県では、昨年度このアクションプランが最終年度を迎えたため、新たな健康増進計画の策定に取り組みました。新計画では、健康長寿日本一の実現に向け、「健康寿命の延伸」と「生活の質の向上」を目標として承継することとし、「富国有徳の理想郷〝ふじのくに〟づくり」を基本理念とする新総合計画に合わせ、「しずおか健康創造21（健康づくり指針）」と「しずおか健康創造21アクションプラン（行動計画）」を統合し、「ふじのくに健康増進計画（平成23年度～25年度まで）」を策定しました。

**〈新計画の特徴〉**

この新しい計画の特徴としては、次の３点です。

①県民の一人ひとりが、身体の状況や能力、自らのライフステージに応じた健康づくりを実践し、それを社会全体で支えていく環境の実現を図るため、「食育」、「運動・身体活動」、「休養・こころ」、「たばこ・アルコール・薬物」、「歯」、健康管理」の６つの領域ごとの計画を定め、健康づくりの対象がより分かりやすくするため、ライフステージはこの領域ごとに設定しました。

②地域別の健康課題に対処するため、新たに各健康福祉センター別計画を本計画に盛り込んであります。

③新計画に基づく健康づくりの実践に当たっては、現代社会で失われつつあるご近所付合いや世代間の交流に着目し、健康を支える地域コミュニティの相互扶助機能を高めていくことを重視していくこととしております。

**〈健康増進計画の評価〉**

さて、今までの健康増進計画の評価についてですが、健康であるかどうかは、各人のすべてのライフステージにおける状態を総合的に評価して判断されるものであり、このアクションプランにおける10年間を端的に評価することは困難ですが、大きな目標である「健康寿命（図１）」を見ると、男性ではこの10年間で若干の伸びは示したものの、女性では横ばいという状況でありました。健康寿命に影響を与える要因として、脳血管疾患は主要な死因であると同時に、寝たきりや認知症の要因であり、自立時間の短縮など生活の質や健康寿命に大きく影響を及ぼします。

これまでの１２２の数値目標では、達成又は改善した指標が７割に達していることから、全体としては改善の方向に向かっていると考えられます。

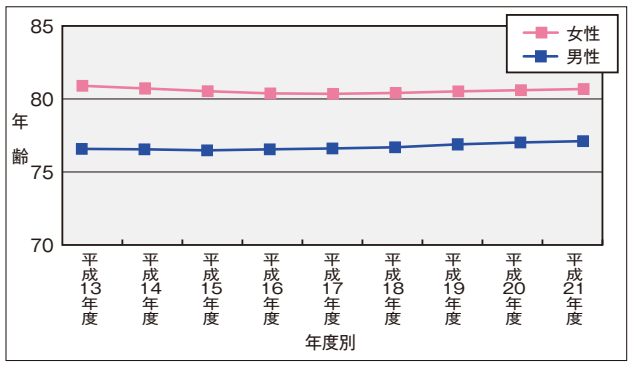
しかし、平成20年度に実施した県民健康基礎調査を見ると、20歳以上の成人の野菜摂取量の平均は、１日３５０グラム以上必要とするところ、２８５グラムと不足（図２）、運動では、20歳以上の歩数、男性では１日９，２００歩以上の目標に対し、７，５４０歩、女性では１日８，３００歩以上の目標に対し、５，９４６歩と目標に達していない（図３）など、それぞれの領域別では改善状況に大きな差があるため、今後も積極的な取り組みを進める必要があると考えます。

旧計画での１２２の数値目標を領域ごとに見直し、より重点的な取り組みを目指すこととし、新計画では、82の数値目標に改めました。

この「ふじのくに健康増進計画」の策定にあたりましては、医療機関、医療保険者、学校、職域、地域、ＮＰＯ、行政による「ふじのくに健康増進計画策定協議会（以下「本協議会」という。）」を設置し、ご協議をいただいてまいりました。計画策定以後も毎年度、本協議会（参考図参照）を開催し、計画の進行管理についてご協議いただく予定です。

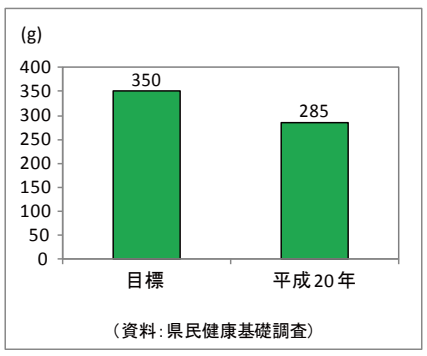
また、本協議会には６つ（食育、運動・身体活動、休養・こころ、たばこ・アルコール・薬物、歯、健康管理）の領域ごとに部会及び「特定健診・特定保健指導推進協議会」を設置し、新計画案の検討等を行っていただきました。本協議会のもとで、毎年度、部会等を開催し、計画の進捗状況や領域別の課題と取組みの検討を行っていただき、効率・効果的な「健やかなふじのくにづくり」を目指してまいります。

**〈図１〉静岡県の健康寿命の推移**

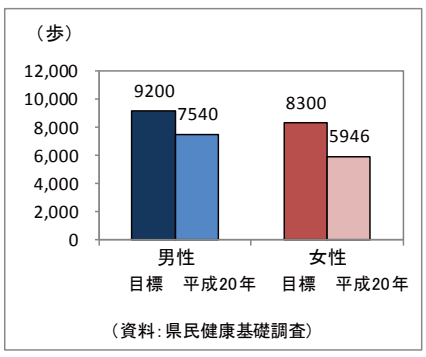



| | 平成13年度 | 平成14年度 | 平成15年度 | 平成16年度 | 平成17年度 | 平成18年度 | 平成19年度 | 平成20年度 | 平成21年度 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 男性 | 76.58 | 76.55 | 76.48 | 76.55 | 76.61 | 76.69 | 76.89 | 77.02 | 77.11 |
| 女性 | 80.9 | 80.72 | 80.53 | 80.38 | 80.35 | 80.41 | 80.52 | 80.6 | 80.68 |

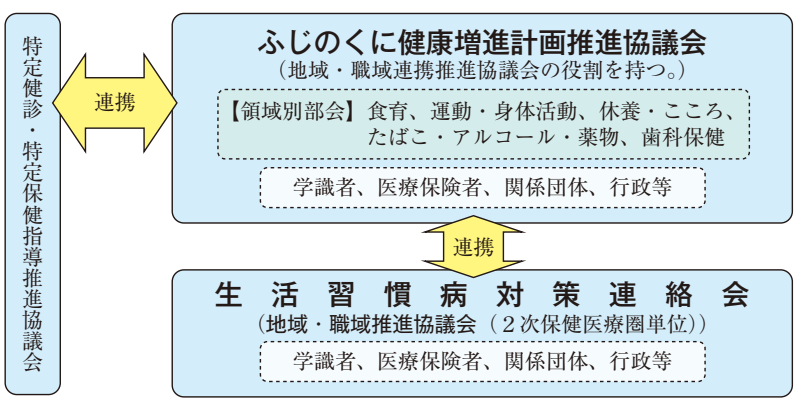
**〈図２〉１日あたりの野菜摂取量の平均**
**目標と実績**
**（20歳以上）**




**〈図３〉１日の平均歩数**
**目標と実績**
**（20歳以上）**




**（参考）**ふじのくに健康増進計画推進協議会の関連図





年一回は健康チェックを！
健康はあなたの財産です
すこやかな明日のために

人間ドック
脳ドック

総合健診センター
ヘルスポート
〒426－8638　藤枝市善左衛門２－11－5
ＴＥＬ　054－636－6460
ＦＡＸ　054－636－6465
0120－39－6460