

第2次草津市健康増進計画 【案】

健康とは身体的、精神的、そして社会的に完全に良好な状態をさす。（WHO）

◎ 国民健康づくり対策 …昭和53年から数次にわたって展開

第3次（H12～） 21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21）

〔一次予防重視、健康づくり支援のための環境整備、目標等の設定と評価、多様な実施主体による連携のとれた効果〕

⇒滋賀県：H13～「健康いきいき21ー健康しが推進プランー」を策定し県民の健康づくりを推進

→運動をすすめるために「健康くさつ21」計画策定（H17）



第4次（H25～） 21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21（第2次））

⇒滋賀県：H25～「第二次健康いきいき21ー健康しが推進プランー」策定

〔生活習慣病予防及び重症化予防の推進、健康を支え守るための社会環境の改善の推進〕

→運動を進めるための地方計画＝第2次草津市健康増進計画策定

◎ 健康日本21（第2次）って何??

健康寿命の延伸、健康格差の縮小を目的に、生活習慣や社会環境を改善できるような取組みを、具体的な目標値を決めて、国全体で進めていきたいと思います！ というもの。（H25～H34の10年間で推進）

【健康日本21（第2次）における国民の健康の増進の推進に関する基本的な方向】

① 健康寿命を伸ばし、健康格差を縮小します

・生活習慣病の予防、社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上により健康寿命を伸ばし、社会環境の整備によって健康格差を縮小します。

② 生活習慣病の発症予防と重症化予防を徹底します

・がん、循環器疾患、糖尿病、COPDに対処するため、一次予防（生活習慣を改善して健康を増進し生活習慣病の発症を予防する）・重症化予防（合併症の発症や症状の進展予防）に重点を置いた対策を推進します。

③ 社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上につとめます

・自立した日常生活を営むことを目指し、ライフステージに応じ、「こころの健康」「次世代の健康」「高齢者の健康」を推進します。

④ 健康を支え、守るための社会環境を整備します

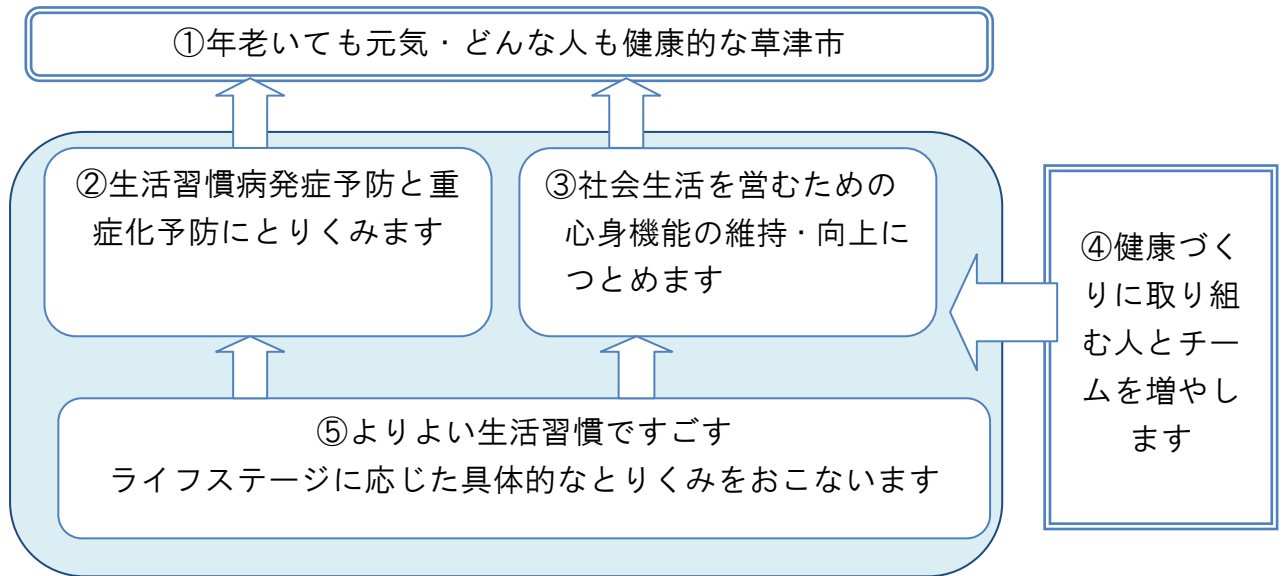
・時間的・精神的にゆとりある生活の確保が困難な者も含め、社会全体が相互に支え合いながら健康を守る環境を整備します。

⑤ 栄養・食生活、身体活動・運動、休養、飲酒、喫煙、歯・口腔の健康に関する生活習慣及び社会環境の改善にとりくみます

・上記ア～エを実現するため、ライフステージや性差、社会経済的状況等の違いに着目し、生活習慣病発症リスクの高い集団への重点的な働きかけを行ないます。また、地域や職場等を通じた働きかけをすすめます。

* 草津市においても、健康日本21（第2次）に取り組み、その具体的な方向性や方法を示していく。 ⇒第2次草津市健康増進計画！

◎ 第2次草津市健康増進計画における方向性



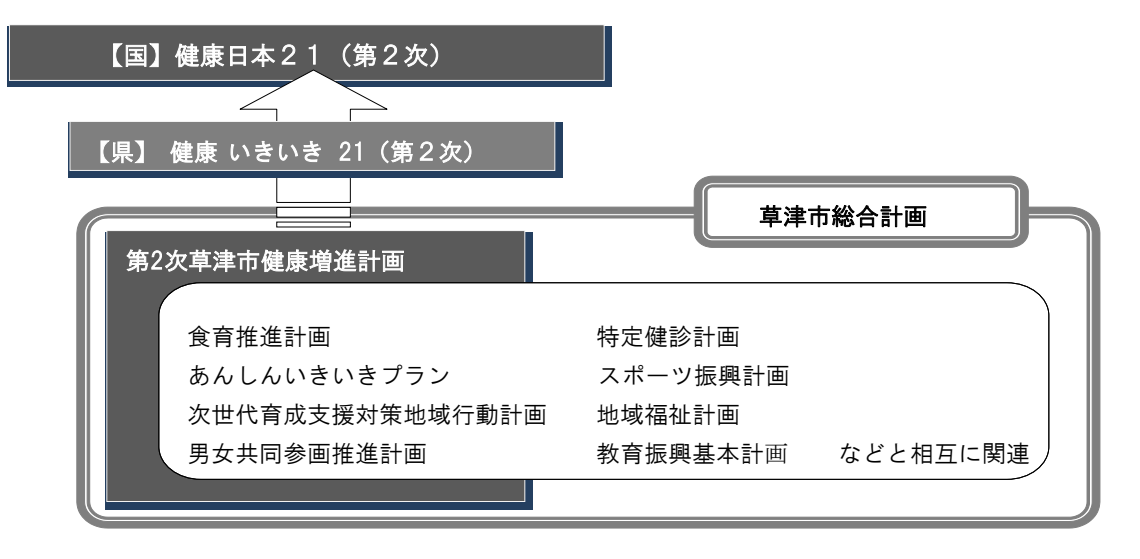
どうやって？

方向性ごとに具体的な目標を設定し、その目標達成のための方法を計画し取組みます

- ・具体的な内容を愛情をもって丁寧に伝えていく
- ・ライフステージを意識した取組をおこなう
- ・各種関係団体との連携して取組む

目標年度 …国目標（H34）を勘案して設定。10年計画。

※ 第2次草津市健康増進計画の、草津市における位置付け



【取り組みの方向性ごとの目標設定】

① 年老いても元気・どんな人も健康的な草津市

- 健康寿命の延伸（日常生活に制限のない期間の平均の延伸）
- 健康格差の縮小（日常生活に制限のない期間の地域格差の縮小）

② 生活習慣病発症予防と重症化予防の徹底

早期発見・健康管理 国保特定健診実施計画の推進	
<p style="text-align: center;">がん</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 75歳未満のがんの年齢調整死亡率の減少 	<ul style="list-style-type: none"> ● がん検診受診率の向上 ● がん検診精密検査受診率の向上
<p style="text-align: center;">循環器疾患・糖尿病</p> <p style="text-align: center;">糖尿病予防ガイドラインの推進</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 脳血管疾患・虚血性心疾患の年齢調整死亡率の減少 	<ul style="list-style-type: none"> ● 高血圧の改善 ● 脂質異常症の減少 ● メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少 ● 特定健康診査・特定保健指導実施率の向上 ● 糖尿病腎症による年間新規透析導入患者数の減少 ● 糖尿病治療継続者の増加 ● 血糖コントロール不良者（HbA1cJDS値8.0%以上の者）の減少 ● 糖尿病有病者の増加の抑制

③ 社会生活を営むための心身機能の維持・向上

自殺対策強化事業の推進

認知症対策の推進

- 自殺者の減少
- ゲートキーパーの増加
- 気分障害・不安障害に相当する心理的苦痛を感じている者の減少
- メンタルヘルスに関する措置を受けられる職場の増加
- 認知機能低下ハイリスク高齢者の把握率の向上

④ 健康づくりに取り組む人とチームを増やす

民間団体との協働、地域みんなで健康づくりができる環境を。
健康づくりに取り組みにくい人も取り組めるように。

男女共同参画推進計画の推進

市民協働推進計画の推進

- 地域のつながりの強化
- 健康づくりを目的とした活動に主体的に関わっている者の増加
- 健康づくりに関する活動に取組み、自発的に情報発信を行う企業登録数の増加
- 健康づくりに関して身近で専門的な支援・相談が受けられる民間団体の活動拠点数の増加
- 健康づくりが不利な集団への対策を実施している地域の増加

⑤よりよい生活習慣で過ごす

社会環境の改善も意識し、ライフステージに応じたアプローチを行う。

	妊娠期	乳幼児期	学童期 (小・中学生)	青年期	成人期	高齢期 あんしんいきいきプランの推進 ほか
	次世代育成支援対策プランの推進 教育振興基本計画の推進					
栄養・食生活 食育推進計画の推進 ●食品中の食塩や脂肪の低減に取り組む食品企業及び飲食店の登録数の増加 ●利用者に応じた食事提供、改善を実施している特定給食施設の増加		●3食しっかり食べる子どもの増加 ●肥満傾向にある子どもの減少 ●食事を一人で食べる子どもの減少		●若年女性のやせの減少 ●肥満者の減少		●低栄養傾向高齢者の増加抑制 ●介護保険サービス利用者の増加抑制
	●主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上とっている者の増加 ●食塩摂取量の減少 ●野菜と果物の摂取量の増加					
身体活動・運動 スポーツ振興計画の推進 ほか ●住民が運動しやすいまちづくり・環境整備						●足腰に痛みのある高齢者の減少 ●高齢者の社会参加（就業・地域活動）の促進 ●介護保険サービスの利用者の増加抑制
					●日常生活での歩数の増加 ●ロコモティブシンドローム認知者の増加	
	●運動やスポーツを習慣的にする者の増加					
休養					●長時間労働者の減少	
	●睡眠による休養を十分にとれていない者の減少					
飲酒	●妊婦の飲酒ゼロ	●未成年の飲酒ゼロ		●多量飲酒者の減少		
喫煙	●妊婦の喫煙ゼロ ●低出生体重児の減少	●未成年の喫煙ゼロ		●喫煙者の減少（やめたい人がやめられる） ●COPDの認知度向上		
	●受動喫煙ゼロ		●受動喫煙の減少			
歯・口腔の健康 歯科口腔保健の推進に関する基本的事項	●歯肉に炎症の有る者の減少	●3歳児でむし歯がない者の増加 ●12歳児のむし歯の数が1.0歯未満である者の増加	●歯肉に炎症の有る者の減少	●40歳で喪失歯のない者の増加 ●60歳で24歯以上の者の増加	●口腔機能の維持・向上 ●介護保険サービス利用者の増加抑制 ●80歳で20歯以上の者の増加	
	●進行した歯周炎を有する者の減少					
	●過去1年間に歯科検診を受診した者の増加 ●よく噛むことを意識する者の増加					