

取組方針 人生100年時代を見据え次世代に向けたライフステージ毎の健康づくりの推進

プラン（第3次）の全体構成（案）

第1章 基本的事項

1 策定の趣旨
健康づくりと疾病予防の取組を社会全体で推進するため、健康づくり推進条例に基づき策定

2 プランの位置づけ

区分	健康づくり推進条例上の位置づけ	内容
プラン	基本計画（条例第8条）	基本目標・基本方針・分野別方針
実施計画	実施計画（条例第9条） ※健康増進法第8条の 県健康増進計画に位置づけ	数値目標・具体的な施策

3 関係者の責務
県民・健康づくり関係者・事業者・市町・県の責務と取組の方向性

4 プランの期間
令和4年度～8年度（5年間）

第2章 県民の健康づくりを取り巻く情勢

1 少子高齢化の進展状況

- 合計特殊出生率は平成22(2010)年以降横ばいであったが低下傾向。
- 出生数も平成22(2010)年以降毎年減少。
- 高齢化率は年々高くなっており、平成27年(2015)年には高齢者が総人口の27%、令和7年(2025)年は30%を超えると推計。

2 平均寿命、健康寿命の状況（平成22(2010)→平成28(2018)年）

平均寿命と健康寿命はいずれも伸びているがその差は縮まっていない。

- 健康寿命（歳） 男性 78.28→79.77、女性 83.02→84.14
- 平均寿命との差（年） 男性 1.38→1.46、女性 3.07→3.20

3 新型コロナウイルス感染症による県民の健康づくりへの影響

- 特定健診、がん検診、歯科健診などの受診控え
- 運動量の減少による体力低下、高齢者のフレイル
- 学校・園での歯みがき機会の減少 など

第3章 目標

県民一人ひとりが生涯にわたって健康で生き生きとした生活ができる社会の実現

第4章 基本方針

- ライフステージに対応した取組の強化
- 健康寿命の延伸に向けた個人の主体的な取組の推進
- 社会全体として健康づくりを支える体制の構築
- 多様な地域特性に応じた支援の充実

第5章 分野別方針

※①～④は、条例上、基本計画に掲げるとされる分野 ※下線は、追加・拡充する事項

項目	現状と課題(主なもの) ※新型コロナウイルス感染症による影響	取組方針(主なもの)
① 生活習慣病予防等の健康づくり		
主体的な健康づくりに向けた県民意識の向上	死亡や要介護に至る主要な原因として、悪性新生物や、心疾患、脳血管疾患などの生活習慣病が大きな割合を占めており、健診受診による早期発見・早期治療の啓発が必要。 ※健(検)診の受診控え	・感染対策を講じた特定健診・がん検診の受診促進 ・職場における健康づくりの支援 ・ビッグデータを活用した県民の健康づくり支援
栄養・食習慣の改善	朝食を毎朝食べる者の割合が低い、食塩摂取量や野菜摂取率が目標に達していない、若い女性のやせ状態など、食に関する知識の啓発や食環境の整備が必要。 ※自宅で食事をする機会の増加と食の外部化(外食,中食)	・「食育推進計画(第4次)」(R4～8)の推進 ・「ひょうご”食の健康”運動」の展開 ・若い女性のやせ対策
身体活動(運動・生活活動)の増加	20歳台から50歳台で運動習慣化が低く、全年齢の日常生活における歩数は目標に達していないため、日常生活における生活活動増加の普及啓発が必要。 ※外出自粛や在宅勤務による活動量減	・運動に取り組みやすい環境づくり ・ICT機器を活用した健康づくりの普及啓発
たばこ(受動喫煙)対策の推進	受動喫煙の健康への悪影響や喫煙が妊婦へ与える影響についての関心や理解を深めるため、更なる普及啓発が必要。 ※私的空間での受動喫煙機会の増大や喫煙所の三密	・子ども、妊産婦等の喫煙、受動喫煙対策の推進 ・喫煙所での感染対策 ・受動喫煙の防止等に関する条例に基づく対策の推進
次世代への健康づくり支援	妊娠期から子育て期にわたる切れ目ない支援が求められている。また、不妊治療は健やかな妊娠や出産の実現のために重要であり、社会全体の理解促進が必要。 ※出生数の減少や外出自粛による育児不安	・「子育て世代包括支援センター」における支援の推進 ・不妊治療の支援強化
高齢者の健康づくり支援	加齢に伴う心身の活力低下や生活機能の障害、虚弱(フレイル)は要介護の入り口であり、フレイル予防、改善、身体機能の維持向上に取り組む必要がある。 ※人との交流、社会参加や活動量の減少	・フレイル予防・改善プログラムの活用促進 ・転倒予防・筋力維持向上のためのロコモ対策の充実
感染症その他の疾病予防	新型コロナウイルス感染症のほか、結核・麻しん・エイズなどの感染症予防、アレルギー疾患、熱中症予防などの普及啓発が必要。 ※感染症予防の新たな生活習慣の定着	・感染症予防に関する普及啓発 ・アレルギー疾患に関する啓発 ・熱中症に関する普及啓発
② 歯及び口腔の健康づくり	歯と口腔の健康は全身の健康づくりに重要な役割を果たしており、乳幼児から高齢期まで生涯を通じた切れ目ない健康づくりの取組を強化する必要がある。 ※学校・園での歯みがき機会の減少	・妊婦歯科健診、歯科保健相談の実施 ・教育委員会、学校、保育関係者と連携した健康教育 ・大学等での歯科保健対策の実施 ・配慮を要する方への多職種連携、地域包括ケア体制整備
③ こころの健康づくり	ストレスによるこころの病が増加しており、特にストレスを抱える者が多い20～50歳台への支援が必要。また、認知症高齢者の増加への対応が必要。 ※仕事や家庭環境の変化によるストレスや将来への不安の増加、女性の自殺増加	・不安を抱える女性の相談窓口の開設 ・働き盛り世代のメンタルヘルス対策 ・認知症予防、早期発見の推進、医療体制の充実、若年性認知症施策の推進
④ 健康危機事案への対応	大規模自然災害発生時には、災害関連死や二次的健康被害が発生している。また、感染症のグローバル化に対応した発生予防・拡大防止に努める必要がある。	・自然災害発生時における健康確保対策 ・新興感染症の正確な情報提供、相談の実施、感染拡大防止等 ・感染症に対する平常時の備えと発生時の対応