

《健康日本21計画 国の指針について》

「国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針」

次期計画期間：平成 25 年度から平成 34 年度まで

（目標設定後 5 年＝中間評価、10 年＝最終評価）

【5 分野】

- ①健康寿命の延伸と健康格差の縮小
- ②生活習慣病の予防と重症化予防の徹底
- ③社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上
- ④健康を支え、守るための社会環境の整備
- ⑤栄養・食生活の健康に関する生活習慣及び社会環境の改善

10 年後に目指す姿

「すべての国民が共に支え合い、健康で幸せに暮らせる社会」

○ 分野別目標（5 分野 53 項目）

1 健康寿命の延伸と健康格差の縮小
①健康寿命の延伸…平均寿命の増加分を上回る健康寿命であること（平成 34 年度） ②健康格差の縮小…都道府県格差を縮小すること（平成 34 年度）
※健康寿命の延伸＝健康日本 21（第 2 次）の中心課題 →「健康寿命」＝様々な定義や算定方法 主指標：客観性の強い「日常生活に制限のない期間の平均」 副指標：主観性の強い「自分が健康であると自覚している期間の平均」 →現時点ではどのような生活習慣病対策を通じて、どの程度生活習慣病を減らすことが可能で、それにより健康寿命がどのくらい延びるかを推定するためのエビデンスが存在せず、今後さらに研究を推進する必要 →自治体での目標例：要介護率 ※健康格差＝地域や社会経済状況の違いによる集団における健康状態の差
2 主要な生活習慣病の予防と重症化予防の徹底
①がん ②循環器疾患 ③糖尿病 ④COPD ※現行計画：一次予防重視 → 次期計画：一次予防及び重症化予防に重点
3 社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上
①こころの健康 ②次世代の健康 → 健やか親子 21 ③高齢者の健康
4 健康を支え、守るための社会環境の整備
①地域のつながり強化 ②健康づくりを目的とした活動に主体的に係っている国民の増加 ③健康づくりに関する活動に取り組み、自主的に情報発信を行う企業登録数の増加 →Smart Life Project ④健康づくりに関して身近で気軽に専門的な支援・相談が受けられる民間団体の活動拠点数の増加 →栄養ケア・ステーション
5 栄養・食生活、身体活動・運動、休養、飲酒、喫煙及び歯・口腔の健康に関する生活習慣及び社会環境の改善
①栄養・食生活 ②身体活動・運動 ③休養 ④飲酒 ⑤喫煙 ⑥歯・口腔の健康