

「北海道健康増進計画 すこやか北海道21」の概要

第1章 計画のめざす姿

1 計画策定の目的と位置づけ	生活習慣及び社会環境の改善を通じて、子どもから高齢者まで全ての道民が共に支え合いながら希望や生きがいを持ち、ライフステージに応じて、健やかで心豊かに生活できる活力ある社会を実現するため、「北海道健康増進計画 すこやか北海道21」を策定 ・北海道保健医療福祉計画の個別計画 ・北海道医療計画、北海道医療費適正化計画、北海道高齢者保健福祉計画・介護保健事業支援計画、北海道がん対策推進計画、北海道歯科保健医療推進計画と調和を図る
2 計画がめざす姿	高齢化の進展及び疾病構造の変化を踏まえ、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等により「健康寿命」の延伸を目指す。また、道民の健やかな暮らしを支える良好な社会環境を構築することにより、「健康格差の縮小」を目指し、道民の健康増進を推進する。 「健康寿命」＝健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間 「健康格差」＝地域や社会経済状況の違いによる集団間の健康状態の差
3 計画の期間	H25年度～H34年度の概ね10年間

第2章 道民の健康と生活習慣の現状

1 現状	(1) 平均寿命と高齢者人口 (2) 死亡数と死因 (3) 道民の健康状態 ①生活習慣病及び肥満の状況 ②運動習慣の状況 ③食生活の状況 ④食事摂取・健康意識に関する状況
2 これまでの計画の評価	平成23年度に実施した「健康づくり道民調査」及び「歯科保健実態調査」による調査結果及び関係資料などを用いて、10領域74項目に関する指標の達成状況の評価・分析

第3章 目標

1 設定の基本的な考え方	・めざす姿（「健康寿命の延伸」と「健康格差の縮小」）の実現に向けて4つの基本的な方向に沿って具体的な方策を14の領域に分類し47指標を設定 (1) 生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底 (2) 社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上 (3) 健康を支え、守るための社会環境の整備 (4) 栄養・食生活、身体活動・運動、休養、喫煙、飲酒及び歯・口腔の健康に関する生活習慣の改善										
2 具体的目標	<table border="1"> <tr> <td>(1) 生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底</td><td>主な指標： ・75歳未満のがんの年齢調整死亡率（10万人当たり） ・脳血管疾患の年齢調整死亡率（10万人当たり） ・糖尿病性腎症による年間新規透析導入患者数 ・COPDの認知度</td></tr> <tr> <td>ア がん 喫煙率の減少や受動喫煙のない環境づくり、食生活の改善に取り組む。</td><td></td></tr> <tr> <td>イ 循環器疾患 栄養、運動、喫煙など生活習慣の改善や、特定健康診査の受診率の向上に取り組む。</td><td></td></tr> <tr> <td>ウ 糖尿病 生活習慣の改善や血糖値の適正な管理と治療の重要性に関する知識の普及啓発、特定健康診査の受診率の向上に取り組む。</td><td></td></tr> <tr> <td>エ COPD 名称や疾病の要因、病状などに関する普及啓発、発症要因であるたばこ対策の一層の推進</td><td></td></tr> </table>	(1) 生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底	主な指標： ・75歳未満のがんの年齢調整死亡率（10万人当たり） ・脳血管疾患の年齢調整死亡率（10万人当たり） ・糖尿病性腎症による年間新規透析導入患者数 ・COPDの認知度	ア がん 喫煙率の減少や受動喫煙のない環境づくり、食生活の改善に取り組む。		イ 循環器疾患 栄養、運動、喫煙など生活習慣の改善や、特定健康診査の受診率の向上に取り組む。		ウ 糖尿病 生活習慣の改善や血糖値の適正な管理と治療の重要性に関する知識の普及啓発、特定健康診査の受診率の向上に取り組む。		エ COPD 名称や疾病の要因、病状などに関する普及啓発、発症要因であるたばこ対策の一層の推進	
(1) 生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底	主な指標： ・75歳未満のがんの年齢調整死亡率（10万人当たり） ・脳血管疾患の年齢調整死亡率（10万人当たり） ・糖尿病性腎症による年間新規透析導入患者数 ・COPDの認知度										
ア がん 喫煙率の減少や受動喫煙のない環境づくり、食生活の改善に取り組む。											
イ 循環器疾患 栄養、運動、喫煙など生活習慣の改善や、特定健康診査の受診率の向上に取り組む。											
ウ 糖尿病 生活習慣の改善や血糖値の適正な管理と治療の重要性に関する知識の普及啓発、特定健康診査の受診率の向上に取り組む。											
エ COPD 名称や疾病の要因、病状などに関する普及啓発、発症要因であるたばこ対策の一層の推進											

(2) 社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上 ア こころの健康 こころの健康に関する相談窓口の充実など、こころの健康づくりの推進 イ 次世代の健康 妊娠前、妊娠後における適正体重の維持や喫煙防止などの普及啓発に取り組む。 ウ 高齢者の健康 社会参加の促進のほか、運動や口腔機能の維持に取り組む。	主な指標： ・自殺者数（10万人当たり） ・妊婦の喫煙率 ・適正体重を維持している者 65歳以上の肥満の割合
(3) 健康を支え、守るための社会環境の整備 北海道健康づくり協働宣言団体への登録推奨と、登録団体と協働した健康づくりの推進	主な指標： ・健康づくりに関する普及啓発や相談など道民の健康づくりを支える「北海道健康づくり協働宣言」団体の登録数
(4) 栄養・食生活、身体活動・運動、休養、喫煙、飲酒及び歯・口腔の健康に関する生活習慣の改善 ア 栄養・食生活 北海道版食事バランスガイドの普及や食環境の整備を推進 イ 身体活動・運動 運動の必要性や冬期でも気軽にできる運動を市町村などと連携し普及啓発を図る。 ウ 休養 睡眠・休養の正しい知識の普及啓発を図る。 エ 喫煙 未成年や妊産婦に対する禁煙対策の推進及び受動喫煙の防止については、分煙、禁煙を進める。 オ 飲酒 飲酒が及ぼす健康への影響についての普及啓発を図る。 カ 歯・口腔 フッ化物利用を普及し、むし歯が原因で歯を失うリスクを低下させる。	主な指標： ・適正体重を維持している者（肥満（BMI25以上）、やせ（BMI18.5以下）の減少） ・運動習慣者の割合 ・睡眠による休養を十分にとれていない者 ・成人の喫煙率 ・生活習慣病のリスクを高める量（1日当たりの純アルコール摂取量が男性40g以上、女性20g以上）を飲酒している者 ・60歳代における咀嚼良好者の割合
(5) 健康寿命の延伸 4つの基本的な方向に沿った14の領域における具体的な取組を進め、健康寿命の延伸を目指す。	主な指標： ・健康寿命（日常生活に制限のない期間）

第4章 健康づくりの推進

1 進捗管理と計画の評価	・5年を目途に計画の見直し ・医療・保健等各種統計情報等を活用し、道民の健康状態や地域の社会資源の把握を行い関係計画を踏まえ、必要に応じ目標値を見直す。 ・第二次保健医療福祉圏ごとに北海道健康増進計画を踏まえた行動計画を作成								
2 役割分担	<table border="1"> <tr> <td>(1) 道</td><td>・市町村、医療関係団体、健康づくりに取り組む団体などと連携を強化し、道民の健康増進のための取組を一体的に推進 ・第二次保健医療福祉圏ごとに行動計画を作成</td></tr> <tr> <td>(2) 市町村</td><td>・市町村健康増進計画の策定に努め、定期的に評価</td></tr> <tr> <td>(3) 関係団体</td><td>・各団体の専門性を生かした健康づくりに関する支援</td></tr> <tr> <td>(4) 企業等</td><td>・労働者の健康管理</td></tr> </table>	(1) 道	・市町村、医療関係団体、健康づくりに取り組む団体などと連携を強化し、道民の健康増進のための取組を一体的に推進 ・第二次保健医療福祉圏ごとに行動計画を作成	(2) 市町村	・市町村健康増進計画の策定に努め、定期的に評価	(3) 関係団体	・各団体の専門性を生かした健康づくりに関する支援	(4) 企業等	・労働者の健康管理
(1) 道	・市町村、医療関係団体、健康づくりに取り組む団体などと連携を強化し、道民の健康増進のための取組を一体的に推進 ・第二次保健医療福祉圏ごとに行動計画を作成								
(2) 市町村	・市町村健康増進計画の策定に努め、定期的に評価								
(3) 関係団体	・各団体の専門性を生かした健康づくりに関する支援								
(4) 企業等	・労働者の健康管理								
3 その他、計画の推進に関する事項	<table border="1"> <tr> <td>(1) 人材育成等の支援体制</td><td>・健康増進に関する施策を推進するため、保健師や管理栄養士等の資質向上や支援体制の構築に努める。</td></tr> <tr> <td>(2) 団体との協働</td><td>・健康増進サービス関連企業等と連携した取組の推進 ・「すこやかほっかいどう21」や「健康づくり協働宣言」の取組の継承</td></tr> </table>	(1) 人材育成等の支援体制	・健康増進に関する施策を推進するため、保健師や管理栄養士等の資質向上や支援体制の構築に努める。	(2) 団体との協働	・健康増進サービス関連企業等と連携した取組の推進 ・「すこやかほっかいどう21」や「健康づくり協働宣言」の取組の継承				
(1) 人材育成等の支援体制	・健康増進に関する施策を推進するため、保健師や管理栄養士等の資質向上や支援体制の構築に努める。								
(2) 団体との協働	・健康増進サービス関連企業等と連携した取組の推進 ・「すこやかほっかいどう21」や「健康づくり協働宣言」の取組の継承								