

## I 飯山市健康増進計画(第2次)について

### 1 策定にあたって

#### (1) 沿革

本市では飯山市第4次総合計画に基づき、国の「健康日本21」や県の「グレードアップながの21」に対応した、飯山市健康増進計画(第1次)を平成16年度に策定しました。

この計画では、単純に高齢化率が上がることを恐れるのではなく、これからも飯山の良い部分を伸ばし、足りない部分を補い「乳幼児から高齢者まですべての市民が健康を維持し、自分らしく生き生きと暮らせるようになること」が高齢化社会を乗り切るための課題として、人生の各年代(ライフステージ)に合わせた健康・生きがいづくりを提案し、一生を3つの年代(春・夏・秋)に分け、5項目(生活習慣・心の健康・運動・食・歯)について市民一人ひとりが、各年代における理想の姿を目指して、健康・生きがいづくりを推進してまいりました。

#### (2) 趣旨

平成12年度から平成22年度までを期間とする21世紀における国民健康づくり運動(健康日本21)においては、すべての国民が健やかで心豊かに生活できる活力ある社会とするために、壮年期死亡の減少、健康寿命の延伸、生活の質の向上を実現することを目的として、健康を増進し、疾病の発症を予防する一次予防に重点を置くとともに、個人が健康づくりに取り組むための環境を整備し、個人の健康づくりを総合的に支援することを主眼としてきました。

今般、健康日本21最終評価や健康対策の現状などを踏まえ、平成25年度以降、10年後を見据えた新たな国民健康づくり運動(健康日本21(第2次))においては、すべての国民が共に支え合い、健やかで心豊かに生活できる活力ある社会の実現を目指し、今後、日本社会は疾病や加齢による負担が極めて大きくなると考えられることから、社会保障制度が持続可能なものとなるよう、国民の健康の増進の総合的な推進を図るために、基本的な方向として、

- 1 健康寿命の延伸と健康格差の縮小
- 2 生活習慣病の発症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、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

の5項目を提示しています。個人の生活習慣の改善及び個人を取り巻く社会環境の改善を通じて、生活の質及び社会環境の質の向上を図り、結果として健康寿命の延伸と健康格差の縮小を実現するというものです。

具体的目標について、53項目を例示し、現状の数値とおおむね10年後の目標値を掲げ、当該目標を達成するための取り組みを計画的に行うものとしています。

そこで、本市においても一定の期間が経過した今、健康増進に関するこれまでの取り組みを検証するとともに、健康を取り巻く新たな課題や重点的に投資する取り組みなどを把握します。その上で平成25年度から始まる飯山市第5次総合計画や国の健康日本21(第2次)、県の信

州保健医療総合計画(健康グレードアップながの21(第2次)を包含する。)に対応した、市民の健康づくりを総合的に支援し、生活習慣病予防に視点をおいた「飯山市健康増進計画(第2次)」を策定します。

### (3)位置づけ及び期間

この計画は、飯山市第5次総合計画に基づき、市民の健康の増進を図るための基本的事項を示し、その推進に必要な方策を明らかにするものです。

この計画の推進にあたっては、国の「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」を参考とし、また、医療保険者として策定する飯山市国民健康保険特定健康診査等実施計画と一体的に策定し、保健事業と健康増進事業との連携を図ります。同時に、今回の目標項目に関連する法律及び各種計画との十分な整合性を図るものとします。

この計画の目標年次は平成34年度とし、計画の期間は平成25年度から平成34年度までの10年間とします。なお、5年を目途に中間評価を行います。

## 2 前計画(第1次)の評価(P6)と現状

第1次計画の計画期間は平成16年度から平成22年度までの7年間となっています。

その最終評価については、がん検診の受診率向上や食に関する項目(食塩の摂取率の減少など)において、順調に数字は改善され、成果を上げることが出来ました。

しかし、特定健診の結果相談会の出席率の低下などでは、市民意識の向上が果たせていないことが浮き彫りとなりました。

なお、統計方法の変更などもあり評価できない項目も多数生じることとなりました。

## 3 基本理念と基本方針

飯山市健康増進計画(第1次)の基本的考え方、①市民が主役・市民参加 ②健康寿命の延伸を継承します。また国の「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」で示された目標項目を達成するため、飯山市健康増進計画(第2次)においては、健康づくりの「基本理念」及び「基本方針」を次のとおり掲げ、具体的な施策を展開してまいります。

### 《基本理念》

「乳幼児から高齢者まですべての市民が健康を維持し、自分らしくいきいきと暮らすことが出来る飯山市」を目指します。

### 《基本方針》

#### ○ 市民が主役、市民参加の健康づくり

この計画は、市民の意見、願いを十分に尊重しながら推進します。

#### ○ 生活習慣病予防対策の充実

がんによる死亡率が高い飯山市では、脳卒中を含めその予防対策を強力に推進することが、市民の健やかな暮らしを保障することになります。

#### ○ 健康寿命の延伸

一人ひとりが健康を意識し、自らの健康は自分で守ること(疾病予防、個別の健康管理等)による健康寿命の延伸を推進します。

#### 4 目標の設定

##### (1) 指標1 健康寿命を延ばす

指標	現状値(H22)	目標値	目標値設定の考え方
※健康寿命(日常生活動作が自立している期間の平均)	男性78.7年 女性83.4年	男性80.7年 女性85.4年	国の健康寿命 2 年程度の延伸の目標を参考に設定

※健康寿命は「健康寿命の算定方法の指針」における算定プログラムにより算出。

##### (2) 指標2 がん検診受診率の向上

指標	現状値(H23)	目標値	目標値設定の考え方
胃がん受診率	13.7%	40%	国の目標値 40%を参考に設定
肺がん受診率	32.2%		
大腸がん受診率	22.1%		
子宮頸がん受診率	22.6%		
乳がん受診率	18.2%		

##### (3) 指標3 特定健康診査の受診・特定保健指導実施率の向上

指標	現状値(H23)	目標値(H29)	目標値設定の考え方
特定健康診査の受診率	29.7%	50%	第5次飯山市総合計画で策定済み
特定保健指導の実施率	14.6%	30%	

##### (4) 個別の目標設定 (P7,8)

#### 5 重点施策(別紙2)

##### (1) 生活習慣病の予防

・がん ・循環器疾患 ・糖尿病 ・歯、口腔

##### (2) 生活習慣・社会環境の改善

・栄養、食生活、食育 ・身体活動、運動 ・飲酒 ・喫煙 ・休養

##### (3) こころの健康