

健康ひろしま21（第3次）骨子案

1 趣旨・背景等

(1) 趣旨

本県の健康増進施策全般に関する基本計画である「健康ひろしま21（第2次）改定版」（平成25年度～令和5年度）が終期を迎えることから、次期計画「健康ひろしま21（第3次）」を策定する。

(2) 現状・背景等

本県では、平成14（2002）年3月に県の健康増進計画として「健康ひろしま21」を策定し、その後、平成25（2013）年3月に第2次計画を、平成30（2018）年3月に第2次計画の改定版（中間見直し）を策定し、県民の健康意識の向上や生活習慣病の予防、早期発見・早期治療、重症化予防に加え、介護予防の推進に重点的に取り組んできた。

国においては、令和5年5月に「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」を改定し、「健康寿命の延伸と健康格差の縮小」、「個人の行動と健康状態の改善」、「社会環境の質の向上」、「ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり」を基本的な方向として取り組むこととしている。

こうした状況及び今後予想される社会変化も踏まえ、全ての県民の生活の質（QOL）の向上を目指して、健康づくりの取組を進めるため、今般次期計画を策定する。

2 計画期間及び位置付け

(1) 計画期間

令和6（2024）年度～令和17（2035）年度〔12年間〕

※計画開始6年後（令和11（2029）年度）に、中間見直しを行う。

(2) 計画の位置づけ

ア 法的根拠等

健康増進法（平成14（2002）年法律第103号）第8条において、都道府県に策定が義務付けられている県健康増進計画として策定。

イ 他計画との関係

広島県総合計画「安心・誇り・挑戦 ひろしまビジョン」（令和2（2020）年10月策定）における施策領域のうち、「健康」領域の目指す姿・施策の方向性を反映する。

広島県保健医療計画、ひろしま高齢者プラン、広島県食育推進計画、広島県歯と口腔の健康づくり推進計画等の関連計画と調和を図りながら、施策を推進する。

3 現行計画（健康ひろしま21（第2次）改定版）の振り返り

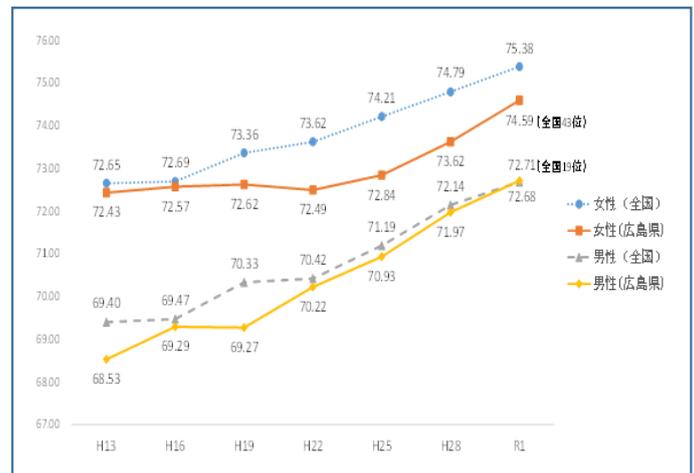
(1) 総括目標「健康寿命の延伸」及び注視する目標「軽度認定率の低減」の状況について

《健康寿命の推移》

- これまでの取組により、平成22年から令和元年の健康寿命の伸びは男女ともに平均寿命（平成22年から令和2年）の伸びを上回っており、全国平均よりも伸びているほか、男性が初めて全国平均を上回る等、県民の健康寿命は着実に延伸している。
- しかし、女性の健康寿命が依然全国平均を下回っており、全国平均との差も大きい。

（「健康寿命の伸び」と「平均寿命の伸び」の比較）

	男性			女性		
	H22年	R1年	伸び	H22年	R1年	伸び
健康寿命						
広島	70.22年	72.71年	2.49年	72.49年	74.59年	2.10年
全国	70.42年	72.68年	2.26年	73.62年	75.38年	1.76年
平均寿命						
広島	79.91年	81.95年	2.04年	86.94年	88.16年	1.22年
全国	79.59年	81.49年	1.90年	86.35年	87.60年	1.25年



《軽度認定率の低減（注視する目標）について》

- 健康寿命の延伸と相関関係が認められ、客観的指標として注視していた「軽度認定率（要支援及び要介護1の認定率）の低減」の状況について、年齢階級別に全国比較・男女比較を行った結果、全国平均との差は男女とも縮小傾向にあるが、認定割合が高い80歳以上では、**全国平均との差が埋まっておらず、その差は女性の方が大きい**ことが、差が生じている要因と考えられる。
- そのため、今後健康寿命の延伸にあたっては、65～79歳までの介護予防の取組を引き続き行い、**80代以降の女性の「介護が必要になる時期」の到来を遅らせ、より重度の介護状態になることを予防することが必要**ではないかと考えられる。

女性【全国平均との比較】

区分・年齢階級	H29		R3		H29⇒R3		全国との差		
	広島県	全国	広島県	全国	広島県	全国	H29	R3	
	割合	割合	割合	割合	割合	割合			
高齢者人口に占める軽度認定者の割合	65～69歳	1.37%	1.31%	1.18%	1.24%	↓	↓	0.06%	-0.06%
	70～74歳	3.50%	3.36%	3.02%	2.99%	↓	↓	0.14%	0.03%
	75～79歳	8.99%	8.13%	8.05%	7.80%	↓	↓	0.86%	0.25%
	80～84歳	20.62%	17.92%	18.79%	17.21%	↓	↓	2.70%	1.58%
	85歳以上	30.92%	26.75%	31.95%	27.80%	↑	↑	4.17%	4.15%
	合計	12.13%	10.47%	12.42%	11.06%	↑	↑	1.66%	1.36%

男性【全国平均との比較】

区分・年齢階級	H29		R3		H29⇒R3		全国との差		
	広島県	全国	広島県	全国	広島県	全国	H29	R3	
	割合	割合	割合	割合	割合	割合			
高齢者人口に占める軽度認定者の割合	65～69歳	1.43%	1.41%	1.49%	1.42%	→	↑	0.02%	0.07%
	70～74歳	2.90%	2.76%	2.70%	2.70%	↓	↓	0.14%	0.00%
	75～79歳	5.62%	5.19%	5.43%	5.34%	→	↑	0.43%	0.09%
	80～84歳	11.88%	10.77%	11.08%	10.66%	↓	↓	1.11%	0.42%
	85歳以上	24.11%	21.55%	24.82%	22.26%	↑	↑	2.56%	2.56%
	合計	6.63%	6.01%	7.06%	6.59%	↑	↑	0.43%	0.47%

(2) 成果目標の達成状況

基本的な方向	施策区分	総数	目標達成	改善傾向	目標未達	摘要
1 総括目標	「健康寿命の延伸」	2	1	1	0	男性は初めて全国平均を上回ったが、女性は引き続き全国順位では低位となっている。
2 生活習慣及び社会環境の改善	(1) 栄養・食生活	14	1	4	9	「1日の食塩摂取量」については、改善しているが、「1日の野菜摂取量の増加」、「毎日朝食を食べる県民の割合の増加」について、情報提供や啓発活動等を中心に事業実施してきたが、いずれも未達成。 運動習慣、日常生活における歩数、こどものスポーツの習慣化の多くが未達成である。
	(2) 身体活動・運動	17	1	6	10	
	(3) 休養	2	1	0	1	
	(4) 飲酒	3	1	1	1	
	(5) たばこ	3	0	2	1	
	(6) 歯・口腔の健康	5	2	1	2	
	小計	44	6	14	24	
3 主要な生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底	(1) がん	10	1	2	7	がん検診、特定健康診査の受診率は着実に伸びてきているものの、胃がんの検診受診率を除き、目標達成には至っていない。
	(2) 循環器疾患	17	2	6	9	
	(3) 糖尿病	2	0	1	1	
	(4) COPD（慢性閉塞性肺疾患）	1	0	1	0	
	小計	30	3	10	17	
4 社会生活を営むために必要な機能の維持向上	(1) こころの健康	2	0	0	2	若い世代の女性で精神的な不調を抱えている人の割合が高い。「運動やスポーツを習慣的に実施している子供の割合」や「肥満傾向にある子供の割合」の指標が悪化している。
	(2) 次世代の健康	7	3	0	4	
	(3) 高齢者の健康・介護予防の推進	5	2	3	0	
	小計	14	5	3	6	
5 健康を支え、守るための社会環境の整備		6	2	1	3	「居住地域でお互いに支え合っていると思う県民の割合」は、減少傾向にあり、目標を達成していない。
合計		96	17	29	50	

(3) 各施策区分における現状と課題等

■生活習慣及び社会環境の改善	
栄養・食生活	<p>現状</p> <ul style="list-style-type: none"> ○食育推進計画の重点目標である「1日の食塩摂取量の減少」、「1日の野菜摂取量の増加」、「毎日朝食を食べる県民の割合の増加」について、情報提供や啓発活動等を中心に事業実施してきたが、「バランスのとれた食生活を実践している人の割合」は54.8% (R5) と前回調査から減少している。 ○「栄養バランスのとれた食事に関心を持っている子供の割合」は増加しており、義務教育課程における食育指導の成果が表れてきていると考える。一方で、「肥満傾向のある子供の割合は増加」している。[10歳(小学5年生): 7.2%(H28)→12.4%(R3)] ○適正体重を維持している人の割合について、20～60歳代の男性の肥満では改善傾向にあるものの、40～60歳代の女性の肥満や20歳代の女性のやせでは悪化傾向となっている。
	<p>課題</p> <ul style="list-style-type: none"> ○栄養バランスや自らの健康に関する知識の獲得は一定量進んだと考えるが、食を選択する力(食品を選ぶ、食材を組み合わせる等)の獲得、調理技術の獲得等、実践ができていない。 ○若い世代において、食生活を含む望ましい生活習慣の定着が十分でない。 ○義務教育課程において学習する食育が、知識の獲得に留まっており、実際の行動につながっていない。 ○過度な痩身志向や女性特有の体調変化等により、若い女性の4人に1人が「やせ」の状態にあり、やせが自身の健康状態に重大な影響を及ぼすことの理解が進んでいない。 ○40～60歳の女性の肥満については、生活習慣改善についての意識はあるが、運動や食生活の改善の実践に繋がっていない。
	<p>対応方針</p> <ul style="list-style-type: none"> ○栄養バランスや自らの健康に関する知識の習得(獲得)を、実践に結びつけるため、 <ul style="list-style-type: none"> ・若い時期からの望ましい食習慣の定着のための実践力を高める取組 ・ライフステージに応じた食育の推進(特に妊婦・乳幼児、高齢者) ・若い女性に対して、「やせ」状態が後の身体に及ぼす影響の理解の促進と、具体的な対策の周知等に取り組む。
身体活動・運動	<p>現状</p> <ul style="list-style-type: none"> ○「運動習慣のある人の割合」は、男女とも全ての年代で改善傾向であるが、高齢者(65歳以上)に比べて、若い世代及び働き盛り世代(20～64歳)、特に女性の割合が低い。[20～64歳女性: 25.7% (R5)] ○「日常生活における歩数」は、男女とも全ての年代で前回の調査時(H29)から減少している。20～64歳の女性、65歳以上の男女で、前回からの歩数の減少割合が大きい。 ○小学5年生の男女、中学2年生の男子で、「運動やスポーツを習慣的にしている子供の割合(1週間の総運動時間が60分未満の子供の割合)」の子供の割合が悪化(総運動時間が短い子供の割合が増加)している。
	<p>課題</p> <ul style="list-style-type: none"> ○コロナ禍の外出自粛の影響等により、全世代、男女とも「日常生活における歩数」が減少している。 ○若い世代及び働き盛り世代(20～64歳)、特に女性が、妊娠・出産や子育て、仕事と家庭の両立などで忙しく、運動しようとする動機付けやきっかけがない。 ○勉強時間や運動以外の趣味活動(ゲーム等)の時間の増加や、公園や自然の中の遊び場の減少などの理由により、多くの小学生や中学生に運動習慣がない。
	<p>対応方針</p> <ul style="list-style-type: none"> ○子供や若い世代、特に女性の日常生活の中での運動習慣につなげていくため、企業や関係団体等と連携し、イベントを通じた運動のきっかけづくり等を強化する。 ○子供や若い世代の女性にとって取り組みやすい、親子でスポーツを楽しめるイベントなど工夫を凝らす。 ○スポーツ推進計画との連携を行いながら取組を実施する。

休養	現状	<ul style="list-style-type: none"> ○「睡眠による休養が十分にとれていない人の割合」は21.1%となっており、前回調査時（H29）の20.1%より増加し、全国平均と比べて高い（悪い）。 ○年代別にみると、若い世代（20～39歳）、働き盛り世代（40～64歳）において、睡眠による休養が不足している人の割合が高くなっている。
	課題	<ul style="list-style-type: none"> ○社会・家庭の両方で重要な役割を担う働き盛り世代においては、仕事と家庭の両方で多忙となり、十分な睡眠時間を確保できない人が多い。
	対応方針	<ul style="list-style-type: none"> ○関係機関・団体と連携しながら、引き続き、企業の働き方改革を推進する。 ○企業の健康経営の推進の中で、従業員の休養の促進を図り、こころの健康、心身の疲労の回復を図る。
飲酒	現状	<ul style="list-style-type: none"> ○多量飲酒する人の割合が、男女ともに全国平均と比べて高い。
	課題	<ul style="list-style-type: none"> ○適量を超える飲酒が、生活習慣病のリスクを高める（アルコール性肝障害、脂肪肝、糖尿病など）ことが十分理解されておらず、自覚症状が無のまま徐々に進行し、診療に繋がっていない。 ○多量飲酒等に至る前に特定健診時の問診によるスクリーニング、早期介入の仕組みができていない。
	対応方針	<ul style="list-style-type: none"> ○多量飲酒等の定義とリスクに関する周知に取り組む。 ○特定健康診査の受診を促進し、受診時に適正飲酒を指導する。 ○依存症対策と連携し、普及啓発、相談体制を整備し、医療へつなげる仕組みづくりに取り組む。
たばこ	現状	<ul style="list-style-type: none"> ○成人の喫煙率は、前回調査時（H29）と比較すると、男性は減少しているが、女性は増加傾向にある。（男性：23.5%（H29）→20.7%（R5）、女性：5.8%（H29）→6.1%（R5）） ○喫煙者を年代別にみると、働き盛りの30～50歳の男性の喫煙率が高い。 ○受動喫煙にあった者の割合は、前回調査と比較して減少している。[50.7%（H29）→29.5%（R5）] 受動喫煙にあった場所としては、職場、家庭、飲食店の順で多い。（前回最も多かった場所、飲食店） ○妊娠中の喫煙については、減少傾向（2.8%（H29）→1.9%（R3））にあるが、目標値の0%の達成はできていない。 ○主として長期にわたる喫煙習慣によってもたらされる肺の炎症性疾患であるCOPD（慢性閉塞性肺疾患）の認知度は上昇しているが、目標を達成していない。
	課題	<ul style="list-style-type: none"> ○喫煙者の6割の人がやめたいと思っているが、やめることができていない。 ○健康増進法による規制の認知度が低い。 ○妊娠中の喫煙が、妊婦及び胎児の健康に重大なリスクを及ぼすことの理解が進んでいない。 ○COPDの名称と疾患に関する知識の普及、予防可能な生活習慣病であることの理解が進んでおらず、治療につながっていない。
	対応方針	<ul style="list-style-type: none"> ○引き続き、喫煙をやめたい人への禁煙支援に取り組む。 ○健康増進法による受動喫煙規制対象施設への周知に取り組む。 ○母子健康手帳交付時等の機会を捉えた禁煙支援などの妊婦の喫煙防止対策に取り組む。 ○COPDの名称と疾患に関する知識の普及のための取組を実施する。

歯・口腔の健康	現状	<ul style="list-style-type: none"> ○「80歳で20本以上の自分の歯を有する人の割合」は目標を達成したが、40歳代、50歳代の「進行した歯周炎を有する人の割合」は増加している。 ○広島県歯科実態調査（令和4年）によると50歳代から「噛めないものがある」、「飲み込みにくい」と回答した割合が年々高くなっている。 [50歳以上の男女「噛めないものがある人の割合」(22.4%)、「飲み込みにくい人の割合」8.0%] ○「3歳児でう蝕がない人の割合」は目標を達成しており、「12歳児でう蝕のない人の割合」も概ね目標を達成している。
	課題	<ul style="list-style-type: none"> ○残存歯が増えている一方で、進行した歯周炎を有する人の割合が30歳代以上で増えており、本人や事業者へ定期的な歯科健診の重要性が理解されておらず、正しいセルフケア方法の定着につなげていない。 ○50歳代以上から、噛めないものがあるといった口腔機能の低下（オーラルフレイル）がみられる割合も増加しており、この状態が続くと全身のフレイルにつながり要介護のリスクが高まるが、オーラルフレイル予防が浸透していない。
	対応方針	<ul style="list-style-type: none"> ○本人や事業所に対し、定期的な歯科健診受診の重要性や正しいセルフケアについて周知啓発に取り組む。 ○オーラルフレイルについての周知啓発、及び「通いの場」等を活用した口腔体操の実施などオーラルフレイル予防に取り組む。

■主要な生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底

がん	現状	<ul style="list-style-type: none"> ○がん検診受診を促す普及啓発、市町や保険者等による受診勧奨等を行っているが、胃がん以外の検診率は50%以下で、全国平均より低い。 ○女性特有の子宮頸・乳がん検診の受診率は40%台前半で低く推移し、全国平均より低い。
	課題	<ul style="list-style-type: none"> ○がん検診受診を促す普及啓発や市町や医療保険者による受診勧奨の取組等により、がん検診の重要性の理解は進んでいるが、時間的な制約などにより、実践に結びついていない。
	対応方針	<ul style="list-style-type: none"> ○協会けんぽと連携した「職域アドバイザー」の支援による受診環境の整備を進める。 ○県医師会、各市町と連携し、自分ごととして、がん検診を受診する行動変容に繋がるような取組を実施する。
循環器疾患	現状	<ul style="list-style-type: none"> ○県内の「メタボリックシンドローム該当者及び予備群」（令和2年度）が平成20年から22.7%増加している。[30.4万人（H20）⇒37.3万人（R2）] ○「特定健康診査受診率」、「特定保健指導受診率」は、着実に伸びているが目標を達成しておらず、全国平均よりも低い。 ○健康寿命の延伸に影響を与えられとされる疾病・傷病等の状況をみると、本県女性は、高齢になるほど、高血圧の受療率が他県と比較して高い。
	課題	<ul style="list-style-type: none"> ○特定健康診査の意義や効果について普及啓発を行っているが、理解が進んでいないため、特定保健指導が十分に実施できていない。 ○市町や医療保険者と連携した効果的な受診勧奨ができていない。 ○健診の場所や機会の確保など特定健康診査・特定保健指導を受けやすい環境が整っていない。 ○女性については、働いていても正規雇用でない場合もあり、職域健診の制度が適用されにくい環境にある。
	対応方針	<ul style="list-style-type: none"> ○受診（浸透）しない要因を把握し、より効果的な特定健診受診勧奨に取り組む。 ○受診率向上に向けた効果的な啓発等の取組を検討する。 ○医療保険者、企業等と連携した受診率向上に向けた取組を実施する。 ○循環器病に係る総合的な相談支援・情報発信（総合支援）体制の整備を検討する。 ○女性については健診につなげていない原因を分析し取組を検討する。

糖尿病	現状	<ul style="list-style-type: none"> ○「特定健康診査受診率」及び「特定保健指導受診率」は着実に伸びているが、目標を達成しておらず、全国平均よりも低い。 ○市町による糖尿病性腎症重症化予防事業等により、「糖尿病性腎症による年間新規透析患者数」は減少しているが、目標には達していない。 ○65～74歳の女性の糖尿病の受療率が、全国平均と比較して高い。
	課題	<ul style="list-style-type: none"> ○特定健康診査の意義や効果について普及啓発を行っているが、理解が進んでいないため、特定保健指導が十分に実施できていない。 ○糖尿病有病者のうち未治療者や治療中断者に対して、治療の必要性等の周知が十分でなく、治療に繋がっていない。 ○女性の運動の習慣化、適正体重の維持ができていない。若いころからの食生活や運動などの生活習慣が糖尿病発症に影響することの理解ができていない、あるいは理解していても実践に繋がっていない。
	対応方針	<ul style="list-style-type: none"> ○受診（浸透）しない要因を把握し、より効果的な特定健診受診勧奨に取り組む。 ○受診率向上に向けた効果的な啓発等の取組を検討する。 ○糖尿病対策推進会議と連携した糖尿病に関する普及啓発、受診率向上の取組を強化する。特に女性の受療率が高いことを踏まえ、女性に届くチャネルを工夫し取組を実施する。 ○市町国保や国保連合会等と協働し、データの分析や普及啓発等の充実を図る。 ○未治療者や治療中断者に対する適切な受診勧奨や細やかな保健指導などの重症化予防の取組が進むよう、継続した市町支援を行う。
COPD	現状	<ul style="list-style-type: none"> ○主として長期にわたる喫煙習慣によってもたらされる肺の炎症性疾患であるCOPDの認知度は上昇しているものの、目標を達成していない。
	課題	<ul style="list-style-type: none"> ○COPDの名称と疾患に関する知識の普及、予防可能な生活習慣病であることの理解が進んでおらず、治療につながっていない。
	対応方針	<ul style="list-style-type: none"> ○喫煙者を中心にCOPDの名称と疾患に関する知識の普及啓発を行う。
■社会生活を営むために必要な機能の維持・向上		
こころの健康	現状	<ul style="list-style-type: none"> ○「気分障害・不安障害に相当する心理的苦痛を感じている人の割合」が高く、目標を達成していない。 ○自殺死亡率は令和3年に増加に転じ、全国水準より高い(悪い)。 〔若い世代、女性〕 ○39歳以下の若い世代、特に女性で「精神的な不調」が原因で「健康上の問題で日常生活に問題がある」と回答している人の割合が高い。(広島県県民健康意識調査)
	課題	<ul style="list-style-type: none"> ○こころの健康が生活の質に大きく影響する。 ○自殺は、自発的な相談につながりにくい傾向があり、自殺の原因に対応した身近な相談窓口につながっていない。 ○若い世代の女性が抱える悩みや精神的な不調の分析ができていない。
	対応方針	<ul style="list-style-type: none"> ○ICTを活用しながら、相談体制を整備するとともに、相談窓口についての認知度を上げるための取組を実施する。 ○若い世代の女性が抱える悩みや精神的な不調についての調査、分析を行った上で、必要な対応を検討する。

次世代の健康	現状	<p>【再掲】</p> <p>○栄養バランスのとれた食事に関心を持っている子供の割合は増加しており、義務教育課程における食育指導の成果が表れてきている。一方で、肥満傾向のある子供の割合は増加している。</p> <p>○小学5年生の男女、中学2年生の男子で、「運動やスポーツを習慣的にしている子供の割合(1週間の総運動時間が60分未満の子供の割合)」が悪化(総運動時間が短い子供の割合が増加)している。</p>
	課題	<p>【再掲】</p> <p>○勉強時間や運動以外の趣味活動(ゲーム等)の時間の増加や、公園や自然の中の遊び場の減少などの理由により、小学生、中学生の子供が運動を習慣的に取り組めていない。</p>
	対応方針	<p>○子供が、日常生活の中での運動につなげていくため、企業や関係団体等と連携し、イベントを通じた運動のきっかけづくりや運動に関するイベント等の情報発信を強化する。</p> <p>○スポーツ推進計画との連携を行いながら取組を実施する。</p>
高齢者の健康・介護予防の推進	現状	<p>○「65歳以上の高齢者のうち介護保険の要支援・要介護認定を受けた人の割合」は、微増となっており、全国平均を上回っている。(全国平均の伸びよりは低い。)</p> <p>○80歳代以上の人口・認定者数の増加が影響して、高齢者人口全体に占める軽度認定者の割合は増加しているが、年齢階層別にみると、65～79歳では低減している。</p> <p>○「高齢者人口に占める通いの場の参加者の割合」は、増加しているものの、新型コロナの外出自粛の影響等もあり、目標は達成していない。</p> <p>○「低栄養傾向(BMI 20以下)の高齢者の割合」は目標を達成しているが、女性については、女性ホルモンの影響で骨粗鬆症の可能性が高まる。</p>
	課題	<p>○各市町において通いの場の設置や参加者数の増加に取り組んでいるが、場所の確保と世話人(主催者)の確保が進んでいない。</p> <p>○高齢期の女性においては骨粗鬆症による骨折のリスクが高まっている。</p>
	対応方針	<p>○市町の個別の課題に対応しながら、市町の運動推進員等の活用なども含め、地域の通いの場の確保を行う。</p> <p>○引き続き、運動機能の維持向上、社会参加の促進等のため「通いの場」等による介護予防の推進に取り組む。</p> <p>○高齢期の女性に対しては、介護予防の取組(通いの場等)とともに、低栄養予防の食事や運動についての指導を継続して推進する。</p>
■健康を支え、守るための社会環境の整備		
現状	<p>○健康づくりを含む社会活動に主体的に関わっている県民の割合は37.2%に留まっている。またひろしま健康づくり県民運動推進会議の協賛会員数が減少している。</p>	
課題	<p>○コロナ禍で約3年間、地域での健康づくりに関する活動、社会活動等が自粛され、行事等の中止が続いたため、健康づくりに関する活動や交流の場が減少している。</p>	
対応方針	<p>○ひろしま健康づくり県民運動推進会議の活動を活性化し、全県的な機運醸成を図っていく。</p>	

4 考慮すべき社会情勢等

(1) 人口構造の変化、ライフスタイルの多様化・社会の多様化

- 少子化・高齢化がさらに進み、総人口・生産年齢人口が減少し、独居世帯が増加する。
- 個人を重視する価値観の変化、育児・介護との両立や多様な働き方の広まり、高齢者の就労拡大などを通じライフスタイルの多様化・社会の多様化がさらに進む。

(2) 新型コロナウイルス感染症による環境変化

- 趣味活動やサロン、「通いの場」等の活動自粛により、外出機会が減少し、「つながり」の希薄化に拍車をかけ、心身の健康面への影響が懸念される。
- テレワーク等の働き方の変化、健康への意識変化など、当面は感染対策を意識した生活が継続し、合わせて同変化も踏まえた多様な形態の新たなサービスの創出が期待される。

(3) デジタル技術の進展

- あらゆる分野で AI/IoT、ロボティクス等のデジタル技術を活用した DX（デジタルトランスフォーメーション）が加速する。
- 本人がマイナポータル等を通じて確認できる自身の健康・医療・介護情報は、医療機関・薬局等での確認に加え、一定のルールの下で、民間の PHR（パーソナル・ヘルス・レコード）事業者も API（アプリケーション・プログラミング・インターフェース）連携によりこれらの情報を活用できるようになる。

(4) 多様な主体による健康づくり

- 健康経営、コラボヘルス といった企業や保険者による取組が進み、また、様々な分野（教育、スポーツ、産業、まちづくり等）との連携が広がり、保健、医療、福祉の関係機関・関係団体、大学等の研究機関、地域の関係者や民間部門、住民組織など、益々多様な主体による健康づくりの裾野が広がる事が期待される。

5 次期計画において重点的に取り組むべき事項

これまでの取組により、県民の健康寿命は着実に延伸していること、高齢者人口に占める軽度認定者の割合（注視する目標）についても 65～84 歳までの年齢層では低減していることにより、**当初の目論見どおり取組が進んでいると評価できる。**

しかし、女性の健康寿命が全国と比較して低位であること、健康づくりに関する指標等で女性が男性と比べて悪化している項目が多いことや、女性のライフコース上の特性や課題を踏まえ、次期計画において、これまでの取組を継続しながら、「女性の健康づくり」に重点的に取り組む。

(1) 主な取組

① 介護予防の推進（対象：高齢層（特に 65～79 歳）の女性）

高齢期の女性においては骨粗鬆症による骨折のリスクが高まるため、介護予防の取組（通いの場等）とともに、低栄養、骨粗鬆症予防の食事や運動についての指導を継続して推進する。

② 身体的不調の改善（対象：20～64 歳の女性）

若い年代の女性に対する生活習慣の改善を促す取組を強化することにより、年齢を重ねた時の高血圧や精神疾患の受療率の改善や身体的不調の改善を図るとともに、将来（65 歳以上）介護状態になるリスクを低減させるための取組を行う。

- 運動・食生活・休養といった健康づくりに向けた行動（生活習慣の改善に向けた行動）を実践できるよう、**育児・家事等で時間的余裕がない女性でも、普段の生活の中で無理なく健康づくりに取り組める環境の整備を図る。**
- 女性は、閉経後に女性ホルモンが急激に低下し、骨粗鬆症や脂質異常症等の体調の変化をきたすという身体的特性があるため、**特定健康診査に加えて「骨粗鬆症健診」の受診を推進する。**

③ 精神的不調に対するケア（対象：若年層（20～40 代前半）の女性）

「精神的な不調」が原因で「健康上の問題で日常生活に問題がある」と回答している女性の割合が高いことなどから、若い世代の女性が抱える悩みや精神的な不調のケアに取り組む。

- 市町(母子保健等)・労働関係部門等と連携し、**若年層の女性が抱える精神的な不調のケアに取り組む。**

(2) 健康課題の明確化について

今後、本県女性の健康課題に係る指標等の要因分析を行い、具体的な取組等について検討していく。

6 次期計画の概要

(1) 基本理念と目指す姿

【基本理念】

県民誰もが、より健やかに、安心して、生きがいを持ちながら自分らしく暮らし続けられる社会の実現

目指す姿

- ①人生 100 年時代を迎える中、県民一人一人が、それぞれのライフステージに応じて、心身ともに健康で活躍しています。
- ②若い時期から生涯を通じた健康の大切さとリスクを意識し、デジタル技術やデータも活用しながら、運動や食事等の生活習慣の改善など、健康を維持する行動が身に付いています。
- ③特定健康診査やがん検診の確実な受診行動を取るなど、個々人の健康医療データを活用しながら、適切なタイミングで適切な治療を受ける行動が身に付いています。
- ④高齢になっても健康で、一人一人がこれまで培った経験・能力を生かすことができる機会が拡大し、就労や地域貢献など生きがいを持って社会で活躍しています。
- ⑤健康等に関して何か不安を感じたときに、自分が住み慣れた地域に気軽に相談できる専門職やその連携が確保されています。
- ⑥健康な食環境や身体活動・運動を促す環境をはじめとし、自然に健康になれる環境がつけられています。

(2) 全体目標

〔総括目標〕「健康寿命の延伸」〔継続〕

〔注視する目標〕

	指標	定義	設定理由等
①	日常生活動作が自立している期間の平均（客観的健康寿命）	要介護2以上になるまでの期間を「日常生活が自立している期間」とし、要介護者数、死亡数、人口等データを用いて算出	○健康寿命を補完する指標として設定 〔・毎年算定できるため速報性が高い。〕 〔・客観性が高く、要介護状態の発生状態等の要因分析に適している。〕
②	年齢階級別人口に占める認定者の割合（県独自分析）	介護認定（要支援1・2、要介護1～5）者の高齢者人口に占める割合を、年齢階級別（5歳ごと）に算出	○高齢化の進展により後期高齢者（特に認定率が高い90代）の人口が増大している状況を踏まえて、県民の健康寿命の延伸状況を経年で適切に評価するため。

※なお、これまでの「軽度認定率の低減」の指標については、他県との比較を行うため、引き続き指標として設定する。

(3) 施策体系（取組の方向性など）

- 健康寿命に影響を及ぼす疾病・傷病等やその要因となる生活習慣等の分析、評価を改めて行った結果、健康寿命の延伸に向けた施策体系（取組の方向性等）については、2次計画と同様とする。
- 重点的に取り組む「女性の健康づくり」については、関係する施策分野において、具体的な取組を検討し、実施する。

施策体系	施策分野	取組の方向性（案）	女性※
1 生活習慣の改善	栄養・食生活	・減塩、野菜摂取、栄養バランス等の普及啓発	○
	身体活動・運動	・ウォーキングや体操を中心に普及啓発	○
	休養	・心身の疲労の回復のための休養の促進	○
	飲酒	・多量飲酒に対する対策	○
	たばこ	・禁煙支援（特に妊婦を中心とした女性）	○
	歯・口腔	・ライフステージに応じた歯周病対策	
2 主な生活習慣病の予防・重症化予防	がん	・がん検診の受診促進	○
	循環器疾患	・特定健康診査に関する取組	○
	糖尿病	・糖尿病の予防、重症化予防	○
	COPD	・COPDに関する普及啓発、予防	
3 ライフステージに応じた健康づくりの推進	次世代の健康	・健全な生活習慣の確立	
	若い世代、働き盛り世代	・健康経営の推進（生活習慣改善、健診（検診）等）	○
	高齢者の健康	・介護予防の推進、認知症対策	○
4 個人を支え、守るための社会環境の整備	こころの健康	・メンタルヘルス対策、多様な関係者との連携	○
	社会とのつながり、多様な主体による健康づくり	・地域とのつながりの強化 ・多様な主体による健康づくり、健康関連産業との連携	○
	自然と健康になれる環境づくり	・無関心層を含め、自然と健康づくりに取り組める環境づくり	○

※ 「女性の健康づくり」に特に重点的に取り組む分野

(参考) 成果目標の進捗状況 (主な指標を抜粋)

取組区分	施策分野	主な指標		対象	基準値 (年度)	実績 (年度)	R5 目標値	達成 見込
生活習慣 及び社会 環境の改 善	栄養 ・ 食生活	適正体重を維持 している人の割 合	肥満	20～60 歳代 男性	32.2% (H29)	28.5% (R5)	26%以下	△
				40～60 歳代 女性	14.3% (H29)	18.0% (R5)	11%以下	×
			やせ	20 歳代 女性	10.9% (H29)	25.2% (R5)	8%以下	×
		主食・主菜・副菜を組み合わせ た食事が1日2回以上の 日がほぼ毎日の人の割合		成人	60.0% (H29)	54.8% (R5)	80%以上	×
		栄養バランスの取れた食事 に関心を持っている子供の 割合		学童期	93.8% (H28)	96.2% (R3)	増加傾向	○
		食塩摂取量		成人	10.0g (H28)	9.7g (R1)	8g 以下	△
		野菜摂取量		成人	273g (H28)	251.6g (R1)	350g 以上	×
		毎日朝食を食べている県民 の割合		20 歳代 男性	61.0% (H29)	61.4% (R5)	いずれも 85%以上	△
				20 歳代 女性	56.8% (H29)	53.5% (R5)		×
				30 歳代 男性	68.6% (H29)	68.0% (R5)		×
	運動やスポーツを習慣的に している子供の割合 (1週間の総運動時間が60 分未満の子供の割合)		小学5年生 男子	5.7% (H29)	9.0% (R4)	いずれも 減少傾向	×	
			小学5年生 女子	10.8% (H29)	14.4% (R4)		×	
			中学2年生 男子	6.3% (H29)	8.1% (R4)		×	
			中学2年生 女子	17.8% (H29)	17.0% (R4)		○	
	日常生活における歩数		20～64 歳 男性	8,200 歩 (H29)	7,907 歩 (R5)	9,700 歩 以上	×	
			20～64 歳 女性	8,320 歩 (H29)	6,951 歩 (R5)	8,600 歩 以上	×	
			65 歳以上 男性	7,254 歩 (H29)	5,811 歩 (R5)	7,300 歩 以上	×	
			65 歳以上 女性	6,538 歩 (H29)	4,864 歩 (R5)	6,600 歩 以上	×	
	運動習慣のある人の割合		20～64 歳 男性	21.0% (H29)	33.6% (R5)	34%以上	△	
			20～64 歳 女性	12.9% (H29)	25.7% (R5)	33%以上	△	
			65 歳以上 男性	35.7% (H29)	54.5% (R5)	58%以上	△	
			65 歳以上 女性	26.9% (H29)	41.2% (R5)	48%以上	△	
	ロコモティブシンドローム を理解している人の割合		成人	39.8% (H29)	38.8% (R5)	50%以上	×	
休養	睡眠による休養が十分にと れていない人の割合	成人	20.1% (H29)	21.1% (R5)	16%以下	×		
飲酒	多量飲酒する人の割合	成人 男性	3.7% (H29)	5.2% (R5)	3.2%以下	×		
		成人 女性	1.4% (H29)	1.2% (R5)	0.2%以下	△		

【凡例】 ○：目標達成 △：目標未達だが改善傾向 ×：目標未達

取組区分	施策分野	主な指標	対象	基準値 (年度)	実績 (年度)	R5 目標値	達成 見込
生活習慣 及び社会 環境の改 善	たばこ	喫煙する人の割合	成人 男性	23.5% (H29)	20.7% (R5)	18%以下	△
			成人 女性	5.8% (H29)	6.1% (R5)	5%以下	×
		妊娠中の喫煙をなくす	妊婦	2.8% (H29)	1.9% (R3)	0%	△
	歯科	3歳児でう蝕がない人の割合	3歳児	86.5% (H28)	90.7% (R4)	90%以上	○
		12歳児でう蝕がない人の割合	12歳児	67.4% (H28)	74.4% (R3)	75%以上	△
		進行した歯周炎を有する人の割合	40歳代	56.0% (H28)	58.0% (R4)	35%以下	×
			50歳代	62.8% (H28)	69.1% (R4)	40%以下	×
80歳で20本以上の自分の歯を有する人の割合	80歳	56.1% (H28)	62.3% (R4)	60%以上	○		
主要な生活習慣病の発症予防と重症化予防	がん	がん検診受診率	胃がん	40.5% (H28)	50.4% (R4)	いずれも 50%以上	○
			肺がん	42.1% (H28)	47.7% (R4)		△
			大腸がん	38.8% (H28)	44.0% (R4)		△
			子宮頸がん	40.2% (H28)	42.5% (R4)		×
			乳がん	40.3% (H28)	42.6% (R4)		×
	循環器疾患	高血圧の人の割合 (140mmHg以上)	男性	19.2% (H26)	21.3% (R2)	14.5% 以下	×
			女性	14.2% (H26)	15.9% (R2)	11.3% 以下	×
		脂質異常者の割合 (LDL コレステロール 160ml/dl)	男性	13.1% (H26)	14.8% (R2)	9.6% 以下	×
			女性	14.3% (H26)	15.7% (R2)	10.3% 以下	×
		メタボリックシンドロームの該当者及び予備群	40～74歳	33.7万人 (H27)	37.3万人 (H20比18.9%増) (R2)	平成20年度 に比べて 25%減少	×
		特定健康診査の実施率	40～74歳	45.3% (H27)	52.5% (R3)	70%以上	△
	特定保健指導の実施率	40～74歳	19.8% (H27)	25.2% (R3)	45%以上	△	
	糖尿病	糖尿病性腎症による年間新規透析患者数	-	392人 (H27)	361人 (H27比7.9%減) (R3)	平成27年度 に比べて 10%減少	△
	COPD	COPDの認知度	成人	45.9% (H29)	56.8% (R5)	80%以上	△

【凡例】 ○：目標達成 △：目標未達だが改善傾向 ×：目標未達

取組区分	施策分野	主な指標	対象	基準値 (年度)	実績 (年度)	R5 目標値	達成 見込
社会生活を営むために必要な機能の維持・向上	こころの健康	気分障害・不安障害に相当する心理的苦痛を感じている人の割合	成人	10.5% (H28)	20.6% (R4)	9.4%	×
		自殺死亡率(人口10万人対)	-	15.4 (H28)	17.6 (R3)	14.2 (R4)	×
	次世代の健康	全出生数中の低体重児の割合	-	9.7% (H28)	9.3% (R2)	減少傾向	○
		栄養バランスの取れた食事に関心を持っている子供の割合【再掲】	学童	93.8% (H28)	96.2% (R3)	増加傾向	○
		運動やスポーツを習慣的にしている子供の割合 (1週間の総運動時間が60分未満の子供の割合)【再掲】	小学5年生男子	5.7% (H29)	9.0% (R4)	いずれも減少傾向	×
			小学5年生女子	10.8% (H29)	14.4% (R4)		×
			中学2年生男子	6.3% (H29)	8.1% (R4)		×
			中学2年生女子	17.8% (H29)	17.0% (R4)		○
	肥満傾向にある子供の割合	10歳 (小学5年生)	7.2% (H28)	12.4% (R3)	7.0%以下	×	
	高齢者の健康・介護予防の推進	65歳以上の高齢者のうち要支援・要介護認定を受けた人の割合	65歳以上	19.3% (H28) 全国平均 18.0%	19.5% (R4) 全国平均 19.1%	全国平均以下	△
		要支援1・2、要介護1の認定率の低減【再掲】	65歳以上	10.0% (H28) 全国平均 8.6%	10.2% (R4) 全国平均 9.3%	全国平均以下	△
		高齢者人口に占める通いの場の参加者の割合	65歳以上	0.8% (H28)	5.0% (R4)	10% (R7)	△
		低栄養傾向(BMI 20以下)の高齢者の割合	65歳以上	20.3% (H28)	16.3% (R1)	22%以下	○
	個人を支え守るための社会環境の整備	社会環境の整備	地域住民でお互いに支え合っていると思う県民の割合	成人	34.6% (H29)	24.2% (R5)	増加

【凡例】 ○：目標達成 △：目標未達だが改善傾向 ×：目標未達