

## 青森県健康増進計画「健康あおり21(第2次)(仮称)」(案)の概要

がん・生活習慣病対策課

### 1 計画策定の背景

- 県では、県民一人ひとりが健やかな生命と心を育み、豊かな暮らしを送ることができる、活力ある長寿県の実現をめざして、平成13年1月に青森県健康増進計画「健康あおり21」を策定し、健康づくりに関する各種施策を推進してきました。
- 平成24年度に計画の最終年度を迎え、国においても平成25年度から始まる新たな健康づくり運動の基本方針を示したことから、県においてもこれらを踏まえ、平成25年度から始まる新たな計画を策定するものです。

### 2 計画期間

- 平成25年度～平成34年度(10年間)

### 3 計画の性格と位置づけ

- 健康増進法第8条において都道府県が定めるものとされている「都道府県の住民の健康の増進の推進に関する施策についての基本的な計画」であり、本県の基本計画である「青森県基本計画未来への挑戦」の趣旨に沿った健康づくりに関する具体的な計画となるもので、「青森県保健医療計画」、「青森県医療費適正化計画」、「青森県がん対策推進計画」等とも連携・整合を図っています。
- 歯・口腔の健康に関する部分については、歯科口腔保健の推進に関する法律第13条第1項に基づく本県の歯科口腔保健の推進に関する基本的事項に位置づけます。

### 4 計画の特徴

- 目標を明確化するため、「めざす姿」と「全体目標」を新たに盛り込みます。
- 目標とする指標については、できるだけ定期的に補足することができる指標を設定し、進捗状況を評価するための仕組みを整えます。
- 個別目標について、社会経済状況の変化に対応し、「COPD」(慢性閉塞性肺疾患)、「休養(睡眠)」及び「認知症」の3つを新たに盛り込みます。
- 重点課題を解決するため、年度毎の行程表を提示するとともに、ライフステージに応じた主な取組を新たに盛り込みます。

### 5 めざす姿

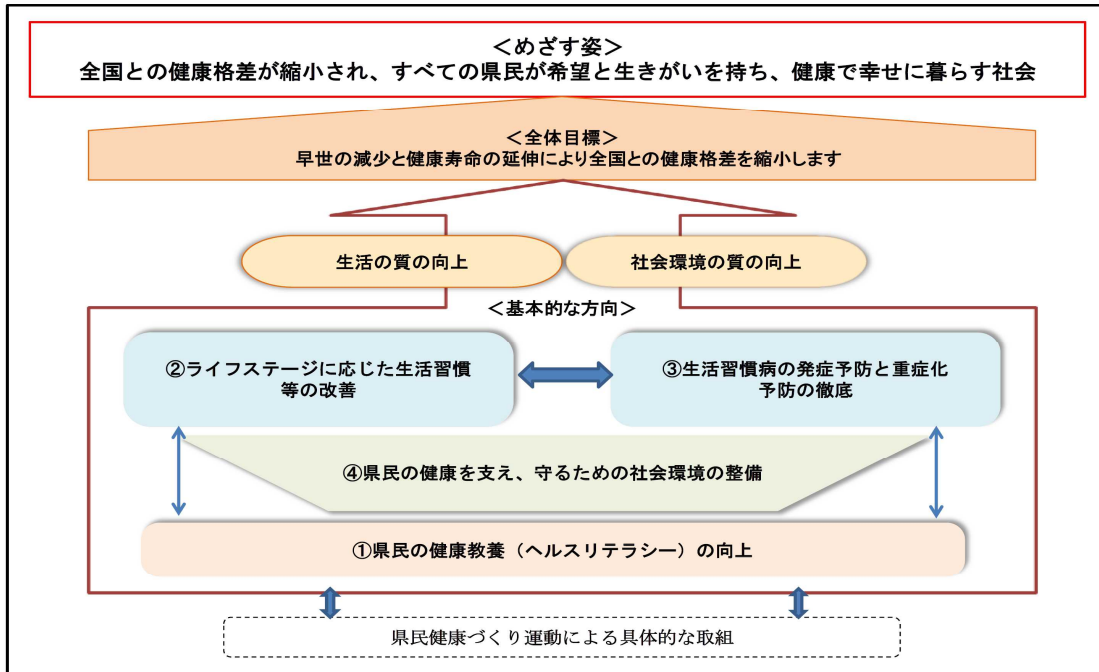
- 全国との健康格差が縮小され、子どもから大人まで、全ての県民が希望と生きがいを持ち、健康で幸せに暮らす社会
  - ・ 県民一人ひとりが自らの健康を大切に、進んで健康づくりに参加できる。
  - ・ 病気の方や介護を要する方も含め、県民一人ひとりがそれぞれに生活に満足を感じることができる。
  - ・ 県民一人ひとりがともに支え合い、安んじて生きることができる。

## 6 全体目標

「早世の減少と健康寿命の延伸により全国との健康格差の縮小をめざします」

## 7 基本的な方向

- (1) 県民の健康教養（ヘルスリテラシー）の向上
- (2) ライフステージに応じた生活習慣等の改善
- (3) 生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底
- (4) 県民の健康を支え、守るための社会環境の整備



## 8 個別目標

1 2の個別目標を3分野に分け、個別目標毎に目標項目（38項目）を設定し、定期的に進捗状況を把握していきます。

- (1) 生活習慣の改善
  - ① 栄養・食生活    ② 身体活動・運動    ③ 飲酒    ④ 喫煙    ⑤ 歯・口腔の健康
- (2) 生活習慣病の発症予防と重症化予防
  - ① がん    ② 循環器疾患    ③ 糖尿病    ④ COPD
- (3) こころの健康
  - ① こころの健康づくり    ② 休養（睡眠）    ③ 認知症

## 9 重点課題

本県の平均寿命に与える影響が大きい三大死因（がん、心疾患、脳血管疾患）及び自殺の死亡率の改善に向けて、3つの重点課題を設定し、年度毎の行程表を提示して、全体目標の達成とめざす姿の実現を図ります。

- (1) 肥満予防対策
- (2) 喫煙防止対策
- (3) 自殺予防対策