

# 第1章 計画の策定にあたって

## 1 計画策定の背景と趣旨

近年、わが国は、生活水準の向上や医療技術の進歩などにより、世界有数の長寿国となりました。その一方で、生活習慣病や、認知症、寝たきりなどの要介護者の増加が深刻な社会問題となっています。特に、不適切な生活習慣の積み重ねなどによる内臓脂肪の蓄積に加え、高血糖、高血圧、高脂血などが重複することにより、脳卒中や心筋梗塞などを起こしやすい状態（「メタボリックシンドローム（メタボリック症候群）」）になっている人が増加傾向にあることが問題視されています。

こうした現状に対して、国においては、すべての国民が健やかでこころ豊かに生活できる活力ある社会とするために、21世紀における国民健康づくり運動として「健康日本21」を平成12年3月に策定しました。これは、従来の早期発見・早期治療にとどまらない疾病対策として、生活習慣の改善による健康の増進と疾病の発病を予防する「一次予防」に重点をおき、早世（早死）や要介護状態を減少させ、認知症や寝たきりにならない状態で生活できる期間（健康寿命）を延伸させる対策を進めるものです。

また、生涯を通じた健康の出発点である母子保健をみんなで推進する国民運動計画として、「健やか親子21」を平成12年11月に策定しました。

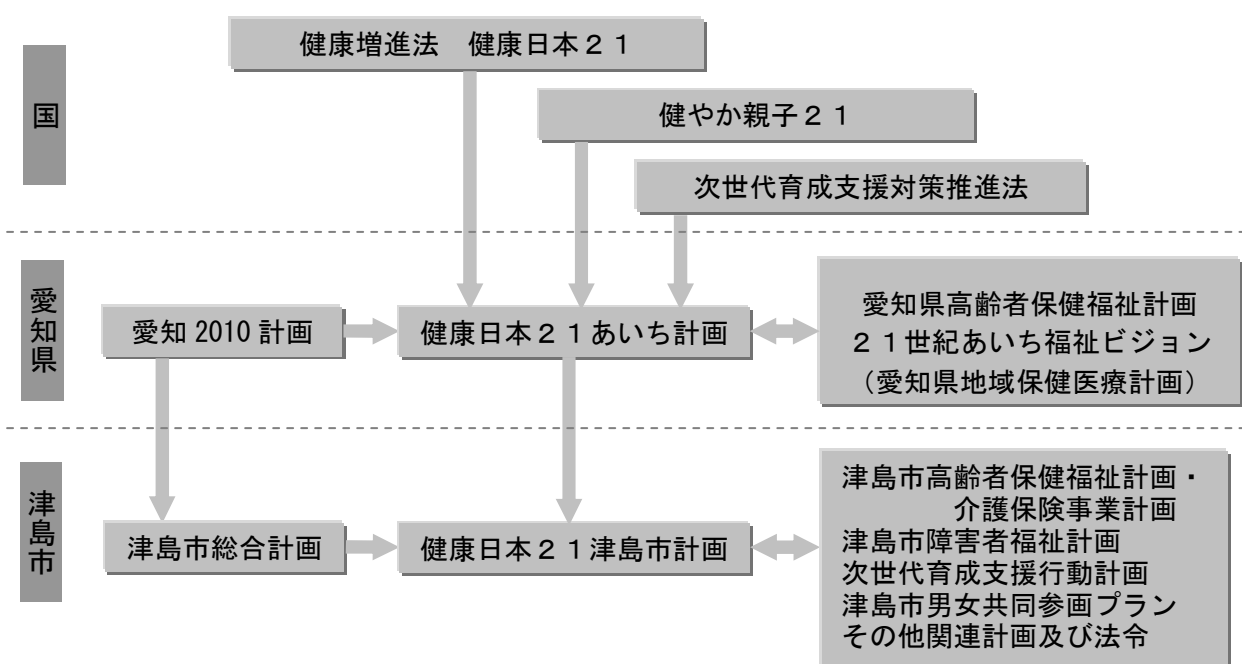
愛知県においても、生涯を通じて健康でいきいきと過ごす活力のあるまちの実現を目指し、「健康日本21」と、「健やか親子21」の理念を取り込み、2010年度を目標年次とする健康づくりの行動計画「健康日本21あいち計画」を策定しています。

また、国民の健康増進の推進を図るため、平成15年5月に「健康増進法」が施行され、市民の健康の増進に関する施策についての計画策定に努めるよう定められました。

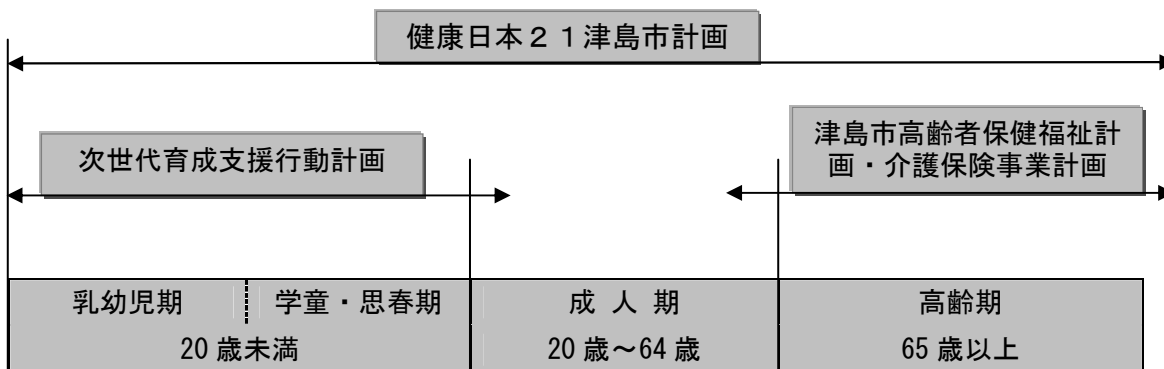
これを踏まえ、津島市においても市民が生涯にわたって、健康でいきいきと暮らしていけるよう、市民一人ひとりが主体的に健康づくりに取り組むとともに、家庭、地域、社会全体で支援する環境づくりを推進していくことを目的として「健康日本21津島市計画」を策定するものです。

## 2 計画の位置づけ

この計画は、21世紀における国民健康づくり運動の指針として国が策定した「健康日本21」および「健やか親子21」また、愛知県が策定した「健康日本21 あいち計画」を踏まえて、これを推進するための具体的な地方計画として位置づけられます。また、津島市総合計画を上位計画とするとともに、関連諸計画との整合を図ります。



各年代に対する関係諸計画



### 3 基本理念

「健康日本 21 津島市計画」では、すべての市民が、健康でこころ豊かに生活できる社会の実現に向けて、生活習慣の改善による生活習慣病の予防、健康寿命の延伸、生活の質の向上を目指します。

その実現に向けて、本計画の基本理念を以下のとおりとします。

「健康で 安心して暮らせるまち つしま」

### 4 計画の基本方針

基本理念を実現するために、次の4つを基本方針とします。

#### (1) 生涯を通じた健康づくりの支援

「健康」は目標ではなく、自己実現を達成するための手段です。これは、健康が生活の質（QOL）を高めるために必要であるという考え方に基づいています。

市民一人ひとりが主役となり、自らの人生をより幸せにするために各人が健康観を大切にし、自己実現ができるよう、生活の質を向上させることを支援します。

#### (2) 健康づくりの推進（一次予防の重視）

現在、本市の死因の1位から3位までを占める悪性新生物（がん）、心疾患、脳血管疾患や、最近増加が著しい糖尿病はいずれも生活習慣病です。

生活習慣病の発病や進行の予防には、健康診査などによる従来の早期発見・早期治療（二次予防）にとどまることなく、健康を増進し、病気を予防すること（一次予防）が必要です。

一人ひとりが「健康」への目標を持ち、各年代に応じた生活習慣を身につけることが予防につながります。生活習慣を改善し、健康増進に取り組むことにより「健康を積極的につくる」ことを推進します。

### (3) 社会全体（みんな）で支える健康づくりの推進

個人の努力だけでは難しい健康増進もみんなで協力・連携することで進めていくことができます。ヘルスプロモーションの考え方にに基づき、市民一人ひとりの健康づくりの実践に加えて、家庭や地域、健康や生活環境に関わる様々な関係者・関係団体などがそれぞれの特性を生かしながら連携することにより、環境を整備し、個人の健康づくりを総合的に支援していきます。

#### ※ヘルスプロモーション

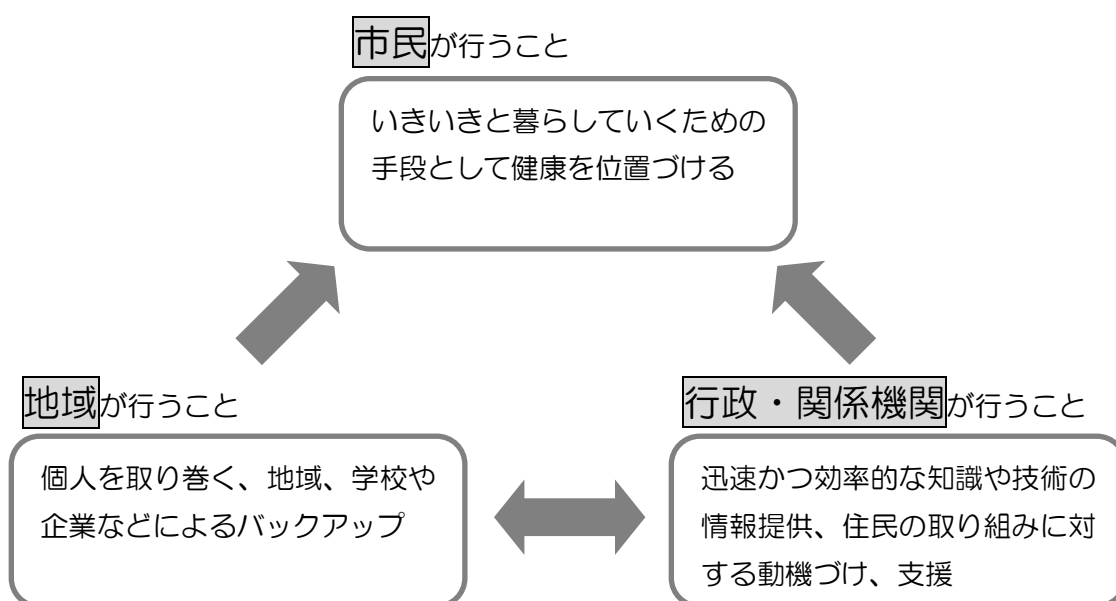
人々が自らの健康をコントロールし、改善することができるようにするプロセスのことで、ヘルスプロモーション活動として、次の2つの柱がある。

- ① 個人の健康状態を改善させる知識、技術の向上
- ② 個人を取り巻く環境を健康に資するように改善するための戦略や政策

### (4) 具体的な計画目標の設定と評価

健康づくりを推進していくために、個人と健康づくりに関わる多くの関係者が共通の認識を持ち、取り組むべき健康課題を明らかにし、具体的な健康改善の目標を設定することが必要となります。

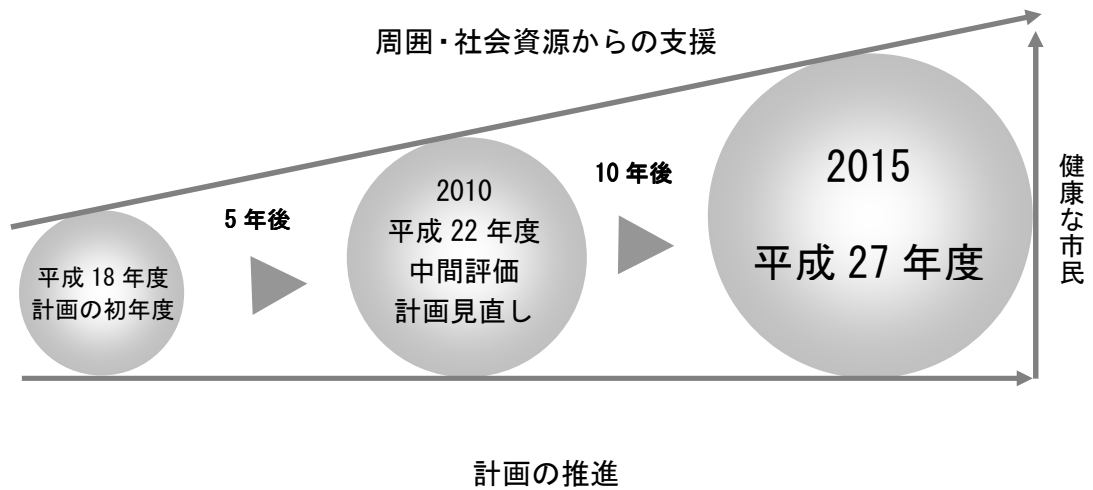
設定された明確な目標に向けての活動成果を適切に評価し、その後の健康づくり計画に反映させることにより、より一層の計画推進を図ります。



## 5 計画の期間

この計画は、計画期間を平成18年度（2006年度）から平成27年度（2015年度）までの10年間とします。

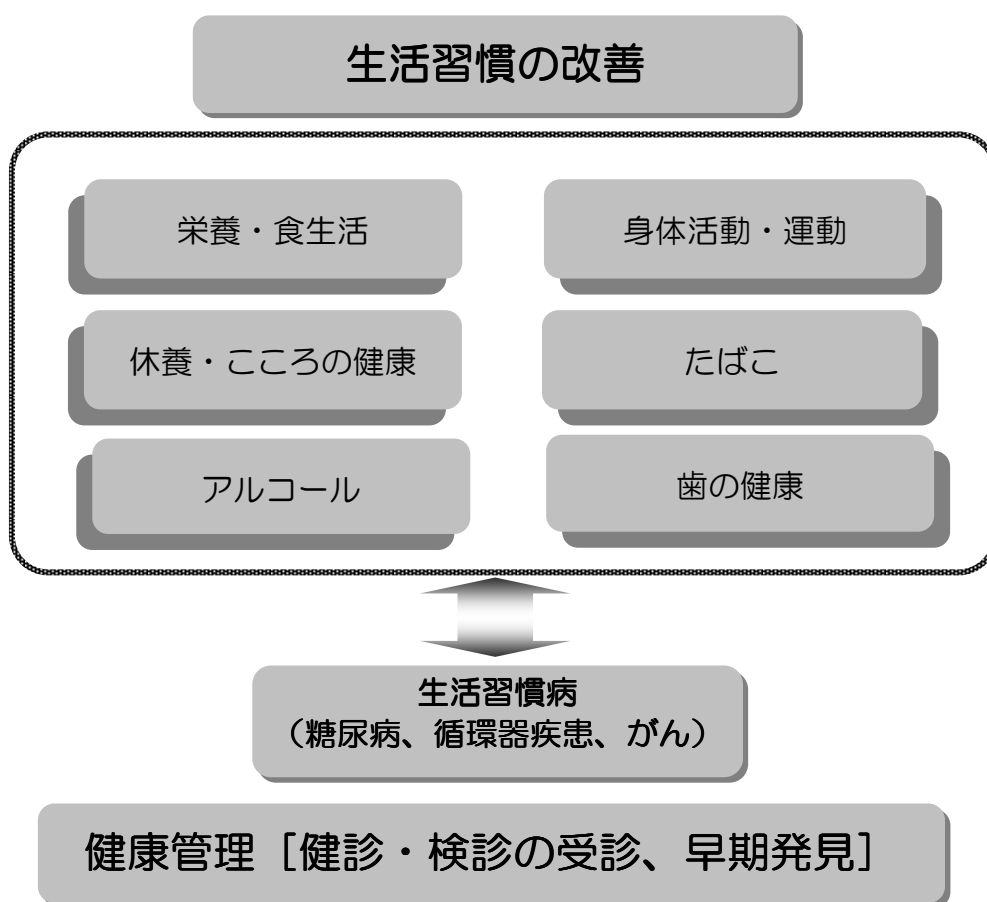
なお、他の計画との整合を図りながら、中間年度（平成22年度[2010年度]）に中間評価と計画の見直しを行い、目標の達成に向けた効果的な施策展開を図るとともに、最終年度には目標の達成状況などについて評価を実施します。



## 6 分野の設定

この計画では、生活の質を低下させたり、健康寿命を短縮させる原因となる生活習慣病の予防（一次予防）に力を入れていきます。生活の質を低下させる生活習慣病の原因である生活習慣に関する分野を、「栄養・食生活」「身体活動・運動」「休養・こころの健康」「たばこ」「アルコール」「歯の健康」の6分野を設定します。

糖尿病・循環器疾患・がんなどの生活習慣病の対策については、二次予防を含めた「健康管理」として位置づけて、取り扱います。



## 7 目標を達成するための取り組み

それぞれの分野での取り組み目標を達成するためには、取り組みの主体を明確にし、目標に向かって努力・協力していく必要があります。

本計画では、取り組みの方向を「個人の取り組み」と「周囲の支援」とに分類し、それぞれの目標を明確化しています。

### 目標を達成するための取り組み

#### ●●個人の取り組み

健康づくりのために市民自らが取り組む事項

#### ●●周囲の支援

個人の取り組みを支援する地域、行政、関係機関などの施策

### 評価するための指標

#### ●●健康指標

取り組みの結果得られる  
目指すべき健康・保健  
水準

#### ●●行動指標

市民自らが取り組む指標

#### ●●環境指標

行政機関、医療保険者、医療機関、教育関係機関、マスメディア、企業、ボランティア団体などの健康に関わる様々な関係者が、市民の健康づくりを支援する取り組み指標