



はじめに

こどもから高齢者まで、全ての市民が生涯にわたって心身ともに健やかに生活していくことは、私たちの共通の願いです。

本市の新しい総合計画「日南市重点戦略プラン」では、「創客創人」を基本的な理念とし、長期ビジョンに「どこよりも誇れるまちへ」を掲げ、具体的な 4 つの戦略を立てています。

その中の「住民による住民のための地域づくり戦略」に、「健康寿命延伸への取組」を重点施策として明記し、地域における健康づくりを推進する人材の育成や生活習慣病予防対策など健康寿命を延ばすための取組を強化することとしています。

その取り組みを実現するものとして、国が示した「健康日本 21（第二次）」を踏まえ、健康寿命の延伸と健康格差の縮小などを目標とする「健康にちなん 21（第二次）」を策定しました。

本計画では、こどもから高齢者までの全てのライフステージにおいて、生活習慣病の予防と生活習慣や社会活動の改善に重点を置くとともに、健康を支え、守るための環境整備などの推進を図ることとしています。

今後も、計画の目標達成に向けて、市民、各関係機関・各関係団体と連携し、市民の健康づくりを支援する施策を推進してまいりますので、ご理解とご協力をお願い申し上げます。

終わりに、貴重なご意見、ご協力をいただきましたみなさまと、計画に盛り込む内容について熱心にご審議、ご検討をいただきました「健康にちなん 21 推進会議」の委員のみなさまに深く感謝いたします。

平成 28 年 3 月

日南市長 崎田 恭平

目 次

序 章 計画改定にあたって

1	計画改定の趣旨	1
2	計画の性格	3
3	計画の期間	3
4	計画の対象	3

第Ⅰ章 日南市の概況と特性

1	市の概要	4
2	健康に関する概況	5
3	市における社会保障費の現状	15
4	計画の基本目標と方向性	16

第Ⅱ章 課題別の実態と対策

1	前計画の評価	17
2	健康寿命の延伸	20
3	生活習慣病の予防	
(1)	がん	22
(2)	循環器疾患	26
(3)	糖尿病	32
(4)	歯・口腔の健康	37
4	生活習慣・社会環境の改善	
(1)	栄養・食生活	41
(2)	身体活動・運動	50
(3)	飲酒	54
(4)	喫煙	57
(5)	休養	59
5	こころの健康	61
6	目標の設定	64

第Ⅲ章 計画の推進

1	健康増進に向けた取り組みの推進	68
---	-----------------	----

<資 料>

1	健康にちなん21計画策定までの経過	70
2	健康にちなん21推進会議設置要綱	71
3	健康にちなん21推進会議 作業専門部会 ワーキング会名簿	73

序章 計画改定にあたって

序章 計画改定にあたって

1 計画改定の趣旨

平成 12 年度より展開されてきた国民健康づくり運動「健康日本 21」は、壮年期死亡の減少、健康寿命の延伸、QOL（生活の質をいう。以下同じ）の向上を目的として、健康を増進し発症を予防する「一次予防」を重視した取組が推進されてきました。

今回、平成 25 年度から平成 34 年度までの「二十一世紀における第二次国民健康づくり運動」（以下「健康日本 21（第二次）」という。）では、21 世紀の日本を『急速な人口の高齢化や生活習慣の変化により、疾病構造が変化し、疾病全体に占めるがん、虚血性心疾患、脳血管疾患、糖尿病等の生活習慣病の割合が増加し、これら生活習慣病に係る医療費の国民医療費に占める割合が約 3 割となる中で、高齢化の進展によりますます病気や介護の負担は上昇し、これまでのような高い経済成長が望めないとするならば、疾病による負担が極めて大きな社会になる』と捉え、引き続き、生活習慣病の一次予防に重点を置くとともに、合併症の発症や症状進展などの重症化予防を重視した取組みを推進するために、下記の 5 つの基本的な方向が示されました。

- （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、喫煙、飲酒及び歯・口腔の健康に関する生活習慣及び社会環境の改善

また、これらの基本的な方向を達成するため、53 項目について、現状の数値とおおむね 10 年後の目標値を掲げ、目標の達成に向けた取組みがさらに強化されるよう、その結果を大臣告示として示すことになりました。

本市では平成 23 年 3 月に、「健康日本 21」の取組みを法的に位置づけた健康増進法に基づき、市の特徴や、市民の健康状態をもとに、健康課題を明らかにした上で、生活習慣病予防に視点を置いた、健康増進計画「健康にちなん 21」を策定し、取組を推進してきました。

今回、示された「健康日本 21（第二次）」の基本的な方向及び目標項目については、別表 1（P2）のように整理し、これまでの取組の評価及び新たな健康課題などを踏まえ、「健康にちなん 21（第二次）」を策定します。

別表 1

「健康日本21（第二次）」の基本的方向性と目標項目

「乳幼児から高齢者まで～ライフステージに応じた計画を考える」

○ 目標項目（53項目）

		「健康日本21（第二次）」の基本的方向性と目標項目										別表1			
(1)健康寿命の延伸と健康格差の縮小 ① 健康寿命の延伸 ② 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												〇 目標項目（53項目）	

2 計画の性格

この計画は、日南市重点戦略プランを上位計画とし、市民の健康の増進を図るための基本的事項を示し、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、保健事業の効率的な実施を図るため、医療保険者として策定する高齢者の医療の確保に関する法律に規定する日南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、医療保険者として実施する保健事業と事業実施者として行う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（表 1）

表 1

法 律	宮崎県が策定した計画	日南市が策定した計画
健康増進法	健康みやざき行動計画 21（第二次）	健康にちなん 21（第二次）
子ども・子育て支援法	みやざき子ども子育て応援プラン	日南市子ども子育て支援事業計画
食育基本法	宮崎県食育・地産地消推進計画	日南市食育・地産地消推進計画
国民健康保険法		日南市保健事業実施計画
高齢者の医療の確保に関する法律	第 2 期宮崎県医療費適正化計画	日南市国民健康保険特定健康診査等実施計画
がん対策基本法	宮崎県がん対策推進計画	
障害者基本法	宮崎県障がい者計画	日南市障害者計画 第 4 期障害福祉計画
歯科口腔保健の推進に関する法律	宮崎県歯科保健推進計画	
介護保険法	宮崎県高齢者保健福祉計画	日南市高齢者保健福祉計画 及び第 6 期介護保険事業計画

3 計画の期間

この計画の目標年次は平成 37 年度とし、計画の期間は平成 28 年度から平成 37 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。

4 計画の対象

この計画は、乳幼児期から高齢期までライフステージに応じた健康増進の取組を推進するため、全市民を対象とします。