

# 「健康日本21(第三次)」のビジョン・基本的な方向と目標項目

別表 I

ビジョン: 全ての国民が健やかで心豊かに生活ができる持続可能な社会の実現

①誰一人取り残さない健康づくりを展開する(Inclusion) ②より実効性をもつ取組を推進する(Implementation)。

## 基本的な方向

- (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)健康状態の改善

(2)個人の行動

(3)社会環境の質の向上

## (4)ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり

○ 目標項目 (53項目)

		子ども		女性				高齢者		死亡
		胎児(妊婦)	0歳	18歳	20歳	40歳	65歳	75歳		
生活習慣病の発症・重症化予防	がん				①がんの年齢調整罹患率の減少 ③がん検診の受診率の向上(子宮頸がん)	③がん検診の受診率の向上(胃・肺・大腸・乳がん)			②がんの年齢調整死亡率の減少	
	循環器病					②高血圧の改善 ③脂質異常症の減少 ④メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少 ⑤特定健康診査・⑥特定保健指導の実施率の向上		①脳血管疾患・虚血性心疾患の年齢調整死亡率の減少		
	糖尿病					①糖尿病の合併症(糖尿病腎症)の減少 ②治療継続者の割合の増加 ③血糖コントロール不良者の減少 ④糖尿病有病者の増加の抑制 ⑤メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少 ⑥特定健康診査・⑦特定保健指導の実施率の向上				
	COPD								①COPDの死亡率の減少	
生活習慣の改善	栄養・食生活	①適正体重を維持している者の増加(肥満、女性のやせの減少)<ライフ> ②児童・生徒における肥満傾向児の減少<ライフ>		③バランスの良い食事を摂っている者の増加 ④野菜摂取量の増加 ⑤果物摂取量の改善 ⑥食塩摂取量の減少			④低栄養傾向の高齢者の割合の増加の抑制<ライフ>			
	身体活動・運動			①日常生活における歩数の増加 ②運動習慣者の増加 ③運動やスポーツを習慣的に行っていない子どもの減少<ライフ>						
	休養・睡眠			①睡眠で休養がとれている者の増加 ②睡眠時間が十分に確保できている者の増加 ③週労働時間60時間以上の雇用者の減少						
	飲酒	②20歳未満の者の飲酒をなくす<ライフ>		①生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合の減少<ライフ>						
	喫煙	②20歳未満の者の喫煙をなくす<ライフ> ③妊娠中の喫煙をなくす<ライフ>		①喫煙率の減少						
	歯・口腔の健康	①乳幼児・学齢期のう蝕のない者の増加		①歯周病を有する者の減少 ②よく噛んで食べることができる者の増加 ③歯科検診の受診者の増加						
	生活機能の維持・向上			②骨粗鬆症検診受診率の向上<ライフ> ③心理的苦痛を感じている者の減少			①ロコモティブシンドロームの減少<ライフ>			

3-2 自然に健康になれる環境づくり  
 ①健康的で持続可能な食環境づくりのための戦略的イニシアチブの推進  
 ②「居心地が良く歩きたくなる」まちなかづくりに取り組む市町村数の増加  
 ③望まない受動喫煙の機会を有する者の減少

3-3 誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備  
 ①スマート・ライフ・プロジェクト活動企業・団体の増加  
 ②健康経営の推進  
 ③利用者に応じた食事提供をしている特定給食施設の増加  
 ④必要な産業保健サービスを提供している事業場の増加

3-1 社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上  
 ①地域の人々とのつながりが強いと思う者の増加  
 ②社会活動を行っている者の増加<ライフ>  
 ③地域等で共食している者の増加  
 ④メンタルヘルス対策に取り組む事業所の増加  
 ⑤心のサポーター数の増加