

第3章 健康づくりの目標と施策の推進

1 第4期高知県健康増進計画「よさこい健康プラン21」の基本的な方向

(1) 基本目標

壮年期の死亡率の改善による 「健康寿命の延伸」と「健康格差の縮小」

これまでの取組により、壮年期の死亡率の改善が一定みられていることから、壮年期の死亡率の改善による「健康寿命の延伸」と健康格差の縮小を基本目標に、引き続き目標達成に向けて取り組んでいきます。

(2) 基本方針

基本目標を達成するための施策として、以下の3つを柱とした基本方針を定めます。

①子どもの頃からの健康的な生活習慣の定着

子どもの健やかな発育と、より良い生活習慣を形成することは、成人期以降の生涯を通じた健康づくりを推進していくことにつながるため、非常に重要です。また、子どもの生活習慣は、保護者などから大きな影響を受けることから、保護者などの生活習慣改善のための取組も必要です。

このため、家庭・学校・地域と協働し、子どもの頃からの健康的な生活習慣の定着に取り組みます。

②働きざかりの健康づくりの推進

壮年期死亡率の改善に向けた取組には、健康意識のさらなる向上と、より良い生活習慣の定着が必要です。本県の働きざかりは、肥満や喫煙など改善がみられている一方、運動不足や飲酒、睡眠などの課題が残っていることから、一人ひとりが主体的に健康づくりに取り組み、健康行動の定着を図るため、インセンティブ事業[※]を活用した健康づくりの県民運動を展開します。

※ 保険者（市町村・協会けんぽ等）が加入者に対してインセンティブを提供する仕組み

③生活習慣病の発症予防と重症化予防対策

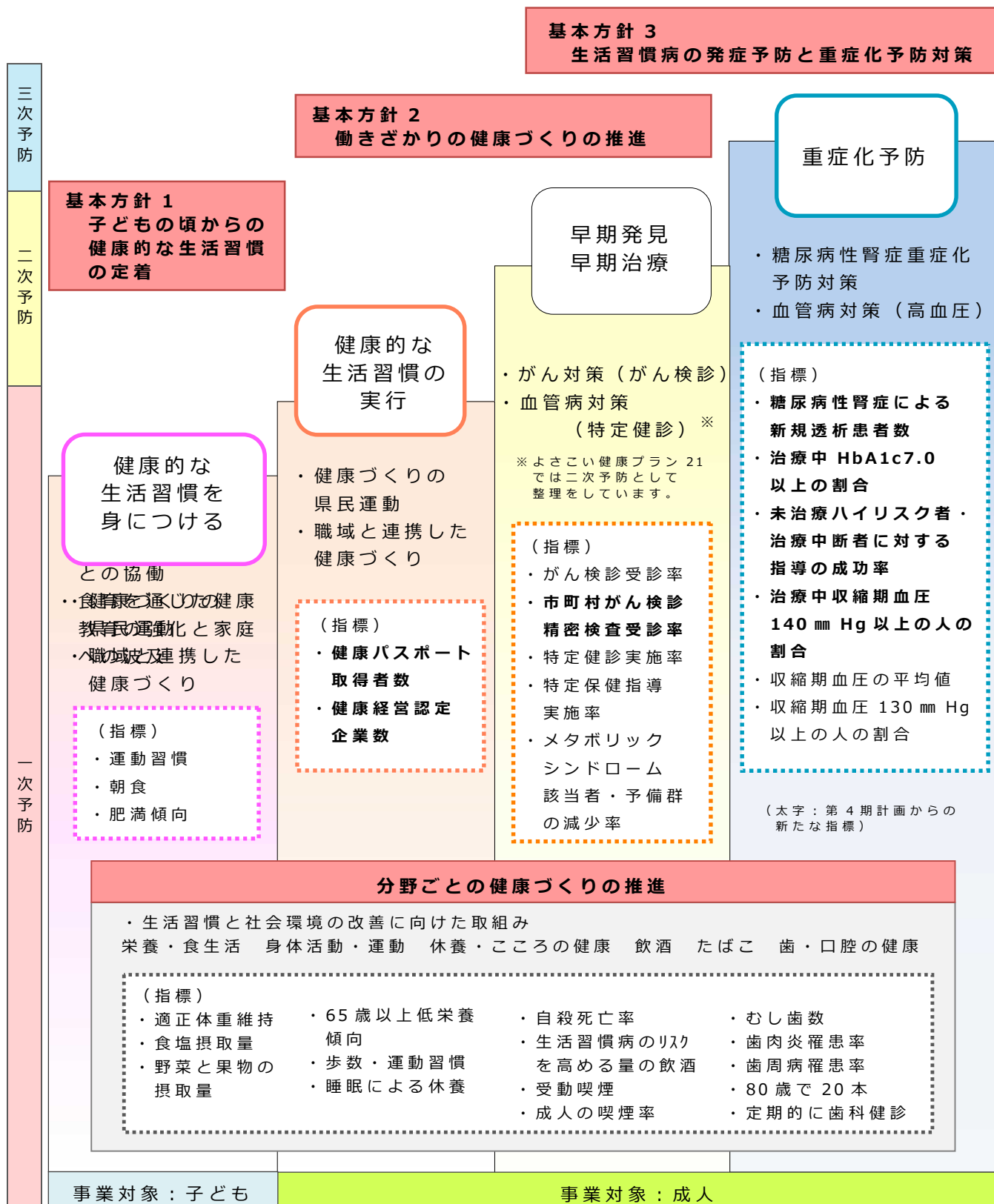
がん、血管病などの生活習慣病は、本県の働きざかりの死因の約6割を占めるなど、健康にとっても大きな課題となっています。より良い生活習慣の実践により生活習慣病を予防することとともに、生活習慣病を重症化させないことが大切です。

このため、がん検診や特定健診の受診率向上を図り、精密検査や特定保健指導の事後対応の強化を図ります。また、糖尿病の重症化等により人工透析などQOLの低下を招く患者も増加していることから、糖尿病性腎症重症化予防プログラムに基づき、医療機関への医療状況を把握するとともに、受診勧奨やかかりつけ医と連携した生活指導等を行うことにより、糖尿病の重症化を防ぎます。

基本目標：壮年期の死亡率改善による「健康寿命の延伸」と「健康格差の縮小」

(指標)

- ・健康寿命の延伸と都道府県格差の縮小
- ・脳血管疾患・虚血性心疾患の年齢調整死亡率



2 第3期中央東行動計画における健康づくりの展開

(1) 取組方針

第4期高知県健康増進計画「よさこい健康プラン21」が策定されたのを受けて、中央東福祉保健所では、管内における取組方針である「第2期中央東行動計画」の見直しを行いました。管内の健康状況をみると、50歳以降の男性の脳血管疾患及び心疾患による過剰死亡や、国保の40歳代男性における特定健診受診率の低さといった、働き盛り世代の男性の課題がみられます。また、生活習慣病とされる悪性新生物（がん）、心疾患、脳血管疾患による死亡が、男女とも約5割を占めています。さらに、平均寿命が延伸する一方で、男性は健康寿命が短く、県平均と比べて女性との差が大きいことも分かりました。

このことから、循環器疾患、糖尿病性腎症及びがんに対処するため、生活習慣病の改善等による一次予防を推進するとともに、合併症の発症や症状の進展などの重症化の予防に重点を置いた血管病対策を推進します。

また、商工団体や健康保険の保険者等と連携し、事業所での従業員に対する各種健（検）診受診の啓発など、健康経営[®]※を推進することで、職場における働き盛り世代の健康づくりに取り組む環境を整備します。

(2) 重点対策

これまで、職域との連携を取組の視点としてきましたが、健康寿命の延伸に向けた取組をさらに推進するため「働き盛り世代の健康を支えるための社会環境の整備」を重点対策とし、働き盛り世代の健康増進を支援します。また、第2期行動計画における「高血圧対策」を、「生活習慣病の発症予防と重症化予防対策」とし、高血圧対策を含めた取組を進めていきます。

重点
対策
1

生活習慣病の発症予防と重症化予防対策

がんや特定健診の受診率向上、医療機関への受診勧奨、かかりつけ医との連携した生活指導等により、生活習慣病の重症化を防ぎます。

重点
対策
2

たばこによる健康影響の防止

たばこによる健康被害を防止するため、未成年と妊婦の喫煙防止や喫煙者の割合の減少、受動喫煙を防ぐための環境整備を行います。

重点
対策
3

歯と口の健康づくり

仕上げみがきやフッ化物の応用、かむことの大切さや定期歯科健診の啓発等により、むし歯や歯周病のない歯と口の健康づくりを推進します。

重点
対策
4

働き盛り世代の健康を支えるための社会環境の整備

事業所での従業員に対する各種健（検）診受診の啓発など、健康経営に取り組む事業所や若い世代からの健康増進を支援します。

※ 「健康経営[®]」は特定非営利活動法人 健康経営研究会の登録商標です。