

## 「健康いわて 21 プラン（第 2 次）」中間案のあらまし

## 1 計画に関する基本的事項

## ○ プラン策定の経緯・趣旨

- ・ 「健康いわて 21 プラン」の計画期間が平成 25 年度をもって終了。
- ・ 県民一人ひとりが取り組むべき健康課題を明らかにするとともに、社会全体が健康づくりサポーターとして県民の健康を支援し、もって、**県民の健康寿命の延伸を図る。**

## ○ プランの期間

2014 年度（平成 26 年度）を初年次とし、**2022 年度（平成 34 年度）を目標年次とする 9 か年計画**

## ○ プランの性格

- ・ 「**いわて県民計画**」の領域計画であるとともに、**県民**が主体的に健康づくりに取り組むための**行動指針**
- ・ 「岩手県保健医療計画」、「第 2 次岩手県がん対策推進計画」等と調和を保つ。

## 2 県民の健康を取り巻く現状と課題

## 健康寿命が全国で下位

男性 69.43（全国 43 位）  
女性 73.25（全国 32 位）

- ・ 食塩摂取量は減少傾向も全国との較差開く。
- ・ 野菜摂取量は増加傾向も適量には及ばず。

三大生活習慣病（がん、心疾患、脳血管疾患）が主要な死因を占める

- ・ 1 日の平均歩数は H11 より 1500 歩程度減少。
- ・ 運動習慣者は男性横ばい、女性大きく減少。

## 脳卒中死亡率が全国ワースト 1 位

（脳血管疾患年齢調整死亡率）  
男性 70.1（全国 49.5）  
女性 37.1（全国 26.9）

- ・ 喫煙率は男女とも低下も男性は全国より高い状況。
- ・ 妊婦の約 3%がまだ飲酒、喫煙。

## 「自分は健康である」と思う県民が減少

H16：76.3% → H24：70.9%  
（5.4 ポイント低下）

- ・ 3 歳児のむし歯有病者率が全国よりも高く市町村格差も大きい。
- ・ 被災者へのきめ細かな健康支援が今後必要。

## 3 目指す姿と基本的な方向

## ◎ 目指す姿

「共に生きるいわて」の実現

## ☆ 全体目標

- ・ 健康寿命の延伸
- ・ 脳卒中死亡率ワースト 1 からの脱却

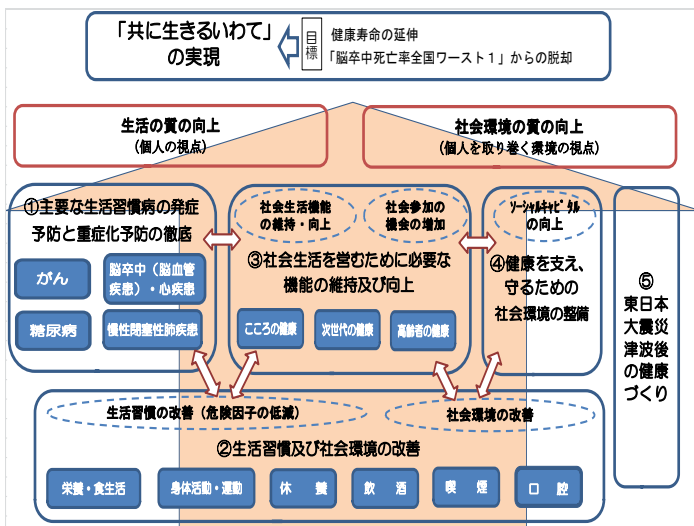
## ● 基本的な方向

- ① 脳卒中死亡率全国ワースト 1 からの脱却
- ② 主要な生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底
- ③ 栄養・食生活、身体活動・運動、休養、飲酒、喫煙及び口腔の健康に関する生活習慣及び社会環境の改善
- ④ 社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上
- ⑤ 健康を支え、守るための社会環境の整備
- ⑥ 東日本大震災津波後の健康づくり

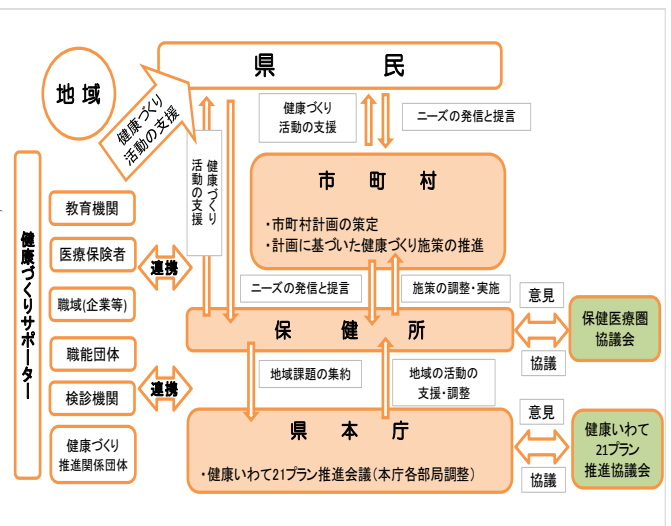
## ● 推進体制

- ・ 県や市町村を含む県民の健康づくりの支援者を「**健康づくりサポーター**」と位置付け、健康づくりサポーターが相互に連携を図りながら一体的な健康づくりを推進

【健康いわて 21 プラン（第 2 次）の概念図】



【健康いわて 21 プラン（第 2 次）の推進体制】



#### 4 基本的な方向を実現するための取組と目標

区分	取組	主な目標
目 全 標 体	健康寿命	・平均寿命の増加分を上回る健康寿命の増加
	脳卒中	・脳卒中死亡率全国ワースト1からの脱却 ・脳卒中死亡率の全国との較差の縮小 (脳卒中死亡率=脳血管疾患年齢調整死亡率)
予 生 防 活 の 習 徹 慣 底 病 の 発 症 症 予 防 重 と 症 化	がん	①がんの予防(普及啓発や喫煙対策の推進) ②がんの早期発見(がん検診受診率向上対策の推進等) ・年齢調整死亡率②85.7→72.8 ・がん検診受診率②25.6→36.1→50%
	脳血管疾患・心疾患	①脳血管疾患・心疾患の年齢調整死亡率の低下 ②高血圧の改善 ③脂質異常症の減少 ④メボリックシンドロームの該当者及び予備軍の減少 ⑤特定健康診査受診率・特定保健指導実施率の向上 ・脳血管疾患年齢調整死亡率 男性②70.1→59.0% 女性②37.1→34.0% ・メボリックシンドローム該当者・予備軍②166千人→25%減 ・特定健康診査受診率②40.7→70% 特定保健指導実施率②17.4→45%
	糖尿病	①糖尿病有病者の増加の抑制 ②糖尿病の疾病管理 ③糖尿病合併症の発症防止 ・糖尿病有病者②5.24→5.28万人に増加抑制 ・治療継続者②65.5→75.0%
	COPD	①COPDの認知度の向上(普及啓発や早期発見) ②COPD対策の推進(喫煙対策の推進) ・COPDの認知度②37.7→80.0%
康 栄 に 養 関 食 する 生 生活 活 習 慣 及 身 び 体 活 社 会 動 環 境 の 休 改 善 養 、 飲 酒 、 喫 煙 口 腔 の 健	栄養・食生活	①適正体重を維持している者の増加 ②適切な量と質の食事をとる者の増加 ③家族等で食事を共にする機会の増加 ④外食栄養成分表示登録店の増加 ⑤特定給食施設における管理栄養士・栄養士の配置 ・肥満者(20～60歳男性)②32.7→30.0% (40～60歳女性)②27.2→26.0% ・食塩摂取量②11.8→8.0g ・野菜摂取量②316→350g ・外食栄養成分表示登録店②297→1,000店舗
	身体活動・運動	①日常生活における歩行数の増加 ②運動習慣者の定着 ③住民が運動しやすいまちづくり・環境整備 ・歩行数 男性②6,951→8,800歩 (20～64歳) 女性②6,449→8,200歩 ・運動習慣者 男性②27.4→38.0% (20～64歳) 女性②14.4→24.0%
	休養	①睡眠による十分な休養の取得 ②長時間労働の減少 ・睡眠による休養がとれていない者 ②16.0→12.6%
	飲酒	①適量飲酒の理解の促進 ②未成年者への飲酒対策 ③妊婦への飲酒対策 ・生活習慣病リスクを高める量を飲酒する者 男性②16.1→13.0% 女性②7.5→6.4% ・未成年者、妊婦の飲酒 →0%(なくす)
	喫煙	①喫煙防止と禁煙支援 ②未成年者へのたばこ対策 ③妊婦へのたばこ対策 ④受動喫煙防止対策の推進 ・成人の喫煙率②18.9→12.0% ・未成年者、妊婦の喫煙 →0%(なくす) ・受動喫煙の機会を有する者 行政機関、医療機関、職場 →0%
	口腔	①乳幼児・学齢期のむし歯の減少 ②成人期における歯周病及び歯の喪失の防止等 ③高齢期における歯周病及び歯の喪失防止 ④成人期及び高齢期における歯科健康診査の受診者の増加 ・3歳児のむし歯②26.5→13.0% ・20・30歳代の歯肉炎②30.8→25.0% ・40・50歳代の(進行)歯周炎②55.4→44.0% ・80歳で20歯以上の歯②21.3→40.0%
	向 上 必 要 な 社 機 会 会 能 の 生 維 活 持 能 及 び 営 び 護 た め 営 に 護 む 活 た め 護 に 護	こころの健康
次世代の健康		①健康的な生活習慣の定着 ②適正体重の子どもの増加 ・朝食を毎日食べる子ども→100%に近づける ・肥満傾向にある子ども→減少傾向へ (②中3男子6.47%、中3女子3.97%など)
高齢者の健康		①高齢者の健康づくり、介護予防対策の推進 ②ロコモティブシンドロームの認知度の向上 ③高齢者の社会参加の促進 ・低栄養傾向(BMI20以下)の高齢者 ②16.1→20.0% ・ロコモティブシンドロームの認知度②21.3→80.0%
健康を支え、守るための社会環境の整備	①地域のつながりの強化 ②健康づくりを目的とした活動への県民の主体的な参画 ③企業の自発的な取組の推進 ④民間団体の健康支援活動の充実 ・居住地域でお互いに助け合っていると思う者 ②57.0→73.0% ・健康や医療サービスに関係したボランティア活動をしている者②2.9→25.0%	
東日本大震災津波後の健康づくり	①被災者の健康支援の推進 ②新たなコミュニティによる健康づくり ③健診受診率の向上 ④こころのケア、子どものこころのケア ⑤歯科保健活動の推進 ⑥市町村保健センターの復旧(新設) ⑦関係団体等との協力体制の整備 ・脳血管疾患・心疾患の年齢調整死亡率の低下(再掲) ・がん検診・特定健康診査受診率の向上(再掲) ・心理的苦痛を感じている者(再掲) ・市町村保健センターの復旧(新設)→4市町村	

#### 5 計画の評価

- 岩手県健康いわて21プラン推進協議会等において、毎年度数値目標等を評価・検証し、具体的な施策に反映。
- 2017年度(平成29年度)に中間評価、2022年度(平成34年度)に最終評価を実施。
- 数値目標の評価とともに、プロセスや健康意識、健康行動、健康環境、健康水準などを総合的に評価・分析。

## 6 「脳卒中死亡率全国ワースト1からの脱却」に向けた取組方策

【本県の独自課題】

脳卒中年齢調整死亡率(岩手) H22:男性70.1 女性37.1  
(全国) H22:男性49.5 女性26.9

脳卒中死亡率ワーストからの脱却

危険因子

生活習慣

喫煙

高血圧

メタボ

喫煙  
→禁煙

栄養・食生活  
→減塩・バランスのとれた食事

身体活動・運動  
→歩数増加、運動習慣定着

特定健診・特定保健指導  
→受診率・実施率の向上

脳卒中对策推進県民会議

三本柱

禁煙

食生活改善

健康運動

健康的な生活習慣の定着

健康意識の向上・県民意識の醸成

具体の取組

実践活動	食生活改善	<ul style="list-style-type: none"> <li>「県民減塩運動」、「野菜一皿運動」など、キャッチフレーズに基づく統一的な取組</li> <li>地域での栄養教室、職場での料理教室、学校等での食育 など</li> </ul>
	健康運動	<ul style="list-style-type: none"> <li>「歩数アップ運動」、「1万歩運動」など、キャッチフレーズに基づく統一的な取組</li> <li>健康運動教室、ウォーキング大会、職場での手軽な運動 など</li> </ul>
	禁煙	<ul style="list-style-type: none"> <li>「世界禁煙デー」、「禁煙週間」における重点的な取組</li> <li>禁煙・喫煙防止教室、禁煙指導(医療機関・薬局) など</li> </ul>
環境整備	食生活改善	<ul style="list-style-type: none"> <li>食事バランスガイドの普及、外食栄養成分表示店の拡大 など</li> </ul>
	健康運動	<ul style="list-style-type: none"> <li>ウォーキングコース等の整備、運動サークル等の結成 など</li> </ul>
	禁煙	<ul style="list-style-type: none"> <li>禁煙・分煙の飲食店等の拡大、職場や公共的施設での受動喫煙防止対策 など</li> </ul>
普及啓発	<ul style="list-style-type: none"> <li>県民大会の開催、構成員による一斉行動、家庭への訪問活動</li> <li>ホームページ等での広報活動、構成員の自主的活動の情報発信 など</li> </ul>	

構成員

教育機関

医療保険者

職域  
(企業等)

保健医療に関わる  
職能団体

検診機関

健康づくり推進  
関係団体

県民一体となった取組