

第 1 章

第 2 次健康日本 21 旭川計画について

第 1 節 策定の趣旨

我が国においては、急速な高齢化の進行に伴い「がん」「循環器病」などの生活習慣病が増え続けています。

生活習慣病は人々の身体機能や生活の質を低下させるほか、寝たきりや認知症などの要因とされ、こうした治療や介護が必要な高齢者の増加によって社会全体に大きな負担をもたらしており、その予防は現代社会において重要な課題となっています。

生活習慣病の発症や進行には、食生活や運動習慣、嗜好品などの生活習慣が深く関わっていることから、疾病の早期発見や治療に努めるとともに、疾病の発症を予防する「一次予防」としての健康づくりが重要です。

また、個人や家庭による健康づくりの取組を社会全体で支援するためには、行政をはじめ、健康に関わる様々な関係者がそれぞれの特性を生かしつつ連携することが不可欠となります。

このことから、本市では健康づくり運動を総合的かつ効果的に推進するため国が策定した「健康日本 21」を踏まえ、平成 13 年度に「健康日本 21 旭川計画（平成 14 年度～平成 24 年度）」（以下「前計画」という。）を策定しました。

この計画では、すべての市民が生涯を通じて健やかで心豊かな生活を送ることができるよう、健康寿命を延伸し、生活の質（QOL=Quality of life）の向上を図ることを最終的な目標として栄養・食生活をはじめとした 6 つの分野に分け、具体的な行動すべき 18 の取組目標を掲げ、関係団体と協力しながら様々な施策に取り組んできました。

この度、計画が平成 24 年度に終期を迎えることから、これまでの取組を通して改善が必要と思われる内容や新たに生じた課題、整備された法令など、健康づくりを取り巻く環境の変化を踏まえ、今後 10 年間に取り組むべき目標を改めて設定し、効果的に施策を進めていくための指針として「第 2 次健康日本 21 旭川計画」を策定しました。

		2002 平成14年度	2003 平成15年度	2004 平成16年度	2005 平成17年度	2006 平成18年度	2007 平成19年度	2008 平成20年度	2009 平成21年度	2010 平成22年度	2011 平成23年度	2012 平成24年度	2013 平成25年度
国	健康日本21	■健康日本21 (H12～H24年度)											次期計画
道	すこやか北海道21	■すこやか北海道21 (H13～H24年度)											次期計画
旭川市	健康日本21 旭川計画	■健康日本21 旭川計画(H14～H24年度)											次期計画
主な 関係 法令 等	健康増進法												
	食育基本法												
	スポーツ基本法												
	自殺対策基本法												
	歯科口腔保健の 推進に関する法律												
	受動喫煙防止対策に ついて（厚労省健康 局長通知）												
	がん対策基本法												

第2節 基本方針

本市においては、まちづくりの指針である第7次旭川市総合計画で掲げる都市像「人が輝く 北の文化のかおる まち」の実現に向け、健康分野では「市民自ら安心をつくり、健康に暮らせるまち」を重点目標として、市民が積極的に健康づくりに取り組むことで安心感が高まることを目指しています。

また、本計画では、総合計画で目指す都市像の実現に向け、これまで推進してきた健康施策を充実させるよう、前計画の考え方を受け継ぐとともに、社会情勢の変化などに伴い深刻化しつつある健康課題への対応を進め、市民が健康に暮らせるまちづくりに向けた施策を展開していきます。

このため、その実現には、市民一人ひとりが健康づくりに主体的に取り組むという意識を持ち、生活習慣の見直しや改善を行うことが重要となることから、以下の方針に基づく健康づくりを総合的に推進し、市民の健康を基盤とした生活の質の向上を目指します。

◆最終的な目標は・・・

本計画は疾病や障害の有無にかかわらず、すべての市民が生涯を通じて健やかで心豊かな生活を送ることができるよう、健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間（健康寿命）をできるだけ延ばしていくとともに、自身が満足できる豊かな生活に向けて、QOL（生活の質）の向上を図ることを最終的な目標としています。

【参考】健康寿命について

国立社会保障・人口問題研究所の推計（平成24年1月推計）では、本計画終期（平成34年）における日本人の平均寿命は男性81.15年、女性87.87年とされ、更に延びることが予測されています。

一方、国が算定（平成22年）した日本人の健康寿命は男性70.42年、女性73.62年となっており、平均寿命と健康寿命の差（健康上の問題で日常生活が制限される期間）は男性約10年、女性約14年に及んでいます。

また、北海道の健康寿命は男性70.03年、女性73.19年であり、全国と比べて男女ともに短く、本市においても市民一人ひとりが主体的に健康づくりに取り組むことで健康寿命を延伸し、健康上の問題で日常生活が制限される期間をできるだけ短縮していくことが望めます。

1 日常生活に制限のない期間の平均（年）

- | | |
|----------------------|----------|
| ①全 国（平成22年）：男性70.42年 | 女性73.62年 |
| ②北海道（平成22年）：男性70.03年 | 女性73.19年 |

2 自分が健康であると自覚している期間の平均（年）

- | | |
|----------------------|----------|
| ①全 国（平成22年）：男性69.90年 | 女性73.32年 |
| ②北海道（平成22年）：男性69.33年 | 女性73.08年 |

資料：厚生労働科学研究費補助金「健康寿命における将来予測と生活習慣病対策の費用対効果に関する研究」

◆目標達成に向けた基本方針**【健康づくりにおける基盤の確立】**

本計画では、これまでの取組によって市民の健康づくりを着実に進めてきた前計画の目標や方針を受け継ぐとともに、個々の施策や事業についての進捗状況等を踏まえた上で、より効果的な施策展開や、社会情勢の変化に伴う健康課題への対応のため、新たな事業の構築や既存事業の再構築を行いながら健康づくりの基盤を固めます。

【みんなで取り組む健康づくり】

価値観やライフスタイルが多様化する中、市民一人ひとりの健康像を実現するため、個人の努力はもとより、個人の主体的な取組を社会全体で支援するよう、行政をはじめ地域、学校、企業、保健医療関係団体などの連携の下、みんなで力を合わせて健康づくりに取り組むことに重点を置きます。

【自ら実践する健康づくり】

市民が自らの意思で日常生活における食生活や運動、喫煙等の生活習慣を見直し、積極的に健康を増進して疾病の発症を予防できるよう、「一次予防」に重点を置いた対策を推進するとともに、生活習慣病の早期発見・早期治療のための各種健(検)診受診を促進します。

また、高齢化が進展する中で合併症の発症や重症化の予防にも努めます。

【ライフステージに応じた健康づくり】

健康的な生活習慣の形成や改善に向けた課題は世代ごとに異なっており、乳幼児期から高年期に至るそれぞれのライフステージにおいて、心身機能の維持及び向上に取り組み、高齢になっても自立した生活を営むことを目指します。

また、子どもの頃からの健康的な生活習慣づくりや働く世代のメンタルヘルス対策、高年期における運動機能の維持など、世代ごとの健康課題にも取り組みます。

【健康づくりのための環境整備】

個人の健康は、家庭、学校、職場、地域等の社会環境も影響します。

よって、健康づくりを推進するためには、これらを取り巻く環境を整えていくことが大切です。

このため、本市に限らず、国や道がそれぞれの健康づくり計画に基づき推進する施策について、市民ニーズに即した的確な情報提供をはじめ、市民が健康に関心を持ち、健康づくりに取り組みやすい環境を整備します。

【目標等の設定と評価による効果的な健康づくり】

健康づくり対策を効果的に進めるためには、生活習慣の改善に関する課題等について、多くの関係者が共通認識を持ち、取り組むべき目標を共有することが必要です。

また、市民の健康づくりに関する意識や生活実態等に基づいた具体的な目標を設定するとともに、計画の全体像を明確にし、計画の終期に向けて市民をはじめ関係団体等が現状を評価しながら今後の本市における健康づくりの方向性について考えられるよう、情報を積極的に提供します。

第3節 計画の位置付けと期間

◆計画の位置付け

本計画は、国が推進する「健康日本21（第2次）」を踏まえ、今後の本市における健康づくり施策を推進するための指針です。

また、「第7次旭川市総合計画」の個別計画のひとつとして位置付け、健康づくりに関連する本市の各計画と整合性（連携・調和）を図ります。

◆計画の期間

本計画の期間は、平成25年度（2013年度）から平成34年度（2022年度）までの10か年とします。

		2011 平成23年度	2012 平成24年度	2013 平成25年度	2014 平成26年度	2015 平成27年度	2016 平成28年度	～	2022 平成34年度
国	健康日本21	前計画の評価 次期計画策定		■健康日本21（第2次）(H25～H34年度)					
道	すこやか 北海道21	前計画の評価 次期計画策定		■すこやか北海道21 (H25～H34年度)					
旭川市	健康日本21 旭川計画	前計画の評価 次期計画策定		■第2次健康日本21旭川計画(H25～H34年度)					
	まちづくり			■第7次旭川市総合計画(H18～H27年度)					
	生活習慣病	第1期 H20～H24年度		■旭川市国民健康保険特定健康診査等実施計画 (第2期:H25～H29年度)					
	高齢	第4期 H21～H23		■旭川市高齢者保健福祉計画・ 介護保険事業計画 (第5期:H24～H26年度)					
	子ども			■旭川市次世代育成支援行動計画・ 後期計画(H22～H26年度)					
	食育	第1次計画 H19～H23		■第2次旭川市食育推進計画(H24～H28年度)					
	障害	第2期 H21～H23		■第3期旭川市障害福祉計画 (H24～H26年度)					
	スポーツ			■第2次旭川市スポーツ振興計画(H23～H32年度)					
	教育			■旭川市社会教育基本計画(H21～H27年度) ■旭川市学校教育基本計画(H23～H30年度)					

注1) 本計画では、健康的な生活習慣の形成や生活習慣改善による疾病の発生予防を中心とした健康づくりを対象としており、既に疾病を有する方への医療の在り方については取り上げていません。

注2) 健康づくりは「まちづくり」の視点から環境、福祉、産業など幅広く捉えることもできますが、これらの施策は旭川市総合計画等に基づき推進していますので本計画の主題としては取り上げていませんが、整合性を図りながら実践的な取組を推進します。

第4節 計画の推進

◆健康づくりの推進とそれぞれの役割

本計画では、すべての市民が生涯を通じて心豊かな生活を送ることができるよう、健康寿命を延伸し、QOL（生活の質）の向上を図るため、市民、関係団体、行政などがそれぞれの役割を担い、協働して健康づくりを進めることとしています。

■市民の役割

主役は市民一人ひとりです。健康づくりについての正しい知識を身につけ、生活習慣の見直しと自分に合った健康づくりを実践することで、一人ひとりの健康が実現できます。



■地域団体の役割

地域には、市民委員会、消費者団体、NPOなど多くの組織があります。

これらの団体は、その特性を生かし、地域の実情に応じた自主的な活動を通じて市民の健康づくりを支援することが期待されます。

■学校（保育所、幼稚園、大学等含む）の役割

学校は健康の大切さを認識し、家庭や地域と連携して健康的な生活習慣を育む場であり、未成年者の喫煙や飲酒の防止を図るとともに、学校施設の開放などを通じて、地域の健康づくりを支援することが重要です。



■保健医療関係団体等の役割

専門家の立場から、健康づくりに関する情報提供や相談対応をはじめ、保健・医療サービスの提供や関係機関等への支援など、重要な役割があります。

■行政の役割

本市は、市民一人ひとりが生涯を通じて健康づくりを実現するための指針として、本計画の推進に当たり広く健康施策等の普及啓発を図るとともに、健康に関わる様々な機関・団体と連携し、市民の主体的な健康づくりを社会全体で支え、守るための環境づくりを進めていきます。

■職場（企業等）の役割

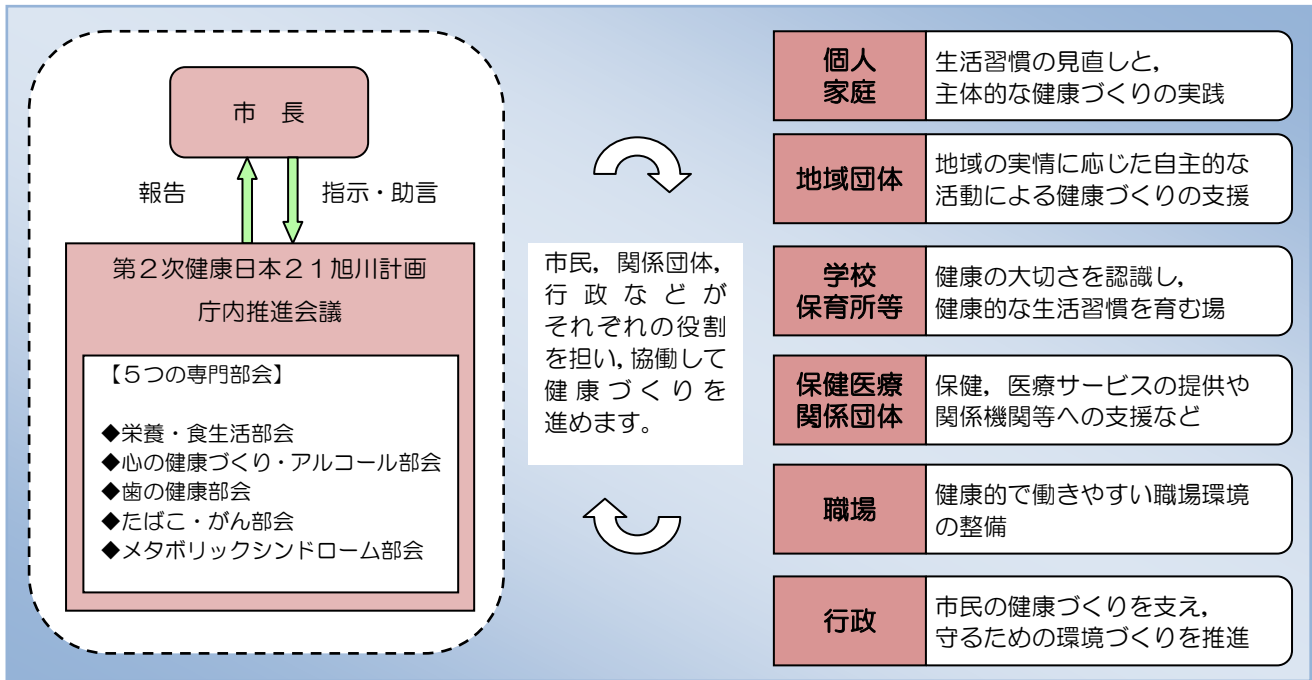
職場での健康管理をはじめ企業活動は、市民の健康に大きく貢献しています。

定期的な健康診断の実施や職場環境の整備、従業員の福利厚生の充実等に努めるとともに、市民の健康づくりを意識した活動への協働が求められています。

◆計画の進行管理

本計画をより実効性あるものとするためには、進捗状況を的確に把握し、基本方針との整合性を保ちながら計画的に取組を進めていくことが重要です。

このため、市民、関係団体、行政などがそれぞれの役割を担い、計画の理念や目標を踏まえて健康づくりに関する取組を積極的に進めるとともに、定期的に施策や事業の点検・再構築を行い、計画の推進に役立てることとします。



注)メタボリックシンドローム部会では「栄養・食生活」「身体活動・運動」「糖尿病・循環器病」に関する施策について取り扱います。

◆計画の評価

本計画の期間は、平成25年度（2013年度）から平成34年度（2022年度）までの10年間としており、目標の達成に向けた計画の適正な進行管理のため、開始から5年後を目途に中間評価を実施し、目標の達成状況や社会情勢の変化等を踏まえた見直しを行います。

また、最終年度となる平成34年度には、その後の健康づくり施策に反映させるため、計画の総合的な評価を行います。

なお、中間評価や総合評価の際には、

- (1) 市民、学識経験者、保健医療関係団体等で構成される委員会を設置して、計画の評価や見直し等の作業を行います。
- (2) 目標設定時と同様の市民アンケート調査等を行い、各目標の達成状況を定量的に評価します。
- (3) 市民、関係団体、行政の取組について、達成度や事業実績の把握・分析、課題の抽出を行い、今後の施策の進め方等に生かします。

