

第1章 「ヘルスプランぎふ21」の基本的な考え方

1 計画策定の趣旨

県では、県民の健康の増進の推進に関する施策についての基本的な計画である岐阜県健康増進計画として、「ヘルスプランぎふ21」を平成14年3月に策定し、その後、平成24年度に厚生労働省から示された「健康日本21(第二次)」を踏まえ、メタボリックシンドロームを含めた生活習慣病の発症予防と重症化予防に重点をおいた「第2次ヘルスプランぎふ21」を平成25年に策定しました。さらに、平成30年には「第3次ヘルスプランぎふ21」を策定し、継続して県民の健康づくりに取り組んできました。

このたび、「第3次ヘルスプランぎふ21」が終期を迎えることから、これまでの計画の評価、見直しを行うとともに、令和5年に示された国の「健康日本21(第三次)」や、現在の社会情勢や社会制度の改正等を踏まえて、県民の生涯を通じた健康づくりを更に推進するために、第4次計画として策定します。

2 計画の性格と位置づけ

本計画は、健康増進法(平成14年法律第103号)第8条に基づき、同法第7条第1項に規定される「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(以下「基本方針」という。)」に基づく国民運動である「健康日本21(第三次)」を踏まえ、県民の健康寿命の延伸を目指し、生涯を通じた健康づくりに関する取組みと目標を定めるものです。

また、本計画には、アルコール健康障害対策基本法(平成25年法律第109号)に規定された、都道府県が策定する「アルコール健康障害対策推進計画」も含まれています。

なお、計画の推進にあたっては、健康増進法第4条及び第5条の規定に基づき、国・市町村、健康増進事業実施者(医療保険者、教育機関及び事業所等)、医療機関等の関係者と相互に連携を図るものとします。

3 計画の期間

本計画の期間は、2024(令和6)年度から2035(令和17)年度までとします。

第3次計画は、岐阜県の「保健医療計画」「医療費適正化計画」及び「がん対策推進計画」等の関連計画と整合性を図るため6年間の期間としていましたが、各種取組の健康増進への効果を短期間で測ることは難しく、評価を行うには一定の期間を要すること等を踏まえ、12年計画として策定します。

ヘルスプランぎふ21計画期間と関連計画

	関連計画	令和5 (2023)	令和6 (2024)	令和11 (2029)	令和12 (2030)	令和17 (2035)	令和18 (2036)
国	健康日本21(12年)	第二次	第三次			第四次	
県	保健医療計画(6年)	第7期	第8期	第9期		第10期	
	ヘルスプランぎふ21(12年)	第3次	第4次			第5次	
	がん対策推進計画	第3次	第4次	第5次		第6次	
	循環器病対策推進計画	第1期	第2期	第3期		第4期	
	医療費適正化計画	第3期	第4期	第5期		第5期	
	歯・口腔の健康づくり計画	第3期	第4期	第5期		第6期	
	障がい者総合支援プラン(6年)	第3期	第4期	第5期		第6期	
	高齢者安心計画	第7期	第8期	第9期		第10期	
	自殺予防対策基本行動計画(6年)	第2期	第3期	第4期		第5期	
	食育推進基本計画(6年)	第3次	第4次	第5次		第6次	
	清流の国ぎふスポーツ推進計画(5年)	第2期		第3期		第4期	
	少子化対策基本計画(5年)	第4次	第5次	第6次		第7次	
	男女共同参画計画(5年)	第4次	第5次	第6次		第7次	

計画の整合性

県が策定する以下の保健福祉関係の計画と整合を図りながら、健康づくりを推進します。

■ヘルスプランぎふ21

目指す姿

健康寿命の延伸・健康格差の縮小

基本的な取組方針

1. 健康づくりのための生活習慣の改善

- (1) 食生活・栄養
- (2) 身体活動・運動
- (3) 休養・こころの健康
- (4) たばこ
- (5) アルコール(アルコール健康生涯対策推進計画)
- (6) 歯と口腔の健康

2. 生活習慣病の発症予防と重症化予防

- (1) 循環器病
- (2) 糖尿病
- (3) がん
- (4) COPD

3. 生涯を通じた健康づくりの推進

- (1) 次世代の健康
- (2) 働き盛り世代の健康
- (3) 高齢者の健康
- (4) 女性の健康

4. 健康を支える社会環境の質の向上

- (1) 関係団体・企業等との連携
- (2) 市町村・医療保険者による取組み

■岐阜県食育推進基本計画

第5章 1 食の重要性の理解と健康な食の実践
楽しく食事をとる習慣を身につける

■清流の国ぎふスポーツ推進計画

第3章 1 生涯にわたる健康と生きがいづくりの
スポーツの推進
(1) 予防対策の充実

■岐阜県自殺予防対策基本行動計画

第5章 いのち支える自殺対策における取組

■岐阜県歯・口腔の健康づくり計画

第2章 1 ライフステージにおける歯・口腔の健康づくり

■岐阜県医療計画

2節 がん

3節 脳卒中

4節 心筋梗塞等の心血管疾患

5節 糖尿病

6節 精神疾患対策

(1) 予防対策の充実

■岐阜県循環器病対策推進計画

第2節 循環器病の予防と正しい知識の普及

第3節 1 循環器病を予防する健診の普及

■岐阜県がん対策推進計画

第3 2 分野別施策と個別目標

(1) がんの予防、(2) がんの早期発見

■岐阜県少子化対策基本計画

■岐阜県高齢者安心計画

第3節 1 高齢者の生きがい・健康づくりの推進

■岐阜県男女共同参画計画

また、各市町村が策定する健康増進計画、各医療保険者が策定する特定健康診査実施計画及びデータヘルス計画、その他各関係団体が策定する各種計画等も把握し、連携しながら取組みを進めます。

さらに、本計画は、県政運営の指針である「『清流の国ぎふ』創生総合戦略(令和5年度～9年度)」の内容を踏まえているほか、SDGsの達成に向けた取組み推進についても反映しています。

5 計画の基本的な考え方

健康増進法第7条第1項の規定に基づき、基本方針として示された以下の内容を踏まえて策定しました。

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(抜粋)(令和5年5月 日厚生労働大臣告示)

個人の行動と健康状態の改善及び社会環境の質の向上、ライフコースアプローチを踏まえた健康づくりを通じて、全ての国民が健やかで心豊かに生活できる持続可能な社会の実現というビジョン実現のため、基本的な方針を示し、第5次国民健康づくり対策である「21世紀における第三次国民健康づくり運動(健康日本21(第三次))」を推進する。

国民の健康の増進の推進に関する基本的な方向

ア 健康寿命の延伸と健康格差の縮小

全ての国民が健やかで心豊かに生活できる持続可能な社会の実現のため、個人の行動と健康状態の改善に加え、個人をとりまく社会環境整備や、その質の向上を通じて健康寿命の延伸及び健康格差の縮小を実現する。

イ 個人の行動と健康状態の改善

栄養・食生活、身体活動・運動、休養・睡眠、飲酒、喫煙、歯・口腔の健康に関する生活習慣の改善(リスクファクターの低減)に加え、こうした生活習慣の定着等によるがん、循環器病、糖尿病、COPD(慢性閉塞性肺疾患)をはじめとする、生活習慣病(NCDs:非感染性疾患)の発症予防、合併症の発症や症状の進展等の重症化予防に関して引き続き取り組みを進めていく。

ロコモティブシンドローム(運動器症候群)、やせ、メンタル面の不調等、生活習慣病(NCDs)が原因とならない場合も含め予防することが重要であり、生活習慣病(NCDs)の発症予防・重症化予防だけでなく健康づくりを推進する。

ウ 社会生活の質の向上

居場所づくりや社会参加の取組に加え、各人がより緩やかな関係性も含んだつながりを持つことができる環境整備やこころの健康を守るための環境整備を行うことで、社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上を図る。

誰もがアクセスできる健康増進のための基盤整備として、保健・医療・福祉等へのアクセスの確保に加え、PHR(パーソナル・ヘルス・レコード)をはじめとする自らの健康情報を入手できるインフラ整備、科学的根拠に基づく健康に関する情報を入手・活用できる基盤の構築や普及啓発の取組を行うとともに、多様な主体が健康づくりに取り組むよう促す。

エ ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり

人生100年時代が本格的に到来することを踏まえ、(ア)～(ウ)に掲げる各要素を様々なライフステージで享受できることが重要であり、乳幼児期、青壮年期、高齢期等のライフステージに特有の健康づくりに引き続き取り組む。

ライフコースアプローチ(胎児期から高齢期に至るまでの人の生涯を経時的に捉えた健康づくりについて、健康づくりの関連計画等とも連携しつつ取組を進めていく。

6 第4次ヘルスプランぎふ21」の概要

【目的】 全ての県民が健やかで心豊かに生活できる持続可能な社会の実現

【基本目標】 健康寿命の延伸、健康格差¹の縮小

【重点方針】 生活習慣病(虚血性心疾患・脳血管疾患等の循環器疾患、糖尿病合併症による透析、がん等)の発症予防と重症化予防

【取組みの方針】

1 健康づくりのための生活習慣の改善(6つの生活習慣)

	具体的な取組み	県民の行動目標
食生活・ 栄養	<ul style="list-style-type: none"> 適正体重を維持するため、適切な栄養摂取(量と質)の普及啓発 県民の望ましい食行動を支援し、自然に健康になれる食環境の整備 	<p>たっぷり野菜 しっかり減塩 地域でも家庭でも ～持続可能な食環境づくりで 健康寿命を延伸します～</p>
身体活動・ 運動	<ul style="list-style-type: none"> ライフステージに対応した、身体活動・運動の普及啓発 身体活動が促進される環境整備の促進 	<p>10分だったら歩いてみよう その意識が健康づくりの第一歩</p>
休養・こころ の健康	<ul style="list-style-type: none"> こころの健康に関する普及啓発 こころの健康に関する相談窓口の充実 	<p>1人ひとりが意識して 学ぼう・高めよう こころの健康 ～あなたも私も大切に 心身の健康は積極的な休養から～</p>
たばこ	<ul style="list-style-type: none"> たばこを吸っている人への禁煙支援 20未満の者、妊婦の喫煙や受動喫煙の防止対策の推進 望まない受動喫煙のない社会環境の整備 20歳未満の者の喫煙防止の徹底、禁煙支援の充実 	<p>たばこを吸わない人や 二十歳未満の者 妊婦を たばこの煙から守ろう</p>
アルコール	<ul style="list-style-type: none"> 飲酒による生活習慣病(NDCs)発症や多量飲酒リスク等に関する普及啓発 20歳未満の者、妊婦への飲酒防止対策 アルコール依存症対策 	<p>その飲酒量 生活習慣病のリスクを 高めます！節度ある適切な飲酒習慣 二十歳未満の者 妊婦は 飲酒しない させない</p>
歯と口腔の 健康	<ul style="list-style-type: none"> 定期的な歯科健診受診と早期受診の普及 ライフステージの特性に応じた歯科保健指導の実施 	<p>定期的な歯科健診で 歯・口腔から全身の健康に つなげよう</p>

¹ 健康格差 厚生労働省「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」(平成24年7月10日)において、健康格差は「地域や社会経済状況の違いによる集団間の健康状態の差」とされています。

2 生活習慣病の発症予防と重症化予防の推進(生活習慣病対策)

	具体的な取組み	県民の行動目標
循環器病	● 循環器病の予防と正しい知識の普及	健診で気づく 身体の変化 見直そう生活習慣
	● 社会全体での循環器病の発症予防と重症化予防及び再発予防の推進	
糖尿病	● 糖尿病の正しい知識の普及	適切な生活習慣 健診による早期発見 適切な医療の継続で 糖尿病の発症予防・重症化予防
	● 糖尿病の発症予防と重症化予防の徹底	
がん	● 適切な検診の必要性の啓発	適切ながん検診を定期的に受診し 早期発見 早期治療
	● がん検診における個別勧奨・再勧奨(コール・リコール)の徹底	
COPD	● COPDの予防と早期発見・治療につながる情報提供・普及啓発	COPD を正しく理解し 予防と早期治療につなげよう
	● たばこを吸っている人への禁煙支援(再掲)	
	● 望まない受動喫煙のない社会環境の整備(再掲)	
	● 20歳未満の者の喫煙防止の徹底、禁煙支援の充実(再掲)	

3 生涯を通じた健康づくりの推進(ライフステージに応じた取組み)

	具体的な取組み
次世代の健康	・妊娠前・妊娠期の心身の健康づくり ・子どもの健やかな発育のための生活習慣の習得
働き盛り世代の健康	・生活習慣病の発症予防・重症化予防 ・メンタルヘルス対策の推進
高齢者の健康	・生活習慣病の重症化予防、介護予防のための生活習慣の改善 ・社会活動への参加の促進
女性の健康	・若い世代からの健康教育、健康相談や検診の普及 ・女性の QOL(生活の質)をよりよく保つための包括的健康支援

4 健康を支える社会環境の整備

	具体的な取組み
関係団体・企業等との連携	・各関係団体の健康づくりに関する多様な取組みの把握と連携 ・健康づくりに取り組む企業等との連携(健康経営の推進)
市町村・医療保険者による取組み	・市町村・医療保険者が実施する個人インセンティブの把握 ・市町村との協働による健康ポイント事業の実施
健康づくりを担う人材の育成	・健康づくりに関わるボランティア組織や専門職員に対する研修等の実施
健康に関する指標や取組みの地域差の縮小	・各種調査や地域診断の実施による、地域の実情を踏まえた対策の推進

7 根拠に基づいた健康政策の推進

ICT技術の発展やデータヘルス改革の進展、スマートフォンやウェアラブル端末の普及に伴い、健診・検診等のデータ標準化や民間事業者によるパーソナル・ヘルス・レコード(PHR)²等のサービスが広まりなど、健康づくり分野においても最新のデジタル技術を活用する動きが広がっています。

計画期間の12年間の中で、PHRやICTを活用し、自らの健康状態をモニタリングできる仕組みづくり等、新たな方策に積極的に取り組んでいくことにより、県民一人ひとりにあった適切な方法で予防を進められることが重要です。

² パーソナル・ヘルス・レコード(PHR(personal health record))とは生涯型電子カルテのことで、個人の健康に関する情報を1カ所に集め、本人が自由にアクセスでき、それらの情報を用いて健康増進や生活改善につなげていこうというもの。