

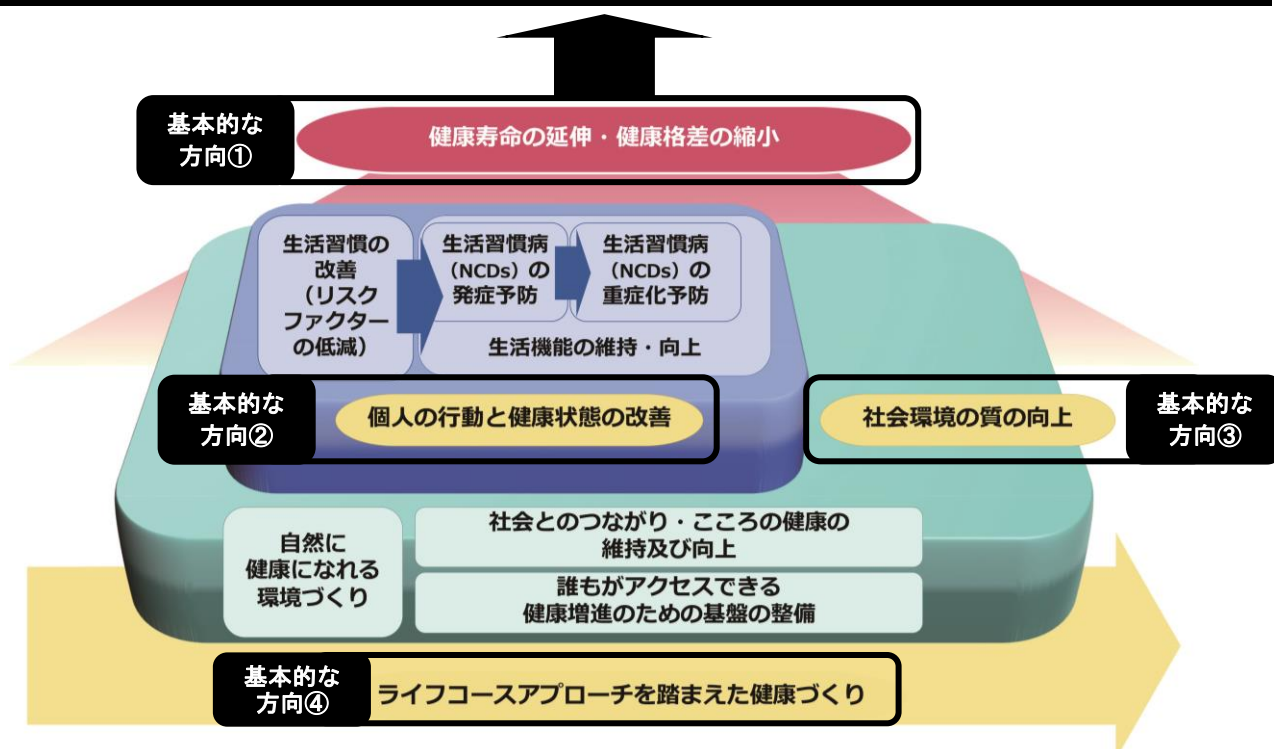
健康日本 21（第三次）の概要（国）

令和 6（2024）年度からは国の「21 世紀における第 2 次国民健康づくり運動（「健康日本 21（第二次）」）の最終評価や社会変化を踏まえた、「健康日本 21（第三次）」が開始されました。

本市計画の策定にあたっては、国・県の計画内容を勘案します。

1 健康日本 21（第三次）のビジョンと基本的な方向

【ビジョン】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



【基本的な方向】

(1) 健康寿命の延伸と健康格差の縮小

個人の行動と健康状態の改善に加え、個人を取り巻く社会環境の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します。平均寿命の延び以上に健康寿命を伸ばすことを目標とします。

(2) 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、喫煙及び歯・口腔の健康に関する生活習慣の改善に加え、これらの生活習慣の定着等による生活習慣病の発症予防及び合併症の発症や症状の進展等の重症化予防に関して取組を進めます。

一方で、ロコモティブシンドローム、やせ、メンタル面の不調等、生活習慣病が原因でない場合も含めて予防します。また「誰一人取り残さない」健康づくりの観点から、既にがん等の疾患を抱えている人も含め、生活機能の維持・向上を踏まえた取組みを推進します。

(3) 社会環境の質の向上

- ①居場所づくりや社会参加の取組に加え、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ります。
- ②健康な食環境や身体活動・運動を促す環境をはじめとする自然に健康になれる環境づくりの取組を実施し、健康に関心の薄い者を含む幅広い対象に向けた健康づくりを推進します。
- ③誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備として、保健・医療・福祉等へのアクセスの確保に加え自らの健康情報を入手できるインフラの整備、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、周知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します。

(4) ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり

各ライフステージ（胎児期から高齢期まで人の生涯における段階）特有の健康づくりについて引き続き取組を進めます。

また現在の健康状態は、これまでの自らの生活習慣や社会環境等の影響を受ける可能性や次世代の健康にも影響を及ぼす可能性があることを踏まえ、ライフコースアプローチ（人の生涯を経時的に捉えた健康づくり）について、健康づくりに関連する他計画等とも連携しつつ、取組を進めていきます。

2 健康日本 21（第3次）の新たな視点

(1) 女性の健康を明記



「女性の健康」を新規に項目立て、「女性の健康習慣」についても明記し、骨粗鬆症検診受診率を新たに目標に設定しました。

(2) 自然に健康になれる環境づくり



健康に関心の薄い人を含め、本人が無理なく健康な行動をとれるような環境づくりを推進します。

(3) 他計画や施策との連携も含む目標設定



健康経営、産業保健、食環境イニシアチブに関する目標を追加し、自治体での取組との連携を図ります。

(4) アクションプランの提示



自治体による周知広報や保健指導など介入を行う際の留意すべき事項や好事例集を各分野で作成、周知します。

(5) 個人の健康情報の見える化・利活用について記載を具体化



ウェアラブル端末やアプリの利活用、自治体と民間事業者間での連携による健康づくりについて明記しました。