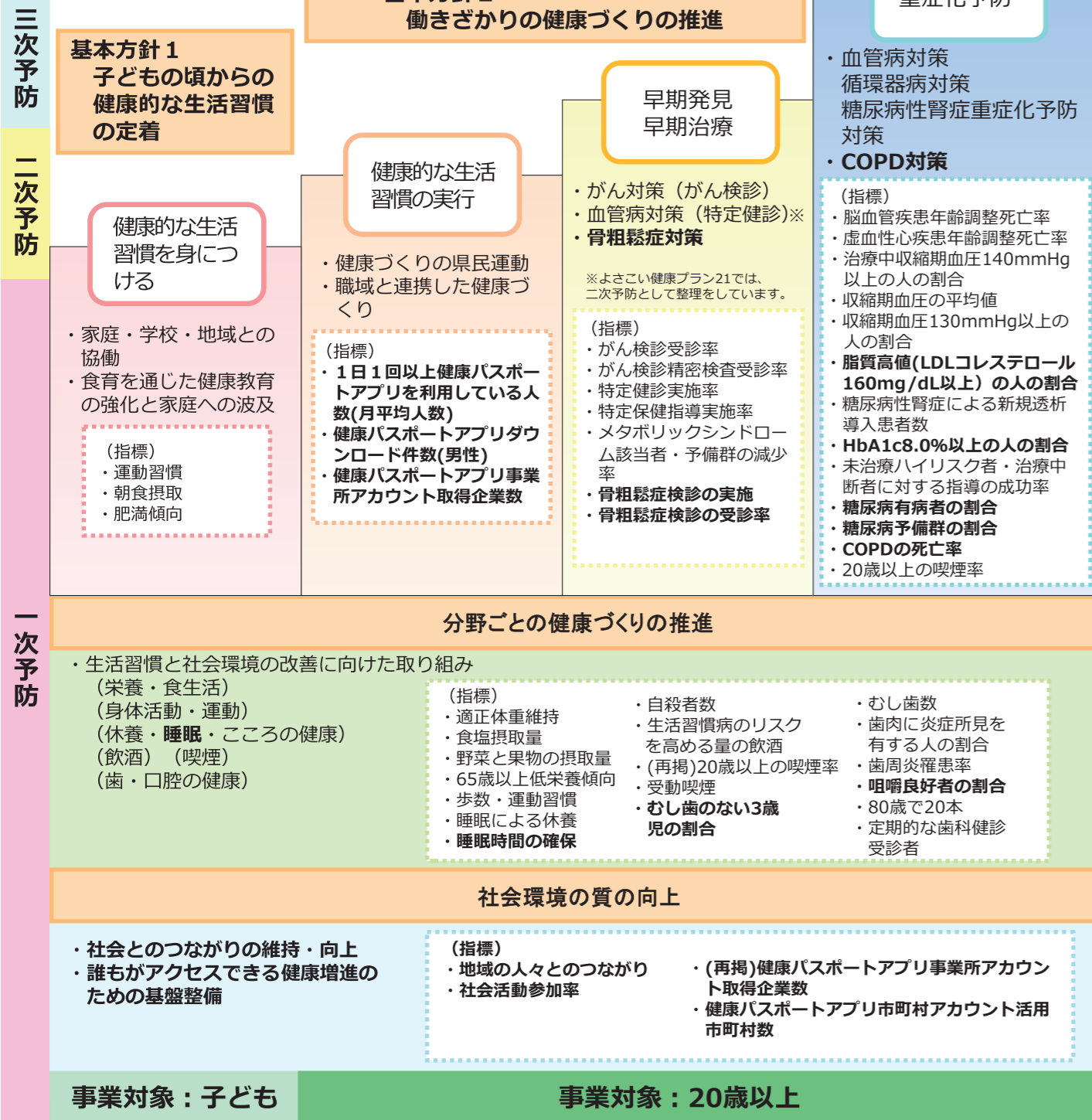


基本目標：壮年期の死亡率改善による「健康寿命の延伸」

- (指標)
 ・健康寿命の延伸
 ・壮年期の死亡率



(太字：第5期計画からの新たな指標)

第5期高知県健康増進計画

よさこい健康プラン21

概要版 (令和6年度~17年度)

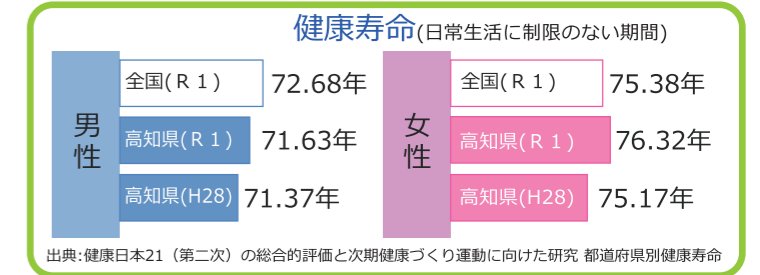
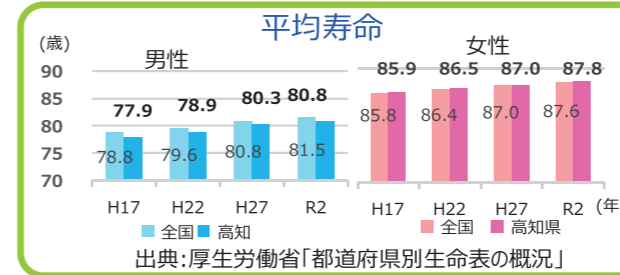
目標は、壮年期死亡率の改善による「健康寿命の延伸」

子どもから高齢者まで生涯を通じた県民の健康づくりに取り組むことにより、「健康寿命※の延伸」を実現することを目的とします。

※日常生活に制限のない平均期間

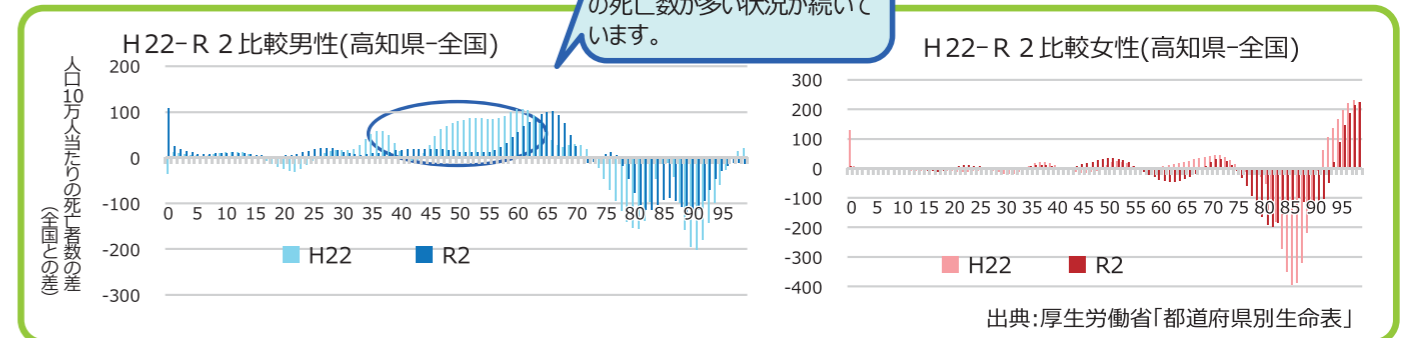
高知県の平均寿命と健康寿命

○平成27年に比べて、平均寿命も健康寿命も延びています。



高知県と全国との死亡数の差

10年前と比較し改善はされているものの、**男性の壮年期**の死亡数が多い状況が続いています。



前期計画の評価

○第4期計画(H30~R5)の指標について、策定時の状況と比較し達成状況について評価をしました。

	改善傾向にあり 目標達成しているもの (16%)	改善傾向にあるが 目標達成していないもの (28%)	変わらないもの (27%)	悪化傾向にあるもの (29%)
基本目標	健康寿命の延伸 女 脳血管疾患死亡率 男 虚血性心疾患死亡率 男女	健康寿命の延伸 男 脳血管疾患死亡率 女		都道府県格差の縮小 男女
子ども		むし歯数	運動 女子	朝食 男女 肥満 男女 運動 男子 歯肉炎
20歳以上	健康サポートI取得者数 運動習慣 男65歳以上	健康経営 歯科健診	肥満 男女40~60歳代 やせ 女20歳代 歩数 女65歳以上以外 運動習慣 男65歳以上以外	飲酒 男女 食塩 自殺者 睡眠
生活習慣病予防	新規透析患者数 受動喫煙 飲食店	特定健診 指導の成功率 がん検診(40~50歳代) 受動喫煙 家庭・職場	特定保健指導 がん検診※2 血圧平均値 女 市町村がん検診(精密検査受診率) 喫煙率 男女	血圧130以上 女 血圧140以上 男女 メタボリックシンドローム 糖尿病治療中 HbA1c7.0%以上 男女

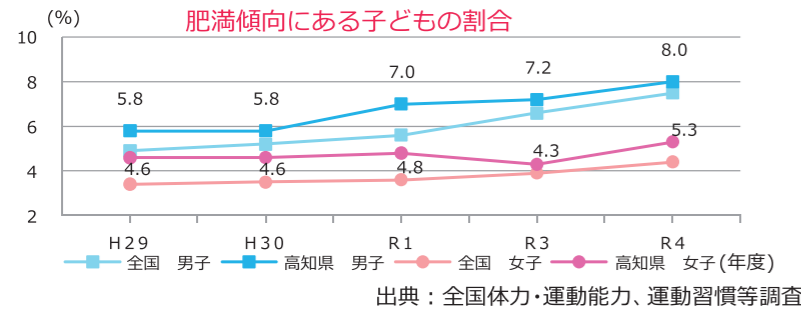
※1:80歳で自分の歯を20本以上有する人。
 ※2:がん検診は40~69歳対象。子宮頸がんは20~69歳対象。

壮年期死亡率の改善による「健康寿命の延伸」に向けた取り組み

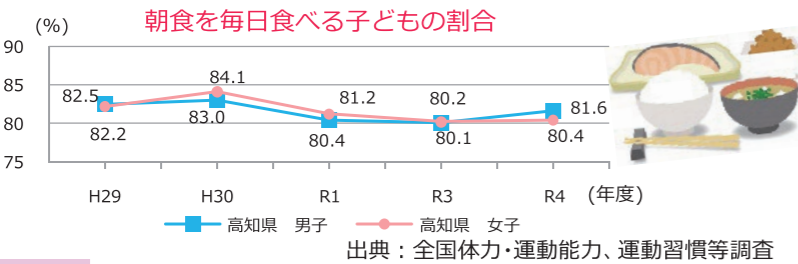
子どもの頃からの健康的な生活習慣の定着

現状

肥満傾向にある子どもの割合は男女とも全国平均を上回っています。(小学5年生)



朝食を毎日食べる子どもの割合は男女とも横ばい傾向です。(小学5年生)



対策

<家庭・学校・地域との協働>

- 小・中・高校での授業で使用する副読本のデジタル化を図り、健康教育を推進

<食育を通じた健康教育の強化と家庭への波及>

- ヘルスマイトによる授業等での実践力を高める健康教育の実施
- 学習内容を子どもたちから保護者へ伝達することで、家庭へ食育の重要性の啓発



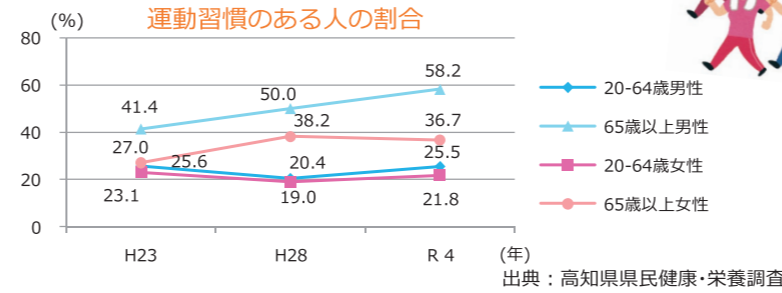
目標

項目 (小学5年生)	現在の値 (令和4年度)	目標値 (令和11年度)	目標値 (令和17年度)
運動やスポーツを習慣的にしている子どもの割合	男子 55.0% 女子 40.0%	増加傾向	増加傾向
朝食を毎日食べる子どもの割合	男子 81.6% 女子 80.4%	全国平均値以上	全国平均値以上
肥満傾向にある子どもの割合	男子 8.0% 女子 5.3%	全国平均値以下	全国平均値以下

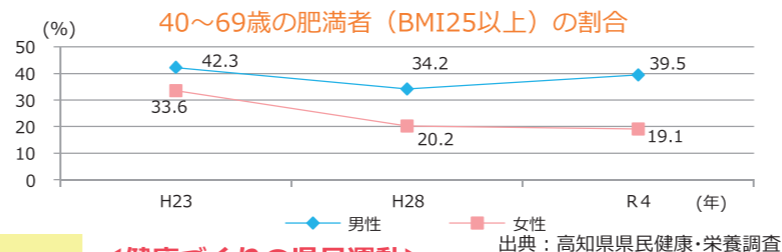
働きざかりの健康づくりの推進

現状

運動習慣のある人の割合は、男女とも20歳から64歳までの割合が低い状況です。



男性のBMI (20~69歳平均値) は全国ワースト1位 (平成28年国民健康・栄養調査)
肥満者の割合 (40~69歳) は平成28年から悪化 (高知県県民健康・栄養調査)



対策

<健康づくりの県民運動>

- 健康意識の醸成と保健行動の定着を図るため、官民協働で健康パスポート事業を展開
- 「体重」及び「血糖」対策を重点に、生涯を通じた健康づくりについて総合的な啓発を実施



<職域と連携した健康づくり>

- 官民協働で事業所が主体的に健康づくりに取り組める環境づくりを推進
- 事業所ごとの健康パスポート活用を推進

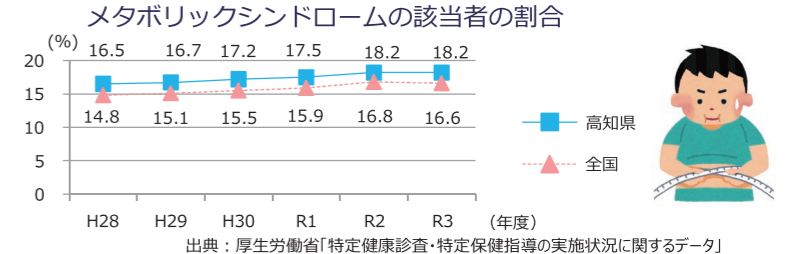
目標

項目	現在の値 (令和5年10月末時点)	目標値 (令和11年度)	目標値 (令和17年度)
1日1回以上健康パスポートアプリを利用している人数 (月平均人数)	14,411人	23,000人	30,000人
健康パスポートアプリダウンロード件数 (男性)	11,510件	22,000件	24,000件
健康パスポートアプリ事業所アカウント取得企業数	15事業所	500事業所	700事業所

生活習慣病の発症予防と重症化予防対策

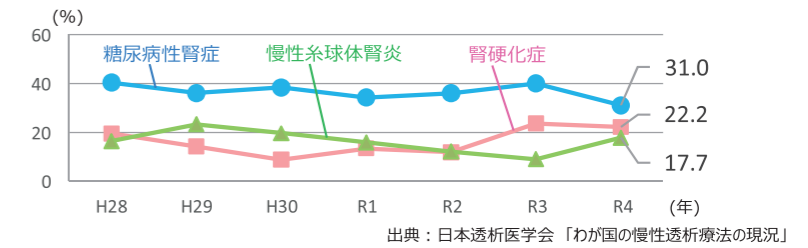
現状

メタボリックシンドローム該当者の割合は全国よりも高い状況が続いています。



透析の原因疾患は、**糖尿病性腎症**が約4割を占めています。

高知県の新規透析導入患者における主要原疾患割合



対策

<血管病対策>

- 特定健診・特定保健指導
 - 特定健診・特定保健指導の実施率向上対策の強化
- 循環器病対策
 - 高血圧や脂質異常症等の循環器病の危険因子についての啓発や適切な治療につなげられるよう、効果的な保健指導の推進を支援
- 糖尿病性腎症重症化予防対策
 - 糖尿病性腎症重症化予防プログラム及び糖尿病性腎症透析予防強化プログラムに基づき、保険者と医療機関が連携した重症化予防対策を推進

目標

項目	現在の値	目標値 (令和11年度)	目標値 (令和17年度)
特定健診の実施率	53.7%	70%以上	70%以上
特定保健指導の実施率	24.4% (令和3年度)	45%以上	45%以上
降圧剤服用者での収縮期血圧140mmHg以上の人の割合 (特定健診受診者)	男性35.7% 女性34.2% (令和2年度)	男女とも30%未満	男女とも30%未満
糖尿病性腎症による新規透析導入患者数	108人 (令和2年~4年平均)	100人以下	100人以下

分野ごとの健康づくりの推進

栄養・食生活

- 朝食摂取率の向上
- 減塩と野菜摂取量の増加
- 適正体重の維持
- 高齢者の低栄養予防 など

身体活動・運動

- 「早ね早おき朝ごはん」プラス「運動」の推進
- 運動に取り組む機会の拡大や運動習慣の定着促進 など

休養・睡眠・こころの健康

- 十分な睡眠や休養の推進
- こころの健康に関する普及啓発
- 休養・こころの健康に関する健康教育の実施 など

飲酒

- 節度ある適度な飲酒や休肝日の設定、アルコール健康障害等に関する正しい知識の普及啓発 など

喫煙

- 喫煙や受動喫煙が健康に及ぼす影響等の普及啓発
- 禁煙支援 など

歯・口腔の健康

- フッ化物応用の推進
- 歯周病予防の啓発
- オーラルフレイル予防の啓発 など

社会とのつながりの維持・向上

- 地域の人々とのつながりの向上
- 社会とのつながりを意識した取組推進 など

誰もがアクセスできる健康増進のための基盤整備

- 多様な主体による健康づくりの取組推進
- 健康パスポートアプリの活用促進 など

社会環境の質の向上