

(資料2)

# 健康日本21(第二次)の概要

平成25年度からスタートする新たな国民健康づくり運動

# 「健康日本21（第二次）」

運動期間：平成25年度～34年度

現「健康日本21」

健康局長通知で規定



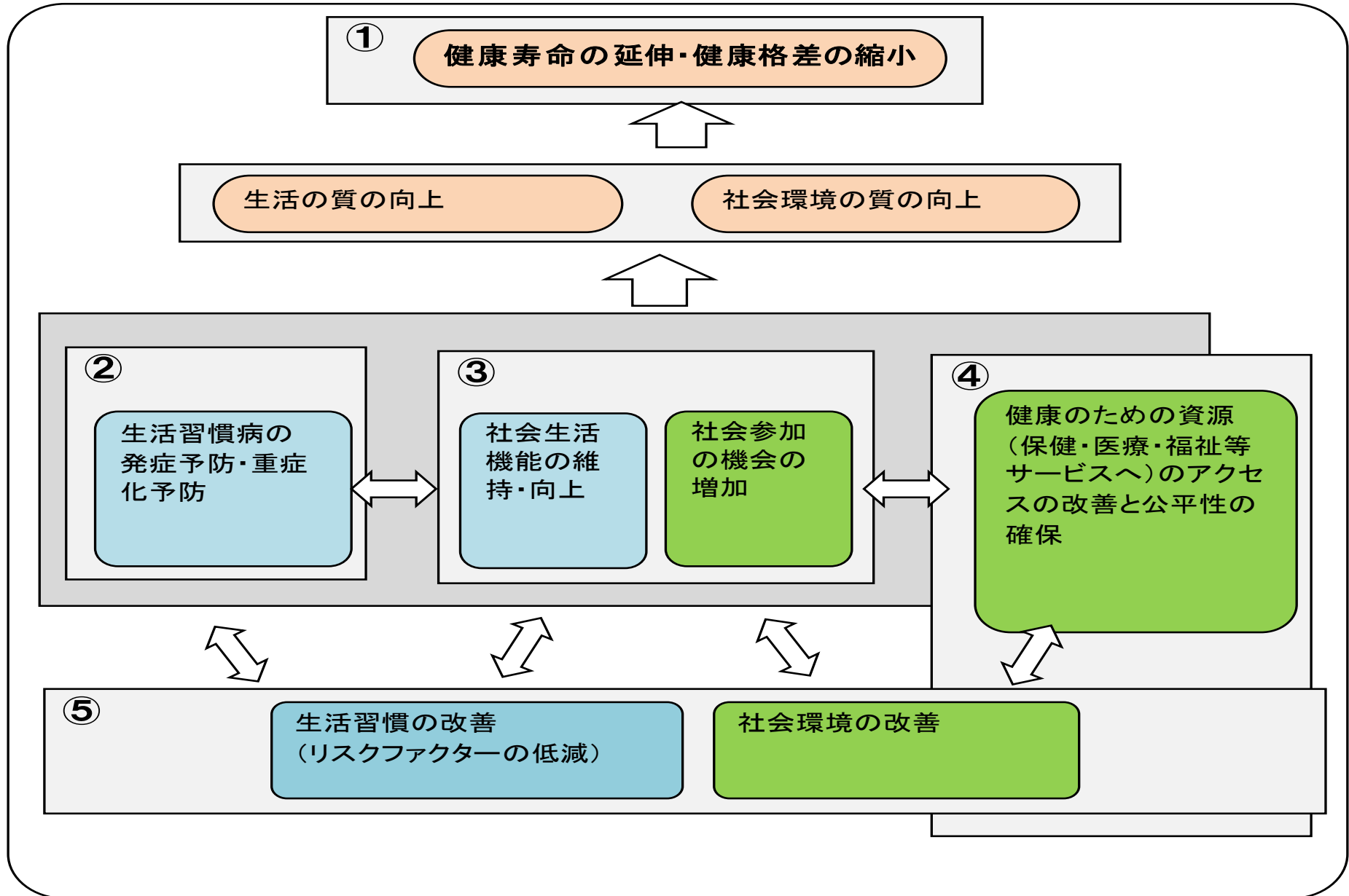
新「健康日本21（第二次）」

厚生労働大臣告示

# 健康日本21(第二次) 基本的な方向性

- 1 健康寿命の延伸と健康格差の縮小
- 2 主要な生活習慣病の発症予防と重症化予防
- 3 社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上
- 4 健康を支え、守るための社会環境の整備
- 5 生活習慣及び社会環境の改善

# 健康日本21(第二次)の概念図



# 5つの基本的方向と目標項目の例

## ①健康寿命の延伸と健康格差の縮小の実現<2項目>

- 健康寿命の延伸(男性70.42年、女性73.62年  
→平均寿命の増加分を上回る健康寿命の増加)

## ②主要な生活習慣病の発症予防と重症化予防<14項目>

### 【がん】<2項目>

- がん検診の受診率の向上  
(胃がん男性34.3%、女性26.3%→男女とも50%)

### 【循環器疾患】<5項目>

- 高血圧の改善(男性138mmHg、女性133mmHg  
→男性134mmHg、女性129mmHg)

### 【糖尿病】<6項目>

- 治療継続者の割合の増加(63.7%→75%)

### 【COPD】<1項目>

- COPDの認知度の向上(25%→80%)

## ③社会生活を営むために必要な機能の維持・向上<12項目>

### 【こころの健康】<4項目>

- 心理的苦痛を感じている者の割合の減少(10.4%→9.4%)

### 【次世代の健康】<2項目>

- 三食の食事をしている子どもの割合の増加  
(小学5年生84.5%→100%に近づける)

### 【高齢者の健康】<6項目>

- 認知機能低下ハイリスク高齢者の把握率の向上(0.9%→10%)

## ④健康を支え、守るための社会環境の整備<5項目>

- 地域のつながりの強化  
(自分と地域のつながりが強いほうだと思える割合45.7%→65%)
- 健康づくりに関する活動に取り組み、自発的に情報発信を行う  
企業数の増加  
(420社→3,000社)

## ⑤生活習慣および社会環境の改善<22項目>

### 【栄養・食生活】<5項目>

- 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ  
毎日の者の割合の増加  
(68.1%→80%)

### 【身体活動・運動】<3項目>

- 日常生活における歩数の増加  
(20~64歳男性7,841歩、女性6,883歩→男性9,000歩、  
女性8,500歩)

### 【休養】<2項目>

- 過労働時間60時間以上歩雇用者の割合の減少(9.3%→5.0%)

### 【飲酒】<3項目>

- 未成年者の飲酒をなくす  
(高校3年生男子21.7%、女子19.9%→男女とも0%)

### 【喫煙】<4項目>

- 成人の喫煙率の低下(19.5%→12%)

### 【歯・口腔の健康】<5項目>

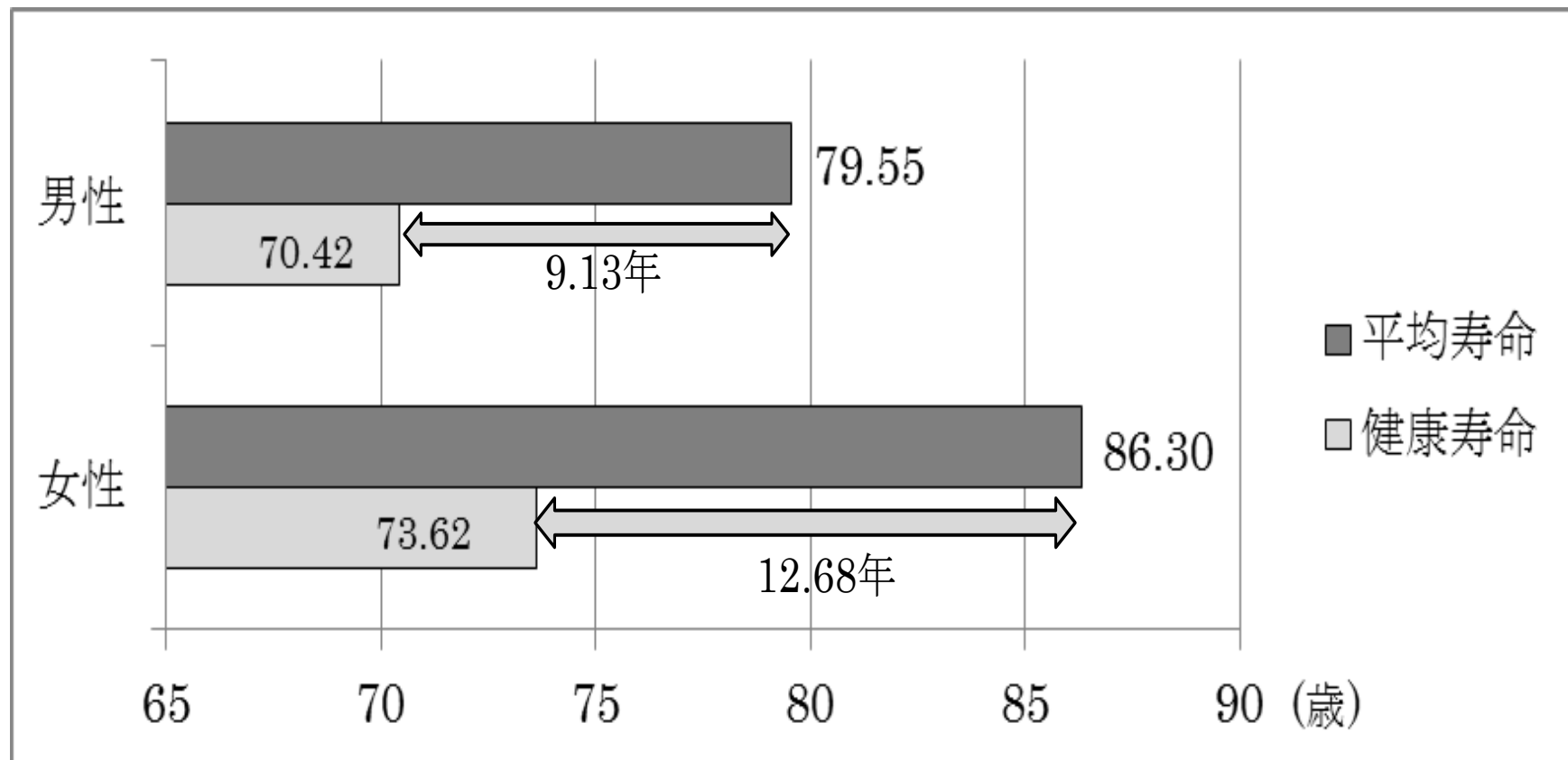
- 40歳代の進行した歯周炎を有する者の減少(37.3%→25%)

# 5つの基本的方向と目標項目の例

## ①健康寿命の延伸と健康格差の縮小の実現 <2項目>

■健康寿命の延伸(男性70.42年、女性73.62年  
→平均寿命の増加分を上回る健康寿命の増加)

# 平均寿命と健康寿命の差



# 5つの基本的方向と目標項目の例

## ② 主要な生活習慣病の発症予防と重症化予防

### <14項目>

#### 【がん】<2項目>

##### ■がん検診の受診率の向上

(胃がん男性34.3%、女性26.3%→男女とも50%)

#### 【循環器疾患】<5項目>

##### ■高血圧の改善(男性138mmHg、女性133mmHg

→男性134mmHg、女性129mmHg)

#### 【糖尿病】<6項目>

##### ■治療継続者の割合の増加(63.7%→75%)

#### 【COPD】<1項目>

##### ■COPDの認知度の向上(25%→80%)



# 糖尿病の目標設定の考え方

糖尿病およびその合併症を抑制

三次予防

合併症による臓器  
障害の予防・生命  
予後の改善

糖尿病腎症による年間新規透析導入  
患者数の減少

二次予防

重症化予防

治療継続者の割合の増加  
血糖コントロール指標におけるコント  
ロール不良者の割合の減少

一次予防

発症予防

糖尿病有病者の増加の抑制

# 5つの基本的方向と目標項目の例

## ③社会生活を営むために必要な機能の維持・向上<12項目>

### 【こころの健康】<4項目>

■心理的苦痛を感じている者の割合の減少(10.4%→9.4%)

### 【次世代の健康】<2項目>

■三食の食事をしている子どもの割合の増加  
(小学5年生84.5%→100%に近づける)

### 【高齢者の健康】<6項目>

■認知機能低下ハイリスク高齢者の把握率の向上(0.9%→10%)

# 次世代の健康の目標設定の考え方

健康寿命の延伸・健康格差の縮小

生活の質の向上

社会環境の質の向上

生活習慣病  
の予防

要介護状態  
の予防

身体機能、社会生活機能の向上

次世代の健康

子どもの健やかな発育

- 全出生中の低出生体重児の割合の減少
- 肥満傾向のある子どもの割合の減少

子どもの健やかな生活習慣

- 朝・昼・夕の3食を必ず食べることに気をつけて食事している子どもの割合の増加
- 運動やスポーツを習慣的にしている子どもの割合の増加

健やかな発育、  
生活習慣の形成

学校、地域、  
民間団体等、  
社会全体の取組  
による  
社会環境の改善

良好な社会環境  
の実現

生涯を通じた健康づくりの推進

高齢者

成人

子ども

妊娠  
・  
出産

妊娠前

# 5つの基本的方向と目標項目の例

## ④健康を支え、守るための社会環境の整備

### <5項目>

#### ■地域のつながりの強化

(自分と地域のつながりが強いほうだと思える割合45.7%→65%)

#### ■健康づくりに関する活動に取り組み、自発的に情報発信を行う 企業数の増加

(420社→3,000社)

# 5つの基本的方向と目標項目の例

## ⑤-(1) 生活習慣および社会環境の改善

### <22項目>

#### 【栄養・食生活】<5項目>

- 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の者の割合の増加  
(68.1%→80%)

#### 【身体活動・運動】<3項目>

- 日常生活における歩数の増加  
(20~64歳男性7,841歩、女性6,883歩→男性9,000歩、女性8,500歩)

#### 【休養】<2項目>

- 過労働時間60時間以上歩雇用者の割合の減少(9.3%→5.0%)

# 5つの基本的方向と目標項目の例

## ⑤-(2) 生活習慣および社会環境の改善

### <22項目>

#### 【飲酒】<3項目>

##### ■未成年者の飲酒をなくす

(高校3年生男子21.7%、女子19.9%→男女とも0%)

#### 【喫煙】<4項目>

##### ■成人の喫煙率の低下(19.5%→12%)

#### 【歯・口腔の健康】<5項目>

##### ■40歳代の進行した歯周炎を有する者の減少(37.3%→25%)

# 活用可能な統計例(抜粋)-1

分野	項目	自治体での目標例	活用可能な統計
がん	がん検診の受診率の向上	胃、大腸、肺、乳がん、子宮がん検診受診率	市町村実績データ、地域保健・健康増進事業報告
循環器疾患	高血圧の改善	最高血圧の平均値または高血圧有病率 (140/90mmHg以上の割合)	特定検診
	脂質異常症の減少	LDLコレステロール160mg/dl以上の者の割合	特定検診
糖尿病	糖尿病性腎症による年間新規透析導入率の減少	新規透析導入率	腎臓病登録
	治療継続者の割合の増加	HbA1c (JDS) 6.1%以上の者のうち治療中と回答したものの割合	特定検診

# 活用可能な統計例(抜粋)-2

分野	項目	自治体での目標例	活用可能な統計
こころ	自殺者の減少	自殺による死亡率	人口動態統計、死因分類別
次世代	肥満傾向にある子どもの割合の減少	中等度・高度肥満児の割合	文部科学省「学校保健統計」
高齢者	介護保険サービス利用者数の増加の抑制	介護サービス受給者数	介護保険事業状況報告
栄養・食生活	適正体重を維持している者の増加(肥満、やせの減少)	性・年代別の肥満、やせ	特定検診
歯・口腔	3歳児のう蝕がない者の割合が80%以上である都道府県の増加	3歳児でう蝕がない者の割合	厚労省実施状況調べ(3歳児歯科健康診査)