

「札幌市健康づくり基本計画 健康さっぽろ 21 (第二次)」の概要

1 「札幌市健康づくり基本計画 健康さっぽろ 21 (第二次)」の位置づけ

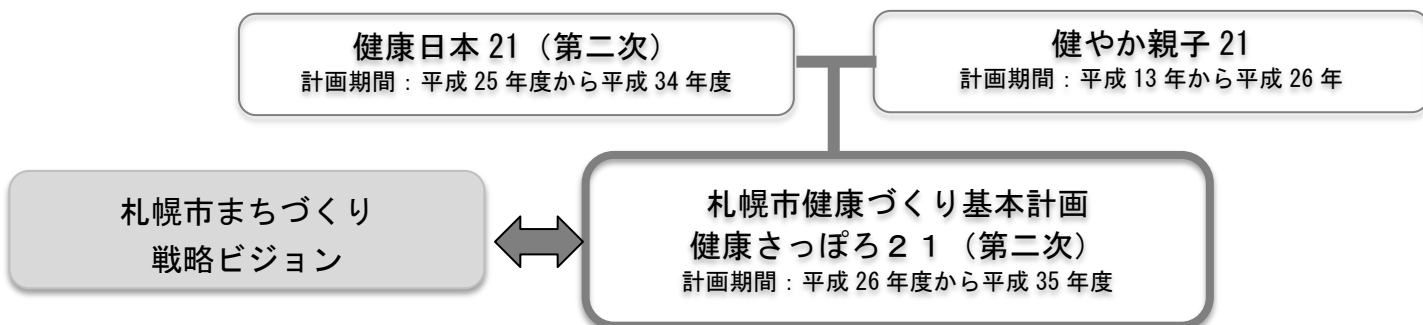
「札幌市健康づくり基本計画 健康さっぽろ 21」最終評価結果と現状から、「健康日本 21 (第二次)」の基本方針を踏まえた「札幌市健康づくり基本計画 健康さっぽろ 21 (第二次)」を策定。

1 計画の期間

- 平成 26 年度から平成 35 年度まで、平成 30 年度に中間評価を実施。

2 計画の位置づけ

- 健康増進法第 8 条第 2 項に基づく「市町村健康増進計画」、「健やか親子 21」の札幌市計画。
- 「札幌市まちづくり戦略ビジョン」の個別計画の位置づけ。



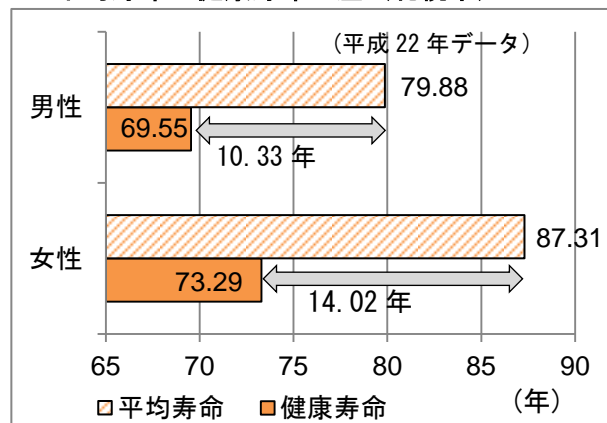
2 札幌市民の健康を取り巻く現状

少子高齢化が進展し、生活習慣病による死因が上位を占めている。さらに、生活習慣病が要介護の原因となり、医療費の増加の要因となっている。

1 人口の推移

人口は H27 をピークに減少傾向に転じ、H37 にはおおむね 3 人に 1 人が高齢者となる見込み。
高齢化率 H17 : 17.3% → H22 : 20.5%

2 平均寿命と健康寿命の差 (札幌市)



平成 22 年国勢調査・人口動態統計・国民生活基礎調査より

【参考】平均寿命と健康寿命の差 (国：平成 22 年)
●男性 9.13 年 女性 12.68 年
※健康寿命：男性 70.42 年 女性 73.62 年

3 出生の状況

合計特殊出生率
H23 国：1.39 > 北海道：1.25 > 札幌市：1.09

4 死亡の状況

- 3 大疾患(がん、心疾患、脳血管疾患)による死亡率
H23 57.2%
- 死因 第 1 位「悪性新生物」
第 2 位「心疾患 (高血圧症を除く)」
第 3 位「肺炎」

5 要介護者の状況

- 要介護認定者数
H17 : 58,542 人 → H22 : 73,912 人 (増加傾向)
- 介護が必要になる原因
介護保険第 2 号被保険者が要介護となった原因疾患
H24.3 : 1 位 脳血管疾患 (全体の 57%)

6 医療費等における生活習慣病の割合

メタボリックシンドローム関連疾病の医療費に占める割合は、全年齢の約 3 割

3 「札幌市健康づくり基本計画 健康さっぽろ 21」の最終評価

全体の指標の推移では、目標達成、または目標に向かって推移している項目が全体の 4 分の 3 で、健康づくりの取組の効果、市民の健康づくり意識が高まっていることがうかがえる。

1 すこやかに産み育てる

取組内容	評価	今後の方向性
<ul style="list-style-type: none"> 妊婦一般健康診査の公費負担拡充 妊婦支援相談事業、乳児家庭全戸訪問の開始 思春期ヘルスケア事業など教育機関と連携した健康教育の実施 	<ul style="list-style-type: none"> ゆったりとした気分で育児をしている母親はやや増加、子育てに心配ごとのある母親の割合は 4 か月児を除き減少 かかりつけ医のいる家庭、子どもの事故防止を工夫している家庭も増加 10 代の人工妊娠中絶率、喫煙率・飲酒率は改善しているが、性感染症、薬物に正しい知識を持つ人、中・高校生の朝食摂食状況は改善が見られない 	<ul style="list-style-type: none"> 育児不安の軽減及び児童虐待発生予防のため、妊娠中からの訪問指導などによる予防対策の強化、相談体制の一層の充実、地域の子育て支援の充実など、安心して子育てができる環境づくりを推進 生涯を通じた健康づくりのため、思春期における心と身体の健康教育を推進

2 健康寿命の延伸

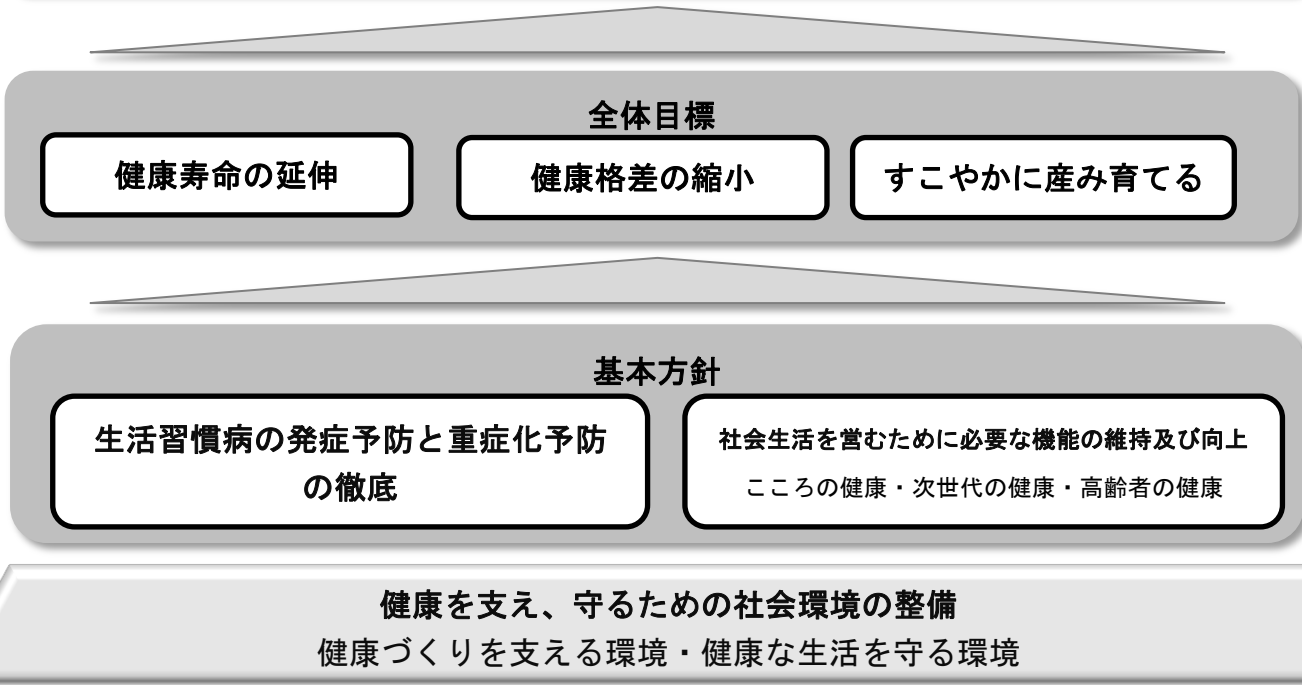
取組内容	評価	今後の方向性
<ul style="list-style-type: none"> 食事バランスガイドや札幌市食生活指針などを活用して適正な食事内容や食習慣等の情報提供 自主活動グループの支援や市民交流ウォーキング大会の開催等による運動習慣の定着に向けた支援 生活習慣病予備群を対象とした特定保健指導、健康教育の実施 	<ul style="list-style-type: none"> 毎日朝食をとる人は、中・高校生や 20 歳代男性では減少 成人の野菜摂取量や果物摂取量は増加したが、牛乳・乳製品の摂取量は減少 運動習慣のある成人は増加したが、15 歳以上女性、70 歳以上男女で 1 日あたりの歩数が減少 睡眠により疲労がとれない成人、ストレスを感じている成人も減少、自殺率は減少傾向 喫煙率は未成年者・妊婦・成人の全てで減少 未成年者、妊婦の飲酒率、成人の多量飲酒者は減少 メタボリックシンドロームの認知度は高まったが、特定健診受診率・特定保健指導実施率は低い 男女ともに年齢が上がるに従い肥満傾向がみられる がん検診の受診率は、目標から遠い数値 がんの標準化死亡比が全国より概ね 1 割以上高い 	<ul style="list-style-type: none"> 生活習慣病予防のため、子どもの頃から望ましい食生活の実践の普及・啓発、また、ウォーキングの推進などの対策が必要 中高年に対する肥満対策やがん検診の受診率向上の取り組みが必要 ストレスを感じている成人は全国値よりも高く、ストレスの対処法の普及啓発、自殺防止のため、年代や性別に応じた対応が必要 喫煙、多量飲酒の健康への影響を考え、今後も継続した取組、未成年や妊婦の飲酒による健康への影響等、関係機関等と連携した啓発が必要

3 健康な地域づくり

取組内容	評価	今後の方向性
<ul style="list-style-type: none"> 健康づくりリーダー養成研修、自主活動グループの支援、健康づくり組織の活性化、ネットワーク化の支援の研修等の開催 札幌市栄養成分表示の店、禁煙完全分煙施設の推進 	<ul style="list-style-type: none"> 延べ 328 グループの健康づくりを行う自主活動グループへの育成支援を実施し、支援した多くの自主活動グループが区の健康づくりネットワークに加わっている 市民交流ウォーキングの開催など、市民が主体となった健康づくり活動が展開されている 栄養成分表示の店、禁煙・完全分煙施設の登録件数は増加 	<ul style="list-style-type: none"> 地域での身近な活動への参加について啓発を続けることが必要 人材育成や産業界との協働により、健康づくりに関する知識を広く市民に周知し、一人ひとりの意識を高めていくことが大切 自主活動グループへの支援を継続し、地域の健康づくり組織のネットワーク化を促進することが重要

4 「札幌市健康づくり基本計画 健康さっぽろ21 (第二次)」の体系

基本理念：市民が地域とのつながりの中で、すこやかに心豊かに生活できる社会の実現



《重視すべき事項》

- ◇ **健康寿命の延伸**：特に、がん、循環器疾患のほか、患者数が増加傾向にあり、重大な合併症を引き起こす糖尿病や、喫煙の影響や高齢化により死亡原因として増加が予想される COPD（慢性閉塞性肺疾患）等の生活習慣病の発症予防と重症化予防のため、生活習慣の改善と早期発見、早期治療のためがん検診や特定健康診査、特定保健指導の実施の促進に重点的に取り組む。
- ◇ **健康格差の縮小**：生活習慣病の重症化予防に必要な人、健康に関心がないと考えられる若い世代、生活習慣病の予備群となる不適切な健康習慣の人、要介護者、要支援者、障がい者、心臓リハビリテーション終了者などの病後の人、低所得者を「健康格差の縮小」のための重視すべき対象者とし、健康に関心の低い市民へ、より効果的な情報提供を行うことに重点的に取り組む。

《基本戦略》

市民の健康増進のため、各主体と連携を図りながら、取組みを進めていくため基本戦略を定める。

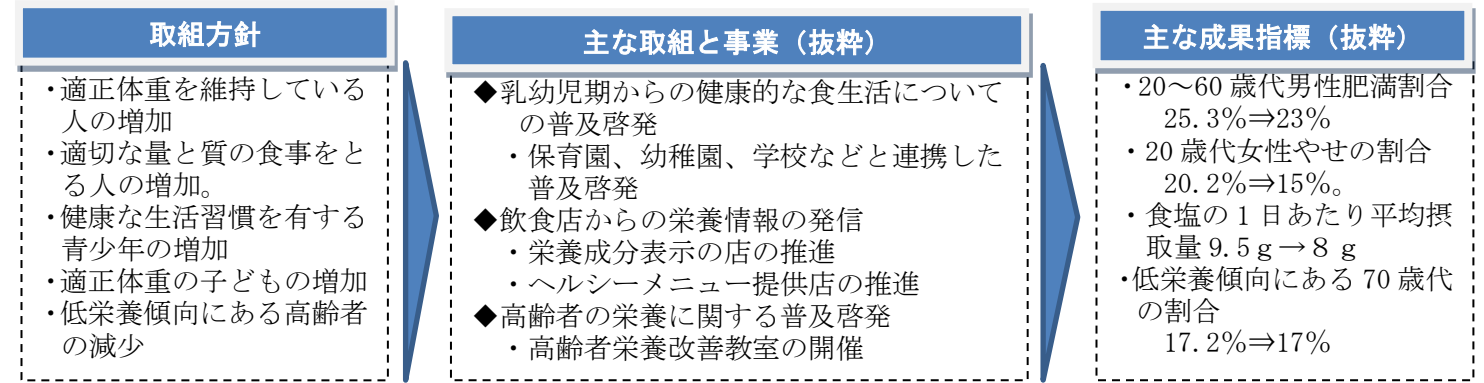


5 基本要素

1 栄養・食生活

【現状と課題】

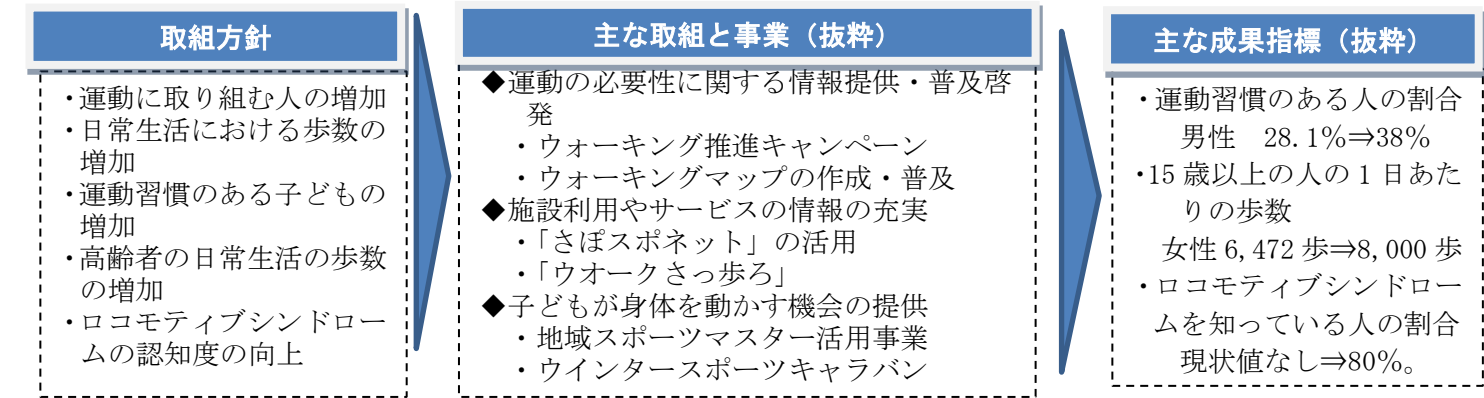
- ・年齢が高くなるにつれて肥満者が増加しており、栄養バランスのとれた食事の普及啓発が課題
- ・中高生、20歳代男性朝食欠食率が高く、食育の推進や健康的な食生活の普及啓発が必要
- ・子どもの肥満防止や高齢期の低栄養について予防、改善する必要がある



2 身体活動・運動

【現状と課題】

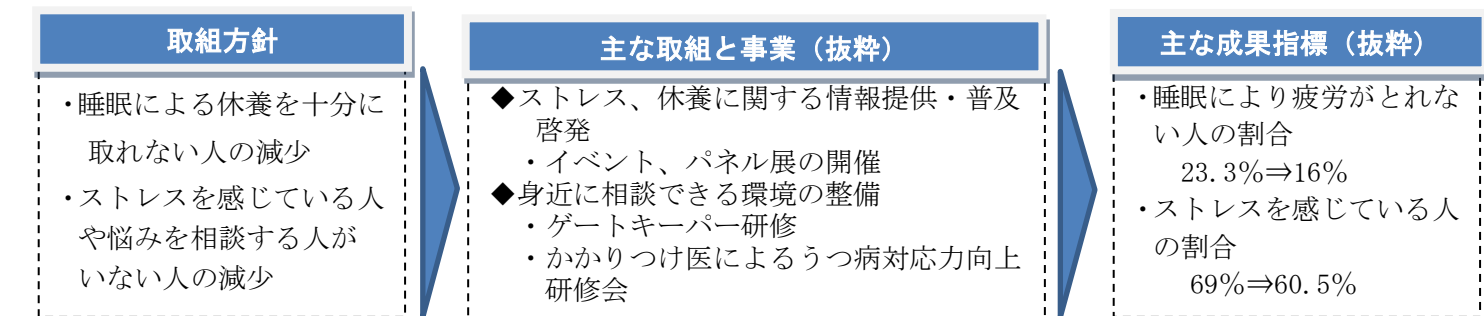
- ・気軽に運動できるような環境の整備、情報提供などを行い、運動を取り入れるよう働きかけることが重要
- ・若い年代のうちから運動習慣の定着をはかることが課題
- ・高齢者の外出のきっかけづくりと地域活動等への参加の促進と、ロコモティブシンドロームの概念や認知度の向上が必要



3 休養

【現状と課題】

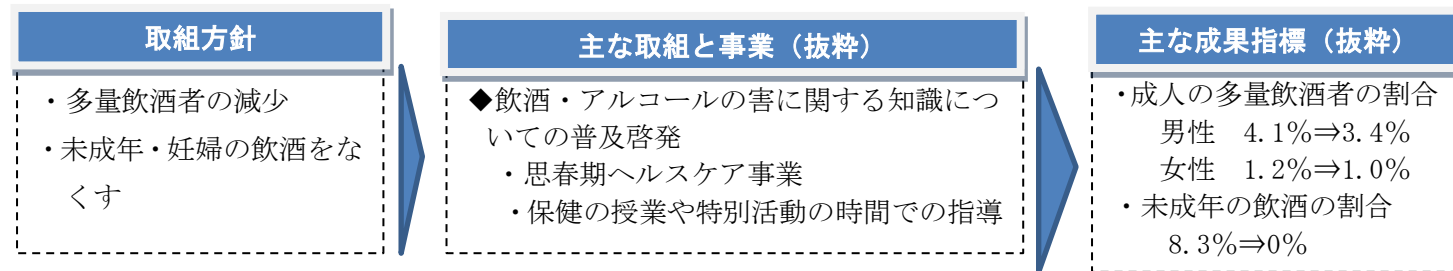
- ・30～50歳代への睡眠の重要性、ストレス対処法の啓発、関係機関と連携の充実、実態に沿った継続的な自殺対策が必要



4 飲酒

【現状と課題】

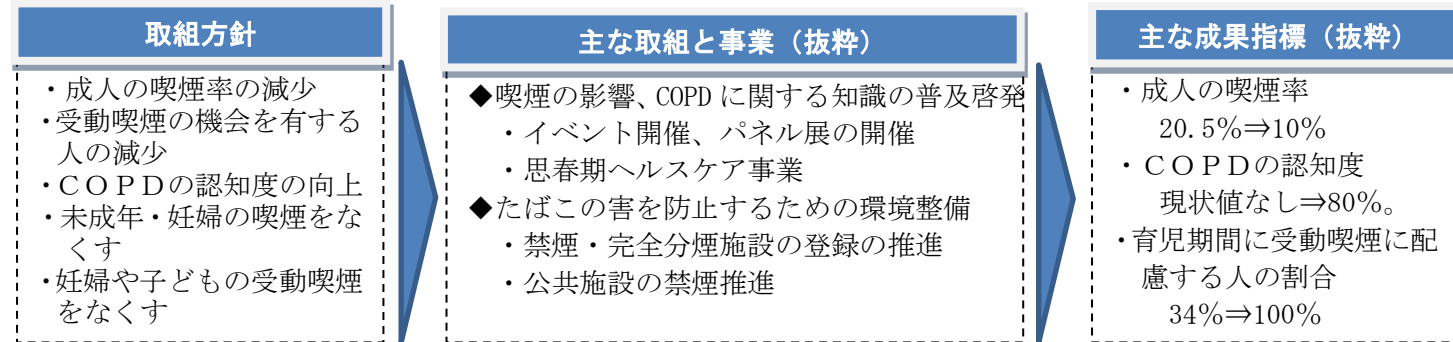
- ・適正な飲酒についての啓発が課題
- ・未成年や妊婦の飲酒が健康に及ぼす悪影響について正しい知識の普及が必要



5 喫煙

【現状と課題】

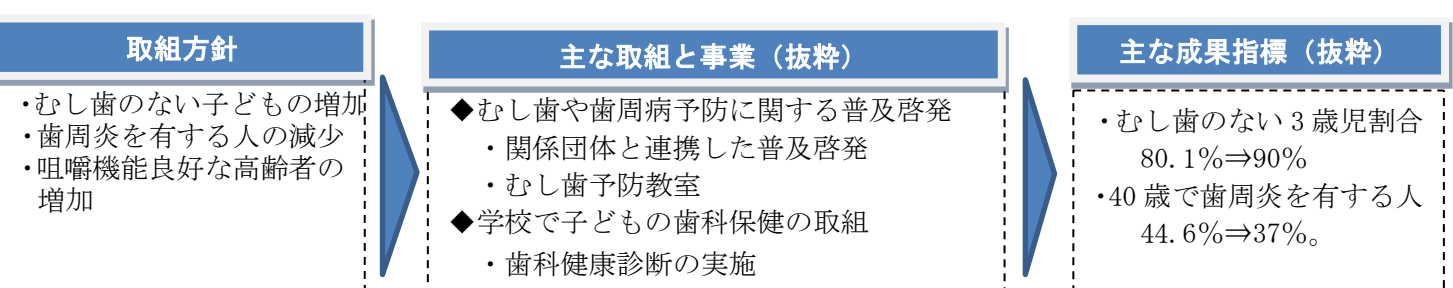
- ・行政、企業、市民が一体となり喫煙率の低下と受動喫煙防止のため積極的に取り組む必要がある
- ・未成年の喫煙、妊娠中の喫煙や育児期間の受動喫煙の健康に及ぼす影響について啓発の強化が必要



6 歯・口腔の健康

【現状と課題】

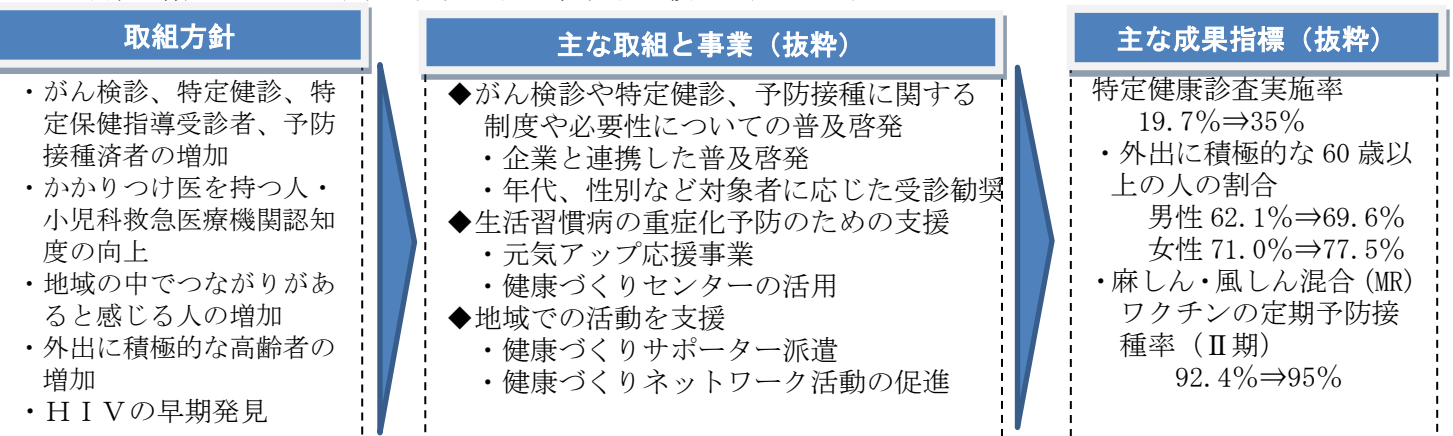
- ・「かかりつけ歯科医」の推進、むし歯予防、歯周病予防に関する取り組みの充実が課題



7 健康行動

【現状と課題】

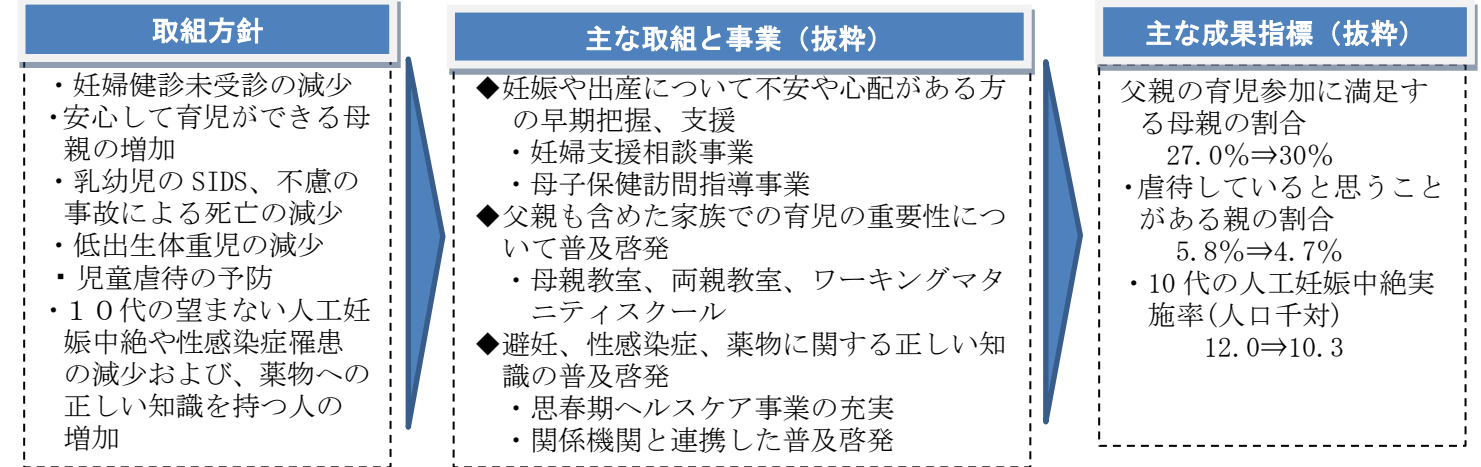
- ・がん検診受診率、特定健診、特定保健指導実施率の向上、受診機会の拡充が課題
- ・かかりつけ小児科医、小児科救急医療機の一層の普及啓発が必要
- ・地域の人材育成、企業・団体との協働により健康づくり意識の向上、地域とのつながりの強化が重要。
- ・高齢者の閉じこもり予防、健康維持、外出の機会の増加のため地域活動等への参加を促す必要がある
- ・感染症の流行防止のため確実な接種が必要
- ・早期段階でのHIV感染者の発見に向け、相談・検査の周知が課題



8 親子の健康

【現状と課題】

- ・10代の望まない妊娠、性感染症の予防、薬物乱用防止のため、保健、医療、教育、地域等の連携により、正しい知識の普及に努める必要がある
- ・育児困難、児童虐待に至らないよう、妊娠中からの継続した支援、児童虐待について、地域、関係機関と連携を図り、予防、早期発見に努める必要がある
- ・家庭おける事故防止対策や心肺蘇生法の普及啓発が必要

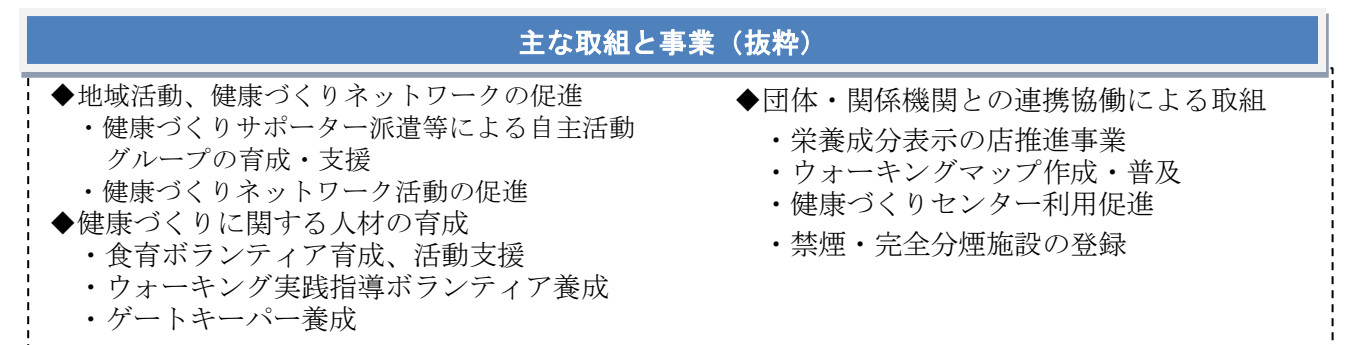


6 健康を支え、守るための社会環境の整備

◇健康づくりを支える環境

社会・地域における人々の信頼関係や結びつきを表すソーシャルキャピタルが、蓄積された社会では、相互の信頼や協力が得られるため、他人への警戒が少なく、治安・経済・教育・健康・幸福感などに良い影響があり、社会の効率性が高まると言われる。

個人、一人ひとりが健康づくりに取り組むだけでなく、地域のつながりを強化し、社会全体が相互に支え合いながら健康づくりを進めることが重要。



◇健康な生活を守る環境

市民がいきいきと生活できる社会の実現のためには、市民一人ひとりによる健康への取組のほか、食中毒やシックハウス等市民を取り巻く環境を原因とする健康被害を防ぐための対策など、市民の健康を支え、守る環境づくりに社会全体で取り組むことが重要。

