

札幌市健康づくり基本計画  
健康さっぽろ 21(第三次)  
素案

(R6.9.18 時点)



はじめに

今後作成

# 目次

|   |    |
|---|----|
| 第1章 計画の策定にあたって.....                                       | 1  |
| 1 策定の趣旨 .....   | 1  |
| 2 計画の期間.....  | 1  |
| 3 計画の位置づけ .....   | 2  |
| 第2章 札幌市民の健康を取り巻く現状と今後の方向性 .....                           | 4  |
| 1 社会的背景 .....   | 4  |
| (1) 人口と世帯の推移 .....  | 4  |
| (2) 平均寿命 .....  | 5  |
| (3) 健康寿命 .....  | 5  |
| (4) 出生の状況 .....   | 6  |
| (5) 死亡の状況 .....   | 7  |
| (6) 要介護認定者数の状況 .....                                      | 10 |
| (7) 生活習慣病の状況.....   | 11 |
| 2 「健康さっぽろ21(第二次)」の最終評価と今後の方向性.....                        | 13 |
| (1) 最終評価のまとめ .....  | 13 |
| (2) 分野別評価 .....   | 14 |
| (3) 健康さっぽろ 21(第三次)の方向性.....                               | 23 |
| 3 「第2次札幌市まちづくり戦略ビジョン」における健康づくりの方針 .....                   | 24 |
| (1) 重要な概念／プロジェクト「ウェルネス(健康)」.....                          | 24 |
| (2) まちづくりの分野と基本目標「生活・暮らし～4 誰もが健康的に暮らし、生涯活躍<br>できるまち」..... | 25 |
| 4 「健康日本 21(第三次)」において重視されている視点 .....                       | 26 |
| 第3章 計画の体系 .....   | 27 |
| 1 計画の概念図 .....  | 27 |
| 2 基本理念.....   | 28 |
| 3 基本的な方向 .....  | 28 |
| 4 基本方針.....   | 29 |
| 5 取組の視点.....  | 29 |
| 第4章 取組内容と成果指標.....  | 32 |
| 基本方針1:健康的な生活習慣の実践、生活習慣病の発症予防・重症化予防の徹底 .....               | 32 |
| 健康要素1:栄養・食生活.....   | 32 |

|                                |    |
|--------------------------------|----|
| 健康要素2:身体活動・運動 .....            | 36 |
| 健康要素3:休養.....                  | 42 |
| 健康要素4:飲酒.....                  | 46 |
| 健康要素5:喫煙.....                  | 49 |
| 健康要素6:歯・口腔.....                | 53 |
| 健康要素7:健康行動.....                | 57 |
| 基本方針2:健康を支え、守るための社会環境の整備.....  | 63 |
| ＜ライフステージごとの健康行動～健康要素別の整理＞..... | 71 |
| 第5章 計画の推進体制.....               | 73 |
| 1 札幌市健康づくり推進協議会による計画の推進.....   | 73 |
| 2 計画の進行管理と評価.....              | 73 |
| 資料編1 指標一覧.....                 | 74 |
| 資料編2 札幌市の取組・事業.....            | 79 |
| 資料編3 計画策定について.....             | 88 |
| 1 札幌市健康づくり推進協議会 委員名簿.....      | 88 |
| 2 策定までの検討経過.....               | 89 |
| 3 札幌市健康づくり推進協議会要綱.....         | 90 |
| 資料編4 パブリックコメント手続き.....         | 92 |