
Ⅱ 目標と施策の方向・目指す区民の姿(指標)

- 1 計画の体系
- 2 重点目標

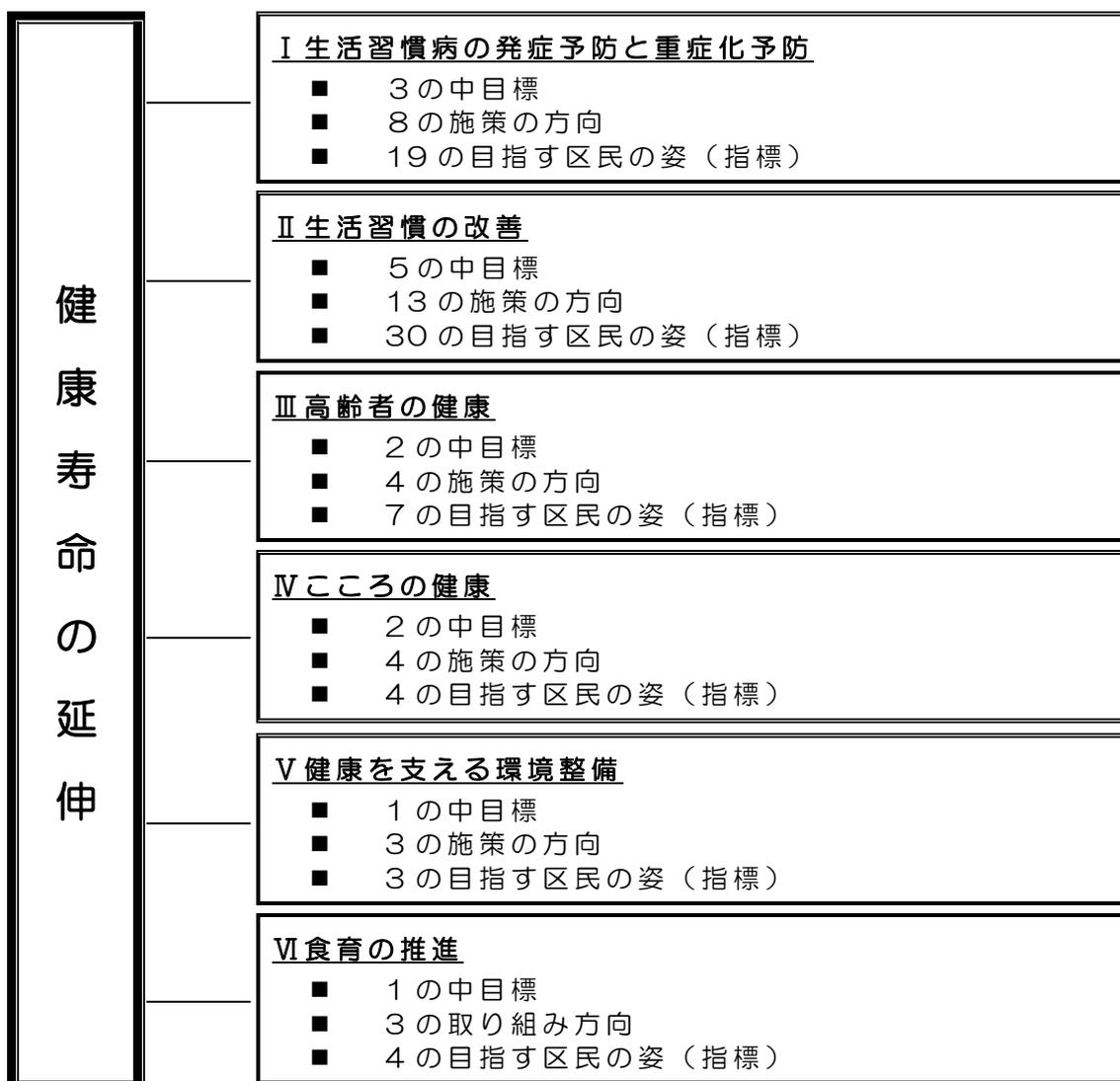
目標と施策の方向・目指す区民の姿（指標）

1 計画の体系

本計画は「健康寿命の延伸」を基本理念とし、その実現に向けて6つの大目標と 14 の中目標を掲げました。健康づくり施策を総合的・体系的に展開するため、さらに 35 の施策の方向を掲げ、その内容は、がん対策の充実から健康づくりに活かす生活環境の充実まで多岐にわたります。

また、目標ごとに、目指す区民の姿として 67 の指標を設定しました。これは、自らの生活の質を高める上で重要な要因となるものであると同時に、行政が区民の健康づくりに対する意識や生活習慣の実態を把握するための指標でもあります。

健康づくりは、区民一人ひとりが主体的・継続的に取り組むことが基本ですが、個人だけでは限界があります。行政や関係団体が連携・協力して総合的に推進し、区民の健康づくりを支援するために、区の主な取り組み（施策）を定めました。



大目標	中目標	施策の方向	
Ⅰ 生活習慣病の発症予防と重症化予防	1 がん対策の充実	(1) 科学的根拠に基づくがん検診の推進 (2) がん予防に関する知識の普及	
	2 循環器疾患対策の充実	(1) 循環器疾患予防に関する知識の普及 (2) 循環器疾患の早期発見と重症化予防の推進 (3) メタボリックシンドロームに関する知識の普及	
	3 糖尿病対策の充実	(1) 糖尿病予防に関する知識の普及 (2) 糖尿病の早期発見と重症化予防の推進 (3) 歯周病予防の推進	
	Ⅱ 生活習慣の改善	4 望ましい栄養・食生活の実践	(1) 健康的な食生活に関する知識の普及 (2) 適正な体重の維持管理に関する啓発 (3) 健康的な食生活を実践しやすい食環境の整備
		5 身体活動・運動習慣づくり	(1) 日常的に取り組む身体活動量の増加推進 (2) 運動習慣づくりの推進
		6 アルコール対策の推進	(1) 生活習慣病のリスクを高める飲酒量の周知 (2) 未成年・妊娠中・授乳中の飲酒防止の推進
		7 たばこ対策・受動喫煙対策の推進	(1) 禁煙支援の推進 (2) 受動喫煙防止の推進 (3) 未成年・妊娠中・授乳中の喫煙防止の推進 (4) COPD に関する知識の普及
		8 歯と口腔の健康づくり	(1) 子どものむし歯予防の推進 (2) 8020 運動の推進
		Ⅲ 高齢者の健康	9 自立した生活の維持
10 健康で生きがいある生活の実現			(1) 多様な健康づくり活動と社会参加の推進
Ⅳ 心の健康		11 こころの健康と休養	(1) こころの相談支援の充実 (2) 睡眠と休養に関する知識の普及
	12 自殺総合対策の推進	(1) 自殺やうつ病に関する知識の普及 (2) 自殺予防体制の充実	
Ⅴ 健康を支える環境を整備	13 健康づくりに活かす生活環境の充実	(1) 住まいの衛生等室内環境の整備 (2) 心身の健康をつくるみどりの整備 (3) 環境と人にやさしいまちづくりの推進	
Ⅵ 食育の推進	14 食を通じた健やかで豊かな生活の実現	(1) 食を楽しむ環境づくりの推進 (2) ライフステージに応じた食育の推進 (3) 食の安全・安心に関する知識の普及啓発	

目指す区民の姿（指標）

<ul style="list-style-type: none"> ・全がん 75 歳未満のがんの年齢調整死亡率の減少 ・がん検診受診率の向上（胃がん、肺がん、大腸がん、子宮頸がん、乳がん） ・かかりつけ医を持っている人の割合の増加
<ul style="list-style-type: none"> ・高血圧の改善（収縮期血圧の平均値の低下） ・LDL コレステロール 160mg/dl 以上の者の割合の減少 ・メタボリックシンドロームの該当者および予備群の減少 ・特定健康診査の実施率の向上 ・特定保健指導の実施率の向上 ・健康診断を受診する人の割合の増加 ・かかりつけ医を持っている人の割合の増加（再掲） ・かかりつけ薬局を持っている人の割合の増加
<ul style="list-style-type: none"> ・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 ・人工透析新規導入者数の増加の抑制 ・メタボリックシンドロームの該当者および予備群の減少（再掲） ・特定健康診査の実施率の向上（再掲） ・特定保健指導の実施率の向上（再掲） ・健康診断を受診する人の割合の増加（再掲） ・かかりつけ医を持っている人の割合の増加（再掲） ・かかりつけ薬局を持っている人の割合の増加（再掲）
<ul style="list-style-type: none"> ・栄養バランスのとれた食事を心がける人の割合の増加 ・朝食を欠食する人の割合の減少 ・ふだんの食生活で塩分に気をつけている人の割合の増加 ・ふだんの食生活で野菜を食べるようにしている人の割合の増加 ・ふだんの食生活で果物を食べるようにしている人の割合の増加 ・適正体重を維持している人の増加
<ul style="list-style-type: none"> ・日常生活の中で体を動かすように心がけている人の割合の増加 ・運動習慣者（20 歳以上の 1 回 30 分以上・週 2 回以上）の割合の増加
<ul style="list-style-type: none"> ・生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人の減少 ・妊娠中の飲酒による健康への影響を知っている人の割合の増加 ・未成年者の飲酒による健康への影響を知っている人の割合の増加
<ul style="list-style-type: none"> ・COPD の認知度の向上 ・成人の喫煙率の減少 ・受動喫煙の機会を有する人の割合の低下 ・受動喫煙の経験がある人（過去 1 ヶ月間）の割合の減少 ・区民の健康を守る視点から区立施設の全面禁煙に向けて取り組む ・喫煙による健康への影響を知っている人の割合の増加 ・喫煙による妊婦への影響を知っている人の割合の増加 ・妊婦自身の喫煙や、妊娠および乳幼児の受動喫煙による健康への影響を知っている人の割合の増加 ・未成年者の喫煙による健康への悪影響を理解している人の割合の増加
<ul style="list-style-type: none"> ・要観察歯のある 1 歳 6 か月児の割合の減少 ・むし歯のない 1 歳 6 か月児の割合の増加 ・むし歯のない 3 歳児の割合の増加 ・12 歳児の一人平均むし歯数の減少 ・80 歳で 20 本以上の自分の歯を有する人の割合の増加 ・60 歳代における進行した歯周炎を有する人の割合の減少 ・40 歳代における進行した歯周炎を有する人の割合の減少 ・成人歯科健診を受診する人の割合の増加 ・成人期から歯周病を予防し、口腔環境の良好な人の割合の増加 ・かかりつけ歯科医を持っている人の割合の増加
<ul style="list-style-type: none"> ・ロコモティブシンドロームを認知している人の割合の増加 ・低栄養傾向（BMI20 以下）の高齢者の割合の増加の抑制 ・1 日 3 回食事をとっている高齢者の割合の増加 ・認知機能低下ハイリスク高齢者の割合の増加の抑制
<ul style="list-style-type: none"> ・何らかの地域活動をしている高齢者の割合の増加 ・健康づくりのために運動することを心がけている高齢者の割合の増加 ・健康づくりのために生活の中で体を動かすように心がけている高齢者の割合の増加
<ul style="list-style-type: none"> ・睡眠による休養を十分にとれていない人の減少 ・ストレスを解消できていると感じている人の割合の増加
<ul style="list-style-type: none"> ・自殺者の減少 ・ゲートキーパーの増加
<ul style="list-style-type: none"> ・住まい環境を安全で快適にするよう努めている人の割合の増加 ・身近な環境を総合的に見て良いと感じている人の割合の増加 ・安全で安心して暮らせる街であると思う人の割合の増加
<ul style="list-style-type: none"> ・食育に関心を持っている人の割合の増加 ・朝食を欠食する人の割合の減少（再掲） ・よく噛んで味わって食べるなどの食べ方に関心のある人の割合の増加 ・食品の安全性に関する基礎的な知識を持っている人の割合の増加

2 重点目標

本計画の基本理念である「健康寿命の延伸」の実現に向けて、区民が主体となった健康づくりをより一層効果的に推進するためには、重点的に取り組むべき目標を優先的・先導的に実施し、総合的に計画を推進していく必要があります。そこで、「1 計画の体系」で示した35の施策の方向のうち、区民の健康づくりを推進する上で特に重点的な対策が必要な6項目を、重点的に取り組む目標として次のように決めました。

大目標	中目標	施策の方向
Ⅰ 生活習慣病の発症予防と重症化予防	1 がん対策の充実	(1) 科学的根拠に基づくがん検診の推進
	3 糖尿病対策の充実	(2) 糖尿病の早期発見と重症化予防の推進
Ⅱ 生活習慣の改善	7 たばこ対策・受動喫煙対策の推進	(2) 受動喫煙防止の推進
Ⅲ 高齢者の健康	9 自立した生活の維持	(1) ロコモティブシンドローム対策の推進
Ⅳ こころの健康	12 自殺総合対策の推進	(2) 自殺予防体制の充実
Ⅵ 食育の推進	14 食を通じた健やかで豊かな生活の実現	(2) ライフステージに応じた食育の推進