

健やか山梨21（第3次）の概要

- ☝ 団体や企業との連携を強化し新たな手法を実施
- ☝ 社会環境の質の向上（自然に健康になれる環境づくりなど）
- ☝ ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり

年度ごとの重点目標設定
取組結果の見える化

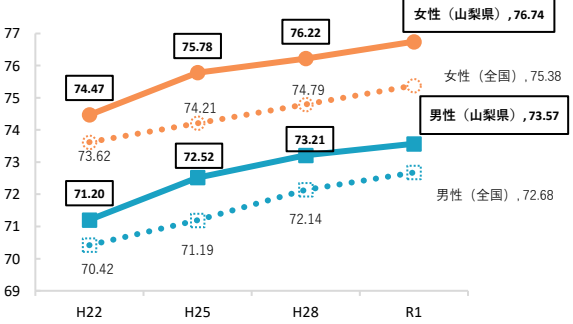
個人の生活習慣の改善及び個人を取り巻く社会環境の改善を通じ、
すべての県民の健康寿命の延伸を目指す

1. 基本的事項

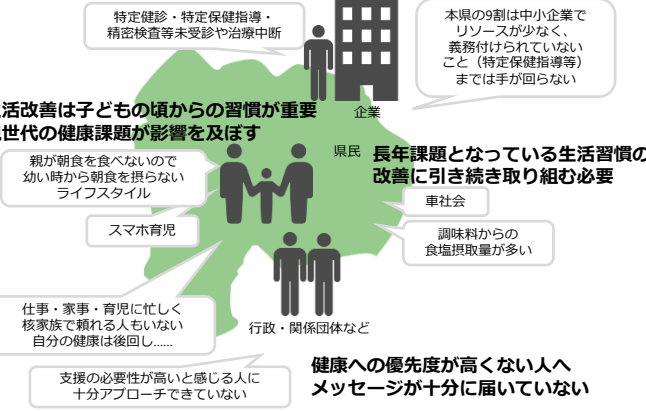
- **趣旨** 全ての県民がいいきと健やかに暮らせる社会を実現することを目的に、個人の行動と健康状態の改善に加え、個人をとりまく社会環境の質の向上を通じて、健康寿命の延伸及び健康格差の縮小を目指す
- **位置づけ** 健康増進法第8条の都道府県健康増進計画
- **計画期間** 令和6年度から令和17年度（12か年）
※概ね6年後に中間評価・計画の見直しを実施

2. 現状と課題

本県の健康寿命は全国トップクラスで推移している。



疾患の早期発見や重症化予防を一層進める必要



3. 計画の主な内容

	取組の方向性	評価指標	現状値	目標値	
健康寿命の延伸と健康格差の縮小	健康寿命が全国トップクラスである本県の強みを生かしながら、市町村・関係機関に加え 連携協定企業等との連携を強化 して取組を推進	健康寿命の延伸	男性73.57歳 女性76.74歳 (R元)	平均寿命の増加分を上回る健康寿命の増加	
	生活習慣の改善 ➢ 栄養・食生活 ➢ 身体活動・運動 ➢ 休養・睡眠 ➢ 飲酒 ➢ 喫煙 ➢ 歯・口腔の健康	食塩摂取量の平均値の減少	10.6g (R4)	8g (R17)	
		減塩メニューの普及、運動へのインセンティブ付与 ワーク・ライフ・バランスの推進、適正飲酒量の普及啓発、禁煙希望者がたばこをやめられる支援など	1日の歩数の増加 (20歳以上)	6,468歩 (R4)	7,100歩(R17)
個人の行動と健康状態の改善	生活習慣病（NCDs）の発症予防・重症化予防 ➢ がん ➢ 循環器病 ➢ 糖尿病 ➢ 慢性閉塞性肺疾患	喫煙率の減少	15.7% (R4)	13.9% (R11)	
		がん精密検査の受診勧奨、メタボリックシンドロームを減少させる特定健康診査・特定保健指導の実施、早期治療の啓発、COPDの知識普及など	収縮期血圧の平均値の減少 (40歳以上)（年齢調整値）	男性130.4mmHg 女性124.8mmHg (R2)	現状値から2.7mmHgの低下
	こころの健康の維持・向上	ストレスチェックなどセルフケアの促進や、中小企業におけるメンタルヘルス対策によるこころの健康づくり	特定保健指導実施率	24.7% (R2)	45% (R11)
社会とのつながり	社会とのつながり	気分障害・不安障害に相応する心理的苦痛を感じている者の割合の減少	9.5% (R元)	8.6% (R17)	
		就業、就労、社会参加など多様なつながりの中でその人らしく生活できるような社会環境づくり	地域の人との繋がりが強いと思う者の割合の増加	—	増加 (R17)
	自然に健康になれる環境づくり	減塩メニューの商品化、歩きたくなるまちづくり、勤務先での仕組みづくりなどにより健康への関心が高くない人も含めたゼロ次予防	やまなし健康経営優良企業数の増加	221社 (R5)	700社 (R17)
ライフコースを踏まえた健康づくり	現在の健康状態は、それまでの自らの生活習慣の影響を受け、更に次世代にも影響を与えることを認識	妊産期・乳幼児期・学童期・思春期	妊婦中の飲酒をなくす	0.8% (R3)	0% (R17)
		青年期・壮年期	授業以外でほとんど毎日、運動やスポーツを実施している児童	男子54.1% (R4) 女子34.0% (R4)	男子55.6% (R10) 女子36.0% (R10)
		高年齢期	メタボリックシンドロームの該当者及び予備軍の減少	28.5% (R2)	18.4% (R11)
		成人期	低栄養（BMI20以下）の者の割合の減少（65歳以上）	25.0% (R4)	21.0% (R11)

4. 計画の推進体制

- 健やか山梨21推進会議により進捗状況について協議するとともに、推進部会により**年度ごとの重点目標を定めた取り組みの実践**
- 計画進捗状況を毎年公表、各団体の好事例の共有
- 地域・職域保健連携推進協議会、保険者協議会等と連携しながら、働く世代へのアプローチを強化