

第1章 計画の基本的な考え方

1 策定の背景と目的

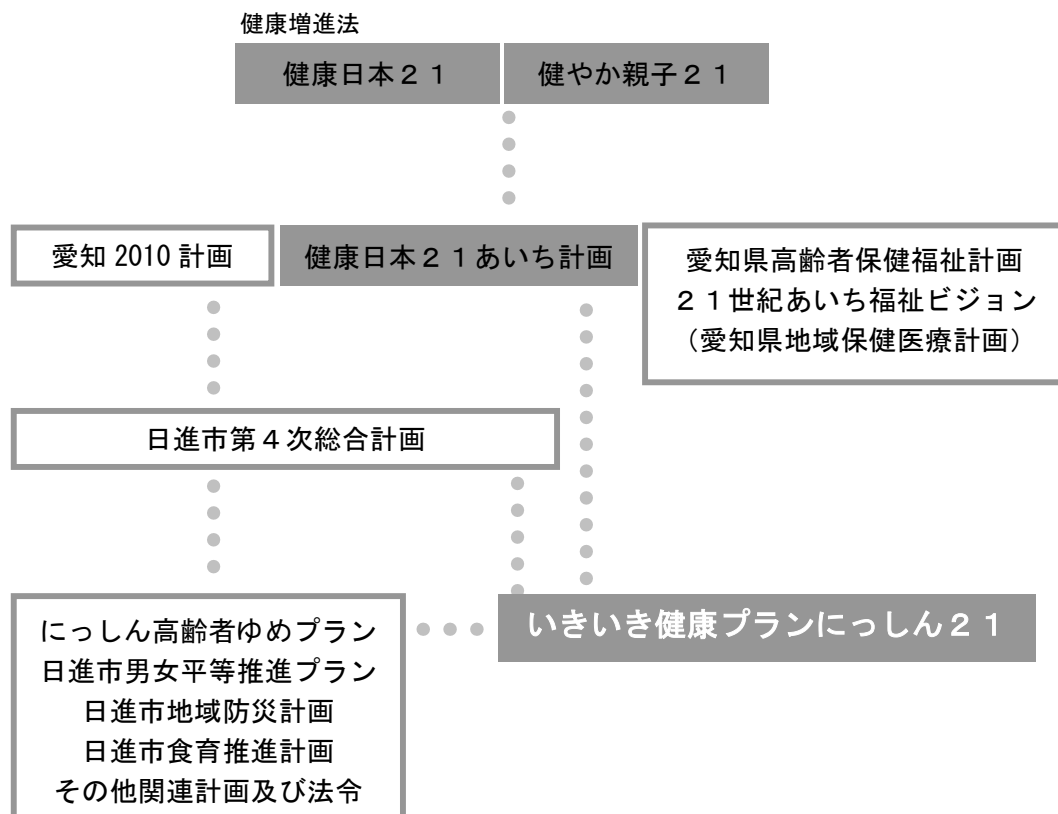
現在、わが国では、平均寿命が大幅に伸び、世界一の長寿国となりました。しかし、急速な高齢化に伴い、糖尿病、がん、心臓病、脳卒中などの生活習慣病の増加や、寝たきり、認知症等の介護を必要とする人も増加しており、深刻な社会問題となっています。

日進市においても、「健康日本21」及び「健康日本21あいち計画」の策定を踏まえ、また、関連する諸計画との整合性を図りながら、市民の健康づくりをすすめるための基本計画とすることを目的として「いきいき健康プランにしん21」を平成15年度に策定しました。その後、平成18年6月に医療制度改革関連法が成立し、生活習慣病に関する医療費を抑制するため、予防を重視した生活習慣病対策を柱の一つに掲げ、医療費適正化の推進を図ることとされました。また、平成17年4月にはメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の概念が提唱され、糖尿病や高血圧症などの生活習慣病は、内臓脂肪を減らすことで予防が可能であることが明らかになりました。また、それぞれが重複した場合は虚血性心疾患や脳血管疾患の発症リスクが高くなり、「生活の質の向上」「壮年期死亡の減少」を図るためには、生活習慣病の発症予防、重症化予防への取り組みが重視されてきました。

今回の中間見直しにあたっては、「健康日本21」及び「健康日本21あいち計画」の見直しなども踏まえ、従来の健康指標の評価を行い、今後取り組むべき課題を明確化するとともに、メタボリックシンドロームなど生活習慣病予防に対する新たな項目を加えるものとします。

2 計画の位置づけ

本計画は、国が策定した「健康日本２１」及び愛知県が策定した「健康日本２１あいち計画」を踏まえて、これを推進するための具体的な地方計画として位置づけます。また、日進市第４次総合計画を上位計画とするとともに、関連諸計画との整合性を図ります。



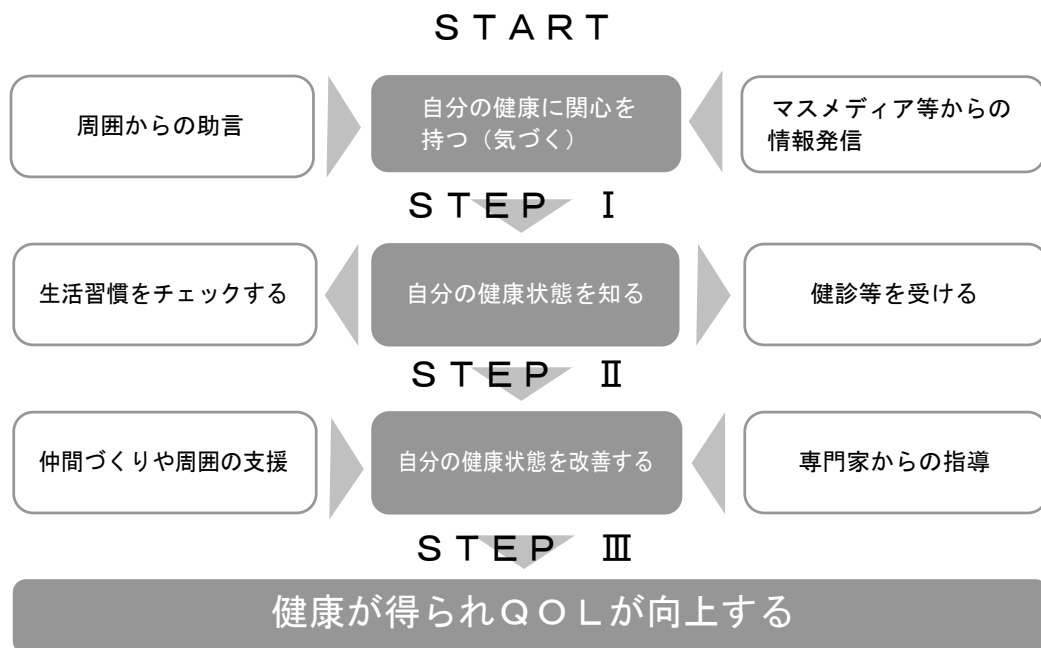
3 計画の基本理念

「いきいき健康プランにしん21」の目標は市民が健康で長生きできることにあります。その実現に向けて、生活習慣病などの疾病の原因となる生活習慣を改善し、壮年期死亡（早世）や要介護状態の減少を図ります。

「いきいき健康プランにしん21」では、市民自らが健康づくりに取り組めるような施策を積極的に提供、啓発していきます。さらに、健康づくりに関係する各種団体や関係機関（医療機関、医療保険者、教育機関、ボランティア、企業、行政）は、さまざまな形で市民の健康づくりをサポートしていきます。

個人、家族、各種団体が連携し、協力していくことで、すべての市民が健やかで心豊かに生活できる活力ある社会に向けた取り組みを展開していきます。

自ら取り組む健康づくりのプロセス



キーワード

健康づくりは、まずは自分に気づくことから始まります。

4 計画の基本方針

「いきいき健康プランにっしん21」では、健康寿命を短縮させる生活習慣病の予防（一次予防）に力を入れていきます。生活習慣病の原因となる生活習慣を、「栄養・食生活」「身体活動・運動」「休養・心の健康づくり」「たばこ」「アルコール」「歯の健康」の6分野とし、さらに「生活習慣病」を設け、糖尿病、循環器病、がんについて取り組みます。

また、子どものころからの健康的な生活習慣の形成や育児不安、思春期のころの問題などに対して、「健やか親子・母子保健」の分野を設け、さらに独自の試みとして、地震などの災害や生活の中で起こりうる不慮の事故などの問題に対して、特に「安全」の分野を設定しています。



本計画は妊産婦期から高齢期までを対象にしており、健康寿命の延伸と生活の質（QOL）の向上、親と子の健やかな成長に向けて、人生の特徴のある年代（ライフステージ）ごとに健康目標を設定しています。

ライフステージ区分	対象となる年齢
妊産婦期	—
乳幼児期	0～5歳
児童期	6～12歳
思春期	13～19歳
青年期	20～39歳
壮年期	40～64歳
高齢期	65歳以上

これらの分野及びライフステージについて、(1) 一人ひとりの生活習慣の見直しから、(2) みんなで支える健康づくり、(3) 生活習慣病予防の重視の3つの基本方針のもとにすすめていきます。

一人ひとりの生活習慣の見直しから

健康づくりは、市民一人ひとりが自分自身の健康に関心を持ち、自らの健康管理を行うことから始まります。市民一人ひとりが主体的に健康づくりに取り組めるように、行政をはじめ、関係機関は市民の健康づくりをサポートします。

みんなで支える健康づくり

個人の努力だけでは難しい健康増進もみんなで協力、連携することで進めていくことができます。一人ひとりの健康づくりの実践に加えて、家族や各種団体の支援により環境整備や地域の活力など、広く社会全体で市民の健康づくりを推進します。

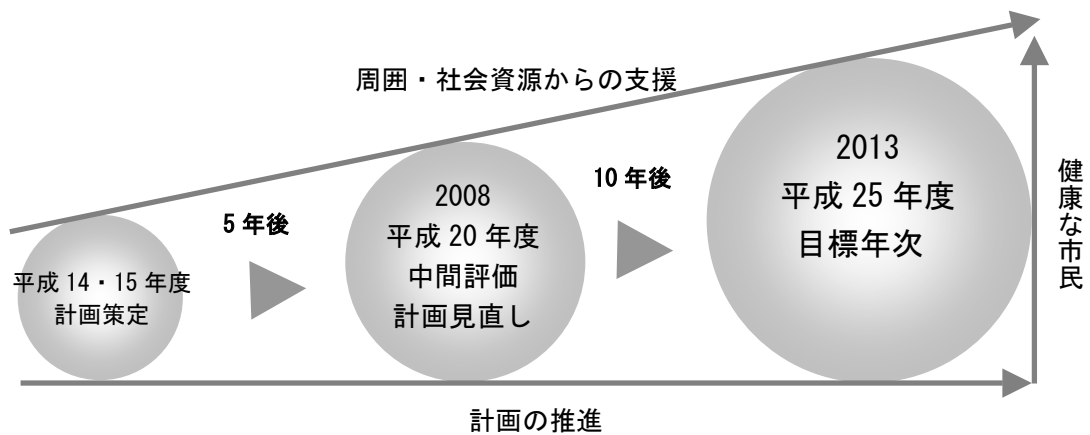
生活習慣病予防の重視

生活習慣病の予防には、人生の諸段階（ライフステージ）に応じた生活習慣を身につける必要があります。メタボリックシンドロームの概念を啓発し生活習慣の改善及び、健康増進に積極的に取り組んでいきます。

5 計画の期間

本計画は、計画期間を平成 16 年度（2004 年度）から平成 25 年度（2013 年度）までの 10 年間としています。

本年度は計画の中間年度（平成 20 年度【2008 年度】）にあたるため、中間評価と計画の見直しを行い、目標達成に向けた効果的な施策展開を図っていきます。



6 計画の体系

