

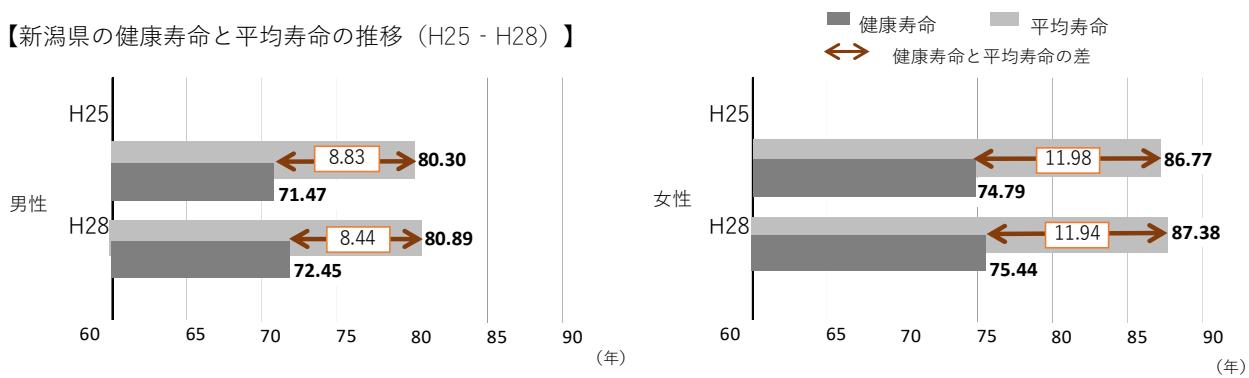
# 健康にいがた21（第3次）【概要版】

## —新潟県の状況—

### 平均寿命・健康寿命

- 健康寿命とは、「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」のことです。生活の質を高め、高齢期においても日常生活に制限なく生活を送るために、この差を縮小していくことが必要です。
- 平成30年3月公表された平成28年における本県の健康寿命は平成25年と比較して全国平均以上に延伸し、男性72.45年（全国10位）、女性75.44年（全国11位）となり、平均寿命と健康寿命の差は、男性8.44年、女性11.94年となっています。

【新潟県の健康寿命と平均寿命の推移（H25 - H28）】

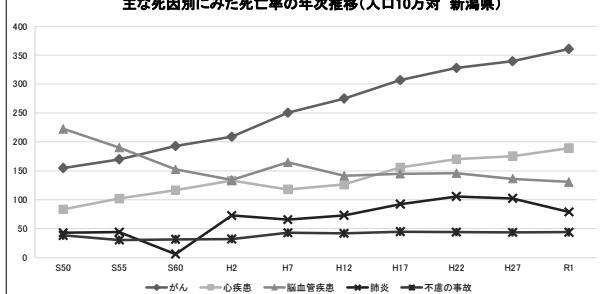


出典：平均寿命 簡易生命表、健康寿命 健康日本21(第二次)推進専門委員会資料(厚生労働省)

### 主な死因

- 主な死因の死亡率は、第1位はがん、第2位は心疾患、第3位は脳血管疾患となっています。
- がん、心疾患、脳血管疾患による死亡は、50.2%で全死因の約5割を占めています。

主な死因別にみた死亡率の年次推移（人口10万対 新潟県）

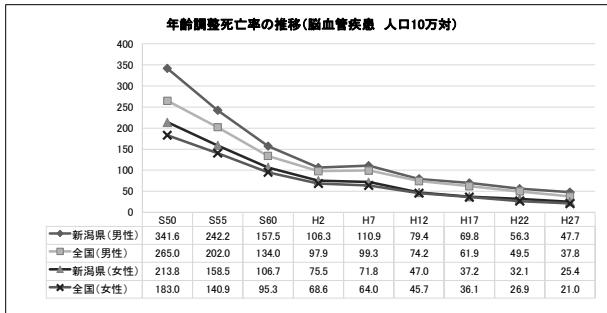


出典：人口動態統計（厚生労働省）

### 脳血管疾患の状況

- 脳血管疾患の年齢調整死亡率をみると、減少傾向にありますが、男女ともに全国より高い状況にあります。

年齢調整死亡率の推移（脳血管疾患 人口10万対）

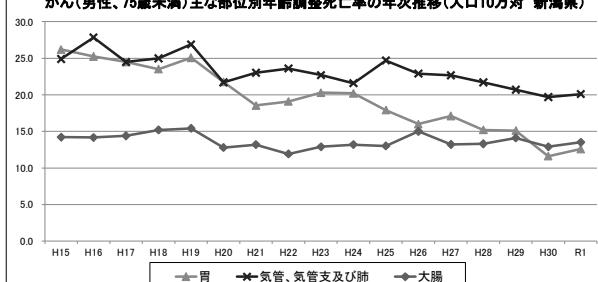


出典：都道府県別にみた死亡の状況（厚生労働省）

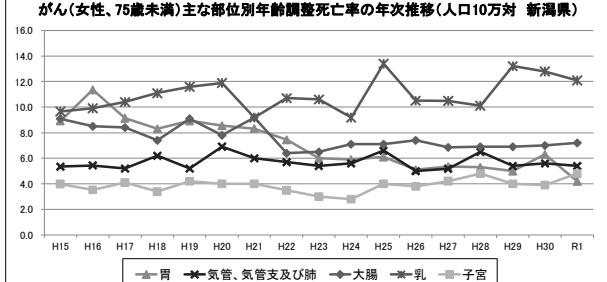
### がんの状況

- がんの年齢調整死亡率（75歳未満）をみると、男性では第1位肺がん、第2位大腸がん、第3位胃がん、女性では第1位乳がん、第2位大腸がん、第3位肺がんとなっています。
- 全国と比較すると、男性は胃がん、肺がん、大腸がんの死亡率が高いですが、女性では肺がん、大腸がん、子宮がんの死亡率が低い状況にあります。

がん（男性、75歳未満）主な部位別年齢調整死亡率の年次推移（人口10万対 新潟県）



がん（女性、75歳未満）主な部位別年齢調整死亡率の年次推移（人口10万対 新潟県）



出典：都道府県別がん死亡データ（75歳未満）（国立がん研究センター）

# 計画の基本的な考え方

## 計画の位置付け

- 健康増進法第8条第1項の規定に基づく都道府県健康増進計画として、また、上位の行政計画をはじめ、他の各種健康関連計画と整合性を有する個別計画です。
- 健康づくりの関係の総合的な計画であり、「新潟県食育推進計画」、「新潟県歯科保健医療計画」及び「新潟県がん対策推進計画」と整合性を図りながら県民の健康づくりに取り組みます。

## 計画期間

- 令和3年度から令和6年度までの計画とし、毎年度の進行管理を行うとともに、必要に応じて見直しを行います。

## 進行管理

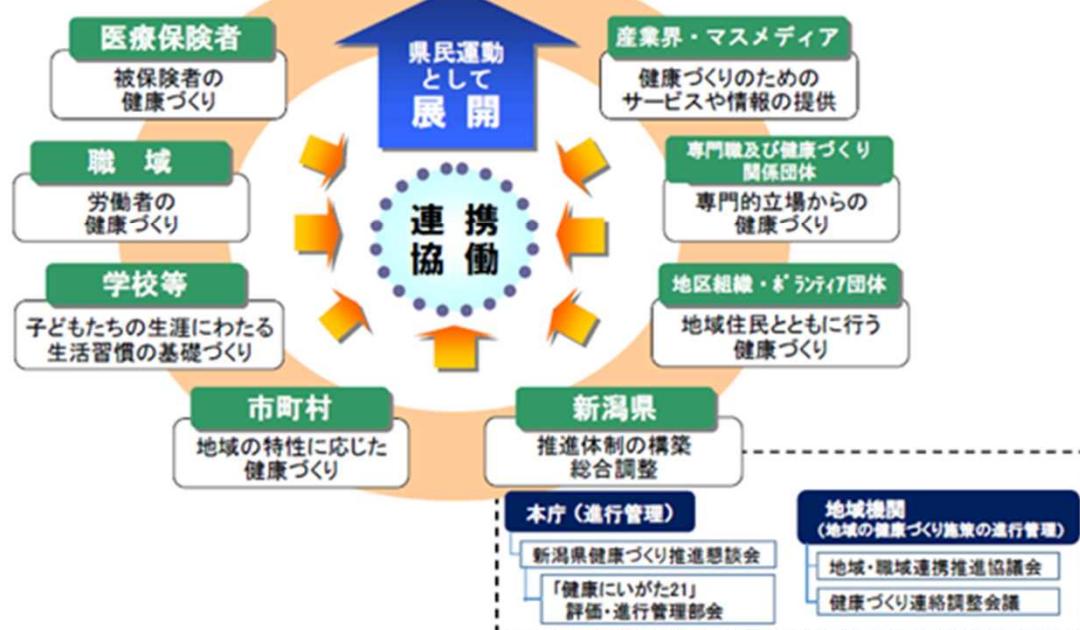
- 設定した目標（指標、取組、連携方策）の進捗状況について、毎年度、分野別協議会と連携し「健康にいがた21」評価・進行管理部会において、検証を行い、施策に反映します。
- 計画の最終年度には、目標の達成度を検証・評価し、次期健康づくり計画に反映します。  
検証・評価に当たっては、県民健康・栄養実態調査等を活用し、課題の把握や抽出を的確に行い、施策に反映します。

## 計画の推進体制

- 計画の推進に当たっては、県民はもとより行政や保健医療福祉関係者、医療保険者、教育機関やボランティア団体、自治会、マスコミ等それが期待される役割に応じて活動するとともに積極的に連携・協力して取り組むことにより計画を推進していきます。

県民の健康寿命が延伸し、すべての世代が  
生き生きと暮らせる「健康立県」の実現

## 健康づくりを推進



# 計画の基本理念・基本的な方向

## 基本理念

### 県民の健康寿命が延伸し、すべての世代が 生き生きと暮らせる「健康立県」の実現

- 県民一人一人が、健康づくりに取り組み、「すこやかで、いきがいに満ちた生活を送ることができる社会」の実現を目指す。
- 少子高齢化や疾病構造の変化が進む中で、ライフステージに応じた健康づくりを推進し、健康寿命の延伸を図る。
- 社会情勢が変化している中において、あらゆる世代のすこやかな暮らしを支える社会環境づくりに取り組み、健康格差の縮小を図る。

## 基本的な方向

### 1 一次予防の重視

望ましい生活習慣の改善（一次予防）を推進するとともに、定期的な「健（検）診」と早めの「治療」を促進し、生活習慣病の発症と重症化を予防

### 2 様々な場面や年代における健康づくりの展開

生活習慣病予防や健康づくりの取組を家庭、学校、地域、職場等の様々な場面で各世代に応じた取組を展開

### 3 健康づくりに向けた環境整備

社会全体として、個人の健康を支え、守る環境づくりを目指し、受動喫煙の防止や食環境づくり、健康経営等を推進

### 4 健康づくり県民運動の展開

「健康立県」の実現を目指し、健康づくり県民運動「ヘルスプロモーションプロジェクト」を関連団体等と連携して推進

※新型コロナウィルス感染症の感染状況に留意し、「新しい生活様式」等を踏まえた健康づくりの推進や情報発信等を行っていきます。また、進行管理・評価についても、新型コロナウィルスの影響等に十分留意して進めていきます。

## 「健康立県」とは

すべての世代が生き生きと暮らせるよう、新潟県は全国トップクラスの健康寿命の実現を目指しています。

そのためには、県民一人一人が自らの健康状態に关心を持ち、健康づくりに取り組みやすい環境を整備することが重要です。

全国トップクラスの健康寿命を実現するため、関係機関が連携した健康づくり県民運動「ヘルスプロモーションプロジェクト」を展開し、県民の健康づくりに対する機運の醸成を図っています。

はじめよう、

けんこう

time

健康づくり県民運動 スローガン



ロゴマーク

## 分野別対策の推進

基本理念である「健康立県」の実現に向け、次の6つの分野別対策を進めていきます。

分野	主な施策の展開	主な指標
<b>栄養・食生活</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○栄養バランスのよい食事の推進</li> <li>○スーパー・マーケット等と協働した健康づくりに取り組みやすい環境づくりの推進</li> <li>○関係団体等と連携した各世代に応じた食生活改善に関する啓発</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をとる人の割合</li> <li>○肥満者・やせの人の割合</li> <li>○けんこうtime推進店登録数</li> </ul>
<b>身体活動・運動</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○日常生活の中で意識的に体を動かすなど身体活動量を増やす取組の促進</li> <li>○事業所等で従業員が運動に取り組める環境づくりの推進</li> <li>○「新しい生活様式」をとりいた運動の推進</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○日常生活の中で意識して身体を動かす人の割合</li> <li>○1日当たりの平均歩数</li> <li>○運動の取組を行うにいた健康経営推進企業の数</li> </ul>
<b>飲酒・喫煙</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○特に未成年者や妊産婦に対する、飲酒による健康被害に関する啓発</li> <li>○禁煙支援の推進</li> <li>○望まない受動喫煙の防止に向けた、社会環境の改善促進</li> <li>○未成年者喫煙防止の推進</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人の割合</li> <li>○成人の喫煙率</li> <li>○未成年者の喫煙経験者の割合(高校2年生)</li> <li>○受動喫煙の機会を有する人の割合</li> </ul>
<b>こころの健康・休養</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○うつ病や自殺等、こころの病気に関する啓発</li> <li>○社会生活において孤立することがないよう、孤立してする人の把握や支援</li> <li>○県民運動としての自殺予防対策の推進</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○うつ病は誰でもなる可能性のある病気であるという認識のある人の割合</li> <li>○自殺者数</li> <li>○ストレスチェックに取り組む事業所の割合</li> </ul>
<b>歯・口腔の健康</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○フッ化物利用を中心としたむし歯予防対策の推進</li> <li>○企業等における歯科保健の取組促進</li> <li>○通いの場等を活用したオーラルフレイル予防の促進</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○むし歯のない12歳児の割合</li> <li>○80歳で20本以上自分の歯を有する人の割合</li> <li>○過去1年間に歯科健診を受診した人の割合</li> </ul>
<b>生活習慣病・加齢疾患等の発症予防・重症化予防</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○一次予防を重視した良好な生活習慣の推進</li> <li>○健康づくり関係団体や地域等による県民運動を通じた発症予防・重症化予防の啓発</li> <li>○高齢者が良好な生活習慣を実践するための取組の推進</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○がん検診の受診率</li> <li>○メタボリックシンドローム該当者及び予備群の推定数</li> <li>○低栄養傾向の高齢者の推定数、割合</li> </ul>