

第3章 計画の基本的な方向

健康にいがた21（第3次）の基本的な方向

健康日本21（第2次）との整合やこれまでの経緯、本県の健康課題を踏まえ、健康にいがた21（第3次）の基本理念の達成に向けた計画の基本的な方向を（1）一次予防の重視、（2）様々な場面や年代における健康づくりの展開、（3）健康づくりに向けた環境整備、（4）健康づくり県民運動の展開として、健康寿命の延伸と健康格差の縮小を実現します。なお、本計画における取組については、新型コロナウイ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、新型コロナウイルスの影響等に十分留意して進めていきます。

○評価指標項目：健康寿命の延伸（日常生活に制限のない期間の平均の延伸）

	現状値 (平成28年)	目標 (令和6年)	出典
男性	72.45年	健康寿命の伸びが平均寿命の伸びを上回る	厚生労働省調べ
女性	75.44年		

※ 最新の数値は令和3年中に公表予定

～健康寿命とは～

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」と定義されています。

「日常生活に制限のない期間の平均」は、3年毎に実施される国民生活基礎調査の健康票における質問から、サリバン法により算出しており、「健康日本21（第2次）」において、都道府県別の健康寿命の現状値（平成22年）が示されました。

平成28年における本県の健康寿命は、男性72.45年（全国10位）、女性75.44年（全国11位）となっており、平成25年と比べて健康寿命及び全国順位ともに伸びています。

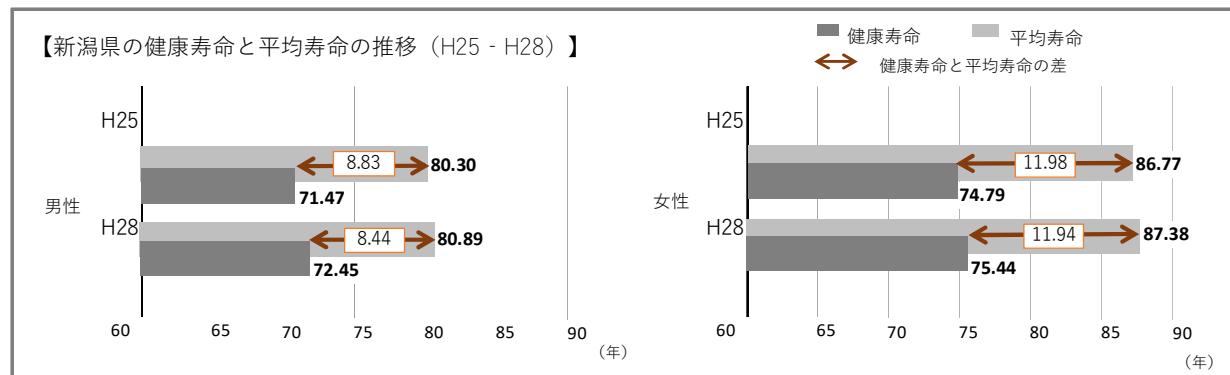
「日常生活に制限のない期間の平均」平成25・28年の全国と都道府県の推定値

都道府県	男性			女性		
	H25	H28	H28-H25		H25	H28
全国	71.19	72.14	0.95	74.21	74.79	0.58
1 山梨	72.52	73.21	0.69	74.65	76.32	1.67
2 埼玉	71.39	73.10	1.71	75.13	76.30	1.17
3 愛知	71.65	73.06	1.41	75.78	76.22	0.44
4 岐阜	71.44	72.89	1.45	74.76	75.77	1.01
5 石川	72.02	72.67	0.65	73.80	75.74	1.94
10 新潟	71.47	72.45	0.98	74.79	75.44	0.65

参照：厚生労働科学研究費補助金「健康寿命及び地域格差の要因分析と健康増進対策の効果検証に関する研究（平成28～30年度）」

○平均寿命・健康寿命

		平均寿命			健康寿命			平均寿命と健康寿命の差		
		H25年	H28年		H25年	H28年		H25年	H28年	
男性	全国	80.21年	80.98年	(+0.77)	71.19年	72.14年	(+0.95)	9.02年	8.84年	(-0.18)
	新潟県	80.30年	80.89年	(+0.59)	71.47年 (17位)	72.45年 (10位)	(+0.98)	8.83年	8.44年	(-0.39)
女性	全国	86.61年	87.14年	(+0.53)	74.21年	74.79年	(+0.58)	12.40年	12.35年	(-0.05)
	新潟県	86.77年	87.38年	(+0.61)	74.79年 (13位)	75.44年 (11位)	(+0.65)	11.98年	11.94年	(-0.04)



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）

（1）一次予防の重視

好ましくない生活習慣により、糖尿病、高血圧症、脂質異常症、脳血管疾患、心疾患、がん等の生活習慣病が引き起こされます。

また、生活習慣病は、その疾患のみならず、寝たきりや認知症等の要介護状態を招くことになります。

生活習慣病の予防には、食事、身体活動・運動、休養、禁煙等、健康増進に寄与すると考えられる生活習慣をはじめとした一次予防に関する取組の継続が必要です。

本県では、望ましい生活習慣の実践や、定期的な「健（検）診」、早めの「治療」を推進し、市町村、保険者、各種関係団体と連携し、生活習慣病の発症予防と重症化予防に取り組みます。

（2）様々な場面や年代における健康づくりの展開

「健康寿命の延伸」及び「健康格差の縮小」は、生活習慣の改善や社会環境の整備によって実現されます。

そのため、生活習慣病対策の総合的な推進を目指し、県全体で生活習慣病予防や健康づくりの取組を進めていくことが必要であり、家庭、学校、地域、職場等の様々な場面で各世代に応じた健康づくりの取組を展開していきます。

また、健康寿命の延伸及び健康格差縮小のため、その促進や阻害の因子等についても、今後市町村間や保険者間で比較する必要があります。

(3) 健康づくりに向けた環境整備

健康は、家庭、学校、地域、職場等の社会環境の影響を受けることから、社会全体として、個人の健康を支え、守る環境づくりに努めていくことが重要です。

県では、受動喫煙の防止を推進するための取組やスーパー・マーケット等と連携した食環境づくり、1日のうち多くの時間を過ごす企業等の健康経営の取組を支援するなど、県民の健康づくりを支える環境づくりを推進します。

(4) 健康づくり県民運動の展開

県民の健康寿命を延伸させ、すべての世代が生き生きと暮らせる「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」を推進します。

そのため、市町村をはじめ、職域や健康づくり関係団体等と連携し、県民の一人一人が生涯にわたって自らの健康状態に关心を持ち、健康づくりに取り組める環境づくりを行い、県民の健康寿命の延伸を図ります。

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」

【目標】

すべての世代が生き生きと暮らせる「健康立県」の実現

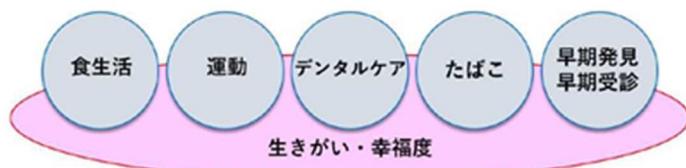
【コンセプト】

「にいがた けんこう time」

自分の健康と向き合う時間・幸せを振り返る時間をつくり、「自分だけの時間を大事にしよう」という呼びかけを行うことで、県民が健康に関する意識や行動を変えていくことを目指します。

【テーマ】

「生きがい・幸福度」を軸とし、テーマ別に健康づくりを展開



【スローガン】

はじめよう、
けんこう
time

○健康について考える
きっかけとなるよう
に考案

【ロゴマーク】



○新潟県のカタチを
モチーフに笑顔が
県内に広がること
を表現