

第3次みやぎ21健康プラン【概要版】

新・宮城の将来ビジョン
基本方向3

誰もが安心していきいきと暮らせる
地域社会づくり

第3次みやぎ21健康プラン
基本理念

県民一人ひとりが生きがいを持ち、
充実した人生を健やかに安心して暮らせる健康みやぎの実現

第1章 計画の策定

みやぎ21健康プランの策定の趣旨と経過

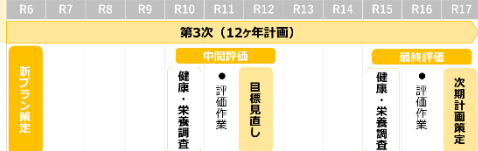
- 「みやぎ21健康プラン」は、総合的な健康づくりの指針として策定
- 第1次プラン(H14～H24)、第2次プラン(H25～R5)の経過を踏まえ、第3次プランを策定

計画の位置付け

- 健康増進法第8条に規定する都道府県健康増進計画
- 関連する各種個別計画と連携を図りながら健康づくりを推進

計画の期間と進行管理

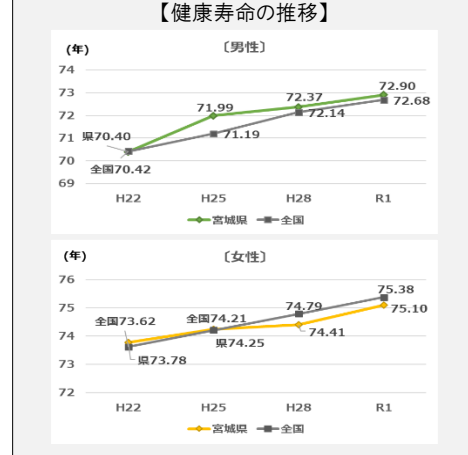
- 令和6年度から令和17年度までの12年間
- 中間評価及び最終評価のため、令和10年と令和15年に県民健康・栄養調査を実施



第2章 県民の健康と生活習慣の状況

健康寿命

- 本県の健康寿命(R1)は男性72.9年、女性75.1年
- 男女とも伸びている

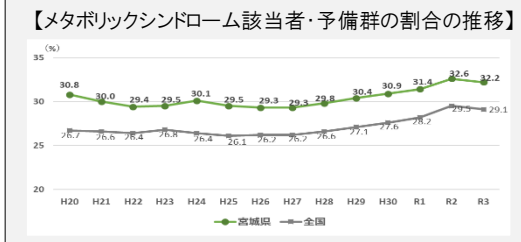


死亡の状況

- 本県の死因別死亡割合(R4)は、悪性新生物(がん)25.7%、心疾患15.0%、老衰12.5%、脳血管疾患8.6%の順に高い
- 特に脳血管疾患による死亡割合、年齢調整死亡率は、全国値と比べて高い

メタボリックシンドロームの状況

- 本県のメタボリックシンドローム該当者及び予備群の割合(R4)は32.2%で、全国で2番目に高く、全国ワースト下位を推移



生活習慣等の状況

- 子どもも大人も肥満者の割合が全国より高く、また、増加傾向
- 食塩摂取量(R4)は、男11.2g、女性9.7g
- 歩数(R4)は、男性6,258歩、女性5,867歩
- 喫煙率(R4)、男性31.1%、女性7.2%

第3章 第3次みやぎ21健康プランの基本構成

1.基本理念

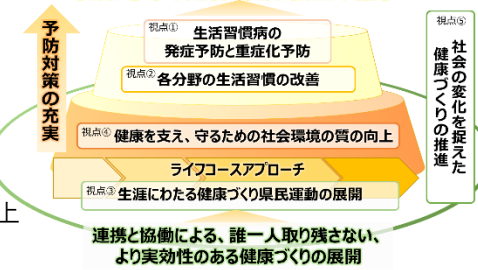
2.基本方針

4.取組分野

3.計画の視点

- 視点① 生活習慣病の発症予防と重症化予防
- 視点② 栄養・食生活、身体活動・運動、休養・睡眠、飲酒、喫煙、歯と口腔の健康に関する生活習慣の改善
- 視点③ 生涯にわたる健康づくり県民運動の展開
- 視点④ 健康を支え、守るための社会環境の質の向上
- 視点⑤ 社会の変化を捉えた健康づくりの推進

【基本方針と計画の視点のイメージ】
健康寿命の延伸・健康格差の縮小



第4章 基本方針及び取組分野の課題と施策

1.基本方針

健康寿命の延伸

健康格差の縮小

予防対策の充実

連携と協働による、誰一人取り残さない、より実効性のある健康づくりの展開

2.取組分野

2-1.健康水準の向上

生活習慣の改善

生活習慣病の発症予防と重症化予防

【栄養・食生活(アルコールを含む)】

- 健康的で持続可能な食環境づくりの推進
- 栄養・食生活に関する正しい情報の共有
- 効果的な栄養・食生活の実態把握の実施と情報共有に関わる人材育成
- 食を通じた地域・社会とのつながりの促進

【身体活動・運動】

- 身体活動や歩数増加の機会の増加
- 歩きやすい・歩きたくなるまちづくり
- PHR(パーソナルヘルスレコード)の活用促進
- 身体活動・運動に関する情報発信

【たばこ】

- 多様な主体による喫煙の健康影響に関する普及啓発
- 望まない受動喫煙が生じない環境づくり
- 禁煙支援に係る情報発信

【休養・睡眠】

- 職域保健との連携による健康的な職場環境づくり
- 心身の健康づくりを支えるネットワークの醸成
- 休養や睡眠に関する情報発信

【歯と口腔の健康】

- 乳幼児期及び少年期の歯科口腔保健対策の重点化
- 歯周病予防対策の強化
- 要介護者、障害児・者への歯科口腔保健対策の充実
- 施策の展開による連携づくりの推進

【がん】

- がんの予防と早期発見に関する普及啓発
- がん検診の推進
- がん検診の精度管理

【循環器疾患】

- メタボ予防・改善のための生活習慣が実践しやすい環境づくり
- 特定健診受診率向上と特定保健指導実施率向上の取組の強化
- データ分析による、より実効性のある取組の展開
- 循環器疾患に関する情報発信・相談支援

【糖尿病】

- 肥満やメタボリックシンドロームを予防する普及啓発の充実
- 重症化予防のための地域保健と地域医療の連携体制の構築支援
- 糖尿病の重症化予防や管理に関する普及啓発

【COPD】

- 喫煙によるCOPDの健康影響等に関する知識の普及
- 健診等における早期発見の取組
- 禁煙支援に係る情報発信

2-2.ライフコースアプローチ

子ども

- 健康な体づくりと基本的な生活習慣の定着のための取組の推進
- 運動習慣の定着のための取組の推進
- 肥満の改善のための取組の推進

高齢者

- 地域における社会参加しやすい環境づくり
- 心身の健康づくりを支えるネットワークの醸成
- フレイル予防

女性

- 健康を支えるための性差を踏まえた環境づくり
- 生涯にわたり誰もが健康で過ごせるための情報発信

第5章 計画の推進体制

連携と協働による推進

- 行政機関(市町村・国)、医療保険者、保育・教育機関、大学、職域、関係機関・団体、民間事業者、地域団体などと、総合的な健康づくりの推進体制を構築し、自然に健康になれる社会環境づくりを推進
- スマートみやぎ健民会議の拡大と活動の活性化

プランの進行管理体制

みやぎ21健康プラン推進協議会及びみやぎ21健康プラン有識者ワーキングにより、PDCAによる施策展開

