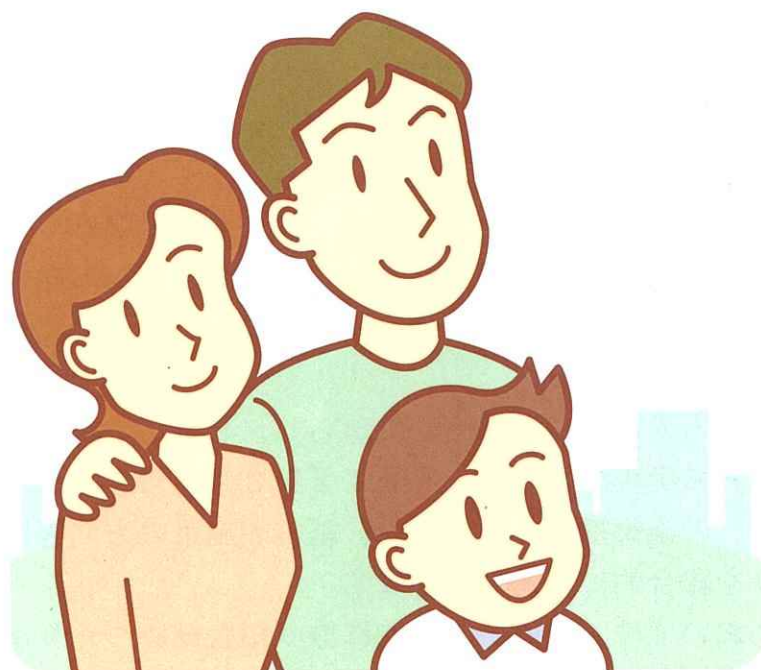


1 策定の背景・策定の趣旨



策定の背景・趣旨

1 策定の背景

(1) 個人が主体的に取り組む健康づくりへ

個人の健康観は人それぞれに異なりますが、健康でありたいという願いはすべての人に共通のものであります。また、健康は一人ひとりの生活に直接結びついているだけでなく、社会全体の幸福を実現するためにも欠かせないものです。(注1 【「健康」の考え方】)

近年のわが国では、長寿の実現の一方で、生活環境の変化等により、食生活や生活習慣の乱れ、運動不足やストレスからくる健康への悪影響が指摘されています。現実には生活習慣病は死因の6割を占めるまでになり、また、生活習慣病を原因として痴呆や寝たきりなどの要介護状態になってしまう人々が増加し、深刻な社会問題となっています。少子・高齢化の進展により、疾病の治療やこれらを支える人々の負担の増大も予想されます。(注2 【生活習慣病】)

また、世界一の長寿を実現した現在、一人ひとりが多様な価値観、ライフスタイルを持つ成熟社会を迎え、各人がそれぞれ健康を基盤とした生活の質の向上を目指すようになっていきます。

今後の少子・高齢社会において、県民一人ひとりが明るく充実した生活を送るとともに、社会の活力や豊かさを保ち、生活の一層の向上を図っていくためには、健康の維持・増進を社会全体の目標とし、その実現に取り組んでいく必要があります。

本県では県民一人ひとりが健やかに暮らし、心豊かに長寿をまっとうできる「健康ちば」の実現のために、平成12年3月に策定された「千葉県健康長期ビジョン」の施策推進の基本方針、基本的施策の方向等に基づき、県民の健康づくりを総合的に推進しています。

一方、国においては、国民が主体的に取り組む健康づくり運動を総合的に推進するため、平成12年3月に「21世紀における国民健康づくり運動(健康日本21)」を策定し、新たな健康づくりへの取り組みを始めました。

また、平成12年11月には「健康日本21」の一翼を担うものとして、母子保健の2010年までの国民運動計画(健やか親子21)が提言されました。

(2) 女性の特性を踏まえた健康づくりと医療

妊娠、出産という機能を持った女性が、生まれたときから思春期、出産可能期、更年期そして閉経後の高齢期まで、生涯にわたって心と体の健康を

享受する権利（リプロダクティブ・ヘルス/ライツ）という概念が、女性の人権の一つとして世界的に認識されるにいたっています。

わが国でもこの権利を採択承認し、平成8年に策定した「男女共同参画2000年プラン」の中の重点目標として「生涯を通じた女性の健康支援」を取り上げましたが、残念ながら生涯を通じた女性の健康をきちんと保証するシステムが政策的に確立されているとは言えない状況です。

また、21世紀の医療が目覚しい進歩を遂げたにもかかわらず、日本では女性の特性に配慮されずに服薬量や治療方法などが適用されるなど、医療における性差についての認識と対応が不十分と考えられます。

そのため、これらの課題について総合的かつ重点的な取り組みが求められています。

このような状況の中で、男性と女性、子どもと高齢者など、それぞれの特性に焦点をあてながら、県民にわかりやすい目標を提示し、個人の健康づくりを強力に支援するなど、疾病予防を中心とする県民健康づくり運動を総合的かつ効果的に推進していくこととしました。（注3 【疾病予防】）

注1 【「健康」の考え方】

身体的、精神的そして社会的に完全に良好な状態であることを健康の理想としつつも、加齢による体の衰えや障害を完全に防止できない現状の中で、たとえ疾病や障害などのハンディキャップ及び加齢による衰えなどがあっても、自己の心身を健やかに保つように努力し、毎日の暮らしを意欲に満ちて送っていることが健康であると考えます。

また、健康の確保のためには、県民一人ひとりが各々の状況に沿った自分自身の健康観を確立して主体的に取り組むことが最も重要であるとともに、またそれを支援する社会制度等の整備・充実や健康を支える基盤である環境の改善への一層の取り組みが必要です。（「千葉県健康長期ビジョン」）

注2 【生活習慣病】

これまで「加齢」という要素に着目して用いられてきた「成人病」を生活習慣という要素に着目してとらえ直し、再定義された概念です。公衆衛生審議会の意見具申（平成8年12月）では、「食習慣、運動習慣、休養、喫煙、飲酒等の生活習慣が、その発症・進行に関与する疾患群」と定義されています。

「生活習慣病」の範囲については、次に示すような生活習慣との関連が明らかとされている疾病も含まれます。

食 習 慣：インスリン非依存性糖尿病、肥満、高脂血症、高尿酸血症、循環器病、大腸がん、
歯周病等

運動習慣：インスリン非依存性糖尿病、肥満、高脂血症、高血圧症等

喫 煙：肺扁平上皮がん、循環器病、慢性気管支炎、肺気腫、歯周病等

飲 酒：アルコール性肝疾患等

注3 【疾病予防】

○「一次予防」

疾病の発生そのものを予防することを指します。適正な食事や運動不足の解消、禁煙や節酒、そしてストレスコントロールといった健康的な生活習慣づくりの取り組み（健康教室、保健指導等）や、予防接種や環境改善、外傷の防止などの特殊予防のことを言います。

○「二次予防」

疾病の早期発見と早期治療によって疾病が進行しないうちに治してしまうことを指します。老人保健事業による基本健康診査、各種がん検診及び人間ドック等の検診事業による疾病の二次予防対策が行われています。乳がんの自己検診、早期の医療機関受診も二次予防に該当します。

○「三次予防」

適切な治療による疾病や障害の進行防止を指します。リハビリテーションも三次予防に含まれます。

2 千葉県が目指す健康づくりの方向

(1) 基本理念

健康づくりは一人ひとりの取り組みが基本であり、県民が自分自身の問題として自分の健康状態を正しく知ることから始まります。そして、何よりも自分の健康については自分が主役なのだという認識を持つことが大事です。

それとともに個人を取り巻く家庭、地域、学校、職場などが様々な働きかけを行うとともに、保健サービスの充実、健康情報の提供、健康を支える環境の保全など、社会全体で個人の健康の実現を支援することも大切です。

そこで、保健サービスについては、集団を対象とした指導や相談のみに依存するのではなく、県民一人ひとりに対しきめ細かな対応ができるような工夫をしてまいります。

例えば、生活習慣病や寝たきり予防のため、個別栄養指導や個別運動指導などにより、その人に合った健康づくりメニューを呈示するとともに、疾病や服薬の経過、運動、食事、睡眠の変化を記録することにより自己管理ができる健康手帳の配布を行うほか、保健医療従事者の育成を進めるなど、個人の健康づくりを支援する体制を整備してまいります。

また、生涯を通じた女性の健康づくりを推進するため、計画に母子保健や子育てなどの課題を取り込むとともに、Gender-specific Medicineの視点から女性の健康と医療に関する施策を徹底的に見直すなど、全国に先駆けて先導的に取り組んでまいります。

さらに、健康の確保のためには心身の障害を負っても十分に機能を回復・維持でき、生き生きとした生活が送れるようにリハビリテーションを進めることが必要なため、地域におけるリハビリテーションの支援体制を整備していきます。

(2) 基本目標

この「健康ちば21」では、県民一人ひとりが健やかに暮らし、心豊かに長寿を全うできる「健康ちば」を目指し、健康は守るものという従来の発想を転換し、「健康はつくるもの」という視点に立って積極的な一次予防を推進します。

そして、県民の健康の現状と課題について、県民の健康に関するアンケート調査結果や疾病ごとに達成可能な死亡数（削減目標数）の検討を行うなど独自の分析を加えた結果、次の3項目を基本目標として健康づくりを進めることとします。

- ① 平均寿命の延伸
- ② 健康寿命の延伸
- ③ 生活の質の向上

(3) 基本方針

① 11分野の目標値

健康ちば21では、主に毎日の生活習慣等の改善に注目して、次の11の分野について性による身体特性の差、年代別、地域別など様々な視点に基づき、具体的な根拠（evidence）から科学的かつ実践的な数値目標を定め、健康づくりを進めていきます。

- | | |
|--------------|-----------|
| 1 栄養・食生活 | 2 身体活動・運動 |
| 3 休養・心の健康づくり | 4 たばこ |
| 5 アルコール | 6 歯の健康 |
| 7 糖尿病 | 8 循環器病 |
| 9 がん | 10 母子保健 |
| 11 環境 | |

② ライフステージに応じた健康づくり

健康づくりは生涯を通じて行うことが重要ですが、人生の各ライフステージ（年代）ごとに健康問題や課題が異なっています。

そこで、各ライフステージに合わせた健康づくりの課題やポイントを提示し、各年代により異なる健康課題に応じた健康づくりを進めます。

3 計画の位置付け

- (1) 千葉県民の健康づくりに関する基本的な指針です。
- (2) 千葉県の健康分野の総合的ビジョンである「千葉県健康長期ビジョン」の実施計画となるものです。
- (3) 国の健康日本21の地方計画の性格をもつものです。

4 健康ちば21の期間

平成13年度（2001年度）から平成22年度（2010年度）までの10年間とします。

また、計画の評価と見直しを中間年に当たる平成17年度（2005年度）に行います。

