

第2章
3 施策領域

健康

あるべき姿(概ね30年後)

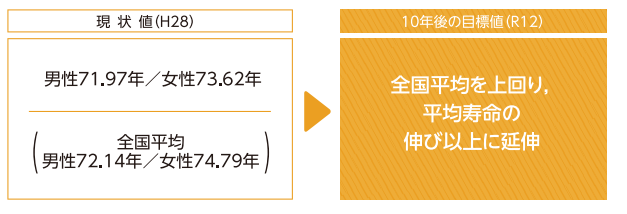
- 県民一人一人が、生活習慣を改善し、必要な健診(検診)や治療を受ける行動を身に付け、生涯にわたり健康で高いQOL(Quality of Life)を実感しています。

目指す姿(10年後)

- 人生100年時代を迎える中、県民一人一人が、それぞれのライフステージに応じて、心身ともに健康で活躍しています。
- そのため、若い時期から生涯を通じた健康の大切さとリスクを意識し、デジタル技術やデータも活用しながら、運動や食事等の生活習慣の改善など、健康を維持する行動が身に付いています。
- 特定健康診査やがん検診の確実な受診行動を取るなど、個々人の健康医療データを活用しながら、適切なタイミングで適切な治療を受ける行動が身に付いています。
- 高齢になっても健康で、一人一人がこれまで培った経験・能力を生かすことができる機会が拡大し、就労や地域貢献など生きがいを持って社会で活躍しています。

指標

健康寿命の延伸



目指す姿の実現に当たって考慮すべき課題

- 生涯にわたって、健康を維持していくためには、若い時期からの健康管理が重要ですが、特に運動に関しては、10代、20代とは異なり、30代、40代で継続して運動している人の割合が20%前後まで下がるなど、他の年代と比べても低く、また一度、運動習慣がなくなった場合には、特定保健指導において、適切な運動量に改善することが困難であったり、時間がかかる傾向にあると言われています。
- 近年、従業員の健康を重視した健康経営への取組が進みつつありますが、県内従業員の約8割を占める中小企業では、がん検診をはじめとし、十分な取組が展開されている状況ではありません。
- 本県の特定健康診査実施率は、48.3%(平成29年度)で全国36位と低位となっています。また、がん検診受診率は、胃41.3%、肺45.9%、大腸41.0%、子宮43.6%、乳43.9%(令和元年)と全ての部位で全国平均を下回っており、早期発見、早期治療の重要性に対する理解が、十分に浸透していません。
- 高齢者の半数以上が、就労や地域活動への参加の意欲を持っており、さらに運動能力など身体的な年齢が5歳以上若返る中で、高齢者は「支えられる人」「定年後の暮らし方」など、これまでの65歳を境にした画一的な様々な制度や社会通念上の捉え方が根付いており、労働力不足が指摘される中においても、元気な高齢者が活躍できる環境が整わず、十分に活躍できていない現状があります。
- 本県の健康寿命は全国的に低位となっており、高齢者を「余生」として過ごす従前の考え方では、社会貢献等により生きがいを得られず、日常生活における健康状態の維持が図られなくなるなど、医療や介護を必要とする高齢者が更に増加することが見込まれ、医療費・介護費の膨張によって、制度の持続可能性が損なわれる恐れがあります。

目指す姿の実現に向けた取組の方向

- 1 ライフステージに応じた県民の健康づくりの推進**
県内市町と連携しながら、デジタル技術や健康データも活用した健康づくりを推進し、若い時期から運動、食事等の適切な生活習慣の定着に取り組みます。
- 2 県内企業と連携した「からだどころ」の健康づくりの推進**
従業員の健康を重要な経営資源として捉えて、「健康経営」を実践する企業を拡大させるなど、ライフステージに応じた「からだどころ」の健康づくりに取り組みます。
- 3 がんなどの疾病の早期発見・早期治療の推進**
保険者や企業等と連携して、健診(検診)を受診しやすい環境づくりを進め、診療報酬明細書や検診データ等を活用して、がんなどの疾病の早期発見・早期治療に取り組むとともに、未病のうちから生活習慣を改善し、健康な状態を維持できる仕組みづくりに取り組みます。
- 4 高齢者が生きがいをもって活躍できる生涯現役社会づくりの推進**
高齢者が、自分の経験・能力を生かすことができる就労や地域貢献の掘り起こしとマッチングや地域活動へのつながりができる仕組みなどを推進し、誇りをもって活躍する高齢者を後押しする取組を進めます。
- 5 「運動・食・集い」を軸とした介護予防の推進**
住民運営の「通いの場」などで、運動機能や筋力の維持・向上に加え、低栄養の予防や口腔ケアなど、フレイル(虚弱)対策を通じた介護予防に向けた総合的な取組を進めるとともに、地域に密着し、お互いの顔の見えるこうした場を通じて、閉じこもりなどの孤立の防止も推進します。

用語解説 人生100年時代…海外の研究によると、日本では2007年生まれの2人に1人が100歳を超えて生きる「人生100年時代」を迎えると予測したことから由来している。高齢者から若者まで、全ての国民に活躍の場があり、全ての人が元気に活躍し続けられる社会、安心して暮らすことのできる社会をつくることが重要な課題となっている。
特定健康診査…40~74歳の人を対象として、平成20(2008)年4月から、国民健康保険や健康保険組合などの医療保険者に義務付けられたメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目した生活習慣病予防のための健康診査。

健康経営…従業員の健康保持・増進の取組が、将来的に収益性を高める投資であるとの考え方の下、健康管理を経営的視点から考え、戦略的に実践すること。未病・自覚症状はないが検査では異常がある状態や、検査を受けても異常が見つからず病気が診断されないが、健康ともいえない状態。
通いの場…地域づくりと効果的・効率的な介護予防の取組を推進するために、住民が主体となって週1回以上、体操等の活動を行う場。
フレイル…Frailty(虚弱)の日本語訳。健康な状態と要介護状態の中間に位置し、身体的機能や認知機能の低下が見られる状態。