



市民の健康づくり計画

# 健康横浜21

- 増補 -

平成22年(2010年)10月  
横浜市

## 目 次

1 「健康横浜21」増補にあたって	1
2 増補の内容	2
(1) 計画期間の延長	
(2) 目標・指標の追加	
(3) 計画延長に伴う目標値の見直し	
3 計画の評価等	3
4 その他の取組	4
「健康横浜21」目標（指標）の追加・見直し後の目標一覧	
	5

## 1 「健康横浜21」増補にあたって

横浜市では13年度に、健康増進法に基づく「市町村健康増進計画」であり、「21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21）」の地方計画となる「健康横浜21」（計画期間：13年度～22年度）を策定しました。

この市民の健康づくりの指針となる「健康横浜21」に基づいて、年齢・性別・国籍や病気・障害の有無にかかわらず、一人ひとりの健康になろうと思う心を育て、それぞれの価値観に基づいた健康づくりを行うことを目的に、様々な取組を進めてきました。

18年10月には計画の見直し・修正を行い、重点的に取り組むテーマとして「生活習慣病予防の推進」を設定しました。また、「食習慣の改善」「身体活動・運動の定着」「禁煙・分煙の推進」の3つの重点取組分野ごとに目標値を掲げて、健康づくりを推進しています。

そうした中、20年度に、国の医療制度改革に伴う健診体制の変更など、保健医療を取り巻く状況が大きく変わり、生活習慣病の予防対策がより一層強化されました。

「健康横浜21」についても、市民の健康づくりに関する基本的な考え方を生かしつつ、こうした医療制度改革の趣旨等に添って、一部増補を行うことにしました。また、計画期間を24年度まで延長します。

## 2 増補の内容

### (1) 計画期間の延長

市民の主体的な健康づくりの一層の推進を図るとともに、医療制度変更に伴う課題や効果などを検証しながら取組を進める必要があることから、「健康横浜21」の計画期間（計画終期）を2年延長し、24年度までとします。なお、この延長により、「健康日本21」（計画期間：12年度～24年度）や「よこはま保健医療プラン」（計画期間：20年度～24年度）との整合性を図ることも可能となります。

### (2) 目標・指標の追加

生活習慣病予防対策の充実・強化を図るため、「メタボリックシンドローム対策の推進」として新たに次の3項目の目標を設定します。

ただし、特定健診・特定保健指導については、各医療保険者によって実施状況が異なるほか、制度開始から間もないため、成果等が明らかになっていない状況です。そこで、計画期間中は各指標の向上を目指した取組を進めることとし、目標数値については設定しません。

#### メタボリックシンドローム対策の推進

目 標	指 標
特定健診を受ける市民を増やす	特定健診受診率
特定保健指導を利用する市民を増やす	特定保健指導利用率
メタボリックシンドロームになる市民を減らす	メタボリックシンドロームの 該当者・予備群の減少率

**参考** 「健康日本21」では、70%、（実施率）45%、対20年10%以上の減少、を目標値として定めています。

特定健診受診率の向上のためには、受診しやすい環境づくりを進めるほか、市民の皆さんが健診の必要性を正しく理解し、主体的、定期的に受診するよう、継続的な普及啓発を行っていくことが必要です。医療保険者を含めた健康づくりに関わる団体、行政等が連携しながら取組を進めていきます。

### (3) 計画延長に伴う目標値の見直し

既存の目標・指標については、現在の目標値を継続します。ただし、20年度時点の現在値が目標値を達成していた「受動喫煙を受けない環境の整備」は、次のとおり目標値の見直しを行います。

目 標	指 標	現在値 (20年度)	目標値 (22年度)	見直し目標値 (24年度)
受動喫煙を受けない環境の整備	多くの市民が利用する施設の完全分煙・禁煙の実施率	53.9%	50%以上	70%以上

## 3 計画の評価等

本計画については、22年度から23年度にかけて実施する「国民健康・栄養調査」「健康に関する市民意識調査」などの結果を基に、23年度中に最終評価を行います。また、取組の継続性の観点から、「健康日本21」の方向性なども踏まえ、25年度からの次期計画を策定します。

22年度 (2010年)	23年度 (2011年)	24年度 (2012年)	25年度 (2013年)
・国民健康・栄養調査 ・県民健康・栄養調査	・健康に関する市民意識調査 ・民間施設受動喫煙防止対策実態調査	・次期計画検討 ・素案作成 ・パブリックコメント実施	次期計画
調査実施、結果分析、最終評価		次期計画策定	

## 4 その他の取組

近年、本市の健康課題として挙げられるものに、「がん予防」「歯の健康」「こころの健康づくり」などがあります。

「がん予防」については、引き続き、食習慣の改善、運動の定着、禁煙・分煙の推進などに取り組んでいきます。また、がん検診については、女性特有のがん検診の一部無料化や一般の医療機関における検診実施の拡充など、検診を受診しやすい環境を整え、受診率向上を図る取組を進めています。

「歯の健康」については、近年、歯科疾患と生活習慣病の関連も明らかになり、口腔ケアの重要性がますます高まっています。こうした状況のもと、幼年期、成年期、高齢期と、ライフステージに応じた健康教育など口腔ケアの啓発、検診等の事業をきめ細かく実施しています。

「こころの健康づくり」に関連する問題の中でも深刻な社会問題になっている自殺対策については、「自殺対策基本法」(18年制定)に基づき策定された「自殺総合対策大綱」に沿って取組を進めています。うつ病などの精神疾患を理解するための普及啓発や自殺対策に向けた人材育成、精神科医療機関の整備、自死遺族の支援といった様々な事業を行っています。

「健康横浜21」では、引き続き、こうした全市的な取組と連携、情報共有を図りながら市民の健康づくりを進めていきます。

## 「健康横浜 2 1」目標（指標）の追加・見直し後の目標一覧

表中の太枠部分が追加・見直しを行った項目です。

重点分野	目標	指標	現在値	目標値 (24年度)
1 食習慣の改善	1日3食多種多様な食品を食べる市民を増やす	朝食を食べる市民の割合	75.9%( )	85%以上
	野菜を多く食べる市民を増やす	1日あたりの野菜摂取量	275.6g	350g 以上
	適正な体重を維持する市民を増やす	適正な体重を維持する市民の割合	20～60代で肥満でない男性 75.9%	20～60代で肥満でない男性 85%以上
40～60代で肥満でない女性 83.8%			40～60代で肥満でない女性 85%以上	
2 運動の定着 身体活動	運動習慣を持つ市民を増やす	運動習慣を持つ市民の割合	成人男性 37.8%( )	成人男性 40%以上
			成人女性 33.1%( )	成人女性 35%以上
	日常的に歩く習慣を持つ市民を増やす	日常生活における歩数	成人男性 9,407 歩	成人男性 9,500 歩以上
成人女性 8,448 歩			成人女性 8,500 歩以上	
3 推進 禁煙 分煙の	喫煙習慣を見直す市民を増やす	タバコを吸わない市民の割合	80.6%( )	85%以上
	<b>受動喫煙を受けない環境の整備</b>	<b>多くの市民が利用する施設の完全分煙・禁煙の実施率</b>	<b>53.9%( )</b>	<b>70%以上</b>

新規分野	目標	指標	目標値 (24年度)
対策の推進 メタボリックシンドローム	特定健診を受ける市民を増やす	特定健診受診率	向 上
	特定保健指導を利用する市民を増やす	特定保健指導利用率	
	メタボリックシンドロームになる市民を減らす	メタボリックシンドロームの該当者・予備群の減少率	

表中の「現在値」のうち、無印は 18 年度計画改定時の数値、 印は 20 年度数値を記載(数値把握のための調査実施時期が異なるため)

平成 22 年 10 月

横浜市健康福祉局健康安全部保健事業課

〒231-0017 横浜市中区港町 1 - 1

TEL 045-671-2454 FAX 045-663-4469