

松山市健康増進計画「健康ぞなもし松山」の概要

1. 計画策定の経緯

- これまでの経緯
 - ・平成 13 年 3 月、国の「健康日本 21」の地方計画として「松山市ヘルスプロモーションプラン」を策定
 - ・平成 17 年度に中間見直し、24 年度に最終評価を実施



平成 25 年度から「健康日本 21（第 2 次）」が推進されることに合わせ「健康ぞなもし松山」の推進へ

- 「健康ぞなもし松山」の性格
「健康寿命の延伸」を目標とし、特に生涯を通じた「生活習慣病予防」に重点を置く。市民・地域との協働で絆を深め、栄養や運動、休養等の取り組みを強化する。

2. 前計画の目標達成度

- 健康指標でみる評価
 - 男女とも「障害の期間」が延長
* 平均寿命－健康寿命＝障害の期間
- 評価指標による評価
健康づくりの分野ごとに定めた評価指標 236 項目のうち約 6 割が一定の改善
【目標達成した主な項目】
朝食をほとんど食べない人の割合、階段を利用する人の増加、タバコを吸っている人の割合(成人男女) など
- 取り組みの過程や内容の評価から得た今後の課題
 - ・保健事業の評価の充実
 - ・データの効果的活用
 - ・組織活動の活性化・自主化への支援 など

3. 松山市の健康に関する現状

- 人口と年齢構成（平成 7 年→平成 22 年）
年少人口 3.2%減少 } 老年人口割合 22.0%(平成 22 年)
老年人口 8.5%増加 } →少子高齢化の進行
- 人口動態
 - ・平成 22 年の合計特殊出生率は 1.39
(現在の人口を維持できる水準は 2.07)
 - ・主な死因の死亡率では、悪性新生物、心疾患、脳血管疾患で全死亡の約半数を占める
- 要介護者状況(平成 23 年度)
 - ・要介護者の出現率は 21.1%(全国 17.8%)
 - ・40～64 歳の介護認定原因疾患では脳血管疾患が 57.8%を占める

- 医療費および受診状況(平成 23 年 5 月)
 - ・医療費の内訳では上位 10 疾患で総医療費の半数近くを占める
→高血圧や糖尿病、悪性新生物など「生活習慣病関連の疾患」が上位を占める
 - ・受診率の最も高いのは高血圧性疾患、次いで糖尿病

- 生活習慣病有所見者状況（平成 23 年特定健康診査結果）
 - ・BMI 25 以上（肥満）の割合は男性 40・50 歳代で高い
 - ・収縮期血圧(上の血圧)、HbA1c(糖尿病の指標)の有所見割合は男女とも高い。
 - ・メタボリックシンドロームの該当者、予備群を含めると男性 40 歳以降では約 4 割を占める

- 健康診断受診率（20 歳以上）（平成 23 年度市民健康意識調査）
 - ・男性 69.7%、女性 56.7%にとどまっている。

【最も予防が可能な健康課題のひとつである生活習慣病対策を重点テーマとして取り組む】

4. 計画の体系【推進期間：平成 25～34 年度】

●めざす姿
自分らしくいきいきとした健康な生活を目指しましょう
～元気でいきまっしょい！～

- 市民の目標
 - ①生活の質を向上し、ゆとりのある生活を送ろう
 - ②生活習慣病による働き盛りの死亡者を減少させよう
 - ③健康寿命を延ばそう
 - ④互いに助け合い、地域の絆を深めよう

- 重点課題と施策の展開
 - 生涯を通じた健康づくり
食事、運動、こころの健康
歯・口腔保健、タバコ、
アルコール、健康診断の 7 分野
 - 社会環境の整備
組織の支援、人材育成
健康づくり関連施設の
整備など

5. 基本方針

- (1) 「一次予防」の重視
病気の発症を予防する「一次予防」に重点を置く
- (2) ライフステージに合わせた健康づくり
人生の各段階により健康課題が異なるため、自分に合った健康づくりに取り組めるための支援の実施
<各段階> ○乳幼児期 ○学童・思春期
○青年期 ○壮年期 ○高齢期
- (3) 健康を支えるための社会環境づくり
個人の努力だけでは困難である生活習慣の改善を、地域全体で支えていくような環境づくりに取り組み、絆を深める
- (4) 健康づくりのための情報の発信と共有
健康づくりの意識向上のための適切な情報を発信し、効果的な活用につなげる