

北海道健康増進計画「すこやか北海道 21」(素案)のポイント

具体の施策	ポイント																																								
<p>(1) <u>生活習慣の改善・生活機能の維持等</u></p> <p>① <u>栄養・食生活、身体活動・運動、休養、喫煙、飲酒及び歯・口腔に関する生活習慣の改善</u> (P15～24)</p> <p>② <u>生活習慣の発症予防と重症化予防の徹底</u> (P25～32)</p> <p>③ <u>社会生活を営むために必要な生活機能の維持及び向上</u> (P32～35)</p>	<p>○ <u>食塩摂取量の状況を踏まえた減塩対策を効果的に進める食環境整備の推進。</u></p> <p>○ <u>睡眠・休養の正しい知識の普及啓発。</u></p> <p>○ <u>家庭、職場、飲食店その他多くの人が利用する施設における、受動喫煙ゼロの実現。</u></p> <table border="1" data-bbox="517 546 1426 949"> <thead> <tr> <th>指標</th> <th>現状値</th> <th>目標値</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>睡眠で休養がとれている者の割合</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>20～59 歳</td> <td>63.4%</td> <td>70.0%</td> </tr> <tr> <td>60 歳以上</td> <td>79.7%</td> <td>85.0%</td> </tr> <tr> <td>睡眠時間が十分に確保できている者の割合</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>20～59 歳</td> <td>56.0%</td> <td>60.0%</td> </tr> <tr> <td>60 歳以上</td> <td>53.2%</td> <td>60.0%</td> </tr> <tr> <td>日常生活で受動喫煙の機会を有する者の割合</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>家 庭</td> <td>5.4%</td> <td rowspan="3">受動喫煙ゼロの 実現</td> </tr> <tr> <td>職 場</td> <td>13.3%</td> </tr> <tr> <td>飲食店</td> <td>17.0%</td> </tr> </tbody> </table> <p>※付属計画として、「たばこ対策推進計画」を継続して策定。</p> <p>○ <u>がん、循環器疾患、糖尿病、COPD（慢性閉塞性肺疾患）の4つの予防可能な疾患の発症予防と重症化予防に向けた、適切な食事、適度な運動、禁煙など生活習慣の改善や、がん検診や特定健康診査・特定保健指導等の実施促進。</u></p> <p>○ <u>全ての世代の健やかな心を支える社会づくりと、高齢化に伴う身体機能の低下を遅らせる取組等の推進。</u></p> <table border="1" data-bbox="517 1294 1426 1451"> <thead> <tr> <th>指標</th> <th>現状値</th> <th>目標値</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>気分障害・不安障害に相当する心理的苦痛を感じている者の割合（20 歳以上）</td> <td>8.4%</td> <td>7.4%以下</td> </tr> <tr> <td>骨粗鬆症検診受診率の向上</td> <td>(確認中)</td> <td>(要検討)</td> </tr> </tbody> </table>	指標	現状値	目標値	睡眠で休養がとれている者の割合			20～59 歳	63.4%	70.0%	60 歳以上	79.7%	85.0%	睡眠時間が十分に確保できている者の割合			20～59 歳	56.0%	60.0%	60 歳以上	53.2%	60.0%	日常生活で受動喫煙の機会を有する者の割合			家 庭	5.4%	受動喫煙ゼロの 実現	職 場	13.3%	飲食店	17.0%	指標	現状値	目標値	気分障害・不安障害に相当する心理的苦痛を感じている者の割合（20 歳以上）	8.4%	7.4%以下	骨粗鬆症検診受診率の向上	(確認中)	(要検討)
指標	現状値	目標値																																							
睡眠で休養がとれている者の割合																																									
20～59 歳	63.4%	70.0%																																							
60 歳以上	79.7%	85.0%																																							
睡眠時間が十分に確保できている者の割合																																									
20～59 歳	56.0%	60.0%																																							
60 歳以上	53.2%	60.0%																																							
日常生活で受動喫煙の機会を有する者の割合																																									
家 庭	5.4%	受動喫煙ゼロの 実現																																							
職 場	13.3%																																								
飲食店	17.0%																																								
指標	現状値	目標値																																							
気分障害・不安障害に相当する心理的苦痛を感じている者の割合（20 歳以上）	8.4%	7.4%以下																																							
骨粗鬆症検診受診率の向上	(確認中)	(要検討)																																							
<p>(2) <u>健康を支え守るための社会環境の整備</u> (P35～36)</p>	<p>○ 「北海道健康づくり協働宣言」団体の登録促進とともに、これらの団体と協働した道民の健康づくりの推進。</p> <p>○ <u>健康無関心層を含む幅広い層が、自然に健康な行動をとることができるよう、食生活を支援する環境の整備や多くの人が利用する施設での受動喫煙防止の取組の推進。</u></p>																																								
<p>(3) <u>ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり</u> (P37～39)</p>	<p>○ <u>市町村、教育関係者、家庭、地域、関係団体と連携した子どもの発育や健康な生活習慣を形成するための取組の推進。</u></p> <p>○ <u>妊娠期をはじめ女性の適正体重の維持や喫煙防止、適正飲酒など、生活習慣の改善に関する普及啓発の促進。</u></p> <table border="1" data-bbox="517 1906 1426 2018"> <thead> <tr> <th>指標</th> <th>現状値</th> <th>目標値</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>健康な生活習慣を有する子どもの割合 (幼児・児童・生徒における肥満傾向児の減少)</td> <td>(確認中)</td> <td>(要検討)</td> </tr> </tbody> </table>	指標	現状値	目標値	健康な生活習慣を有する子どもの割合 (幼児・児童・生徒における肥満傾向児の減少)	(確認中)	(要検討)																																		
指標	現状値	目標値																																							
健康な生活習慣を有する子どもの割合 (幼児・児童・生徒における肥満傾向児の減少)	(確認中)	(要検討)																																							