

（参考）青森市健康寿命延伸計画

第1章

市民のヘルスリテラシー（健康教養）の向上

第2章

生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底

第3章

生涯を通じて健康であるための生活習慣づくり

第4章

社会生活を営むために必要な心身の機能の維持・向上

第5章

社会における健康づくり運動の促進と健康を支え守るための環境づくり

健康日本21（第三次）

「誰一人取り残さない健康づくり」や「より実効性を持つ取組の推進」に取り組むため、以下の新しい視点を取り入れる。

【基本方向】

- (1) 健康寿命の延伸・健康格差の縮小
- (2) 個人の行動と健康状態の改善
- (3) 社会環境の質の向上
- (4) ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり

【新たな視点を導入】

- 女性の健康を明記
- 自然に健康になれる環境づくり
- 多様な主体による支援
- ICTの利活用
- アクションプランの提示

第三次青森県健康増進計画

パブリック・コメント(1/26～2/26)

↓  
健康あおもり21専門委員会(令和6年3月)  
次期計画案の最終協議(予定)

<次期計画のイメージ>

- (1) 全体目標：健康寿命の延伸と早世の減少
- (2) 基本方向
  - ① 県民のヘルスリテラシーの向上
  - ② ライフステージに応じた生活習慣等の改善
  - ③ 生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底
  - ④ 県民の健康を支え、守るための社会環境の整備

【今後の方向性】

○市民の健康の現状と課題

○生活習慣に関する市民アンケート結果

(1) 平均寿命の伸びは見られるものの、男女差や全国との格差を縮小する取組が必要である。

(2) 地域や職域での人材を育成し、ヘルスリテラシー（健康教養）を伝える市民を増やし、健康無関心層に働きかけていく必要がある。

(3) 「メタボリックシンドローム該当者・予備群」「空腹時血糖値110mg/dl以上」などに該当する市民が多いことから、実効性のある取組が必要である。

(4) がん検診の重要性の理解促進、受診率向上、精密検査の受診勧奨を強化していく必要がある。

(5) 健康的な食習慣へ向けた改善、身体活動・運動の習慣を身に付けるための働きかけが必要である。

(6) 生活習慣のリスクを高める飲酒について周知啓発や保健指導を行う必要がある。

(7) 引き続き、喫煙者への禁煙支援、受動喫煙の健康影響の知識の普及啓発を強化していく必要がある。

(8) 若い世代からの歯科口腔保健の必要性について理解促進を図る必要がある。

(9) 地域や学校、企業等と連携し、社会全体で健康づくりに取組む環境づくりが必要である。

(10) 各分野別の課題に対して、関係機関や企業等と連携し、年齢や性別、保険区分別の働きかけをしていく必要がある。

青森市健康寿命延伸計画（第2次）

※基本方針については【資料3別添】参照

全体目標：更なる健康寿命の延伸

第1章

市民のヘルスリテラシー（健康教養）の向上

第2章

生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底

第3章

生涯を通じて健康であるための生活習慣の改善

第4章

健康を支える社会環境の質の向上

第5章

ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり