



鹿児島県健康増進計画

心豊かに生涯を送れる健康長寿県の創造

# 健康かごしま 21

令和6年度～令和17年度



令和6年3月  
鹿児島県

## ごあいさつ



県民誰もが、より長く元気に暮らしていくため、健康の重要性はより高まってきたおり、日頃から個人の心身の健康を保つ健康づくりの取組を更に推進していくことが求められます。

このような中、県では、平成13年に、健康関連団体と一体となって県民の健康づくりを推進するための総合的計画として、「健康かごしま21」を策定し、平成20年には、メタボリックシンドロームの概念を取り入れて計画の改定を行い、関係団体とともに、県民の健康づくりの支援等に取り組んでまいりました。

また、平成25年度には、「健康寿命の延伸、生活の質の向上」といった全体目標のほか、脳卒中やがんの発症・重症化予防などの5つの重要目標、5つの基本的な方向とそれに対応した施策と目標を設定した「健康かごしま21（平成25年度～令和5年度）」を策定し、現在まで健康づくりのための各種施策を展開してきたところです。

計画の達成状況等を踏まえるとともに、国の基本方針を勘案して、新たに令和6年度からの12年間を期間とする「健康かごしま21（令和6年度～令和17年度）」を策定し、本年4月から施行することにいたしました。

今回の計画では、「心豊かに生涯を送れる健康長寿県の創造」を目指し、「健康寿命の延伸と健康格差の縮小」、「生活の質の向上」を目標としているところです。

取組の方向として、生活習慣の改善を図る「個人の行動と健康状態の改善」や、自然に健康になれる環境づくりなど「社会環境の質の向上」、また、新たに、「ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり」に取り組んでいくこととしております。

なお、関連する計画である保健医療計画や医療費適正化計画、がん対策推進計画、歯科口腔保健計画などについても、時期を同じくして施行いたします。

県としましては、これらの計画等の十分な調和を図り、市町村、健康関連団体はもとより産業界と連携しながら、県民の健康づくりを効果的に推進してまいりたいと考えております。

関係の皆様には、「心豊かに生涯を送れる健康長寿県の創造」に向けて連携・協働した取組について、一層の御支援、御協力をいただきますようお願いいたします。

終わりに、本計画の策定に当たり、貴重な御意見をいただきました健康かごしま21推進協議会、地域・職域・学域連携推進委員会委員の皆様をはじめ、市町村や健康関連団体等の方々には心から感謝を申し上げます。

令和6年3月

鹿児島県知事

塩田 康一

# 目次

<b>第1章 計画策定の趣旨</b> . . . . .	1
1 計画策定の趣旨 . . . . .	1
2 計画の性格 . . . . .	1
3 計画の期間 . . . . .	1
4 計画策定の体制 . . . . .	1
<b>第2章 県民の健康の現状</b> . . . . .	4
1 人口 . . . . .	4
2 平均寿命・健康寿命 . . . . .	6
3 主要死因 . . . . .	8
4 要介護状態の要因 . . . . .	11
5 各種疾患等の状況 . . . . .	12
6 生活習慣の状況 . . . . .	25
7 健康格差の状況 . . . . .	30
<b>第3章 目標</b> . . . . .	33
心豊かに生涯を送れる健康長寿県の創造	
・健康寿命の延伸と健康格差の縮小	
・生活の質（QOL）の向上	
<b>第4章 基本的な方向</b> . . . . .	34
<b>1 個人の行動と健康状態の改善</b> . . . . .	36
(1) 生活習慣の改善 . . . . .	36
ア 栄養・食生活 . . . . .	36
イ 身体活動・運動 . . . . .	39
ウ 休養・睡眠 . . . . .	42
エ 飲酒 . . . . .	44
オ 喫煙 . . . . .	46
カ 歯・口腔の健康 . . . . .	48
(2) 生活習慣病（NCDs）の発症予防・重症化予防 . . . . .	59
ア がん . . . . .	59
イ 循環器病 . . . . .	65
ウ 糖尿病 . . . . .	69
エ COPD（慢性閉塞性肺疾患） . . . . .	72
オ CKD（慢性腎臓病） . . . . .	75
(3) 生活機能の維持・向上 . . . . .	77
ア ロコモティブシンドローム（運動器症候群） . . . . .	77
イ 骨粗鬆症 . . . . .	81

<b>2 社会環境の質の向上</b> . . . . .	82
(1) 社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上 . . . . .	82
(2) 自然に健康になれる環境づくり . . . . .	88
(3) 誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備 . . . . .	94
<b>3 ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり</b> . . . . .	97
(1) こどもの健康 . . . . .	97
(2) 働く世代の健康 . . . . .	103
(3) 高齢者の健康 . . . . .	105
(4) 性差に配慮した健康づくり支援 . . . . .	109
<b>第5章 計画の推進方策</b> . . . . .	111
地域・職域・学域保健の連携による健康づくりの推進 . . . . .	111
<b>第6章 計画の進捗管理と評価</b> . . . . .	112
1 進捗管理と評価 . . . . .	112
2 特定健康診査・特定保健指導のデータを活用した進捗管理 . . . . .	112
3 最終評価と次期計画の策定 . . . . .	112
<b>第7章 「健康かごしま21」の目標値設定の考え方等</b> . . . . .	114
<b>資料編</b> . . . . .	122
健康かごしま21（平成25年度～令和5年度）の最終評価 . . . . .	123

# 第1章 計画策定の趣旨

---

## 1 計画策定の趣旨

平成13年3月に策定した「健康かごしま21」については、平成18年度に実施した中間評価及びメタボリックシンドローム関連調査の結果を踏まえ、内臓脂肪型肥満に着目したメタボリックシンドロームの概念を取り入れるとともに、保健医療計画や医療費適正化計画等の時期及び内容等との整合性を図るため、平成20年3月に改定しました。

その後、平成25年度から令和5年度を計画期間とする「健康かごしま21」を策定し、「脳卒中の発症・重症化予防と死亡者の減少」、「がんの発症・重症化予防と死亡者の減少」など5つの重要目標をはじめとする様々な健康課題の改善に取り組んできました。

この計画は、令和5年度末で計画期間が終了することから、令和4年度に実施した「県民健康・栄養調査」の結果や計画の達成状況等を踏まえるとともに、「国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針」（以下「国の基本方針」という。）の「基本的な方向」である「健康寿命の延伸と健康格差の縮小」、「個人の行動と健康状態の改善」、「社会環境の質の向上」及び「ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり」などを勘案して、新たな「健康かごしま21（令和6年度～令和17年度）」を策定しました。

## 2 計画の性格

この計画は、健康増進法第8条第1項の規定により、同法第7条第1項に規定する国の基本方針を勘案するとともに、「鹿児島県保健医療計画」、「鹿児島すこやか長寿プラン2024」、「鹿児島県がん対策推進計画」、「鹿児島県歯科口腔保健計画」、「鹿児島県循環器病対策推進計画」、「かごしま子ども未来プラン2020」、「鹿児島県アルコール健康障害対策推進計画」、「鹿児島県自殺対策計画」及びその他の健康かごしま21と関連する計画等との調和に配慮しつつ、県民の健康の増進の推進に関する施策についての基本的な計画として定めるものです。

## 3 計画の期間

計画の期間は、令和6年度を初年度とし、令和17年度を最終年度とする12年間とします。

なお、具体的目標については令和15年度を目途として設定し、中間評価を令和11年度に行い、最終評価を令和16年度に行います。

## 4 計画策定の体制

計画の策定に当たっては、保健医療専門家、マスメディア、企業、非営利団体、学識経験者等で構成する「健康かごしま21推進協議会」のほか、地域保健、職域保健及び学域保健関係者等で構成する「地域・職域・学域連携推進委員会」において、各委員から御意見等を得ました。

さらに、策定過程においては、「県民健康・栄養調査」やパブリック・コメントを実施し、広く県民の意見の把握と反映に努めました。

## 【 健康かごしま21（令和6年度～令和17年度）の概要 】

1 根拠法 健康増進法

2 計画策定年度 令和5年度（令和6年3月）

3 計画期間 令和6年度～令和17年度  
（中間評価 令和11年度）

4 目標

心豊かに生涯を送れる健康長寿県の創造  
・健康寿命の延伸と健康格差の縮小  
・生活の質（QOL）の向上



5 基本的な方向

- ① 個人の行動と健康状態の改善
- ② 社会環境の質の向上
- ③ ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり

6 計画策定の新たな視点

- 健康に関心の薄い者など幅広い世代に対して、生活習慣を改めることができるようアプローチ
- 行政だけでなく、多様な主体を巻き込んだ健康づくりの取組の推進

7 施策及び目標の設定

国の基本方針等を踏まえ、施策及び目標を設定する。

8 目標項目・目標値の設定

59の目標項目について、101の目標値を設定する（再掲を除く）。

# 「健康かごしま21(令和6年度～令和17年度)」推進イメージ

目標

## 心豊かに生涯を送れる健康長寿県の創造

- ・ 健康寿命の延伸と健康格差の縮小
- ・ 生活の質(QOL)の向上

基本的な方向



現状・課題

野菜摂取量の減少	運動習慣者数の減少	睡眠による休養を充分にとれていない者の割合の悪化
生活習慣病による死亡：死亡全体の約半数を占める	脳卒中：依然として高い死亡率	
日常生活における歩数の減少	高血圧有病者及び予備群(推定数)の増加	
メタボリックシンドローム該当者及び予備群(推定数)の増加	肥満傾向にある子どもの割合の増加	etc...