



一人ひとりの健康づくりを
県民全体で支援するための健康づくり計画

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

平成25年度～平成34年度



平成25年3月
鹿児島県

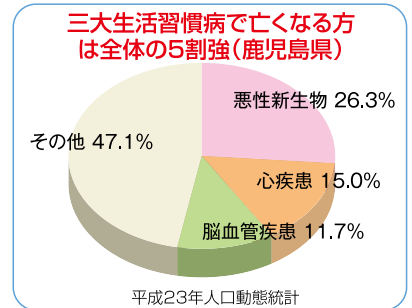
普及啓発版

健康かごしま21 は21世紀における

目指す姿

心豊かに生涯を送れる健康長寿県の創造

鹿児島県は、高齢化の進行やライフスタイルの変化に伴い、食生活、運動習慣等と深くかかわりのある生活習慣病で亡くなる方や、寝たきりや認知症等の要介護状態になる方が増加し、大きな課題になっています。このため、県民の健康づくりを推進するための総合的な計画である「健康かごしま21」では、10年後の鹿児島県の目指す姿として、「心豊かに生涯を送れる健康長寿県の創造」を掲げます。

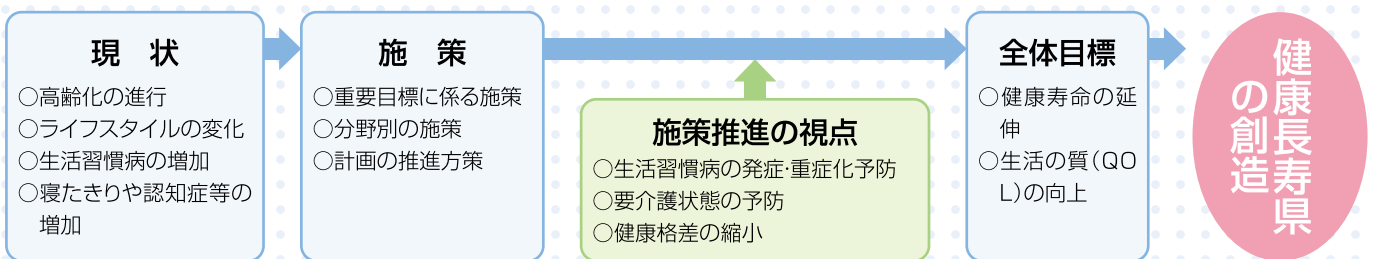


全体目標

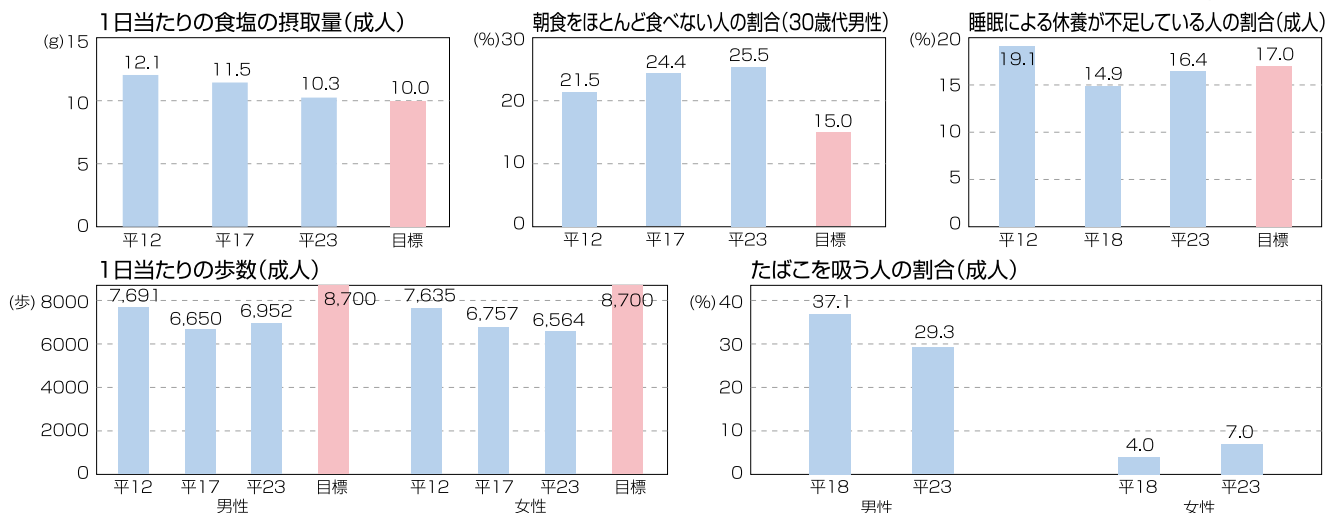
健康寿命の延伸 生活の質(QOL)の向上

心豊かに生涯を送れる健康長寿県を実現するためには、平均寿命の伸びに合わせて不健康な期間(健康上の問題で日常生活に制限のある期間)が伸びるのではなく、健康寿命(健康上の問題で日常生活を制限されことなく生活できる期間)を伸ばすこと、そして、健康上の問題の有無に関わらず、生活の質(quality of life: QOL)を高めることが重要です。このため、「健康かごしま21」の全体目標として、「健康寿命の延伸」と「生活の質(QOL)の向上」を掲げます。

また、これらの全体目標を達成するためには、「生活習慣病の発症・重症化予防」、「要介護状態の予防」、「健康格差の縮小」の視点で、健康づくりの施策を推進する必要があります。



県民の生活習慣関連データ

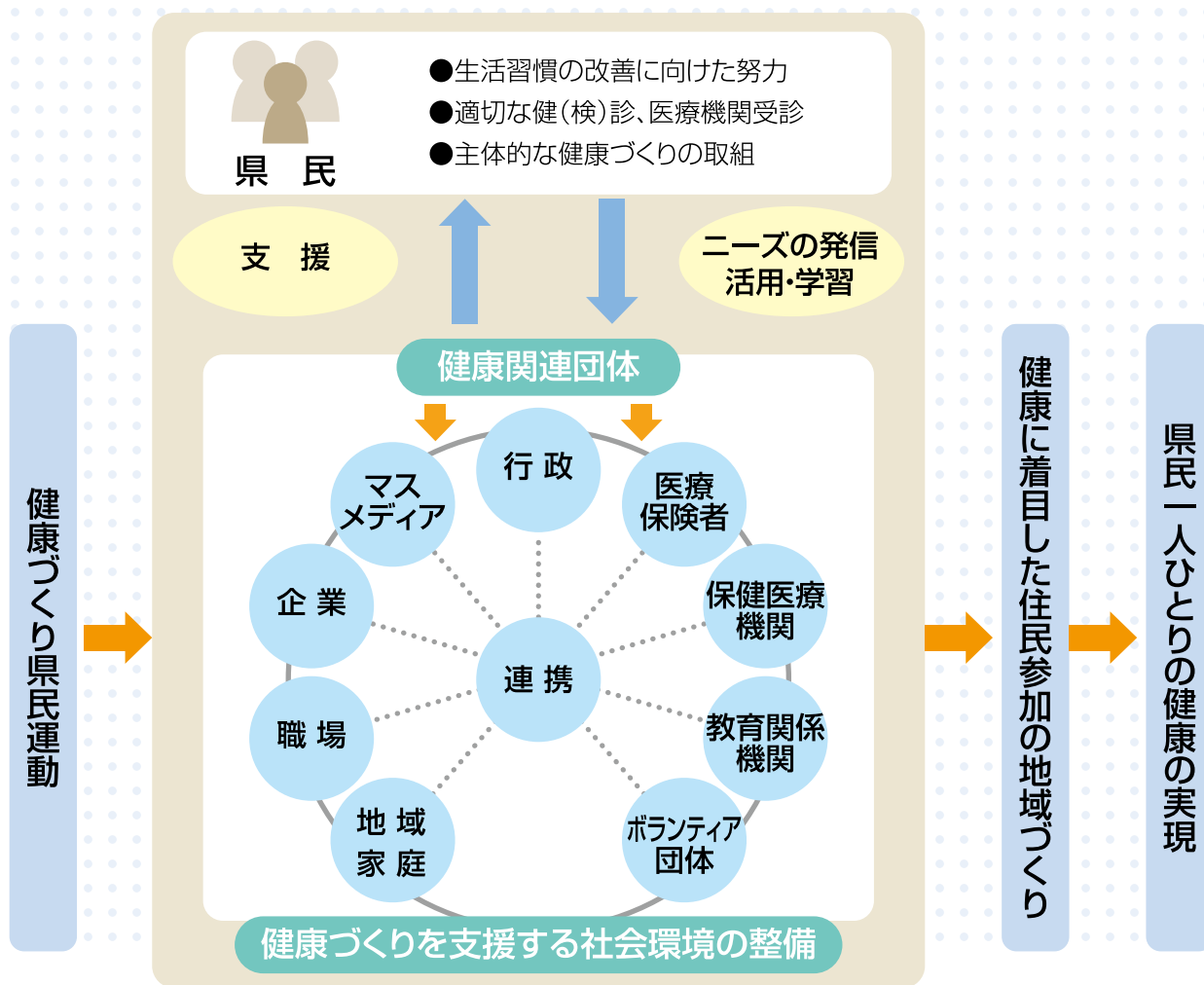


県民健康づくり運動

「健康かごしま21」は社会全体で取り組む健康づくり運動

健康の実現は、一人ひとりが主体的に取り組む課題ですが、社会全体が個人の主体的な健康づくりを支援していくことも重要です。

そこで、鹿児島県では、健康に関するすべての関係機関・団体等と県民が一体となって県民の健康づくりを推進するための計画として「健康かごしま21」を策定し、社会全体で取り組む健康づくり運動を進めています。



みんなで支える健康づくり

1人では大変だけど...

知識や技術の提供

健康

住民

みんなで力を合わせればらくだね!
知識や技術の提供



住民参画(住民組織活動)

豊かな人生

健康(障害)

健康づくりを支援する社会環境の整備

(島内1987,吉田・藤内1955を改編)

これからの「健康かごしま21」 一新計画のポイント

平成13年3月に策定した「健康かごしま21」は、平成20年3月に内容の見直しを行い、平成24年度まで推進してきました。

これまでの計画の達成状況や各種の統計指標、平成23年度に実施した「県民の健康状況実態調査」の結果等を踏まえ、平成25年3月に新たな健康増進計画「健康かごしま21(平成25年度～平成34年度)」を策定しました。

新計画では5つの重要目標を設定しました

新計画の全体目標である「健康寿命の延伸」と「生活の質(QOL)の向上」の達成に向けて、特に重要な健康課題について重点的・集中的に取り組むため、5つの重要目標を設定しました。

重要目標

- 1 脳卒中の発症・重症化予防と死亡者の減少
- 2 がんの発症・重症化予防と死亡者の減少
- 3 口コミティブシンドローム(運動器症候群)の発症・重症化予防
- 4 認知症の発症・重症化予防
- 5 休養・こころの健康づくりの推進

分野別施策

- 1 生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底
循環器疾患,糖尿病,COPD(慢性閉塞性肺疾患),CKD(慢性腎臓病)
- 2 こころの健康の維持・増進と健やかなこころを支える社会づくり
こころの健康づくり,自殺対策の推進
- 3 社会生活機能の維持・向上(各ライフステージにおける健康づくり)
次世代の健康,働く世代の健康,高齢者の健康
- 4 生涯を通じて健康づくりを支援する社会環境の整備
- 5 栄養・食生活,身体活動・運動,休養,飲酒,喫煙及び歯・口腔の健康に関する生活習慣及び社会環境の改善

県民の健康課題

- 生活習慣病の増加
- 生活習慣病の合併症・重症化
- 要介護高齢者の増加
- 働く世代のメンタルヘルス など

目標項目

「健康かごしま21」では、心豊かに生涯を送れる健康長寿県の創造に向けて、全体目標・重要目標・分野別施策のそれぞれにおいて目標項目を設定しています。平成25年度からの新計画では、50の目標項目について104の目標値(再掲を除く)を設定しています。

■全体目標の目標項目

目標項目	指標	現状値(平22)	目標値(平34)
健康寿命の延伸	日常生活に制限のない期間の平均	71.14歳 (男性) 74.51歳 (女性)	平均寿命の増加分を上回る健康寿命の増加