

第3章 健康トライ21（第2次）の基本的な方向

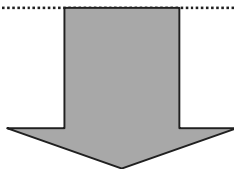
1. 10年後を見据えためざす姿について

健康トライ21（第2次）は、平成25年度から平成34年度までの10年間をかけて、市民や関係するさまざまな機関と趣旨を共通理解していきながら、健康増進の観点から理想とする社会に近づけることをめざす運動です。

近年の社会経済状況の変化とともに、急激な少子高齢化が進む中で、10年後の人口構造の変動を見据え、めざす姿を以下のように考えました。

【背景】

- 世界有数の長寿国で、少子高齢化が急速に進んでいる
- 地域や社会経済状況の違いによる健康格差が明らかになってきている
- 高齢者のひとり暮らしの増加、生涯未婚率の増加など、家族形態が変化してきている
- 経済状態の悪化で、非正規雇用の増加、若年者の雇用情勢の悪化など、厳しい雇用情勢にある
- 子ども会、老人会、自治会に入る人が減少するなど、地域のつながりが薄れてきている
- 要支援・要介護認定者、認知症が増加している
- 自殺者数は高い水準が続き、働く世代や高齢者において、また若年層においても深刻な問題となっている
- 養育問題を抱える家庭が増加している



【10年後にめざす姿】

東大阪市民がともに支え合い、健康で心豊かに生活できる活力ある社会の実現

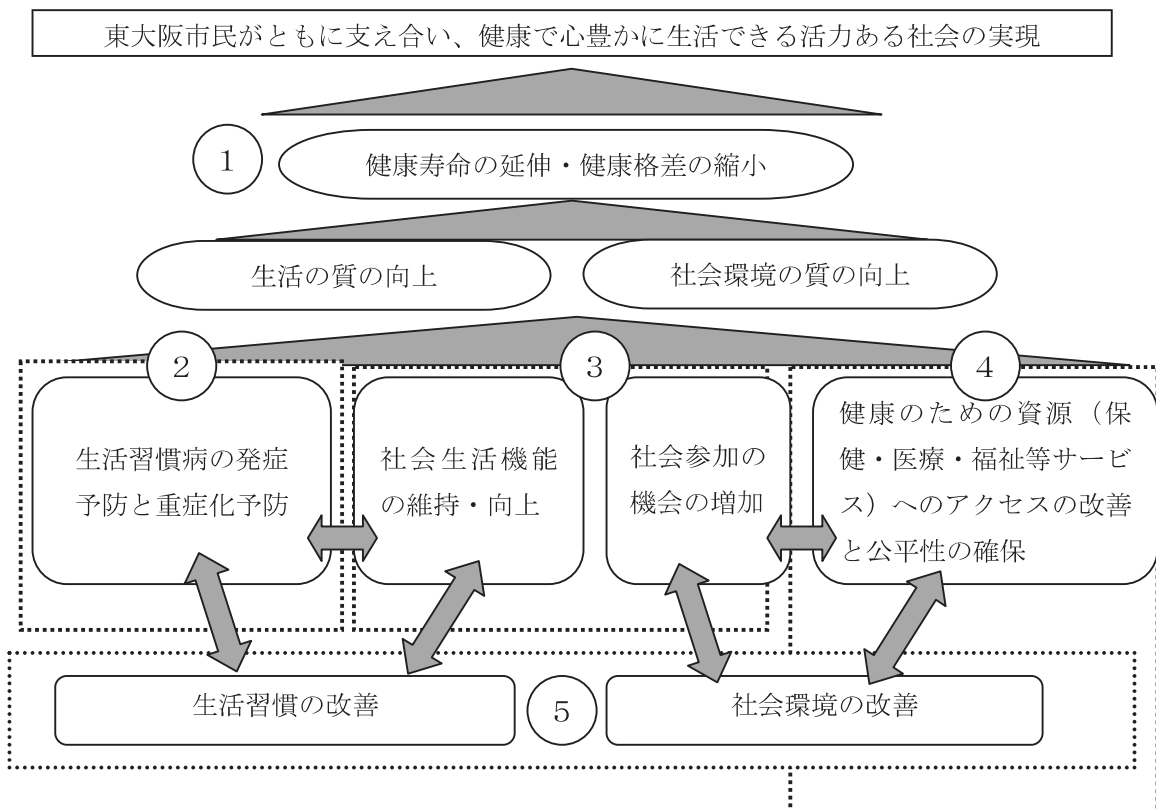
- 子どもが周囲の大人によって「生きる力」をはぐくまれ、希望が持てる社会
- 高齢者が地域で生きがいを持て、自己実現できる社会
- 希望や生きがいを持てる基盤となる健康を大切にできる社会
- 病気や障害を持って、心豊かに人生を送ることのできる社会
- 地域の支えあいや、世代間の支えあいがある地域力のある社会
- だれもが社会参加でき、健康づくりの情報が得やすく取組みに参加しやすい社会
- 社会環境の改善により、健康格差の縮小を実現できる社会

2. 基本的な方向について

目指すべき姿を、「東大阪市民がともに支え合い、健康で心豊かに生活できる活力ある社会」とし、健康トライ21（第2次）の基本的な方向として①健康寿命の延伸と健康格差の縮小、②主要な生活習慣病の発症予防と重症化予防、③社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上、④健康を支え守るための社会環境の整備、⑤栄養・食生活、身体活動・運動、休養、飲酒、喫煙、歯・口腔の健康に関する生活習慣及び社会環境の改善に取り組んでいくこととします。

基本的な方向の相関関係は、以下の図のようになります。健康トライ21（第2次）の具体的な取組みは、⑤の個人の立場での生活改善と、個人を取り巻く社会環境の改善です。それによって、②の生活習慣病の予防・重症化予防や、③の社会生活機能の維持向上を図り、生活の質の向上につなげていきます。また、④の健康のための資源へのアクセスの改善と公平性の確保を図ることで、③の社会参加の機会の増加につながり、社会環境の質の向上につなげていきます。そうしたことにより、結果として健康寿命の延伸・健康格差の縮小を実現していきたいと考えます。

健康トライ21（第2次）の概念図



5つの基本的な方向について、以下のように考えます。

(1) 健康寿命の延伸と健康格差の縮小

今後、平均寿命が延びることと、後遺症や合併症を抱える疾患が増えることにより、不健康な期間が延びることが予想されます。以下の(2)～(5)の取組みによって、平均寿命の増加分を健康寿命が上回ることで、この差の縮小を目指します。

健康格差とは、地域や所属する集団、あるいは社会経済的状況の違いによる健康状態の差のことをさします。生活習慣病や要介護状態へのなりやすさは、生活習慣だけが原因ではなく、社会経済状況の影響も非常に大きいことがわかってきました。これまで、健康格差の問題については、対策の整備ができていませんでしたが、健康トライ21(第2次)では、健康寿命の延伸と並ぶ上位目標として位置づけたいと思います。不健康な状態になる危険度の高い集団や層への重点的な支援とともに、身近な場所で支え合えるまちづくりと環境整備、いわゆるソーシャルキャピタルの育成と活用促進に取り組んでいきます。

(2) 生活習慣病の発症予防と重症化予防

がん、循環器疾患、糖尿病、COPD(たばこが主な原因の肺の病気)について、生活習慣改善の継続による一次予防を今後も推進していくとともに、高齢化が進むことに対して重症化予防にも重点をおいた対策を進めていく必要があります。

国際的にも、これら4つの病気は重要なNCD²⁾(非感染性疾患)として、対策をとることが重視されています。NCDの発病や悪化は、個人の意識と行動だけでなく、社会環境による影響が大きく、保健分野だけでなく、地域・職場等の環境要因や経済的要因等の幅広い視点でとらえることが必要です。また、NCDの一つひとつの病気と関連する生活習慣は共通することから、NCDとして包括的に取り組んでいくことが重要です。

(3) 社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上

乳幼児期から高齢期まで、それぞれのライフステージにおいて、自立した日常生活が営めるようにすることは大切なことです。次世代の健康については、生活習慣の土台ができる子どもの頃からの健康的な生活習慣づくりが、こころの健康については、働く世代のストレス対策を中心とした取組みが必要です。高齢者の健康については、高齢化が進むことに対応できるような取組みが急がれます。介護を必要とする状態を先送りできるような介護予防の取組みや社会参加ができる仕組みづくりが必要であり、関係機関や地域の組織、そして高齢者自身の知恵と経験を用いて、ともに取り組んでいく必要があります。

(4) 健康を支え守るための社会環境の整備

個人の健康は、家庭、学校、地域、職場等の社会環境の影響を大きく受けているため、社会全体として、個人の健康を支え、守る社会環境づくりをしていくことが大変重要です。

その社会環境の整備は、行政だけでなく、地域の関係機関や、広く市民の健康づくりを支援する企業、民間団体等の積極的な参加協力を得るなど、総合的に支援することが必要です。地域や世代間での助け合い、職場の支援といった、地域の人自らが健康を支える社会環境となる地域にしていくことが望まれます。

そして、社会環境への働きかけを、広く東大阪市全域に行きわたらせるような政策的な視点も重要であると考えます。

(5) 栄養・食生活、身体活動・運動、休養、飲酒、喫煙、口腔の健康に関する生活習慣及び社会環境の改善

上記(1)～(4)までの基本的な方向を実現するため、これら6つの生活習慣の改善が重要です。生活習慣の改善を効果的なものにするためには、その人やその団体の特性を理解することが必要です。それは、乳幼児期から高齢期までのライフステージや性差、社会経済状況に影響される健康課題やニーズなどです。

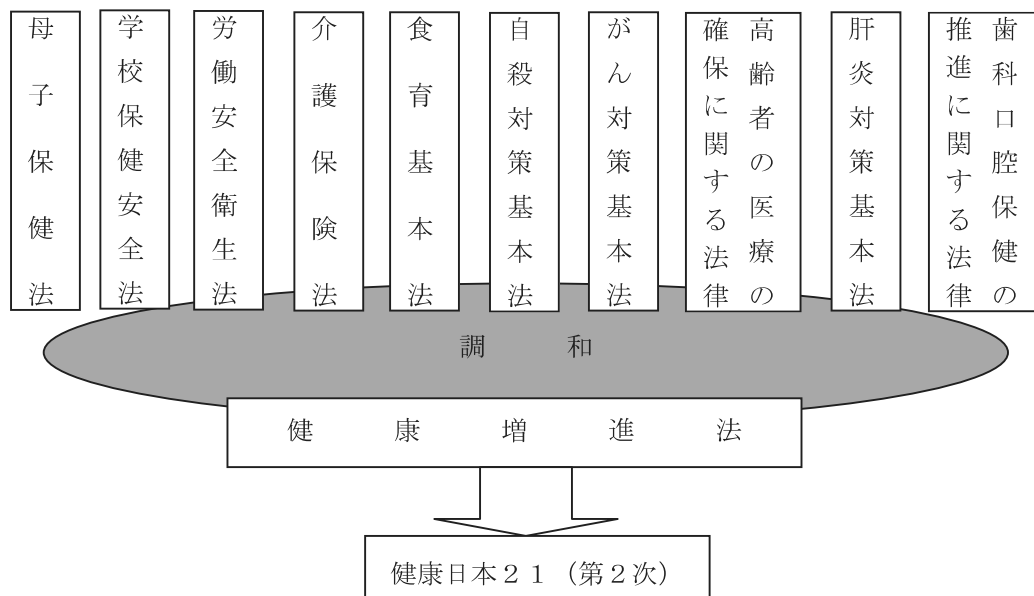
その上で、生活習慣病を発症する危険度の高い集団や層への重点的な支援が必要であり、地域や職場等を通じての社会環境の改善が重要であると考えます。

3. 行政計画としての位置づけ

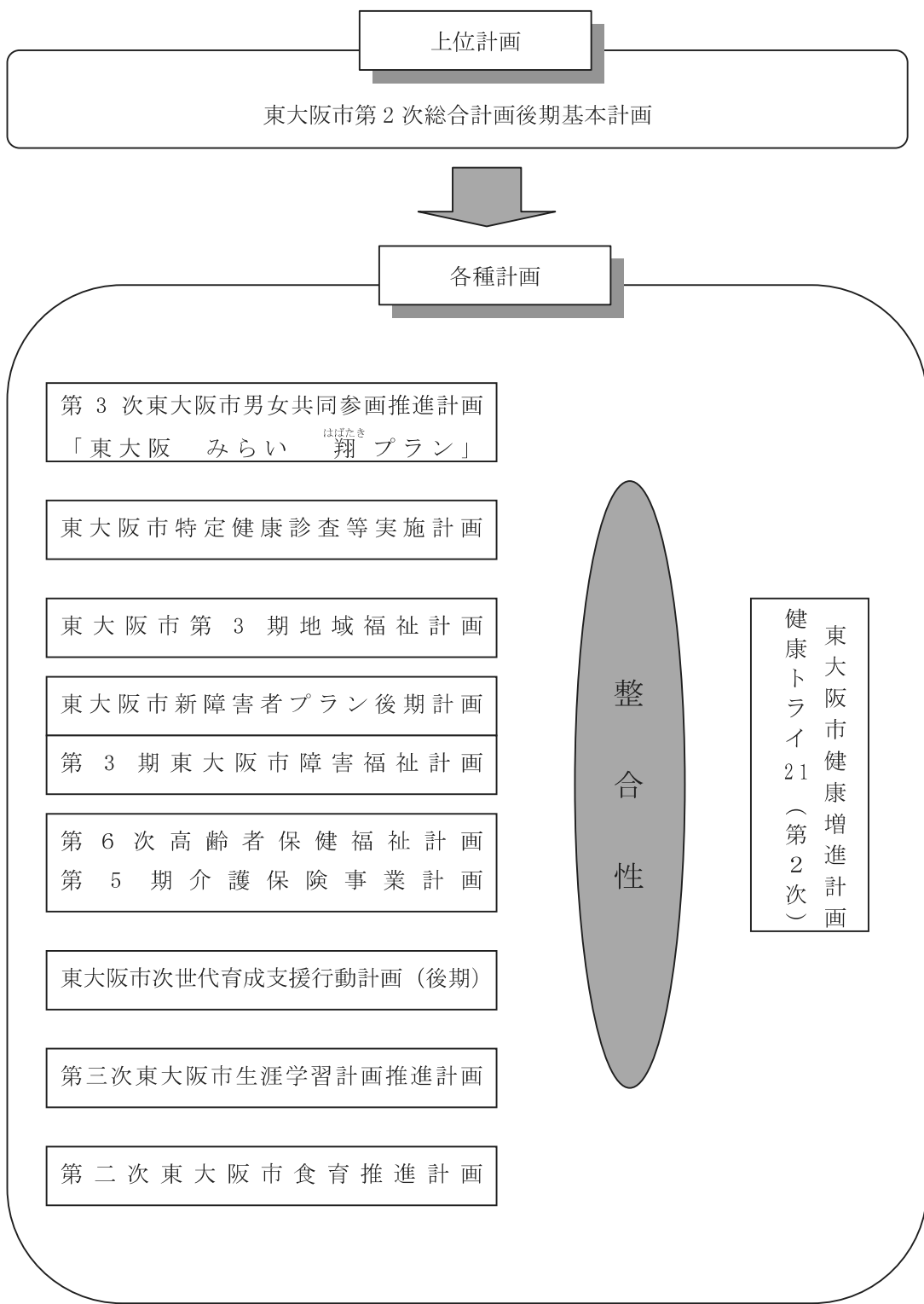
健康トライ21(第2次)は、健康増進法第8条第2項に基づく「市町村健康増進計画」として、東大阪市における健康増進施策の基本的な計画となるものです。

また計画は、国の「健康日本21(第2次)」及び大阪府の「大阪府健康増進計画」の内容を踏まえながら、市政運営の指針となる「東大阪市第2次総合計画後期基本計画」の部門別計画として位置づけられ、庁内関係部局の関連計画との整合性を図っています。

国における健康日本21(第2次)の位置づけ



東大阪市における健康トライ21（第2次）の位置づけ



平成25年3月時点