

目次

| | | |
|---|---|----|
| 1 | 北海道健康増進計画と上川中部圏域健康づくり事業行動計画の役割分担 | 1 |
| 2 | 北海道と上川中部圏域の現状と課題 | 4 |
| 3 | 健康寿命の延伸 | 17 |
| 4 | 上川中部圏域における健康づくりの方向性と主な取組及び役割分担 | |
| | (1) 上川中部圏域健康づくり事業行動計画における取組の全体像 | 18 |
| | (2) 生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底 | 19 |
| | ア がん | |
| | イ 循環器疾患 | |
| | ウ 糖尿病 | |
| | エ COPD(慢性閉塞性肺疾患) | |
| | (3) 社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上 | 23 |
| | ア こころの健康 | |
| | イ 次世代の健康 | |
| | ウ 高齢者の健康 | |
| | (4) 健康を支え、守るための社会環境の整備 | 26 |
| | (5) 栄養・食生活、身体活動・運動、休養、喫煙、飲酒及び歯・口腔の健康に関する生活習慣の改善 | 27 |
| | ア 栄養・食生活 | |
| | イ 身体活動・運動 | |
| | ウ 休養 | |
| | エ 喫煙 | |
| | オ 飲酒 | |
| | カ 歯・口腔 | |
| 5 | 推進体制と進行管理 | 33 |

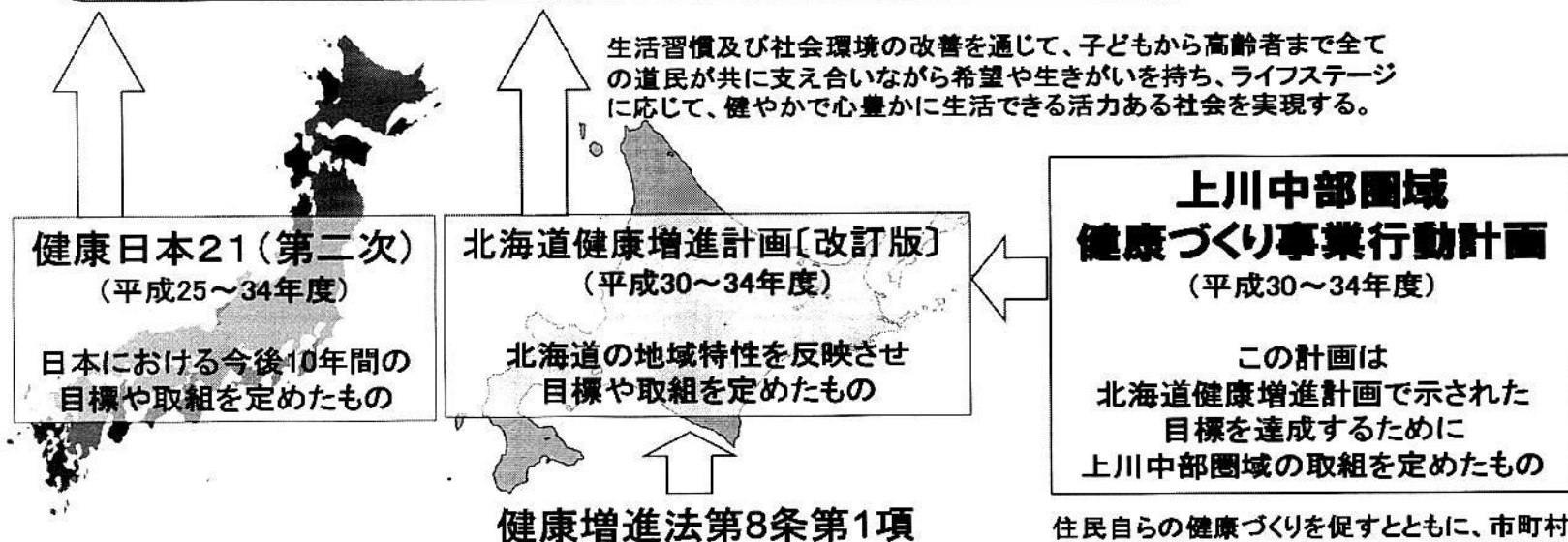
1 北海道健康増進計画と上川中部圏域健康づくり事業行動計画の役割分担

| | 北海道健康増進計画 | 上川中部圏域健康づくり事業行動計画 |
|------|--|---|
| 目的 | 生活習慣及び社会環境の改善を通じて、子どもから高齢者まで全ての道民が共に支え合いながら希望や生きがいを持ち、ライフステージに応じて、健やかで心豊かに生活できる活力ある社会を実現する。 | 「北海道のめざす姿」の実現に向け、圏域における具体的な取組を定める。 <ul style="list-style-type: none"> ・圏域における健康づくり事業の取組を推進する。 ・関係者の役割分担を明確にする。 ・取組状況を整理し関係者で情報共有する。 ・取組状況を住民にわかりやすく情報提供する。 |
| 位置づけ | 健康増進法第8条第1項 | 北海道健康増進計画「すこやか北海道21」(改訂版)で掲げられた目標を達成するための上川中部圏域における行動計画 |
| 目標 | 高齢化の進展及び疾病構造の変化を踏まえ、生活習慣病の予防、社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上等により「健康寿命」の延伸を目指す。また、道民の健やかな暮らしを支える良好な社会環境を構築することにより、「健康格差の縮小」を目指す、道民の健康増進を推進する。 「健康寿命」= 健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間 「健康格差」= 地域や社会経済状況の違いによる集団間の健康状態の差 | 住民自らの健康づくりを促すとともに、市町村や関係団体など一体となって、個人の健康づくりを支援する環境整備を図る。 また、市町村健康増進計画の推進を支援し、上川中部地域住民の「健康寿命の延伸」と「健康格差の縮小」を目指して具体的な取組を推進する。 |
| 期間 | 平成25年度～平成34年度までの10年間(5年目に中間評価) | 平成30年度～平成34年度の5年間を目安 |

「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」で示された健康づくりの基本的方向と「健康づくり事業行動計画」との関係

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

- 1 健康寿命の延伸と健康格差の縮小
- 2 生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底(NCD※の予防)
- 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、喫煙、飲酒及び歯・口腔の健康に関する生活習慣及び社会環境の改善



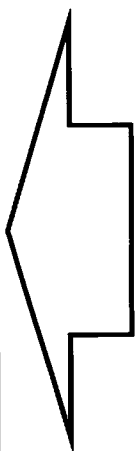
※NCDとは、非感染性疾患

住民の生活機能の維持・向上を支える地域ぐるみの健康づくり事業の推進

住民自ら生活習慣改善
「すこやかほっかいどう10か条」の推進

- ① **す** スタートは朝食、野菜を毎食プラス！！
- ② **こ** こちよいい目覚め、笑いあふれる1日を！
- ③ **や** やってみよう、体重チェックと血圧チェック！
- ④ **か** 家族みんなでフッ素とフロス！
- ⑤ **ほ** ほっとかないで、こころの悩み！
- ⑥ **つ** つきあい楽しく、適正飲酒！
- ⑦ **か** かろやか・ハツラツ、適度な運動！
- ⑧ **い** いつもエンジョイ、吸わない・飲まない青春！
- ⑨ **ど** どこでもさわやか、禁煙、受動喫煙ゼロ！
- ⑩ **う** 受けよう健診・がん検診！変えよう生活習慣！

関係団体による健康づくりのサポート
「北海道健康づくり協働宣言」の推進



- * 各市町における健康づくりの推進
健康づくりしやすい環境の整備
〇〇市(町)健康増進計画
- * 関係機関・関係団体による健康づくりの推進
- * 地区組織活動による自主的な健康づくり
- * 関係機関の連携を促進し
地域ぐるみの健康づくりの推進

これにより！

「健康寿命※1の延伸」
「健康格差※2の縮小」

※1健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間
※2地域や社会経済状況の違いによる集団間の健康状態の差