

資料 1

健康づくり総合計画体系図（案）

練馬区の現状

- ◆ 出産後の健康状況では、乳児家庭全戸訪問事業「産後うつ病質問票」のハイリスク者は約 1 割であり、また、全世代において、約 4 割の人が何らかの不安や心理的なストレスを感じている。
- ◆ 運動習慣者（1 回 30 分以上を週 2 回以上）は、20.8%である。
- ◆ 男性の 40 歳代、60 歳代で肥満とされる BMI 25 以上が多い。
- ◆ 現在 65 歳の人の健康寿命は、男性 80.83 歳、女性 82.35 歳であり、23 区で男性 8 位、女性 18 位である。
- ◆ 区民の要介護認定率は 19.47%と 23 区で 11 番目である。
- ◆ 自主的地域活動に関わっている人は、4 割程度である。

国の動向

- ◆ 健康日本 21（第二次）の大目標に「健康寿命の延伸」をあげている。
- ◆ 健康日本 21（第二次）では、個人の生活習慣改善の取組だけでなく、それを支える社会環境の整備も同時に必要であるとしている。
- ◆ うつ病の増加や、自殺、さまざまなこころの健康に関する事件や事象が発生しており、心身共に健康であることへの取組が求められている。
- ◆ 「健康日本 21（第二次）」「第二次食育推進基本計画」「健やか親子 21（第二次）」を、練馬区の健康づくりの中で、体系的に実施していくことが求められている。

課題

- ◆ 健康寿命を延伸させ、元気高齢者を増やす取組が求められている。
- ◆ こころの健康について、各世代に応じた対策を講じる必要がある。
- ◆ 健康日本 21（第二次）で明記された「社会環境の整備～個人の取り組みを後押しする地域の支え合い～」の取組が求められている。

目標

- 1 健康寿命の延伸
生活習慣病予防や重症化予防・こころの健康づくりに取り組み、元気で健康な区民を増やす。
- 2 健やかな暮らしを支える地域社会の実現
健康に関する個人の取り組みへの後押しや、子育てを地域で見守るなどの「地域の支え合い」・「安全な生活のための環境整備」により、健やかな暮らしを支える地域社会の実現を目指す。

施策の柱

- 1 生涯を通じた健康づくりを推進する。
- 2 健康づくりにつながる地域の支え合いを促進する。
- 3 健康を支え、守るための環境を整備する。

計画の体系

- 1 生涯を通じた健康づくりを推進する（施策 211）
 - ◆ 乳幼児と親の健康づくり
 - ◆ 児童、生徒の健康づくり
 - ◆ 成人の健康づくり
 - ◆ 高齢者の健康づくり
 - ◆ こころの健康づくり
- 2 健康づくりにつながる地域社会の支え合いを促進する（施策 212）
 - ◆ 健康づくり活動の育成・支援
 - ◆ 健康づくりの環境整備
 - ◆ 食育を推進する環境整備
- 3 健康を支え、守るための環境を整備する（施策 213・214）
 - ◆ 健康危機管理体制の充実
 - ◆ 感染症対策の充実
 - ◆ 営業施設等の衛生環境の確保
 - ◆ 安全な食生活環境の確保

重点ポイント

- 1 子どもの健やかな成長を育むための取組
- 2 生活習慣病の発症予防と重症化予防のための取組
- 3 加齢や運動不足による身体機能の低下を防ぐための取組
- 4 こころの健康づくり

別冊版：個別事業

再構築

健康づくり総合計画体系図（案）

練馬区の現状

- ◆ 出産後の母親の健康状況について、全戸訪問による「産後うつ病質問票」の要観察者は増加傾向にある。
- ◆ 現在の健康寿命は、男性 71.19 歳、女性 74.21 歳である。
- ◆ 健康実態調査による「うつ病・不安障害などの精神疾患スクリーニング」では、3 人に一人程度が何等かの心理的不安を感じており、一割程度が気分障害・不安障害に相当する心理的負担を感じている。
- ◆ 健康実態調査では、健康や医療サービスに関連したボランティア活動への参加割合は 6.5%である。
- ◆ 区民意識調査における「区の施策への要望」では、2 位に高齢者福祉・5 位に子育て支援がある。

国の動向

- ◆ 健康日本 21（第二次）の大目標に「健康寿命の延伸」をあげている。
- ◆ 健康日本 21（第二次）では、個人の生活習慣改善の取組だけでなく、それを支える社会環境の整備も同時に必要であるとしている。
- ◆ うつ病の増加や、自殺、さまざまなこころの健康に関する事件や事象が発生しており、心身共に健康であることへの取組が求められている。
- ◆ 「健康日本 21（第二次）」「第二次食育推進基本計画」「健やか親子 21（第二次）」を、練馬区の健康づくりの中で、体系的に実施していくことが求められている。

課題

- ◆ 核家族化や就業形態の変化等により、安心して子供を産み育てる環境が厳しくなっている。
- ◆ 進む高齢化に対し、高齢期の生活の質の向上を図り、元気高齢者を増やす必要がある。
- ◆ 世代のみならず、性別や生活状況などにより、「こころの健康」の阻害要因が多様化・複雑化している。
- ◆ 個々人の健康づくりを後押しするための「地域の互助的活動」の広がりが弱い。

目標

区民の一人ひとりが心身ともに健やかに生活できるとともに、健康づくりを後押しする地域の互助的活動が広がっている状態を目指します。

計画の体系

- 1 生涯を通じた健康づくりを推進する
 - ◆ 乳幼児と親の健康づくり
 - ◆ 児童、生徒の健康づくり
 - ◆ 成人の健康づくり
 - ◆ 高齢者の健康づくり
 - ◆ こころの健康づくり
- 2 健康づくりにつながる地域社会の支え合いを促進する
 - ◆ 健康づくり活動の育成・支援
 - ◆ 健康づくりの環境整備
 - ◆ 食育を推進する環境整備

目標達成のための重点事業

- 【子どもの健やかな成長を育むための取組】
 - ◆ 妊娠・出産支援事業
- 【生活習慣病の発症予防と重症化予防のための取組】
 - ◆ 健康診査・がん検診事業
 - ◆ 国民健康保険特定保健指導と糖尿病の重症化予防事業
- 【加齢や運動不足による身体機能の低下を防ぐための取組】
 - ◆ ロコモティブシンドローム対策事業
- 【こころの健康づくり】
 - ◆ アウトリーチ事業
- 【健康づくりに関するボランティアの活動を広げるための取組】
 - ◆ 健康づくりボランティアの育成と活動支援事業
 - ◆ 地域と連携・協働して取組む健康づくり事業
 - ◆ 食のサポーター育成と活動支援事業

事業編（仮称）：個別事業