

第2章 計画の基本目標と方針

第1節 基本目標と基本方針

1 基本目標

最終評価により見えてきた課題や、「健康日本21（第3次）」のビジョンや基本的な方向性、第五次宮崎市総合計画の基本目標の1つである、“良好な生活機能が確保されている都市（まち）”を踏まえ、本計画の基本目標を次のとおりとします。

“市民一人一人が健やかで心豊かに自分らしく過ごせるまち”

いつまでも健康であり続け、安心して心豊かな生涯を送りたいと思うことは、多くの市民の願いです。「健康」は、自分らしく生きていくための重要な要素であり、生きがいを持って社会に参加する上で、欠かせないものです。

この「健康」を守るため、市民一人一人が「自分の健康は自分でつくり自分で守る」ことを意識し、主体的に健康づくりに取り組むことが大切となります。

本計画では、基本目標を“市民一人一人が健やかで心豊かに自分らしく過ごせるまち”と設定し、「子どもの権利」が保障され、「女性特有の健康課題」に取り組むとともに、性別、年齢、病気や障がいの有無にとらわれず、全ての人が健康づくりに取り組み、「健康寿命の延伸」及び「健康格差の縮小」の実現を目指します。

2 指標（具体的な数値目標）

基本目標の達成達成状況を評価するため、市民が自分の「健康状態に満足しているか」、「いきいきと過ごせているか」を、本計画の成果指標として設定します。

項目	現状値 (R4年度)	目標値 (R15年度)	現状値の 根拠資料
自分の健康状態に満足している人の割合の増加	55.5%	70.0%	宮崎市総合計画に基づく市民意識調査結果
いきいきと過ごせている人の割合の増加	69.2%	85.0%	

※「自分の健康状態に満足している人の割合」は、第2次健康みやざき市民プランでも目標値を下回っていたため、同様の数値を設定し、引き続き調査を行っていきます。

※「いきいきと過ごせている人の割合」は、第2次健康みやざき市民プラン期間中の令和元年度は目標値の80%を達成しましたが、令和2年度以降は数値の減少がみられました。これは、新型コロナウイルスによる影響が大きいものと考えられるため、第3次健康みやざき市民プランにおいては、本項目の目標値を85%に設定し、引き続き調査を行っていきます。

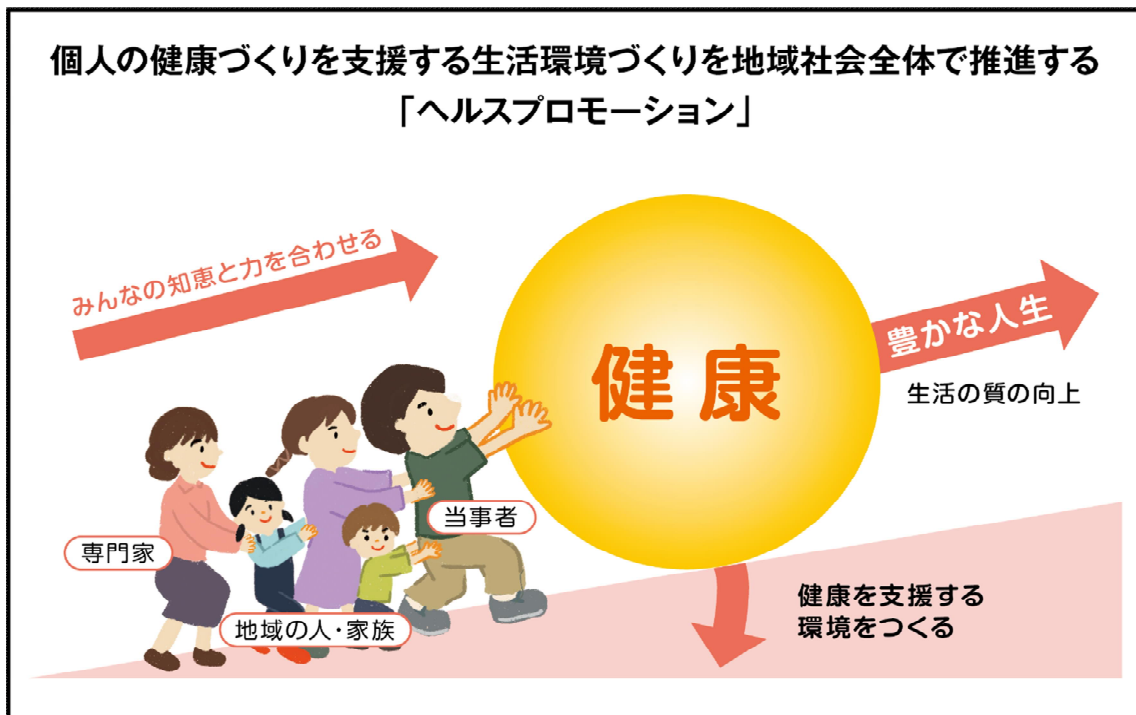
3 基本方針

基本目標を達成するための基本方針を次のとおりとします。

基本方針1	市民が主役の健康づくり
健康づくりは個人の取組が基本となります。市民一人一人が健康への関心を高め、健康的な生活を自分で選択し、実践できるようになることを目指します。	

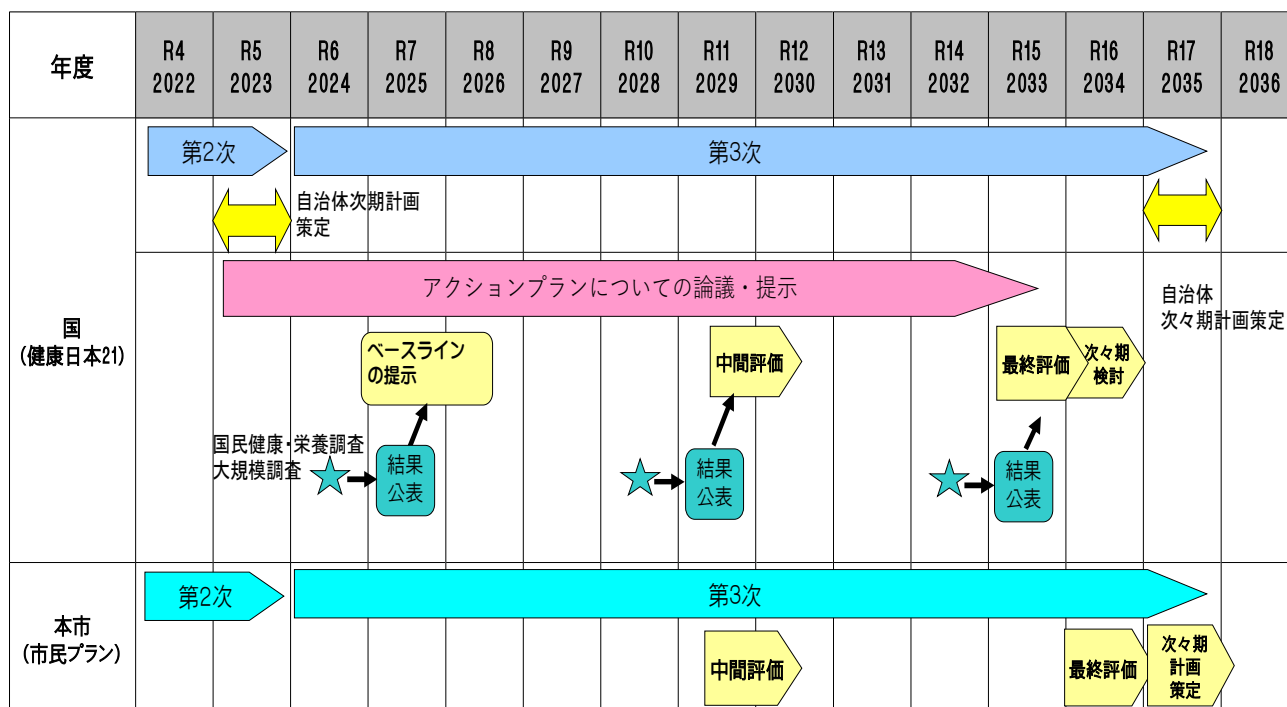
基本方針2	みんなで支え合う健康づくり
個人が健康づくりに取り組んでいくためには、それらの取組を支える環境づくりが不可欠です。家庭、地域、市民活動団体、学校、職場、企業、保険者（保険事業の運営主体）、行政などが連携を図り、社会全体の支援による健康づくりを目指します。	

基本方針3	生涯を通じた健康をはぐくむ環境づくり
ライフステージ（乳幼児期、青壮年期、高齢期等の人の生涯における各段階）や性に特有の健康づくりに加え、妊婦の健康は次世代の健康にも影響を及ぼす可能性があることを踏まえ、人の生涯を経時的にとらえた健康づくり（ライフコースアプローチ）を目指します。	



4 計画の期間

本計画の期間は、令和6年度から令和17年度までの12年間とします。令和11年度に中間評価、策定後10年経過後の令和16年度をめぐり最終評価を行うことにより、目標を達成するための諸活動の成果を適切に評価し、その後の健康増進の事業等に反映させていくこととします。



第2節 目標達成に向けた重点施策

基本方針のもと、計画を推進していくうえでは、主要な死亡原因であるがんや循環器疾病の減少に向けての取組など、これまで以上に一次予防に重点を置き、さらに、栄養・食生活、身体活動・運動、飲酒、喫煙、歯・口の健康に関する生活習慣の改善に向けた取組が重要です。

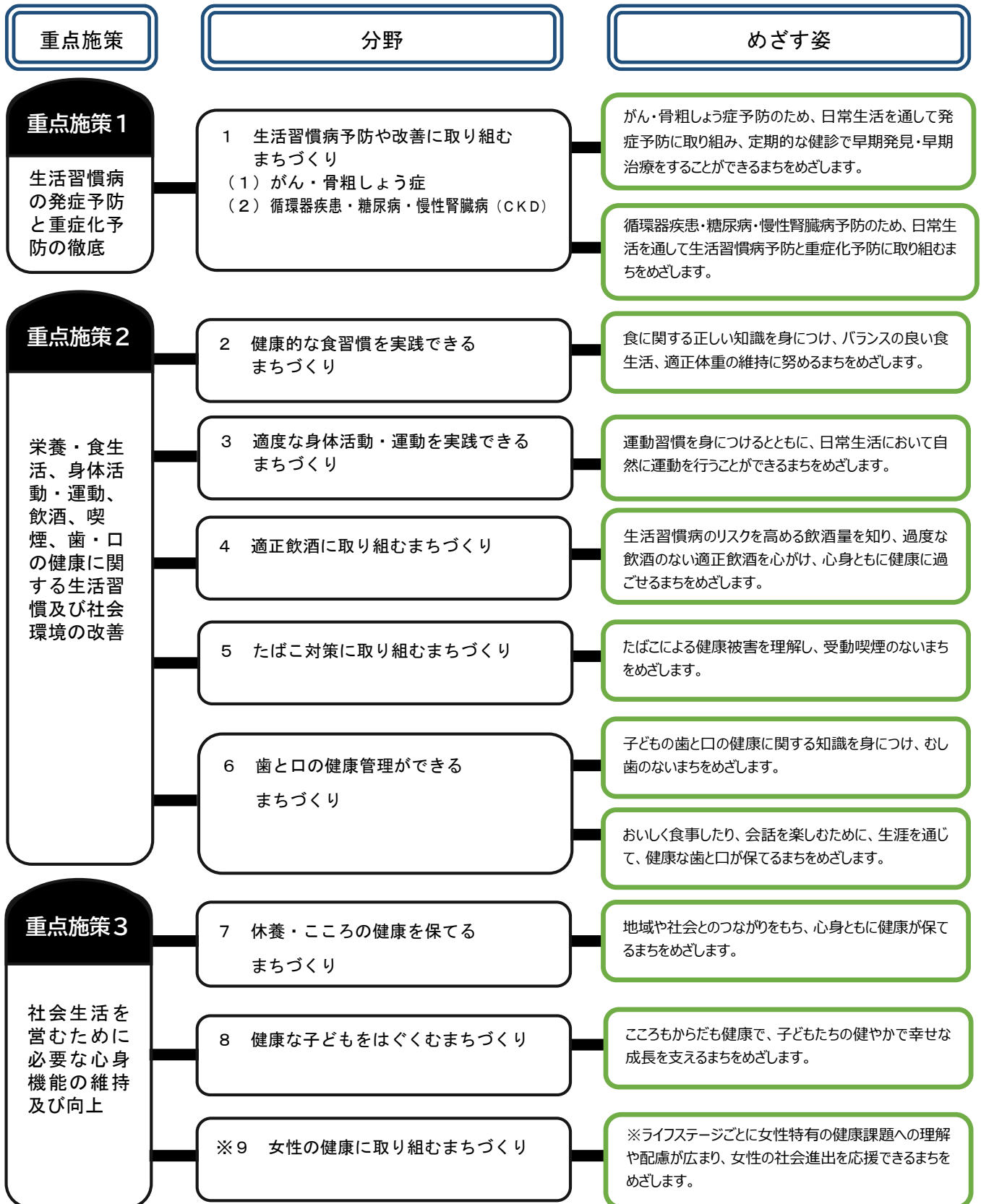
また、女性特有の健康課題や、年齢、障がいの有無にかかわらず、誰一人取り残さない健康づくりを推進するため、それぞれのライフステージにおいて、心身機能の維持・向上していくことが重要なことから、次の3つを重点施策とし、その基本要素となる9つの分野とめざす姿を設定して取り組むこととします。

1 3つの重点施策

重点施策Ⅰ	生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底
<p>がん、循環器疾患、糖尿病に加え、慢性腎臓病（CKD）に対処するため、一次予防に重点を置いた対策を推進するとともに、科学的根拠に基づく疾病の予防や早期発見・早期治療など、重症化予防に重点を置いた対策を推進します。</p> <p>また、既に病気などの疾患を抱えている人も含め、「誰一人取り残さない」健康づくりの観点から、健康に関する情報を入手・活用できる基盤の構築や周知啓発の取組を行うとともに、生涯を通じて心豊かに暮らせるよう市民の生活習慣病及びフレイル^{※1} 予防を支援します。</p>	
重点施策Ⅱ	栄養・食生活、身体活動・運動、飲酒、喫煙、歯・口の健康に関する生活習慣及び社会環境の改善
<p>ライフステージや性差、対象ごとの特性やニーズ、健康課題等の十分な把握を行い、健康増進を形成する基本要素となる生活習慣の改善を含めた健康づくりを効果的に推進します。</p> <p>また、居場所づくりや社会参加の取組に加え、市民がより緩やかな関係性も含んだつながりを持つことができるよう、健康な食環境や身体活動・運動を促す環境をはじめとする自然に健康になれる環境づくりの取組を実施し、健康に関心の薄い者を含む幅広い対象に向けた予防・健康づくりを推進します。</p>	
重点施策Ⅲ	社会生活を営むために必要な心身機能の維持及び向上
<p>社会生活を営むためには、身体の健康とともにこころの健康が重要なことから、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、心身機能の維持及び向上に取り組めます。</p> <p>加えて、性・年齢差の特徴を踏まえるとともに、ライフコースアプローチ（胎児期から高齢期に至るまでの人の生涯を経時的に捉えた健康づくり）について、健康づくりに関連する計画等とも連携しつつ、取組を推進します。</p>	

※1 フレイルとは、虚弱とも呼ばれ、加齢とともに、体や心のはたらき、社会的なつながりが弱くなった状態を指します。そのまま放置すると、要介護状態になる可能性があります。フレイル状態に早めに気づいて、適切に行動することにより、健康な状態に戻ることができます。

分野の設定とめざす姿



【※】は第3次より追加

第3節 計画の推進

本計画は、基本理念として掲げる『市民一人一人が健やかで心豊かに自分らしく過ごせるまち』を実現するために、市民や関係団体、行政などが一体となって、健康づくりを進めていく計画です。

市民をはじめ、様々な団体が計画に示された課題や目標を共有できるよう、地域活動を通して内容を幅広く周知し、計画の推進を図ります。

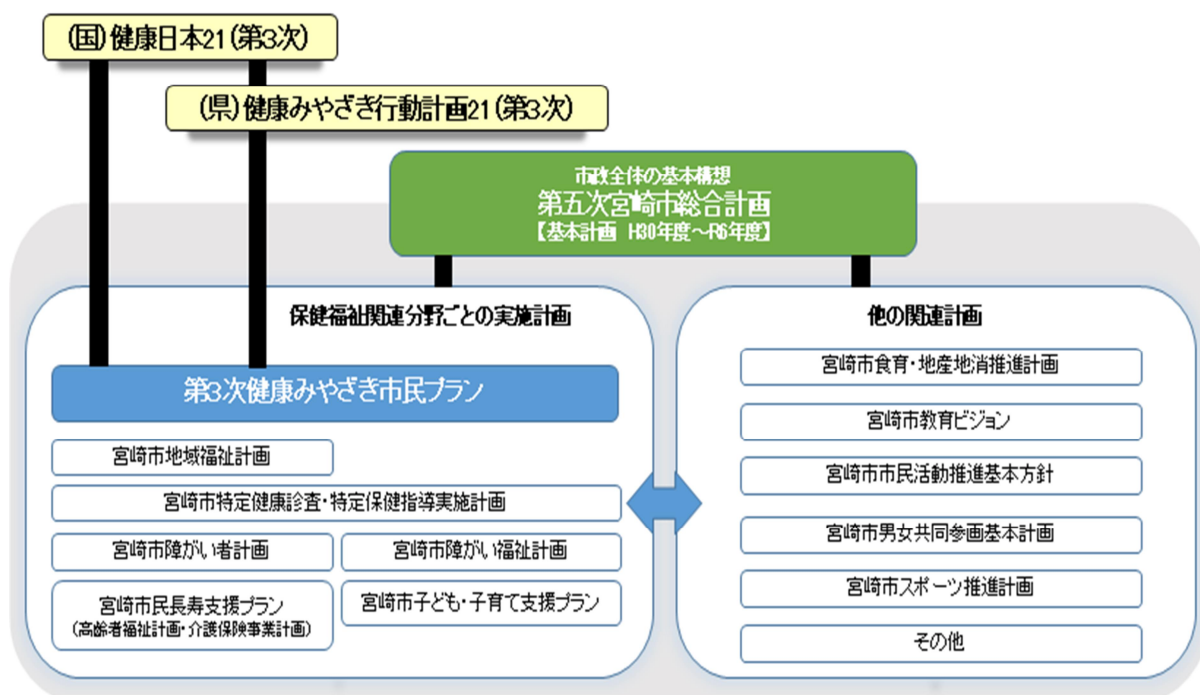
その1	地域の健康課題に、市民とともに取り組みます。
<ul style="list-style-type: none">* 健康に対する意識を高め、市民自ら健康づくりに取り組めるよう、支援します。* 地域の健康課題の解決に向け、市民とともに取り組みます。* 地域につながりが広がる地域活動を展開します。* 地域の慣習や特徴、生活習慣などの実態把握に努めます。* 対象者の特性に応じた効果的な働きかけを行い、取組の実効性を高めます。	
その2	関係機関、地域等との連携を図りながら進めていきます。
<ul style="list-style-type: none">* 保健・医療・福祉の関係者及び関係機関、地域等と協働し、市民一人一人の主体的な健康づくりを支援します。* 計画の円滑な推進のため、庁内関係各課との更なる連携を図ります。* 多職種連携など様々な分野の横断的な取組を推進します。	
その3	健康に関する各種指標を活用し、取り組みを推進します。
<ul style="list-style-type: none">* 各種統計や健診結果等に基づいた指標（具体的な数値目標）を設定します。* 活動の成果を随時適切に評価し、関係者自らの取り組みに反映させます。* 計画開始から6年後を目処に中間評価を実施し、目標の達成状況や社会情勢の変化等を踏まえた見直しを行います。* 計画終期（令和16年度）には最終評価を行い、その後の健康づくり施策に反映させます。	

第4節 計画の位置づけ

1 他の計画との関係

この「第3次健康みやざき市民プラン」は、国の「健康日本21（第3次）」を踏まえており、本市における健康づくりの施策を推進するための指針となります。

本市の「第五次宮崎市総合計画」の基本目標の一つにある「良好な生活機能が確保されている都市（まち）」を実現するための主要施策として位置づけ、健康づくりに関連する本市の各計画との整合性、連携を図り、あらゆる世代が、心身を健やかに保てるように、医療や福祉の充実したまちを目指しています。



- * 「宮崎市地域福祉計画」と相互に連携し、地域保健の推進を図ります。
- * 医療保険者として策定する高齢者の医療の確保に関する法律に規定する「宮崎市特定健康診査・特定保健指導実施計画」と相互に連携を図り、医療保険者として実施する保健事業と、事業実施者として行う健康増進事業を一体的に取り組みます。
- * 「宮崎市障がい福祉計画」と相互に連携し、障がいのある方の健康づくりに取り組みます。
- * 「宮崎市民長寿支援プラン」と相互に連携し、高齢者の健康づくりに取り組みます。
- * 「宮崎市子ども・子育て支援プラン」と相互に連携し、次世代の健康づくりに取り組みます。
- * 「宮崎市食育・地産地消推進計画」と相互に連携し、ライフステージに応じた食育の推進を行います。
- * 目標項目に関連する法律及び各種計画との整合性を図るものとします。
- * 「宮崎市男女共同参画基本計画」と相互に連携し、女性の健康について取り組みます。

2 施策の体系

第3次健康みやざき市民プラン

