
健康ながさき21(第2次)

(長崎県健康増進計画 2013～2022)

【中間見直し版】

はじめに



人生100年時代を迎えようとする中、全国に先んじて高齢化が進んでいる本県におきましては、いかに県民の皆様健康で長生きをしていただくということが重要になってまいります。

そのため、県民お一人おひとりに、自らの健康状態を適切に把握し、健康づくりを実践していただくとともに、地域や企業、行政等が連携して県民の健康づくりの取組を支援する環境づくりを推進していくことが必要となります。

本県では、平成25年3月に、「健康寿命の延伸と健康を支え守るための社会づくり」や「健診による健康づくり」、「生活習慣病の重症化予防」などを基本的な方向とする、10年間の健康増進計画である本計画「健康ながさき21（第2次）」を策定し、これまで様々な施策に取り組んできましたが、策定から5年が経過したことから、各種目標の中間評価とそれを踏まえた内容の見直しを行いました。

また、本県では「健康長寿日本一の長崎県づくり」を旗印に掲げ、健康寿命を全国トップの水準まで延伸することを目指して、「食事」「運動」等の生活習慣改善や特定健診受診率の向上など、それぞれのライフステージの健康課題に応じた施策を展開していくこととしています。

今回の見直しを踏まえ、「健康長寿日本一の長崎県づくり」の実現に向けて、市町や関係団体の皆様と連携しながら、県民運動として、健康づくりのなお一層の推進を図ってまいりますので、引き続き、県民の皆様のご理解、ご協力をお願いいたします。

結びに、健康ながさき21推進会議の委員の皆様をはじめ、本計画の見直しにあたり、熱心にご協議いただきました関係者の皆様方に心から感謝申し上げます。

平成30年3月

長崎県知事 中村 法道

目 次

	頁
第1章 健康ながさき21（第2次）の概要	
1. 計画の目的	2
2. 計画の基本方針	2
3. 計画の期間	3
4. 計画の進め方	3
第2章 推進体制	
1. 県（保健所）の役割	6
2. 市町の役割	6
3. 医療保険者の役割	7
4. 関係団体等の役割と連携	7
第3章 長崎県が取り組む健康づくり対策	
I. 健康寿命の延伸と健康を支え守るための社会づくり	12
II. 健診による健康づくり	18
III. 生活習慣病の重症化予防	23
IV. 社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上	
1. こころの健康づくりと休養	32
2. 次世代の健康	36
3. 高齢者の健康	40
V. 生活習慣及び社会環境の改善	
1. 栄養・食生活	44
2. 身体活動・運動	51
3. 喫煙	55
4. 飲酒	60
5. 歯・口腔の健康づくり	64
第4章 目標及び進行管理・評価	
1. 目標	72
2. 進行管理及び評価	72
3. 健康指標管理評価	72
4. 医療費適正化計画等との整合性について	73
5. 重点目標項目	74
6. 数値目標シート	75

資 料