

# 「健康徳島21（第三次）」について

## 1 計画改定の趣旨

本県では、健康づくり対策の基本的方向性を示す県健康増進計画「健康徳島21」を策定し、健康増進につながる施策の総合的な推進に努めてきたところ、現計画の計画期間が今年度末に終了する中、本年5月、健康増進法に基づく国の基本方針「健康日本21（第三次）」が告示されたことを受け、「健康徳島21」を改定する。

## 2 計画期間

令和6年度から令和11年度までの6年間

## 3 基本理念

「誰一人取り残さない！安心して暮らせる持続可能な健康とくしまの実現」

## 4 主な施策（目標）

### 【基本目標】健康寿命の延伸と健康格差の縮小

#### 【取組方針・主な目標】

##### ①個人の行動と健康状態の改善

- ・ 生活習慣の改善（栄養・食生活、身体活動・運動、休養・睡眠、飲酒、喫煙、歯・口腔）  
（目標）㊦睡眠時間が6～9時間の者の割合の増加
- ・ 生活習慣病の発症予防・重症化予防（がん、循環器病、糖尿病、㊦CKD、COPD）  
（目標）㊦腎不全の年齢調整死亡率の減少（人口10万対）
- ・ 生活機能の維持・向上（㊦フレイル、ロコモ、㊦骨粗鬆症）  
（目標）㊦フレイルサポーター養成数の増加、㊦骨粗鬆症検診実施市町村の増加

##### ②社会環境の質の向上

- ・ こころの健康の維持・向上（メンタルヘルス、自殺予防）  
（目標）自殺者の減少（人口10万対）
- ・ 自然に健康になれる環境づくり（㊦スポーツ、望まない受動喫煙）  
（目標）㊦成人の週1回以上のスポーツ実施率の向上
- ・ 社会とのつながり・誰もがアクセスできる健康増進のための基盤整備（㊦健康経営、多様な主体との連携）  
（目標）㊦健康経営に取り組む事業所数の増加

##### ③ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり

- ・ 生涯を通じた健康づくり（子ども、㊦若年層、㊦働き盛り世代、高齢者）  
（目標）㊦足腰に痛みのある高齢者数の増加の抑制  
㊦認知症カフェで活動する認知症サポーター数の増加