

健康市民おかやま21 (第2次) とは

策定の趣旨

健康増進法第8条に基づく健康増進計画です。岡山市では、「すべての市民が健康で、心豊かに生きられるまち」を目指し、「健康を自覚できる人の増加」と「健やかな暮らしを支える社会環境の実現」を上位目標に掲げ、ヘルスポランティアや各種団体・機関と連携しながら、社会全体としての個人の健康を支え、守る環境づくりに取り組んでいます。

計画の期間

平成25年度から平成34 (2022) 年度までの10年間としています。計画の推進にあたっては、計画の中間年にあたる平成29年度に中間評価を行い、計画を見直しました。平成34 (2022) 年度には、最終年度における評価を行う予定です。

体系図

岡山市第六次総合計画

未来へ躍動する桃太郎のまちおかやま
「躍動」「住みやすさ」「協働」
全国に誇る、傑出した安心を築く「健康福祉・環境都市」

健康市民おかやま21 (第2次)

すべての市民が健康で、心豊かに生きられるまち

健やかな暮らしを支える社会環境の実現

健康を自覚できる人の増加

基本理念

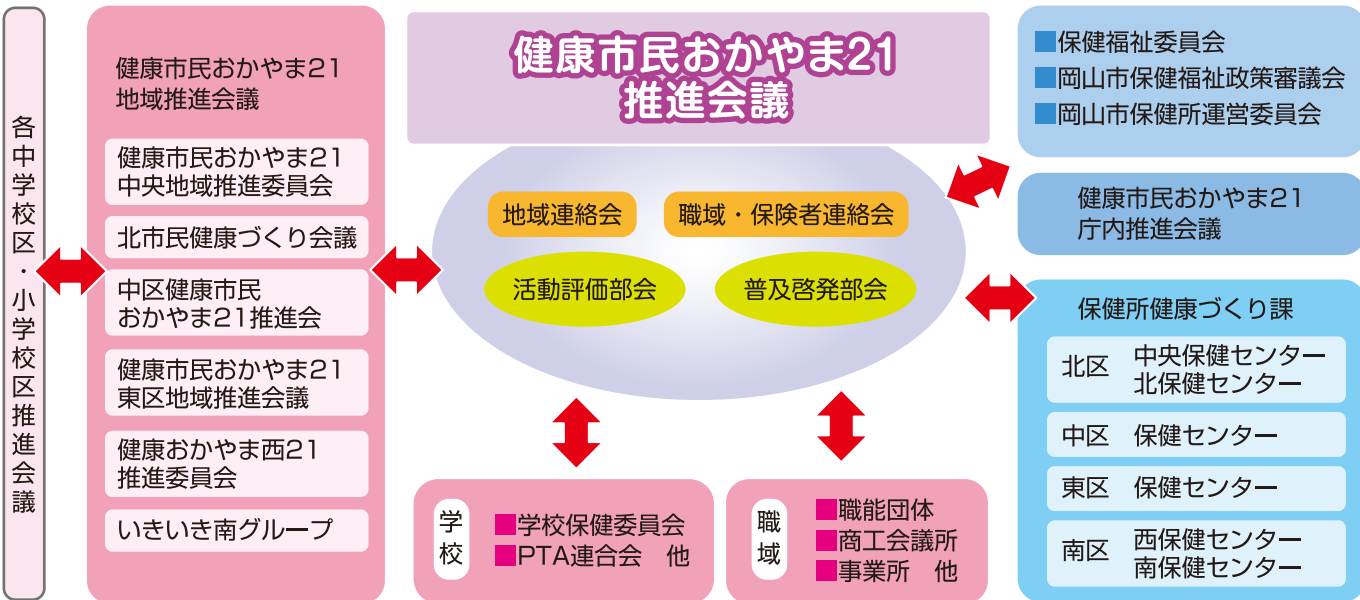
市民の主体的な健康づくり
地域でつながり高めあう健康づくり
市民の健康を支えるための環境整備

推進の方向性

- ライフステージに応じた健康づくりの推進
- 6分野の健康づくり(栄養・食生活、身体活動・運動、こころ・休養、飲酒、喫煙、歯・口腔の健康)及び生活習慣病への対策
- 市民、企業、専門団体、地区組織、ヘルスポランティア、公民館、学校園などとの連携による健康づくりの推進

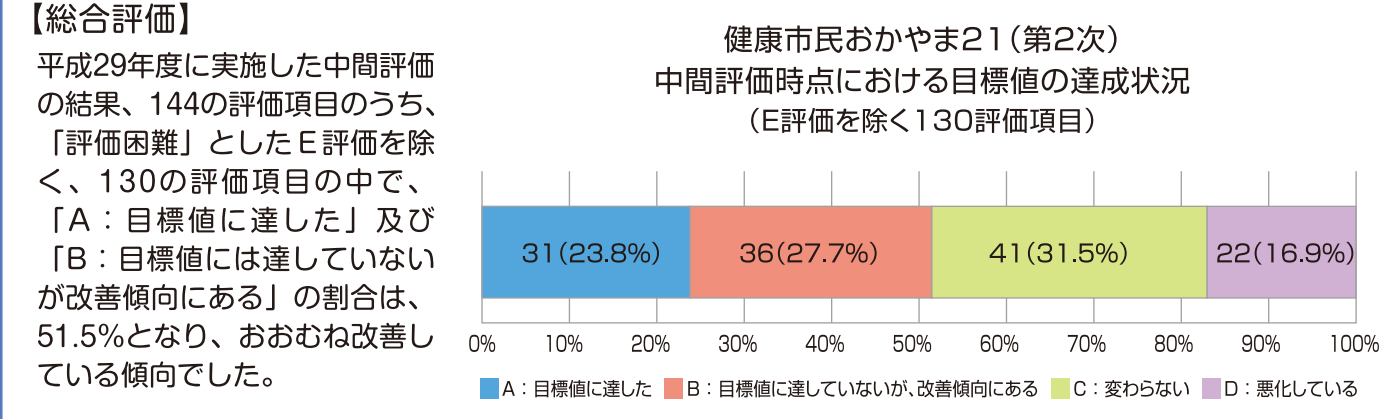
推進体制

地域・住民 行政



市民の主体的な取組による地域でのつながり、高め合う健康づくり活動 (ソーシャルキャピタルの醸成)

健康市民おかやま21 (第2次) 中間評価 (平成25~29年度) の概要



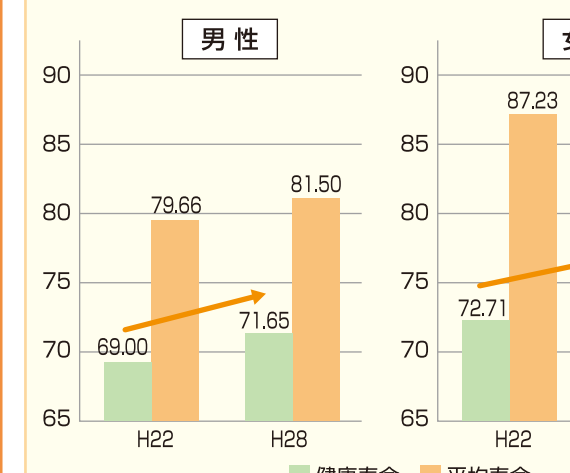
健康寿命は延伸していました!

65歳からの平均自立期間*の延伸

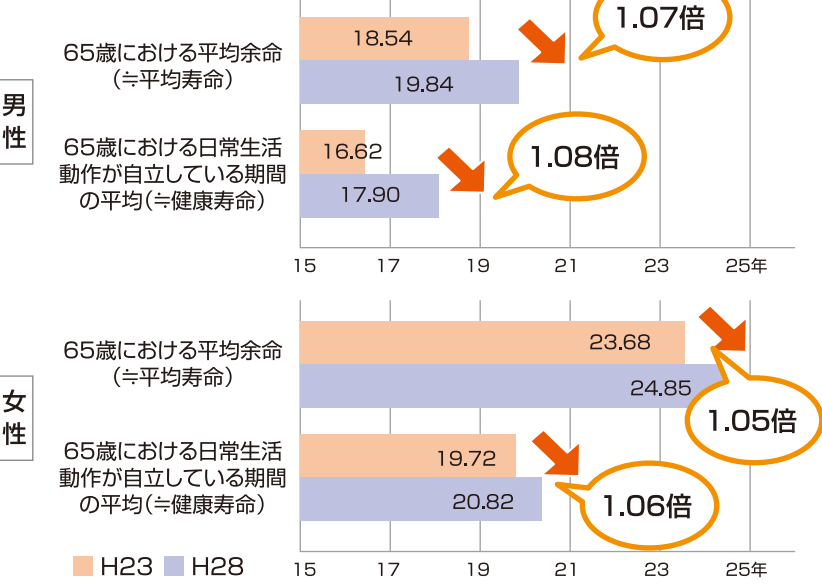
- 「日常生活が自立している期間の平均」は、男女共に、H23とH28と比べて延びています。
- 男女共に「65歳における平均余命」の伸びよりも「日常生活動作が自立している期間の平均」が延びており、健康寿命は延伸されていました。

*平均自立期間とは…
65歳から要介護状態(要介護2以上)になるまでの、日常生活動作が自立している平均的な期間を指す。

(参考) 平均寿命と健康寿命



65歳における平均余命と日常生活動作が自立している期間の平均【平成23年と平成28年の比較】



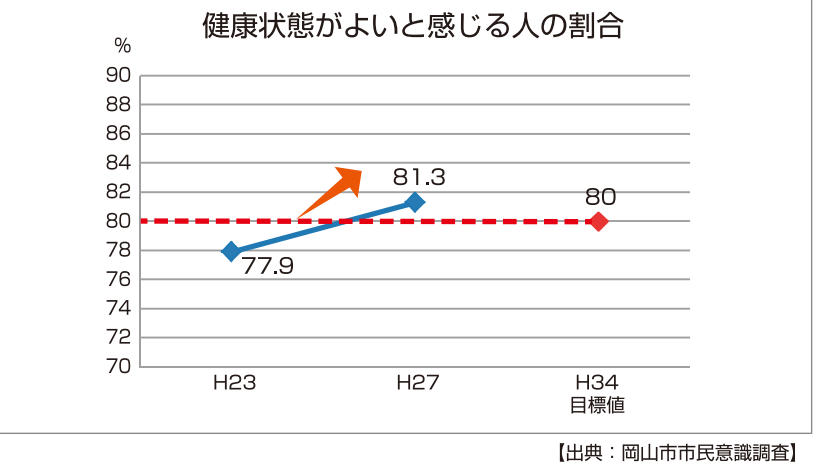
○岡山市の平均寿命は、男女共に全国水準を上回って延びていました。
○心身ともに自立し日常生活が制限されることなく生活できる期間である健康寿命も、H22とH28と比べて、男性は2.65歳、女性は1.71歳と延びていました。
○平均寿命と健康寿命の差は、H22とH28と比べて、男性では10.66年→9.85年、女性14.52年→13.54年と短くなっていることから、健康で過ごせる期間が延びていました。

【資料】平均寿命…厚生労働省「平成22及び28年生命表」、健康寿命…厚生労働科学研究「健康寿命及び地域格差の分析と健康増進対策の効果検証に関する研究」

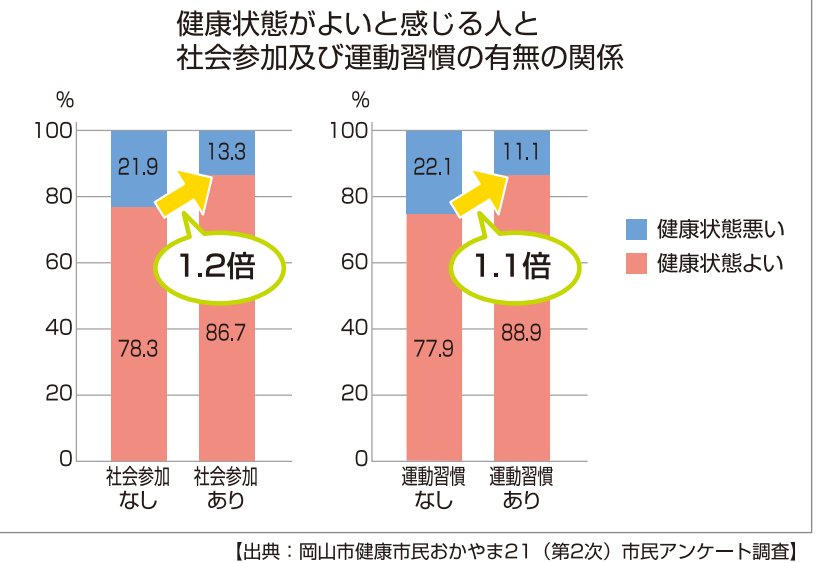
5年間の成果

健康を自覚できている人は増加していました!

- 「『健康状態がよい』と感じる人の割合」は、策定当時より増加しており、平成27年度は、目標値を上回る81.3%となりました。
- また、社会参加や運動習慣のある人は、ない人と比べて、「健康状態がよい」と感じる人が多い傾向でした。



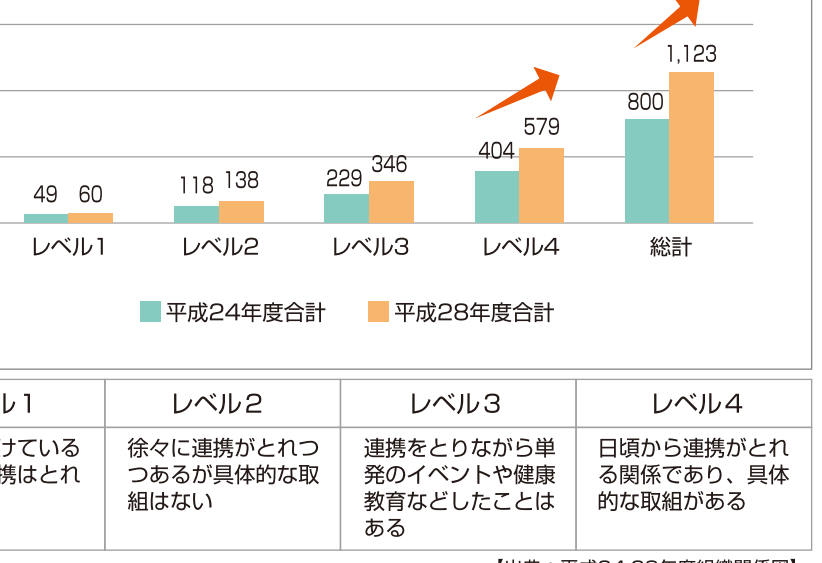
引き続き、健康を自覚できる人の増加、健康寿命の延伸に向けて「身体活動・運動」「栄養・食生活」「社会参加」を三本柱として活動していくことが重要です。



各組織・団体との連携、ネットワーク化も増加・強化されていました!

- 連携する組織数も増加しており、また、連携の強さを測った「レベル評価 (レベル1~4)」においても、最も連携の強い「レベル4」の組織数が最も多くを占めており、連携は強化されていました。

地域組織・団体との連携の強さと数の推移【平成24年度 (31か所) と平成28年度 (38か所)】

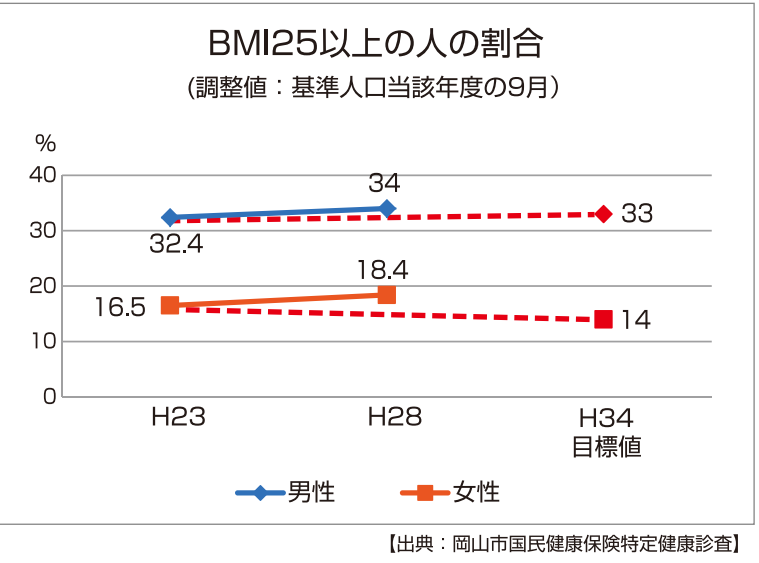


課題

栄養・食生活

適正体重を維持している人の減少 (肥満 (BMI25以上) の人の増加)

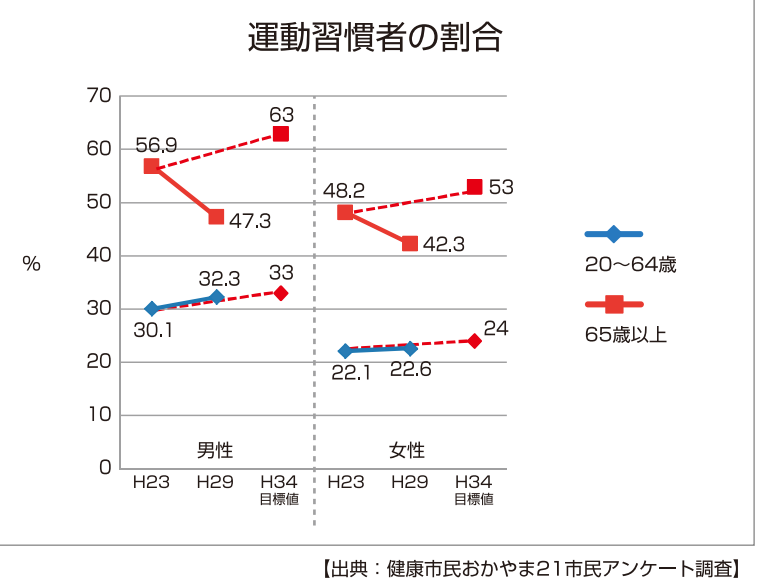
適正体重を維持している人の割合は、40~60歳代の男女ともに肥満者の割合が増加しています。その他、野菜摂取、減塩に関する正しい知識の普及や、社会環境の整備を図る必要があります。



身体活動・運動

運動習慣のある人の割合の減少

運動習慣のある (1回30分以上、週2回以上、1年以上継続しているものを指す) 人の割合は、20~64歳までの男女では、増加傾向となっています。一方、65歳以上の男女においては、著しく低下しています。



糖尿病

糖尿病有病者の増加

糖尿病有病者 (糖尿病治療中またはHbA1c (NGSP) 6.5%以上割合) の割合は、増加しています。

