

第2章 「健康たかはま21」の目標設定

1 目標設定の基本的な考え方

国は栄養・食生活等の9分野を設定、愛知県はこれに健やか親子を含めた10分野を設定しています。本市の「健康たかはま21」では、これらを受け独自の実現したい目標を設定しました。また、目標を達成するための具体的な行動などの成果を適切に評価し、その後の健康づくり運動に反映させていきます。

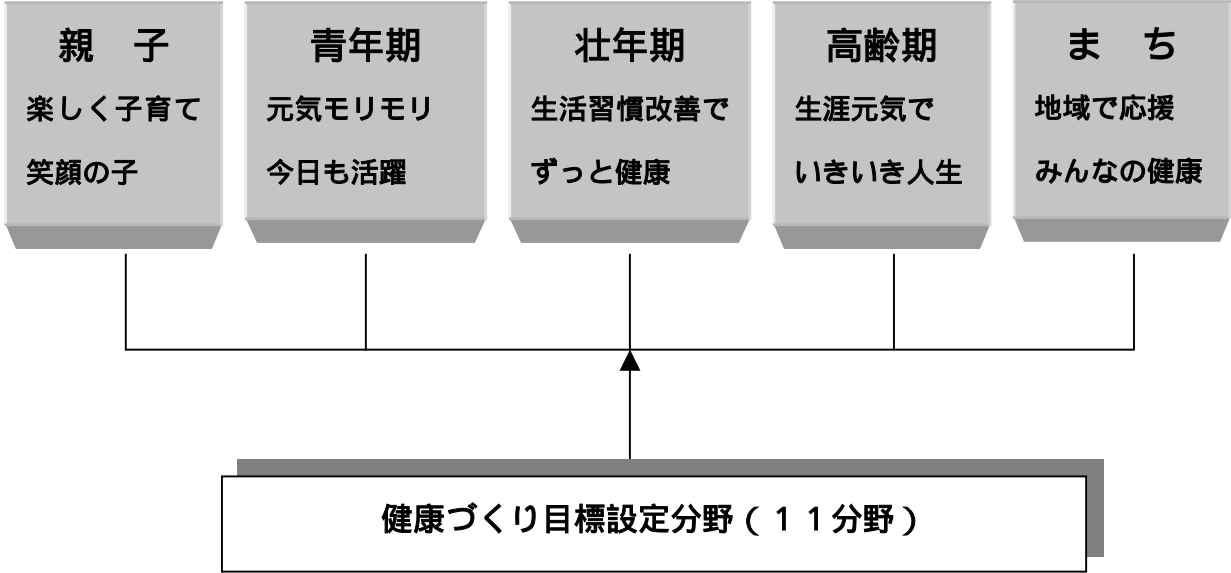
2 目標設定

国の「健康日本21」では、具体的な目標等の設定を生活習慣の改善に重要な「栄養・食生活」、「身体活動・運動」、「休養・こころの健康づくり」、「たばこ」、「アルコール」の5分野と、生活習慣病である「歯の健康」、「糖尿病」、「循環器疾患」、「がん」の4分野の計9分野を設定しています。

愛知県では、国の分野に「健やか親子」を加え10分野としていますが、本市においては、県と同様の10分野に「健康な地域社会(まち)」を加えた11分野で目標設定をしました。この11分野では、可能なかぎり指標をもうけ「健康日本21」、「健康日本21あいち計画」の国、愛知県の指標との比較を取り入れています。

また、「健康たかはま21」の総合目標として、11分野を「親子」、「青年期」、「壮年期」、「高齢期」、「まち」の5つのゴールを定めています。

健康たかはま 21 5つのゴール



分 野	実 現 し た い 目 標
栄養・食生活	ふとりすぎない、やせすぎない 楽しい食卓にしよう
身体活動・運動	気持ちよく汗をかこう 元気な高齢者になろう
休養・こころの健康づくり	気分よく暮らそう 自分流のストレス対処法をもとう
たばこ	妊婦と子どもをたばこから守ろう 受動喫煙を減らそう
アルコール	妊婦と子どもをお酒から守ろう アルコールによる疾患をなくそう
歯の健康	食事や会話が楽しくできる歯でいよう 8020をめざそう
糖尿病	糖尿病を予防しよう
循環器疾患	脳卒中・心筋梗塞を減らそう 高血圧・高脂血症を予防しよう
がん	がんによる死亡を減らそう がんにならないようにしよう
健やか親子	安心して出産しよう 健やかに育てよう 健康的な生活習慣を身につけよう
健康な地域社会 (まち)	地域での健康づくりの輪をひろげよう

(1) 5つのゴール

ライフスタイルに合わせて健康状況を取り入れた「5つのゴール」を目標設定しました。

親 子

楽しく子育て笑顔の子

高浜市の状況（平成13年）

出生数		452人
低体重児（2,500g未満）の数		40人（8.8%）
死亡した子どもの数	出生～1か月	0人
	出生～1歳	2人

市では1年間に452人の子どもが生まれました。少子化といわれる中で出生数の減少は見られません。しかし、40人（8.8%）が2,500g未満の低体重児でした。その中で1,300g未満が12.5%となっています。出生児の子ども体重は、妊娠中の母体の状況や妊娠中毒症などの合併症、妊娠中の感染症・飲酒・喫煙などさまざまな要因が反映した結果であり、出生後の子どもの発育にも影響し、また、育児不安の原因ともなります。

青年期

元気モリモリ今日も活躍

20歳代女性のやせの者の割合	24.5%
過去1年間に健康診断を受けた割合	
20歳～29歳	51.4%
30歳～39歳	65.5%

生活習慣関連アンケート調査（平成14年6月実施）では、20歳代女性のやせ

の者の割合は24.5%で国23.3%、愛知県21.6%と比べ高い状態です。また、健康診断を受けた割合は40歳以上が65.5%～77.0%に比べ20歳～29歳は51.4%と低くなっています。

壮年期

生活習慣改善でずっと健康

高浜市の状況（平成13年）

死亡者数	254人
内訳	
がん	75人（29.5%）
心疾患	39人（15.4%）
脳血管疾患	30人（11.8%）
その他	110人（43.3%）

基本健康診査検査結果（要指導・要医療）の割合

平成13年度

区 分	要指導・要医療率 (%)
高 血 圧	24.0
心 障 害	12.9
高脂血症	21.1
肝 障 害	10.7
糖代謝異常	13.6

市民の254人が平成13年に亡くなっています。主な死因はがん、心筋梗塞などの虚血性心疾患、脳卒中などの脳血管疾患といった生活習慣病です。

生活習慣病は食生活や運動などのさまざまな生活習慣が影響して発症します。若々しい世代がいきいきと充実した毎日をおくるためにも、その基盤となる一人ひとりの健康を増進させることが重要です。

高齢期

生涯元気でいきいき人生

高浜市の状況（平成14年10月1日現在）

65歳以上の高齢者数（高齢化率） 6,172人（15.59%）

要支援、要介護高齢者数 814人

（介護保険認定者数、65歳以上に占める割合）

要支援	101人（12.4%）
要介護1	258人（31.7%）
要介護2	160人（19.7%）
要介護3	94人（11.5%）
要介護4	100人（12.3%）
要介護5	101人（12.4%）
合計	814人

高浜市の平成13年度平均の高齢化率は15.08%で、今後5年間で1.53%の上昇が予測されるため、高齢者保健福祉計画に沿って、各般の高齢者保健福祉施策の介護予防事業を進めて、健康寿命の延伸を図ることが必要です。

まち

地域で応援みんなの健康

健康づくり推進委員による地区活動参加市民	1,347人
NPOたかはま 6団体	1,470人
宅老所ボランティア 27グループ	448人
ボランティア登録者数	
ものづくり工房「あかおにどん」	15人
IT工房「くりっく」	58人
サロン「赤窯」	27人

「健康たかはま21」の目指す姿は、「市民一人ひとりが主役となって自らを取り組む健康づくり」、「市民がお互いに助け合う健康づくり」、そして「地域社会や行政などが応援する環境づくり」であり、この取り組みが健康な地域社会（まち）につながっていきます。高齢者福祉分野では「自助」「互助」「協働」のシステムが展開されています。少子高齢社会においては、市民が自ら健康づくりを進め、いきいきとした人生を送るための自覚が大切です。

（2）健康づくり目標設定分野

健康づくり目標設定分野では、「栄養・食生活」「身体活動・運動」「休養・こころの健康づくり」「たばこ」「アルコール」「歯の健康」「糖尿病」「循環器疾患」「がん」「健やか親子」「健康な地域社会（まち）」の11分野を現状分析し、課題を出しました。

この課題解決のために市民の取り組みを「生活スタイルの提案」として、また、行政、健康関連団体などの取り組みを「健康づくり応援環境の提案」と分け、そこからの進むべき目標を「実現したい目標」としました。これらには目標値を設定して今後の健康づくりの指標としていきます。（11分野の目標値は45ページに掲載）