

## ヘルシーピープルみえ・21 (2013～2022年度)

本計画は、少子高齢化の進展などに伴う社会環境や疾病構造の変化の中で、子どもから高齢者まで、全ての県民が健やかで心豊かに生活できるよう、県民の健康増進の総合的な推進を図るための取り組むべき課題や方向性を示すものです。

### 基本的な考え方

- 1 「全ての県民」を対象とした健康づくり
- 2 健康であることを「実感できる」県民の増加
- 3 地域の実情に応じた「それぞれの取組」の推進

### 全体目標

#### 1 健康寿命の延伸

##### ○評価指標・・・健康寿命

(策定時)

男性:77.1歳

女性:80.4歳

(目標値)

⇒ 平均寿命の伸びを上回る  
健康寿命の延伸

\* 「健康寿命」とは

日常的に介護を必要とせず、自立して心身ともに健康的な日常生活を送ることができる期間をいいます。本県では、介護保険法による介護認定者数をもとに健康寿命を算出しています。

#### 2 幸福実感を高めるための心身の健康感の向上

##### ○評価指標・・・健康であると感じている人の割合

(策定時)74.4% ⇒ (目標値)増加

\* 「幸福実感」について

三重県では、今後10年間の戦略計画である「みえ県民力ビジョン」において基本理念として掲げている「県民力でめざす『幸福実感日本一』の三重」を県民の皆さんと力を合わせて創ることをめざしています。

## 基本方針および取組

### 1 生活習慣病対策の推進【がん、糖尿病、循環器疾患分野】

食生活の改善や、運動習慣の定着などにより、一次予防と重症化予防に重点を置いた対策に取り組めます。

### 2 メンタルヘルス対策の推進【こころ・休養分野】

心身の健康とともに重要となる「こころの健康」の保持増進と、自殺者の減少を図るため、それぞれの課題に応じたメンタルヘルス対策を推進します。

### 3 ライフステージに応じた健康づくりの推進

#### 【栄養・食生活、身体活動・運動、喫煙、禁酒、歯・口腔分野】

県民が生涯を通じて、生活の質（QOL）を維持・向上させ、自立した日常生活を営むことができるよう、適切な生活習慣の定着に向けて、ライフステージに応じた健康づくりを推進します。

### 4 「協創」による健康な社会環境づくりの推進

#### 【社会環境づくり分野】

個人の健康づくりは、家庭や地域、職場などの社会環境から大きな影響を受けることから、さまざまな関係者と連携・協力して、県民の健康づくりのための社会環境づくりに取り組めます。

## 計画推進のための取組方針

県内各地で「ソーシャルキャピタル」を活用した取組が行われ、県民一人ひとりの健康づくりを社会全体で支援する環境づくりを推進します。

三重県医療保健部健康づくり課 ホームページ

<http://www.pref.mie.jp/KENKOT/HP/>

三重県医療保健部健康づくり課 〒514-8570三重県津市広明町13番地  
TEL059-224-2294 FAX059-224-2340 E-mail:kenkot@pref.mie.lg.jp