

第3次三重の健康づくり基本計画

(ヘルシーピープルみえ・21) (2024～2035年度)



本計画は、少子化・高齢化による人口減少や多様な働き方の広まり、あらゆる分野におけるデジタルトランスフォーメーションの加速等の社会変化が予想される中、全ての県民が安心して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等を示すものです。

基本的な考え方

- 1 誰一人取り残さない「全ての県民」を対象とした健康づくり
- 2 健康であることを感じられる実効性ある取組の推進
- 3 多様な主体・他分野の連携による取組の推進

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:79.0歳

女性:81.3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 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)73.7% ⇒ (目標値)増加

＊本県の総合計画「強じんな美し国ビジョンみえ」において「安全・安心の確保」を基本方向の一つとして掲げており、自身を健康であると感じる県民の割合が増加することは、安心して暮らすことのできる三重県の実現につながると考えられることから、全体目標に設定しています。

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、循環器病分野】

生活習慣病発症予防および合併症の発症や症状の進展等の重症化予防に関し、引き続き取組を進めます。

2 ライフコースアプローチをふまえた健康づくりの推進

【栄養・食生活、身体活動・運動、喫煙、飲酒、歯・口腔の健康、休養・睡眠分野】

多分野において連携を図りつつ、ライフステージごとの取組に加え、ライフコースアプローチをふまえた取組を進めます。

3 社会環境づくりの推進

【社会環境づくり、社会とのつながり・こころの健康の維持向上分野】

多様な主体が健康づくりに取り組むよう促すとともに、就労、ボランティア、通いの場等の居場所づくりや社会参加の取組、各人がより緩やかな関係性も含んだつながりを持つことができる環境整備およびこころの健康を守るための環境整備を行うことで、社会とのつながり・こころの健康の維持向上を図ります。

また、「自然に健康になれる環境づくり」の取組を進め、健康に関心の薄い人を含む幅広い層に向けた健康づくりを推進します。

計画推進のための取組方針

社会の多様化を見据えながら、多様な主体や多分野の連携を進めることにより、誰一人取り残さない健康づくりを推進します。

三重県医療保健部健康推進課 ホームページ

<https://www.pref.mie.lg.jp/KENKOT/HP/>

三重県医療保健部健康推進課 〒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