

2017. 12. 07

平成29年度

地域・職域連携推進関係者会議

健康寿命延伸への取り組み

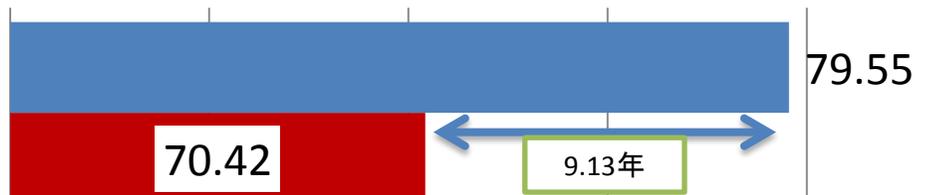


厚生労働省
健康局健康課

健康寿命とは：日常生活に制限のない期間

男性

平成22年



平成25年



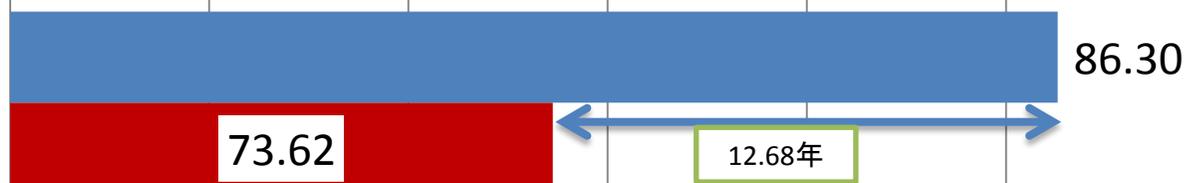
○平成25年の健康寿命は
男性71.19年、女性74.21年

○健康寿命は
男性0.78年、女性0.59年延伸
(対平成22年)

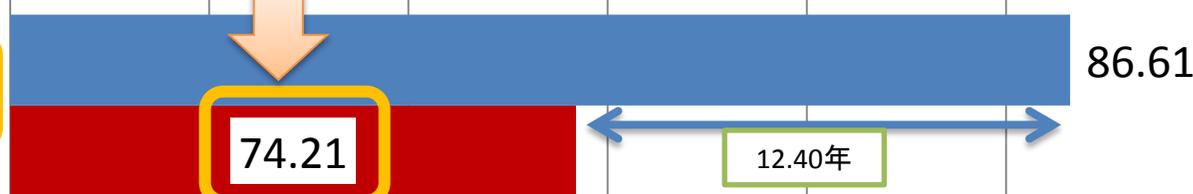
○日常生活に制限のある期間は
男性0.11年、女性0.28年短縮
(対平成22年)

女性

平成22年



平成25年



■ 平均寿命 ■ 健康寿命

【資料】
○平均寿命：厚生労働省「平成22年完全生命表」
「平成25年簡易生命表」
○健康寿命：厚生労働省「平成22年/平成25年簡易生命表」
厚生労働省「平成22年/平成25年人口動態統計」
厚生労働省「平成22年/平成25年国民生活基礎調査」
総務省「平成22年/平成25年推計人口」より算出

※健康日本21（第二次）の目標：平均寿命の増加分を上回る健康寿命の増加（平成34年度）

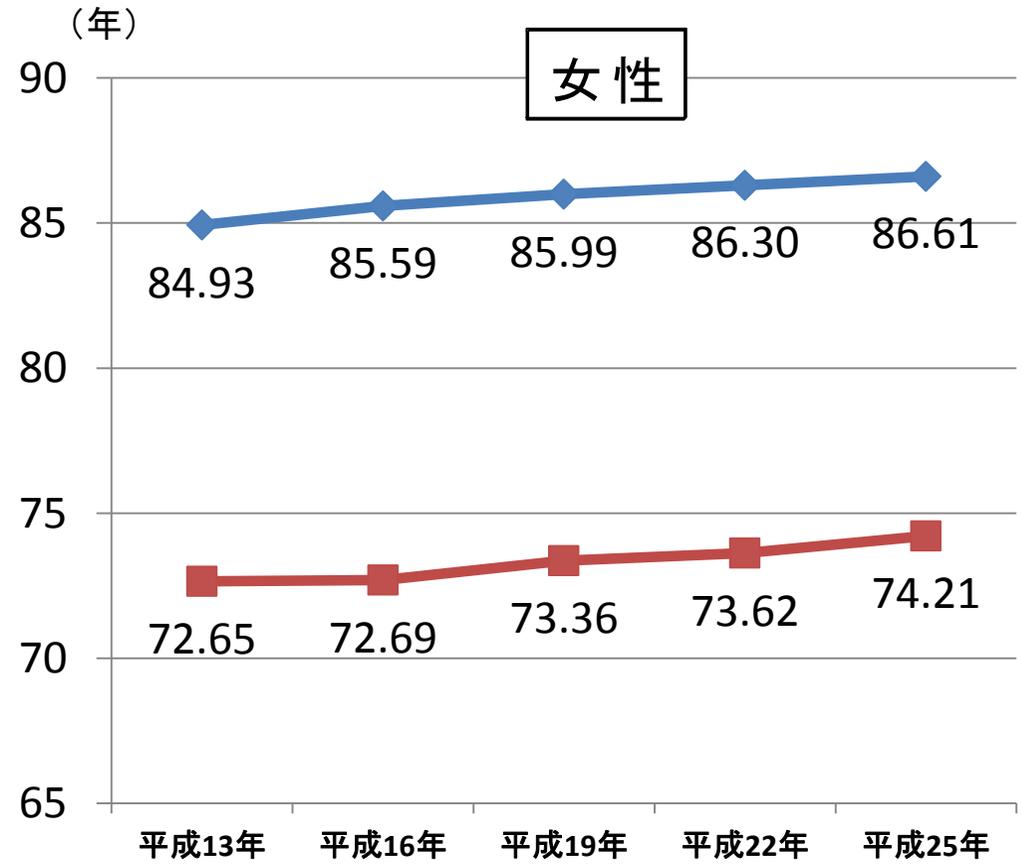
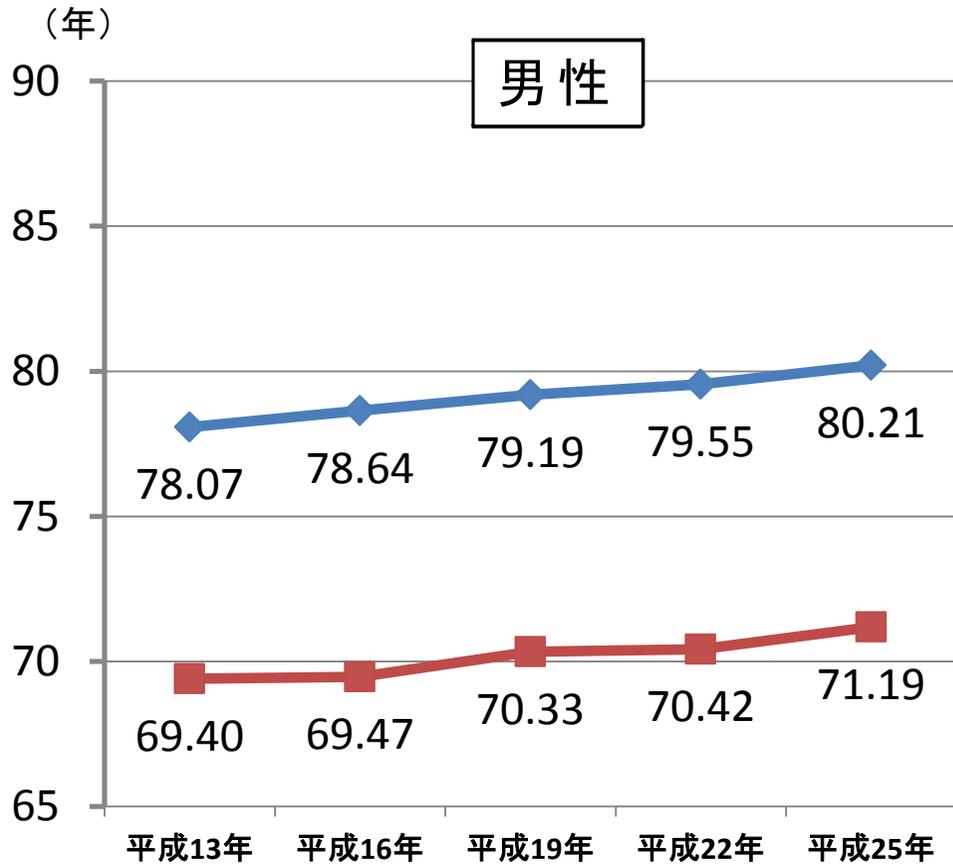
日本再興戦略及び健康・医療戦略の目標：「2020年までに国民の健康寿命を1歳以上延伸」（平成32年）

一億総活躍プランの指標：「平均寿命を上回る健康寿命の延伸加速を実現し、2025年までに健康寿命を2歳以上延伸」（平成37年）

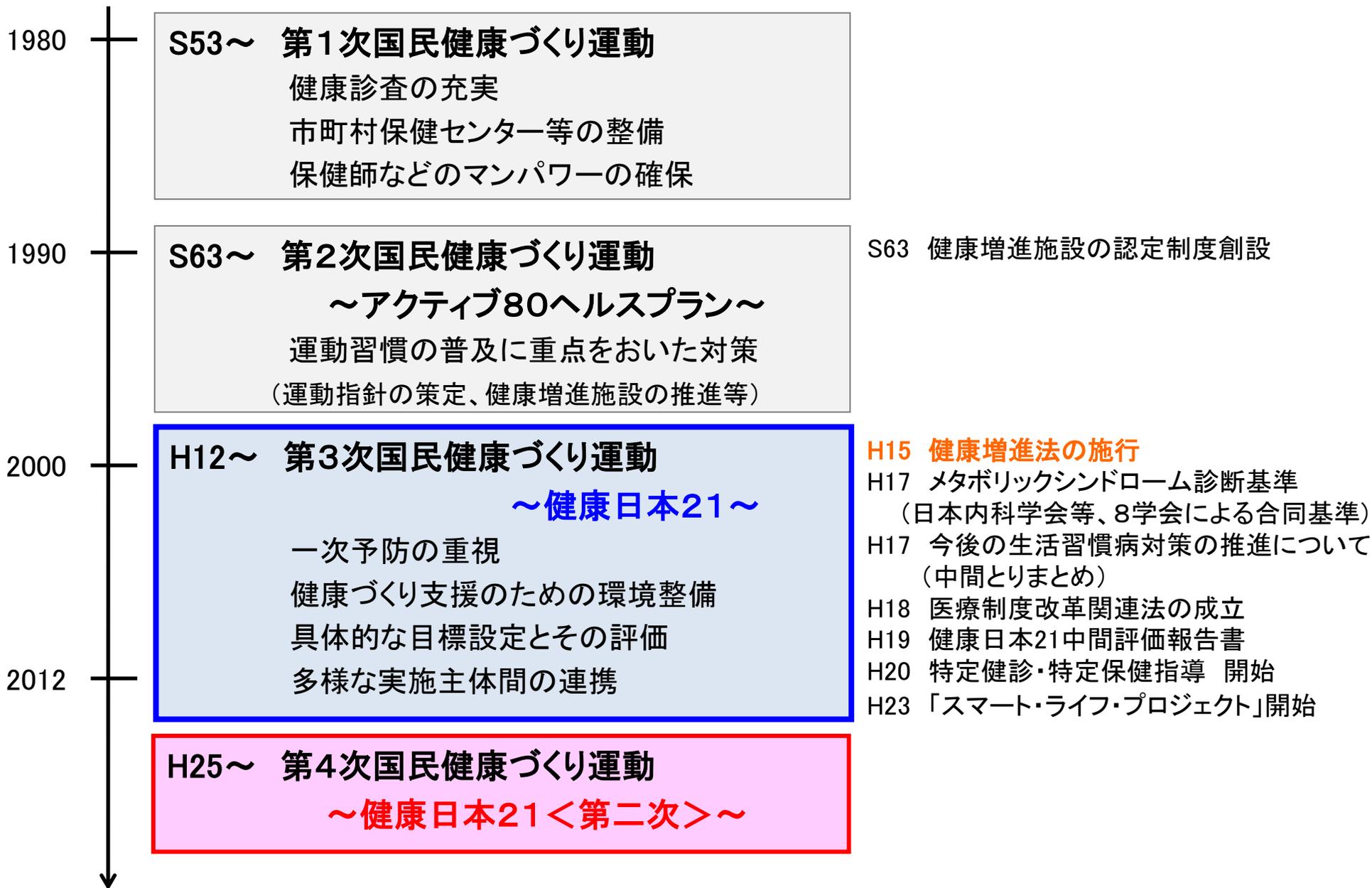
平均寿命と健康寿命の推移

◆ 平均寿命

■ 健康寿命



我が国における健康づくり運動の流れ



健康日本21(第二次)の概念図

全ての国民が共に支え合い、健やかで心豊かに生活できる活力ある社会の実現

① 健康寿命の延伸・健康格差の縮小

生活の質の向上

社会環境の質の向上

② 生活習慣病の発症予防・重症化予防

③ 社会生活機能の維持・向上

社会参加の機会の増加

④ 健康のための資源(保健・医療・福祉等サービス)へのアクセスの改善と公平性の確保

生活習慣の改善(リスクファクターの低減)

⑤

社会環境の改善

健康日本21(第二次)に関する具体的な取組

健康日本21(第二次)の概要

健康増進法 第7条

厚生労働大臣は、国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針を定めるものとする。

国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針 (健康日本21(第二次))

厚生労働省告示第四百三十号

健康の増進に関する基本的な方向

- ① 健康寿命の延伸と健康格差の縮小
- ② 生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底(NCD(非感染性疾患)の予防)
- ③ 社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上
- ④ 健康を支え、守るための社会環境の整備
- ⑤ 栄養・食生活、身体活動・運動、休養、飲酒、喫煙、歯・口腔の健康に関する生活習慣の改善及び社会環境の改善

- ・都道府県は、基本方針を勘案して、都道府県健康増進計画を定める。(健康増進法 第八条)
- ・市町村は、基本方針及び都道府県健康増進計画を勘案して、市町村健康増進計画を定める。(健康増進法 第八条)
- ・都道府県及び市町村は、独自に重要な課題を選択して、目標を設定し、定期的に評価及び改定を実施。(国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針)

具体的な目標

○ 5つの基本的方向に対応して、53項目にわたる具体的な目標を設定する。

基本的な方向	具体的な目標の例（括弧内の数値は策定時）	直近の実績値	目標
① 健康寿命の延伸と健康格差の縮小	○日常生活に制限のない期間の平均の延伸 (男性70.42年、女性73.62年)	→ 男性 71.19年 → 女性 74.21年	→ 平均寿命の増加分を上回る健康寿命の増加
② 生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底（がん、循環器疾患、糖尿病、COPDの予防）	○75歳未満のがんの年齢調整死亡率の減少 (84.3(10万人当たり))	→ 78.0(10万人当たり)	→ 73.9(10万人当たり)
	○高血圧(収縮期平均血圧)の改善 (男性138mmHg、女性133mmHg)	→ 男性136mmHg、 → 女性130mmHg	→ 男性134mmHg、 → 女性129mmHg
	○糖尿病合併症の減少(16,271人)	→ 16,072人	→ 15,000人
③ 社会生活を営むために必要な機能の維持・向上（心の健康、次世代の健康、高齢者の健康を増進）	○自殺者の減少(23.4%(人口10万人当たり))	→ 18.5%	→ 19.4%
	○低出生体重児の割合の減少(9.6%)	→ 9.5%	→ 減少傾向へ
	○低栄養傾向(BMI20以下)の高齢者の割合の増加の抑制(17.4%)	→ 16.7%	→ 22%
④ 健康を支え、守るための社会環境の整備	○健康づくりに関する活動に取り組み自発的に情報発信を行う企業登録数の増加(420社)	→ 4000社	→ 3000社
⑤ 栄養・食生活、身体活動・運動、休養、飲酒、喫煙、歯・口腔の健康に関する生活習慣の改善及び社会環境の改善	○食塩摂取量の減少(10.6g)	→ 10.0グラム	→ 8グラム
	○20～64歳の日常生活での歩数の増加 (男性 7841歩、女性6883歩)	→ 男性7970歩、 → 女性6991歩	→ 男性9000歩、 → 女性8500歩
	○週労働時間60時間以上の雇用者の割合の減少(9.3%(15歳以上))	→ 7.7%	→ 5%
	○生活習慣病のリスクを高める量(1日当たり純アルコール摂取量男性40g、女性20g以上)の飲酒者割合の減少(男性15.3%、女性7.5%)	→ 男性13.9%、 → 女性8.1%	→ 男性13.0%、 → 女性6.4%
	○成人の喫煙率の減少(19.5%)	→ 18.2%	→ 12%
	○80歳で20歯以上の歯を有する者の割合の増加(25%)	→ 51.2%	→ 50%

その他

- 都道府県及び市町村は、独自に重要な課題を選択して、目標を設定し、定期的に評価及び改定を実施。(PDCAサイクルの実施)
- 国は、生活習慣病の改善のほか、社会環境の改善に関する調査研究を企画し、推進。
- 各保健事業者は、各種健診の実施主体間で、個人の健康情報の共有を図るなど、健康に関する対策を効率的かつ効果的に実施。
- 国、地方公共団体は、企業、団体等が行う健康増進に向けた自発的な取り組みを支援。

地域・職域連携と特に関係する目標項目

2 主要な生活習慣病の 発症予防と重症化予 防の徹底	(1)がん	② がん検診の受診率の向上
	(2)循環器疾患 (3)糖尿病	④ メタボリックシンドロームの該当者及び予備軍の減少 ⑤ 特定健康診査・特定保健指導の実施率の向上
3 社会生活を営むため に必要な機能の維 持・向上	(1)こころの健康	③ メンタルヘルスに関する措置を受けられる職場の割合の増加
	(3)高齢者の健康	⑥ 高齢者の社会参加の促進(就業又は何らかの地域活動をしている高齢者の割合の増加)
4 健康を支え、守るため の社会環境の整備		③ 健康づくりに関する活動に取り組み、自発的に情報発信を行う 企業登録数の増加
5 栄養・食生活、身体活 動・運動、休養、飲酒、 喫煙、歯・口腔の健康 に関する生活習慣の 改善及び社会環境の 改善	(1)栄養・食生活	④ 食品中の食塩や脂肪の低減に取り組む食品企業及び飲食店の 登録数の増加 ⑤ 利用者に応じた食事の計画、調理及び栄養の評価、改善を実施 している特定給食施設の割合の増加
	(3)睡眠	② 週労働時間60時間以上の雇用者の割合の減少
	(5)喫煙	④ 受動喫煙(家庭・職場・飲食店・行政機関・医療機関)の機会を 有する者の割合の減少

<スマート・ライフ・プロジェクト>



参加団体数：4,000 団体 (H29.11.20現在)

- 背景：高齢化の進展及び疾病構造の変化を踏まえ、特定健診等により生活習慣病等を始めとした疾病を予防・早期に発見することで、国民の健康寿命の延伸と健康格差の縮小を図り、健やかで心豊かに生活できる活力ある社会を実現することが重要である。
- 目標：「適度な運動」「適切な食生活」「禁煙・受動喫煙防止」「健診・検診の受診」をテーマに、健康づくりに取り組む企業・団体・自治体を支援する「スマート・ライフ・プロジェクト」を推進。個人や企業の「健康意識」及び「動機付け」の醸成・向上を図り、社会全体としての国民運動へ発展させる。

<事業イメージ>

厚生労働省



<健康寿命をのばそう！アワード表彰式>

- 企業・団体・自治体への参画の呼びかけ
- 社員・住民の健康づくりのためのリーフレットやポスターの提供
- 大臣表彰「健康寿命をのばそう！アワード」
- 「健康寿命をのばそう！サロン」による参画団体の交流と好事例の横展開
- 「いきいき健康大使」による、各種イベントでの健康づくりの呼びかけ



企業・団体
自治体

- ・メディア
- ・外食産業



- ・フィットネスクラブ
- ・食品会社

等



社員・住民の健康づくり、禁煙や受動喫煙防止の呼びかけ、検診・健診促進のためのポスター等による啓発
→ 社員・住民の健康意識の向上・促進

社内啓発や消費者への啓発活動に利用するロゴマークの使用（パンフレットやホームページなど）
→ 企業等の社会貢献と広報効果

社会全体としての国民運動へ

スマート・ライフ・プロジェクト

「健康寿命をのばそう！」をスローガンに、国民全体が人生の最後まで元気に健康で楽しく毎日が送れることを目標とした国民運動。「運動」、「食生活」、「禁煙」、「健診・検診の受診」の4つのテーマを中心に、具体的なアクションの呼びかけを行っています。

参加団体数：4,000 団体 (H29.11.20現在)

適度な運動

毎日プラス10分の
身体活動

禁煙

たばこの煙をなくす



適切な食生活

毎日プラス一皿の野菜
食事をおいしく、バランス
よく

健診・検診の受診

定期的に自分を知る

第6回 健康寿命をのばそう！アワード 《生活習慣病予防分野》

《生活習慣病予防分野》では、従業員や職員、住民に対して、生活習慣病予防の啓発、健康増進のための優れた取組を行っている企業・団体・自治体を表彰（厚生労働大臣賞、厚生労働省局長賞）。

平成29年11月13日開催の第6回アワード表彰式では、70件（企業30件、団体20件、自治体20件）の応募の中から、有識者による評価委員会で審査・決定。

厚生労働大臣 最優秀賞

竹富診療所 ～ 「ぱいぬ島健康プラン21 in竹富島」

厚生労働大臣 優秀賞

- 〈企業部門〉 ユニー株式会社（愛知県）
- 〈団体部門〉 全国健康保険協会 愛知支部
- 〈自治体部門〉 大分県

厚生労働省健康局長 優良賞

- 〈企業部門〉 熊本KDSグループ、太陽生命保険株式会社、損保ジャパン日本興亜ひまわり生命保険株式会社、旭松食品株式会社
- 〈団体部門〉 岡山県生活協同組合連合会、静岡県在宅保健師の会「つつじ会」、社会医療法人平和会
- 〈自治体部門〉 足立区（東京都）、東郷町（愛知県）、美唄市（北海道）、萩市（山口県）、東大阪市（大阪府）

厚生労働省保険局長 優良賞

トッパングループ健康保険組合、全国健康保険協会 沖縄支部

