

# 健康日本21

## 福岡市計画

平成25年度～平成32年度



平成25年6月

福岡市



## はじめに



福岡市は全国的にも若くて元気なまちと言われていています。日本全国では人口減少がはじまっているのに対し、福岡市の人口は、平成25年5月に150万人を突破し、今後もしばらく増加を続け、平成42年には160万人を超えると見込まれています。

しかしながら、近い将来、福岡市でも高齢化が進み、人口の約4分の1を高齢者が占める時代を迎えます。それに伴い、医療費や介護に要する費用の増加など、様々な課題も待ち構えています。福岡市がこれからも活力あるまちであり続けるためには、高齢者はもちろん、働き盛りの世代や子ども、すべての市民の健康がきわめて重要です。

健康づくりは、一人ひとりの主体的な取組みが基本となりますが、個人の努力だけでは困難な場合も少なくありません。行政をはじめ企業、大学、NPO、市民団体、医療機関等が連携し、社会全体で健康づくりを支援していくことが重要です。

このような観点から、今後の福岡市の健康づくり全般に関する計画として「健康日本21 福岡市計画」を策定いたしました。

この計画に基づき、生活習慣病の発症予防と重症化予防に重点を置き、子どもから高齢者までそれぞれのライフステージに応じた健康づくりを社会全体で推進することにより、福岡市民の健康寿命（できるだけ寝たきりにならない状態で自立して生活できる期間）を延ばせるよう取り組みます。そして、市民一人ひとりが、障がいや病気があっても、社会と関わりながら、住み慣れた地域でその人らしくいきいきと暮らしていくことができる健康福祉のまちづくりの実現を目指します。

最後に、福岡市保健福祉審議会健康づくり専門分科会の委員の皆様をはじめ、計画策定にご尽力いただきました多くの方々、並びに多数の貴重なご意見やご提言を寄せていただきました市民、関係団体の皆様に深く感謝申し上げます。

平成25年6月  
福岡市長 高島 宗一郎

# 目次

<b>第1章 基本事項</b> .....	1
1 策定の趣旨・背景 .....	2
2 計画の位置づけ .....	3
3 計画期間 .....	4
<b>第2章 健康づくりを取り巻く状況</b> .....	5
1 高齢化の進展と単身世帯の増加 .....	6
2 厳しい財政状況と増加する社会保障関係費 .....	7
3 医療と介護の状況 .....	9
4 様々な場面での健康づくりとその支援 .....	15
<b>第3章 前計画の結果と課題</b> .....	19
1 前計画の概要 .....	20
2 結果概要 .....	22
3 健康づくり推進の主要課題 .....	28
<b>第4章 計画のめざす姿</b> .....	31
1 基本理念 .....	32
2 基本方針 .....	32
3 重点施策 .....	34
4 主要指標 .....	36
<b>第5章 具体的な展開</b> .....	37
1 生活習慣病対策の推進 .....	39
(1) 生活習慣の改善 .....	39
①栄養・食生活 .....	40
②運動・身体活動 .....	42
③休養 .....	44
④飲酒 .....	45
⑤喫煙 .....	46
⑥歯・口腔の健康 .....	48
(2) 生活習慣病の早期発見と重症化予防 .....	51
①がん .....	52
②循環器疾患（心疾患・高血圧・脳卒中） .....	53
③糖尿病・慢性腎臓病（CKD） .....	54
2 こころの健康づくり .....	56

---

3	次世代の健康づくり	59
(1)	親と子の健康づくり	60
(2)	学校における児童生徒の健康づくり	62
4	女性の健康づくり	65
(1)	若い女性の健康づくり	66
(2)	中高年の女性の健康づくり	68
5	高齢者の健康づくり	70
(1)	高齢者の社会参加・地域の支え合い	74
(2)	介護予防	76
(3)	認知症予防	78
6	みんなで取り組む健康づくり	81
(1)	地域の健康づくり支援	82
(2)	企業・NPO・民間団体等との連携・支援	84
(3)	健康支援の仕組みづくり	86
(4)	健康づくりの環境整備	88
<b>第6章 計画の推進</b>		<b>89</b>
1	計画の推進体制	90
2	推進手法	92
3	進行管理と評価	92
4	役割と連携	93
<b>資料編</b>		<b>97</b>

