

## IV 「健康づくり推進プラン」の総合目標と目標体系

### 1 総合目標

- 総合目標として、以下の4つを設定し、これらを通じて西東京市民の「生活の質の向上」を図ります。

- 【前計画から継続】健康で自立して生活できる期間を延ばすこと（健康寿命（注）の延伸）
- 【前計画から継続】自分が健康であると感じられる市民が増えること（主観的健康感の向上）
- 【新規の総合目標】子供が健やかに育つこと
- 【前計画から継続】健康な家族の形成を支援すること

#### （1）健康で自立して生活できる期間を延ばすこと（健康寿命の延伸）

- 健康状態を総合的に表す指標として、「平均寿命（注）」に代わり「健康寿命」が着目されるようになりました。単に生きているというだけでなく、健康で心身ともに自立した生活を送ることが重要という考え方に基づいています。
- 西東京市においては、前の「西東京市健康づくり推進プラン」（平成16年3月策定）において、総合目標の中のひとつに「健康寿命の延伸」を掲げましたが、本計画においてもこれを踏襲し総合目標として位置づけることとしました。
- 本目標の達成状況を測る指標として、健康で心身ともに自立した生活のできる「元気な高齢者の割合」、及び「自分の健康状態を良いと感じる70歳以上高齢者の割合」、そして「健康寿命」そのものを含め3つの指標を設定しました。

#### （2）自分が健康であると感じられる市民が増えること（主観的健康感の向上）

- 生活習慣病（注）や加齢に伴う疾患はその完治が難しく、疾患を適切にコントロールすることが必要です。このような慢性疾患等を有していても自立的・健康的に暮らしている状態は、「一病息災」と表現されることがあります。
- 西東京市では「健康」の概念を広くとらえ、心身に障害や健康上の課題を抱えていても、「自分は健康である」と感じ、毎日をいきいきと暮らすことが重要であるとの考えから、前の「西東京市健康づくり推進プラン」同様、自分が健康であると感じられる市民が増えることを総合目標として位置づけます。
- 本目標の達成状況を測る指標として、「自分の健康状態を良いと感じる市民の割合」を設定し、この割合を高めることをめざします。

#### （3）子供が健やかに育つこと

- 子供の健やかな成長はいつの時代も変わらず親の願いであるとともに、社会全体の願いでもあります。また、健やかな成長には身体とこころの両面の意味が含まれるといえます。

○ 西東京市では今回の「第2次西東京市健康づくり推進プラン」の策定にあたり、新たな総合目標として「子供が健やかに育つこと」を加えることとしました。身体の健康に関しては、将来の疾病リスクの低減という観点から適正体重(注)に着目し、こころの健康に関しては、自己肯定感(自尊感情。自分は大切な存在だと思える心の状態。)に着目しました。

○ 本目標の達成状況を測る指標として、「適正体重の子供の割合」、及び「自分のことを好きと思える割合」、「自分の子供の健康状態を良いと感じている市民の割合」の3つを設定しました。

#### (4) 健康な家族の形成を支援すること

○ 本計画は「健康日本21(第2次)」の地方計画であると同時に、「健やか親子21」の地方計画としての役割を果たすものと位置づけ、妊娠、出産、乳幼児の健全な育成、子供の健康の維持・管理等、次世代の健全な育成に関して主に母子保健の観点から行われる市民・地域や行政の取り組みも含めた計画です。

○ 健康管理は、家庭が大きな役割を果たしています。西東京市では総合目標として前の「西東京市健康づくり推進プラン」同様、「健康な家族の形成を支援すること」を位置づけます。

○ 本目標の達成度を測る指標として、「出生率(注)」、「西東京市を子育てのしやすいまちだと思ふ人の割合」、「家族でいっしょに過ごすことが大切だと思ふ人の割合」を位置づけます。なお、「家族でいっしょに過ごすことが大切だと思ふ人の割合」は未把握のため基準値は「今後調査」とし、10か年の計画期間の中間見直し時に実施予定の市民アンケート調査により、とらえていくこととします。

#### ■総合目標と達成度評価指標

総合目標	指標	基準値
健康で自立して生活できる期間を延ばすこと(健康寿命(注)の延伸)	元気な高齢者の割合	上げる 87.4% ※①
	自分の健康状態を良いと感じる70歳以上高齢者の割合(「健康である」「まあ健康である」の合計)	上げる 60.0% ※②
	健康寿命	
	65歳健康寿命A(注)男性(障害期間=要介護2以上)	82.8
	65歳健康寿命A女性(障害期間=要介護2以上)	85.5
65歳健康寿命B(注)男性(障害期間=要支援以上)	81.5	
65歳健康寿命B女性(障害期間=要支援以上)	82.8 ※①	
自分が健康であると 感じられる市民が増えること(主観的健康感の向上)	自分の健康状態を良いと感じる市民の割合 (「健康である」「まあ健康である」の合計)	上げる 65.9% ※②
子供が健やかに育つこと	適正体重(注)の子供の割合 (小学校4年生男子) (小学校4年生女子) (中学校1年生男子) (中学校1年生女子)	上げる 80.2% 83.4% 81.4% 67.5% ※③
	自分のことを好きと思える割合 (「そう思う」「まあそう思う」の合計)	(小学校4年生男子) (小学校4年生女子) (中学校1年生男子) (中学校1年生女子) 上げる 65.2% 69.2% 43.9% 41.8% ※④
	自分の子供の健康状態を良いと感じる市民の割合 (「健康である」「まあ健康である」の合計)	上げる 97.8% ※⑤

健康な家族の形成を支援すること	出生率	上げる	8.5 ※①
	西東京市を子育てのしやすいまちだと思ふ人の割合（「そう思う」「まあそう思う」の合計）	上げる	44.0% ※⑥
	家族でいっしょに過ごすことが大切だと思ふ人の割合	上げる	今後調査

※①北多摩北部保健医療圏（注） 保健医療福祉データ集平成 23 年版資料

元気な高齢者の割合とは、介護保険において要介護者と認定された者（要支援は除く）の数を第 1 号被保険者（注）数で除したもの

※⑥市民の健康に関するアンケート調査

## 2 目標体系

- 総合目標を達成するため、特にポイントとなる成果に相当する事項として、疾病や要介護状態の予防の観点から「成果目標」を設定しました。
- この成果目標を達成するためには、市民が自らの生活習慣改善に積極的に取り組むことや地域ぐるみで健康づくりに取り組むこと、さらに西東京市（行政）が保健事業の提供や健康づくり推進のための環境づくりを通じて市民・地域の取り組みを支えることが必要です。
- そこで、「市民・地域の取り組み」とそれを支援する「行政の取り組み」として、「西東京市健康都市宣言（注）（平成 23 年 8 月）」の各分野（「健康把握」「食・栄養」「運動・スポーツ」「こころ・休養」「学び・創造」）に「その他（たばこ、アルコール、その他）」を加え、取り組みを設定しました。
- 計画の進捗・達成状況を把握・評価できるよう、指標として「基準値」を掲げています。基準値は、可能な限り最新値を用いています。

### ■健康づくり推進プランの目標体系

