

V 成果目標

○ 本目標の達成度を測る指標として、【別表】本計画における指標一覧をご覧ください。

1 健康把握

★循環器疾患（注）の減少

脳血管疾患（注）や心疾患等は、発症すると死に至るか、もしくは後遺症を残す場合が多く、健康面の生活の質に及ぼす影響が大きい疾患です。

脳血管疾患や虚血性心疾患（注）の発症を予防し、死亡率（注）の減少や高血圧の改善、脂質異常症の減少をめざします。

★糖尿病の減少

糖尿病は、直接の死因となることは少ないのですが、放置すると網膜症（注）、腎症（注）、神経障害等の重篤な合併症を引き起こし、健康面の生活の質を著しく低下させるのみでなく、医療経済的にも大きな負担を強いる疾患です。

糖尿病有病者の増加を抑制し、血糖コントロール不良者の減少により、合併症の抑制をめざします。

★がんの減少

がんは、我が国の全体の死因の第1位を占めている疾患であり、がん患者数、がんによる死亡者数等は年々増加する傾向にあります。また、循環器疾患や糖尿病と異なり、40歳未満の青年期に罹患する場合もあり、その場合、症状の進行が早い等、働く世代の健康面の生活の質を著しく損ねることの多い疾患です。

がんの予防や早期発見、早期治療に取り組むことによって、75歳未満のがんの年齢調整死亡率の減少をめざします。

★歯・口腔の健康

歯の喪失は、全身の健康状態や食生活をはじめとする社会生活に支障をきたす要因となります。特に、高齢者の場合、食べ物を咀嚼する機能が、身体全体の健康にも影響を及ぼしています。歯を維持するためには、むし歯（う歯）や歯周病（注）（歯周炎、歯肉炎等）等の歯科疾患を予防することが必要です。そのためには、妊娠期から乳幼児の期間や永久歯に生え替わる前の子供の頃からの継続的な取り組みが重要です。

むし歯や歯周病の発症を予防し、口腔の健康維持をめざします。

★健康意識の向上

健康把握を通して健康意識が高まり、自ら健康づくりに取り組むことが健康寿命（注）の延伸につながります。健康づくりに取り組んでいる人の増加をめざします。

2 食・栄養

★適正な体重の維持

肥満は、循環器疾患や糖尿病等の生活習慣病（注）の発症や悪化の危険因子です。また、人間の脂肪細胞数は、妊娠末期の胎児期、乳児期、思春期、成人期に増殖し、以降ほぼ一定となることから、脂肪細胞増殖型の肥満を防止する観点より、特にこの時期における取り組みが必要となります。肥満の要因は、栄養バランスや量、生活習慣や社会環境が関連します。

また、妊娠前の母親のやせ、低栄養等は、低出生体重児（注）増加の要因のひとつです。一方、子供の肥満は、将来の肥満や生活習慣病に結びつきやすいため、適正な体重の維持をめざします。

3 運動・スポーツ

★ 運動習慣の定着、身体活動量の増加

身体活動・運動は、生活習慣病（注）の予防のほか、社会生活機能の維持及び向上並びに生活の質の向上の観点から重要です。

意識的に運動・スポーツをしている人や、子供を外遊びさせている親を増やし、運動習慣の定着や身体活動量の増加をめざします。

4 ころ・休養

★ 心の疾患・ストレスの減少

近年、都市部を中心に、心の疾患や自殺、その危険因子となる不安やストレス等が増加し、児童虐待や不登校児、高齢者の閉じこもり等につながるケースもみられています。

自殺者の減少、心理的苦痛を感じている人の減少や、自分のことを好きと思える人を増やし、ころの健康をめざします。

5 学び・創造

★ 生涯学習活動の促進

生涯学習は、人間が幼児期から高齢期に至るまで、全ての世代において主体的に学び続けることです。正しい健康情報の提供は生活の質の向上に重要です。

主体的に学び続ける人の増加をめざします。

6 たばこ、アルコール、その他

★喫煙者の減少

喫煙は、がん、循環器疾患（注）、糖尿病、COPD（慢性閉塞性肺疾患）（注）等の最大の危険因子であり、また、低出生体重児（注）の増加の要因の一つです。

喫煙による健康被害の減少をめざします。

★飲酒による健康障害の減少

飲酒は、さまざまな身体疾患やうつ病等のリスク要因となり、運転事故等の社会的な問題の要因となり得ます。

未成年者の飲酒をなくすとともに、多量飲酒による健康被害の減少をめざします。

★感染症の減少

感染症は、正しい知識を深め、予防することが重要です。予防接種をはじめとする予防対策に取り組む人の増加をめざします。

★アレルギーの軽減

アレルギー性疾患は近年増加しています。アレルギー性疾患がある患者や子供の保護者が、日常管理を適切にできるような相談体制や、予防のための普及啓発・情報提供により、軽減をめざします。

★事故防止

年齢別に起こりやすい事故に対する知識を深め、不慮の事故による死亡の減少をめざします。