

## 第Ⅱ章 基本理念及び目標

## 1 計画の基本理念及び目標

健康ひろさき21（第2次）改定版の最終評価において示された課題等を踏まえ、本計画では「全ての市民が健やかで、心豊かに生活できる持続可能な社会の実現」を基本理念とし、個人の行動と健康状態の改善に加え、個人を取り巻く社会環境の整備やその質の向上を通じて、「健康寿命の延伸」を目標に掲げ、その達成を目指します。

加えて、ライフコースアプローチについても念頭に入れ、取り組みます。

### 【基本理念】

全ての市民が健やかで、心豊かに生活できる持続可能な社会の実現

### 【目標】

健康寿命の延伸

## 2 計画の基本的な方向

基本理念の実現に向け、より実効性のある取組を推進するため、（１）個人の行動と健康状態の改善、（２）社会環境の質の向上、（３）ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり、の３つを基本的な方向性とします。

### （１）個人の行動と健康状態の改善

市民の健康を増進するにあたり、栄養・食生活、身体活動・運動等の各領域別の生活習慣の改善を図るとともに、生活習慣病の発症予防・重症化予防につなげる実効性のある取組を進めていきます。また、子どもから高齢者まで、一人ひとりに合った望ましい生活習慣を身につけるよう促すことなどで、ロコモティブシンドローム予防やメンタル面の不調などが予防できるよう、生活機能の維持向上を踏まえた取組を推進します。

#### 1) 生活習慣の改善

■栄養・食生活、身体活動・運動、休養・睡眠、飲酒、喫煙、歯・口腔の健康に関する生活習慣の改善

#### 2) 生活習慣病の発症予防と重症化予防

■がん、循環器病、糖尿病の発症予防と重症化予防

#### 3) 生活機能の維持・向上

■こころの健康づくり、ロコモティブシンドローム予防

## (2) 社会環境の質の向上

健康寿命の延伸のためには、個人の行動と健康状態の改善に加えて、個人を取り巻く社会環境の質の向上を図ることが重要です。社会環境の質の向上には、行政のみならず健康づくりを行う地域や職域での理解を促進しながら、これらの取組を加速させる必要があります。

### 1) 社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上

■ソーシャルキャピタルの向上、社会活動への参加や地域交流の促進

### 2) 自然に健康になれる環境づくり

■「居心地が良く歩きたくなる」まちづくりの推進

### 3) 誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備

■健康経営の推進

## (3) ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり

社会がより多様化することや、人生 100 年時代が本格的に到来することを踏まえれば、集団・個人の特性をより重視しつつ、健康づくりを行うことが重要です。健康課題や取り巻く状況は、ライフステージ（次世代期、青・壮年期、高齢期の人の生涯における各段階）ごとに異なることから、これらのライフステージに応じた健康づくりの取組を進めることが重要です。

加えて、現在の健康状態は、これまでの自らの生活習慣や社会環境等の影響を受ける可能性があることや、次世代の健康にも影響を及ぼす可能性があり、高齢期に至るまで人の生涯を経時的に捉えた健康づくり（ライフコースアプローチ）の観点も取り入れることが「誰一人取り残さない健康づくり」に重要です。

この観点を踏まえると、幼少期からの生活習慣や健康状態は、成長してからの青・壮年期の健康状態にも大きく影響を与えることから、次世代期、青・壮年期の健康を支える取組を進めます。

また、高齢期に至るまでの健康を保持するためには、高齢期の健康を支えるだけでなく、若年期からの取組が重要です。

### 1) 次世代期

■栄養・食生活、身体活動・運動、歯・口腔の健康に関する生活習慣の改善

### 2) 青・壮年期

■健康に関する生活習慣の改善

■がん、循環器病等の発症予防と重症化予防

### 3) 高齢期

■こころの健康づくり、ロコモティブシンドローム予防

### 3 「持続可能な開発目標（SDGs）」と本計画の取組

持続可能な開発目標（SDGs）は、2015（平成 27）年 9 月に国連サミットで採択された、持続可能な世界を実現するための 17 のゴール、169 のターゲットから構成された、2030（令和 12）年までの開発目標です。

政府においても、2016（平成 28）年 5 月に「持続可能な開発目標（SDGs）推進本部」を設置し、2016（平成 28）年 12 月には「あらゆる人々の活躍の推進」「健康・長寿の達成」「成長市場の創出、地域活性化、科学技術イノベーション」など 8 つの優先的課題を盛り込んだ実施指針を決定し、政府が地方自治体を含むあらゆる関係機関と協力して SDGs に取り組むこととしています。

当市においては、2023（令和 5）年に国から選定を受けた「SDGs 未来都市」として、あらゆる施策において SDGs を意識して取り組み、環境・経済・社会的課題の総合的解決を図ることで、新たな価値や賑わいを創出し続ける持続可能な都市を目指すこととしています。






これらを踏まえ、本計画においても、基本理念として「全ての市民が健やかで、心豊かに生活できる持続可能な社会の実現」を掲げているところであり、SDGs の概念と合致させながら、各施策を推進していきます。

本計画に掲げる施策と特に関連する SDGs のゴールは表 4 のとおりです。

#### ◇SDGs のゴール



◇表4 健康増進計画とSDGsのゴール関連表

計画の方向性	施策項目		1	2	3	4	5
							
1 個人の行動と健康状態の改善	1) 生活習慣の改善	①栄養・食生活		●	●	●	
		②身体活動・運動			●	●	
		③休養・睡眠			●	●	
		④飲酒			●	●	
		⑤喫煙			●	●	
		⑥歯・口腔の健康			●	●	
	2) 生活習慣病の発症予防と重症化予防	①がん			●	●	
		②循環器病			●	●	
		③糖尿病			●	●	
	3) 生活機能の維持・向上	①こころの健康	●		●	●	
		②ロコモティブシンドローム			●	●	
2 社会環境の質の向上	1) 社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上				●	●	
	2) 自然に健康になれる環境づくり				●	●	
	3) 誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備				●	●	
3 ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり	1) 次世代期				●	●	●
	2) 青・壮年期				●	●	●
	3) 高齢期				●	●	●

6 安全な水とトイレを世界中に	7 持続可能なエネルギー	8 質の高い雇用と経済成長	9 持続可能な産業と雇用を創出	10 人や国の平等を促進	11 持続可能な都市とコミュニティ	12 つくばない、つかう、捨てる	13 気候変動に具体的な対策を	14 海の豊かさを守ろう	15 陸の豊かさも守ろう	16 平和と公正な社会をすべての人に	17 パートナーシップで目標を達成しよう
											●
											●
											●
											●
											●
											●
											●
											●
											●
		●	●	●	●					●	●
			●	●	●						●
			●								●
			●		●						●
			●	●	●						●
											●
		●									●
											●