

国計画「健康日本 21（第三次）」について〔令和 5 年 5 月 31 日告示、令和 6 年 4 月 1 日適用〕

1 これまでの課題と今後予想される社会変化等

わが国では、企業や民間団体等の多様な主体による健康づくりの取組に加え、データヘルス・ICT の利活用や社会環境の整備等の取組により、健康寿命は着実に延伸してきた。

一方で、主に生活習慣病の発症予防に関連する指標が悪化していることや、一部の性・年齢階級について悪化している指標が存在する等の課題が指摘されている。

また、少子化・高齢化による総人口・生産年齢人口の減少や、独居世帯の増加、女性の社会進出、次なる新興感染症も見据えた新しい生活様式への対応の進展等の社会変化が予想されている。

2 ビジョン

「全ての国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」

上記 1 を踏まえ、誰一人取り残さない健康づくりの展開と、より実効性をもつ取組の推進を通じて、全ての国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目指す。

3 最終目標

「健康寿命の延伸と健康格差の縮小」

健康寿命の延伸を目指すことは、健康づくりを推進するに当たり、引き続き最も重要な課題である。また誰一人取り残さない健康づくりを展開するには、格差の要因を分析し、格差縮小を目指すことが重要である。

4 基本的な方向性

(1) 個人の行動と健康状態の改善

健康増進を推進するに当たって、栄養、食生活等に関する生活習慣の改善に加え、こうした生活習慣の定着等によるがん、生活習慣病の発症予防、重症化予防に関して引き続き取り組む。

(2) 社会環境の質の向上

社会とのつながりやこころの健康の維持及び向上を図るとともに、健康に関心の薄い者を含む幅広い対象に向けた自然に健康になれる環境づくり、誰もがアクセスできる健康増進のための基盤整備について、関係省庁とも連携しつつ、取組を進める。

(3) ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり

各ライフステージに特有な健康づくりについて、引き続き取組を進める。

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や、次世代の健康にも影響を及ぼす可能性があることから、胎児期から高齢期に至るまでの人の生涯を経時的に捉えた環境づくりに取り組む。

5 新たな視点

(1) 自然に健康になれる環境づくり

健康寿命の延伸には、自ら健康づくりに積極的に取り組む者だけでなく、健康に関心の薄い者を含む、幅広い者に対してアプローチを行うことが重要となるため、本人が無理なく健康な行動を取ることができるような環境づくりを推進する。

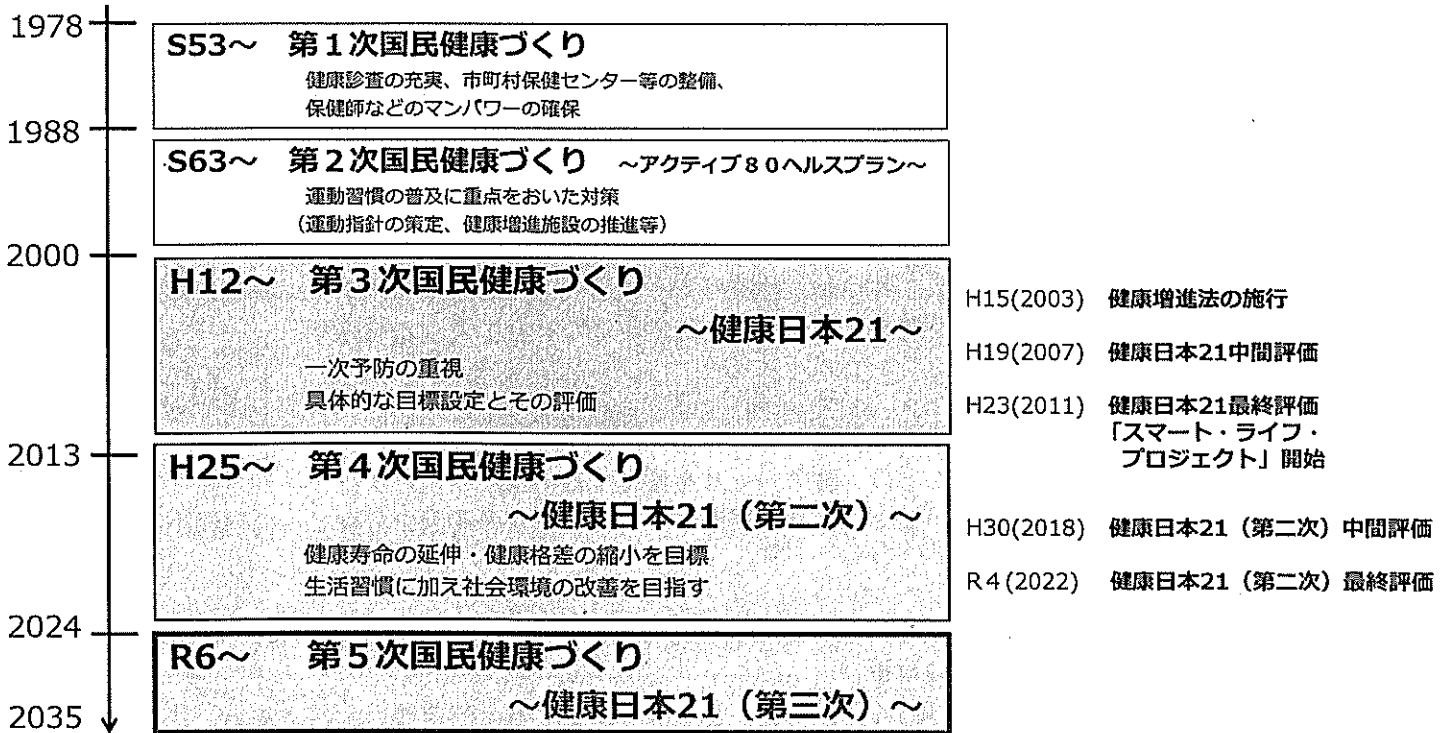
(2) 女性の健康

女性はライフステージごとに女性ホルモンが劇的に変化するという特性等を踏まえ、人生の各段階における健康課題の解決を図るため、性差を加味した取組を推進する。

(3) 多様な主体による連携及び協力

健康づくりを効果的に展開するために、地域の関係者や民間部門と連携した取組をさらに推進する。また、関係する行政分野だけでなく、医療、食育、産業保健、母子保健、医療保険等の取組に加え、教育、スポーツ、農林水産、経済・産業、まちづくり、建築・住宅等の様々な分野における取組と積極的に連携する。

○平均寿命が延びる一方で、高齢化や生活習慣の変化により、疾患構造が変化してきた。国民の健康づくりを社会全体で進めることの重要性が増す中で、健康づくり対策を総合的・計画的に推進するため、累次の国民健康づくり運動を展開してきた。



健康増進法に基づく基本方針と健康増進計画

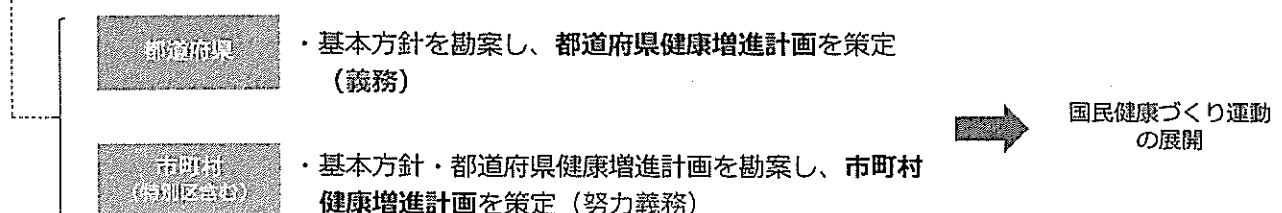
健康増進法

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。

基本方針(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:大臣告示)

国民健康づくり運動を進める上での基本方針。「国民健康づくり運動プラン」と呼称。以下の事項について定める。

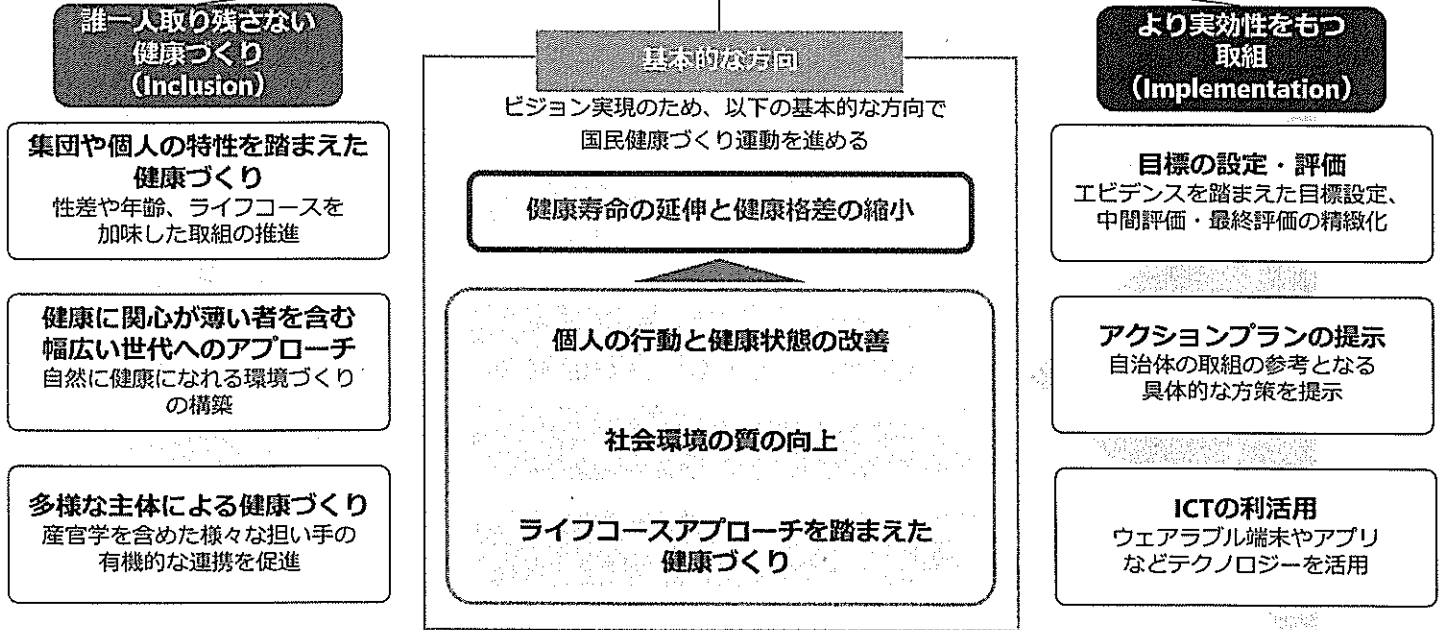
- ①国民の健康の増進の推進に関する基本的な方向
- ②国民の健康の増進の目標に関する事項
- ③都道府県健康増進計画及び市町村健康増進計画の策定に関する基本的な事項
- ④国民健康・栄養調査その他の健康の増進に関する調査及び研究に関する基本的な事項
- ⑤健康増進事業実施者間における連携及び協力に関する基本的な事項
- ⑥食生活、運動、休養、飲酒、喫煙、歯の健康の保持その他の生活習慣に関する正しい知識の普及に関する事項
- ⑦その他国民の健康の増進の推進に関する重要事項



健康日本21（第三次）の全体像

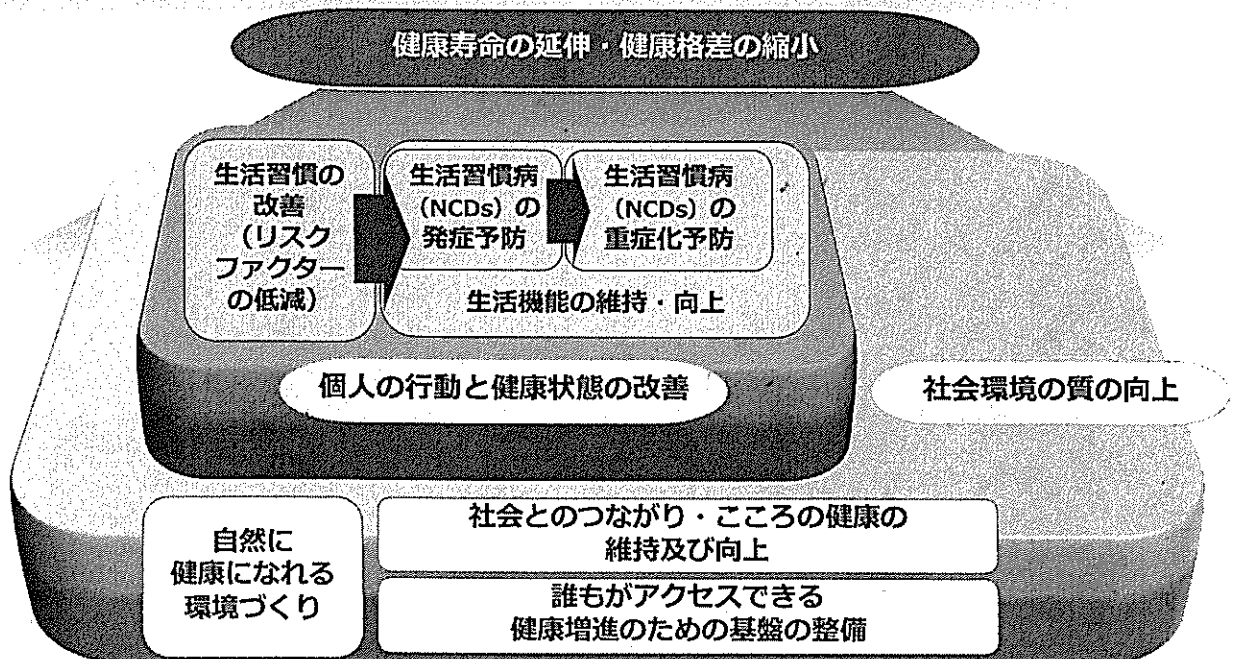
○ 人生100年時代を迎え、社会が多様化する中で、各人の健康課題も多様化しており、「誰一人取り残さない健康づくり」を推進する。また、健康寿命は着実に延伸してきたが、一部の指標が悪化しているなど、さらに生活習慣の改善を含め、個人の行動と健康状態の改善を促す必要がある。このため、「より実効性をもつ取組の推進」に重点を置く。

ビジョン 全ての国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



健康日本21（第三次）の概念図

全ての国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のために、以下に示す方向性で健康づくりを進める



ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり