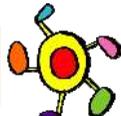




## 4 計画の基本理念

全ての市民がすこやかで心豊かに生活できる活力あるまち・健康都市大阪の実現



シンボルマーク  
「いっぽくん」

すこやか大阪21

## 5 全体目標

### 健康寿命の延伸

第2次計画の最終評価では、男女とも健康寿命は延伸しているが、平均寿命の伸びを上回る健康寿命の伸びには至らなかったことから、「健康寿命の延伸」を引き続き全体目標とする。

### 健康格差の縮小

「健康格差」とは、地域や社会状況の違いによる集団における健康状態の差と定義されていることから、国は「健康格差の縮小」の目標を「健康寿命の都道府県格差の縮小」としている。本市に置き換えると「健康寿命の大阪市内における地域(24区)間の格差の縮小」となるが、24区別の健康寿命は年次ごとに算出することができないことから、健康寿命に影響する要因に関わる評価可能なプロセス指標を用いることとした。年次ごとに把握が可能な「喫煙率」、「高血圧有病者割合」、「糖尿病有病者割合」、「肥満者割合」の4項目を格差の指標とする。生活習慣に関心を持ち、改善に取り組む市民を増やしていくことで、第2次後期策定時の大阪市の値を下回る区を減らし、健康格差の縮小をめざす。

## 6 各分野の考え方(抜粋)

### (1) 生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底及びこころの健康づくり

#### がん

がんは、本市の死亡原因の第1位であり、死亡を減らすためには早期発見・早期治療につなげることが重要のため、がん検診の受診率向上の取り組みが重要である。第2次後期計画では、市民アンケートの推計受診率をもとに、市民全体の受診率50%達成に必要な大阪市がん検診受診者数を算出し目標値を設定した。

目標項目の指標	現状値	目標値
胃がん検診(40歳以上)	29,249人	46,500人以上
大腸がん検診(40歳以上)	65,525人	109,400人以上
肺がん検診(40歳以上)	49,103人	69,700人以上
子宮頸がん検診(20歳以上女性)	50,957人	75,900人以上
乳がん検診(40歳以上女性)	33,347人	53,700人以上

がん検診の受診率の向上(大阪市がん検診受診者)

#### 循環器疾患

循環器疾患の発症を予防するためには、原因となる高血圧症、脂質異常症、メタボリックシンドロームの予防と治療の必要な人を早期に発見し、受診勧奨を行い、治療に結びつけることが必要である。そのため、特定健診の受診・特定保健指導の推進に取り組む。

目標項目の指標	現状値	目標値
特定健康診査の受診率の向上	21.6%	30%以上
特定保健指導の実施率の向上	2.3%	10%以上

#### 糖尿病

糖尿病は、網膜症、神経障害、腎症等の合併症、心疾患、脳血管疾患の原因となる動脈硬化を引き起こし、生活の質の低下を及ぼすため、引き続き、糖尿病の発症予防および早期発見と重症化予防に取り組む。

目標項目の指標	現状値	目標値
血糖コントロール不良者の割合の減少(HbA1c 8.4%以上の者)	1.08%	1.00%以下

#### 骨粗しょう症

骨粗しょう症は関節疾患、骨折・転倒の基礎疾患にあたり、要介護となる原因の1つである。将来の寝たきり予防のための知識の普及啓発と早期発見・早期治療が重要であることから、骨粗しょう症検診の受診者数の増加をめざす。

目標項目の指標	現状値	目標値
骨粗しょう症検診受診者の増加(18歳以上)	16,728人	19,000人以上

### (2) ライフステージに応じた生活習慣の改善

#### 栄養・食生活

肥満ややせを予防し、適正体重を維持するためには、栄養バランスに配慮した食事や適切な量と質の食事の摂取が大切である。また、情報交換や相談の場として機能し、生活意欲や食事の質の向上等に効果がある「共食」の推進に取り組む。

取り組みの柱	目標項目の指標	指標の詳細	現状値	目標値
適正体重の維持	適正体重を維持している者の増加	40～69歳男性の肥満者割合	32.4%	29.2%以下
		40～69歳女性の肥満者割合	17.1%	15.4%以下
		20～29歳女性のやせの者の割合	18.7%	20%以下

20～29歳女性の回答者数は少なく、1人の回答が与える影響が大きいため参考値とする。

#### 身体活動・運動

身体活動・運動の不足は、生活習慣病による死亡の危険因子である。また、高齢者の認知機能や運動機能などを含む社会生活機能の低下とも関連していることから、運動の重要性を啓発し、実践を支援する。

取り組みの柱	目標項目の指標	指標の詳細	現状値	目標値
身体活動量の増加	軽く汗をかく運動の継続者の増加	20～64歳男性	25.0%	31%以上
		20～64歳女性	17.3%	23.3%以上

#### たばこ

喫煙はがん、循環器疾患、糖尿病、COPD等の呼吸器疾患、周産期の異常等、多くの疾患の原因であり、生活習慣病による死亡へとつながる最大の危険因子である。たばこをやめたい人への支援や非喫煙者がたばこの煙にさらされない環境を確保することに取り組む。

取り組みの柱	目標項目の指標	指標の詳細	現状値	目標値
たばこをやめたい人の禁煙	成人の喫煙率の減少	男性	32.0%	28.2%以下
		女性	13.4%	11.8%以下

#### 歯・口腔の健康

歯および口腔の健康は、健康で質の高い生活を営む上で重要な役割を果たしていることから、乳幼児期から高齢期までの各ライフステージに応じた適切なう蝕、歯周病、歯の喪失予防を推進する。

取り組みの柱	目標項目の指標	指標の詳細	現状値	目標値
歯の喪失予防	80歳で20歯以上の自分の歯を有する者の割合の増加	75～84歳	42.5%	50%以上

### (3) 健康を支え、守るための地域づくり

#### 人とつながり健康を育む地域づくり

自治会、ボランティア活動などの社会的な人とのつながりを活かした健康づくり施策の推進は住民の健康増進にも役立つものであることから、関係機関等と連携・協働し、地域で健康に暮らしていける地域づくりに取り組む。

取り組みの柱	目標項目の指標	指標の詳細	現状値	目標値
人とつながり健康を育む地域づくり	地域のとつながりが強い方だと思ふ者の割合の増加	20歳以上	32.1%	42.1%以上

### (1) 生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底及びこころの健康づくり

がん	循環器疾患	糖尿病	COPD (慢性閉塞性肺疾患)	骨粗しょう症	こころの健康
----	-------	-----	--------------------	--------	--------

### (2) ライフステージに応じた生活習慣の改善

栄養・食生活	身体活動・運動	休養	アルコール	たばこ	歯・口腔の健康
適正体重の維持 適切な量と質の 食事の摂取 共食の増加 食をとりまく環境 の整備	身体活動量の 増加 住民が運動 しやすい環境 づくり	睡眠による 休養の確保	適正な飲酒 未成年者の 飲酒防止 妊娠中の飲 酒防止	たばこをやめたい人の禁煙 未成年者の喫煙 防止 妊娠中の喫煙 防止 受動喫煙防止	う蝕予防 定期的な歯科健診 の受診 歯周病予防 口腔機能の維持・ 向上 歯の喪失予防

### (3) 健康を支え、守るための地域づくり

#### 人とつながり健康を育む地域づくり

ボランティア活動	すこやかパートナー活動(講演会等への参加)	共食の増加(再掲:(2))
すこやかパートナー活動(運動)	住民が運動しやすい環境づくり(再掲:(2))	