

健康みやざき 行動計画 21

(第2次)



平成 25 年 3 月 宮崎県

はじめに

急速な高齢化が進む中、子どもから高齢者まで、全ての県民が生涯にわたって健やかで心豊かに生活していくには、県民一人ひとりが若い頃から「バランスのとれた食事」や「適度な運動」、「定期的な健康診断の受診」など健康づくりに取り組むことが大変重要です。

本県では、平成 12 年度に県民の健康づくりの基本指針として「健康みやざき行動計画 21」を策定し、栄養・食生活など 9 分野で具体的な数値目標を掲げ、関係機関と連携しながら県民の健康づくりを推進してまいりました。そして、平成 24 年度には同計画の 12 年間の成果を取りまとめ、最終評価を行ったところです。

そのような中、平成 24 年 7 月に国において「健康日本 21(第 2 次)」が策定され、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として、個人の生活習慣の改善と個人を取り巻く社会環境の改善により健康寿命の延伸と健康格差の縮小を図ることとなりました。

今回、これを踏まえて、健康寿命の延伸と健康格差の縮小を全体目標とする第 2 次の「健康みやざき行動計画 21」を策定しました。

本計画では、生活習慣病の一次予防と重症化予防を推進するため、平成 34 年度を目標年度として、小児期からの生活習慣病の予防、個人の健康や生活の質の向上を社会全体で支える環境整備などの推進を図ることとしています。

今後も、計画の目標達成に向けて、国、市町村、関係機関と連携し、県民の健康づくりを支援する施策をなお一層推進してまいりますので、皆様の御理解と御協力をお願い申し上げます。

終わりに、健康づくり推進協議会の委員の皆様をはじめ、貴重な御意見、御協力をいただきました皆様に深く感謝いたします。

平成 25 年 3 月

宮崎県知事 河野 俊嗣

健康みやざき行動計画 21（第2次）

目 次

第1章 基本方針

1	計画策定にあたって	1
2	計画の位置づけ	2
3	計画の期間と評価	2
4	本県における生活習慣病対策の方向性	2
5	全体目標	3
6	参考	4

第2章 分野別目標

1	栄養・食生活	9
2	身体活動・運動	11
3	休養・こころの健康	13
4	たばこ	14
5	アルコール	16
6	歯の健康	18
7	糖尿病	20
8	循環器疾患	22
9	がん	25
10	栄養・食生活《小児期》	27

第3章 計画の推進体制《推進団体等》

出典一覧	34
------	----

「健康みやざき行動計画21」(第2次)検討委員等	35
--------------------------	----

「健康みやざき行動計画21」(第2次)の問合せ先	36
--------------------------	----