

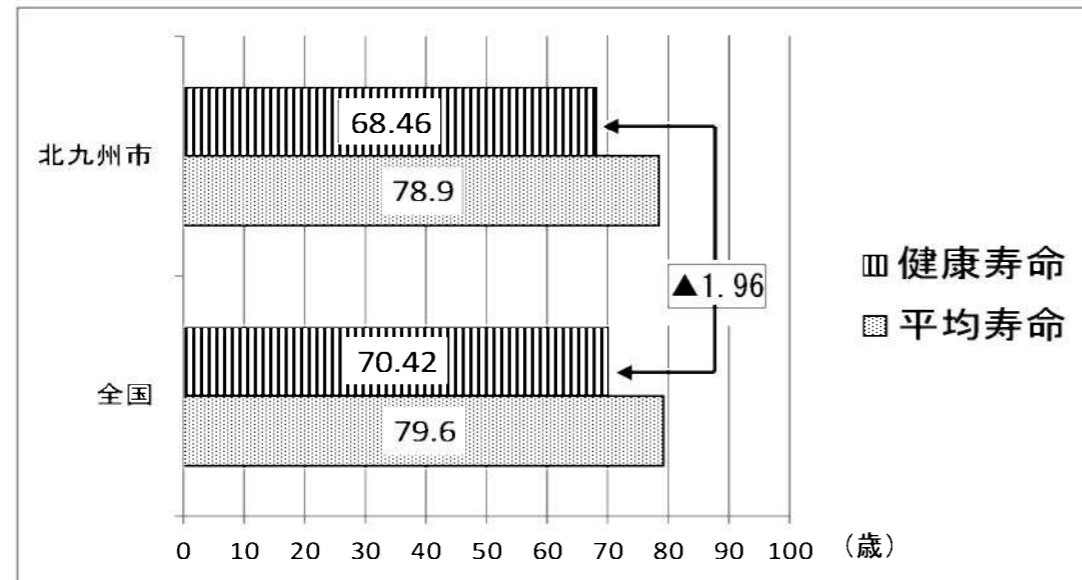
# 健康づくりについて

平成30年8月17日  
保健福祉局健康推進課

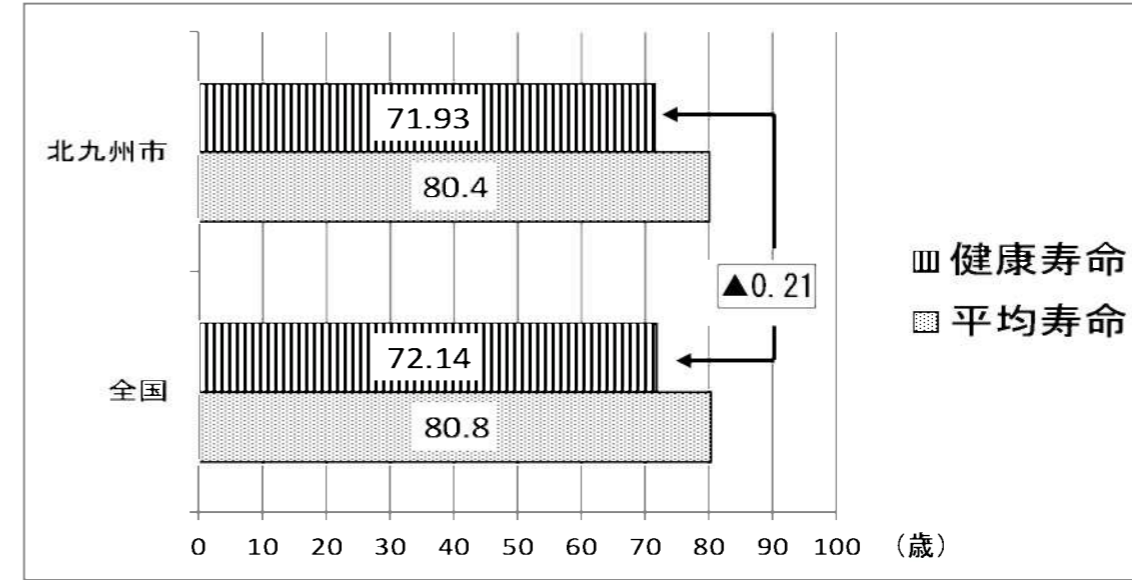
## 1 健康寿命と平均寿命

平成22年：本市の男性は全国と比較して健康寿命が1.96歳短かった。同じく女性は1.42歳短かった。平成28年には本市の健康寿命が延びたが、全国にはまだ追いついていない。

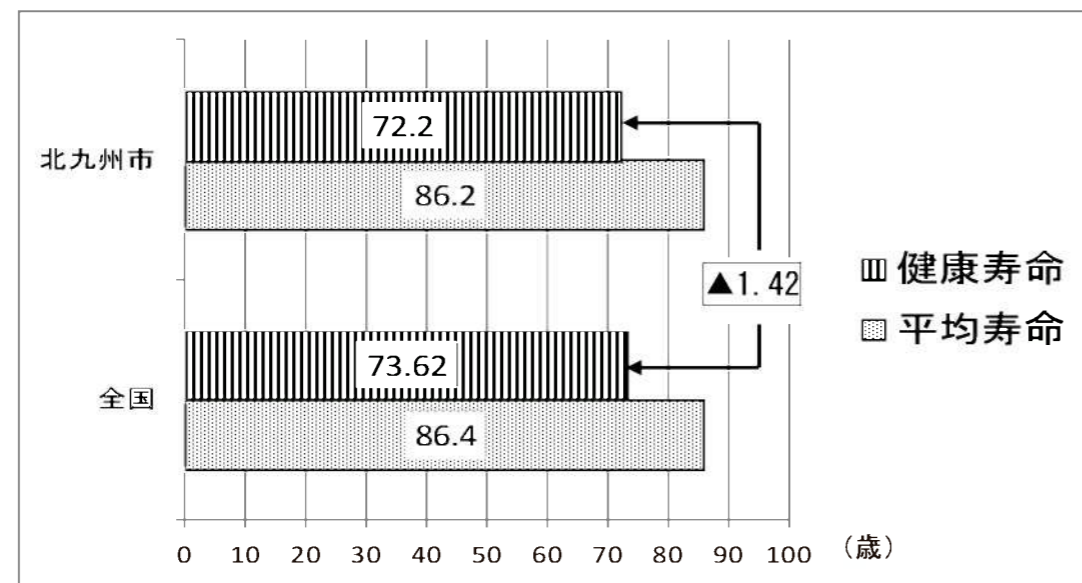
〔男性〕 平成22年



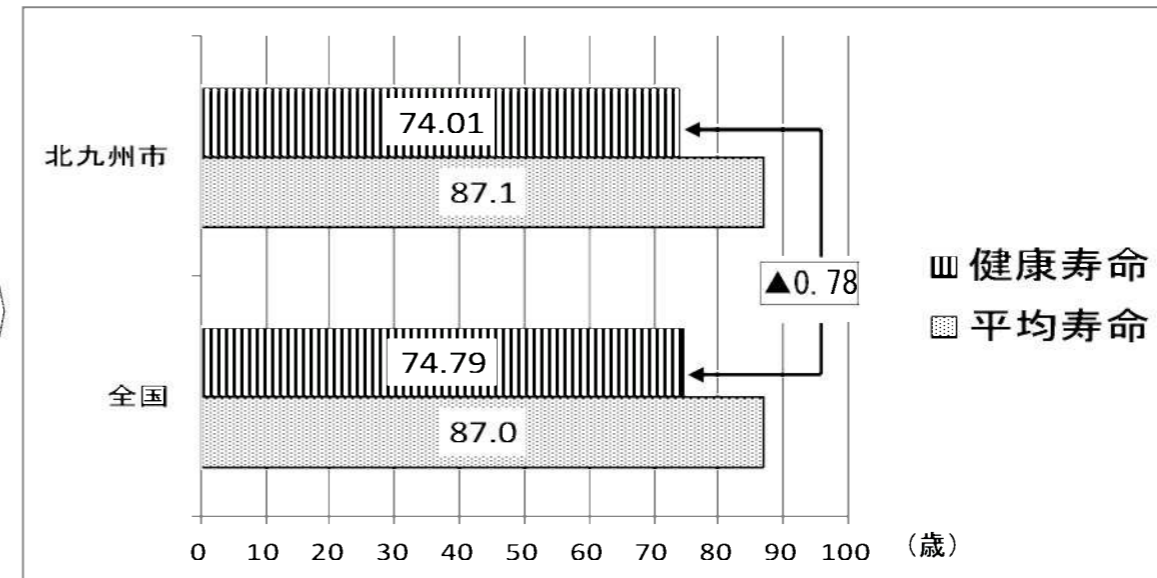
〔男性〕 平成28年 (平均寿命は平成27年)



〔女性〕 平成22年



〔女性〕 平成28年 (平均寿命は平成27年)



### 【出典】

平均寿命：平成22年、27年完全生命表（厚生労働省）

健康寿命：厚生労働省科学研究費補助金 平成22年、28年「健康寿命における将来予測と生活習慣病予防対策の費用対効果に関する研究」

※ 健康寿命とは、健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間をいう。（基礎資料として、健康情報は国民生活基礎調査を、死亡情報は人口動態統計を用いている。）

○ 政令指定都市比較（H28）

本市の健康寿命は、政令指定都市 1 位の浜松市と比較して、男性で 1.26 歳、女性で 2.18 歳短い。

| 【男性】            |           |              | 【女性】            |           |              |
|-----------------|-----------|--------------|-----------------|-----------|--------------|
|                 | 順位        | 歳            |                 | 順位        | 歳            |
| 浜松              | 1         | 73.19        | 浜松              | 1         | 76.19        |
| 神戸              | 2         | 72.54        | 名古屋             | 2         | 75.86        |
| 静岡              | 3         | 72.53        | 相模原             | 3         | 75.35        |
| 名古屋             | 4         | 72.47        | 福岡              | 4         | 75.22        |
| 相模原             | 5         | 72.35        | 新潟              | 5         | 75.20        |
| 仙台              | 6         | 72.26        | 千葉              | 6         | 74.92        |
| 広島              | 7         | 72.25        | 横浜              | 7         | 74.83        |
| 千葉              | 8         | 72.18        | 全国              | —         | 74.79        |
| 全国              | —         | 72.14        | 福岡県             | —         | 74.66        |
| さいたま            | 9         | 72.13        | 仙台              | 8         | 74.59        |
| 新潟              | 10        | 72.02        | 岡山              | 9         | 74.42        |
| <b>北九州</b>      | <b>11</b> | <b>71.93</b> | さいたま            | 10        | 74.28        |
| 川崎              | 12        | 71.84        | 川崎              | 10        | 74.28        |
| 横浜              | 13        | 71.83        | <b>北九州</b>      | <b>12</b> | <b>74.01</b> |
| 岡山              | 14        | 71.65        | 大阪              | 13        | 73.92        |
| 京都              | 15        | 71.55        | 静岡              | 14        | 73.91        |
| 福岡県             | —         | 71.49        | 神戸              | 15        | 73.83        |
| 堺               | 16        | 71.46        | 堺               | 16        | 73.60        |
| 札幌              | 17        | 71.34        | 札幌              | 17        | 72.89        |
| 福岡              | 18        | 71.04        | 京都              | 18        | 72.82        |
| 大阪              | 19        | 69.20        | 広島              | 19        | 72.66        |
| 熊本 <sup>※</sup> | —         | —            | 熊本 <sup>※</sup> | —         | —            |

【出典】厚生労働省科学研究費補助金「健康寿命における将来予測と生活習慣病予防対策の費用対効果に関する研究」

※ 熊本地震により国民生活基礎調査を実施していない。

## 2 第二次北九州市健康づくり推進プラン

生涯を通じて、市民一人ひとりが健康でいきいきと心豊かに満足して暮らすことができることを目的に、「北九州市健康づくり推進プラン」に続く新たな健康増進計画として平成30年3月に策定した。

### ○計画の位置づけ

- ・健康増進を総合的に推進することを目的とした健康増進法第8条第2項の規定に基づく市町村健康増進計画
- ・市の基本構想・基本計画「元気発進！北九州」プランに基づく、健康づくり施策の分野別計画

### ○計画期間

2018年度～2022年度（5年間）

### ○健康づくりスローガン

「オール北九州で健康（幸）寿命を延伸する」

－元気でGO！GO！ プラス2歳ヘスクラムトライ！－

### ○健康（幸）寿命延伸に向けた取組み

健康（幸）寿命プラス2歳を実現するため、「健康づくり」、「生きがい・社会参加」、「高齢者就労」を三本柱とし、企業、地域団体、NPO、福岡県などと連携した取組みを進めることとした。

**基本理念**

次世代を担う子どもや若者をはじめとするすべての市民が、社会とのつながりの中で、健やかで心豊かに生活できる幸福な社会の実現を目指します。  
 その実現にあたっては、超高齢社会に対応した持続可能な社会を確保できるよう、市民の健康寿命の延伸や医療費等の適正化に努めます。そのために、  
 地域、行政、企業などのあらゆる主体が一体となって健康づくりに取り組み、市民一人ひとりの自律的・主体的な健康づくり活動を支援する健康都市を目指します。

**基本目標Ⅰ** 【データヘルスの推進】データに基づく生活習慣病予防及び重症化予防の推進

- 施策の方向1 生活習慣病の予防及び重症化予防の強化
  - 基本施策1 健診・医療・介護のデータを活用した生活習慣病予防対策
  - 基本施策2 糖尿病重症化予防及び慢性腎臓病対策の推進
  - 基本施策3 予防を重視したがん対策の推進

- 施策の方向2 健康な生活習慣の維持に向けた理解の促進
  - 基本施策1 健康知識の普及啓発及び健康学習の支援
  - 基本施策2 各種検診の受診促進・保健指導の充実

**基本目標Ⅱ** 【健康格差の縮小】多様な背景の市民に対応する健康づくり

- 施策の方向1 子どもや働く世代の健康を守るための支援
  - 基本施策1 質のよい生活習慣を身に付けることを目的とした子どもの頃からの健康づくり
  - 基本施策2 働く世代の健康格差解消に向けた健康づくりの推進

- 施策の方向2 ライフステージを通じた切れ目のないところからだの健康づくり
  - 基本施策1 乳幼児期から学童期までの健康づくり
  - 基本施策2 生活習慣病予防と介護予防を中心に展開する健康長寿を目指した健康づくり
  - 基本施策3 健やかで活力ある暮らしのためのこころの健康づくり

**基本目標Ⅲ** 【健康なまちづくりの推進】市民の健康を支える社会環境の新創

- 施策の方向1 市全体で市民の健康づくりを支援する取り組み
  - 基本施策1 多様な主体との連携による健康づくりの推進

- 施策の方向2 地域包括ケアを支えるための健康づくり、社会参加の促進
  - 基本施策1 身近な地域で健康づくりに取り組める環境づくり
  - 基本施策2 地域の健康づくりを担う人材の育成及び活動支援

基本目標で掲げる施策の方向・基本施策を推進することにより、健康の各分野における市民の生活習慣の維持・改善・向上を図る

協会けんぽ等保険者 企業 NPO・地域のボランティア 医師会 歯科医師会 薬剤師会 福岡県 大学（研究機関）等

「健やかで心豊かな生活」の実現に向け、部局横断的に健康づくりを取り巻く他の施策との連携・協調を図る

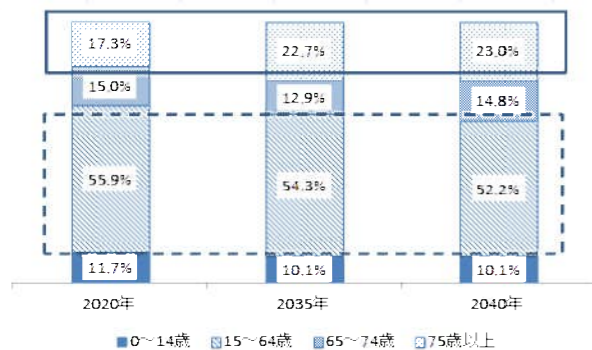
保健福祉、子育て、教育、建設、文化、スポーツ、産業・雇用、まちづくり、安全・安心など

### 3 「いきいき長寿プラン」の背景・課題と基本目標

#### 背景・課題

##### ▶ 人口構成の変化

- ・生産年齢人口(15～64歳)の減少
- ・後期高齢者(75歳以上)の増加



【資料】国立社会保障・人口問題研究所「日本の地域別将来推計人口(平成25年3月推計)」

##### ▶ 社会保障費の増大

- ・国保加入者1人当たり医療費(H27)  
本市:401千円 全国平均:349千円  
全国平均より52,000円高い

- ・介護保険料  
第1期(H12～14年度):3,150円  
第6期(H27～29年度):5,700円  
2025年度見込み:8,500円  
※現時点での見込み額

##### ▶ 約10年の不健康な期間

- ・全国平均より +1.25年 不健康な期間が長い

(単位:年)

|        | 男性    |       | 女性    |       |
|--------|-------|-------|-------|-------|
|        | 本市    | 全国    | 本市    | 全国    |
| 平均寿命   | 78.85 | 79.59 | 86.20 | 86.35 |
| 健康寿命   | 68.46 | 70.42 | 72.20 | 73.62 |
| 不健康な期間 | 10.47 | 9.22  | 14.02 | 12.77 |

【資料】平均寿命:平成22年都道府県別生命表の概況、健康寿命:厚生労働省「平成22年都道府県別生命表の概況」、厚生労働科学研究補助金「健康日本21(第二次)等の健康寿命の課題」

#### 課題解決の方向性

①生きがい・社会参加・地域貢献など生涯現役の推進

②健康寿命の延伸に視点をおいた住民主体の介護予防・健康づくり

③地域協働による見守り・支え合いの支援体制の充実

④多職種連携による身近な相談や地域支援体制の強化

⑤高齢者を支える介護サービス基盤整備と人材の育成・定着

⑥権利擁護や多様な住まい等安心して暮らせる環境づくり

#### 改革の3つの視点

##### ①高齢者の捉え方の意識改革

65歳＝高齢者・老後・リタイアと一律に捉えるのではなく、意欲・能力をいかし、様々な活動に取り組むための啓発

##### ②地域包括ケアシステムの基盤づくり

可能な限り住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができる地域包括ケアシステムの基盤となる、医療・介護の連携や住民主体の地域づくり

##### ③持続可能な仕組みの構築

高齢化の進展や生産年齢人口の減少傾向の中、様々な制度を維持・継続するための、自助・互助・共助・公助のいずれかが過重な負担とならないよう、バランスの取れた仕組みづくり

基本目標

「健康長寿」を合言葉に高齢者が主役になるまちづくり、人生90年時代へ備える

#### 目標と施策の方向性

##### 【健やか】

いきいきと生活し、生涯活躍できる

- ◆生きがい・社会参加・地域貢献の推進
- ◆主体的な健康づくり・介護予防の促進による健康寿命の延伸

##### 【支え合い】

高齢者とその家族、地域がつながる

- ◆見守り合い・支え合いの仕組みづくり
- ◆総合的な認知症対策の推進
- ◆高齢者を支える家族への支援

##### 【安心】

住みたい場所で安心して暮らせる

- ◆身近な相談と地域支援体制の強化
- ◆介護サービス等の充実
- ◆権利擁護・虐待防止の充実・強化
- ◆安心して生活できる環境づくり

# 高齢者の生きがいと人材活用について（イメージ）

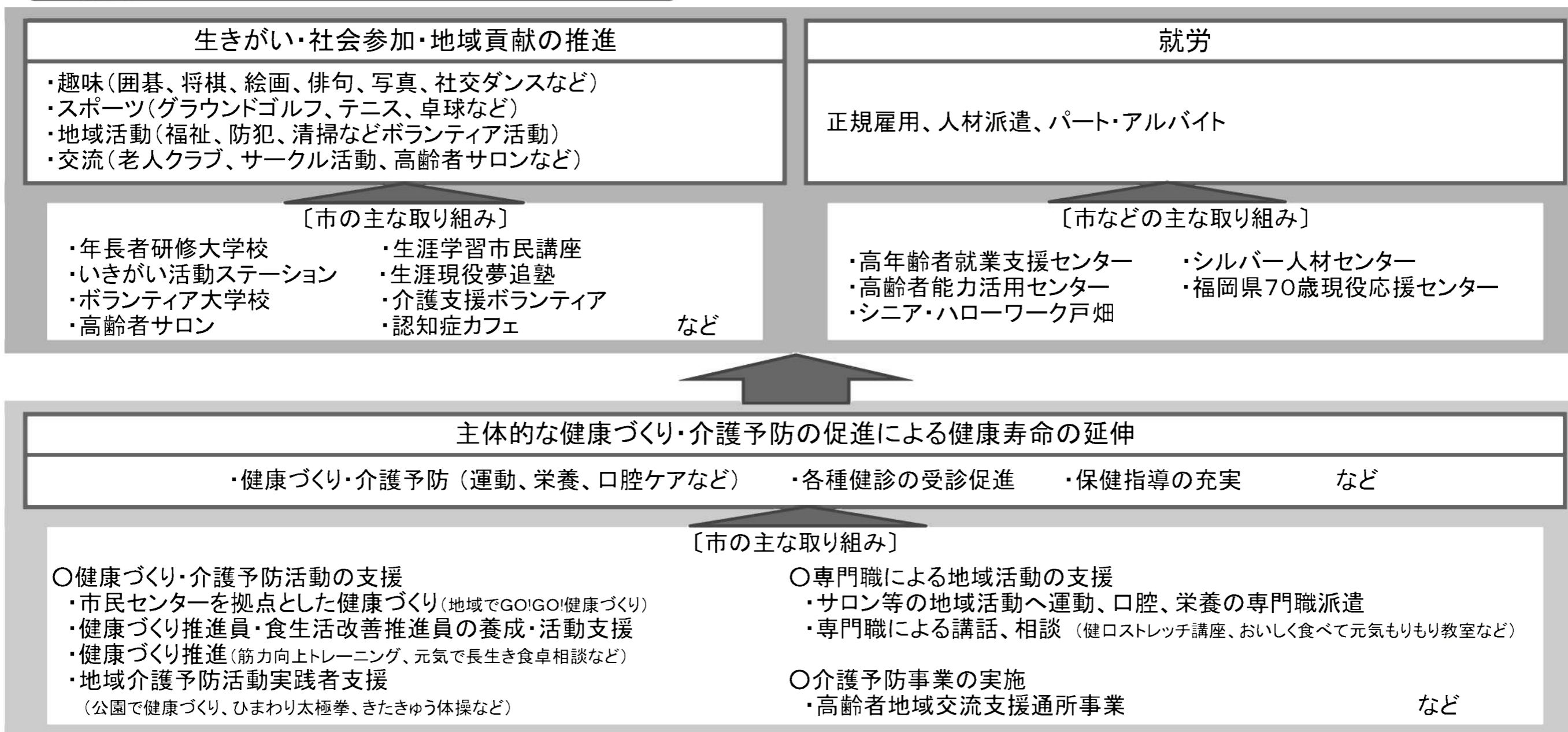
## 1 高齢者のいきがいづくりの基本的な考え方

高齢者が生きる喜びや日々の生活に張り合い感じ、地域や社会とのつながりの中で、住み慣れた地域で暮らし続けていくため、多様なライフスタイルや健康度に応じた教養・文化活動、生涯スポーツ活動、ボランティア・就労などの機会づくりや情報提供を行う。

## 2 背景

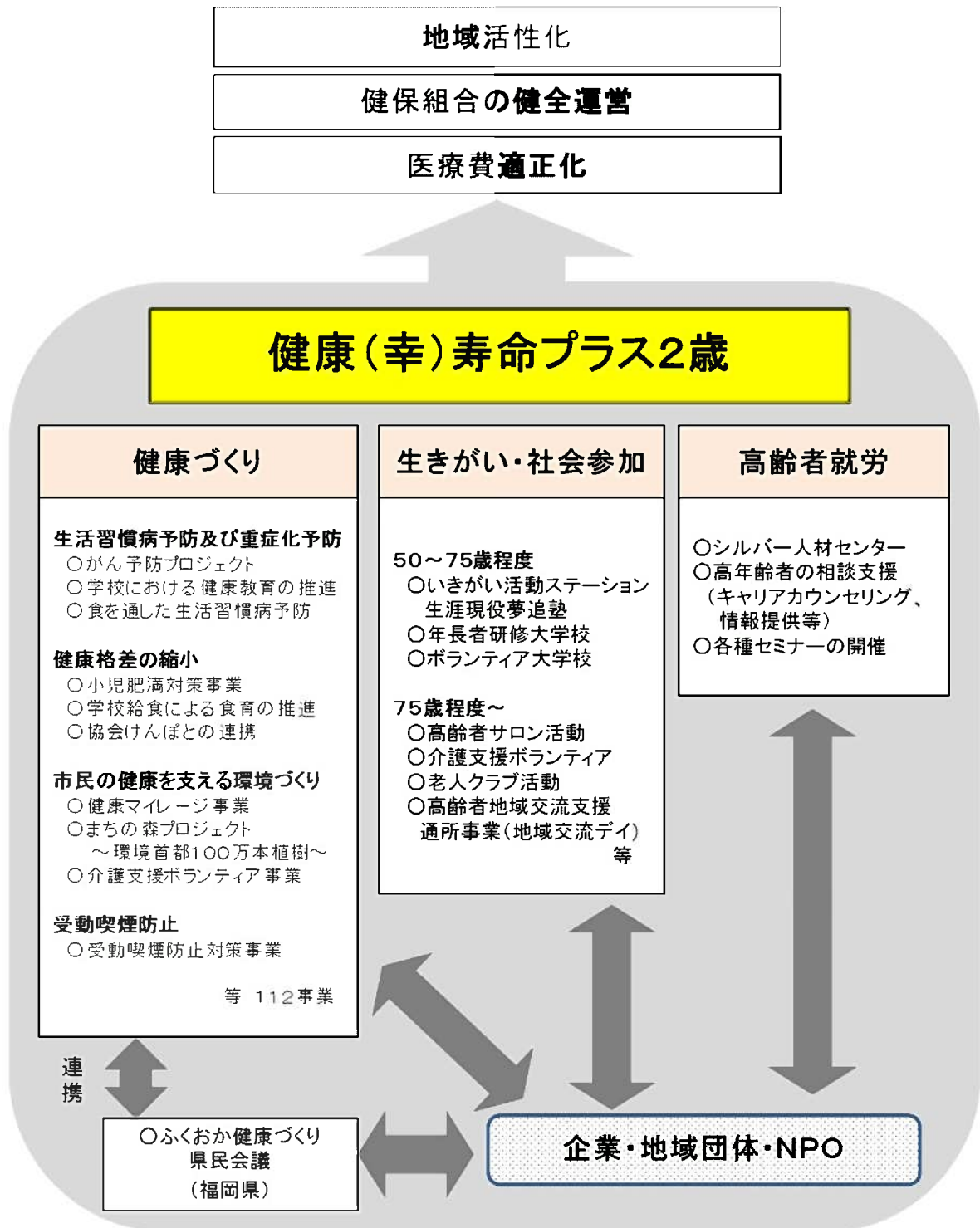
- 高齢者の高齢化（75歳以上高齢者の増加）
- 生産年齢人口（15～64歳）の減少
- 高齢者の単身世帯の増加
- 地域コミュニティの希薄化（近所づきあいの希薄化）
- 平均寿命の延伸
- 高齢者の若返り（「高齢者」と思う年齢の市民感覚の変化）

## 3 施策



#### 4 健康（幸）寿命延伸に向けた取組み

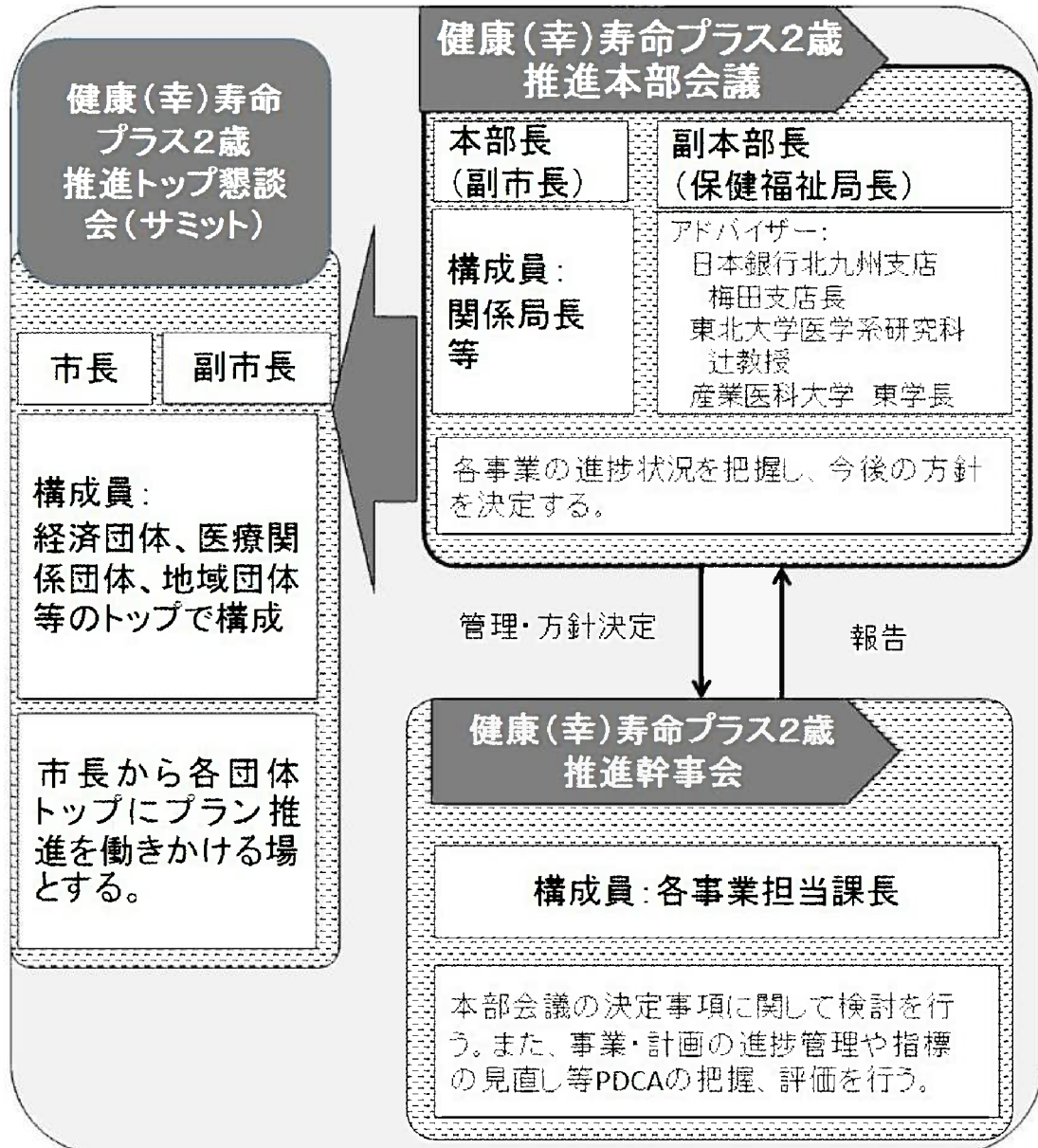
企業、地域団体、NPO、福岡県などと連携し、「健康づくり」「生きがい・社会参加」「高齢者就労」の三本柱を推進することで、更なる健康寿命の延伸を実現し、医療費適正化、健保組合の健全経営、地域活性化につなげる。



## 5 健康（幸）寿命プラス2歳 推進体制

健康寿命延伸に向けた課題を克服するため、「健康（幸）寿命プラス2歳推進本部会議」を設置し、市内部で部局間連携の充実・強化を図る。

推進本部会議の決定事項については、「トップ懇談会」で市内各団体のトップに取組みを働きかけるとともに、関係事業の担当課長をメンバーとする「推進幹事会」を置き、事業・計画を着実に推進していく。



### ○スケジュール

- 6月29日（金） 「健康（幸）寿命プラス2歳推進幹事会」設置、開催
- 8月7日（火） 「健康（幸）寿命プラス2歳推進本部会議」設置
- 8月28日（火） 「健康（幸）寿命プラス2歳推進トップ懇談会」開催