

戦略シート(事業計画)
の最新版はこちら



主要課題
No.26

区民の主体的な健康づくり



現状

- 国の「健康日本21（第三次）」においては、「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」をビジョンとしています。本区では、だれもがいきいきと自分らしく、健康で自立した生活を営める地域社会を目指しています。その実現に向けて、区民一人ひとりのライフステージやライフコースに応じた健康づくりのため、適切な食生活や運動習慣の定着など、意識的な生活習慣改善への支援が求められています。
- 令和4年度の健康に関するニーズ調査では、「普段、健康に気をつけている」と回答した区民は83.2%となっており、そのうち「食事・栄養に気を配る」が76.0%、「睡眠・休養を十分にとる」が64.3%などとなっています。また、区民の喫煙習慣は8.1%で、前回の調査より3.8%減少しており、喫煙経験がある区民のうち、61.8%が禁煙したいと思うと回答しています。さらに、生活習慣病の健診等の受診については、「区健康診査」、「勤務先での健康診査」、「人間ドック」、「その他」の合計は、79.6%となっています。一方、「健診等を受けなかった」は16.2%となっています。
- また、令和4年度の特定健康診査受診率は43.5%、特定保健指導実施率は14.5%となっており、第2期データヘルス計画において11年度の区目標値を、特定健康診査受診率47.8%、特定保健指導実施率19.2%としています。
- 令和3年の区民の死因のうち、生活習慣とのかかわりが強い3大死因（悪性新生物・心疾患・脳血管疾患）の割合は、全体の49.0%となっています。
- 区では、運動・食事などの基本的な生活習慣の改善を促す講座等の事業を実施しています。コロナ禍でも実践できる運動や身体活動量を増やす体操の啓発により、事業参加者の意識向上度は98%と、運動習慣の動機付けの機会となっています。また、禁煙や受動喫煙防止の取組を推進しています。

関連する主な計画等

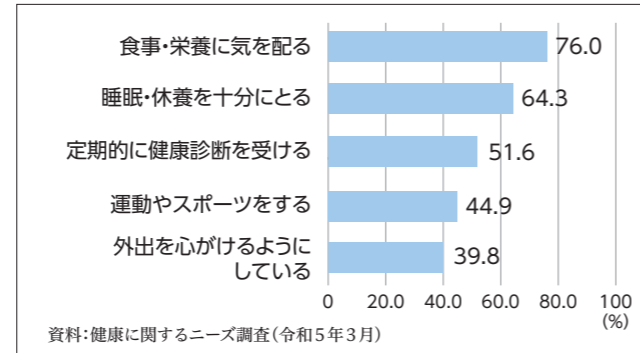
- 文京区保健医療計画（令和6年度～令和11年度）
- 文京区国民健康保険第2期データヘルス計画・第4期特定健康診査等実施計画(令和6年度～令和11年度)

課題解決に向けて取り組むべきこと

- 健康の保持増進のため、区民一人ひとりに適切な食習慣や運動習慣など、健康的な生活習慣の必要性を周知し、意識的な生活習慣改善を促す必要があります。
- 区民が健康管理に努められるよう、健康に寄与する様々な機会を提供するとともに、特定健康診査の受診率や特定保健指導の実施率の向上を図る必要があります。
- 区民の喫煙率の低下に向けた取組を充実させるとともに、受動喫煙を防止するための措置を総合的・効果的に推進する必要があります。

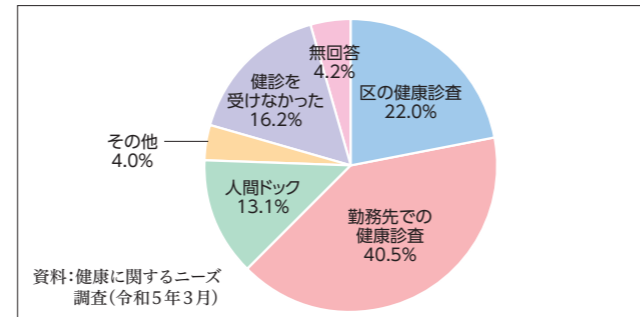
関連データ

①健康に気をつけている具体的な内容

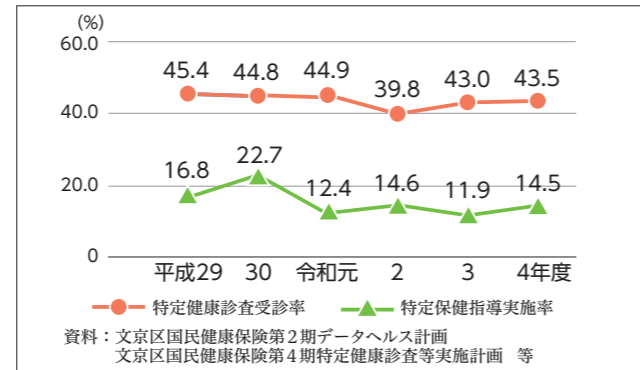


食事や栄養、睡眠については、多くの区民が気をつけています。

②生活習慣病の健診等の受診状況



③特定健康診査・特定保健指導の実績



40歳以上の国民健康保険加入者に対して区が実施している特定健康診査の受診率、特定保健指導の実施率はともに横ばい傾向にあります。
(参考:令和3年度市町村国保(全体)の特定健康診査受診率は36.4%、特定保健指導実施率は27.9%)

4年後の 目指す姿

健康の保持増進のため、区民一人ひとりが、健康的な生活習慣の必要性を理解し、主体的に健康管理を行っている。また、区民等の喫煙による健康被害に関する意識が高まり、主体的な禁煙行動が促進されている。

計画期間の方向性

●健康増進に向けた生活習慣の改善促進と主体的な健康管理

区民の健康の保持増進のため、適切な食習慣の改善や運動習慣の定着など、健康的な生活習慣の必要性を周知するとともに、日常的に運動ができる機会等を提供し、意識的な生活習慣改善を促します。また、生活習慣病の早期発見のため、健康診査等の受診率や実施率の向上に取り組み、重症化予防を推進します。

●喫煙による健康被害の防止

喫煙による健康被害を防止するため、たばこ健康に関する正しい知識の情報発信に努め、主体的な禁煙に向けた取組を支援するとともに、望まない受動喫煙を生じさせない環境の整備と普及啓発に取り組みます。

手段(当初事業計画)

事業番号	計画事業(所管課)	年次計画				令和6年度 事業費(千円)
		令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度	
102	生活習慣病予防事業 [保健サービスセンター]	▶生活習慣病予防教室、ウォーキング教室、健康スキルアップ教室				2,919
103	健康づくり事業 [保健サービスセンター]	▶健康検査、自主トレーニング事業、健康づくり運動教室				42,998
104	食育普及 [健康推進課]	▶食育イベント、ぶんきょう野菜塾、子ども野菜塾、講習会の開催 ▶ハビベジ加盟店事業の実施(加盟店の募集・登録等)				3,636
105	特定健康診査・特定保健指導 [国保年金課・健康推進課]	▶特定健康診査 (対象:40歳以上の国民健康保険の被保険者等) ▶後期高齢者医療健康診査 (対象:後期高齢者医療制度の被保険者) ▶特定保健指導 (対象:特定健康診査の結果、生活習慣改善の必要のある方)				407,672
106	受動喫煙防止対策事業 [健康推進課]	▶制度の普及・啓発(ポスター、チラシ) ▶施設管理権原者等への普及・啓発 (ハンドブック、標識掲示パンフレット) ▶健康増進法・東京都受動喫煙防止条例に基づく指導等				367
107	喫煙・受動喫煙による健康被害 防止の普及啓発及び禁煙支援 [健康推進課]	▶禁煙・受動喫煙防止の啓発(リーフレット、ポスター等) ▶禁煙外来治療費助成				740
108	糖尿病性腎症重症化予防事業 [国保年金課]	▶糖尿病性腎症の重篤化による透析治療への移行防止 ▶保健指導(支援計画等)、医療機関受診勧奨(未治療者への勧奨) ▶フォローアップ(保健指導修了者に対するフォローアップ)				7,746
109	受診・服薬の適正化 [国保年金課]	▶ジェネリック医薬品の普及(差額通知、PR等) ▶医療費通知 ▶服薬情報通知事業(重複服薬が疑われる方への通知)				8,778