

区の健康づくり政策について

1 国の目標

国は、「健康寿命延伸プラン」を策定し、2040年までに健康寿命を男女ともに3年以上延伸し、75歳以上とすることを目指し、以下の3分野を中心に取組を推進することとしている。【資料1-2、資料1-3、資料1-6】

○次世代を含めたすべての人の健やかな生活習慣形成等

→議題2「食育の推進について」

○疾病予防・重症化予防

→項目4「区の実施」

○介護予防・フレイル対策、認知症予防（介護・高齢部会検討項目）

2 国・都の現状

○国の健康日本21（第二次）最終評価報告書において、「メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少」が目標値を下回っている。

○令和2年度厚生労働科学特別研究事業「新型コロナウイルス感染症に対応した新しい生活様式による生活習慣の変化およびその健康影響の解明に向けた研究－生活習慣病の発症および重症化予防の観点から－」によると、コロナ感染拡大前（2020年1月）とコロナ感染拡大後（2021年3月）との比較では、体重、BMI、睡眠時間が増加傾向であり、アルコール摂取量、喫煙者の割合、1日の総合身体活動量、健康診断受診者が減少傾向であった。【資料1-4】

○東京都健康推進プラン21（第二次）中間評価では、健康づくりの基本となる都民の生活習慣について、現状維持・悪化傾向にある指標が多くなっている。（栄養・食生活、身体活動・運動、睡眠時間、飲酒等）

3 区の現状・課題

○2022年度は2020年度と比較して、健康福祉に関する意識調査の調査項目「自身の健康状態が＜健康である＞と感じる区民の割合」が、50歳～60歳代を除く世代で減少している。【資料1-5】

○中野区の65歳健康寿命は、年々延伸状況にある。【資料1-6】

※65歳健康寿命は、東京都保健所長方式（用語定義は資料1-6の項目3を参照）で算定

○新型コロナウイルス感染症により広く浸透した「新しい生活様式」やテレワークの普及により、身体活動量の低下や生活習慣の悪化が懸念される。

4 現在の区における取組内容

○国保データヘルス事業

区の保有している健康や医療に関する情報を活用し、効果的な保健事業を実施することにより、区民の生活の質を高め、医療費を適正化し、介護予防や健康寿命の延伸につなげることを目指す。

○糖尿病予防対策事業

特定健診などの結果、糖尿病予備群（空腹時血糖値が100～125mg/dl またはヘモグロビンA1c(NGSP 値)が5.6～6.4%)と判定された区民に対し、日常的な運動習慣の定着や食生活を含めた生活習慣の改善を目的としたプログラムの受講勧奨を行うことで、糖尿病予防を目指す。

5 審議していただきたい内容

○健康寿命の延伸、メタボリックシンドロームの該当者の減少のために、どのような取組を進めたらよいか。

○新型コロナウイルス感染症の感染拡大による生活習慣の変化等を踏まえた健康づくり施策について、どのように考えるか。