

# 第1章 東京都健康推進プラン21（第二次）の中間評価にあたって

1 東京都では、健康増進計画として、平成13年10月に「東京都健康推進プラン  
2 ン21」を策定し、都民の健康な長寿の実現を目指し、予防重視の生活習慣病対  
3 策や、健康づくり機運の醸成などに取り組んできました。また、平成25年3  
4 月には、「東京都健康推進プラン21（第二次）」（以下、「プラン21（第二次）」  
5 という。）を策定し、どこに住んでいても生涯にわたり健やかで心豊かに暮らせ  
6 る社会を目指し、総合目標として、「健康寿命の延伸」と「健康格差の縮小」を  
7 掲げ、これらを達成するために、生活習慣病の発症予防や生活習慣の改善の取  
8 組を更に強化してきました。

9 平成30年度は、プラン21（第二次）について、取組の中間評価と必要な見  
10 直しを行い、今後の健康づくりの推進体制の充実強化を図っていきます。

11 プラン21（第二次）の中間評価に当たっては、平成24年に策定された、国  
12 の「21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21（第2次）」<sup>1</sup>（以下「健  
13 康日本21（第2次）」という。）や、「都民ファーストでつくる『新しい東京』  
14 ～2020年に向けた実行プラン～」<sup>2</sup>の考え方に基づくとともに、「東京都保健  
15 医療計画（第六次改定）」<sup>3</sup>や「東京都がん対策推進計画（第二次改定）」<sup>4</sup>、「東  
16 京都歯科保健推進計画」<sup>5</sup>等との整合性を図り、これらの計画とともに都民の健  
17 康を守り支えていきます。

## I プラン21（第二次）の概要

### 1 理念と目的

21 がん、脳卒中、心筋梗塞、糖尿病といった生活習慣病やうつ病など、身体と  
22 ところの病気によって都民の生活の質が下がることをできるだけ減らし、誰も

<sup>1</sup> 21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21（第2次））：健康増進法（平成14年法律第103号）に基づき策定され、国民の健康の増進の推進に関する基本的な方向や国民の健康の増進の目標に関する事項等を定めるとともに、都道府県健康増進計画の基本となる「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（平成15年厚生労働省告示第195号）」の全部改正が、いわゆる「健康日本21（第2次）」とされている。詳細については、第6章「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（平成24年7月10日 厚生労働大臣告示）」参照

<sup>2</sup> 都民ファーストでつくる「新しい東京」～2020年に向けた実行プラン～：2014年に策定された「東京都長期ビジョン」が示す大きな政策の方向性を継承しつつ、都民ファーストの視点に立ち、大義ある政策を都民の共感を呼ぶ形で積極的かつ計画的に展開する、新たな4か年実施計画（計画期間：平成29年度～平成32（2020）年度）

<sup>3</sup> 東京都保健医療計画（第六次改定）：医療法第30条の4に基づく医療計画を含む、都の保健医療に関し施策の方向を明らかにする基本的かつ総合的な計画（計画期間：平成30年度～平成35（2023）年度）

<sup>4</sup> 東京都がん対策推進計画（第二次改定）：がん対策基本法第11条に基づく都道府県計画として、がんの予防から治療、療養生活の質の向上に至るまでのがん対策に関する総合的な計画（計画期間：平成30年度～平成35（2023）年度）

<sup>5</sup> 東京都歯科保健推進計画：歯科口腔保健の推進に関する法律第13条に基づく、歯科口腔保健の推進に関する方針、目標、計画等の基本的事項を盛り込んだ都道府県計画として、目指す姿を「都民がいつまでもおいしく食べ、笑顔で人生を過ごすことができること」とし、「ライフステージに応じた歯と口の健康づくりの推進」等4本の計画の柱を示した歯科保健対策の総合的な対策（計画期間：平成30年度～平成35（2023）年度）

1 が生涯にわたり健やかで心豊かに暮らすことができる社会を目指します。

2 プラン21（第二次）は、上記の理念の実現に向けて、都民一人ひとりが主  
3 体的に取り組む健康づくりを、社会全体で支援し、総合的に推進することを目  
4 的としています。

## 5 6 2 位置付け

7 プラン21（第二次）は、健康増進法<sup>6</sup>第8条の規定に基づき、都道府県健  
8 康増進計画として策定したものです。

## 9 10 3 対象期間

11 プラン21（第二次）の対象期間は、平成25年度から平成34（2022）  
12 年度までの10年間です。5年を目途に中間評価を行うこととしています。

## 13 14 4 基本的な考え方

### 15 (1) どこに住んでいても、生涯にわたり健やかに暮らせる社会の実現

16 生涯を通じて健やかで心豊かな生活を送ることができるようにするた  
17 め、高齢者が生活を営む上で必要な機能を維持し、健康上の理由で日常生  
18 活が制限されることなく生活できる期間（健康寿命）の延伸を目指します。

19 同時に、都民一人ひとりが、住んでいる地域にかかわらず、日常生活に  
20 必要な機能を維持できるよう、区市町村間における健康寿命の差の縮小を  
21 目指します。

### 22 23 (2) 都の特性や都民の健康状況を踏まえた目標の設定

24 生活習慣病対策においては、これまで取り組んできた発症予防、早期発  
25 見、早期治療に加え、重症化予防の視点からも対策を推進します。

26 生活習慣病の予防では、より多くの都民に生活習慣の改善が普及し、疾  
27 患が予防されるよう、負担感なく生活習慣を変えることができる工夫を示  
28 し、健康づくりの実践を支援していきます。

29 多様な世代が地域で活動できる場や機会、地域の人がともに健康づくりに  
30 取り組む気運を醸成し、こころの健康づくりや、子供の発達段階に応じ  
31 た望ましい生活習慣の確立、高齢者の生活機能の維持など、生涯を通じた  
32 健康づくりを推進します。

### 33 34 (3) 目標達成に向けた都民及び関係機関の役割・取組の明確化

35 健康づくりは、都民一人ひとりの主体的な取組はもとより、関係機関の

---

<sup>6</sup> 健康増進法：国民の健康の増進の総合的な推進に関し基本的な事項を定めるとともに、国民の栄養の改善その他の国民の健康の増進を図るための措置を講じることにより国民保健の向上を図ることを目的として、平成15年5月に施行された法律

1 役割が重要になります。関係機関がそれぞれの役割を踏まえて、効果的な  
2 取組を効率的に推進し、主体的かつ積極的に都民の健康づくりに関わるよ  
3 う、都民及び関係機関の役割と取組を明確に示します。

## 4 5 5 目標

### 6 (1) 総合目標

#### 7 ①健康寿命の延伸

8 健康寿命が延伸することは、高齢期に至るまでの間に心身の健康が大  
9 大きく損なわれなかったこと、さらには、たとえ病気になっても重症化や  
10 健康障害に至らず、その後も生活機能を維持し続けることを意味します。

11 都民の健やかで心豊かな生活を実現するため、健康寿命の延伸を総合  
12 目標に定めています。

#### 13 ②健康格差の縮小

14 プラン21(第二次)においては、「都民の病気や健康状態についての  
15 区市町村間の違い」を「健康格差」とし、その縮小についても総合目標  
16 の一つとしています。

### 17 18 (2) 領域と分野

19 (1)で掲げた総合目標を達成するため、健康づくりを3つの「領  
20 域」に分け、領域ごとに、都民の健康への関わりが特に大きく、対策  
21 が必要な項目を「分野」として設定しています。

22 また、都民や区市町村・事業者などの関係機関が取り組む共通の目  
23 標として、各領域の分野ごとに「分野別目標」を掲げるとともに、分  
24 野別目標ごとに、「指標」と目指すべき方向を定めています。

25 さらに、分野別目標の指標を補完する指標と、当該分野の現状や課  
26 題を把握することに役立つと考えられる指標を「参考指標」として定  
27 めています。

#### 28 29 ①領域1「主な生活習慣病の発症予防と重症化予防」

30 発症予防、早期発見、早期治療、重症化予防に着目し、主な生活  
31 習慣病とそのリスクを高める疾患・症候群である「がん」「糖尿病・  
32 メタボリックシンドローム」「循環器疾患」「COPD(慢性閉塞性  
33 肺疾患)」の4分野を設定しています。

#### 34 ②領域2「生活習慣の改善」

35 多くの都民に実践してもらいたい、望ましい習慣に着目し、健康づ  
36 くりの基本となる「栄養・食生活」「身体活動・運動」「休養」「歯・  
37 口腔の健康」「飲酒」「喫煙」の6分野を設定しています。

#### 38 ③領域3「ライフステージを通じた健康づくりと健康を支える社会環

1 境の整備」

2 ライフステージを通じて健やかで心豊かな生活を実現するために  
3 必要な健康づくりと、健康を支え、守るための社会環境に着目し、「こ  
4 ころの健康」「次世代の健康」「高齢者の健康」「社会環境整備」の4  
5 分野を設定しています。

6  
7 (3)重点分野

8 都民の健康づくりを推進する上で、特に重点的な対策が必要な、「がん」  
9 「糖尿病・メタボリックシンドローム」「ころの健康」の3分野を、重  
10 点分野に設定しています。

11  
12 **Ⅱ 中間評価の背景**

13 1 国の健康づくり対策

14 昭和 53 年：第一次国民健康づくり対策

15 昭和 63 年：第二次国民健康づくり対策～アクティブ80ヘルスプラン～

16 平成 12 年：第三次国民健康づくり対策として「健康日本 21」策定

17 平成 15 年：「健康増進法」施行

18 平成 18 年：「医療制度改革関連法」制定

19 平成 20 年：特定健康診査・特定保健指導<sup>7</sup>の実施の義務化

20 平成 24 年：「健康日本 21（第2次）」策定

21 平成 30 年：「健康日本 21（第2次）」中間評価

22  
23 2 都の健康づくり対策

24 昭和 55 年：「東京都健康づくり検討委員会」設置

25 平成 3 年：「健康づくり都民会議」設置

26 「いきいき都民の健康づくり行動計画」策定

27 平成 9 年：「東京ヘルスプロモーション」策定

28 平成 13 年：「東京都健康推進プラン 21」策定

29 平成 18 年：「東京都健康推進プラン 21」中間評価

30 「東京都健康推進プラン 21 後期5か年戦略」策定

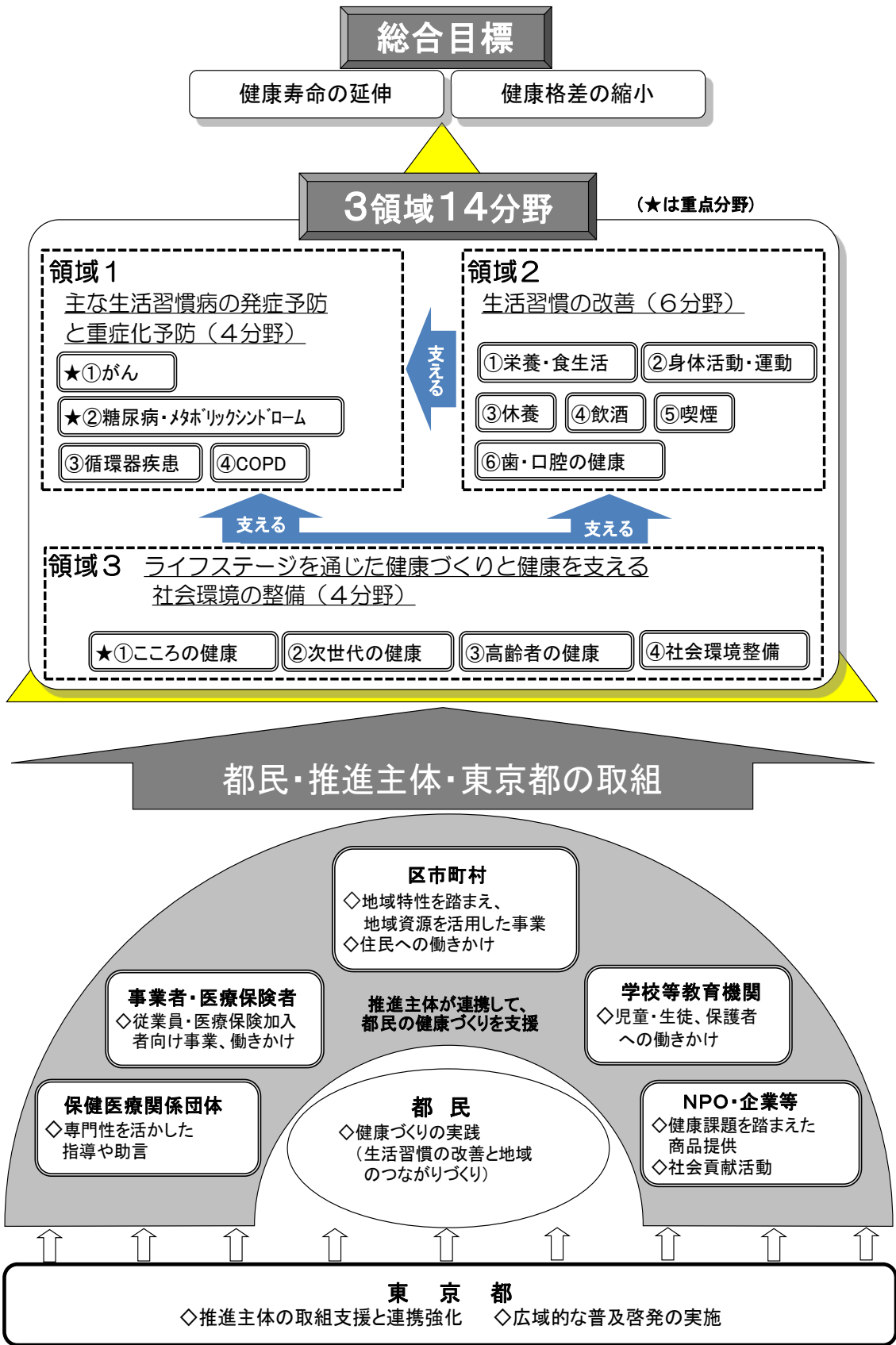
31 平成 20 年：「東京都健康推進プラン 21 新後期5か年戦略」策定

32 平成 25 年：「東京都健康推進プラン 21（第二次）」策定

33 平成 30 年：「東京都健康推進プラン 21（第二次）」中間評価

34  
35  
<sup>7</sup> 特定健康診査・特定保健指導：医療保険者が 40 歳以上 75 歳未満の加入者（被保険者・被扶養者）を対象に、生活習慣病を発症する前の段階で生活習慣病を予防するために実施する健診・保健指導。メタボリックシンドローム等の生活習慣病の発症リスクの高い人を健診により把握し、その対象者のリスクに応じて生活習慣の改善を着実に促す保健指導を実施。

# < 東京都健康推進プラン21（第二次）概念図 >



## ＜ 分野別目標一覧（策定時） ＞

分野（★は重点分野）		分野別目標
領域1 主な生活習慣病の発症予防と重症化予防		
★	1 がん	がんの75歳未満年齢調整死亡率を下げる
★	2 糖尿病・メタボリックシンドローム	糖尿病による合併症を発症する人の割合を減らす
	3 循環器疾患	脳血管疾患及び虚血性心疾患の年齢調整死亡率を下げる
	4 COPD	COPD（慢性閉塞性肺疾患）について知っている人の割合を増やす
領域2 生活習慣の改善		
	1 栄養・食生活	適切な量と質の食事をとる人を増やす
	2 身体活動・運動	日常生活における身体活動量（歩数）を増やす
	3 休養	睡眠に充足感を感じている人の割合を増やす
	4 飲酒	生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人の割合を減らす
	5 喫煙	成人の喫煙率を下げる
	6 歯・口腔の健康	歯・口の状態についてほぼ満足している者の割合を増やす
領域3 ライフステージを通じた健康づくりと健康を支える社会環境の整備		
★	1 こころの健康	うつ傾向や不安の強い人の割合を減らす
	2 次世代の健康	運動を習慣的にしている子供の割合を増やす
	3 高齢者の健康	社会生活を営むために必要な機能を維持する
	4 社会環境整備	地域のつながりを醸成する