

第6章 資料

分野別目標一覧

領域・区分・分野 (★は重点分野)		分野別目標
領域1 個人の行動と健康状態の改善		
区分1 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	より良い睡眠がとれ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	20歳以上の者の喫煙率を下げる
	6 歯・口腔の健康	8020を達成した者の割合を増やす
区分2 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	糖尿病による合併症を発症する人の割合を減らす
	3 循環器病	脳血管疾患及び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）の死亡率を下げる
区分3 生活機能の維持・向上		
★	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 身体の健康	社会生活を営むために必要な機能を維持する
領域2 社会環境の質の向上		
	1 社会とのつながり	社会とのつながりを醸成する
	2 自然に健康になれる環境づくり	無理なく自然に健康な行動を取ることができる環境を整備する
★	3 多様な主体による健康づくりの推進	多様な主体が健康づくりを推進する
領域3 ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり		
	1 こどもの健康	健康的な生活習慣を身に付けているこどもの割合を増やす
	2 高齢者の健康	元気でいきいきと暮らす高齢者の割合を増やす
★	3 女性の健康	ライフステージに応じた健康づくりを実践している女性の割合を増やす