

# 目 次

## 【はじめに】

1 計画策定(改定)の趣旨	3
2 計画の位置づけ	3
3 計画の期間	4

## 第1章 計画策定の背景・課題

1 熊本県の健康等に関する現状	5
(1) 少子高齢化の進行	
(2) 平均寿命と健康寿命	
(3) 死亡の状況	
(4) 要介護(要支援)認定の状況	
2 生活習慣病に関する現状	10
(1) 生活習慣病による死亡の状況	
(2) 生活習慣病の受療状況	
(3) 生活習慣病のリスク保有者	
3 県民の健康と生活習慣	14
(1) 健康意識・健康観	
(2) 県民の生活習慣	
4 課題	16

## 第2章 計画の基本方針

1 基本的な考え方	18
2 計画の目標	18
3 重点施策	18
4 推進体制	20

## 第3章 計画の推進

1 より良い生活習慣の形成と健康づくりの推進	
(1) 子どもの頃のより良い生活習慣の形成	24
(2) 生涯を通じた健康づくりの推進	32
2 生活習慣病の発症予防と重症化予防	
(1) 糖尿病対策	51
(2) がん対策	58

(3) 循環器疾患対策	62
(4) 特定健康診査・特定保健指導の体制整備による生活習慣病対策	66
3 ライフステージ特有の健康課題に応じた施策の推進	
(1) 次世代の健康づくり	70
(2) 働く世代のこころの健康づくり	72
(3) 高齢者の健康づくり・介護予防の推進	75
4 熊本地震の影響に配慮した健康づくりの推進	80
5 健康を支え、守るための社会環境の整備	84
<b>【評価指標一覧表】</b>	86

**【参考資料】**

熊本県健康増進計画（第3次くまもと21ヘルスプラン）の達成状況	92
くまもと21ヘルスプラン推進委員会設置要項及び委員名簿	98
熊本県健康づくり県民会議設置要項及び構成員一覧	101
国・県の健康づくり対策の変遷	103
健康増進法（抜粋）	106

# はじめに

## 1 計画策定（改定）の趣旨

本県は、平均寿命が男性7位、女性6位（平成27年）であり、わが国有数の長寿県です。

しかし、急速な高齢化の進行に加え、食生活の多様化、運動不足やストレス等により、糖尿病をはじめ、がんや心疾患、脳血管疾患などの生活習慣病が死亡原因の5割、医療費の約3割を占めています。また、要介護高齢者や認知症高齢者の増加も見込まれており、県民の健康寿命の延伸と生活の質の向上が大きな課題です。

県では、平成10年に「くまもと21ヘルスプラン（熊本県健康増進計画）」を策定し、その後もメタボリックシンドローム<sup>1</sup>に着目し、生活習慣病対策に重点を置いた計画へ改定しながら、県民の健康づくりを推進してきました。

その結果、特定健康診査やがん検診の受診率向上、8020運動<sup>2</sup>の普及など一定の成果を上げ、健康だと思ふ県民や、生活全般について満足している県民の割合も年々増加<sup>3</sup>してきました。

一方で、熊本地震後の運動、食生活、睡眠等の生活習慣の悪化など新たな課題（16ページ参照）も出てきました。

こうした状況を踏まえ、引き続き、糖尿病をはじめとする生活習慣病の発症予防と重症化予防対策に重点を置いた取組みを県全体で推進していくこととし、「第4次くまもと21ヘルスプラン（第4次熊本県健康増進計画）」（以下「第4次計画」という。）を策定することとしました。

## 2 計画の位置づけ

- (1) この計画は、健康増進法（平成14年法律第103号）第8条に基づき策定した計画です。
- (2) この計画は、県の取組みの基本方針である『熊本復旧・復興4カ年戦略』に位置づけた「安心して希望に満ちた暮らしの創造～安心・希望を叶える～」の実現のため、国の『健康日本21（第2次）』をはじめ、県で策定した他の関係計画との整合性を図り策定したものであり、本県における健康づくりの基本計画となるものです。

---

<sup>1</sup> メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）：メタボリックシンドロームとは、内臓肥満に高血圧・高血糖・脂質代謝異常が組み合わさり、腎臓病や脳卒中などの動脈硬化性疾患をまねきやすい病態のこと。

<sup>2</sup> 8020（ハチ・マル・ニイ・マル）運動：「80歳になっても自分の歯を20本以上保とう」という運動で、生涯にわたり自分の歯でものを噛むことをめざす。

<sup>3</sup> 次期計画時ごとに行う「熊本県健康・食生活に関する調査」の結果による。

#### 【関係計画】

熊本県保健医療計画、熊本県健康食生活・食育推進計画、熊本県歯科保健医療計画、熊本県がん対策推進計画、熊本県における医療費の見通しに関する計画、くまもと子ども・子育てプラン、熊本県高齢者福祉計画・介護保険事業支援計画、熊本県自殺対策行動計画、熊本県スポーツ推進計画、熊本県男女共同参画計画、熊本県国民健康保険運営方針

- (3) この計画は、健康を守り、支える保健医療等関係機関、団体等との連携をとおして県民総参加の健康づくり運動を推進するための行動指針となるものです。

### 3 計画の期間

この計画は、平成 30 年度から平成 35 年度までの 6 年間とします。ただし、計画期間中に状況の変化等が生じた場合は、必要に応じて見直しを行うこととします。