健康日本 21（第三次）のビジョンと方向性

田邉和孝
Kazutaka TANABE
厚生労働省健康・生活衛生局健康課女性の健康推進室長

人生 100 年時代を見据える中で、誰もがより長く健やかに生活できるための基盤として、「健康」は重要な要素である。今般の新型コロナウイルス感染症において、肥満症等の基礎疾患は重症化リスク因子とされ、平時からの健康づくりの重要性が再認識された。予防・健康づくりの取組の更なる強化が求められている。

健康日本 21（第三次）（以下「第三次」という）策定に先立ち、健康日本 21（第二次）の最終評価が実施された。中心課題である「健康寿命の延伸」では、目標が達成され、各種の取組が進んだものと考えられるが、一方で特に生活習慣等に係る一部の指標は、横ばいや悪化傾向を示した。また、第三次の実施にあたっては、その計画期間が、令和 6 年度からの 12 年間となるため、少子・高齢化の進行に伴う総人口・生産年齢人口の減少、女性の社会進出や働き方の多様化、 DX の加速等の社会構造の変化も予想される。第三次では「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、社会の多様化に伴う各人の健康課題の多様化を踏まえ、「誰一人取り残さない健康づくり（Inclusion）」を推進する。また、生活習慣を含む個人の行動と健康状態の更なる改善を促すため、「より実効性をもつ取組の推進（Implementation）」に重点を置く。

第三次では、多様化する社会の中で、それぞれの健康課題に寄り添いつつ、誰一人取り残さず、より実効性を持つ取組の推進が求められる。これらの実現に向け、新たに５つの視点を取り入れた。

① 女性の健康：性差に着目した取組の推進に向けて「女性」を項目化し、女性に多いやせや骨粗しょう症等に関する目標を設定した。

②自然に健康になれる環境づくり：健康に対する関心が薄い人も含め、無理なく健康づくりに関われるような環境づくりも重要である。コンビニ等のお弁当が全て減塩であったり、住まいの近くに歩きやすい場所があったり等、自然に健康づくりにつながるような環境づくりを推進する。

③多様な主体による支援：住民一人ひとりの健康づくりを効果的に進めるためには、自治体だけでなく、地域の関係者や民間部門の協力が不可欠である。保健・医療・福祉の関係機関、大学等の研究・教育機関、民間企業、住民組織等の多様な主体が有機的に連携することで、効果的で多様な支援が可能となる。

④ICT の利活用：Personal Health Record 等のデジタル技術に係るインフラが整備されつつあり、これらを積極的に活用することで、より効果的・効率的な健康増進に係る取組の推進が期待される。

⑤アクションプランの提示：より実効性のある取組を進めるため、第三次の概念や目標に加えて、 具体的な方策（アクションプラン）を示していく必要がある。令和５年度は、身体活動・運動等の生活習慣に関連する分野から指針の見直し等を進める。

第三次の目標は 51 項目あり、中間評価、最終評価を通じて達成状況を評価しつつ、PDCA サイクルを通じた効果的な取組を推進していく。そして、第三次の終了時には、国民の健康寿命が更に延伸し、誰もがより長く健康で暮らせる社会が創出されるよう取組を進めていく。

キーワード　健康日本 21、健康、予防、健康づくり

Copyright © 2023 The Pharmaceutical Society of Japan

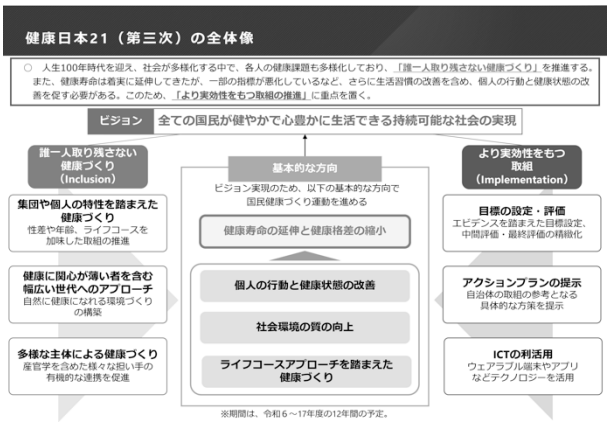

図１　全体像