

第2次健康なご21プラン

長寿のバトン、次世代へ



名 護 市

はじめに



～長寿のバトン、次世代へ～

名護市では平成 20 年 3 月、市民が生涯健やかに生き生きと暮らせるまちを目指して「健康なご 21 プラン」を策定し、ライフステージに応じた市民の健康づくりを推進してまいりました。その結果、幼児期のむし歯罹患率の減少や特定健診受診率の向上、肥満率の減少等一定の成果がみられます。しかし、メタボリックシンドローム該当者・予備軍率や、心臓病や脳血管疾患の死亡率は依然国・県より高い状況にあります。

沖縄県でも、平成 24 年度に発表された都道府県別平均寿命（平成 22 年度）において、女性が初めて首位から落ちる、といったショックな結果が出ました。男性も 30 位とこれまでで最も低い順位となっています。高齢者の死亡率は全国平均を下回っていますが、65 歳未満の働き盛りの死亡率の高さが影響していると考えられています。

名護市に限らず沖縄県は肥満やメタボリックシンドロームの方が多く、食生活における高脂肪食や野菜不足、車社会による運動不足、その他にも生活習慣病の要因となる状況が多くみられます。このような中で、今後いかに健康長寿を取り戻していくか、生涯を通じた生活習慣病への取組みが名護市にとっても重要な課題となります。

今回新たに「第 2 次 健康なご 21 プラン」を策定いたしました。これは現在の名護市の健康課題を踏まえ、生活習慣病の発症や重症化予防、生活習慣の改善や社会環境の整備、健康寿命の延伸等を基本方針とした計画となります。

今後は、本計画に基づき、市民や関係者の皆様と協働で健康づくり活動ができる体制をつくり、各種健診受診率、保健指導率の向上に取組み、健康長寿のまちづくり推進にむけた事業を積極的に展開してまいりたいと考えております。

結びに、計画の策定にあたり貴重なご意見やご提案をいただきました名護市健康増進計画策定部会の委員の皆様はじめ、ご尽力いただきました関係者の皆様に、心から感謝を申し上げます。

平成 26 年 2 月

名護市長 稲嶺進

目 次

序 章	計画改定にあたって	
1.	計画改定の背景・趣旨	2
2.	計画の目的	2
3.	計画の位置づけ	4
4.	計画の期間	5
5.	計画の推進にあたって	5
6.	計画の対象	5
第Ⅰ章	名護市の概況と特性	
1.	健康に関する概況	7
第Ⅱ章	課題別の現状と対策	
1.	前計画の評価	23
2.	生活習慣病の予防	
(1)	がん	26
(2)	循環器疾患	32
(3)	糖尿病	43
(4)	歯・口腔の健康	54
(5)	次世代の健康	58
3.	生活習慣・社会環境の改善	
(1)	栄養・食生活	67
(2)	身体活動・運動	76
(3)	飲酒	80
(4)	喫煙	84
4.	社会生活に必要な機能の維持・向上	
(1)	休養・こころの健康	87
5.	目標の設定	91
第Ⅲ章	地域別の現状	
1.	名護湾地区 2. 羽地内海地区 3. 東海岸地区	96
第Ⅳ章	計画の推進	
1.	健康増進に向けた取り組みの推進	99
(1)	各主体の役割	99
(2)	関係機関との連携	101
(3)	計画の進行管理	102
2.	健康増進を担う人材の確保と資質の向上	104
<資料>		105
<用語集>		114