

# 佐世保市健康増進計画 第3次けんこうシッポさせぼ21 の概要

計画の位置づけ	健康増進法第8条第2項により策定する市町村健康増進計画 ▶ 健康増進法第7条第1項に基づく「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」（以下、健康日本21（第三次）という。）、及び長崎県健康増進計画「健康ながさき21（第3次）」と調和を図っている。				
計画の目的	すべての市民が健やかで心豊かに暮らせる持続可能な社会の実現に向かって、本市が目指す市民の健康づくりの姿を明確にし、目標を市民や関係者と共有すること等により市民の生涯にわたる健康づくりを総合的かつ計画的に、より実効性をもって推進すること。				
計画期間	令和6（2024）年度～令和17年度（2035）年度（12年間）				
基本理念	ともに支え合い、健やかで心豊かに暮らせる「元気あふれる佐世保」				
目 標	<table border="1"><tr><td data-bbox="445 1001 621 1125">全体目標</td><td data-bbox="621 1001 1995 1125">平均寿命の延び以上に健康寿命（日常生活動作が自立している期間の平均）を延ばす</td></tr><tr><td data-bbox="445 1125 621 1265">基本目標</td><td data-bbox="621 1125 1995 1265"><ol style="list-style-type: none"><li>1 個人の行動と健康状態の改善</li><li>2 社会環境の質の向上</li><li>3 ライフコースアプローチを踏まえた健康づくりの推進</li></ol></td></tr></table>	全体目標	平均寿命の延び以上に健康寿命（日常生活動作が自立している期間の平均）を延ばす	基本目標	<ol style="list-style-type: none"><li>1 個人の行動と健康状態の改善</li><li>2 社会環境の質の向上</li><li>3 ライフコースアプローチを踏まえた健康づくりの推進</li></ol>
全体目標	平均寿命の延び以上に健康寿命（日常生活動作が自立している期間の平均）を延ばす				
基本目標	<ol style="list-style-type: none"><li>1 個人の行動と健康状態の改善</li><li>2 社会環境の質の向上</li><li>3 ライフコースアプローチを踏まえた健康づくりの推進</li></ol>				

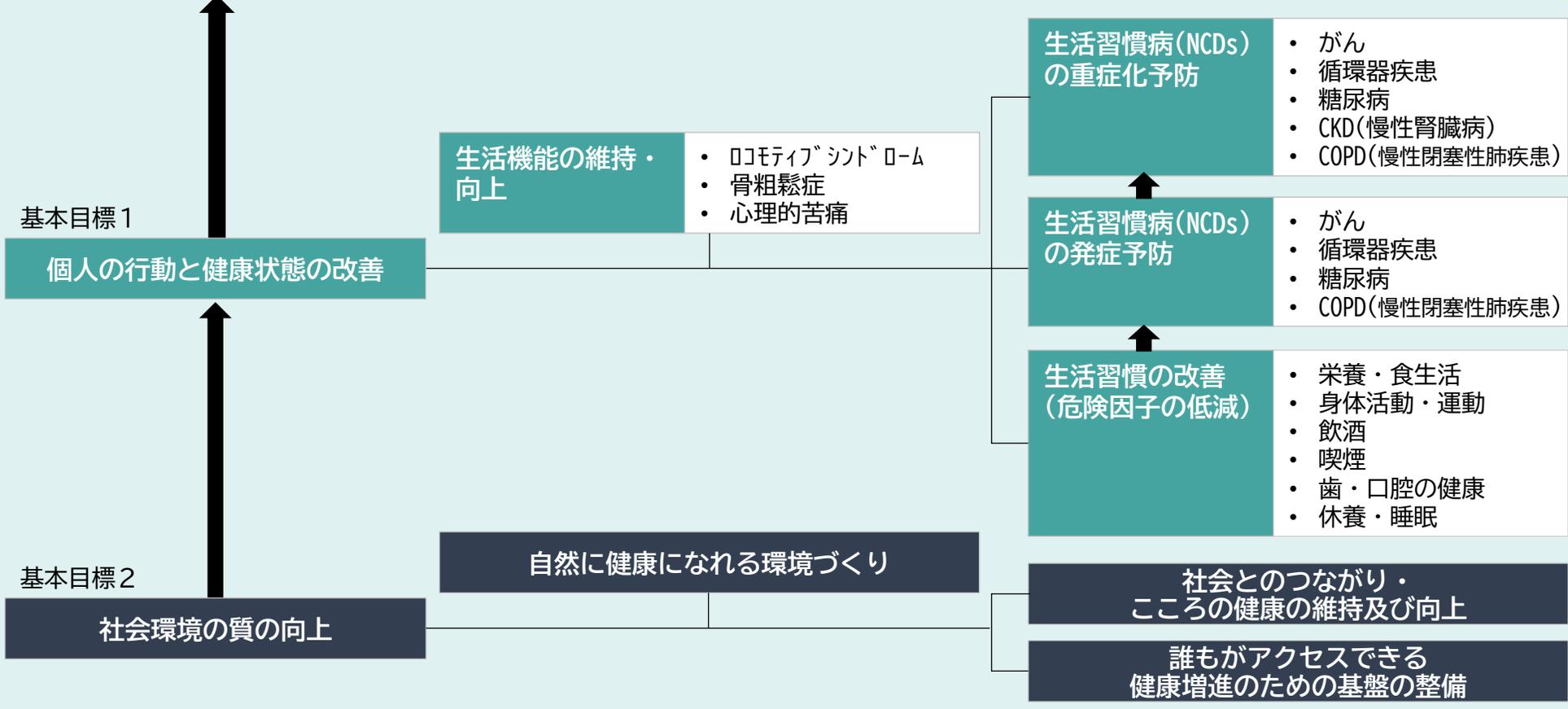
ライフコースアプローチ：胎児期から高齢期に至るまでの人の生涯を経時的に捉えた健康づくりのこと

# 佐世保市健康増進計画 第3次けんこうシippさせぼ21 概念図

基本理念 ともに支え合い、健やかで心豊かに暮らせる「元気あふれる佐世保」

全体目標 平均寿命の延び以上に健康寿命(日常生活動作が自立している期間の平均)を延ばす  
(健康寿命延伸の取組を通じて健康格差(地域や社会経済状況の違いによる集団間の健康状態の差)の縮小を目指す)

基本目標3  
ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり



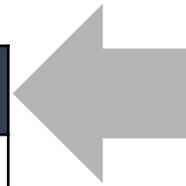
ライフコースアプローチ：胎児期から高齢期に至るまでの人の生涯を経時的に捉えた健康づくりのこと

# 佐世保市健康増進計画 第3次けんこうシッポさせぼ21 基本目標 取組の方向性

## 第3次計画 3つの基本目標 18分野

全体目標	平均寿命の延び以上に健康寿命（日常生活動作が自立している期間の平均）を延ばす	
[基本目標1] 個人の行動と健康状態の改善	生活習慣の改善	栄養・食生活
		身体活動・運動
		休養・睡眠
		飲酒
		喫煙
		歯・口腔の健康
	生活習慣病（NCDs）の発症予防／重症化予防	がん
		循環器疾患
		糖尿病
		CKD
		COPD
		生活機能の維持・向上
	[基本目標2] 社会環境の質の向上	社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上
自然に健康になれる環境づくり		
誰もがアクセスできる健康増進のための基盤整備		
[基本目標3] ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり	こども	
	高齢者	
	女性	

## 第2次計画 2つの基本目標 11分野

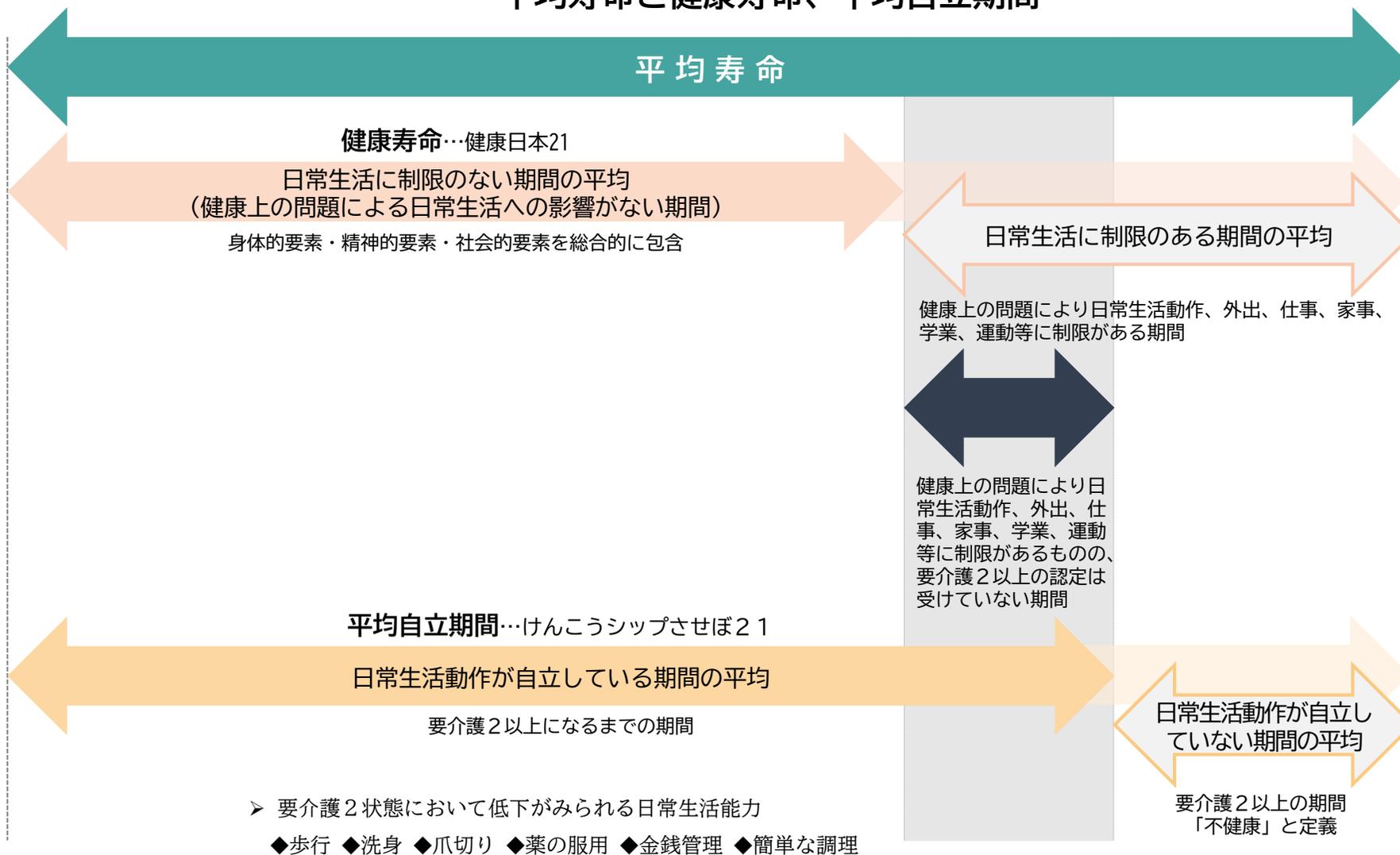


全体目標	健康寿命の延伸	
[基本目標1] 生活習慣病の発症予防と重症化予防	がん	
	循環器疾患	
	糖尿病	
	CKD（慢性腎臓病）	
	COPD（慢性閉塞性肺疾患）	
[基本目標2] 生活習慣の改善と社会環境の整備	栄養・食生活	
	身体活動・運動	
	飲酒	
	喫煙	
	歯・口腔の健康づくり	
	休養・こころの健康づくり	

# 佐世保市健康増進計画 第3次けんこうシップさせぼ21計画期間中の予定

		(2024) R6年度	(2025) R7年度	(2026) R8年度	(2027) R9年度	(2028) R10年度	(2029) R11年度	(2030) R12年度	(2031) R13年度	(2032) R14年度	(2033) R15年度	(2034) R16年度	(2035) R17年度	(2036) R18年度
		1年目	2年目	3年目	4年目	5年目	6年目	7年目	8年目	9年目	10年目	11年目	12年目	
佐世保市	健康増進計画	第3次けんこうシップさせぼ21（計画期間12年間）												次期
	調和	<p>数値目標設定</p> <p>比較値把握 → アンケート実施 → 実施計画策定 → 1年ごと  <ul style="list-style-type: none"> <li>事業の進捗管理</li> <li>事業改廃等に伴う時点修正</li> </ul> </p> <p>実績値把握 → アンケート実施 → 集計分析 → 中間評価 → 実施計画見直し → 1年ごと  <ul style="list-style-type: none"> <li>事業の進捗管理</li> <li>事業改廃等に伴う時点修正</li> </ul> </p> <p>最終目標年度</p> <p>実績値把握 → アンケート実施 → 集計分析 → 最終評価 → 次期策定</p>												
	関連計画	<p>第2次佐世保市歯・口腔の健康づくり推進計画（計画期間12年間）</p> <p>第4次佐世保市食育推進計画（計画期間5年間）</p> <p>第5次佐世保市食育推進計画（計画期間5年間）</p> <p>第6次佐世保市食育推進計画（計画期間5年間）</p>												次期
国		健康日本21（第三次）（計画期間12年間）												次期
		<p>国民健康栄養調査 → 結果公表 → ハーライン提示 → 中間評価</p> <p>国民健康栄養調査 → 結果公表 → 中間評価</p> <p>国民健康栄養調査 → 結果公表 → 最終評価 → 次々期検討</p> <p>最終目標年</p> <p>自治体計画策定期間</p>												

### 平均寿命と健康寿命、平均自立期間



【目標】 日常生活に制限のある「不健康」な期間を短縮させること