

健康おきなわ21

～長寿世界一復活に向けて～

目次

I 章 基本的な考え方

ページ

- | | | |
|---|---------------------------|---|
| 1 | 「健康・長寿沖縄」の現状と課題 | 1 |
| 2 | 「健康・長寿沖縄」の維持継承のための行動計画の策定 | 2 |

II 章 「健康おきなわ21」行動計画について

- | | | |
|---|----------------------------------|---|
| 1 | 「健康おきなわ21」行動計画(アクションプラン)の基本理念と目的 | 3 |
| | (1) 基本理念 | |
| | (2) アクションプランの目的 | |
| 2 | アクションプランの目的達成に向けた目標指標の設定 | 3 |
| 3 | アクションプランの位置づけ等 | 5 |
| | (1) アクションプランの位置づけとより広範な団体との連携 | |
| | (2) 医療制度改革及び関連施策に係る各計画について | |

III 章 アクションプランにおける健康づくりの推進について

- | | | |
|---|--|----|
| 1 | 県民の健康の現状と課題 | 8 |
| | (1) 健康指標について | |
| | (2) 生活習慣病の概況について | |
| | (3) 生活習慣病と肥満、メタボリックシンドロームの関係について | |
| | (4) 県民の生活習慣の状況 | |
| 2 | 新たな健康づくり運動の進め方について | 18 |
| | (1) 県民一体の健康づくり運動のためのスローガン
「チャーガンジューおきなわ!」の作成 | |
| | (2) 県民のみなさんが覚えやすく、無理のない楽しい健康づくりを
実行するための「チャーガンジューおきなわ 9か条」の作成 | |
| | (3) 県民の皆さんの健康づくりを応援する
「チャーガンジューおきなわ応援団」の結成 | |
| | (4) アクションプランの推進体制 | |
| | (5) アクションプランの計画期間で目指す「すがた」 | |

IV章 健康づくりの具体的な取り組み

ページ

1	県民みんなで実行したいこと（県民の行動指針） 「チャージンジャーおきなわ 9か条」	25
2	健康づくり活動をすすめるための取り組み	27
3	各分野ごとの取り組み	
	【1】 食生活・運動	30
	【2】 休養・こころの健康づくり	40
	【3】 タバコ	47
	【4】 歯の健康	54
	【5】 アルコール	61
	【6】 メタボリックシンドローム、生活習慣病（糖尿病、循環器病）	67
	【7】 がん	83
4	ライフステージごとの健康づくりの目標	91

V章 医療制度改革と連動したアクションプランの推進の必要性

1	医療制度改革における生活習慣病対策の推進	93
2	本県における医療費適正化とアクションプランの推進	93
	（1）本県における生活習慣病対策と医療費適正化の必要性について	
	（2）医療費適正化計画とアクションプラン等の推進の必要性について	
3	各種の保健事業の再編と関係機関の役割分担等	94
4	総合的な生活習慣病対策の推進と関係者の役割と連携	96
	（1）県の役割	
	（2）保険者（市町村においては国保部門）の役割	
	（3）市町村の役割	
	（4）企業・事業者代表の役割又は期待されること	

VI章 資料

1	平均寿命関連資料 （都道府県別平均寿命の推移等）	100
2	年齢調整死亡率関連資料 （都道府県別の年齢調整死亡率の推移等）	103
3	用語集	109
4	関係する月間・週間一覧	113
5	アクションプラン策定の経緯	114
6	アクションプラン策定に関する会議（平成19年度）	117
7	その他（データの取り扱い・ブレスローの7つの生活習慣の質問項目）	119