

## 第3章 沖縄県の目指す健康づくり(基本的方向)

### 1 基本理念

「県民が健康・長寿を維持継承し、生きがいに満ちた豊かな人生を送ることが大切である」

前計画に掲げられた基本理念を引き継ぎます。

この基本理念は、県民一体となった新たな健康づくり運動を展開するための推進の基本的方向や具体的な対策を推進するに当たり、最も重要で根本的な考えとして位置づけられるものです。

### 2 基本的方向

県民が「健康・長寿を維持継承し、生きがいに満ちた豊かな人生を送る」ことを目指し、全体目標として前計画に掲げた「平均寿命の延伸」、「健康寿命の延伸」、「早世の予防」を継続して設定するとともに、新たに「健康寿命の地域格差の縮小」を加えます。

国が令和5年5月に改正した「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」を踏まえ、全体目標の達成を目指して以下のとおり、沖縄県の目指す健康づくりの基本的方向を定めます。

#### (1) 個人の行動と健康状態の改善

##### ① 生活習慣病の発症予防と重症化予防

人口の高齢化に伴う生活習慣病の有病者数の増加や入院時の床上安静による筋力低下などを踏まえると、生活習慣病の一次予防に加え、合併症の発症や症状の悪化防止など重症化予防の視点が重要となります。

主な生活習慣病として「がん」、「循環器病」、「糖尿病」、「COPD(慢性閉塞性肺疾患)」のほか、全国より死亡率の高い「肝疾患」を加え、生活習慣病の発症予防と重症化予防に取り組みます。

##### ② 生活習慣の改善

令和2年から流行を繰り返した新型コロナウイルス感染症では、重症化のリスクとなる生活習慣や基礎疾患として肥満や喫煙、糖尿病等が挙げられました。また、コロナ禍においては、新しい生活様式としてまめな手洗いや毎日の体温測定、発熱時の自宅療養等、自分や身近な人の健康状態や地域の健康情報、健康資源に関心を持つことが感染拡大の防止につながるようになりました。

生活習慣病の発症を予防し健康寿命を延伸するために、ヘルスリテラシー(健康や医療に関する

正しい情報を入手し、理解して活用する能力)を高め、健康づくりの基本的要素となる「食生活」、「身体活動・運動」、「休養・こころの健康」、「飲酒」、「喫煙」、「歯・口腔の健康」に関する生活習慣の改善を図るための取組を引き続き推進します。

## (2) 健康を支える社会環境の質の向上

県民の健康づくりを推進するには、個人の行動と健康状態の改善に加えて、個人を取りまく社会環境の質の向上を図ることが重要です。

県民の健康を支える社会環境として、社会参加や地域の人々とのつながりの強化を促進するとともに、健康に関心の薄い者を含む幅広い層が自然に健康的な行動を取ることができる環境づくりを進めます。あわせて、県や市町村の庁内の関連する部局はもとより、多様な主体による健康づくりに誰もがアクセスできる基盤整備に取り組みます。

また、コロナ禍において急速に進展したオンラインアプリケーションの活用、ウェアラブル端末等のICT（情報通信技術）を用いたサービスを健康づくりの取組に取り入れることも重要です。今後、利活用が期待されるPHR（パーソナルヘルスレコード）や全国医療情報プラットフォームの整備状況を踏まえ、効果的な健康増進施策を実施していきます。なお、健康や医療に関するデータは機微情報であることから、個人情報取扱いに留意することや、デジタル格差により健康増進の取組が受けられない等の格差につながらないように留意する必要があります。

## (3) 生涯を通じた健康づくり

健康寿命を延伸するため、各ライフステージに応じた健康づくりを引き続き推進し、特に20歳から64歳の働き盛り世代の健康づくりを強化して取り組みます。

また、現在の健康状態は、これまでの自らの生活習慣や社会環境等の影響を受ける可能性や次世代の健康に影響を及ぼす可能性があることから、胎児期から高齢期に至るまでの人の生涯を経時的にとらえた健康づくりを意味する「ライフコースアプローチ」の考え方を踏まえて、健康づくりに関連する計画等とも連携し取り組みます。

