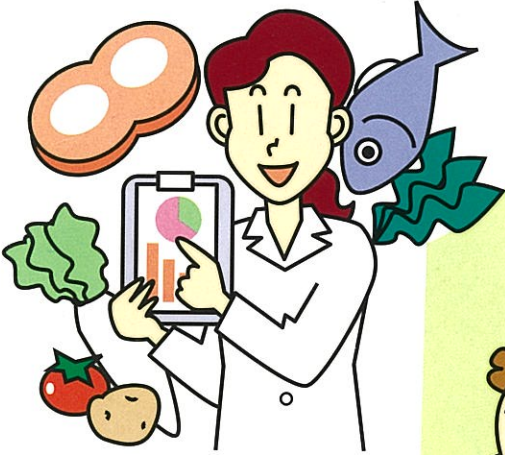


# 「健康ちば21」



千葉県





## はじめに



健康であることはすべての人の願いであり、県民一人ひとりの幸福な人生を実現するための基本です。

21世紀を迎えた今日、少子高齢化がますます進展する一方、物質的な豊かさだけでなく、心の豊かさ、人と人の触れ合いが求められています。

このような中で、県民の皆様の健康に関する関心はかつてないほどの高まりをみせていますが、生活習慣病は依然として増加する傾向にあり、介護を必要とする高齢者の方も増えていることから、健康で生き生きとした生活をおくり、長寿を達成するための総合的な健康づくり対策が求められています。

また、近年、生涯を通じた女性の健康づくりの観点から、安心して子どもを産み、ゆとりを持って健やかに育てるための環境づくりや、性差を踏まえたきめの細かな保健医療対策が必要となっています。

そこで、子どもから高齢者まで県民の誰もが生き生きと暮らせる社会の実現を目指し、総合的な健康づくりを展開していく道しるべとして、「健康ちば21」を策定いたしました。

この計画では、県民一人ひとりが健康に関心を持ち、家庭や学校・職場の仲間と一緒に健康づくりに取り組んでいくための仕組みや、それらの取り組みを支援する環境づくりについて、具体的な目標を掲げてあります。

また、従来の集団を対象とした保健指導から一歩進めて、県民一人ひとりに合った健康づくりのメニューを用意することを提案しています。あわせて、日々の健康状態、服薬や治療の状況、健康管理の取り組みの経過などを記録できる健康手帳を配布し、「自分の健康は自分でつくる」という意識の高揚を図ってまいりたいと考えております。

さらに、心身の障害を負っても十分機能を回復・維持できるように、また、寝たきりを予防し安心した生活が送れるように、地域におけるリハビリテーションの支援体制を整備します。

もう一つ強調したいことは、生涯を通じた女性の健康づくりを推進することです。全国に先駆けてGender-specific Medicineの視点から女性の健康と医療に関する施策を進めます。つまり、計画に母子保健や子育てから更年期、向老期、高齢期などにおける課題を明らかにし、例えば女性専用外来を拡充するなど、その改善に取り組んでまいります。

県民の皆様をはじめ、市町村や保健医療機関、NPOなどの皆様には、それぞれの立場から本計画を十分に活用されるようお願いいたします。

本計画をきっかけとして、県全体に健康づくりの輪が広がり、“健康ちば”が実現できることを心から願っています。

平成14年2月

千葉県知事 堂本 暁子



# 健康ちば21 目次(1)

はじめに

1	策定の背景・策定の趣旨	1
2	千葉県の現状と課題	7
	①平均寿命・平均余命・平均自立期間	8
	②死亡の現状と課題	12
	③早世の現状と課題	19
	④周産期医療の現状と課題	21
	⑤生活習慣病の現状と課題	23
	⑥高齢化の現状と課題	26
	⑦県民の健康意識	29
	⑧保健医療の現状と課題	30
3	千葉県の健康目標	39
	(1) 千葉県の健康目標と取り組みの方向	
	①千葉県の健康目標	40
	②重点課題と取り組みの方向	40
	③推進体制	42
	④評価	44
	(2) 千葉県の現状・目標値と「健康日本21」の基準値・目標値	45
	(3) 千葉県の現状・目標値の解説:取り組むべき疾病対策と健康課題	69
	①栄養・食生活	70
	②身体活動・運動	75
	③休養・心の健康づくり	80
	④たばこ	82
	⑤アルコール	90
	⑥歯の健康	94
	⑦糖尿病	101
	⑧循環器病	105
	⑨がん	109
	⑩母子保健	113
	⑪環境	128

## 健康ちば21 目次(2)

(4) ライフステージごとの健康づくりの推進	141
①幼年期(0～4歳)	143
②少年期(5～14歳)	145
③青年期(15～24歳)	147
④壮年期(25～44歳)	150
⑤中年期(45～64歳)	153
⑥高齢期(65～84歳)	156
⑦長寿期(85歳以上)	159
(5) 女性の医療と健康づくりについて	165
(6) 地域別の現状と課題	177
①千葉二次保健医療圏	179
②東葛南部二次保健医療圏	180
③東葛北部二次保健医療圏	181
④印旛山武二次保健医療圏	182
⑤香取海匝二次保健医療圏	183
⑥夷隅長生市原二次保健医療圏	184
⑦安房二次保健医療圏	185
⑧君津二次保健医療圏	186
策定の経緯	195
健康ちば21策定懇談会委員・懇談会専門委員会委員名簿	196
出典	197