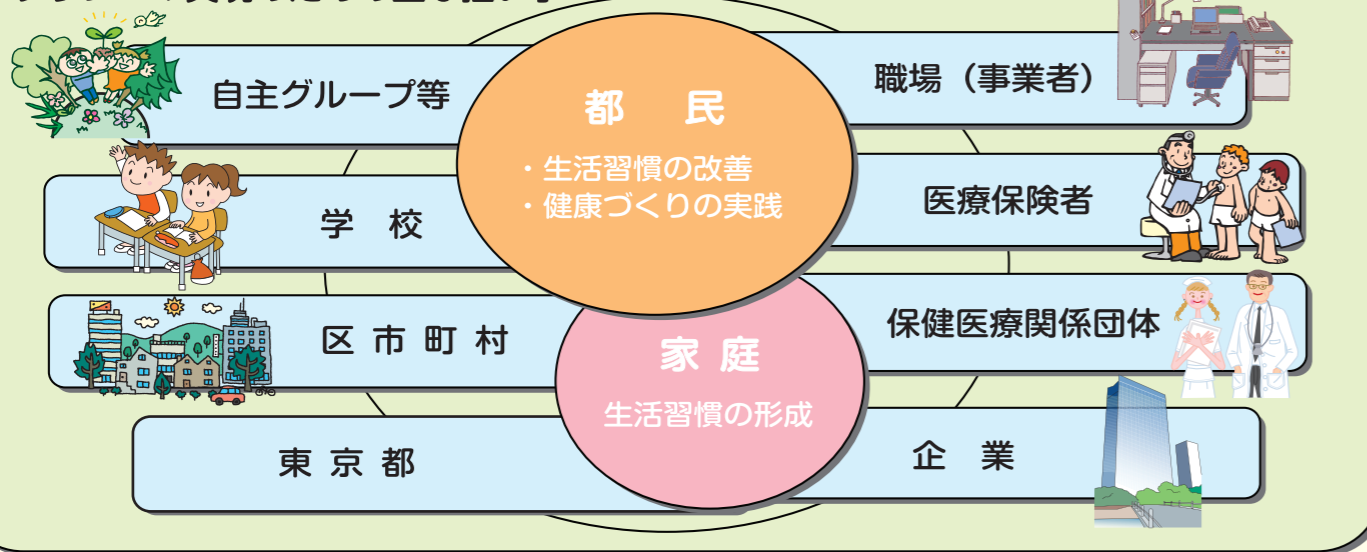


健康づくりはみなさんが主役です

この計画の推進には東京都だけでなく、区市町村を始め、医療保険者や関係団体など幅広い関係者の協力のもと、社会全体での取組が必要です。そして、何よりも都民のみなさんご自身の理解と主体的な健康づくりが重要です。この機会に生活習慣を見直して、健康づくりに取り組んでみませんか。

プラン21新後期5か年戦略の推進体制

プラン21実現のための主な担い手



東京都健康づくり応援団

○健康づくり活動の実践
運動・食・地域活動などを通じた健康づくり活動を実践する民間企業の団体・民間非営利団体・地方公共団体等により、社会全体で都民の健康づくりを支援し、プラン21を推進



プラン21評価推進戦略会議

- プラン21の進行管理、健康課題の把握・分析
- プラン21推進方策の検討【都全域】
- 地域・職場の連携の推進等
・東京都 ・職域 ・保健医療関係団体 ・学識経験者等

地域戦略会議

- 地域・職域の連携の推進【区・二次保健医療圏（多摩地域）】
・保健所 ・職域 ・保健医療関係団体 等

地域・職域連携
推進協議会

保険者協議会

計画の全文は、東京都福祉保健局ホームページ (<http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/>) でご覧になれます。

印刷物登録番号 (19) 419
編集・発行 東京都福祉保健局保健政策部健康推進課 東京都新宿区西新宿二丁目8番1号
電話番号 03-5320-4356
印刷 ラジャ商事有限会社

東京都健康推進プラン21新後期5か年戦略

を策定しました

みなさんの健康状態は？ ～都民の健康課題～

男性の2人に1人がメタボリックシンドローム

女性は6人に1人がメタボリックシンドローム*

・男性は全国とほぼ同様、女性はやや少ない傾向です

成人男性、特に30歳代から肥満が増加

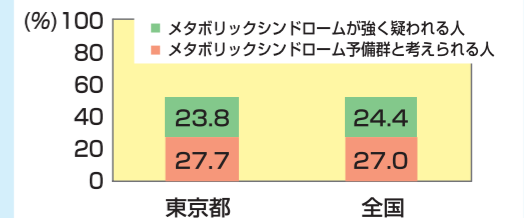
・男性の40～74歳の約6割が肥満です

食事の脂肪摂取が多く、運動を習慣化している人は少ない

・脂肪の摂取状況は、全国で5番目に高い状況です

*内臓脂肪型肥満に、高血糖、脂質異常、高血圧のうちいずれか2つ以上を合わせ持つ状態（予備群はいずれか1つ）

メタボリックシンドローム(予備群を含む)の状況
(40～74歳男性)



東京都：平成15～17年の「東京都民の健康・栄養状況」と平成18年「都民健康・栄養調査」速報の合計(福祉保健局)
全国：「国民健康・栄養調査」速報(平成18年厚生労働省)

都民の死因の第1位「がん」

増加するがん死亡者数

・がんによる死亡者数は増加しており、年間約3万人が亡くなっています

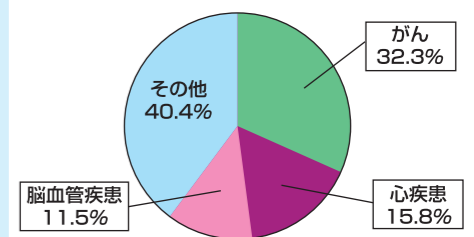
乳がん、子宮がん、大腸がんの死亡率が全国より高い

・特に女性の乳がん死亡率が高い状況です

がん検診の受診率は低迷

・がん検診受診率は各がんとも30%に満たない状況です

東京都の主要死因の割合



「人口動態統計(平成18年)」(福祉保健局)

ストレスを感じている人は7割

ストレスを感じている人は7割

・年代別では、男女とも20～40歳代が高い状況です

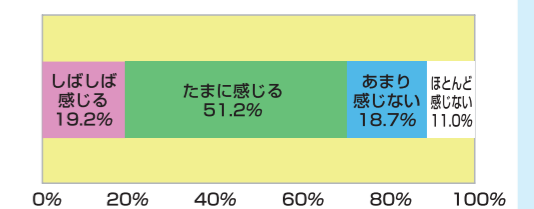
メンタルヘルス関連の労働相談が急増

・労働相談件数は7年間で7倍に増加しています

死因の第5位である自殺

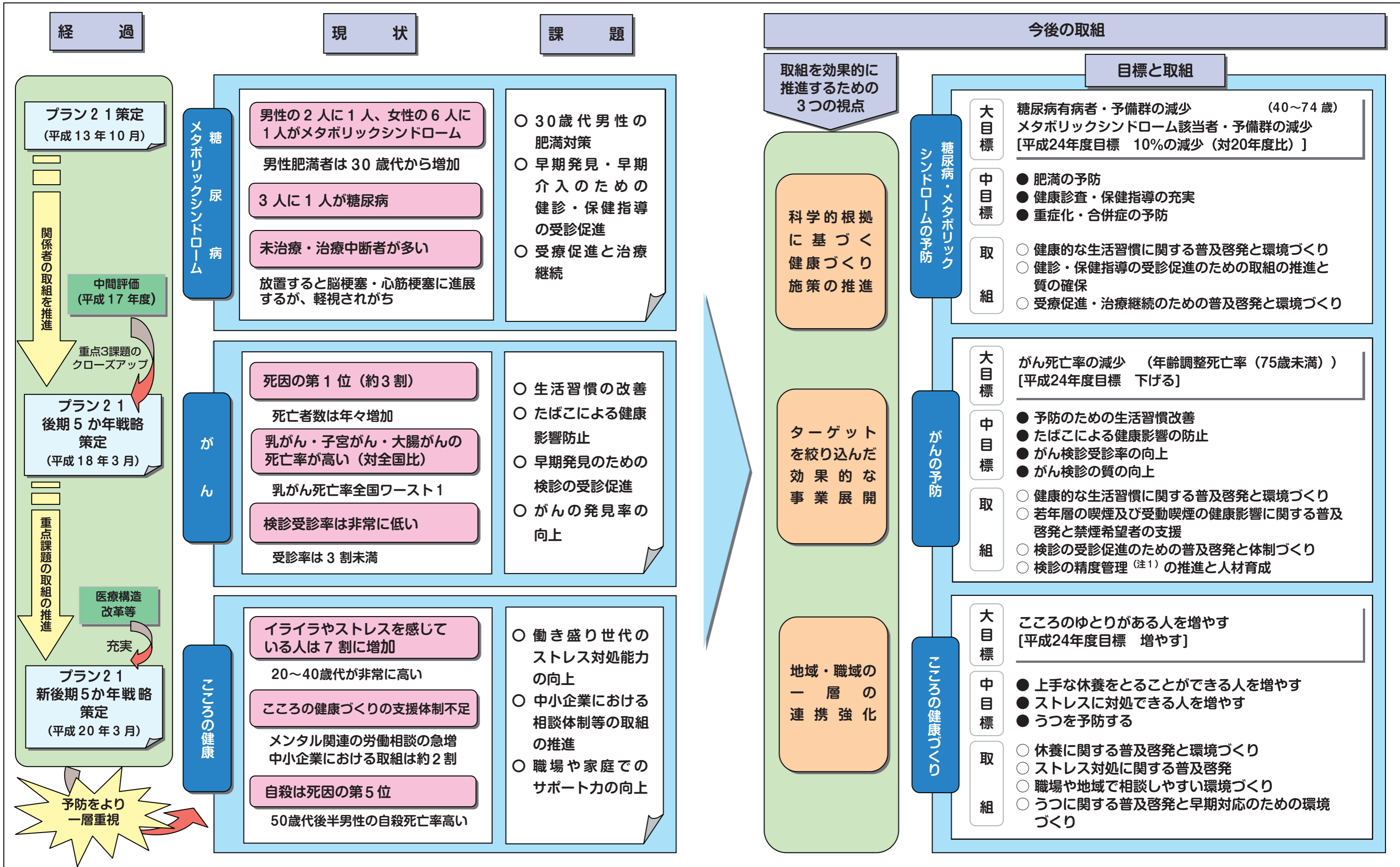
・50歳代後半の男性の自殺死亡率が最も高い状況です

イライラやストレスを感じている都民の割合



「健康に関する世論調査」(平成19年生活文化スポーツ局)

東京都健康推進プラン21新後期5か年戦略の全体像



(注1) 検診が有効かつ効果的に行われているかを見るため、方法等について点検し評価する仕組み。