

Ⅳ プラン21の推進方策

1 プラン21の積極的活用

(1) プラン21の普及啓発

都は、都の地域特性に応じた健康づくり活動の目標と方向性を示したプラン21の区市町村等への周知に努めることにより、区市町村等の計画策定や関係者の取組を支援していくことが必要である。

また、都民に対しても、メディアの積極的な活用等により、健康づくりの大切さを普及啓発し、自分の健康状態を的確に知り、自分の健康について考え、自主的に健康づくりを実践する取組を広める気運を高めていくことが重要である。

(2) プラン21の達成度の評価・進行管理等

プラン21の策定後は、プラン21に掲げた目標の達成状況や区市町村等の取組状況等を随時把握し、都民や関係機関に情報提供を行っていくことが重要である。策定時点でベースラインデータが把握されていない指標については、別途調査を行い、早急に把握する必要がある。

さらに、目標の達成状況を評価する際には、調査等により数値の推移を把握し、科学的根拠に基づく的確な評価を行うことが必要である。また、関係機関の取組状況の把握や、取組の一層の促進を図っていくためには、関係者間の連携も必要である。これらを踏まえ、プランの達成状況の評価や関係者の取組を推進するための体制を整備する。

プラン21は5年を目途に見直しを行うとともに、得られた成果については、新たな施策展開に反映させていくことが必要である。

2 健康づくり運動の社会的支援

従来行政の健康づくり対策は、疾病の早期発見と早期治療を中心とする二次予防に重点を置き、直接的な住民サービスの提供を中心に展開してきた。しかし、適正な食事や運動不足の解消といった健康的な生活習慣づくりにより疾病の発症そのものを予防する一次予防に重点を置いて健康づくりを進める場合、行政側の一方的なアプローチだけで個人の生活習慣を変容させることは困難である。都民が健康づくりに求める価値観は多様であり、まずは、一人ひとりが健康づくりの重要性を理解する必要がある。さらに、生活習慣改善への取組を実践・継続していくためには、行政や保健医療専門家等からの直接的なアプローチに加えて、都民の主体的な取組を支援する環

境が整備されている必要がある。

そのためには、行政で提供する健康診査や健康教育、健康相談等の保健サービスを充実するとともに、保健医療専門家や学校、職域、企業等の関係機関が連携して、健康づくりに関するサービスや情報を提供し、都民一人ひとりの取組や自主グループ活動を積極的に支援していくことが望まれる。

また、健康で快適な生活環境を確保するためのまちづくりの工夫等も必要である。

(1) 地域活動の推進のために

ア 地域活動の持つ意義

健康づくり活動を推進しQOLの向上を目指すためには、個人がそれぞれの目標に向かって主体的に取り組むことが重要である。このため、家庭や地域の仲間等の身近な存在の支援や、PTA、ボランティア活動等での取組等、地域を基盤とした日々の生活の中で、個人が気軽に健康づくりに取り組める環境を整備していく必要がある。

イ 地域活動の推進のために必要なこと

具体的な方法として、まず、「何から始めますか。」「誰と取り組みますか。」といったメッセージの発信により、都民が取り組むための動機付けを行うことが考えられる。また、グループワークや参加型学習などの健康づくり事業の効果的・効率的な実施、地域に密着したサービス提供団体等との連携、学校や企業等の施設開放促進、職域保健や学校保健等との相互連携などが必要である。

地域活動を進めていくためには住民の参加が不可欠であり、計画の策定や推進の過程を通じて、住民の意識を高めていくことも重要となる。

地域活動を継続していくためには、自主グループ、学校、保健医療専門家・団体及び行政等の関係者が共同して取り組んでいく必要があり、そのためには、関係者間の相互理解並びに問題意識及び情報の共有が不可欠である。

個人に対しては、健康づくりへの取組を継続的に働きかけていく必要があり、地域レベルにおいては口コミ等による生の情報伝達や直接的な交流が効果的である。その際には、インターネット等による情報提供、情報交換等も積極的に活用すべきである。

(2) 広域的活動の推進に向けて

ア 広域的活動の持つ意義

一方、個人の健康づくりを側面から支援するものとして、マスメディア、企業等による広域的な健康づくり活動が挙げられる。

健康づくりに関して、例えばマスメディアは、出版物、放送媒体等により知識や情報を広く個人に伝達しており、企業は市場を通じて商品やサービスを個人に提供している。東京は経済産業活動の中心であり企業活動が活発なことから、個人の健康づく

り活動が、企業やマスメディアから受けている影響も大きい。一人ひとりの都民は、基本的には自らの意思に基づいて、これらの情報や商品等の取捨選択を行っているが、選択肢は企業等から提供される情報や商品に限定されている場合が多い。

これらのことから、広域的に事業展開している企業、行政、関係者等との連携により、個人を支援する環境を整備していくことが求められる。

イ 広域的活動の推進に必要なこと

広域的活動を推進していくにあたっては、対象者が多岐にわたることや、事業等を実施する際に企業や行政等、複数の関係者間で協力して行うことが必要かつ有効であるため、地域での取組以上に、関係者間の相互理解、問題意識や情報の共有が重要となる。

各関係者が相互の立場や役割を理解し協働することにより、例えば企業等から提供される情報、商品及びサービス等の健康資源の質的向上が期待でき、都民にとってよりよい環境を整備することができる。具体的には、利用者が増加している外食や加工食品の栄養成分表示の推進により、都民が自分の健康状態に合った適切な食品の選択ができる食環境を整備することや、健康増進施設が提供するプログラムに一次予防の視点を導入することなどが考えられる。都民の生活様式が多様化していることから、広域的視点に立って、都民が手軽に健康づくりに取り組める場を確保していく取組も必要である。

3 関係者に期待される役割

(1) 都民

健康づくりは個人の自覚と実践が基本であり、そのためには、自らの健康状態と課題を把握するとともに、都民自身がQOLの向上を目指し、健康的な生活習慣を身につけていくことが大切である。

具体的には、歯科を含めて定期的な健康診査により自らの健康状態を把握した上で、運動習慣を身につける、栄養素やエネルギーに配慮した食事をとる、ストレスに関する正しい知識を持つなど、様々な取組の中で、実施可能なものから実践し、生きがいをもって充実した健康的な生活を送ることが望ましい。

(2) 家庭

家庭は、乳幼児期から青年期における正しい生活習慣を学習する場として重要である。同時に、生涯にわたり望ましい生活習慣を実践する場でもあり、家族ぐるみで健康的な食習慣や運動習慣を身につける、休養を確保するなど、健康的な生活習慣を実践することが望まれる。また、幼児期からのう蝕予防の取組や、未成年者に対する喫

煙・飲酒防止教育の徹底も大切である。さらに、健康的で快適な居住環境の確保のための工夫も大切である。

個人を取り巻く一番身近な環境である家庭が、隣人や友人と共に家族の健康づくりを理解し支えていくことが重要である。

(3) 自主グループ等

都民一人ひとりが健康づくりに取り組むにあたっては、共通の目的意識を持ち、共に活動する仲間がいる意義は大きい。地域の様々な自主グループには、健康づくりに取り組む仲間組織されたものも多く、これらのグループに参加することで、一人ひとりの取組への意欲を持続させたり、閉じこもりの予防、社会参加によるQOLの向上を図ることが期待される。さらに、活動を通して都民に学習の場や情報の提供を行ったり、お互いの情報交換をしたりすることが可能である。

自主グループは地域の民間非営利団体であり、町内会や老人クラブ、消費者団体、食生活改善団体等の様々なグループが結成されている。組織体制や活動は多様であり、取組の例として、お散歩マップの作成、ウォーキング大会の開催、生活習慣病予防のための広報活動等、地域に根ざした実践的な取組を行っているところが多い。

また、いろいろな世代が集まる活動を企画することで、地域での子どもの育成や高齢者の生きがいづくりなど、世代を越えたふれあいの地域活動の展開も期待される。

(4) 学校

少年期から青年期にかけて生活する場である学校は、集団生活を通じた社会生活の基礎及び生涯にわたる望ましい生活習慣の習得の場であることから、児童・生徒に対する健康教育の重要性が増してきている。給食や保健・体育活動等における知識の習得と体験を通し、児童・生徒が心とからだの健康の大切さを認識できるよう指導するとともに、「自分の健康は自分でつくる」といった意識の醸成を図り、生涯を通じて自らの健康を適切に管理していける資質や能力を育てる教育を行う必要がある。

さらに、家庭や地域及び行政と連携し、健康に関する正しい知識の普及に努めるとともに、体育館、運動場及び教室等の学校施設を開放し、地域住民の健康づくりを支援する地域に開かれた健康づくりの拠点としての役割も期待されている。

(5) 職域

職域は、主に青年期から壮年後期までの期間を過ごす場であり、働く時期の健康確保のみならず、退職後の健康確保の観点からも重要な役割を果たす。

職場の安全確保や環境改善を図ることと併せて、従業員やその家族の健康づくりの取組への積極的な支援が期待される。従業員の健康診断を実施し、その結果に基づき

適切な指導を行うとともに、必要に応じて健康相談が受けられる体制を充実するほか、メンタルヘルスケア体制の強化も求められている。また、食堂の食事のカロリー等を表示するなど、従業員が自分の健康状態に応じて食事を選べるよう配慮したり、福利厚生事業を充実させるなど、生活習慣病予防や健康づくりに取り組みやすい環境を整備することも重要である。

（6）企業

企業には、自社の従業員の健康づくりを支援する役割のほか、市場を通して健康増進関連商品やサービスを提供することにより、都民の健康づくりに貢献する役割も期待される。例えば、医薬品や医療機器の提供を通じて、また、都民が運動施設やサービス等を利用することなどにより、健康づくりに貢献することができる。さらに、商品やサービスを販売するためのプロモーション活動を通じて、多くの都民に健康的な生活習慣や健康づくり活動のイメージを伝えることが可能である。その際には、科学的根拠に基づく誤りのない情報を提供し、都民が自らの判断に基づき、主体的に選択できるように配慮することが必要である。

また、身近な健康情報を得る窓口であるテレビ、ラジオ、新聞、雑誌等のマスメディアは、不特定多数の人々を対象に、大量の情報を迅速かつ継続して送ることができる。マスメディアはすべての世代へ直接の影響を持つ一方で、一度流された情報は修正されにくい。そのため、マスメディアは、健康に関する記事や番組を通じて、科学的根拠に基づいた分かりやすく正確な健康情報を伝達することが期待される。

（7）保健医療専門家・団体

医師会、歯科医師会、薬剤師会、看護協会、栄養士会等の保健医療関連団体は、その専門性を活かして、都民の健康問題に対する働きかけや技術・情報の提供ができる。特に、疾病治療の中心的な担い手であるかかりつけ医やかかりつけ歯科医等の専門家には、今後、治療のみならず疾病の予防にも大きな役割が期待される。また、薬局及び薬剤師については、医薬品の適正な使用や健康に関する相談、情報提供等の役割が求められている。

今後、新しい知見を踏まえた上で、生活習慣病の一次予防に積極的に取り組み、都民の心身の健康づくり活動を支援することが必要である。

（8）区市町村

区市町村は、都民に一番身近な自治体であり、地域における住民の健康づくりの推進役として最も大きな役割を担っている。今後は、地域活動を支援するため、行政機関、学校、地域の自主グループや保健医療関連団体等との連携を図り、地域の実情に

応じた健康づくり対策に取り組む必要がある。具体的には、地域に密着した健康づくりや、高齢者の生きがいづくり、生涯学習に関する事業等の企画・調整・実施、医療機関や薬局等と連携した情報提供、地域の各種団体等との連携、住民グループの育成等が重要である。

これらの施策の推進にあたっては、「健康日本21」地方計画等、健康づくりの推進に関する具体的な計画を策定することが望まれる。その際には関係機関・団体等の参加を得て、地域の実情に応じた計画とし、既存の地域保健医療計画、老人保健福祉計画等との整合を図る必要がある。

(9) 東京都

都は、区市町村を包括する広域的自治体として、広域性・地域共通性のある事務や区市町村の調整等を行う立場から、プラン21で目指す「健康寿命の延伸」と「主観的健康感の向上」の実現に向けて、区市町村、学校、地域団体、保健医療関連団体、企業等と連携協力し、都民一人ひとりが取り組む健康づくりを支援していくために、以下の役割を担う必要がある。

まず、都は、健康づくりの目標や運動の推進方策を示すことにより区市町村等の計画策定を支援するとともに、都民等に対してプラン21を広く普及啓発していく。また、プラン21の達成状況を一元的に管理し、その科学的な評価に基づき健康づくり対策の企画・立案・調整等を行っていく。

都民が健康づくりを実践する際の環境整備は広域的な課題であり、都民を取り巻く各関係者の有機的な連携により整備していかなければならない。このため、都が中心となって各関係者の自主的な取組を促進するための仕組みづくりを行っていくことが重要である。

さらに、健康づくりに関する情報、技術及び技法の提供、人材育成等により、区市町村や関連団体等の取組を支援していくとともに、企画・立案の基盤となる科学的知見を調査研究により集積し、広く情報提供を行っていかなければならない。都保健所においても、市町村の求めに応じ科学的知見に基づいた資料・情報の提供や人材の育成、地域の関係団体等との調整等を行い、市町村の健康づくりを積極的に支援していく必要がある。

なお、都は、これまで実施してきた都民への直接的なサービスの提供を見直し、区市町村や関係者の支援に重点を置くなど、プラン21が示す役割を踏まえて事業及びその執行体制を再構築し、都に求められている役割と責任を適切に果たしていく必要がある。

関係者に期待される役割

