

国の「健康日本21（第三次）」について

1 健康日本21（第三次）の概要

全ての国民が健やかで心豊かに生活できる持続可能な社会の実現に向け、誰一人取り残さない健康づくりの展開とより実効性をもつ取組の推進を通じて、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事項を示し、2024年度から2035年度までの「二十一世紀における第5次国民健康づくり運動（健康日本21（第三次）」を推進する。

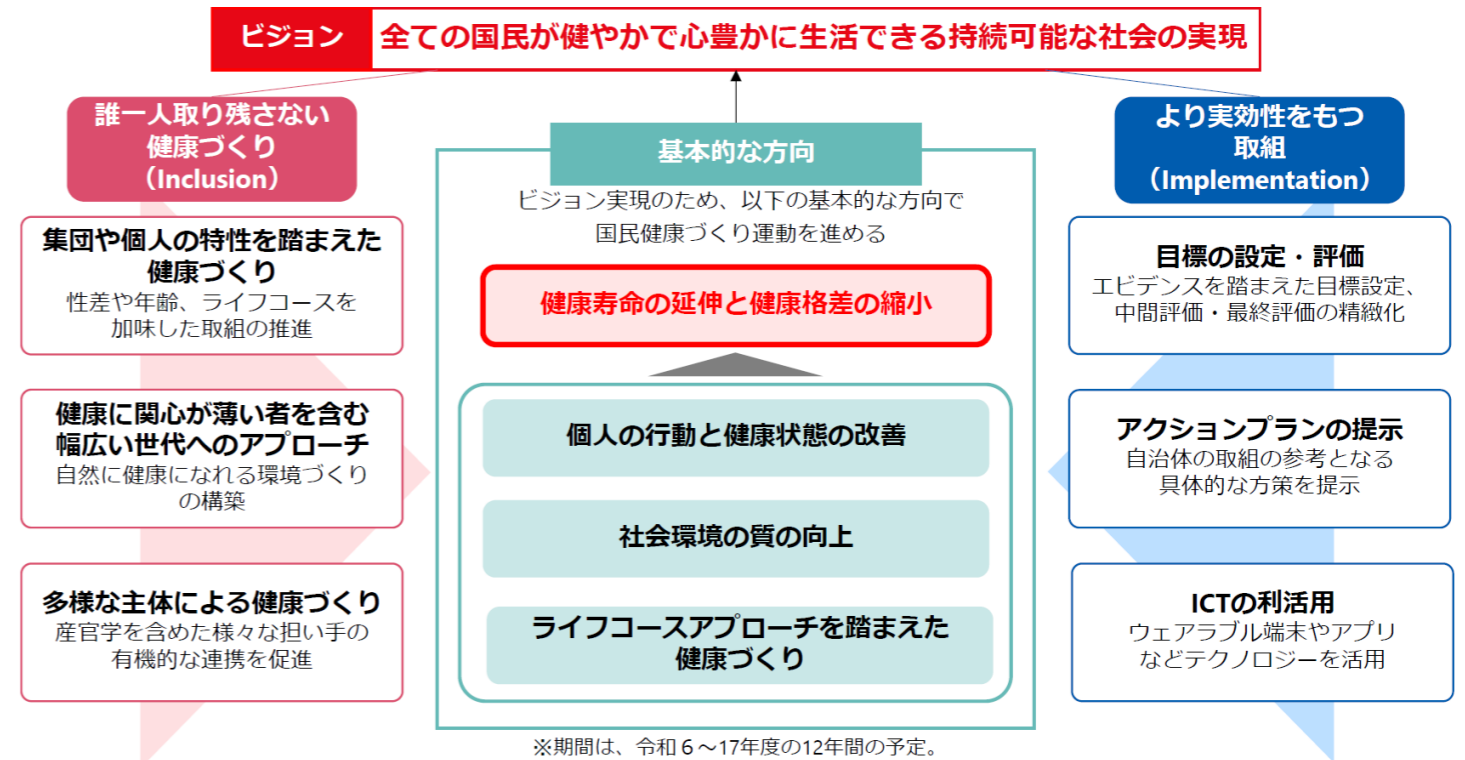
2 健康日本21（第三次）の新たな視点

人生100年時代を迎え、社会が多様化する中で、各人の健康課題も多様化しており、「誰一人取り残さない健康づくり」を推進する。また、健康寿命は着実に延伸してきたが、一部の指標が悪化しているなど、さらに生活習慣の改善を含め、個人の行動と健康状態の改善を促す必要がある。このため、「より実効性をもつ取組の推進」に重点を置く。

【新たな視点のポイント】

- 女性の健康を明記
- 自然に健康になれる環境づくり
- 他計画や施策との連携も含む目標設定
- アクションプランの提示
- 個人の健康情報の見える化・利活用について記載を具体化

(参考図) 次期国民健康づくり運動プランに係る自治体説明会資料より抜粋



(1) 社会環境の質の向上

- ・社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上
(地域の人々とのつながり、社会活動、共食)
- ・自然に健康になれる環境づくり
(健康的で持続可能な食環境づくり、居心地が良く歩きたくなるまちづくり、望まない受動喫煙の減少)
- ・誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備
(スマート・ライフ・プロジェクト、健康経営、特定給食施設、産業保健サービス)

(2) ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり

ライフステージ（乳幼児期、青壮年期、高齢期等の人の生涯における各段階）に特有の健康づくり（こどもの運動・肥満・飲酒・喫煙、高齢者の低栄養傾向・社会活動、女性のやせ・飲酒・喫煙・骨粗鬆症）に加え、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があることや次世代の健康にも影響を及ぼす可能性があることを踏まえ、人の生涯を経時的に捉えた健康づくり(ライフコースアプローチ)の観点を取り入れる。

