

【主な事業の概要】

事業の概要	実施主体
○老人クラブが行う社会奉仕活動や健康づくりへの支援	関係団体
○社会活動や仲間づくりを支援する「明るい長寿社会づくり推進事業」の推進	関係団体
○「北海道版食事バランスガイド」によるバランスのとれた食事の普及啓発	道、市町村、関係団体
○スーパー・コンビニと連携したバランスのとれた食生活の普及	道、関係団体、企業
○ウォーキングやノルディックウォーキングの普及啓発	道、市町村、関係団体
○かかりつけ歯科医における定期的歯科受診（健診とプロフェッショナルケア）の推進	関係団体
○ロコモティブシンドロームの普及啓発	道、市町村、関係団体

（2）健康を支え、守るための社会環境の整備

【現状と課題】

健康を支え、守るための社会環境の整備には、行政機関をはじめ道民の健康づくりを支援する団体の活動や企業の活動等多様な実施主体による取組が重要です。

道内においては、医師会をはじめ、歯科医師会、薬剤師会、看護協会、栄養士会、北海道健康づくり財団などの団体があり、その専門性を生かし、健康づくりに関する情報提供などを行っているほか、健康づくりに取り組む企業やNPO等が、道民の健康づくりを支える様々な活動を行っています。

また、健康経営の概念のもと、定期的な健康診断の実施や受動喫煙防止対策等、健康づくりの充実向上に努める企業や、道と連携協定を締結し道民の健康づくりに取り組む企業も増加しています。従業員の生活習慣改善支援など健康的な職場環境の整備に取り組む事項を宣言する「健康事業所宣言」を協会けんぽ北海道支部と連携し促進するほか、地域・職域連携推進事業により、地域保健や職域保健が連携し健康づくりに取り組むことが必要です。

道では、平成18年から北海道医師会をはじめ60の団体と「北海道健康づくり協働宣言」を行い、これら団体とともに健康づくりを推進してきましたが、今後、道民の健康的な行動をより一層促進するため、登録団体や企業、NPO等を増やしていくことが必要です。

また、道では、道民一人ひとりが「自らの健康は自らの手で」という自覚と認識を高めるために、10月3日を「道民健康づくりの日」（平成8年5月29日制定）とし、普及啓発を行っています。

さらに、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ては、健康無関心層を含む幅広い層へのアプローチが必要であり、個人が無理なく自然に健康な行動をとることができるようスーパー、コンビニ、食品製造業などと連携した個人の食生活を支援する食環境の整備や、家庭、職場、飲食店その他多くの人が利用する施設での受動喫煙防止を進める必要があります。

【目標】

- 「北海道健康づくり協働宣言」団体の登録の増加を図るとともに、これらの団体と協働し道民の健康づくりを推進します。
- 健康無関心層を含む幅広い層が、自然に健康な行動をとることができるよう、食生活を支援する環境の整備や受動喫煙防止の取組を進め社会環境の整備を図ります。

【指標】

指標	現状値	目標値
健康づくりに関する普及啓発や相談など道民の健康づくりを支える「北海道健康づくり協働宣言」団体の登録数	60 団体	増加
自然に健康になれる環境づくり		
(再掲) 日常生活で受動喫煙の機会を有する者の割合	家庭 5.4% 職場 13.3% 飲食店 17.0%	受動喫煙ゼロの実現
(再掲) 「ほっかいどうヘルスサポートレストラン」登録店舗数	759 件	増加

【今後の取組】

自主的に健康づくりの活動を行う団体の増加を図り、社会全体が相互に支え合う環境の整備に取り組みます。企業や各種団体に対し、「北海道健康づくり協働宣言」団体への登録を推奨し、これらの団体と協働し道民の健康づくりに取り組みます。

【主な事業の概要】

事業の概要	実施主体
○道民の健康づくりを支える「北海道健康づくり協働宣言」団体の登録の推進及び連携事業の実施	道、関係団体
○協会けんぽ北海道支部と連携した健康事業所宣言の登録促進	道、関係団体
○従業員の健康保持・増進に取り組む企業等の情報収集・発信	道、市町村、 関係団体

「北海道健康づくり協働宣言」企業との取組



(株)セコマ×カゴメ(株)「健康増進宣言」×北海道
野菜を食べようキャンペーン



大塚製薬（株）×（株）サッポロドラッグストア
× 北海道

（株）明治
北海道応援キャンペーンの実施



明治安田生命保健相互会社 × （株）明治 × 北海道食生活改善推進員協議会等 × 北海道
「道民健康づくりの日」（10月3日）普及啓発イベントへの協力



（3）ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり

健康状態や健康課題は、性別や年代、生活状況などにより異なることや、幼少期からの生活習慣や健康状態は、成長してからの健康状態に影響を与えること、次世代の健康にも影響を及ぼす可能性があることなどから、胎児期、幼少期、思春期、青年期およびその後の成人期、高齢期に至るまで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ことが重要です。

【現状と課題】

本道の「朝食を毎日食べている」児童の割合は、令和4年度全国学力・学習状況調査によると、小学6年生で81.5%と、目標の100%には達していないほか、本道における肥満傾向児の出現率は、幼児期で4.55%（全国3.66%）、学童期で15.92%（全国10.96%）と全国を上回っています。

習慣的に朝食を食べることは、心身の健全な成長のために不可欠であり、この時期の食習慣は大人になってからの食生活に影響を与えることから、規則正しい食習慣の重要性について啓発することが大切です。^{*1}

また、本道の喫煙経験のある20歳未満の者の割合（過去1か月間）は、令和5年に道が実施した調査によると、中学1年生の男子では0.3%、同女子では0.1%、高校3年生の男子では1.8%、同女子では0.4%となっています。飲酒経験のある20歳未満の者の割合（過去1か月間）は、同調査によると、中学3年生の男子では0.6%、同女子では0.6%、高校3年生の男子では5.3%、同女子では3.5%となっています。^{*2}

本道の全出生数中の低体重児の割合については、9.5%（全国9.4%）と全国をわずかに上回っています。胎児期における栄養状態が、成人期の糖尿病、冠動脈疾患などその後の健康状態や疾病に影響し、生涯にわたる影響を及ぼす可能性があることも指摘されており、妊娠期をはじめ女性の適正体重の維持が重要です。また、低体重児の出生に影響をあたえる妊娠中の喫煙や飲酒について、普及啓発を行うことが必要です。^{*3}

本道の女性の喫煙率は13.2%（前回16.1%）と減少傾向にありますが、全国（7.7%）と比較すると大幅に高くなっています。特に次世代への健康影響が大きい妊婦では3.2%、産婦では6.3%となっています。^{*4 *5}

また、生活習慣病のリスクを高める量（1日当たりの純アルコール摂取量が20g以上）を飲酒している女性は15.7%（前回12.0%）と増加傾向にありますが、妊婦の飲酒率1.0%（前回1.4%）と減少傾向となっています。^{*5 *6}

一般に女性は男性に比べて肝臓障害等の飲酒による臓器障害をおこしやすく、アルコール依存症に至るまでの期間も短いことが知られていることから、積極的な普及啓発を行うことが重要です。

【目標】

- 適正な食習慣や運動習慣を有する子どもの割合を増やします。
- 妊娠期をはじめ女性の適正体重の維持や喫煙、飲酒習慣の改善を進めます。

*1 令和3年度学校保健統計調査

*2 令和5年度健康に関するアンケート調査（道調査）

*3 令和4年人口動態統計（厚生労働省）

*4 令和元年国民生活基礎調査

*5 令和4年度北海道母子保健報告事業

*6 令和4年度健康づくり道民調査

【指標】

指標	現状値	目標値
健康な生活習慣を有する子どもの割合		
ア 朝食を摂取する児童の割合（小学6年生）	81.5%	すべての児童が朝食を食べることをめざす
イ 幼児・児童における肥満傾向児の減少	幼児 4.55% 児童 15.92%	幼児 3.66%以下 児童 10.96%以下
(再掲) 20歳未満の者の喫煙をなくす (喫煙経験のある20歳未満の者の割合（過去1か月間）)		
ア 中学1年生	男子 0.3% 女子 0.1%	0%
イ 高校3年生	男子 1.8% 女子 0.4%	0%
(再掲) 20歳未満の者の飲酒をなくす (飲酒経験のある20歳未満の者の割合（過去1か月間）)		
ア 中学3年生	男子 0.6% 女子 0.6%	0%
イ 高校3年生	男子 5.3% 女子 3.5%	0%
適正体重の子どもの割合 全出生数中の低出生体重児の割合	9.5%	減少
(再掲) 女性の喫煙率（20歳以上）	13.2%	12.0%以下
(再掲) 妊婦の喫煙率	3.2%	0%
(再掲) 産婦の喫煙率	6.3%	0%
(再掲) 妊婦の飲酒率	1.0%	0%

【今後の取組】

子どもの発育や健康な生活習慣を形成するため、市町村、教育関係者、家庭、地域、関係団体と連携しながら健康教育や食育等の促進など健康づくりに取り組みます。

妊娠前、妊娠後における適正体重の維持や喫煙防止など生活習慣の改善について普及啓発を進めます。

【主な事業の概要】

事業の概要	実施主体
○食に関する知識と望ましい食習慣の育成のため、早寝早起き朝ごはん運動の普及	教育関係者、企業
○「北海道版食事バランスガイド」によるバランスのとれた食事の普及啓発	道、市町村、関係団体
○「ほっかいどうヘルスサポートレストラン」の登録推進	道
○学校・家庭・地域が連携を深めながら、望ましい生活習慣・食習慣の定着に向けた実践研究や好事例の発信、気軽に楽しく運動に参加する機会をつくるなど、健康リテラシーの育成の取組の促進	教育関係者
○地域における食育の推進に向けた北海道食育コーディネーターの派遣	道
○生涯を通じた女性の健康保持や予防を目的とする「女性の健康サポートセンター事業」の相談体制の充実	道
○妊産婦や女性に対するたばこが及ぼす健康影響への普及啓発の推進	道、市町村、関係団体