

第5章. 今後の課題と方針

奈良市 21 健康づくりの最終評価では、青年期の「栄養バランスに気をつけて食事をする人の割合」「BMI 25 以上の人の割合」、壮中年期の「BMI 25 以上の人の割合（男性）」「HbA1c の要指導・要医療の割合」が悪化しています。なお、乳幼児期の「肥満児の割合（3 歳）」「外遊びをしている児の割合（3 歳）」「家族で楽しく食事をしている児の割合（3 歳）」が悪化しており、生活習慣病の要因が、乳幼児期から現われています。

基本的な生活習慣や健康観は、家族単位で受容・形成されることから、家族ぐるみで乳幼児期から生涯を通じた健康づくりが必要です。

また、生活習慣病を発症しやすい壮中年期の健康管理では、健康診査等の受診率が低迷している現状を踏まえ、要指導・要医療者に該当する個人の支援に留まることなく、学校や職場、地域全体に啓発し、健康づくりの風土を育てることが重要です。

平成 25 年度から、国は①健康寿命の延伸と健康格差の縮小②主要な生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底③社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上④健康を支え、守るための社会環境の整備⑤栄養・食生活、身体活動・運動、休養、飲酒、喫煙及び歯・口腔の健康に関する生活習慣及び社会環境の改善を基本方針として、次期健康づくり推進運動を進める予定です。

国の基本方針にあわせ、奈良市の健康課題を盛り込みながら、健康づくりを“まちづくり”の一環として位置づけ、次期健康づくり計画を策定し推進していきます。