

# 県推進本部版ロードマップ

## 目 次

【関連部局対応表】 .....	1
【掲載例】 .....	2
【分野別取組】	
1 個人の行動と健康状態の改善	
(1) 生活習慣病の発症予防と重症化予防	
① がん .....	3
② 循環器病 .....	4
③ 糖尿病 .....	6
④ 肝疾患 .....	8
⑤ COPD（慢性閉塞性肺疾患） .....	10
(2) 生活習慣の改善	
① 食生活 .....	11
② 身体活動・運動 .....	13
③ 休養・こころの健康 .....	16
④ 飲酒 .....	18
⑤ 喫煙 .....	20
⑥ 歯・口腔の健康 .....	21
2 健康を支える社会環境の質の向上	
(1) 社会参加や地域の人々とのつながりの強化促進 .....	23
(2) 自然に健康的な行動を取ることができる環境づくり .....	25
(3) 多様な主体による健康づくりに 誰もがアクセスできる基盤整備 .....	27
3 生涯を通じた健康づくり	
(1) こども（胎児期・乳幼児期・学齢期） .....	28
(2) 働き盛り（成人期） .....	30
(3) 高齢者（高齢期） .....	31
【取組内容・年度別計画】 .....	別紙

# 《関連部局対応表》

健康おきなわ21に掲げる施策展開と関係部局等の対応一覧※

	知事 公室	総務 部	企画 部	環境 部	生活 福祉 部	こども 未来 部	農林 水産 部	商工 労働 部	文化 観光 スポ ーツ 部	土木 建築 部	教育 庁	保健医療介護部					
												健康 長寿 課	地域 保健 課	国民 健康 保険 課	感染 症対 策課	地域 包括 ケア 推 進課	
1 個人の行動と健康状態の改善																	
(1) 生活習慣病の発症予防と重症化予防																	
①がん											○	○					
②循環器病											○	○	○	○			
③糖尿病											○	○		○			
④肝疾患											○	○	○	○	○		
⑤COPD											○	○					
(2) 生活習慣の改善																	
①食生活							○				○	○					
②身体活動・運動			○	○					○	○	○	○					
③休養・こころの健康					○	○		○			○	○	○				
④飲酒						○					○	○	○				
⑤喫煙						○					○	○	○				
⑥歯・口腔の健康						○					○	○					
2 健康を支える社会環境の質の向上																	
(1)社会参加や地域の人々 とのつながりの強化促進					○	○		○			○	○	○				
(2)自然に健康的な行動を 取ることができる環境づくり				○						○		○					
(3)多様な主体による健康 づくりに誰もがアクセスで きる基盤整備												○					
3 生涯を通じた健康づくり																	
(1)こども						○			○		○	○					
(2)働き盛り												○		○			
(3)高齢者								○				○				○	

※この一覧は健康おきなわ21の施策展開に対応する主な取組を担当する部局等を表示したものです。

対応に表示のない部局等においても、健康づくりに関係する取組を実施しているものがあります。

(広報活動における健康情報の発信、県職員の健康管理等)

# 《掲載例》

**【分野名】**  
健康おきなわ2 1 第5章に  
合わせて分野を分類

**【目標項目】**  
分野ごとの目標とする事項  
(健康おきなわ2 1 から転載)

**【施策の展開】**  
目標達成に向けた施策・取  
組の方向性  
(健康おきなわ2 1 から転載)

※一部の分野では「施策の展  
開」を設定していないものがあ  
ります。

**【施策・取組一覧】**  
上記の「目標項目」及び「施策の展開」  
を踏まえ、県が実施する施策・取組及び  
担当部・課の一覧

**1. 個人の行動と健康状態の改善**  
(1) 生活習慣病の発症予防と重症化予防 ①がん

**【目標項目】**

- ㉞ がんの年齢調整罹患率の減少
- ㉟ がんの年齢調整死亡率の減少
- ㊱ がん検診受診率向上
- ㊲ がん検診精密検査受診率向上
- ㊳ 科学的根拠に基づいたがん検診の実施

**【施策の展開】**

- がんのリスクを低減させるため、喫煙、過剰飲酒、低身体活動、肥満、やせ、野菜・果物摂取量不足、食塩の過剰摂取について、正しい知識や取り組みやすい予防方法の普及・啓発を推進します。
- がんの発症予防に効果のあるワクチン接種の普及啓発や摂取率向上等の取組を関係機関と連携して推進します。
- がん検診受診率を向上させるため、市町村や事業者と協力して県民に対しがん検診の意義について普及啓発を行うとともに、効果的な受診勧奨・再勧奨を行います。
- 精密検査受診率を向上させるため、要精密検査と判定された県民への情報提供や精密検査結果把握体制の充実を図ります。
- 科学的根拠に基づく国の指針に沿ったがん検診を実施できるよう、市町村や検診機関における検診体制の充実強化を行います。
- 職域におけるがん検診については、実態把握に係る方法を検討する国の動向を注視しながら、県内においても適切な検診実施に向けた課題を整理します。

**【施策・取組一覧】**

がんに関する知識とがん検診の普及・啓発

Web 情報発信・啓発グッズ配布・イベント等を通じた普及啓発	保健医療介護部	健康長寿課
がん教育の推進	教育庁	保健体育課

検診受診の利便性向上

市町村がん検診集合契約支援	保健医療介護部	健康長寿課
精密検査協力医療機関名簿の作成・公表	保健医療介護部	健康長寿課

がん検診実施体制の整備

がん検診の精度管理（チェックリスト調査、検診管理協議会など）	保健医療介護部	健康長寿課
従事者研修会（市町村・検診実施機関・医	保健医療介護部	健康長寿課

**【取組内容・年度別計画】（別紙）**  
上記の「施策・取組一覧」に対応する具体的な取組・事業の概要及び各年度の活動計画（取り組む事項や活動指標）等を掲載。  
※年度別の活動計画は当面の取組を掲載することとし、随時更新します。  
(社会情勢の変化や関連計画の策定状況等を踏まえ、随時必要な取組を取り入れるため。)

## 1. 個人の行動と健康状態の改善

### (1) 生活習慣病の発症予防と重症化予防 ①がん

#### 【目標項目】

- ◎ がんの年齢調整罹患率の減少
- ◎ がんの年齢調整死亡率の減少
- ◎ がん検診受診率向上
- ◎ がん検診精密検査受診率向上
- ◎ 科学的根拠に基づいたがん検診の実施

#### 【施策の展開】

- がんのリスクを低減させるため、喫煙、過剰飲酒、低身体活動、肥満、やせ、野菜・果物摂取量不足、食塩の過剰摂取について、正しい知識や取り組みやすい予防方法の普及・啓発を推進します。
- がんの発症予防に効果のあるワクチン接種の普及啓発や摂取率向上等の取組を関係機関と連携して推進します。
- がん検診受診率を向上させるため、市町村や事業者と協力して県民に対しがん検診の意義について普及啓発を行うとともに、効果的な受診勧奨・再勧奨を行います。
- 精密検査受診率を向上させるため、要精密検査と判定された県民への情報提供や精密検査結果把握体制の充実を図ります。
- 科学的根拠に基づく国の指針に沿ったがん検診を実施できるよう、市町村や検診機関における検診体制の充実強化を行います。
- 職域におけるがん検診については、実態把握に係る方法を検討する国の動向を注視しながら、県内においても適切な検診実施に向けた課題を整理します。

#### 【施策・取組一覧】

##### ア がんに関する知識とがん検診の普及・啓発

Web 情報発信・啓発グッズ配布・イベント等を通じた普及啓発	保健医療介護部	健康長寿課
がん教育の推進	教育庁	保健体育課

##### イ 検診受診の利便性向上

市町村がん検診集合契約支援	保健医療介護部	健康長寿課
精密検査協力医療機関名簿の作成・公表	保健医療介護部	健康長寿課

##### ウ がん検診実施体制の整備

がん検診の精度管理（チェックリスト調査、検診管理協議会など）	保健医療介護部	健康長寿課
従事者研修会（市町村・検診実施機関・医療従事者など）	保健医療介護部	健康長寿課

## 1. 個人の行動と健康状態の改善

### (1) 生活習慣病の発症予防と重症化予防 ②循環器病

#### 【目標項目】

- ◎ 脳血管疾患の年齢調整死亡率の減少
- ◎ 心疾患の年齢調整死亡率の減少
- ◎ 高血圧該当者の減少
- ◎ 脂質異常該当者の減少
- ◎ メタボリックシンドローム該当者及び予備群の減少
- ◎ 特定健康診査の受診率の向上
- ◎ 特定保健指導の実施率の向上

#### 【施策の展開】

- 循環器病の多くは、運動不足、不適切な食生活、喫煙等の生活習慣、肥満や高血圧、脂質異常等の健康状態が影響するため、県民の健康に関する意識の向上と行動変容を促し、主体的な取組ができるよう、毎日の血圧測定等、分かりやすく取り組みやすい健康情報の提供、普及啓発を関係団体と連携して行います。
- 脂質異常症は、通常、飽和脂肪酸の多い食事（肉の脂身や鶏皮、乳製品、パーム油等）の取り過ぎや運動不足など生活習慣に大きく影響を受けますが、生活習慣によらず LDL コレステロール値が高くなる「家族性高コレステロール血症」という病気もあるため、早期発見・治療のために普及啓発を行います。
- 健康診断等が高血圧や脂質異常等の早期発見、早期治療につなげるためだけでなく、自分の健康状態を知るためのものであることを、県の広報媒体を活用し広く県民に周知し、健康診断等に対する意識の一層の啓発を図ります。
- こどもの頃から健康的な生活習慣の習得を促すため、児童生徒や保護者が適正な生活習慣を学ぶ機会を増やす取組を推進します。
- 医療保険者による特定健康診査・特定保健指導の取組を支援するため、県内の医療保険者に対する助言や援助、市町村国保の健診費用に対する助成を行います。また、対象者が受診しやすい体制整備を行います。
- 地域・職域連携推進協議会等を活用し、市町村や医療保険者、企業、教育機関、民間団体等の関係者の連携強化のための中心的役割を担い、データの活用や分析を積極的に行い、特定健康診査受診率や特定保健指導実施率向上への取組を推進します。

#### 【施策・取組一覧】

##### ア 循環器病の知識の普及・啓発 [ビジョン2-(3)-ア-①②、5-(2)-イ-⑤]

健康的な生活習慣に関する情報発信	保健医療介護部	健康長寿課
こどもから高齢者まで各世代に向けた食に関する啓発	保健医療介護部	健康長寿課
飲酒や喫煙の健康影響に関する正しい知識の普及啓発	保健医療介護部	健康長寿課

健康教育の推進（教育庁）	教育庁	保健体育課
--------------	-----	-------

イ 健康診断等の推進 [ビジョン2-(3)-ア-②]

健康診断や特定健診の受診率向上に向けた環境整備	保健医療介護部	健康長寿課、国民健康保険課
市町村や関係団体との連携体制の強化及び効果的な体制づくり	保健医療介護部	健康長寿課

ウ 危険因子の低減 [ビジョン2-(3)-ア-①②]

食生活改善や適度な運動習慣等、健康的な生活の実践に向けた環境整備	保健医療介護部	健康長寿課
職場における健康づくりの推進	保健医療介護部	健康長寿課

## 1. 個人の行動と健康状態の改善

### (1) 生活習慣病の発症予防と重症化予防 ③糖尿病

#### 【目標項目】

- ◎ 糖尿病有病者の増加抑制（増加幅を減らす）
- ◎ 血糖値コントロール不良者の減少
- ◎ 治療継続者の増加
- ◎ 透析導入患者の減少
- ◎ メタボリックシンドローム該当者及び予備群の減少
- ◎ 特定健康診査の受診率の向上
- ◎ 特定保健指導の実施率の向上

#### 【施策の展開】

- メタボリックシンドロームは内臓脂肪の蓄積に加え、高値血圧や高血圧、高血糖や脂質異常が重複した状態で、循環器病や糖尿病等の生活習慣病の発症率や死亡率が高くなることが分かっているため、メタボリックシンドロームの概念及び予防や改善に関する情報の普及啓発に取り組みます。
- 健康診断等を受診することで、糖尿病の早期発見や重症化予防の第一歩となることを県の広報媒体を活用し広く県民に周知し、健康診断等に対する意識の一層の啓発を図ります。
- 市町村や医療保険者、企業、教育機関、民間団体等の関係者の連携強化のための中心的役割を担い、データの活用や分析を積極的に行い、特定健康診査受診率や特定保健指導実施率向上への取組を推進します。未受診者や未治療者に対して関係団体と連携して受診勧奨に取り組みます。
- 沖縄県医療計画や沖縄県糖尿病性腎症重症化予防プログラムをもとに、適切な治療の開始、継続を支援できるよう二次医療圏ごとの地域医療連携体制の構築を推進するとともに各団体の取組について協力して推進していきます。

#### 【施策・取組一覧】

##### ア 糖尿病の発症予防、重症化予防、合併症予防〔ビジョン2-(3)-ア-②、5-(2)-イ-⑤〕

健康的な生活習慣に関する情報発信	保健医療介護部	健康長寿課
糖尿病の予防に資する食環境の整備、食に関する啓発	保健医療介護部	健康長寿課
健康教育の推進（教育庁）	教育庁	保健体育課
健康診断や特定健診の受診率向上に向けた環境整備	保健医療介護部	健康長寿課、国民健康保険課
市町村や関係団体との連携体制の強化及び効果的な体制づくり	保健医療介護部	健康長寿課

イ 危険因子の低減 [ビジョン2-(3)-ア-①②]

食生活改善や適度な運動習慣等、健康的な生活の実践に向けた環境整備	保健医療介護部	健康長寿課
職場における健康づくりの推進	保健医療介護部	健康長寿課

## 1. 個人の行動と健康状態の改善

### (1) 生活習慣病の発症予防と重症化予防 ④肝疾患

#### 【目標項目】

- ◎ 肝疾患の年齢調整死亡率の減少
- ◎ 肝機能異常者の割合の減少
- ◎ 生活習慣病のリスクを高める量の飲酒をしている者の減少
- ◎ 適正体重を維持している者の増加

#### 【施策の展開】

- 肝疾患の主な原因として肝炎ウイルスの感染と自己免疫性疾患のほか、飽和脂肪酸の多い食事（肉の脂身や鶏皮、乳製品、パーム油等）の取り過ぎや運動不足、飲酒などによる肝臓への脂肪蓄積（脂肪性肝疾患）が多く、食事や運動、適度な飲酒量を守るなど生活習慣の改善が大切なため、県民に対し正しい知識の普及・啓発を行います。
- 健康診断等を受診することで、肝疾患の早期発見や重症化予防となることを県の広報媒体を活用し広く県民に周知し、健康診断等に対する意識の一層の啓発を図ります。
- 医療保険者による特定健康診査・特定保健指導の取組を支援するとともに、受診率や特定保健指導実施率の向上に向けて、関係者の連携強化を推進します。データの活用や分析等を行い、新しい取組や有用な手法についても情報収集・共有を行います。
- 県民がアルコールに関連する問題に理解を深め、アルコールによる健康障害の予防に必要な注意をはらうことができるよう、沖縄県アルコール健康障害対策推進計画に基づき、関係機関の取組を推進します。

#### 【施策・取組一覧】

##### ア 肝疾患に関する知識の普及・啓発 [ビジョン2-(3)-ア-①②、5-(2)-イ-⑤]

健康的な生活習慣に関する情報発信	保健医療介護部	健康長寿課
子どもから高齢者まで各世代に向けた食に関する啓発	保健医療介護部	健康長寿課
飲酒や喫煙の健康影響に関する正しい知識の普及啓発	保健医療介護部	健康長寿課
健康教育の推進（教育庁）	教育庁	保健体育課

##### イ 健康診断等の推進 [ビジョン2-(3)-ア-②]

健康診断や特定健診の受診率向上に向けた環境整備	保健医療介護部	健康長寿課、国民健康保険課
市町村や関係団体との連携体制の強化及び効果的な体制づくり	保健医療介護部	健康長寿課

ウ 危険因子の低減 [ビジョン2-(3)-ア-①②]

食生活改善や適度な運動習慣等、健康的な生活の実践に向けた環境整備	保健医療介護部	健康長寿課
職場における健康づくりの推進	保健医療介護部	健康長寿課

エ ウイルス性肝炎の予防対策 [ビジョン2-(3)-エ-①]

各種予防接種の促進による接種率の向上及び普及啓発活動を通じた感染予防	保健医療介護部	感染症対策課
------------------------------------	---------	--------

## 1. 個人の行動と健康状態の改善

### (1) 生活習慣病の発症予防と重症化予防 ⑤COPD（慢性閉塞性肺疾患）

#### 【目標項目】

- ◎ COPD の年齢調整死亡率の減少
- ◎ COPD の認知度の向上
- ◎ 喫煙率の減少

#### 【施策の展開】

- COPD に関する正しい知識と認知度の向上に努め「最初の一本を吸わせない」ため、学校教育機関等と連携し、特に若い世代への普及啓発を強化していきます。
- 禁煙外来を行っている医療機関等と連携し、禁煙に取り組みやすい環境づくりを推進します。
- COPD の早期発見につながる取組を推進します。
- COPD の有病者に対し、重症化を予防するために禁煙支援、適切な治療の継続やインフルエンザ、肺炎球菌等のワクチン接種を推進します。

#### 【施策・取組一覧】

##### ア COPD の知識の普及・啓発

「禁煙週間」等で COPD リスクに関する知識の普及・啓発	保健医療介護部	健康長寿課
健康づくり副読本の活用促進	教育庁	保健体育課

##### イ 禁煙希望者への支援

禁煙外来を行っている医療機関等の周知	保健医療介護部	健康長寿課
禁煙支援の研修の実施、市町村・職域の取組への支援	保健医療介護部	健康長寿課

##### ウ 受動喫煙防止対策

各種施設での受動喫煙調査	保健医療介護部	健康長寿課
--------------	---------	-------

## 1. 個人の行動と健康状態の改善

### (2) 生活習慣の改善

#### ①食生活

##### 【目標項目】

- ◎ 適正体重を維持している者の増加（肥満、やせの減少）
- ◎ バランスの良い食事を摂っている者の増加
- ◎ 食塩摂取量の減少
- ◎ 野菜摂取量の増加
- ◎ 果物摂取量の増加
- ◎ 脂肪エネルギー比率が適正範囲内にある者の増加
- ◎ 習慣的な朝食欠食者の割合の減少
- ◎ 食環境整備の推進

##### 【施策の展開】

- 県民の食生活に関する意識と行動の変容を促し、主体的な取組ができるよう、分かりやすく取り組みやすい関連情報の提供、普及啓発を行います。
- 栄養バランスのとれた食事を意識させるため、「プラス1皿（副菜ちょこっとぷらす）」や「あぶら控えめ・野菜たっぷり」、減塩対策を重点にした普及啓発や健康づくり活動を行います。
- 全ての市町村で早期に食育推進計画が整備され、当該計画に基づく取組の充実を図るため、行政栄養士の配置を推進するとともに、計画策定について積極的に働きかけ、意見交換や情報提供などの支援を行います。
- 教育機関等と連携し、こどもの頃から健康的な食習慣の習得を促すため、児童生徒や保護者が適正な食習慣を学ぶ機会を増やす取組を推進します。
- 個人の行動と健康状態の改善を促すためには、食事を支える食環境の改善が必要であり、社会環境の質の向上として、自然に健康になれる環境づくりと連動させながら取組を推進します。

##### 【施策・取組一覧】

#### ア 食生活の知識の普及・啓発 [ビジョン2-(3)-ア-①、5-(2)-イ-⑤]

こどもから高齢者まで各世代に向けた食に関する啓発・指導の実施	保健医療介護部	健康長寿課
体験型栄養教育システム（食育 SAT）やベジチェック等を活用した健康教育の実施	保健医療介護部	健康長寿課
学校における食育の推進（副読本を活用した食育推進）	教育庁	保健体育課
地域で食育活動を行う団体の取組推進（チャーガンジャーおきなわ応援団）	保健医療介護部	健康長寿課

イ 食環境整備

健康的で持続可能な食環境づくり戦略的 イニシアチブの推進	保健医療介護部	健康長寿課
食 de がんじゅう応援店の登録の推進	保健医療介護部	健康長寿課

ウ 県産野菜・果樹の生産振興・消費拡大 [ビジョン3-(7)-ア-①、ウ-④]

野菜・果樹の生産性の向上	農林水産部	園芸振興課
地産地消拠点の活性化支援	農林水産部	流通加工・推進課
県産農林水産物を用いた食育	農林水産部	流通加工・推進課
県産きのこの消費拡大	農林水産部	森林管理課

## 1. 個人の行動と健康状態の改善

### (2) 生活習慣の改善

### ②身体活動・運動

#### 【目標項目】

- ◎ 日常生活における歩数の増加
- ◎ 運動習慣者の増加
- ◎ 運動やスポーツを習慣的に行っていないこどもの減少
- ◎ ロコモティブシンドロームの減少
- ◎ 歩いて暮らせる環境づくり

#### 【施策の展開】

- 健康づくりにおける身体活動・運動の意義と重要性が県民に広く認知されるよう周知するとともに、日常から継続的な身体活動・運動の実践が図られるよう取り組みます。
- 機械化・自動化の進展や移動手段の変化等、ライフスタイルの変化に留意しつつ、運動機会の創出・確保に資する社会環境の整備に取り組みます。
- こどもの運動習慣の獲得・定着のため、学校における体育教育の充実に加え、運動部活動の適正化や地域において運動に親しむ環境づくりに取り組みます。
- ロコモティブシンドロームを早期から予防し、日常的な運動の実践等による対策を図るため、こどもを含むあらゆる世代に対しロコモティブシンドロームの認知向上に取り組みます。

#### 【施策・取組一覧】

##### ア 意義・重要性の普及・啓発 [ビジョン2-(3)-ア-②]

身体活動・運動の意義・重要性に関する情報発信	保健医療介護部	健康長寿課
------------------------	---------	-------

##### イ 運動機会の提供 [ビジョン1-(4)-ウ-①、3-(9)-イ-③]

生涯スポーツ社会の実現	文化観光スポーツ部	スポーツ振興課
広くスポーツ・レクリエーションに参画できる環境の構築	文化観光スポーツ部	スポーツ振興課
スポーツコンベンションの推進と県民がスポーツをする機会の充実	文化観光スポーツ部	スポーツ振興課
スポーツ・レクリエーションを通じた健康維持増進	文化観光スポーツ部	スポーツ振興課
沖縄空手を支える道場や関係団体の運営基盤の強化	文化観光スポーツ部	空手振興課
地域で健康づくり活動を行う団体の取組推進（チャーガンジューおきなわ応援団）	保健医療介護部	健康長寿課

ウ スポーツ・レクリエーション施設及び関連基盤の整備・充実 [ビジョン 3-(9)-イ-①]

施設利用者の安全確保のための対策	文化観光スポーツ部	スポーツ振興課
スポーツ関連施設における ICT の活用導入	文化観光スポーツ部	スポーツ振興課
スポーツ・レクリエーションの場の確保	文化観光スポーツ部	スポーツ振興課

エ 歩きやすい環境の整備 [ビジョン 1-(1)-ウ-③④⑤、1-(2)-ア-①、2-(7)-イ-②]

都市やグラウンド等の日陰づくり	土木建築部	都市公園課
コンパクトなまちづくりの促進	土木建築部	都市計画・モノレール課
身近な場所で充実した生活環境の創出	土木建築部	道路街路課、都市計画・モノレール課
道路空間の適正な管理	土木建築部	道路管理課
公共施設等におけるバリアフリー化	土木建築部	都市公園課
自然公園施設の適正管理と利用増進	環境部	自然保護課
安全快適な通行・歩行空間の創出	土木建築部	道路管理課

オ 公共交通システムの戦略的再編、過度な自家用車利用からの転換 [ビジョン 1-(1)-ウ-②、3-(12)-エ-⑤]

沖縄都市モノレールの輸送力増強	土木建築部	都市計画・モノレール課
有機的な公共交通ネットワークの構築	企画部	交通政策課
効率的で利便性の高い公共交通体系の形成	企画部	交通政策課
公共交通や多様なモビリティの利用へのライフスタイルの転換	企画部	交通政策課
交通需要マネジメント (TDM) 施策の推進	企画部	交通政策課
	土木建築部	道路管理課、都市計画・モノレール課
道路利用の効率化の検討	土木建築部	道路街路課
公・民・学連携による「沖縄型スマートシティ」の調査研究	土木建築部	土木総務課

カ こどもの運動習慣獲得・定着支援 [ビジョン1-(4)-ウ-①、5-(2)-イ-④]

学校における体力向上の取組	教育庁	保健体育課
運動部活動の適正化に向けた取組	教育庁	保健体育課
運動に親しむ環境づくり	教育庁	保健体育課
幼少期における空手の体験機会の創出	文化観光スポーツ部	空手振興課

キ ロコモティブシンドロームの認知向上

ロコモティブシンドロームに関する情報 発信、啓発活動	保健医療介護部	健康長寿課
-------------------------------	---------	-------

## 1. 個人の行動と健康状態の改善

### (2) 生活習慣の改善

### ③休養・こころの健康

#### 【目標項目】

- ◎ 睡眠時間が十分に確保できている者の増加
- ◎ 睡眠で休養がとれている者の増加
- ◎ 週労働時間 60 時間以上の被雇用者の減少
- ◎ 気分障害・不安障害に相当する心理的苦痛を感じている者の減少
- ◎ 自殺死亡率の減少
- ◎ 地域の人々とのつながりが強いと思う者の増加
- ◎ 社会活動を行っている者の増加
- ◎ 共食している者の増加
- ◎ ゲートキーパー数及びこころのサポーター数の増加
- ◎ メンタルヘルス対策に取り組んでいる事業所の増加

#### 【施策の展開】

- 睡眠による休養が十分取れていない人の割合を減少させることを目指し睡眠の効能や重要性、ストレスに対する知識や対応方法等の普及啓発や講演会等を行います。
- 労働局や産業保健総合支援センター、企業や保険者、事業者団体等と連携し、職場におけるワーク・ライフ・バランス及びメンタルヘルス対策の取組を推進します。
- 関係団体と連携し孤立を防ぐ地域づくりを推進します。
- 誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指し、沖縄県自殺総合対策行動計画を基に地域の実情をふまえた自殺対策を推進します。
- 教育機関と連携し、発達障害をはじめとした児童、生徒の発達段階に応じた心身の健康づくりに関する適切な実践や指導が行えるよう専門家との連携を強化するとともに、子どもの頃からこころの健康に関する正しい知識を獲得できるようこころの健康副読本「こころのタネ」の活用や、セルフケアの方法を学ぶ機会を増やす取組等を推進します。
- 自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応を図ることができる人（ゲートキーパー）の養成等の人材育成、地域におけるこころの健康問題の相談体制の充実に取り組みます。

#### 【施策・取組一覧】

##### ア 休養・こころの健康に関する知識の普及・啓発

睡眠の効能や重要性、ストレスに対する知識や対応方法等の普及啓発	保健医療介護部	健康長寿課
---------------------------------	---------	-------

イ 職場におけるメンタルヘルス対策の推進 [ビジョン3-(11)-イ-①②、5-(2)-エ-③]

多様で柔軟な働き方の意識定着	商工労働部	労働政策課
ワーク・ライフ・バランスを実践する企業の支援	商工労働部	労働政策課
教職員が安心して働ける環境づくり	教育庁	働き方改革推進課

ウ 孤立対策 [ビジョン2-(5)-ウ-②③、2-(1)-イ-①]

民生委員・児童委員による相談・支援	生活福祉部	福祉政策課
ひきこもりに関する相談しやすい環境づくり	保健医療介護部	地域保健課
ひきこもりに関する市町村との連携体制の強化及び効果的な体制づくり	保健医療介護部	地域保健課
中高年のひきこもりに対する相談・支援体制の強化	保健医療介護部	地域保健課
	生活福祉部	福祉政策課
共食の機会の増加	保健医療介護部	健康長寿課
こどもの居場所の設置	こども未来部	こども家庭課

エ 自殺対策、相談体制の充実 [ビジョン2-(3)-オ-③]

きめ細かな相談支援等の実施	保健医療介護部	地域保健課
精神疾患の早期発見・早期治療	保健医療介護部	地域保健課
地域におけるネットワークの強化	保健医療介護部	地域保健課
自殺対策を支える人材の育成	保健医療介護部	地域保健課
児童生徒等の教育相談体制の充実	教育庁	県立学校教育課 義務教育課

## 1. 個人の行動と健康状態の改善

### (2) 生活習慣の改善

#### ④ 飲酒

#### 【目標項目】

- ◎ 生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の減少
- ◎ 20歳未満の者の飲酒をなくす
- ◎ 妊娠中の飲酒をなくす
- ◎ 節度ある適度な飲酒量を知っている者を増やす

#### 【施策の展開】

- 節度ある適度な飲酒量や休肝日、酒害、アルコールに関連する問題等（本人の心身、家族、地域社会への影響）について啓発及び情報提供を行います。
- 20歳未満の者や妊婦に対する飲酒による健康影響について学校等教育機関や市町村、関係機関と連携し飲酒防止の取組を推進します。
- 市町村や職域、医療機関、教育機関等の関係機関と連携し、健（検）診や保健指導等の機会を活用した減酒支援の取組を推進します。
- 沖縄県アルコール健康障害対策推進計画を基に取組を推進し、アルコール健康障害を有している者とその家族への相談支援体制を強化します。

#### 【施策・取組一覧】

##### ア 飲酒に関する知識の普及・啓発 [ビジョン2-(3)-ア-②]

飲酒に伴うリスクに関する知識の普及(節度ある適度な飲酒サポート事業等)	保健医療介護部	健康長寿課
普及・啓発ツールの提供やホームページ、YouTube等での情報発信	保健医療介護部	健康長寿課
健康づくり副読本の活用促進	教育庁	保健体育課

##### イ 節度ある適度な飲酒に向けた支援

飲酒量を把握するツールの提供やAUDITの普及(節酒カレンダー・アプリ、YouTube動画配信等)	保健医療介護部	健康長寿課
アルコール健康障害等の啓発	保健医療介護部	地域保健課
減酒支援の研修の実施、市町村・職域の取組への支援	保健医療介護部	健康長寿課

##### ウ 20歳未満の者の飲酒防止 [ビジョン2-(2)-イ-②]

非行少年を生まない社会づくり	こども未来部	こども若者政策課
教職員等に対する研修	教育庁	保健体育課

エ 相談支援体制の強化

精神保健福祉相談	保健医療介護部	地域保健課
多量飲酒者等の相談支援強化	保健医療介護部	地域保健課
アディクション連絡会議	保健医療介護部	地域保健課

## 1. 個人の行動と健康状態の改善

### (2) 生活習慣の改善

### ⑤喫煙

#### 【目標項目】

- ◎ 喫煙率の減少
- ◎ 妊婦の喫煙をなくす
- ◎ 20歳未満の者の喫煙をなくす
- ◎ 喫煙者のうち禁煙しようと思う人の増加
- ◎ 望まない受動喫煙の機会を有する者の減少

#### 【施策の展開】

- 喫煙・受動喫煙、また近年流行している加熱式タバコの健康影響について普及啓発を行います。近年使用者が増加しているとされる電子タバコは、アメリカで健康被害が報告されており使用を控えるよう推奨されているため、電子タバコ使用に関する健康影響について情報収集を行います。
- 妊婦の喫煙・受動喫煙防止に向け、パートナーなどの家族を含めて普及啓発を行います。
- 学校等教育機関へ教材や普及啓発ツール等を提供し、教育機関等と連携し、若い世代に「最初の一本を吸わせない」ように取組を強化していきます。
- 禁煙希望者が確実に禁煙外来に繋がるよう、医療機関、市町村、企業等と連携しながら情報提供を行います。
- 公共施設、飲食店、職場等において法に定められた受動喫煙防止対策が徹底されるよう取り組むとともに、地域や職域と連携し、喫煙対策の好事例を発信します。

#### 【施策・取組一覧】

##### ア 喫煙に関する知識の普及・啓発 [ビジョン2-(3)-ア-②]

「禁煙週間」等で喫煙に伴うリスクに関する知識の普及・啓発	保健医療介護部	健康長寿課
健康づくり副読本の活用促進	教育庁	保健体育課

##### イ 20歳未満の者の喫煙防止 [ビジョン2-(2)-イ-②]

非行少年を生まない社会づくり	こども未来部	こども若者政策課
教職員等に対する研修	教育庁	保健体育課

##### ウ 禁煙希望者への支援

禁煙外来を行っている医療機関等の周知	保健医療介護部	健康長寿課
禁煙支援の研修の実施、市町村・職域の取組への支援	保健医療介護部	健康長寿課

##### エ 受動喫煙防止対策

各種施設での受動喫煙調査	保健医療介護部	健康長寿課
--------------	---------	-------

# 1. 個人の行動と健康状態の改善

## (2) 生活習慣の改善

## ⑥ 歯・口腔の健康

### 【目標項目】

- ◎ 多数のむし歯のある乳幼児の減少
- ◎ むし歯のある児童生徒の減少
- ◎ 未処置のむし歯のある児童生徒の減少
- ◎ フッ化物洗口を実施する施設の増加
- ◎ 歯周病を有する者の減少
- ◎ 歯間部清掃器具を使用する者の増加
- ◎ 定期的に歯科検診を受診する者の増加
- ◎ 成人対象の歯科検診を実施する市町村の増加
- ◎ より多くの自分の歯を有する高齢者の増加
- ◎ 咀嚼良好な高齢者の増加

### 【施策の展開】

- 歯みがき（仕上げみがき）、フッ化物応用、甘味（砂糖）の適正摂取方法等、むし歯予防に関する知識の普及を図り、市町村等と連携し、実践を促します。
- むし歯の有病状況の健康格差の縮小に有効とされる集団でのフッ化物洗口の実施拡大を推進します。
- 適切な歯みがき、歯間部清掃器具の使用等、歯周病予防のための知識の普及を図り、市町村等と連携し、実践を促します。
- 歯周疾患検診の実施拡大や受診率向上について市町村と連携して取り組みます。
- 歯と口の健康と全身の健康（糖尿病、心疾患、低出生体重児出産等）の関連について周知するとともに、歯と口の健康に関して困りごとを抱えた人が気軽に歯科相談できる体制を構築します。
- 歯科口腔保健に関する取組やデータ等を収集分析し、市町村や市町村教育委員会等関係機関・団体等へ情報提供を行うとともに、理解を深めるための研修会を開催します。
- 沖縄県歯科口腔保健推進協議会等において、歯科口腔保健施策について関係機関・団体等から意見聴取を行います。

### 【施策・取組一覧】

ア 歯と口腔に関する知識の普及・啓発 [ビジョン2-(3)-ア-②]

「歯と口の健康週間」「歯がんにじゅう月間」 等での普及啓発	保健医療介護部	健康長寿課
----------------------------------	---------	-------

イ むし歯対策の推進

研修会、説明、出前講座等の実施	保健医療介護部	健康長寿課
	こども未来部	子育て支援課

発達段階に応じた学校歯科保健教育の推進	教育庁	保健体育課
未処置歯のある児童生徒に対する受診勧奨の推進	教育庁	保健体育課

ウ 歯周病対策の推進

研修会、説明、出前講座等の実施	保健医療介護部	健康長寿課
-----------------	---------	-------

エ 口腔機能低下対策の推進

研修会、説明、出前講座等の実施	保健医療介護部	健康長寿課
-----------------	---------	-------

オ 歯科保健に関する連携

歯科保健に関する連携会議等の開催	保健医療介護部	健康長寿課
------------------	---------	-------

## 2. 健康を支える社会環境の質の向上

### (1) 社会参加や地域の人々とのつながりの強化促進

#### 【目標項目】

- ◎ 地域の人々とのつながりが強いと思う者の増加 (再掲：休養・こころ)
- ◎ 社会活動を行っている者の増加 (再掲：休養・こころ)
- ◎ 共食している者の増加 (再掲：休養・こころ)
- ◎ メンタルヘルス対策に取り組んでいる事業所の増加 (再掲：休養・こころ)
- ◎ ゲートキーパー数及びこころのサポーター数の増加 (再掲：休養・こころ)

#### 【施策・取組一覧】

##### ア 休養・こころの健康に関する知識の普及・啓発

睡眠の効能や重要性、ストレスに対する知識や対応方法等の普及啓発 (再掲)	保健医療介護部	健康長寿課
--------------------------------------	---------	-------

##### イ 職場におけるメンタルヘルス対策の推進 [ビジョン3-(11)-イ-①②、5-(2)-エ-③]

多様で柔軟な働き方の意識定着 (再掲)	商工労働部	労働政策課
ワーク・ライフ・バランスを実践する企業の支援 (再掲)	商工労働部	労働政策課
教職員が安心して働ける環境づくり (再掲)	教育庁	働き方改革推進課

##### ウ 孤立対策 [ビジョン2-(5)-ウ-②③、2-(1)-イ-①]

民生委員・児童委員による相談・支援 (再掲)	生活福祉部	福祉政策課
ひきこもりに関する相談しやすい環境づくり (再掲)	保健医療介護部	地域保健課
ひきこもりに関する市町村との連携体制の強化及び効果的な体制づくり (再掲)	保健医療介護部	地域保健課
中高年のひきこもりに対する相談・支援体制の強化 (再掲)	保健医療介護部	地域保健課
	生活福祉部	福祉政策課
共食の機会の増加 (再掲)	保健医療介護部	健康長寿課
こどもの居場所の設置 (再掲)	子ども未来部	子ども家庭課

##### エ 自殺対策、相談体制の充実 [ビジョン2-(3)-オ-③]

きめ細かな相談支援等の実施 (再掲)	保健医療介護部	地域保健課
精神疾患の早期発見・早期治療 (再掲)	保健医療介護部	地域保健課
地域におけるネットワークの強化 (再掲)	保健医療介護部	地域保健課

自殺対策を支える人材の育成（再掲）	保健医療介護部	地域保健課
児童生徒等の教育相談体制の充実(再掲)	教育庁	県立学校教育課 義務教育課

## 2. 健康を支える社会環境の質の向上

### (2) 自然に健康的な行動を取ることができる環境づくり

#### 【目標項目】

- ◎ 住民の健康増進の推進
- ◎ 食環境整備の推進 (再掲：食生活)
- ◎ 歩いて暮らせる環境づくり (再掲：身体活動・運動)
- ◎ 科学的根拠に基づいたがん検診の実施 (再掲：がん)
- ◎ 望まない受動喫煙の機会を有する者の減少 (再掲：喫煙)

#### 【施策・取組一覧】

##### ア 住民の健康増進の推進

市町村健康増進計画の策定及び推進支援	保健医療介護部	健康長寿課
--------------------	---------	-------

##### イ 食環境整備

健康的で持続可能な食環境づくり戦略的イニシアチブの推進 (再掲)	保健医療介護部	健康長寿課
食 de がんじゅう応援店の登録の推進 (再掲)	保健医療介護部	健康長寿課

##### ウ 歩きやすい環境の整備

都市やグランド等の日陰づくり (再掲)	土木建築部	都市公園課
コンパクトなまちづくりの促進 (再掲)	土木建築部	都市計画・モノレール課
身近な場所で充実した生活環境の創出 (再掲)	土木建築部	道路街路課、都市計画・モノレール課
道路空間の適正な管理 (再掲)	土木建築部	道路管理課
公共施設等におけるバリアフリー化 (再掲)	土木建築部	都市公園課
自然公園施設の適正管理と利用増進 (再掲)	環境部	自然保護課
安全快適な通行・歩行空間の創出 (再掲)	土木建築部	道路管理課

エ がん検診実施体制の整備

がん検診の精度管理（チェックリスト調査、検診管理協議会など）（再掲）	保健医療介護部	健康長寿課
従事者研修会（市町村・検診実施機関・医療従事者など）（再掲）	保健医療介護部	健康長寿課

オ 受動喫煙防止対策

各種施設での受動喫煙調査（再掲）	保健医療介護部	健康長寿課
------------------	---------	-------

## 2. 健康を支える社会環境の質の向上

### (3) 健康づくりに誰もがアクセスできる基盤整備

#### 【目標項目】

- ◎ チャーガンジューおきなわ応援団登録数の増加
- ◎ 健康経営に取り組む企業の増加 (再掲：循環器病)
- ◎ 利用者に応じた食事提供をしている特定給食施設の増加
- ◎ 各事業場において必要な保健サービスを提供している事業場の増加
- ◎ フッ化物洗口を実施している施設の増加 (再掲：歯・口腔の健康)
- ◎ 成人対象の歯科検診を実施する市町村の増加 (再掲：歯・口腔の健康)
- ◎ 骨粗鬆症検診を実施する市町村の増加

#### 【施策・取組一覧】

##### ア チャーガンジューおきなわ応援団の拡大

チャーガンジューおきなわ応援団に関する周知	保健医療介護部	健康長寿課
-----------------------	---------	-------

##### イ 健康経営の推進 [ビジョン2-(3)-ア-②]

職場における健康づくり(職場の健康力アップ促進事業)(再掲)	保健医療介護部	健康長寿課
--------------------------------	---------	-------

##### ウ 市町村における取組の促進(フッ化物洗口、成人対象の歯科検診、骨粗鬆症検診)

(歯・口腔の健康に関する)研修会、説明、出前講座等の実施(再掲)	保健医療介護部	健康長寿課
骨粗鬆症等に関する啓発の実施	保健医療介護部	健康長寿課

##### エ 利用者に応じた食事提供をしている特定給食施設の増加の促進

特定給食施設等対象の研修会の開催	保健医療介護部	健康長寿課
------------------	---------	-------

### 3. 生涯を通じた健康づくり

#### (1) こども（胎児期・乳幼児期・学齢期）

##### 【目標項目】

- ◎ 低出生体重児の減少
- ◎ 適正体重を維持している者の増加（再掲：食生活）
- ◎ 運動やスポーツを習慣的に行っていないこどもの減少（再掲：身体活動・運動）
- ◎ 20歳未満の者の飲酒をなくす（再掲：飲酒）
- ◎ 20歳未満の者の喫煙をなくす（再掲：喫煙）
- ◎ むし歯がある児童生徒の減少（再掲：歯・口腔の健康）

##### 【施策・取組一覧】

#### ア 低出生体重児の減少に向けた妊婦等の健康づくり

妊婦の喫煙対策	こども未来部	子育て支援課
若年女性のやせ対策	保健医療介護部	健康長寿課

#### イ 食生活の知識の普及・啓発 [ビジョン2-(3)-ア-①、5-(2)-イ-⑤]

こどもから高齢者まで各世代に向けた食に関する啓発・指導の実施（再掲）	保健医療介護部	健康長寿課
体験型栄養教育システム（食育SAT）やベジチェック等を活用した健康教育の実施（再掲）	保健医療介護部	健康長寿課
学校における食育の推進（副読本を活用した食育推進）（再掲）	教育庁	保健体育課

#### ウ こどもの運動習慣獲得・定着支援

学校における体力向上の取組（再掲）	教育庁	保健体育課
運動部活動の適正化に向けた取組（再掲）	教育庁	保健体育課
運動に親しむ環境づくり（再掲）	教育庁	保健体育課
幼少期における空手の体験機会の創出（再掲）	文化観光スポーツ部	空手振興課

#### エ 20歳未満の者の飲酒・喫煙防止 [ビジョン2-(2)-イ-②]

非行少年を生まない社会づくり（再掲）	こども未来部	こども若者政策課
教職員等に対する研修（再掲）	教育庁	保健体育課
飲酒及び喫煙に伴うリスクに関する知識の普及（再掲）	保健医療介護部	健康長寿課

オ むし歯対策の推進

研修会、説明、出前講座等の実施（再掲）	保健医療介護部	健康長寿課
	こども未来部	子育て支援課
発達段階に応じた学校歯科保健教育の推進（再掲）	教育庁	保健体育課
未処置歯のある児童生徒に対する受診勧奨の推進（再掲）	教育庁	保健体育課

### 3. 生涯を通じた健康づくり

#### (2) 働き盛り（成人期）

##### 【目標項目】

- ◎ 適正体重を維持している者の増加（再掲：食生活）
- ◎ 生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の減少（再掲：飲酒）
- ◎ 喫煙率の減少（再掲：喫煙）
- ◎ 運動習慣者の増加（再掲：身体活動・運動）
- ◎ 特定健康診査受診率の向上（再掲：循環器病）
- ◎ 定期的に歯科検診を受診する者の増加（再掲：歯・口腔の健康）

##### 【施策・取組一覧】

#### ア 食生活の知識の普及・啓発 [ビジョン2-(3)-ア-①]

こどもから高齢者まで各世代に向けた食に関する啓発・指導の実施（再掲）	保健医療介護部	健康長寿課
体験型栄養教育システム（食育 SAT）やベジチェック等を活用した健康教育の実施（再掲）	保健医療介護部	健康長寿課

#### イ 節度ある適度な飲酒に向けた支援

飲酒量を把握するツールの提供や AUDIT の普及（節酒カレンダー・アプリ、YouTube 動画配信等）（再掲）	保健医療介護部	健康長寿課
--	---------	-------

#### ウ 喫煙に関する知識の普及啓発 [ビジョン2-(3)-ア-②]

「禁煙週間」等で喫煙に伴うリスクに関する知識の普及・啓発（再掲）	保健医療介護部	健康長寿課
----------------------------------	---------	-------

#### エ 運動習慣に関する意義・重要性の普及・啓発

身体活動・運動の意義・重要性に関する情報発信（再掲）	保健医療介護部	健康長寿課
----------------------------	---------	-------

#### オ 健康診断等の推進 [ビジョン2-(3)-ア-②]

健康診断や特定健診の受診率向上に向けた環境整備（再掲）	保健医療介護部	健康長寿課、国民健康保険課
市町村や関係団体との連携体制の強化及び効果的な体制づくり	保健医療介護部	健康長寿課

#### カ 歯と口腔に関する知識の普及・啓発 [ビジョン2-(3)-ア-②]

「歯と口の健康週間」「歯がんじゅう月間」等での普及啓発（再掲）	保健医療介護部	健康長寿課
---------------------------------	---------	-------

※ 上記の各施策・取組を効果的に展開するため、企業等が積極的に従業員の健康づくりに取り組む「健康経営」を部局横断で推進する（各産業の所管部局等で連携して推進。）。

### 3. 生涯を通じた健康づくり

#### (3) 高齢者（高齢期）

##### 【目標項目】

- ◎ 適正体重を維持している者の増加（再掲：食生活）
- ◎ ロコモティブシンドロームの減少（再掲：身体活動・運動）
- ◎ 咀嚼良好な高齢者の増加（再掲：歯・口腔の健康）
- ◎ 社会活動を行っている高齢者の増加

##### 【施策・取組一覧】

#### ア 食生活の知識の普及啓発 [ビジョン2-(3)-ア-①、5-(2)-イ-⑤]

こどもから高齢者まで各世代に向けた食に関する啓発・指導の実施（再掲）	保健医療介護部	健康長寿課
体験型栄養教育システム（食育 SAT）やページチェック等を活用した健康教育の実施（再掲）	保健医療介護部	健康長寿課

#### イ ロコモティブシンドロームの認知向上

ロコモティブシンドロームに関する情報発信、啓発活動（再掲）	保健医療介護部	健康長寿課
-------------------------------	---------	-------

#### ウ 口腔機能低下対策の推進

研修会、説明、出前講座等の実施（再掲）	保健医療介護部	健康長寿課
---------------------	---------	-------

#### エ 高齢者の社会参加の促進 [ビジョン2-(5)-ア-①、3-(11)-ア-②]

高齢者の多様な活動の支援	保健医療介護部	地域包括ケア推進課
高齢者の再就職に対する支援	商工労働部	雇用政策課
多様な就職機会の確保	商工労働部	雇用政策課