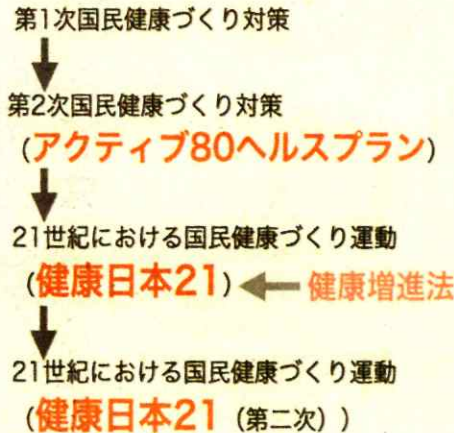


健康日本21 (第二次)

全体像

国民健康作り運動

この活動の裏付けとして、**健康増進法**が制定された



⑥4 健康日本21(第2次)の目指すもの

人生100年時代の健康管理

桐生大学 桐生大学短期大学部副学長 山科 章



【プロフィール】広島県生まれ。1976年広島大学医学部卒業後、聖路加国際病院内科勤務。99年東京医科大学循環器内科主任教授。2020年5月から現職。総合内科専門医、日本循環器学会専門医、前日本循環器病予防学会理事長。

前回「メタボと言われ、気をつけるべきこと」を説明する中で、「健康日本21」のことを

紹介しました。健康日本21は、国民健康づくり運動・健康増進法にもとづく国のプロジェクトです。生活習慣病の発生を減らすことなどを目的に、食生活や運動などの数値目標を掲げ、21世紀の始まりとともに健康日本21と名付けて10年計画で開始されました。

ていませ。20〜60歳の肥満者の割合は、女性では減ったものの、男性では24.3%から31.7%と大幅に増えました(目標は15%以下)。運動についても、成人の1日の歩数は、目標は11000歩でしたが、男性は8202歩から7243歩に、女性は7282歩から6431歩に減りました。皮肉にも、高齢化を背景にエレベーターやエスカレーターなどの設置が進み、その利用が増えたことが要因になっています。健康日本21が掲げた全59項目のうち目標値に達したのは、10項目のみでした。自分の適

性体重を維持するため、食事量を理解している人の割合、メタボリックシンドロームを認知している人の割合、意識的に運動を心がけようとする人の割合など、認知と理解は進みましたが、行動まで変えること(行動変容)はできていません。

「健康日本21」は2013年から第2次に入り、個人だけでなく地域や社会全体も見据えた取り組みが打ち出さ

れましたが、健康啓発が先行しています。中間報告では糖尿病などの生活習慣病は増加し、次世代の健康も危惧されており、2022年までの予定が1年間延期されることになりました。

個人でできることは限られています。社会の一員として、社会全体が協力して、成果を出し続ける必要があります。厚生労働省が中心となって、企業の協

◆毎週月曜連載 桐生大学・桐生大学短期大学部副学長の山科章さんは、同大学医療保健学部の学生などに講義も開講している。

保健・福祉

高齢者ら4回目接種検討を

雨の季節が近づく中、梅の実が膨らんできました。こずえで育つ実と足元に落ちてしまった実とを見比べ、やきもきしながら早く大きくなれと念じています。

桐生地区では目立った感染症の流行はありません。新型コロナウイルス感染症

はやってる病気は?

はゆつくりではありませんが減少の傾向が続いています。油断せず、感染対策をお続けください。60歳以上の方や18〜60歳未満で基礎疾患のある方を対象とした新型コロナウイルス4回目接種が始まります。行政からの情報に注意して、接種をご検討ください。

(6日、桐生市医師会)

群馬県の感染症サーベイランス (5月23〜29日)

疾病名	3週間前報告数	2週間前報告数	1週間前報告数	今週の報告数
インフルエンザ	0	0	0	0
RSウイルス感染症	0	0	1	0
咽頭結膜熱	2	6	3	9
A群溶連菌咽頭炎	1	10	8	6
感染性胃腸炎	170	207	231	266
水痘	5	7	10	5
手足口病	14	6	10	20
伝染性紅斑	3	4	0	1
突発性発疹	21	19	23	21
ヘルパンギーナ	0	3	3	0
流行性耳下腺炎	0	3	3	1
急性出血性結膜炎	0	0	0	0
流行性角結膜炎	6	1	2	2
細菌性髄膜炎	0	0	0	0
無菌性髄膜炎	0	0	0	0
マイコプラズマ肺炎	0	0	0	0
クラミジア肺炎	0	0	0	0
感染性胃腸炎(ロタウイルス)	0	0	0	0
インフルエンザ(入院患者)	0	0	0	0
風疹	0	0	0	0
麻疹	0	0	0	0
百日せき	0	0	1	0

広告 「STOP! 突然死」 ―。桐生タイムス 心肺蘇生・AED事業 協賛各社 ◇協賛事業所様随時募集中…詳細は☎0277-46-2511 桐生タイムス社まで

AED設置施設 私たちはAEDを設置し安全確保に努めています
公共施設ほか、その他の設置状況についてはインターネット等で公開されています。

アピタ 足利店 足利市朝倉町245 ☎0284-72-8811	コムファーストの専門店街 足利市朝倉町245 ☎0284-71-2111	認定こども園 太子保育園 桐生市相生町5-456 ☎0277-52-1034	認定こども園 だいや保育園 桐生市広沢町3丁目3601 ☎0277-53-8313
あすかホール 桐生ひろさわ館 みどり大間々館 桐生あいおい館 仏壇と香りのあすか 全館共通電話 <24時間受付対応> 0120-0277-76	~私たちは何よりも誠実を尽くします~ セレモニーホール 板場 ☎0120-440444 事前相談、随時承っております	お風呂でゆったり、サウナでスッキリ 幸の湯 平日大人600円 ☎0284-42-0030 栃木県足利市総合運動公園東隣	優れた交通社会人の育成に努めます KIRYU DRIVING SCHOOL FOR SAFETY FOR HAPPINESS (株)桐生自動車教習所 群馬県桐生市理町3-5-18(赤岩橋下) ☎0277-47-5555 http://www.kiryujikyo.co.jp
株式会社 マルサン since1979 もう一人の家族になりたい 足利市今福町348 ☎0284-22-0303 http://www.kkmarusan.jp 足利 マルサン 検索	AED 4ヶ所設置 BOAT RACE 桐生 みどり市笠懸町阿左美2887 ☎0277-76-2411		