

青木村 健康寿命延伸計画

好きだよ！青木村

～ 元気に・豊かに・健やかに ～



青木村

ごあいさつ

好きだよ！青木村

～元気に・豊かに・健やかに～ を目指して



平均寿命が伸長する一方、超少子高齢化、生産人口の減少の中、医療費用や介護費用の増加、生活習慣病の増加、健康格差など、近年の私達の健康をとりまく状況や課題は非常に多様化しています。そのような中、単に平均寿命を延ばすだけではなく『健康寿命』の延伸に注目が集まっています。

国では「21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21）」、長野県では「信州医療総合計画」を策定し、平成26年度には健康づくり県民運動として「信州ACE（エース）プロジェクト」がスタートしました。青木村でも「第5次青木村長期振興計画後期基本計画（平成29年度～令和3年度）」が策定され、4つの重点推進プロジェクトのうちの一つに【健康寿命延伸プロジェクト】を掲げ、各種の取り組みを推進しております。

今回は健康づくりに焦点を当てた「青木村健康寿命延伸計画」を策定しました。本計画の推進におきましては、村民の皆様をはじめ、地域、職域、行政が一緒になって健康づくりを推進し、村民の皆様が元気に・豊かに・健やかに暮らすことができる地域社会の実現を目指していきたいと考えておりますので、村民の皆様や関係機関の皆様にも積極的に健康づくりに取り組んでいただき、計画の推進に向けてより一層のご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、本計画の策定にあたり多大なご尽力をいただきました健康寿命延伸プロジェクト推進会議委員の皆様、関係機関の皆様、ご指導・ご助言をいただいた皆様に心から感謝と御礼を申し上げます。

令和2年3月

青木村長 北村 政夫

目次

1. はじめに	1
2. 計画の目的	2
3. 計画の期間	2
4. 計画の推進	3
5. 他計画との整合性	3
6. 計画の指標	4
7. 村の状況	5
8. 長野県の健康状況	13
9. 上小地域の健康状況	15
10. ライフステージごとの健康づくり	16
(1) 妊娠・出産期	17
(2) 乳幼児期	21
(3) 児童・生徒・学生期	25
(4) 青年期・壮年期	30
(5) 高齢期	37
11. 用語の説明	43
12. 調査概要	45
13. データ分析協力	45
14. 計画策定経過	46
15. 委員名簿	48
16. 協力	48

青木村健康寿命延伸計画（令和2年3月）

発行・編集 青木村役場 住民福祉課

〒386-1601

長野県小県郡青木村大字田沢111番地

電話0268-49-0111 FAX 0268-49-3670

青木村ホームページ <http://www.vill.aoki.nagano.jp/>