

I 総合目標について

1 総合目標設定の考え方

世界有数の長寿国である日本では、健康づくりの目的が「長く生きること」から「より高い生活の質をもってより長く生きること」へと変化している。プラン21が目指すところもこのQOLの向上であり、いきいきと自分らしく生活できる健康の実現である。

これまでは単に生きる長さを示す「平均寿命」が、健康状態を示す包括的な指標とされてきた。しかし、現在では心身の自立度等を加味した「健康寿命」が提唱されている。

また、身体的、精神的及び社会的に困難な状況にあっても、自分が健康であるという実感は、いきいきとした生き方の重要な要素である。さらに、QOLの向上には、主観的要素も大きく関係するため、自分の健康の状態をどのように感じているかといった質的な面を把握するために「主観的な健康感」をとらえる必要がある。

以上のことから、都民の健康状態を示す包括的な指標として、健康を客観的に評価する側面から「健康寿命（平均自立期間）」を、健康を主観的に評価する側面から「主観的健康感」をそれぞれ設定した。

2 使用する指標

健康寿命については、都道府県別に指標が算出されている既存統計として、厚生科学研究による「平均自立期間（痴呆や寝たきりにならない状態で生活できる期間）」を、主観的健康感については、都が実施している「健康に関する世論調査」における「自分の健康状態を「よい」とする人の割合」を指標とする。

〔総合目標1 健康寿命の延伸〕

指 標	ベースライン
65歳時の平均自立期間	男性 15.39年 女性 18.64年

〔総合目標2 主観的健康感の向上〕

指 標	ベースライン
自分の健康状態をよいと感じる人の割合	84.4%