

令和4年度静岡県循環器病対策推進協議会

第3次ふじのくに健康増進計画に基づく  
循環器病の1次予防  
(静岡県の高血圧対策について)

静岡県健康福祉部健康増進課

# 静岡県は「健康寿命」トップクラス

健康寿命とは、健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間のこと【今回 令和3年12月20日 厚生労働省発表】

«前回発表時との比較»

- ・男性が、73.45歳（+0.82歳）、全国順位5位（前回6位）
- ・女性が、76.58歳（+1.21歳）、全国順位5位（前回13位）
- ・男女計では、75.04歳（+1.02歳）、全国順位5位（前回6位）

	H22 (2010) 年		H25 (2013) 年		H28 (2016) 年		R1 (2019) 年	
	静岡県	全国平均	静岡県	全国平均	静岡県	全国平均	静岡県	全国平均
男性	71.68 (2位)	70.42	72.13 (3位)	71.19	72.63 (6位)	72.14	<b>73.45 (5位)</b>	72.68
女性	75.32 (1位)	73.62	75.61 (2位)	74.21	75.37 (13位)	74.79	<b>76.58 (5位)</b>	75.38
男女計 (本県算出)	<b>73.53 (1位)</b>	72.13	73.90 (2位)	72.74	74.02 (6位)	73.50	<b>75.04 (5位)</b>	74.07
公表時期	H24.6		H27.12		H30.3		R3.12	

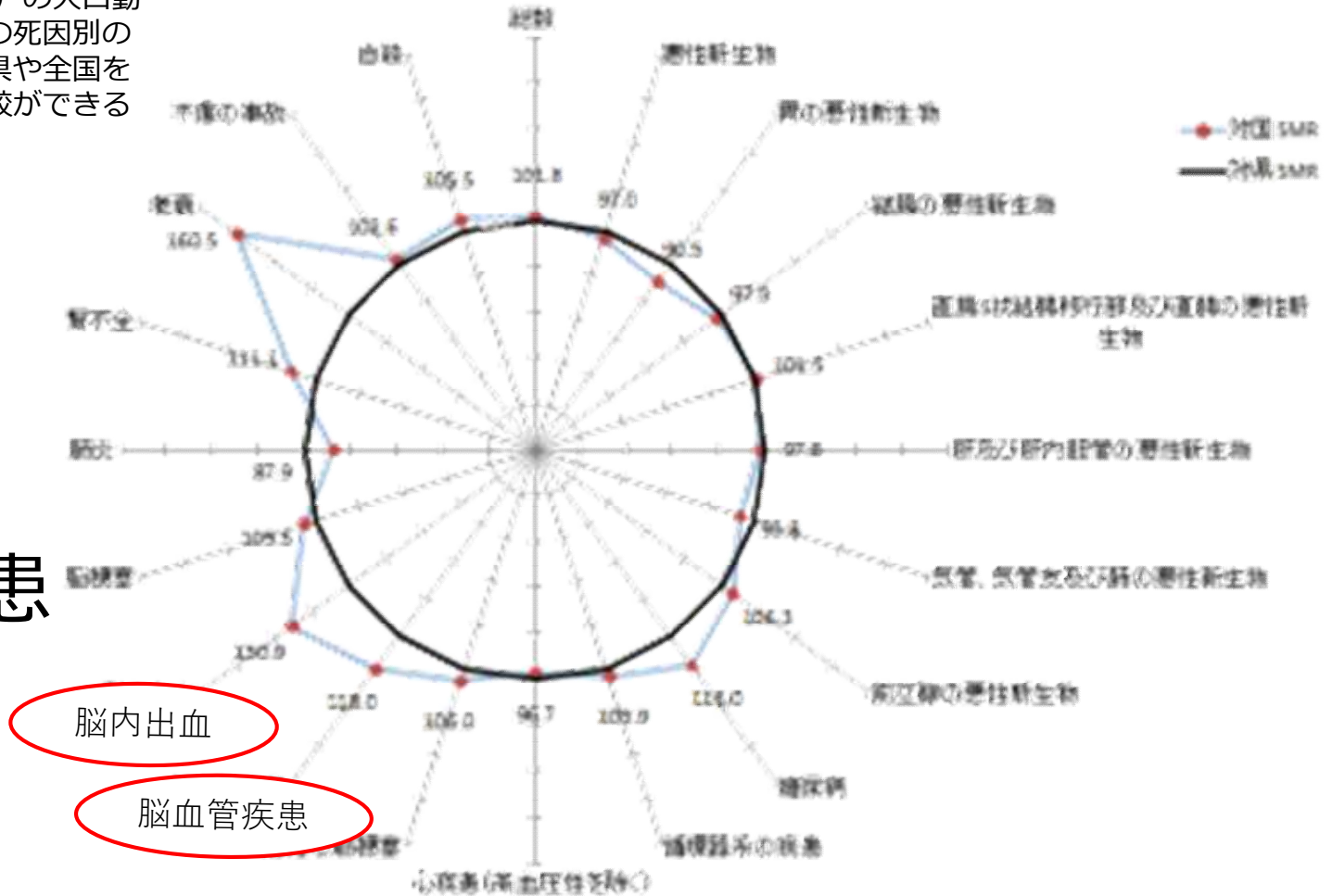


# 県の健康課題(脳血管疾患)の現状

○全国を基準とした標準化死亡比  
(SMR) standardized mortality ratio

最近5年間(H28~R2)の人口動態統計をもとに、市町別の死因別の死亡状況について、静岡県や全国を基準として、市町間の比較ができるように算出した値

脳内出血  
130.9  
脳血管疾患  
118.0



○ 高血圧は脳卒中の要因の一つ。  
血圧は血圧計があれば自分で測ることができ、自らの健康管理に活用しやすい。

脳血管疾患の減少  
(年齢調整死亡率の減少)

【危険因子の低減】

高血圧  
収縮期血圧 4 mmHg低下

脂質異常症

喫煙

糖尿病

禁煙・受動喫煙防止対策

【生活習慣などの改善】

栄養・食生活

- ・食塩摂取量の減少
- ・野菜・果物摂取量の増加
- ・肥満者の減少

身体活動・運動

- ・歩数の増加
- ・運動習慣者割合の増加

飲酒

生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合の減少

降圧剤服用など

受診し、医師の判断により治療

減塩55プログラム  
健幸総菜  
給食施設指導

野菜マシマシTF

【目標】野菜の適量摂取  
○企業等と協力し、野菜適量商品を手に入りやすい環境づくりに取り組む。

アドバイザー派遣  
マイレージ事業  
健康づくり推進事業所  
働き盛り世代の生活習慣改善プログラム

優良事業所表彰  
健康無関心層へのアプローチ

医療機関受診  
医師に相談

血圧測定をきっかけに生活習慣を見直し

血圧測定習慣化事業

【目標】血圧測定の習慣化  
○事業所に介入し①血圧測定環境の整備②計測を促進する仕組み③リスクに応じたフォローアップの3点に着目し事業を行う。

高血圧等市町データ分析

【目標】効果的な高血圧対策の検討  
【保健事業への展開】特定保健指導非対象の高血圧者対策が必要等→市町データヘルス計画作成に活用。

エビデンスの提供

高血圧重症化予防

【目標】高血圧者の受診、治療  
○特定健診等の結果から高血圧者に対し、受診勧奨を徹底して行うための体制整備及び保健指導の質の向上のための研修の実施

# 高血圧対策（血圧測定習慣化）

## 対策の基本方針

- 血圧は血圧計があれば自分で測ることができ、自らの健康管理に活用しやすい。  
また、高血圧は脳血管疾患の要因でもある。

このため、高血圧や脳内出血の発症が見られ始める40、50歳代から

- ①血圧を日常的に測ること
- ②血圧が高い時には放置せずにかかりつけ医等に相談することを普及する。

- 市町、保険者、事業所等の健康づくりに関わる関係者と課題を共有し、協働して、県民の高血圧予防のための取組を推進する。