

令和2年度 東京都健康推進プラン21(第二次)の推進に関する主な新規事業(案)

※令和2年度東京都予算案が東京都議会で可決された場合に実施

がん予防・検診受診率向上事業

予算案額:30,349千円

1 子宮頸がんや乳がんなどの女性特有の健康問題に関する情報を集約したサイトを活用した普及啓発

該当するプランの分野

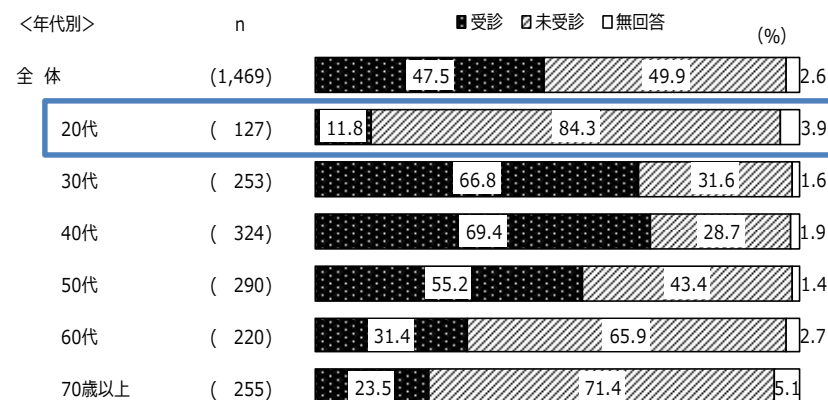
がん<重点分野>

■子宮頸がんやがん検診に関する知識不足により検診の未受診に繋がっているため、手軽に知識を得られる場の提供が必要

■20歳代の女性は「若いうちからがんになる可能性がある、若いうちからがん検診の受診が大切である」という危機感が希薄で、「自分ごと化」が必要

■正確な情報を掲載している専門サイトはあるものの、日常的にアクセスすることは少ないため、情報を目にしやすくなるよう、伝え方の工夫が必要

< 子宮頸がん検診受診率の年齢別内訳 >



出典：H30年度がん予防・検診等実態調査

20代の検診受診率は他の年代と比較しても著しく低い。

子宮頸がんや乳がんなど、女性特有の健康問題に関する情報を集約し、手軽にアクセスできるサイト「女性のヘルスケアナビ(仮称)」を作成し、普及啓発を展開。

2 糖尿病予防対策事業 糖尿病発症予防のリーフレット・パンフレット作成

予算案額: 2,805千円

該当するプランの分野

糖尿病・メタボリックシンドローム
＜重点分野＞

■都の現状（中間評価の結果）

○4人に1人は糖尿病、メタボリックシンドローム

- ・40-74歳の約25%が糖尿病有病者又は予備群
- ・メタボ該当者は約13%、メタボ予備群は約12%

○不健康な生活習慣

- ・30-50歳代は、脂肪エネルギー比率が適正範囲より多い（男：55%超、女：70%超）
- ・8,000歩/日以上の人割合は働く世代で悪化

○予防に関する意識が低い

- ・特定健診実施率は約60%（目標70%）
- ・特定保健指導実施率は約15%（目標45%）

＜過去に作成したリーフレット・パンフレット＞



(左) 都民向けリーフレット「血糖値が高いとどうなるの？」
(右) 職域向けパンフレット「職場から始めよう！糖尿病予防」

都民の意識変容・行動変容を促すため、人の心理的バイアスに着目した健康行動理論である『ナッジ理論』等を活用し、都民向けリーフレット(H26作成)及び職域向けパンフレット(H27作成)を一新し、全面改訂を実施。

3 生活習慣改善推進事業 健やかな睡眠を得るための普及啓発事業

予算案額:2,025千円

該当するプランの分野

休養

■睡眠が足りていると感じている人（量）、よく眠れていると感じている人（質）の割合はともに減少
特に、質の悪い睡眠は、生活習慣病の罹患リスクを高め、症状を悪化させる傾向

(cf. 厚生労働省「e-ヘルスネット」)

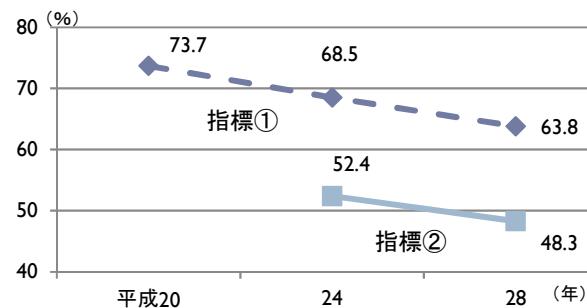
■年代別で睡眠の充足感をみると、働く世代が低く、約半数が充足を感じていない

■東京都健康推進プラン21（第二次）の中間評価において、睡眠の指標はC評価（悪化）であり、働く世代に向けた睡眠時間の確保と睡眠の質を向上させる取組が必要



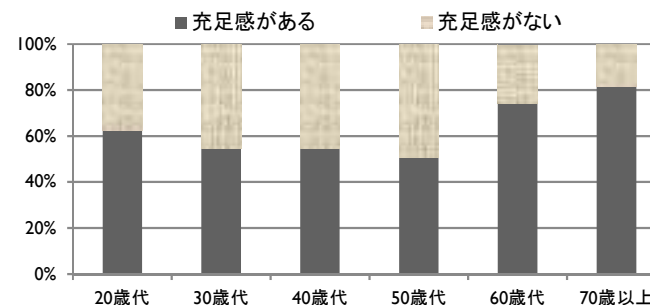
専門家の知見等を踏まえ「適切な睡眠の意義やとり方、相談窓口」に関するパネルやポスター、リーフレットを作成し、職域向けイベントにブース出展等を実施。また、イベント等において、企業の取組や課題等についてアンケートを実施し、今後の施策検討に活用。

指標①：睡眠が足りていると感じている人の割合
指標②：よく眠れていると感じている人の割合



出典：健康と保健医療に関する世論調査（東京都生活文化局）

＜睡眠の充足感に関する調査結果＞



出典：健康と保健医療に関する世論調査（平成28年：東京都生活文化局）

4

喫煙の健康影響に関する普及啓発 両親学級等における禁煙啓発用資材の作成

予算案額：786千円

該当するプランの分野

喫煙

- 東京都受動喫煙防止条例が平成30年7月に公布
⇒都の責務として禁煙教育を明記。
- 今年度は喫煙防止教育レベル別副教材を作成し、教育庁と連携し、効果的な活用を促進
- 来年度は、教育の場だけでなく、家庭においても喫煙が及ぼす健康影響への理解を一層促進する必要

<過去に作成した資材>



(左)リーフレット大切な新しい家族のために みんなで始める禁煙講座(平成19年5月作成)
(右)ポスター「大切な新しい家族のために みんなで始める禁煙講座」(平成20年3月作成)



東京都受動喫煙防止条例に定める都の責務である禁煙教育とあわせ、出産前から喫煙の健康影響等を母親だけでなく、父親にも啓発することにより、禁煙に向けた取組を推進。

5 プラン推進のための調査

予算案額: 44,721千円

該当するプランの分野

主に社会環境整備

調査項目 (平成25年度)

■当調査は、東京都健康推進プラン21(第二次)の開始に合わせて平成25年度に実施。各区市町村間の「健康格差」の状況を把握するとともに、調査結果を区市町村に情報提供し、地域の実情に応じた取組を支援

■調査項目の一部は、プランの指標に用いられていることから、当調査を再度実施し、調査結果を今後の施策検討及びプランの最終評価、次期計画策定のために活用する必要

- 1 自分の健康状態に対する意識
- 2 健康診断等の受診状況及び受診の機会
- 3 推奨される1日当たりの野菜摂取量の認知度
- 4 推奨される1日当たりの歩数の認知度
- 5 健康の維持・増進のための行動の実践状況
- 6 地域の人とのかかわりの状況
- 7 地域の違う世代の人との交流の機会の状況
- 8 地域の困った時の助け合い、支えあいの意識
- 9 地域のボランティア活動や趣味グループへの参加状況及び参加しているグループの数(※プランの参考指標)
- 10 居住の区市町村の健康づくりの取組



東京都健康推進プラン21(第二次)の総合目標である、「健康格差の縮小」のモニタリングをするため、プラン策定時に実施した区市町村間の比較が可能な調査を実施。都民の健康に関する意識や生活習慣及び地域とのつながり等を把握することで、プラン21(第二次)の最終評価や今後の施策検討に活用。