

令和5年1月21日

厚生労働大臣
加藤 勝信 殿

公益社団法人 日本精神神経学会
理事長 久住 一郎

次期国民健康づくり運動プランにおける目標(案)に関する意見

厚生労働省におかれましては、平素より精神医療に関し一方ならぬご尽力、ご指導を賜り、心より感謝申し上げます。

現在厚生労働省で開催されている、厚生科学審議会地域保健健康栄養部会の「次期国民健康づくり運動プラン（令和6年度開始）策定委員会」では、「健康日本21（第二次）」に続く次期プランの検討が行われています。健康日本21は、国民の健康の増進の推進に関する基本的な方向や国民の健康の増進の目標に関する事項等を定めたものです。その中で提示されている「次期プランにおける目標（案）」では、現行のプランにおいて中カテゴリーに位置づけられていた「こころの健康」が削除されています。

こころの健康に関連する目標項目は小項目の中に含まれているものの、現行の4項目から3項目に削減されています。「こころの健康なくして健康なし」と言われる中、日本精神神経学会はこのことを深く憂慮し、これまでどおり「次期プランにおける目標（案）」に、独立した中カテゴリーの目標として「こころの健康」を位置づけることを要望します。

こころの健康と身体の健康は相互に深く関わっており、身体の健康や健康寿命延伸を考える上でもこころの健康は極めて重要です。国際連合（国連）の Sustainable Development Goals (SDGs)の宣言部分（前文）においても、国連がメンタルヘルス（こころの健康）を身体の健康と同等の立場に置き、加盟国に対して公平で普遍的なヘルスケアへのアクセスと精神的・社会的福祉の保証、メンタルヘルスと福祉の促進、質の高いヘルスケアへのアクセスを呼びかけています。SDGsの目標3「すべての人に健康と福祉を」ではこころの健康に関する項目が盛り込まれ、国連は、2015年から15年間の世界の開発の優先事項としてこころの健康を定義しました。このように、こころの健康が人々の健康やウェルビーイングの維持向上に極めて重要であることは、国際的な合意事項となっています。

世界の疾病負担研究（the Global Burden of Diseases, Injuries, and Risk Factors Study 2019）によれば、1990-2019年に世界の精神疾患による障害調整生存年数（DALY）は8080万から1億2530万へ増加し、精神疾患に起因するDALYの割合は3.1%から4.9%へ増加して

います。障害生存年数（YLD）に関しては、世界の YLD の 14.6%が精神疾患に起因して
ました。さらに、身体的生活習慣病とうつ病・不安症が高率に併存することや、虐待・犯罪
被害・DV 等の暴力、経済的困窮、雇用率（及び正規雇用率）、住居や教育の確保、地域の
つながりの強化といった社会的決定因子がこころの健康に関係することについてもエビデ
ンスが示されており、国民の健康増進のための総合的な推進を図る上で、こころの健康が重
要であることは明らかです。

本邦においては、現在精神的苦痛を抱える者の割合は国民の約 4 分の 1 に上っており、
COVID-19 感染拡大前と比べてうつ病・不安症ともに 25%以上増加したと推定されていま
す。国際的にこころの健康がより重要視されつつあり、本邦においても改正精神保健福祉法
において精神保健に関する課題を抱える者に対する適切な支援を確保することの必要性が
盛り込まれたことを鑑みても、本来であれば、健康日本 21 の次期プランにおいては、現行
のプラン以上にこころの健康を重視することが求められているものと考えます。現行のプ
ランの中カテゴリーに含まれている「こころの健康」を削除することや、こころの健康関連
の項目を削減することは、国民の健康づくり運動においてこころの健康が重要でないかの
ような誤ったメッセージになりかねないことを危惧します。特に、世界保健機構（WHO）
がこころの健康の指標として最重要項目のひとつとしている「自殺者の減少」が項目から削
除されたことは、自殺が依然としてわが国の 15 歳から 39 歳の死因の 1 位であり、その数
が 2020 年に増加に転じていることを考えても、極めて不適切であると言わざるを得ません。
本邦においては、こころの健康に不安があったとしても、相談したり治療を求めることに消
極的となる場合が多いことが知られています。これには、こころの健康課題を抱えることは
恥ずかしいこと、不名誉なことであるといったスティグマが関係していると言われていま
す。こころの健康課題については、このようなスティグマが存在することを考慮しても、目
標の中に明示的に示し、身体と健康と比較して軽視されがちなこころの健康に焦点が当た
るようにすることが重要であると考えます。

以上のことから、「次期プランにおける目標（案）」に、独立した中カテゴリーの目標と
して「こころの健康」を位置づけ、そのなかに「自殺者の減少」、「心理的苦痛を感じている
者の割合の減少（2-3 に既に記載）」、「メンタルヘルスに関する措置を受けられる職場の割
合の増加（3-3 に既に記載）」及び「心のサポーター数の増加（3-3 に既に記載）」の 4 つ
を目標項目とすることを提案いたします。

以上