

「健康うつのみや21」 中間評価の概要

計画の趣旨

市民一人ひとりが「**自分の健康は自分で守り、自分でつくる**」という意識を持って、主体的に健康づくりに取り組むとともに、学校・職場・行政などが一体となってこれを支援し、市民の健康づくりを総合的に支援するために、**平成 14 年度に「健康うつのみや 21」計画を策定した。**

中間評価の趣旨

「健康うつのみや 21」計画は、すべての市民が、住み慣れた地域社会の中で、生涯にわたりすこやかに暮らすことができる「**健康で幸せなまちづくり**」を目指し、「**健康寿命の延伸**」・「**壮年期死亡の減少**」・「**生活の質の向上**」の 3 つの基本目標を設定している。

それら基本目標を達成するために、**生活習慣に関する 9 領域を重点分野**として、健康目標や目標値等を定め、さまざまな取組を行っているが、「本計画の推進によって、市民の健康度がどのくらい向上したのか」を、**計画期間(平成 14～22 年度)の中間年度(平成 18 年度)において評価すること**としている。

計画策定後の「健康づくり」を取り巻く環境の変化

「健康うつのみや 21」計画を支える法的基盤として、平成 15 年 5 月に「**健康増進法**」が施行、食を通じた豊かな人間性をはぐくむ「**食育**」を推進するために、平成 17 年 7 月には「**食育基本法**」が施行、平成 18 年 10 月には、自殺の防止や関係機関等との連携を強化することを目的とした「**自殺対策基本法**」が施行されるなど、健康づくりを取り巻く環境が大きく変化している。

また、「**高齢者の医療の確保に関する法律**」(平成 20 年 4 月施行)に基づいて、医療保険者に「**健診・保健指導**」を義務付けるなど、疾病予防重視の視点で、**内臓脂肪型肥満(メタボリックシンドローム)対策の強化**が求められている。

中間評価の方法

- ・ 市民の健康状況の把握【保健統計、市民健康等意識調査など】
- ・ 目標達成状況の把握【目標値との比較など】
- ・ 健康課題の把握【今までの課題、新たな課題】

中間評価のまとめ

基本目標

健康寿命の延伸

「健康寿命」は、ほぼ横ばいである。 計画策定時より、男性 75.5 歳と 0.5 歳増加、女性 79.2 歳と 0.1 歳減少

壮年期死亡の減少

「65 歳までに死亡する確率(早世率)」は、改善傾向にある。 計画策定時より、男性 13.9%と 2.2Pt 減少、女性 7.3%と 0.4Pt 減少

生活の質の向上

「主観的健康感」は、目標値から遠ざかっている。 計画策定時より、成人 53.5%と 8Pt 減少

9 分野別の主な現状・課題

【栄養・食生活】 栄養のバランスのよい食事を 3 食規則正しく食べる食習慣を身につけます

- ・ 「未成年の朝食欠食者」は改善傾向にあるが、まだ数%から 10%強の割合でいる 小学生 3.3%と 2.3Pt 減少、中学生 13.0%と 1.7Pt 減少、高校生 11.1%と 5.0Pt 減少
- ・ 「成人の肥満者の割合」は増加傾向である 男性 20～60 代 33.8%と 6.7Pt 増加、女性 40～60 代 21.2%と 0.4Pt 増加どの年代層でも、**栄養バランスのよい食事を 3 食規則正しく食べる食習慣を身に付けることが重要である。**

【身体活動・運動】 日常生活の中で、自分に合った運動を、気軽に楽しみながら継続して実践します

- ・ 「成人の運動習慣者の割合」は減少傾向である 20～30 代 23.9%と 1.3Pt 減少、40～50 代 34.4%と 1.9Pt 減少スポーツだけでなく、歩行や散歩、レジャー等、**身体を動かす方法も取り入れることが重要である。**

【休養・こころの健康】 休養を積極的に取り入れ、ストレスを上手にコントロールします

- ・ 「自殺者数」は横ばい傾向である 100 人前後/毎年
こころの悩みを相談できる場所を知っている人(割合 44.3%)を増やすとともに、**気軽に相談できる体制を整備していくことが重要である。**

【歯の健康】 むし歯や歯周病を予防し、60 歳で 24 本、80 歳で 20 本の健康な自分の歯を保ちます

- ・ 「55～64 歳で自分の歯が 24 本以上ある人(6024)の割合」は減少傾向である 50.2%と 1.9Pt 減少
乳幼児期からのむし歯予防対策を強化するとともに、歯周病の早期発見・早期治療のために定期健診を受ける人を増やしていくことが重要である。

【たばこ】 未成年者の喫煙をなくすとともに、禁煙・分煙を積極的に行います

- ・ 「未成年者の喫煙率」は改善傾向にあるが、数%の割合でいる 中学生 2.3%と 2.9Pt 減少、高校生 3.8%と 10.1Pt 減少
- ・ 「喫煙場所が決まっている家庭の割合」 57.8%、「有効な喫煙対策を実施している企業の割合」 40.0%
未成年者の喫煙なくすこと、成人の喫煙者を減らすこと、また受動喫煙を防止することが重要である。

【アルコール】 未成年者の飲酒をなくすとともに、節度ある適度な飲酒を実践します

- ・ 「未成年者の飲酒率」は改善傾向にあるが、約 4 割が飲酒を経験している 中・高校生 40.9%と 14.8Pt 減少
未成年者が、親や親戚に飲酒を薦められる場合(割合 43.5%)もあり、**未成年者の飲酒に対する大人の意識を変えることが重要である。**

【循環器病・糖尿病・がん】 生活習慣の改善に努め、肥満を予防し、循環器病、糖尿病の発症予防に努めます

- ・ 「要治療・要医療と判定されたが治療や取組をしない人の割合」は改善傾向にあるが、約 2～3 割程度いる 糖尿病または血糖値が高いといわれたが、治療や取組をしていない人の割合 23.0%と 7.5Pt 減少
年 1 回の受診勧奨を回るとともに、何らかの異常がある場合には保健指導と併せて早期治療の勧奨が重要である。また、**メタボリックシンドロームの考え方を取り入れた生活習慣病対策を推進することが重要である。**

健康づくり実践活動【目標 37 地区】

17 組織 20 地区【H18.12】

関係団体等との連携が不十分

新たな課題

自殺対策の強化
糖尿病対策の強化
朝食欠食対策の強化
メタボリックシンドロームの考え方を取り入れた生活習慣病対策

「健康うつのみや21」 中間評価を踏まえた見直しの概要

中間評価を踏まえた計画の見直し

- ・「基本目標」、「健康目標」は現計画を継承
- ・「目標値」、「重点取組」等を見直す

左側は現状値, ()は従来の目標

総論・9分野

主な重点目標値

主な重点取組

総論

・メタボリックシンドロームの認知状況(言葉も意味も知っている人の割合) **※新規** 【成人 33.0%⇒目標値 80.0%以上】

栄養・食生活

・朝食を欠食する人の割合【小学生 3.3%, 中学生 13.0%, 高校生 11.1%⇒目標値 0%(変更なし)】
・「食事バランスガイド」を参考にしている人の割合【成人 14.7%⇒目標値 60.0%以上】 **※新規**

・(未成年者)朝食欠食の対策 **※新規**
・食事バランスガイドの普及啓発 **※新規**

身体活動・運動

・息が少し弾む程度(30分以上継続)の運動を週2回以上する人の割合
【成人男性 42.7%⇒目標値 53.0%(増やす)】【成人女性 37.4%⇒目標値 48.0%(増やす)】

・身近な場所で継続してできる運動の普及啓発

休養・こころの健康

・こころの悩みを相談できる場所の認知状況(知っている人の割合)【成人 44.3%⇒目標値 100%】 **※新規**
・自殺者数【98人⇒目標値 70人以下※3割以上減らす(変更なし)】

・うつ対策を中心とした自殺対策 **※新規**
・気軽に相談できる体制の整備 **※新規**

歯の健康

・むし歯のない幼児(3歳児)の割合【74.6%⇒目標値 80.0%以上(変更なし)】
・60歳以上(55~64歳)で24本以上自分の歯がある人【50.2%⇒目標値 52.1%以上(増やす)】

・ライフステージに応じた、むし歯・歯周病予防対策

たばこ

・中学、高校生の喫煙者(月1回以上)の割合【中学生 2.3%, 高校生 3.8%⇒目標値 0%(変更なし)】
・喫煙場所が決まっている家庭の割合 57.8%, 有効な喫煙対策を実施している企業【40.0%⇒目標値 100%】 **※新規**

・喫煙防止普及啓発
・受動喫煙防止対策

アルコール

・飲酒経験のある中学生、高校生の割合【40.9%⇒目標値 0%(変更なし)】
・ほぼ毎日、日本酒にして3合以上飲酒する人の割合【男性 5.0%⇒目標値 4.0%(5.3%以下), 女性 0.3%⇒目標値 0.2%以下(1.1%以下)】

・未成年者の飲酒防止対策
・成人の節度ある適度な飲酒を促す普及啓発

循環器病・糖尿病・がん

・基本健康診査受診率【43.7%⇒目標値 特定健康診査受診率 100%(55.0%以上)】
・糖尿病または血糖値が高いといわれたが、治療や取組をしていない人の割合【23.0%⇒目標値 23.0%以下(減らす)】

・循環器病、糖尿病対策におけるポピュレーションアプローチ(普及啓発) **※新規**
・がん(精密)検査受診率の向上

見直しの内容

計画策定時

・「目標値」50項目

見直し後

・「目標値」60項目
(うち重点 34項目)

- ・代替 2項目【△2】
- ・新規 12項目【+12】

総論
重点9分野

- 「目標値」の見直し
- 「今後の重点取組」の見直し
- 「推進テーマ」の見直し
- 「実施主体別の取組」の見直し

・自殺対策の強化
・糖尿病対策の強化
・取り入れた生活習慣病対策
・メタボリックシンドロームの考え方を

- 実施主体
「家庭」・「学校」・「職場」・
「企業」・「保健医療等関係
団体」・「地域」・「マスメディ
ア」・「行政」

それぞれの特性や
役割に応じて、市
民の健康づくりを
支援をする

地域主体の健康づくりの推進
・健康づくり推進員、食生活改善推進員の
養成、組織化等への支援

関係団体等とのネットワークの構築
・(仮称)健康づくりネットワークの設置
・(仮称)自殺対策ネットワークの設置