

湯ったり健康かみのやま 21

第二次行動計画中間評価と見直し

上山市 健康推進課



内容

第1章 中間評価にあたって	4
1 中間評価の趣旨	4
2 計画の基本理念	5
3 計画の基本的な考え方	6
4 計画の位置付け	8
5 計画の期間	9
6 計画の進行管理	9
7 計画策定後の動向	9
第2章 中間評価と今後の取組	10
1 総論 ～中間評価とこれまでの取組をうけて～	10
(1) 中間評価の方法	10
(2) 目標値の達成状況による評価結果	12
(3) 目標項目の見直し	13
2 妊娠期～思春期（0歳～19歳）	15
(1) 計画策定当時（平成24年度）の現状と課題	16
(2) これまでの主な取組	18
(3) 目標の達成状況（全15項目）	20
(4) 結果の概要	22
(5) 今後の事業の方向性	22
3 成人期（20歳～64歳）	25

(1)	計画策定当時（平成 24 年度）の現状と課題.....	26
(2)	これまでの主な取組.....	29
(3)	目標の達成状況（全 30 項目）.....	30
(4)	結果の概要.....	32
(5)	今後の事業の方向性.....	33
4	高齢期（65 歳以上）.....	37
(1)	計画策定当時（平成 24 年度）の現状と課題.....	38
(2)	これまでの主な取組.....	40
(3)	目標の達成状況（全 10 項目）.....	41
(4)	結果の概要.....	43
(5)	今後の事業の方向性.....	43
第 3 章	健康づくりのための社会環境の整備.....	46
1	地域で取り組む健康づくり.....	46
2	関係機関との連携.....	46
3	多様な健康づくりがしやすい環境づくり.....	47
4	だれもが健康づくりに参加できる環境づくり.....	47
5	多彩な情報発信.....	48
資料編		49
1	人口動態.....	50
(1)	人口の推移.....	50
(2)	年齢別構成比の推移.....	50

(3)	出生数と死亡数の状況	51
(4)	高齢化率の推移	51
2	市民の健康状況	52
(1)	出生から児童生徒の状況	52
(2)	死亡別死亡の状況	55
(3)	特定健診・がん検診の状況	58
(4)	上山市国民健康保険の状況	61
(5)	介護保険認定の状況	64
3	市民アンケート結果	67
(1)	アンケート概要	67
(2)	アンケート結果	69
4	目標の達成状況一覧	94
(1)	妊娠期～思春期（0歳～19歳）	94
(2)	成人期（20歳～64歳）	97
(3)	高齢期（65歳以上）	101

第 1 章 中間評価にあたって

1 中間評価の趣旨

上山市では、「湯ったり健康かみのやま 21」を国の「健康日本 21」及び県の「健康文化やまがた 21」の実践計画として位置づけ、平成 15 年度から平成 24 年度まで、『すべての市民が健やかで心豊かに生活できる“活力あるまち”』を目指し、市民が楽しみながら継続して生活習慣の改善に取り組めるように、行政と関係団体などが一体となって健康づくり施策を推進してきました。

一方、近年の急激な少子高齢化の進展や価値観の多様化、核家族化、ストレス過多や経済問題など社会状況も大きく変化してきており、国では、平成 25 年度から 10 年間の国民健康づくり運動である「健康日本 21（第二次）」を示し、これまでの一次予防に加えて、健康寿命の延伸、健康格差の縮小など 5 つを柱に、重症化予防に重点を置いた対策を推進する方針を盛り込みました。

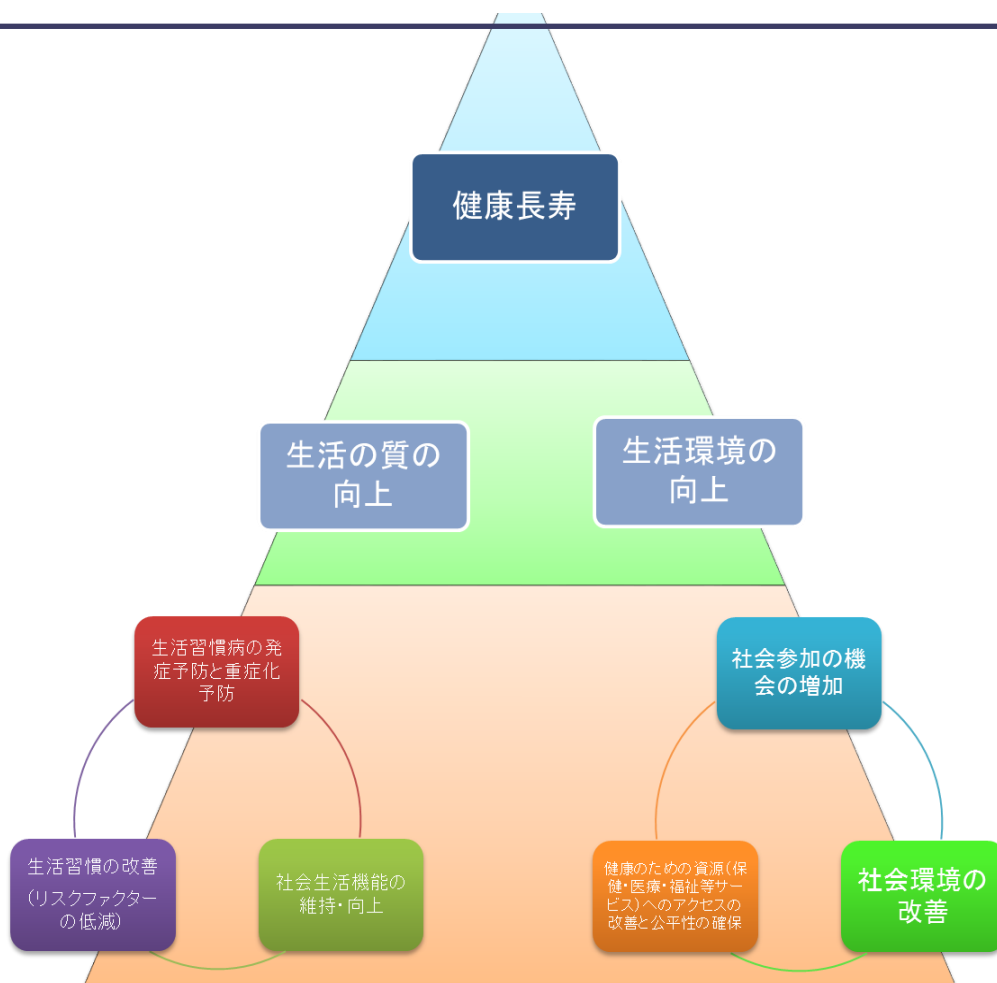
こうした状況を受け、本市では『みんなで支え合い一人ひとりが健康で幸せを感じるまち』を理念に掲げ、健康長寿・生活の質の向上・生活環境の質の向上を図ることを目的に、平成 26 年度から平成 35 年度（2023 年度）までの健康増進計画として「湯ったり健康かみのやま 21 第二次行動計画」を新たな健康づくりの指針とし策定しました。

平成 30 年度は、「湯ったり健康かみのやま 21 第二次行動計画」の計画も中間年を迎えたことから、平成 26 年度からの 5 年間の活動状況や目標達成の状況などについて中間評価を行い、現在抱えている課題と計画最終年度となる平成 35 年度（2023 年度）に向けた活動の方向性を明確にするものです。

2 計画の基本理念

「湯ったり健康かみのやま 21（第二次）」は、健康長寿を目指し、市民一人ひとりが健康づくりに取り組むための総合的かつ具体的な施策の方向性を示し、「みんなで支え合い一人ひとりが健康で幸せを感じるまち」を理念に掲げ実現を目指すものです。

《基本理念》 みんなで支え合い一人ひとりが健康で幸せを感じるまち



※リスクファクター：ある特定の疾病に寄与する危険な要素（例えば、化学物質）や行動特性（例えば、喫煙習慣）。

3 計画の基本的な考え方

- **健康長寿を目指して、生涯を通じた健康づくり**

乳幼児期から健康づくり・生活習慣病予防の重要性を踏まえ、ライフステージごとに生涯を通じた健康づくりの施策を展開していきます。特に「栄養・食生活」・「身体活動・運動」・「休養」・「飲酒」・「喫煙」・「歯・口腔の健康」などの生活習慣の改善を推進していきます。

- **生活習慣病の発症予防と重症化の予防の徹底**

生活習慣を見直し、運動習慣を身につけることにより、疾病になる前の予防に重点を置いた「一次予防」を推進するとともに、疾病の早期発見・早期治療による「二次予防」を促し、症状の進展や合併症などによる重症化や身体機能の回復・維持を図る「三次予防」を推進していきます。

- **健康づくり支援のための各種団体との連携**

健康づくりのための適切な運動や栄養、医療などを提供するため、各種団体・事業者と連携するとともに、上山市食生活改善推進協議会などの活動を支援していきます。

- **健康づくりを支援する地域づくりと環境整備**

市民が主体的に健康づくりに取り組むために、クアオルト構想における健康を目指したまちづくりと、市民がお互い助け合いつながり合うことで生き生きと生活できるよう、地域全体（学校、職域、地域の組織など）で取り組む健康づくりを支援していきます。

● 上山型温泉クアオルトの活用

健康づくりを推進するにあたり、上山の地形と気候を活かした気候性地形療法を取り入れ、こころとからだが潤う健康づくりを推進していきます。

一次予防：病気にならないように、普段から健康増進に努めることをいいます。病気の原因となるものを予防・改善することです。

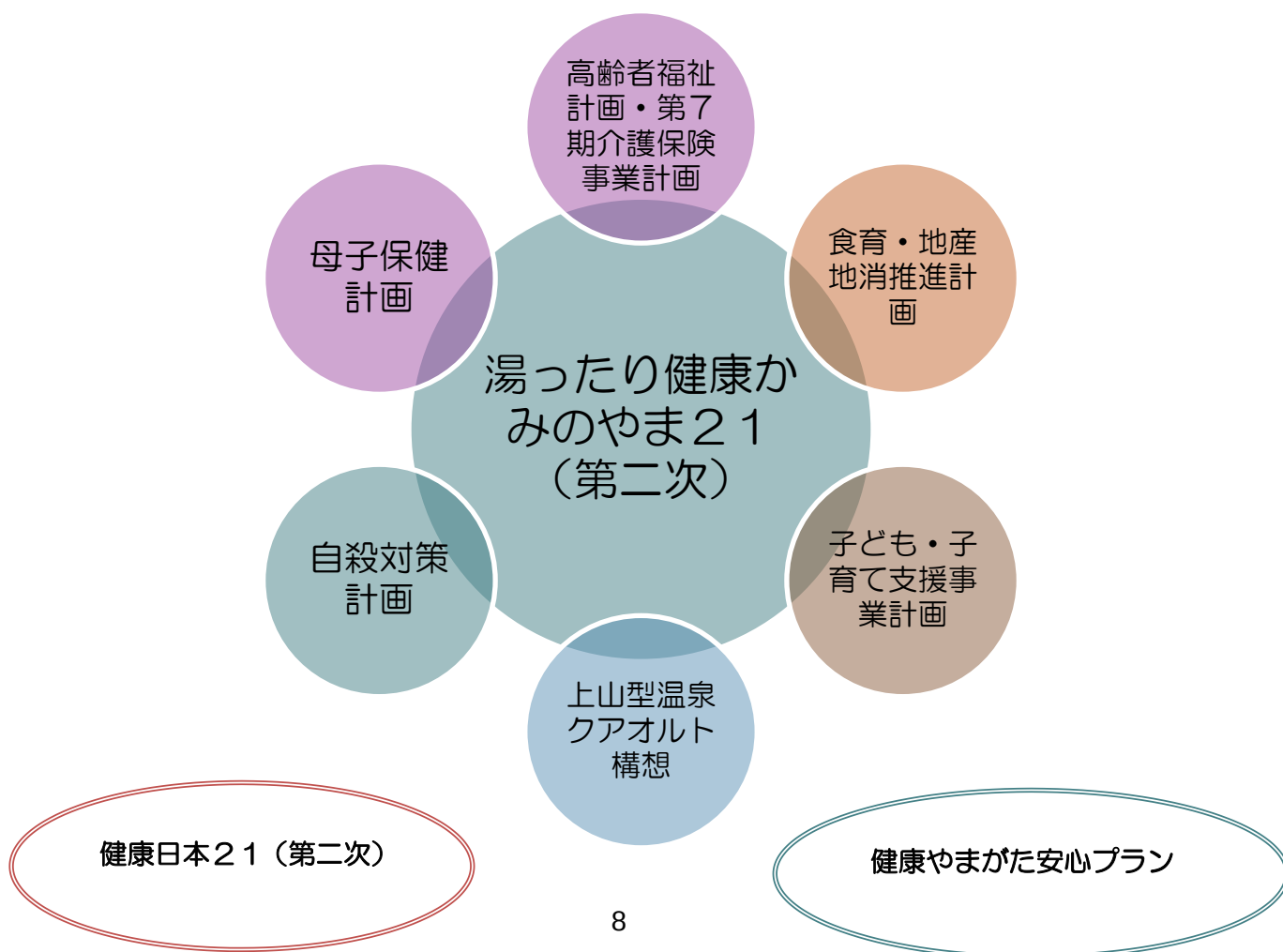
二次予防：定期検診などで病気の芽を見つけ、早い段階で摘み取ることです。

三次予防：病気にかかってしまったら、きちんと最後まで治療を受け、機能の回復・維持を図ることです。

4 計画の位置付け

「湯ったり健康かみのやま 21（第二次）」は、第6次上山市振興計画後期基本計画に基づく、「生涯現役で安らぐまち」の実現に向けた市民の健康づくりの指針として策定した計画であり、関連する高齢者福祉計画・介護保険事業計画、食育推進計画（現食育・地産地消推進計画）、次世代育成支援行動計画（現子ども・子育て支援事業計画）、上山型温泉クアオルト構想との整合性を図り、第2期上山市国民健康保険特定健康診査など実施計画を併せて策定したものです。

今回の見直しにあたっては、新たに自殺対策計画、母子保健計画とも整合性を図り、また、それぞれ中間見直しを経て、新たに方針が示された国の「健康日本21」、県の「健康やまがた安心プラン」の実践計画として推進しているものです。



5 計画の期間

本計画は、平成 26 年度を初年度とし、平成 35 年度（2023 年度）を目標年度とする 10 年計画としています。

計画の中間年度にあたる平成 30 年度は中間評価を行い、計画の見直しを行います。

6 計画の進行管理

この計画を着実に推進するため、「上山市健康づくり推進協議会」において各目標値に向けた事業の進捗状況について協議し、計画の的確な進行管理を行っています。

7 計画策定後の動向

国の動向

- 平成 26 年 6 月 「地域における医療及び介護の総合的な確保を推進するための関係法律の整備などに関する法律」を制定
- 平成 27 年 1 月 「認知症施策推進総合戦略」が策定
- 平成 28 年 3 月 「第三次食育推進計画」が策定
- 平成 29 年 7 月 「自殺総合対策大綱」が閣議決定

県の動向

- 平成 27 年 2 月 「やまがた受動喫煙防止宣言」が制定
- 平成 30 年 12 月 山形県受動喫煙防止条例が制定
- 平成 30 年 3 月 山形県認知症施策推進行動計画が改定
- 平成 30 年 3 月 やまがた長寿安心プランが策定

第2章 中間評価と今後の取組

1 総論 ～中間評価とこれまでの取組をうけて～

(1) 中間評価の方法

「妊娠期～思春期（0歳～19歳）」「成年期（20歳～64歳）」「高齢期（65歳～70歳）」といったライフステージごとに、下記の施策の方向性にある「一次予防」「二次予防」「三次予防」といった視点から、評価しました。

【施策の方向性】

健康長寿を目指すため、各ライフステージにおいて一次予防、二次予防、三次予防の基本目標を掲げ、健康づくりを展開していきます。

	ライフステージごとの基本目標	
一次予防 ◇健康づくり ◇生きがいつくり	妊娠期～ 思春期	・ 基本的な生活習慣の確立 ・ 健やかな心身の成長 ・ 楽しく子育てができる環境づくり
	成年期	・ 今までの生活習慣の見直し、より良い生活習慣の再構築 ・ 生活の中で継続できる健康づくりの推進
	高齢期	・ 疾病予防と生活機能の維持増進 ・ 社会や家庭の中での生きがいつくり

二次予防 ◇早期発見 ◇早期対応	妊娠期～ 思春期	・乳幼児健診や支援体制の充実 ・ハイリスク者や育児不安への早期対応
	成人期	・健診(検診)の受診率向上と保健指導・相談の充実 ・確実な精密検査の受診
	高齢期	・病気や生活機能低下の早期発見と早期対応
三次予防 ◇病気や障害の改善 と重症化予防	妊娠期～ 思春期	・療育への支援
	成人期	・病気のコントロールと重症化の予防
	高齢期	・病気の重症化予防や介護状態の悪化予防

評価にあたっては、上記内容が明確に評価できるよう計画策定当初定めた数値目標を活用し結果（アウトカム）を評価するとともに、これまでの取組（プロセス）や外的要因などを考慮し、総合的に判断を行いました。

(2) 目標値の達成状況による評価結果

【全体】

A：目標に達した	B：目標値に達していないが、改善傾向にある	C：変わらない (±2.00%以内)	D：悪化した	E：評価困難 (法改正などにより未計測)
13 項目	20 項目	8 項目	11 項目	3 項目

平成 26 年に「湯ったり健康かみのやま 21 第二次行動計画」を策定し、目標値を全 55 項目設定しました。今回の中間評価にあたって、アンケートや各種統計などから、目標値の達成度を評価しました。

全体としては「A：目標に達した」「B：目標値に達していないが、改善傾向にある」で全 55 項目中 33 項目と 60%の項目で改善が見られました。

【予防区分別】

策定時の値と中間評価時の値を比較		一次予防 (全 31 項目)	二次予防 (全 18 項目)	三次予防 (全 6 項目)
A	目標値に達した	7	5	1
B	目標値に達していないが、改善傾向にある	13	7	0
C	変わらない (±2.00%以内の変化)	5	3	0
D	悪化した	5	1	5
E	評価困難	1	2	0

予防区分別では一次予防、二次予防において改善傾向が見えたものの、三次予防において「D：悪化した」が5項目となり、課題となっています。

(3) 目標項目の見直し

中間評価に際して、以下の項目について見直しを実施しました。関連法の改正により計測が実施されなくなった項目について独自に目標項目を設定したことや、一次予防、二次予防、三次予防それぞれについてより詳細な検証が可能となるよう、目標値を新たに設けたことによる見直しとなっています。

併せて、全目標値について、一次予防、二次予防、三次予防それぞれの区分に振り分け、予防区分ごとの詳細な評価・検証ができるように設定しました。

【廃止項目と新規項目】

廃止項目	【高齢期】 (一次予防) ・定期的に歯科受診をしている人の割合 (二次予防) ・基本チェックリストで口腔機能で2項目以上該当者割合 ・基本チェックリストで運動機能で3項目以上該当者割合
新規項目	【妊娠期～思春期】 (一次予防) ・クアオルト健康ウォーキング（親子参加）イベントの開催回数 ・予防接種未接種者に対する受診勧奨

	(二次予防) ・家庭児童相談員の相談取扱件数 (三次予防) ・発達相談会の回数 ・庁内や関係機関などとの連絡会の開催回数 【成人期】 (一次予防) ・こころの相談が出来る場所を知っている人の割合 (二次予防) ・ひきこもり相談会の回数 【高齢期】 (一次予防) ・百歳体操の実施個所 ・20 本以上自分の歯を持っている人の割合 ・肺炎球菌ワクチンの接種率 (三次予防) ・地域ケア会議の開催回数
--	--

2 妊娠期～思春期（0歳～19歳）

からだもこころも成長が著しく、人格や生活習慣の基礎が形成されていく大切な時期です。また親を中心とした家族や地域の愛情に見守られながら社会的なかかわりも学んでいきます。更に子どもからおとなへの移行期には、情緒的に不安定になりやすい年代です。家庭や学校、友達など周りの環境に影響されやすく、美容やファッション、たばこ、お酒などにも興味を持ち始め、好奇心旺盛な時期でもあります。

◆ 目 標 ◆

一次予防	基本的な生活習慣の確立 健やかな心身の成長 楽しく子育てができる環境づくり
二次予防	乳幼児健診や支援体制の充実 ハイリスク者や育児不安への早期対応
三次予防	療育への支援

(1) 計画策定当時（平成 24 年度）の現状と課題

1 妊娠したことがわかってタバコをやめない人は 3.5%おり、村山保健所管内で 3 番目に多い状況です。また、家族の中でタバコを吸う人がいる家庭が 52.9%と半数以上を占め、子どもの前で吸うと答えた人が 7.3%でした。この事から、まだまだ子どもの周りにはタバコが存在し、身近なものであることがわかります。受動喫煙による健康被害やタバコの誤飲など子どもの成長に大きな影響を及ぼしかねません。子どもをタバコから守るための防煙対策や子どもが将来喫煙しないための対策が必要です。

2 3 歳児の生活習慣においては、「朝食をいつも食べない」は 0%でしたが、「時々食べる」が 4%でした。また、就寝時間では、「9 時から 10 時まで」が 47%、「10 時以降」は、5%でした。中学生になると、朝食について「週 2～3 回食べない」「4～5 回食べない」「ほとんど食べない」を合わせて 10.4%に増えています。子どもの生活習慣は大人の生活に影響されることも多く、家族ぐるみで取り組む必要があります。

3 平成 24 年度の 3 歳児むし歯有病率は 28.6%で、村山保健所管内平均 24.0%より高くなっています。更に、12 歳児一人平均むし歯本数も上山市 1.4 本で管内平均 0.8 本より多い状況です。むし歯予防のための健康教育や対策を強化していく必要があります。

4 平成 24 年度のこんにちは赤ちゃん事業における訪問率は 96.5%で、村山保健所管内平均の 98.7%より低い状況です。また、2 か月以内の訪問率は、54.5%で約半数でした。できるだけ早期に訪問し、不安なく育児ができるように支援していく事が大切です。

5 「産後うつ病自己調査票」の結果では、産後うつ病が疑われる 9 点以上の人が 12.0%でした。育児環境や母親の健康状態を考慮し、関係

機関と情報を共有しながら関わっていく事が大切になってきます。母親を支援する体制や仕組みづくりが重要になってきます。

6 「育児は楽しい」は84.3%、「どちらとも言えない」が13.6%、「楽しくない」0%。「育児に困難感や不安がある」人は57.6%で、そのうち「しつけ」についてが42.0%でした。「いらいらして子どもをつねったり、叩いたりしたいと思うことがある人」は33.0%いました。育児はストレスも多く、子どもの虐待にもつながりかねません。育児環境を整え、ストレスを上手に発散するための支援や仲間づくりのための支援も大切です。

7 「たばこに多くの害のあることをよく知っている」79.4%、「少し知っている」18.8%、合わせるとたばこの害について知っている中学生は98.2%でした。「アルコールについては、害があると思う」63.4%、「体に良くも悪くもないと思う」3.8%でした。たばこと比較すると、アルコールの害についての知識が低い状況です。たばこ同様、アルコールの正しい知識を今後も教育していく必要があります。

8 最近1か月の間に「不満・悩み・苦労・ストレスが大いにある」16.6%、「多少ある」41.8%で、「何らかの悩みやストレスのある」中学生は58.4%でした。また、「悩みや困ったことがある時相談する相手はいない」と答えたのは26.4%と一人で悩みを抱えている中学生が約1/4を占めています。更に「自分の心と体を大切にしたいと思わない」中学生が6.3%いました。自分と他人を思いやりながら子どもが心豊かに成長できるよう、支援していく事が大切になってきます。

(2) これまでの主な取組

《一次予防：健康づくり》

- 基本的生活習慣の確立のため「早寝・早起き朝ごはん！子どものころから薄味に慣れよう」をスローガンに各事業に取り組んできました。
- 乳幼児健診などで生活リズムの大切さを啓発していくとともに、大人も生活を見直す良い機会ととらえ、各家庭の状況に合わせた指導、支援を行いました。
- 健やかな心身の成長のため、妊娠期からの禁煙・防煙教育の強化や家庭においての受動喫煙防止について指導・啓発を行いました。
- むし歯予防の正しい知識の普及啓発のため、乳幼児健診や市内保育施設で歯科指導を実施しました。また、予防に効果的な乳幼児フッ化物塗布事業、保育施設でのフッ化物洗口事業を実施してきました。
- 「こんにちは赤ちゃん事業」の充実のため人員を確保し、早期訪問（3か月未満）を徹底し、楽しく子育てできる環境作りを推進しました。平成29年度からは「子育て世代包括支援センター」を設置するとともに母子保健コーディネーターを配置し、一人一人に合わせた子育て支援サービスの情報発信や丁寧な相談を行ってきました。

《二次予防：病気などの早期発見・早期対応》

- 乳幼児健診や支援体制の充実のため、未受診者に対しての受診勧奨を計画的に行い、精密検査などの受診結果の把握など、早期受診に繋がるように支援してきました。
- 妊婦の歯科疾患への早期対応と予防、また生まれてくるお子さんへのお口の健康に関心が高まるように、妊婦歯科健診を取り入れました。
- ハイリスク者や育児不安への早期対応のため、母子保健コーディネーターを平成29年度より配置し、より産前産後に相談しやすい体制を整えました。また、児童相談所や福祉事務所などの要保護児童対策地域協議会や関係機関と連携し早期対応に努めてきました。

- 保育施設において臨床心理士と保健師の巡回発達相談を実施し、保育現場でお子さんや保育者の方々へそれぞれお子さんに合った対応方法をアドバイスするなどの支援を行いました。

《三次予防：改善・重症化防止》

- 発達に問題のあるお子さんが療育訓練センターの受診までの間、電話相談や市の発達相談などにお誘いし、少しでも不安なく過ごせるようにサポートしてきました。
- 療育への支援として障害のある子を持つ親の会（ぼれぼれクラブ）を開催し、親同士の交流などを図ってきました。また、障害のある子どもと保護者へ必要なサービスや制度など情報提供を行い、様々な悩みを自分だけで抱え込まないように支援するとともに子育てで悩んでいる方に対して、丁寧な相談対応を通して孤立や虐待防止に努めてきました。

(3) 目標の達成状況 (全 15 項目)

【全体】

策定時の値と中間評価時の値を比較		項目数
A	目標値に達した	3
B	目標値に達していないが、改善傾向にある	8
C	変わらない (±2.00%以内の変化)	2
D	悪化した	2
E	評価困難	0

【予防区分別】

策定時の値と中間評価時の値を比較		一次予防 (全 14 項目)	二次予防 (全 1 項目)	三次予防 (全 0 項目)
A	目標値に達した	3	0	0
B	目標値に達していないが、改善傾向にある	8	0	0
C	変わらない (±2.00%以内の変化)	1	1	0
D	悪化した	2	0	0
E	評価困難	0	0	0

【主な目標値】

	予防区分	策定時	中間評価時	目標値	達成度
3歳児の肥満の割合	一次予防	4.1%	2.9%	3.6%	A
12歳一人平均むし歯本数	一次予防	1.4本	0.7本	0.7本以下	A
こんにちは赤ちゃん事業 早期訪問率 (2か月以内)	一次予防	54.5%	95.5%	90%	A
3歳児の毎日朝食を食べる割合	一次予防	93.0%	97.1%	100%	B
育児に困難や不安がある人の割合	一次予防	57.6%	32.4%	30%以下	B
中学生の朝食を食べる人の割合	一次予防	89.6%	88.8%	100%	C
育児が楽しい人の割合	二次予防	84.3%	82.4%	90%以上	C
3歳児の9時30分までの就寝率	一次予防	72.9%	68.4%	80%以上	D
低出生体重児の出生率	一次予防	5.2%	8.5%	3%以下	D

(全ての指標、目標値、達成状況などについては資料編に掲載しています。)

(4) 結果の概要

《一次予防：健康づくり》

- 3歳児の肥満の割合、12歳一人平均むし歯本数、こんにちは赤ちゃん事業早期訪問率は目標に達しています。
- 3歳児の毎日朝食を食べる人の割合やむし歯罹患率は改善していますが、9時30分までの就寝率は悪化しています。
- 中学生の朝食を食べる人の割合は少し悪化しました。
- 低出生体重児の出生率は悪化してきています。

《二次予防：病気などの早期発見・早期対応》

- 育児に困難や不安のある人の割合は目標には達していませんが、改善しています。しかし、育児が楽しい人の割合はほとんど変化がありませんでした。

(5) 今後の事業の方向性

《一次予防：健康づくり》

- 3歳児の生活習慣において毎日朝食を食べている人の割合が改善しつつも目標である100%に達していない事や9時30分までの就寝率が悪化している背景には、親の生活リズムや習慣が大きく影響していると思われます。親自身も生活習慣やリズムを見直し、子どもに合わせた育児ができるよう指導や啓発を行います。それとともに健診時などに各家庭の特徴に合わせた改善点などを相談し、支援していきます。
- 低出生体重児の多くは、早産で生まれたことが原因となっています。早産の要因は様々ありますが、早産予防についての正しい情報を提供していくことが大切です。また、リスクアセスメントに基づき、個人に合わせた予防策を共有し、生活習慣を見直すことなど適切な保健指導を行い、より良い妊娠期を過ごす事ができるように支援していきます。

- むし歯の罹患率はどの年齢においても減少してきていますが、引き続き乳歯・永久歯のむし歯・歯周病予防のための普及啓発、フッ化物を応用した予防事業を歯科医師会や保育施設、学校などと連携して推進します。

《二次予防：病気などの早期発見・早期対応》

- 各種乳児健診の未受診者対策の強化を図ります。また、予防接種の未接種者も合わせて勧奨し、病気などの早期発見、早期対応を図ります。
- 育児に困難や不安がある人の割合は減少していますが、まだまだ子育てが楽しいと思うところまでには達していない状況です。関係機関と連携を図りながら、平成 29 年から開設した子育て世代包括支援センターの充実を通して育児環境を整え、育児ストレスの軽減のための支援や自助努力ができる仲間づくりなどを支援し、子どもの健やかな成長につなげていきます。

《三次予防：改善・重症化防止》

- 医療機関と連携を図りながら未熟児養育が必要なご家庭には、退院後早めの家庭訪問を行い、母親の心理面も考慮しながら安心して子育てできるよう支援していきます。
- 発達に関する医療機関への受診まで数カ月かかるため、受診を待っている間、相談を必要とする親子に対して適宜相談を行い、必要なサービスの情報を提供します。
- 関係機関との連携を更に強化し、就学時などの節目時でも切れ目なく支援できるよう体制を整えていきます。

◆市民の行動目標◆

乳幼児期～学童期

- ・ 早寝・早起き朝ごはんを実践しよう
- ・ 食事は薄味を心がけましょう
- ・ 発達に応じた外遊びや運動をしましょう
- ・ 賢いおやつとフッ素の利用を心がけよう

思春期

- ・ 十分体を動かして基礎体力をつけましょう
- ・ 毎日3食しっかり食べ生活リズムを整えましょう
- ・ 一人で悩みを抱えないようにしましょう
- ・ 性の正しい知識を身につけ命の大切さを学びましょう
- ・ 歯の大切さを知りむし歯や歯周病を予防しましょう

3 成人期（20 歳～64 歳）

学生生活や就職、結婚、子育てなど生活が大きく変化する時期です。心身ともに自立する時期であり、最も活動的な時期であると同時に、家庭や職場などで環境の変化や人間関係などのストレスにさらされやすい年代です。

20 代においては、病気の有無より美容やファッションへの関心が強く、体力が充実している年代でもあり、健康を安易に考えやすい傾向にあります。30 代以降においては、家庭や職場で忙しく自らの健康管理に意識が向かず、心身の変化に対しての対応が遅れがちです。体力も次第に低下してくるため、これまでの生活習慣の積み重ねにより生活習慣病が発症しやすくなります。

また、家族の健康を管理する年代に入るため、食品や栄養のバランス、減塩に関する知識、運動への取組など、本人や家族の健康管理を推進することが必要です。

◆ 目 標 ◆

一次予防	・ 今までの生活習慣を見直し、より良い習慣の再構築 ・ 生活の中で継続的にできる健康づくりの推進
二次予防	・ 健診（検診）の受診率向上と保健指導、相談の充実 ・ 確実な精密検査の受診
三次予防	・ 病気のコントロールと重症化の防止

(1) 計画策定当時（平成 24 年度）の現状と課題

1 平成 23 年の死亡原因は、『悪性新生物』が第 1 位、次いで肺炎、第 3 位が脳血管疾患となっています。上山市の特徴は、肺炎が第 2 位と、国や県より上位になっていることです。これは、高齢者の割合が多い事が考えられます。また、脳血管疾患が第 3 位と、依然として多い状況にあります。更に、死亡率（人口 10 万対）は、悪性新生物、肺炎、脳血管疾患、心疾患、不慮の事故、腎不全、糖尿病は、県と比べて高い現状にあります。

2 悪性新生物は、男性が『肺がん』、女性が『大腸がん』による死亡数が第 1 位となっています。今後一層、がん検診を推進し早期発見・早期治療につなげていくことが大切になってきます。

3 50 歳以上の国保受診件数は、『高血圧性疾患』が第 1 位、『歯肉炎及び歯周疾患』が第 2 位となっています。また、第 5 位に糖尿病が入っており、生活習慣病が上位を占めています。高血圧症や糖尿病は、脳血管疾患や心疾患などの重篤な疾患の大きな要因になってくるため、これらを予防・コントロールしていくことは、健康寿命の延伸のために、必要不可欠となってきます。

4 平成 24 年度の国保特定健診の受診率は、38.0%で県内 13 市中 12 位という状況でした。自分の健康のリスクを知り、健康づくりにつなげていくためにも毎年定期的に受診する事が大切です。

5 平成 24 年度特定健診の肥満度（BMI¹25 以上）は、男性 41.2%、女性 26.6%と高い割合でした。特に、男性の肥満度が高い状況にあるため改善が必要です。

¹ Body Mass Index の略称で、身長と体重から体格指数を算出して肥満の程度を知る方法のこと。体重（kg）÷身長（m）÷身長（m）。

6 特定健診で糖尿病の検査のひとつであるHbA1c²の要指導の人は58.6%、要受診が8.2%と、合わせて66.8%の人が生活習慣を見直し、運動や食生活などの改善が必要となっています。

7 特定健診の血圧測定においても『要指導・要医療』の人は、男が49.9%、女が42.6%と高い割合でした。減塩や継続的な運動、体重のコントロールなどが大切になってきます。

8 運動を心がけている人の割合は、33.1%と半数に満たない状況です。肥満や生活習慣病の予防や改善のためには、食生活の改善と同時に活動量を上げていく事が必須となってきます。クアオルト健康ウォーキング、各種スポーツや体操など、自分に合った運動を楽しく続けていけるよう支援していく必要があります。また、そのための環境整備や人材確保も課題となってきます。

9 タバコを吸っている人は、中間評価時の15.8%から21.2%と増加しています。喫煙は、肺がんやCOPD³の原因であり、生活の質の低下や健康長寿を妨げる要因となっています。本人の喫煙のみならず、受動喫煙の防止も含め禁煙対策を行っていく必要があります。

10 朝食を毎日食べていない人は20.2%います。朝食は、一日の活動のエネルギー源であり、生活のリズムを整えるためにも大切です。毎食緑黄色野菜を摂取している人の割合は、53.0%と約半数で、牛乳1本程度の乳製品を摂取している人の割合も43%と半数に満たない状況です。緑黄色野菜とカルシウムを摂取している人を増やしていくこと

²糖尿病検査のこと。5.6～6.4で「要指導」、6.5以上で「要受診」となる。

³慢性閉塞性肺疾患のこと。

が課題となります。みそ汁などの汁物を1日3回飲む人は、7.0%と多くはありませんが、平成22年山形県民健康栄養調査では、山形県の食塩の1日平均摂取量が11.8gと全国平均の10.2gを上回っています。上山市民についても塩分摂取量が多いと推測されるため、みそ汁などの汁物とそれ以外から摂取する塩分の減塩対策も併せて対策を講じていく必要があります。

11 休肝日を設けずに毎日お酒を飲む人の割合は23.0%、1回に飲む量が2合以上の人の割合は、19.5%です。お酒を飲むことで、食欲を増したり、気分が高揚し社交の場をはなやかにし人間関係を円滑にすることもできますが、お酒の適量を知り、上手に付き合っていく事が大切です。

12 睡眠があまり取れていない人の割合は20.1%、全く取れていない人は1.6%で、合わせると21.7%になります。ぐっすり眠れないと体の疲れが取れず、過労によるうつ病など心の病気の症状である場合もあります。また、悩みやストレスが大いにある人が27.2%を占めています。気軽に相談できる場所や周りに悩みを傾聴してくれる人がいることが大切で、ゲートキーパー⁴の養成など人材の育成も課題です。

13 上山市で推進しているクアオルト健康ウォーキングを知っている人は、平成23年度で31.4%、名前だけ知っている人は28.7%でした。実際に参加したことがある人4.2%と少ない結果となりました。医師会や学校、職場や国保以外の健康保険組合など関係機関と連携しながら、今後クアオルト事業について正しく理解し、市民はもちろん市外の方もクアオルト健康ウォーキングや食、環境など総合的に上山の良さを

⁴悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴いて必要な支援につなげ見守る人のこと。

取り入れた健康づくりに取り組めるよう推進していく事が課題となります。

(2) これまでの主な取組

《一次予防：健康づくり》

- 生活習慣病予防や健康意識向上のため、健康づくり教室や講演会、クアオルト健康ウォーキングを活用した健康教室、健康マイレージ事業、事業所・団体などと連携した健康教室を開催してきました。
- 減塩やバランスのとれた食事について普及啓発するための栄養教室の開催や、食生活改善推進協議会の活動を推進してきました。
- 歯周疾患の知識や口腔ケアの普及啓発のため、乳幼児健診ではチラシの配布、保育園、幼稚園での歯科指導時には保護者に対しお口の健康教室を開催してきました。
- うつ病の予防や自殺予防など心の健康づくりとして、健康教室や講演会、ゲートキーパー養成研修会を開催してきました。

《二次予防：病気などの早期発見・早期対応》

- 健診（検診）や精密検査の受診率向上のため、受診勧奨及び再勧奨を徹底して実施してきました。また、国保特定健診の無料化やがん検診の無料クーポン券の発行など、受診しやすい環境を整備してきました。
- 健康づくりや生活習慣改善のため、特定保健指導を受けやすい環境整備や地域資源を活用した健康プログラムを提供してきました。

《三次予防：改善・重症化防止》

- 疾病の重症化予防のため、保健指導や栄養相談、糖尿病重症化予防事業を実施してきました。

(3) 目標の達成状況 (全 30 項目)

【全体】

策定時の値と中間評価時の値を比較		項目数
A	目標値に達した	7
B	目標値に達していないが、改善傾向にある	10
C	変わらない (±2.00%以内の変化)	5
D	悪化した	8
E	評価困難	0

【予防区分別】

策定時の値と中間評価時の値を比較		一次予防 (全 11 項目)	二次予防 (全 14 項目)	三次予防 (全 5 項目)
A	目標値に達した	1	5	1
B	目標値に達していないが、改善傾向にある	4	6	0
C	変わらない (±2.00%以内の変化)	4	2	0
D	悪化した	2	1	4
E	評価困難	0	0	0

【主な目標値】

	予防区分	策定時	中間評価時	目標値	達成度
味噌汁など汁物を 1日3回以上飲む 人の割合	一次予防	7.0%	4.3%	5%以下	A
がん検診受診者数受診率 乳がん（2年）	二次予防	58.7%	67.9%	60%	A
特定保健指導実施 率（40～74歳）	二次予防	54.4%（国保）	69.5%	国保目標 60% （全国目標 45%）	A
特定健診受診率 （40～74歳）	二次予防	38%（国保）	46.6%	国保目標 60% （全国目標 70%）	B
歯科医院で定期的 に歯石除去など受 けている人の割合	一次予防	27.1%	37.6%	65%	B
毎食緑黄色野菜を 食べている人の割 合	一次予防	53.0%	45.4%	60%	D
睡眠が十分とれて いない人の割合	一次予防	21.7%	24.5%	15%	D
H20年度と比べた内臓 脂肪症候群及び予備群の 人の減少率（40～74歳）	一次予防	21.1%	8.8%	25%	D
特定健診HbA1c（糖 尿病検査）（40～74歳） 『要指導・要受診』の人 の割合	三次予防	男：66.7% 女：66.9%	男：78.3% 女：80.2%	10%の減	D D

（全ての指標、目標値、達成状況などについては資料編に掲載しています。）

(4) 結果の概要

《一次予防：健康づくり》

- みそ汁など汁物を1日3回以上飲む人の割合は減少し目標値を達成しましたが、毎食緑黄色野菜を食べている人の割合は減少しました。
- 歯科医院で定期的に歯石除去などを受けている人の割合は増加しましたが、目標値には至っておりません。
- 睡眠が十分にとれていない人の割合は増加しました。その他、飲酒や喫煙に関する指標なども変わらない・悪化などしました。
- 内臓脂肪症候群及び予備群の人の減少率は、低下しています。

《二次予防：病気などの早期発見・早期対応》

- がん検診受診率は、子宮頸がん、乳がん、肺がんなど全般的に向上しています。
- 特定健診受診率及び特定保健指導実施率は、大幅に向上しています。

《三次予防：改善・重症化防止》

- 特定健診受診者で、HbA1c『要指導・要受診』の人の割合は、男女ともに増加しています。

(5) 今後の事業の方向性

《一次予防：健康づくり》

- バランスのとれた食事、減塩、野菜摂取の増加を推進していきます。また、1日3食などのより良い食習慣への支援を行います。
- 口腔清掃法などの口腔ケアを普及啓発し、かかりつけ歯科医を持つことを推進していきます。
- 働く世代の「こころの健康」に関連すると思われる各種指標が悪化しています。ストレスとの上手な付き合い方や対処方法、上手な休養や睡眠のとり方を普及啓発していきます。
- 栄養、口腔、こころの健康に加え、成年期からの健康づくりへの意識付けが重要です。生活習慣病予防に関する講演会や、県や本市の健康課題の一つでもある糖尿病について、糖尿病予防教室などを開催してまいります。併せて、禁煙、防煙、COPD予防、適正飲酒など、健康情報を積極的に普及啓発していきます。
- 働く世代の健康に関する意識が低い状況です。この年代は健康教室などに参加する機会も少ないことから、市民自ら健康づくりに取組むことが出来るよう健康マイレージ事業などを通して支援していきます。特に民間事業所や団体などと連携した健康教室を推進していきます。

《二次予防：病気などの早期発見・早期対応》

- 各種健診（検診）に関する指標は改善しており、今後も各種がんクーポンの配布などを継続していきます。また、受診勧奨及び再勧奨について、効率よく効果的な方法を取り入れながら強化するとともに、休日健診や時間外検診の実施など受診しやすい環境整備に努めます。

- 特定保健指導実施率は県内でも高い水準で推移しています。今後は、温泉健康施設やクアオルト健康ウォーキングを活用した健康プログラムをはじめ、多様なニーズに応えられるよう様々なプログラムを提供し、特定保健指導を充実していきます。また、特定保健指導未実施者には文書や電話などによる指導の充実に努めていきます。
- 各種健診（検診）の指標は改善している一方で、糖尿病等については重症化の傾向が見られます。早期発見、早期治療が重要であり、新たに若年層への健診の導入を検討するなど、若いうちからの健康づくりを支援していきます。

《三次予防：改善・重症化防止》

- 医師会、医療機関などとも連携し、糖尿病及び慢性腎臓病重症化予防事業や高血圧などに関する保健指導、栄養相談や健康教室などを実施し、疾病のコントロールと重症化予防を推進していきます。

◆市民の行動目標◆

成人期全般

- ・野菜を毎食食べましょう
- ・減塩の方法を知り、実践しましょう
- ・日常生活の中で上手に運動を取り入れましょう
- ・バランスを考えながら一日3回食事をとりましょう
- ・心やからだの相談ができる場所や相談相手を持ちましょう
- ・自分に合った健康づくりを続けましょう
- ・タバコや飲酒について正しい知識をもち、健康づくりに活かしましょう
- ・ストレスと上手に付き合いましょう
- ・かかりつけの医師、歯科医師、薬剤師を持ちましょう

20代～30代の重点目標

- ・自分の生活にあった生活リズムを再構築し、自分の体調を管理できるようになりましょう
- ・良い睡眠とバランスの良い食事で体の中からきれいになりましょう
- ・忙しい中でも自分の時間を大切にしましょう
- ・生活の中に運動を取り入れ、いつまでも若々しさを保ちましょう
(子どものいる人は、子どもと一緒に体を動かしましょう)
- ・自分のお口の中に関心を持ち、むし歯・歯周病を予防しましょう

40 代以上 の重点目標

- ・年齢による『こころ』と『からだ』の変化を理解し、自分の生活にあった健康づくりを始めましょう（特に減塩と野菜の摂取を心がけましょう）
- ・定期検診を受け、自分の体の状態を知りましょう
- ・検診の気になる結果を放置しないようにしましょう
- ・自分の適性体重を知りましょう
- ・歯間清掃用具を活用し、むし歯や歯周病を予防し歯の喪失を防ぎましょう
- ・かかりつけの医師、歯科医師、薬剤師をもちましょう

4 高齢期（65 歳以上）

高齢期は、これまでの人生における役割の、方向転換を迫られる時期です。今までの生活を振り返りながら、これからの生活を充実させていく重要な年代です。この時期は、年齢とともに体力や筋力が衰えてくる年代であるため、積極的に体を動かしたり食生活に注意し、生活機能を維持していく事が重要になってきます。また、年代的な心理特徴として孤独感や喪失感などを感じやすいため、できるだけ趣味や、地域活動などに参加し社会とかかわり、心豊かに生活を送る事が大切です。

また、認知症や高齢者虐待、閉じこもりなど、高齢者を取り巻く問題も数多くみられます。地域の見守りや関係機関との連携をさらに強化し、身体的にも精神的にも重症化する前に対応していく事が重要です。

◆ 目標 ◆

一次予防	疾病予防と生活機能の維持増進 社会や家庭の中での生きがいづくり
二次予防	病気や生活機能の低下の早期発見と早期対応
三次予防	病気の重症化予防や介護状態の悪化予防

(1) 計画策定当時（平成 24 年度）の現状と課題

- 1 高齢者に占める一人暮らしの割合は 10.7%で、県内 35 市町村のうち第 7 位と高い割合を占め、高齢化が進む中、認知症などによる近隣世帯とのトラブルや高齢者虐待など複雑化した問題ケースも多くなっています。地域包括支援センターや福祉事務所、介護保険サービス事業所などと連携を取りながら、対応していく必要があります。また、病状が重症化してからの緊急受診や入所などもあり、地域・医療・介護・行政が連携して在宅医療や在宅介護を支えていくシステムを構築していく事が大きな課題となっています。
- 2 高齢化率は、平成 24 年 10 月 1 日現在で 32.3%で、県内 35 市町村のうち第 9 位、県平均の 28.3%を上回っています。更に、肺炎が全体の死亡率の 20%を占め、死亡原因の第 2 位になっています。また、65 歳以上の死亡原因として最も多いのは、肺炎による死亡です。肺炎による死亡を減らすための対策を講じていく必要があります。
- 3 介護保険の 65 歳以上の人の要介護認定状況は、19.9%と県内 35 市町村のうち第 9 位で、県平均の 19.0%を上回っています。介護が必要となる原因として、衰弱や脳卒中、骨折、認知症などがあげられます。これらは、一人ひとりの生活習慣と大きくかかわっており、若い時からできるだけ活発に活動し、筋力や体力をつけておくことが大切です。また、自分の健康度に合った役割を持ち、自分が社会や家族にとって必要とされていることを実感し生き生き過ごすことは、認知症やうつ病などの予防にもなります。高齢者が生きがいを持って活動できる場や介護予防の取組ができる環境を整えていく事が課題となっています。
- 4 この 1 年間に転んだことがある人は 30.6%、転倒に対する不安がある人は 51.3%を占めています。また、1 週間に 1 度も散歩など外出しなかった人が 23.8%でした。年齢とともに足腰が弱ってくることによ

り、転倒の不安、ひいては閉じこもりなどに陥りやすくなってきます。
できるだけ安全に活動していくための対策が必要です。

5 BMI が 18.5 未満の人が約 6.2%、ここ 6 か月で 2 ～ 3 kg 以上体重
が減少した人が 15.6%でした。低栄養、特に低たんぱく質の食事は、
筋力の低下につながりやすく、転倒や衰弱の原因になります。特に、
一人暮らしの高齢者は、食事の簡素化や栄養の偏りが起きやすい状況
です。

6 日常生活で困っていることがない人は 63.1%と半数以上ですが、
14.0%の人は外出の際の交通手段と答えています。地域によっては、
公共の交通手段が不便であるため、外出に支障をきたしていることが
伺えます。交通手段の整備、地域におけるきめ細やかな健康づくりや
介護予防の事業展開が必要となっています。

(2) これまでの主な取組

《一次予防：健康づくり》

- 地域の高齢者サロンなどの会場で、介護予防となる口腔機能の向上、栄養改善、運動機能向上、認知症予防、百歳体操を展開し普及啓発を図ってきました。
- 低栄養予防や骨粗鬆症予防、減塩などをテーマに健康教育や調理実習を行い、バランスの良い食事について普及啓発を行ってきました。
- 介護予防教室などで口腔ケアや体操の普及、要介護者や在宅療養者向けに歯あわせ通信を定期的に発行し、口腔の健康について普及啓発に努めてきました。
- 個人の体力度に合わせてクアオルト健康ウォーキングや水中ストレッチ教室を展開してきました。

《二次予防：病気などの早期発見・早期対応》

- 病気の早期発見・早期治療のため集団健診や個別健診を実施してきました。

《三次予防：改善・重症化防止》

- 病気の重症化予防などのため関係機関と連携し保健指導・健康相談・家庭訪問を実施してきました。

(3) 目標の達成状況 (全10項目)

【全体】

策定時の値と中間評価時の値を比較		項目数
A	目標値に達した	3
B	目標値に達していないが、改善傾向にある	2
C	変わらない (±2.00%以内の変化)	0
D	悪化した	2
E	評価困難	3

【予防区分別】

策定時の値と中間評価時の値を比較		一次予防 (全6項目)	二次予防 (全3項目)	三次予防 (全1項目)
A	目標値に達した	3	0	0
B	目標値に達していないが、改善傾向にある	1	1	0
C	変わらない (±2.00%以内の変化)	0	0	0
D	悪化した	1	0	1
E	評価困難	1	2	0

【主な目標値】

	予防区分	策定時	中間評価時	目標値	達成度
自分で健康だと思う人の割合	一次予防	71.1%	80.2%	80%	A
食事の内容や量に気を付けて食べている人の割合	一次予防	79.0%	87.5%	85%	A
健康診査受診率	二次予防	10.4%	17.0%	22%	B
75歳以上の介護認定率	三次予防	31.8%	35.6%	30%	D

(全ての指標、目標値、達成状況などについては資料編に掲載しています。)

(4) 結果の概要

《一次予防：健康づくり》

- 主体的健康観や生きがいを持っている人の割合が高くなっています。
- 生活習慣病予防や介護予防のため、食生活に留意している人の割合が高くなっています。
- インフルエンザ予防接種率が改善しています。

《二次予防：病気などの早期発見・早期対応》

- 健康診査の受診率は改善しています。一人あたりの健診受診項目数は増加しています。

《三次予防：改善・重症化防止》

- 75歳以上の介護認定率は35%程度で横ばいの状態が続いています。

(5) 今後の事業の方向性

《一次予防：健康づくり》

- 主体的健康感や生きがいを持っている人の割合が改善するなど、元気な高齢者が増えてきていることを踏まえて、百歳体操や地区サロンなど、身近で手軽にできる運動の推進や社会や地域のなかでの生きがいづくりなど社会参画を促すことで、介護予防・重症化予防につなげていきます。
- 食生活に留意する人が増えている傾向を踏まえて、低栄養予防と望ましい食習慣について知識の普及と健康教育の充実に努めます。併せて、歯間清掃用具の使用や自分に合った口腔清掃と口腔体操を継続することで口腔に関す

る意識を高め、口腔機能の維持向上や誤嚥性肺炎をはじめとした口腔が原因となる諸疾患を予防します。

《二次予防：病気などの早期発見・早期対応》

- 県内でも高い要介護の認定率の状況となってきました。早期から運動習慣を身につけるなど、予防的な取組が重要となります。介護認定予備群に対して、生活習慣病予防や介護予防のため、運動、栄養、口腔、認知症予防の充実など総合的な健康づくりを推進します。
- 特定健診及び健康診査の効果的な受診勧奨を実施していきます。アンケート結果では、健診において各種検診も同時に受診するなど、健診受診の意識の高まりが表れており、今後も継続して健診の普及啓発から勧奨、再勧奨まで一体的に進めてまいります。併せて、特定保健指導などにより、高齢期における年齢階層別受診件数では高血圧性疾患が1位であることも踏まえ、高血圧性疾患を含めた生活習慣病予防や治療が継続できる環境を整備し、重症化予防に努めます。

《三次予防：改善・重症化防止》

- 高齢者が抱える問題が介護のみならず様々な問題を抱える状況となってきました。今後も病気の重症化予防などのため関係機関と連携し保健指導・健康相談・家庭訪問を継続するとともに、地域包括ケア会議を定期的を開催するなど、地域・医療・介護・行政が連携を密にしていきます。

◆ 市民の行動目標 ◆

高齢期全般

- ・ 趣味や地域の活動などを通して地域とのつながりを大切にしよう
- ・ 毎日自分にあった運動を続けよう
- ・ 1日3回、食事をしっかり取りましょう（栄養不足に気を付けましょう）
- ・ 口腔を清潔に保ちましょう
- ・ かかりつけの医師、歯科医師、薬剤師を持ちましょう

第3章 健康づくりのための社会環境の整備

1 地域で取り組む健康づくり

健康づくりが、より身近で日常生活の中で取り組めるように地域の健康づくりを支援していきます。各地区公民館活動との連携を更に強め、百歳体操などをはじめとした公民館活動や地区のサロンなどの中で実施できるようなメニューの提案を行います。

また、平成24年度から平成26年度まで重点モデル地区3地区において、地区の問題に合わせた健康相談や健康講話、受診勧奨、介護予防教室などを実施しました。平成27年度からはモデル地区事業をきめ細やかに評価分析し、他の地区の健康づくり事業に活用・実施しており、今後も各地区・地域に合わせた健康づくりを支援していきます。

2 関係機関との連携

多様な健康課題に対応できるように、医師会、歯科医師会、薬剤師会をはじめ介護保険関係など各関連機関との連携を強化していきます。医師会や医療機関と連携し、一次予防から三次予防まで、温泉健康施設を中心に里山やまちなかなど市内の自然環境を利用して各個人の健康レベルに応じた健康プログラムを提供できる健康づくりの仕組みを構築していきます。

また、地域の中で安心して生活できるように、地域の中での介護や医療の情報を共有し迅速で適切な対応に努めていかなければなりません。在宅医療と介護の連携のための地域包括ケアを構築していく事が大切になってきます。

併せて、市民の健康意識と行動変容を促すために、各地域組織や学校、各ボランティア団体や商工会・職域など多様な地域の組織・団体との連携を大切にしていきます。特に健康づくりで重要な年代である40～50代の方がいる職域との連携を強化していきます。

3 多様な健康づくりがしやすい環境づくり

クアオルト健康ウォーキングをはじめ、上山の豊かな自然や温泉などの地域資源を活用した健康づくりを強化していきます。更に体力に自信のない人や忙しい人も気軽にウォーキングに取り組めるよう、短時間のウォーキングコースとマップを作り、運動の習慣づくりの支援を行います。

安全で楽しく実行できるように休憩スポットや案内板など、まちなかの環境整備にも努めていきます。

これらの健康づくりは、継続して実施することが重要で、効果を上げていくためにも市民が健康づくりを楽しく続けられるように、健康関連行動をポイント制にした健康マイレージ事業を実施し、健康づくりのモチベーションを高めていきます。

また、ウォーキングのみならず温泉健康施設を中心に多様な健康づくりのニーズに応えられるよう、関係機関と連携しながら、まちぐるみで健康づくりを推進していきます。

4 だれもが健康づくりに参加できる環境づくり

近年の社会情勢の変化により、家族形態や経済状態など環境によっての健康格差が問題視されてきています。健康づくりに不利な人たちはどのような集団なのかを把握し、だれでも健康診査や健康づくりが行えるように支援を行います。

健康への取組が家族とのつながり、人と人との絆を深める役割をはたし、互いに助け合える社会環境となるように事業を展開していきます。

また、上山の気候と地形を利用したクアオルト健康ウォーキングを中心に食や文化、景観などを含めた総合的な温泉健康保養地づくりを展開するとともに、市民のみならず訪れた人も上山を満喫し、こころもからだも潤い、元気がよみがえるように、健康づくりの角度から協力していきます。

5 多彩な情報発信

現在、ホームページや家族健康メモの全戸配布、市報などで市民に対して情報発信をしていますが、今後、疾病予防の知識、健康づくりの情報など市民にわかりやすい内容で、より正しい役立つ知識や現状を届けていきます。

また、教室開催の様子や検診の実施状況などを発信し、市民同士が声を掛け合いみんなで健康を高めていけるよう取り組んでまいります。

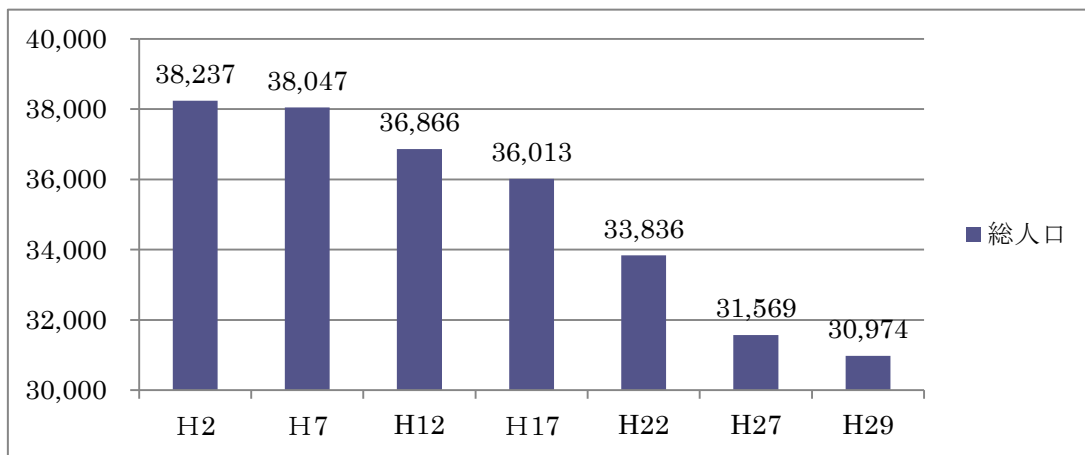
資料編

1 人口動態

(1) 人口の推移

上山市の人口は 38,000 人程度で推移していましたが、平成 12 年以降から著しく減少してきました。

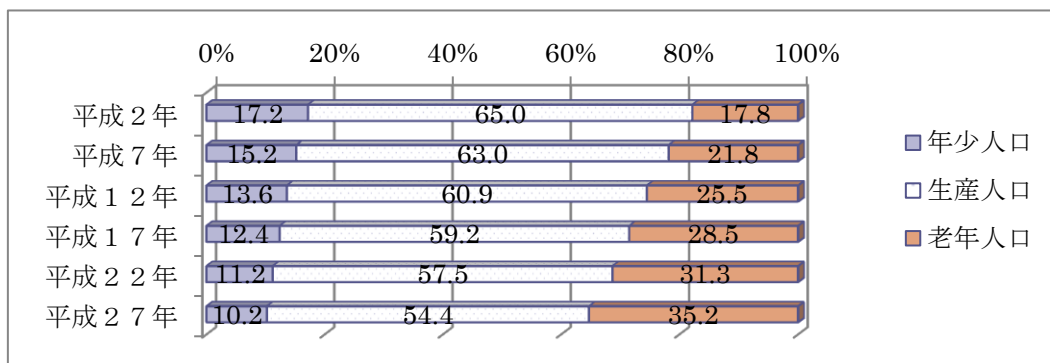
(単位：人)



資料：総務省「国勢調査」、平成 29 年のみ人口統計

(2) 年齢別構成比の推移

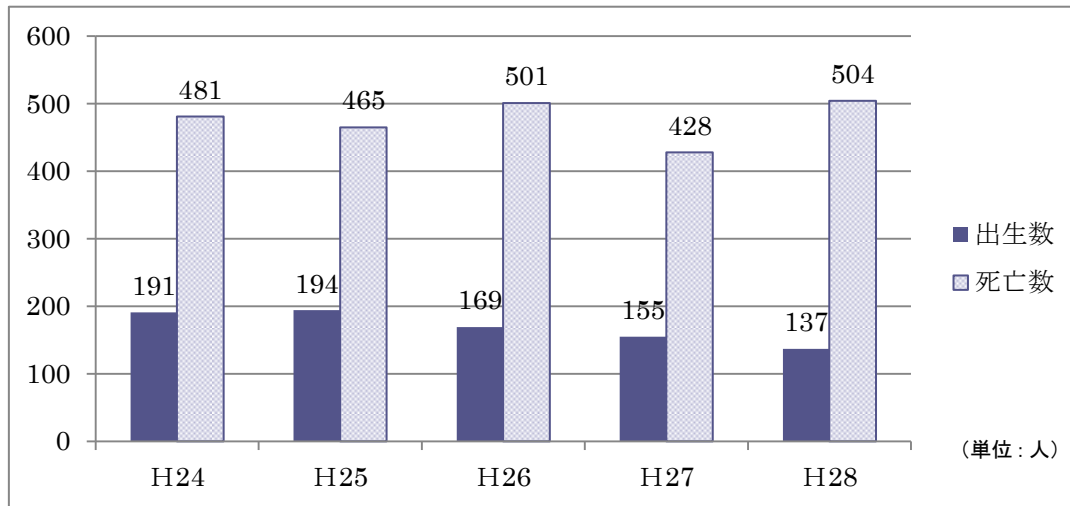
年齢別構成比は、年少人口及び生産人口が減少し、老年人口が増加して、約 3 人に 1 人以上が老年人口になっています。



資料：総務省「国勢調査」

(3) 出生数と死亡数の状況

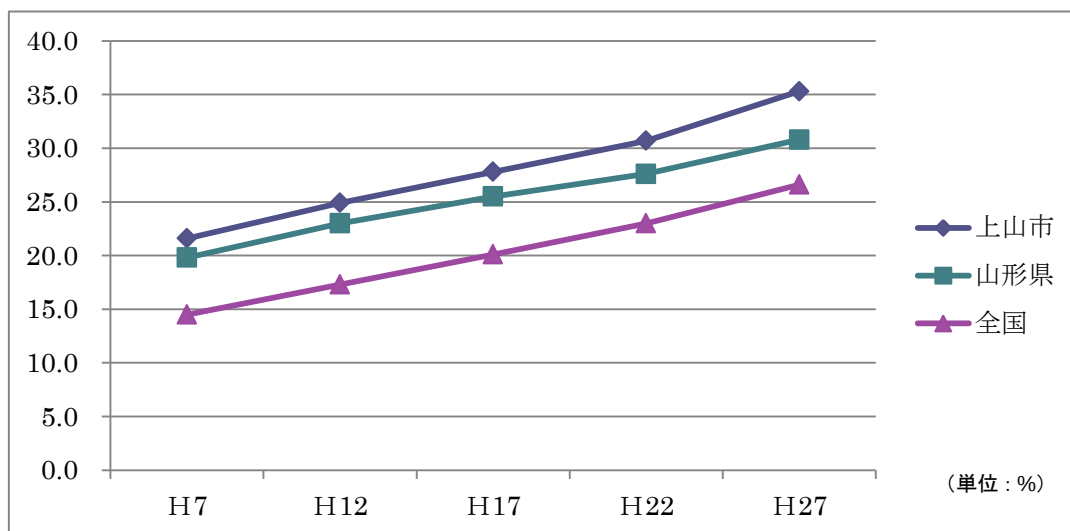
出生数と死亡数の推移をみると、出生数は減少し死亡数は増加しています。



資料：県保健福祉統計年報、平成 28 年のみ人口動態調書

(4) 高齢化率の推移

上山市の高齢化率は、国・県と比べても高い状況で推移しています。



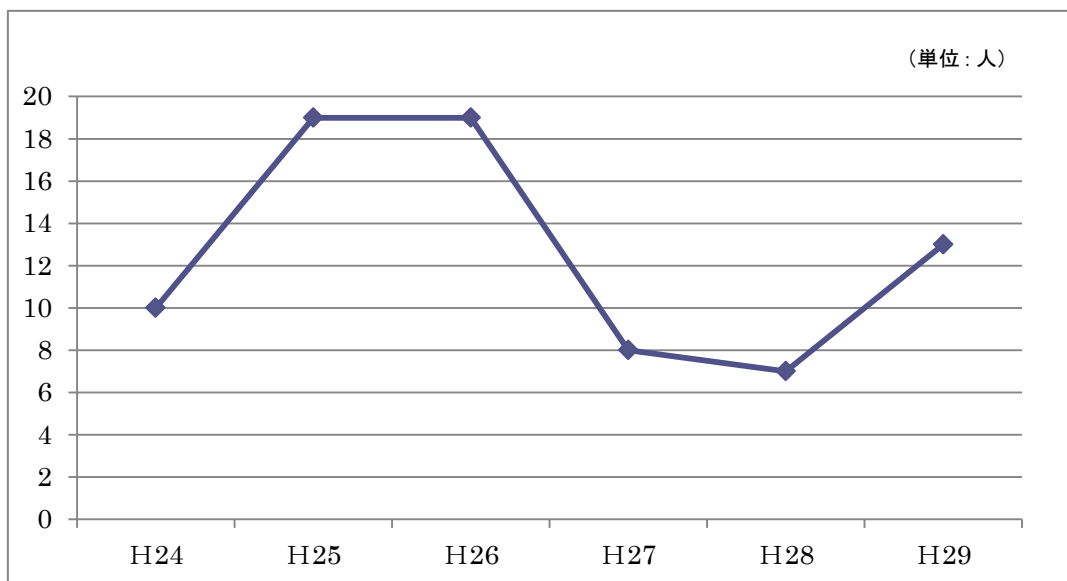
資料：総務省「国勢調査」、年齢不詳を除いて算出

2 市民の健康状況

(1) 出生から児童生徒の状況

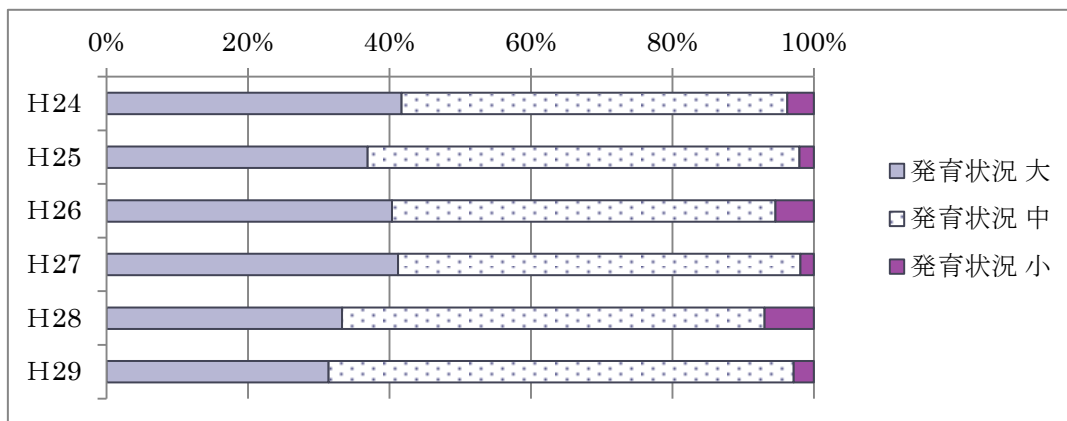
低体重児の出生は、緩やかに減少もしくは横ばい傾向にあります。また、発育状況は年によってはばらつきがあるものの、県平均と同程度で推移しています。

① 低出生体重児の推移

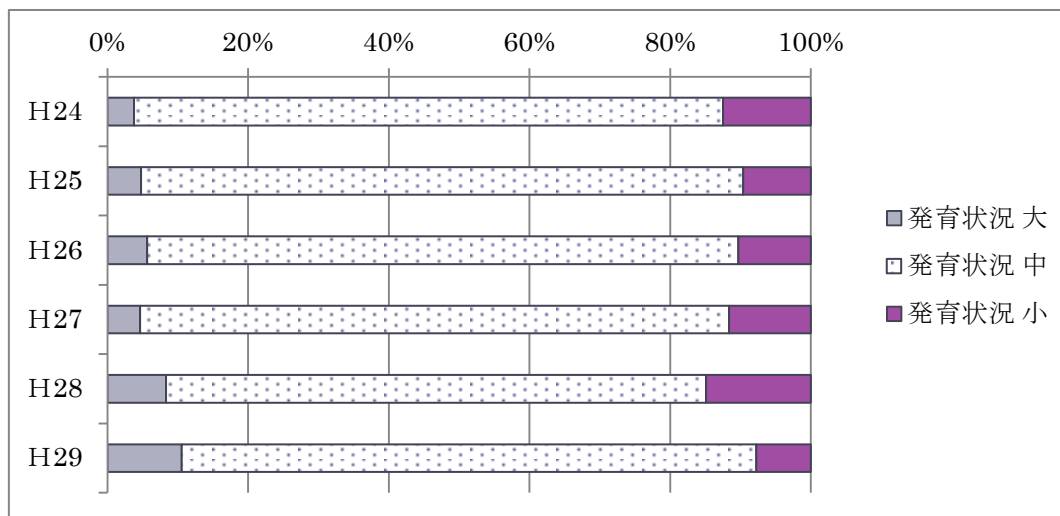


資料：山形県保健福祉統計年報(平成 29 年は市役所受付数)

② 発育状況 (4 か月)



③ 発育状況 (1歳6か月)



資料：平成 29 年度保健活動状況

④ 児童生徒の状況

身長、体重、胸囲の発育平均値は、小学生、中学生ともほぼ県と同様な数値になっています。

栄養状態（肥満傾向）は、男女ともに県より低い割合となっています。

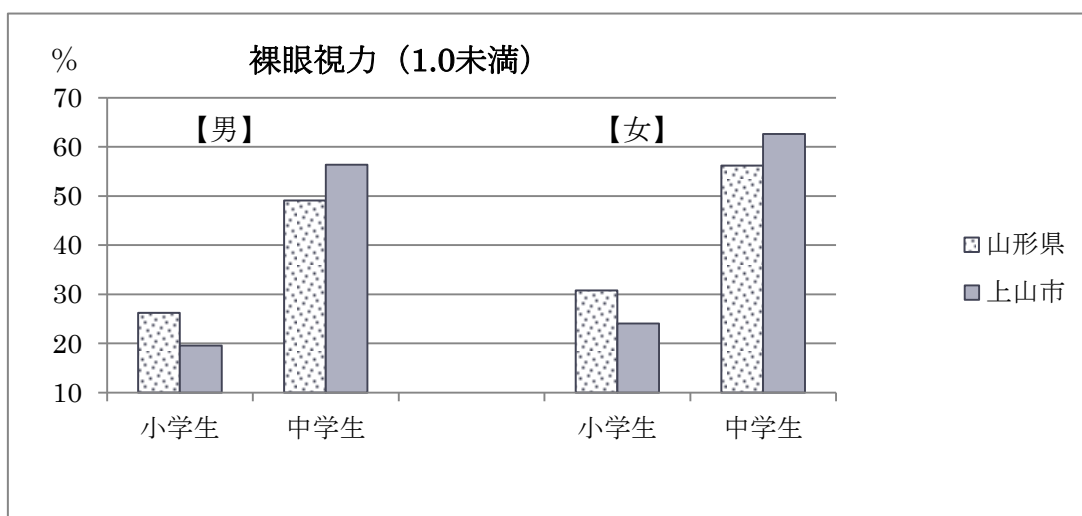
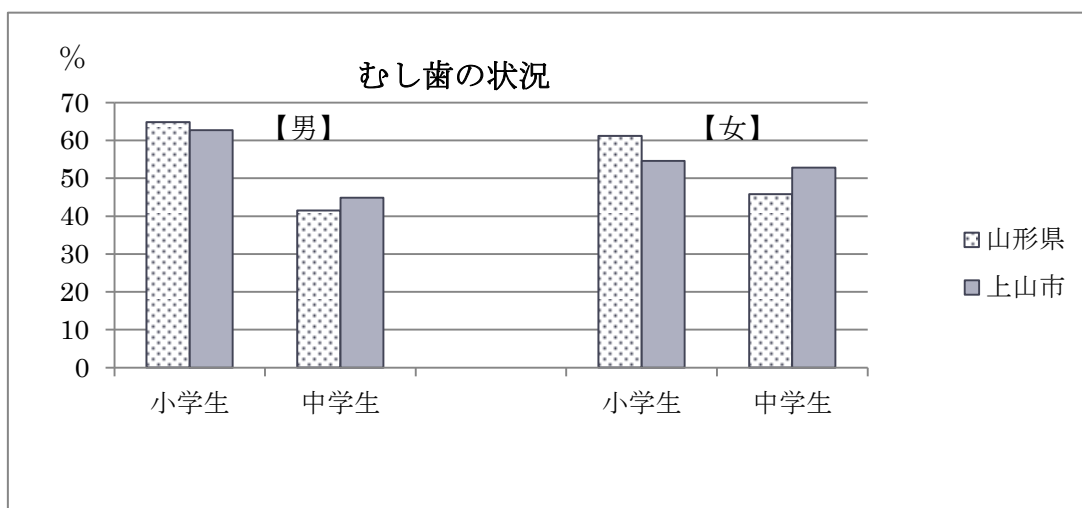
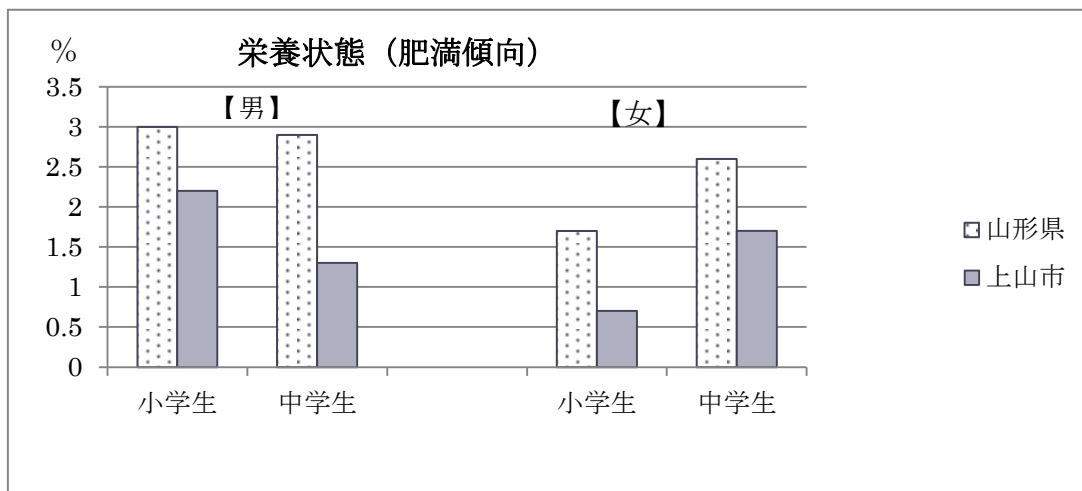
むし歯の状況は、小学生は県よりやや低くなっていますが、中学生のむし歯になる割合は、県より高くなっています。

裸眼視力（1.0 未満）では、小学生では県より低い割合ですが、中学生になると急激に増え、県より高い数値になっています。

《児童生徒発育平均値》

(単位：cm、kg)

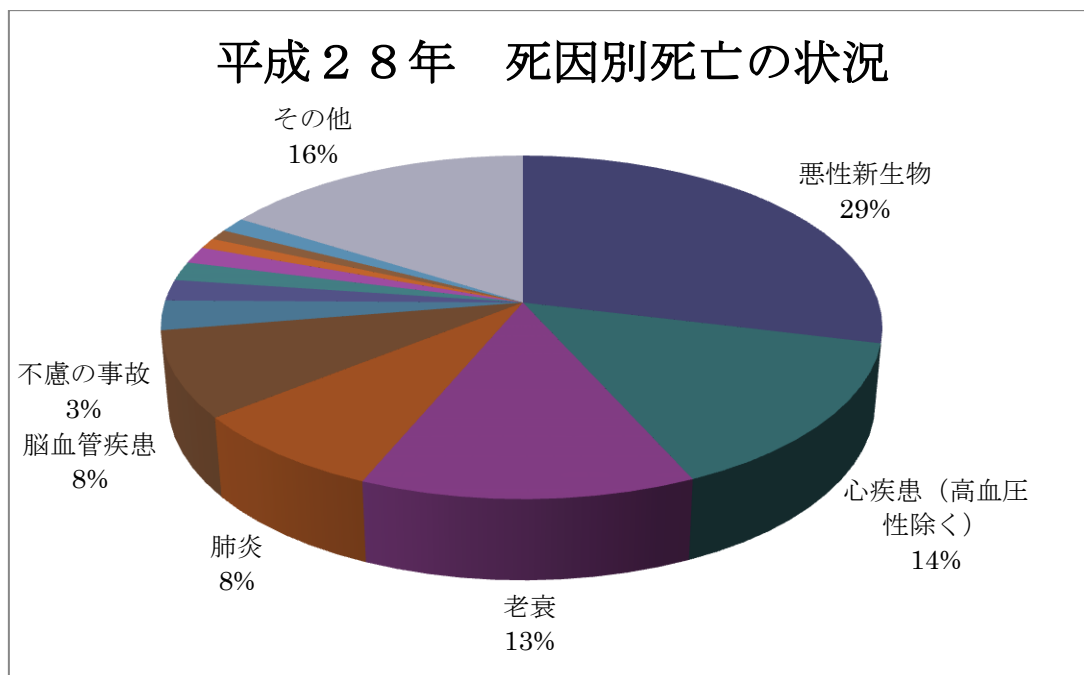
男 子		上山市	県	国	女 子		上山市	県	国
身長	6 歳	116.0	117.0	116.5	身長	6 歳	116.5	116.9	115.6
	14 歳	165.8	165.8	165.2		14 歳	156.8	157.1	156.5
体重	6 歳	21.4	21.8	21.3	体重	6 歳	21.7	21.4	20.8
	14 歳	55.2	55.4	53.9		14 歳	50.4	51.1	49.9



資料：平成 28 年度疾病統計

(2) 死亡別死亡の状況

本市における死亡原因の第1位は悪性新生物となっており、人口10万対の率では、全国、県より高くなっており、また、圧倒的に高いことも特徴になっています。



資料：人口動態統計

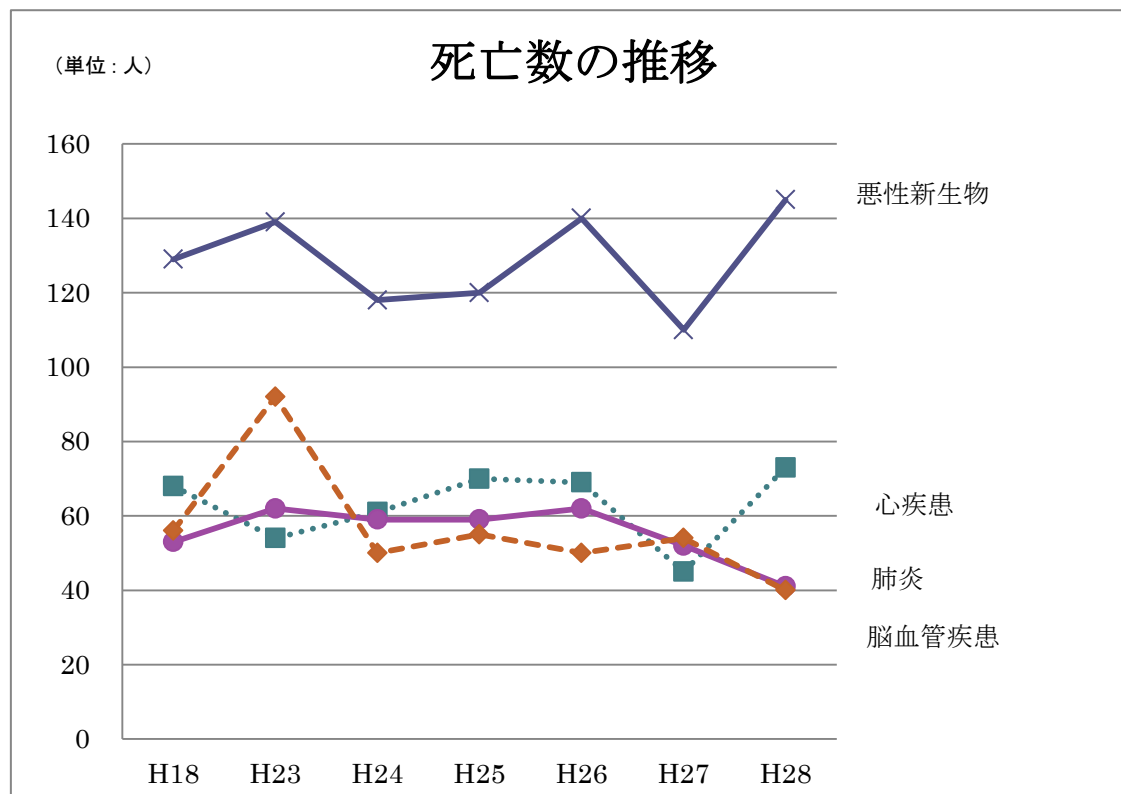
平成 28 年 10 大死因及び率（人口 10 万対）

（単位：人）

上山市			山形県			国		
1	悪性新生物	465.7	1	悪性新生物	370.4	1	悪性新生物	298.3
2	心疾患	234.5	2	心疾患	210.0	2	心疾患	158.4
3	老衰	212.0	3	脳血管疾患	138.8	3	肺炎	95.4
4	脳血管疾患	131.7	4	老衰	130.2	4	脳血管疾患	87.4
5	肺炎	128.5	5	肺炎	116.4	5	老衰	74.2
6	不慮の事故	45.0	6	不慮の事故	38.2	6	不慮の事故	30.6
7	腎不全	32.1	7	腎不全	27.3	7	腎不全	19.7
8	大動脈瘤及び解離	28.9	8	アルツハイマー病	23.3	8	自殺	16.8
9	慢性閉塞性肺疾患	25.7	9	自殺	19.9	9	大動脈瘤及び解離	14.5
9	アルツハイマー病	25.7	10	大動脈瘤及び解離	19.4	10	肝疾患	12.6

資料：山形県保健福祉年報人口動態統計編

死亡数の推移をみると、心疾患、脳血管疾患、肺炎などについてはほぼ同程度で推移悪性新生物が圧倒的となっています。



資料：人口動態統計

《平成 28 年度 悪性新生物（がん）による死亡状況》

（単位：人）

順位	部位	死病者数（男）	順位	部位	死病者数（女）
1 位	肺がん	25	1 位	大腸がん	10
2 位	胃	11	2 位	結腸	7
3 位	大腸	6	3 位	肺	6
	肝及び肝 内胆管	6			
	食道	6			
	膵	6			

資料：人口動態統計

（3） 特定健診・がん検診の状況

① 各種検診の推移

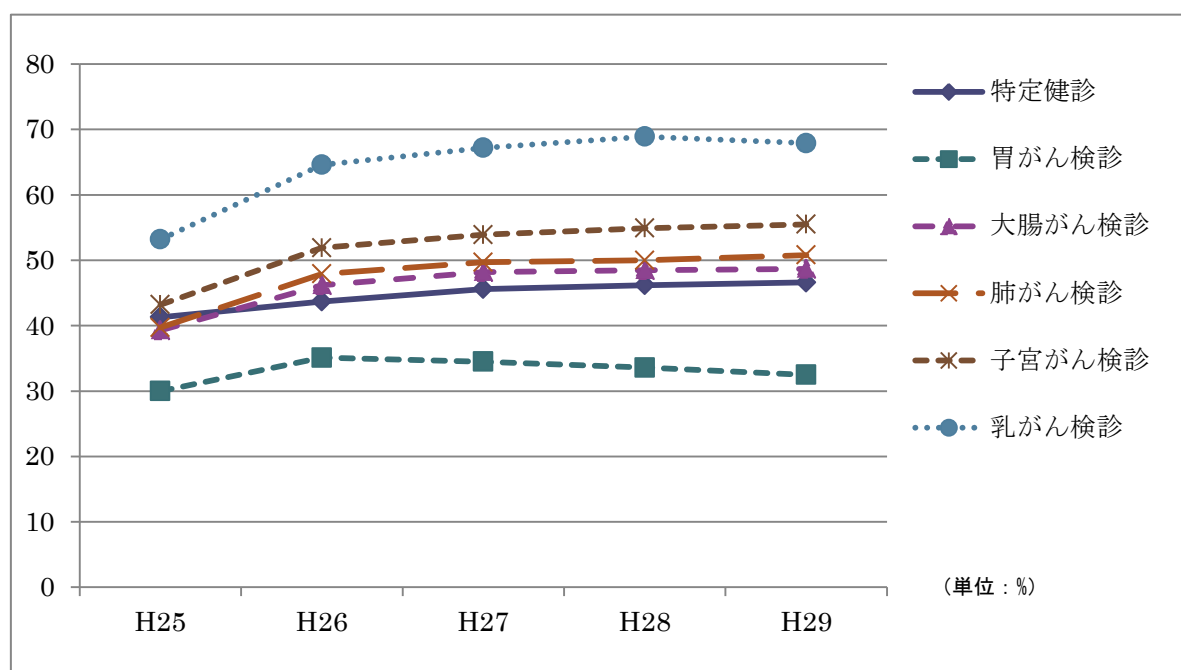
平成20年度に始まった特定健診は毎年検診率が伸びているものの、目標の60%には達していません。

各種がん検診は、順調に推移し、乳がん検診については平成 29 年度に 68.9%に達しました。大腸がん検診、肺がん検診、子宮がん検診は目標を達成しました。

(単位：%)

	特定健診	胃がん検診	大腸がん検診	肺がん検診	子宮がん検診	乳がん検診
H25	41.3	30	39.3	39.7	43.2	53.2
H26	43.7	35.1	46.2	47.9	51.9	64.6
H27	45.6	34.5	48.2	49.7	53.9	67.2
H28	46.2	33.6	48.5	50	54.9	68.9
H29	46.6	32.5	48.7	50.8	55.5	67.9

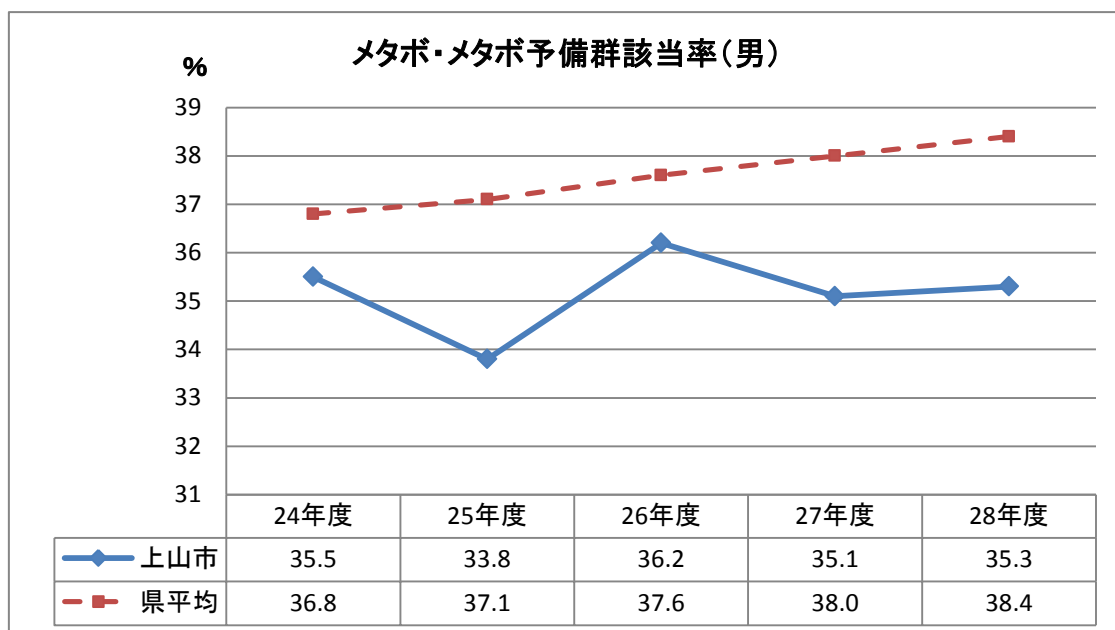
資料：市実施健診・検診結果



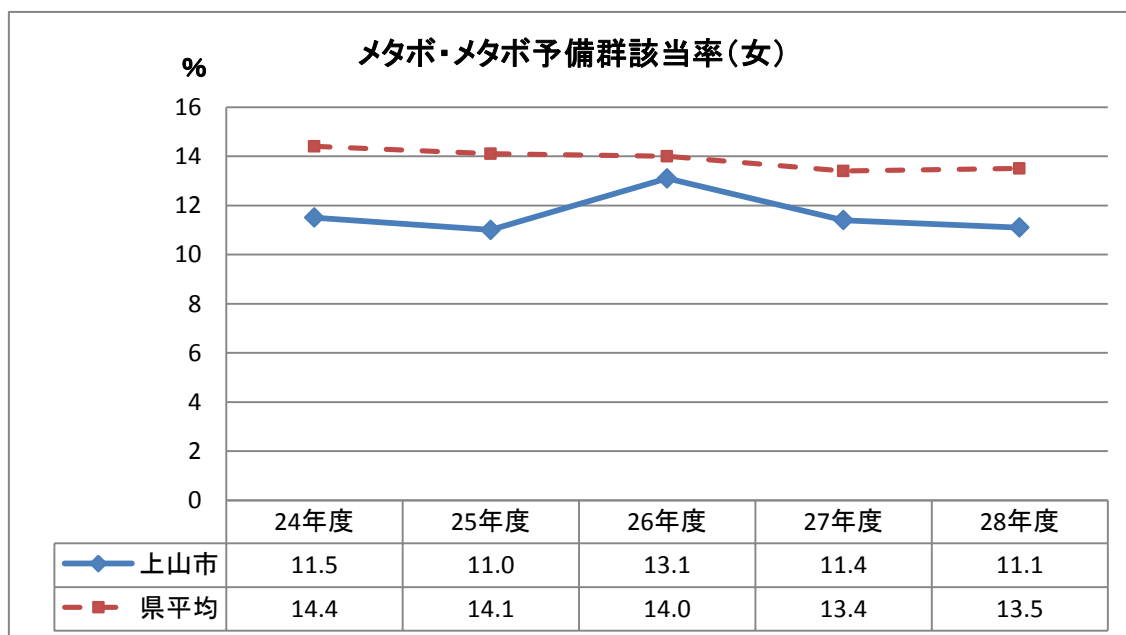
資料：市実施健診・検診結果

② メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の状況

メタボリックシンドロームの人や予備群の人は、男女ともに県平均より低い状況が続いています。



資料：市実施健診・検診結果

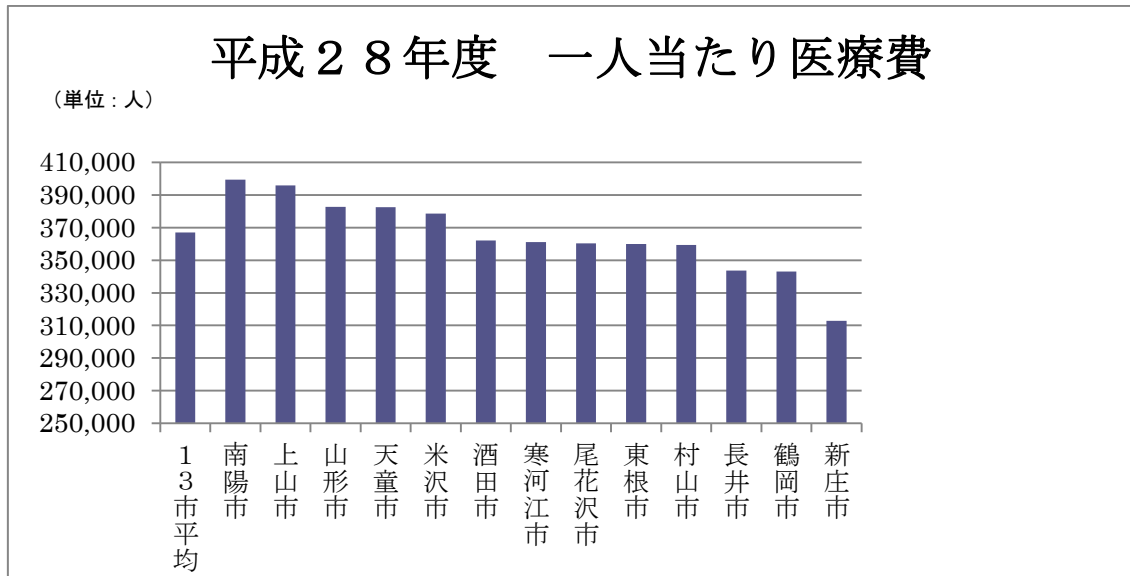


資料：市実施健診・検診結果

(4) 上山市国民健康保険の状況

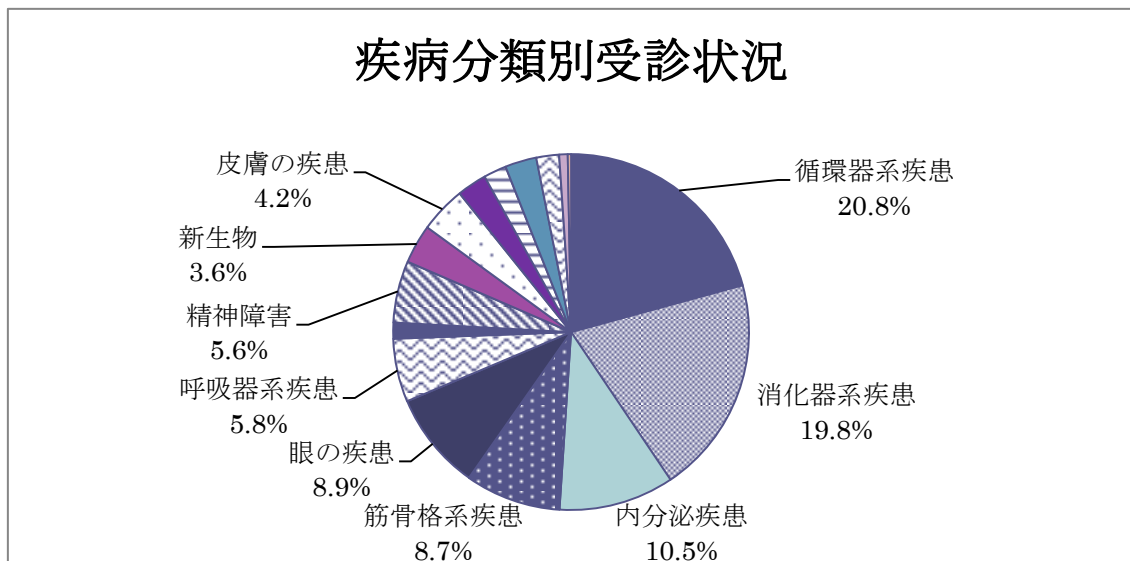
① 医療費の推移

県内 13 市のうち第 2 位となっています。



資料：平成 28 年度国保関係統計

② 受診の状況



資料：平成 29 年 5 月分疾病分類統計

③ 年齢階層別受診件数

全年齢で、歯科系の受診が多いようです。

20歳以上になると、「気分[感情]障害（躁うつ病を含む）」や「統合失調症、統合失調症型障害及び妄想性障害」といった精神系の疾患が出てきます。

50歳以上になると、高血圧性疾患や糖尿病といった、生活習慣病の受診が多くなっています。

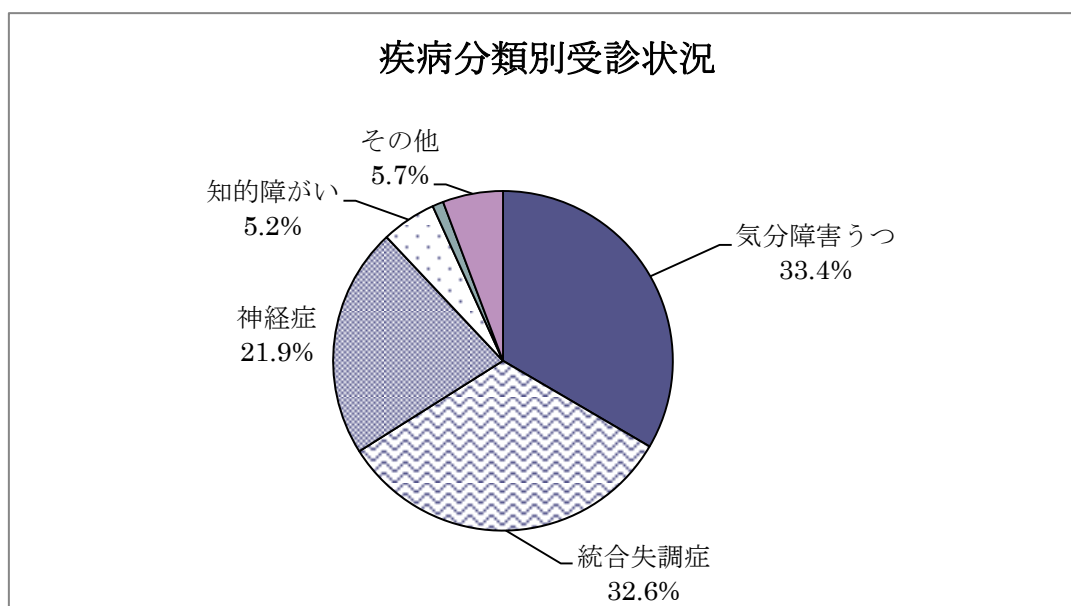
	1位	2位	3位	4位	5位
0～9歳	その他の急性上気道感染症	皮膚炎及び湿疹	急性気管支炎	喘息	歯肉炎及び歯周疾患
10～19歳	歯肉炎及び歯周疾患	その他損傷	屈折及び調節の障害	その他の上気道感染症	アレルギー性鼻炎
20～29歳	歯肉炎及び歯周疾患	気分[感情]障害	神経症性障害	その他の神経の障害	皮膚炎及び湿疹
30～39歳	歯肉炎及び歯周疾患	統合失調症	気分[感情]障害	皮膚炎及び湿疹	神経症性障害
40～49歳	歯肉炎及び歯周疾患	統合失調症	その他の眼の疾患	高血圧性疾患	気分[感情]障害
50～59歳	歯肉炎及び歯周疾患	高血圧性疾患	統合失調症	糖尿病	その他の内分泌疾患
60～69歳	高血圧性疾患	歯肉炎及び歯周疾患	その他の眼の疾患	その他の内分泌疾患	糖尿病
70～74歳	高血圧性疾患	歯肉炎及び歯周疾患	その他の内分泌疾患	その他の眼の疾患	糖尿病

資料：平成29年5月分疾病分類統計

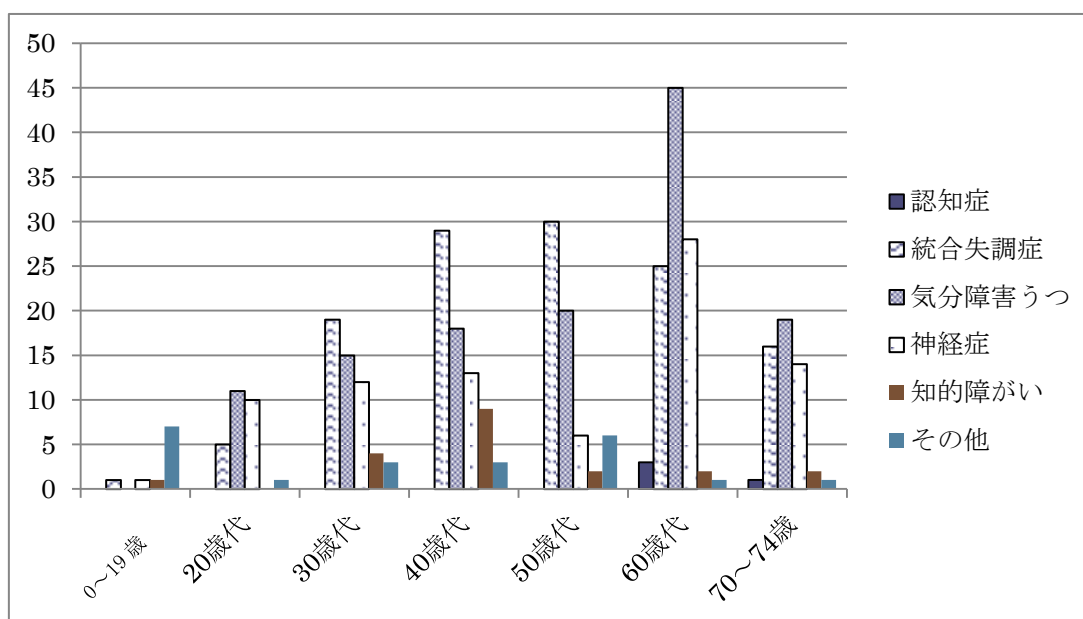
④ こころの健康に関する疾病の件数

「精神及び行動の障害」の中での受診件数では、気分障害うつは33.4%統合失調症で受診している割合は32.6%となっています。

年代別でみると、統合失調症は、40歳代、50歳代でピークとなり、60歳代においては、気分障害うつ受診数が顕著となります。



資料：平成 29 年 5 月分疾病分類統計

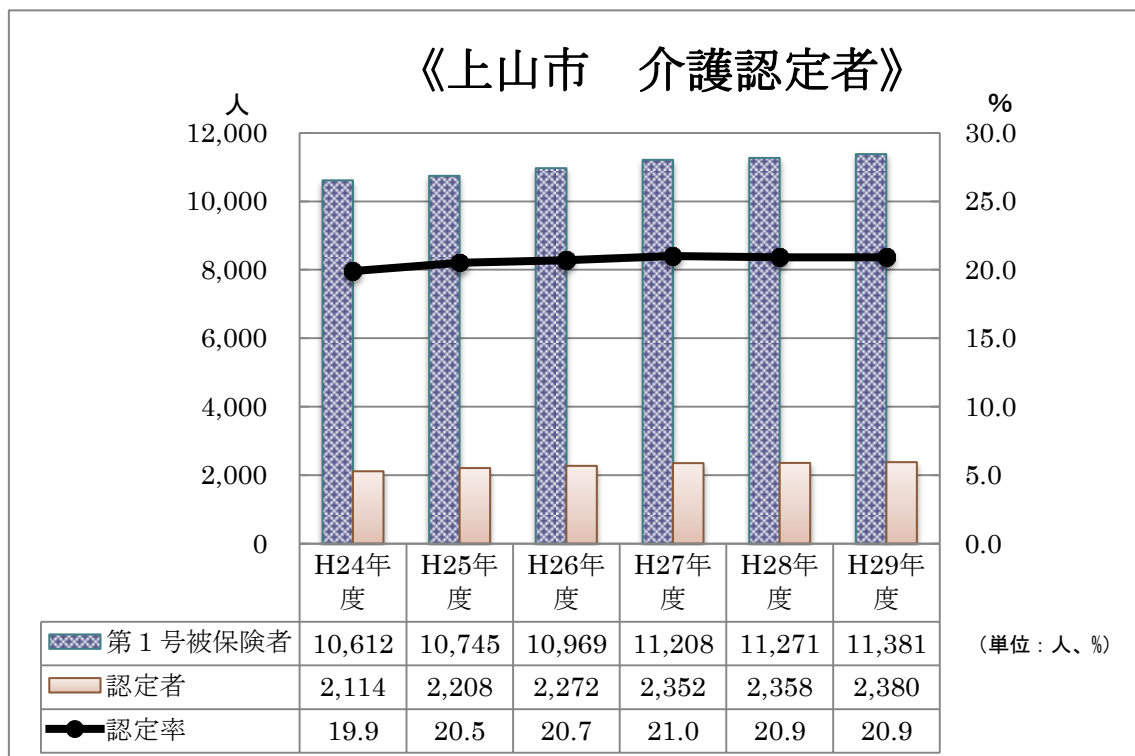


資料：平成 29 年 5 月分疾病分類統計

(5) 介護保険認定の状況

① 要支援・要介護認定状況の推移

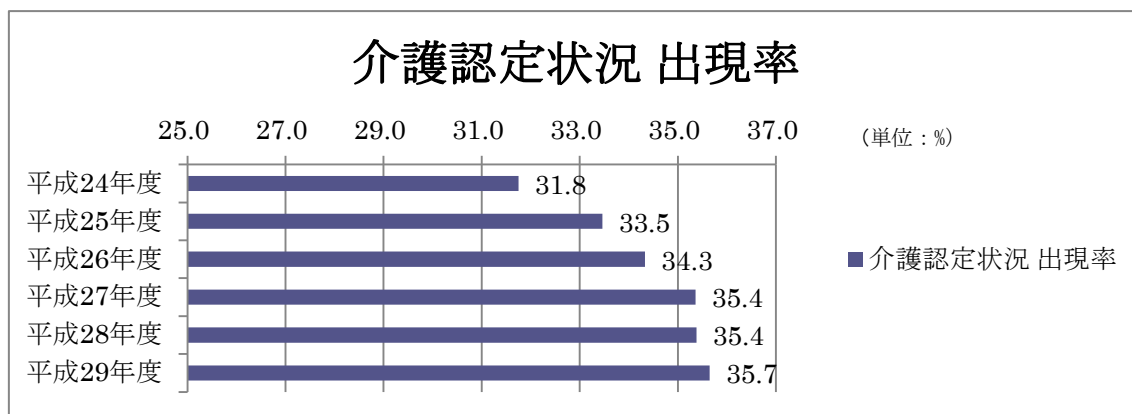
介護認定者は、平成 24 年度には 2,000 人を超えました。認定率も平成 24 年度には 19.9% となり、その後横ばいとなっており、第 1 号被保険者（65 歳以上の人）の 5 人に 1 人が介護認定を受けている状況になっています。



資料：介護保険統計（各年度 3 月末日現在）

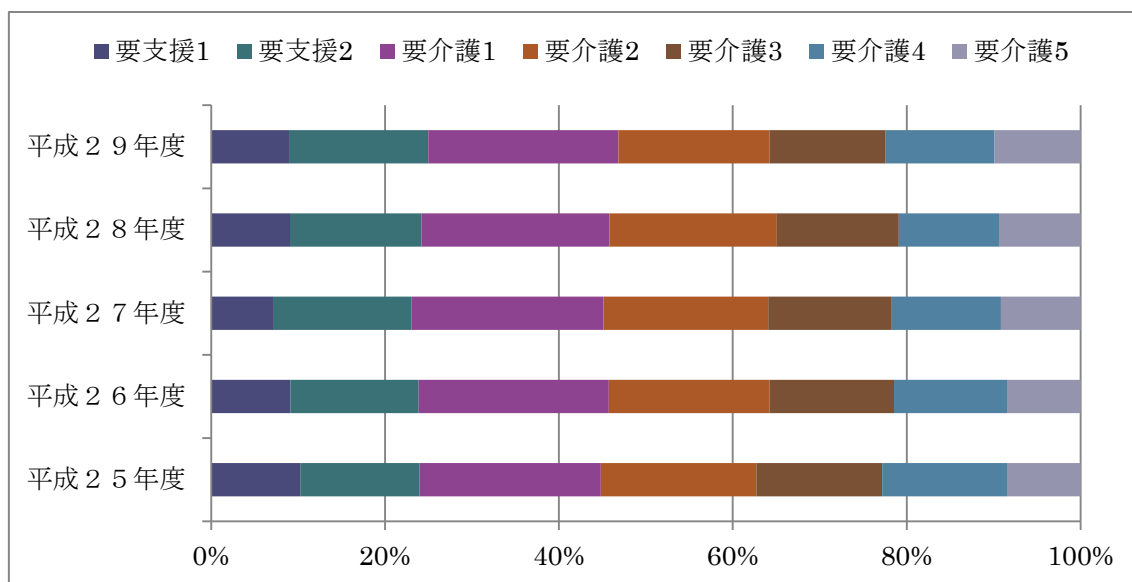
② 介護認定者のうち 75 歳以上の出現率の推移

介護認定者のうち 75 歳以上の介護認定者の割合は、平成 27 年度には 35% を越え、その後横ばいの状況が続いています。



資料：介護保険統計（各年度 3 月末日現在）

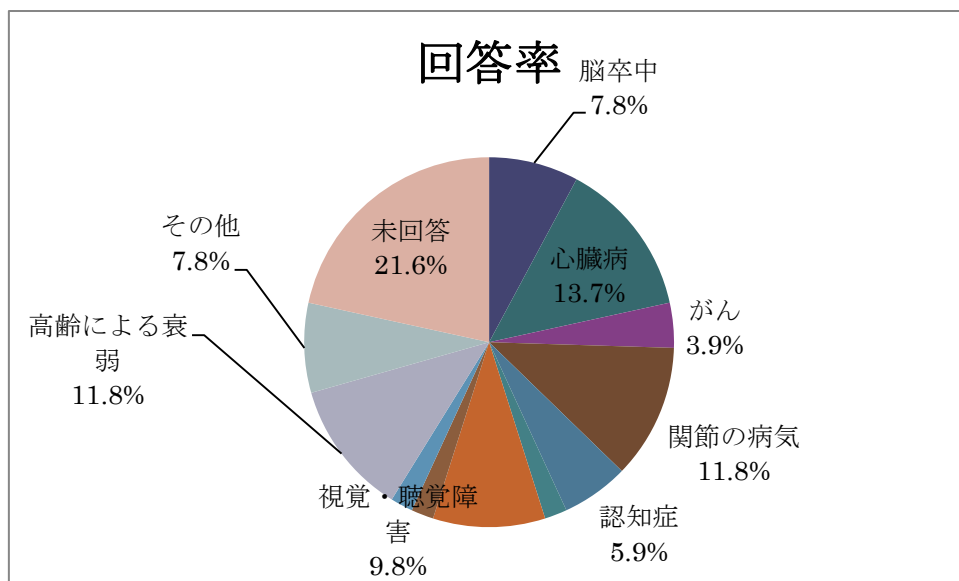
③ 要支援・要介護度の割合



資料：介護保険統計（各年度 3 月末日現在）

④ 介護サービスが必要となった原因

介護サービスが必要になった原因は、心臓病が 13.7%で 1 番となっています。
次に、高齢による衰弱、関節の病気となっています。



資料：高齢者福祉計画・第 7 期介護保険事業計画アンケート

3 市民アンケート結果

(1) アンケート概要

【調査対象】

- | | |
|--------------|------------------------|
| ① 乳幼児の保護者 | 176 人 |
| 有効回答数 | 176 人（男 22 人、女 154 人） |
| 回答率 | 100% |
| ② 中学 2・3 年生 | 481 人 |
| 有効回答数 | 446 人（男 241 人、女 205 人） |
| 回答率 | 92.7% |
| ③ 20～64 歳の成人 | 750 人 |
| 有効回答数 | 282 人（男 140 人、女 142 人） |
| 回答率 | 37.6% |
| ④ 65～70 歳の成人 | 200 人 |
| 有効回答数 | 120 人（男 60 人、女 60 人） |
| 回答率 | 60.0% |

【調査期間】

平成 30 年 8 月～平成 30 年 10 月

【調査内容】

各年代に共通する項目として、栄養、食生活、休養、ストレス、運動、喫煙、歯、健康意識などについて調査。また、乳幼児の保護者には育児環境に関する調査など、各年代に対応した健康などに関する項目を調査。

【調査方法】

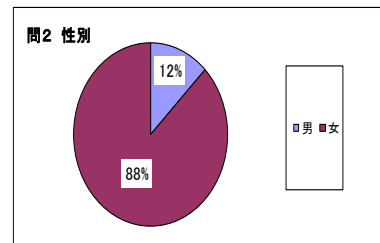
- ① アンケートによる調査。
- ② 調査対象の抽出方法は
 - ・ 乳幼児の保護者については、乳幼児健診にいらっしゃった方全員。
 - ・ 20 歳～64 歳、65 歳～70 歳については、住民基本台帳から無作為に抽出。
 - ・ 中学生については、市内中学校に通う中学 2、3 年生全員。
- ③ アンケートの送付・回収は
 - ・ 乳幼児の保護者については、乳幼児健診に配布・回収。
 - ・ 20 歳～64 歳、65 歳～70 歳については、郵送により送付・回収。
 - ・ 中学生については、各学校に依頼し、配布・回収。

(2) アンケート結果

① 乳幼児の保護者に対するアンケート結果

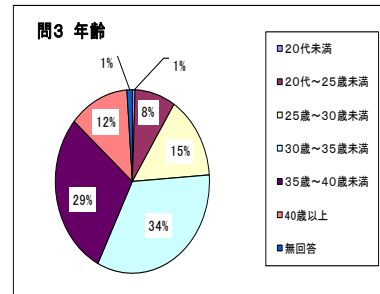
問2 性別

	人数	%
男	22	13%
女	154	88%
計	176	100%



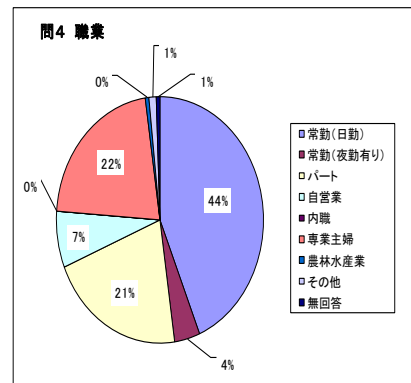
問3 年齢

	人数	%
20代未満	1	1%
20代～25歳未満	15	9%
25歳～30歳未満	26	15%
30歳～35歳未満	59	34%
35歳～40歳未満	51	29%
40歳以上	22	13%
無回答	2	1%
計	176	100%



問4 職業

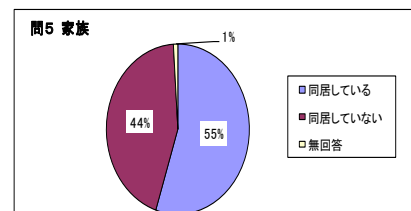
	人数	%
常勤(日勤)	77	44%
常勤(夜勤有り)	7	4%
パート	37	21%
自営業	13	7%
内職	0	0%
専業主婦	38	22%
農林水産業	1	1%
その他	2	1%
無回答	1	1%
計	176	100%



問5 家族

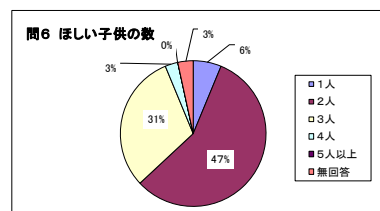
義(実)父母との同居

	人数	%
同居している	89	51%
同居していない	87	49%
無回答	0	0%
計	176	100%



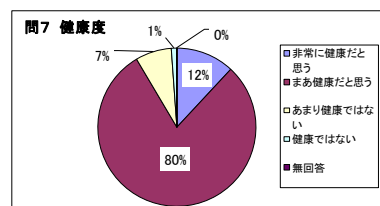
問6 あなたは何人子供がほしいですか。

	人数	%
1人	11	6%
2人	100	57%
3人	54	31%
4人	5	3%
5人以上	0	0%
無回答	6	3%
計	176	100%



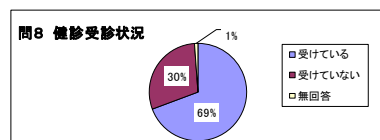
問7 あなたは普段、自分で健康だと思いますか

	人数	%
非常に健康だと思う	21	12%
まあ健康だと思う	140	80%
あまり健康ではない	13	7%
健康ではない	2	1%
無回答	0	0%
計	176	100%



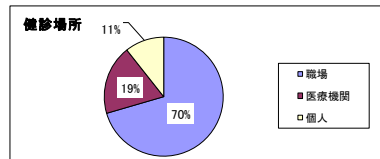
問8 あなたは毎年健診を受けていますか

	人数	%
受けている	122	69%
受けていない	52	30%
無回答	2	1%
計	176	100%



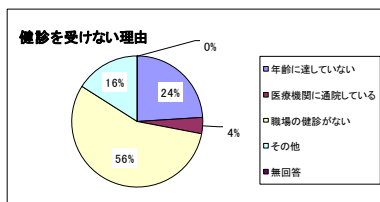
健診を受けている場所(複数回答)

	人数	%
職場	86	70%
医療機関	23	19%
個人	13	11%
計	122	100%



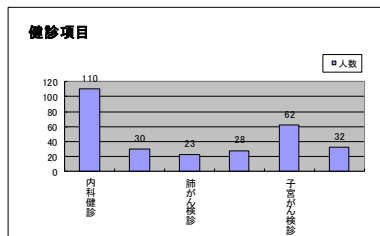
健診を受けない理由

	人数	%
年齢に達していない	6	24%
医療機関に通院している	1	4%
職場の健診がない	14	56%
その他	4	16%
無回答	0	0%
計	25	100%



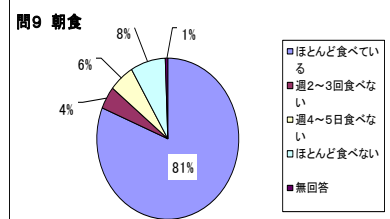
受けている健診項目(複数回答)

	人数	%
内科健診	110	39%
胃がん検診	30	11%
肺がん検診	23	8%
大腸がん検診	28	10%
子宮がん検診	62	22%
乳がん検診	32	11%
計	285	100%



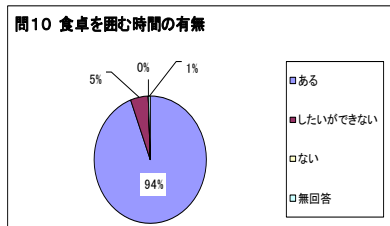
問9 あなたは普段、朝食を食べていますか

	人数	%
ほとんど食べている	143	81%
週2～3回食べない	8	5%
週4～5日食べない	10	6%
ほとんど食べない	14	8%
無回答	1	1%
計	176	100%



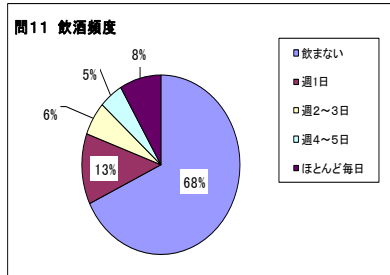
問10 家族と食卓を囲む時間はありますか。

	人数	%
ある	166	94%
したいができない	9	5%
ない	0	0%
無回答	1	1%
計	176	100%



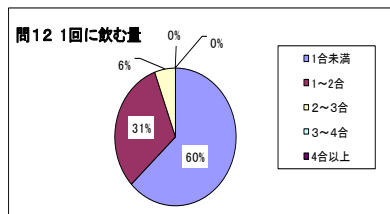
問11 あなたはお酒を飲みますか？1週間にどのくらいの頻度で飲みますか？

	人数	%
飲まない	112	63.6%
週1日	21	11.9%
週2～3日	10	5.7%
週4～5日	8	4.5%
ほとんど毎日	14	8.0%
無回答	11	6.3%
計	176	100%



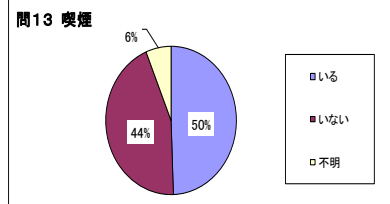
問12 1回に飲む量はどのくらいですか。

	人数	%
1合未満	34	63%
1～2合	17	31%
2～3合	3	6%
3～4合	0	0%
4合以上	0	0%
計	54	100%



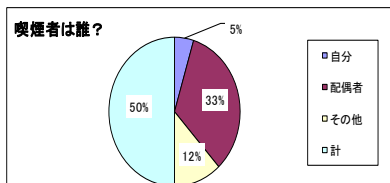
問13 あなたの家族でタバコを吸う人はいますか

	人数	%
いる	87	49%
いない	78	44%
不明	11	6%
計	176	100%



吸う人は誰ですか

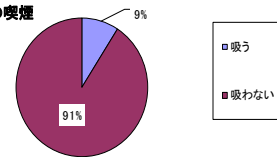
	人数	%
自分	8	9%
配偶者	57	67%
その他	20	24%
計	85	100%



吸っている方は、お子さんの前で吸いますか？

	人数	%
吸う	7	9%
吸わない	70	90.9%
計	77	100.0%

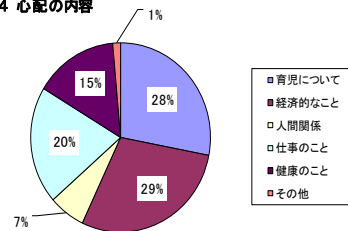
子供の前での喫煙



問14 何が心配ですか(複数回答)

	人数	%
ない	46	21%
育児について	60	28%
経済的なこと	62	29%
人間関係	14	7%
仕事のこと	43	20%
健康のこと	32	15%
その他	3	1%
計	214	100%

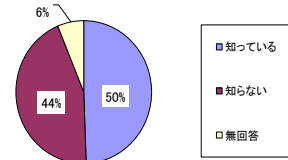
問14 心配の内容



問15 子育て世代包括支援センターを知っていますか

	人数	%
知っている	88	50.0%
知らない	75	42.6%
無回答	13	7.4%
計	176	100.0%

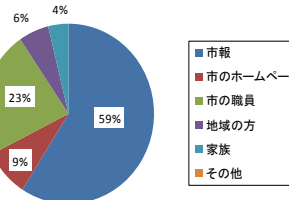
問15-1 子育て世代包括支援センター



問15で「1 知っている」と回答した方にお聞きします。それは何で知りましたか (複数回答)

	人数	%
市報	62	59%
市のホームページ	9	9%
市の職員	24	23%
地域の方	6	6%
家族	4	4%
その他	0	0%
計	105	100%

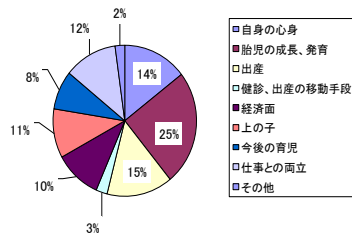
何で知ったか



問16 あなたは妊娠中(または妻が妊娠中)心配なことはありましたか (あてはまるもの2つに○)

	人数	%
自身の心身	40	14.5%
胎児の成長、発育	68	24.6%
出産	41	14.9%
健診、出産の移動手段	7	2.5%
経済面	29	10.5%
上の子	29	10.5%
今後の育児	23	8.3%
仕事との両立	33	12.0%
その他	6	2.2%
計	276	100.0%

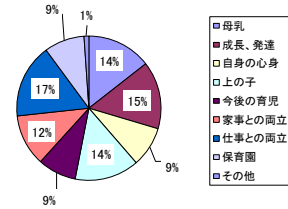
問16 心配なこと



問17 産後困ったこと、心配なことは何でしたか（あてはまるもの2つに○）

	人数	%
母乳	40	14.4%
成長、発達	42	15.2%
自身の心身	25	9.0%
上の子	40	14.4%
今後の育児	24	8.7%
家事との両立	32	11.6%
仕事との両立	46	16.6%
保育園	25	9.0%
その他	3	1.1%
計	277	100.0%

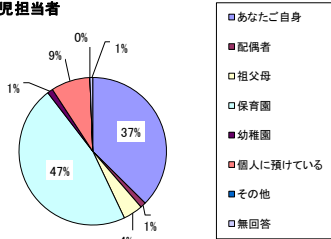
問17 産後困ったこと



問18 日中の主な育児担当者はどなたですか。

	人数	%
あなたご自身	61	37.4%
配偶者	2	1.2%
祖父母	7	4.3%
保育園	76	46.6%
幼稚園	2	1.2%
個人に預けている	14	8.6%
その他	0	0.0%
無回答	1	0.6%
計	163	100.0%

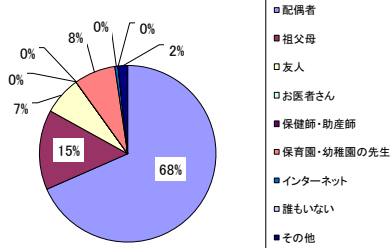
問18 育児担当者



問19 日常の育児についての相談相手はどなたですか

	人数	%
配偶者	117	68.4%
祖父母	25	14.6%
友人	12	7.0%
お医者さん	0	0.0%
保健師・助産師	0	0.0%
保育園・幼稚園の先生	13	7.6%
インターネット	1	0.6%
誰もいない	0	0.0%
その他	3	1.8%
計	171	100.0%

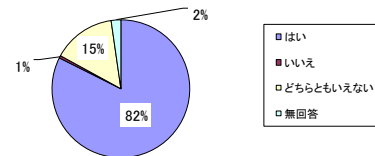
問19 相談相手



問20 育児は楽しいですか

	人数	%
はい	145	82.4%
いいえ	1	0.6%
どちらともいえない	26	14.8%
無回答	4	2.3%
計	176	100.0%

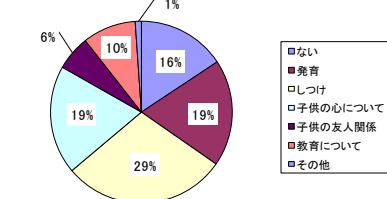
問20 育児は楽しいか



問21 何に困難や不安を感じますか(複数回答)

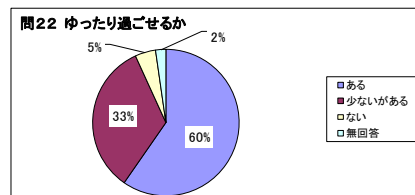
	人数	%
ない	43	15.7%
発育	52	19.0%
しつけ	80	29.2%
子供の心について	53	19.3%
子供の友人関係	17	6.2%
教育について	26	9.5%
その他	3	1.1%
計	274	100.0%

問21 不安内容



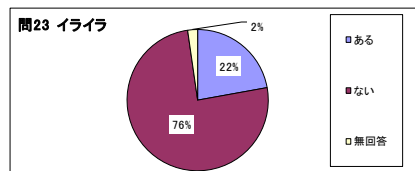
問22 あなたは、ゆったりとした気分でお子さんと過ごせる時間がありますか

	人数	%
ある	105	59.7%
少ないがある	59	33.5%
ない	8	4.5%
無回答	4	2.3%
計	176	100.0%



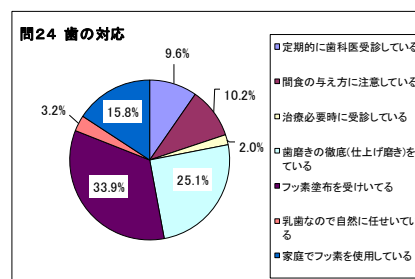
問23 イライラして子供をつねったり、叩いたりしたいと思うことがありますか

	人数	%
ある	39	22.2%
ない	133	75.6%
無回答	4	2.3%
計	176	100.0%



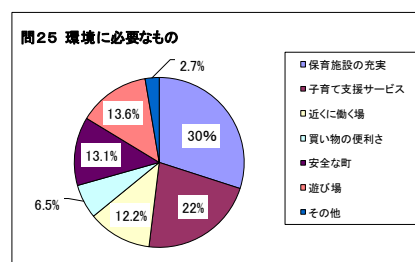
問24 お子さんの歯についての対応はどのようにされていますか

	人数	%
定期的に歯科医受診している	33	9.6%
間食の与え方に注意している	35	10.2%
治療必要時に受診している	7	2.0%
歯磨きの徹底(仕上げ磨き)をしている	86	25.1%
フッ素塗布を受けている	116	33.9%
乳歯なので自然に任せている	11	3.2%
家庭でフッ素を使用している	54	15.8%
計	342	100.0%



問25 安心して子育てできる環境に必要なもの

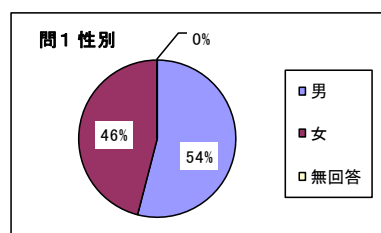
	人数	%
保育施設の充実	101	30.0%
子育て支援サービス	74	22.0%
近くに働く場	41	12.2%
買い物の便利さ	22	6.5%
安全な町	44	13.1%
遊び場	46	13.6%
その他	9	2.7%
計	337	100.0%



② 中学生に対するアンケート結果

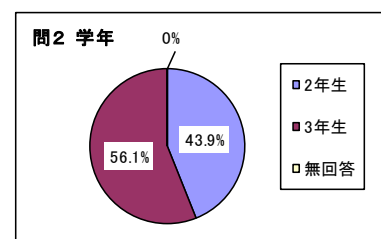
問1 性別

	人数	%
男	241	54.0
女	205	46.0
無回答	0	0
計	446	100.0



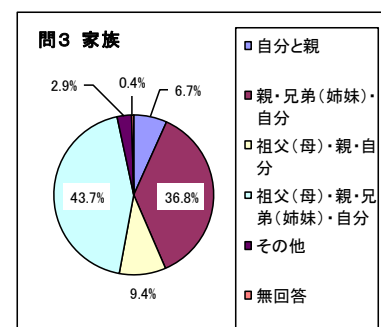
問2 学年

	人数	%
2年生	196	43.9
3年生	250	56.1
無回答	0	0
計	446	100.0



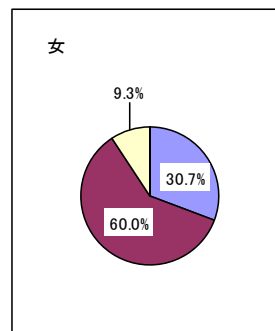
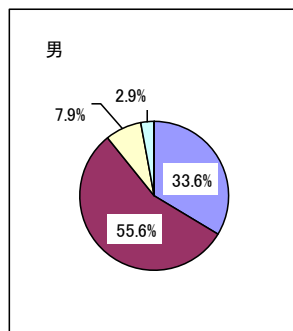
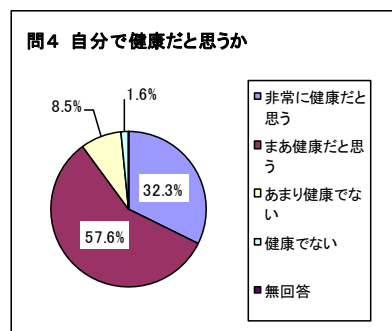
問3 家族構成

	人数	%
自分と親	30	6.7
親・兄弟(姉妹)・自分	164	36.8
祖父(母)・親・自分	42	9.4
祖父(母)・親・兄弟(姉妹)・自分	195	43.7
その他	13	2.9
無回答	2	0.4
計	446	100.0



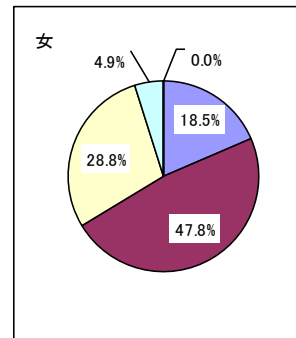
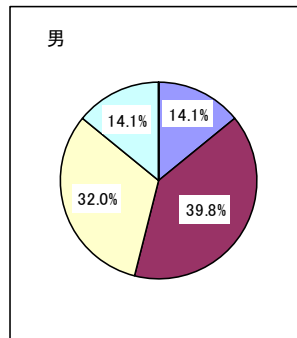
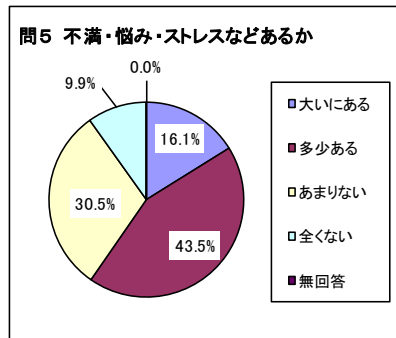
問4 あなたは普段、自分で健康だと思っていますか

	人数	男	女	全体 %	男 %	女 %
非常に健康だと思う	144	81	63	32.3	33.6	30.7
まあ健康だと思う	257	134	123	57.6	55.6	60.0
あまり健康でない	38	19	19	8.5	7.9	9.3
健康でない	7	7	0	1.6	2.9	0.0
無回答	0	0	0	0.0	0.0	0.0
計	446	241	205	100.0	100.0	100.0



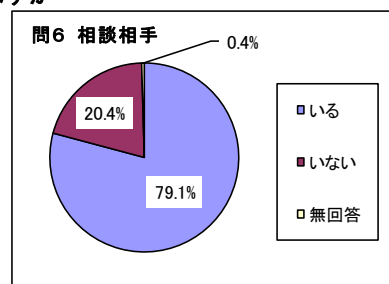
問5 あなたは、最近1ヶ月の間に不満・悩み・苦勞・ストレスなどがありましたか

	人数	男	女	全体 %	男 %	女 %
大いにある	72	34	38	16.1	14.1	18.5
多少ある	194	96	98	43.5	39.8	47.8
あまりない	136	77	59	30.5	32.0	28.8
全くない	44	34	10	9.9	14.1	4.9
無回答	0	0	0	0.0	0.0	0.0
計	446	241	205	100.0	100.0	100.0



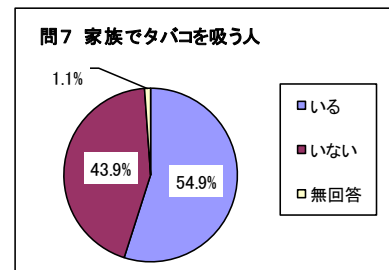
問6 あなたは、悩みや困ったことがあるとき、相談相手はいますか

	人数	%
いる	353	79.1
いない	91	20.4
無回答	2	0.4
計	446	100.0



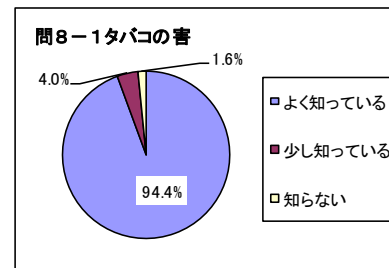
問7 あなたの家族で、タバコを吸う人はいますか

	人数	%
いる	245	54.9
いない	196	43.9
無回答	5	1.1
計	446	100.0



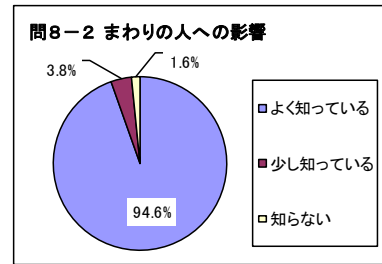
問8-1 タバコに多くの害のあることを

	人数	%
よく知っている	421	94.4
少し知っている	18	4.0
知らない	7	1.6
無回答	0	0.0
計	446	100.0



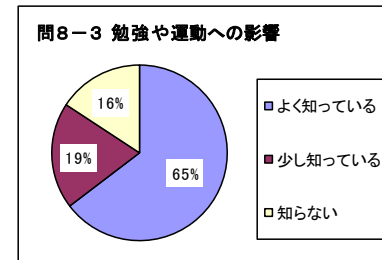
問8-2 他の人が吸うタバコの煙がまわりにいる人に悪い影響を与えることを

	人数	%
よく知っている	419	93.9
少し知っている	17	3.8
知らない	7	1.6
無回答	3	0.7
計	446	100.0



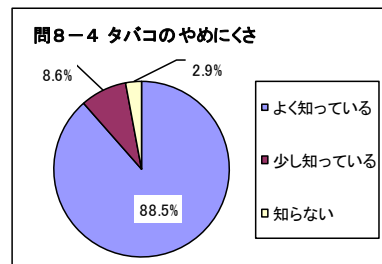
問8-3 勉強や運動に悪い影響があることを

	人数	%
よく知っている	287	64.3
少し知っている	87	19.5
知らない	70	15.7
無回答	2	0.4
計	446	100.0



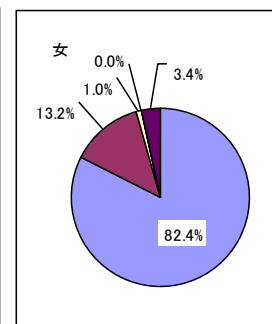
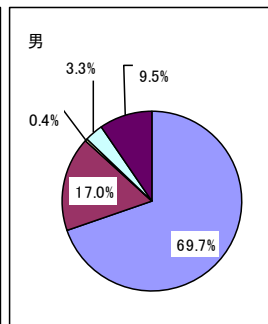
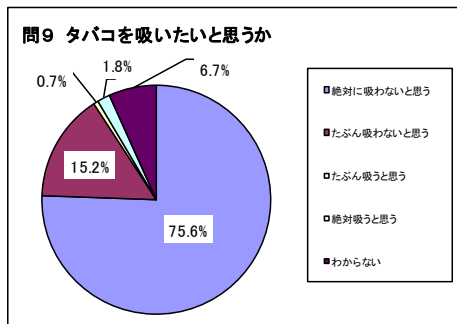
問8-4 タバコがとてもしやめにくいことを

	人数	%
よく知っている	393	88.1
少し知っている	38	8.5
知らない	13	2.9
無回答	2	0.4
計	446	100.0



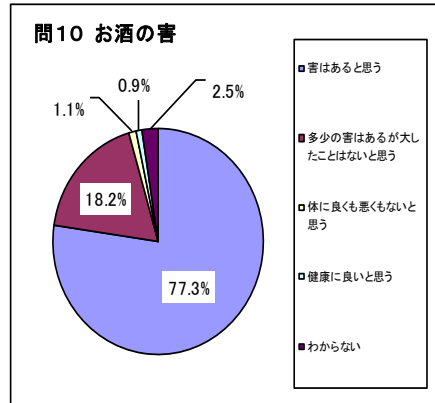
問9 おとなになったらタバコを吸いたと思いますか

	人数	男	女	全体 %	男 %	女 %
絶対に吸わないと思う	337	168	169	75.6	69.7	82.4
たぶん吸わないと思う	68	41	27	15.2	17.0	13.2
たぶん吸うと思う	3	1	2	0.7	0.4	1.0
絶対吸うと思う	8	8	0	1.8	3.3	0.0
わからない	30	23	7	6.7	9.5	3.4
無回答	0	0	0	0.0	0.0	0.0
計	446	241	205	100.0	100.0	100.0



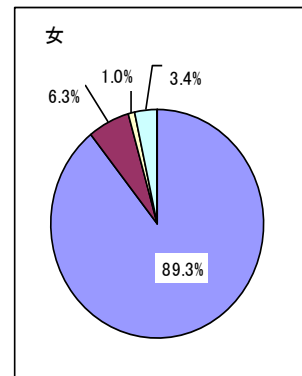
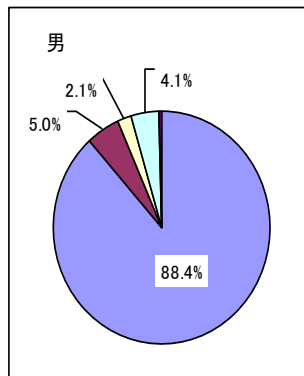
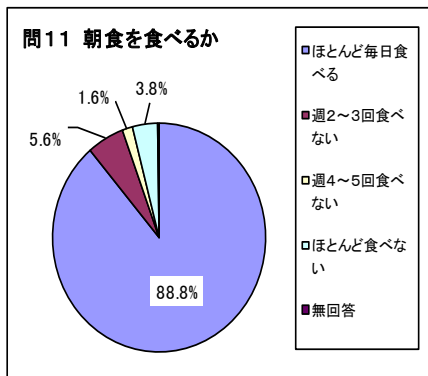
問10 お酒を飲むと体に害があると思いますか

	人数	%
害はあると思う	344	77.1
多少の害はあるが大したことはないと思う	81	18.2
体に良くも悪くもないと思う	5	1.1
健康に良いと思う	4	0.9
わからない	11	2.5
無回答	1	0.2
計	446	100.0



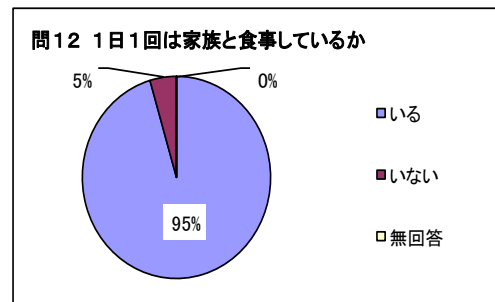
問11 普段朝食を食べますか

	人数	男	女	全体 %	男 %	女 %
ほとんど毎日食べる	396	213	183	88.8	88.4	89.3
週2～3回食べない	25	12	13	5.6	5.0	6.3
週4～5回食べない	7	5	2	1.6	2.1	1.0
ほとんど食べない	17	10	7	3.8	4.1	3.4
無回答	1	1	0	0.2	0.4	0.0
計	446	241	205	100.0	100.0	100.0



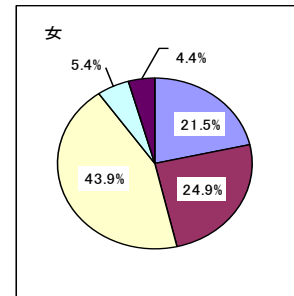
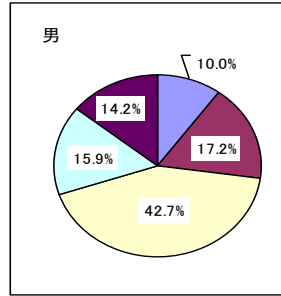
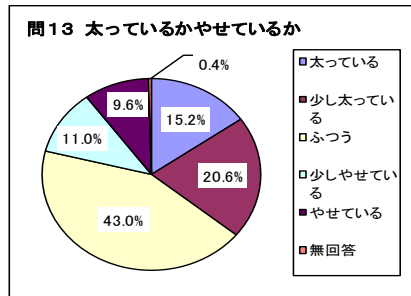
問12 あなたは1日1回は家族と食事をとっていますか

	人数	%
いる	420	95.5
いない	20	4.5
無回答	0	0.0
計	440	100.0



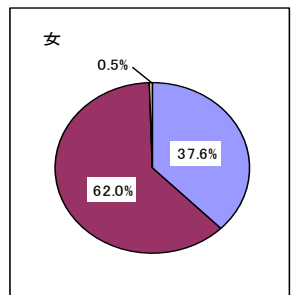
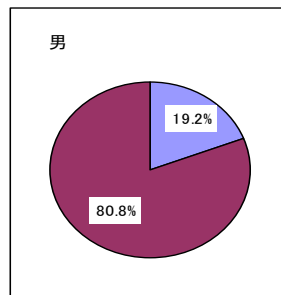
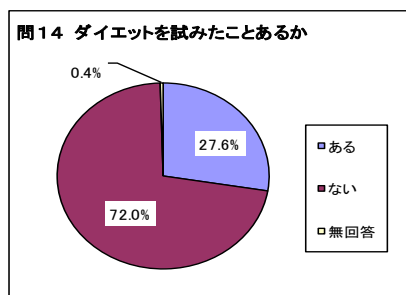
問13 自分が太っていると思いますか。やせていると思いますか

	人数	男	女	全体 %	男 %	女 %
太っている	68	24	44	15.2	10.0	21.5
少し太っている	92	41	51	20.6	17.0	24.9
ふつう	192	102	90	43.0	42.3	43.9
少しやせている	49	38	11	11.0	15.8	5.4
やせている	43	34	9	9.6	14.1	4.4
無回答	2	2	0	0.4	0.8	0.0
計	446	241	205	100.0	100.0	100.0



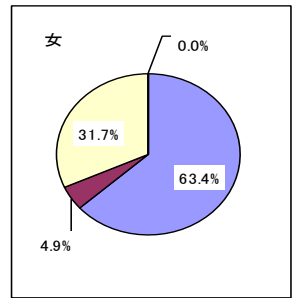
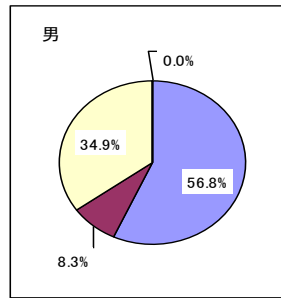
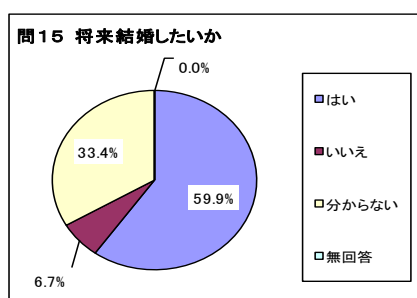
問14 ダイエットを試みたことがありますか

	人数	男	女	全体 %	男 %	女 %
ある	123	46	77	27.6	19.1	37.6
ない	321	194	127	72.0	80.5	62.0
無回答	2	1	1	0.4	0.4	0.5
計	446	241	205	100.0	99.6	100.0



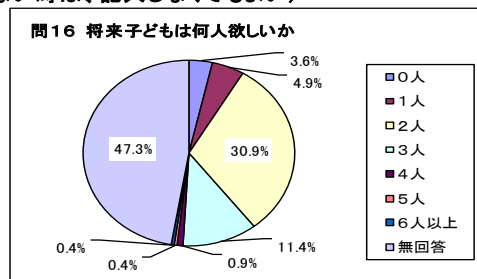
問15 将来結婚したいですか

	人数	男	女	全体 %	男 %	女 %
はい	267	137	130	59.9	56.8	63.4
いいえ	30	20	10	6.7	8.3	4.9
分からない	149	84	65	33.4	34.9	31.7
無回答	0	0	0	0.0	0.0	0.0
計	446	241	205	100.0	100.0	100.0



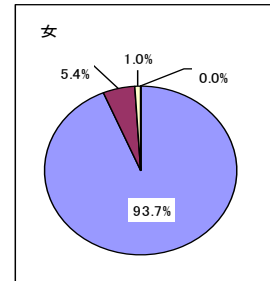
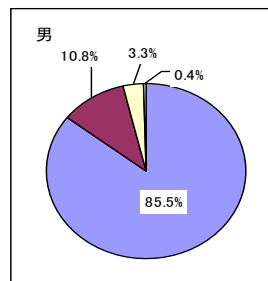
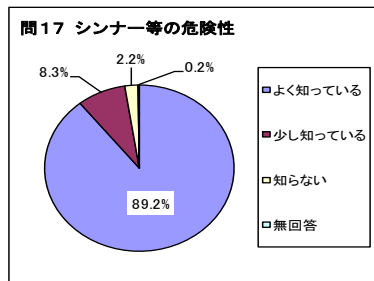
問16 将来、子どもは何人欲しいですか(わからない時は、記入しなくてもよい)

	人数	%
0人	16	3.6
1人	22	4.9
2人	138	30.9
3人	51	11.4
4人	4	0.9
5人	2	0.4
6人以上	2	0.4
無回答	211	47.3
計	446	100.0



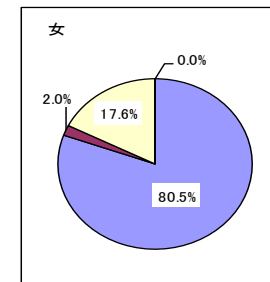
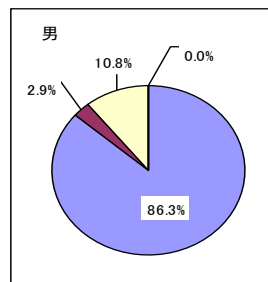
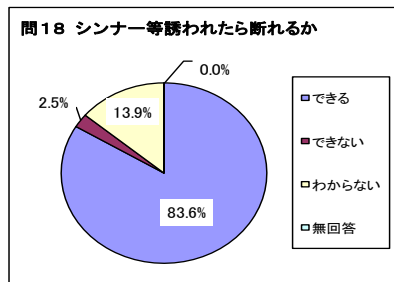
問17 シンナー・麻薬・覚せい剤などの危険性を知っていますか

	人数	男	女	全体 %	男 %	女 %
よく知っている	398	206	192	89.2	85.5	93.7
少し知っている	37	26	11	8.3	10.8	5.4
知らない	10	8	2	2.2	3.3	1.0
無回答	1	1	0	0.2	0.4	0.0
計	446	241	205	100.0	100.0	100.0



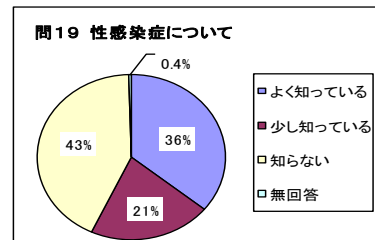
問18 もし、シンナー・麻薬・覚せい剤などに誘われたら断ることができると思いますか

	人数	男	女	全体 %	男 %	女 %
できる	373	208	165	83.6	86.3	80.5
できない	11	7	4	2.5	2.9	2.0
わからない	62	26	36	13.9	10.8	17.6
無回答	0	0	0	0.0	0.0	0.0
計	446	241	205	100.0	100.0	100.0



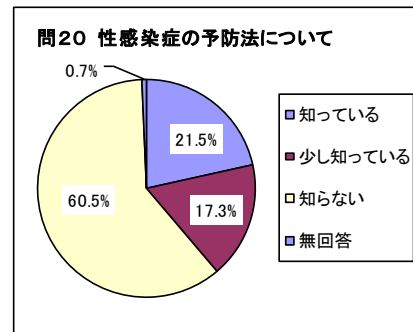
問19 エイズの性感染症について知っていますか

	人数	%
よく知っている	160	35.9
少し知っている	94	21.1
知らない	190	42.6
無回答	2	0.4
計	446	100.0



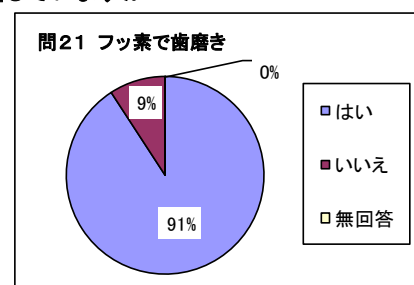
問20 エイズや性感染症の予防法について知っていますか

	人数	%
知っている	96	21.5
少し知っている	77	17.3
知らない	270	60.5
無回答	3	0.7
計	446	100.0



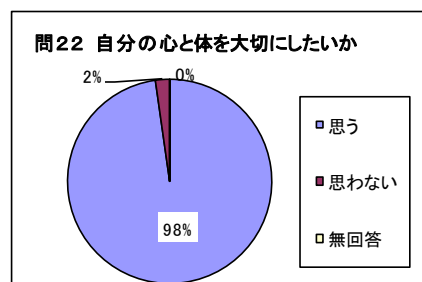
問21 あなたは、夜に歯磨き粉(フッ素入)をつけて、歯磨きをしていますか

	人数	%
はい	405	90.8
いいえ	41	9.2
無回答	0	0.0
計	446	100.0



問22 あなたは、自分の心と体を大切にしたいと思いますか

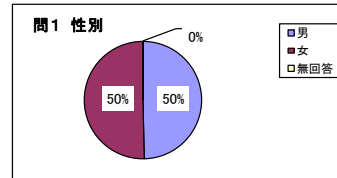
	人数	%
思う	436	97.8
思わない	10	2.2
無回答	0	0.0
計	446	100.0



③ 20歳～64歳の市民に対するアンケート結果

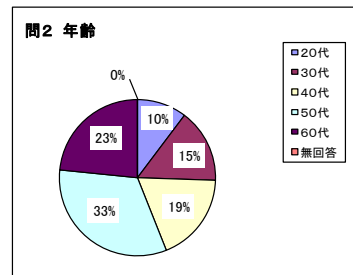
問1 性別

	人数	%
男	140	50%
女	142	50%
無回答	0	0%
計	282	100%



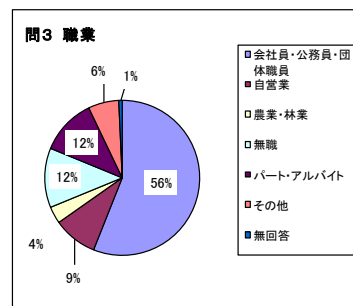
問2 年齢

	人数	%
20代	29	10%
30代	43	15%
40代	52	18%
50代	92	33%
60代	66	23%
無回答	0	0%
計	282	100%



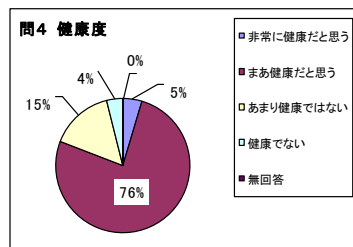
問3 職業

	人数	%
会社員・公務員・団体職員	158	56.0%
自営業	26	9.2%
農業・林業	10	3.5%
無職	35	12.4%
パート・アルバイト	33	11.7%
その他	18	6.4%
無回答	2	0.7%
計	282	100.0%



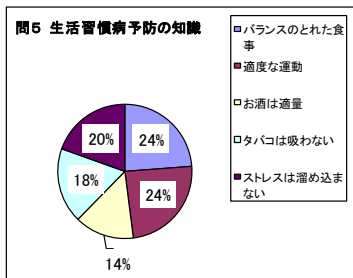
問4 あなたは普段、自分で健康だと思っていますか

	人数	%
非常に健康だと思う	13	5%
まあ健康だと思う	215	76%
あまり健康ではない	43	15%
健康でない	11	4%
無回答	0	0%
計	282	100%



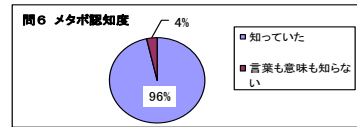
問5 生活習慣病の予防法について

	人数	%
バランスのとれた食事	235	23.8%
適度な運動	239	24.2%
お酒は適量	142	14.4%
タバコは吸わない	179	18.1%
ストレスは溜め込まない	193	19.5%
無回答	0	0.0%
計	988	100%



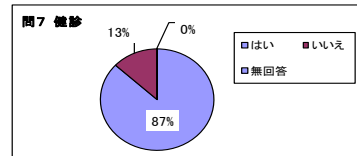
問6 メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)を知っていますか

	人数	%
知っていた	271	96.4%
言葉も意味も知らない	10	3.6%
計	281	100.0%



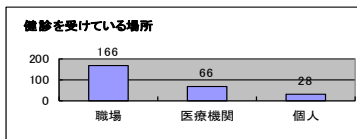
問7 あなたは毎年健診を受けていますか

	人数	%
はい	245	86.9%
いいえ	37	13.1%
無回答	0	0.0%
計	282	100%



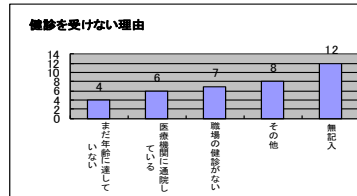
「1. はいの方」は、どこで受けていますか(複数回答)

職場	166
医療機関	66
個人	28



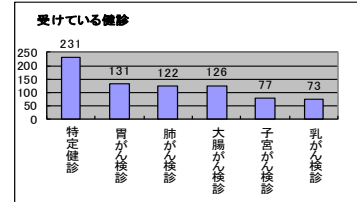
「2. いいえの方」は、理由

まだ年齢に達していない	4
医療機関に通院している	6
職場の健診がない	7
その他	8
無記入	12



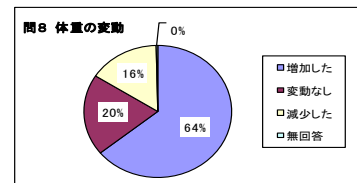
受けている検診(複数回答)

特定健診	231
胃がん検診	131
肺がん検診	122
大腸がん検診	126
子宮がん検診	77
乳がん検診	73



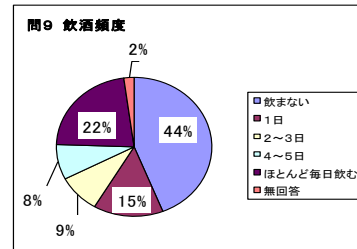
問8 あなたの体重は、18～20歳ごろの体重と比べて変動しましたか

	人数	%
増加した	181	64.2%
変動なし	56	19.9%
減少した	44	15.6%
無回答	1	0.4%
計	282	100%



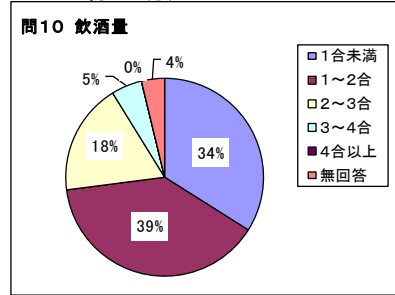
問9 あなたはどのくらいの頻度で酒を飲みますか

	人数	%
飲まない	124	44.0%
1日	41	14.5%
2～3日	25	8.9%
4～5日	23	8.2%
ほとんど毎日飲む	63	22.3%
無回答	6	2.1%
計	282	100%



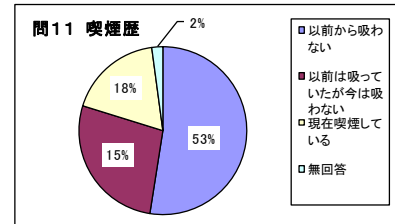
問10 酒を飲む方にお聞きします。1回に飲む量はどのくらいですか(問8で2～5と答えた方)

	人数	%
1合未満	54	34.0%
1～2合	62	39.0%
2～3合	29	18.2%
3～4合	8	5.0%
4合以上	0	0.0%
無回答	6	3.8%
計	159	100%



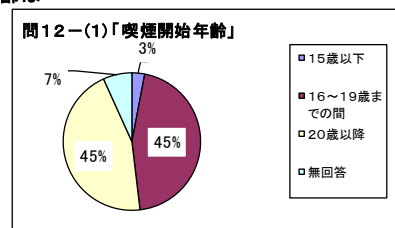
問11 あなたは、タバコを吸いますか

	人数	%
以前から吸わない	148	52.5%
以前は吸っていたが今は吸わない	77	27.3%
現在喫煙している	51	18.1%
無回答	6	2.1%
計	282	100.0%



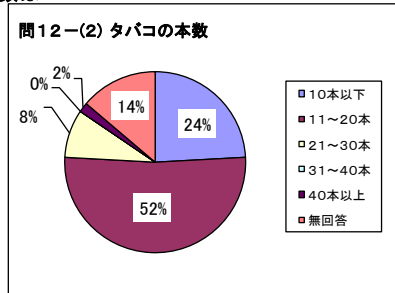
問12-1(1) 問12で2又は3と答えた方にお聞きします。 吸い始めた年齢は

	人数	%
15歳以下	4	3%
16～19歳までの間	60	45%
20歳以降	60	45%
無回答	9	7%
計	133	100%



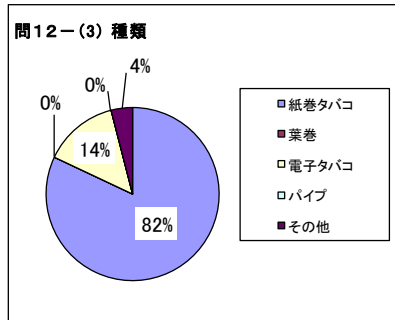
問12-1(2) 問12で2又は3と答えた方にお聞きします。 1日の喫煙本数は

	人数	%
10本以下	14	24%
11～20本	30	52%
21～30本	5	9%
31～40本	0	0%
40本以上	1	2%
無回答	8	14%
計	58	100%



問12-1(3) タバコの種類は

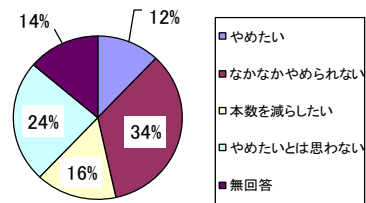
	人数	%
紙巻タバコ	41	71%
葉巻	0	0%
電子タバコ	7	12%
パイプ	0	0%
その他	2	3%
無回答	8	14%
計	58	100%



問13 タバコについてのあなたの気持ち

	人数	%
やめたい	7	12%
なかなかやめられない	20	34%
本数を減らしたい	9	16%
やめたいとは思わない	14	24%
無回答	8	14%
計	58	100%

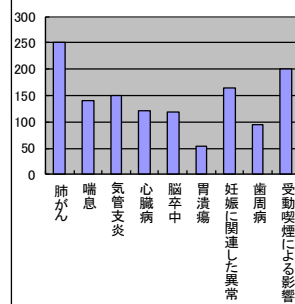
問13 禁煙希望



問14 喫煙が及ぼす健康への影響を上げているもの(複数回答)

肺がん	251
喘息	141
気管支炎	151
心臓病	120
脳卒中	119
胃潰瘍	54
妊娠に関連した異常	164
歯周病	95
受動喫煙による影響	201

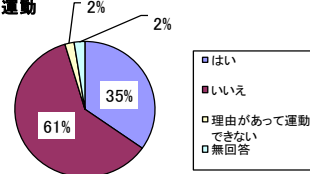
問14 喫煙が健康に及ぼす影響の認知度



問15 自分で意識して身体を動かすなどの運動を心がけていますか

	人数	%
はい	98	34.8%
いいえ	171	60.6%
理由があって運動できない	6	2.1%
無回答	7	2.5%
計	282	100%

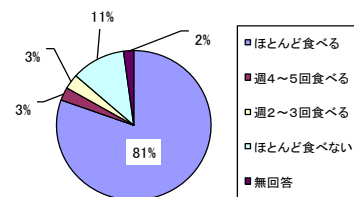
問15 運動



問16 普段朝食を食べていますか

	人数	%
ほとんど食べる	227	80.5%
週4~5回食べる	8	2.8%
週2~3回食べる	9	3.2%
ほとんど食べない	32	11.3%
無回答	6	2.1%
計	282	100%

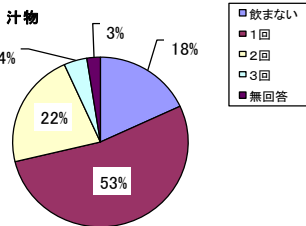
問16 朝食



問17 あなたは味噌汁などの汁物を一日何回飲みますか

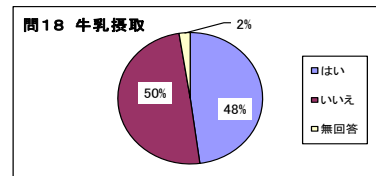
	人数	%
飲まない	51	18%
1回	150	53%
2回	62	22%
3回	12	4%
無回答	7	2%
計	282	100%

問17 汁物



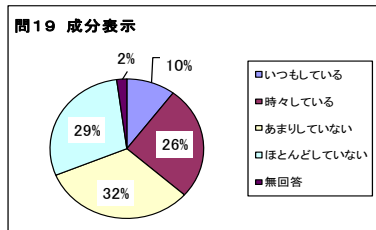
問18 あなたは牛乳一本程度の乳製品を摂取していますか

	人数	%
はい	135	48%
いいえ	140	50%
無回答	7	2%
計	282	100%



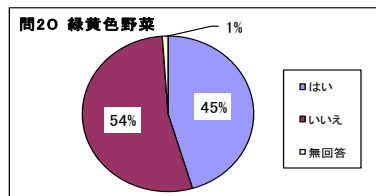
問19 あなたは普段、外食する時や食品を購入する時に、栄養成分表示を参考にしていますか

	人数	%
いつもしている	29	10%
時々している	74	26%
あまりしていない	91	32%
ほとんどしていない	82	29%
無回答	6	2%
計	282	100%



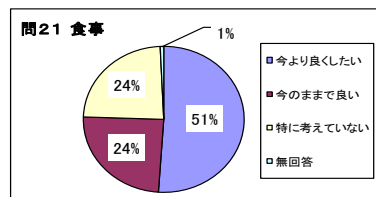
問20 あなたは毎食、緑黄色野菜を食べていますか

	人数	%
はい	128	45%
いいえ	151	54%
無回答	3	1%
計	282	100%



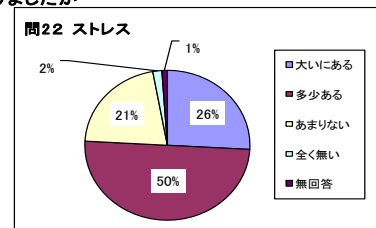
問21 自分の食事について今後どのようにしたいと思っていますか

	人数	%
今より良くしたい	144	51.1%
今のままで良い	69	24.5%
特に考えていない	67	23.8%
無回答	2	0.7%
計	282	100.0%



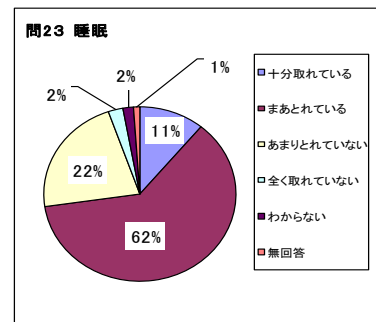
問22 あなたは最近一ヶ月の間に、不満・悩み・苦勞・ストレスなどがありましたか

	人数	%
大いにある	73	25.9%
多少ある	141	50.0%
あまりない	60	21.3%
全く無い	5	1.8%
無回答	3	1.1%
計	282	100.0%



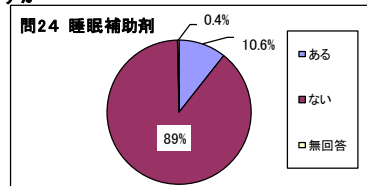
問23 あなたはいつも睡眠が取れていると思いますか

	人数	%
十分取れている	31	11.0%
まあとれている	174	61.7%
あまりとれていない	62	22.0%
全く取れていない	7	2.5%
わからない	5	1.8%
無回答	3	1.1%
計	282	100.0%



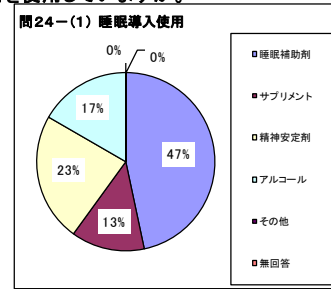
問24 睡眠補助剤(睡眠薬、精神安定剤)やアルコールをすることがありますか

	人数	%
ある	30	10.6%
ない	251	89%
無回答	1	0.4%
計	282	100.0%



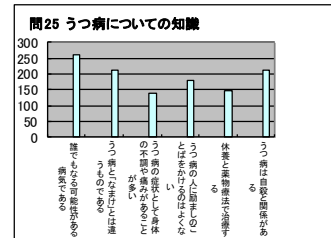
問24-1(1) 問24で「1 ある」と回答した方にお聞きします。それは何を使用していますか。

	人数	%
睡眠補助剤	14	47%
サプリメント	4	13%
精神安定剤	7	23%
アルコール	5	17%
その他	0	0%
無回答	0	0%
計	30	100%



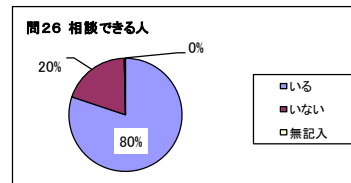
問25 うつ病について、正しいと思うもの(複数回答)

誰でもなる可能性がある病気である	261
うつ病と「なまけ」とは違うものである	212
うつ病の症状として身体の不調や痛みがあることが多い	140
うつ病の人に励ましのことばをかけるのはよくない	181
休養と薬物療法で治療する	146
うつ病は自殺と関係がある	212



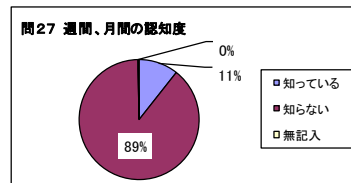
問26 身近に悩みを相談できる人がいますか

	人数	%
いる	226	80%
いない	55	20%
無記入	1	0%
計	282	100%



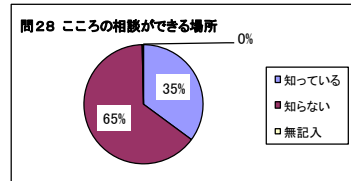
問27 自殺予防週間、自殺対策強化月間を知っていますか

	人数	%
知っている	30	11%
知らない	251	89%
無記入	1	0%
計	282	100%



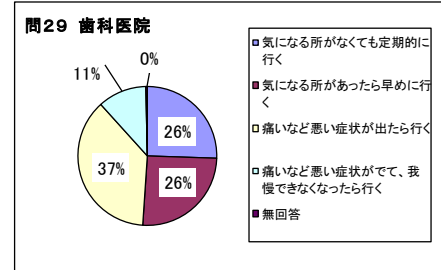
問28 こころの相談ができる場所を知っていますか

	人数	%
知っている	99	35%
知らない	182	65%
無記入	1	0%
計	282	100%



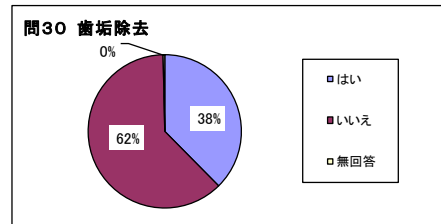
問29 歯科医院にはどのような場合に行きますか

	人数	%
気になる所がなくても定期的に行く	72	25.5%
気になる所があったら早めに行く	72	25.5%
痛いなど悪い症状が出たら行く	105	37.2%
痛いなど悪い症状がでて、我慢できなくなったら行く	32	11.3%
無回答	1	0.4%
計	282	100.0%



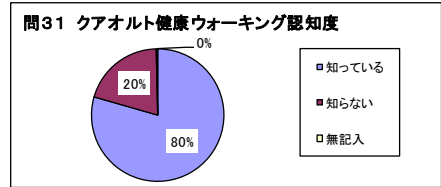
問30 あなたは歯科医院で定期的に歯石の除去を受けていますか

	人数	%
はい	106	37.6%
いいえ	175	62.1%
無回答	1	0.4%
計	282	100.0%



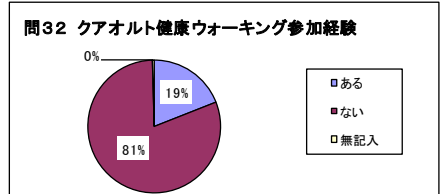
問31 「クアオルト健康ウォーキング」を知っていますか

	人数	%
知っている	224	79%
知らない	57	20%
無記入	1	0%
計	282	100%



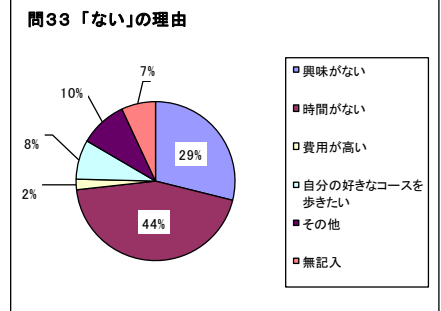
問32 クアオルト健康ウォーキングに参加したことはあるか

	人数	%
ある	43	19%
ない	182	81%
無記入	1	0%
計	226	100%



問33 問32で「ない」と答えた方の理由

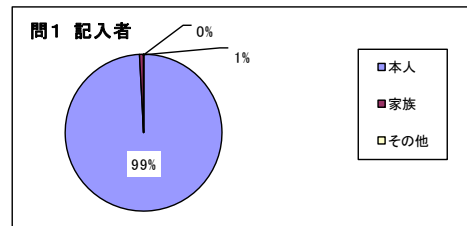
	人数	%
興味がない	54	29%
時間がない	83	44%
費用が高い	4	2%
自分の好きなコースを歩きたい	15	8%
その他	18	10%
無記入	13	7%
計	187	100%



④ 65歳～70歳の市民に対するアンケート結果

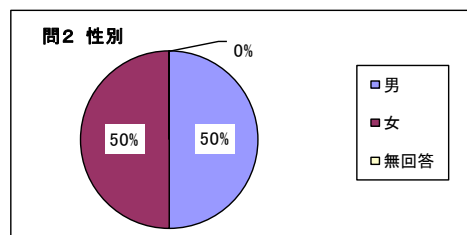
問1 アンケートの対象者からみて記入者は

	人数	%
本人	119	99%
家族	1	1%
その他	0	0%
計	120	100%



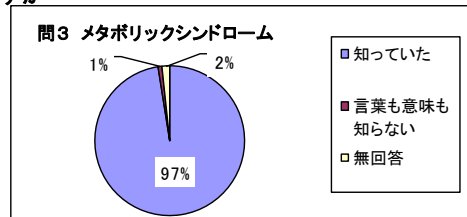
問2 性別

	人数	%
男	60	50%
女	60	50%
無回答	0	0%
計	120	100%



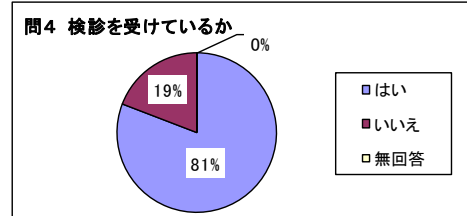
問3 メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)を知っていますか

	人数	%
知っていた	117	97.5%
言葉も意味も知らない	1	0.8%
無回答	2	1.7%
計	120	100.0%



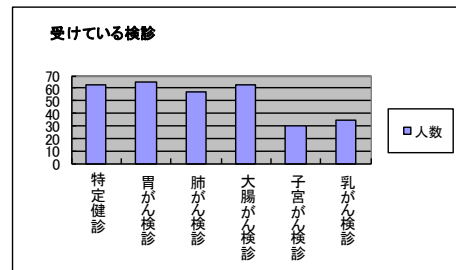
問4 あなたは毎年特定健診やがん検診を受けていますか

	人数	%
はい	97	80.8%
いいえ	23	19.2%
無回答	0	0.0%
計	120	100.0%



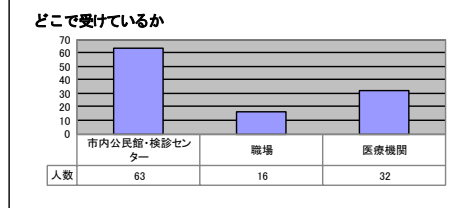
受けている検診

特定健診	63
胃がん検診	65
肺がん検診	57
大腸がん検診	63
子宮がん検診	30
乳がん検診	35



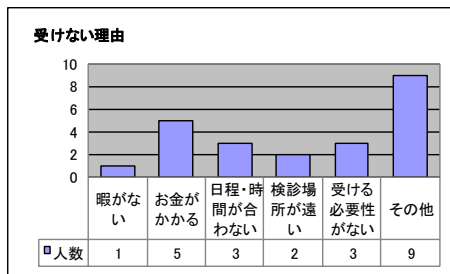
「1. はいの方」は、どこで受けていますか(複数回答)

市内公民館・検診センター	63
職場	16
医療機関	32



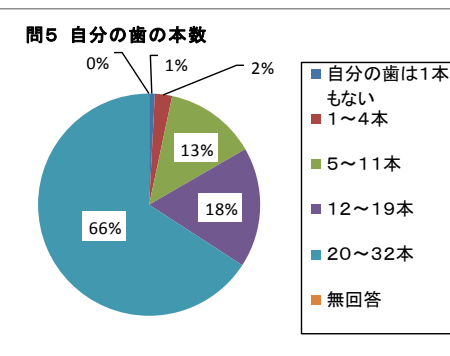
「2. いいえの方」は、受けない理由は何ですか(複数回答)

暇がない	1
お金がかかる	5
日程・時間が合わない	3
検診場所が遠い	2
受ける必要性がない	3
その他	9



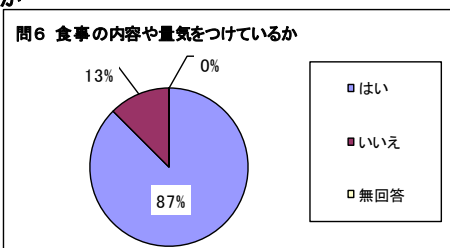
問5 現在あなたの口の中には自分の歯が何本ありますか

	人数	%
自分の歯は1本もない	1	1%
1～4本	3	3%
5～11本	16	13%
12～19本	21	18%
20～32本	79	66%
無回答	0	0%
計	120	100%



問6 健康のために食事の内容や量に気をつけて食べていますか

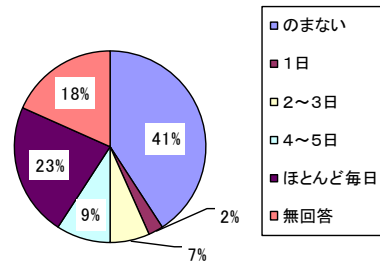
	人数	%
はい	105	88%
いいえ	15	13%
無回答	0	0%
計	120	100%



問7 あなたは、お酒をのめますか。お酒を飲む方は一週間にどのくらいの頻度で飲みますか

	人数	%
のまない	49	40.8%
1日	3	2.5%
2～3日	8	6.7%
4～5日	11	9.2%
ほとんど毎日	27	22.5%
無回答	22	18.3%
計	120	100.0%

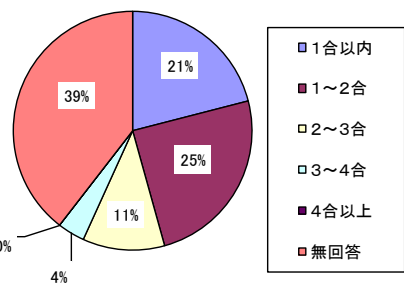
問7 お酒を飲みますか



問8 お酒を飲む方にお聞きます。1回に飲む量はどのくらいですか。

	人数	%
1合以内	17	21.0%
1～2合	20	24.7%
2～3合	9	11.1%
3～4合	3	3.7%
4合以上	0	0.0%
無回答	32	39.5%
計	81	100.0%

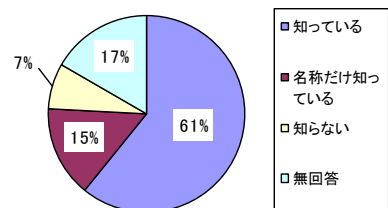
問8 1回に飲むお酒の量



問9 「クアオルト健康ウォーキング」を知っていますか

	人数	%
知っている	73	61%
名称だけ知っている	18	15%
知らない	9	8%
無回答	20	17%
計	120	100%

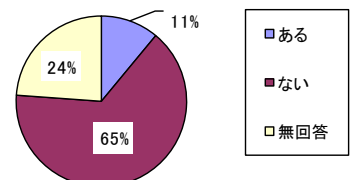
問9 「クアオルト健康ウォーキング」



問10 問9で「知っている」と答えた方に質問します。「クアオルト健康ウォーキング」に参加したことがありますか

	人数	%
ある	12	11%
ない	71	65%
無回答	26	24%
計	109	100%

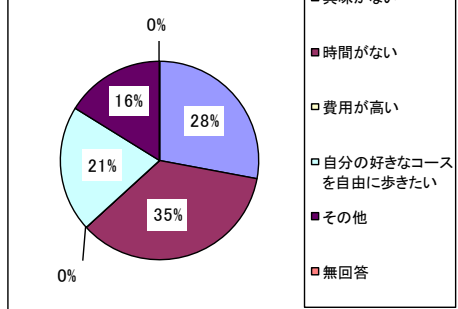
問10 参加したことがあるか



問11 問9で「ない」と答えた方に質問します。「クアオルト健康ウォーキング」参加したことがない理由は何ですか

	人数	%
興味がない	19	27.9%
時間がない	24	35.3%
費用が高い	0	0.0%
自分の好きなコースを自由に歩きたい	14	20.6%
その他	11	16.2%
無回答	0	0.0%
計	68	100.0%

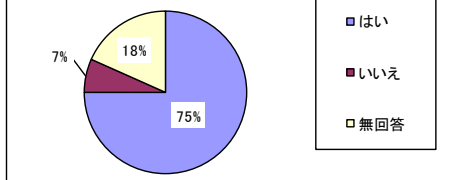
問11 参加したことがない理由



問12 あなたは最近眠れていますか

	人数	%
はい	90	75%
いいえ	8	7%
無回答	22	18%
計	120	100%

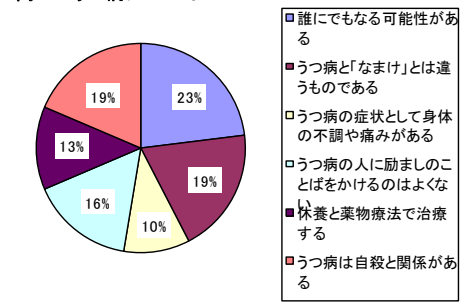
問12 最近眠れているか



問13 うつ病について正しいと思うもの（複数回答）

	人数	%
誰にでもなる可能性がある	88	23%
うつ病と「なまけ」とは違うものである	74	19%
うつ病の症状として身体の不調や痛みがある	39	10%
うつ病の人に励ましのことばをかけるのはよくない	61	16%
休養と薬物療法で治療する	49	13%
うつ病は自殺と関係がある	71	19%
計	382	100%

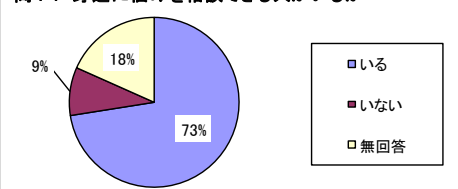
問13 うつ病について



問14 身近に悩みを相談できる人がいますか

	人数	%
いる	87	73%
いない	11	9%
無回答	22	18%
計	120	100%

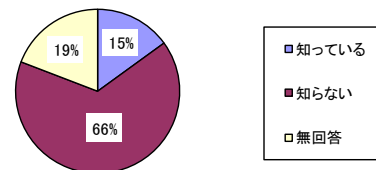
問14 身近に悩みを相談できる人がいますか



問15 自殺予防週間、自殺対策強化月間を知っていますか

	人数	%
知っている	18	15%
知らない	79	66%
無回答	23	19%
計	120	100%

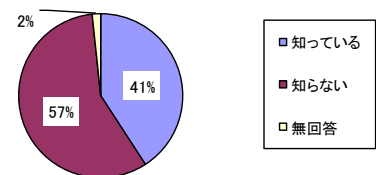
問15 自殺予防・月間を知っているか



問16 こころの相談ができる場所を知っていますか

	人数	%
知っている	49	41%
知らない	69	58%
無回答	2	2%
計	120	100%

問16 こころの相談ができる場所



4 目標の達成状況一覧

(1) 妊娠期～思春期 (0歳～19歳)

項 目	予防 区分	現状値 (市)	中間評価時の値	目標値(市)	達成状況
①妊娠中の喫煙率 (妊娠届出時)	一次 予防	3.5%	1.3%	0%	B
②3歳児の9時30分までの就寝率	一次 予防	72.9%	68.4%	80%	D
③3歳児の毎日朝食を食べる割合	一次 予防	93.0%	97.1%	100%	B
④3歳児の肥満の割合	一次 予防	4.1%	2.9%	3.6%	A
⑤3歳児のむし歯罹患率	一次 予防	28.6%	19.9%	10%	B
⑥12歳一人平均むし歯本数	一次 予防	1.4本	0.7本	0.7本以下	A
⑦低出生体重児の出生率	一次 予防	5.2%	8.5%	3.0%以下	D
⑧中学生の朝食を食べる人の割合	一次 予防	89.6%	88.8%	100%	C

項 目	予防 区分	現状値 (市)	中間評価時の値	目標値(市)	達成状況
⑨アルコールの 害を知っている 中学生の割合	一次 予防	63.4%	78.4%	100%	B
⑩将来たばこを 絶対吸わないと 思う中学生の割 合	一次 予防	63.9%	75.8%	90%	B
⑪自分の心と体 を大切にしたい 人の割合 (中学生)	一次 予防	93.0%	97.8%	100%	B
⑫悩みや困った 時に相談相手が いる割合 (中学生)	一次 予防	72.5%	79.1%	90%以上	B
⑬こんにちは赤 ちゃん事業早期 訪問率 (2か月以内)	一次 予防	54.5%	95.5%	90%	A
⑭育児に困難や 不安がある人の 割合	一次 予防	57.6%	32.4%	30%以下	B
⑮育児が楽しい 人の割合	二次 予防	84.3%	82.4%	90%以上	C

項 目	予防 区分	現状値 (市)	中間評価時の値	目標値(市)	達成状況
⑩クアオルト健康ウォーキング (親子参加) イベントの開催回数 【新規】	一次 予防		3 回	3 回	
⑪予防接種未接種者に対する受 診勧奨 【新規】	二次 予防		2 回	2 回以上	
⑫家庭児童相談 員の相談取扱件 数 【新規】	二次 予防		559 件	500 件	
⑬発達相談会の 回数 【新規】	二次 予防		27 回	35 回	
⑭庁内や関係機 関などとの連絡 会の開催回数 【新規】	三次 予防		0 回	1 回	

(2) 成人期(20歳～64歳)

項 目	予防 区分	現状値 (市)	中間評価時の値	目標値(市)	達成状況
①BMIが25 以上の人の割合 (40～74歳)	一次 予防	男： 29.2%	28.8%	20%以下	C
	一次 予防	女： 21.0%	22.4%	20%以下	C
②毎食緑黄色野 菜を食べている 人の割合	一次 予防	53.0%	45.4%	60%	D
③味噌汁など汁 物を1日3回以 上飲む人の割合	一次 予防	7.0%	4.3%	5%以下	A
④意識して運動 を心がけている 人の割合	一次 予防	33.1%	34.8%	45%	C
⑤クアオルト健 康ウォーキング に参加したこと のある人の割合	一次 予防	4.0%	19.0%	80%	B
⑥睡眠が十分と れていない人の 割合	一次 予防	21.7%	24.5%	15%	D
⑦タバコを吸う 人の割合	一次 予防	21.2%	18.1%	12%	B

項 目	予防 区分	現状値 (市)	中間評価時の値	目標値(市)	達成状況
⑧ 1 回の飲酒で 2 合以上飲む人 の割合	一次 予防	25.9%	23.3%	15%	B
⑨ 歯科医院で定 期的に歯石除去 など受けている 人の割合	一次 予防	27.1%	37.6%	65%	B
⑩がん検診受診 者数受診率	二次 予防	胃がん 33.5%	32.5%	60%	C
	二次 予防	大腸がん 41.6%	48.7%	60%	B
	二次 予防	肺がん 42.2%	50.8%	50%	A
	二次 予防	子宮頸が ん 34.8%	40.8%	50%	B
	二次 予防	乳がん 42.2%	49.7%	60%	B
⑪がん精密検査 受診率	二次 予防	胃がん 88.2%	85.0%	100%	D
	二次 予防	大腸がん 81.9%	85.0%	100%	B
	二次 予防	肺がん 88.5%	90.9%	100%	B

項 目	予防 区分	現状値 (市)	中間評価時の値	目標値(市)	達成状況
⑪がん精密検査 受診率	二次 予防	子宮頸が ん 73.9%	75.0%	100%	C
	二次 予防	乳がん 86.4%	88.9%	100%	B
⑫特定健診受診 率 (40～74 歳)	二次 予防	38%	46.6%	国保目標 60%	B
	二次 予防	(国保)		(全国目標 70%)	B
⑬特定保健指導 実施率 (40～74 歳)	二次 予防	54.4%	69.5%	国保目標 60%	A
	二次 予防	(国保)		(全国目標 45%)	A
⑭H20 年度と比 べた内臓脂肪症 候群及び予備群 の人の減少率 (40～74 歳) (※平成 20 年 度 : 31.2%)	一次 予防	減少率 8.3%	減少率 7.5%	減少率 11.3%	C
⑮特定健診血圧 測定(40～74 歳)	三次 予防	男 : 49.9%	56.0%	10%の減	D
『要指導・要受 診』の人の割合	三次 予防	女 : 42.6%	45.8%		D

項 目	予防 区分	現状値 (市)	中間評価時の値	目標値(市)	達成状況
⑩特定健診H b A 1 c (40～74 歳)	三次 予防	男： 66.7%	78.3%	65%以下の維持	D
『要指導・要受 診』の人の割合	三次 予防	女： 66.9%	80.2%	65%以下の維持	D
⑪特定健診で血 糖値コントロール 不良者（H b A 1 c 8.4以上） の割合	三次 予防	0.50%	0.70%	1 %未満維持	A
⑫こころの相談 が出来る場所を 知っている人の 割合 【新規】	一次 予防		41.0%	41.0%以上	
⑬ひきこもりの 相談会の回数 【新規】	二次 予防		0回	3回	

(3) 高齢期 (65 歳以上)

項 目	予防 区分	現状値 (市)	中間評価時の値	目標値(市)	達成状況
①自分で健康だと思 う人の割合	一次 予防	71.1%	80.2%	80%	A
②生きがいのある 人の割合	一次 予防	83.3%	89.4%	90%	B
③定期的に歯科受 診をしている人の 割合	一次 予防	47.9%		65%	E
④食事の内容や量 に気を付けて食べ ている人の割合	一次 予防	79.0%	87.5%	85%	A
⑤6 か月で2～3 k g 以上の体重減 少した人の割合	一次 予防	13.0%	8.2%	10%以下	A
⑥基本チェックリ ストで口腔機能で 2 項目以上該当者 割合	二次 予防	31.5%		26%	E
⑦基本チェックリ ストで運動機能で 3 項目以上該当者 割合	二次 予防	39.9%		35%	E

項 目	予防 区分	現状値 (市)	中間評価時の値	目標値(市)	達成状況
⑧インフルエンザ 予防接種の接種率	一次 予防	52.2%	49.8%	70%	D
⑨健康診査受診率	二次 予防	10.4%	17.0%	22%	B
⑩75 歳以上の介護 認定率	三次 予防	31.8%	35.6%	30%	D
⑪百歳体操の実施 個所 【新規】	一次 予防		23 か所	35 か所	
⑫20 本以上自分の 歯を持っている人 の割合 【新規】	一次 予防		65.8%	70%	
⑬肺炎球菌ワクチ ンの接種率 【新規】	一次 予防		48.0%	54%	
⑭地域ケア会議の 開催回数 【新規】	三次 予防		12 回	12 回	