

# 第2次菊川すこやかプラン

菊川市第3期健康増進計画

菊川市第2期食育推進計画

平成29年度～令和5年度

## 中間評価（令和元年度）報告書



令和2年3月

静岡県 菊川市

# 目 次

1	「第2次菊川すこやかプラン」について・・・・・・・・・・	1
	（1）「第2次すこやかプラン」の経過 .....	1
	（2）基本方針 .....	1
	（3）重点取り組み.....	1
2	「第2次すこやかプラン」の中間評価について.....	2
	（1）中間年（令和元年度）における評価について.....	2
	（2）中間評価の実施内容.....	2
3	領域別まとめ .....	3
	（1）食育・食生活.....	3
	（2）運動.....	7
	（3）こころ・休養.....	9
	（4）アルコール・タバコ・薬物.....	12
	（5）歯と口の健康.....	15
	（6）健康管理.....	17
4	重点取り組みについて.....	21
	（1）生活習慣病の発症予防と重症化予防.....	21
	（2）次世代の健康づくり.....	22
	（3）健康を支え、守るための社会環境の整備.....	22
5	指標一覧 .....	23

# 1 「第2次菊川すこやかプラン」について

## (1) 「第2次すこやかプラン」の経過

国では、平成12年度から展開してきた国民健康づくり運動「健康日本21」により、働き盛りの人の死亡を減らし、健康寿命を延ばすことを目的として、生活習慣病の発症予防を重視した取り組みを推進してきました。

それを受けて、本市では平成24年3月に「菊川すこやかプラン」を策定し、健康づくりを進めてきました。

また、平成25年度から平成34(2022)年度までの「健康日本21(第二次)」の方針として、新たに「健康格差の縮小」や「生活習慣病の重症化予防」の推進が示されたことを配慮し、本市では平成29年3月に「第2次菊川すこやかプラン」を策定し、健康づくりを進めてきました。

これは、基本理念である「みんなでつくろう 健康・元気に暮らせるまち」を目指すもので、本市の健康づくりを進めていく上で、社会資源を活用しながら、市民自らが積極的に自分に合わせた健康づくりに取り組むと共に、地域や企業・事業所と協働していくことが重要だという考えで策定したものです。

また、平成28年4月1日に施行された自殺対策基本法の一部を改正する法律を受けて、本市では本プランの領域別計画(休養・こころ)として平成31年3月に「菊川市いのち支える自殺対策行動計画」を策定しました。これは、「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現を目指して自殺対策を総合的かつ効果的に推進することを目的としています。

## (2) 基本方針

健康寿命の延伸と健康格差の縮小

## (3) 重点取り組み

- ①生活習慣病の発症予防と重症化予防
- ②次世代の健康づくり
- ③健康を支え、守るための社会環境の整備

## 2 「第2次すこやかプラン」の中間評価について

### (1) 中間年（令和元年度）における評価について

本プランでは、施策領域ごとに評価指標と目標値を設定し、毎年取り組み内容の点検・評価を行ってきました。

プランの中間年度となる令和元（2019）年度に、アンケート調査等で実態を把握・評価し、その結果をもとに社会情勢の変化などを加味し、目標や取り組みの見直しをする計画となっていました。

そこで本年度、市民に対して行った「食と健康、生活習慣に関するアンケート調査」や統計調査等で中間評価を実施しました。

### (2) 中間評価の実施内容

#### <目的>

これまでの取り組みや数値目標の達成状況等を確認し、評価を行うことにより、本プランの目標達成に向け重点的に取り組むべき事項等を明確にし、今後の効果的な施策展開を図るものです。

#### <実施方法>

本プランの評価は、以下の作業により実施しました。

- ① 各種統計、調査報告書等による本市の健康に関する実態調査
- ② 状況把握のためのアンケート調査の実施
  - ・市民アンケート
  - ・企業アンケート
- ③ プランの評価等
  - 領域別の取り組み状況の整理、指標の達成状況、今後の重点的取り組みについての検討
- ④ 健康増進ワーキング会議メンバーからの意見聴取
- ⑤ 健康づくり推進協議会委員からの意見聴取

### 3 領域別まとめ

6つの領域ごとに、すこやかプラン内「行政の役割」について各課での取組内容の概要についてまとめました。次に数値目標について、現状値（R1 中間評価時）とベースライン値（H27 プラン策定時）を比較するとともに、目標値（R5）と比較し、それぞれ以下のとおり評価しました。

更にそれを受けて、今後の重点的取り組み等についてまとめました。

なお、本年度調査において既に目標達成した項目については、以下の表の項目番号に「★」を付し、今後も数値の改善に努めていくことを示しています。

#### 【評価方法】

評価	基準
◎	目標値を達成している
○	目標値には達しないが改善している
△	変化なし（現状値±1%以内）
×	当初値より悪化している

#### （1）食育・食生活

<めざす姿>

正しい知識を身につけ、バランスの良い食事をとります。また、マナーを知り、食事を楽しみます。

<これまでの主な取組>

行政の役割	取組内容（概要）
食育に関する情報の発信に努め、食への関心を高めます。	<ul style="list-style-type: none"><li>・野菜栽培やクッキングを実施することで、食物への関心を高め、食への意欲が膨らむようにしました。</li><li>・給食日よりを活用した紙媒体で、食育の日やふじのくに地産地消の日などの情報を発信し、食の関心を高めました。</li><li>・広報きくがわへ「明日のレシピ」を毎月掲載し、食に関する情報を提供しました。</li></ul>

<p>保育園、幼稚園、学校、企業・事業所、各種団体を通じて正しい食習慣について普及啓発を行います。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・児童館やこども園・小学校へ食育の出前行政講座を実施し、子どもや保護者への正しい食習慣の普及啓発を行いました。</li> <li>・給食時に食事のマナー等について一斉指導や個別指導をし、身につくようにしました。また、献立を紹介しながら、いろいろな食材に関心が持てるようにしました。</li> <li>・栄養教諭が全校を巡回し、よりよい食習慣について指導を行いました。</li> </ul>
<p>野菜を食べる重要性や、一日の摂取量の目安を周知し、野菜を十分に食べる市民を増やします。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・市内全ての学校へ出向き、栄養士による食育の授業を活用し、野菜を食べる重要性や、一日の摂取量の目安を周知し、野菜摂取の大切さを意識させることができました。</li> <li>・出前行政講座や市が実施する各種料理教室において、「野菜プラス1皿」を伝えました。</li> </ul>
<p>栄養成分表示の見方の普及啓発をします。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・出前行政講座、健康づくり食生活推進協議会研修、市が実施する各種料理教室など、機会をとらえて「栄養成分表示の見方」を伝えました。</li> </ul>
<p>緑茶の効能の周知と茶葉の活用を呼びかけます。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・婚姻届提出者に急須とお茶のプレゼントを行い、若者家庭へのリーフ茶の普及と消費の推進を図りました。</li> <li>・市役所庁舎内に給茶機を設置し、来庁者が気軽にお茶を飲める取組みを行いました。</li> <li>・出前行政講座においてお茶の淹れ方教室を実施しました。</li> </ul>
<p>食に関する地域活動団体への支援をします。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康づくり食生活推進協議会の研修会を毎月実施しました。また、会員の地域活動実施について支援を行いました。</li> </ul>
<p>特産品を活用した地産地消を推進します。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地域農産物（ちゃ豆）の地産地消を推進するために、試食販売や試食会等を行いました。</li> <li>・市内こども園、小中学校への給食飲茶の提供を行い、お茶を飲む食生活の推進を支援しました。</li> <li>・小学3年生を対象としたお茶の文化・歴史の継承のための学習を、地元生産者と連携し実施しました。</li> </ul>
<p>和食（日本型食生活）を推進します。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・和食（日本型食生活）を積極的に給食メニューに取り込み、提供しました。</li> <li>・市で実施する各料理教室や健康づくり食生活推進協議会研修において、和食（日本型食生活）の献立を取り入れました。</li> </ul>
<p>「食育の日」「共食の日」の啓発に努めます。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・給食だよりを活用した紙媒体で、食育の日や共食の日等の啓発を行いました。</li> <li>・調理実習の献立表への掲載、講話の中で「食育の日」や「共食の日」の普及啓発をしました。</li> </ul>

<結果及び評価>

No.	項目	ベース ラインH27	中間評価 R1	目標値 R5	把握方法	評価
1 ★	栄養のバランスに気をつけて いる人の割合（20～64歳）	31.0%	37.9%	35% 以上	H27・R1 アンケート	◎
2	朝食を毎日食べる人の割合 （「週5～6日以上」含む） （20～64歳）	88.1%	87.1%	90% 以上	H27・R1 アンケート	△
3 ★	子どもだけで朝食を食べる児 童の割合（小学5年生）	32.9%	29.9%	30% 以下	H27・R1 アンケート	◎
4	主食・主菜・副菜が毎食そろ っている人の割合 （20～64歳）	29.4%	23.3%	35% 以上	H27・R1 アンケート	×
5	毎食野菜を1皿以上食べる人 の割合（20～64歳）	13.4%	12.2%	20% 以上	H27・R1 アンケート	×
6 ★	おはしを上手に使える幼児の 割合（「まあ使える」を含む） （5歳児）	91.4%	94.5%	93% 以上	H27・R1 アンケート	◎
7	料理や食事の準備を手伝う （よく・時々）割合 （5歳児）	79.6%	77.3%	82% 以上	H27・R1 アンケート	×
8	料理や食事の準備を手伝う （よく・時々）割合 （小学5年生）	71.1%	62.0%	75% 以上	H27・R1 アンケート	×
9	自分で料理を作らない・作れ ない人の割合 （20～64歳男性）	45.7%	40.7%	40% 以下	H27・R1 アンケート	○
10	外食や食品購入の際に栄養成 分表示を参考にする人の割合 （20～64歳）	32.1%	27.3%	35% 以上	H27・R1 アンケート	×
11	茶葉からいれたお茶をほとん ど飲まない人の割合 （20～64歳）	22.3%	20.1%	20% 以下	H27・R1 アンケート	○
12	「食育の日」を知っている人 の割合（20～64歳）	13.6%	16.9%	20% 以上	H27・R1 アンケート	○

No.	項目	ベース ラインH27	中間評価 R1	目標値 R5	把握方法	評価
13 ★	地産地消の意味を知っている 人の割合（20～64歳）	67.6%	70.3%	70% 以上	H27・R1 アンケート	◎
14	夕食を家族で一緒に食べるこ とがほとんどない人の割合 （20～64歳）	5.9%	3.4%	3% 以下	H27・R1 アンケート	○
15	塩分のとりすぎに気をつけて いる人の割合（20～64歳）	64.4%	64.0%	67% 以上	H27・R1 アンケート	△

・栄養のバランスに気をつけている人の割合は、前回調査より 6.9 ポイント増加し、目標を上回りました。食生活や食育について、様々な機会を捉えて啓発を行っている効果が伺えます。

・朝食を毎日食べる人の割合は 1.0 ポイント減少してしまい、目標までは 2.9 ポイントあります。野菜摂取促進を啓発する機会と併せて、朝食摂取の重要性についても伝えていく必要があります。

・子どもだけで朝食を食べる小学5年生の割合は、前回調査より 3.0 ポイント減少し、改善しました。給食だよりや出前行政講座により保護者への普及啓発ができていると考えられます。

・主食・主菜・副菜が毎食そろっている人の割合は低く、前回調査より 6.1 ポイント減少してしまいました。また、毎食野菜を 1 皿以上食べる人の割合は 1.2 ポイント減少しています。出前行政講座等において、バランスのとれた食事の重要性や野菜摂取の大切さをさらに伝えていく必要があります。

・おはしを上手に使える幼児の割合は、前回調査より 3.1 ポイント増加し、目標を達成しています。出前行政講座にて、おはしの使い方について伝達している効果ができていると考えられます。

・料理や食事の準備を手伝う割合は、5歳児、小学5年生共に減少しています。特に小学5年生においては 9.1 ポイント減少しました。

・男性において、料理を作らない・作れない人の割合は 5.0 ポイント減少し、改善しました。

・外食や食品購入の際に栄養成分表示を参考にする人の割合は、前回調査に比べ 4.8 ポイント減少してしまいました。

・茶葉からいれたお茶をほとんど飲まない人の割合は前回調査より 2.2 ポイント減少し、改善しました。婚姻届時の急須・お茶の配布やお茶の淹れ方教室の実施等により、お茶を飲む習慣作りが推進されていると思われます。

・「食育の日」を知っている人の割合は、前回調査より 3.3 ポイント増加していました。給食だよりや料理教室の献立表への掲載の効果ができていると考えられます。また「地産地消」



の意味を知っている人の割合も 2.7 ポイント増加し、改善していました。

・夕食を家族と一緒に食べることがほとんどない人の割合は、2.5 ポイント減少し、改善しました。給食だよりや健康づくり食生活推進協議会の活動等で「食育の日」と併せて「共食」についてもPRしている効果と思われます。

・塩分のとりすぎに気をつけている人の割合は前回調査と大きな変化はありませんでした。静岡県も減塩への取り組みを積極的に進めていることから、様々な講座でさらに情報発信していく必要があります。

#### <今後の重点的な取組>

・野菜を食べる重要性や 1 日の野菜摂取量等を情報発信し、毎食野菜を 1 皿以上食べる人の割合を増やします。

・塩分のとりすぎによるリスクについてや減塩のコツ等について情報発信を行い、塩分のとりすぎに気をつけている人の割合を増やします。

## (2) 運動

#### <めざす姿>

ライフスタイルに合った運動習慣を身につけ、健康な体づくりをしていきます。

#### <これまでの主な取組>

行政の役割	取組内容（概要）
生活習慣病、ロコモティブシンドローム予防などのための運動について正しい知識の普及に努めます。	・健康づくり推進委員に運動に関する知識の普及と運動実践を行いました。 ・平成 30 年度の出前行政講座では、ロコモティブシンドローム予防等について 12 回 239 人、生活習慣病予防について 7 回 149 人、長寿介護課担当の講座では 33 回 762 人、70 歳の健康講座では 24 回 405 人に運動の普及を実施しました。また、介護予防支援対象者 183 人に運動機能向上のパンフレットを配布し、運動の普及に努めました。
運動や地域の活動などの情報提供を行います。	・報道機関への取材依頼、健康マイレージの紙面、チラシの配布、広報、ホームページ、フェイスブック等で市事業の情報提供を行いました。また、生活習慣病予防教室では、市内運動施設の紹介や体験を実施しました。 ・出前行政講座や 70 歳の健康講座、健康づくり推進委員活動をとおして情報提供を行いました。

児童館や保育園・幼稚園などと連携し、親子で体を動かす機会を提供します。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・児童館親子のつどい等で親子で体を動かす場の提供、こども園では家庭でもできる親子ふれあい遊びの提供、園庭開放等を実施しました。</li> <li>・子育て応援アプリ「きくすく」、赤ちゃん訪問や健診相談等を活用し、関連事業の紹介を行いました。</li> </ul>
運動機能の低下を防ぐための適切な運動の普及や、地域活動への支援を行います。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・70歳の健康講座や介護予防教室等で、運動や地域活動の実施を促しました。</li> <li>・筋力・脳力アップ応援隊養成講座、健康体操リーダー研修会の実施と活動支援をしました。</li> <li>・出前行政講座、健康マイレージ事業で運動の促進を行いました。</li> </ul>
手軽にできる運動の提案や運動しやすい環境整備を行います。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ビーチボール体験会、ペタボード交流会等を実施しました。</li> <li>・遊具保守や緑化木管理、公園管理員雇用等で公園管理に努めました。</li> <li>・健康づくり推進委員活動では、ながら体操や健康教室、ラジオ体操等気軽にできる運動実践を行いました。</li> <li>・満4歳から小学校3年生の親子を対象に夏休み親子スポーツ教室を実施しました。</li> </ul>

<結果及び評価>

No.	項目	ベースライン H27	中間評価 R1	目標値 R5	把握方法	評価
1	普段運動している人の割合 (20~64歳男性)	42.9%	43.6%	45% 以上	H27・R1 アンケート	△
2	普段運動している人の割合 (20~64歳女性)	33.5%	32.2%	35% 以上	H27・R1 アンケート	×
3	休日に1日1時間以上外遊び をする子どもの割合(5歳児)	35.2%	31.9%	40% 以上	H27・R1 アンケート	×
4	休日に1日1時間以上外遊び をする子どもの割合 (小学5年生)	58.4%	46.2%	60% 以上	H27・R1 アンケート	×
5	足腰に痛みがある人の割合 (65~74歳)	41.2%	49.5%	38% 以下	H27・R1 アンケート	×
6	「ロコモティブシンドローム」 の認知度(20~64歳)	26.4%	17.2%	30% 以上	H27・R1 アンケート	×

No.	項目	ベース ライン H27	中間評価 R1	目標値 R5	把握方法	評価
7 ★	健康づくり推進委員が計画した 運動に関する活動への参加者	4,973 人	5,371 人	5,000 人以上	H27・30 健康づくり課	◎
8	運動・体力づくりに取り組ん でいる企業・事業所数※	16.5%	11.6%	20% 以上	H28・R1 企業調査 健康づくり課	×

※母数はアンケート調査を実施した企業・事業所数

- ・ 普段運動している人の割合は、男性では0.7ポイント増加していましたが、女性では1.3ポイント減少していました。
- ・ 休日に1日1時間以上外遊びをする子どもの割合は、5歳児、小学校5年生共に減少していました。特に小学校5年生では12.2ポイントも減少しています。
- ・ 足腰に痛みがある人の割合は8.3ポイント増え、「ロコモティブシンドローム」の認知度は9.2ポイント減少しました。若いころからの運動の必要性の知識の普及や運動の場の提供、高齢者の運動の場の提供が必要です。
- ・ 健康づくり推進委員が計画した運動に関する活動への参加者は398人増加しました。
- ・ 運動・体力づくりに取り組んでいる企業数は減少しました。企業連携を深め、若いころからの運動の重要性を伝え、運動・体力づくりに取り組んでもらえるように働きかけていく必要があります。

#### <今後の重点的な取組>

- ・ 年代に合わせた運動の提案、特に女性に対し、手軽にできる運動の提案や情報提供を行います。
- ・ 地域と連携して、子どもに外遊びの働きかけや場の提供を行います。
- ・ 健康づくり推進委員活動をとおして、運動の必要性の知識や手軽にできる運動の普及、運動の機会の提供を行います。
- ・ 企業連携を深め、企業に運動・体力づくりへの取り組みを呼びかけていきます。

### (3) 休養・こころ

#### <めざす姿>

十分な睡眠や休養、自分に合ったストレス解消法をもち、地域で支え合えるまちをつくれます。

<これまでの主な取組>

行政の役割	取組内容（概要）
規則正しい生活習慣の大切さ、十分な睡眠や休養、運動や趣味などによるストレス解消法を学ぶ機会を提供します。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・一般市民向けに「こころの健康づくり講演会」を年1回開催しています。</li> <li>・学級担任による日記指導や家庭連絡票をとおして、子どもの生活習慣の把握を行い、懇談会や学年集会等で規則正しい生活の重要性を示唆しました。</li> </ul>
地域や企業・事業所と連携しながら、自殺防止やゲートキーパーの育成、こころの健康づくりなどの研修や広報活動を実施します。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自殺予防週間に合わせ、市内2か所でキャンペーンを実施しています。</li> <li>・団体や企業、地区等で「ゲートキーパー研修会」の出前行政講座を実施しました。</li> <li>・企業訪問やメーリングリストを利用して情報提供、啓発活動を実施しました。</li> </ul>
専門機関や相談機関の周知を行い、安心して相談できる体制を整えます。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・社会福祉協議会等と連携して、相談事業を実施しました。</li> <li>・相談窓口一覧をホームページに掲載し、キャンペーン等でも配布しました。</li> </ul>
地域活動やボランティア活動への参加を促し、その活動を支援します。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・70歳の健康講座や介護予防普及啓発事業の中で、筋力アップ応援隊・能力アップ応援隊を養成し、地域活動へ繋げるようにしました。</li> <li>・きくがわ未来塾、中高生NPO体験セミナー等市民活動支援講座を実施しました。</li> <li>・社会福祉協議会では、ボランティア養成講座や活動の調整、情報提供等を行いました。</li> </ul>
良い親子関係が築けるよう、子育て相談や健診事業、家庭訪問などを通じて、適切なアドバイスや支援を行います。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・こども園では送迎時や参観会、懇談会等を通して、子どもの様子や園の方針を保護者に伝え、信頼関係づくりに努めました。また育児の不安を抱えている保護者には丁寧にに関わり、不安感や負担感を軽減するよう対応しました。</li> <li>・赤ちゃん訪問や乳幼児相談・健診等をとおして、母親の相談に応じたり、必要な教室やサービスを紹介し、良い親子関係を築くことができるよう支援しました。また、関係機関と連携を図り対応しました。</li> </ul>

<結果及び評価>

No.	項目	ベース ライン H27	中間評価 R1	目標値 R5	把握方法	評価
1	子育てを楽しんでいる人の割合（5歳児）	96.3%	93.9%	97% 以上	H27・R1 アンケート	×
2	ぐっすり眠れる生徒の割合（中高校生）	82.3%	84.5%	85% 以上	H27・R1 アンケート	○
3	睡眠によって休養がとれていない（あまり・全く）人の割合（20～64歳）	26.4%	27.4%	25% 以下	H27・R1 アンケート	△
4	自分なりのストレス解消法を持っている人の割合（20～64歳）	74.3%	74.9%	78% 以上	H27・R1 アンケート	△
5 ★	悩みや不安を相談できる人や場所がある人の割合（20歳以上）	75.1%	81.9%	77% 以上	H27・R1 アンケート	◎
6 ★	心の健康状態に不安を感じた時に医療機関を受診する人の割合（20～64歳）	19.6%	22.3%	20% 以上	H27・R1 アンケート	◎
7 ★	居住地域においてお互いに助け合っていると思う人の割合（20歳以上）	76.6%	81.5%	78% 以上	H27・R1 アンケート	◎
8 ★	地域社会活動を行っている人の割合（20歳以上）	44.0%	60.8%	45% 以上	H27・R1 アンケート	◎
9 ★	こころの健康づくり研修会等への参加者数	165人	178人	170人 以上	H28・30 健康づくり課	◎
10 ★	年間自殺者数の減少	9人	7人	8人 以下	H26・29 人口動態統計	◎

・5歳児で子育てを楽しんでいる人の割合は2.4ポイント減少しました。女性の就業や核家族化などによる余裕のなさが要因として考えられます。

・ぐっすり眠れる生徒の割合は2.2ポイント増加し、改善していました。

・睡眠によって休養がとれていない人の割合、自分なりのストレス解消法の有無の割合はほとんど変化ありませんでした。

・悩みや不安を相談できる人や場所がある人の割合は6.8ポイント、心の健康状態に不安を感じた時に医療機関を受診する人の割合は2.7ポイント増加していました。中高生を含め、1人で悩みを抱え込まないように引き続き啓発していく必要があります。

・居住地においてお互いに助け合っていると思う人の割合は 4.9 ポイント、地域社会活動を行っている人も 16.8 ポイントと大幅に増加していました。引き続き、高齢者を含めて各種教室や講座等で地域社会活動の重要性について啓発していきます。

#### <今後の重点的な取組>

- ・子育てを楽しめる親が増えるために、母親同士のつながりが持てるような子育て支援事業を実施していきます。
- ・規則正しい生活習慣や十分な睡眠を取ることの重要性について、情報発信や啓発を引き続き実施していくことが必要です。

## (4) アルコール・タバコ・薬物

### <めざす姿>

**適正飲酒に努め、未成年者の飲酒を防ぎます。  
禁煙する人を増やすとともに、未成年者や妊婦をタバコや薬物から守ります。**

### <これまでの主な取組>

行政の役割	取組内容（概要）
適正飲酒や休肝日を設けることの大切さの周知に努めます。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康マイレージ事業や菊川すこやかプランの説明時に、適正飲酒の重要性を伝えました。</li> <li>・健康相談及び特定保健指導時に、飲酒量が多い人に適正飲酒を指導しました。</li> </ul>
アルコールと健康についての知識の普及を行います。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・小学校及び中学校の保健の授業を通して、アルコールの害について教育しました。</li> <li>・特定保健指導時に飲酒量や摂取カロリーについて指導しました。</li> </ul>
タバコの危険性、禁煙方法の十分な情報提供を図ります。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・小学校及び中学校で薬学講座を実施し、タバコの害について教育しました。</li> <li>・健康相談等の機会にタバコの害についてのDVDを放送しました。</li> </ul>
家庭や職場での禁煙や分煙の普及を図ります。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・禁煙週間に合わせて公共施設にポスターを掲示しました。また、世界禁煙デーに合わせ、菊川市メール配信サービスで広報しました。</li> </ul>
禁煙外来などを紹介し、禁煙者の増加を目指します。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・小笠医師会内で禁煙外来を実施している開業医一覧を作成し、総合検診受診者や特定保健指導者等にチラシを配布しました。</li> <li>・個別相談では希望者に対し、資料を使用して禁煙方法等を説明しました。</li> </ul>

COPDについての周知に努めます。	<ul style="list-style-type: none"> <li>• COPDの啓発チラシを作成し、総合検診受診者に配布しました。</li> <li>• 特定健診受診者のうち喫煙習慣のある人に、COPDのパンフレットを送付しました。</li> </ul>
薬物乱用の健康への影響、法規制などの正しい知識の啓発を行います。	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 小学校及び中学校で薬学講座を実施し、薬物の恐ろしさについて教育しました。</li> <li>• 薬物乱用のポスターの掲示をしました。</li> <li>• 不正大麻・けし撲滅運動について、広報で周知しました。</li> </ul>

<結果及び評価>

No.	項目	ベースライン H27	中間評価 R1	目標値 R5	把握方法	評価
1	生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人の割合(20~64歳男性)	23.8%	26.3%	20%以下	H27・R1アンケート	×
2	生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人の割合(20~64歳女性)	18.8%	22.5%	15%以下	H27・R1アンケート	×
3	COPDの認知度(「名前は聞いたことがある」を含む)(20~64歳)	38.6%	48.6%	45%以上	H27・R1アンケート	◎
4	タバコを毎日・時々吸う人の割合(20~64歳男性)	37.4%	24.9%	30%以下	H27・R1アンケート	◎
5	タバコを毎日・時々吸う人の割合(20~64歳女性)	6.1%	9.2%	5%以下	H27・R1アンケート	×
6	家族に喫煙者がいる人のうち子どもの近くで喫煙することがある人の割合(5歳児)	23.7%	13.8%	20%以下	H27・R1アンケート	◎
7	家族に喫煙者がいる人のうち子どもの近くで喫煙することがある人の割合(小学5年生)	25.4%	26.0%	20%以下	H27・R1アンケート	△
8★	母子手帳交付時の飲酒者(毎日・時々)の割合(妊婦)	4.1%	2.6%	3.8%以下	H27・30妊娠届出時アンケート	◎
9	母子手帳交付時の喫煙者の割合(妊婦)	1.1%	1.9%	1.0%以下	H27・30妊娠届出時アンケート	△

- ・生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人のうち、男性は 2.5 ポイント、女性は 3.7 ポイント増加しているため、適正飲酒の啓発が必要です。
- ・タバコを毎日・時々吸う男性の割合は 12.5 ポイント減少し改善していましたが、女性では 3.1 ポイント増加し悪化しました。また、母子手帳交付時の喫煙者の割合も 0.8 ポイント増加してしまいました。女性に対し喫煙のリスクを啓発することが必要です。
- ・家族に喫煙者がいる人のうち、子どもの近くで喫煙することがある人の割合は、5 歳児では 9.9 ポイント減少していましたが、小学 5 年生ではほとんど変化がありませんでした。

#### <今後の重点的な取組>

- ・健康相談や特定保健指導で飲酒している人への指導を強化していきます。
- ・妊産婦の喫煙は胎児や乳幼児にも影響があるため、若年層の女性に対して喫煙のリスクについての啓発をしていきます。

#### <目標値の見直し>

平成 30 年 7 月に受動喫煙による健康被害をなくすことを目的に健康増進法が改正され、喫煙環境についての規制が厳しくなりました。それにより、タバコ関連の 4 項目について、一部目標値を達成したこともあり、上方修正して新たな目標値を併記するようにします。

#### 〔目標値〕

目標値 R5 上段は計画策定時（平成 27 年度）の数値

下段（ ）内は中間評価時（令和元年度）に上方修正した数値

No.	項目	ベースライン H27	中間評価 R1	目標値 R5	把握方法
3	COPD の認知度（「名前は聞いたことがある」を含む）（20～64 歳）	38.6%	48.6%	45%以上 （55%以上）	H27・R1 アンケート
4	タバコを毎日・時々吸う人の割合 （20～64 歳男性）	37.4%	24.9%	30%以下 （20%以下）	H27・R1 アンケート
6	家族に喫煙者がいる人のうち、子どもの近くで喫煙することがある人の割合（5 歳児）	23.7%	13.8%	20%以下 （3%以下）	H27・R1 アンケート
7	家族に喫煙者がいる人のうち、子どもの近くで喫煙することがある人の割合（小学 5 年生）	25.4%	26.0%	20%以下 （3%以下）	H27・R1 アンケート



## (5) 歯と口の健康

<めざす姿>

子どもの頃から歯と口に関する正しい知識やケアを身につけ、生涯自分の口から食事ができるようにします。

また、歯や口腔機能の健康維持を図ることで、生活習慣病や身体機能の低下を予防します。

<これまでの主な取組>

行政の役割	取組内容（概要）
むし歯や歯周病、オーラルフレイルの予防の知識普及を図るとともに、歯科医師と連携し、歯科保健事業の充実を図ります。	<ul style="list-style-type: none"><li>・市内歯科医院に委託し歯周病検診の実施、また 8020 研修会を実施しました。</li><li>・高齢者地域サロンで歯科保健教室の実施、パンフレットの配布、歯科衛生士訪問、オーラルフレイル講演会を実施しました。</li><li>・中東遠障がい者歯科医療研究会に対し補助を行い、障がい者歯科診療について充実を図っています。</li></ul>
学校や地域、企業・事業所と協力して、ライフステージに応じた歯科保健対策を推進します。	<ul style="list-style-type: none"><li>・幼児健診に併せたフッ素塗布、園児フッ化物洗口、学童集団フッ素塗布を実施しました。</li><li>・就学時健診、学校歯科検診、保健での授業等を実施しました。</li><li>・地区センター祭り等で 8020 運動実施、企業訪問やアンケートをとおして啓発を実施しました。</li><li>・高齢者地域サロンでの歯科保健教室の実施、パンフレットの配布、歯科衛生士訪問、オーラルフレイル講演会を実施しました。</li></ul>
永久歯が生えそろった小学生までのフッ化物利用（歯科健診・歯科保健指導を含む）の機会を提供します。	<ul style="list-style-type: none"><li>・幼児健診に併せフッ素塗布・歯科保健指導、園児フッ化物洗口、学童集団フッ素塗布を実施しました。</li></ul>
かかりつけ歯科医を持ち、定期的な歯科健診の普及を図ります。	<ul style="list-style-type: none"><li>・市内歯科医院に委託し、40・50・60・70 歳の人を対象に歯周病検診を実施しました。</li><li>・高齢者地域サロンでの歯科保健教室や 70 歳の健康講座で定期的な歯科健診を呼びかけました。</li></ul>

歯周病が全身に及ぼす影響について知識の普及を図るとともに、生活習慣病予防としての歯周病対策に取り組みます。	<ul style="list-style-type: none"> <li>健康づくり推進委員が8020研修を受講し、10か所の地区センター祭りで8020運動を実施しました。</li> <li>特定健診結果改善教室や糖尿病予防教室の中で歯科衛生教室を実施しました。</li> <li>歯周病検診受診者には歯周病についてのパンフレットを配布しました。</li> </ul>
8020推進員を育成し、歯や口の健康づくり活動を支援します。	健康づくり推進委員を対象に8020研修会を年2回実施しました。

<結果及び評価>

No.	項目	ベースライン H27	中間評価 R1	目標値 R5	把握方法	評価
1	5本以上のむし歯のある人の割合（5歳児）	9.6%	10.1%	9%以下	H27・29 静岡県5歳児歯科 調査結果	△
2 ★	5本以上のむし歯のある人の割合（中学3年生）	6.1%	2.7%	5%以下	H27・30 静岡県学校歯科 健診結果	◎
3 ★	3歳児フッ素塗布実施率（3歳児健診対象者）	93.0%	98.5%	95%以上	H27・30 保健事業報告	◎
4 ★	小学生フッ素塗布実施率（集団フッ素塗布事業+歯科医院）（小学生）	62.0%	68.1%	65%以上	H27・30 保健事業報告	◎
5	予防のために、年1回以上定期的な歯の健診を受けている人の割合（20～64歳）	32.5%	39.9%	40%以上	H27・R1 アンケート	○
6 ★	24本以上自分の歯を有する者の割合（60～64歳）	63.9%	82.6%	70%以上	H27・R1 アンケート	◎
7	何でもかんで食べることができる人の割合（60～64歳）	76.2%	79.2%	80%以上	H27・R1 アンケート	○

・5本以上むし歯のある人の割合は5歳児で横ばい、中学3年生では3.4ポイント減少していました。3歳児フッ素塗布の実施率は98.5%で5.5ポイント、小学生のフッ素塗布実施率も68.1%と6.1ポイント増加し、改善しました。歯が生え始めるころからの歯科健診、フッ化物利用、歯科衛生指導の効果が考えられます。

・予防のために年1回以上定期的な健診を受けている人の割合は39.9%で7.4ポイント、また24本以上自分の歯を有する人の割合は82.6%で18.7ポイント、何でもかんで食べることができる人の割合も79.2%で3.0ポイント増加し、改善していました。

＜今後の重点的な取組＞

- ・歯が生えるころからの歯科健診、歯科保健指導、フッ化物利用を推進します。
- ・正しい知識の普及や若いころからの定期的な歯科健診受診の必要性等について、市内歯科医院や企業等と連携しながら、機会を捉えて啓発活動を継続していきます。

## （6）健康管理

＜めざす姿＞

**子どもの頃から健康に関心を持ち、一人ひとりが自分や家族の健康の保持・増進に努めます。**

＜これまでの主な取組＞

行政の役割	取組内容（概要）
若い時期から健康に関心を持ってもらえるように情報提供し、定期的に健診（検診）を受診するよう啓発を行います。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・特定健診対象者に受診案内を通知しました。また、特定健診啓発用のポスターやチラシを市独自で作成し、市内に配架及び掲示依頼をしました。</li> <li>・20歳女性に婦人科検診の受診勧奨通知を送付しました。</li> <li>・乳幼児健診や学童フッ素で総合検診の周知を実施しました。</li> </ul>
受けやすい健診（検診）体制の整備をしていきます。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・特定健診の集団健診や総合検診との同時実施を行いました。</li> <li>・一部医療機関では、特定健診が受診できる期間を10月末から2月末に延長し、受診しやすい体制としました。</li> <li>・総合検診では土日の実施やレディースデーの実施をしました。</li> </ul>
企業・事業所などへ健康管理についての情報提供に努めます。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・企業訪問により、健康管理の取組み紹介や情報提供を行いました。</li> <li>・企業メールリスト等を活用し、アンケート配布やセミナー案内等を実施しました。</li> </ul>
健診（検診）の結果を正しく理解し、生活習慣の改善や医療受診ができるよう支援します。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・成人健康相談を毎月実施し、健診事後指導にも対応しました。</li> <li>・特定保健指導対象者には検診結果の説明をし、個人に合わせた生活習慣改善指導を実施しました。</li> </ul>

転入者など、新規健診（検診）対象者が受診しやすいよう、情報提供に努めます。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・市民課窓口では転入者に対して総合検診一覧表を配布しました。</li> <li>・総合検診申し込みについて、平成 30 年度から電子申請を開始しました。</li> </ul>
健康づくりに関心を持って取り組む企業・事業所や団体の活動を支援します。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体育協会、アプロス菊川が実施する自主事業に対し、市民への PR 活動を実施しました。</li> <li>・コミュニティ協議会主催によるスポーツを通じた健康維持を推進する活動や、健康づくり推進委員の活動を支援しました。</li> </ul>
市民が参加しやすい健康づくり事業となるよう、関係機関と連携して取り組みます。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康マイレージ事業では、スタンプポイント事業を増やしました。また市内事業所や各種団体へ出向き、事業の PR を実施しました。</li> </ul>
子どもの病気の早期発見や発達支援のために、健診や相談、教室、訪問等を実施します。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・こども園や学校では、身体測定を実施しました。</li> <li>・小中学校保健室前の廊下に健康に関する掲示等を行い、自分の身体への関心を高めるように努めました。</li> <li>・乳幼児健康相談、7か月児相談、1歳6か月・2歳・2歳6か月・3歳児健診を実施しました。</li> </ul>
妊婦健診・乳幼児健診の未受診者の状況を把握するようにします。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・乳幼児健診未受診者等に対し、個別通知、電話連絡、家庭訪問等により状況把握を行いました。</li> </ul>
学校と連携して、思春期教育を実施します。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・中学校及び小学校に対して、助産師に講師を依頼し、思春期講座を実施しました。</li> </ul>

### <結果及び評価>

No.	項目	ベースラインH27	中間評価R1	目標値R5	把握方法	評価
1	胃がん検診受診率 (40歳以上)	17.6%	13.9%	20%以上	H27・30 保健事業報告	×
2	大腸がん検診受診率 (40歳以上)	28.6%	24.1%	30%以上	H27・30 保健事業報告	×
3	肺がん検診受診率 (40歳以上)	20.7%	18.6%	25%以上	H27・30 保健事業報告	△
4	子宮がん検診受診率 (20歳以上女性)	49.0%	39.2%	53%以上	H27・30 保健事業報告	×
5	乳がん検診受診率 (40歳以上女性)	48.1%	43.8%	53%以上	H27・30 保健事業報告	×

No.	項目	ベースラインH27	中間評価R1	目標値R5	把握方法	評価
6	特定健診の受診率	39.3%	42.4%	45%以上	H26・29 特定健診法定報告 市民課	○
7	特定保健指導実施率	17.3%	29.0%	40%以上	H26・29 特定健診法定報告 市民課	○
8	収縮期血圧の有所見者割合	44.7%	44.8%	43%以下	H26・29 特定健診法定報告 市民課	△
9	ヘモグロビンA1c(糖尿病の検査)の有所見者割合	50.2%	53.3%	48%以下	H26・29 特定健診法定報告 市民課	×
10	メタボリックシンドローム該当者・予備群の割合	20.8%	22.8%	20%以下	H26・29 特定健診法定報告 市民課	×
11 ★	肥満者の割合(肥満度20以上) (小学4年生)	11.4%	10.0%	10%以下	H27・R1 小児生活病検診 学校教育課	◎
12	肥満者の割合(肥満度20以上) (中学1年生)	11.7%	10.7%	10%以下	H27・R1 小児生活病検診 学校教育課	○
13 ★	やせの割合(高校生女子)	40.2%	14.8%	35%以下	H27・R1 アンケート	◎
14	やせの割合(20~29歳女性)	22.0%	22.7%	15%以下	H27・R1 アンケート	△
15	ダイエット経験者 (高校生女子)	50.6%	57.4%	48%以下	H27・R1 アンケート	×
16 ★	3歳児健診受診率 (3歳児健診対象者)	94.8%	98.9%	95%以上	H27・30 保健事業報告	◎
17 ★	乳幼児相談の利用者数	1,717人	1,886人	1,800人以上	H27・30 保健事業報告	◎
18	出生数に対する低出生体重児(2,500g未満)の割合	8.9%	10.7%	8%以下	H26・29 人口動態統計	×
19	健康マイレージ事業年間達成者数	245人	308人	350人	H27・30 保健事業報告	○

No.	項目	ベースライン H27	中間評価 R1	目標値 R5	把握方法	評価
20	健康づくりに取り組んでいる 市内企業・事業所の割合	26.8%	23.2%	35% 以上	H28・R1 企業アンケート 健康づくり課	×

- ・すべてのがん検診において、受診率が減少してしまいました。
- ・特定健診受診者のメタボリックシンドローム該当者・予備軍の割合が2.0ポイント増加し悪化しました。そのため、収縮期血圧の有所見者割合やヘモグロビン A1c（糖尿病の検査）の有所見割合も改善が見られていません。
- ・小学4年生の肥満の割合は 1.4 ポイント、中学1年生の肥満の割合は 1.0 ポイントそれぞれ改善していました。高校生女子のやせの割合は 25.4 ポイント減少し改善しましたが、ダイエット経験者は 6.8 ポイント増加し、悪化しました。
- ・3歳児健診受診率は 4.1 ポイント、乳幼児相談利用者は 169 人増加しています。

#### <今後の重点的な取組>

- ・すべてのがん検診受診率が減少しているため、受診率増加を目指し、受診勧奨の強化や受診しやすい体制整備を行います。また、市の総合検診以外で受診している人の実態把握にも努めます。
- ・特定健診受診者の有所見者が多いため、国民健康保険及び介護予防担当部署と連携し、特定保健指導の実施を強化します。

#### <目標値の見直し>

がん検診受診率の5項目について、国の集計方法の変更に伴い従来目標値と新しい目標値を併記することとします。

がん検診受診率は、対象者数の考え方によって変わってくるため、国は統一した基準を出しています。平成28年度までは推計対象者（推計対象者＝市人口－就業人口－農林水産業従事者数）を用いていましたが、平成29年度からは全市民を対象者とするよう変更の指示がありました。それに伴い、健康管理の指標であるがん検診受診率について、新しい受診率を併記するように変更するものです。

#### 〔目標値〕

目標値 R5 上段は計画策定時（平成27年度）の数値

母数は推計対象者＝市人口－就業人口－農林水産業従事者数

下段（ ）内は中間評価時（令和元年度）に修正した数値

母数は対象年齢全市民

No.	項目	ベースライン H27	中間評価 R1	目標値 R5	把握方法
1	胃がん検診受診率 (40歳以上)	17.6% (8.3%)	13.9% (7.1%)	20%以上 (9.3%)	H27・30 保健事業報告 健康づくり課
2	大腸がん検診受診率 (40歳以上)	28.6% (13.4%)	24.1% (12.3%)	30%以上 (13.9%)	H27・30 保健事業報告 健康づくり課
3	肺がん検診受診率 (40歳以上)	20.7% (9.7%)	18.6% (9.5%)	25%以上 (11.6%)	H27・30 保健事業報告 健康づくり課
4	子宮頸がん検診受診率 (20歳以上女性)	49.0% (23.8%)	39.2% (20.7%)	53%以上 (25.8%)	H27・30 保健事業報告 健康づくり課
5	乳がん検診受診率 (40歳以上女性)	48.1% (26.3%)	43.8% (25.2%)	53%以上 (28.7%)	H27・30 保健事業報告 健康づくり課

## 4. 重点取り組みについて

### (1) 生活習慣病の発症予防と重症化予防

健康診査等により重症化につながるリスクのある人の早期発見に取り組んでまいりましたが、特定健診では、収縮期血圧の有所見者、ヘモグロビンA1cの有所見者、メタボリックシンドローム該当者が増加してしまいました。バランスの良い食生活や定期的な運動、十分な睡眠や休養等の基本的な生活習慣が実践できるような啓発を、関係機関の協力を得ながら継続実施していきます。

また、重症化予防については、平成28年度から糖尿病予防教室を、令和元年度からは高血圧予防教室等の病態教室も併せて実施しました。教室参加者については生活習慣の改善がみられ、一定の効果がありました。今後も、病態教室の開催等により、重症化予防を図っていきます。

若いころからの生活習慣病予防として、関係機関や健康づくり組織等と連携して取り組みを強化していきます。また、企業との連携としては、健康に関する情報提供、利用しやすい企業向けテーマの出前行政講座、健康マイレージ事業等を併せて実施して健康づくりを進めていきます。

## (2) 次世代の健康づくり

妊産婦や子育て世帯を取り巻く環境が様々に変化する中で、将来を担う次世代の健康や安全を支えるため、平成 29 年度から子育て世代包括支援センターを立ち上げ、安心して出産し、子ども達が健やかに成長できるよう、切れ目のない支援をめざしています。

中間評価では、出生児に対する低出生体重児(2,500g 未満)の割合が 8.9%から 10.7%に増加、母子手帳交付時の喫煙者の割合が 1.1%から 1.9%増加するなど、妊娠期の支援の必要性があり、母子保健サービスを適切に提供できるよう努めます。

また、乳幼児健診では発達や健康状況の確認だけでなく、育児全般の具体的な相談が増加しています。3 歳児健診の受診率は 98.9%と高くなっていますが、虐待予防対策としてもさらに受診率の向上を目指していきます。

歯科保健では、幼児期から学童期までのフッ化物利用事業や、むし歯予防の情報提供を継続していくことにより、中学生以降のむし歯保有率の減少に努めます。また、食の意識を高めるため、食育体験や食文化に触れる機会を充実させていきます。

そして、地域で安心して子育てができ、子ども達が正しい生活習慣を身につけることができるよう、保育園、こども園、幼稚園、学校、企業、各種団体と連携し、情報提供や情報共有を継続して行っています。

## (3) 健康を支え、守るための社会環境の整備

高齢者をはじめ、地区組織活動等で、様々な機会を捉えて、社会活動への情報提供や参加支援を実施してきました。それらも影響してか地域社会活動を実施している人や居住地域においてお互いに助け合っていると思う人の割合は増加していました。今後も、健康づくりに関する地域の活動や相談窓口などの情報提供等について積極的に実施していきます。

また、運動に対する取り組みが成人男性以外で減少したため、子どもを含めた運動の啓発、公園や道路、街灯整備等を継続して実施していきます。

さらに、農業生産者と消費者の交流、自家菜園の普及、生産者や企業との連携等を通じ、健康づくりや食育を進める環境整備に引き続き取り組んでいきます。

そして、計画を推進するために、家庭や学校・こども園、保健・医療・福祉の各関係機関、企業等に協力を呼びかけ、連携強化により協働して取り組んでいきます。