

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～35年度



平成29年3月

静岡県 菊川市

はじめに

「健康」は一人ひとりの幸せにとって最も重要な条件の一つであり、社会全体の願いでもあります。

わが国は、保健衛生活動の充実や医学の進歩などにより、世界でも最高水準の長寿国であります。一方で、急速な少子高齢化や、がん、心臓病、脳卒中、糖尿病等の生活習慣病患者の増加、介護を必要とする人の増加が大きな社会問題となっています。



これまで、本市では、平成 24 年 3 月に 5 か年を期間とした「菊川すこやかプラン」を策定し、健康増進の取り組みを進めてまいりました。この度、現行の「菊川すこやかプラン」の期間が終了することから、新たに平成 35 年度までの 7 か年を期間として「第 2 次菊川すこやかプラン」を策定することになりました。

この第 2 次菊川すこやかプランは、「みんなでつくろう 健康・元気に暮らせるまち きくがわ」を基本理念として、「健康寿命の延伸と健康格差の縮小」の実現を目指し、健康増進への取り組みを表しております。これは、「みどり ときめき たしかな未来 菊川市」を将来像とする第 2 次菊川市総合計画の基本目標であります「子どもがいきいき育つまち」、「健康で元気に暮らせるまち」の実現を目指すことに通じております。この「第 2 次菊川すこやかプラン」に基づき、今後も引き続き、本市の健康づくりを推進してまいります。

菊川市の健康増進を図っていくためには、市民一人ひとりが健康づくりに主体的に取り組む意識を持ち、家庭・地域・関係機関等が一体となって、健康づくり事業に取り組んでいくことが大切であり、市民の皆様のお一層のご支援、ご協力を賜りますようよろしくお願い申し上げます。

結びに、本計画の策定にあたり、貴重なご意見、ご提言をいただきました「菊川市健康づくり推進協議会」の皆様をはじめ、計画策定のベースとなりましたアンケート調査にご協力いただきました市民、関係者の皆様には厚くお礼申し上げます。

平成 29 年 3 月

菊川市長 太田 順一

目次

第1章 計画の策定にあたって	1
1 計画策定の背景と目的	1
2 計画の位置づけ	2
3 計画の期間	3
第2章 菊川市の現状	4
1 人口・世帯の状況	4
2 出生の状況	7
3 死亡の状況	9
4 健診（検診）の状況	12
5 国民健康保険の状況	18
6 要介護（要支援）認定者数の状況	20
7 市民アンケートからみる菊川市の健康	21
8 企業アンケートからみる菊川市の健康	37
第3章 前計画の評価	38
1 健康増進計画	38
2 食育推進計画	42
第4章 計画の基本的な考え方	44
1 基本理念	44
2 基本方針	45
3 計画の体系	46
第5章 健康づくりの推進	47
1 重点取り組み	47
2 領域別の取り組み	49
3 ライフステージ別の取り組み	68
4 地域・職場・学校と行政の取り組み	70

第6章 計画の推進	72
1 計画の推進	72
2 進行管理	73
資料編	74
1 策定経過	74
2 平成28年度 健康づくり推進協議会委員	76
3 平成28年度 菊川市健康増進計画等検討委員会委員	77
4 平成28年度 健康増進庁舎内ワーキング会議委員	77
5 食と健康、生活習慣に関するアンケート調査結果	78
6 用語集	83



第 1 章

計画の策定にあたって

1 計画策定の背景と目的

わが国では、少子高齢化や疾病構造の変化により、生活習慣及び社会環境も大きく変貌しています。これらの事を考慮し、全ての市民が共に支え合いながら、希望や生きがいを持ち、健やかで心豊かに生活できる活力ある社会を実現することが求められています。

国では、第 4 次国民健康づくり対策として、「健康寿命の延伸と健康格差の縮小」「生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底」「社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上」「健康を支え、守るための社会環境の整備」という 4 つの基本的な方向を示した「健康日本 21（第 2 次）」を、平成 25 年度からスタートさせました。

また、静岡県においては、平成 26 年 3 月に「第 3 次ふじのくに健康増進計画」、「第 3 次静岡県食育推進計画」及び、「第 2 次静岡県歯科保健計画」を策定し、これらに基づく健康づくりの施策が展開されています。

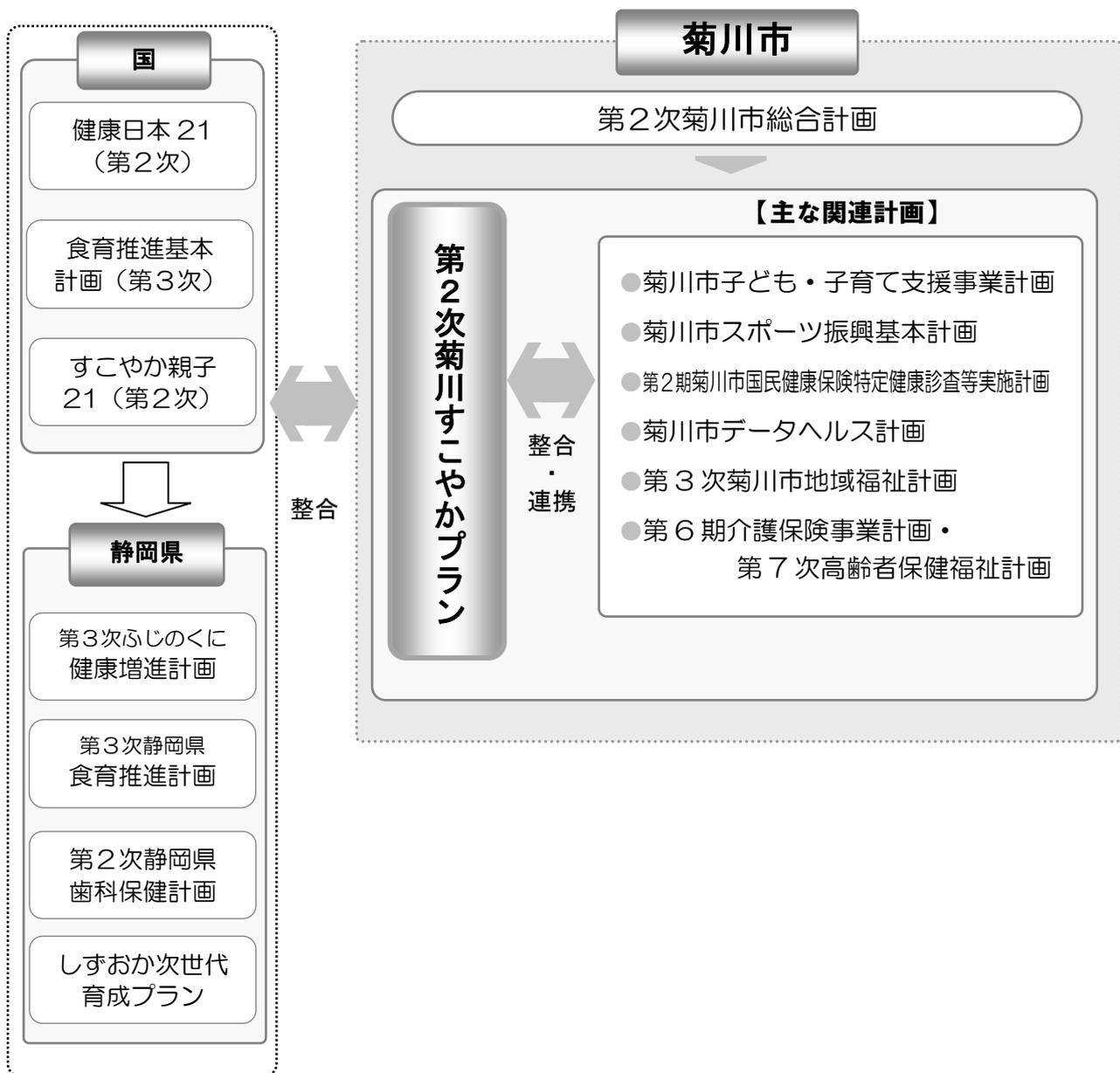
本市でも、心身の健康に関する意識の向上を図り、市民一人ひとりが自らの健康管理を適正に行い、いきいきと明るく暮らすことができるよう、平成 24 年 3 月に「第 2 期健康増進計画・第 1 期食育推進計画（菊川すこやかプラン）」を策定し、健康づくりと食育の事業を進めてきました。

こうした中、「菊川すこやかプラン」の計画期間終了に伴い、残された課題や社会状況の変化に伴う新たな健康課題を踏まえ、本市の健康づくりや食育をさらに推進するため、これまでの計画の見直しを行い、健康増進計画・食育推進計画を一つにした「第 2 次菊川すこやかプラン」を策定するものです。

2 計画の位置づけ

本計画は、健康増進法に基づく市町村健康増進計画に位置づけるとともに、食育基本法に基づく市町村食育推進計画、国民運動である「すこやか親子21」を包含するものとします。

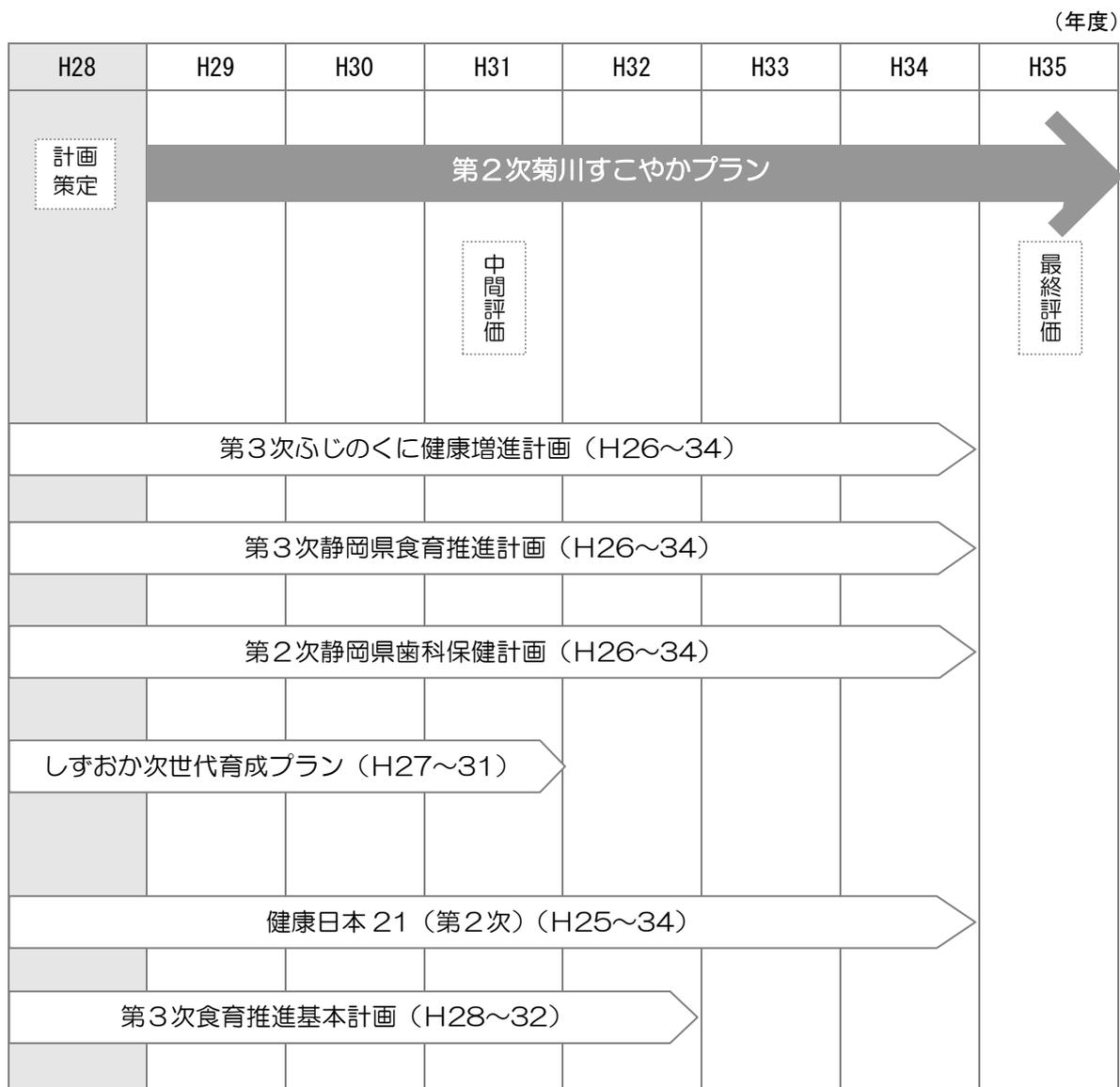
また、本計画は、「第2次菊川市総合計画」を上位計画とし、市の関連諸計画や、静岡県が策定した「第3次ふじのくに健康増進計画」「第3次静岡県食育推進計画」等との整合・連携を図り、関係する事業を協働し推進するものとします。



3 計画の期間

本計画は、平成 29 年度から平成 35 年度の 7 年間で計画期間とします。

なお、平成 31 年度に中間評価を行うとともに、社会状況の変化や法制度・計画等の改定に伴い、必要に応じて適宜修正を行うものとします。



第2章

菊川市の現状

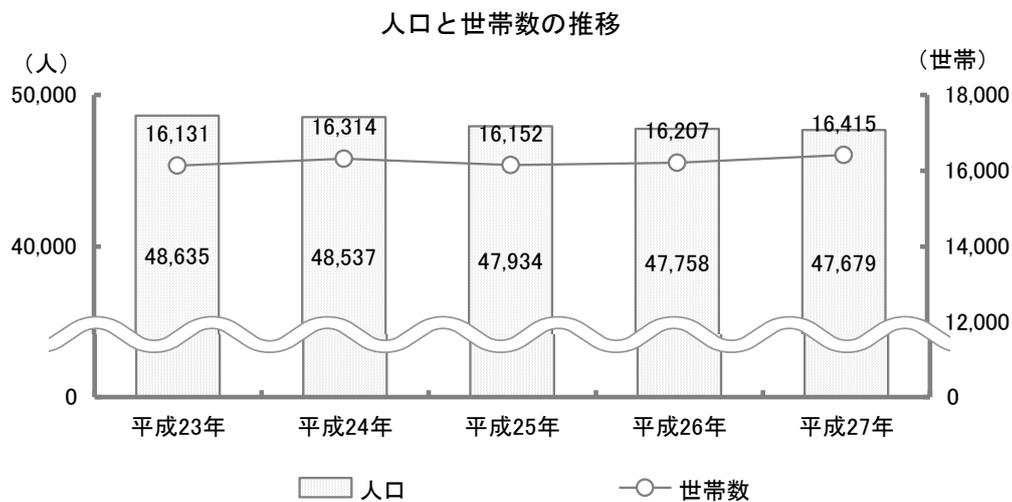
1 人口・世帯の状況

(1) 人口と世帯の推移

総人口は平成23年以降減少しており、平成27年には47,679人と、平成23年より956人減少しています。

世帯数は、年々増加傾向にあり、平成27年で16,415世帯となっています。

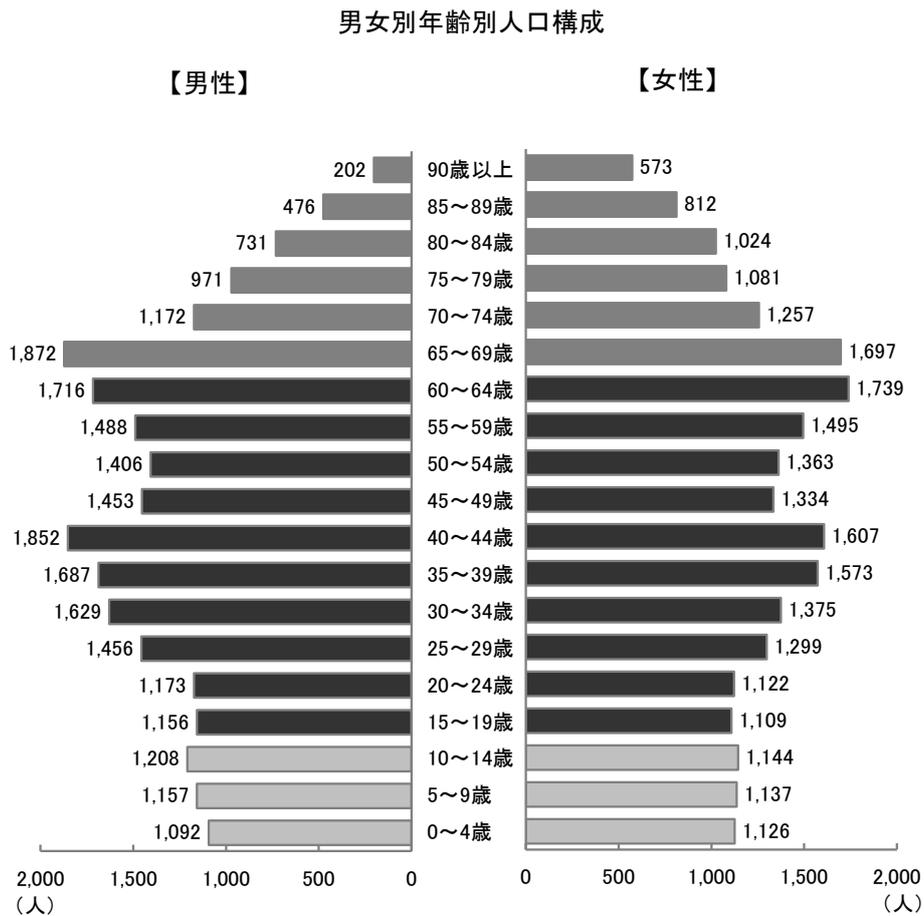
外国人の人口は、平成23年は人口の6.8%（3,333人）で、ここ4年間は5%台（平成27年2,443人）となっています。



資料：菊川市住民基本台帳（各年3月31日現在）

(2) 男女別年齢別人口

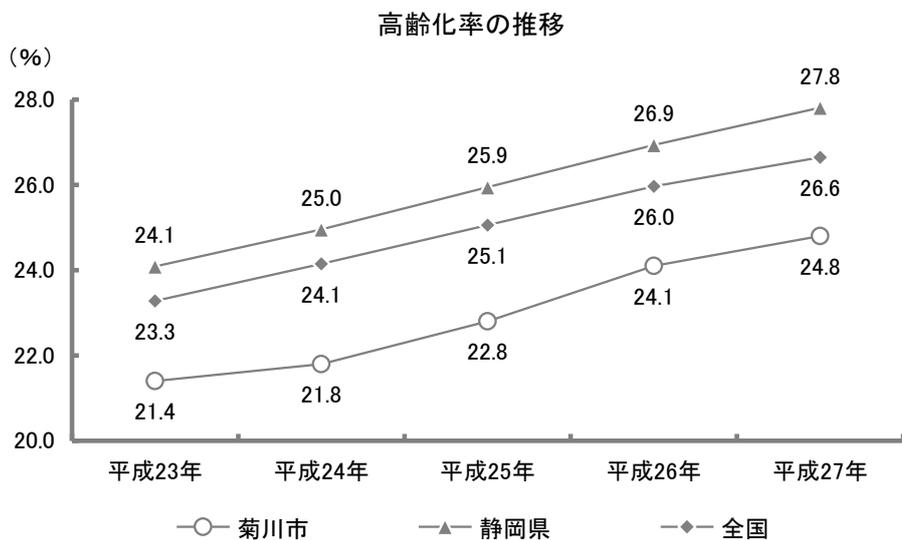
男女別年齢別に人口をみると、年少人口（0～14歳）の割合が低い一方、老年人口（65歳以上）の割合が高くなっています。



資料：菊川市住民基本台帳（平成27年9月30日現在）

(3) 高齢化率の推移

平成 23 年以降高齢化率は増加しており、平成 27 年には 24.8%と、平成 23 年から 3.4 ポイント増加しています。また、全国、静岡県と比べると低い傾向にあります。



資料：市は菊川市住民基本台帳（各年 9 月 30 日現在）

全国と静岡県は総務省「人口推計」（各年 10 月 1 日現在）※

※国勢調査による人口を基に、その後における各月の人口の動きを他の人口関連資料から得て、毎月 1 日現在の人口を算出
平成 27 年は国勢調査の値

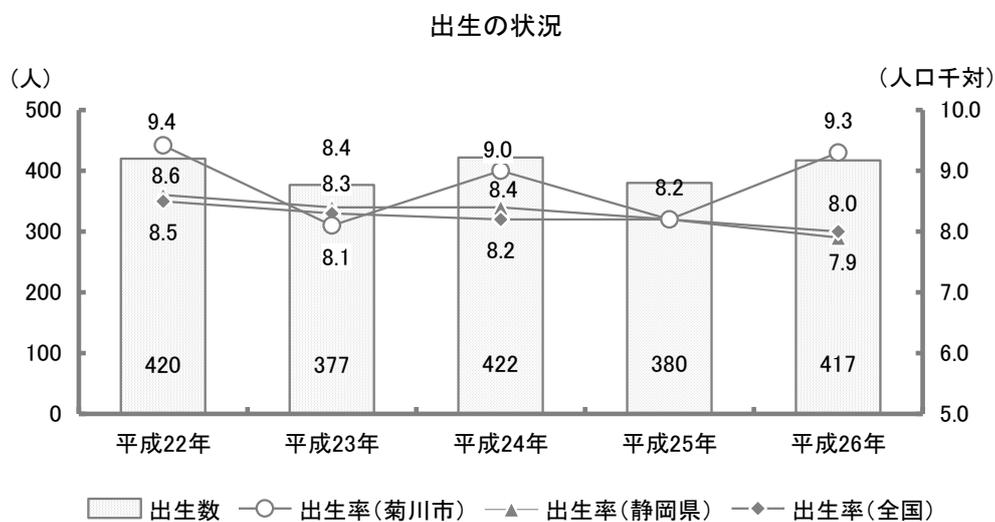


2 出生の状況

(1) 出生の状況

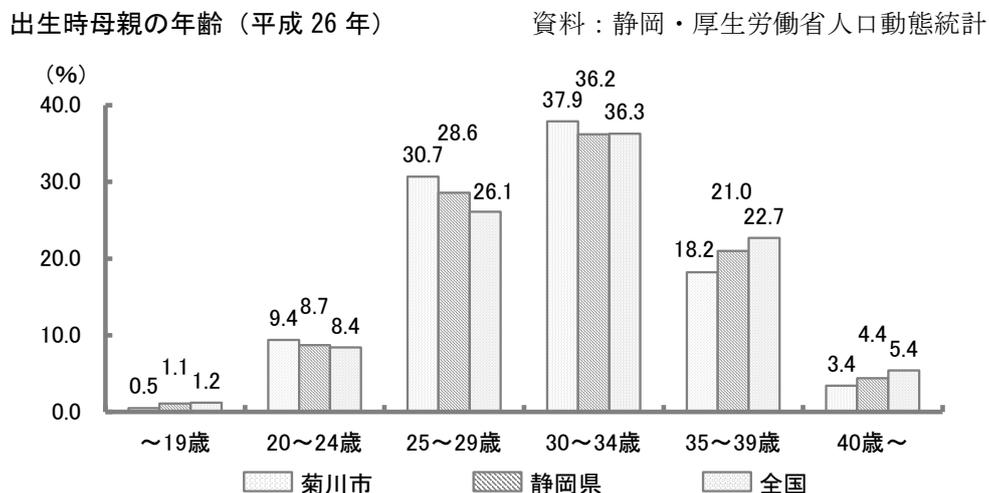
① 出生数と出生率

出生の状況をみると、出生数は平成 23 年以降増減を繰り返し、平成 26 年には 417 人となっています。出生率は、平成 26 年に 9.3 となっており、全国、静岡県に比べ高くなっています。



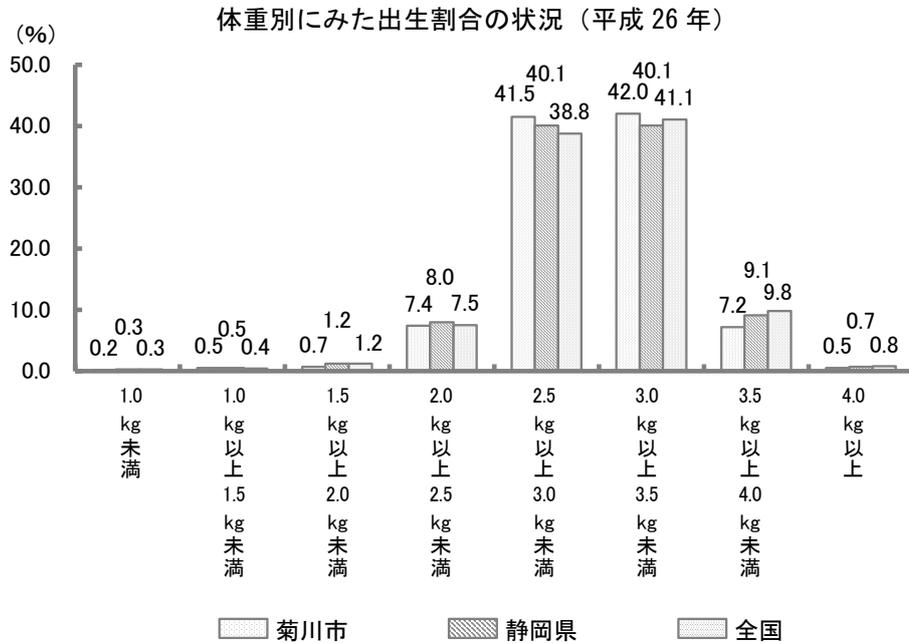
② 出産時母親の年齢

出産時母親の年齢をみると、全国、静岡県に比べ、20～24 歳、25～29 歳、30～34 歳の割合が高くなっています。



③ 出生時の体重

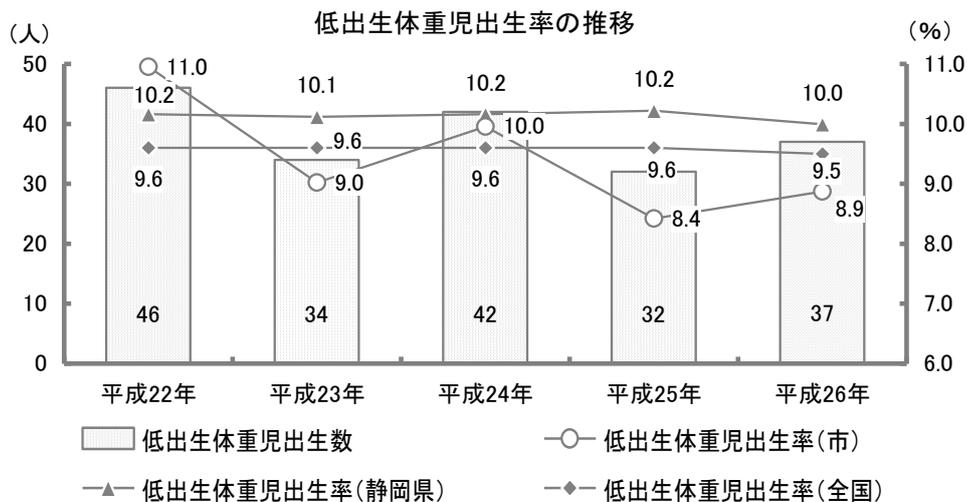
出生時体重をみると、全国、静岡県に比べ、2.5kg以上3.0kg未満、3.0kg以上3.5kg未満の割合が高くなっています。



資料：静岡県・厚生労働省人口動態統計

(2) 低出生体重児出生率

平成26年の低出生体重児（2,500g未満）の出生数は37人となっています。また、低出生体重児出生率は8.9%で、全国、静岡県に比べて低くなっています。



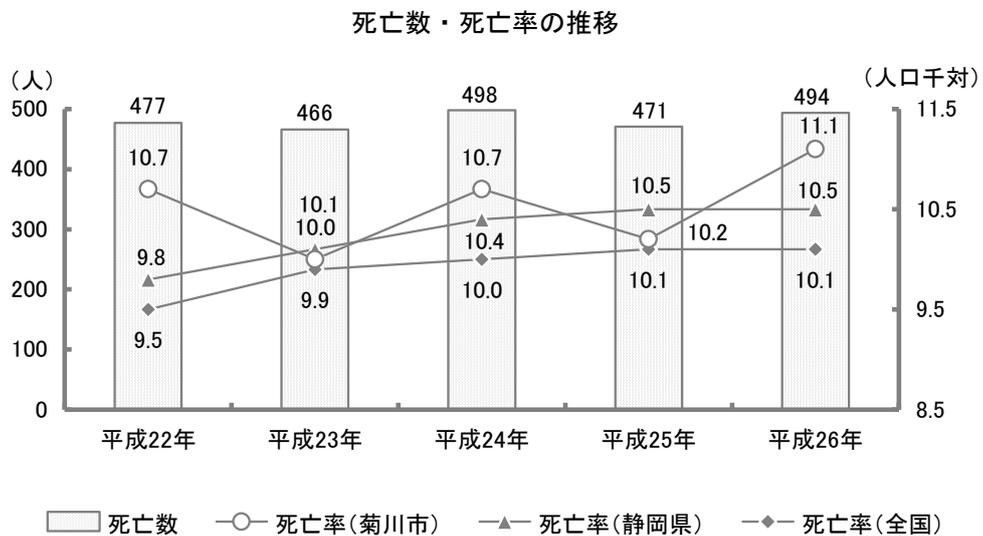
資料：静岡県・厚生労働省人口動態統計

3 死亡の状況

(1) 死亡数・死亡率の推移

死亡数の推移をみると、平成22年以降増減を繰り返し、平成26年には494人と、平成22年から17人増加しています。

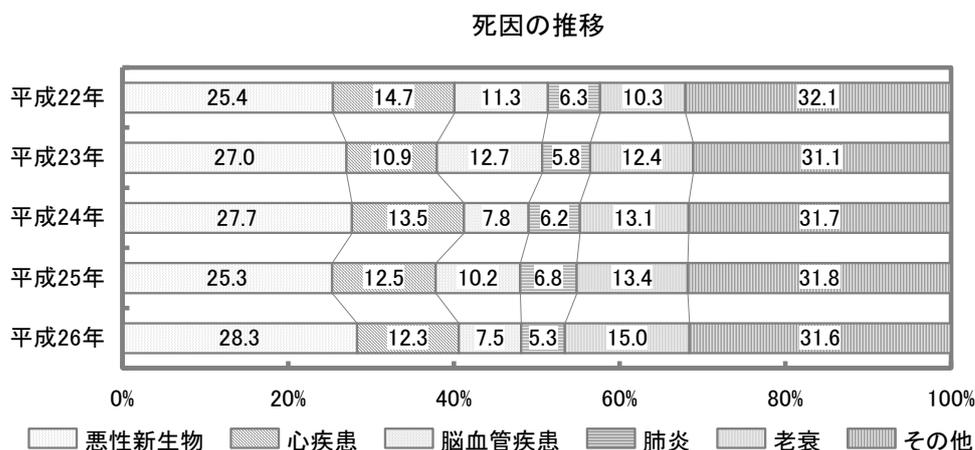
死亡率の推移をみると、平成26年では全国、静岡県より上回っており、11.1となっています。



資料：静岡県・厚生労働省人口動態統計

(2) 死因別死亡割合の推移

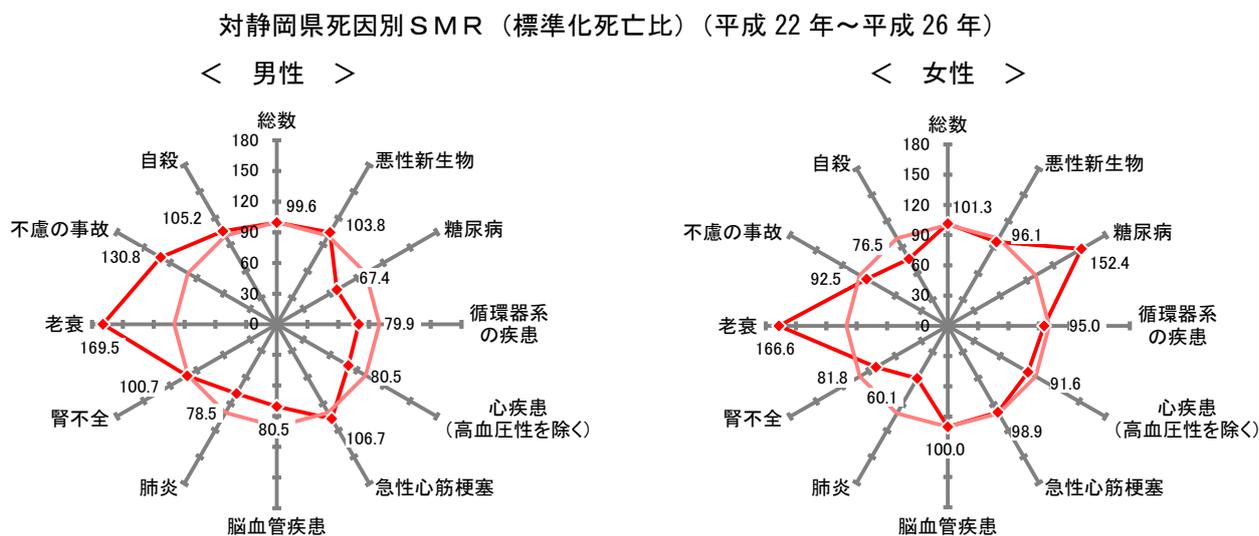
死因別死亡割合の推移をみると、生活習慣病である悪性新生物、心疾患、脳血管疾患の合計で約5割を占めています。また、脳血管疾患の割合は減少傾向にあり、平成26年で7.5%となっています。



資料：静岡県人口動態統計

(3) 死因別SMR（標準化死亡比※）

対静岡県死因別SMR（標準化死亡比）をみると、男性では、老衰、不慮の事故での死亡比が、また女性では、老衰、糖尿病での死亡比が静岡県よりも高くなっています。



資料：静岡県総合健康センター市町別健康指標

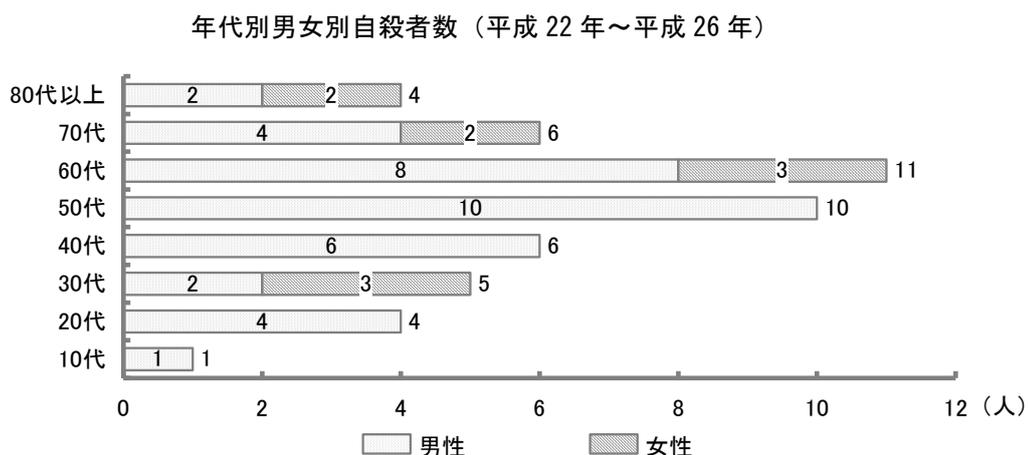
※標準化死亡比…基準となる静岡県の死亡率（人口10万人あたりの死亡数）を100としたときの本市の死亡率を表した相対比のことです。標準化死亡比が100以上の場合は、基準となる県よりも死亡率が高く、100以下の場合は死亡率が低いと考えられます。

(4) 自殺の状況

①年代別・男女別自殺者数

平成22年から26年の5年間の自殺者の累計は47人でした。

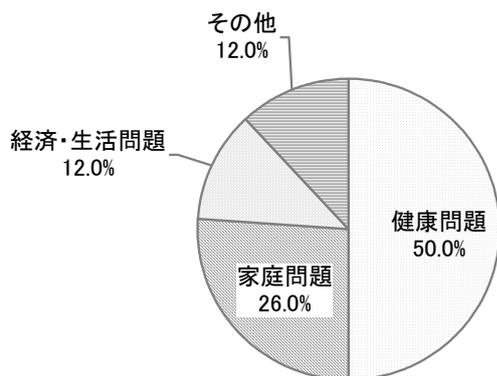
性別では男性が、年代別では50代・60代が多い傾向でした。



資料：人口動態統計

②原因・動機（平成22～27年）

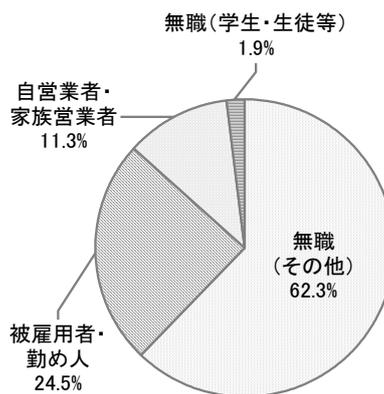
自殺の原因・動機をみると、健康問題が50.0%、次いで家庭問題が26.0%となっています。



(原因・動機の不詳以外で1件3項目まで n=50人)

③職業（平成22～27年）

職業別にみると、無職が最も多く62.3%、次いで被雇用者・勤め人が24.5%となっています。



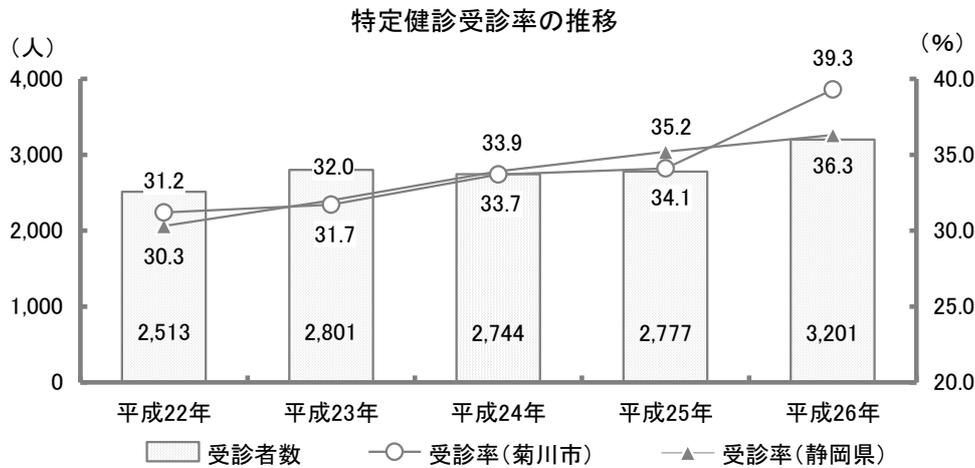
資料：内閣府・厚生労働省 地域における自殺の基礎資料

4 健診（検診）の状況

（1）特定健康診査の状況（法定報告）

①特定健診受診率の推移

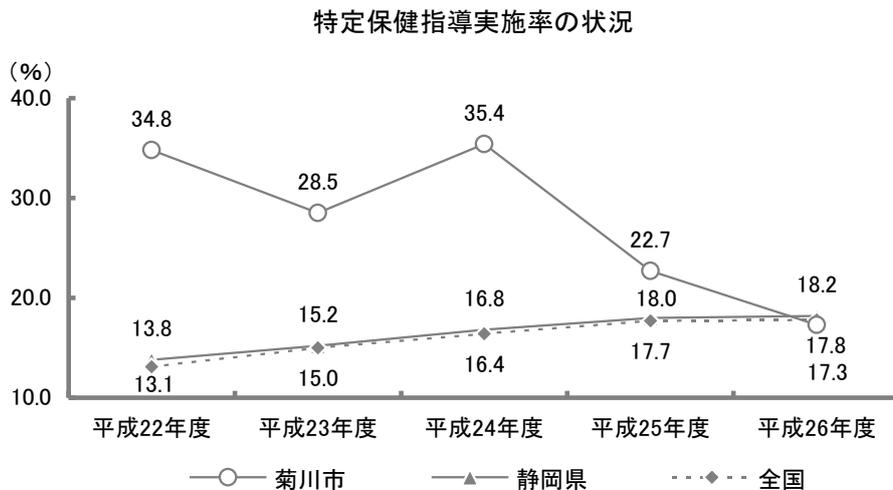
平成26年度の受診者数は3,201人となっています。平成26年度の受診率は39.3%となっており、静岡県に比べ3.0%高くなっています。また、70～74歳で46.1%、40～44歳で18.9%と、年齢が若い人ほど受診率は低い傾向です。



資料：菊川市データヘルス計画

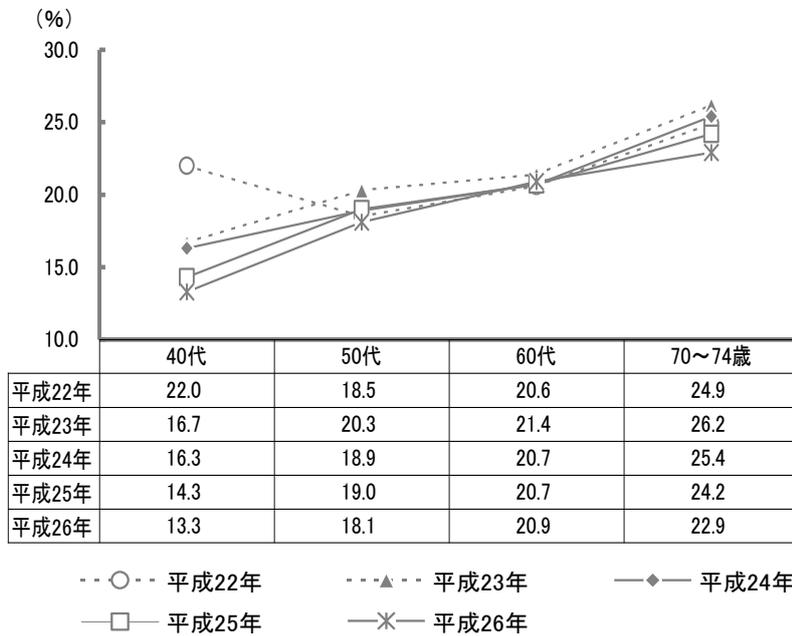
②特定保健指導実施率の状況

特定保健指導の実施率は減少傾向にあり、平成26年度で17.3%となっています。また、平成25年度までは静岡県、全国に比べ実施率は高くなっています。



資料：菊川市データヘルス計画（市）、
厚生労働省「特定健康診査・特定保健指導の実施状況に関するデータ」（県）、
厚生労働省「特定健康診査・特定保健指導の実施状況」（全国）

③メタボリックシンドローム該当者・予備群の年次推移

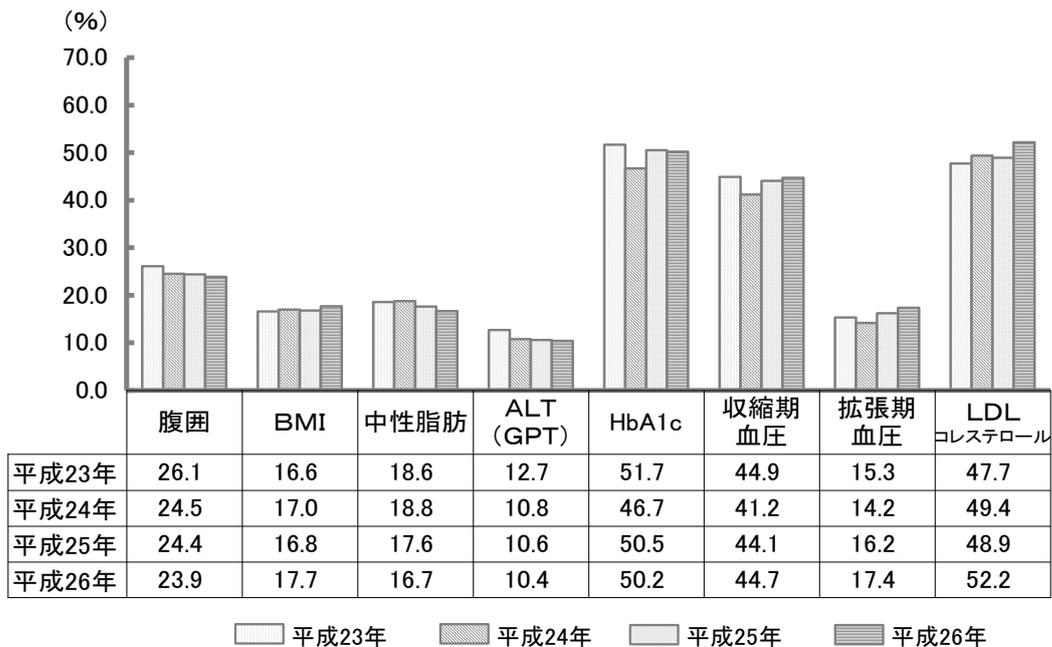


メタボリックシンドロームの該当者・予備群の人は、年々減少傾向にあります。また、年代が高くなるにつれて増加する傾向にあります。

資料：菊川市データヘルス計画

④項目別有所見者割合の年次推移

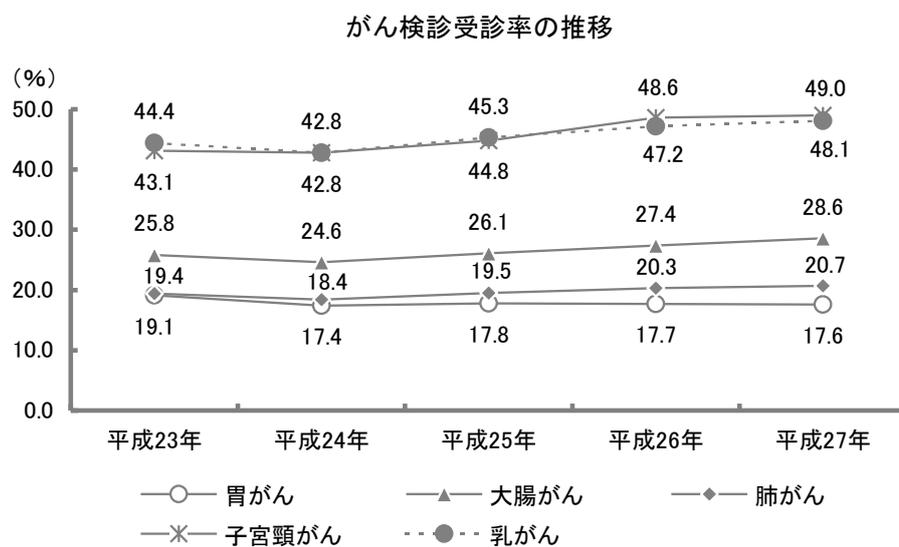
項目別の有所見者割合の推移をみると、糖尿病の検査の1つであるHbA1cで約5割、収縮期血圧で約4割となっており、年度による変動はほとんどない状況です。



資料：菊川市データヘルス計画

(2) がん検診受診率（地域保健・健康増進事業報告）

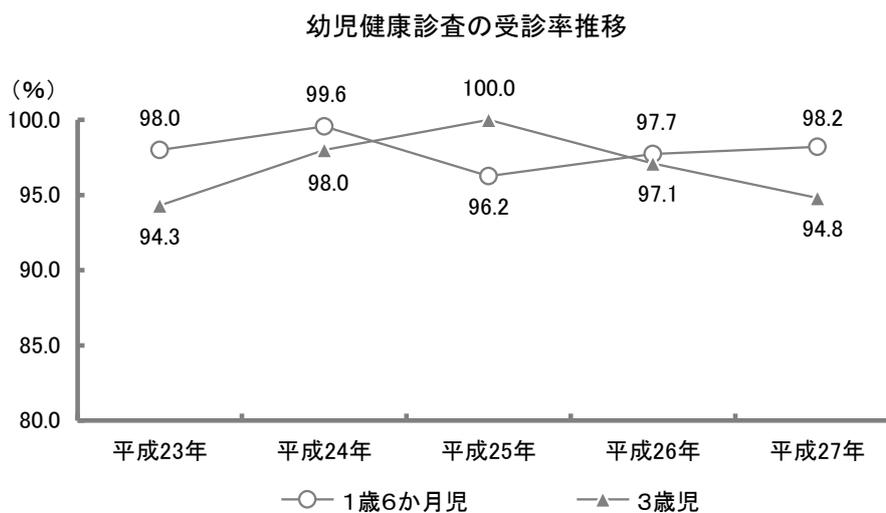
がん検診の受診率の推移をみると、胃がん検診は平成24年以降横ばいとなっています。大腸がん、肺がん、子宮頸がん及び乳がん検診は、平成23年以降増加傾向にあります。



資料：平成27年度保健事業報告書

(3) 幼児健康診査受診率

1歳6か月児の健診受診率は9割台後半で推移しており、平成27年で98.2%となっています。また、3歳児の健診受診率は平成25年以降減少しており、平成27年で94.8%となっています。

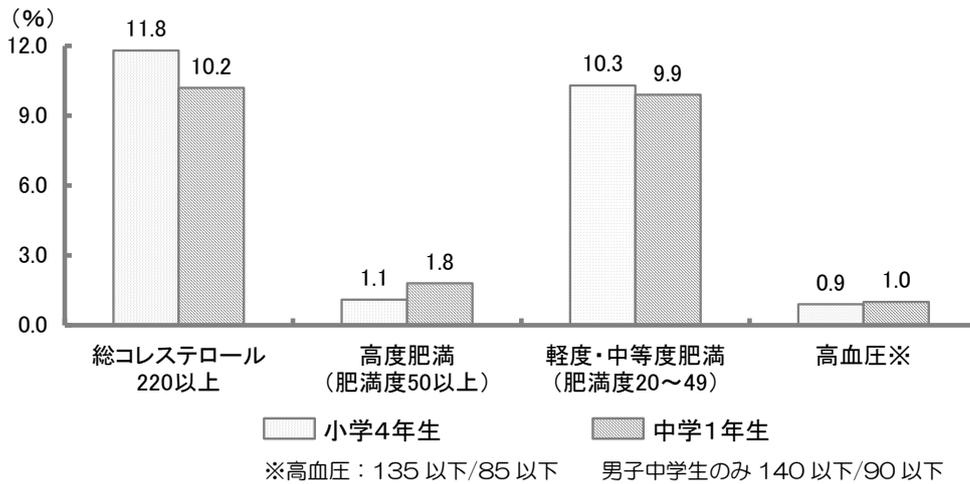


資料：保健事業報告書

(4) 小児生活習慣病検診結果

小児生活習慣病検診結果をみると、総コレステロール 220mg/dl 以上、軽度・中等度肥満について、小学4年生・中学1年生ともに1割程度となっています。

小児生活習慣病検診結果（平成27年度）



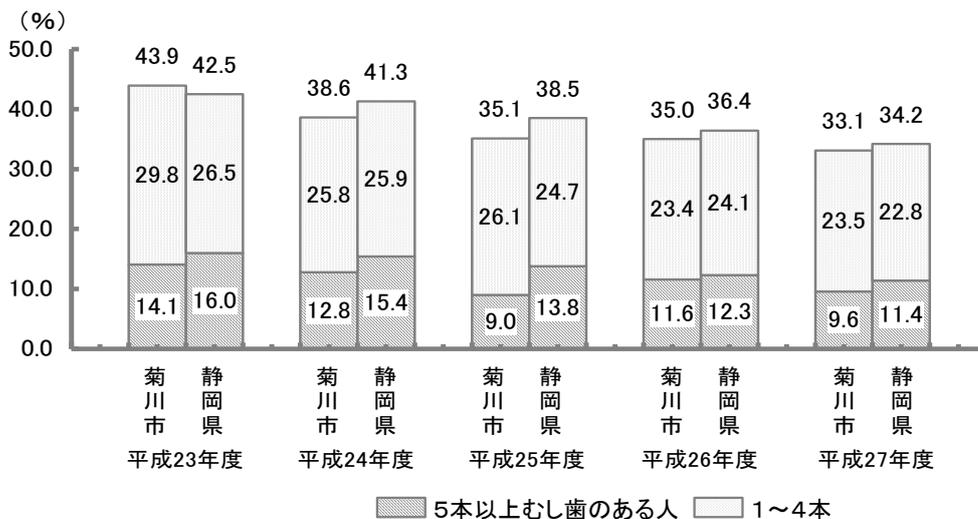
資料：学校教育課

(5) 歯と口の健康状況

① 5歳児むし歯有病者率と5本以上むし歯のある人の割合

5歳児の乳歯のむし歯有病者率の推移をみると年々減少傾向にあり、平成27年度で33.1%となっています。また、5本以上むし歯のある人に限ってみると、静岡県よりも低くなっています。

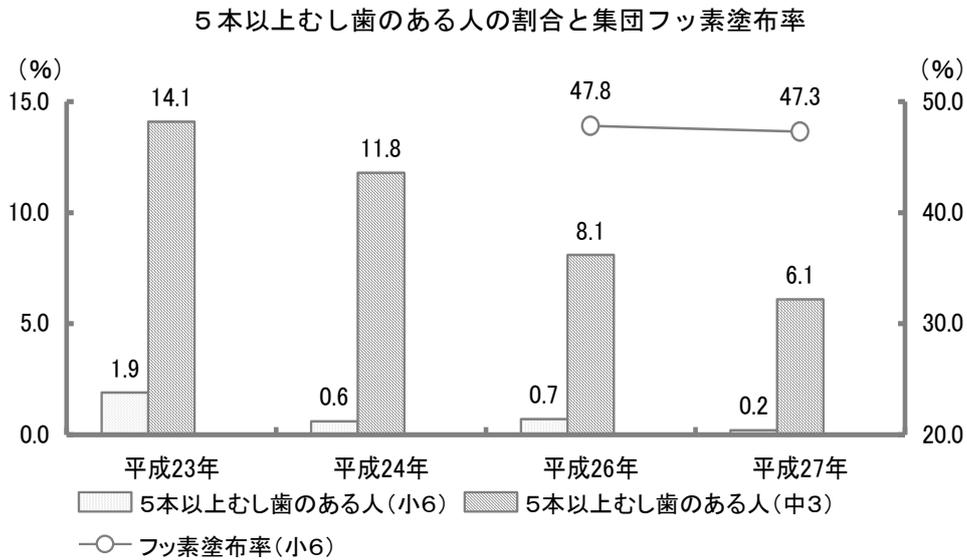
5歳児のむし歯有病者率（乳歯）の推移



資料：静岡県

② 5本以上むし歯のある人の割合と集団フッ素塗布実施率

小学6年生、中学3年生とも、5本以上むし歯のある人の割合は減少傾向にあります。また、平成26年度から開始した小学6年生の実施率は、平成26年度47.8%、平成27年度47.3%となっています。

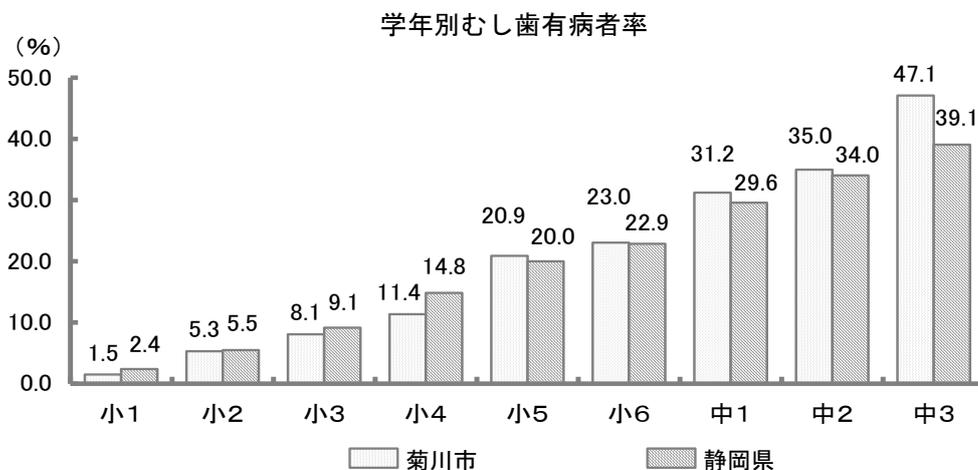


※平成25年の5本以上むし歯のある人の割合と平成23～25年度のフッ素塗布率はデータなし

資料：庁内資料 健康づくり課

③ 学年別むし歯有病者率（永久歯）

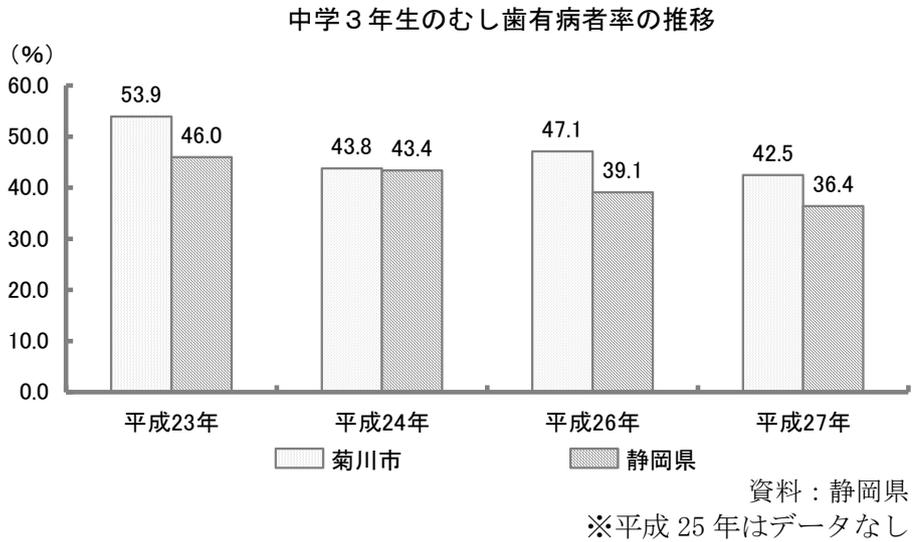
平成26年度の学年別むし歯有病者率をみると、中学3年生を除き、静岡県と大きな差異はみられません。また、学年が上がるにつれ有病者率が高くなる傾向にあり、中学3年生で47.1%となっています。



資料：静岡県

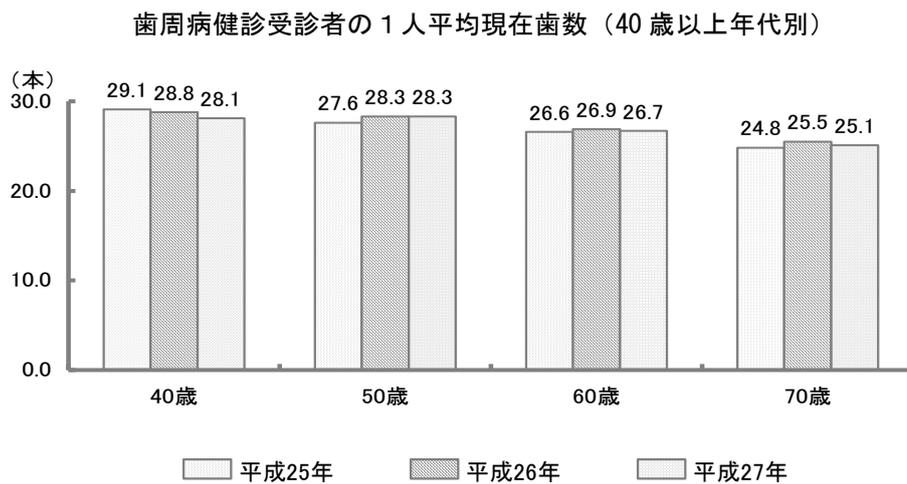
④ 中学3年生のむし歯有病者率

中学3年生のむし歯の有病者率の推移をみると減少傾向にありますが、静岡県に比べると高くなっています。



⑤ 歯周病健診受診者の1人平均現在歯数

歯周病健診受診者の1人平均現在歯数は、年齢が高くなるにつれて歯数が少なくなる傾向にあります。

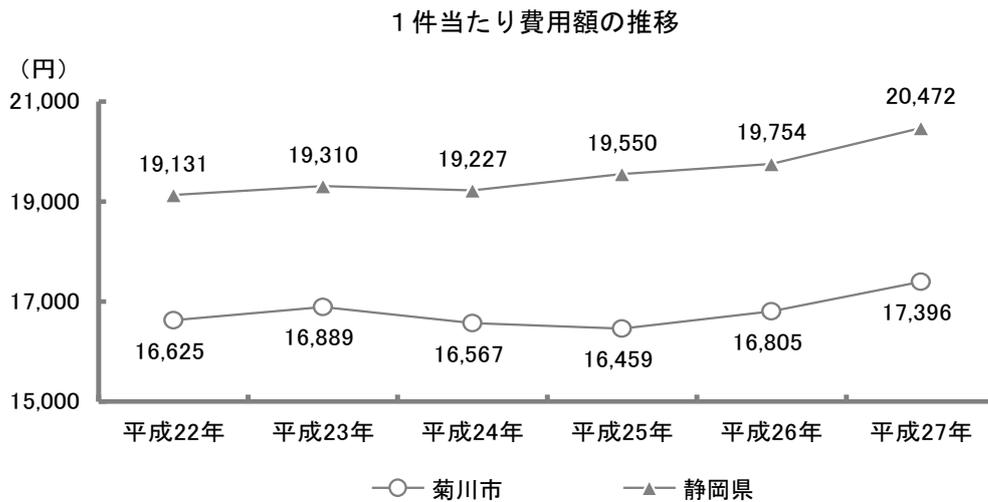


資料：健康づくり課

5 国民健康保険の状況

(1) 1件当たりの費用額

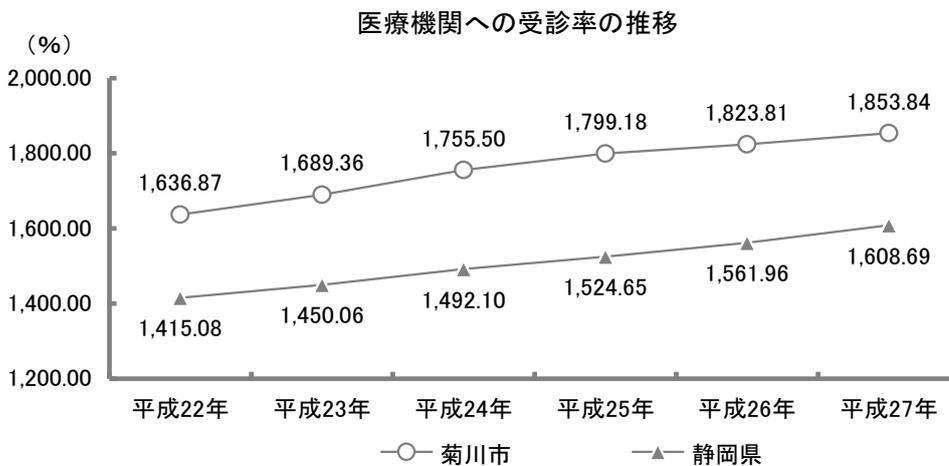
1件当たりの費用額の推移をみると、平成27年度で17,396円となっており、静岡県に比べ約3,000円低くなっています。



資料：菊川市市民課（県国保連茶っとシステムデータ）

(2) 医療機関への受診率

医療機関への受診率は年々増加傾向にあり、平成27年度で1,853.84%となっており、静岡県内23市中1番高い状況です。

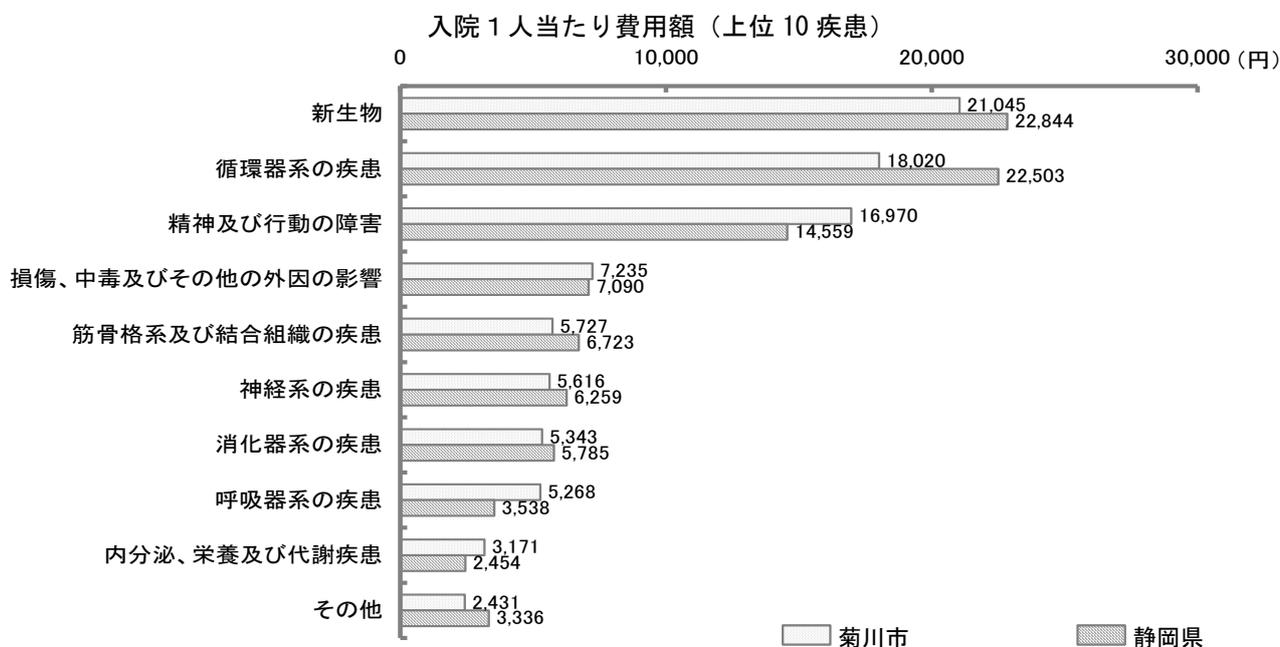


資料：菊川市市民課（県国保連茶っとシステムデータ）

(3) 疾病分類別 1人あたり費用額 (平成27年5月診療分)

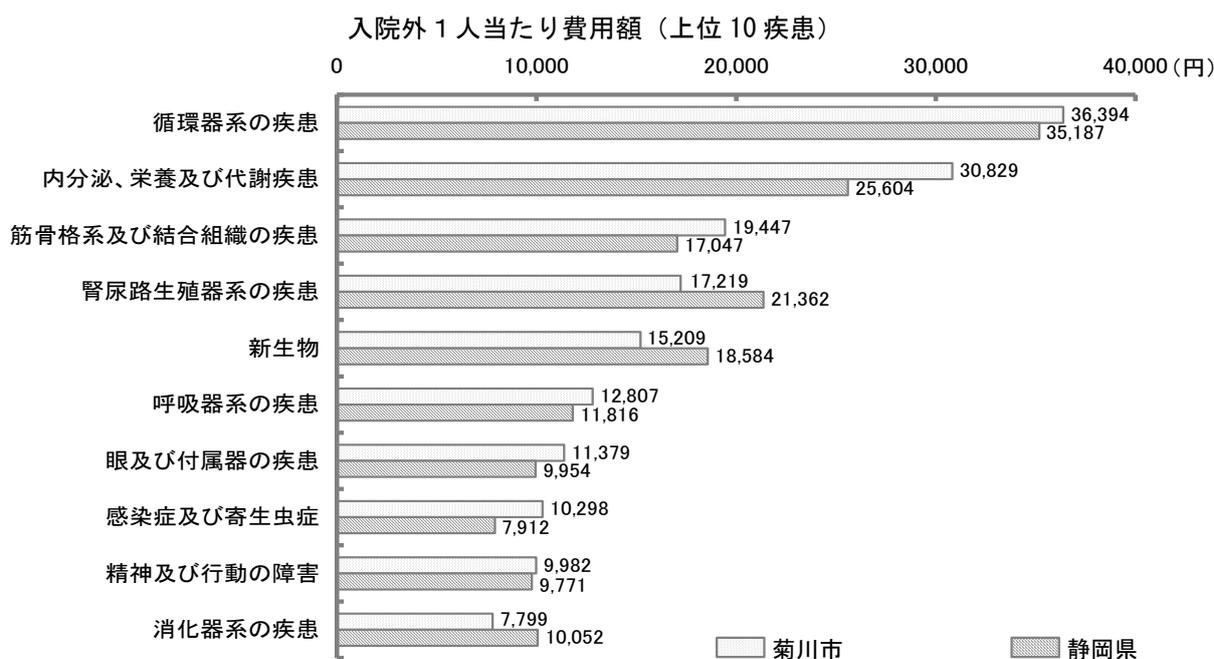
①入院

入院の費用額は、新生物、循環器系の疾患、精神及び行動の障害の順で高くなっています。



②入院外

入院外の費用額は、循環器系の疾患、内分泌、栄養及び代謝疾患の順になっており、内分泌、栄養及び代謝疾患は静岡県に比べて5,225円高くなっています。



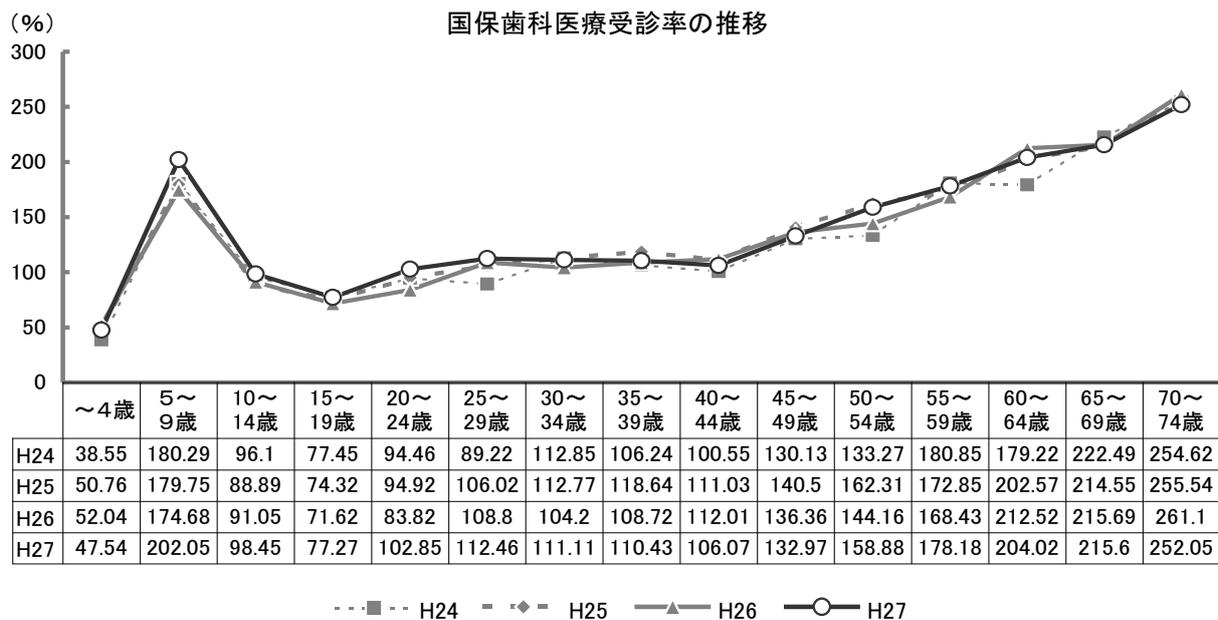
資料：菊川市市民課 (県国保連茶っとシステムデータ)

(4) 歯科医療受診率

ここ4年間の年齢別歯科医療受診率は、ほぼ同じ状況です。

永久歯に生えかわる5～9歳での受診率が突出しています。

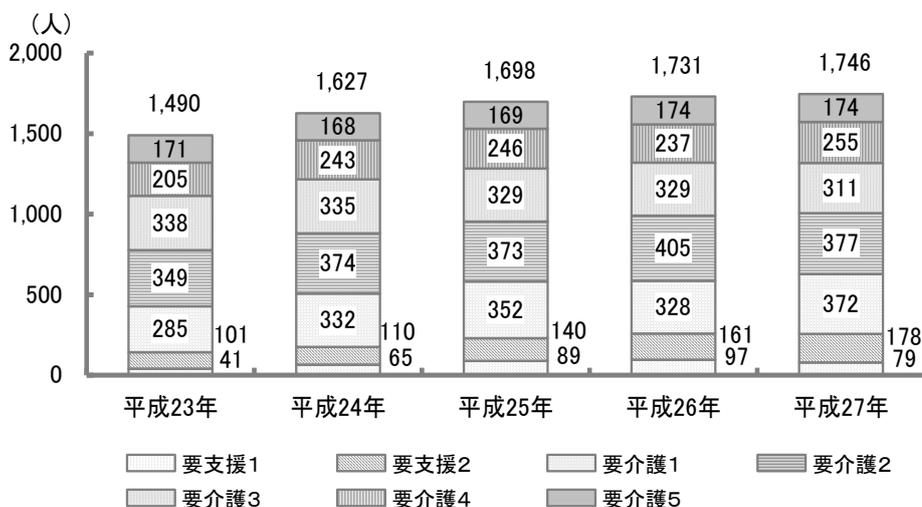
15歳以上では、年齢が高くなるにしたがって受診率も高くなっています。



資料：菊川市市民課（県国保連茶っシステムデータ）

6 要介護（要支援）認定者数の状況

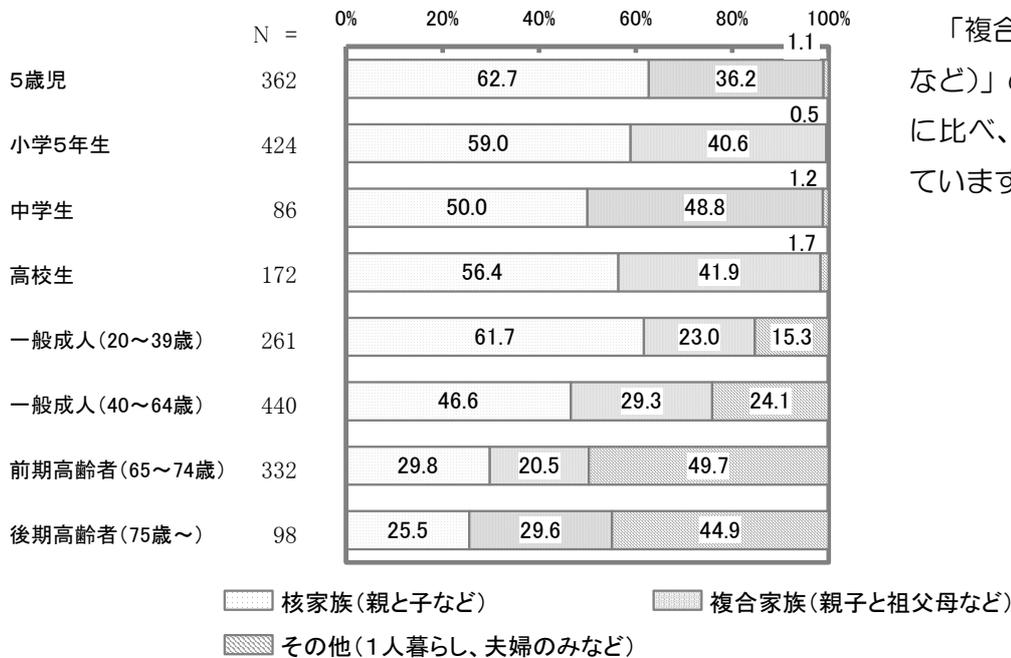
要介護（要支援）認定者数は年々増加しており、平成27年には1,746人と、平成23年より256人増加しています。



資料：菊川市地域支援事業及び高齢者福祉事業報告書

7 市民アンケートからみる菊川市の健康（一部抜粋）

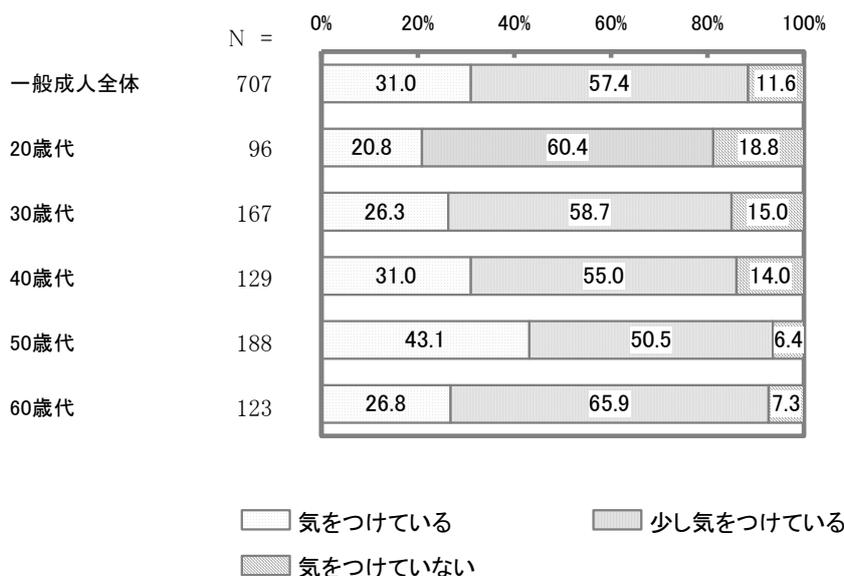
（1）家族構成



「複合家族(親子と祖父母など)」の割合が、他の年代に比べ、中学生で高くなっています。

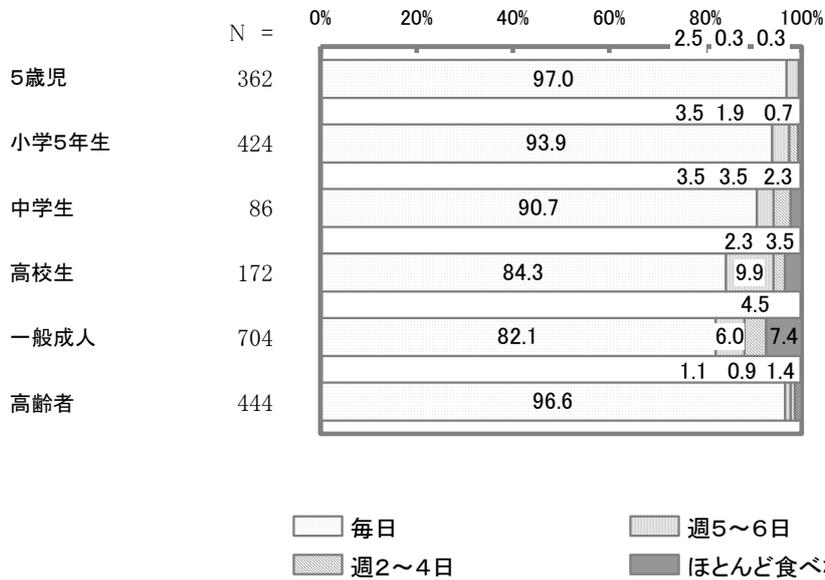
（2）食育・食生活

1 栄養のバランスに気をつけていますか



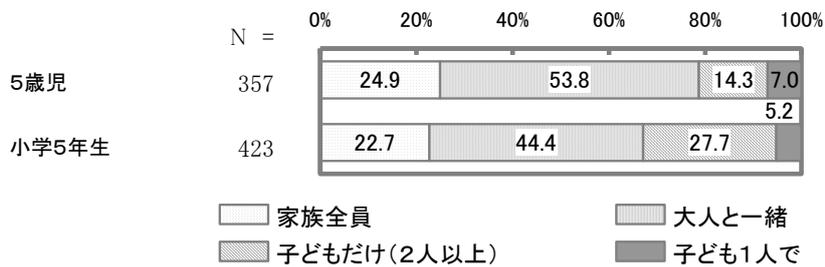
「気をつけている」人の割合は、20歳代で20.8%と低く、50歳代で43.1%と高くなっています。

2 朝食を食べますか



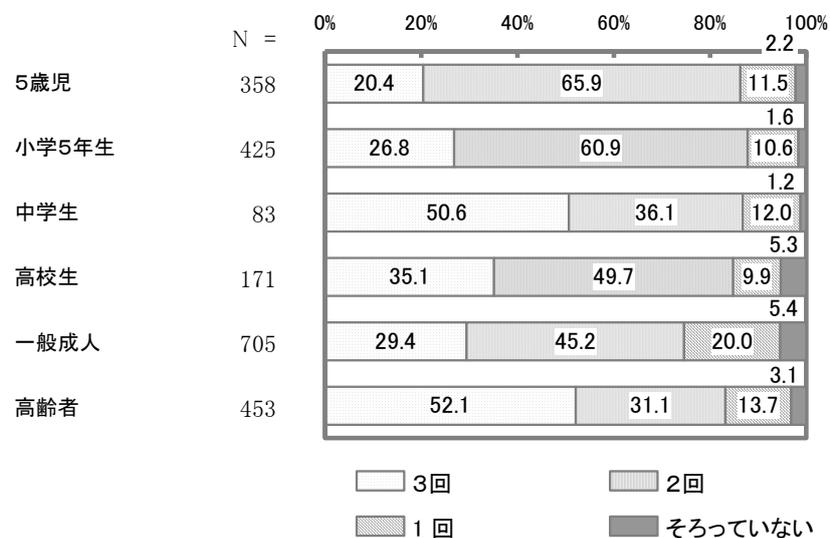
朝食を毎日食べる人の割合は、高校生で84.3%、一般成人で82.1%と、他の年代に比べて低くなっています。

3 朝食は誰と食べますか



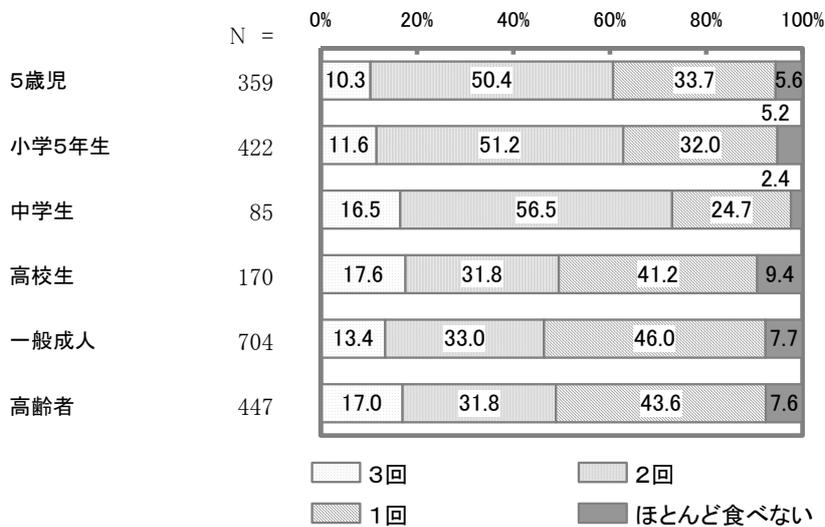
子どもだけで朝食を食べる割合は、5歳児で21.3%、小学5年生で32.9%となっています。

4 主食・主菜・副菜がそろっている食事は、1日何回ですか（休日など家で食べる日）



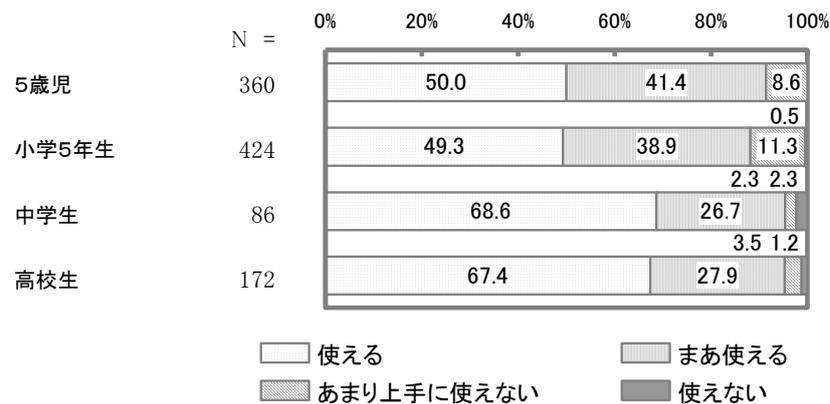
毎食そろっている割合は、中学生で50.6%、高齢者で52.1%と、他の年代に比べて高くなっています。

5 野菜を1皿以上食べる食事は、1日に何回ですか（休日など家で食べる日）



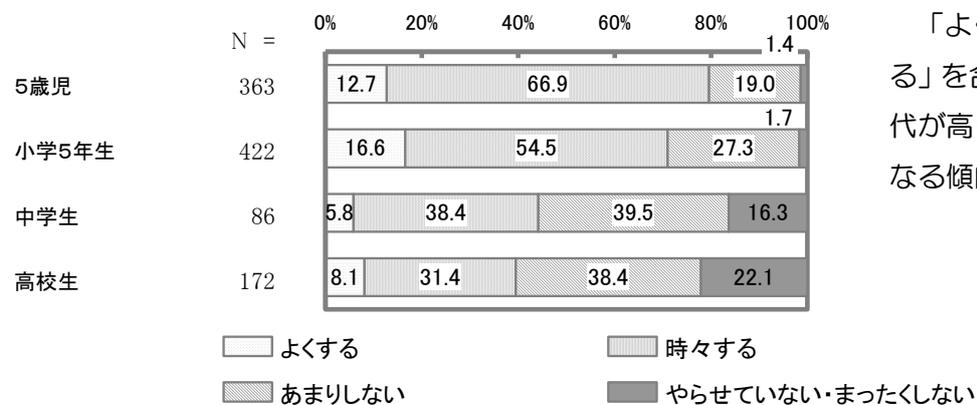
年代が高くなるにつれ、毎食野菜を1皿以上食べる人の割合が高くなる傾向にあります。

6 おはしを上手に使えますか



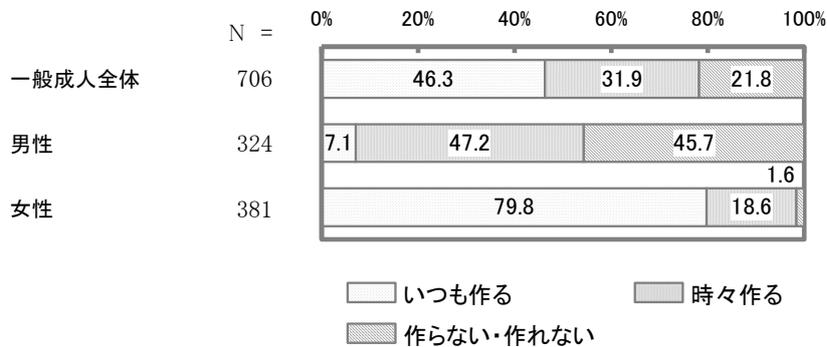
「使える」と「まあ使える」を合わせた割合は、5歳児で91.4%、小学5年生で88.2%、中学生で95.3%、高校生で95.3%となっています。

7 お子さまは家で料理や食事の準備を手伝いますか



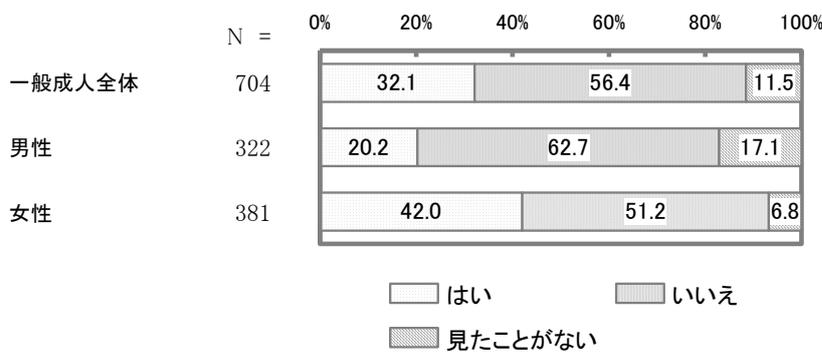
「よくする」と「時々する」を合わせた割合は、年代が高くなるにつれ、低くなる傾向にあります。

8 料理をすることはありますか



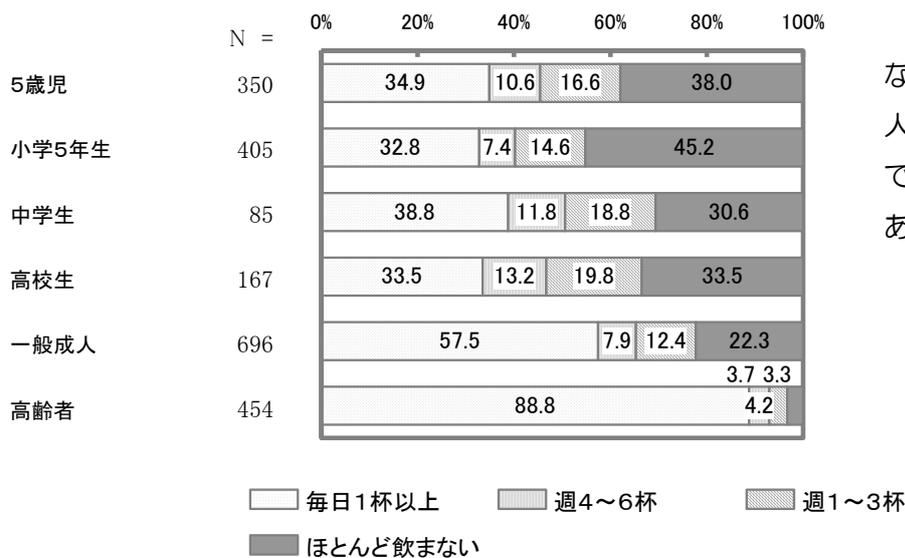
自分で料理を「作らない・作れない」人の割合は、女性で 1.6%、男性で 45.7%となっています。

9 外食や食品購入の際、栄養成分表示を参考にしていますか



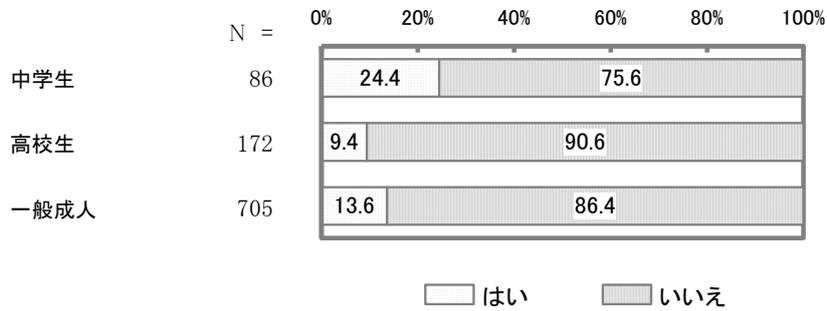
参考にしている人の割合は、全体で 32.1%、男性で 20.2%、女性で 42.0%となっています。

10 緑茶（お茶の葉から浸出するもの）をどれくらい飲みますか。



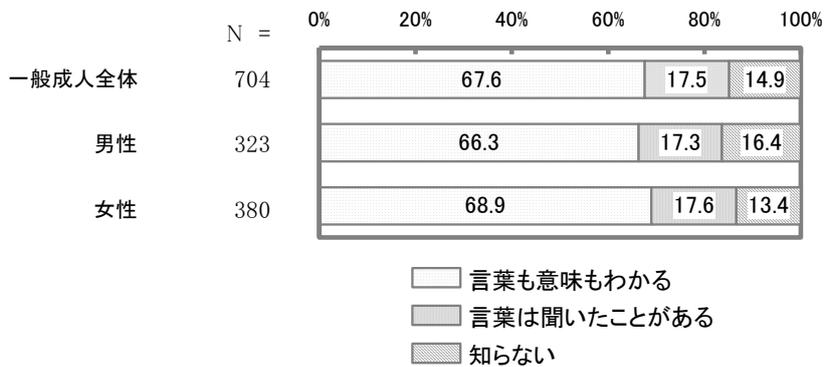
緑茶をほとんど飲まない人の割合は、一般成人で 22.3%、若い世代ではさらに高い傾向にあります。

11 毎月19日は「食育の日」ということを知っていますか

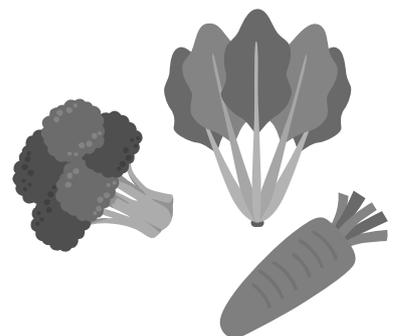


知っている人の割合は、中学生で24.4%、高校生で9.4%、一般成人で13.6%となっています。

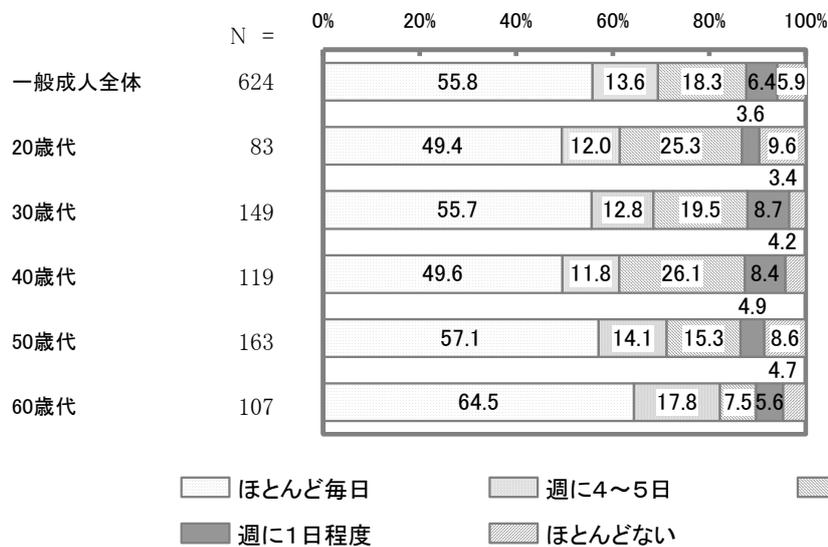
12 地産地消という言葉を知っていますか



知っている人の割合は、男女とも、6割半ばとなっており、大きな差異はみられません。

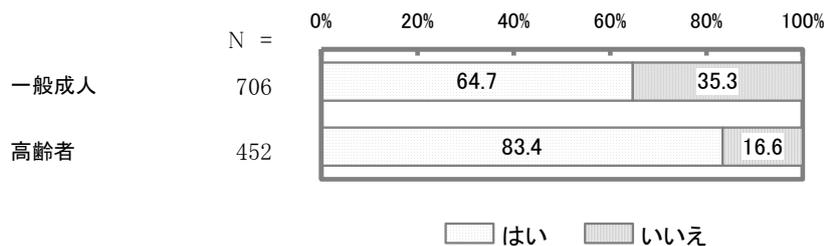


13 夕食を家族と一緒に食べることは、どれくらいありますか



「ほとんどない」の割合は、20歳代で9.6%、30歳代で3.4%、40歳代で4.2%、50歳代で8.6%、60歳代で4.7%となっています。

14 塩分のとりすぎに気をつけていますか

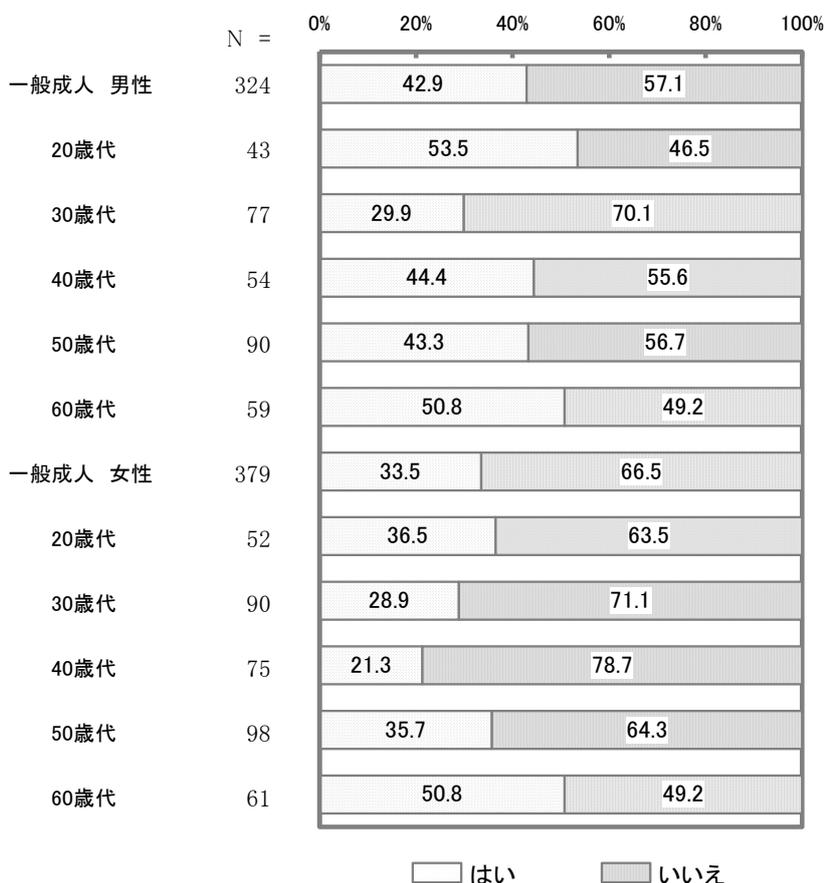


「はい」の割合は、一般成人で64.7%、高齢者で83.4%となっています。



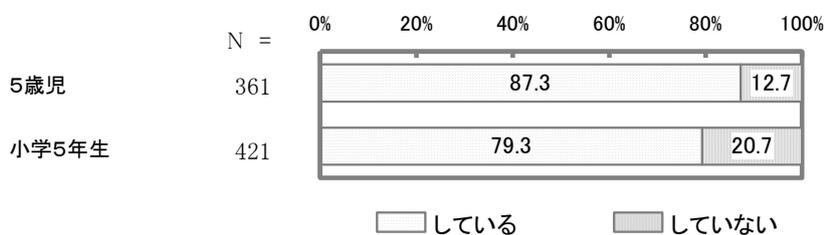
(3) 運動

1 普段運動をしていますか



普段運動している人の割合は、男性で42.9%、女性で33.5%となっています。他の年代に比べ、女性の40歳代で低く、21.3%となっています。

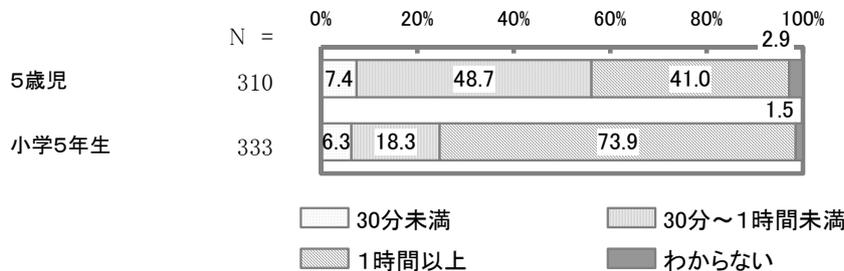
2 休日に運動したり、外で遊んだりしていますか（スポーツ少年団や運動クラブ等の運動を含みます）



「している」の割合は、5歳児で87.3%、小学5年生で79.3%となっています。

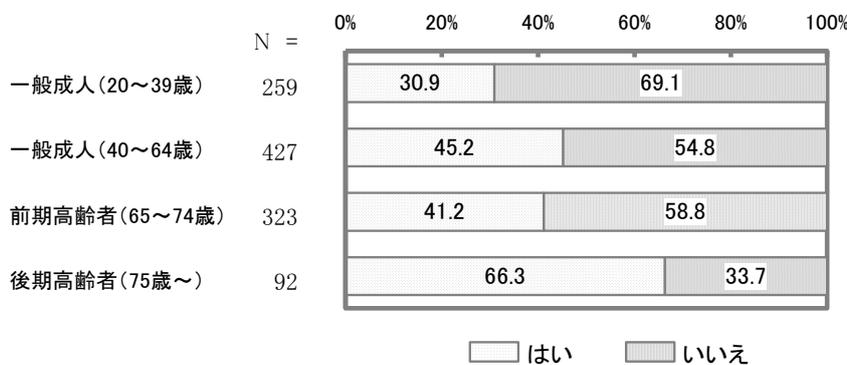
3 (前問2で「している」と回答した人のみ)

休日に運動したり、外で遊んだりする時間はどれくらいですか



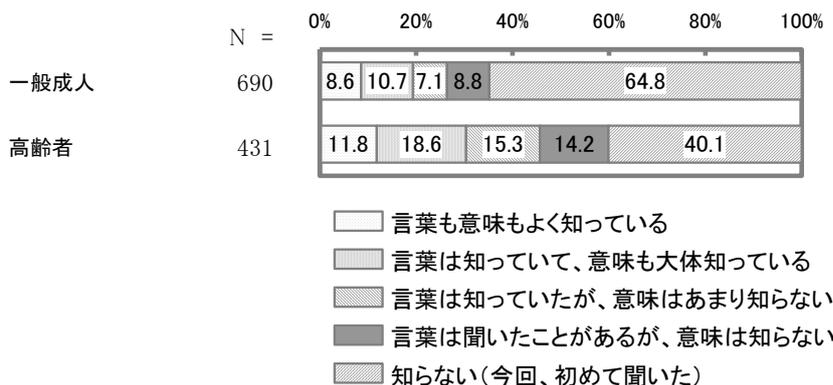
「1時間以上」の割合は、5歳児で41.0%、小学5年生で73.9%となっています。

4 現在、足や腰に痛みがありますか



年代が高くなるにつれ、「はい」の割合が高くなる傾向にあります。

5 「ロコモティブシンドローム(運動器症候群)※」を知っていますか

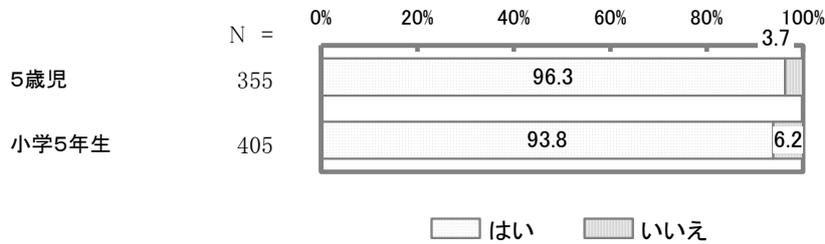


「知らない」の割合は、一般成人で64.8%、高齢者で40.1%となっています。

※ロコモティブシンドローム(運動器症候群)・・・骨や関節、筋肉などの運動器(骨・関節・筋肉・靭帯・神経などの運動に関わる器官や組織の名称)の働きが衰えることにより、普段の生活における自立度が低下し、寝たきりや要介護になる危険性が高い状態のこと。

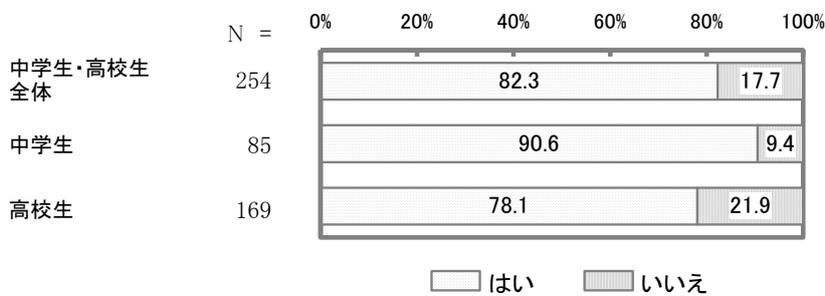
(4) 休養・こころ

1 子育てを楽しんでいますか



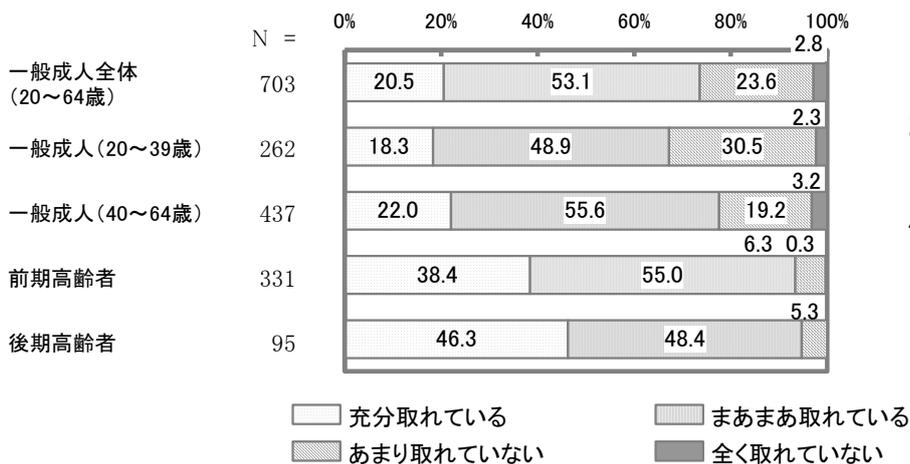
「はい」の割合は、5歳児で96.3%、小学5年生で93.8%となっています。

2 ぐっすり眠れますか



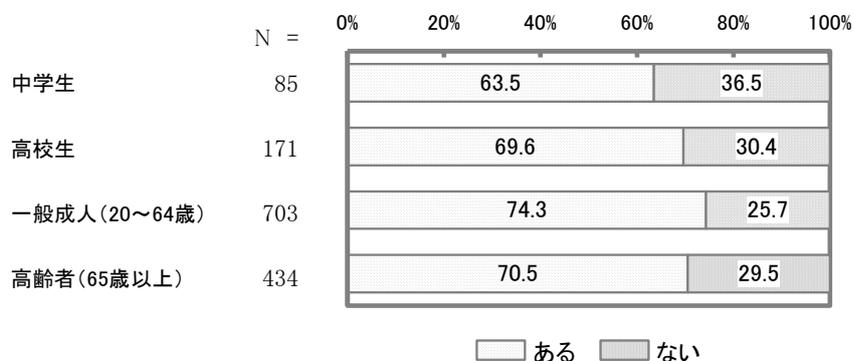
「はい」の割合は、全体では82.3%であり、中学生では90.6%と高いものの、高校生では78.1%とやや低くなっています。

3 この1か月、睡眠によって休養が充分取れていますか



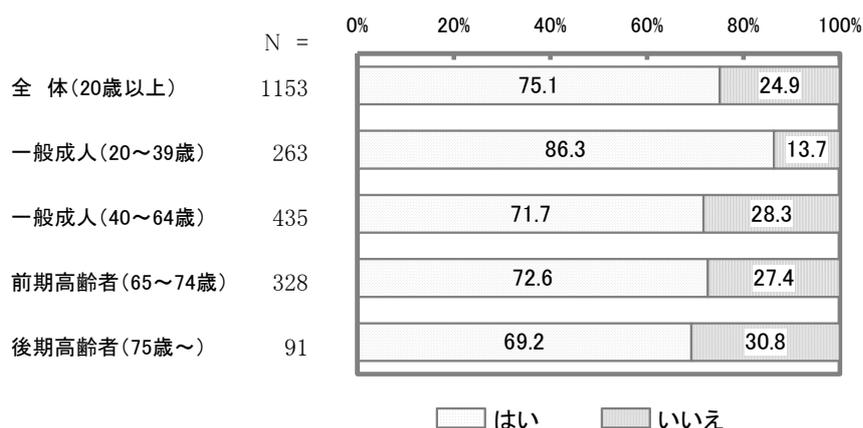
「あまり取れていない」と「全く取れていない」をあわせた割合は、年代が高くなるにつれて低くなる傾向にあります。

4 自分なりのストレス解消方法がありますか



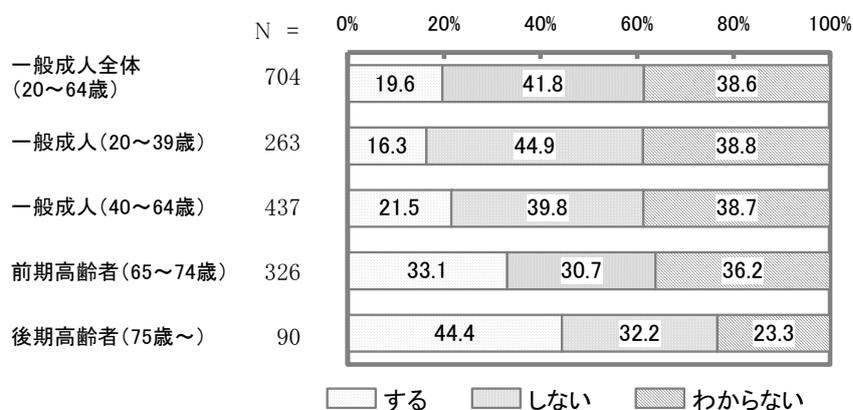
「ある」の割合は、一般成人で最も高く、74.3%となっています。

5 悩みや不安を相談できる人や場所がありますか



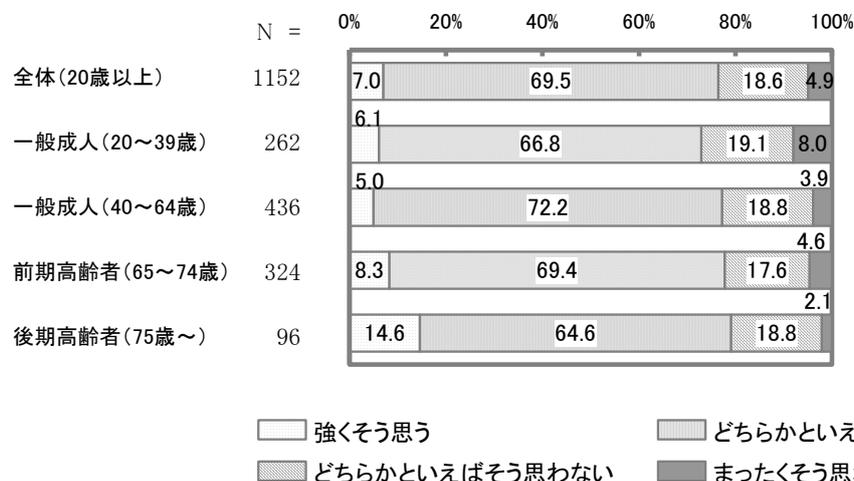
「はい」の割合は、一般成人(20~39歳)で最も高く、86.3%となっています。

6 心の健康状態に不安を感じた時に医療機関を受診しますか



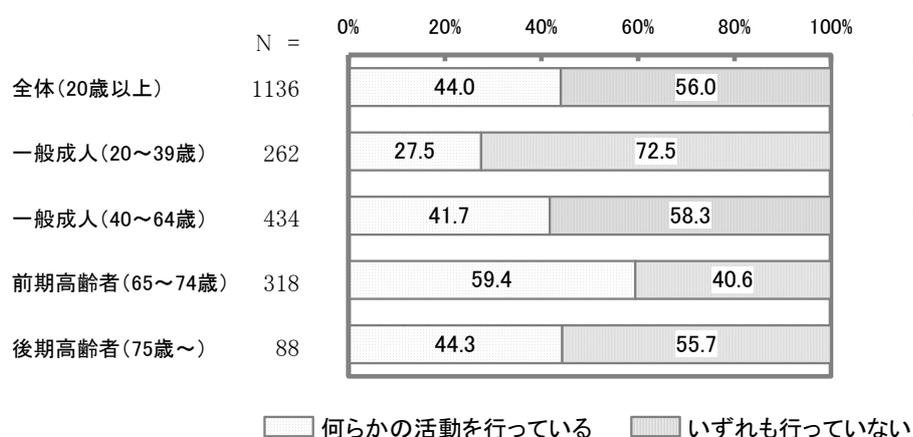
「する」の割合は、年代が高くなるにつれ、高くなる傾向にあります。

7 お住まいの地域の人々は、お互いに助け合っていると思いますか



「強くそう思う」と「どちらかといえばそう思う」をあわせた割合は、年代が高くなるにつれて、高くなる傾向にあります。

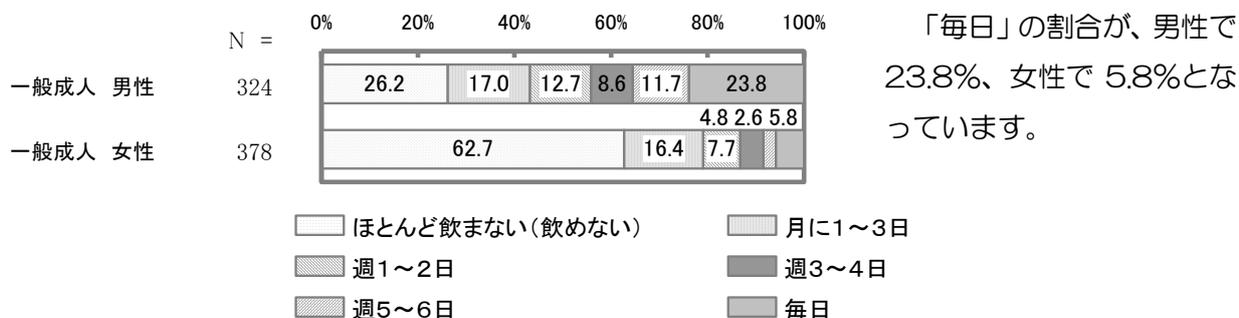
8 地域社会活動（自治会、地域行事など）、趣味やおけいこ事などを行っていますか



何らかの活動を行っている人の割合は、前期高齢者(65~74歳)で最も高く59.4%となっています。

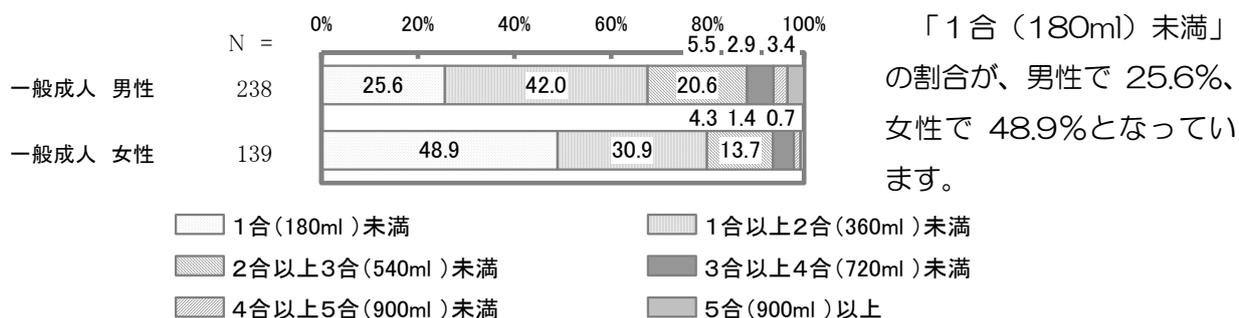
(5) アルコール・タバコ・薬物

1 アルコール（酒類）を飲みますか。頻度をお答えください

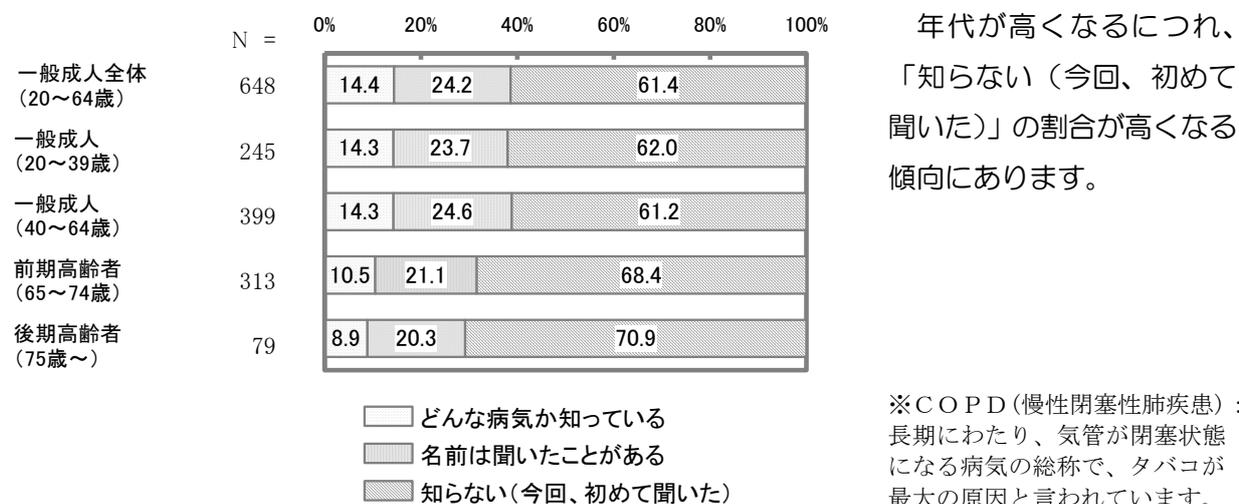


2 (前問1で「ほとんど飲まない」以外と回答した人のみ)

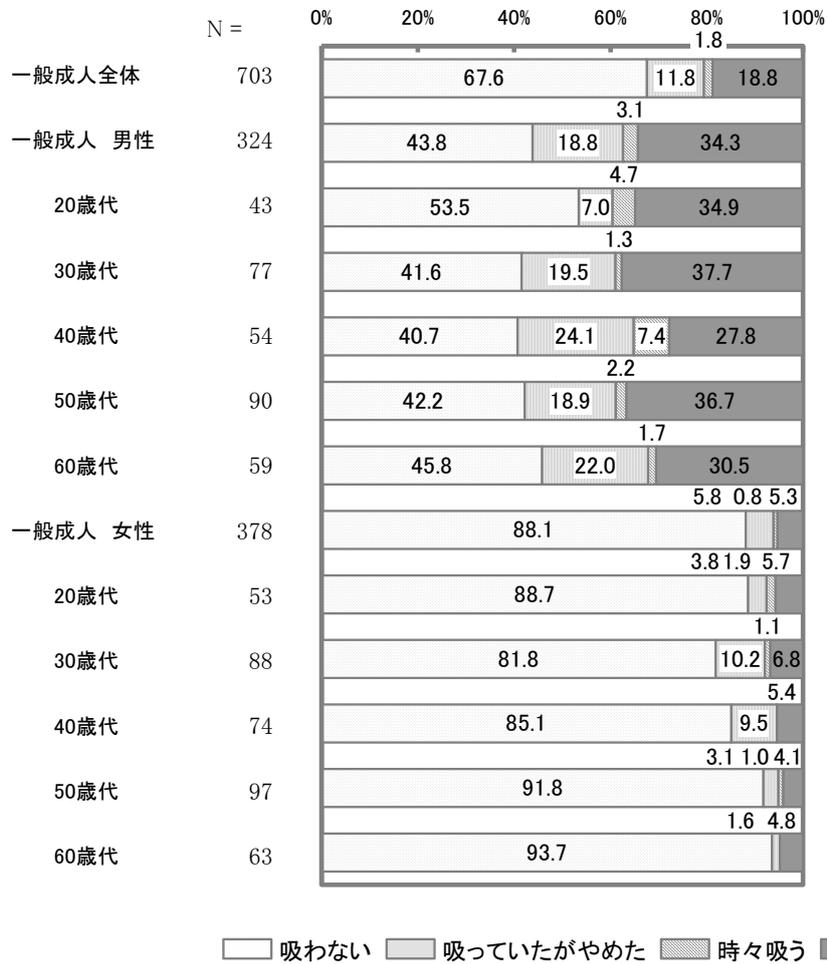
お酒を飲む日は1日あたり、どれくらい飲みますか。下の表を参考に、清酒に換算してください



3 「COPD(慢性閉塞性肺疾患)」※という病気を知っていますか

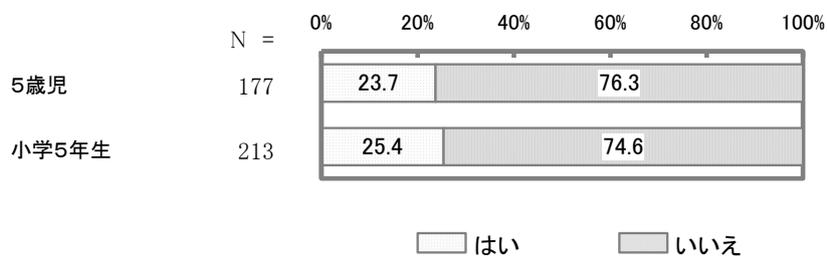


4 タバコを吸いますか



「吸う」「時々吸う」の割合は、男性で37.4%、女性で6.1%となっています。

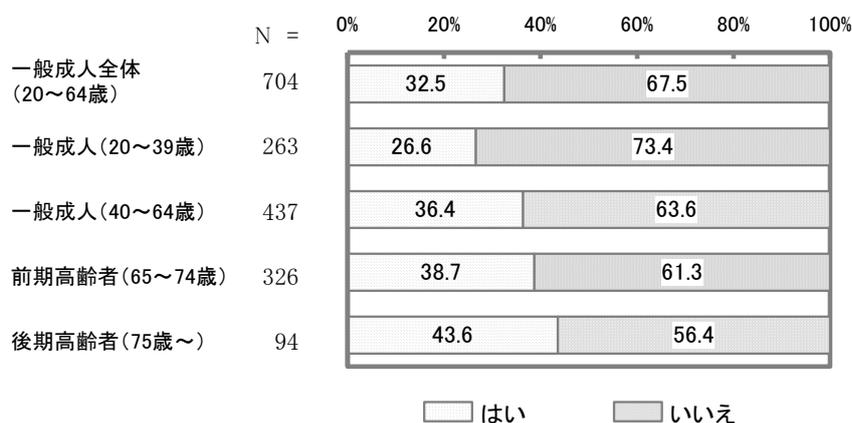
5 (家族でタバコを吸う人がいると回答した人のみ) お子さまの近くでタバコを吸うことがありますか



「はい」の割合は、5歳児で23.7%、小学5年生で25.4%となっています。

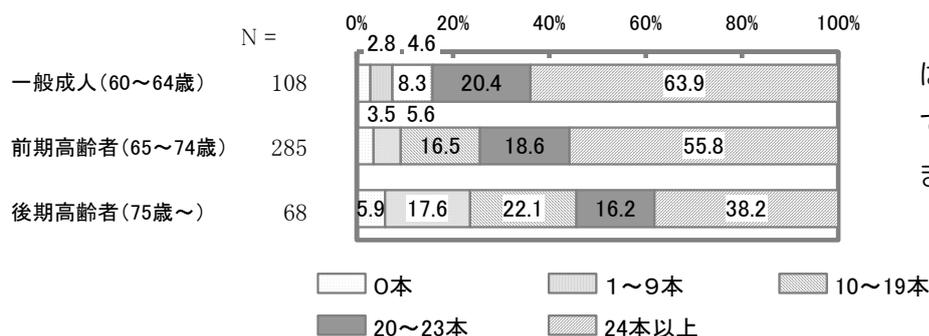
(6) 歯と口の健康

1 予防のために、1年に1回以上、定期的な歯の健診を受けていますか



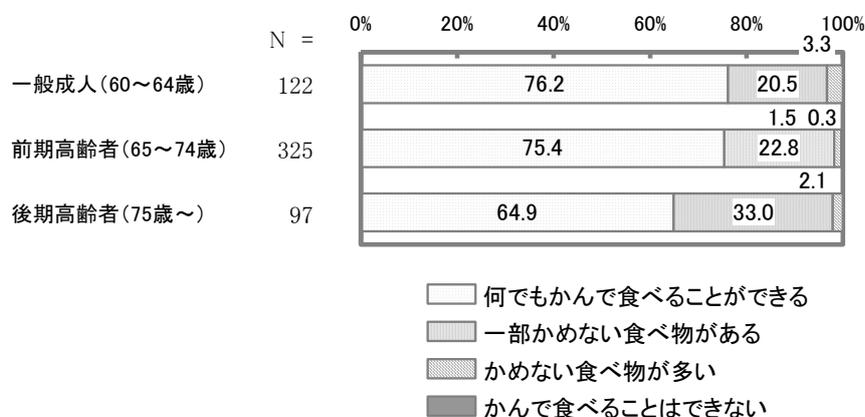
「はい」の割合は、年代が高くなるにつれて高くなる傾向にあります。

2 現在の歯の本数を教えてください



「24本以上」の割合は、60歳代の一般成人で63.9%となっています。

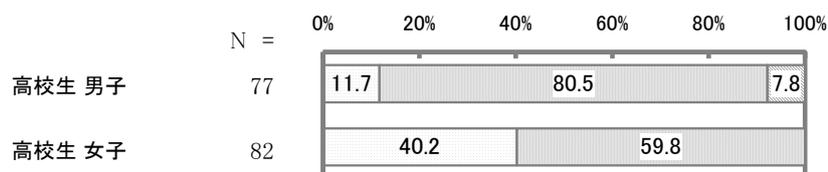
3 かねで食べる時の状態はいかがですか



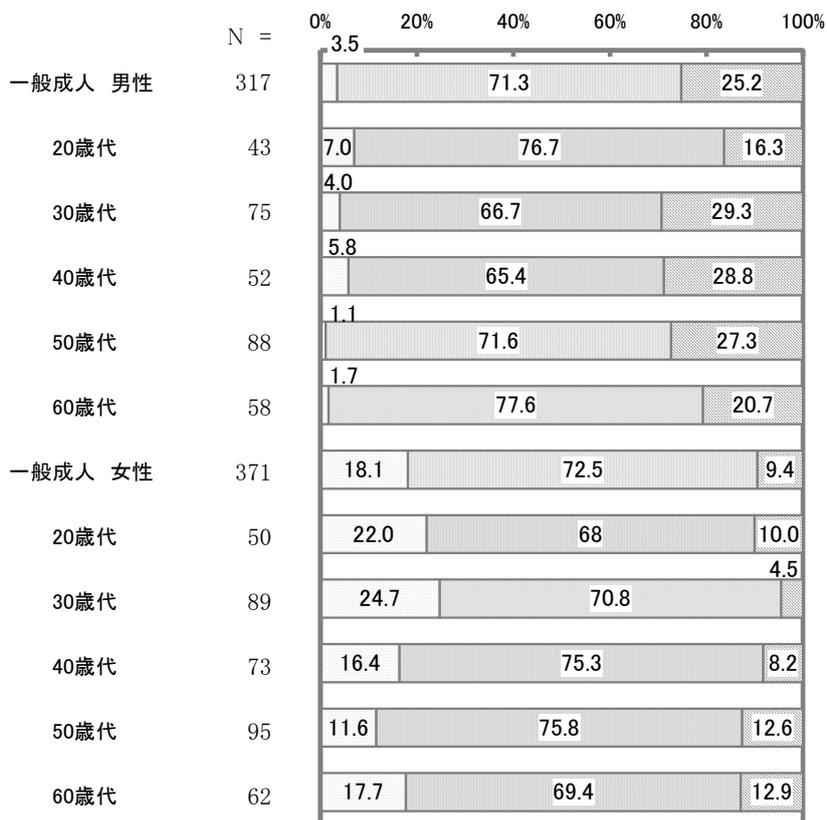
「何でもかんで食べることができる」の割合は、年代が高くなるにつれて低くなっています。

(7) 健康管理

1 BMI※



高校生のやせの割合は、男子で 11.7%、女子で 40.2%となっています。



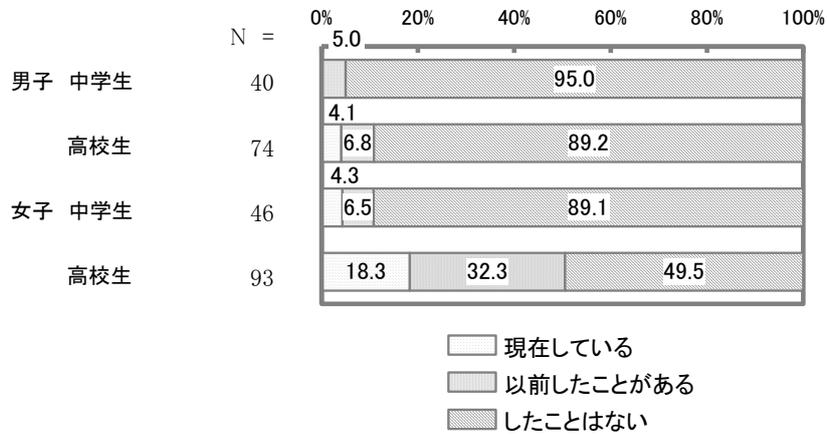
「やせ」の割合は女性、特に女性の 20 歳代、30 歳代で高くなっています。

「肥満」の割合は男性、特に 30 歳代、40 歳代、50 歳代で高くなっています。

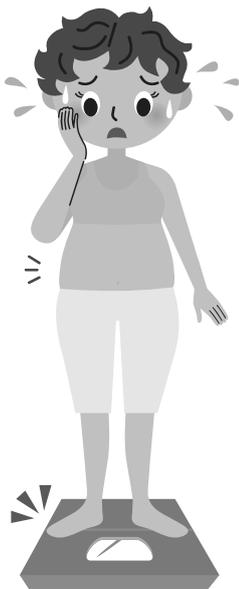
□ やせ ▨ 標準 ▩ 肥満

※BMI (Body mass index) : 肥満度を表す体格指数です。
 体重 (kg) ÷ 身長 (m) ² で算出し、標準は 18.5~25 です。

2 ダイエットをしたことがありますか



「現在している」「以前したことがある」の割合は、男子中学生で 5.0%、男子高校生で 10.9%、女子中学生で 10.8%、女子高校生で 50.6%となっています。



8 企業アンケートからみる菊川市の健康

(1) 調査概要

実施期間：平成 28 年 7 月 22 日から 9 月 14 日

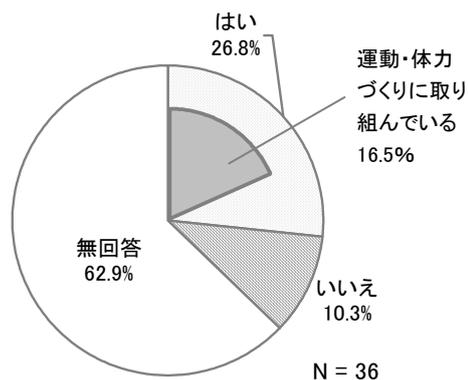
実施方法：商工観光課の実施する市内企業概況調査と共にメールや郵送で実施

実施企業：市内工業団地内に立地する事業所及び従業員 30 人以上の事業所

回収率：37.1% (97 社中 36 社)

(2) 調査結果

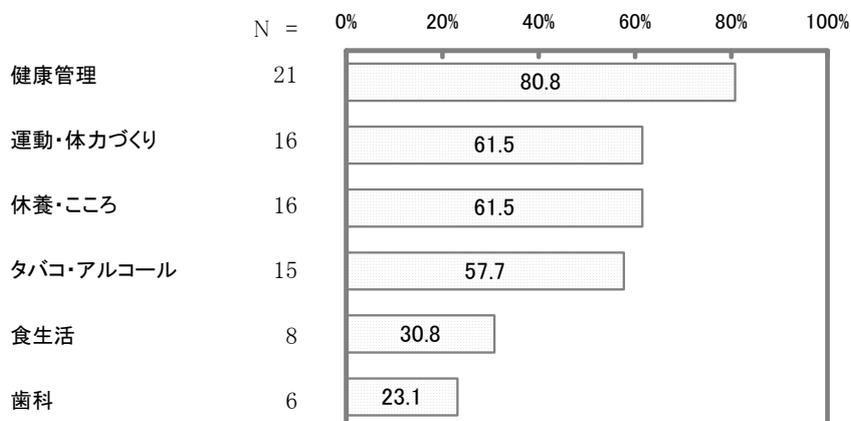
1 健康づくりの取り組みを実施していますか



「はい」の割合は 26.8% となっています。また、「運動・体力づくり」に取り組んでいる事業所は 16.5% となっています。

「いいえ」の事業所は、「時間等の余裕がない」という理由が 40.0% でした。

2 「はい」と回答した事業所の取り組んでいる領域について



取り組んでいる領域としては、「健康管理」の割合が 80.8% と最も高くなっています。「運動・体力づくり」では、取り組んでいる事業所の 75% がラジオ体操を実施していました。「タバコ・アルコール」では、分煙や喫煙時間の設定などタバコ対策への取り組みが主でした。

第3章

前計画の評価

「菊川すこやかプラン」は、アンケート調査などをもとに、健康づくり施策に対する指標が設定されています。それぞれの分野別に、プラン策定時の数値との比較及び指標の達成状況を整理しました。

【評価方法】

現状値とプラン策定時の当初値を比較するとともに、目標値とも比較し、それぞれ以下のとおり評価しました。

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
×	当初値より悪化している
－	比較項目を変更した

1 健康増進計画

(1) 食生活

子どもだけで朝食を食べる児童の割合が減少し、目標値に近づいています。しかし、栄養のバランスに気を付けている人の割合には大きな変化がみられず、栄養バランスの取れた食生活への関心を高める取り組みが必要です。

指標	対象	当初値 (平成22年度)	現状値	目標値	把握方法	評価
子どもだけで朝食を食べる児童の割合	小学5年生	35.7%	32.9%	30%以下	平成27年度アンケート	○
栄養のバランスに気を付けている人の割合	20～64歳	31.0%	31.0%	35%以上	平成27年度アンケート	△
朝食に主食・主菜・副菜がそろっている人の割合	20～64歳	37.5%	－	40%以上	－	－

(2) 運動

普段運動している男性は増加しています。一方で、休日に外遊びをする幼児は、大きく減少しています。運動習慣のない人、特に女性や幼児が体を動かせる環境づくりと、日常的に体を動かす意識を高める取り組みが必要です。

指標	対象	当初値 (平成22年度)	現状値	目標値	把握方法	評価
休日に1日1時間以上外遊びをする幼児の割合	5歳児	48.7%	35.2%	50%以上	平成27年度アンケート	×
休日に1日1時間以上外遊びをする児童の割合	小学5年生	67.7%	58.4%	70%以上	平成27年度アンケート	×
普段運動している人の割合	20～64歳男性	36.3%	42.9%	40%以上	平成27年度アンケート	◎
普段運動している人の割合	20～64歳女性	32.0%	33.5%	35%以上	平成27年度アンケート	○

(3) 休養・こころ

20歳以上では、睡眠によって休養がとれる人、自分なりのストレス解消法を持っている人は増加しています。しかし、中高校生では、ぐっすり眠れる人が減少しています。中高校生を中心に、睡眠の大切さの啓発や質の高い睡眠のとり方の周知などが必要です。

指標	対象	当初値 (平成22年度)	現状値	目標値	把握方法	評価
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	71.0%	74.3%	80%以上	平成27年度アンケート	○
ぐっすり眠れる生徒の割合	中高校生	85.5%	82.3%	90%以上	平成27年度アンケート	×
睡眠によって休養がとれる人の割合	20～64歳	65.5%	73.5%	70%以上	平成27年度アンケート	◎

(4) たばこ・アルコール

喫煙者、多量飲酒者はともに減少し、目標値を達成しています。今後も、禁煙する人、ほどよい飲酒を心がける人を増やす取り組みを更に推進していく必要があります。

指標	対象	当初値 (平成22年度)	現状値	目標値	把握方法	評価
たばこを毎日・時々吸う人の割合	20～64歳男性	46.9%	37.3%	40%以下	平成27年度アンケート	◎
たばこを毎日・時々吸う人の割合	20～64歳女性	15.5%	6.1%	10%以下	平成27年度アンケート	◎
多量に飲酒する人※の割合	20～64歳男性	10.6%	4.3%	10%以下	平成27年度アンケート	◎
多量に飲酒する人の割合	20～64歳女性	0.7%	0.5%	0.7%以下	平成27年度アンケート	◎

※多量飲酒者とは、日本酒で換算した場合、以下のいずれかに該当する人です。

- ①飲酒日1日当たりの飲酒量が5合以上
- ②飲酒日1日当たりの飲酒量が4合以上5合未満で飲酒の頻度が週5日以上
- ③飲酒日1日当たりの飲酒量が3合以上4合未満で飲酒の頻度が毎日

(5) 歯の健康

5本以上のむし歯のある幼児や生徒は減少し、目標値を達成しています。しかし、年1回以上歯科健診を受けている人は大きく減少しており、定期的に歯科健診を受ける習慣を持つ人を増やす取り組みを推進する必要があります。

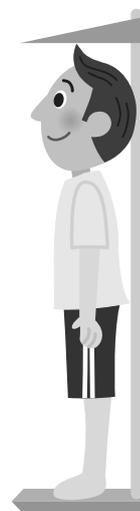
指標	対象	当初値 (平成22年度)	現状値	目標値	把握方法	評価
5歳児で5本以上のむし歯のある幼児の割合	5歳児	平成21年度 16.3%	9.6%	15%以下	平成27年度 静岡県5歳児 歯科調査結果	◎
中学3年生で5本以上のむし歯のある生徒の割合	中学3年生	平成21年度 12.5%	6.1%	10%以下	平成27年度 静岡県学校 歯科健診結果	◎
年1回以上歯科健診を受けた人(治療を含む)の割合	20～64歳	49.6%	32.5%*	60%以上	平成27年度 アンケート	×

※参考値「年1回以上、定期的な歯科健診を受けている人の割合」

(6) 健康管理

乳幼児健診や、がん検診の受診率は上昇傾向となっており、ほとんどの項目で目標値を達成しています。しかし、胃がん検診では受診率が低下しています。また、成人男性の肥満の割合については大きな変化が見られず、やせの中高生は大きく増加しています。今後は、やせや肥満に気をつけ、適正体重を維持できる人を増やすことが重要です。

指標	対象	当初値 (平成22年度)	現状値	目標値	把握方法	評価
乳幼児健診（3歳児健診）の受診率	3歳児	89.9%	94.8%	95%以上	平成27年度保健事業報告	○
胃がん検診受診率	40歳以上	18.1%	17.6%	20%以上	平成27年度保健事業報告	×
大腸がん検診受診率	40歳以上	23.0%	28.6%	25%以上	平成27年度保健事業報告	◎
肺がん検診受診率	40歳以上	18.2%	20.7%	20%以上	平成27年度保健事業報告	◎
子宮頸がん検診受診率	20歳以上女性	39.7%	49.0%	45%以上	平成27年度保健事業報告	◎
乳がん検診受診率	40歳以上女性	42.7%	48.1%	45%以上	平成27年度保健事業報告	◎
20歳以上男性の肥満の割合	20歳以上男性	25.3%	25.2%	20%以下	平成27年度アンケート	△
中高生のやせの割合 (BMI判定)	中高校生	23.5%	35.3%	20%以下	平成27年度アンケート	×



2 食育推進計画

(1) 食を知る

朝食を毎日食べる人、大人と一緒に朝食を食べる子ども、地産地消の意味を知っている人は増加し、目標値に近づいています。しかし、毎食野菜を1皿以上食べる人、「食育の日」を知っている人が大きく減少しています。今後、「食育の日」を利用した啓発を推進するとともに、野菜を食べることの大切さの普及啓発が必要です。

指標	対象	当初値 (平成22年度)	現状値	目標値	把握方法	評価
子どもだけで朝食を食べる児童の割合	小学5年生	35.7%	32.9%	30%以下	平成27年度アンケート	○
朝食を毎日食べる人の割合 (「週5～6日以上」含む)	20～64歳	86.2%	88.1%	90%以上	平成27年度アンケート	○
毎食野菜を1皿以上食べる人の割合	20～64歳	29.8%	13.4%	40%以上	平成27年度アンケート	×
おはしを上手に使える5歳児の割合 (「まあ使える」を含む)	5歳児	88.8%	91.4%	95%以上	平成27年度アンケート	○
「食育の日」を知っている人の割合	20～64歳	20.6%	13.6%	30%以上	平成27年度アンケート	×
食育に関心がある人の割合 (「どちらかと言えばある」を含む)	20～64歳 男性	47.5%	-	50%以上	-	-
地産地消の意味を知っている人の割合	20～64歳	59.4%	67.6%	70%以上	平成27年度アンケート	○



(2) 食をつくる

食事の手伝いをする小学生、自分で料理を作る中学生は増加しています。しかし、栄養のバランスに気をつけている人、食事の手伝いをする幼児の割合は大きな変化がみられません。また、自分で料理を作らない・作れない男性が増加しています。食事を一緒に作って食べる楽しみや、栄養バランスのとれた食事の知識にふれる機会を積極的に設けることが必要です。

指標	対象	当初値 (平成22年度)	現状値	目標値	把握方法	評価
栄養のバランスに気をつけている人の割合	20～64 歳	31.0%	31.0%	35%以上	平成 27 年度 アンケート	△
朝食に主食・主菜・副菜がそろっている人の割合	20～64 歳	37.5%	-	40%以上	-	-
料理や食事の準備を手伝う(よく・時々) 幼児の割合	5 歳児	79.6%	79.6%	85%以上	平成 27 年度 アンケート	△
料理や食事の準備を手伝う(よく・時々) 児童の割合	小学 5 年生	70.6%	71.1%	80%以上	平成 27 年度 アンケート	○
家で自ら料理を作る(いつも・時々) 生徒の割合	中学生	60.6%	66.3%	65%以上	平成 27 年度 アンケート	◎
自分で料理を作らない・作れない人の割合	20～64 歳 男性	42.5%	45.7%	40%以下	平成 27 年度 アンケート	×

(3) 食の環境づくり

外食などで栄養成分表示を参考にする人が微増しました。しかし、茶葉からいれたお茶を毎日飲む人はすべての年代で減少しています。地場産品の利用など、地域に根差した食育の推進が必要です。

指標	対象	当初値 (平成22年度)	現状値	目標値	把握方法	評価
外食などの際に栄養成分表示を参考にする人の割合	20～64 歳	31.3%	32.1%	40%以上	平成 27 年度 アンケート	○
学校給食における地場産品(県内産)を使用する割合		30.0%	41.0%	34%以上	菊川市環境基本計画アンケート(平成 25 年度)	◎
茶葉からいれたお茶を毎日飲む幼児の割合	5 歳児	48.6%	34.9%	55%以上	平成 27 年度 アンケート	×
茶葉からいれたお茶を毎日飲む児童の割合	小学 5 年生	54.1%	32.8%	60%以上	平成 27 年度 アンケート	×
茶葉からいれたお茶を毎日飲む人の割合	20 歳代	51.8%	40.9%	60%以上	平成 27 年度 アンケート	×
茶葉からいれたお茶を毎日飲む人の割合	40 歳代	52.1%	49.6%	60%以上	平成 27 年度 アンケート	×