

[重点9分野]重点目標一覧表

1 栄養・食生活

毎日主食・主菜・副菜をそろえて食べるよう心がける人の割合	現 状	目標値
20代男性 20代女性	15.6% 22.3%	増やす 増やす
朝食を欠食する人の割合	現 状	目標値
小学生 中学生 高校生 20代 30代 40代	5.6% 14.7% 16.1% 39.3% 25.4% 21.7%	0% 0% 0% 15.0%以下 15.0%以下 15.0%以下

2 身体活動・運動

息が少し弾む程度(30分以上継続)の運動を週2回以上する人の割合	現 状	目標値
中学生 高校生 20~30代 40~50代 60歳以上	67.1% 53.2% 25.2% 36.3% 52.3%	増やす 増やす 増やす 増やす 増やす

3 休養・こころの健康

睡眠による休養が「いつもと比べてない」「とれていない時がしばしばある」人の割合	現 状	目標値
成人	44.6%	40.2%以下
最近1ヶ月間で「ストレスがいつもある」と感じた人の割合	現 状	目標値
成人	20.1%	18.1%以下
自分なりのストレス解消法を身につけている人の割合	現 状	目標値
中学・高校生 成人	87.7% 92.2%	増やす

4 歯の健康

むし歯のない幼児(3歳児)の割合	現 状	目標値
3歳児	69.4%	80.0%以上
60歳(55~64歳)で24本以上自分の歯がある人の割合	現 状	目標値
成人(55~64歳)	52.1%	増やす
80歳(75~84歳)で20本以上自分の歯がある人の割合	現 状	目標値
成人(75~84歳)	22.9%	増やす

定期的に歯科健診を受ける人の割合	現 状	目標値
成人	16.0%	34.0%

5 たばこ

中学・高校生の喫煙者(月1回以上)の割合	現 状	目標値
中学生 高校生	5.2% 14.0%	0% 0%
喫煙について「体に害がある」ことを理解している中学・高校生の割合	現 状	目標値
中学生 高校生	82.7% 88.5%	100% 100%
喫煙している成人の割合	現 状	目標値
男性 女性	46.1% 12.8%	減らす 減らす
職場の禁煙・分煙対策に満足している人の割合	現 状	目標値
成人	44.9%	増やす

6 アルコール

飲酒経験のある中学・高校生の割合	現 状	目標値
中学・高校生	55.7%	0%
未成年者の飲酒について問題意識を持つ中学・高校生の割合	現 状	目標値
中学・高校生	23.6%	100%
日本酒にして三合以上飲酒する成人の割合	現 状	目標値
男性 女性	7.6% 1.5%	5.3%以下 1.1%以下

7 循環器病

基本健康診査の受診率	現 状	目標値
成人	45.9%	55.0%以上
血圧値が要指導・要医療者の割合	現 状	目標値
成人	37.9%	33.8%以下
血圧値が高いものの、治療や取り組みをしていない成人の割合	現 状	目標値
男性 女性	29.0% 16.4%	減らす 減らす

コレステロール値が高い(血清総コレステロール値240mg/d以上)の割合	現 状	目標値
男性 女性	14.0% 21.5%	7.0%以下 10.7%以下

コレステロール値・中性脂肪値が高いが、未治療・取り組みをしていない成人の割合	現 状	目標値
男性 女性	45.4% 26.0%	減らす 減らす

肥満・やせの人の割合	現 状	目標値
小学生の肥満児 20~60代の男性の肥満者 40~60代の女性の肥満者 20代女性のやせの人	9.5% 27.1% 20.8% 27.0%	7.0%以下 17.0%以下 17.0%以下 18.0%以下

8 糖尿病

基本健康診査の結果、「要医療」となった人で事後指導を受けている人の割合	現 状	目標値
成人	81.6%	増やす
基本健康診査で、「要医療」に該当する成人の割合	現 状	目標値
空腹時血糖検査 HbA1c検査	7.3% 2.9%	減らす 減らす
糖尿病または血糖値が高いと言われたが、治療や取り組みをしていない人の割合	現 状	目標値
成人	30.5%	減らす

9 がん

がん検診受診者数	現 状	目標値
胃がん 子宮がん 乳がん 大腸がん 肺がん	10,092人 11,147人 13,204人 10,367人 34,115人	25,700人以上 16,700人以上 19,800人以上 29,200人以上 51,200人以上
がん精密検査受診率	現 状	目標値
胃がん 子宮がん(頸部) 子宮がん(体部) 乳がん 大腸がん 肺がん	80.2% 89.2% 85.7% 94.0% 69.3% 75.6%	増やす 増やす 増やす 増やす 増やす 増やす

# 健康21

からだ元気! ところ豊かに! 主役はあなた!



健康づくり推進体制の整備

