

# 「健康うつのみや21」 中間評価の概要

## 計画の趣旨

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

## 中間評価の趣旨

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

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

## 計画策定後の「健康づくり」を取り巻く環境の変化

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

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

## 中間評価の方法

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

## 中間評価のまとめ

### 基本目標

#### 健康寿命の延伸

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

#### 壮年期死亡の減少

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

#### 生活の質の向上

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

### 9分野別の主な現状・課題

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

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

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

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

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

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

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

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

#### 【たばこ】 未成年者の喫煙をなくすとともに、禁煙・分煙を積極的に行います

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

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

- ・ 「未成年者の飲酒率」は改善傾向にあるが、約4割が飲酒を経験している 中・高校生40.9%と14.8Pt減少 中学生34.0%、高校生47.5% **未成年者が、親や親戚に飲酒を薦められる場合(割合43.5%)もあり、未成年者の飲酒に対する大人の意識を変えることが重要である。**

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

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

健康づくり実践活動【目標37地区】

17組織20地区【H18.12】

関係団体等との連携が不十分

### 新たな課題

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