

第3次山梨市健康増進計画の中間評価を行いました

基本理念と計画の方向性

基本理念：『元気・生きがい 地域で支える健康づくり』

- (1) 市民の主体的な健康づくりの推進
- (2) 一次予防の継続的な取り組みと重症化予防の推進
- (3) 食と運動（身体活動・スポーツ）による健康づくりの推進
- (4) 生涯を通じた健康と生きがいのあるまちづくりの推進

中間評価の方法

令和2年度中にア～ウの対象に実施したアンケート調査、及び各種事業評価に伴う数的評価を元に評価分析を実施した。

ア 市民 2000 人を無作為抽出したアンケート調査：回収数 921 人（回収率 46.1%）

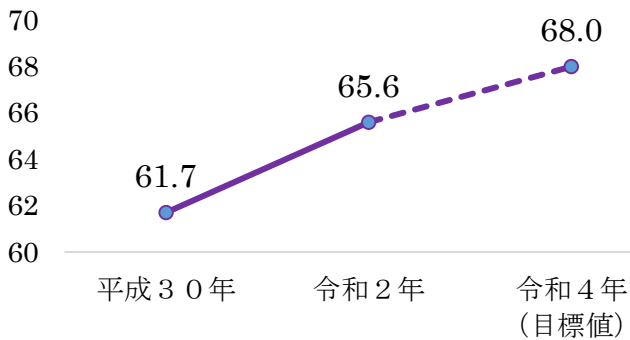
イ 山梨市立小中学校に通う小学校 6 年生（285 人）および中学校 3 年生（274 人）

ウ 乳児健診を受診した産婦 103 名

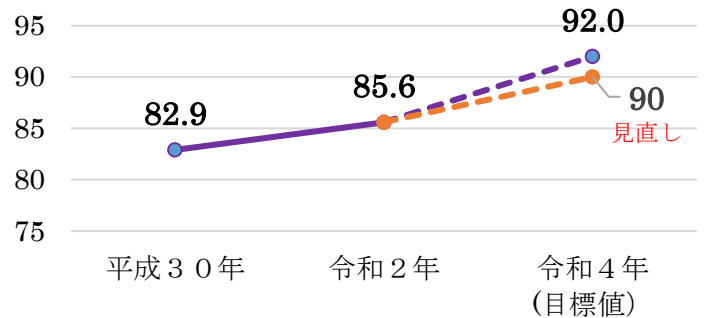
主な調査結果と見直し点

1. 栄養・食生活

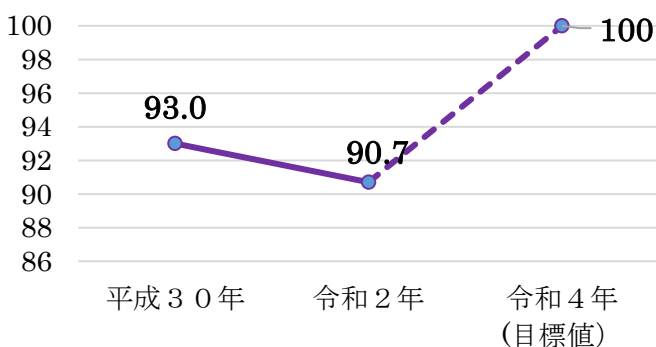
食塩摂取量に気をつけている人の割合



朝食を毎日食べている人の割合
(成人・高齢者)



朝・昼・夕食を必ず食べる割合
(学童・思春期)



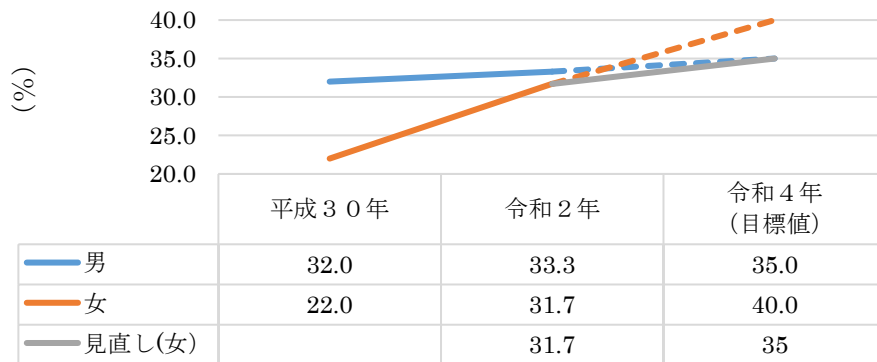
● 肥満者の割合は減少、食生活に気を付けている人の割合が増加する等の改善がみられた。

● 朝食を毎日食べている大人の割合は、増加傾向にあるが、現状値から考えると当初目標とした 92%の達成は困難性があるため、実現可能な目標値として 90%に目標値を下方修正した。

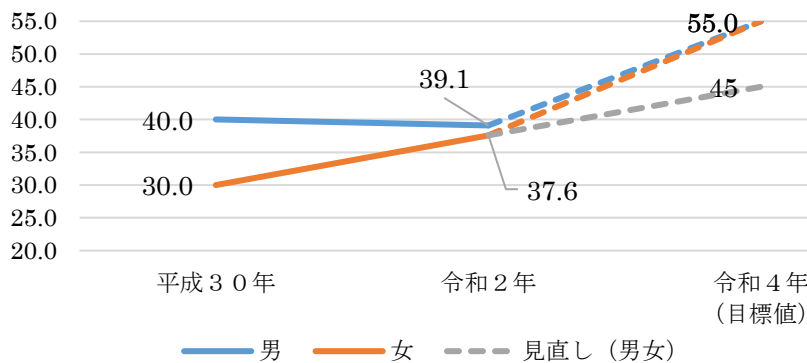
● 3食必ず食べている小中学生の割合は低下した。子ども達の朝食の欠食をなくすことは食育推進計画においても100%に近づけることを目標としているため、目標値の変更はせず、取り組みを強化していく方針とした。

2. 運動・身体活動

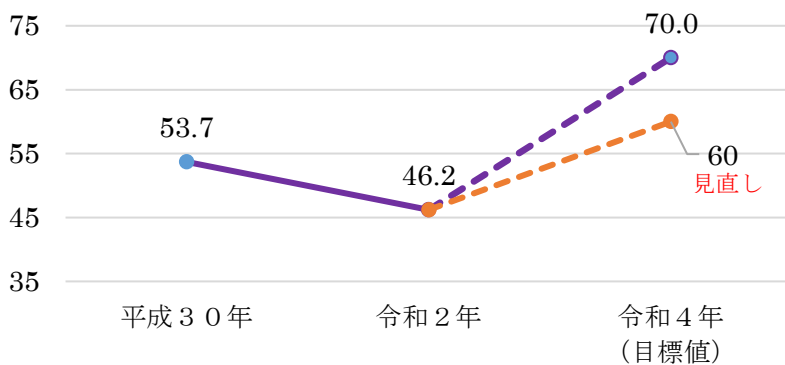
健康のために何らかの運動を習慣にしている人
(20～59歳)



健康のために何らかの運動を習慣にしている人
(60歳以上)



何らかの地域活動に参加している高齢者の割合



● 健康のために何らかの運動を習慣にしている人は、「コロナ禍前の生活習慣について教えてください」と追記して調査しました。

● 20～59歳では、男女とも上昇していましたが、目標値を男女そろえるために、女性の目標値を40%から35%に下方修正しました。

● 60歳以上においては、コロナ禍前の生活を聞いているが、男性の数値低下から、調査を実施した6月の現状値を回答した者もいたのではないかと推察される。現状を鑑み、目標値を男女ともに45%に下方修正した。

● 何らかの地域活動に参加している高齢者の割合についても、数値の低下状況から「コロナ禍前の生活」を聞いたが、調査実施時期の6月の状況を回答した者がいたのではないかと推察される。現状値から目標値を60%に見直しした。

3. 休養・こころの健康

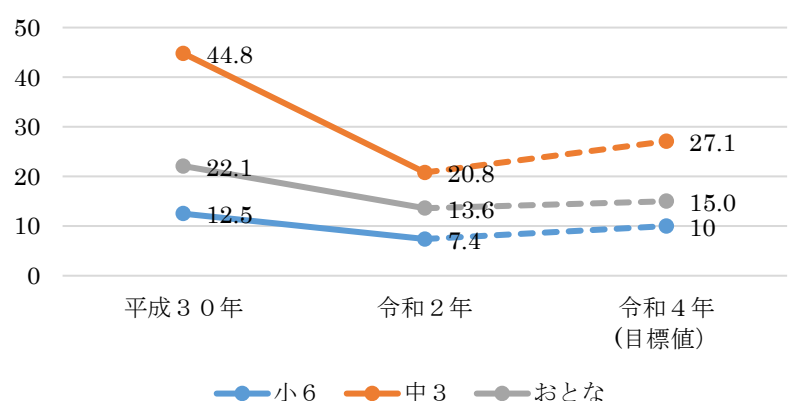
● 睡眠が不十分な人の割合は減少し、睡眠での休養の確保について改善がみられた。コロナ禍における休校や習い事の自粛等で休養時間は確保されたことも考えられる。各期において令和4年度の到達目標を達成していたため、目標値を上方修正した。

児童(小6) 7.4% ⇒ 7.0%

生徒(中3) 20.8% ⇒ 20%

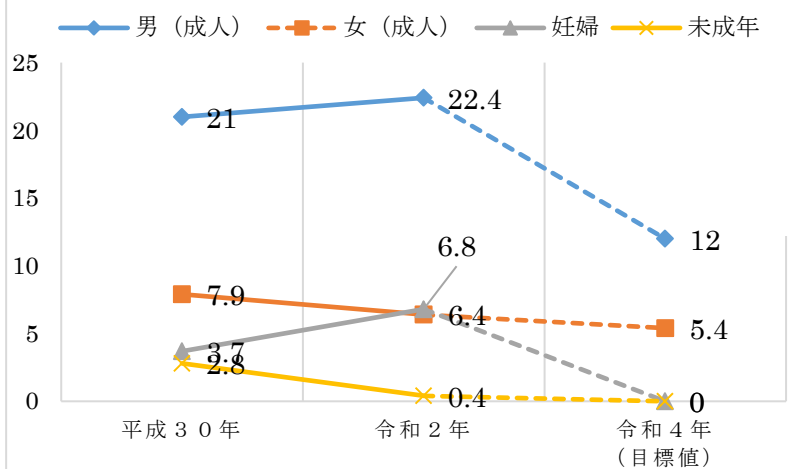
おとな 13.6% ⇒ 13%

睡眠が不十分な人の割合



4. たばこ・アルコール

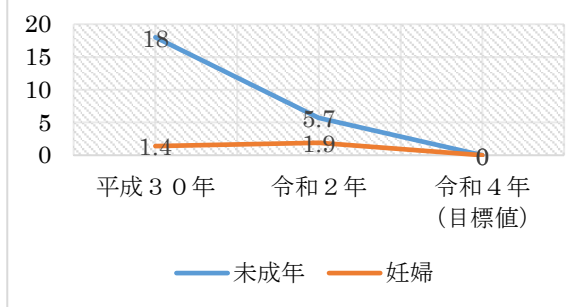
喫煙者の割合



● 喫煙者の状況では、女性、未成年では喫煙者割合が減少していたが、男性、妊婦は増加の結果であった。禁煙を推奨する取組みについて、強化する必要性が確認された。

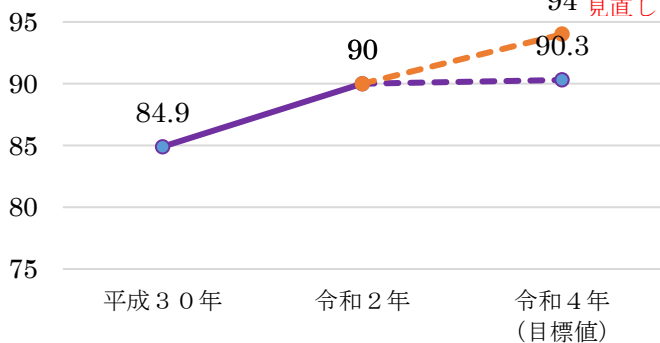
● 未成年と妊婦の飲酒では、未成年は目標値に向け減少していたが、妊婦では若干の増加が確認された。

未成年と妊婦の飲酒

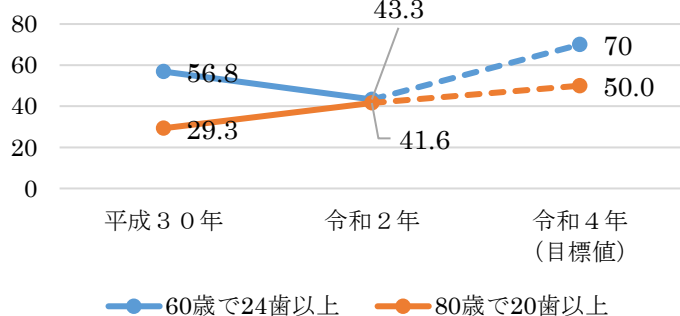


5. 歯・口腔の健康

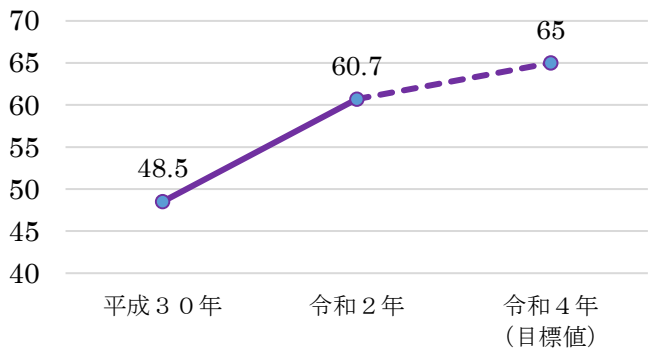
3歳児でむし歯のない児の割合



60歳で24歯以上、80歳で20歯以上 自分の歯を有する人



過去1年間歯科検診を受診した者



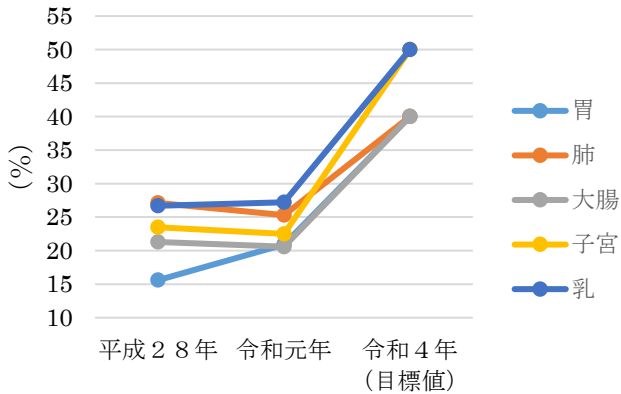
● 3歳児でむし歯のない児の割合については、目標値に到達した結果であったため、目標値を94%に変更した。むし歯のない3歳児の割合は10年前(H21)79.8%、15年前(H16)62.3%であったことから、経年的に大きく改善している。

● 80歳で20歯以上自分の歯を有する人の割合は改善しているが、60歳で24歯以上自分の歯を有する人の割合は悪化がみられた。引き続き歯周疾患対策に取り組む必要がある。

● 過去1年間に歯科検診を受診した者の割合は目標に向けての上昇が確認された。引き続き、歯周疾患検診および後期高齢者歯科口腔健診の受診勧奨と合わせて周知していきたい。

6. 保健・医療

がん検診受診率

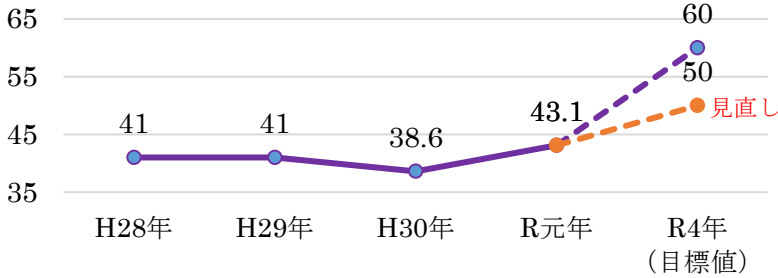


がん検診受診率 (%)

| | 平成28年 | 令和元年 | 令和4年 (目標値) | | 目標値の見直し |
|----|-------|------|------------|---|---------|
| 胃 | 15.6 | 20.9 | 40 | ⇒ | 25 |
| 肺 | 27.1 | 25.3 | 40 | ⇒ | 30 |
| 大腸 | 21.3 | 20.6 | 40 | ⇒ | 25 |
| 子宮 | 23.5 | 22.5 | 50 | ⇒ | 25 |
| 乳 | 26.7 | 27.2 | 50 | ⇒ | 30 |

- がん検診受診率は、胃がん検診は上昇しているが、他のがん検診では横ばいから減少の結果であった。現状値を踏まえて目標値を下方修正した中で受診勧奨をすすめていく方針とした。

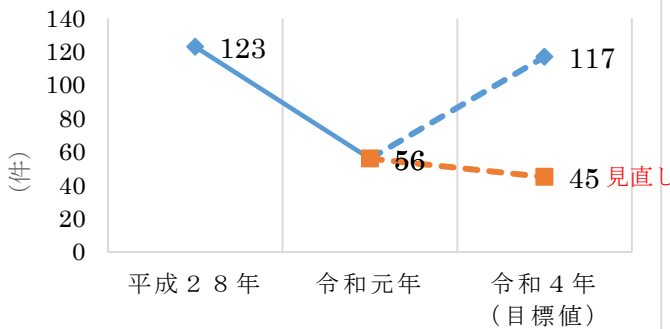
特定健康診査受診率



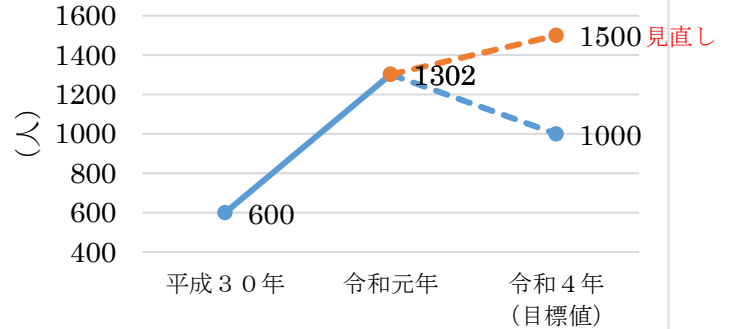
- 特定健診受診率は、平成30年度に健診会場の集約等から38.6%に低下したが、令和元年度には43.1%に上昇した。目標値は国で示す目標値に合わせての設定であったが、データヘルス計画の中間評価と合わせて実現可能な目標値に見直しをした。

7. 事故対策

市内で発生した交通事故件数



みまもりあいプロジェクトへの協力者数



- 交通事故件数は年々減少している。令和元年度の件数が目標値に到達していたため、更に減少を目指して目標値の見直しを行った。
- みまもりあいプロジェクトへの協力者数も年々増加しており、令和元年12月末時点での協力者数が目標値に到達していたため、目標値の設定を上方修正した。

まとめ

- 栄養・食生活においては、肥満者割合の減少や塩分に気を付けている人の割合の増加などの改善がみられた一方で、朝食を欠食する大人や3食食べていない児童生徒がいること等の課題が確認された。3食食べることの意義を伝えていくことが必要である。
- 運動・身体活動については、健康のために何らかの運動を習慣にしている人の割合は増加傾向にあるが、

目標値には達成していないため、引き続き、運動習慣の大切さを伝えていくとともに、きっかけづくり等の場を提供していく等の取組が必要である。高齢者においては、運動習慣および地域活動への参加で数値の悪化がみられた。コロナ禍の影響を反映したことが考えられるため、フレイル・サルコペニアの予防対策としてコロナ禍でも安全にできる運動に関する情報提供や場の設定等が必要である。

3. 休養・こころの健康については、コロナ禍における在宅時間の増加により、睡眠時間の確保という点においては、計画策定当時の指標からの改善みられた。健康増進計画中間評価における調査票では、新型コロナウイルス感染症の影響による経済面や就労面の評価指標はなかったため、今後、自殺対策推進計画等と合わせての評価を行っていききたい。
4. たばこについては、平成 30 年の健康増進法の改正による望まない受動喫煙をなくすための取組みを推進しているところであるが、男性と妊婦の数値が悪化していたため、取組の強化が必要である。妊婦では喫煙・飲酒ともに数値の悪化がみられたため、妊娠中の健康管理に関する保健指導について引き続き丁寧に関わっていききたい。
5. 歯・口腔の健康では、3歳でむし歯のない児の割合や過去1年間に歯科検診を受診した者の割合の増加などから意識の向上が伺える。しかし、市の歯周疾患検診受診者数は少ないままなので、歯周疾患検診および令和元年11月より新規導入した後期高齢者歯科口腔健診の受診勧奨を強化して、歯周病やオーラルフレイルの予防対策を進めていききたい。
6. 保健・医療分野では、健康寿命の延伸、医療費抑制対策として、データヘルス計画の推進と合わせて、がん検診、特定健診の受診率向上と生活習慣病対策のための取り組みを推進していききたい。
7. 事故対策では、交通事故数の減少やみまもりあいプロジェクトへの協力者数の増加等の効果が現れている。引き続き、地域全体で交通事故対策ができるような情報発信やプログラムの提供を進めたい。