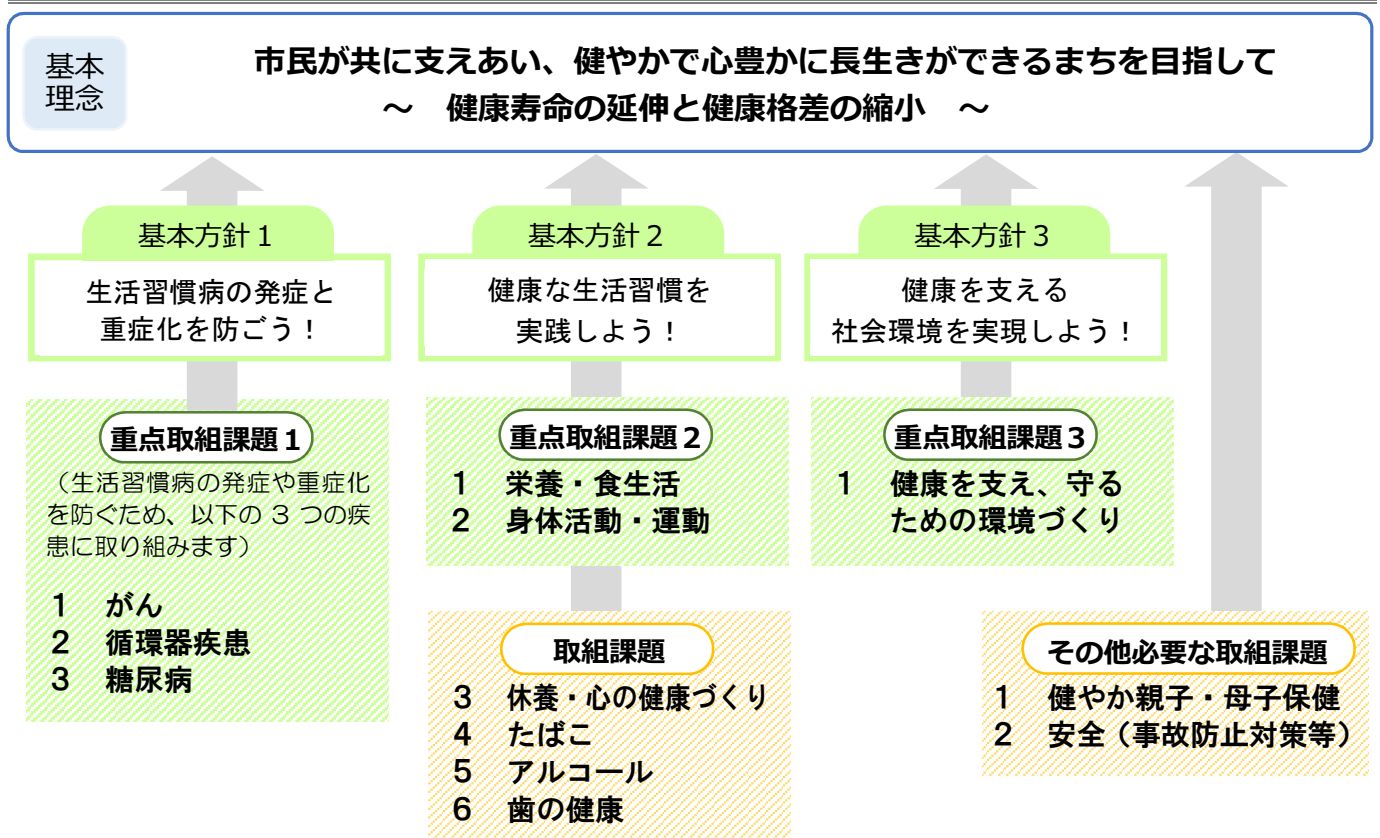


第2次いきいき健康プランにつきん21 中間評価報告書

“日”々“進”めよう一歩ずつ! 健康なまち、につきん

第2次いきいき健康プランにつきん21では、3つの基本方針と、12の取組課題を定め、健康推進施策を進めています。

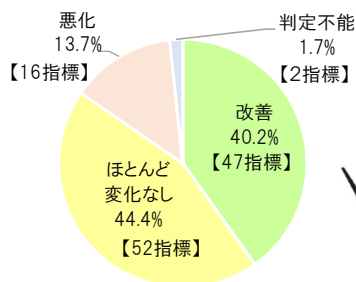
■ 計画の体系 ■



■ 計画の期間 ■

本計画の期間は平成26(2014)年度から平成35(2023)年度までです。平成35(2023)年度には最終評価を行う予定としています。

■ 指標の評価結果 ■



今回、計画の中間年度を迎えるにあたり、進捗状況の中間評価を行いました。指標全体では、改善の見られた項目が40.2%、ほとんど変化のない項目が44.4%、悪化した項目が13.7%となっています。

取組課題別中間評価（抜粋）

改善している
 変化なし
 悪化している

ベースライン値…計画策定時の値
 現状値 ……中間評価時の値
 目標値 ……最終評価の目標

基本方針 1 生活習慣病の発症と重症化を防ごう！

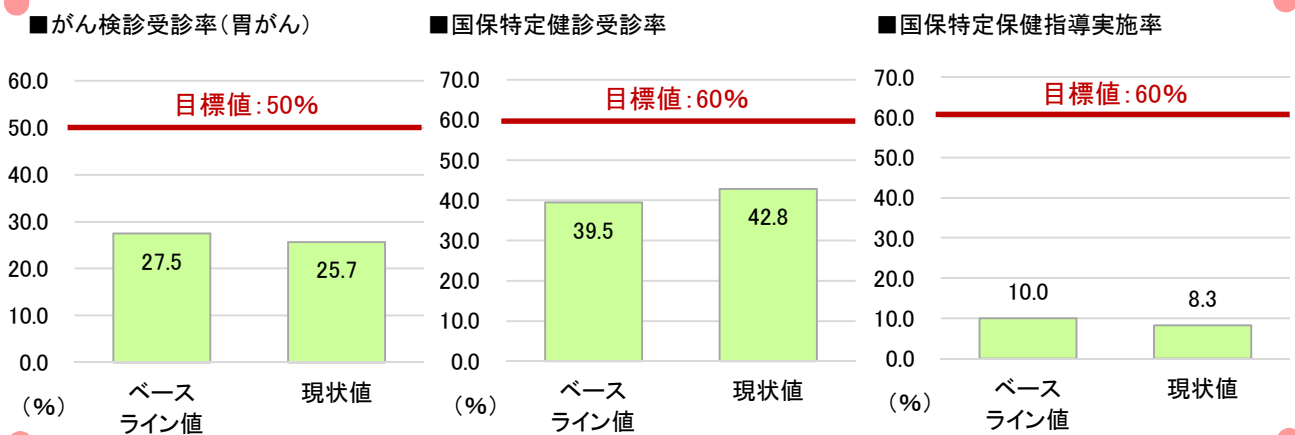
重点取組課題 がん・循環器疾患・糖尿病

指標数：26

10 15 1

目標

定期的に健（検）診を受け、生活習慣を改善し、健康を管理する症状の進展や合併症など、病気の重症化を予防する



各がん検診受診率は横ばいとなっています。国保特定健診受診率は若干増加しましたが、国保特定保健指導実施率は若干低下しています。

これまでの取組

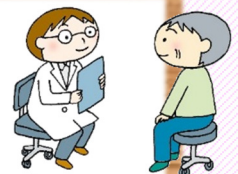
- ・がん検診の集団・個別方式での実施や他健診との同時実施、節目年齢半額制度の実施等、受診しやすい環境づくりを実施
- ・職域・企業と連携し、がん検診のPRを実施
- ・特定健診未受診者への受診勧奨を実施

今後の取組

- ・がん検診受診率向上のため、効果的な情報提供や受診しやすい体制作りに取り組みます
- ・様々な企業や関係団体等と連携し、がん検診の啓発を行います
- ・若い世代からの健診受診率向上の対策を実施します

●がん検診で早期発見・早期治療

日本人の2人に1人は「がん」にかかると言われています。早期発見・早期治療のためにも受診しましょう。



基本方針 2 健康な生活習慣を実践しよう！

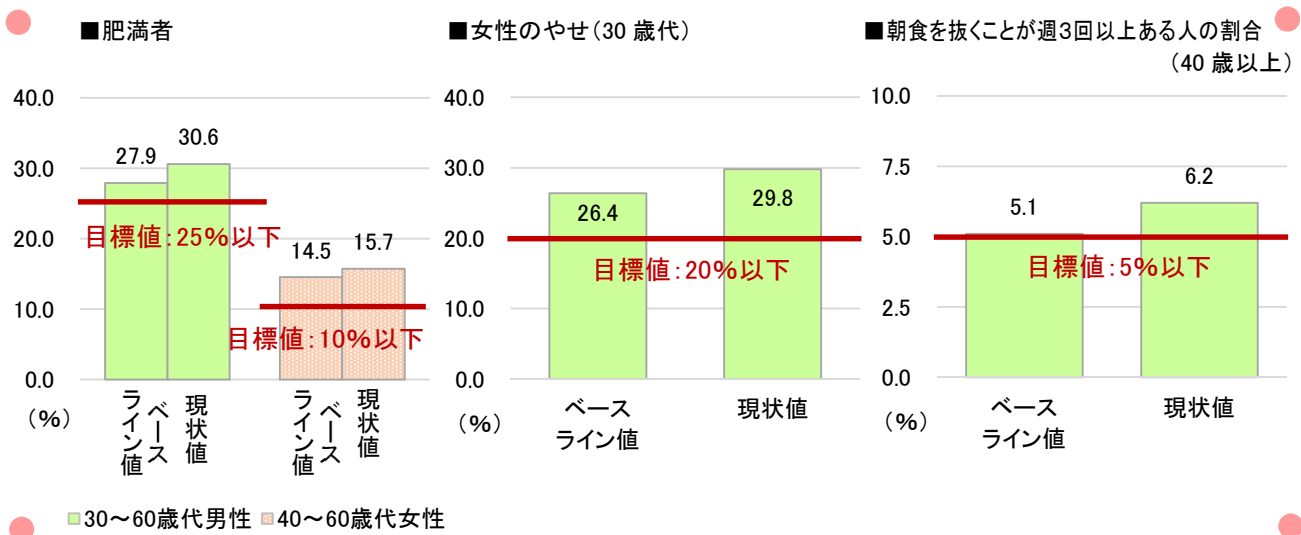
重点取組課題 栄養・食生活



指標数：28 (判定不能 1)

😊 9 😞 8 😟 10

目標 適切な量と質の食習慣を身につけ、実践する



成人の肥満や女性のやせの割合が増加しています。朝食を抜くことが週に3回以上ある人の割合も40歳以上の市民で増加しています。

これまでの取組

- ・ 健診や地域サロン等でリーフレット配布やPR活動等、野菜摂取の周知活動を実施
- ・ 給食だより等を通じて保育園や学校が家庭等との連携を実施
- ・ 食生活改善推進員による料理教室や保育園への出前講座を実施

今後の取組

- ・ ライフスタイルに合わせた適切な食習慣の周知を図ります
- ・ 健康管理や適正な体重維持の大切さを普及啓発します
- ・ 地域での栄養・食生活の普及活動のため、食生活改善推進員の養成・支援や、各種団体・企業・大学等関係機関と連携した環境づくりに努めます

●野菜は1日5皿を目標に

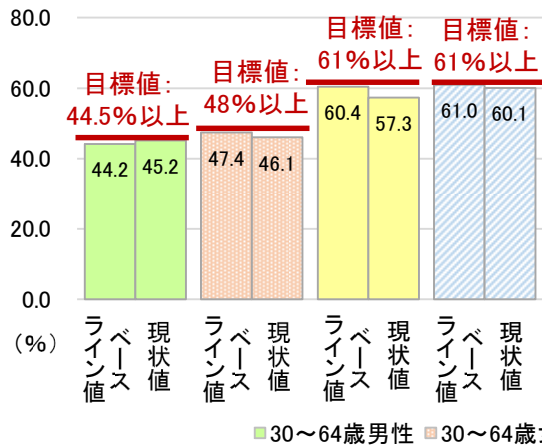
大人が一日に必要なとされる野菜摂取量は350gですが、愛知県は全国下位！(男性最下位、女性44位)プラス1皿を意識しましょう。



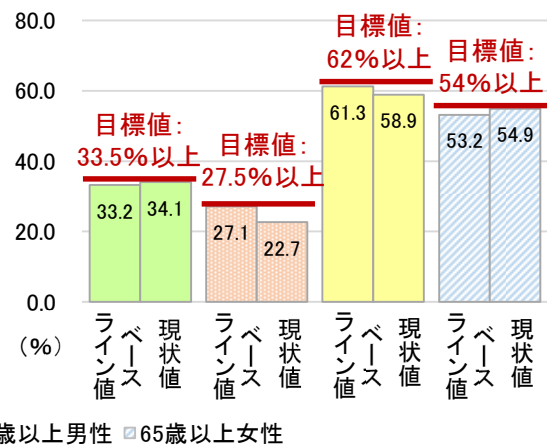


目標 体を動かす習慣をつくる

■ 日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施している人の割合



■ 1日30分以上の軽く汗をかく運動を週に2回以上1年以上実施している人の割合



日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施している人の割合は30～64歳の男性で改善しましたが、他の対象では減少しています。1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2回以上1年以上実施している人の割合では、30～64歳男性及び65歳以上の女性で増加、他の対象では減少しています。

これまでの取組

- にっしん体操の普及啓発
- 地域サロン等で体操や健康教育・相談を実施
- 市内大学等と連携し、ウォーキングマップやストレッチを作成
- にっしんスポーツフェスタ等で運動に取り組むきっかけづくりを実施

今後の取組

- 市民一人ひとりが自分にあった運動を実践できるよう、ライフスタイルに応じた運動習慣の啓発と働きかけの強化を行います
- 地域での運動普及活動のため、運動普及推進員等の養成・支援を進めるとともに、各種団体・企業・大学等関係機関と連携した環境づくりに努めます

● 日々の運動を「プラス10」しましょう

ちょっとした時間に、ちょっと体を動かして、1日10分、体を動かす時間を増やしましょう（テレビを見ながらストレッチ・歩幅を広く取って早歩き）

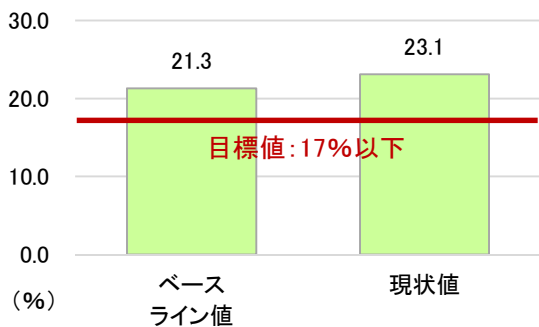
取組課題 休養・心の健康づくり

指標数：3

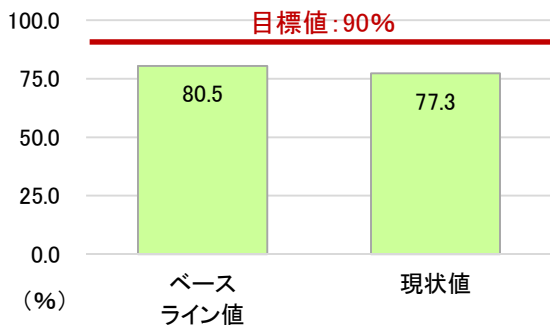
😊 1 😞 2

目標 ストレスと上手につきあう

■睡眠で休養が取れていない人の割合



■ストレスや悩みを感じた時に相談する人がいる人



睡眠で休養が取れていない人の割合は増加しています。ストレスや悩みを感じた時に相談する人がいる人の割合は減少しています。

今後の取組

- 質の良い睡眠や休養等こころの健康に関することの普及啓発を行います
- 専門的なケアを必要とする産婦の健康管理や育児への不安解消を図るための体制をつくりま



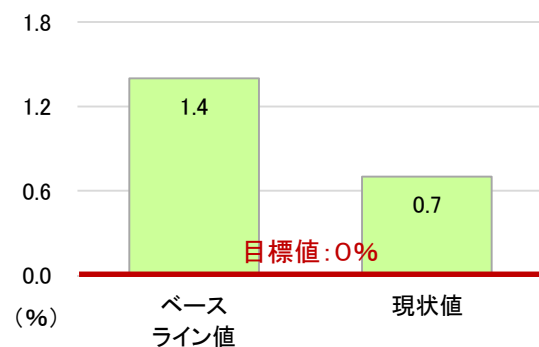
取組課題 たばこ（COPD含む）

指標数：4

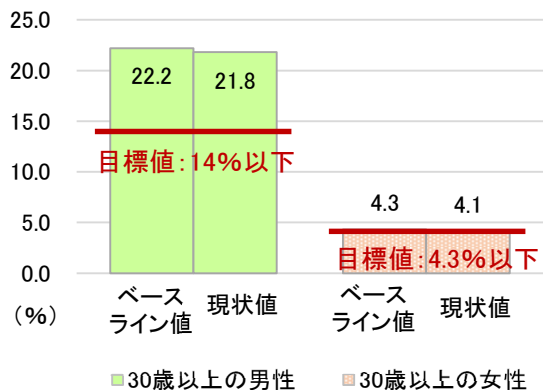
😊 3 😞 1

目標 吸わない・吸わされない環境をつくる

■妊婦の喫煙率



■喫煙率



妊婦の喫煙率は減少しています。喫煙率は男女とも少し減少しています。

今後の取組

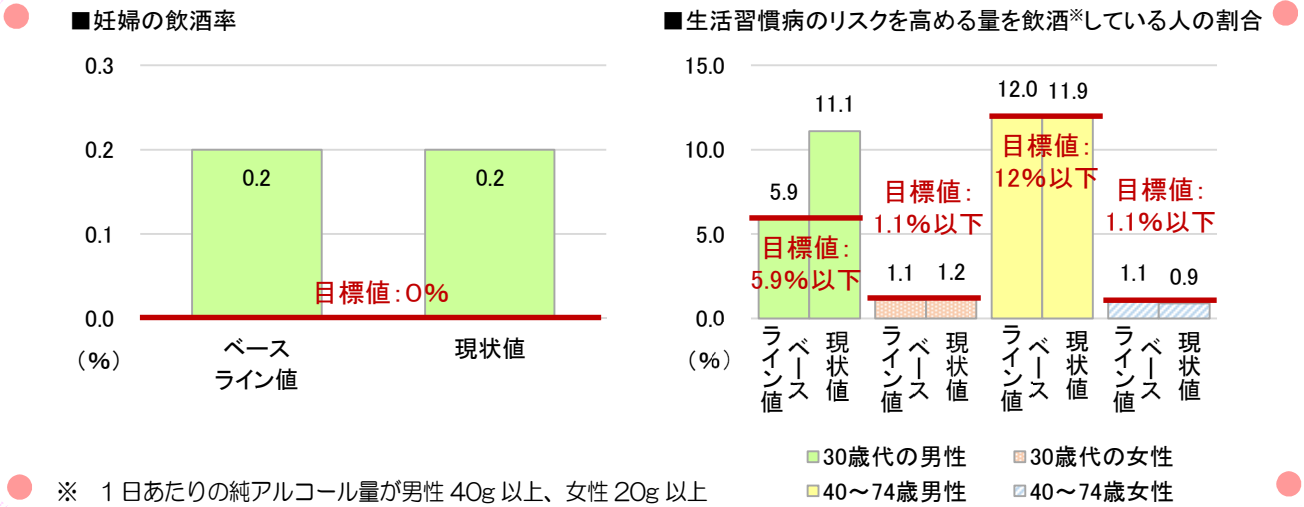
- たばこのリスクや受動喫煙防止について周知啓発に取り組みます
- 妊娠期からの指導と受動喫煙の害に関する啓発に取り組みます

取組課題 アルコール

指標数：5

😊 2 😞 2 😟 1

目標 適度な飲酒でアルコールと上手につきあう



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では、30歳代の男女では数値の改善が見られませんでした。40~74歳の男女では改善がみられました。

今後の取組

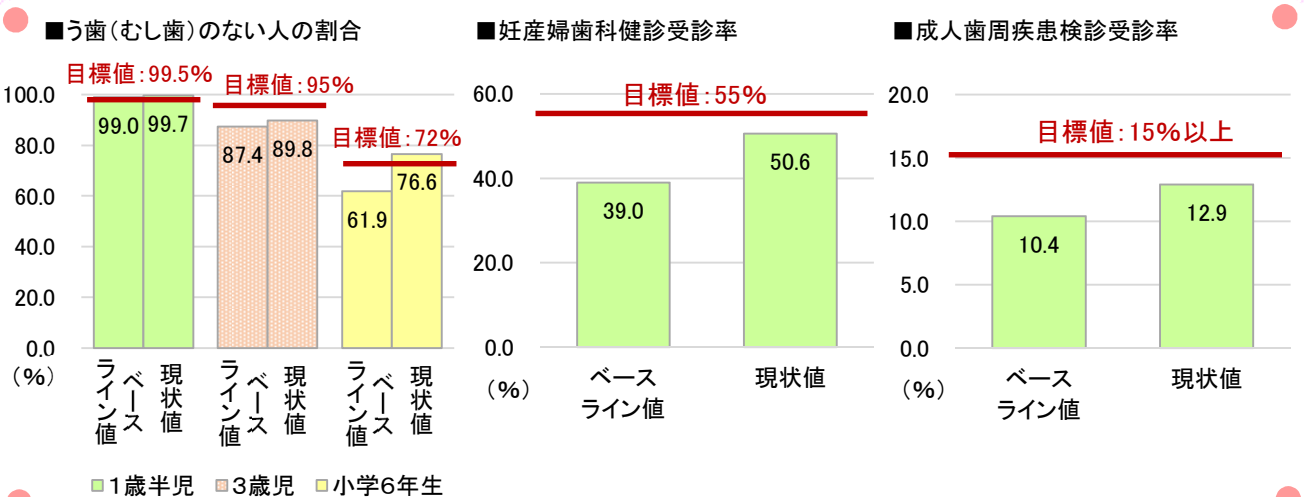
- ・ 適正なお酒との付き合い方について啓発に取り組みます
- ・ 妊婦の飲酒者をなくすため、妊娠届出時からの指導に取り組みます

取組課題 歯の健康

指標数：8

😊 6 😞 1 😟 1

目標 自分の歯で、おいしく食べて健口に過ごす



う歯(むし歯)のない人の割合では各指標とも増加しています。また、妊産婦歯科健診受診率、成人歯周疾患検診受診率も増加しています。

今後の取組

- ・ 医療機関や関係機関と連携し、歯と口の健康づくりや健診受診の啓発等、情報提供に努めます





基本方針3 健康を支える社会環境を実現しよう！

重点取組課題

健康を支え、守るための環境づくり

指標数：10 (判定不能1)

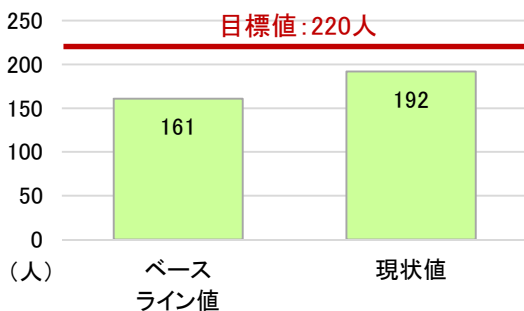
😊 6 😐 2 😞 1

目標

協働により支え合い、
健康づくり活動を実践している



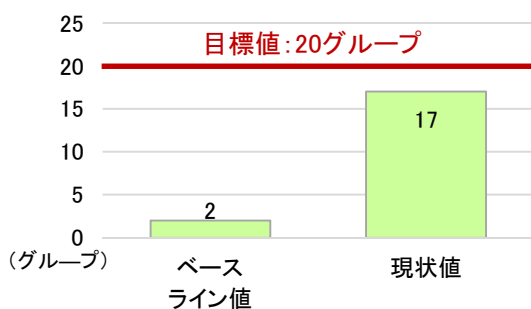
■食生活改善推進員養成講座修了者数



■運動普及推進員養成講座修了者数



■にっしん体操を行うグループ



■健康づくり市民サポーター登録者数



各養成講座の修了者数は増加しています。にっしん体操等を行うグループや健康づくり市民サポーター登録者数も増加しています。

これまでの取組

- ・「健やかににっしん宣言」の理念に基づいたつどいの場等の環境づくりを実施
- ・職域・企業と協定を結ぶ等、NPOや大学・関係機関と協働し健康づくり事業を実施
- ・各種推進員の養成講座及び研修会を実施

今後の取組

- ・にっしん体操やつどいの場を始めとした、地域の健康づくりの場を増やします
- ・職域・団体・NPO・大学等、様々な機関と連携を強化し健康づくりに取り組みます
- ・健康づくりボランティアや介護ボランティア等の育成・支援に取り組みます

取組課題 健やか親子・母子保健

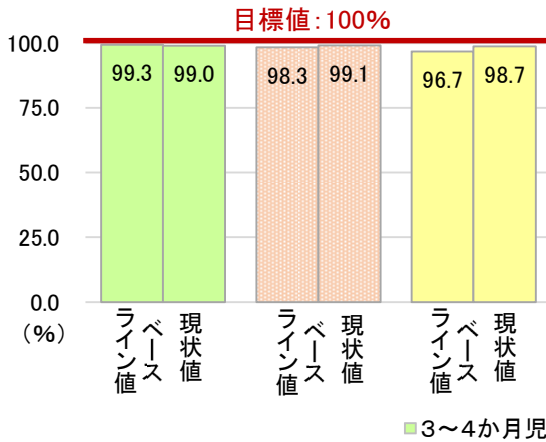
指標数：14

😊 3 ☹️ 11

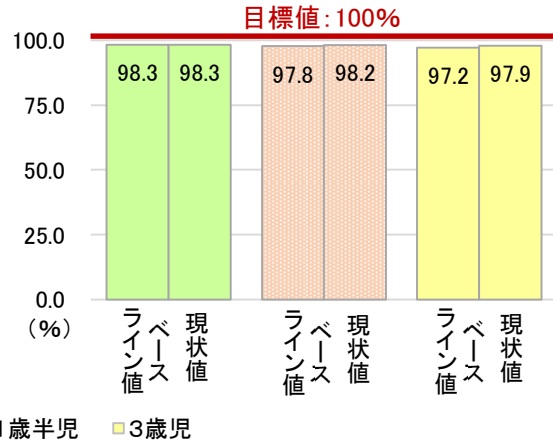


目標 子どもをみんなで守り育てる

■乳幼児健診の受診率



■子育てについて相談のできる人がいる人の割合



乳幼児健診の受診率、子育てについて相談のできる人がいる人の割合のいずれも横ばいとなっています。

今後の取組

- ・妊娠・出産・子育て期において切れ目ない支援体制をさらに強化します



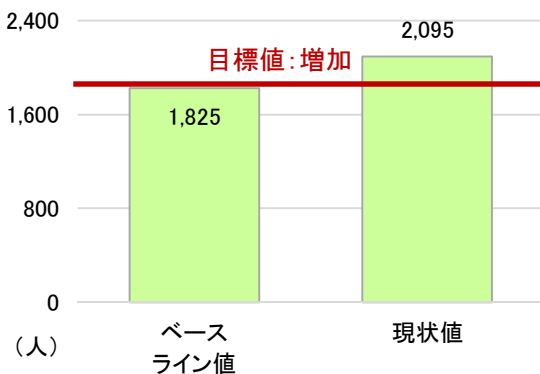
取組課題 安全（事故防止対策等）

指標数：6

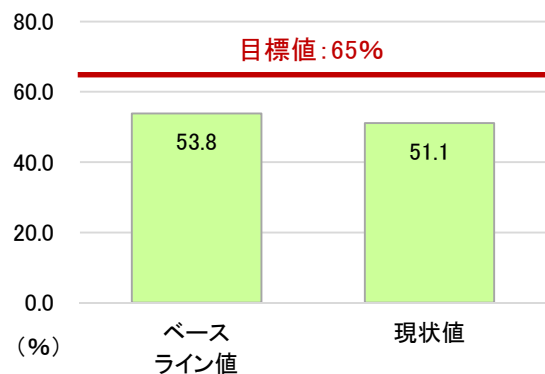
😊 3 ☹️ 3

目標 命を守る方法を知り、行動ができる

■救命救急講習受講者数



■休日・夜間の救急医療情報センターを知っている人の割合



救命救急講習受講者は増加しています。休日・夜間の救急医療情報センターを知っている人の割合は減少しています。

今後の取組

- ・事故防止や転倒予防、休日夜間の救急医療情報の周知に取り組みます