

健康おおぐち 2 1 計画中間評価 (改訂版)

平成 20 年 3 月

大口町

目 次

1 健康おおぐち21計画の基本的な考え方	
1 計画の位置づけと性格.....	1
2 計画の目的.....	1
3 計画の期間と評価.....	2
2 健康おおぐち21の今までの取り組み	
1 計画の推進方法.....	3
2 計画の推進状況.....	3
3 健康おおぐち21計画の中間評価	
1 各指標の策定値と中間値との比較.....	10
2 計画の認知度.....	13
3 中間評価のまとめ.....	13
4 健康おおぐち21計画各分野における取り組み	
計画見直しの概要.....	14
「運動・生活活動分野」.....	15
「食生活分野」.....	19
「こころ分野」.....	23
「たばこ・アルコール分野」.....	27
「歯の健康分野」.....	30
「生活習慣病予防分野」	
1 メタボリックシンドローム予防.....	33
2 がんの予防.....	36
3 骨粗しょう症予防.....	39
5 資料編	
大口町の現状と課題.....	42
1 人口動態.....	42
2 国民健康保険の加入状況.....	45
3 健診の受診状況.....	47
4 医療費給付の状況.....	49
5 生活習慣・受診行動に関するアンケート調査結果	51

第 1 章

健康おおぐち 21 計画の基本的な考え方

1 計画の位置づけと性格

この計画は、国が示した「健康日本21」や愛知県の「健康日本21あいち計画」の地方計画として、町民の健康づくりを総合的、計画的に進めるための指針となるもので、大口町総合計画の一翼を担うものです。

また、町民一人ひとりが健康で豊かな人生を送るために必要なことを、社会全体で支援していく環境づくり(*ヘルスプロモーションの理念)を推進していくための、具体的な行動計画の側面を持っている計画です。

2 計画の目的

日本人の平均寿命は、ここ約20年間世界一となっています。その一方で、生活習慣病に起因する寝たきりや痴呆など、介護を必要とする人も年々増加しており、生活習慣病を予防することが、健康で長生きできる大きな要因となっています。

「健康おおぐち21」は、町民一人ひとりの主体的な健康づくりへの取り組みを支援するとともに、こうした個人の健康づくりの実現に向けた環境づくりを地域全体あるいは関係機関が連携協力して推進することにより、町民や地域のQOL(Quality Of Life：生活の質)の向上をめざします。

* [ヘルスプロモーションの理念]

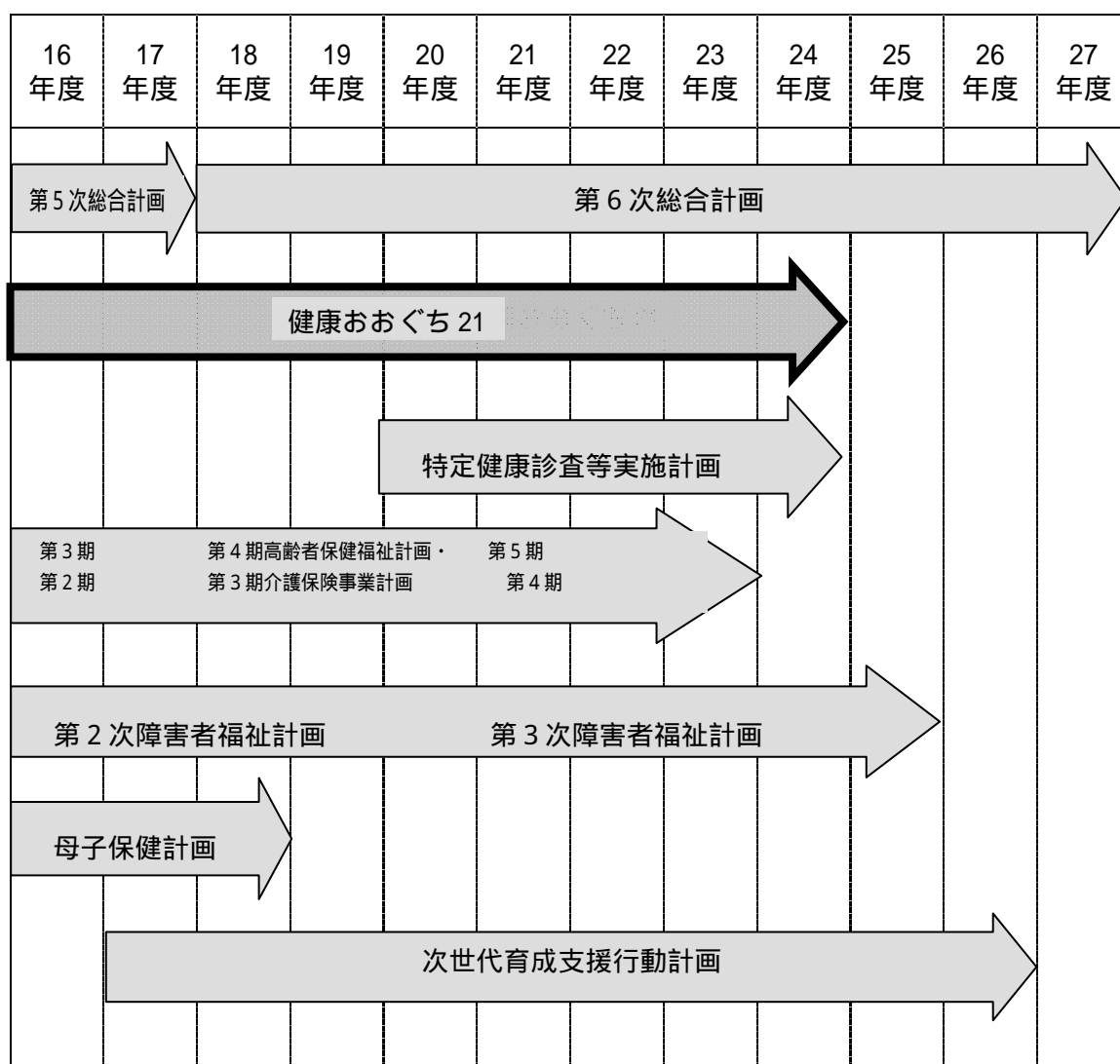
(島内1987、吉田・藤内1995を改編)

3 計画の期間と評価

この計画の期間は、平成16年度を初年度として、平成24年度までの9か年間計画としています。

社会情勢の変化等に対応するために計画期間の中間年度である19年度に計画の中間評価と見直しを行い、平成24年度に計画の最終評価をします。なお、現在国において行なわれている医療制度改革の内容が、健康おおぐち21計画に影響を与えることも考えられますので、それらのことを勘案しながら適宜必要な対応を行なってまいります。

また、この計画に関連する大口町の他の計画との関係は次のとおりです。



健康日本21(国) 平成12年度～平成24年度

健康日本21あいち計画 平成13年度～平成22年度

第2章

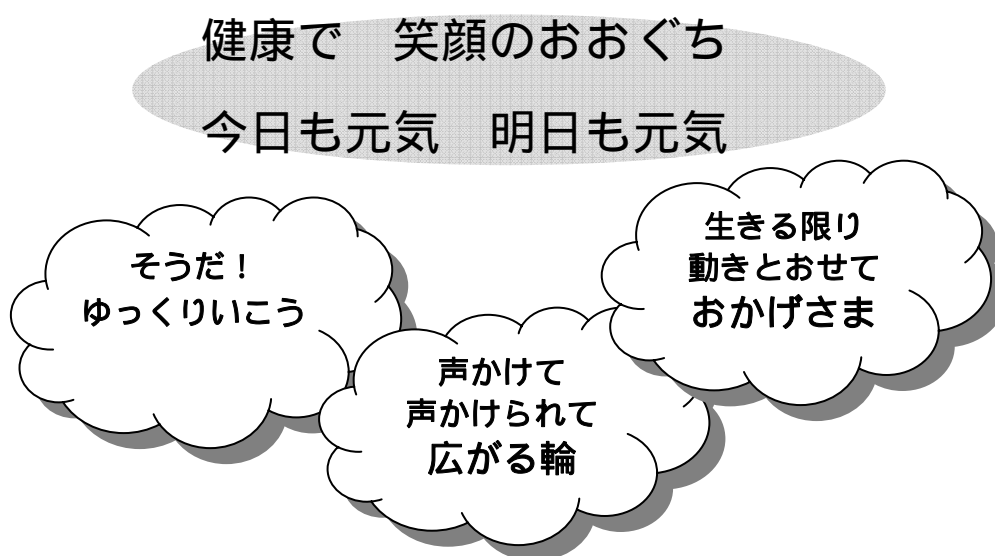
健康おおぐち21の今までの取り組み

1 計画の推進方法

この計画では、「健康で笑顔のおおぐち 今日も元気 明日も元気」を目指して住民と行政が協働で取り組むべき具体的な目標を設定することとしました。

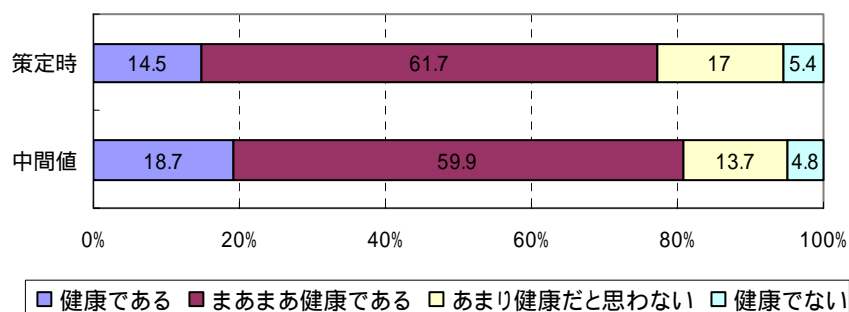
このため、健康に関する5分野について18目標に対して25指標の目標値を設定し、町民の健康づくり等を推進してまいりました。

みんなで目指そう！！



2 計画の推進状況

計画策定時と中間評価時の主観的健康感を比較しました。



平成16年度から19年度までの各分野ごとの推進状況は、次のとおりです。

健康おおぐち21 周知啓発の取組状況

	16年度	17年度	18年度	19年度
啓発推進イベント	<ul style="list-style-type: none"> ・計画推進イベント「春だ！笑顔だ！元気まつり」実行委員会制で実施 	<ul style="list-style-type: none"> ・健康イベント「健康ウォーク&元気まつり」を実行委員会制で実施 	<ul style="list-style-type: none"> ・大口町ふれあいまつりの中で健康まつりとウォーキング大会を実行委員会制で実施 	<ul style="list-style-type: none"> ・大口町ふれあいまつりの中で健康まつりとウォーキング大会を実行委員会制で実施 (メタボリックシンドローム予防に焦点を置き生活習慣の見直しを促す)
町づくり施策の活用	<ul style="list-style-type: none"> ・元気なまちづくり事業に「春だ！笑顔だ！元気まつり」を申請し実施 	<ul style="list-style-type: none"> ・元気なまちづくり事業に「健康ウォーク&元気まつり」を申請し実施 	<ul style="list-style-type: none"> ・健康まつり運営業務を健康クラブ笑顔21に委託し実施 	<ul style="list-style-type: none"> ・健康クラブ笑顔21が大口町NPO団体に登録し、町と協働契約のもとに健康まつりを実施
シンボルマーク	<ul style="list-style-type: none"> ・健康おおぐち21「シンボルマーク」一般公募で決定 	<ul style="list-style-type: none"> ・シンボルマーク活用(旗・シール・アイロンプリント・マグネット・ポロシャツ・Tシャツ・マスコット・着ぐるみの作成) ・シンボルマーク愛称募集し、「ハッピースマッピー」に決定 ・着ぐるみで「元気まつり」「桜並木ジョギング大会」に参加 	<ul style="list-style-type: none"> ・シンボルマークを活用した周知活動(3か所の児童センターでマスコット作成教室実施) 	<ul style="list-style-type: none"> ・手作りマスコットの販売(健康まつり時)
広報・広報無線による啓発	<ul style="list-style-type: none"> ・広報にて「健康おおぐち21」コーナー連載 	<ul style="list-style-type: none"> ・広報おおぐちに掲載「みんなで進める健康おおぐち21」コーナー(各分野目標ごとに) 「私の健康」 ・広報無線によるワンポイントアドバイス 	<ul style="list-style-type: none"> ・広報おおぐちに掲載「みんなで進める健康おおぐち21」コーナー 「私の健康」 ・広報無線によるワンポイントアドバイス 	<ul style="list-style-type: none"> ・広報おおぐちに掲載「みんなで進める健康おおぐち21」コーナー 「私の健康」 ・広報無線によるワンポイントアドバイス
その他	<ul style="list-style-type: none"> ・「健康おおぐち21」説明周知と概要版の配布 ・手作りのぼり旗作成 ・健康おおぐち21アンケート実施 ・健康おおぐち21と健康推進活動について近江八幡市へ視察研修 	<ul style="list-style-type: none"> ・健康おおぐち21アンケート実施 	<ul style="list-style-type: none"> ・健康おおぐち21アンケート実施 	<ul style="list-style-type: none"> ・健康や生活に関する実態調査実施

健康おおぐち 2 1 運動分野の取組状況

運動分野の 目標	評価指標	16年度	17年度	18年度	19年度
自分の健康維持・増進に必要な運動量を知ろう	体力テストを受け、自分の体力を確認している人の割合の増加	<ul style="list-style-type: none"> 簡易体力チェックの実施 検診時や健康まつり時等機会あるごとに実施。 必要な運動を紹介 (住民健診・わかば健診健康まつり時に実施) 	<ul style="list-style-type: none"> 簡易体力チェックの実施 (住民健診・健康まつり、健康推進員地区活動時に実施) 	<ul style="list-style-type: none"> 簡易体力チェックの実施 (住民健診・健康まつり時に実施) 	<ul style="list-style-type: none"> 簡易体力チェックの実施 (住民健診・健康まつり時に実施)
自分にあった運動習慣を身につけよう	運動不足だと思ふ人の割合の減少	<ul style="list-style-type: none"> 健康おおぐち 2 1 「元気体操」の作成 (「春だ！笑顔だ！元気まつり」町内の運動グループ・ステージで紹介) 	<ul style="list-style-type: none"> 「元気体操」の周知 (ビデオ・カセット・CDの作成) ホームページへアップ 「元気体操ひろめ隊」の養成 体育祭・やろまい大祭・保育園・小中学校・老人ホーム・老人クラブ・健康推進員活動などで実施 健康教室での運動施設や運動グループの紹介 	<ul style="list-style-type: none"> 「元気体操」の周知 (町民体育祭・南小学校・健康推進員地区活動保健センター各教室) 男性のためのヘルシーライフ教室実施 運動実践を主とした自主グループへ 	<ul style="list-style-type: none"> 「元気体操」の周知 (町民体育祭・南小学校・健康推進員地区活動コミュニティワークセンター) 脱メタボおじさまの会
日常生活の中で意識して動こう	屋内も含めた日常生活の中でこまめに動き一日平均一万歩以上 90分以上)歩く人の割合の増加(歩行に困難がない人の場合)	<ul style="list-style-type: none"> ウォーキング大会実施 	<ul style="list-style-type: none"> 「健康まつり」時講演会実施 「そう快！ウォーキング」 中京大学教授 湯浅影元先生 健康まつりの一環としてウォーキング大会を実施「健康ウォーク&元気まつり」 	<ul style="list-style-type: none"> ふれあいまつりの中でウォーキング大会実施 	<ul style="list-style-type: none"> ふれあいまつりの中でウォーキング大会実施
	屋内も含めた日常生活の中でこまめに動き 平均 3000 歩以下(30 分以下)しか歩かない人の割合の減少(歩行に困難がない人の場合)		<ul style="list-style-type: none"> ウォーキングマップの作成 尾北自然歩道を利用し、橋から橋までの距離等を標示 老人クラブ健康教育「健康は足元から」とし 8 地区で実施 健康推進員研修 あいち健康プラザにて「介護予防 生活機能の向上を目指して」 	<ul style="list-style-type: none"> ウォーキングマップの作成と周知 ウォーキング大会時にマップを配布 健康まつり時に、一步幅測定の実施 	<ul style="list-style-type: none"> ウォーキングマップの活用 「かたつむりの会」の実施 (月 2 回コースを歩く) * 足腰に自信のない方向け 健康まつり時に、一步幅測定とチャレンジ 3000 歩を実施

健康おおぐち 2 1 食生活分野の取組状況

食生活分野 の目標	評価指標	取り組み内容			
		16年度	17年度	18年度	19年度
毎日野菜をたくさん食べよう	漬物以外の野菜を毎食(1日3食)意識して食べる人の増加	<ul style="list-style-type: none"> ・「元気まつり」にて野菜をどれだけ食べているかなコーナー(手ばかり体験) ・古代米おにぎりと豚汁販売 	<ul style="list-style-type: none"> ・若いお母さんたちへ「野菜料理についてのアンケート」実施) ・大口町「旬の野菜レシピ」(年4回発行) ・健康まつりにて野菜料理紹介コーナー ・「子どもの健康」に関する連絡会食育をテーマに取り上げる ・町民ギャラリーにて「お弁当コンクール」「食育」について掲示 	<ul style="list-style-type: none"> ・大口町「旬の野菜レシピ」(年4回発行) ・健康まつりにて、旬の野菜レシピの実演と試食 ・健康推進員 B 栄養実習「野菜を食べよう！」 	<ul style="list-style-type: none"> ・大口町「旬の野菜レシピ」(年4回発行) ・健康まつりにて、旬の野菜レシピの実演と試食 ・野菜の手ばかり体験 ・大口町の旬の野菜レシピを活用した調理実習(20・30歳代の人を中心に周知)) ・健康推進員 B 栄養実習「野菜を食べよう！」
塩分を減らそう	煮物などの味付けを「甘からいほう」と自覚する人の減			<ul style="list-style-type: none"> ・塩分に関するクイズ・みそ汁の試飲 ・カードバイキング(健康まつりにて) 	<ul style="list-style-type: none"> ・塩分に関するクイズ(塩分の多いもの並べ替えクイズ)(健康まつりにて)
腹八分目で自分の適量を知ろう	適正体重を維持するための食事内容・量を知っている人の増加	<ul style="list-style-type: none"> ・お弁当コンクールと優秀弁当販売 ・健康推進員研修会「あなたの食生活大丈夫？」実施 ・健康推進員地区栄養実習実施 	<ul style="list-style-type: none"> ・健康推進員地区栄養実習実施 	<ul style="list-style-type: none"> ・町民ギャラリーにて「食生活」の活動を掲示 ・健康推進員地区栄養実習実施 	<ul style="list-style-type: none"> ・健康まつり時に食事バランスチェックを実施 ・健康推進員地区栄養実習実施
	BMI 25 以上の人の割合の減少(30~59歳の男性と40~64歳の女性)	<ul style="list-style-type: none"> ・おやつのカロリー当てクイズ(元気まつり時) 		<ul style="list-style-type: none"> ・企業との連携(町内企業の新入社員教育時、「食生活」の健康教育) 	
	BMI 18.5 未満の女性の割合の減少(20~49歳の女性)				
よくかんで食べよう				<ul style="list-style-type: none"> ・「広報おおぐち」「旬の野菜レシピ裏面」で啓発 	<ul style="list-style-type: none"> ・「広報おおぐち」「旬の野菜レシピ裏面」で啓発

健康おおぐち21 心ころ分野の取組状況

心ころ分野 の目標	評価指標	取組み内容			
		16年度	17年度	18年度	19年度
あいさつができるようになる	誰かとあいさつしている人の割合の増加	<ul style="list-style-type: none"> ・あいさつ運動 ・「元気体操」の中に挨拶動作を入れる 	<ul style="list-style-type: none"> ・あいさつ運動 	<ul style="list-style-type: none"> ・あいさつ運動 	<ul style="list-style-type: none"> ・あいさつ運動
家族や地域の中で交流をもとう	地域の人とつき合いがない人の割合の減少 最低一日1回きちんとした食事を家族等2人以上でとる人の割合の増加	<ul style="list-style-type: none"> ・「春だ！笑顔だ！元気まつり」の中で講演会「生き方のコツ」実施 		<ul style="list-style-type: none"> ・健康まつり時での、啓発・世代間交流など 	<ul style="list-style-type: none"> ・健康まつり時での、啓発・世代間交流など
自分なりの規則正しい生活を身に付けよう	目が覚めた時に、疲労感が残ることがある人(週3回以上)の割合の減少		<ul style="list-style-type: none"> ・「子どもの健康」に関する連絡会で「食育」をテーマに基本的な生活習慣の確立に取り組む 	<ul style="list-style-type: none"> ・「子どもの健康」に関する連絡会で「早起き 早寝 朝ごはん！」をテーマに、保健センター・保育園・小中学校で睡眠記録実態調査を実施 	
ストレスとうまくつきあおう	ストレスが大きくて、逃げ出したいと思っている人の割合の減少	<ul style="list-style-type: none"> ・「春だ！笑顔だ！元気まつり」時、ストレスチェック・笑顔の写真展・抹茶コーナー実施 ・健康推進員研修「混迷の時代に生きる」 	<ul style="list-style-type: none"> ・企業との連携(職場の健康づくり活動について、東海理化の現状把握) ・元気まつり時、ストレスとれーる・リラクゼーション・癒しのお茶コーナー実施 ・笑顔の写真展 	<ul style="list-style-type: none"> ・笑顔の写真展 ・健康まつり時、癒しのお茶コーナー実施 	<ul style="list-style-type: none"> ・健康まつり時、癒しのお茶コーナー実施 ・笑顔の写真展 ・健康推進員研修会にて「心ころの健康」の研修会実施
生きがいや楽しみをもとう	趣味をもっている人の割合の増加			<ul style="list-style-type: none"> ・広報おおぐちに「健康川柳、健康俳句」を掲載 ・健康推進員地区活動(寄せ植え・壁掛けづくり等) 	<ul style="list-style-type: none"> ・広報おおぐちに「健康川柳、健康俳句」を掲載 ・健康推進員地区活動(寄せ植え・壁掛けづくり等)

健康おおぐち 2 1 たばこ・アルコール分野の取組状況

たばこ分野 の目標	評価指標	取り組み内容			
		16年度	17年度	18年度	19年度
喫煙は決められた場所で	禁煙・完全分煙を実施している施設やイベントの増加		<ul style="list-style-type: none"> ・たばこの研修会に参加（子どもをたばこの害から守る、禁煙・分煙への取り組みを町ぐるみで行なっている活動について） 	<ul style="list-style-type: none"> ・広報おおぐち・広報無線でワンポイントアドバイス実施 ・町内公共機関等の禁煙・分煙促進のための実態調査 ・愛知県の受動喫煙防止対策推進事業「たばこダメダス」の普及 	<ul style="list-style-type: none"> ・町内公共機関等の禁煙・分煙促進のための実態調査の結果を健康まつりにて紹介
たばこの害を知ろう	喫煙による健康被害を知っている人の増加	<ul style="list-style-type: none"> ・健康推進員の研修会実施「子どもと性教育・子どもをたばこから守る」 	<ul style="list-style-type: none"> ・たばこの研修会に参加 ・広報おおぐち・広報無線でワンポイントアドバイス ・健康推進員研修「がんを予防するための食生活と禁煙」 	<ul style="list-style-type: none"> ・健康まつり時、たばこコーナーに重点をおき啓発（たばこに関するアンケート、たばこクイズ、パネル掲示） ・ロビー掲示（「妊婦の喫煙の害、赤ちゃんへの影響」） ・たばこの害や禁煙の啓発ちらしをロビーに設置 ・たばこの研修「新しい禁煙法 リセット禁煙について」 	<ul style="list-style-type: none"> ・健康まつり時、たばこコーナーにて啓発
喫煙者を減らそう	喫煙者を減らす 妊婦の喫煙率を減らす	<ul style="list-style-type: none"> ・母子手帳発行時に、状況把握と害についての啓発 		<ul style="list-style-type: none"> ・広報おおぐち・広報無線でワンポイントアドバイス ・健康まつり時、薬剤師会の協力にて実施 <ul style="list-style-type: none"> ・ニコチン量の測定（やにけん） ・スモーカーライザー ・禁煙グッズの紹介 ・禁煙相談 ・たばこの害や禁煙の啓発ちらしをロビーに設置 ・母子手帳交付時に喫煙状況に関するアンケートの実施 ・ロビー掲示（「妊婦の喫煙の害、赤ちゃんへの影響」） 	<ul style="list-style-type: none"> ・健康まつり時、薬剤師会・江南保健所の協力にて実施
楽しく健康的に飲めるお酒の適量を知ろう	節度ある飲酒量を知っている人の割合の増加		<ul style="list-style-type: none"> ・健康まつり時、断酒会の参加（アルコールパッチテスト） 	<ul style="list-style-type: none"> ・健康まつり時、断酒会の参加（アルコールパッチテスト） 	<ul style="list-style-type: none"> ・健康まつり時、断酒会の参加（アルコールパッチテスト、アルコールクイズの実施）

健康おおぐち 2 1 歯分野の取組状況

歯分野の 目標	評価指標	取り組み内容			
		16年度	17年度	18年度	19年度
いつまでも自分の歯で食べよう	自分の歯が60歳で24本以上ある人の増加	<ul style="list-style-type: none"> 健康推進員の研修会 老人クラブの健康教育 65歳以上の地区研修会 わかば健診等に歯周病予防を組み入れる 	<ul style="list-style-type: none"> 健康推進員地区活動にて健康教育 わかば健診時歯科健診を実施 歯周病予防健診を医療機関委託で開始 	<ul style="list-style-type: none"> 健康推進員地区活動にて健康教育 健康まつり時、歯のコーナーに重点を置き実施 歯科医師会の参加 	<ul style="list-style-type: none"> 健康推進員地区活動にて健康教育 健康まつり 歯のコーナー 歯科医師会、歯科衛生士会参加 妊婦歯科健診を医療機関委託で開始
	自分の歯が80歳で20本以上ある人の増加				
	8020運動を知っている人の増加	<ul style="list-style-type: none"> 8020・9018運動の実施 	<ul style="list-style-type: none"> 8020・9018運動表彰を「元気まつり」のオープニングで実施 	<ul style="list-style-type: none"> 8020・9018運動表彰を「ふれあいまつり」で実施 	<ul style="list-style-type: none"> 健康推進員の研修会にて理解を深める 8020・9018運動表彰を「ふれあいまつり」で実施
いつまでも明るく歯を出して笑おう	歯の健康得点が16点以上の人の割合の増加	<ul style="list-style-type: none"> 健康推進員の研修会にて理解を深める。 	<ul style="list-style-type: none"> さくら大学で歯科医師による講演会実施 	<ul style="list-style-type: none"> 歯の健康得点実施事業 妊婦歯科健診 わかば健診 歯周病予防健診 8020表彰 児童センターにて健康教育 ステップアップ高脂血症予防教室 健康まつり 	<ul style="list-style-type: none"> 健康推進員の研修会にて理解を深める 歯の健康得点実施事業 妊婦歯科健診 わかば健診 歯周病予防健診 ステップアップ生活習慣病 予防教室 健康まつり 老人クラブ 健康教育時

第3章

健康おおぐち 21 計画の中間評価

1 各指標の策定値と中間値との比較

計画を中間評価するにあたり、指標等の達成の状況から事業評価を分析する際の参考とするため、健康や生活習慣等に関するアンケート調査を実施しました。

各分野別の指標について達成状況を評価するため、策定値と中間値との比較を行いました。評価基準に関しては、国の判定区分を利用しました。結果は下表のとおりです。

評価基準	
A	中間値が目標値を達成している
B	中間値が策定値より改善している
C	中間値が策定値と同じか悪化している
D	基準値の変更により判定できない
E	策定時のデータがない。または策定時以降の新しいデータがない。

(1) 運動分野の指標・目標値

目標	評価指標	策定値	中間値	目標値	評価
自分の健康維持・増進に必要な運動量を知ろう	体力テストを受け、自分の体力を確認している人の割合の増加	未把握	10.6%	全体 100%	E
自分にあった運動習慣を身につけよう	運動不足だと思う人の割合の減少	20～64歳 74.5%	20～64歳 71.9%	20～64歳 60%以下	B
		65歳以上 未把握	65歳以上 53.2%	65歳以上 60%以下	A
		-	60～64歳 62.5%	60～64歳 50%以下	E
		40～49歳(男) 80.7%	40～49歳(男) 82.1%	40～49歳(男) 70%以下	C
		30～39歳(女) 91.0%	30～39歳(女) 88.9%	30～39歳(女) 80%以下	B
		20～29歳(女) 91.6%	20～29歳(女) 77.3%	20～29歳(女) 80%以下	A
日常生活の中で意識して動こう	屋内も含めた日常生活の中でこまめに動き一日平均一万歩以上(90分以上)歩く人の割合の増加(歩行に困難がない人の場合)	20～64歳 25.6%	20～64歳 23.8%	20～64歳 30%以上	C
		65歳以上 未把握	65歳以上 14.9%	65歳以上 35%以上	E
		60～64歳 31.5%	60～64歳 24.5%	60～64歳 35%以上	C
		40～49歳(男) 20.3%	40～49歳(男) 20.5%	40～49歳(男) 25%以上	B
		30～39歳(女) 20.9%	30～39歳(女) 24.2%	30～39歳(女) 25%以上	B
		20～29歳(女) 18.4%	20～29歳(女) 16.7%	20～29歳(女) 25%以上	C
	屋内も含めた日常生活の中でこまめに動き一日平均3000歩以下(30分以下)しか歩かない人の割合の減少(歩行に困難がない人の場合)	20～64歳 24.0%	20～64歳 23.5%	20～64歳 20%以下	B
		65歳以上 未把握	65歳以上 27.7%	65歳以上 15%以下	E
		60～64歳 18.4%	60～64歳 16.8%	60～64歳 15%以下	B
		40～49歳(男) 31.2%	40～49歳(男) 30.8%	40～49歳(男) 20%以下	B
		30～39歳(女) 25.1%	30～39歳(女) 36.4%	30～39歳(女) 20%以下	C
		20～29歳(女) 34.1%	20～29歳(女) 21.2%	20～29歳(女) 25%以下	A

(2) 食生活分野の指標・目標値

目標	評価指標	策定値	中間値	目標値	評価	
毎日野菜をたくさん食べよう	漬物以外の野菜を毎食(1日3食)意識して食べる人の増加	20~29歳 29.0% 30~39歳 36.8% 40~49歳 46.7% 50~59歳 51.5% 60~64歳 58.4% (全体 48.0%)	20~29歳 38.6% 30~39歳 41.8% 40~49歳 58.3% 50~59歳 60.5% 60~64歳 68.7% (20~74歳 59.2%)	全体 55%以上	A	
塩分を減らそう	煮物などの味付けを「甘からいほう」と自覚する人の減少	20~64歳 43.4% (男45.5% 女42.0%)	20~64歳 44.5% (男57.4% 女38.5%)	20~64歳 40%以下	C	
		65歳以上 63.6% (男64.1% 女63.1%)	65歳以上 40.0% (男47.4% 女36.0%)	65歳以上 55%以下	A	
腹八分目で自分の適量を知ろう	適正体重を維持するための食事内容・量を知っている人の増加	20~29歳 21.3% 30~39歳 29.5% 40~49歳 34.9% 50~59歳 45.3% 60~64歳 48.4% (全体 39.6%)	20~29歳 43.2% 30~39歳 47.3% 40~49歳 53.0% 50~59歳 56.4% 60~64歳 61.1% (20~74歳 55.6%)	全体 50%以上	A	
		BMI25以上の人の割合の減少(30~59歳の男性)	30~39歳 23.9%	30~39歳 14.0%	男性 20%以下	A
			40~49歳 25.2%	40~49歳 28.2%		C
			50~59歳 20.5%	50~59歳 21.8%		C
		BMI25以上の人の割合の減少(40~64歳の女性)	40~49歳 12.8%	40~49歳 12.5%	女性 17%以下	A
	50~59歳 20.8%		50~59歳 16.8%	A		
	60~64歳 24.3%		60~64歳 20.9%	B		
	BMI18.5未満の女性の割合の減少(20~49歳の女性)	20~29歳 27.4%	20~29歳 12.1%	女性 10%以下	B	
		30~39歳 19.9%	30~39歳 19.2%		B	
		40~49歳 12.4%	40~49歳 11.1%		B	

(3) こころ分野の指標・目標値

目標	評価指標	策定値	中間値	評価	評価
あいさつができるようになる	誰かとあいさつしている人の割合の増加	未把握	93.3%	全体 100%	E
家族や地域の中で交流をもとう	地域のひとと付き合いがない人の割合の減少	H13調査 20~64歳	20~64歳		
		あまりない人 24.0%	あまりない人 23.5%	あまりない人14.0%以下	B
		ほとんどない人 15.7%	ほとんどない人 12.0%	ほとんどない人7%以下	B
	最低一日1回きちんとした食事を家族等2人以上でとる人の割合の増加	全体:75.7%	全体:87.1%	全体:85%以上	A
		20~29歳 64.0%	20~29歳 86.4%	20~29歳 70%以上	A
30~39歳 59.5%	30~39歳 88.4%	30~39歳 65%以上	A		
自分なりの規則正しい生活を身に付けよう	目が覚めた時に、疲労感が残ることがある人(週3回以上)の割合の減少	31.7%	36.3%	0%	C
ストレスとうまくつきあおう	ストレスが大きくて、逃げ出したいと思っている人の割合の減少	よくある 6.5%	よくある 10.7%	よくある 3.2%以下	C
		ときどきある 31.1%	ときどきある 32.2%	ときどきある 15%以下	C

生きがいや楽しみをもとう	趣味を持っている人の割合の増加	20～64歳	61.0%	20～64歳	58.8%	20～64歳	80%以上	C
		65歳以上	78.6%	65歳以上	68.1%	65歳以上	90%以上	C

(4) たばこ・アルコール分野の指標・目標値

目標	評価指標	策定値	中間値	目標値	評価			
喫煙は決められた場所で	禁煙・完全分煙を実施している施設やイベントの増加	未把握	未調査	100%	-			
たばこの害を知ろう	喫煙による健康被害を知っている人の増加	肺がん	94.5%	肺がん	95.0%	B		
		ぜんそく	53.0%	ぜんそく	60.5%	B		
		気管支炎	61.1%	気管支炎	66.8%	B		
		心臓病	28.0%	心臓病	40.9%	B		
		脳卒中	17.6%	脳卒中	39.6%	B		
		胃潰瘍	16.5%	胃潰瘍	23.1%	B		
		妊娠に関する異常	72.7%	妊娠に関する異常	64.2%	C		
		歯周病	14.5%	歯周病	27.2%	B		
喫煙者を減らそう	喫煙者を減らす	たばこを吸っている人	たばこを吸っている人	たばこを吸っている人				
		男性	51.2%	男性	35.5%	男性	10%以下	B
		女性	10.5%	女性	7.5%	女性	2%以下	B
	妊婦の喫煙率を減らす	H14調査 3.5% (母子健康手帳発行時 9/257人)	H18調査 3.4% (母子健康手帳発行時 8/233人)	母子健康手帳発行時 0人	B			
楽しく健康的に飲めるお酒の適量を知ろう	節度ある飲酒量を知っている人の割合の増加	64.1%	58.6%	100%	C			

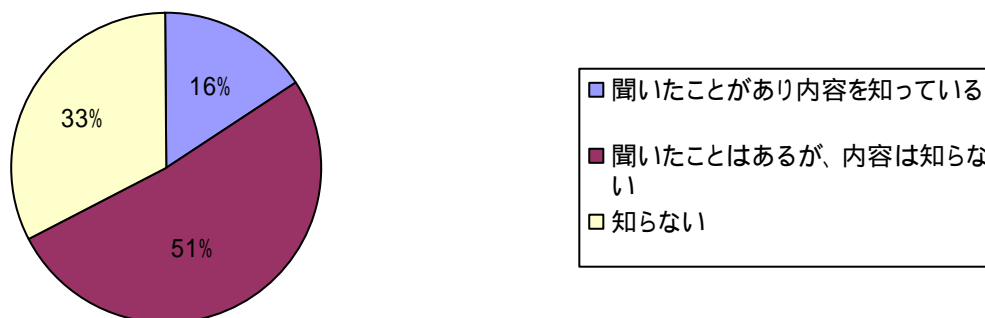
(5) 歯分野の指標・目標値

目標	評価指標	策定値	中間値	目標値	評価
いつまでも自分の歯で食べよう	自分の歯が60歳で24本以上ある人の増加	H14・15調査 60歳～64歳 39.6%	60歳～64歳 37.8%	60歳～64歳 50%以上	C
	8020運動を知っている人の増加	H13調査 20歳～64歳 49.7%	20歳～64歳 68.7%	100%	B
	自分の歯が80歳で20本以上ある人の増加	未把握	未調査	30%以上	-
いつまでも明るく、歯を出して笑おう	歯の健康得点が16点以上の人の割合の増加	未把握	男性 24.0% 女性 24.6%	56%以上	E

2 計画の認知度

中間評価の実施のために町民に対して無作為抽出で行なった「健康や生活習慣等に関するアンケート調査」によれば、健康おおぐち21を「聞いたことがあり内容を知っている」15.8%、「聞いたことはあるが、内容は知らない」51.3%も含めると、67.1%の認知度でありました。

図1 (グラフ)



3 中間評価のまとめ

分野項目	A	B	C	D	E
(1) 運動分野の指標・目標値	3	7	5	0	4
(2) 食生活分野の指標・目標値	6	4	3	0	0
(3) こころ分野の指標・目標値	3	2	5	0	1
(4) たばこ・アルコール分野の指標・目標値	0	10	2	0	0
(5) 歯分野の指標・目標値	0	1	1	0	1

「A評価(中間値が目標値を達成している)」が20.7%、「B評価(中間値が策定値より改善している)」が41.4%となっているのに対し、「C評価(中間値が策定値と同じか悪化している)」が27.6%となっていますが、全体的な評価としては改善されつつある状況にあるといえます。

分野別で見ると、「運動」はA評価が3項目、B評価が7項目で徐々に改善されつつある反面、C評価が5項目あり指標によってばらつきが見られます。「食生活」ではA評価が6項目、B評価が4項目と高評価が得られ、順調に改善されているといえます。「こころ」は、A評価3項目、B評価2項目、C評価5項目でありやや不十分な結果となりました。「たばこ・アルコール」は、B評価が10項目、C評価2項目であり、目標値には達していませんが徐々に改善されつつあります。「歯」は、未把握の項目が多いことや指標自体が少ないことから後述とします。

各分野とも、いくつかの目標のうち、「はじめの一步」として掲げた重点目標については、一定の成果が見られますが、他の項目で推進が不十分であったものについては、改善が見られない状況でした。また、A評価で目標達成されたものについても、策定時の目標や評価指標の設定が適切であったかを検討し見直しを図ることも必要と思われる。

計画の中間年度における評価を総括すると

「改善されつつある状態であるが、目標に向かってさらなる努力が必要」

と考察します。

第4章

健康おおぐち21計画

各分野における取り組み

計画見直しの概要

運動分野

運動不足と感じている人が多くまた、健康のため特別なことをしなければいけないというイメージとそのための時間がなかなか取れない 30 歳代・40 歳代の現状を踏まえ、分野名を「運動と生活活動」に変更しました。

また、目標値が全体に高めであったため、策定値と中間値から目標値を設定し直しました。

食生活分野

男性は 64 歳以下で「甘辛い味を好む」傾向があること、40 歳代に肥満が多いこと、あるいは若い世代(20 歳～39 歳)で外食を利用する頻度が高いことなどから、塩分とエネルギー摂取量に関しより一層の啓発に努めることとします。

一方、「野菜を毎食意識して食べる人の増加」「適正体重を維持するための食事内容・量を知っている人の割合」は、目標値をクリアしたため、目標値を高めに変更しました。また、「よくかんで食べよう」に関する評価指標を追加しました。

こころ分野

30 歳代の女性の疲労感やストレスを感じる割合が高く、趣味をもっている割合が少ない現状と運動習慣のない人がストレスのある割合が高いという運動とストレスの関係も浮かび上がり、策定値と中間値から各目標値を下げました。

たばこ・アルコール分野

受動喫煙防止の取り組みのための指標を 2 項目追加しました。

アルコールでは、アルコールが体に及ぼす影響についての指標を追加しました。

歯分野

目標に対する取り組み指標が少なかったことから、歯周病予防に対する取り組みのための指標を 3 項目追加しました。

生活習慣病予防

平成 20 年度を初年度とした、大口町特定健康診査等実施計画の推進との相乗効果で、住民の方の健康度を上げていくために生活習慣病予防分野を追加しました。この分野では、¹メタボリックシンドローム予防 ²がんの予防 ³骨粗しょう症予防に対し、健康診査を生かした推進計画を盛り込みました。

「運動・生活活動分野」

☆適切な生活活動・運動量の維持は、体力維持・向上及び生活習慣病（肥満や高血圧・糖尿病など）や要介護状態の予防・改善に大きな効果がみられます。

☆適度な運動は、心身を安定させる効果がみとめられ、ストレスの解消へつながります。

☆生きがいづくり・地域や家族とのコミュニケーションにも効果的です。

【中間評価の現状と課題】

（中間評価における指標の達成等の状況）

分野	達成（A）	改善（B）	悪化（C）	保留（D）	不明（E）	合計
運動・生活活動	3	7	5	0	4	19

（現状）

- 「週2回以上の運動を1年以上続けている人」の割合は、全体で27.1%（策定値18.3%）と改善傾向だがまだ低く、特に30歳代・40歳代は10.3%・14.8%と低い傾向
- 「一日に歩くのが30分未満の人」の割合の変化は横ばいで23.5%（愛知県H16:49.7%に比べると低い）生活習慣病予防に必要な「90分以上」歩く人は全体で23.0%と低く、30歳代では30分未満の割合も高く運動不足になりやすい生活習慣が伺える。
- 「運動不足だと思う人」は、全体では7割とやや減少したが、30・40歳代は約9割と高い20歳代女性は減少傾向。80%以下になり目標値を達成した。
- 「仕事以外で健康維持・増進のために意識的に運動している人」は42.7%、女性44.1%（策定値男性39.9%、女性40.4%）で減少傾向（愛知県全体では増加傾向）
- 「体力テストを受け自分の体力を確認している人」の割合10.6%（前回未把握）

表1 「週2回以上の運動を1年以上つづけている人」の割合

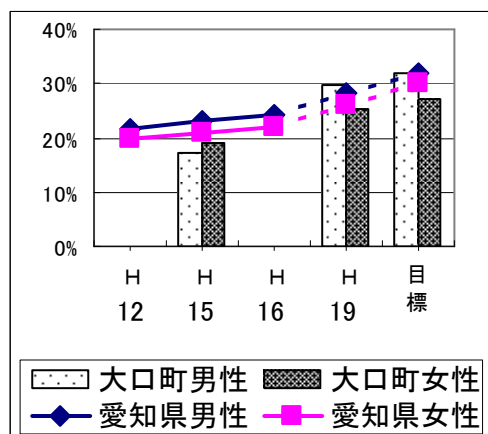


表2 「日常生活における1日の歩行時間30分未満の人」の割合

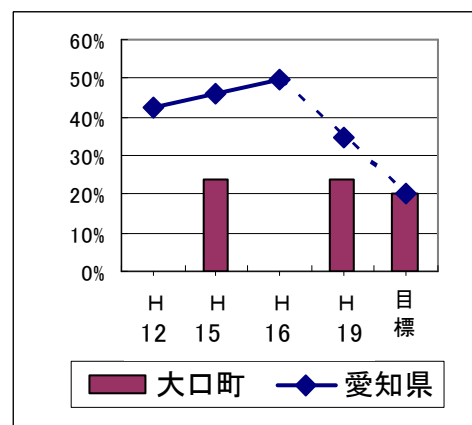


表3 「週2回以上の運動を1年以上続けて
いる人」の割合

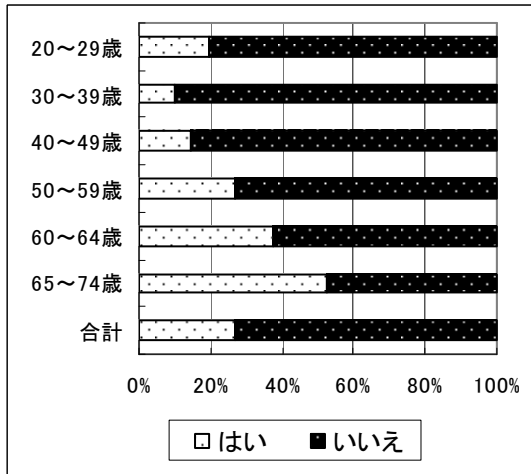
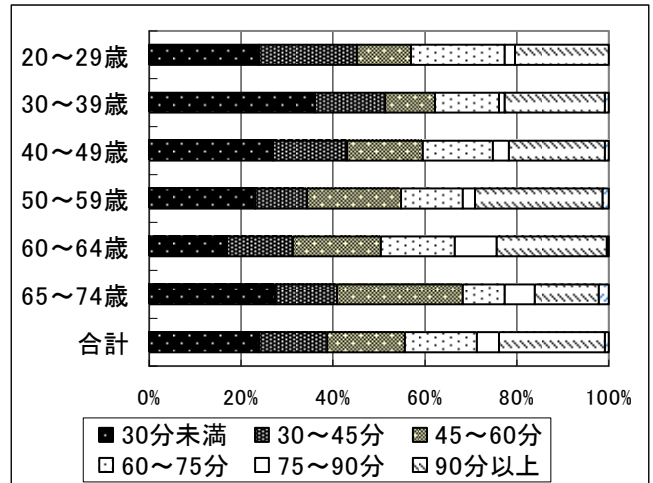


表4 「日常生活における1日の歩行時間
30分未満の人」の割合



(課題)

- 運動習慣者・日常の歩数も少ない為、運動の動機づけが必要

効果的な啓発（①加齢と筋力・代謝の低下②効果的なウォーキング③日常生活での筋力トレーニング④内臓脂肪の燃焼とメタボリックシンドロームの予防⑤こころの健康・地域・家族のコミュニケーション）

体力確認をすすめる（①体力測定実施、体力測定できる場の紹介②世代交流して体を動かす場への参加を促す）

- 運動体験の場づくり、運動の継続支援が引き続き必要
- 60~64歳（健康課題の多い年代）、30・40歳代（男女とも最も運動量が低くなる）それぞれの生活背景、身体特徴に合わせた働きかけが必要
- 運動習慣者の増加を客観的に評価できる指標を入れる必要がある

【みんなで取り組みそうなこと】

個人・家庭

- ・自分の体力を確認する（体力テスト実施、町民体育祭、ウォーキング大会参加等）
- ・家族、仲間でお互い褒めあい誘い合い楽しく身体を動かす
- ・運動教室等に関する情報に目を向ける
- ・体力テストの結果を経年的に記録し、自分の体力維持・向上に生かす
- ・消費カロリーと摂取カロリーのバランスを知り、生活習慣病予防に必要な運動量を目指し、意識して体を動かす 新規・取り組み中
- ・体重計・体脂肪計で毎日のカロリーバランス確認、鏡でボディチェック 新規

地域・団体

- ・近所づきあい、運動グループの中でお互い褒めあう・誘い合う
- ・活動の中に体力テスト、啓発活動、体操等の紹介を取り入れる
- ・運動グループや運動施設、魅力的なメニューを紹介するパンフレットの作成
- ・職場健診時、簡易体力テスト等の実施を考慮する
- ・健康まつりで、体力測定・啓発（日常生活動作、筋力トレーニング、消費と摂取のカロリーバランス）を継続的に進めていく 新規・取り組み中
- ・町の中に運動の目安量を表示する（ウォーキングコースの距離等）
- ・個人が健康データの整理・保存をしやすいよう支援 新規
- ・60～64歳、30・40歳代に配布するそれぞれの生活背景・身体特徴に合わせた媒体作成、配布 新規
- ・PTAなど若い世代が集まる場での運動啓発 新規取り組み中

行政

- ・運動支援者・健康推進員への啓発・活動支援 新規・取り組み中
- ・広報等の運動周知啓発は分かりやすい表現で理解しやすく、また口コミで効果的に周知する
- ・健康診査結果を活用した運動の啓発をする
- ・体力を確認できる場づくり（健康祭り・職場健診・住民結核検診等）・場の利用（町民体育祭・ウォーキング大会等）を進める 一部修正
- ・成人・高齢者に向けた様々な運動の選択肢を設ける、紹介する 一部修正
- ・健康推進員、NPO団体等とタイアップした運動の啓発 新規・取り組み中
- ・運動習慣が低い年代・行動変容を促すのに効果的な年齢への啓発 一部修正
（30・40歳代の男女への筋力トレーニング・日常生活動作の啓発、退職された男女を対象とした教室など）
- ・健康手帳の記録ページ検討（体力テストの結果・一日歩数） 一部修正

【運動・生活活動分野の指標・目標】

目標	指標	資料	新指標	策定値	中間値	判定区分	策定時目標値 ↓ 新目標値
自分の健康維持増進に必要な運動量を知ろう	体力テストを受け自分の体力を確認している人の増加	大口町「健康や生活習慣等に関するアンケート調査報告書」		未把握	10.6%	E	100%以上 ↓ 20%以上
自分にあった運動習慣を身につけよう	週2回以上の運動を1年以上続けている人の増加〔男性〕		○	17.1%	29.7%	—	35%
	週2回以上の運動を1年以上続けている人の増加〔女性〕		○	19.2%	25.5%	—	30%
	運動不足だと思う人の減少（全体）			74.5%	71.9%	B	各年代で設定 60%以下 60%以下 50%以下 70%以下 80%以下 80%以下 ↓ 全体55%以下
	〃（65歳以上）			未把握	53.2%	A	
	〃（60～64歳）			未把握	62.5%	E	
	〃（40歳代男性）			80.7%	82.1%	C	
	〃（30歳代女性）			91.0%	88.9%	B	
〃（20歳代女性）			91.6%	77.3%	A		
日常生活の中で意識して動こう	一日に歩く時間90分以上の人の増加（全体20～64歳）			25.6%	23.8%	C	各年代で設定 30%以上 35%以上 35%以上 25%以上 25%以上 ↓ 全体30%以上
	〃（65歳以上）			未把握	14.9%	E	
	〃（60～64歳）			31.5%	24.5%	C	
	〃（40歳代男性）			20.3%	20.5%	B	
	〃（30歳代女性）			20.9%	24.2%	B	
	〃（20歳代女性）			18.4%	16.7%	C	
	一日に歩く時間30分以下の人の減少			24.0%	23.5%	B	各年代で設定 20%以下 15%以下 15%以下 20%以下 20%以下 25%以下 ↓ 20%以下
	〃（全体20～64歳）			未把握	27.7%	E	
	〃（65歳以上）			18.4%	16.8%	B	
	〃（60～64歳）			18.4%	16.8%	B	
	〃（40歳代男性）			31.2%	30.8%	B	
	〃（30歳代女性）			25.1%	36.4%	C	
	〃（20歳代女性）		34.1%	21.2%	A		

「食生活分野」

☆量や質のバランスのとれた食事は、健康の基盤です。

健康で豊かな生活を送るためには、おいしく、楽しく、偏りのない食事をするのが大切です。

☆毎日の食生活は、糖尿病、高血圧、高脂血症、がん、脳卒中、心臓病などの生活習慣病の発症と密接な関係があり、生活の質の向上にも大きく影響します。

☆食事についての正しい知識が得られる機会や情報を提供する場が必要です。

【中間評価の現状と課題】

(中間評価における指標の達成等の状況)

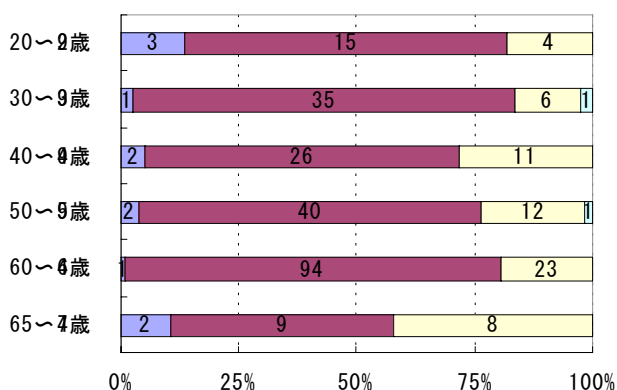
分野項目	達成 (A)	改善 (B)	悪化 (C)	保留 (D)	不明 (E)	合計
食生活分野	6	4	3	0	0	13

(現状)

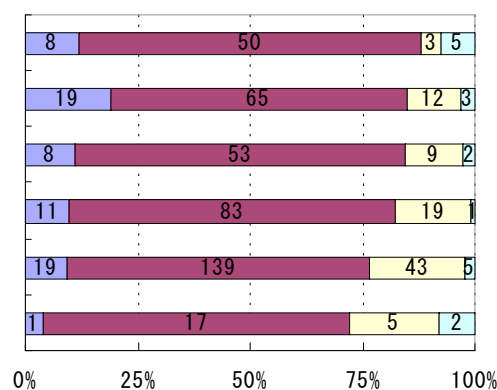
- BMI25以上の40～49歳男性が28.2%（策定値25.2%）であり悪化傾向です。
- BMI18.5未満の女性の割合が20～29歳で12.1%（策定値27.4%）と改善しています。
- 煮物などの味付けを「甘辛いほう」と自覚する20～64歳の男性が57.4%（策定値45.5%）であり悪化傾向です。
- 夕食として外食を利用する頻度が若い世代（20～39歳）で48.0%と多く、塩分摂取量・エネルギー量が増えやすい傾向にあります。
- 漬物以外の野菜を毎食（1日3食）意識して食べる人が59.2%（策定値48.0%）で、目標値55%を達成しています。

BMI 区分

(年齢別 20 人)

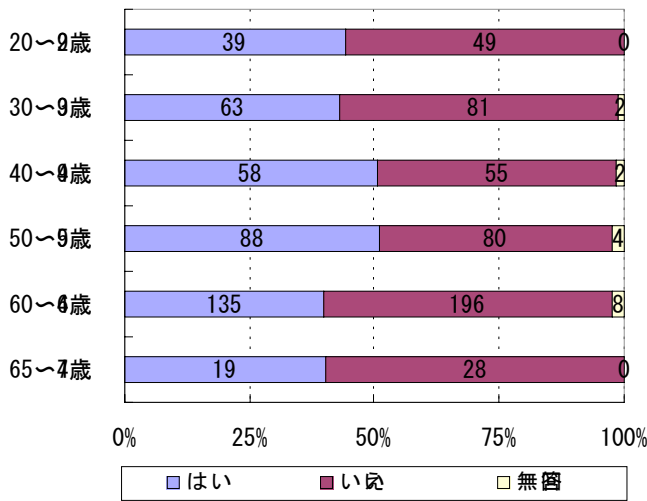


(年齢別 50 人)

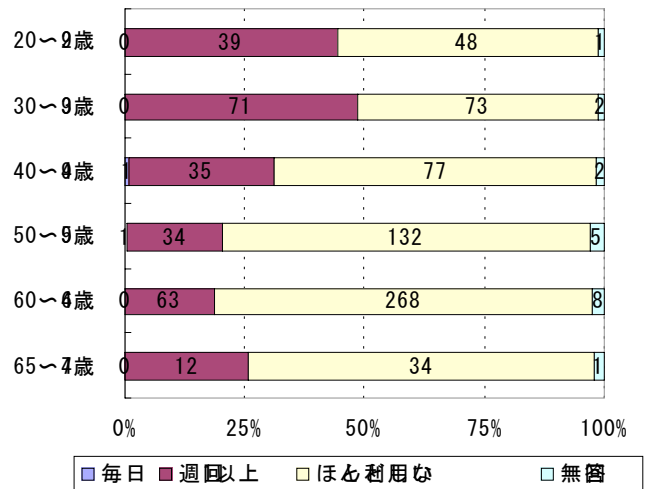


■ やせ ■ 標準 ■ 肥満 ■ 無回答

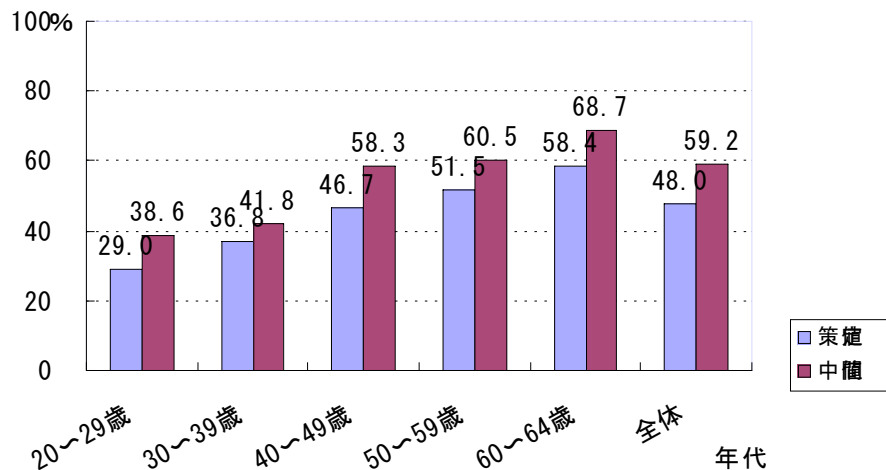
野菜の味付けが濃い味の方



夕食として外食を利用する頻度



野菜を毎食 食べる人



(課題)

- 料理の味付けが濃いという人が男性で多くみられ、食品に含まれる塩分量を意識することや薄味はまだまだ浸透しておらず、今後啓発が必要です。
- 漬物以外の野菜の摂取量が増えていたものの、20～39歳では58.3%の人が野菜を毎食食べてないので、今後若い世代への啓発が必要です。
- 適正体重を維持するための食事内容、量を知っている人が増加しているにもかかわらず、40～59歳の男性ではBMI25以上の人の割合が増えています。
- 外食や食品を購入する際に栄養成分表示を参考にする人は、男性では24.3%とまだまだ少なく、食事バランスガイドをよく知っている人も17.5%と少ないので、栄養成分表示や食事バランスガイドを活用しながら、正しい栄養知識の普及啓発が必要です。

【みんなで取り組みそうなこと】

個人・家庭

- ・自分の食事や体に関心を持つ
- ・食に関する情報を取り入れる
- ・家族そろって食事をする習慣をつける
- ・食事の時間を確保する
- ・健康教室などに参加する
- ・体重計にのる
- ・塩分測定のお機会に出向く
- ・バランスのよい献立例を参考にす・取り入れる
- ・調味料の使い方を見直してみる 新規
- ・減塩してもおいしく食べられる工夫をする 新規

地域・団体

- ・朝市や店で野菜の梱包量などの表示をする 検討
- ・野菜料理の紹介時に野菜の摂取量と摂取できる量を表示する 取り組み中
- ・摂取量の情報コーナーを店などに設置する 検討
- ・スポーツ施設に食事の量やバランスのよい食事例の表示をする 検討
- ・地域で健康教室を開く 取り組み中
- ・野菜や肉魚を小単位で買うことができる（売ってもらえる） 検討
- ・朝市のイベント（いも煮など）で理想の塩分濃度を紹介する 検討
- ・残業などの仕事時間中に食事の時間を確保できるようにする 検討
- ・スポーツ関係の団体に朝食を食べるように啓発する 検討
- ・季節料理と歳時記を絡めて広報等で紹介する 取り組み中
- ・食育の視点から関係部署や団体と協力し、若い世代へ伝えていく 新規・取り組み中
- ・食物自給率の下がってきたこともあり、この地域の特産品の紹介をしていく 新規
- ・健康まつりなどで『減塩』について啓発していく 新規・取り組み中
- ・若い世代へ野菜料理のレシピの普及やレシピの調理実習をする 新規・取り組み中

行政

- ・野菜の摂取量をわかりやすく示す 取り組み中
- ・バランスのよい献立例を啓発する 取り組み中
- ・年代による摂取量を周知する 取り組み中
- ・住民検診時などの機会に塩分測定を行う 取り組み中 住民検診時→健康推進員活動 健康教育等
- ・地域や保健センターで健康教育を開く 取り組み中
- ・『早起き 早寝 朝ごはん』から朝食を食べることを習慣づける 新規
- ・季節料理と歳時記を広報等で紹介する 取り組み中
- ・健康診査結果を活用する 取り組み中
- ・『早起き 早寝 朝ごはん』から朝食を食べることの習慣づけを働きかける 新規・取り組み中
- ・『塩分を減らそう』について（濃い味（塩分）がどれだけ血圧（体）に悪いのかを提示するなど）の啓発をする 新規

【食生活分野の評価指標・目標】

目標	指標	資料	新指標	策定値	中間値	判定区分	策定時目標値 ↓ 新目標値
毎日野菜をたくさん食べよう	漬物以外の野菜を毎食(1日3食)意識して食べる人の増加	大口町「健康や生活習慣等に関するアンケート調査報告書」		20～29歳 29.0% 30～39歳 36.8% 40～49歳 46.7% 50～59歳 51.5% 60～64歳 58.4% (全体 48.0%)	20～29歳 38.6% 30～39歳 41.8% 40～49歳 58.3% 50～59歳 60.5% 60～64歳 68.7% (全体 59.2%)	A	全体55%以上 ↓ 70%以上
塩分を減らそう	煮物などの味付けを「甘からいほう」と自覚する人の減少			20～64歳 43.4% (男45.5% 女42.0%)	20～64歳 44.5% (男57.4% 女38.5%)	C	20～64歳 40%以下
				65歳以上 63.6% (男64.1% 女63.1%)	65歳以上 40.0% (男47.4% 女36.0%)	A	65歳以上 55%以下
腹八分目で自分の適量を知ろう	適正体重を維持するための食事内容・量を知っている人の増加			20～29歳 21.3% 30～39歳 29.5% 40～49歳 34.9% 50～59歳 45.3% 60～64歳 48.4% (全体 39.6%)	20～29歳 43.2% 30～39歳 47.3% 40～49歳 53.0% 50～59歳 56.4% 60～64歳 61.1% (全体 55.6%)	A	全体50%以上 ↓ 75%以上
	BMI25以上の人の割合の減少 (30～59歳の男性)			30～39歳 23.9%	30～39歳 14.0%	A	男性 20%以下
				40～49歳 25.2%	40～49歳 28.2%	C	
				50～59歳 20.5%	50～59歳 21.8%	C	
	BMI25以上の人の割合の減少 (40～64歳の女性)			40～49歳 12.8%	40～49歳 12.5%	A	女性 17%以下
				50～55歳 20.8%	50～55歳 16.8%	A	
				60～64歳 24.3%	60～64歳 20.9%	B	
BMI25以上の人の割合の減少 (40～64歳の女性)		20～29歳 27.4%	20～29歳 12.1%	B	女性 10%以下		
		30～39歳 19.9%	30～39歳 19.2%	B			
		40～49歳 12.4%	40～49歳 11.1%	B			
よくかんで食べよう	1回の食事を食べる時間が20分以上の人の割合		○	全体 20.7%		全体 30%以上	

「こころ分野」

現代はストレス社会といわれ、からだの健康とともに、こころの健康も重要視されてきています。

ストレスを和らげるための休養のとりかたを身につけることが大切です。

また、ストレスによる病気についても理解を深め、社会全体での総合的な取り組みが必要です

【中間評価の現状と課題】

(中間評価における指標の達成等の状況)

分野項目	達成 (A)	改善 (B)	悪化 (C)	保留 (D)	不明 (E)	合計
こころ 分野	3	2	5	0	1	11

(現状)

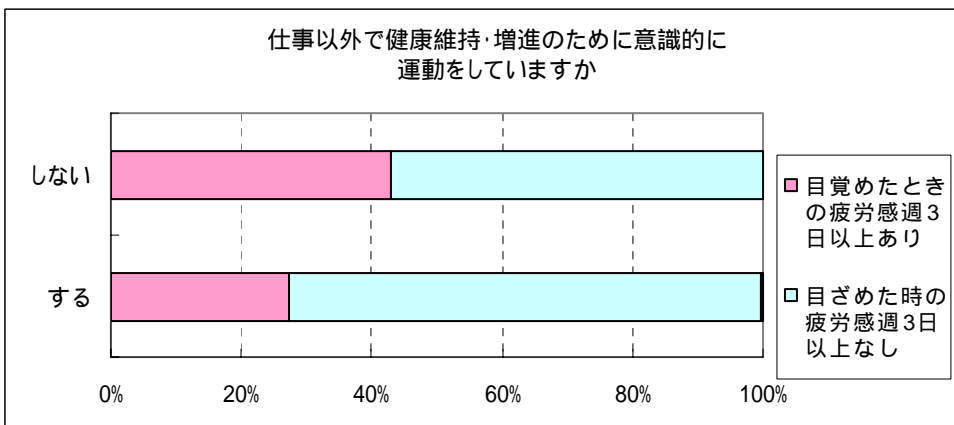
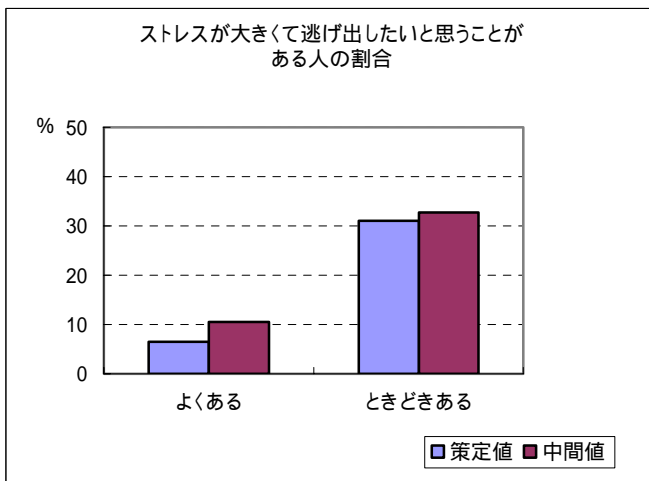
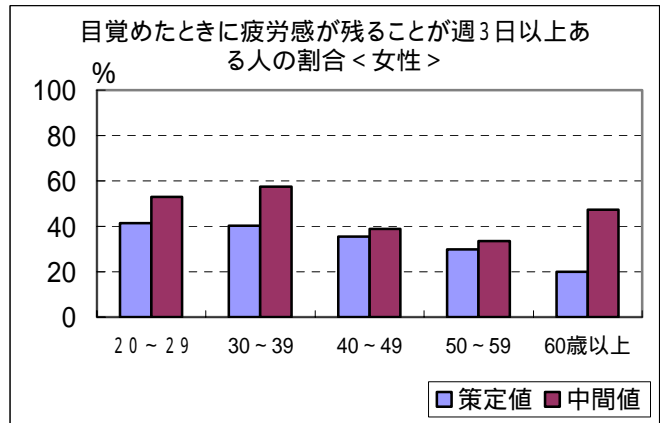
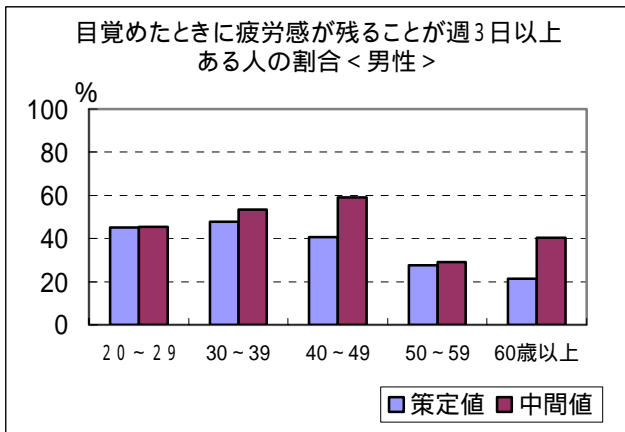
「最低1日1回きちんとした食事を家族等2人以上でとる人」の割合は、全体で87.1% (策定値75.7%) で目標値を達成しています。

「目が覚めた時に、疲労感が残ることがある人 (週3日以上)」の割合は、36.3%と悪化しており、特に40~49歳の男性(59%)、30~39歳の女性(57.6%)の割合が高い状況です。

「ストレスが大きくて、逃げ出したいと思っている人」の割合は、「よくある」と答えた人が10.7% (策定値6.5%)、ときどきあると答えた人が32.2% (策定値31.1%)と悪化しています。

「趣味を持っている人」の割合は、20~64歳で58.8% (策定値61.0%)と悪化しています。30~39歳の女性は、疲労感やストレスを感じる割合が高いうえに、趣味を持っている割合が少ない状況でした。

運動習慣がある人に比べ、運動習慣がない人の方が、目覚めた時の疲労感やストレスを感じている割合が高く、また趣味を持っている人の割合も低い状況でした。



(課題)

30～39歳の女性の「こころの健康」に対しての取り組みが必要です。
 自らのストレスを予防、軽減する「セルフケア」の取り組みが必要です。
 気軽に相談できる窓口や、相談場所の情報提供が必要です。

【取り組み方向】

個人・家庭

- ・家庭内でのあいさつをする（親から子へ）
- ・親がゆったりとした気持ちで子どもに接する
- ・家庭を明るくしよう（お父さんとお母さんの力）
- ・近所同士声を掛け合う
- ・趣味・スポーツなど自分にあったストレス発散方法を見つける 新規

地域・団体

- ・朝市の活用をする（売り手と買い手、人と人の交流の場）
- ・老人クラブ等の活動を充実する
- ・健康推進員だよりの活用をする
（こころの健康につながる話題を掲載）
- ・交流の場として学共施設の活用をする
- ・人と人とのつながりが持てる場を地域でつくる 新規
- ・子育て中の人気分転換できるような、親子で参加できる講座を開催する 新規・取り組み中
- ・こころの健康のために趣味や生きがいをもって活動できる場の提供 新規・取り組み中

行政

- ・こころの相談窓口を周知・充実する
- ・子どもとのふれあい授業等の場の提供をする
- ・働く女性の環境整備をする
- ・親がゆったりとした気持ちで子育てできる環境づくり
- ・健康診査結果を活用した健康な体づくり（心と体）の支援をする
- ・コミュニケーションを学ぶ機会を増やす
- ・心の健康についての知識の普及 新規・取り組み中

【こころ分野の評価指標・目標】

目標	評価指標	資料	新指標	策定値	中間値	判定区分	策定時目標値 新目標値
あいさつができるようになろう	誰かとあいさつしている人の割合	大口町「健康や生活習慣等に関するアンケート調査報告書」		未把握	93.3%	E	100%
家庭や地域の中で交流をもとう	近所の人と付き合いがない人の割合の減少			あまりない人 24.0%	あまりない人 23.5%	B	14%以下 20%以下
				ほとんどない人 15.7%	ほとんどない人 12.0%	B	7%以下 10%以下
	最低1日1回きちんとした食事を家族等2人以上でとる人の割合の増加			全体 75.7%	全体 87.1%	A	全体 80%以上 20~29歳 70%以上 30~39歳 65%以上 90%以上
				20~29歳 64%	20~29歳 86.4%	A	
				30~39歳 59.5%	30~39歳 88.4%	A	
自分なりの規則正しい生活を身につけよう	目が覚めたときに、疲労感が残ることがある人(週3日以上)の割合の減少			31.7%	36.3%	C	0% 20%
ストレスとうまく付き合いおう	ストレスが大きくて逃げ出したいと思っている人の割合の減少			よくある 6.5%	よくある 10.7%	C	3.2%以下 5%以下
				ときどきある 31.1%	ときどきある 32.2%	C	15%以下 20%以下
趣味や生きがいをもとう	趣味を持っている人の割合の増加			20~64歳 61.1%	20~64歳 58.8%	C	80%以上 70%以上
			65歳以上 78.6%	65歳以上 68.1%	C	90%以上 80%以上	

「たばこ・アルコール分野」

たばこの煙には、発がん物質・発がん促進物質が含まれ、がん・心臓病・脳血管疾患・呼吸器疾患などの発病に関連があるほか、歯周病や低出生体重児などの危険因子となっています。たばこは、吸っている本人のみならず、周囲の人々も受動喫煙により健康への影響が指摘されています。

アルコールは、適量であれば体に良い影響を及ぼすこともありますが、多量の飲酒は健康を害することにつながるため、楽しく健康的な飲酒をすすめます。

【中間評価時点の現状と課題】

（中間評価における指標の達成等の状況）

分野	達成（A）	改善（B）	悪化（C）	保留（D）	不明（E）	合計
たばこ・アルコール	0	10	2	0	0	12

（現状）

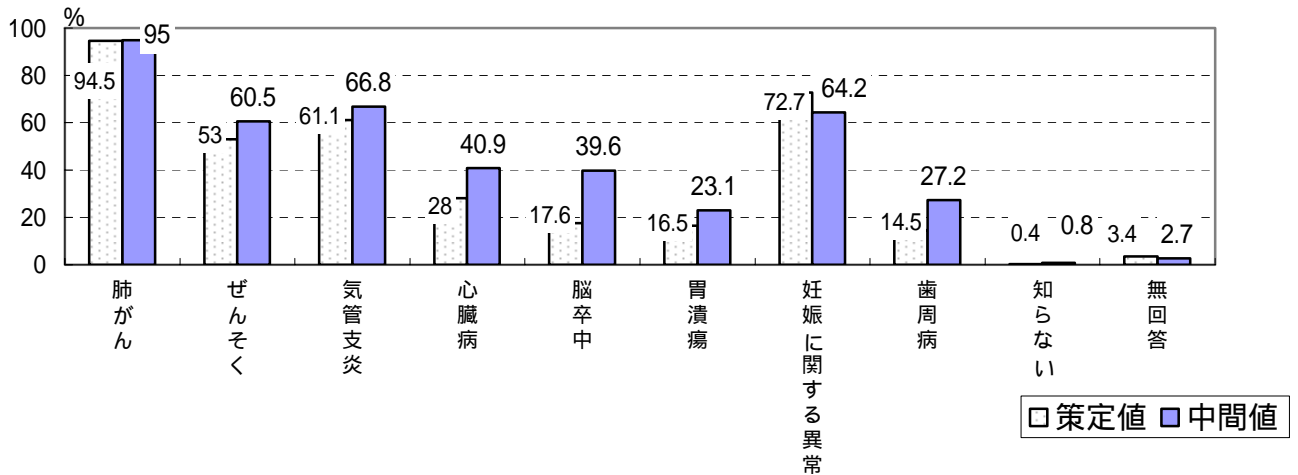
たばこ

計画策定時に比べ、喫煙が及ぼす健康被害の知識普及が図られているが、歯周病・胃潰瘍・脳卒中・心臓病に関しては、まだ割合が低い。妊娠に関する異常のみ、策定値より悪化している。喫煙者は、男女ともに減少しているが、目標達成には至っていない。喫煙者は、20～50歳代の男性に多く、年齢とともに減少傾向にある。

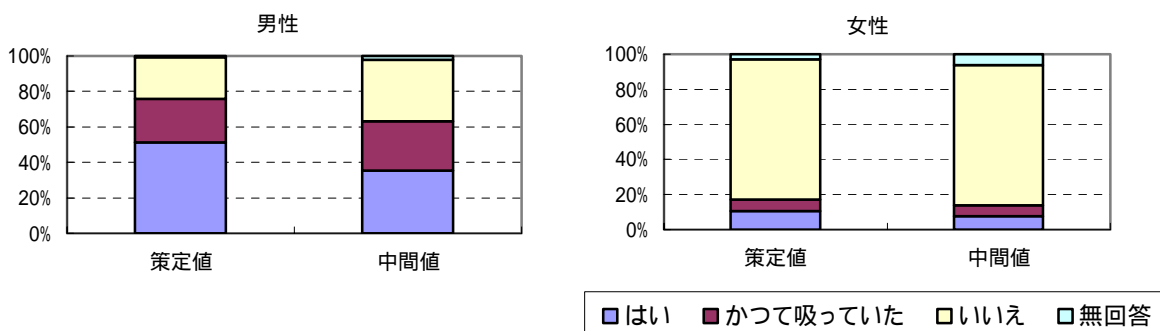
妊婦の喫煙率は変化なし（母子手帳発行時 喫煙率3.4%）。

家庭内で喫煙場所が特に決まっていない人は、29.5%であった。

たばこが影響を与える病気で知っているものの割合（中間値と策定値の比較）



たばこを習慣的に吸っている人の割合



アルコール

節度ある飲酒量を知っている人の割合が減少している（58.6％）

基本健康診査における「肝疾患(アルコール性の疑いを含む)の要指導・要医療者」の割合は、全体では4.8％と愛知県値より低い結果であるが、男性12.6％ 女性0.7％と男性の割合が高い（平成18年度 地域保健報告より）

（課題）

たばこ

たばこが影響を与える病気のうち、周知度が低い歯周病・胃潰瘍・脳卒中・心臓病等と喫煙の関係について啓発が必要。

妊婦への防煙対策が必要。

家庭内で喫煙場所が特に決まっていない人の割合が減少するような働きかけが必要。

アルコール

飲酒量の適量の周知が必要。

多量のアルコールによる健康被害の周知啓発。特に、50～60歳代の男性に必要。

【みんなで取り組みそうなこと】

個人・家庭

- ・子どもの前では吸わない
- ・子どもにたばこ・お酒をすすめない
- ・家庭内分煙をすすめる
- ・たばこやお酒の害を知る

地域・団体

- ・地域のまつりやイベント時には、禁煙を考慮して企画する
- ・子どもの参加する団体や事業では、禁煙を守る
- ・たばこ・お酒の害についてPRする

一部修正

行政

- ・受動喫煙対策の禁煙、分煙施設の認定制度「たばこダメダス」を推進する
- ・たばこの害やお酒の適量についての情報を広報やチラシなどで発信する
- ・禁煙希望者の支援
- ・妊娠前の女性や妊婦を対象にたばこの害についての情報を発信する
（転入時、母子手帳発行時、母親教室時）

新規・取り組み中

取り組み中

一部修正

取り組み中

【たばこ・アルコール分野の評価指標・目標】

目標	指標	資料	新指標	策定値	中間評価値	判定区分	策定時目標値 新目標値
喫煙は決められた場所で	禁煙・完全分煙を実施している施設の増加	たばこダメダ ス認定施設 (受動喫煙防止 対策実施施設)		未把握	23 施設	-	40 施設
	家庭での喫煙場所が決ま っていない人の減少			未把握	29.5%	-	20%以下
たばこの害を知ろう	喫煙による健康被害を知 っている人の増加	大口町「健康 や生活習慣等 に関するアン ケート調査報 告書」		肺がん 94.5%	95.0%	B	100%
				ぜんそく 53.0%	60.5%	B	
				気管支炎 61.1%	66.8%	B	
				心臓病 28.0%	40.9%	B	
				脳卒中 17.6%	39.6%	B	
				胃潰瘍 16.5%	23.1%	B	
				妊娠に関する異常 72.7%	64.2%	C	
				歯周病 14.5%	27.2%	B	
喫煙者を減らそう	喫煙者を減らす			男性喫煙者 51.2%	35.5%	B	10%以下
				女性喫煙者 10.5%	7.5%	B	2%以下
	妊婦の喫煙率を減らす			母子手帳発行 時アンケート	3.5% (9/257人)	3.4% (8/233人)	B
楽しく健康的に飲める お酒の適量を知ろう	節度ある飲酒量を知っ ている人の増加	大口町「健康や生活 習慣等に関するア ンケート調査報告 書」		64.1%	58.6%	C	100%
	健康診査の肝疾患の要 指導・要医療者の割合の 減少	老人保健事業 報告		男性 8.7% (H16 年度)	12.6%	-	8%以下
				女性 0.5% (H16 年度)	0.7%	-	0.5%以下

「歯の健康」

歯は、おいしく食べる、会話を楽しむなど、豊かで質の高い生活を送るために欠かせないものです。

歯の健康は、全身の健康にも影響を与えます。

歯の健康は、適切な生活習慣を身につけることによって、生涯保つことができます。

健康寿命の延伸を目指した8020運動を推進します。

【中間評価の現状と課題】

（中間評価における指標の達成等の状況）

分野	達成（A）	改善（B）	悪化（C）	保留（D）	不明（E）	合計
歯分野	0	1	1	0	1	3

（現状）

8020を目指して、まずは6024を目標にしているが、30歳から加齢とともに自分の歯を失う人が増加している。（図1）

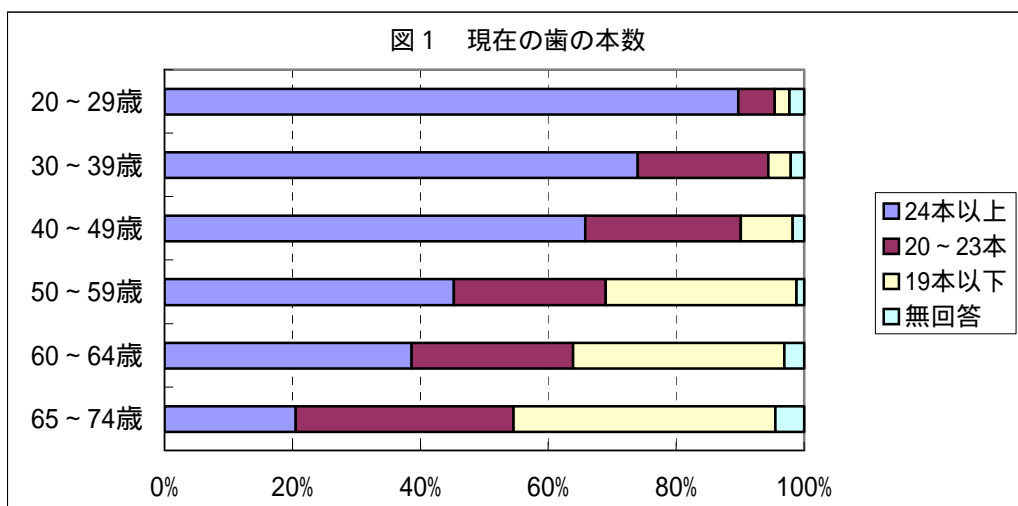
広報、イベント等で周知啓発していることもあり、8020運動を知っている人が増加した（69.0%）。しかし若い年代への働きかけがまだまだ不十分なためか、20歳代が61.4%と周知度が低い結果となっている。（図2）

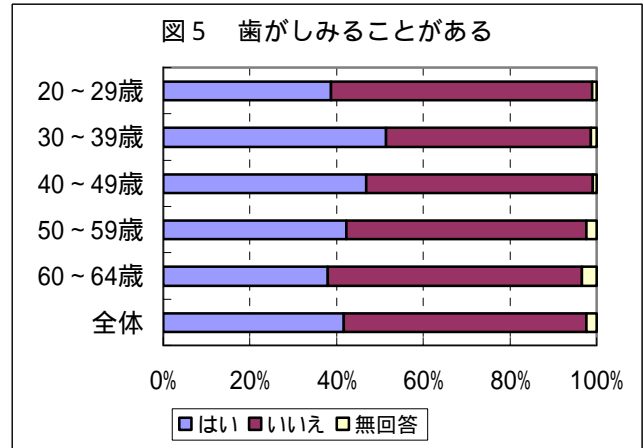
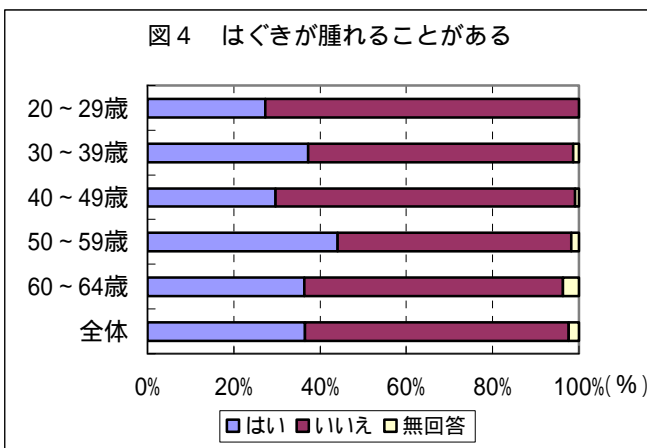
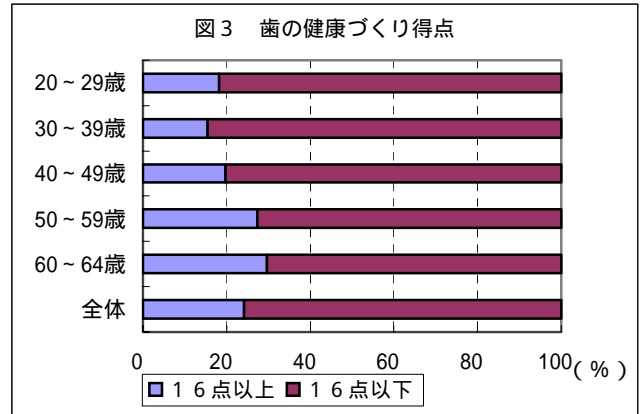
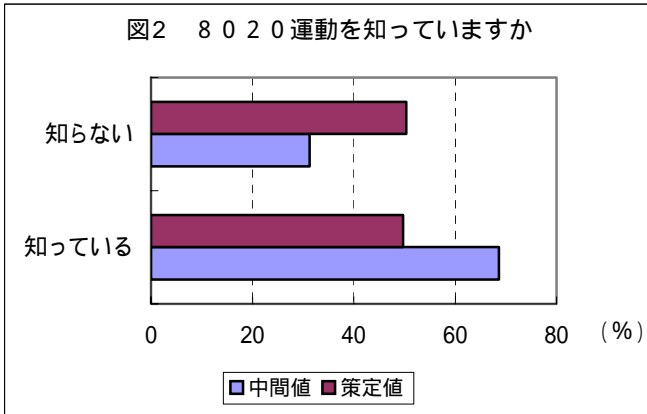
「歯の健康づくり得点」を機会あるごとに実施し、気づきの機会とし生活習慣の改善につなげ、16点以上の割合を増加させている。まだまだ各年代の男女とも16点以上ある人の割合が低い。（図3）

口腔環境を悪化させる原因のひとつである間食をよくする人が多い。（全体71.7%）

歯がしみる、歯ぐきが腫れるといった歯周病の自覚症状が若い年代からある。（図4・図5）

かかりつけの歯医者がある人は、各年代とも多いが特に高齢者に多い。（全体78.4%）





(課題)

評価指標の項目を増やし、歯の健康に対する意識を上げて行く。

8020運動の周知度100%目標にこれからも周知していく。

生活習慣を見直し、生涯歯の健康を保つために「歯の健康づくり得点」をこれからも機会あるごとに活用し、16点以上の割合増加させる。

歯の健康教育の場を充実させる。

若い世代への歯周病対策の働きかけをしていく。

【取り組み方向】

個人・家庭

- ・ 歯の役割についての情報に目を向ける 取り組み中
- ・ 食べた後は歯を磨く 取り組み中
- ・ 正しい歯の磨き方を知る 取り組み中
- ・ 歯間ブラシ等補助用具を使用する 新規
- ・ 定期健診を受ける（痛くなる前に受診） 取り組み中
- ・ 専門的なケアを受ける 新規
- ・ 間食は時間を決める 新規

地域・団体

- ・健康推進員活動に歯科に関することを取り入れる
- ・老人クラブ等の健康教育に歯に関することを取り入れる
- ・歯間ブラシ等補助用具を飲食店に置く
- ・歯に関するスローガン等を店舗に掲示

取り組み中
取り組み中
検討
検討

行政

- ・歯の働きについての情報提供する
- ・効果的な歯の磨き方を指導する機会を増やす
- ・歯科衛生士の確保
- ・健康診査結果の活用
- ・歯周病健診の充実
- ・歯に関する健康教育の充実
- ・歯に関するスローガン等を店舗掲示をさせてもらうための働きかけをする
- ・歯間ブラシ等補助用具普及活動

取り組み中
取り組み中
達成
取り組み中
取り組み中
取り組み中
検討
新規

[歯分野の指標・目標値]

目 標	評価指標	資料	新指標	策定値	中間値	判定区分	策定時目標値 新目標値
いつまでも自分の歯で食べよう	自分の歯が60歳で24本以上ある人の増加	大口町「健康や生活習慣に関するアンケート調査報告書」		60歳～64歳 39.6%	60歳～64歳 37.8%	C	60歳～64歳 50%以上
	8020を知っている人の増加			20歳～64歳 49.7%	20歳～64歳 68.7%	B	100%
	かかりつけの歯科医を持つ人の増加			74.8%	-		90%
	定期的に歯科健診、歯石除去をしている人の増加			17.9%			30%
	歯間ブラシ、糸楊枝使用者の増加			16.5%			30%
いつまでも明るく、歯を出して笑おう	歯の健康づくり得点が16点以上の人の割合の増加			未把握	男性24.0% 女性24.6%	E	56%以上

生活習慣病予防 1 メタボリックシンドローム予防

内臓脂肪型の肥満に加え、高血圧・糖尿病・脂質異常症等を重複しているメタボリックシンドロームの状態は、重複度が高いほど心筋梗塞や脳卒中になる可能性が高いといわれています。

食事や運動、喫煙などの生活習慣が深く関わっており、生活習慣習慣を改善することで予防が可能です。

【中間評価時点の現状と課題】

（現状）

基本健康診査の結果より、脂質異常・高血圧・糖代謝異常のいずれも「要指導・要医療」と判定された人は年々増加しています。

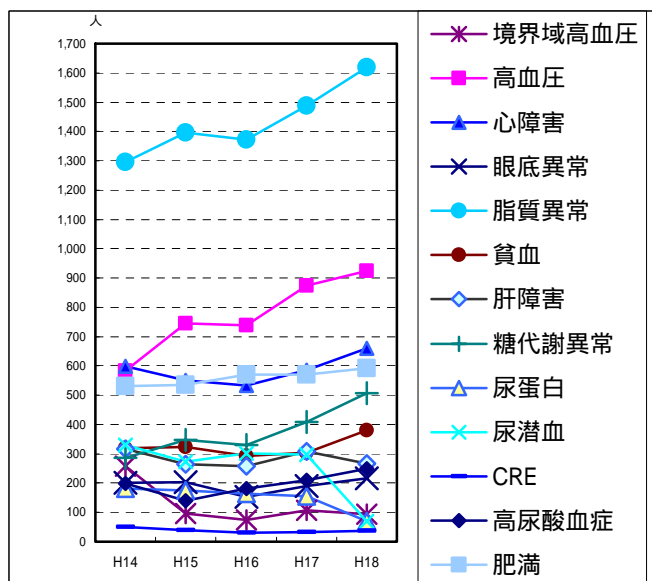
基本健康診査受診者（平成18年度）のうち、メタボリックシンドローム該当者201人・メタボリックシンドローム予備軍295名でした。

内臓脂肪症候群に着目した年代別有所見率は、全体で糖代謝・脂質異常・血圧が高い割合となっています。（資料編P47 参照）

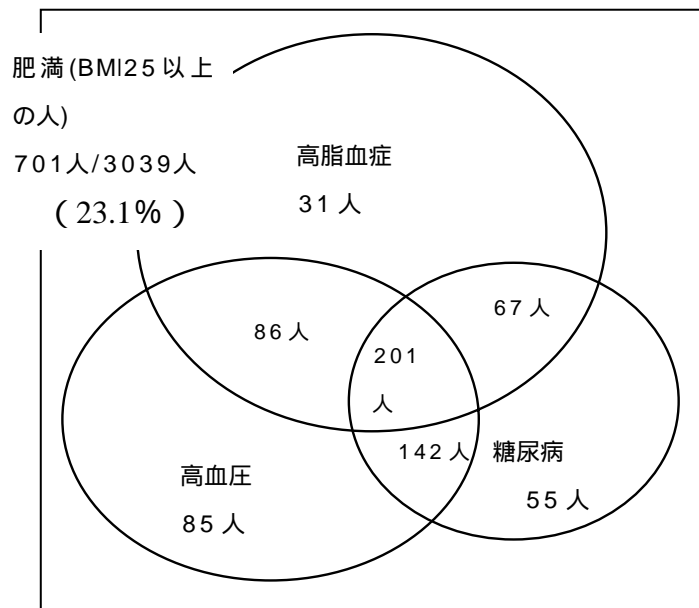
過去1年間に健診をなにも受診しなかった人は29.3%でした。

そのうち、健診を受けなかった理由としてもっとも多かったのは、「現在は健康なため受診する必要性を感じない」と答えた人が28.4%でした。

要指導・要医療の疾病別経年変化（疾病別/延べ件数）



基本健康診査（H18年度）結果より



(課題)

生活習慣病の発症が食生活や運動習慣などの生活習慣に深く関わっていることを、みんなが理解できるよう周知に努める必要があります。

特定健診の受診率を高め、健康管理に役立てる必要があります。

リスクの見つかった人は、健診後に適切な生活改善ができるよう保健指導が受けられる体制整備が必要です。

生活習慣を改善し、継続しやすい環境を整える必要があります。

若いうちから、生活習慣を意識し、必要に応じて改善する必要があります。

健診の意義を伝え、受診率をあげるアプローチをする必要があります。

【みんなが取り組みそうなこと】

個人・家庭

- ・食塩や脂肪の摂りすぎに注意し、運動習慣を身につける。
- ・食生活に関する知識を身につけ、実践できるようにする
- ・(自分の適量を知り、食事のバランスを意識する)
- ・こまめに動く(万歩計をつける)
- ・毎日体重計にのる
- ・腹八分目を心がける
- ・夜9時以降の飲食はさける
- ・よく噛んで食べる
- ・アルコールは適量を守る
- ・健診を受け、日々の健康管理に生かす

地域・団体

- ・よい生活習慣を継続できる場やグループがある
- ・健康推進員活動でメタボリックシンドローム予防を意識した活動をすすめる
- ・生活習慣を改善した人の体験談を伝える場をつくり、健康づくりグループの輪を広げる
- ・よい生活習慣について啓発
- ・地域運動施設等に、メタボリック予防を啓発(スローガンを作ってPR)

行政

- ・メタボリックシンドローム予防についての知識の普及をはかる
- ・特定健診の受診率を高め、効果的な保健指導を実施する。
- ・若い頃から、生活習慣を意識するためのきっかけとなるわかば健診を実施する
- ・健診についての周知をする(いつどこで受けられるか 費用や健診内容)
- ・健診の意義を伝える
- ・健診や保健指導が受けやすい体制を整える

2 がんの予防

がん発症の原因及び危険因子として、生活習慣、ある種のウイルス、環境中の変異物質、発がん物質及び発がん促進物質などが明らかにされています。

生活習慣との関係では、喫煙、塩分、動物性脂肪の過剰摂取、多量飲酒等が発症の危険因子であると考えられています。

緑黄色野菜の摂取や適度な運動は、がん発生を予防する因子と考えられています。

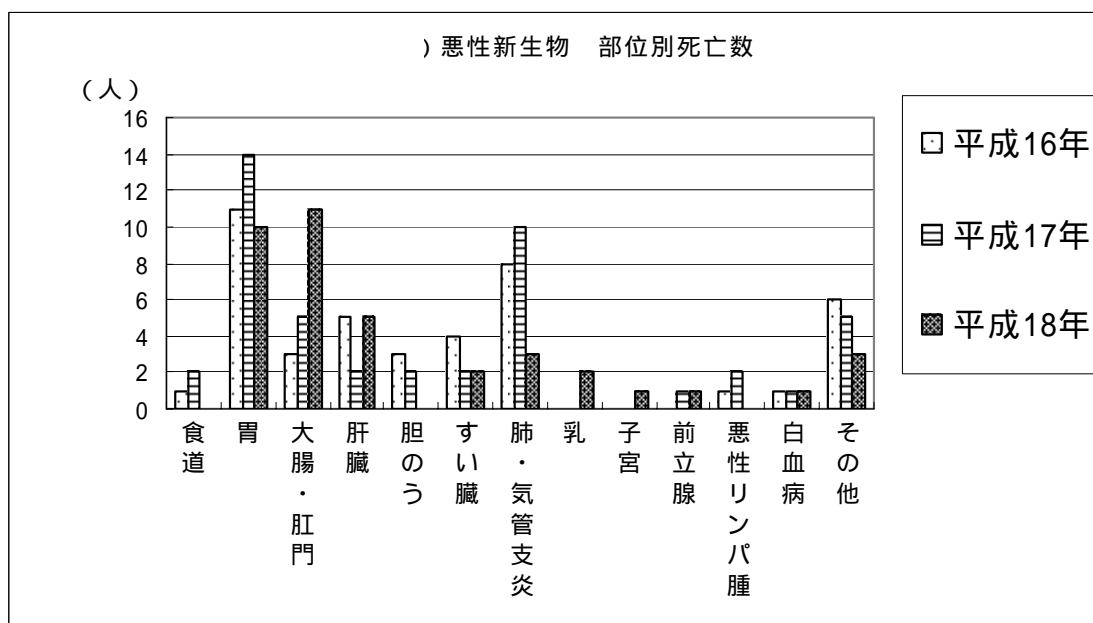
【中間評価時点の現状と課題】

(現状)

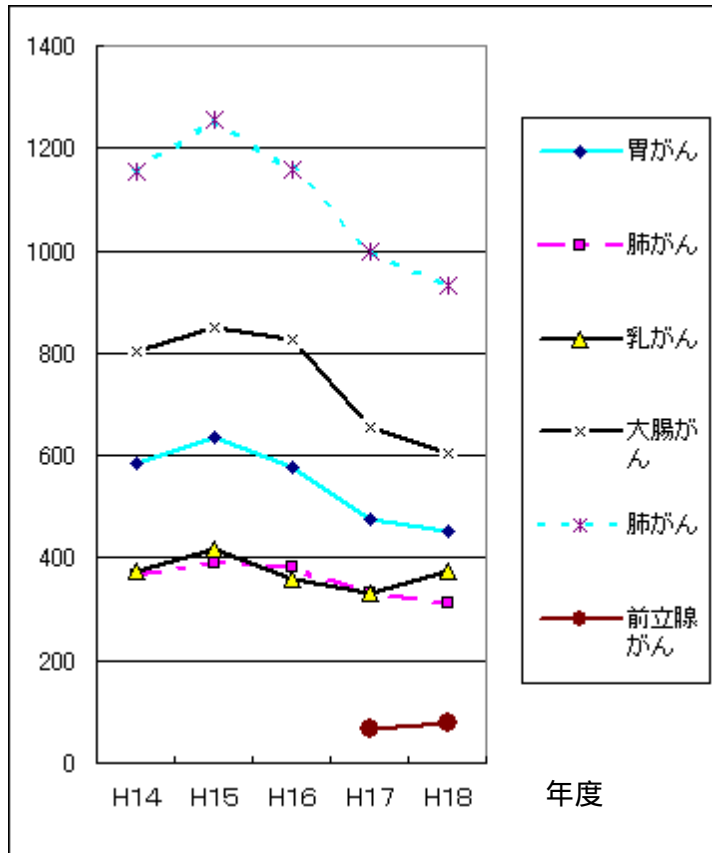
がんによる死亡者は、39名(平成18年)、死因の第1位で総死亡者数の約32%となっています。

部位別死亡数では、大腸・胃・肝臓の順となっています。(平成18年)

各がん検診の受診率は減少傾向です。



がん検診受診者数（人）



（課題）

危険因子を減らすための生活習慣の改善

喫煙・食生活・飲酒など、がんの発症に関係する生活習慣を改善する必要があります。各分野の推進

がんの早期発見

がんについての正しい情報を伝える必要があります。

早期発見・早期治療に向け、がん検診の受診率を向上させるとともに、精密検査となった人の精密検査の受診率の向上が必要です。

各がん検診の課題

- <胃> 受診率の向上
- <子宮> 若い世代（20歳～）の受診勧奨
- <乳> 受診率の向上・自己検診法の普及
- <大腸> 受診率の向上・精密検査受診率の増加
- <肺> 受診率の向上（男性の受診率）
- <前立腺> 受診者数の増加

【みんなで取り組みそうなこと】

個人・家庭

- ・ 緑黄色野菜を心がけて食べる（1日両手1杯以上）
- ・ 食塩の摂取量を意識して、減塩を心がける
- ・ 動物性脂肪（特に肉類・乳製品）を摂りすぎないようにする
- ・ たばこは吸わないようにし、受動喫煙の防止にも気をつける
- ・ 飲酒は適量を心がける
- ・ 適度な運動をこころがけ、規則正しい生活を送る
- ・ がん検診を定期的に受ける

地域・団体

- ・ がんの発症に関与する生活習慣の改善のため、各分野についての取り組みをする
- ・ 健康まつり時等にごんについての啓発をする
- ・ 広報やホームページ等で「がん体験談」の紹介をする
- ・ 「がん体験談」を聴く機会をもつ

行政

- ・ がんの予防に関する知識や正しい情報を普及する
(がんを防ぐ12か条の普及)
- ・ がん検診の受診者の増加に向けての取り組み
- ・ 受診しやすい体制整備

3 骨粗しょう症予防

骨粗しょう症は女性に多い病気で、特に閉経により骨量が減少し、高齢になると、骨粗しょう症になる率が高くなります。

食事や運動等よい生活習慣を心がけることで、骨量を保つことができます。

骨量を増やせる若いうちから、生活習慣を意識することが大切です。

自分の骨密度を知ることにより、寝たきりの原因となる骨折の予防・早期発見につながります。

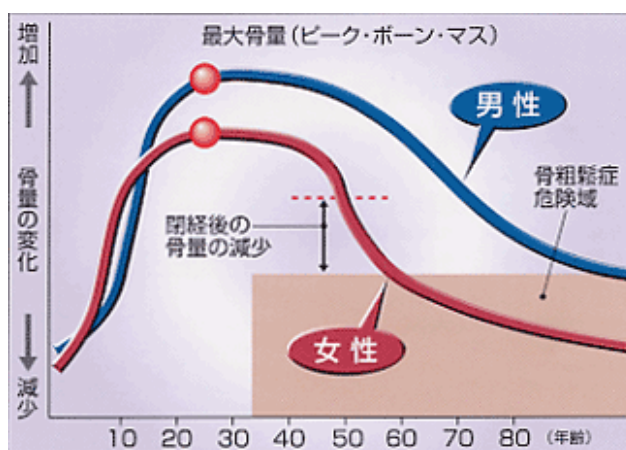
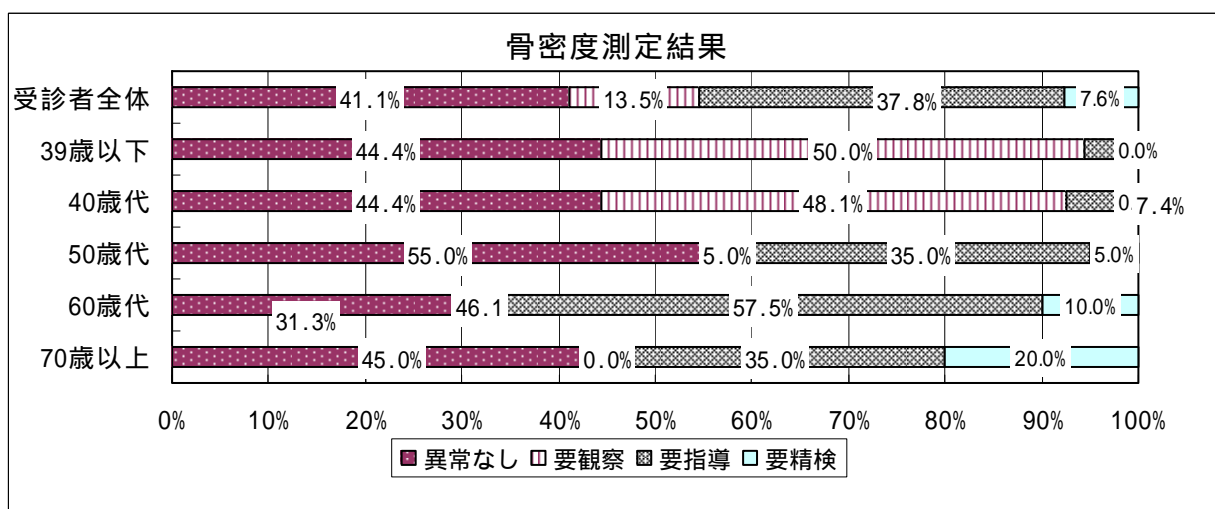
【中間評価時点の現状と課題】

(現状)

平成19年度の骨密度測定を受診者は185人で、うち60歳代が最も多く、80名(43.2%)でした。

平成19年度の測定結果は、異常なし76名(41.1%)、要観察25名(13.5%)、要指導70名(37.8%)、要精密検査14名(7.6%)でした。

年齢が上がるにつれて、要指導・要精密検査の占める割合が増加しています。



（課題）

若い年代からの食習慣や運動習慣等の啓発をする必要があります。

骨密度が低下しやすい更年期を前にした方への食生活や運動の啓発が必要です。

壮年期以降の方へ足腰を丈夫に保つための啓発が必要です。

【みんなで取り組みそうなこと】

個人・家庭

- ・食事のバランスを考えながら、カルシウムの多い食品をこころがけて摂る。
（適量を意識する）
- ・足腰の筋力を保つ（筋トレを習慣化する）
- ・骨密度測定を受けていない人は受診し、自分の骨密度を知る

地域・団体

- ・運動しやすい環境づくり（誘える場や仲間づくり 参加しやすい雰囲気）
- ・運動する場で骨に効果的な運動方法を紹介する（ワンポイントアドバイス）
- ・骨粗しょう症についての正しい知識を得て、他の人に伝える

行政

- ・骨密度測定を実施し、を受けていない人が受けられる体制を整備する
- ・骨粗しょう症についての正しい知識の普及・啓発
- ・骨折しないために転倒予防に効果的な運動の普及

【生活習慣病予防の評価指標・目標】

目標	評価指標	資料	新指標	策定値	中間値	判定区分	策定時目標値 新目標値
健康的な生活習慣を身につけよう	健康的な生活習慣を送っていると思う人の増加	大口町「健康や生活習慣等に関するアンケート調査報告書			57.3%		70%
	日頃から意識的に身体を動かすなど運動している人の割合の増加				40.2%		60%
	1日の食事の量やバランスを意識し、実践している人の割合の増加				33.3%		50%
	外食や食品を購入する際に栄養成分表示を意識して選ぶ人の増加				男性 24.3%		男性 40%
					女性 44.8%		女性 60%
健康管理のために健診を受け結果を生かそう (メタボリックシンドローム予防)	特定健診の受診率の向上				H20年度より実施		65% (*1)
	特定保健指導の実施率の向上				H20年度より実施		45% (*2)
	「現在は健康なため受診する必要がない」と感じている人の割合の減少				28.4%		15%
	メタボリックシンドロームの該当者・予備軍の減少						10%の減少
	メタボリックシンドロームを知っている人の割合の増加					74.9%	
がんの早期発見のためにがん検診を受けよう (がんの予防)	受診者数の増加 (*3)	保健のまとめ			胃：453人 大腸：605人 肺：931人 子宮：312人 乳：375人 前立腺：79人		増加
骨密度を健康に保とう(骨粗しょう症予防)	骨密度測定での正常域の人の割合の増加				41.1% (H19年度)		50%

(*1)(*2)：大口町特定健診等実施計画より

(*3)：大口町保健センターで実施する検診について

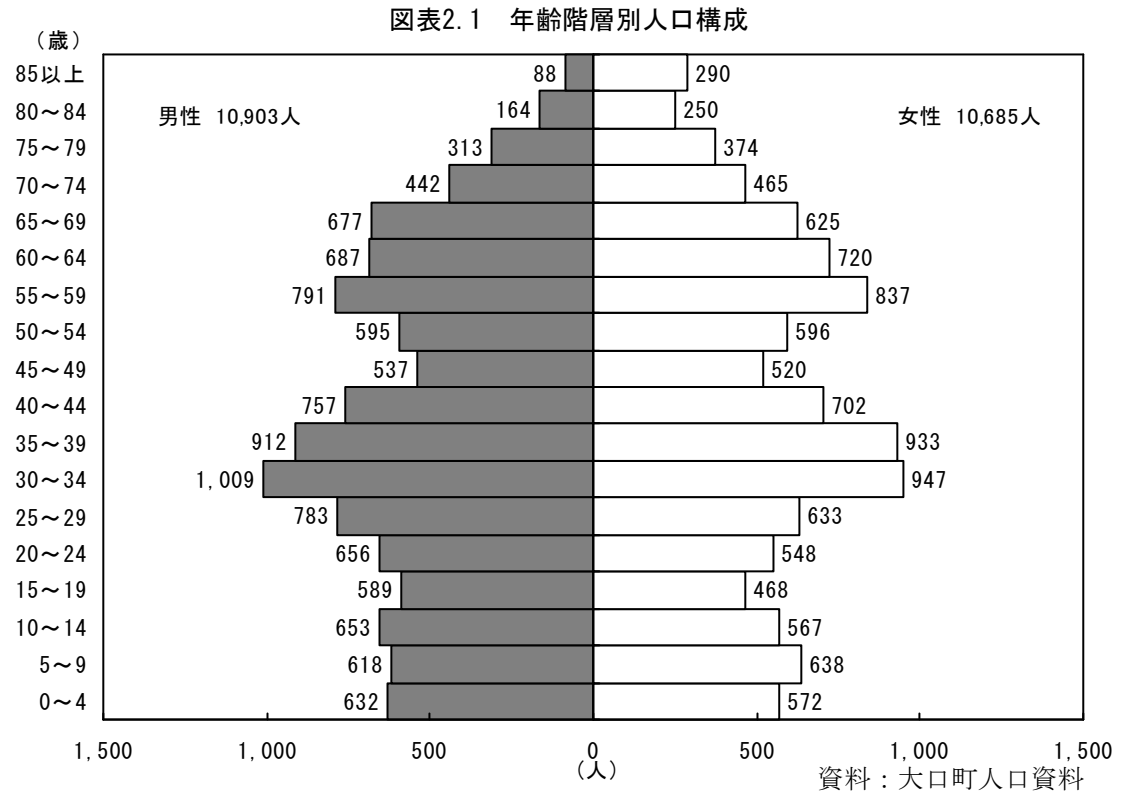
第 5 章 資料編

大口町の現状と課題

1 人口動態

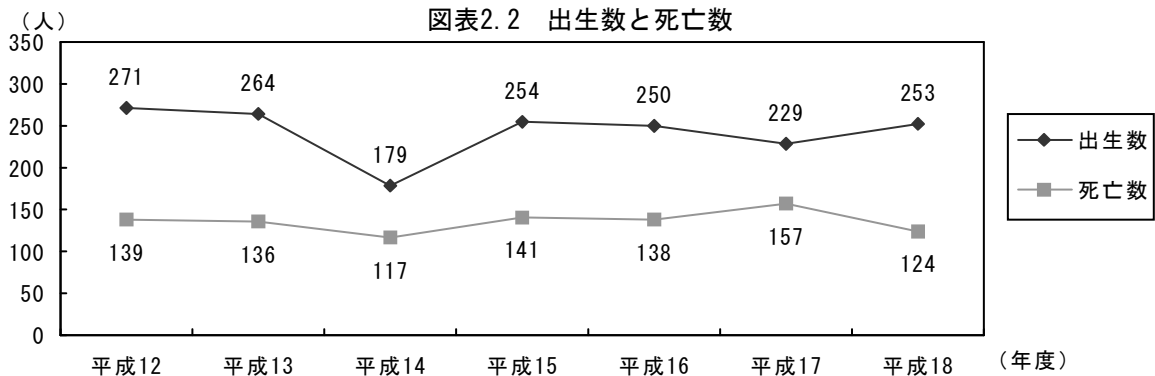
(1) 人口構成

本町の人口は平成19年4月1日現在、21,588人で男性が10,903人、女性が10,685人となり、その年齢階層別の構成は次のとおりです。



(2) 出生と死亡

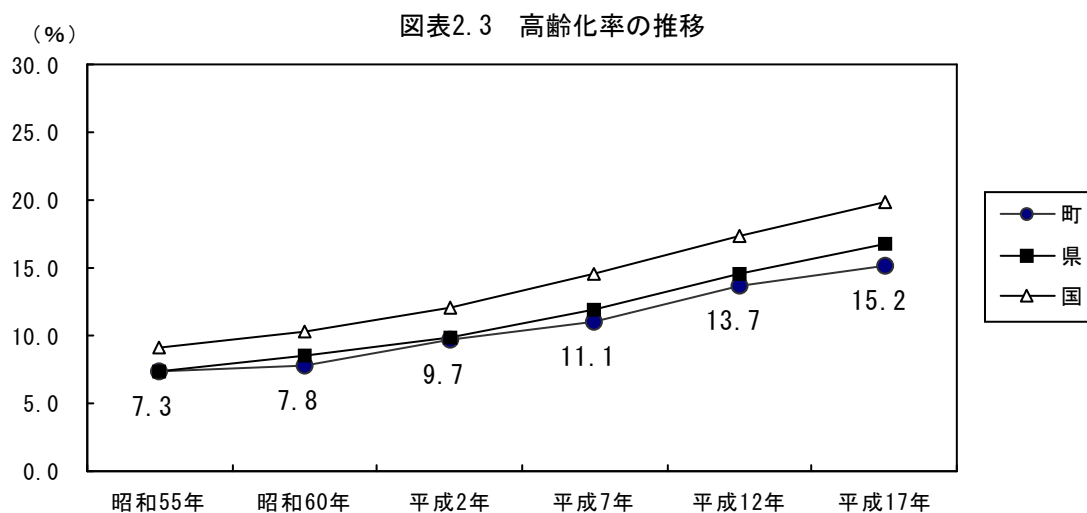
近年における本町の出生数は平成15年から低下傾向にありましたが、平成18年には増加しています。死亡数は少しずつ増加していましたが、平成18年は低下しています。



資料：平成18年度 大口町保健活動のまとめ

(3) 高齢化率の推移

本町の高齢化率は愛知県や国とほぼ同様に増加していますが、増加率は若干下回っています。

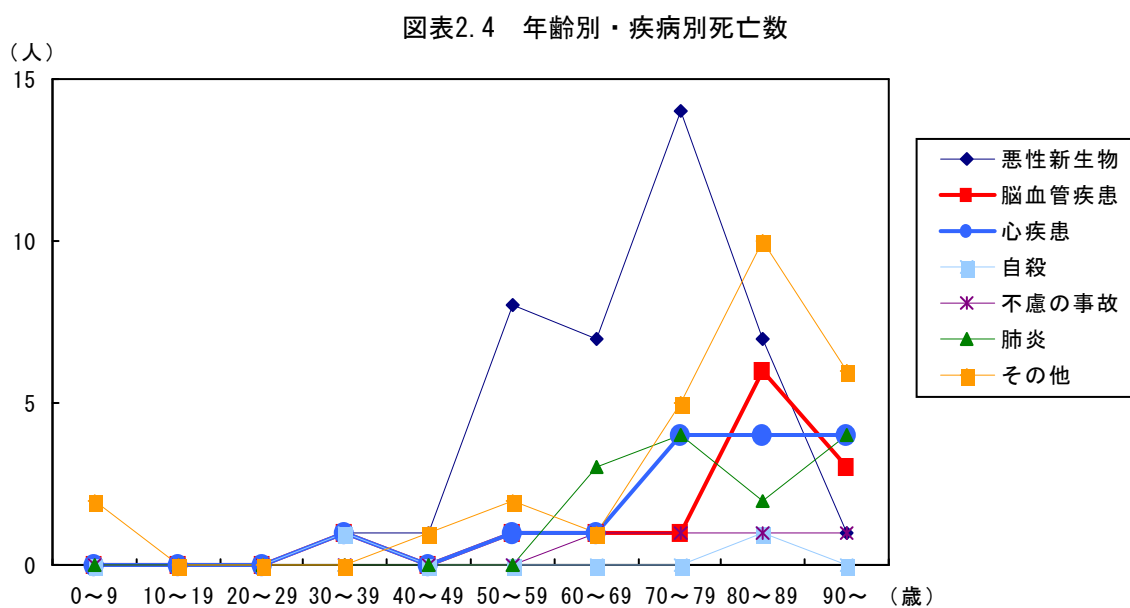


※「高齢化率」とは、人口に占める65歳以上の方の人口割合をいう。

資料：国勢調査

(4) 死亡の原因別状況

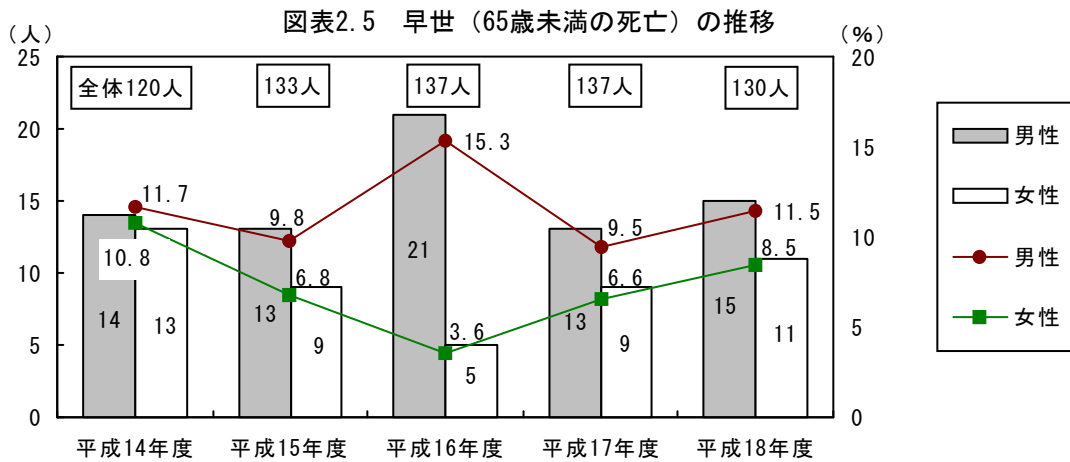
平成18年における死亡の原因としては、悪性新生物が最も多く、その他を除くと脳血管疾患や心疾患、肺炎による死亡が多くなっています。



資料：平成18年度 大口町保健活動のまとめ

(5) 早世（65歳未満の死亡）の推移

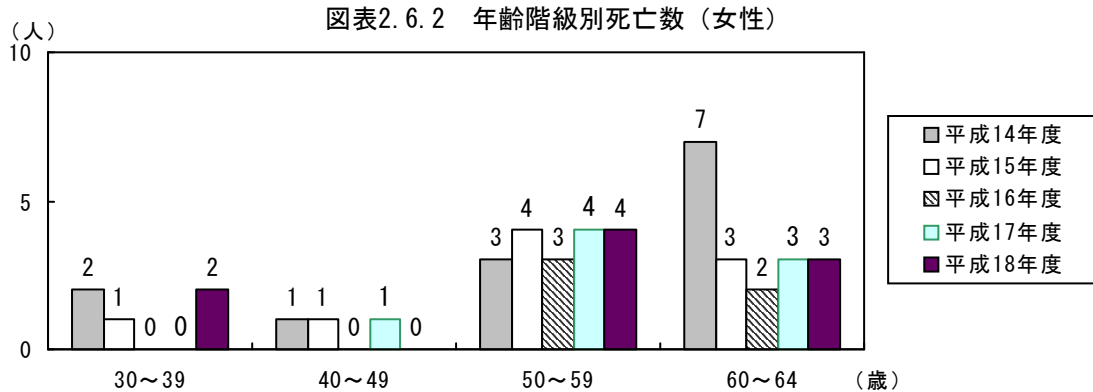
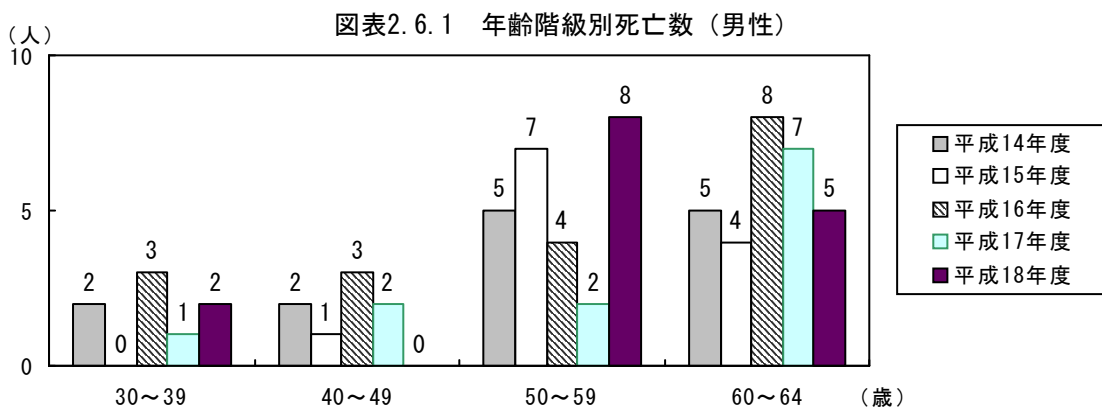
65歳未満の方の死亡の状況を見ると、男性はどの年度においても女性より多く、特に平成16年度では女性の4倍の数値となっています。



資料：大口町人口資料

(6) 早世（65歳未満の死亡）の年齢階級別の状況

各年度における30歳から65歳未満の方の年齢階級別に死亡の状況を見ると、50歳代が多く、特に男性の死亡が多くなっています。

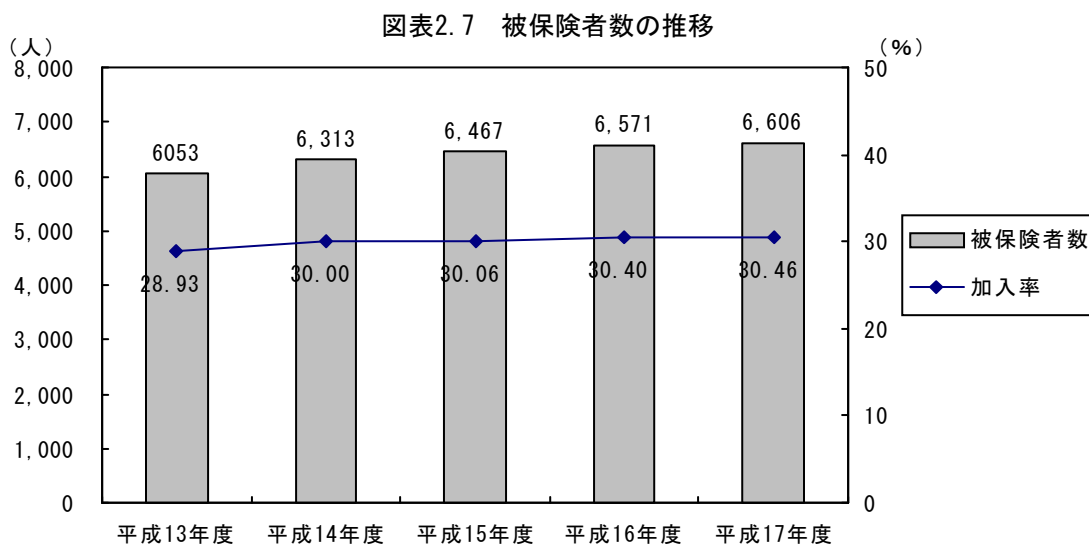


資料：大口町人口資料

2 国民健康保険の加入状況

(1) 被保険者数の推移

本町の被保険者数は、年々増加傾向にあります。人口に対する加入率においても、増加しています。

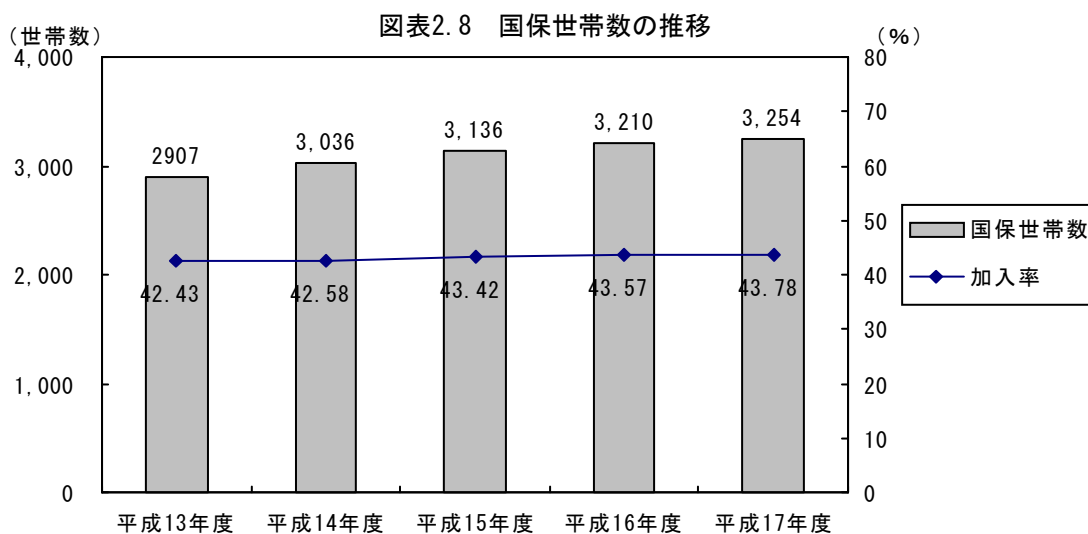


※被保険者数は、各年度における年間平均値。

資料：国民健康保険の状況（保険年金課）

(2) 国保世帯数の推移

本町の国保世帯数は、年々増加しています。全世帯数に対する加入率においても、増加しています。

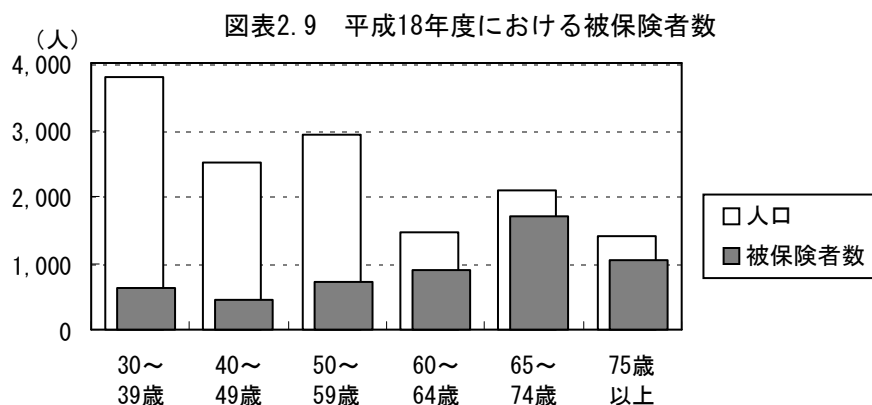


資料：国民健康保険の状況（保険年金課）

3 平成18年度における健診の受診状況

(1) 被保険者数の状況

被保険者数は、65歳以上で多くなっており、65歳から74歳と75歳以上を合わせた被保険者数は、30歳以上の被保険者全体の5割以上を占めています。



	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60～64歳	65～74歳	75歳以上
人口	3,918	2,596	2,848	1,416	2,217	1,480
被保険者数	604	447	704	870	1,748	1,087
加入率 (%)	15.4	17.2	24.7	61.4	78.8	73.4

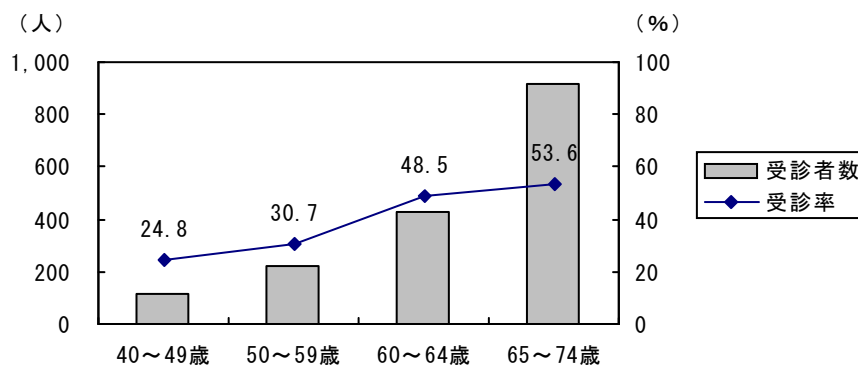
単位：(人)

資料：5月末現在・健診データ

(2) 健診受診者数と受診率

平成18年度に受診した国保人間ドック及び基本健診の受診率は、年齢が上がるとともに増加傾向となっています。

図表2.10 平成18年度における健診受診者数と受診率の年代推移



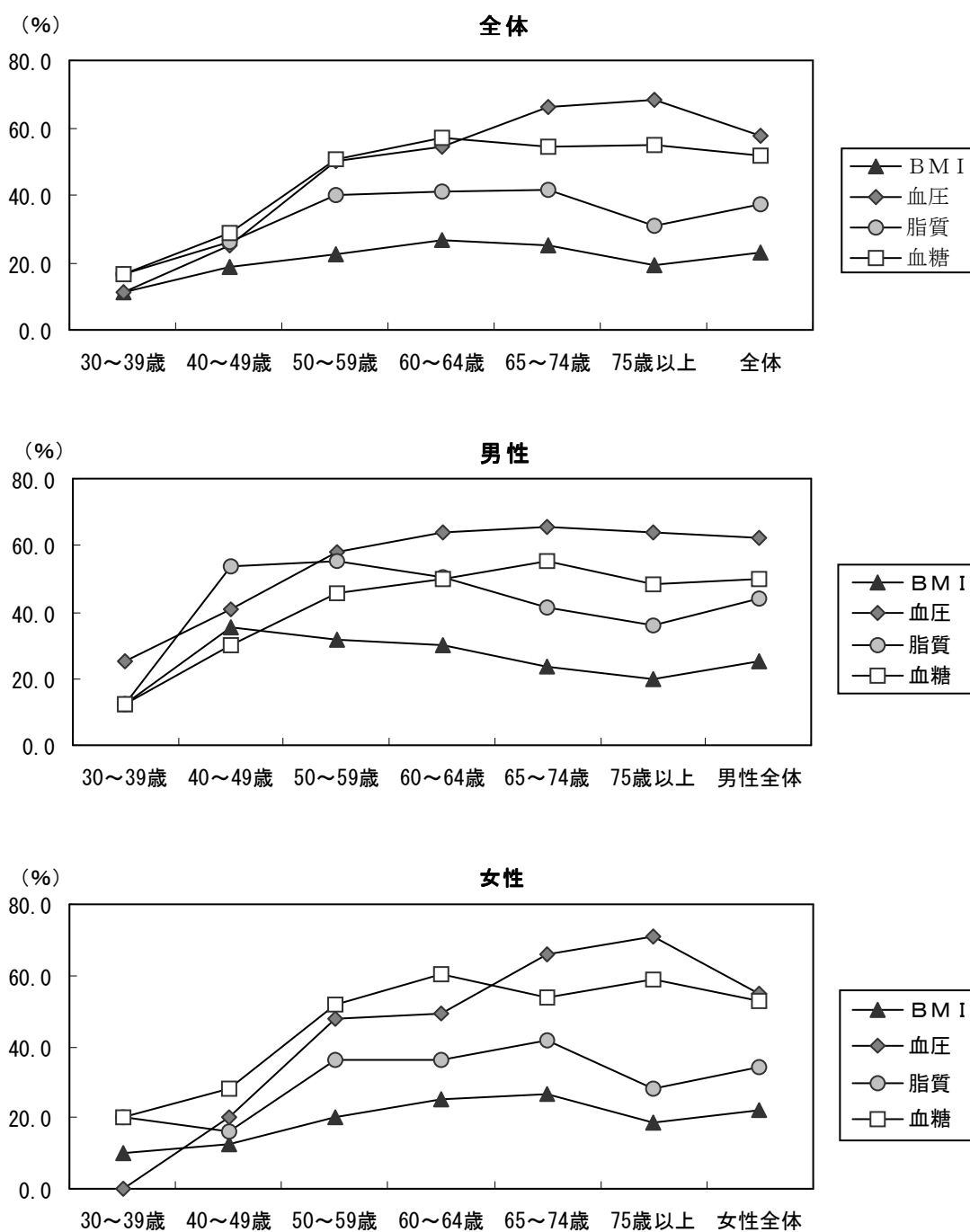
資料：5月末現在・健診データ

(3) 内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）に着目した年代別有所見率

全体の年代別では、50歳以上で血压と血糖が50%以上の数値となっています。

男性の40～49歳では脂質が1位であるものの、50歳以上では血压と血糖が高く、女性の40～49歳では血糖が1位であり、50歳以上では血压と血糖が高く、男女とも同様の傾向となっています。

図表2.11 平成18年度における
内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）に着目した年代別有所見率



		30～39歳	40～49歳	50～59歳	60～64歳	65～74歳	75歳以上
全体	BMI	11.1	18.5	22.3	26.8	25.1	19.0
	血压	11.1	25.3	49.9	54.3	65.9	68.4
	脂質	16.7	25.9	39.8	41.1	41.6	31.0
	血糖	16.7	28.6	50.7	56.9	54.6	54.9
男性	BMI	12.5	35.5	31.6	29.8	23.4	19.7
	血压	25.0	40.8	58.2	63.9	65.6	63.9
	脂質	12.5	53.9	55.1	50.7	41.2	36.1
	血糖	12.5	30.3	45.9	49.8	55.5	48.1
女性	BMI	10.0	12.7	20.0	25.2	26.5	18.6
	血压	0.0	19.9	47.9	49.4	66.1	71.0
	脂質	20.0	16.3	36.0	36.1	41.9	28.0
	血糖	20.0	28.1	51.9	60.6	53.9	58.9

資料：健診データ 単位：(%)

※ 健診データにおける各検査項目の判定基準は、平成19年4月「標準的な健診・保健指導プログラム（確定版）」にて公表された内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）に着目した判定基準の一部から抽出しました。

	有所見条件
BMI	BMI \geq 25
血压	最高血压 \geq 130mmHg または 最低血压 \geq 85mmHg
血糖	血糖 HbA1c \geq 5.2%
脂質	中性脂肪 \geq 150mg/dl または HDL コレステロール $<$ 40mg/dl

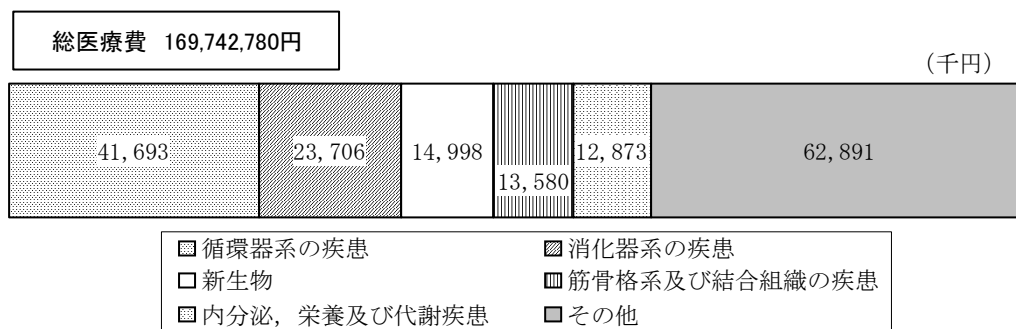
※ 「%」については小数点第2位以下を四捨五入しているため、内訳を合計しても100%に合致しない場合があります。

4 平成18年度医療費の状況

(1) 疾病大分類別医療費

疾病大分類別では医療費の高いものから順に「循環器系の疾患」(41,693千円)、「消化器系の疾患」(23,706千円)、「新生物」(14,998千円)、「筋骨格系及び結合組織の疾患」(13,580千円)となっています。

図表 2.12 平成18年における疾病大分類別医療費

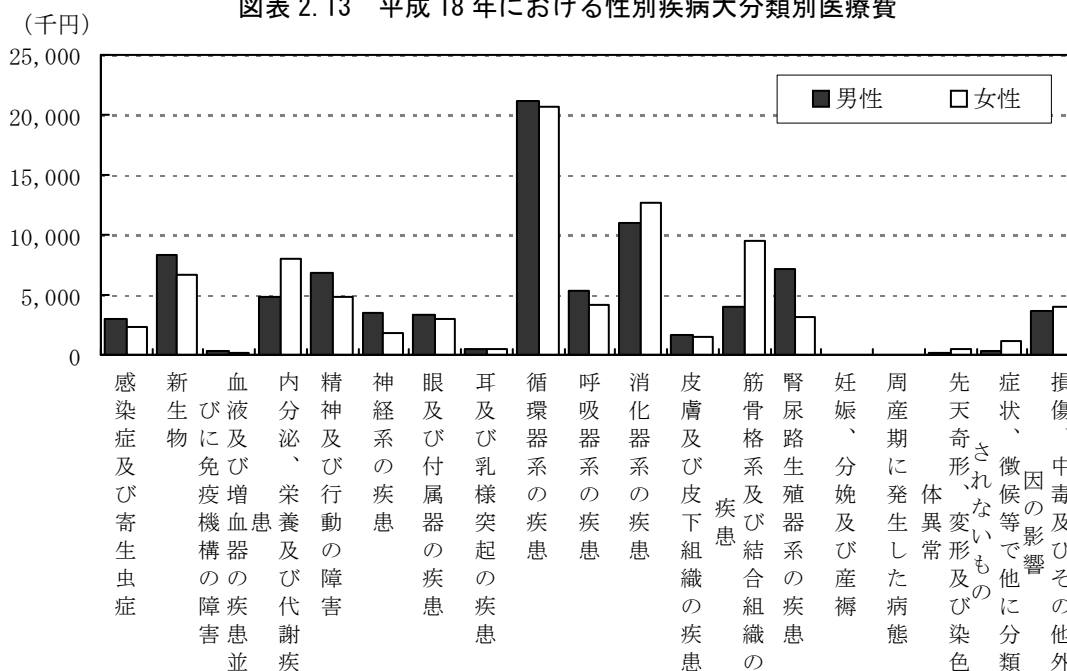


資料：大口町国民健康保険におけるレセプトデータ

(2) 性別の疾病大分類別医療費

医療費の高いものは、男性では「循環器系の疾患」「消化器系の疾患」「新生物」「腎尿路生殖器系の疾患」、女性では「循環器系の疾患」「消化器系の疾患」「筋骨格系及び結合組織の疾患」で、男女とも「循環器系の疾患」の医療費が突出しています。

図表 2.13 平成18年における性別疾病大分類別医療費



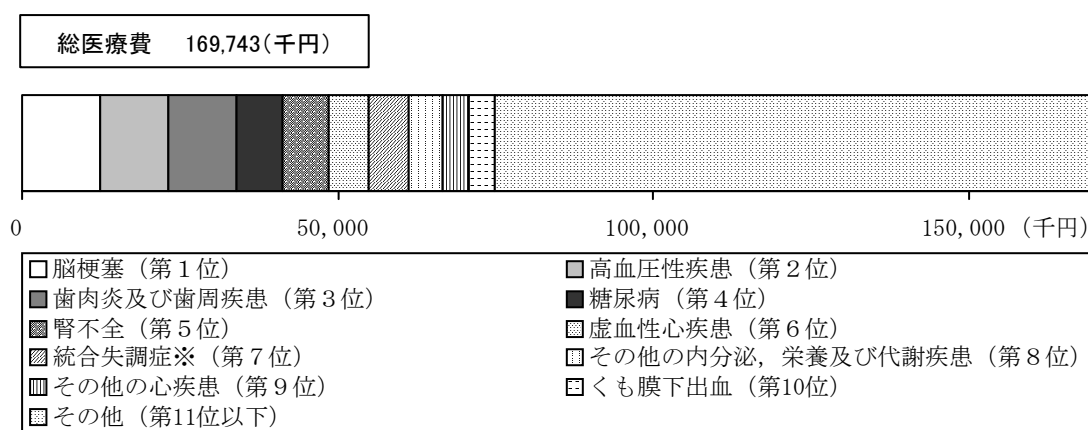
※ 新生物・・・良性・悪性新生物を含む

資料：大口町国民健康保険におけるレセプトデータ

(3) 疾病中分類別医療費（上位10疾病）

上位10位までの疾病をみると、「脳梗塞」が最も大きく、次いで「高血圧性疾患」「歯肉炎及び歯周疾患」「糖尿病」「腎不全」の順になっており、生活習慣病が上位に入っています。

図表 2.14 平成 18 年における医療費上位 10 位の疾病中分類別医療費



資料：大口町国民健康保険におけるレセプトデータ

上位10位までの疾病中分類における件数では、「高血圧性疾患」が最も多く、次いで「歯肉炎及び歯周疾患」「糖尿病」となっています。「腎不全」「統合失調症」「くも膜下出血」の件数は少なく、1件あたりの医療費が高額であると考えられます。

図表 2.15 平成 18 年における医療費上位 10 位の疾病中分類別医療費と件数

順位	疾病名	医療費(千円)	件数(件)
第1位	脳梗塞	12,335	269
第2位	高血圧性疾患	10,804	705
第3位	歯肉炎及び歯周疾患	10,767	695
第4位	糖尿病	7,481	292
第5位	腎不全	7,157	22
第6位	虚血性心疾患	6,467	116
第7位	統合失調症※	6,217	58
第8位	その他の内分泌, 栄養及び代謝疾患	5,220	234
第9位	その他の心疾患	4,204	75
第10位	くも膜下出血	4,115	8
第11位以下	その他	94,975	3,929
	合計	169,743	6,403

※ 統合失調症：統合失調症，統合失調症型障害及び妄想性障害

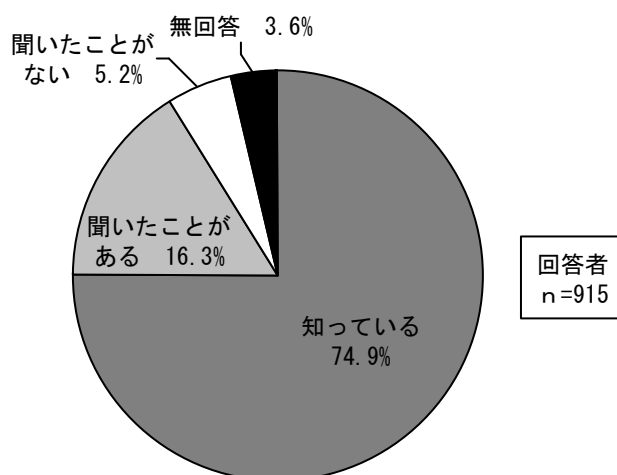
資料：大口町国民健康保険におけるレセプトデータ

5 健康や生活習慣等に関するアンケート調査結果

(1) 「内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）」の周知度

「内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）」の周知度では、「知っている」が74.9%、「聞いたことがある」が16.3%となっています。

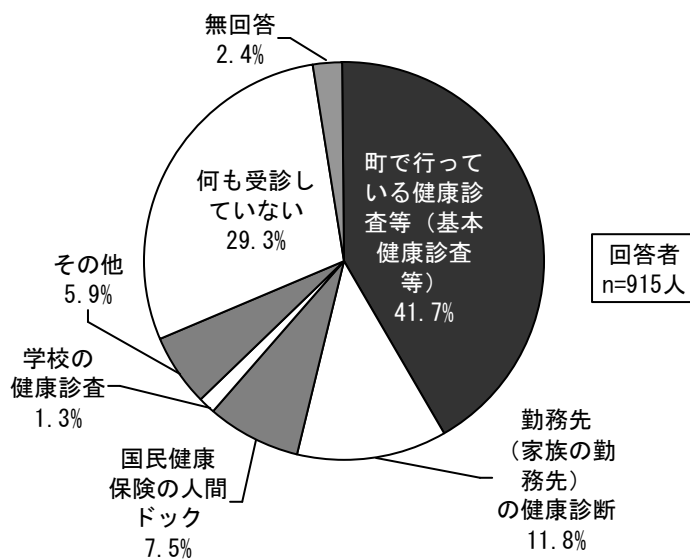
図表 2.16 「内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）」の周知度



(2) 過去1年間受診した健康診査について

過去1年間に受診した健康診査では、「町で行っている健康診査等（基本健康診査等）」が41.7%、「何も受診していない」が29.3%、「勤務先（家族の勤務先）の健康診断」が11.8%となっています。

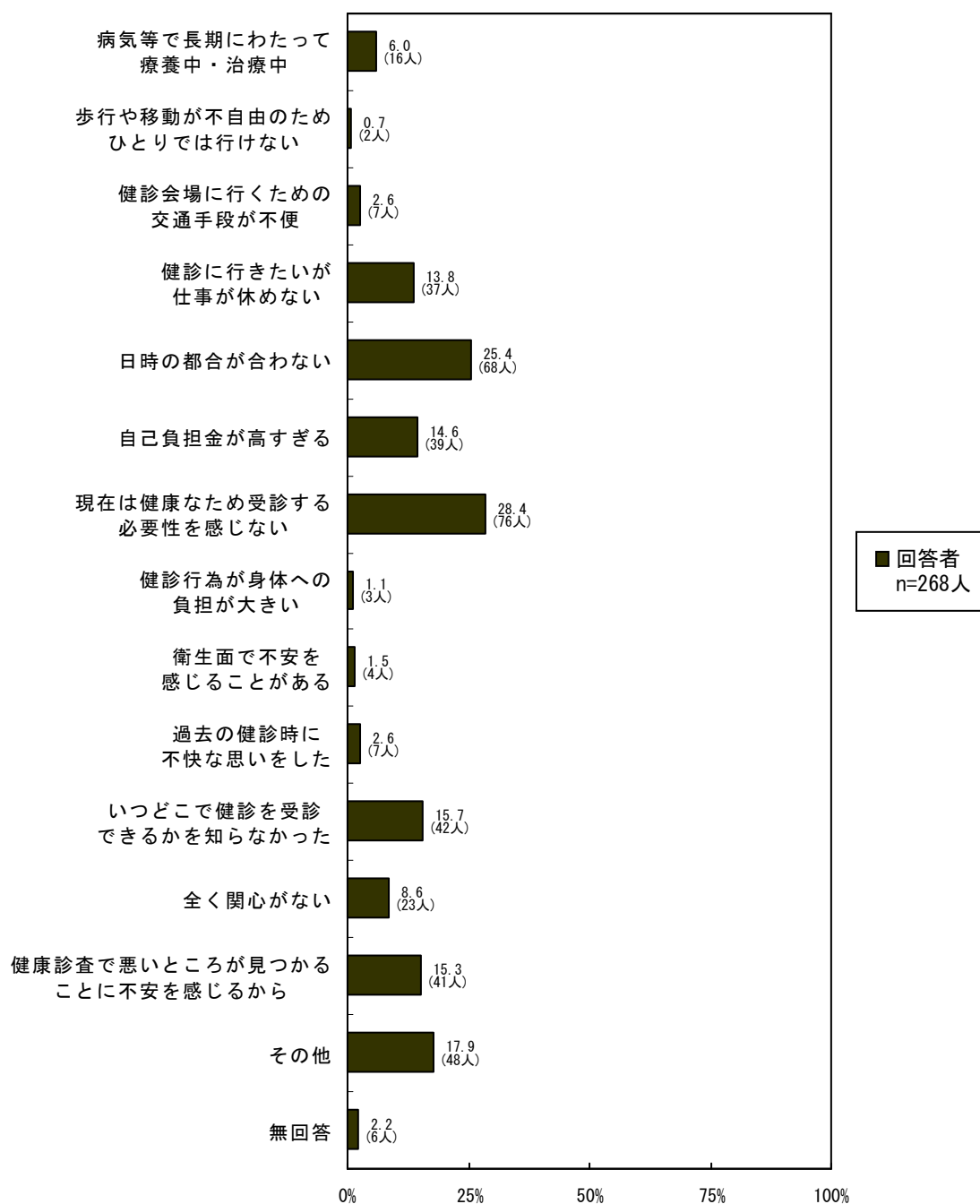
図表 2.17 過去1年間に受診した健康診査



(3) 健康診査を受診しなかった理由

健康診査を受診しなかった理由では、「現在は健康なため受診する必要性を感じない」が28.4%、「日時の都合が合わない」が25.4%、「いつどこで健診を受診できるかを知らなかった」が15.7%、「健康診査で悪いところが見つかることに不安を感じるから」が15.3%、「自己負担金が高すぎる」が14.6%、「健診に行きたいが仕事が休めない」が13.8%となっています。

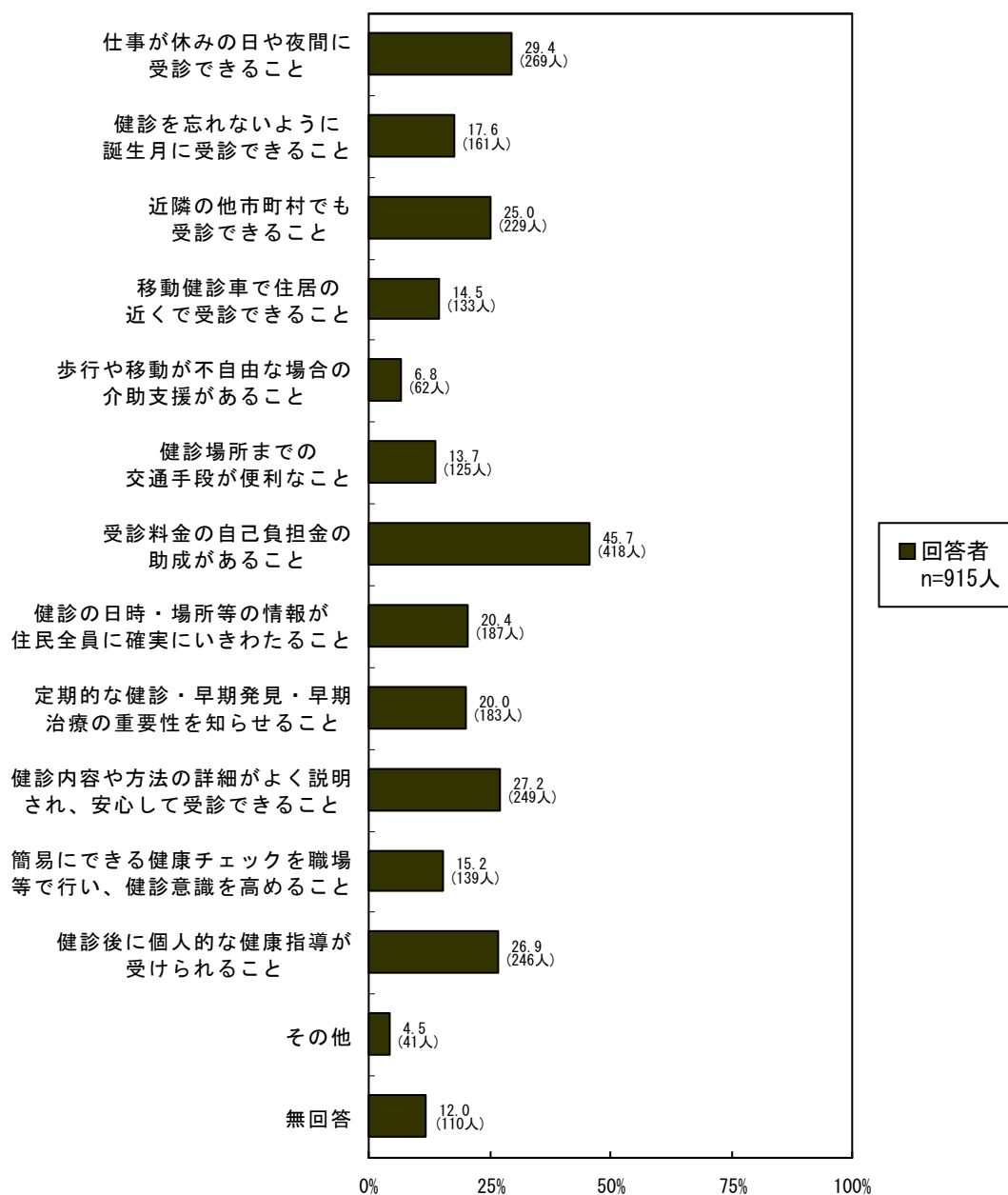
図表 2.18 健康診査を受診しなかった理由（複数回答）



(4) 健康診査を受診しやすくするために必要なこと

健康診査を受診しやすくするために必要なことでは、「受診料金の自己負担金の助成があること」が45.7%、「仕事が休みの日や夜間に受診できること」が29.4%、「健診内容や方法の詳細がよく説明され、安心して受診できること」が27.2%、「健診後に個人的な健康指導が受けられること」が26.9%、「近隣の他市町村でも受診できること」が25.0%となっています。

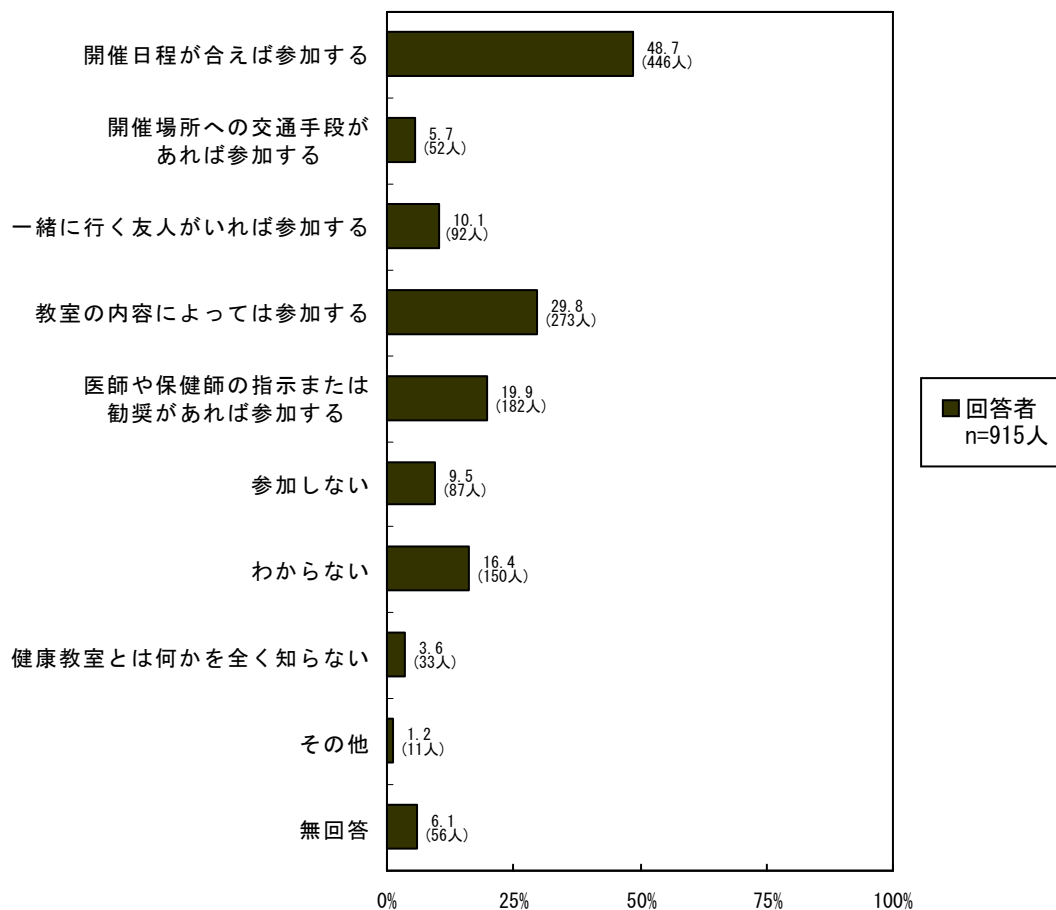
図表 2.19 健康診査を受診しやすくするために必要なこと（複数回答）



(5) 保健指導や生活習慣病予防の健康教室への参加意向

保健指導や生活習慣病予防の健康教室への参加意向では、「開催日程が合えば参加する」が48.7%、「教室の内容によっては参加する」が29.8%、「医師や保健師の指示または勧奨があれば参加する」が19.9%、「わからない」が16.4%、「一緒に行く友人がいれば参加する」が10.1%となっています。

図表 2.20 保健指導や生活習慣病予防の健康教室への参加意向（複数回答）



6 大口町の現状と課題

(1) 大口町の現状

本町は、以下のような現状となっております。

- 30歳代の若年者人口が多く、高齢化率は国や愛知県を下回っている。
- 50歳代から70歳代にかけて悪性新生物による死亡が最も多い。
- 国民健康保険の加入率は年々増加しており、国保世帯数も増加している。
- 健診受診率は65～74歳が最も高く、年代が下がるごとに受診率が低下している。
- 内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）に着目した年代別有所見率では、年齢が上がるとともに血圧、血糖が高くなる傾向がある。
- 疾病大分類別医療費では、男女ともに循環器系疾患が最も大きく、ついで消化器系の疾患が大きい。
- アンケート調査結果においては、内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）を「知っている」「聞いたことがある」人は9割以上いる。過去1年間に受診した健康診査では「町で行っている健康診査等（基本健康診査等）」が4割と最も多く、「何も受診していない」人は3割近くいる。

(2) 課題

本町の現状を踏まえて、被保険者に対する特定健診や保健指導の実施に向けた課題、また内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）該当者・予備群を減少に向けた課題は以下のとおりです。

- 30～50歳代の早い段階からの受診率の向上が課題。
- 男女とも、血圧と血糖の有所見率が年齢が上がるとともに増加傾向にあり、40歳代までの若い年代への予防対策が重要。
- 医療費全体では、生活習慣病とその重症化である疾患が上位にきている状況から、予備群への指導や重症化予防が重要。
- 何らかの健診を受けている人が7割以上いる中、何も受診していない人が3割近くいることから、効果的な健康診査の受診勧奨が課題。
- 内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）を「知っている」「聞いたことがある」人が9割以上いるうえ、保健指導や生活習慣病予防の健康教室へ「開催日程が合えば参加する」とした人が5割近くおり、健康への関心を健康診査受診や保健指導・健康教室につなげていくことが重要。