

令和5年度第1回市民健康づくり推進協議会 次第

日 時 令和5年8月10日(木)
14:00~15:30

場 所 平塚市保健センター 2階 健康学習室

1 開 会

2 議 題

(1) 第2期健康増進計画の進捗状況(報告)

- ア 令和4年度実績報告・令和5年度計画 (資料1)
- イ 市民アンケート結果と第2期健康増進計画の最終評価 (資料2)
- ウ 第2期における主な取組の実績と課題 (資料3)

(2) 第3次健康増進計画の策定について

- ア 計画策定に向けた令和5年度のスケジュール及び第3次の体系図 (資料4)
- イ 健康日本21(第3次)と市の指標 (資料5)
- ウ 素案 (資料6)

3 その他

次回の開催予定 令和5年10月5日(木)14:00~15:30
※開催通知及び資料を別途送付します。

4 閉 会

市民健康づくり推進協議会委員名簿

	氏	名	選出団体	所属
1	鈴木	敬一	平塚市自治会連絡協議会	
2	松村	秀昭	平塚市公民館連絡協議会	豊田公民館内
3	坂口	庄史	平塚市体育振興連絡協議会	
4	倉田	あや	(一社) 平塚市医師会	(医) 倉田クリニック
5	大草	信人	(一社) 平塚歯科医師会	宝町デンタルクリニック
6	石原	孝子	東海大学医学部看護学科	東海大学医学部看護学科講師
7	三觜	太郎	(公社) 平塚中郡薬剤師会	湘南調剤薬局
8	富岡	順子	平塚保健福祉事務所	平塚保健福祉事務所
9	雑賀	由希子	平塚市私立幼稚園協会	道和幼稚園
10	竹下	栄次	平塚民間保育園連盟	しらゆり保育園
11	岡田	すみれ	平塚商工会議所	(有)花秀
12	伊藤	喜代美	(市民公募)	

令和 4 年度平塚市健康増進計画(第 2 期)推進事業報告

平塚市健康増進計画(第 2 期)「ひらつか笑顔プラン」を推進するための取組状況は、次のとおりです。(項目は、計画書第 3 章の「計画の推進体制」に合わせて分類しています。)

3-1 計画の推進体制に関すること

市民健康づくり推進協議会及び健康増進計画推進部会等において、第 2 期計画の進捗状況の報告及び検討を行いました。

健康増進計画関連事業については、年度ごとにシートを作成し、事業の評価を実施しています。

事業	日程・会場
市民健康づくり推進協議会	第 1 回：令和 4 年 9 月 15 日（木） 保健センター 第 2 回：令和 4 年 11 月 9 日（書面開催）
健康増進計画推進部会	令和 4 年 8 月 2 日（火）
事業評価の実施	3 月下旬～4 月中旬

3-2 計画の周知に関すること

事業	日程	内容
健康増進計画講演会 ～地域・職域連携 モデル事業講演会～	令和 4 年 7 月 29 日（金） 13：30～15：30	対象：健康づくりに関する連携協定企業、市民健康づくり推進協議会委員、平塚保健福祉事務所等 内容：平塚市の生活習慣病（主に高血圧）予防対策及び地域・職域連携モデル事業について 出席者：37 人

3-3 関係機関・団体及び行政の役割に関すること

市民の健康づくりの目標実現のために、関係機関等との連携を図ることを目的として、連携会議への出席や各種共催事業などを実施しました。

事業	日程・会場	内容
平塚保健福祉事務所 湘南西部地区保健医療福祉推進会議 地域・職域連携推進専門部会	令和 4 年 12 月 22 日 （書面開催）	湘南西部地域における地域・職域連携事業の具体的な取組状況等について書面での報告がありました。

事業	日程・会場	内容
<p>職域を対象とした健康教育への専門職員の派遣</p>	<p>①令和4年9月9日・16日 ②令和4年12月14日 ③令和5年1月19日 ④令和5年2月10日</p>	<p>①山協印刷株式会社「運動と高血圧予防で健康寿命を延ばそう」 ②神奈川労務安全衛生協会平塚支部衛生部会講習会「高血圧予防」 ③平塚市議会議員厚生会主催研修会「高血圧予防」 ④神奈川トラック協議会・平塚主催の令和4年度第2回経営者研修会「高血圧予防」</p>
<p>子どもの生活習慣病予防対策事業巡回教室への専門職員の派遣</p>	<p>通年 市内幼稚園・保育所等</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・園児に対しては、令和4年9月から希望園の年長児を対象に実施しました。 参加園児数【31園 941人】 ・保護者に対しては、希望園の年長児の保護者にテキストを配布しました。 テキスト配布数【31施設 1,020部】
<p>永久歯萌出期歯科巡回教室 小学校歯科巡回指導への歯科衛生士の派遣</p>		<ul style="list-style-type: none"> ・小学校における歯科巡回指導は、一部内容を変更し、小学校5年生と特別支援学級の児童を対象に実施しました。 【5年生28校 1922人】 【特別支援学級21校 212人】 【中学校1校 119人】 ・保育園、幼稚園への巡回教室は、一部内容を変更し実施と園の希望に合わせ資料提供を行いました。 【巡回教室25園 612人、資料提供4園】
<p>がんに関する知識の普及・がん検診の受診啓発パネル展</p>		<p>例年、湘南ベルマーレの試合や横浜ゴム平塚製造所企画祭等で実施してきましたが、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため中止としました。</p>

事業	日程・会場	内容
健康関連企業との連携事業	平成 30 年 9 月～継続中	<p>●<u>クリエイト SD</u>： がん検診のチラシを配布 市内 23 店舗に「がん検診のお知らせ」とがん集団検診等申込ハガキを各 50 部配架依頼しました。</p>
	<p>令和 3 年 4 月～継続中 ・令和 4 年 5 月 20 日 （保健センター） ・令和 4 年 7 月～9 月</p>	<p>●<u>大塚製薬（株）、明治安田生命</u> ・熱中症アドバイザー養成講座 24 人 ・スーパーしまむらの移動販売車を活用した熱中症予防啓発活動</p>
	<p>（新規） 令和 4 年 4 月～</p>	<p>●<u>第一生命保険株式会社</u> 地域・職域連携モデル事業 働く世代を中心とした高血圧予防対策として「自分のからだに関心を持とうプロジェクト」を実施しました。保険外交員延 102 人に高血圧予防の健康教育を行った上でお客様（市民）200 人以上に家庭血圧測定について啓発を実施しました。</p>
	令和 4 年 6 月 18 日	<p>●<u>メディカルサポートクリニック</u> 湘南ベルマーレ岡本選手 presents 乳がん検診 会場：総合公園 受診人数：30 人（約半数が平塚市民）</p>
	<p>令和 4 年 6 月 ・令和 4 年 9 月 27 日～12 月 13 日、令和 5 年 1 月 15 日～3 月 19 日（全 6 回×2 クール） （保健センター）</p>	<p>●<u>株式会社ハイクラス</u> ・5 歳児生活実態調査の集計分析 ・5 歳児肥満度調査の分析 ・3 歳児健診後の肥満対策強化事業 ・運動教室「すっきりボディを手に入れたあなたへ」の講師 【参加者数】延 233 人</p>

事業	日程・会場	内容
<p>健康関連企業との連携事業</p>	<p>(新規) 令和4年9月～ 一部継続中</p> <p>令和4年10月8日～ 令和4年12月24日(8回) (保健センター)</p> <p>(新規) 令和4年11月26日</p>	<p>●<u>スーパーしまむら</u> 高血圧を予防するための減塩推進事業として、「減塩食品利用勸奨ポスター」を市内9店舗に掲示。一部店舗では、減塩食品の特設コーナーを設け、販売促進と合わせた普及啓発を実施しました。</p> <p>●<u>RIZAP 株式会社</u> 未病改善運動教室(成果報酬型) 対象:30～60歳でBMI25以上又は腹囲がメタボリックシンドロームの基準に該当している方 【参加者数】延158人</p> <p>●<u>ららぽーと湘南平塚</u> 会場:ららぽーと湘南平塚 内容:メディカルサポートクリニックが実施する「乳がん施設検診」として、臨時のがん検診会場の利用に賛同いただいた。 受診人数:60人</p>

3-4 市民とともに進める地域の健康づくりに関すること

地域全体の健康レベルを向上させ、健康なまちづくりを推進するため、市民の健康づくりの推進役である健康推進員及び食生活改善推進員の養成講座受講生を対象に、感染予防対策に配慮しながら地域の健康づくりについての知識・技術の習得を目的とした講座を実施しました。

地域で実施した健康づくりワークショップがきっかけで発足した住民活動グループに対しては、令和4年度は協働で実施したり活動を支援しています。

事業	日程・会場	内容
健康推進員養成講座	(第1回) 7月6日 (第2回) 7月15日 (第3回) 7月28日 (第4回) 8月10日 (第5回) 8月29日 (第6回) 9月5日 (第7回) 9月20日 (第8回) 10月11日 (保健センター)	健康推進員養成講座受講生を対象に、市と協働で地域の健康づくりを進めていくための講座を開催。生活習慣病予防の視点から、運動と休息を主体とした地域での活動に活かしています。 【参加者】延74人 【内容】健診結果の見方や健康的な生活習慣に関する講義、ウォーキングの基礎、体力チェック、くすの木体操講習、普通救命など 【講師】健康課保健師 (第2回) 位高駿夫氏(体力チェック) (第3回) 中込英夫氏(湘南ベルマーレスポーツクラブ) (第4回) 平塚消防本部消防救急課職員3名 (第7回) 栗原智美氏(運動指導士)
食生活改善推進員養成講座	(第1回) 7月20日 (第2回) 8月30日 (第3回) 9月12日 (第4回) 9月29日 (第5回) 10月21日 (第6回) 11月2日 (第7回) 11月29日 (第8回) 12月16日 (保健センター・平塚保健福祉事務所)	養成講座の受講生を対象に、地域で食生活改善活動をするにあたって必要な知識や技術を習得するための講座を開催しました。 【参加者】延103人 【内容】栄養・食生活についての講義、調理実習、献立の作成、食品衛生等 【講師】健康課管理栄養士 (第3回) 健康運動指導士 (第4回) 食品衛生監視員、管理栄養士(平塚保健福祉事務所) (第1・3・7・8回) 平塚市食生活改善推進団体会員

事業	日程・会場	内容
<p>金目地区「でこぼこ in 金目」における活動</p>	<p>でこぼこ in 金目における活動</p>	<p>平成24年度に市と金目地区住民とが、「子育てを中心とした健康的な暮らしができる地域づくり」について話し合いを行いました。その結果、有志メンバーが「でこぼこ in 金目」を発足し、市と協働しながら、世代間交流や子育て支援を目的とした地域の健康づくり活動を行っていました。新型コロナウイルス感染拡大のため令和2年度は活動を中止していましたが、令和3年度からは感染対策に留意し活動を再開しました。</p> <p>2回、延べ人数16人</p>
<p>旭南地区 旭南健康クラブにおける活動</p>	<p>旭南健康クラブにおける活動</p>	<p>平成16年度に市主催の介護予防ワークショップを実施し、ワークショップ参加者が山下団地を拠点として自主グループを立ち上げました。生活習慣病の予防、運動の習慣化を目指し、健康体操、ウォーキング、グラウンドゴルフ等を実施しています。毎月運営委員会を実施し、活動報告の共有等を実施していましたが、令和2年度から2か月毎への開催に変更になっています。</p> <p>7回、延べ人数107人</p>

令和5年度平塚市健康増進計画（第2期）推進事業計画

1 計画の推進体制に関すること

体制	日程	内容
市民健康づくり推進協議会	第1回：8月10日 第2回：10月5日 第3回：1月（予定）	第1回：令和4年度事業評価、令和5年度事業計画第2期計画の最終評価についての確認 第3次計画素案たたき台の検討 第2回：第3次計画素案の検討 第3回：第3次計画案の検討
健康増進計画推進部会	第1回：7月31日 第2回：9月（書面開催） 第3回：1月（予定）	第1回：令和4年度事業評価、令和5年度事業計画第2期計画の最終評価についての確認 第3次計画素案たたき台の検討 第2回：第3次計画素案の検討 第3回：第3次計画案の検討

2 計画の周知に関すること

第3次計画案について市民に周知するとともに、パブリックコメントを実施し、市民の意見や提案を聴取し計画に反映させ、第3次計画を策定していく。

事業	日程	内容
健康増進計画講演会	11月12日（日） 13：30～15：30 ひらしん平塚文化芸術ホール	平塚中郡薬剤師会と共催で開催。 第1部：平塚市の高血圧対策と連携協定企業との協働による自分のからだに関心を持つプロジェクトについて 第2部：外部講師による健康に関する講演
第3次計画案に関するパブリックコメント	11月21日（火）～ 12月25日（月）	ホームページでの公開や公民館等の閲覧によりパブリックコメントを実施し、市民の意見や提案を聴取し計画に反映させ、第3次計画を策定していく。
みんなのまち情報宅配便	随時	市民からの依頼に応じ、協働推進課をとおして計画と事業の周知を行う

3 関係機関・団体及び行政の役割に関すること

会 議・専門職種の派遣 等
平塚保健福祉事務所管内の地域連携に関する会議等への出席
職域を対象とした健康教育・健康相談等への専門職員の派遣
子どもの生活習慣病予防対策事業での巡回教室（幼稚園・保育園）への専門職員の派遣
小学校歯科巡回指導への歯科衛生士の派遣、巡回教室を希望する幼稚園・保育園への歯科衛生士の派遣
健康づくりに関する協定締結企業との連携事業

4 市民とともに進める地域の健康づくりに関すること

事 業	日 程	内 容
健康推進員養成講座	7月5日～10月16日 (全8回実施予定)	養成講座受講生を対象に、地域での健康づくり活動に必要な知識や技術を取得するための養成講座を開催する。
食生活改善推進員養成講座	7月19日～12月5日 (全8回実施予定)	養成講座受講生を対象に、地域での食生活改善活動に必要な知識や技術を習得するための講座を開催する。
地域健康づくり支援事業	通年（随時）	市民団体及びグループ等からの依頼に応じて、健康教育などを実施する。

令和4年度
平塚市民の健康意識及び食育推進のための
アンケート調査結果報告書

平塚市

はじめに

この冊子は、令和5年1月に実施した「平塚市民の健康意識及び食育推進のためのアンケート調査」の結果を取りまとめたものです。

平成27年3月に策定した「第2期平塚市健康増進計画」及び「第2次食育推進計画」は、令和6年度までの10年間を計画期間としておりましたが、国の「健康日本21（第三次）」に合わせ、現行の計画期間を1年間短縮し、第3次計画（令和6年～令和17年）を策定することにいたしました。

今回実施したアンケート調査では、その基礎資料として、市民の皆様の健康に関する意識や生活習慣等を把握しました。この結果を、これからの保健事業及び計画策定の参考にしていくとともに、市民の皆様の健康づくりや食育の推進にも御活用いただければ幸いです。

最後に、この調査に御協力いただいた市民の方々、関係機関の方々に厚く御礼を申し上げます。

令和5年6月

平塚市

目次

はじめに

第1章 調査の概要	1
1 調査の目的	2
2 調査方法	2
3 調査票の配布及び回収結果	2
4 回答者の属性	3
第2章 結果の概要	5
1 あなた自身のことについて (問6)	6
2 運動習慣について (問7・問8)	6
3 睡眠と休養について (問9・問10)	7
4 飲酒と喫煙について (問11～問16)	8
5 歯の健康状態や衛生習慣について (問17～問19)	11
6 生活習慣病予防・介護予防について (問20～問24)	13
7 食育や食生活について (問25～問36)	15
8 自由意見	23
第3章 資料編	24
調査票等	25

第1章 調査の概要

1 調査の目的

本市の保健事業及び食育を推進していくための基礎資料として活用するとともに、平塚市健康増進計画と平塚市食育推進計画の達成状況を確認する。

2 調査方法

- (1) 調査対象 2022年12月1日現在で住民基本台帳に登録された18歳以上の男女
- (2) 調査人数 3,000人
- (3) 抽出方法 住民基本台帳に基づき無作為抽出
- (4) 調査区域 平塚市全域
- (5) 調査方法
 - ・郵送配布
 - ・郵送回収（料金受取人払いの返信用封筒を添えて郵送）
又はe-kanagawa電子申請システムでの回答
- (6) 調査期間 2023年1月16日～2月10日

3 調査票の配付及び回収結果

- (1) 調査票配付数 発送 3,000件
戻り 5件
実質標本数 2,995件
- (2) 有効回収数 1,060件
- (3) 有効回収率 35.4%
- (4) 地区別状況

区分 地区	実質標本数 A	有効回収数 B	未回収数 C = A - B	有効回収率 (%) B / A
総数	2,995	1,060	1,935	35.4
海岸	469	177	292	37.7
平塚	480	171	309	35.6
大野	661	232	429	35.1
豊田	54	19	35	35.2
城島	42	10	32	23.8
岡崎	121	39	82	32.2
金田	132	47	85	35.6
神田	260	87	173	33.5
金目	219	82	137	37.4
土沢	76	32	44	42.1
旭	486	157	329	32.3
戻り/地区不詳	-5	7	—	—

4 回答者の属性

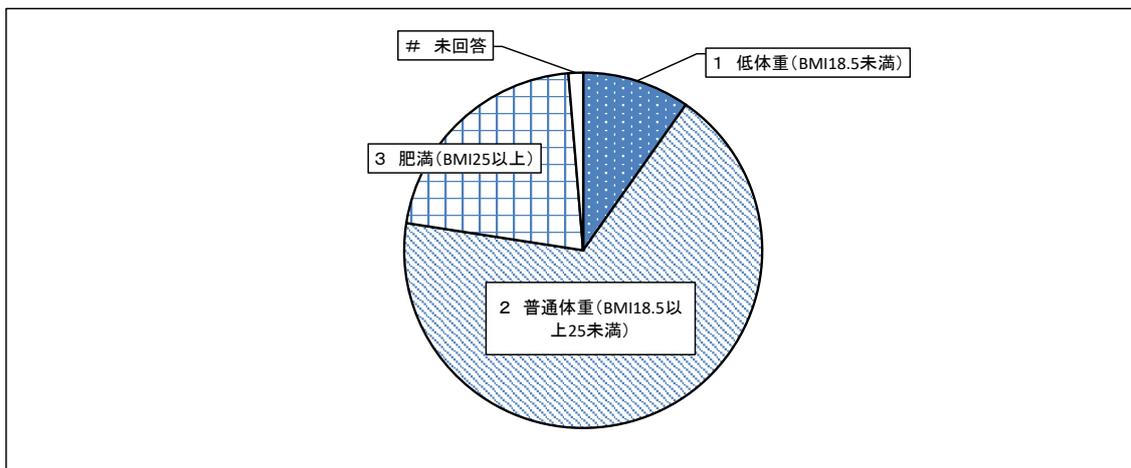
属性		年齢									総数
		10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代以上	未回答	
1 性別	①男性	6	29	37	65	70	90	109	47	0	453
	②女性	12	52	57	109	103	84	141	45	0	603
	③その他	0	1	1	0	0	0	0	0	1	3
	④未回答	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1
	合計	18	82	95	174	173	174	251	92	1	1060
2 職業	①学生	16	18	1	1	0	0	0	0	0	36
	②自営業	0	0	2	9	7	14	16	4	0	52
	③会社員・公務員・団体職員	0	49	56	84	86	48	9	1	0	333
	④パート・アルバイト	1	8	15	41	41	29	35	1	0	171
	⑤主夫・主婦ほか家事専業	0	4	16	28	22	42	70	9	0	191
	⑥無職	0	2	2	9	8	34	117	73	0	245
	⑦その他	1	1	3	2	9	6	3	3	0	28
	⑧未回答	0	0	0	0	0	1	1	1	1	4
	合計	18	82	95	174	173	174	251	92	1	1060
3 世帯構成	①1人暮らし	0	16	5	11	13	22	32	13	0	112
	②夫婦のみ(1世代)	0	6	11	21	44	78	120	38	0	318
	③親と子(2世代)	13	47	65	123	94	55	74	33	0	504
	④祖父母と親と子(3世代)	5	7	12	11	17	12	13	2	0	79
	⑤その他	0	6	2	8	5	7	12	6	0	46
	⑥未回答	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1
	合計	18	82	95	174	173	174	251	92	1	1060

第2章 結果の概要

1 あなた自身のことについて

問6 あなたの身長と体重を数字で記入してください。(身長と体重から換算した体格指数(BMI)で区分)

1 低体重(BMI18.5未満)	103	(9.7%)
2 普通体重(BMI18.5以上25未満)	718	(67.7%)
3 肥満(BMI25以上)	225	(21.2%)
# 未回答	14	(1.3%)



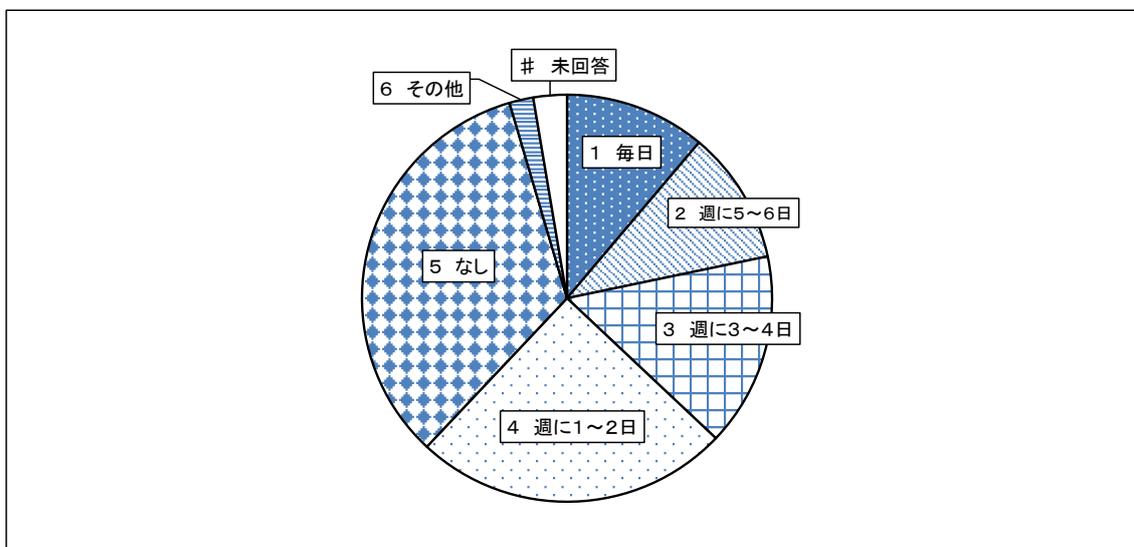
《結果の要約》

『身長と体重』について聞いたところ、「普通体重(BMI18.5以上25未満)」が67.7%で最も多く、次いで「肥満(BMI25以上)」が21.2%と続いている。

2 運動習慣について

問7 体を動かすなどの運動を30分以上している日はどのくらいありますか。

1 毎日	118	(11.1%)
2 週に5~6日	112	(10.6%)
3 週に3~4日	163	(15.4%)
4 週に1~2日	264	(24.9%)
5 なし	355	(33.5%)
6 その他	20	(1.9%)
# 未回答	28	(2.6%)



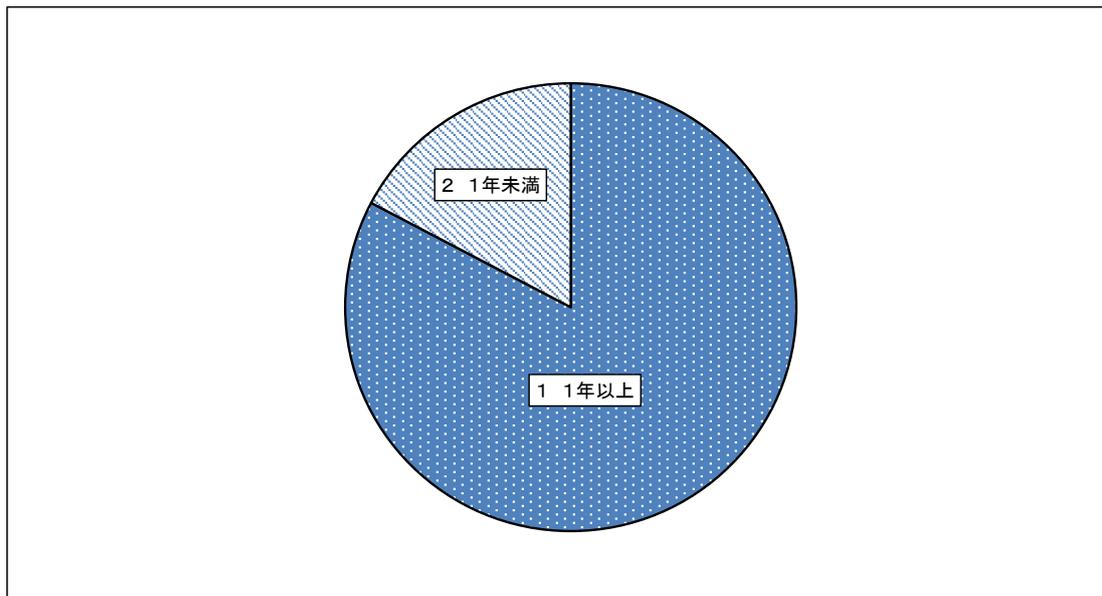
《結果の要約》

『体を動かすなどの運動を30分以上している日はどのくらいありますか』と聞いたところ、「なし」が33.5%で最も多く、次いで「週に1~2日」が24.9%、「週に3~4日」が15.4%と続いている。

問8 その運動はどれくらいつづいていますか。(問7で運動をしていると回答した方で集計)

1 1年以上	536	(82.7%)
2 1年未満	112	(17.3%)

※回答者のみ集計(割合は回答者に占める数値)

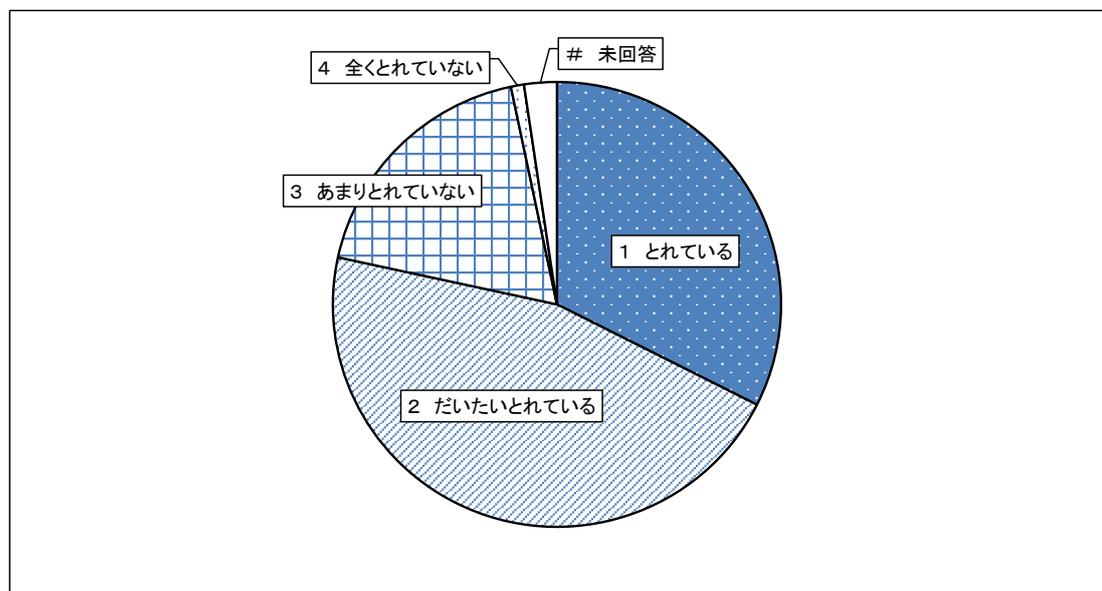


《結果の要約》
『その運動はどれくらいつづいていますか』と聞いたところ、「1年以上」が82.7%と「1年未満」を上回っている。

3 睡眠と休養について

問9 ここ1か月間、睡眠による休養が十分にとれていますか。

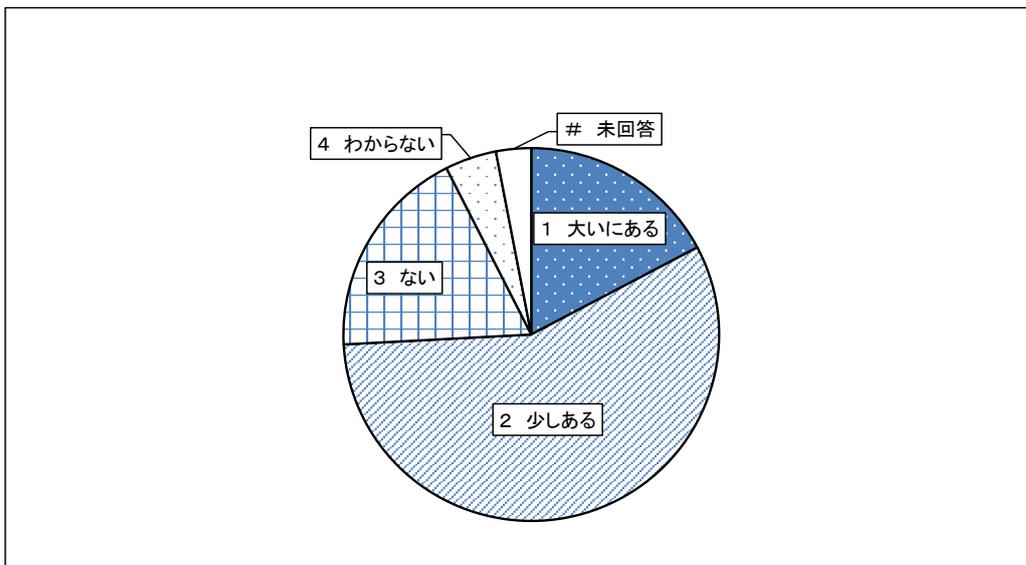
1 とれている	344	(32.5%)
2 だいたいとれている	487	(45.9%)
3 あまりとれていない	194	(18.3%)
4 全くとれていない	10	(0.9%)
# 未回答	25	(2.4%)



《結果の要約》
『ここ1か月間、睡眠による休養が十分にとれていますか』と聞いたところ、「だいたいとれている」が45.9%で最も多く、次いで「とれている」が32.5%、「あまりとれていない」が18.3%と続いている。

問10 現在、ストレスがありますか。

1 大いにある	183	(17.3%)
2 少しある	603	(56.9%)
3 ない	195	(18.4%)
4 わからない	47	(4.4%)
# 未回答	32	(3.0%)



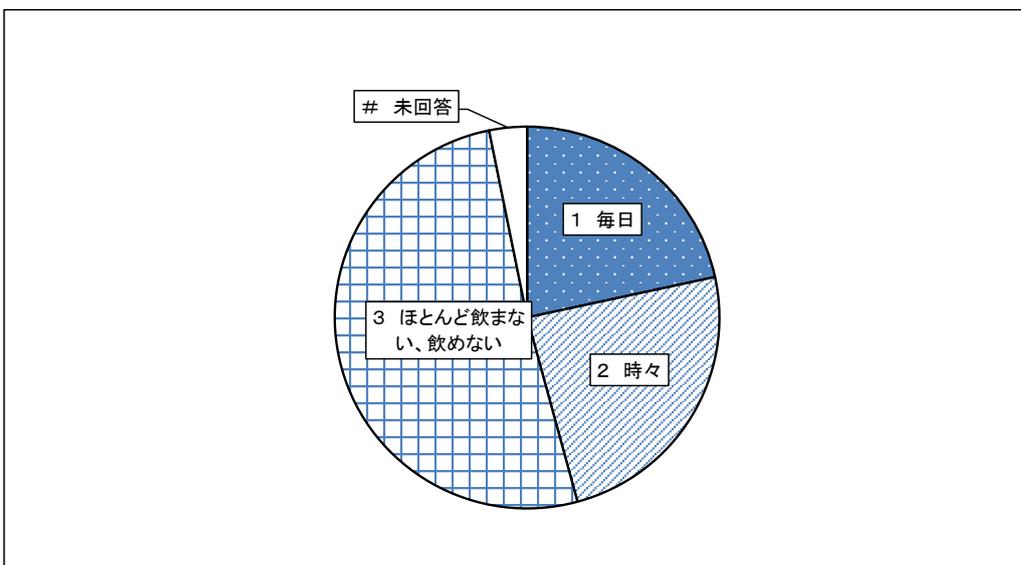
《結果の要約》

『現在、ストレスがありますか』と聞いたところ、「少しある」が56.9%で最も多く、次いで「ない」が18.4%、「大いにある」が17.3%と続いている。

4 飲酒と喫煙について

問11 お酒を飲む頻度はどれくらいですか。(20歳以上回答)

1 毎日	225	(21.6%)
2 時々	252	(24.2%)
3 ほとんど飲まない、飲めない	532	(51.1%)
# 未回答	33	(3.2%)

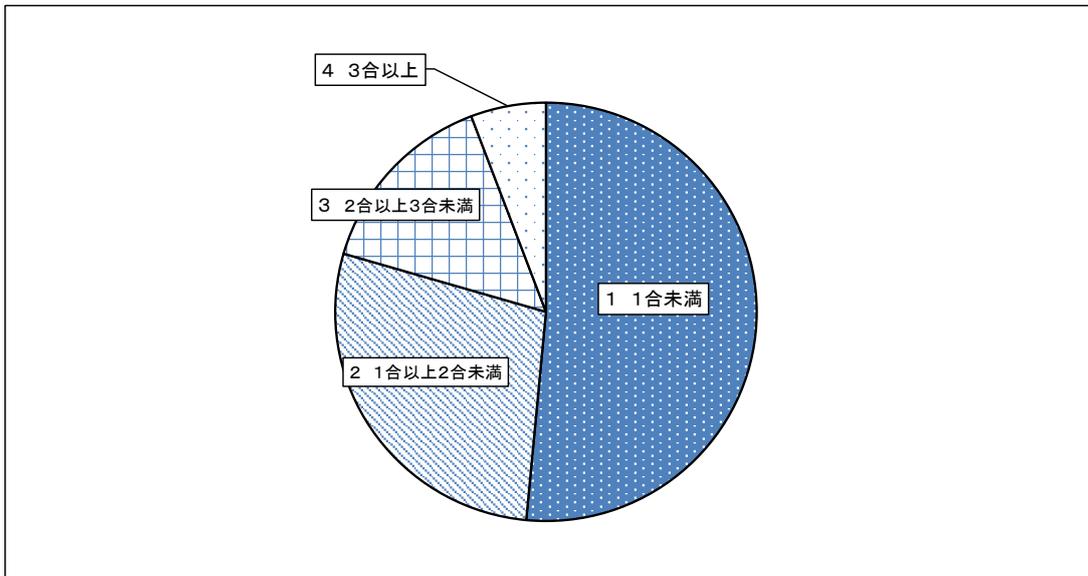


《結果の要約》

『お酒を飲む頻度はどれくらいですか』と聞いたところ、「ほとんど飲まない、飲めない」が51.1%で最も多く、次いで「時々」が24.2%と続いている。

問12 1日に飲むお酒の量はどれくらいですか。(問11で「毎日」又は「時々」飲酒すると回答した方で集計)

1 1合未満	241	(51.5%)
2 1合以上2合未満	131	(28.0%)
3 2合以上3号未満	69	(14.7%)
4 3合以上	27	(5.8%)
※回答者のみ集計(割合は回答者に占める数値)		

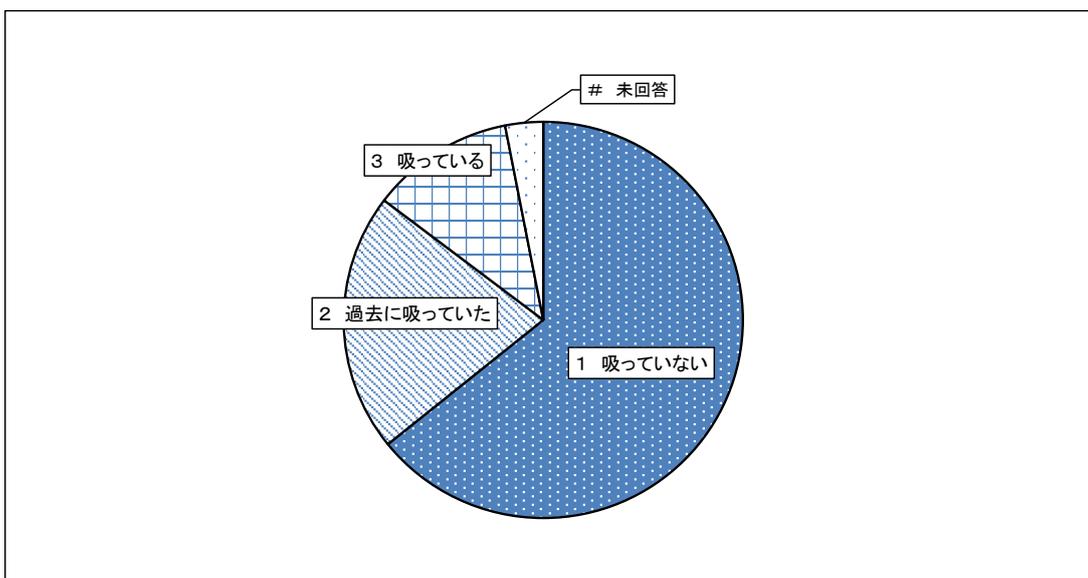


《結果の要約》

『1日に飲むお酒の量はどれくらいですか』と聞いたところ、「1合未満」が51.5%で最も多く、次いで「1合以上2合未満」が28.0%、「2合以上3合未満」が14.7%と続いている。

問13 現在の喫煙状況をお答えください。(20歳以上回答)

1 吸っていない	669	(64.2%)
2 過去に吸っていた	220	(21.1%)
3 吸っている	121	(11.6%)
# 未回答	32	(3.1%)



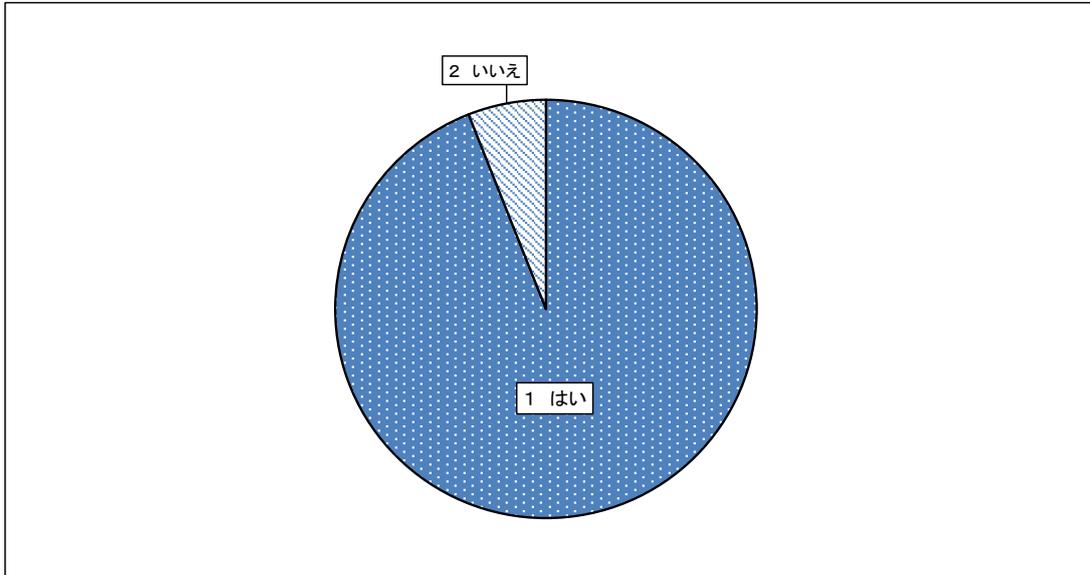
《結果の要約》

『現在の喫煙状況をお答えください』と聞いたところ、「吸っていない」が64.2%で最も多く、次いで「過去に吸っていた」が21.1%と続いている。

問14 タバコを吸わない人のことを考えて分煙を心がけていますか。
 (問13で「吸っている」と回答した方で集計)

1 はい	110	(94.0%)
2 いいえ	7	(6.0%)

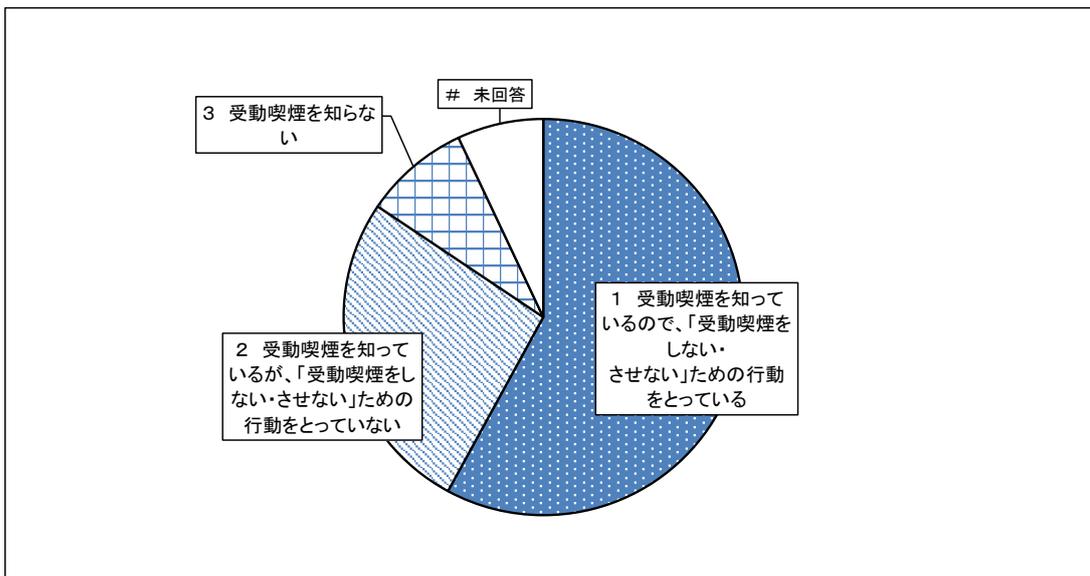
※回答者のみ集計(割合は回答者に占める数値)



《結果の要約》
 『タバコを吸わない人のことを考えて分煙を心がけていますか』と聞いたところ、「はい」が94.0%と「いいえ」を上回っている。

問15 受動喫煙についてうかがいます。

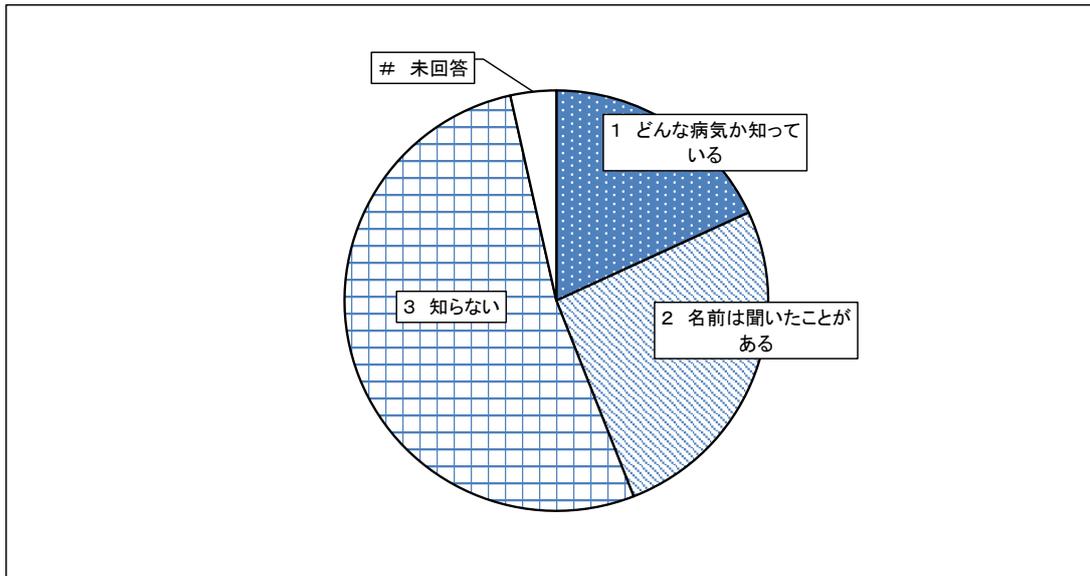
1 受動喫煙を知っているので、「受動喫煙をしない・させない」ための行動をとっている	614	(57.9%)
2 受動喫煙を知っているが、「受動喫煙をしない・させない」ための行動をとっていない	281	(26.5%)
3 受動喫煙を知らない	91	(8.6%)
# 未回答	74	(7.0%)



《結果の要約》
 『受動喫煙について』聞いたところ、「受動喫煙を知っているので、「受動喫煙をしない・させない」ための行動をとっている」が57.9%で最も多く、次いで「受動喫煙を知っているが、「受動喫煙をしない・させない」ための行動をとっていない」が26.5%と続いている。

問16 COPD(慢性閉塞性肺疾患)という病気を知っていますか。

1 どんな病気が知っている	192	(18.1%)
2 名前は聞いたことがある	275	(25.9%)
3 知らない	556	(52.5%)
# 未回答	37	(3.5%)

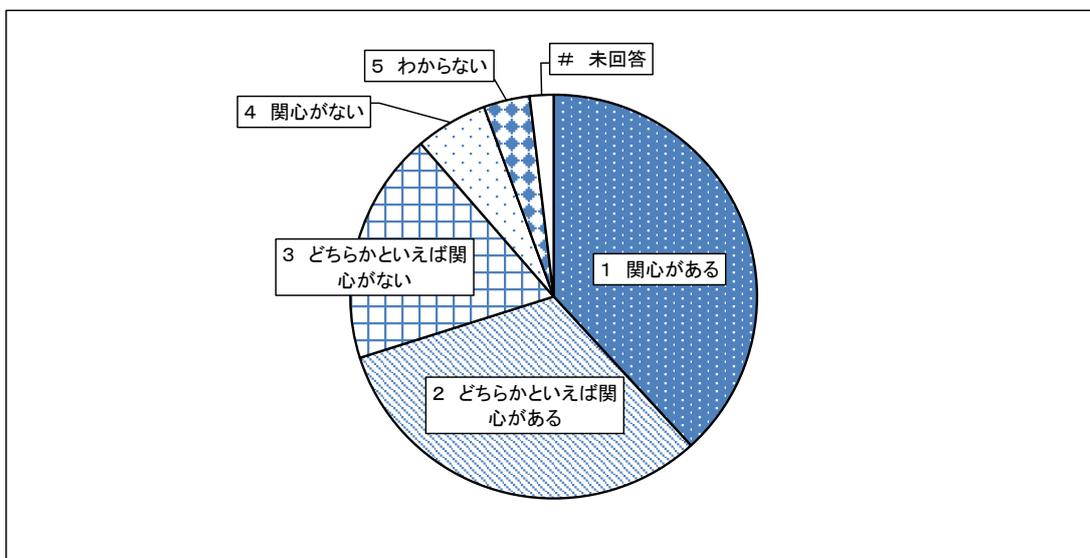


《結果の要約》
『COPD(慢性閉塞性肺疾患)という病気を知っていますか』と聞いたところ、「知らない」が52.5%で最も多く、次いで「名前は聞いたことがある」が25.9%と続いている。

5 歯の健康状態や衛生習慣について

問17 あなたは噛み方、味わい方といった食べ方に関心がありますか。

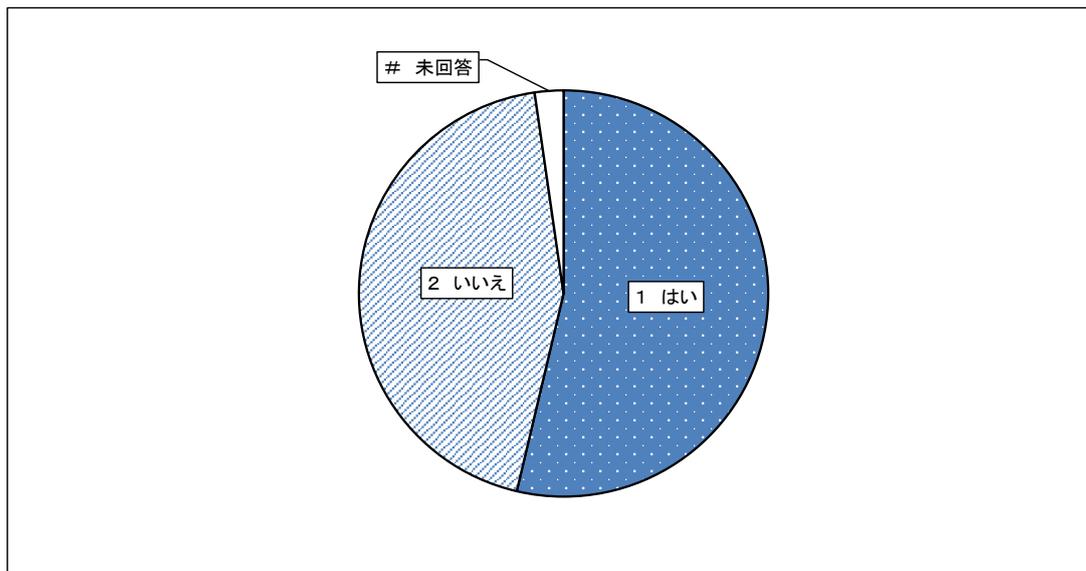
1 関心がある	405	(38.2%)
2 どちらかといえば関心がある	338	(31.9%)
3 どちらかといえば関心がない	197	(18.6%)
4 関心がない	61	(5.8%)
5 わからない	39	(3.7%)
# 未回答	20	(1.9%)



《結果の要約》
『あなたは噛み方、味わい方といった食べ方に関心がありますか』と聞いたところ、「関心がある」が38.2%で最も多く、次いで「どちらかといえば関心がある」が31.9%、「どちらかといえば関心がない」が18.6%と続いている。

問18 定期的に歯科検診受けていますか。

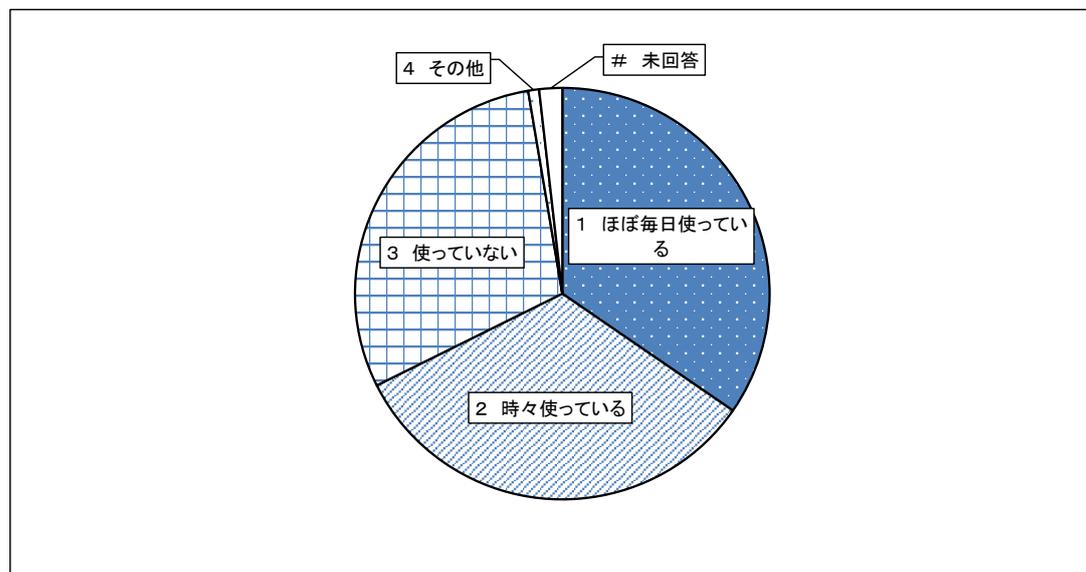
1 はい	569	(53.7%)
2 いいえ	467	(44.1%)
# 未回答	24	(2.3%)



《結果の要約》
『定期的に歯科検診受けていますか』と聞いたところ、「はい」が53.7%と「いいえ」を上回っている。

問19 歯と歯の間を清掃するための器具(デンタルフロス、歯間ブラシなど)を使っていますか。

1 ほぼ毎日使っている	367	(34.6%)
2 時々使っている	350	(33.0%)
3 使っていない	315	(29.7%)
4 その他	9	(0.8%)
# 未回答	19	(1.8%)

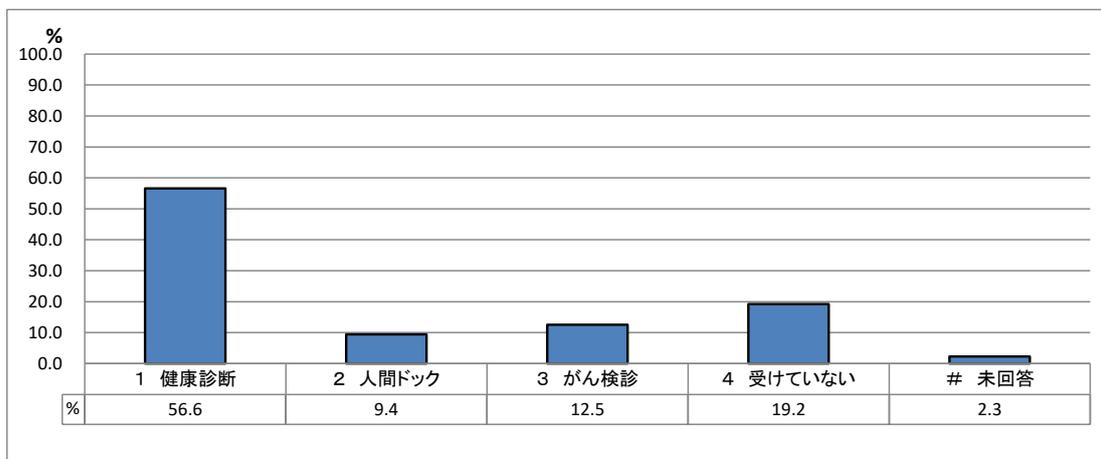


《結果の要約》
『歯と歯の間を清掃するための器具を使っていますか』と聞いたところ、「ほぼ毎日使っている」が34.6%で最も多く、次いで「時々使っている」が33.0%、「使っていない」が29.7%と続いている。

6 生活習慣病予防・介護予防について

問20 年に一度は健康診断を受けていますか。(あてはまるもの全て回答)

1 健康診断	700	(56.6%)
2 人間ドック	116	(9.4%)
3 がん検診	155	(12.5%)
4 受けていない	237	(19.2%)
# 未回答	29	(2.3%)

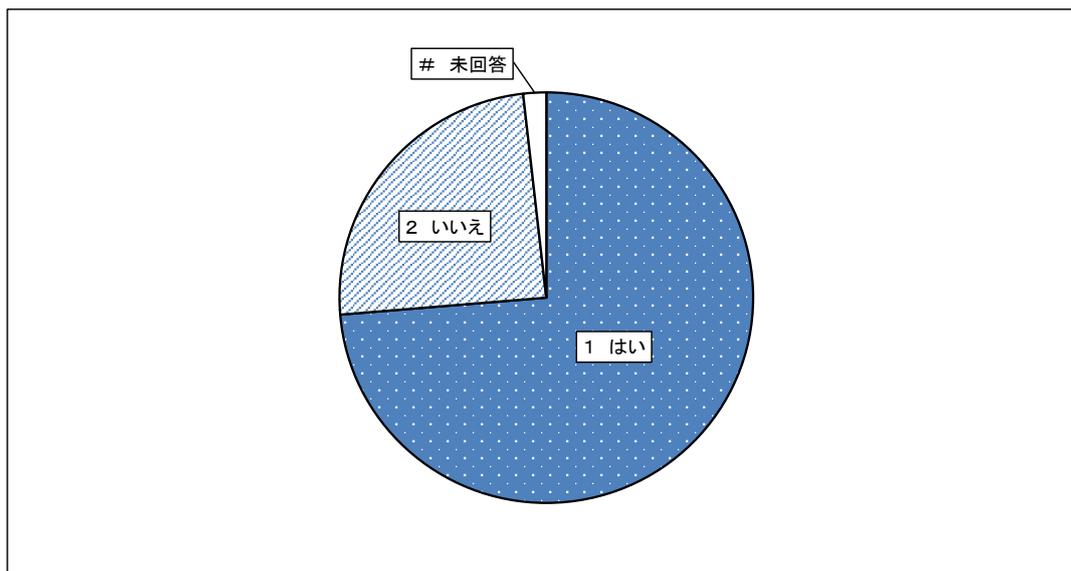


《結果の要約》

『年に一度は健康診断を受けていますか』と聞いたところ、「健康診断」が56.6%で最も多く、次いで「受けていない」が19.2%、「がん検診」が12.5%と続いている。

問21 自分の適正体重を知っていますか。

1 はい	781	(73.7%)
2 いいえ	260	(24.5%)
# 未回答	19	(1.8%)

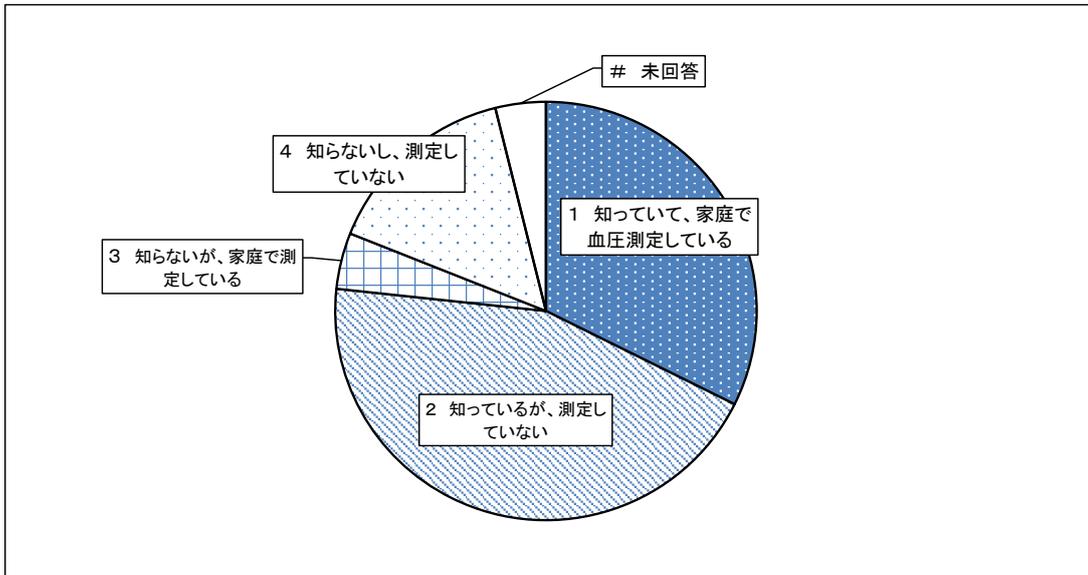


《結果の要約》

『自分の適正体重を知っていますか』と聞いたところ、「はい」が73.7%と「いいえ」を上回っている。

問22 家庭での血圧測定が大切であることを知っていて、家庭での血圧を測定していますか。

1 知っていて、家庭で血圧測定している	343	(32.4%)
2 知っているが、測定していない	470	(44.3%)
3 知らないが、家庭で測定している	46	(4.3%)
4 知らないし、測定していない	160	(15.1%)
# 未回答	41	(3.9%)

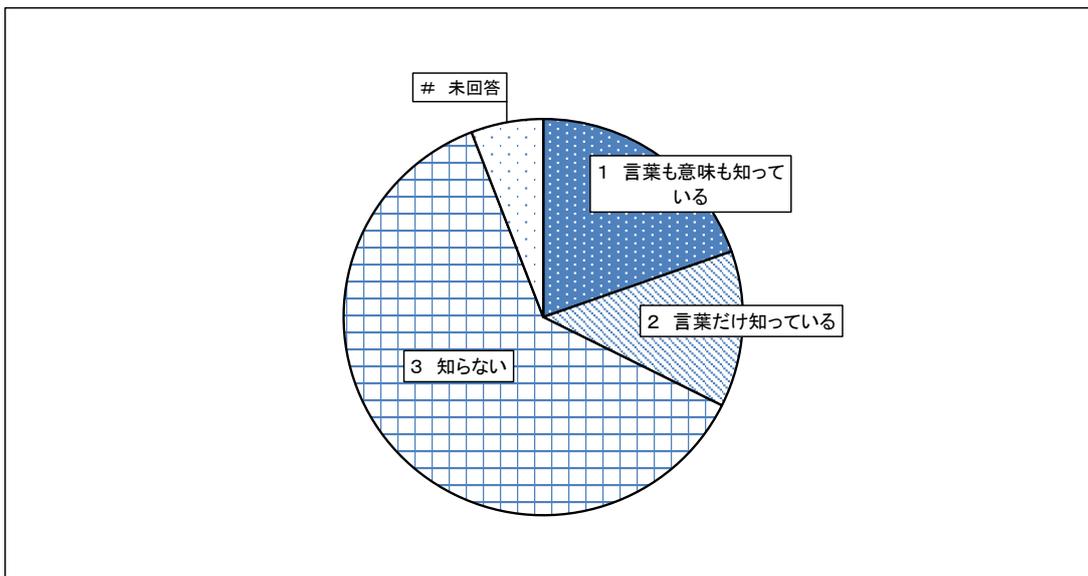


《結果の要約》

『家庭での血圧測定が大切であることを知っていて、家庭での血圧を測定していますか』と聞いたところ、「知っているが、測定していない」が44.3%で最も多く、次いで「知っていて、家庭で血圧測定している」が32.4%、「知らないし、測定していない」が15.1%と続いている。

問23 「フレイル」を知っていますか。

1 言葉も意味も知っている	208	(19.6%)
2 言葉だけ知っている	135	(12.7%)
3 知らない	655	(61.8%)
# 未回答	62	(5.8%)

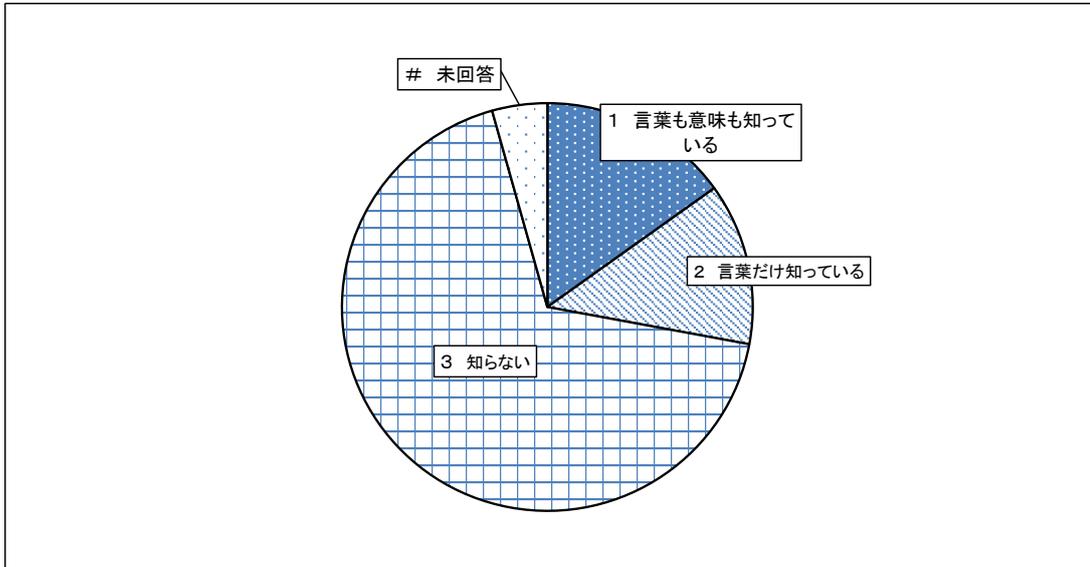


《結果の要約》

『「フレイル」を知っていますか』と聞いたところ、「知らない」が61.8%で最も多く、次いで「言葉も意味も知っている」が19.6%と続いている。

問24 「オーラルフレイル」を知っていますか。

1 言葉も意味も知っている	160	(15.1%)
2 言葉だけ知っている	136	(12.8%)
3 知らない	718	(67.7%)
# 未回答	46	(4.3%)



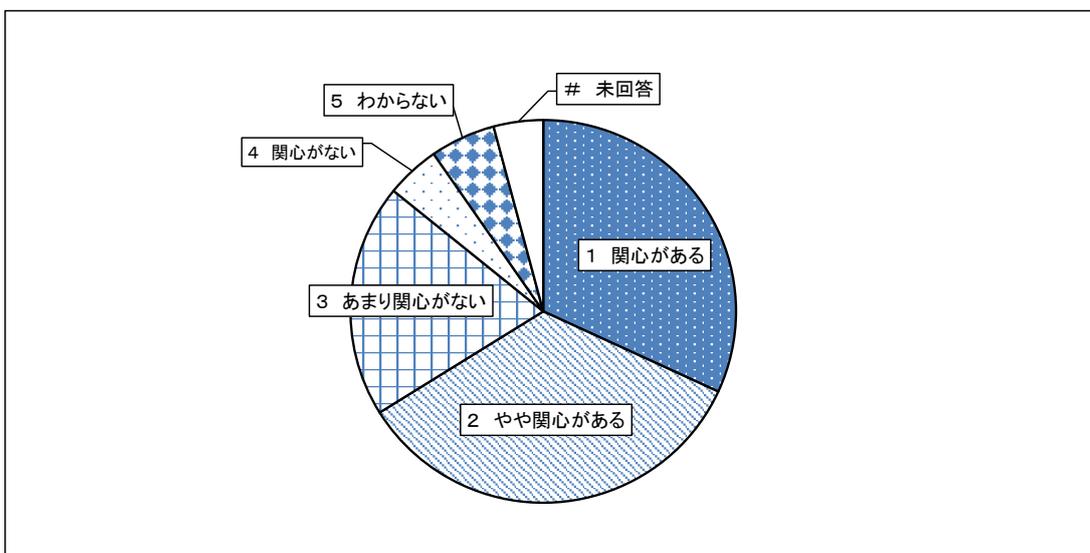
《結果の要約》

『「オーラルフレイル」を知っていますか』と聞いたところ、「知らない」が67.7%で最も多く、次いで「言葉も意味も知っている」が15.1%と続いている。

7 食育や食生活について

問25 「食育」について関心がありますか。

1 関心がある	338	(31.9%)
2 やや関心がある	363	(34.2%)
3 あまり関心がない	209	(19.7%)
4 関心がない	48	(4.5%)
5 わからない	58	(5.5%)
# 未回答	44	(4.2%)

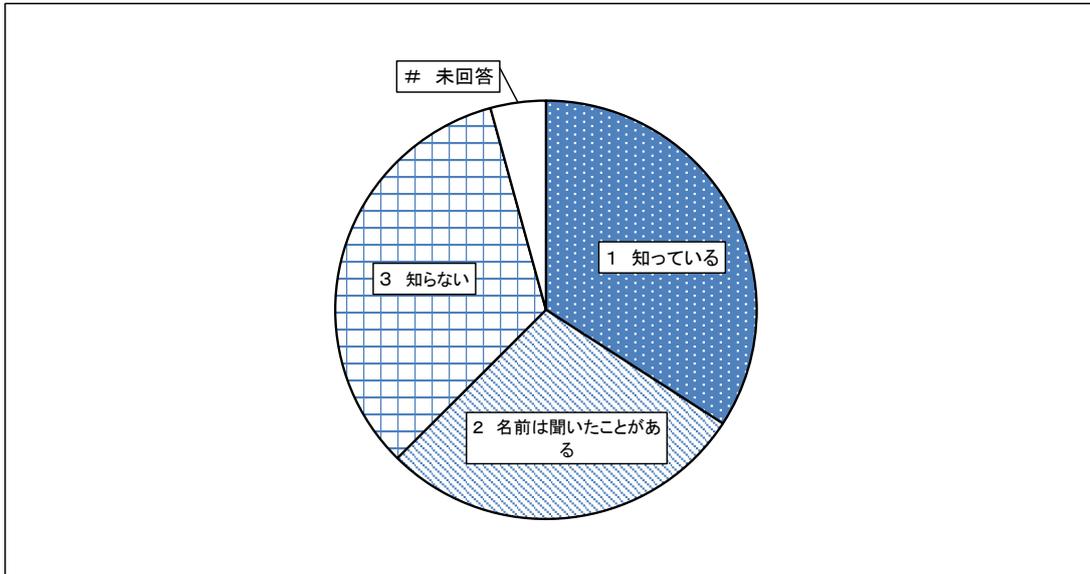


《結果の要約》

『「食育」について関心がありますか』と聞いたところ、「やや関心がある」が34.2%で最も多く、次いで「関心がある」が31.9%、「あまり関心がない」が19.7%と続いている。

問26 「村井弦斎」という人を知っていますか。

1 知っている	362	(34.2%)
2 名前は聞いたことがある	300	(28.3%)
3 知らない	353	(33.3%)
# 未回答	45	(4.2%)

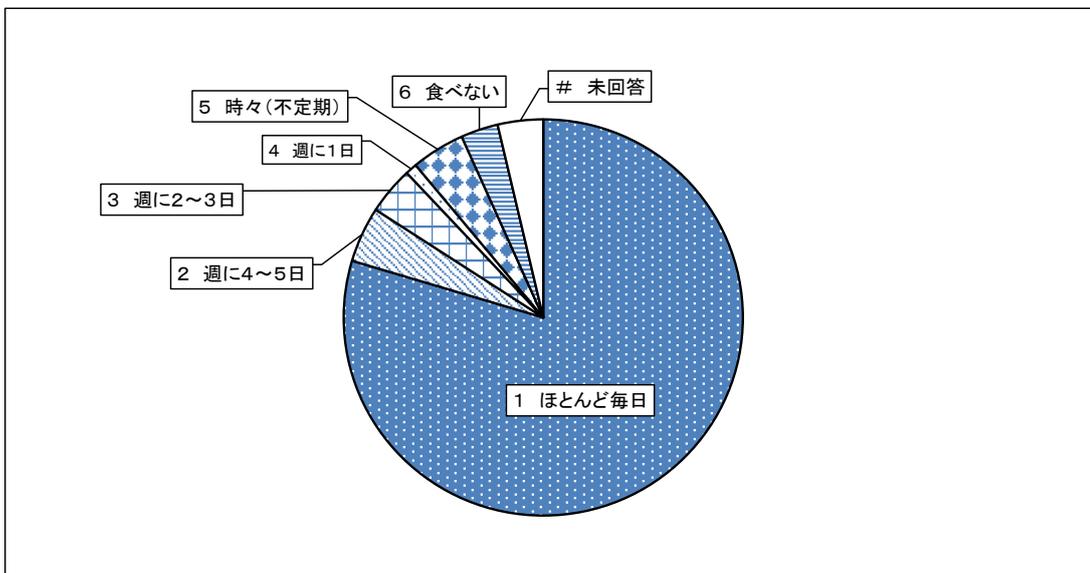


《結果の要約》

『「村井弦斎」という人を知っていますか』と聞いたところ、「知っている」が34.2%で最も多く、次いで「知らない」が33.3%と続いている。

問27 あなたが朝食を食べる頻度はどのくらいですか。

1 ほとんど毎日	844	(79.6%)
2 週に4~5日	48	(4.5%)
3 週に2~3日	41	(3.9%)
4 週に1日	10	(0.9%)
5 時々(不定期)	46	(4.3%)
6 食べない	32	(3.0%)
# 未回答	39	(3.7%)

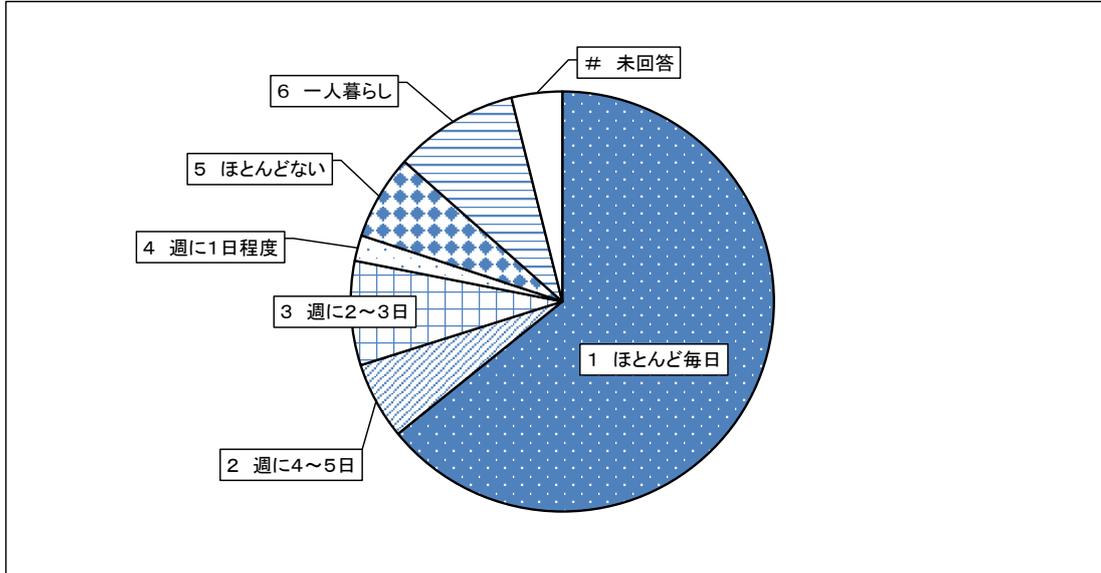


《結果の要約》

『あなたが朝食を食べる頻度はどのくらいですか』と聞いたところ、「ほとんど毎日」が79.6%で最も多く、次いで「週に4~5日」が4.5%、「時々(不定期)」が4.3%と続いている。

問28 あなたは朝食または夕食を同居の方と食べることはどのくらいありますか。

1 ほとんど毎日	680	(64.2%)
2 週に4~5日	63	(5.9%)
3 週に2~3日	85	(8.0%)
4 週に1日程度	21	(2.0%)
5 ほとんどない	69	(6.5%)
6 一人暮らし	101	(9.5%)
# 未回答	41	(3.9%)

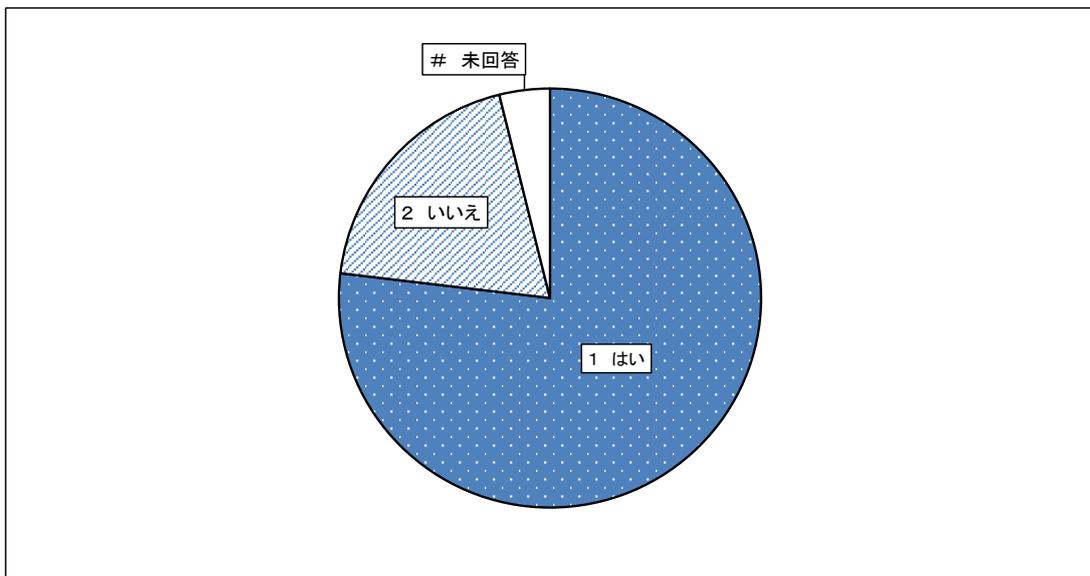


《結果の要約》

『あなたは朝食または夕食を同居の方と食べることはどのくらいありますか』と聞いたところ、「ほとんど毎日」が64.2%で最も多く、次いで「一人暮らし」が9.5%、「週に2~3日」が8.0%と続いている。

問29 毎日の食生活で、健康的な食事内容を心がけていますか。

1 はい	815	(76.9%)
2 いいえ	204	(19.2%)
# 未回答	41	(3.9%)

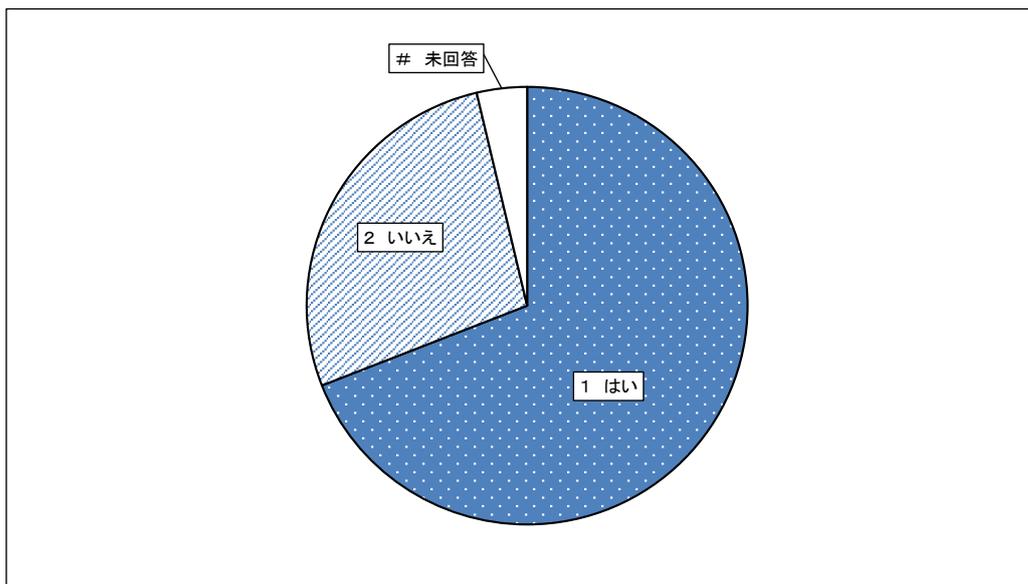


《結果の要約》

『毎日の食生活で、健康的な食事内容を心がけていますか』と聞いたところ、「はい」が76.9%と「いいえ」を上回っている。

問30 1日2食以上、かつ週に5日以上、主食・主菜・副菜をそろえて食べていますか。

1 はい	732	(69.1%)
2 いいえ	289	(27.3%)
# 未回答	39	(3.7%)



《結果の要約》

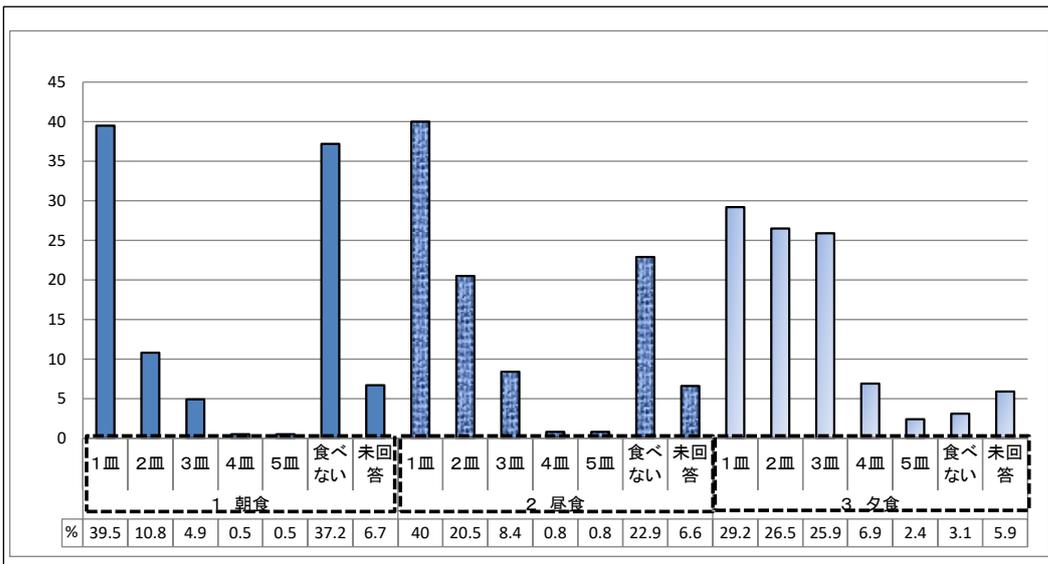
『1日2食以上、かつ週に5日以上、主食・主菜・副菜をそろえて食べていますか』と聞いたところ、「はい」が69.1%と「いいえ」を上回っている。

問31 朝・昼・夕食で「野菜やいも、海藻、きのこなどが主に入る料理」をどのくらい食べますか。

食	回数	人数	割合
1 朝食	1皿	419	(39.5%)
	2皿	114	(10.8%)
	3皿	52	(4.9%)
	4皿	5	(0.5%)
	5皿	5	(0.5%)
	食べない	394	(37.2%)
	未回答	71	(6.7%)
2 昼食	1皿	424	(40.0%)
	2皿	217	(20.5%)
	3皿	89	(8.4%)
	4皿	8	(0.8%)
	5皿	9	(0.8%)
	食べない	243	(22.9%)
	未回答	70	(6.6%)
3 夕食	1皿	310	(29.2%)
	2皿	281	(26.5%)
	3皿	275	(25.9%)
	4皿	73	(6.9%)
	5皿	25	(2.4%)
	食べない	33	(3.1%)
	未回答	63	(5.9%)
4 1日	1皿	86	(8.1%)
	2皿	147	(13.9%)
	3皿	230	(21.7%)
	4皿	133	(12.5%)
	5皿	386	(36.4%)
	食べない	0	(0.0%)
	未回答	78	(7.4%)

問31 朝・昼・夕食で「野菜やいも、海藻、きのこなどが主に入る料理」をどのくらい食べますか。

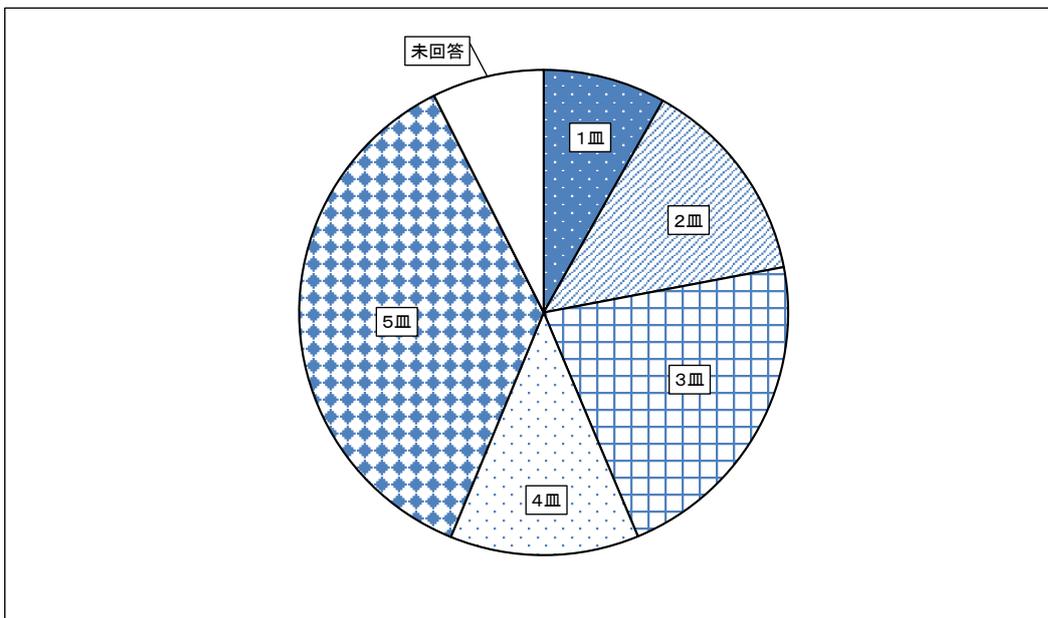
①朝食・昼食・夕食



《結果の要約》

『朝・昼・夕食で「野菜やいも、海藻、きのこなどが主に入る料理」をどのくらい食べますか』と聞いたところ、朝食39.5%、昼食40.0%、夕食29.2%といずれも「1皿」が最も多い。

②1日

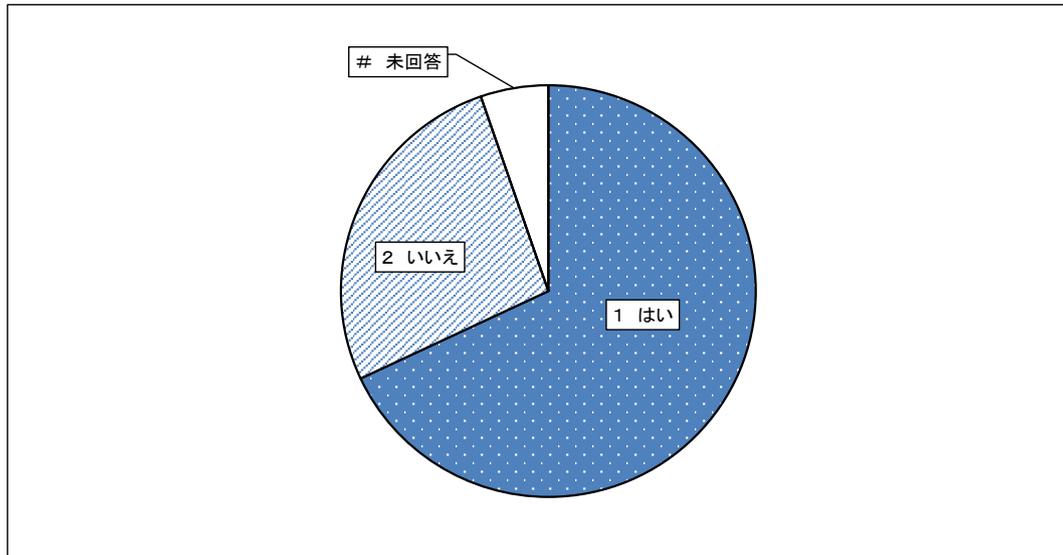


《結果の要約》

『「野菜やいも、海藻、きのこなどが主に入る料理」をどのくらい食べますか』と聞いたところ、1日では「5皿」が36.4%で最も多く、次いで「3皿」で21.7%、「2皿」で13.9%と続いている。

問32 食塩の摂取量が多くならないように、気を付けていることはありますか。

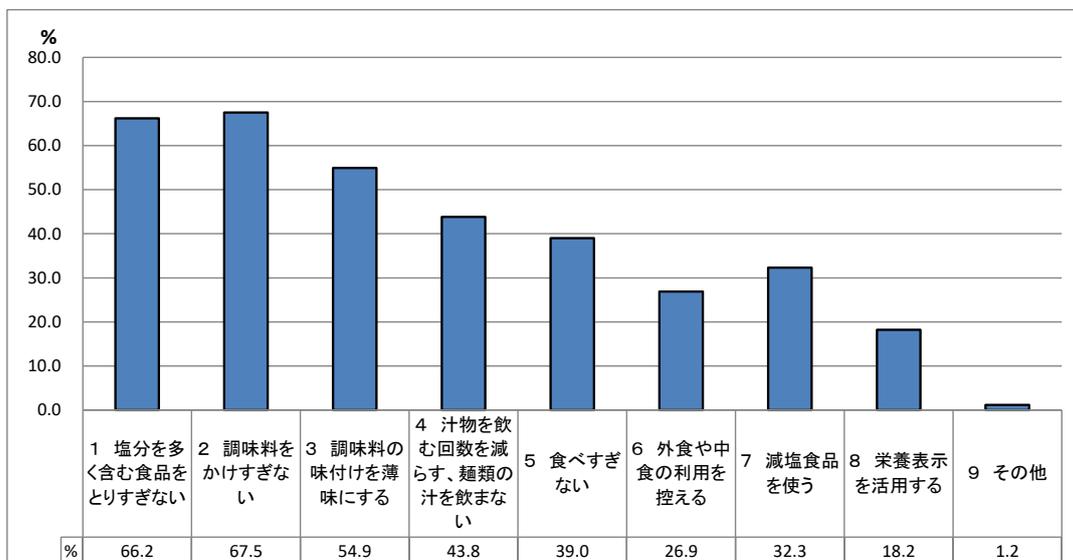
1 はい	721	(68.0%)
2 いいえ	283	(26.7%)
# 未回答	56	(5.3%)



《結果の要約》
『食塩の摂取量が多くならないように、気を付けていることはありますか』と聞いたところ、「はい」が68.0%と「いいえ」を上回っている。

問33 どのようなことに気を付けていますか。(問32で「はい」と回答した方で集計。複数回答可)

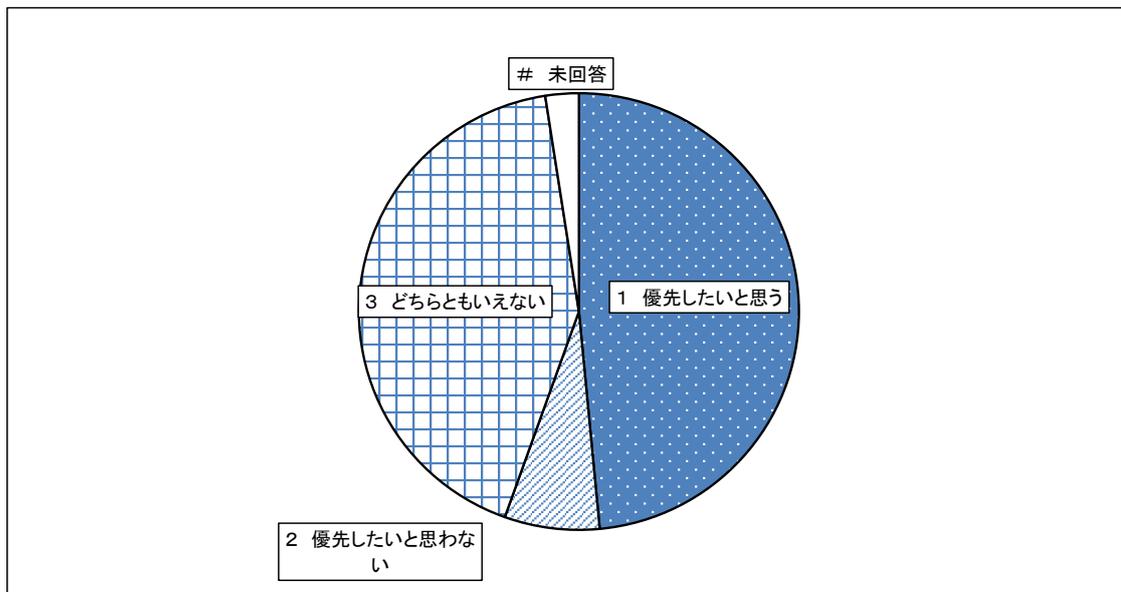
1 塩分を多く含む食品をとりすぎない	477	(66.2%)
2 調味料をかけすぎない	487	(67.5%)
3 調味料の味付けを薄味にする	396	(54.9%)
4 汁物を飲む回数を減らす、麺類の汁を飲まない	316	(43.8%)
5 食べすぎない	281	(39.0%)
6 外食や中食の利用を抑える	194	(26.9%)
7 減塩食品を使う	233	(32.3%)
8 栄養表示を活用する	131	(18.2%)
9 その他	9	(1.2%)



《結果の要約》
問32で「はい」と回答した人(721人)に『どのようなことに気を付けていますか』と聞いたところ、「調味料をかけすぎない」が67.5%で最も多く、次いで「塩分を多く含む食品を取りすぎない」が66.2%、「調味料の味付けを薄味にする」が54.9%と続いている。

問34 農水産物を購入する際、地元産の物を優先したいと思いますか。

1 優先したいと思う	514	(48.5%)
2 優先したいと思わない	74	(7.0%)
3 どちらともいえない	446	(42.1%)
# 未回答	26	(2.5%)

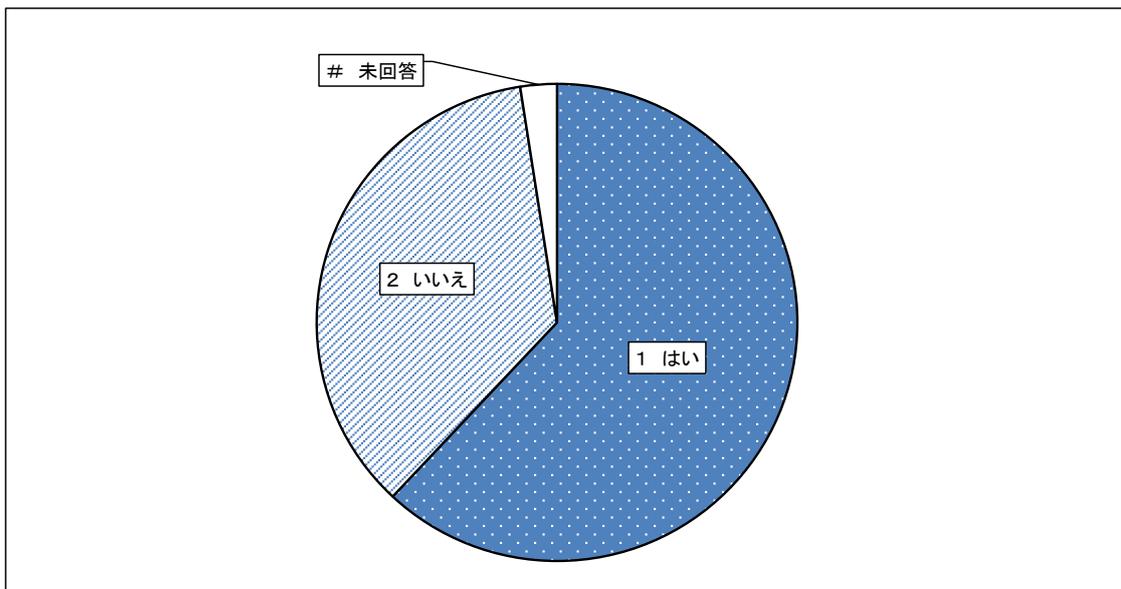


《結果の要約》

『農水産物を購入する際、地元産の物を優先したいと思いますか』と聞いたところ、「優先したいと思う」が48.5%で最も多く、次いで「どちらともいえない」が42.1%と続いている。

問35 農林水産業の作業などを体験(仕事は除く)したことがありますか。

1 はい	657	(62.0%)
2 いいえ	377	(35.6%)
# 未回答	26	(2.5%)

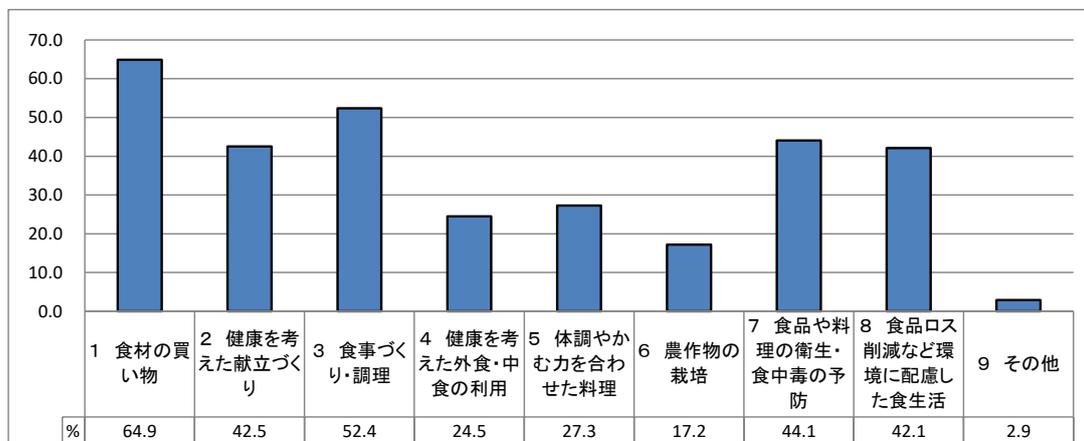


《結果の要約》

『農林水産業の作業などを体験したことがありますか』と聞いたところ、「はい」が62.0%と「いいえ」を上回っている。

問36-1 食生活について、あなたが「日常的に取り組んでいること」の内容を回答してください。(複数回答可)

1 食材の買い物	688	(64.9%)
2 健康を考えた献立づくり	451	(42.5%)
3 食事づくり・調理	555	(52.4%)
4 健康を考えた外食・中食の利用	260	(24.5%)
5 体調やかむ力を合わせた料理	289	(27.3%)
6 農作物の栽培	182	(17.2%)
7 食品や料理の衛生・食中毒の予防	467	(44.1%)
8 食品ロス削減など環境に配慮した食生活	446	(42.1%)
9 その他	31	(2.9%)

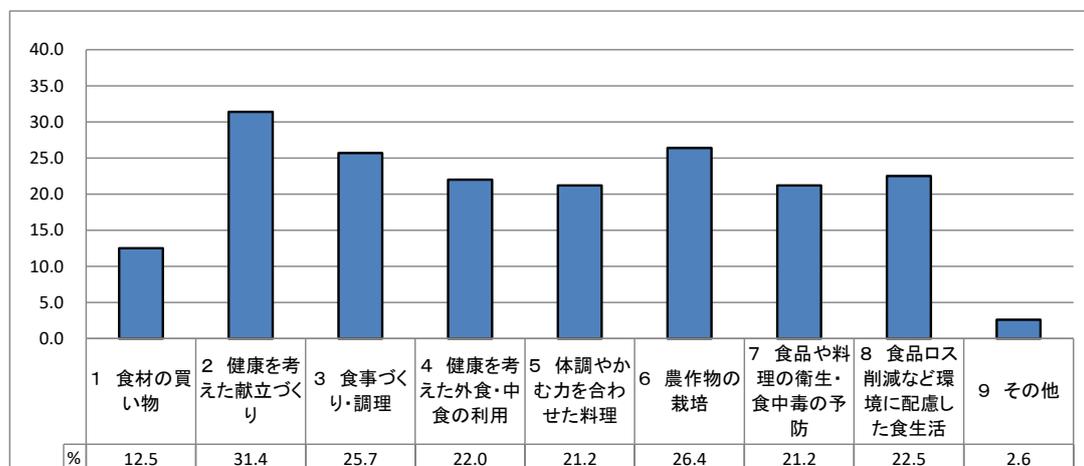


《結果の要約》

『食生活について、あなたが「日常的に取り組んでいること」』を聞いたところ、「食材の買い物」が64.9%で最も多く、次いで「食事づくり・調理」が52.4%、「食品や料理の衛生・食中毒の予防」が44.1%と続いている。

問36-2 食生活について、あなたが「知りたい・体験したいこと」の内容を回答してください。(複数回答可)

1 食材の買い物	132	(12.5%)
2 健康を考えた献立づくり	333	(31.4%)
3 食事づくり・調理	272	(25.7%)
4 健康を考えた外食・中食の利用	233	(22.0%)
5 体調やかむ力を合わせた料理	225	(21.2%)
6 農作物の栽培	280	(26.4%)
7 食品や料理の衛生・食中毒の予防	225	(21.2%)
8 食品ロス削減など環境に配慮した食生活	238	(22.5%)
9 その他	28	(2.6%)



《結果の要約》

『食生活について、あなたが「知りたい・体験したいこと」』を聞いたところ、「健康を考えた献立づくり」が31.4%で最も多く、次いで「農作物の栽培」が26.4%、「食事づくり・調理」が25.7%と続いている。

8 自由意見

本市の「健康づくり事業」や「食育」について、御意見・御要望の件数

※自由記載人数 149人 、 意見数 259件

分類	意見の内容	意見数
健康づくり事業 (健康増進)	1 栄養・食生活	20
	2 身体活動・運動	5
	3 休養・こころの健康	1
	4 喫煙	5
	5 飲酒	1
	6 歯・口腔の健康	0
	7 がん・生活習慣病の発症、重症化予防	5
食育	1 家庭の食育推進	20
	2 学校・保育所の食育推進	23
	3 地域における食育推進	32
	4 食育に関する活動支援	7
	5 地産地消・農水産業活性化	49
	6 食文化の継承	10
	7 食の安全安心・情報提供	15
その他	1 広報・普及	24
	2 行政	13
	3 アンケート	9
	4 回答者の健康観	20

第3章 資料編

れいわ ねん がつ にちげんざい じょうきょう かいとう ちょうさひょうない しるし つ
令和5年1月1日現在の状況でご回答ください。なお、調査票内の※印が付いている
ごく べつし さんこうしりょう ち く べつちやうめいひょう ようごかいせつ てんぶ
語句について、別紙の【参考資料】地区別町名表、用語解説を添付しています。

1 あなた自身のことについて、当てはまる数字に○をつけてください。

【問1】 お住まいの地区※をお答えください。(○は1つ)

1. 花水	6. 富士見	11. 八幡	16. 岡崎	21. 吉沢
2. なでしこ	7. 南原	12. 四之宮	17. 城島	22. 金目
3. 港	8. 中原	13. 真土	18. 旭北	23. 横内
4. 崇善	9. 中原下宿	14. 豊田	19. 旭南	24. 田村
5. 松原	10. 松が丘	15. 金田	20. 土屋	25. 大神

【問2】 あなたの性別をお答えください。(○は1つ)

1. 男性	2. 女性	3. その他 (注)
-------	-------	------------

(注) 「その他」とは、セクシュアルマイノリティ※を考慮した選択肢です。戸籍上の区分とは別に、ご自身の主観によりご記入ください。

【問3】 あなたの年齢をお答えください。(○は1つ)

1. 19歳以下	4. 40～49歳	7. 70～79歳
2. 20～29歳	5. 50～59歳	8. 80歳以上
3. 30～39歳	6. 60～69歳	

【問4】 あなたのお仕事等をお答えください。(○は1つ)

1. 学生	4. パート・アルバイト	7. その他
2. 自営業	5. 主夫・主婦ほか家事専業	具体的に()
3. 会社員・公務員・団体職員	6. 無職	

【問5】 あなたの家族構成をお答えください。(○は1つ)

1. 一人暮らし	3. 親と子(2世代)	5. その他
2. 夫婦のみ (1世代)	4. 祖父母と親と子(3世代)	具体的に()

【問6】 あなたの身長と体重を数字で記入してください。

(例) 身長 (160 . 0)cm	(例) 体重 (55 . 5)kg
記入欄 身長 (.)cm	記入欄 体重 (.)kg

2 あなたの運動習慣について、当てはまる数字に○をつけてください。

【問7】 体を動かすなどの運動を30分以上している日はどのくらいありますか。(○は1つ)

1. 毎日	4. 週に1～2日
2. 週に5～6日	5. なし →【問9】へ
3. 週に3～4日	6. その他(具体的に)

【問8】 その運動は、どれくらいの期間つづけて行っていますか。(○は1つ)

1. 1年以上	2. 1年未満
---------	---------

3 あなたの睡眠と休養について、当てはまる数字に○をつけてください。

【問9】 ここ1か月間、睡眠による休養が十分にとれていますか。(○は1つ)

1. とれている	3. あまりとれていない
2. だいたいとれている	4. 全くとれていない

【問10】 現在、ストレスがありますか。(○は1つ)

1. 大いにある	3. ない
2. 少しある	4. わからない

4 20歳以上の方は、飲酒と喫煙について、あてはまる数字に○をつけてください。

→19歳以下の方は【問15】へ

【問11】 お酒を飲む頻度はどれくらいですか。(○は1つ)

1. 毎日	2. 時々	3. ほとんど飲まない、飲めない →【問13】へ
-------	-------	--------------------------

【問12】 1日に飲むお酒の量はどれくらいですか。下の(注：一合の目安量)を参考に、選択肢の番号に○をつけてください。(○は1つ)

1. 1合未満	3. 2合以上～3合未満
2. 1合以上～2合未満	4. 3合以上

(注：1合の目安量)

清酒(日本酒) 180ml、焼酎25度120ml、ワイン240ml、ビール500ml、ウイスキー60ml
--

【問13】喫煙状況をお答えください。(○は1つ)

1. 吸っていない→【問15】へ	2. 過去に吸っていた→【問15】へ	3. 吸っている
------------------	--------------------	----------

【問14】タバコを吸わない人のことを考えて分煙※を心がけていますか。(○は1つ)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

【問15】受動喫煙※についてうかがいます。(○は1つ)

1. 受動喫煙を知っているので、「受動喫煙をしない・させない」ための行動をとっている
2. 受動喫煙を知っているが、「受動喫煙をしない・させない」ための行動はとっていない
3. 受動喫煙を知らない

【問16】COPD(慢性閉塞性肺疾患)※という病気を知っていますか。(○は1つ)

1. どんな病気か知っている	2. 名前は聞いたことがある	3. 知らない
----------------	----------------	---------

5 歯の健康状態や衛生習慣について、当てはまる数字に○をつけてください。

【問17】あなたは噛み方、味わい方といった食べ方に関心がありますか。(○は1つ)

1. 関心がある	3. あまり関心がない	5. わからない
2. やや関心がある	4. 関心がない	

【問18】定期的に歯科検診を受けていますか。(○は1つ)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

【問19】歯と歯の間を清掃するための器具(デンタルフロス、歯間ブラシなど)を使っていますか。(○は1つ)

1. ほぼ毎日使っている	3. 使っていない
2. 時々使っている	4. その他(具体的に)

6 生活習慣病予防・介護予防について、当てはまる数字に○をつけてください。

【問20】年に一度は健康診断等を受けていますか。(あてはまるもの全てに○をつけてください)

1. 健康診断(健康診査)	3. がん検診
2. 人間ドック	4. 受けていない

【問21】自分の適正体重※を知っていますか。(○は1つ)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

【問22】 家庭での血圧測定が大切であることを知っていて、家庭で血圧を測定していますか。(○は1つ)

1. 知っていて、家庭で測定している	3. 知らないが、家庭で測定している
2. 知っているが測定していない	4. 知らないし、測定していない

【問23】 「フレイル※」を知っていますか。(○は1つ)

1. 言葉も意味も知っている	2. 言葉だけ知っている	3. 知らない
----------------	--------------	---------

【問24】 「オーラルフレイル※」を知っていますか。(○は1つ)

1. 言葉も意味も知っている	2. 言葉だけ知っている	3. 知らない
----------------	--------------	---------

7 食育や食生活について、当てはまる数字に○をつけてください。

【問25】 食育※について関心がありますか。(○は1つ)

1. 関心がある	3. あまり関心がない	5. わからない
2. やや関心がある	4. 関心がない	

【問26】 「村井弦斎※」という人を知っていますか。(○は1つ)

1. 知っている	2. 名前は聞いたことがある	3. 知らない
----------	----------------	---------

【問27】 あなたが朝食を食べる頻度はどのくらいですか。(○は1つ)

1. ほとんど毎日	3. 週に2～3日	5. ときどき食べる(不定期)
2. 週に4～5日	4. 週に1日	6. 食べない

【問28】 あなたは朝食または夕食を同居の方と食べることはどのくらいありますか。(○は1つ)

1. ほとんど毎日	3. 週に2～3日	5. ほとんどない
2. 週に4～5日	4. 週に1日程度	6. 一人暮らし

【問29】 毎日の食生活で、健康的な食事内容を心がけていますか。(○は1つ)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

【問30】 1日2食以上、かつ週に5日以上、主食・主菜・副菜※をそろえて食べていますか。(○は1つ)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

【問31】朝・昼・夕食で、「野菜や芋、海藻、きのこなどが主に入る料理」をどのくらい食べますか。

下記の(参考)を読み、選択肢の番号に○をつけてください。

朝食	1. 1皿分	2. 2皿分	3. 3皿分	4. 4皿分	5. 5皿分	6. 食べない
昼食	1. 1皿分	2. 2皿分	3. 3皿分	4. 4皿分	5. 5皿分	6. 食べない
夕食	1. 1皿分	2. 2皿分	3. 3皿分	4. 4皿分	5. 5皿分	6. 食べない

(参考)

1皿分は「野菜や芋、海藻、きのこなどが70g程度が入る料理」を指します。

1皿分の量のイメージ



(野菜サラダ)



(お浸し)



(具だくさん味噌汁)

料理例を参考に1皿分、2皿分と数えてください。料理例の2皿分は、1人前食べると野菜料理2皿分と数えます。

料理例 『1皿分』	野菜サラダ、ポテトサラダ、酢の物、お浸し、ごまあえ、煮豆、具だくさんみそ汁、野菜スープ、コンスープ、きのこソテー、ひじきの煮物、きんぴらごぼう、切干大根煮物、チャーハン、ミックスサンドイッチ、お好み焼き、ギョーザ、付合せ野菜 など
料理例 『2皿分』	野菜の煮物、野菜炒め、芋の煮ころがし、コロッケ、カレーライス、焼きそば、肉じゃが、酢豚、すき焼き、おでん、寄せ鍋 など

(回答例) 昼食に『2皿分』カレーライスと『1皿分』野菜サラダを食べた場合

昼食	1. 1皿分	2. 2皿分	3. 3皿分	4. 4皿分	5. 5皿分	6. 食べない
----	--------	--------	--------	--------	--------	---------

【問32】食塩の摂取量が多くならないように、気を付けていることはありますか。(○は1つ)

1. はい →【問33】へ	2. いいえ →【問34】へ
---------------	----------------

【問33】どのようなことに気を付けていますか(あてはまるものにすべて○)

1. 塩分を多く含む食品をとりすぎない	6. 外食や中食※の利用を控える
2. 調味料をかけすぎない	7. 減塩食品を使う
3. 料理の味付けを薄味にする	8. 栄養成分表示を見比べて塩分の少ない食品や料理を選ぶようにしている
4. 汁物を飲む回数を減らす、麺類の汁を飲まない	9. その他(具体的に)
5. 食べ過ぎない	

【問34】 ^{のうすいさんぶつ やさいくだもの さかな にく こうにゆう さい じもとさん ゆうせん おも}農水産物(野菜・果物・魚・肉など)を購入する際、地元産のものを優先したいと思いませんか。
(○は1つ)

1. ^{ゆうせん おも} 優先したいと思う	2. ^{ゆうせん おも} 優先したいと思わない	3. どちらともいえない
--------------------------------	----------------------------------	--------------

【問35】 ^{のうりんすいさんぎょう さぎょう たいけん しごと のぞ が じびきあみ かていさいえん}農林水産業の作業などを体験(仕事は除く)したことがありますか。いちご狩り、地引網、家庭菜園などの体験も含まれます。(○は1つ)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

【問36】 ^{しよくせいかつ にちじょうてき とりく し たいけん ないよう}食生活について、あなたが「日常的に取組んでいること」、「知りたい・体験をしたい」内容にそれぞれ○をつけてください。(あてはまるものにすべて○)

	内 容	取組んでいること	知りたい・体験したいこと
(例)	^{けんこう かんが こんだて} 健康を考えた献立づくり	○	○
1.	^{しよくざい かいもの} 食材の買い物		
2.	^{けんこう かんが こんだて} 健康を考えた献立づくり		
3.	^{しよくじ ちょうり} 食事づくり・調理		
4.	^{けんこう かんが がいしよく なかしよく りよう} 健康を考えた外食・中食※の利用		
5.	^{たいちよう ちから あ りようり} 体調やかむ力に合わせた料理		
6.	^{のうさくもつ さいばい} 農作物の栽培		
7.	^{しよくひん りようり えいせい しょくちゅうどく よぼう} 食品や料理の衛生・食中毒の予防		
8.	^{しよくひん さくげん かんきょう はいりよ しょくせいかつ} 食品ロス削減※など環境に配慮した食生活		
9.	その他(具体的に)		

8 ^{ほんし けんこう じぎょう しょくいくじぎょう いけん ようぼう き}本市の「健康づくり事業」や「食育事業」について、ご意見・ご要望があれば、お聞かせください。

^{きょうりやく}ご協力ありがとうございました。

ひらつかしけんこうか
平塚市健康課

○用語解説表

アンケート調査で使用している主な用語についての説明(50音順)

用語	説明
<p>オーラルフレイル</p>	<p>ろうか どもな さまざま こうくう じょうたい ししう こうくうえいせい こうくうきのう へんか こうくうけんこう 老化に伴う様々な口腔の状態(歯数・口腔衛生・口腔機能など)の変化に、口腔健康 への関心の低下や心身の予備能力低下も重なり、口腔の脆弱性が増加し、食べる 機能障害へ 陥り、さらにはフレイルに影響を与え、心身の機能低下にまで繋がる 一連の現象及び過程。</p>
<p>しーおーびーでーいー COPD (慢性閉塞性肺疾患)</p>	<p>だいはうてき まんせいこきゅうきしつかん ひと とく きつえん 代表的な慢性呼吸器疾患の一つ。特に喫煙などがきっかけで、肺の細胞の破壊や 気道の炎症がおき、息切れが生じる病気。重症化すると、通常の呼吸が困難になり、 酸素吸入療法が必要になる。</p>
<p>主食・主菜・副菜を そろえた食事</p>	<p>めんるい りょうり しゅしよく ・ごはん、パン、麺類などの料理(主食) さかな にく たまご だいずりょうり しゅさい ・魚、肉、卵、大豆料理(主菜) やさい いも かいそうりょうり ふくさい ・野菜、きのこ、芋、海藻料理(副菜)を そろえたバランスのとれた食事。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;"> <p>主食</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>主菜</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>副菜</p>  </div> </div>
<p>受動喫煙</p>	<p>喫煙をしなくても他人のたばこから出てくる煙や吐き出された煙を吸わされること。 受動喫煙により、肺がんや虚血性心疾患などの死亡率が上昇する、喫煙をしていな い妊婦でも低出生体重児の出産の発生率が高くなるといった研究結果がある。</p>
<p>食育</p>	<p>食育基本法では、食育を「生きるうえでの基本であって、知育、徳育及び体育の基礎と なるもの」「様々な経験を通じて食に関する知識と食を選択する力を習得し、健全な 食生活を実践できる人間を育てること」と位置づけている。</p>
<p>食品ロスの削減</p>	<p>食べ残しが発生しないよう、料理の食べきりや、食品の廃棄が生じないような計画的 な食品購入などの取組み。</p>
<p>セクシャルマイノリティ</p>	<p>生物学的な性(からだの性)と性の自己意識(こころの性)が一致しない人、性的指向 (人の恋愛・性愛がどうい対象に向かうのかを示す概念)が、同性や両性(男女 両方)に向いている人などのこと。</p>
<p>適正体重</p>	<p>身長(m)×身長(m)×22を標準とした体重。22は最も生活習慣病になりにくい BMI値(肥満度を表す体格指数)を表し、国が進める健康づくり運動「健康日本21(第 2次)」でも、「適正体重を維持する者の増加」を健康づくりの目標としている。</p>
<p>中食</p>	<p>持ち帰り弁当や市販の総菜を家庭で食べること。</p>
<p>フレイル</p>	<p>「加齢とともに心身の活力(運動機能や認知機能等)が低下し、複数の慢性疾患の 併存などの影響もあり、生活機能が障害され、心身の脆弱性が出現した状態である が、一方で適切な介入・支援により、生活機能の維持向上が可能な状態像」とされて おり、健康な状態と日常生活でサポートが必要な介護状態の中間を意味するもの。</p>
<p>分煙</p>	<p>受動喫煙を防ぐために、喫煙する場所と喫煙しない場所を分けること。</p>
<p>村井 弦斎</p>	<p>明治時代から昭和時代にかけて平塚に住み、食育の重要性を説いた小説家。</p>

健康増進計画(第2期)最終評価一覧

第2期計画においては、ライフステージを「乳幼児期・学童・思春期世代」と「青年期・壮年期・高齢期世代」の2つに分け、各世代の市民の健康の保持・増進を推進するための健康行動と達成するための指標、目標値を設定し、生活習慣の改善と生活習慣病の重症化予防に取り組んできました。

41項目の指標に対する目標値の達成状況について、下記のとおり進捗率と評価区分を設定しました。

◇ 評価区分の結果

評価区分	項目数
○	13
△	15
×	12
評価不能	1

◇進捗率(%)の算出方法

$$\frac{\text{最終値}-\text{策定示の値}}{\text{目標値}-\text{策定時の値}} \times 100 (\%)$$

※ 第3次神奈川県食育推進計画を参考

◇評価区分について

○：進捗率100%以上

△：進捗率0～100%未満

×：進捗率マイナス

※ 目標値を数値ではなく、「増加」や「減少」とした指標については、策定時より増加あるいは減少した場合、評価区分を○としました。

I 生活習慣の改善

【 乳幼児期・学童・思春期 】

(1) 栄養・食生活 健康行動：3食をバランスよく食べよう

番号	担当課	指標	策定時の値(%)	中間評価値(%)	最終値(%)	目標値(最終)(%)	進捗率(%)	評価区分	策定時の出典	中間評価の出典	最終評価の出典
			H26年度	R元年度	R4年度	R6年度⇒R4年度					
1	健康課	朝食を毎日食べる5歳児の割合	96.4	94.9	95.4	100.0	-28	×	5歳児生活実態調査	5歳児生活実態調査	5歳児生活実態調査
2	教育指導課	朝食を食べる小学5年生の割合(男子)	99.1	99.3	98.7	100.0	-44	×	全国体力・運動能力、運動習慣等調査	全国体力・運動能力、運動習慣等調査	全国体力・運動能力、運動習慣等調査
3		朝食を食べる小学5年生の割合(女子)	98.8	99.5	98.7	100.0	-8	×			
4	健康課	朝食に主食、主菜、副菜を食べる5歳児の割合	58.1	37.1	30.5	70.0	-232	×	5歳児生活実態調査	5歳児生活実態調査	5歳児生活実態調査

(2) 身体活動・運動 健康行動：元気に楽しく身体を動かそう

番号	担当課	指標	策定時の値(%)	中間評価値(%)	最終値(%)	目標値(最終)(%)	進捗率(%)	評価区分	策定時の出典	中間評価の出典	最終評価の出典
			H26年度	R元年度	R4年度	R6年度⇒R4年度					
5	健康課	休日に2時間以上の外遊びをする3歳児の割合	41.2	43.5	43.8	45.0	68	△	3歳児健診診査	3歳児健診診査	3歳児健診診査
6	教育指導課	週420分以上の総運動時間の割合 小学5年生男子	58.3	55.6	59.4	増加		○	全国体力・運動能力、 運動習慣等調査	全国体力・運動能力、 運動習慣等調査	全国体力・運動能力、 運動習慣等調査
7		週420分以上の総運動時間の割合 小学5年生女子	29.2	29.2	33.8	増加		○			
8	教育指導課	週420分以上の総運動時間の割合 中学2年生男子	81.3	82.1	77.9	増加		×	全国体力・運動能力、 運動習慣等調査	全国体力・運動能力、 運動習慣等調査	全国体力・運動能力、 運動習慣等調査
9		週420分以上の総運動時間の割合 中学2年生女子	55.5	62.3	58.0	増加		○			

(3) 休養・こころの健康 健康行動：早寝早起きをしよう

番号	担当課	指標	策定時の値(%)	中間評価値(%)	最終値(%)	目標値(最終)(%)	進捗率(%)	評価区分	策定時の出典	中間評価の出典	最終評価の出典
			H26年度	R元年度	R4年度	R6年度⇒R4年度					
10	健康課	22時までに就寝する5歳児の割合	85.6	85.8	87.1	88.0	62	△	5歳児生活実態調査	5歳児の生活実態調査	5歳児の生活実態調査
11	教育指導課	睡眠時間が6時間未満の小学5年生の割合 (男子)	7.3	4.0	5.0	減少		○	全国体力・運動能力、 運動習慣等調査	全国体力・運動能力、 運動習慣等調査	全国体力・運動能力、 運動習慣等調査
12		睡眠時間が6時間未満の小学5年生の割合 (女子)	5.2	2.0	2.8	減少		○			

(4) 喫煙 健康行動：受動喫煙を避けよう

番号	担当課	指標	策定時の値(%)	中間評価値(%)	最終値(%)	目標値(最終)(%)	進捗率(%)	評価区分	策定時の出典	中間評価の出典	最終評価の出典
			H26年度	R元年度	R4年度	R6年度⇒R4年度					
13	健康課	妊娠中及び授乳中の喫煙の割合	7.3	6.7	7.5	0.0	-2	×	子育て支援に関するアンケート調査	妊娠届出書と全戸訪問の調査	妊娠届出書と乳児全戸訪問の調査
14	健康課	受動喫煙をしない・させない者の割合	47.4	46.6	57.9	85.0	28	△	アンケート	アンケート	アンケート

(5) 飲酒 健康行動：お酒の害から乳児・幼児を守ろう

番号	担当課	指標	策定時の値(%)	中間評価値(%)	最終値(%)	目標値(最終)(%)	進捗率(%)	評価区分	策定時の出典	中間評価の出典	最終評価の出典
			H26年度	R元年度	R4年度	R6年度⇒R4年度					
15	健康課	妊娠中の飲酒の割合	3.2	1.9	0.9	0.0	73	△	子育て支援に関するアンケート調査	妊娠届出書と全戸訪問の調査	妊娠届出書
16	健康課	授乳中の飲酒の割合	4.4	1.8	1.5	0.0	65	△	子育て支援に関するアンケート調査		乳児全戸訪問の調査

(6) 歯・口腔の健康 健康行動：むし歯から歯を守ろう

番号	担当課	指標	策定時の値(%)	中間評価値(%)	最終値(%)	目標値(最終)(%)	進捗率(%)	評価区分	策定時の出典	中間評価の出典	最終評価の出典
			H26年度	R元年度	R4年度	R6年度⇒R4年度					
17	健康課	むし歯がない3歳児の割合	84.0	85.5	91.5	91.0	107	○	3歳児健診	3歳児健診	3歳児健診
18	学務課	むし歯がない中学1年生の割合	67.0	72.6	76.9	77.0	99	△	学校保健統計	学校保健統計	学校保健統計
19	健康課	フッ化物を利用している者の割合	79.4	81.5	66.6	90.0	-121	×	子育て支援に関するアンケート調査	子育て支援に関するアンケート調査	幼児健診

【 青年期・壮年期・高齢期 】

I 栄養・食生活 健康行動：3食をバランスよく食べよう／高齢者の低栄養を予防しよう

番号	担当課	指標	策定時の値(%)	中間評価値(%)	最終値(%)	目標値(最終)(%)	進捗率(%)	評価区分	策定時の出典	中間評価の出典	最終評価の出典
			H26年度	R元年度	R4年度	R6年度⇒R4年度					
20	健康課	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日に2回以上の日がほぼ毎日の者の割合	54.5	40.8	69.0	65.0	138	○	平塚市食育推進のための実態調査	アンケート	アンケート
21	健康課	1日の野菜摂取量が350g以上の者の割合	21.0	37.9	36.0	50.0	52	△	平塚市食育推進のための実態調査	アンケート	アンケート
22	保険年金課	1日朝・昼・晩の3食を食べている虚弱高齢者及び介護認定要支援者の割合	87.7	82.7	86.1	増加		×	平塚市高齢者福祉計画調査	平塚市高齢者福祉計画調査	平塚市高齢者福祉計画調査

2 身体活動・運動 健康行動：定期的に運動しよう／ロコモティブシンドロームを予防しよう /社会活動に参加しよう

番号	担当課	指標	策定時の値(%)	中間評価値(%)	最終値(%)	目標値(最終)(%)	進捗率(%)	評価区分	策定時の出典	中間評価の出典	最終評価の出典
			H26年度	R元年度	R4年度	R6年度⇒R4年度					
23	健康課	週2日以上で30分以上の運動を1年以上継続している者の割合 (20～59歳 男性)	25.4	39.4	39.4 (R元年度)	35.0	146	○	アンケート	アンケート	アンケート
24	健康課	週2日以上で30分以上の運動を1年以上継続している者の割合 (20～59歳 女性)	15.4	25.8	25.8 (R元年度)	25.0	108	○	アンケート	アンケート	アンケート
25	地域包括ケア推進課	スポーツや身体を動かすことをほとんどしない者の割合	20.2	29.2	27.1	減少		×	平塚市高齢者福祉計画調査	平塚市高齢者福祉計画調査	平塚市高齢者福祉計画調査 一般高齢者調査 問14・15
26	地域包括ケア推進課	地域活動への参加状況の割合	19.2	17.1	12.4	30.0	-63	×	平塚市高齢者福祉計画調査	平塚市高齢者福祉計画調査	平塚市高齢者福祉計画調査 一般高齢者調査 問16

3 休養・こころの健康 健康行動：睡眠による休養をとろう／ストレスと上手に付き合おう

番号	担当課	指標	策定時の値(%)	中間評価値(%)	最終値(%)	目標値(最終)(%)	進捗率(%)	評価区分	策定時の出典	中間評価の出典	最終評価の出典
			H26年度	R元年度	R4年度	R6年度⇒R4年度					
27	健康課	睡眠による休養が十分とれていない者の割合	22.9	17.6	19.2	20.0	128	○	アンケート	アンケート	アンケート
28	福祉総務課	ストレスが多いにある者の割合	16.9	16.9	17.3	14.0	-14	×	アンケート	アンケート	アンケート

4 喫煙 健康行動：喫煙の害から身を守ろう、COPD(慢性閉塞性肺疾患)について知ろう

番号	担当課	指標	策定時の値(%)	中間評価値(%)	最終値(%)	目標値(最終)(%)	進捗率(%)	評価区分	策定時の出典	中間評価の出典	最終評価の出典
			H26年度	R元年度	R4年度	R6年度⇒R4年度					
29	健康課	喫煙者の割合	14.2	12.7	11.6	12.0	118	○	アンケート	アンケート	アンケート
30	健康課	受動喫煙をしない・させない者の割合	47.4	46.6	57.9	85.0	28	△	アンケート	アンケート	アンケート
31	健康課	COPD(慢性閉塞性肺疾患)の認知度	34.0	42.0	44.1	80.0	22	△	アンケート	アンケート	アンケート

5 飲酒 健康行動：適度な飲酒を心がけよう

番号	担当課	指標	策定時の値(%) H26年度	中間評価値(%) R元年度	最終値(%) R4年度	目標値(最終)(%) R6年度⇒R4年度	進捗率(%)	評価区分	策定時の出典	中間評価の出典	最終評価の出典
32	健康課	生活習慣病のリスクを高める量の飲酒者の割合(男性)	11.1	13.1	11.2	10.0	-9	×	アンケート	アンケート	アンケート
33	健康課	生活習慣病のリスクを高める量の飲酒者の割合(女性)	7.1	9.9	6.6	6.5	83	△	アンケート	アンケート	アンケート

6 歯・口腔の健康 健康行動：歯磨き上手になろう／歯周病を予防しよう／なんでもよくかんで食べよう／歯と口腔の健康に関心を持とう

番号	担当課	指標	策定時の値(%) H26年度	中間評価値(%) R元年度	最終値(%) R4年度	目標値(最終)(%) R6年度⇒R4年度	進捗率(%)	評価区分	策定時の出典	中間評価の出典	最終評価の出典
34	健康課	歯間清掃用具使用者の割合	54.8	60.6	67.6	65.0	125	○	アンケート	アンケート	アンケート
35	健康課	定期的に歯科検診を受けている者の割合	43.9	50.6	53.7	70.0	38	△	アンケート	アンケート	アンケート
36	健康課	60歳代のそしゃく満足者の割合	64.3	71.4	82.5	71.0	272	○	アンケート	アンケート	KDB
37	保険年金課	歯と口腔の健康に気を付けている高齢者の割合	10.2	38.4	評価不能	増加			平塚市高齢者福祉計画調査	平塚市高齢者福祉計画調査	

2 生活習慣病の重症化予防

(1) がん 健康行動：定期的にがん検診を受けよう

番号	担当課	指標	策定時の値(%) H26年度	中間評価値(%) R元年度	最終値(%) R4年度	目標値(最終)(%) R6年度⇒R4年度	進捗率(%)	評価区分	策定時の出典	中間評価の出典	最終評価の出典
38	健康課	がん検診の受診率	14.1	16.1 (H30年度)	17.3	18.0	82	△	地域保健・老人保健事業報告	地域保健報告	地域保健報告

(2) 生活習慣病 健康行動：年に1回は健康診断を受けよう

番号	担当課	指標	策定時の値(%)	中間評価値(%)	最終値(%)	目標値(最終)(%)	進捗率(%)	区分	策定時の出典	中間評価の出典	最終評価の出典
			H26年度	R元年度	R4年度	R6年度⇒R4年度					
39	保険年金課	特定健康診査の受診率	29.6	34.3 (H30年度)	35.9	41.0	55	△	法定報告	法定報告	法定報告
40	保険年金課	特定保健指導の実施率	8.0	14.5 (H30年度)	17.5	22.0	68	△	法定報告	法定報告	法定報告
41	健康課	年に1回健康診断を受けている割合	61.3	76.9	74.9	75.0	99	△	アンケート	アンケート	アンケート

評価方法等の記載

施策分野ごとの最終評価の一覧表（資料2-2）は資料編におく。

生活習慣の改善

(1) 栄養・食生活

① 乳幼児期・学童期・思春期

健康行動	指標
3食をバランスよく食べよう	朝食を毎日食べる5歳児の割合
	朝食を食べる小学5年生の割合
	朝食に主食・主菜・副菜を食べる5歳児の割合

第2期の評価と主な取組の実績

- ・朝食を毎日食べる5歳児の割合の目標は達成できませんでしたが、中間評価よりは0.5ポイント増加しました。保育所や幼稚園、認定こども園への巡回教室を実施し、朝食の大切さを伝え、食育推進事業として親子で朝ごはんクッキング教室を開催しました。
- ・朝食に主食・主菜・副菜を食べる5歳児の割合の目標は達成できませんでした。新型コロナ感染予防の一環として、保護者向けの啓発がチラシ配布のみとなったことが原因の一因と考えられます。
- ・朝食を食べる小学5年生の割合の目標は、男女とも達成することができませんでした。新型コロナウイルス感染症による様々な制限等により、基本的な生活習慣の乱れが要因として考えられます。各小中学校において、食育全体計画を作成し、食教育推進担当教員や栄養教諭及び学校栄養職員等が連携して、食に関する指導（食事の重要性、喜び、楽しさ等）を、各教科、総合的な学習の時間、特別活動などにおいて、それぞれの特質に応じて適切に行いました。

今後の課題

- ・バランスのとれた食事をとることは、適正体重を維持するためにも必要な食習慣であり、将来の生活習慣病予防にもつながります。乳幼児期からバランスのとれた食事をとる等望ましい食習慣が身につけられるよう、幼児健診や保育所等の巡回教室等での普及啓発に引き続き取り組みます。
- ・適切な食生活を確立し、適正な体重を維持することは、生涯にわたって健康な生活を送るために必要な資質・能力であり、生活習慣病の予防にもつながるため、今後も小中学校における食育を継続していきます。

② 青年期・壮年期・高齢期

健康行動	指標
3食をバランスよく食べよう	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の者の割合
	1日野菜摂取量が350g以上の者の割合
高齢者の低栄養を予防しよう	1日朝・昼・晩の3食を食べている虚弱高齢者及び介護認定要支援者の割合

第2期の評価と主な取組の実績

・主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日に2回以上の日がほぼ毎日の者の割合の目標は達成しました。食事バランスガイドを活用した栄養バランスのとれた食生活の普及啓発を健康教育、健康相談、食生活改善推進員による普及啓発活動を通じて実施しました。

・1日朝・昼・晩の3食を食べている虚弱高齢者及び介護認定要支援者の割合の目標はわずかに達成できませんでしたが、中間評価からは4.6ポイント増加しました。低栄養及びフレイル予防の周知のため、高齢者の栄養に関する媒体づくりに取り組みました。また、高齢者よろず相談センター・公民館・自治会・地区社会福祉協議会などと協働し、地域に出向いて食に関する健康講話を行いました。

今後の課題

平塚市の課題である脳血管疾患の原疾患となる高血圧症を予防、重症化予防するためには、青壮年期の肥満予防、全年代での塩分の過剰摂取を抑制する取組を進める必要があります。そのため、適正体重を維持するためにバランスの取れた食事を摂取することや、塩分を摂り過ぎないように心掛ける人を増加させるため、ライフステージに応じた情報提供、デジタル技術を活用した普及啓発や民間企業等と連携した食環境整備を行っていきます。高齢者では、高血圧等の疾病の重症化予防とともに、高齢者の特性に配慮した低栄養予防の重要性を普及啓発していくことが必要です。

(2) 身体活動・運動

① 乳幼児期・学童期・思春期

健康行動	指標
元気に楽しく身体を動かそう	休日に2時間以上外遊びをする3歳児の割合
	週420分以上の総運動時間の割合 小学5年生(男子・女子)
	週420分以上の総運動時間の割合 中学2年生(男子・女子)

第2期の評価と主な取組の実績

・休日に2時間以上外遊びをする3歳児の割合の目標は達成できませんでしたが、中間評価より0.3ポイント増加しました。身体を動かすことの大切さについて、3歳児健康診査及び1歳6か月児健康診査でポスター掲示や保健指導などにより周知を行いました。また、保育所や幼稚園、認定こども園と連携し、保護者に対し運動の大切さや親子遊びの効果について周知しました。

・小学生では、男女とも週420分以上の総運動時間の割合の目標は達成しました。なお、中学生では、男子は目標にわずかに達成しませんが、女子は目標を達成しました。各小中学校において、心と身体を一体としてとらえ、適切な運動の経験と健康・安全についての理解を通して、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育てる指導を適切に行いました。また、健康の保持増進と体力の向上を図り、明るく豊かな生活を営む態度を養う指導を適切に行いました。地域では、関係団体と協力し、スポーツ大会の開催や学校施設体育施設の開放等、児童や生徒がスポーツに触れ楽しむ機会の提供やスポーツ情報の周知をしました。また、地区公民館毎に市民体育リレーション等を開催しました。

今後の課題

・乳幼児期に外遊びや身体を動かすことは健全な心身の発育のために大切です。そのため、1歳6か月児健康診査及び3歳児健康診査での保健指導やポスター掲示などにより引き続き周知していきます。

・学童期・思春期の子どもにとっての運動は、体力・運動能力の基礎づくりなど体の健康への効果はもとより、心の健康も密接に関連し、将来的に生活習慣病にも影響します。生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育てるため、今後も小中学校における健康教育を継続していきます。また、関係団体と協力し、スポーツに触れ楽しむ機会を提供したり、スポーツ、レクリエーション活動の向上を図ります。

② 青年期・壮年期・高齢期

健康行動	指標
定期的に運動しよう	週2日以上で30分以上の運動を1年以上継続している者の割合（20～59歳の男・女）
ロコモティブシンドローム（運動器症候群）を予防しよう（高齢期）	スポーツや身体を動かすことをほとんどしない者の割合
社会活動に参加しよう（高齢期）	地域活動への参加状況の割合

第2期の評価と主な取組の実績

・20～59歳で週2日以上、30分以上の運動を1年以上継続している者の割合の目標は、中間評価時は達成したため、最終評価では同一の調査項目を設けませんでした。ホームページで身体活動について周知したり、生活習慣病予防の運動教室を継続的に開催し、運動習慣の割合がある者の増加につなげました。また、平塚市内の関係団体や施設等により、スポーツ・レクリエーションの普及等、地域での運動習慣を定着する機会を提供しました。

・スポーツや身体を動かすことをほとんどしない者の割合の目標は達成できませんでしたが、中間評価より2.1ポイント減少しました。

・高齢者の地域活動への参加状況の割合の目標は達成できませんでした。新型コロナウイルス感染症の影響で、事業を縮小あるいは休止せざるを得ない時期もありましたが、高齢者自らの介護予防活動の促進を図るため一般介護予防事業を通して、高齢者の生きがい・やりがいを見出し、社会参加する機会を提供しました。また、地域主体の健康づくりや市の健康チャレンジ事業への取り組みも含めた自主的グループ活動を支援しました。

今後の課題

・身体活動・運動の量が多い者は、少ない者と比較して生活習慣病やうつ病、認知症などの発症や死亡のリスクが低いことが報告されています。そのため、今後も継続して定期的に運動習慣をもつ者の増加を目標として取り組んでいきます。また、引き続き、関係団体と協力し、地域でのスポーツ・レクリエーション活動の機会の提供や環境づくりに取り組みます。

・運動機能の低下は将来的に要介護状態につながります。そのため、ロコモティブシンドロームの予防については、運動機能や栄養、口腔機能などを含めたフレイル予防として取り組みます。

・高齢者にとって、運動機能の維持や心の健康等のために地域の活動に参加することは大切です。そのため、引き続き高齢者が通いの場等の地域活動に参加するように促します。

(3) 休養・こころの健康

① 乳幼児期・学童期・思春期

健康行動	指標
早寝・早起きをしよう	22時までに就寝する5歳児の割合
	睡眠時間が6時間未満の小学5年生の割合（男子・女子）

第2期の評価と主な取組の実績
<p>・22時までに就寝する5歳児の割合の目標はわずかに達成しませんでした。中間評価より1.3ポイント増加しました。5歳児実態調査の結果についてチラシを作成し保護者に早寝早起きの大切さを周知しました。</p> <p>・睡眠時間が6時間未満の小学5年生の割合の目標は達成しましたが、中間評価からは男子では1.0ポイント、女子では0.8ポイント増加しています。要因として、新型コロナウイルス感染症の流行等による全国一斉休校や様々な制限により、規則正しい生活習慣が送ることが難しかったことが考えられます。小学校では病気の予防として、病気は体の抵抗力や生活行動等がかかわり合って起こること、病気の予防には体の抵抗力を高めることが必要であることを指導しました。中学校においては健康な生活と疾病の予防として、健康の保持増進には、年齢生活環境等に応じた食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続ける必要があることを指導しました。</p>
今後の課題
<p>・子どもの健やかな心身の発育・発達のためには、十分な睡眠や生活リズムを整えることが必要です。そのため、早寝・早起きをして生活リズムを整えることについて周知していきます。</p> <p>・学童期・思春期において、睡眠時間を確保することは、健やかな発育・発達や健康の保持増進のために大切です。生涯を通じて健康・安全で活力のある生活を送るための基礎を培うため、小中学校においても、今後も健康教育を継続していきます。</p>

② 青年期・壮年期・高齢期

健康行動	指標
睡眠による休養をとろう	睡眠による休養が十分とれていない者の割合
ストレスと上手につき合おう	ストレスが大いにある者の割合

第2期の評価と主な取組の実績
<p>・睡眠による休養が十分とれていない者の割合の目標は達成しました。専門医による健康教育や睡眠・こころの健康に関する健康相談を実施し、睡眠と生活習慣病予防やこころの健康づくりに取り組みました。また、高齢者等の介護者家族教室を実施し、介護負担の軽減につなげました。</p> <p>・ストレスが大いにある者の割合の目標は達成できませんでした。新型コロナウイルスの感染症拡大防止のため、他者と接する機会の減少や、行動制限などが精神的なストレスの増加につながった可能性があります。相談窓口案内リーフレットを作成し、民生委員児童委員等の地域の方などに配布し、相談機関の周知を図りました。メンタルヘルスチェックシステム「こころの体温計」のサービス提供やゲートキーパーの養成により、こころの健康への関心を高め、悩みや不調の早期発見を促すようにしました。</p>
今後の課題

・睡眠により休養をとれていると感じている休養感は高血圧、糖尿病、心疾患やうつ病等との精神的健康と強く関連することが報告されています。そのため、引き続き休養による健康づくりの普及啓発に取り組みます。

・ストレスは、こころの健康に影響し、うつ病や精神疾患を引き起こします。そのため、悩みや困りごとがある方が、一人で抱え込まずに相談できたり、身近な人が声をかけ支援につながるように、相談窓口の普及啓発の取組を継続します。また、関係機関と協働・連携を図りながら、いのちの尊さの普及啓発も引き続き継続していきます。

(4) 喫煙

① 乳幼児期・学童期・思春期

健康行動	指標
受動喫煙を避けよう	妊娠中及び授乳中の喫煙者の割合
	受動喫煙をしない・させない者の割合

第2期の評価と主な取組の実績

・妊娠中及び授乳中の喫煙者の割合の目標は達成できませんでした。コロナ禍での行動制限などの環境のため、ストレスが溜まってしまったことも要因の一つと考えられます。

・受動喫煙をしない・させない者の割合の目標は達成できませんでした。中間評価より11.3ポイント増加しました。中高生等の未成年者に対して、青少年補導員や関係団体による愛護指導を実施し、未成年者の喫煙防止と受動喫煙防止に取り組みました。

・妊娠届出時では全員に面接を実施し、喫煙状況を確認するとともに、状況に応じ個別相談を行い、たばこに関してのリーフレットも配布しました。

今後の課題

・妊娠中の喫煙は、妊婦自身の妊娠合併症などのリスクを高めるだけでなく、胎児の発育遅延や低出生体重、乳幼児突然死症候群発症などのリスクとなります。妊娠中の喫煙をなくすことが、周産期死亡率や低出生体重児の割合の減少のために重要であるため、引き続き妊娠届出時等に保健指導や情報提供をしていきます。

・乳幼児の受動喫煙は、乳幼児突然死症候群や喘息、呼吸器疾患などの原因になります。そのため、妊娠及び授乳中の喫煙者やその家族に対して、受動喫煙をしない・させない行動がとれるように引き続き保健指導や情報提供をしていきます。また、中高生等の未成年者に対して愛護指導を継続し、未成年者の喫煙防止と受動喫煙防止に取り組みます。

② 青年期・壮年期・高齢期

健康行動	指標
喫煙の害から身を守ろう	喫煙者の割合
	受動喫煙をしない・させない者の割合
	COPD（慢性閉塞性肺疾患）の認知度

第2期の評価と主な取組の実績

- ・喫煙者の割合の目標は達成しました。
- ・受動喫煙をしない・させない者の割合の目標は達成できませんでしたが、中間評価より10.5ポイント増加しました。
- ・ホームページや地元の大学のイベント等で、幅広い世代等に対して、喫煙による健康への影響や生活習慣病と喫煙の関係などの普及啓発をしました。
- ・COPDの認知度の目標は達成できませんでしたが、中間評価より2.1ポイント増加しました。専門医による健康教室等を開催しました。

今後の課題

- ・喫煙は、がん、虚血性心疾患などの循環器疾患、糖尿病、COPDなどの主要なリスク要因です。また、受動喫煙は虚血性心疾患、肺がんなどの原因になります。今後も喫煙者の減少のため、喫煙をやめたい人がやめられるよう、禁煙治療実施医療機関等の周知を図るとともに、禁煙による健康改善効果や禁煙の正しい知識や受動喫煙による健康への影響等の普及啓発に取り組みます。
- ・COPDの原因としては50～80%程度にたばこが関与しており、喫煙者の20～50%がCOPDを発症するとされています。また、COPDの発症には、出生前後・小児期の受動喫煙も影響します。そのため、引き続き、COPDと喫煙の関係等について普及啓発に取り組みます。

(5) 飲酒

① 乳幼児期・学童期・思春期

健康行動	指標
お酒の害から乳児・胎児を守ろう	妊娠中の飲酒の割合
	授乳中の飲酒の割合

第2期の評価と主な取組の実績

- ・妊娠中及び授乳中の飲酒者の割合の目標は達成できませんでしたが、中間評価より妊娠中では1.0ポイント減少、授乳中では0.3ポイント減少し、目標値に近づくことができました。妊娠届出時では全員に面接を実施し、飲酒状況を確認するとともに、状況に応じ個別相談を行いました。
- ・中高生等の未成年者に対して、青少年補導員や関係団体による愛護指導を実施し、未成年飲酒者の防止に取り組みました。

今後の課題

妊娠中の飲酒は、胎児性アルコール症候群などを引き起こす可能性があります。そのため、妊娠届出時等に保健指導や情報提供をしていきます。また、授乳中の飲酒者についても引き続き保健指導等を実施していきます。

② 青年期・壮年期・高齢期

健康行動	指標
適度な飲酒を心がけよう	生活習慣病のリスクを高める量の飲酒者の割合(男性・女性)

第2期の評価と主な取組の実績

生活習慣病のリスクを高める量の飲酒者の割合の目標は、男性、女性ともにわずかに達成しませんでした。ホームページや地元の大学のイベント等で、幅広い世代に適正な飲酒量や食事と飲酒、健康を守るための飲酒のルール等について情報提供しました。また、生活習慣病予防のための適正飲酒量について健康相談等を行いました。

今後の課題

高血圧、脳出血、脂質異常症などの飲酒に関連する多くの健康問題のリスクは、1日平均飲酒量とともにほぼ直線的に上昇し、生活習慣病のリスクを高める飲酒量の閾値は低ければ低いほどよいことも示されています。そのため、引き続き、飲酒についての正しい知識の普及啓発や健康相談等に取り組みます。

(6) 歯と口腔の健康

① 乳幼児期・学童期・思春期

健康行動	指標
むし歯から歯を守ろう	むし歯がない3歳児の割合
	むし歯がない中学1年生の割合
	フッ化物を利用している者の割合

第2期の評価と主な取組の実績

むし歯のない3歳児の割合の目標は達成しましたが、中学1年生の割合の目標は達成しませんでした。むし歯予防に効果的なフッ化物を利用している者の割合は、中間評価後の子育て支援に関するアンケート調査にて同一指標がなくなったため、数値の単純比較による評価はできていません。幼児健診(1歳6か月児、2歳児、3歳児)、むし歯予防教室永久歯萌出期歯科保健事業、保育所や幼稚園等の巡回教室、小学校歯科巡回指導等に取り組みました。

今後の課題

・むし歯のない3歳児の割合は増加していますが、ひとりで多数のむし歯を保有している幼児と二極化の傾向がみられます。フッ化物の利用はむし歯予防に効果的であるため、引き続き予防行動に移せるよう普及啓発をしていきます。また、食習慣にも大きく関係しているため、日常の生活習慣を見直し、健全な乳歯列から永久歯列に導くように取り組みます。

・むし歯がない中学1年生の割合は増加していますが、むし歯や歯周病の予備群が存在しており、歯肉に炎症がある割合は増加しています。そのため、定期健診や自己予防法を理解し、実践するための取組を引き続き行っていきます。

② 青年期・壮年期・高齢期

健康行動	指標
歯磨き上手になろう	歯間清掃用具使用者の割合
歯周病を予防しよう	定期的に歯科検診を受けている者の割合
なんでもよくかんで食べよう	60歳代のそしゃく満足者の割合
歯と口腔の健康に関心を持とう	歯や口腔の健康に気を付けている高齢者の割合

第2期の評価と主な取組の実績

・歯間清掃用具の使用者の割合、60歳代のそしゃく満足者の割合の目標は達成しました。定期的に歯科検診を受けている者の割合は、年々増加しているものの目標は達成できませんでした。

・歯や口腔の健康に気を付けている高齢者の割合は、中間評価後の平塚市高齢者福祉計画調査にて同一指標がなくなったため、数値の単純比較による評価はできていません。一方、同調査の「普段の介護予防への取組」として「口の中を清潔にしている（歯磨き・うがいなど）」と回答した者が71.6%となっています。施策としては、令和2年度からオーラルフレイル予防を目的とした普及啓発を高齢者よろず相談センター及び学術機関と連携し取り組みました。また、健康相談での保健指導や高齢者のサロン等で口腔機能の重要性を周知しました。

今後の課題

生涯にわたり、自分の歯を維持することは、「食べる」ということだけでなく、「話す」、「表情をつくる」など生活の質に大きく関連します。そのため、自分の歯を健康に保つことにつながるように、若い世代から定期的に歯科検診を受けたり、自分自身で歯や歯肉の変化に気づく自己観察習慣や予防法を理解し実践することを、今後も継続して普及啓発していきます。

生活習慣病の重症化予防

(1) がん

健康行動	指標
定期的ながん検診を受けよう	がん検診の受診率

第2期の評価と主な取組の実績

がん検診の受診率の目標はわずかに達成できませんでしたが、検診受診者は増加しました。新型コロナウイルス感染症により集団検診を一時期中止せざるを得ない期間もありましたが、感染症予防対策の徹底を図りながら、関係団体と連携して取り組みました。また、特定健康診査との同時受診の周知や応募方法の工夫、イベントとの同時開催など、受診率の向上に取り組みました。

今後の課題

・がんは死亡原因の第1位であり、がん検診を受診し早期に発見、治療することが重要です。また、受診率向上には、集団検診の回数、医療機関検診を増やすとともに、商業施設等での検診の定例化やネット予約の導入など便利で利用しやすい環境づくりを行う必要があります。そのため、若年層への検診の普及啓発や受診する環境を整えていきます。

(2) 生活習慣病

健康行動	指標
年に1回は健康診断を受けよう	特定健康診査の受診率
	特定保健指導の実施率
	年に1回健康診断を受けている割合

第2期の評価と主な取組の実績

・特定健診の受診率の目標は達成しませんが、中間評価より1.6ポイント増加しまし

た。令和2年度以降は、新型コロナウイルス感染症の影響により医療機関受診を控える状況がありましたが、特定健診受診率は落ち込まずに経過しました。受診率向上の対策として、ナッジ理論を活用した通知の工夫、年2回の受診勧奨通知発送及び受診勧奨優先度による電話勧奨などを実施しました。

- ・特定保健指導の実施率の目標は達成しませんでした。中間評価より3.0ポイント増加しました。民間企業の委託事業として、分かりやすい案内通知やネット予約を導入しました。また、人間ドックの実施医療機関で、特定保健指導の同日実施等を工夫しました。

- ・年に1回健康診断を受けている割合の目標は、わずかに達しませんでした。関係各課や関係機関と連携し、特定健康診査や人間ドック、後期高齢者健診等の健康診断の受診率の向上に取り組みました。

今後の課題

- ・生活習慣病の発症予防・重症化予防のために、健診実施体制を見直し市民が受診しやすい環境を整え、特定健康診査等の受診率の向上に取り組めます。

- ・特定保健指導については、生活習慣の改善を行うきっかけとするため、医療機関とのさらなる連携の強化を図り、保健指導率の向上に取り組めます。

令和5年度 第3次健康増進計画スケジュール

資料4

時期		作業・会議等	内容
6月	30日	市民アンケート結果HP公開	1次素案作成
7月	31日	健康増進計画推進部会①	10:00～11:30 本庁舎 720(1)会議室
8月	10日	市民健康づくり推進協議会①	14:00～15:30 保健センター
	下旬	第1次素案	会議意見より加除修正
9月	下旬	健康増進計画推進部会②（書面）	
10月	5日	市民健康づくり推進協議会②	14:00～15:30 保健センター
	上旬	両副市長面談	素案及び今後の予定について説明。 パブコメにかける素案及び庁議に報告するための了承を得る。
11月	7日	庁議（報告事項）	パブコメの実施について報告する （素案の承認を受ける）
	中旬	定例行政報告会	パブコメ実施について議員へ情報提供する
	下旬	広報掲載（11月第3金曜日号）	パブコメ募集記事掲載、ホームページ掲載
	21日	パブコメ実施	1次素案に対するパブコメ実施 11月21日（火）～12月25日（月）
12月	25日		
1月	上・中旬	健康増進計画推進部会③	本庁舎 会議室（予定）
	中旬	市民健康づくり推進協議会③	14:00～15:30 保健センター 最終案について承認を得る
	下旬	両副市長（市長）面談	パブコメへの市の考えと計画（案）について説明する 最終案確定
2月	6日	庁議（報告事項）	
	下旬	定例行政報告会	
3月	中旬	パブコメ実施結果公表	報道発表、ホームページ作成・修正
令和6年 4月	上旬	計画施行	第3次健康増進計画の実施と進行管理

基本理念：共に取り組む生涯を通じた健康づくり・食育推進

基本目標(最終成果) **健康寿命の延伸**

第3次 平塚市健康増進計画

第3次 平塚市食育推進計画

中間成果 ライフステージ・ライフスタイルに応じた健康づくりや健康課題の改善

中間成果 ライフステージ・ライフスタイルに応じた自然に健康になれる食育

直接成果 健康的な生活習慣の実践・意識や行動の変化

直接成果 持続可能な健康づくりを実践できる環境づくり

生活習慣の改善に向けた取組

- ・栄養・食生活 ・歯と口腔の健康
- ・身体活動・運動
- ・休養・こころの健康
- ・喫煙 ・飲酒

生活習慣病（高血圧等）の発症予防・重症化予防に向けた取組

- ・がん
- ・生活習慣病（高血圧等）

生活機能の維持・向上に向けた取組

健康に望ましい行動をとりやすくする食育

- ・生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進
- ・地域の特性を活かした食育の推進

横断的な取組

- ・ライフステージ・ライフスタイルに応じた健康づくり・食育の推進
- ・市民の協働・産学官連携による健康づくり・食育の推進
- ・デジタル技術を活用した健康づくり・食育の推進

連動

番号	健康日本21（第3次）			平塚市健康増進計画（第3次）（案）				担当課
	目標	指標	出典	健康行動	ライフステージ	指標	出典 / 備考等	
1 健康寿命の延伸と健康格差の延伸に関する目標				1 健康寿命の延伸：体系図の基本目標				
1	健康寿命の延伸	日常生活に期限のない期間の平均	国民生活基礎調査（大規模調査）	・計画の体系図で基本目標として「健康寿命の延伸」を位置付ける ・第1章「平塚市の現状」で平均寿命と平均自立期間（要介護2以上）を示す			KDBデータ	
2 個人の行動と健康状態の改善に関する目標				2 健康づくり運動の推進				
(1) 生活習慣の改善				(1) 生活習慣の改善に向けた取組				
① 栄養・食生活				① 栄養・食生活				
2	児童・生徒における肥満傾向児の減少	児童・生徒における肥満傾向児の割合	学校保健統計調査	適正体重を目指そう	乳幼児期	3歳児肥満度15%以上の割合	3歳児健康診査	健康課
3						5歳児肥満度15%以上の割合	5歳児肥満度調査	健康課
4					学童期	小学5年生肥満傾向児の割合（男子）（女子）	全国体力・運動能力、運動週間等調査	教育指導課
5					青年期	20～30歳代の女性のやせ（BMI18.5～25未満）の割合	妊娠届	健康課
6	適正体重を維持している者の増加（肥満、若年女性のやせ、低栄養傾向の高齢者の減少）	BMI18.5以上25未満（65歳以上はBMI20を超え25未満）の者の割合	国民健康・栄養調査		壮年期	40～50歳代の肥満者の割合（男性）	KDBデータ	健康課
7					壮年期	40～50歳代の肥満者の割合（女性）	KDBデータ	健康課
8					高齢期	低栄養傾向（BMI20以下）の割合（65歳以上）	KDBデータ（後期高齢者健診）	保険年金課
9	バランスの良い食事を摂っている者の増加	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の者の割合	国民健康・栄養調査（20歳以上）		主食・主菜・副菜をそろえた食事をとることを心がけよう	10～80歳代	バランスの良い食事を摂っている者の増加	食育推進計画
10	野菜摂取量の増加	野菜摂取量の平均値						
11	果物摂取量の増加	果物摂取量の平均値						
12	食塩摂取量の減少	食塩摂取量の平均値					減塩を心がけている人の割合	

② 歯・口腔の健康				② 歯と口腔の健康				
13				むし歯を予防しよう	乳幼児期	3歳でむし歯のない者の割合の増加	3歳児健康診査	健康課
14						3歳でむし歯が4本以上ない者の割合	3歳児健康診査	
15	歯周病を有する者の減少	40歳以上における歯周炎を有する者の割合	歯科疾患実態調査	むし歯や歯周病を予防しよう	学童期	12歳児でむし歯のない者の割合	学校歯科保健統計	健康課・学務課
16						12歳児で歯肉に炎症がない者の割合	学校歯科保健統計	
17					15歳未満でフッ化物の応用の経験がある者の割合【調整中】	3歳児健康診査		
18					青年期～高齢期	歯間清掃用具を使用している者の割合	平塚市民の健康意識及び食育推進のためのアンケート調査	
19					壮年期～高齢期	40歳以上における進行した歯周病を有する者の割合	成人歯科健診	健康課
20						過去1年間に歯科検診を受診した者の割合	平塚市民の健康意識及び食育推進のためのアンケート調査	
21	よく噛んで食べることができる者の増加	50歳以上における咀嚼良好者の割合	国民健康・栄養調査	よく噛んで食べよう	壮年期	60歳で自分の歯を24本以上有する者の割合の増加	成人歯科健診	健康課
22	歯科検診の受診者の増加	過去1年間に歯科検診を受診した者の割合	歯科疾患実態調査又は国民健康・栄養調査		壮年期～高齢期	50歳以上(50～74歳)のそしゃく満足度の割合	KDBデータ	
23				よく噛んで食べよう	高齢期	なんでも不自由なくよく噛んで食べることができる高齢者(75歳以上)の割合	KDBデータ(後期高齢者健診)	保険年金課
24						オーラルフレイルについて知ろう	オーラルフレイルの認知度	
③ 身体活動・運動				③ 身体活動・運動				
25	運動やスポーツを習慣的に行っていないこどもの減少	1週間の総運動時間(体育授業を除く)が60分未満の児童の割合	スポーツ庁 全国体力・運動能力、運動習慣等調査	楽しく身体を動かそう	乳幼児	休日に2時間以上の外遊びをする3歳児の割合	3歳児健診	健康課
26				楽しく身体を動かそう	学童期	小学5年生/中学2年生の週420分以上の運動時間の割合	全国体力・運動能力、運動習慣等調査	教育指導課
27	運動習慣者の増加(1回30分以上の運動を週2回以上実施し、1年以上継続している者の割合)	運動習慣者の割合(令和14年度目標値) 20～64歳:男女30% 65歳以上:男女50%	国民健康・栄養調査	定期的に運動しよう	青年期～高齢期	1回30分週2日以上を1年以上継続している者の割合(20～59歳)割合(男女)	平塚市民の健康意識及び食育推進のためのアンケート調査	健康課
④ 休養・睡眠				④ 休養とこころの健康				
28				早寝早起きをしよう	乳幼児期	22時より前に就寝する5歳児の割合	5歳児の生活実態調査	健康課

29				早寝早起きをしよう	学童期	睡眠時間が6時間未満の小学5年生の割合(男子)(女子)	全国体力・運動能力、運動習慣等調査	教育指導課
30	睡眠で休養がとれている者の増加	睡眠で休養がとれている者の割合(「十分とれている」又は「まあとれている」と回答した者)	国民健康・栄養調査	睡眠で十分な休養をとろう	青年期～高齢期	睡眠で休養がとれている者の割合	平塚市民の健康意識及び食育推進のためのアンケート調査 参考：KDBデータ	健康課
31				ストレスに気づき適切に対処しよう	青年期～高齢期	悩みやストレスを感じたときに「相談できるところを知らない」、「相談したいところがない」者の割合	地域福祉に関する市民意識調査	福祉総務課
⑤ 飲酒				⑤ 飲酒				
32				妊娠中の飲酒はやめよう	妊娠期	妊婦の飲酒者の割合	妊娠届	健康課
33	生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の減少	1日当たりの純アルコール摂取量が男性40g以上、女性20g以上の者の割合	国民健康・栄養調査	適度な飲酒量を守ろう	青年期～高齢期	生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合(男性)(女性)	平塚市民の健康意識及び食育推進のためのアンケート調査 参考：KDBデータ	健康課
34	20歳未満の者の飲酒をなくす	中学生・高校生の飲酒者の割合	厚生労働科学研究所による調査				教育指導課の保健教育 青少年課の愛護指導	計画案では、必要性を文章で示す
⑥ 喫煙				⑥ 喫煙				
35	妊娠中の喫煙をなくす	妊婦の喫煙率	こども家庭庁母子保健課調査	妊娠中の喫煙はやめよう	妊娠期	妊婦の喫煙者の割合	妊娠届	健康課
36	喫煙率の減少(喫煙をやめたい者がやめる)	20歳以上の者の喫煙率	国民健康・栄養調査	たばこをやめたい喫煙者は禁煙にチャレンジしよう	青年期～高齢期	喫煙者数の割合	平塚市民の健康意識及び食育推進のためのアンケート調査 参考：KDBデータ	健康課
37	20歳未満の者の喫煙をなくす	中学生・高校生の喫煙者の割合	厚生労働科学研究所による調査				教育指導課の保健教育 青少年課の愛護指導	計画案では、必要性を文章で示す

(2) 生活習慣病の発症予防・重症化予防			(2) 生活習慣病の発症予防・重症化予防に向けた取組					
① がん			① がん					
38	がん検診の受診率の向上	がん検診の受診率	国民生活基礎調査(大規模調査)	定期的に健診を受けよう	青年期～高齢期	がん検診の受診率	地域保健報告	健康課
② 循環器病			② 生活習慣病(高血圧等)					

39	脳血管疾患・心疾患の年齢調整死亡率の減少	脳血管疾患・心疾患の年齢調整死亡率（人口10万人当たり）	人口動態統計	第1章「平塚市の現状」で脳血管疾患・心疾患の年齢調整死亡率を示す			神奈川県衛生統計年報	
40	高血圧の改善	収縮期血圧の平均値（40歳以上、内服治療中の者を含む）	国民健康・栄養調査	検査結果に応じた生活習慣の改善・早期受診・治療を継続しよう	壮年期～高齢期	特定健診受診者の高血圧Ⅱ度以上の者の割合	KDBデータ （データヘルス計画と調整）	保険年金課
41	脂質（LDLコレステロール）高値の者の減少	LDLコレステロール160mg/dl以上の者の割合（40歳以上、内服治療中の者を含む）			壮年期～高齢期	【LDLコレステロールに関する指標】	KDBデータ	保険年金課
42	メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少	メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の人数	特定健診・特定保健指導の実施状況	【栄養・食生活】 適正体重を目指そう	青年期～壮年期	40～50歳代の肥満者の割合（男性）（女性）	KDBデータ （データヘルス計画と調整）	健康課
43				検査結果に応じた生活習慣の改善・早期受診・治療を継続しよう	壮年期	【メタボに関する指標】	KDBデータ	保険年金課
44	特定健康診査の実施率の向上	特定健康診査の実施率		1年に1回健康診査を受けよう	壮年期～高齢期	特定健康診査の受診率	法定報告	保険年金課
45	特定保健指導の実施率の向上	特定保健指導の実施率		壮年期～高齢期	特定保健指導の実施率	法定報告	保険年金課	
③ 糖尿病								
46	糖尿病の合併症（糖尿病腎症）の減少	糖尿病腎症の年間新規透析導入患者数	日本透析学会	検査結果に応じた生活習慣の改善・早期受診・治療を継続しよう	壮年期～高齢期	【糖尿病に関する指標】	データヘルス計画との整合性 KDBデータ	保険年金課
47	治療継続者の増加	治療継続者の割合	国民健康・栄養調査					
48	血糖コントロール不良者の減少	HbA1c8.0%以上の者の割合	NDBオープンデータ					
49	糖尿棒有病者の増加の抑制	糖尿棒有病者数（糖尿病が強く疑われる者）の推計値	国民健康・栄養調査					
④ COPD								
50	COPDの死亡率の減少	COPDの死亡率（人口10万人当たり）	人口動態統計	【喫煙】COPDについて知ろう	青年期～高齢期	COPDの認知度	平塚市民の健康意識及び食育推進のためのアンケート調査	健康課
（3）生活機能の維持・向上				（3）生活機能の維持・向上に向けた取組				
51	ロコモティブシンドロームの減少	足腰に痛みのある高齢者の人数（65歳以上）	国民生活基礎調査（大規模調査）	「フレイル」予防の取組を記載				保険年金課

52	骨粗しょう症検診受診率の向上	骨粗しょう症検診受診率	日本骨粗鬆症財団報告	骨粗しょう症予防のための骨密度測定について文章で取組を記載				健康課
3 社会環境の質の向上に関する目標								
(1) 社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上								
53	地域の人々とのつながりが強いと思う者の増加	地域の人々とのつながりが強いと思う者の割合	国民健康・栄養調査	【身体活動・運動】地域活動に参加しよう	高齢期	地域活動に参加している者の割合	高齢者福祉計画アンケート調査	地域包括ケア推進課
54	地域等で共食している者の増加	地域等で共食している者の割合		/			各福祉計画（子ども子育て・高齢者福祉計画）と連携	
55	心のサポーター数の増加	心のサポーター数	障害保健福祉部 精神・障害保健課調査	★再掲【休養とこころの健康】ストレスに気づき適切に対処しよう	青年期～高齢期	悩みやストレスを感じたときに「相談できるところを知らない」、「相談したいところがない」者の割合	地域福祉に関する市民意識調査	福祉総務課
(2) 自然に健康になれる環境づくり								
56	望まない受動喫煙の機会を有する者の減少	望まない受動喫煙（家庭・職場・飲食店）の機会を有する者の割合	国民健康・栄養調査	【再掲】妊娠中の喫煙はやめよう/やめたい喫煙者は禁煙にチャレンジしよう	青年期～高齢期	受動喫煙をしない・させない者の割合	平塚市民の健康意識及び食育推進のためのアンケート調査	健康課
4 ライフコースアプローチを踏まえた健康づくりに関する目標								
(1) こども			(1) こども					
57	運動やスポーツを習慣	1週間の総運動時間（体育授業を除く）が60分未満の児童の割合	スポーツ庁 全国体力・運動能力、運動習慣等調査	★再掲【身体活動・運動】楽しく身体を動かそう	乳幼児	休日に2時間以上の外遊びをする3歳児の割合	3歳児健診	健康課
58	行っていないこどもの減少（再掲）				学童期	小学5年生/中学2年生の週420分以上の運動時間の割合	全国体力・運動能力、運動習慣等調査【教育指導課】	教育指導課
59	児童・生徒における肥満傾向児の減少（再掲）	児童・生徒における肥満傾向児の割合	学校保健統計調査	★再掲【栄養・食生活】適正体重を目指そう	学童期	小学5年生肥満傾向児の割合	全国体力・運動能力、運動習慣等調査【教育指導課】	教育指導課
60	20歳未満の者の飲酒をなくす（再掲）	中学生・高校生の飲酒者の割合	厚生労働科学研究による調査	/			・教育指導課の保健教育 ・青少年課の愛護指導	計画案では、必要性を文章で示す
61	20歳未満の者の喫煙をなくす（再掲）	中学生・高校生の喫煙者の割合		/			・教育指導課の保健教育 ・青少年課の愛護指導	
(2) 高齢者			(2) 高齢者					
62	低栄養傾向の高齢者の減少	BMI20以上の高齢者（65歳以上）の割合	国民健康・栄養調査	★再掲【栄養・食生活】適正体重を目指そう	高齢期	低栄養傾向（BMI20以下）の割合（65歳以上）	KDBデータ	保険年金課

63	ロコモティブシンドロームの減少（再掲）	足腰に痛みのある高齢者の人数（65歳以上）	国民生活基礎調査（大規模調査）	★再掲「フレイル」予防の取組を記載				保険年金課
64	社会活動を行っている高齢者の増加（社会活動を行っている者の増加の一部を再掲）	いずれかの社会活動（就労・就学を含む）を行っている高齢者の割合	国民健康・栄養調査	★再掲【身体活動・運動】地域活動に参加しよう	高齢期	地域活動に参加している者の割合	高齢者福祉計画アンケート調査	地域包括ケア推進課
(3) 女性			(3) 女性					
65	妊娠中の喫煙をなくす（再掲）	妊婦の喫煙率	こども家庭庁母子保健課調査	★再掲【喫煙】妊娠中の喫煙はやめよう	妊娠期	妊婦の喫煙率	妊娠届	健康課
66	若年女性のやせの減少（適性体重を維持している者の増加の一部を再掲）	BMI18.5未満の20歳～30歳代の女性の割合	国民健康・栄養調査	★再掲【栄養・食生活】適正体重を目指そう	青年期～成人期	20～30歳代の女性のBMI18.5～25未満の割合	妊娠届	健康課
67	生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の減少（再掲）	1日当たりの純アルコール摂取量が女性20以上の者の割合	国民健康・栄養調査	★再掲【飲酒】適度な飲酒量を知り飲み過ぎないようにしよう	青年期～高齢期	生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合	平塚市民の健康意識及び食育推進のためのアンケート調査 KDBデータ	健康課
68	骨粗しょう症検診受診率の向上（再掲）	骨粗しょう症検診受診率	日本骨粗鬆症財団報告	★再掲 骨粗しょう症予防のための骨密度測定について文章で取組を記載				健康課