

4. 健康増進計画

健康寿命の更なる延伸に向けて 市民みんなで健康づくり

健康増進計画 基本目標

基本目標：健康寿命の更なる延伸に向けて 市民みんなで健康づくり

国では「すべての国民がともに支え合い、健やかで心豊かに生活できる活力ある社会の実現」を目指すべき姿として、「21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21）」を策定し、国民の健康の増進の推進に関する基本的な方向や、その目標に関する事項等を定めました。

本市では、生活習慣病^{*46}の発症予防と重症化予防、次世代の健康づくり等、少子化および高齢化の進展、疾病構造の変化を踏まえつつ、健康寿命の延伸の実現に向け取り組んできました。

生活習慣については、ライフステージに応じた健康な生活習慣への支援を行ってきましたが、健康な生活習慣が定着するためには、子どものときからの健康づくり、若い世代の健康づくりが重要になります。

「坂井市第3次健康増進計画」（以下、「本計画」という。）では、生涯を通じた健康な生活習慣を推進するため、「健康寿命の更なる延伸に向けて 市民みんなで健康づくり」を基本目標に市民の健康状況と課題を把握し、その解決を図るための取組をすすめます。

健康増進計画 体系図

基本目標

健康寿命の更なる延伸に向けて 市民みんなで健康づくり

基本施策 1 市民の主体的な健康づくりの推進

- (1) 市民の健康づくりへの関心の強化
- (2) 地域社会で健康づくりの仕組みを支える活動グループや人材の育成

基本施策 2 生涯通じての生活習慣病等発症予防・重症化予防にかかる保健事業の推進

- (1) 健康診査・がん検診受診のための取組の推進
- (2) 健やかな親子の健康づくり
- (3) 健康に関する生活習慣改善のための取組の推進

基本施策 3 医療・保健・福祉の連携強化と拡大

- (1) 母子の健全な発育発達のための連携の充実
- (2) 高齢者の保健事業のための連携の充実
- (3) 地域医療と救急体制の充実

基本施策

1. 市民の主体的な健康づくりの推進

現状と課題

市民の主体的な健康づくりの推進のためには、個人の努力はもとより、身近な地域の活動が重要です。市民の健康づくりを地域社会全体で支援するためには、行政や幅広い関係者の連携が不可欠であり、市民・地域・行政が一体となって取り組むことが必要です。

本市では健康都市宣言を行い、市民自らが主体的に生活習慣の改善や健康づくりに取り組むため「プラスマイナスチャレンジ」を行動目標として推進してきました。しかし、アンケート調査で「プラスマイナスチャレンジ」の3つの目標をすべて知っていた人の割合は7.6%であり、健康に対し無関心な人がまだ多いことが推察される現状です。

今後においても、市民一人ひとりが健康づくりへの関心を持ち、地域ぐるみで協働して健康づくりができるようネットワークを構築し、地域に定着・発展させ、より一層社会全体で取り組んでいくことが重要です。

プラスマイナスチャレンジとは



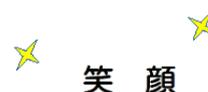
野菜 ^{プラス} + 1皿



運動 ^{プラス} + 10分



塩分 ^{マイナス} - 3g



笑顔



① 野菜を1日1皿増やそう

小皿1皿分（70g）の野菜を増やしましょう。

② 運動を1日10分増やそう

10分多く歩くと約1,000歩の増加につながります。

③ 食塩を1日3g減らそう

加工食品の「目に見えにくい食塩」や食べ過ぎに注意しましょう。

推進項目（１）

市民の健康づくりへの関心の強化

市民一人ひとりが健康づくりへの関心と意欲を高めるとともに、家庭や地域ぐるみでの健康づくりを推進し、主体的な活動を後押しするための取組を行います。

- 1) 健康づくりへの自発性を高める支援
 - ライフステージに応じた多様な広報手段を活用した啓発
 - 健康行動実践・体験等による啓発
 - プラスマイナスチャレンジの普及
- 2) 楽しみながら健康づくりを行える仕組みづくり
 - 健康アプリの普及、継続利用促進のための内容の充実
 - 健康イベントの充実

推進項目（２）

地域社会で健康づくりの仕組みを支える活動グループや人材の育成

地域の健康づくりを推進する担い手となるグループや人材の育成等を通じて、地域、企業、学校その他関係機関等と連携し、健康づくりを支える環境の充実を図ります。

- 1) 地域での健康づくりを支える人材の育成・支援
 - 健康サポーター*21・食生活改善推進員*37・母子保健推進員*75・スポーツ推進委員*44の育成と健康づくり活動の普及
- 2) 健康づくりの仕組みを支える団体等との協働による健康づくりの推進
 - 健康なまちづくり推進協議会との連携
 - 医師会・歯科医師会等との連携強化
 - 健康づくり関係団体との連携協定事業の推進
 - 地域、関係機関との連携・協力による健康づくりの推進

健康アプリ **歩こっさ+**

坂井市が独自で開発したスマートフォンアプリです。歩数計や脳トレ、お知らせ等の機能があります。歩数や健康づくりに関する取組に応じてポイントを貯め特典と交換したり、仲間同士でグループを作成し歩数ランキングを競ったりできます。

手軽に楽しみながら健康づくりができるので、市民が自主的に継続して行える健康づくりの手段として期待されています。



2. 生涯通じての生活習慣病等発症予防・重症化予防にかかる保健事業の推進

現状と課題

健康づくりについては、成人はもとより、子どもや若者にも食生活や運動不足に起因する生活習慣病の増加が問題となっています。疾病の予防に努め、健康寿命を延伸するとともに、生活の質の向上を図ることが重要です。生活習慣病を予防するためには子どものときからの健康的な生活習慣づくりとその定着が重要です。

また、高齢化が更に進展するなかにおいては、要介護や死亡の原因の上位を占める生活習慣病の早期発見や早期治療、重症化予防が必要です。

定期的な健康診査の受診状況についてのアンケート調査では、「毎年受けている」は全体で7割台半ばとなっており、前回調査と比較すると、「毎年受けている」は4.1ポイント増加しています。しかし、本市の平成26年から平成30年の標準化死亡比※1は急性心筋梗塞と糖尿病が高くなっています。急性心筋梗塞は、男性153.4 女性175.5であり、糖尿病は、男性167.3 女性141.8です。

自身の健康状態を把握するためには定期的・継続的に健康診査やがん検診を受診することが不可欠であり、市民一人ひとりが健康に関心を持ち続けることの重要性がうかがえます。

更に、生涯を通じての健康づくりを推進するためには、将来を担う次世代の健康を支えることが重要です。子どもが成長し親となり、更に次の世代を育むという循環において、子ども時代の健やかな発育や生活習慣の形成は生涯を通じた健康づくりの基礎となるからです。

次世代を含めたすべての人の健やかな生活習慣の形成が求められます。

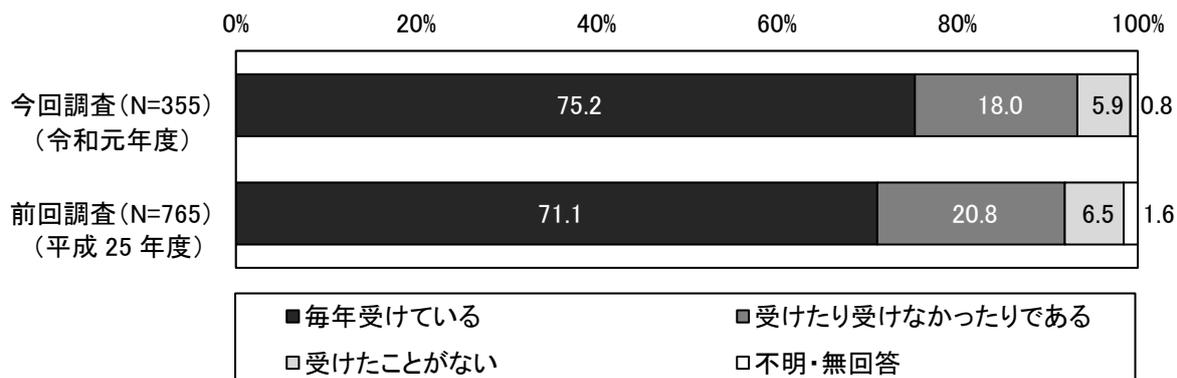


図1 定期的な健康診査（健診）の受診状況について（健康増進アンケート）

※1 標準化死亡比は、基準死亡率（人口10万対の死亡数）を対象地域に当てはめた場合に、計算により求められる期待される死亡数と実際に観察された死亡数とを比較するものである。我が国の平均を100としており、標準化死亡比が100以上の場合は我が国の平均より死亡率が高いと判断され、100以下の場合は死亡率が低いと判断される。

推進項目（１）

健康診査・がん検診受診のための取組の推進

生活習慣病の原因ともいわれる、脂質異常症、高血糖、高血圧、肥満等の危険因子を遠ざける取組と重症化を予防するための対策を推進します。

１）生活習慣病・がんの予防対策の推進

○知識の普及啓発

- ・健康教室・健康相談の実施
- ・広報・ホームページ等の充実
- ・連携協定による健康づくり事業協働啓発（事業所出前健康講座、チラシ配布等）

○早期発見・早期治療と重症化予防

- ・健康診査・がん検診の実施
- ・健診要指導者への保健指導の充実

○健康診査・がん検診受診率の向上

- ・受診勧奨の徹底
- ・健康診査・がん検診費用の助成
- ・受診しやすい環境整備（子どもの一時預かり・手話通訳者の配置）
- ・健康診査・がん検診の休日実施

推進項目（２）

健やかな親子の健康づくり

安心して子どもを産み育てることができるように、妊娠・出産・子育て期にわたり、継続的な支援を提供することができる体制づくりを目指します。

１）妊娠・出産・子育て期にわたる切れ目ない支援

○妊娠前の健康教育の充実

- ・思春期教室の実施

○妊娠・産後期の健康管理の充実

- ・妊娠届出・母子健康手帳の交付
- ・母子手帳アプリの活用
- ・妊婦健康診査の実施および妊婦歯科健康診査の受診勧奨
- ・両親学級の実施
- ・産後ケア事業の実施
- ・家庭訪問（妊婦・産婦）の実施
- ・医療機関との情報連携

○乳幼児期の健康管理の充実

- ・乳児健康診査の実施
- ・幼児健康診査の実施
- ・育児相談の実施
- ・歯と離乳食の教室の実施
- ・家庭訪問（乳児・幼児）の実施
- ・医療機関との情報連携

○子育て世代包括支援センターの機能強化

- ・妊娠・出産・子育て期にわたる相談
- ・特にフォローが必要な親子への支援

2) 適切な生活習慣の基礎の確立

- 各種母子保健事業を通した生活リズムや生活習慣についての指導

母子手帳アプリ

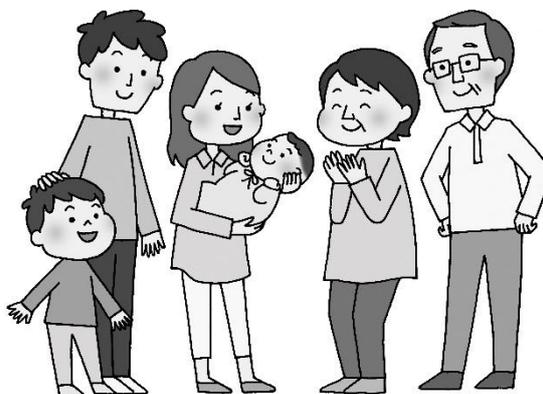
すくすく坂井っ子 by 母子モ



妊娠から出産、子育て期までをフルサポートするスマートフォンアプリで、全国で広く導入されている「母子モ」の坂井市版です。

妊娠・出産・育児のアドバイスや坂井市の子育て情報の配信、予防接種の予定日のお知らせ機能等があります。

また、妊娠中のお母さんと赤ちゃんの体重が自動でグラフ化されたり、写真やコメントと一緒に成長日記を記録したりできるので、家族で情報共有しながら子育てを楽しめるツールとなっています。



推進項目（3）

健康に関する生活習慣改善のための取組の推進

生活習慣病の発症および重症化のリスクの排除等、市民一人ひとりが生活習慣を改善し健康づくりを推進していくためには、生活習慣の基礎となる、「栄養・食生活」「身体活動・運動」「休養・こころの健康」「歯・口腔の健康」「喫煙」「飲酒」といった6つの分野に関し取り組んでいくことが必要です。

また、今後は、介護予防事業と一体的に行われる高齢者の保健事業や、新しい生活様式^{*5}を重視した感染症予防事業においても、充実した取組が必要となってきます。

■栄養・食生活

<現状と課題>

生活習慣病の発症予防および重症化予防のためには、体重・血圧・血糖等のコントロールが重要であり、そのための「栄養・食生活」は重要な要素となります。

本市では「プラスマイナスチャレンジ」で推奨されている野菜摂取増と食塩摂取減の取組を重点的に行っています。

アンケート調査では、自分の食生活について、「少し問題がある」と回答した人が約3割、「今よりよくしたい」と回答した人が約4割となっています。

また、週あたりの朝食を食べる頻度については、「毎日食べる」と回答した人が約8割となっていますが、「ほとんど食べない」と回答した人も7%存在しています。特に20歳代では、「毎日食べる」と回答した人が6割台とほかの年代に比べ低くなっています。

更に、主食、主菜、副菜を組み合わせた食事を1日2回以上食べるかについては、「毎日食べる」人は4割台半ばとなっている一方、「ほとんど食べない」と回答した人も約7%となっています。

今後は、若年層等、健康に関心の低い層に対し食生活改善を促すことが重要です。

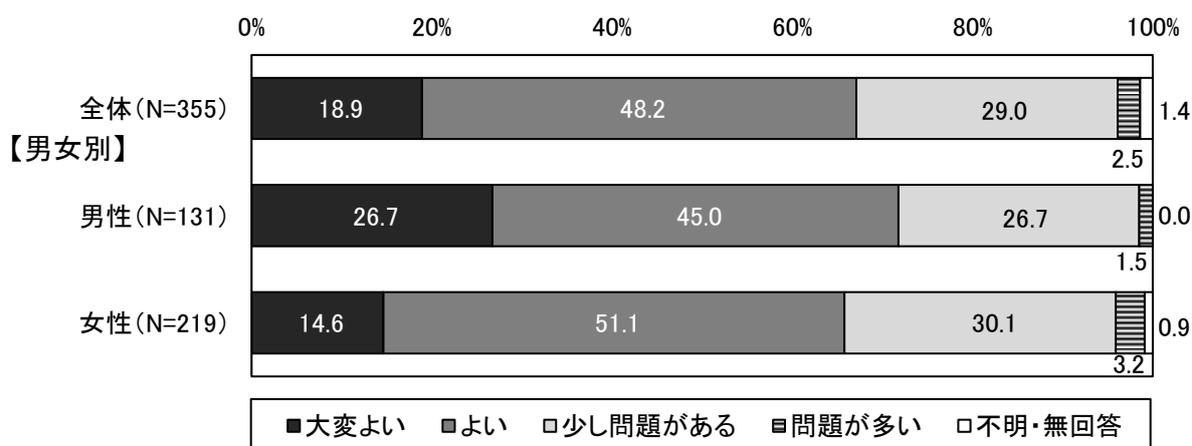


図2 自分の食生活について（健康増進アンケート）

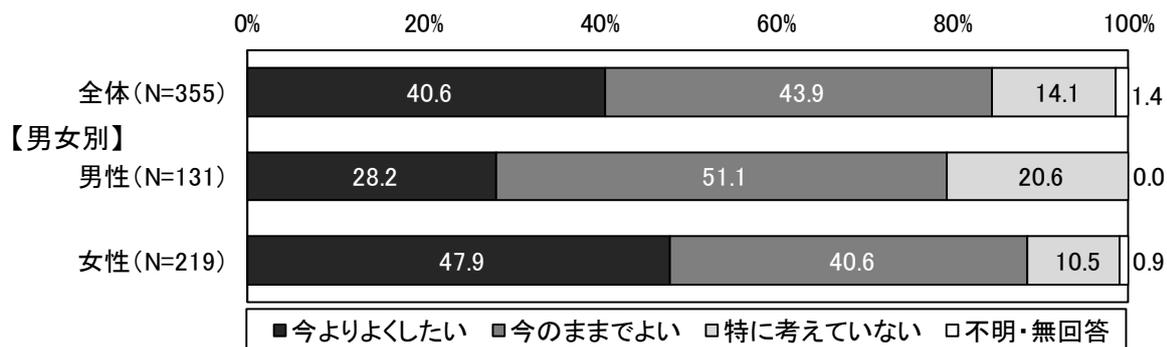


図3 自分の食生活における、今後の改善について（健康増進アンケート）

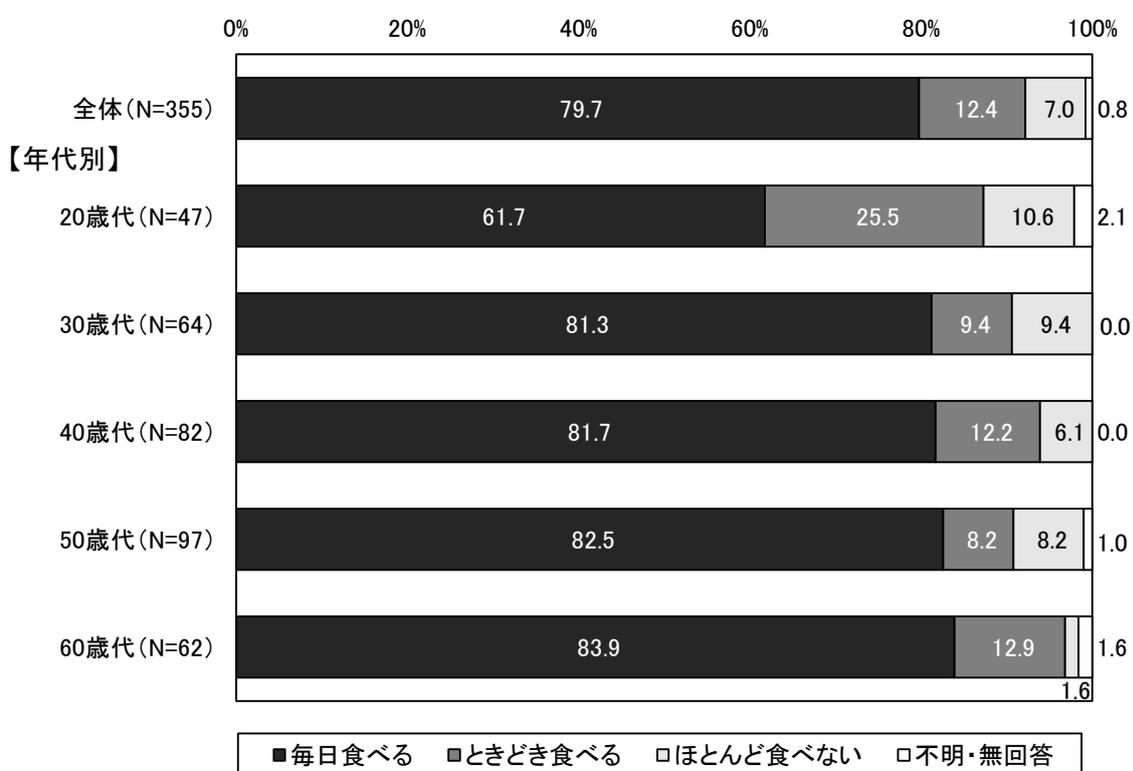


図4 週あたりの朝食を食べる頻度（健康増進アンケート）

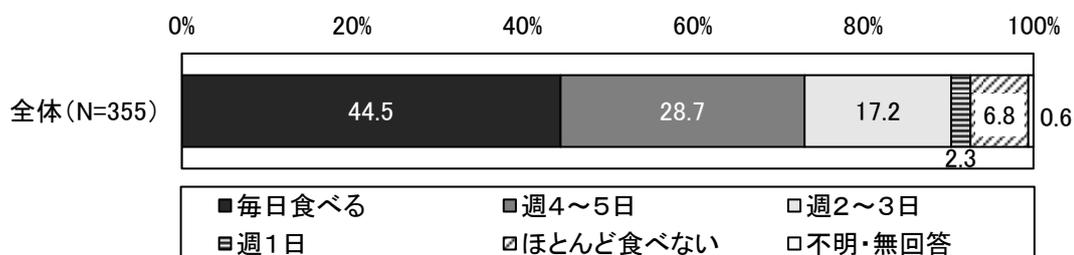


図5 主食、主菜、副菜を組み合わせた食事を1日2回以上食べる回数（健康増進アンケート）

<目標実現のための取組>

「栄養・食生活」における生活習慣改善の推進

○食生活改善のための普及啓発の推進

- ・プラスマイナスチャレンジ（1日あたり野菜プラス70g・食塩マイナス3g）の推進
- ・望ましい食事や栄養についての知識の普及
- ・ライフステージに応じた啓発の強化
- ・食生活改善推進員や健康サポーターによる地域での普及活動の推進
- ・高齢者の低栄養予防や生活習慣病予防・重症化予防のための啓発

■身体活動・運動

<現状と課題>

身体活動や運動を習慣的に行うことは、生活習慣病の発症・重症化の予防につながり、健康寿命の延伸にも結びつきます。

身体活動や運動を行う意義・目的は年代によって異なってくることから、それに応じた身体活動・運動の普及啓発も必要です。

アンケート調査では、日常生活のなかで意識的に体を動かすことについて、「ときどきこころがけている」が53.5%で最も高くなっています。

一方、「こころがけていない」は24.5%となっており、前回調査と比較すると、5.3ポイント増加しています。

現在、運動をしているかについては、「している」と回答した人は約3割にとどまっています。

運動していない理由については、「時間がない」が57.6%で最も高く、次いで「面倒である」が41.1%となっています。前回調査と比較すると、「面倒である」は8.8ポイント増加しています。

また、今後、健康のために運動をはじめようと思うかについては、前回調査同様、約6割の人が「はい」と回答しています。

普段の生活での1日あたりの歩数は、「3,000歩～6,000歩未満」が3割強で最も高く、次いで「1,500歩～3,000歩未満」が約2割、「6,000歩～9,000歩未満」「1,500歩未満」がそれぞれ1割台半ばとなっています。前回調査と比較すると、6,000歩以上歩く人の割合が減少し全体的に歩数が少なくなっていることがわかります。

身体を動かすことの楽しみや効果を感じることができるよう、日常生活のなかに継続して運動習慣を取り入れていくための施策の充実が必要です。

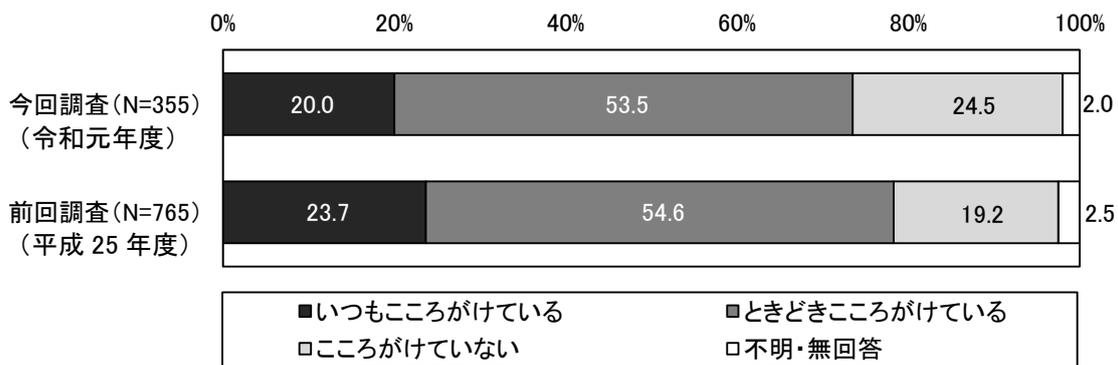


図6 日常生活のなかで意識的に体を動かすことについて（健康増進アンケート）

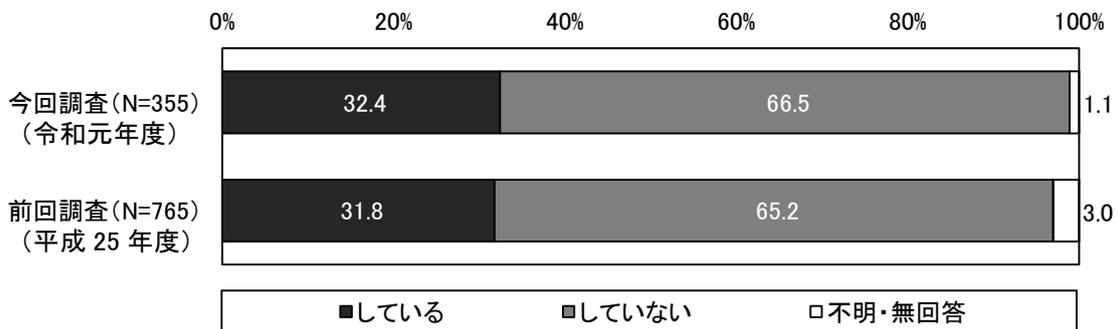


図7 現在、運動をしているかについて（健康増進アンケート）

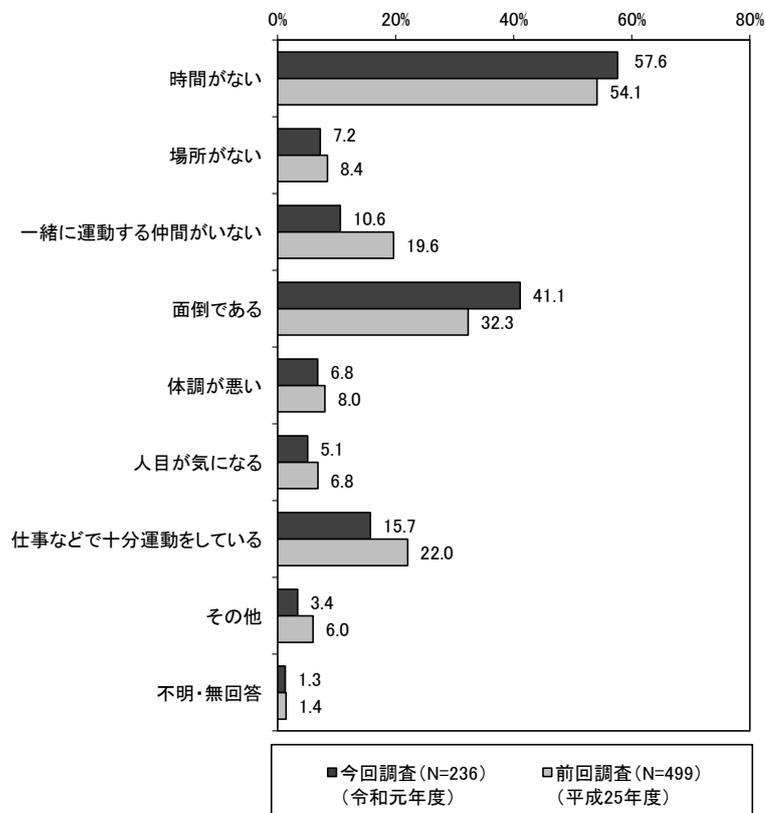


図8 運動していない理由（健康増進アンケート）

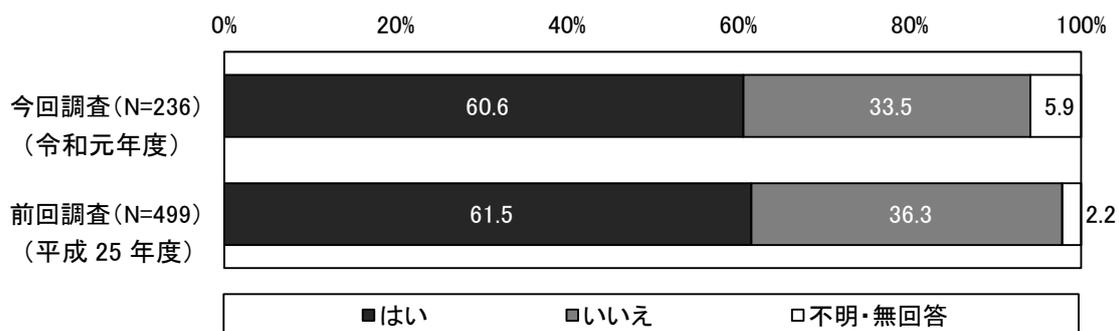


図9 今後、健康のために運動をはじめようと思うかについて（健康増進アンケート）

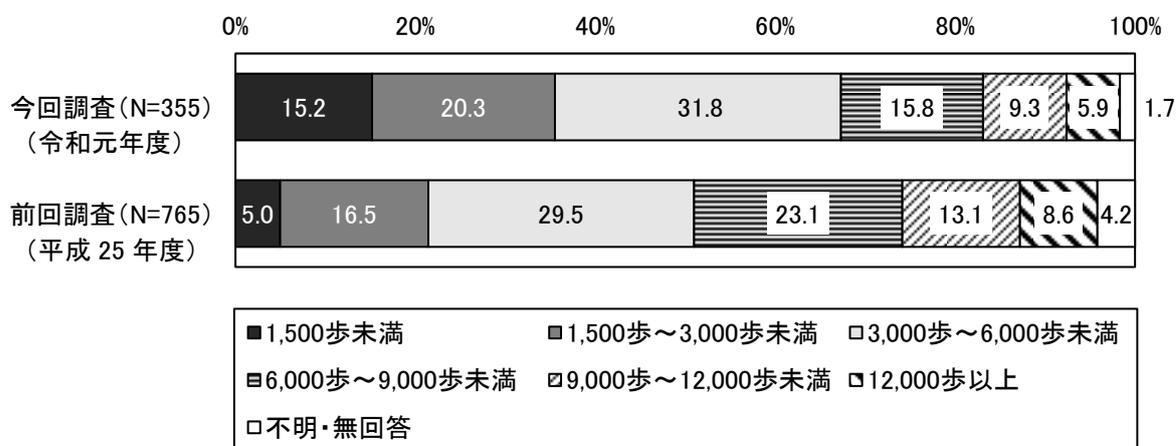


図10 普段の生活で1日あたりの歩数について（健康増進アンケート）

<目標実現のための取組>

「身体活動・運動」における生活習慣改善の推進

○身体活動・運動量の増加のための啓発の推進

- ・ プラスマイナスチャレンジ（1日あたり身体活動・運動プラス10分）の推進
- ・ 健康アプリ等による体を動かすことの大切さ、楽しみや効果の普及
- ・ 市スポーツ協会との連携による運動の推進
- ・ 健康サポーターやスポーツ推進委員による地域での普及啓発
- ・ 高齢者の筋力低下予防や生活習慣病予防・重症化予防のための啓発

■休養・こころの健康

＜現状と課題＞

こころの健康は、人がいきいきと自分らしく生きるための大切な要素であり、こころの健康を保つことは重要です。

アンケート調査では、最近1ヶ月でストレスを感じたかどうかについては、「多少ある」が5割前半、「ある」が3割前半、「ない」が1割前半となっています。

どのようなことからストレスを感じたかについては、「仕事について」が6割台半ばで最も多く、次いで「人間関係について」が4割台半ばとなっています。

また、ストレスの解消法の有無については、7割台前半が「ある」としています。

悩みやストレスを感じたときの相談相手は、「家族・友人」が8割を超えていますが、一方で「相談するところがない」は約1割となっています。

相談先として、公的な機関（市や県の窓口等）があることを知っているかどうかについては、「いいえ」が半数以上となっています。

健やかなこころを支える社会づくりを目指すため、一人ひとりがこころの健康を理解し、相談の必要な人には、身近なところで専門的な相談を受けられるように施策を充実することが大切です。

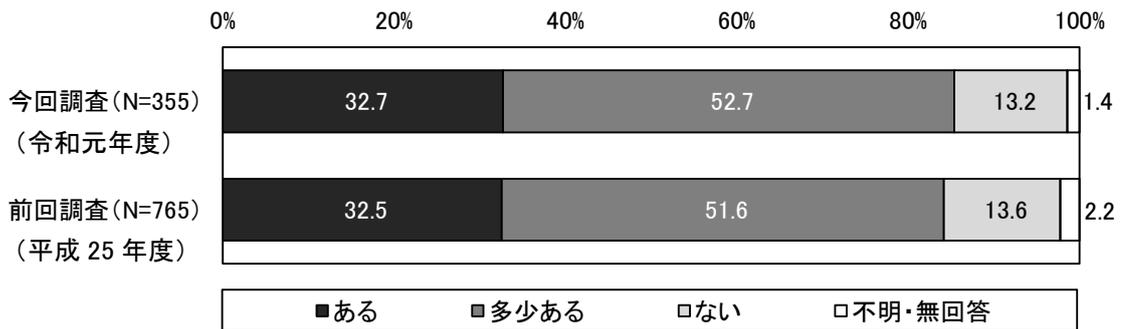


図 11 最近1ヶ月のストレスの状態（健康増進アンケート）

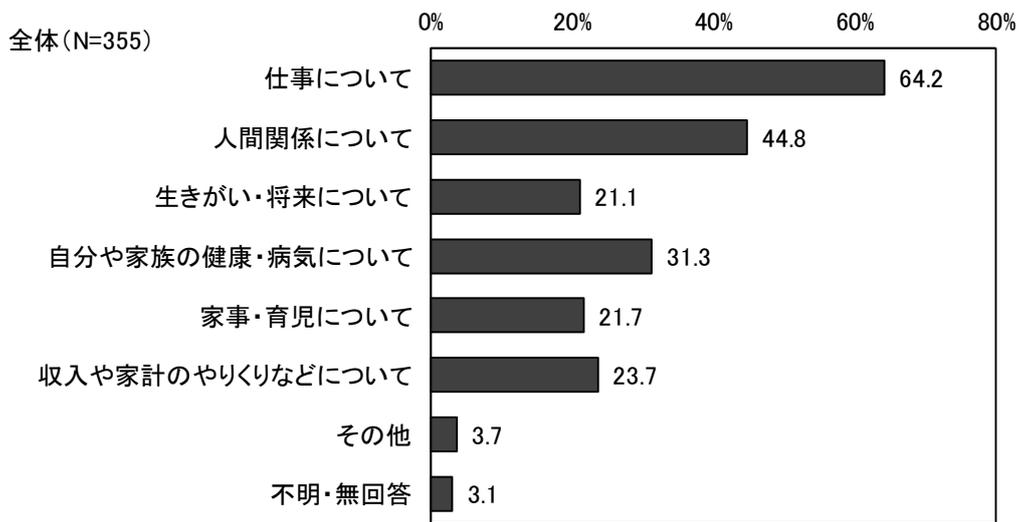


図12 ストレスの主な原因（健康増進アンケート）

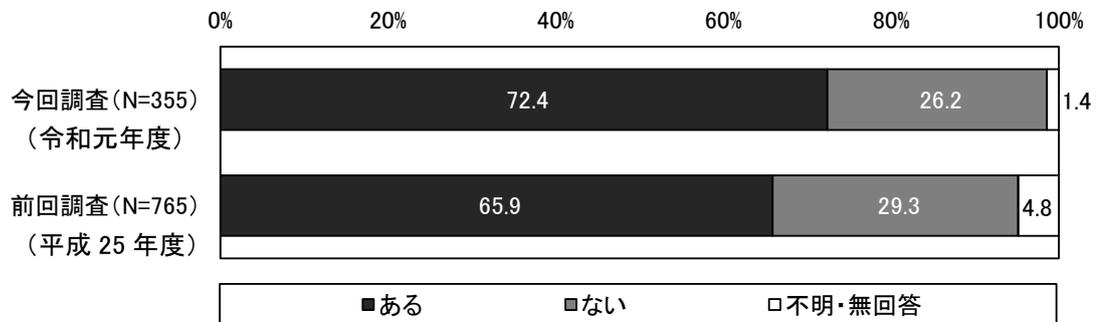


図13 ストレス解消法の有無（健康増進アンケート）

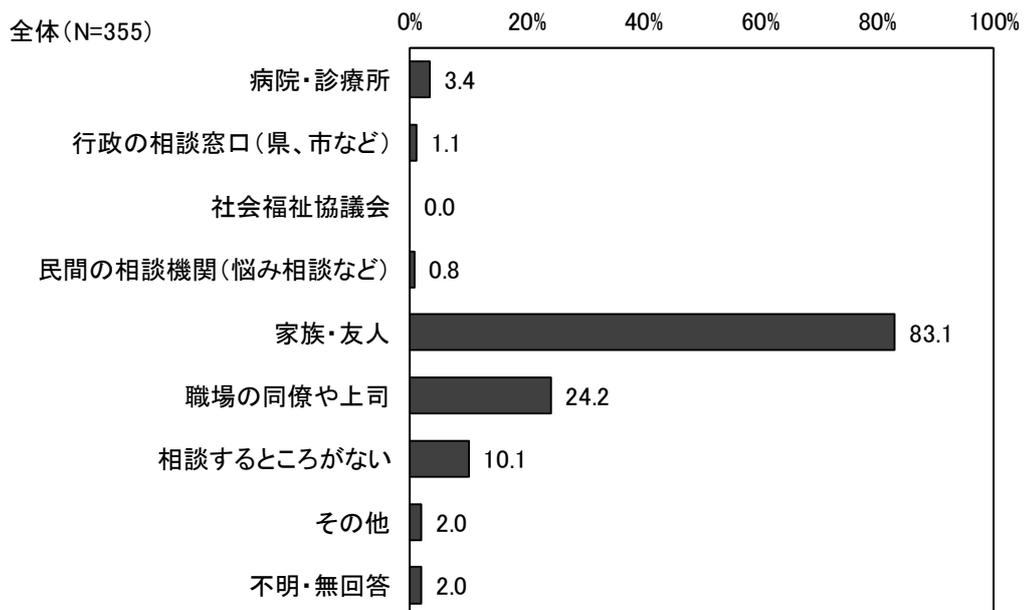


図14 悩みを相談する相手（健康増進アンケート）

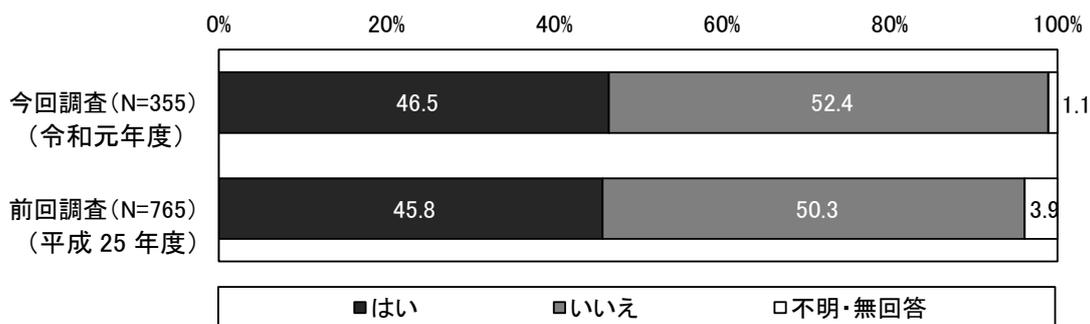


図 15 公的な相談機関を知っているかについて（健康増進アンケート）

<目標実現のための取組>

「休養・こころの健康」における生活習慣改善の推進

○こころの健康に対する啓発の推進

- ・ ストレスの対処法や休養の必要性についての啓発
- ・ 医療機関や相談窓口の紹介
- ・ ストレスチェックの機会の充実
- ・ こころの相談会利用への積極的勧奨



■ 歯・口腔の健康

＜現状と課題＞

歯や口腔の健康は、食物の咀嚼のほか、食事や会話を楽しむ等、生活の質を維持・向上させる点において重要になります。

幼児歯科健康診査においては、1歳6か月児にはほとんどむし歯がみられませんが、3歳児では約1割のむし歯保有率となり、年齢が上がるとともに増加傾向にあります。

アンケート調査では、むし歯や歯周病予防については、「気をつけている」「できるだけ気をつけている」の順でいずれも4割を超えています。前回調査と比較すると、「気をつけている」は11.5ポイント増加しています。

この1年間に歯科医の診察を受けているかについては、「はい」が5割台半ば、「いいえ」が4割台となっています。

むし歯・歯周病は歯を失う原因となるばかりでなく、糖尿病、動脈硬化、心疾患等の生活習慣病の発症や重症化等、全身の健康にも関わりがあることが知られています。子どもときからの予防や歯の健康づくりの推進、早期発見と早期治療が重要です。

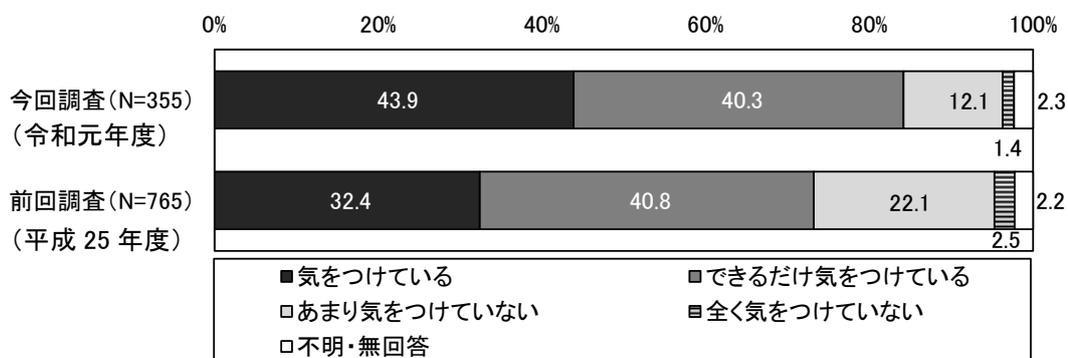


図 16 むし歯や歯周病予防のために気をつけているかについて（健康増進アンケート）

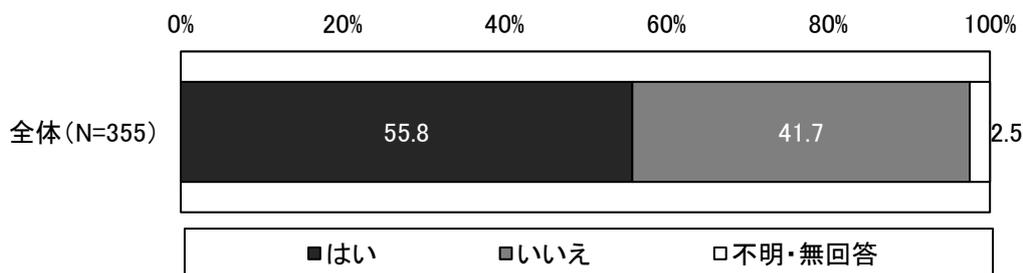


図 17 この1年間に歯科医の診察を受けているかについて（健康増進アンケート）

<目標実現のための取組>

「歯・口腔の健康」における生活習慣改善の推進

○歯や口腔の健康に関する啓発の推進

- ・むし歯や歯周疾患の予防に関する啓発の充実
- ・かかりつけ医を持つことと歯科健康診査の受診の必要性について啓発
- ・乳幼児歯科健康診査・指導の充実
- ・学校保健における歯科健康診査・指導の充実
- ・成人歯科健康診査・指導の充実
- ・高齢者の歯と口腔機能向上のための啓発

■喫煙

<現状と課題>

喫煙は、がん、循環器・呼吸器疾患、COPD（慢性閉塞性肺疾患）や生活習慣病等の多くの疾患の発症リスクを高めます。また、妊娠中の喫煙は、低出生体重児や流産、早産等の原因にもなります。

喫煙については、本人だけではなく、受動喫煙として子どもや周りの人々に対しても、乳幼児の呼吸器感染症やがん、喘息、気管支炎等多くの疾患の要因にもなりえるため、たばこの害についての正しい知識の普及・啓発は必要です。

アンケート調査では、たばこを吸うかどうかについて、「いいえ」が6割台となっており、「はい」が1割台となっています。前回調査と比較すると、「はい」が5.0ポイント減少しています。

自分の喫煙については、「減らしたい」が3割台後半で、「やめたい」も3割となっています。「今のままでよい」という回答も3割となっていますが、前回調査と比較すると、6.4ポイント減少しています。

また、受動喫煙については、5割台半ばが「あり」としており、頻度については、「ほぼ毎日」「週に数回」がそれぞれ2割台半ばで最も高くなっています。

第2次計画以降の喫煙者は減少していますが、一方で、毎日受動喫煙のある環境にいる人が2割程度いることから、今後も、継続性のある周知啓発が必要です。

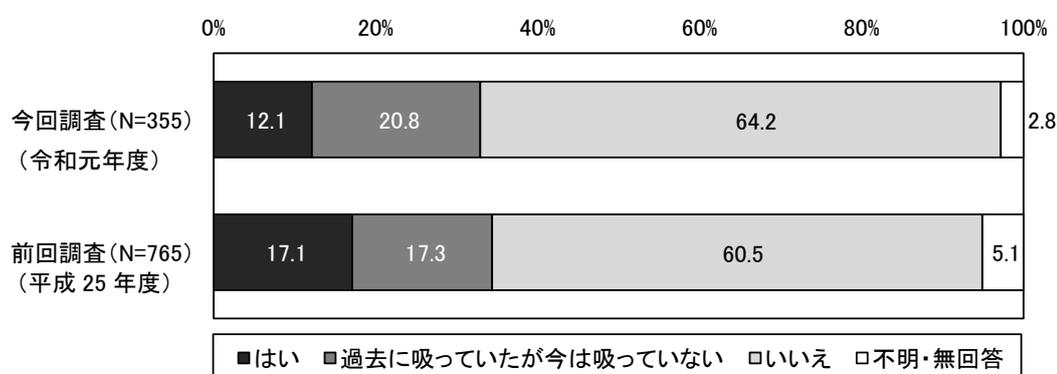


図 18 現在、たばこを吸っているかについて（健康増進アンケート）

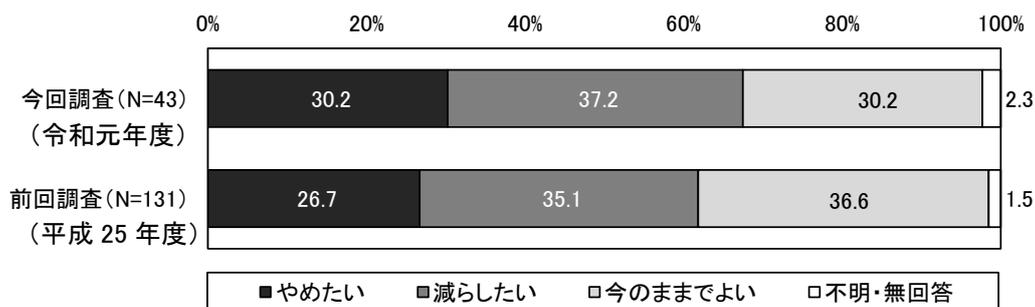


図19 自分の喫煙についてどう考えているか（健康増進アンケート）

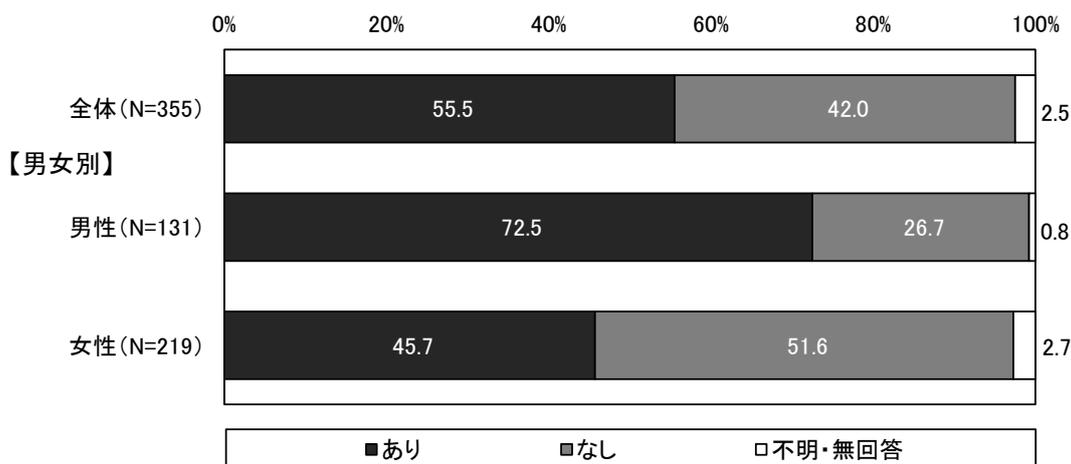


図20 受動喫煙の有無（健康増進アンケート）

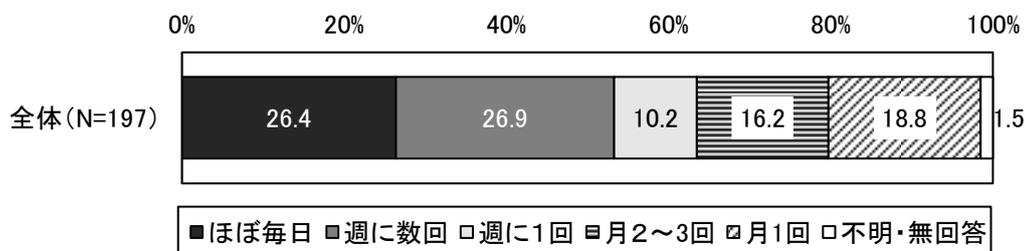


図21 受動喫煙の頻度（健康増進アンケート）

<目標実現のための取組>

「喫煙」における生活習慣改善の推進

○喫煙に関する啓発の推進

- ・たばこの健康被害について情報提供や意識啓発
- ・禁煙・受動喫煙に関する知識についての啓発
- ・禁煙のための相談や指導の実施
- ・妊娠届出時や育児相談等での禁煙指導と相談の実施

■ 飲酒

<現状と課題>

アルコールの多量摂取は、生活習慣病の発症や重症化のリスクを高めるだけでなく、アルコール依存症にもつながる恐れがあるため、適正飲酒量の啓発を推進することが必要です。

また、未成年の飲酒は成長発達に悪影響を及ぼす可能性が、妊婦の飲酒は胎児・乳児に対して低体重や奇形、脳障害等を引き起こす可能性があるため、未成年や妊婦に対するアプローチも必要です。

アンケート調査では、アルコール類をどの程度飲んでいるかについて、「飲まない」が約3割で最も高く、次いで「ほとんど飲まない」が2割強、「ほぼ毎日飲む」が2割となっています。前回調査と比較すると、「ほとんど飲まない」が3.1ポイント増加しています。

1日に飲むアルコールの分量については、「1合まで」「1～3合未満」がそれぞれ4割台半ば、「3合以上」は約1割となっており、前回調査と比較すると、「1合まで」が2.4ポイント増加し、「1合以上」は減少しています。

また、厚生労働省が示す「節度ある適度な飲酒量」については、「知らない」が7割台、「知っている」は2割台となっています。

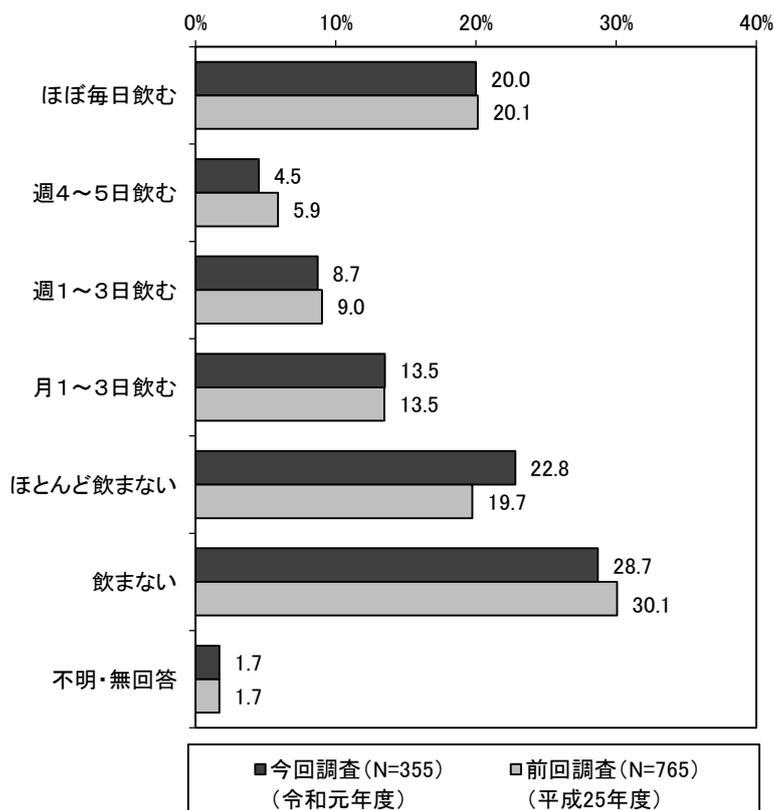


図 22 アルコール類をどの程度飲んでいるかについて（健康増進アンケート）

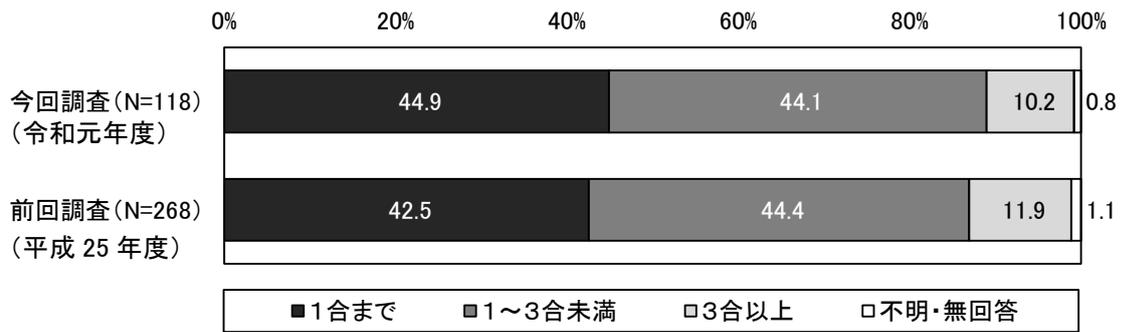


図 23 1日に飲むアルコールの分量（健康増進アンケート）

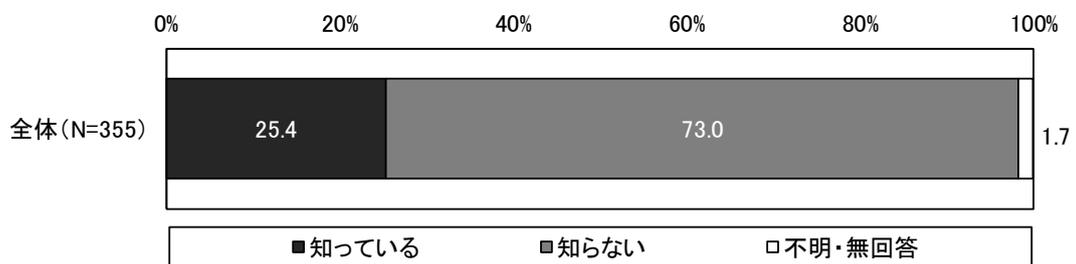


図 24 適度な飲酒量を知っているかについて（健康増進アンケート）

<目標実現のための取組>

「飲酒」における生活習慣改善の推進

○飲酒に関する啓発の推進

- ・適正飲酒について知識の普及
- ・妊産婦や未成年者へのアルコールの悪影響についての啓発

■高齢者の保健事業の推進

<現状と課題>

本市では、全国と同様に高齢化が進行しており、令和7年度には、高齢者の人口が3割を超えると予測されています。

また、高齢者は、加齢に伴う心身の機能低下や複数疾患の合併、フレイル^{*73}や認知症等の進行等、壮年期とは異なる健康課題を抱えているため、高齢者が住み慣れた地域で自立した生活を送るためには、高齢者の特性を踏まえた健康支援や相談を行い、健康上の不安等を軽減することが必要です。

本市では、高齢者に対し、健診受診勧奨や健康教育、健康相談、保健指導等、生活習慣改善のための取組を充実し保健事業を推進することにより、高齢者の健康寿命の延伸を図ります。

<目標実現のための取組>

高齢者の保健事業の推進

○高齢者の生活習慣改善のための取組の充実

- ・健診受診勧奨
- ・低栄養予防や運動等に関する健康教育・健康相談・保健指導等

■感染症予防の推進

<現状と課題>

既に知られている感染症に加え、近年新たな感染症が出現したことにより、新しい生活様式による感染症対策においては、感染症が発生してから防疫措置を講ずる対処方法でなく、常日頃から感染症の発生およびまん延を防止していくことを目的とした予防対策が重要です。

市民一人ひとりが感染対策を講じ、予防に注意を払うことができるようになるためには、感染症に関する正しい知識を啓発し、方法等について周知する必要があります。

今後は、感染症予防対策の更なる充実を図るとともに、免疫力が低い小児や高齢者に対しては、より予防対策を講じやすい事業の推進を図ります。

<目標実現のための取組>

感染症予防の推進

○小児・高齢者の感染症予防

- ・小児定期・任意の予防接種
- ・小児定期予防接種の接種勧奨
- ・65歳以上高齢者の定期予防接種

○あらゆる世代に向けた感染症予防方法の周知

- ・正しく恐れて活動をやめない、感染症予防における正しい知識の普及

3. 医療・保健・福祉の連携強化と拡大

現状と課題

高齢化の進行や生活習慣病の増加による疾病構造の変化等に伴い、医療に関する需要が増加するとともに、専門化・高度化がすすんでいます。また、救急医療については、今後も、市民が安心して医療を受けられるよう、医療機関や関係機関との連携により、地域医療体制を充実する必要があります。

市民一人ひとりが、住み慣れた地域で最期まで暮らすことができるように、医療・保健・福祉分野の連携機能を強化するとともに、安心を支える最適な地域医療システムを構築し、予防、診療から介護まで切れ目のないサービスを受けることのできる仕組みづくりが大切です。

目標実現のための取組

推進項目（1）

母子の健全な発育発達のための連携の充実

子どもを安心して産み育て、健やかに子どもが成長できる環境を整えるため、医療・保健・福祉の連携による総合的な母子保健福祉対策の充実強化に取り組みます。

- 1) 妊娠・出産・子育て期にわたる切れ目ない支援および家庭での子育て力の向上のための関係機関との連携
 - 医療機関との情報連携
 - 保育園等や保育カウンセラーとの連携
 - 障がいのある子どもや保護者についての情報連携
 - 学校（教育委員会）との連携
 - 要保護児童地域対策協議会との連携
 - 男女共同参画推進部局との連携

推進項目（2）

高齢者の保健事業のための連携の充実

高齢者が抱える健康課題への対応として、生活習慣病等の疾病予防・重症化予防と、加齢に伴う心身の機能の低下、いわゆる「フレイル」の進行を予防することは重要です。

今後は、医療・介護関係部局等との連携体制を充実し、高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施を推進します。

- 1) 医療・介護関係部局等との連携の充実
 - 医療・介護関係部局等との連携体制の構築と連携強化
 - ・市の健康課題の情報共有
 - ・連携による健康課題解決に向けての事業の推進

推進項目（3）

地域医療と救急体制の充実

住み慣れた地域のなかで安心して医療が受けられるよう、坂井地区医師会等と連携を取りながら地域医療の充実を図ります。休日・夜間の救急医療体制、また、特に専門の診療を要する小児救急体制を確保することで、市民の適切な救急医療利用を推進します。

1) 医療体制の充実

- 小児医療体制の充実
- 救急医療体制の維持
- 医師会・歯科医師会との連携強化
- 県との連携



推進目標

■生活習慣病				
指標	現状 (令和元年度)	中間目標 (令和5年度)	最終目標 (令和8年度)	データソース
急性心筋梗塞の標準化死亡比				
男性	153.4 ※1	100.0 以下	中間目標より 減少傾向へ	人口動態調査
女性	175.5 ※1			
糖尿病の標準化死亡比				
男性	167.3 ※1	100.0 以下	中間目標より 減少傾向へ	人口動態調査
女性	141.8 ※1			
糖尿病腎症による年間新規透析導入患者割合	51.3% ※1	減少傾向へ	中間目標より 減少傾向へ	県調査
高血圧(収縮期血圧 140 mm Hg 以上)の人の割合	28.7% ※1	20.0%以下	中間目標より 減少傾向へ	国保特定健診
脂質異常(LDL コレステロール 160mg/dl 以上)の人の割合				
男性	6.9% ※1	6.2% 8.8% (国の目標値) ※2	中間目標より 減少傾向へ	国保特定健診
女性	12.3% ※1			
血糖コントロール指標におけるコントロール不良者(HbA1c NGSP 値 8.4 以上)の割合	0.6% ※1	減少傾向へ	中間目標より 減少傾向へ	国保特定健診
内臓脂肪症候群・予備軍該当者割合	28.6% ※1	減少傾向へ	中間目標より 減少傾向へ	国保特定健診

■健診・がん検診				
指標	現状 (令和元年度)	中間目標 (令和5年度)	最終目標 (令和8年度)	データソース
国保特定健康診査受診率	35.3% ※1	60.0% (市国保所管実施計画)	市国保所管実施 計画に準ずる	国保特定健診
後期高齢者健康診査受診率	16.7% ※1	22.0% (県の目標値)	県の目標値に 準ずる	市健康診査
がん検診受診率				
胃がん	9.9% ※1	50.0% 50.0% 50.0% 50.0% 50.0% (国の目標値) ※2	国の目標値に 準ずる	市がん検診
肺がん	21.0% ※1			
大腸がん	17.0% ※1			
子宮頸がん	37.9% ※1			
乳がん	28.8% ※1			
健康診査・がん検診受診後、次年度以降また受診したいと思う人の割合	—	50.0%	中間目標より 増加傾向へ	アンケート
国保特定保健指導修了者の割合	37.8% ※1	60.0% (市国保所管実施計画)	市国保所管実施 計画に準ずる	国保特定健診

※1 平成30年度における実績値 ※2 健康日本21(第二次)最終目標値

■健康分野別				
指標	現状 (令和元年度)	中間目標 (令和5年度)	最終目標 (令和8年度)	データソース
塩分をひかえた食事に気をつけている人の割合	32.4%	増加傾向へ	中間目標より 増加傾向へ	健康増進 アンケート
野菜を毎回食べる人の割合 成人	30.4%	増加傾向へ	中間目標より 増加傾向へ	健康増進 アンケート
栄養バランスを考えて食べるように している人の割合 小学生 中学生	51.2% ※1 50.8% ※1	増加傾向へ	中間目標より 増加傾向へ	県教育委員会 食に関する アンケート調査
自分の適切な食事内容や量を知って いる人の割合	65.1%	増加傾向へ	中間目標より 増加傾向へ	健康増進 アンケート
やせ傾向 (BMI 18.5 未満) にある人の 割合 男性 (20～39 歳) 女性 (20～39 歳)	6.0% ※1 25.9% ※1	減少傾向へ	中間目標より 減少傾向へ	市健康診査
肥満傾向 (BMI 25.0 以上) にある人 の割合 男性 (20～60 歳) 女性 (40～60 歳)	33.2% ※1 14.8% ※1	減少傾向へ	中間目標より 減少傾向へ	市健康診査
後期高齢者健診でやせ傾向 (BMI 20.0 以下) にある人の割合	19.5% ※1	減少傾向へ	中間目標より 減少傾向へ	市健康診査
日常生活における歩数が 6,000～ 9,000 歩の人の割合	15.8%	増加傾向へ	中間目標より 増加傾向へ	健康増進 アンケート
週に 2 日以上 1 回 30 分以上の運動を 1 年以上継続している人の割合 男性 (20～64 歳) 女性 (20～64 歳) 男性 (65 歳以上) 女性 (65 歳以上)	27.9% ※1 19.9% ※1 40.4% ※1 33.8% ※1	36.0% 33.0% 58.0% 48.0% (国の目標値) ※2	中間目標より 増加傾向へ	市健康診査
健康アプリ利用者数	1,000 人 (令和2年度)	増加傾向へ	中間目標より 増加傾向へ	市集計
フレイルを認知している人の割合	15.5%	増加傾向へ	中間目標より 増加傾向へ	健康増進 アンケート
悩みやストレスを相談できる人がい ない人の割合	10.1%	減少傾向へ	中間目標より 減少傾向へ	健康増進 アンケート
40 歳代で喪失歯のない人の割合	53.7%	75.0% (国の目標値) ※2	中間目標より 増加傾向へ	健康増進 アンケート
定期的に歯科健康診査を受けている 人の割合	55.8%	増加傾向へ	中間目標より 増加傾向へ	健康増進 アンケート
喫煙者の割合 妊婦 成人	2.0% 12.1%	0% 12.0% (国の目標値) ※2	0% 中間目標より 減少傾向へ	妊娠届出時 アンケート 健康増進 アンケート
飲酒の適量を知っている人の割合	25.4%	増加傾向へ	中間目標より 増加傾向へ	健康増進 アンケート
妊娠中に飲酒する人の割合	0.4%	0% (国の目標値) ※2	0%	妊娠届出時 アンケート

■健やかな親子の健康づくり				
指標	現状 (令和元年度)	中間目標 (令和5年度)	最終目標 (令和8年度)	データソース
妊娠11週以下での妊娠届出の割合 (母子健康手帳の交付)	93.7%	増加傾向へ	中間目標より 増加傾向へ	妊娠届出
妊婦健康診査受診率	88.4%	増加傾向へ	中間目標より 増加傾向へ	市妊婦健康診査
乳児健康診査受診率				
1か月児	92.7%	増加傾向へ	中間目標より 増加傾向へ	市乳児健康診査
4か月児	97.4%			
9～10か月児	92.3%			
幼児健康診査受診率				
1歳6か月児	97.5%	増加傾向へ	中間目標より 増加傾向へ	市幼児健康診査
3歳児	97.8%			
3歳児健診におけるむし歯のない児の割合	89.5%	増加傾向へ	中間目標より 増加傾向へ	市幼児健康診査
低出生体重児の割合	8.1%	減少傾向へ	中間目標より 減少傾向へ	市集計
赤ちゃん訪問実施率	94.2%	増加傾向へ	中間目標より 増加傾向へ	市集計

■市民の主體的な健康づくり				
指標	現状 (令和元年度)	中間目標 (令和5年度)	最終目標 (令和8年度)	データソース
まちづくり協議会*76 およびコミュニティセンターでの健康づくりを目的とした活動数	369回	増加傾向へ	中間目標より 増加傾向へ	まちづくり協議会総会資料, 坂井市協働の まちづくり 報告書
健康づくり組織の人数				
食生活改善推進員	81人	100人	中間目標より 増加傾向へ	市衛生統計
母子保健推進員	42人	60人		
健康サポーター	73人	100人		
プラスマイナスチャレンジの認知度	7.6%	80.0%	中間目標より 増加傾向へ	健康増進 アンケート