

# 第2次健康みやざき市民プラン(中間評価と見直し)

中間評価(2017)・見直し後の取り組み(2018~2022)

## 基本目標:市民一人一人が生涯を通して心身ともに健康に暮らせるまち

| 項目                    | 現状値<br>平成23年度 | 目標値<br>平成29年度 | 実績値<br>平成29年度 | 新しい目標値<br>平成34年度 |
|-----------------------|---------------|---------------|---------------|------------------|
| 自分の健康状態に満足している人の割合の増加 | 63.1%         | 70%           | 58.3%         | 70%              |
| いきいきと過ごせている人の割合の増加    | 75.9%         | 80%           | 74.3%         | 80%              |

## ●3つの基本方針

市民が主役の健康  
づくり

地域で支える  
健康づくり

市民が主役の  
健康づくり

## ●重点施策と分野の設定

### 重点施策Ⅰ 生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底

- 1 生活習慣病予防や改善に取り組むまちづくり  
(1) がん (2) 循環器疾患・糖尿病・慢性腎臓病(CKD)

### 重点施策Ⅱ 栄養・食生活・運動、飲酒、喫煙、歯・口の健康に関する生活習慣及び社会環境の改善

- 2 健康的な食習慣を実践できるまちづくり  
3 適度な身体活動・運動を実践できるまちづくり  
4 適正飲酒に取り組むまちづくり  
5 たばこ対策に取り組むまちづくり  
6 歯と口の健康管理ができるまちづくり  
(1) 子ども編 (2) おとな編

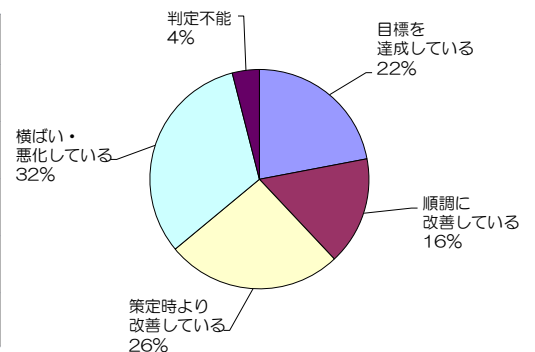
### 重点施策Ⅲ 社会生活を営むために必要な心身機能の維持及び向上

- 7 健康な子どもをはぐくむまちづくり  
8 休養・こころの健康を保てるまちづくり



## ●中間評価における指標の判定結果

| 記号 | 判定基準                    |          | 項目数 |
|----|-------------------------|----------|-----|
| ◎  | 中間値が、既に目標値を達成している。      | 100%達成   | 11  |
| O  | 中間値が、目標達成にむけ順調に改善している。  | 55~99%改善 | 8   |
| △  | 中間値が、策定時の値より少しだけ改善している。 | 1~49%改善  | 13  |
| X  | 中間値が横ばいもしくは悪化している。      | 0以下      | 16  |
| -  | データがなく判定不能              |          | 2   |



# ◆めざす姿・分野別指標と今後の取り組み(抜粋)

## 1 生活習慣病予防や改善に取り組むまちづくり

| (1) がん                   | 目指す姿 | がんに関する知識を身につけ、日常生活を通して発症予防に取り組み、定期的な検診で、早期発見・早期治療をすることができるまちを目指します。          |   |                |
|--------------------------|------|--|---|----------------|
| (2) 循環器疾患・糖尿病・慢性腎臓病(CKD) |      |  |   |                |
|                          | 目指す姿 | 循環器疾患・糖尿病・慢性腎臓病(CKD)に関する知識を身につけ、日常生活を通して生活習慣病の発症予防と重症化予防に取り組むことができるまちを目指します。 |   |                |
| 項目                       |      | 中間値<br>(H28年度)   |   | 目標値<br>(H34年度) |
| 肺がん検診の受診率の向上<br>(40~69歳) | 男性   | 4.7%   | × | 10.7%          |
|                          | 女性   | 7.9%   |   | 13.9%          |
| 子宮頸がん検診の受診率の向上           | 女性   | 20.5%  | × | 26.5%          |

※対象者条件変更のため目標値を変更(評価は前の目標値に対する評価)

|  |               |   |      |
|--|---------------|---|------|
| ●メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少                      | 28.0%         | × | 16%  |
| 特定健康診査の実施率の向上                                  | 23.6%         | △ | 27%  |
| 特定保健指導の実施率の向上                                  | 16.1%         | × | 22%  |
| 糖尿病性腎症による年間新規透析導入患者数の減少                        | 45人           | × | 41人  |
| 糖尿病有病者の増加の抑制<br>⇒HbA1c6.5%(NGSP値)以上の人の割合の増加の抑制 | (変更後)<br>5.5% | — | 減少傾向 |

|                 |   |
|-----------------|---|
| 今後の取り組み<br>(抜粋) | 受診しやすい環境の整備を行い、がん検診の受診率の向上を図ります。                          |
|                 | 特定保健指導の充実に努めるとともに、特定保健指導に該当しないハイリスク者への保健指導にも重点をおいて取り組みます。 |
|                 | 慢性腎臓病(CKD)予防対策を推進するとともに、糖尿病性腎症重症化予防対策のシステムを構築します。         |

市民の死因の1位が「がん」なんだって！がん検診の受診率が低いのは気になるね。悪化したら透析になる糖尿病も早めの受診や生活習慣を変えて予防しましょう！



## 2 健康的な食習慣を実践できるまちづくり

| 目指す姿                          | 食に関する正しい知識を身につけ、健康によい食行動がとれるまちを目指します。 |                |                |
|-------------------------------|---------------------------------------|----------------|----------------|
| 項目                            |                                       | 中間値<br>(H28年度) | 目標値<br>(H34年度) |
| ●40~60歳代男性の肥満者(BMI25以上)の割合の減少 |                                       | 33.2%          | ×              |
| ●40~60歳代女性の肥満者(BMI25以上)の割合の減少 |                                       | 18.1%          | △              |
| 今後の取り組み<br>(抜粋)               | 生活習慣病の発症・重症化予防のための取り組みの推進             |                |                |
|                               | ・栄養指導、健康教育、地域活動等を通して知識の普及・啓発を図ります。    |                |                |
|                               | ライフステージに応じた食育の推進                      |                |                |
|                               | ・望ましい食習慣や知識の習得を支援します。                 |                |                |



宮崎は野菜や肉など食べ物が美味しいけど、食べ方には気をつけましょう！

### 3 適度な身体活動・運動を実践できるまちづくり

|                                 |   |    |                  |
|---------------------------------|---|----|------------------|
| 目指す姿                            | 日常生活の中で自然に運動を行うことができるまちを目指します。  |    |                  |
| 項目                              | 中間値<br>(H28年度)  | 評価 | 目標値<br>(H34年度)   |
| 身体活動を実施している人の割合の増加<br>(40～64歳)  | 男性 48.8%<br>女性 50.1%  | △  | 男性 58%<br>女性 59% |
| 身体活動を実施している人の割合の増加<br>(65歳～74歳) | 男性 59.2%<br>女性 56.9%  | —  | 男性 70%<br>女性 66% |
| 介護保険サービス利用者の増加の抑制               | (H28年10月)<br>17,120人  | ×  | 17,000人          |
| 今後の取り組み<br>(抜粋)                 | ライフステージや個人の健康状態に応じた適切な運動指導を行います。<br>身体活動・適度の運動の必要性についての知識の普及・啓発を行います。 |    |                  |



スポーツランドみやざき！  
スポーツ・運動を日常生活に取り入れましょう！

### 4 適正飲酒に取り組むまちづくり

|                                     |   |    |                |
|-------------------------------------|---|----|----------------|
| 目指す姿                                | 適正飲酒を心がけ、心身ともに健康に過ごせるまちを目指します。  |    |                |
| 項目                                  | 中間値<br>(H28年度)  | 評価 | 目標値<br>(H34年度) |
| 毎日2合以上（純アルコール摂取量が40g以上）飲酒する男性の割合の減少 | 9.7%  | △  | 9%             |
| 毎日1合以上（純アルコール摂取量が20g以上）飲酒する女性の割合の減少 | 4.2%  | ×  | 3%             |
| 今後の取り組み<br>(抜粋)                     | 飲酒の健康への影響について、関係機関・関係部署と連携して知識の普及・啓発を図ります。<br>未成年者の飲酒、妊娠中・授乳中の飲酒に関する相談・教育を行います。 |    |                |

### 5 たばこ対策に取り組むまちづくり

|                         |   |    |                |
|-------------------------|---|----|----------------|
| 目指す姿                    | 喫煙者の卒煙が進み、受動喫煙の機会がないまちを目指します。   |    |                |
| 項目                      | 中間値<br>(H28年度)  | 評価 | 目標値<br>(H34年度) |
| 成人の喫煙率の減少（喫煙をやめたい人がやめる） | 男性 20.7%<br>女性 4.2%   | ×  | 12%<br>2%      |
| 今後の取り組み<br>(抜粋)         | 保健事業の場、学校等で、たばこのリスクに関する教育・啓発を推進します。<br>「望まない受動喫煙」をなくすための取り組みについて検討をすすめます。 |    |                |



こころとからだの健康のために、適正飲酒を心がけましょう。  
これからは、受動喫煙対策にも取り組む必要があるのね！

## 6 歯と口の健康管理ができるまちづくり

| (1)子ども編                   | 目指す姿   | 子どもが自分で歯と口の健康管理ができるまちを目指します。                        |    |                |
|---------------------------|--|---|----|----------------|
| (2)おとな編                   | 目指す姿   | おいしく食事をしたり、会話を楽しむために、生涯を通じて歯と口の健康づくりを実践できるまちを目指します。 |    |                |
| 項目                        |  | 中間値<br>(H28年度)                                      | 評価 | 目標値<br>(H34年度) |
| 12歳児の一人平均むし歯数（永久歯）の減少     |  | 0.71本   | ◎  | 0.7本未満         |
| 時間を決めておやつを食べている2歳児の割合の増加  |  | 67.6%   | △  | 80%            |
| 60歳で24歯以上の自分の歯を有する人の割合の増加 |  | 84.8%   | ○  | 85%            |
| 今後の取り組み<br>(抜粋)           | 適切なセルフケアと歯科医療機関での定期的な健診の必要性を啓発し、むし歯・歯周病予防を支援します。 |   |    |                |



歯と口の健康管理は目標達成に向けて順調ね！  
今後も続けてすすめていきましょう。

## 7 健康な子どもをはぐくむまちづくり

| 目指す姿                                  | 子どもが、こころも体も健康で、自分も周りの人も大切にできる人になるまちを目指します。        |                |    |                |
|---------------------------------------|---|----------------|----|----------------|
| 項目                                    |   | 中間値<br>(H28年度) | 評価 | 目標値<br>(H34年度) |
| 全出生数中の低出生体重児の割合の減少<br>(出生人口1,000人当たり) |   | (H27)<br>4.6   | ◎  | 減少傾向           |
| 今後の取り組み<br>(抜粋)                       | 乳幼児期においては、保育所、幼稚園、認定こども園等と連携し、健診、相談、訪問等の事業を実施します。 |                |    |                |

## 8 休養・こころの健康を保てるまちづくり

| 目指す姿                     | みんなでストレスを上手に解消することができ、いきいきと過ごせるまちを目指します。   |                |    |                |
|--------------------------|--|----------------|----|----------------|
| 項目                       |  | 中間値<br>(H28年度) | 評価 | 目標値<br>(H34年度) |
| 自殺者数の減少（人口10万人当たり）       |  | (H27年)<br>16.4 | ◎  | 減少傾向           |
| 睡眠による休養を十分にとれていない人の割合の減少 |  | 22.4%          | ×  | 18%            |
| 今後の取り組み<br>(抜粋)          | 事業の周知を図り、専門家による電話相談・面接相談を引き続き行います。<br>児童生徒の自殺予防のための研修などを実施し、子どもたちの発するSOSに気づき対応できる環境を推進します。 |                |    |                |

子育ての支援やこころの健康を保つためには、  
地域の皆さんや関係機関との連携が不可欠ね。



**残り5年間！目標達成に向けて取り組んでいきます！！**



「第2次健康みやざき市民プラン」についてのお問い合わせ先  
健康管理部健康支援課(宮崎市保健所)

〒880-0879宮崎市宮崎駅東1丁目6番地2 電話0985(29)5286 FAX0985(29)5208