

## 第4章 今後の推進施策(平成30年度～平成34年度)

計画後半については基本理念、基本目標、重点的取り組み(分野別目標、取り組み内容)は継続します。中間評価では、現在の健康課題を分析し明確化するとともに、とうべつ健康プラン 21 検討委員会や町民セミナー及びヒアリングを介して町民の皆様の意見を反映し、計画の後半期に推進すべき施策を具体化し取り組みを進めます。

### I 基本理念

---

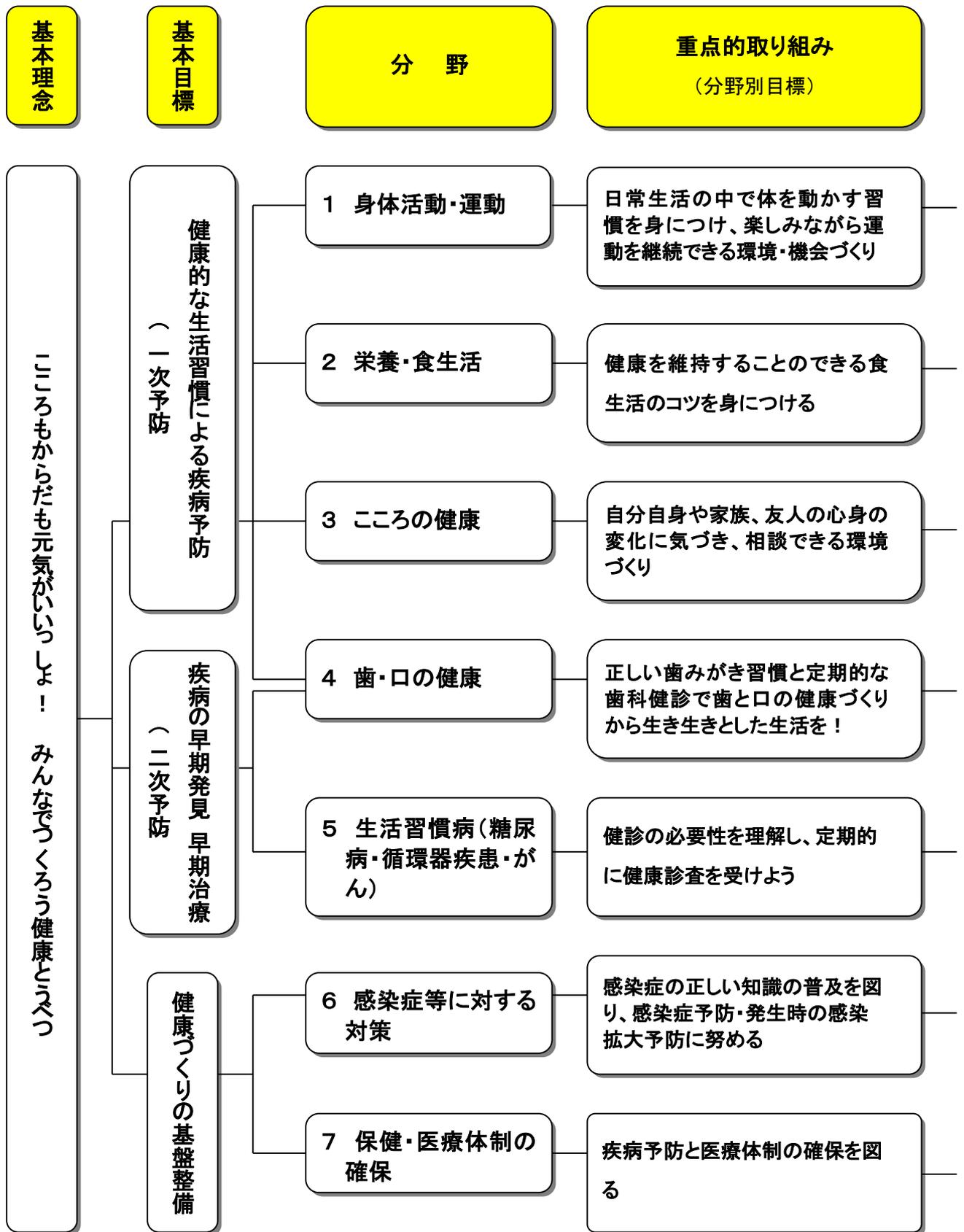
こころもからだも元気がいっしょ！！  
みんなでつくろう健康とうべつ

### II 基本目標

---

- 1 健康的な生活習慣による疾病予防(一次予防)
- 2 疾病の早期発見・早期治療(二次予防)
- 3 健康づくりの基盤整備

### Ⅲ 体系図



---

---

## 重点的取り組み

(分野別取り組み内容)

- 日常生活の中で体を動かす工夫や運動の効果・必要性の普及・啓発
- 楽しみながら運動を継続できる環境・機会をつくる

- 1日3食食べる習慣をつける
- 自分の適正体重を知り、適正体重に近づける
- あと1品、野菜料理を食べる

- 趣味や生きがい、交流の場の提供や情報の発信
- こころの健康やうつ病に関する正しい知識の普及
- こころの相談先の普及

- 正しい歯みがき習慣の実践
- 定期的な歯科健診の受診

- 健康診査結果を生かした生活習慣病の予防
- 早期発見、早期治療のために定期的な健康診査及びがん検診の普及・啓発

- 感染症等についての正しい知識の普及啓発を図る
- 感染症予防対策及び関係機関との連携

- 疾病予防のための保健体制の確保
- 医療体制の確保

## IV 分野別の推進施策

**基本目標**      **健康的な生活習慣による疾病予防(一次予防)**

### 1 身体活動・運動

#### 現状と課題

日常生活に運動習慣を位置づけ運動不足から発生する生活習慣病を予防し、高齢になっても積極的に外出できるよう青年期・壮年期に向け運動に取り組み、高齢になっても運動が継続できるような環境づくりや情報発信が必要です。

#### 重点的取り組み

日常生活の中で体を動かす習慣を身につけ、  
楽しみながら運動を継続できる環境・機会づくり

#### ○ 日常生活の中で体を動かす工夫や運動の効果・必要性の普及・啓発

##### ①健康福祉出前講座の実施

- ・健康福祉出前講座の利用をすすめ、日常生活の中で体を動かす工夫の紹介や運動の効果や必要性を周知します。

##### ②スポーツ事業・講演会の開催、情報発信

- ・運動習慣を身につけるための事業や講演会等の情報について、自分にあった事業や講演会かがわかるよう対象となる年齢を記載する等、気軽に参加できるように、わかりやすくお知らせします。

##### ③体力測定の実施

- ・自分の体力を知ることによって運動するきっかけとなるよう、体力測定を行う機会を設けます。

#### ○ 楽しみながら運動を継続できる環境・機会をつくる

##### ①運動サポート事業の実施

- ・日常生活に運動を取り入れるきっかけづくりやメタボリックシンドロームの

改善などを目的とした、運動サポート事業を実施します。

## **②すこやかロード認定事業の活用の検討**

- ・当別総合型地域スポーツクラブ(ふれ・スポ・とうべつ)等の関係機関と連携しながら、すこやかロード認定事業の活用を検討します。

## **③介護予防体操普及啓発事業の継続実施**

- ・高齢者クラブ連合会や北海道医療大学リハビリテーション科学部などの関係機関と連携し、今後も「シャッキリ体操」の普及に努めます。

## 2 栄養・食生活

### 現状と課題

肥満者の割合が高い状態が続いており、特に40歳代、50歳代男性の肥満者の割合が高いことから、特定保健指導のメタボリックシンドローム対策での個別の支援と合わせ、自分の適性体重や適切な食事量がわかり、生活習慣病予防が意識できるような環境づくりが必要です。

また、野菜摂取量増加に向け、今後も地産地消の取組みを進める関係機関と連携しながら、野菜摂取の必要性やその効果について広く普及することで事業を推進します。

なお、今後も当別町食生活改善協議会等の人材育成・教育を実施しながら町と協働で取組みを進めます。

### 重点的取組み

**健康を維持することのできる食生活のコツを身につける**

#### ○ 1日3食食べる習慣をつける

##### ①食育事業の実施

- ・妊婦や子育て支援事業等で3食かつバランスを意識しながら食べることの大切さを丁寧に伝え、健康的な食生活の習慣化を働きかけます。

#### ○ 自分の適正体重を知り、適正体重に近づける

##### ①料理講習会の実施

- ・JA北いしかり農協や商工会など事業所等と連携しながら、20歳代から40歳代の若い世代を対象として実施します。

##### ②健康福祉出前講座の実施

- ・適正体重や適切な食事量などについての情報発信を行います。

##### ③適正体重の維持に向けた保健指導等の実施

- ・健診会場や特定保健指導の中で、適正体重および食事量などについての情報提供や、必要者に対し食事の適量が把握できるような保健指導を行います。

##### ④ホームページ等を活用した情報発信

- ・当別町ホームページ等を通し、生活に密着した活用しやすい内容をこころがけ、肥満予防に関する情報の発信をします。

- ・栄養成分表示の店の登録が進むよう事業所等に働きかけます。

## ○ あと1品、野菜料理を食べる

### ①野菜 350g 普及事業の実施

- ・1日に必要な野菜摂取量と野菜を食べることの必要性を普及します。
- ・野菜直売場や町内のイベント等を活用し、簡単レシピの配布や設置、試食提供などを行い、野菜の簡単かつ手軽な食べ方等をわかりやすく伝えます。

### 3 こころの健康

#### 現状と課題

家族や友人・仲間との時間を大切にし、ストレスと上手に付き合いながら、こころの健康を維持することが重要です。自分自身や家族・友人の心身の変化に早期に気づき、早期に相談することの大切さについて、今後も啓発していく必要があります。相談件数は年度により増減がありますが増加傾向にあり、相談先の普及が進んでいることが考えられます。相談内容から、こころの健康問題だけではなく生活困窮・就労の問題を抱えている方や、自殺のハイリスク者等への支援について関係機関と連携した支援が必要です。

また、新たな「自殺総合対策大綱」（平成 29 年 7 月閣議決定）において、国からの重点施策のひとつに、子ども・若者の自殺対策の推進や市町村による自殺対策計画の策定に向け関係機関と協議していきます。

#### 重点的取り組み

自分自身や家族、友人の心身の変化に気づき、相談できる環境づくり

#### ○ 趣味や生きがい、交流の場の提供や情報の発信

##### ① ボランティア活動の支援

・当別町社会福祉協議会、社会福祉法人ゆうゆうなどと共に、新たなボランティアの担い手の発掘や交流の場や居場所づくり、サロン活動支援を行います。

##### ② 趣味や生きがい、交流の場の提供

・健康福祉出前講座や高齢者クラブ、サロンなど、出かける場や人との交流の場として過ごせる場の情報の発信を行います。

#### ○ こころの健康やうつ病に関する正しい知識の普及

##### ① 健康福祉出前講座や健康づくりセミナーの実施

・こころの健康に関する正しい知識や、子どもや若年の自殺対策などについて健康福祉出前講座や健康づくりセミナーなどを実施し町民に知識の普及を行います。

## ②子ども・若者の自殺対策の推進

- ・情報の整理や課題の明確化を行い、学校や教育委員会、保健所等と連携支援体制の構築や、子どもやその保護者を含めた自殺対策への取り組みについて推進していきます。

## ③ストレスチェックの実施

- ・早期に心身の変化に気づくために、当別町ホームページでストレスチェックができるよう情報発信していますが、より身近に実施できるよう健康福祉出前講座や広報等で周知を行っていきます。

## ○ こころの相談先の普及

### ①こころの相談先の周知

- ・悩みを抱えたとき、早期に相談・治療に結びつくよう、当別町内、町外の相談先の一覧を作成し、広く町民に相談先の周知を行います。

### ②自殺対策連絡会の開催

- ・自殺のハイリスク者や自殺者の実態や問題点を把握するため、関係機関（相談機関や消防署、警察など）を含めた自殺対策連絡会を定期的に行います。
- ・自殺のハイリスク者や未遂者など関係機関と連携し支援を行います。

## 4 歯・口の健康

### 現状と課題

歯科健診やフッ素塗布、フッ化物洗口等、乳幼児や小学校での歯科保健対策が実施されています。むし歯のない幼児の割合は緩やかに上昇しています。

むし歯のある子どもの状況は、歯みがきをしない、甘味食品の取り方の問題の他、生活や育児面の課題を抱える家庭にむし歯が多くみられ状況は悪化します。「むし歯ゼロ」を目指し歯科保健対策を進めるとともに、個別支援として虫歯予防のポイントを絞り家庭内で実践できるようわかりやすく伝えていくことが必要です。

成人期・高齢期の歯科健診は未実施の状況です。歯と口の健康に対する意識を高めると共に、定期的な歯科健診が受けられる体制づくりが必要です。

### 重点的取り組み

正しい歯みがき習慣と定期的な歯科健診で

歯と口の健康づくりから生き生きとした生活を！

#### ○ 正しい歯みがき習慣の実践

##### ①正しい歯みがき習慣についての普及啓発

- ・北海道医療大学と連携し、生涯を通じた歯と口の健康づくりの推進に努めます。
- ・北海道医療大学、歯科医師会等と予防歯科の重要性や歯科疾患の全身への影響口腔ケアの技術など、歯と口の健康に関する普及啓発を行います。

#### ○ 定期的な歯科健診の受診

##### ①歯科健診の実施

- ・妊婦、成人、高齢者を対象とした歯科健診を実施します。
- ・歯周病についての正しい知識の普及啓発を図り、歯科健診の受診勧奨を行います。
- ・フッ素塗布、フッ化物洗口の体制づくりに努めます。

##### ②北海道医療大学と連携した生活状況等実態調査の実施

- ・北海道医療大学と連携し、生活実態が歯と口の健康に及ぼす影響等について調査し、むし歯ゼロに向けた予防手段について検討し取り組みます。

## 基本目標 疾病の早期発見・早期治療(二次予防)

### 5 生活習慣病(糖尿病・循環器疾患・がん)

#### 現状と課題

糖尿病・循環器疾患・がん等の生活習慣病が増加していることが全国的な問題となっています。生活習慣病の危険因子は相互に関連しており、生活習慣の改善が発症予防や重症化予防につながります。

特定健康診査については 50%以上の受診率を維持しています。また、特定保健指導の実施率についても高い実施率となっています。しかし、健康課題として肥満者の割合が高いこと、運動習慣のある者の割合が低いこと等、生活習慣の改善が見られていません。健診結果として生活習慣病にかかわる結果についても改善傾向にあるとは言えません。

一生涯のうち2人に1人は何らかの悪性新生物(がん)に罹患すると言われていています。悪性新生物(がん)のリスクを高める危険因子は、糖尿病や循環器疾患と同様であるため、生活習慣の改善が、悪性新生物(がん)の発症予防に繋がってくるといわれています。進行がんの罹患率を減少させ、死亡を防ぐためには、早期発見が重要となるため、更なる受診率向上への取り組みが必要です。

#### 重点的取り組み

健診結果から生活習慣を振り返り、よりよい生活習慣を身につける

#### ○ 定期的な健康診査及びがん検診の受診率向上

##### ① 特定健康診査、がん検診の実施

・ 受診率の向上や生活習慣病の発症予防・重症化予防のため継続的な受診につながるよう対象者のニーズに合った健診実施体制の整備を行います。

##### ② 電話や訪問等による個別受診勧奨の実施

・ 特定健康診査対象の未受診者、継続受診促進の取り組みとして、対象者にあつた方法で受診勧奨を行います。

### ③がん検診推進事業を活用した受診勧奨の実施

- ・国で実施している「新たなステージに入ったがん検診の総合支援事業」を活用し、対象者にリーフレットを送付し受診勧奨を実施します。

### ④職域と連携した受診勧奨の実施

- ・特定健康診査やがん検診の利用を促進し、対象者の整理を行い商工会や町内企業等と連携した受診勧奨活動を行います。

### ⑤当別版健康マイレージの実施

- ・健診や健康づくりへの関心が薄いいわゆる「無関心層」への健診受診や健康を推進します。

### ⑥健康福祉出前講座の実施

- ・当別町の健康実態や、生活習慣病予防についての講話を行い、広く町民に知識の普及を行います。

### ⑦がん予防のためのスクリーニング検査を受けられる体制の整備

- ・胃がん予防とピロリ菌についての知識を普及し、受診できる環境を整備します。

## ○ 健康診査結果を生かした生活習慣病の発症予防

### ①個別保健指導の実施

- ・対象者にあった方法で健診結果説明会や訪問、来所等により保健指導を実施し、生活習慣の改善を図ります。
- ・健診結果の意味、健診データと食生活、運動習慣の他、喫煙や飲酒等の生活習慣の関連を理解し自己管理できるよう保健指導の充実を図ります。
- ・がん検診においては精密検査が必要な人に対して受診勧奨を行い、精密検査受診率向上を図ります。

### ②禁煙対策の実施

- ・保健指導の際に禁煙外来や喫煙による体への影響についての、情報提供を実施します。
- ・禁煙、分煙を進めるための実態把握を行い、その結果から禁煙につながる環境づくりを推進します。
- ・喫煙によってもたらされる影響（COPD：慢性閉塞性肺疾患等）について普及します。

### ③医療機関との連携

- ・医療機関と連携し、糖尿病性腎症重症化予防を重点とした生活習慣病の改善に向けた保健指導を実施します。

## 基本目標 健康づくりの基盤整備

### 6 感染症等に対する対策

#### 現状と課題

乳幼児期の予防接種率は比較的高い接種率となっています。今後も国の動きや感染症に関する情報収集に努め、感染症に関する正しい知識の普及、啓発を行い、感染症に関してのセルフケアの向上を図るとともに、予防接種の接種率向上を目指します。

#### 重点的取り組み

感染症の正しい知識の普及を図り、感染症予防・発生時の感染拡大予防に努める

#### ○ 感染症等についての正しい知識の普及啓発を図る

##### ①ホームページ等を活用した情報発信

- ・ 感染症予防のために手洗いうがいの励行や、予防接種についての情報の周知を行います。
- ・ 感染症流行時には適切な予防対策をとれるよう、広報やホームページなどを通して知識の普及啓発を実施します。

##### ②エキノкокクス症検診の実施

- ・ エキノкокクス症の予防方法についての正しい知識の普及啓発を図ると共に、集団による検診を継続して実施します。

#### ○ 感染症予防対策及び関係機関との連携

##### ①予防接種委託医療機関拡大の検討

- ・ 予防接種の受けやすい体制整備として、町外を含めた委託医療機関の拡大を検討し調整します。

##### ②当別町内インフルエンザ等集団発生状況調査の実施

- ・ インフルエンザの流行時期に合わせて、町内医療機関や教育委員会等との情報収集及び情報提供を行います。
- ・ 国の動きや感染症に関する情報収集に努め、関係機関と連携を図ります。

## 7 保健・医療体制の確保

### 現状と課題

健康寿命の延伸に向けて重点的取り組みを進めていくとともに、健康に関心がなくとも健康づくりのための行動がとれる環境づくりをすすめる必要があります。

住民が安心して暮らしていくために、医療体制の確保等、地域医療体制づくりを医師会や北海道医療大学等、関係機関との連携のもと進めていく必要があります。

### 重点的取り組み

#### 疾病予防と医療体制の確保を図る

#### ○ 疾病予防のための保健体制の確保

##### ①健康づくりセミナーの実施

- ・健康寿命の延伸に向けて、町民と共に健康課題を解決できるよう健康づくりセミナーを開催し、町民が健康について学ぶ機会を持ちます。

##### ②当別版健康マイレージの実施

- ・健康に関心がなくても健康づくりのための行動がとれる環境づくりとして、当別版健康マイレージ事業を住民や関係機関と実施します。

##### ③地区組織への活動支援

- ・地域での健康づくり活動を進めるため、保健推進員の活動支援を行います。また、主体的な健康づくりの推進を目指し組織化への支援を行います。
- ・食生活改善協議会の活動支援や育成を行い、協働で食生活を切り口とした健康づくりの取り組みを実施します。

##### ④当別町健康福祉出前講座の実施

- ・町民に広く身近な場所で健康づくりや福祉に関する情報を提供するために、「当別町健康福祉出前講座」の企画調整を行います。
- ・講師となる北海道医療大学教授や町内の事業所、町職員等の関係者が地域の健康課題や実態を共有し効果的な健康福祉出前講座連絡調整会議を開催します。

#### ○ 医療体制の確保

- ・今後の救急医療体制や在宅医療等地域医療に関して、医師会や北海道医療大学保健所、介護の関係者等と協議する場を設置し、医療体制の確保に努めます。
- ・「救急安心センターさっぽろ」に参加し、当別消防署と連携を図り効果的に運用

します。

- ・住民にわかりやすく医療機関情報や相談先の周知を図ります。
- ・かかりつけ医の大切さについて、町民へ普及啓発を図ります。

## 8 ライフステージ別新規、重点事業

	身体活動・運動	栄養・食生活	こころの健康
全体	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「すこやかロード認定事業」の検討</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・肥満予防の対策の推進</li> <li>・野菜摂取量増加への取り組みの推進</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康づくりの拠点（相談と集いの場）</li> <li>・自殺対策計画の策定</li> </ul>
妊産婦期 乳幼児期		<ul style="list-style-type: none"> <li>・連携した食育事業</li> </ul>	
学童期 思春期		<ul style="list-style-type: none"> <li>・連携した食育事業</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・子ども、若者の自殺対策の推進</li> </ul>
青年期  壮年期	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体力測定の実施</li> <li>・運動サポート教室</li> <li>・ウォーキングの取り組み</li> <li>・運動の効果、必要性の普及</li> <li>・事業や講演会開催、情報発信</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康福祉出前講座</li> <li>・野菜 350g 普及事業</li> <li>・料理講習会</li> <li>・保健指導</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康福祉出前講座</li> <li>・健康づくりセミナー</li> <li>・ストレスチェック</li> <li>・自殺ハイリスク者支援</li> </ul>
高齢期	<ul style="list-style-type: none"> <li>・シャッキリ体操の普及</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>・ボランティア活動支援</li> </ul>
保健・医療体制の確保	疾病予防のための保健体制の確保		
	当別町保健推進員活動支援 当別版健康マイレージ事業	当別町食生活改善協議会活動支援 受けやすい健診体制の整備	
連携会議	健康福祉出前講座調整会議		自殺予防連絡会

平成 34 年度までに実施する主な取り組みについて、ライフステージごとに整理しています。

歯・口の健康	生活習慣病	感染症対策
<ul style="list-style-type: none"> <li>・むし歯ゼロプロジェクト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健診受診率の向上</li> <li>・受動喫煙防止対策</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・感染症の正しい知識の普及</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・妊婦歯科健診の実施</li> <li>・フッ素塗布無償化の検討</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>・町外医療機関への予防接種委託拡大の検討</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・フッ化物洗口の継続実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ピロリ菌検査の実施</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・正しい知識の普及</li> <li>・歯科健診の実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・特定健康診査、がん検診の実施</li> <li>・職域と連携した受診勧奨</li> <li>・保健指導</li> <li>・糖尿病重症化予防対策</li> <li>・禁煙対策</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・正しい知識の普及</li> <li>・歯科健診の実施</li> </ul>		
医療体制の確保		
地域医療体制づくり                      在宅医療と介護連携強化 かかりつけ医の普及		
医師懇談会	地域医療体制検討会	歯科医師連絡会議

## 9 分野別アクションプラン

	身体活動・運動	栄養・食生活	こころの健康
町 民	・声をかけ合い、さそいあつて運動に取り組む	・1日3食食べる習慣を身につける ・適正体重を知り維持に努める ・野菜類を1日5皿意識して食べる	・一人で悩みを抱え込まず相談する
当別町 保健推進員	・運動実践のための声かけ役 ・運動についての情報発信	・手軽な野菜摂取方法の情報発信	
当別町食生活 改善協議会	・冬場の総合体育館でのウォーキング	・肥満対策に重点を置いた食生活の普及 ・若い世代への簡単な野菜レシピの普及	
江別医師会 当別ブロック			
当別町歯科医師会			
北海道医療大学	・シャッキリ体操の普及		・相談先の周知
当別消防署			・自殺ハイリスク者支援
当別町社会福祉 協議会	・高齢者クラブ活動への側面的支援		・ボランティア活動支援 ・新たな担い手の創出 ・居場所づくり、サロン支援
当別町障がい者総合 相談支援センター			自殺ハイリスク者支援
当別町教育委員会		・給食での当別産野菜使用 ・食育事業の実施 ・食の大切さの普及	・いじめ対策
NPO 法人ふれ・スポ・ とうべつ	・運動ができる環境づくり		
当別町商工会		・肥満対策に重点を置いた事業 ・栄養成分表示店の登録推進	・相談先の周知協力
北いしかり 農協		・肥満対策に重点を置いた事業 ・野菜レシピの設置	

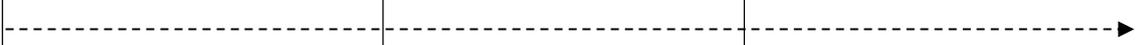
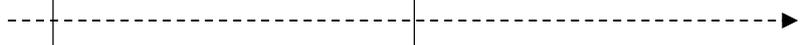
目標値を達成するために連携する関係機関・団体と推進する取り組み内容です。

歯・口の健康	生活習慣病	感染症対策	保健・医療体制の確保
<ul style="list-style-type: none"> <li>・年に1回以上歯科健診を受ける</li> <li>・必要時すぐに治療する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・定期的に健診を受ける</li> <li>・健診の結果から生活習慣を見直し改善に向けて取り組む</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・感染症の予防に努める</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康づくりセミナーへ参加する</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・歯科健診の周知</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健診の周知</li> </ul>		
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・生活習慣病予防に重点を置いた食生活の普及</li> </ul>		
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・連携した糖尿病重症化予防対策</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・インフルエンザ患者数の情報交換</li> <li>・予防接種の実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・医師懇談会の実施</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・歯科健診の実施</li> <li>・歯と口の健康に関する啓発</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>・成人歯科健診の実施</li> <li>・生活状況等実態調査</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>・連携した地域医療体制づくり</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>・救急医療体制連携</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・フッ化物洗口の継続実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・がん教育の実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・インフルエンザによる学級閉鎖情報の提供</li> </ul>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健診未受診者への受診勧奨</li> <li>・分煙対策</li> </ul>		
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健診の周知協力</li> <li>・連携した受診勧奨</li> </ul>		

## 10 推進施策における事業スケジュール

	後半期 1 年目 平成 30 年度	後半期 2 年目 平成 31 年度
栄養・食生活	料理講習会 野菜 350g 普及事業 適正体重・食事量の普及	
身体活動・運動	シャッキリ体操の普及	すこやかロード認定事業の検討
こころの健康	自殺対策計画策定の協議	自殺予防連絡会
歯・口の健康		成人・高齢者歯科健診 妊婦歯科健診
生活習慣病	健診受診勧奨・保健指導・糖尿病重症化予防 禁煙調査の実施	ピロリ菌検査の実施 禁煙対策の検討・実施
感染症対策		予防接種委託機関
保健・医療体制の確保	準備 地域医療の検討	当別版健康マイレージ事業

今後5年間の主な事業についてのスケジュールです。

後半期3年目 平成32年度	後半期4年目 平成33年度	後半期5年目 平成34年度(評価)
		
		
		
		
		
の 開 催		
		
		
フッ素塗布無償化検討 		
		
		
		
の 拡 大 検 討		
		

## 11 指標・目標値

### 身体活動・運動

指 標		策定時 (平成 24 年)	目標数値 (平成 34 年)
運動習慣者 (1週間で1時間以上)	男性	67.6 %	70.0%以上
	女性	57.7 %	60.0%以上
	40代男性・女性	46.3 %	50.0%以上
日常生活における歩数	男性	9,144 歩	9,200 歩以上
	女性	6,410 歩	8,500 歩以上
	男性(65歳以上)	9,653 歩	9,700 歩以上
	女性(65歳以上)	5,016 歩	6,000 歩以上
体力測定の実施回数・ 参加人数	成人	24 回・285 人	50 回・600 人
積極的に外出している 人	男性(60歳以上)	50.0 %	65.0% 以上
	女性(60歳以上)	35.4 %	50.0% 以上
腰痛・膝関節痛を訴える 人の割合	男性(60歳以上)	62.8 %	62.0% 以下
	女性(60歳以上)	67.4 %	67.0% 以下

## 栄養・食生活

指 標		策定時 (平成 24 年)	目標数値 (平成 34 年)
1日3食食べる人の割合	小学生	97.8%	97.8%以上
	中学生	96.5%	96.5%以上
	男性	92.6%	92.6%以上
	女性	92.5%	92.5%以上
適正体重を維持している人の割合	男性の肥満の割合	37.0%	30.0%以下 (40～60 歳)
	女性の肥満の割合	29.5%	27.0%以下 (40～60 歳)
	男性の肥満の割合 (65歳以上)	32.2%	14.0%
	女性の肥満の割合 (65歳以上)	32.5%	14.5%
野菜の入った料理を1日5皿以上食べている人の割合	成人	4.1%	10.0%以上
主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上とれている人の割合	成人	81.2%	82.0%以上
共食の増加(食事を1人で食べる子どもの割合の減少)	朝食 小学生	3.7%	3.7%以下
	朝食 中学生	13.7%	13.7%以下
	夕食 小学生	0.3%	0.3%以下
	夕食 中学生	2.1%	2.1%以下

## こころの健康

指 標	策定時 (平成 24 年)	目標数値 (平成 34 年)
ストレスを感じた人	67.4%	49.0%以下
睡眠による休養を十分に取れていない人	24.1 %	24.1%以下
睡眠の確保のために睡眠補助品やアルコールを使いうことがある人	20.4 %	15.0%以下
自殺者数(人口 10 万人対)	47.6 人	25.3 人以下
保健所・市町村の精神保健福祉相談利用人員	304 件	304 件以上
保健所・市町村の精神保健福祉普及啓発事業参加延人員	312 人	420 人以上
ボランティア登録人数	1,069 人	1,600 人以上

## 歯・口の健康

指 標		策定時 (平成 24 年)	目標数値 (平成 34 年)
むし歯のない3歳児		60.0%	80.0%以上
3歳までにフッ素塗布を受けたことがある幼児		80.6%	85.0%以上
フッ化物洗口を実施する学年		小学校3年生 まで	中学生まで 拡大
12歳児のむし歯の本数		3.0本	1.0本以下
進行した歯周病のある人	40歳代	46.6%	35.0%以下
	50歳代	52.2%	45.0%以下
1日2回以上歯をみがく人		73.6%	80.0%以上
60歳で24本以上歯のある人		29.1%	50.0%以上
80歳で20本以上歯のある人		14.5%	20.0%以上
過去1年間に歯科健診を受診した人		60.7%	65.0%以上

生活習慣病(糖尿病・循環器疾患・がん)

指 標		策定時 (平成 24 年)	目標数値 (平成 34 年)
メタボリックシンドロームの人の割合	男性	21.1%	21.6%以下
	女性	10.8%	11.4%以下
メタボリックシンドローム予備群の人の割合	男性	19.6%	17.3%以下
	女性	3.9%	8.2%以下
特定健康診査の受診率		51.7%	60.0%以上
特定保健指導の実施率		36.9%	60.0%以上
高血圧の割合(Ⅱ度以上の割合)		5.2%	5.2%以下
脂質異常症の割合 (LDL160mg/dl以上の割合)	男性	8.0%	8.0%以下
	女性	10.8%	10.8%以下
血糖コントロール不良者の割合 (HbA1c8.0%以上の割合)		0.6%	0.6%以下
がん検診受診率	胃がん	14.2%	40.0%以上
	肺がん	16.1%	40.0%以上
	大腸がん	18.2%	40.0%以上
	子宮頸がん	21.0%	50.0%以上
	乳がん	24.6%	50.0%以上
たばこの喫煙率	妊婦	7.5%	0.0%
	成人	20.7%	12.0%以下
COPD(慢性閉塞性肺疾患)の概念を知っている人の割合		—	80.0%以上