

## 第3章 とうべつ健康プラン21の評価

### I 評価区分の考え方

平成24年度を最終年とする「とうべつ健康プラン21」の各指標について、平成23年度に実施した「とうべつ健康プラン21アンケート調査」や「歩数モニター調査」、関係者へのヒアリングや各種統計データを、策定時当初および中間評価と比較して、「とうべつ健康プラン21」の達成状況を評価しました。

策定時当初に設定し、中間評価時に見直しされた目標数値が達成されたか、数値がどのように変化したかを下記の通りの評価区分を設け評価しました。

#### <評価区分>

評価	内 容
○	目標値を達成した項目
△	目標は達成できなかったが、中間評価より改善がみられた項目
×	目標を達成することも中間評価より改善することもできなかった項目
—	中間評価または最終評価データがなかった項目

## II 指標の全体評価

「とうべつ健康プラン21」の指標となっている53項目のうち、「目標を達成した項目」は、19項目に留まりました。「目標達成はできなかったが、中間評価より改善がみられた項目」と合わせると32項目の改善が見られました。

目標の達成できなかった項目については、課題を整理し、「とうべつ健康プラン21(第2次)」に反映させていきます。

### <全体評価>

評価	内 容	指標数(割合)
○	目標値を達成した項目	19項目(35.8%)
△	目標は達成できなかったが、 中間評価より改善がみられた項目	13項目(24.5%)
×	目標を達成することも中間評価より 改善することもできなかった項目	16項目(30.2%)
—	中間評価または最終評価データが なかった項目	5項目(9.4%)

### Ⅲ 分野別の具体的な取り組みと評価

#### 1 身体活動・運動

##### 1) 指標の達成状況

「意識的に運動を心がけている人」は男性が78.0%、「運動習慣のある人」は男性が67.6%、女性が57.7%と目標を達成しています。運動事業への参加者数は大幅に増加し、新たなサークルが立ち上がるなど、運動への関心・意識が高まっていることが達成することができた要因と考えられます。その一方で、「意識的に運動を心がけている人(女性)」「日常生活における歩数」「自分に合った運動メニューを知っている人」の指標については、中間評価と比べ改善はしていますが、目標達成には至りませんでした。また、「腰痛・膝関節痛を訴える人の割合」は増加しており、運動のきっかけとなる「体力測定の実施回数・参加人数」についても目標の達成には至っていません。

年代別に見ると青年期・壮年期の各事業への参加者や体育館利用者、さらに日常生活における歩数が他の年代と比較して少ない傾向にあり、青年期・壮年期に向けた運動の取り組みが課題であると考えられます。

指 標		策定時 (平成13～16年)	中間 (平成17～20年)	評価 (平成21～24年)	目標数値 (平成24年)	評価	
成人	意識的に運動を心がけている人	男性	47.8 %	62.0 %	70.8 %	63.0% 以上	○
		女性	69.0 %	55.2 %	65.1 %	69.0% 以上	△
	日常生活における歩数	60歳未満の男女	-	7,264歩	7,510歩	8,500歩以上	△
			-				
	運動習慣者(1週間で1時間以上)	男性	17.0 %	37.7 %	67.6 %	37.7% 以上	○
		女性	23.9 %	28.0 %	57.7 %	35.0% 以上	○
体力測定の実施回数・参加人数	成人	-	46回・581人	24回・285人	50回・600人	×	
自分に合った運動メニューを知っている人	成人	-	35.1 %	35.2 %	40.0% 以上	△	
高齢者	外出について積極的な態度をもつ人	男性(60歳以上)	-	-	50.0 %	増加	-
		女性(60歳以上)	-	-	35.4 %	増加	-
	腰痛・膝関節痛を訴える人の割合	60歳以上	61.2 %	55.2 %	65.3 %	55.2% 以下	×

## 2) 事業実績の評価

### ① 運動・ウォーキングの効果と必要性の普及啓発

平成22年度に当別総合型地域スポーツクラブ(ふれ・スポ・とうべつ) (※6)が設立し、運動事業や講演会の企画・実施の中心として活動してきました。スポーツ事業や講演会、健康福祉出前講座実施回数とその参加者数は、平成21年度15回480人から、平成23年度150回2,295人と大きく増加しており、運動のきっかけづくりや日常生活に運動を組み入れることにつながっていたと考えられます。

区分	平成 21 年度		平成 22 年度		平成 23 年度	
健康づくりセミナー・講習会	2 回	98 人	2 回	130 人	4 回	141 人
スポーツ事業・講演会の開催	-	-	59 回	443 人	130 回	1,711 人
健康福祉出前講座	13 回	382 人	10 回	478 人	16 回	443 人
計	15 回	480 人	71 回	1,051 人	150 回	2,295 人

### ② 運動の実践と継続支援

運動事業と参加者の増加や新たなサークルができるなど、運動への関心・意識の高まりにより、体育館利用者数も平成23年度は68,501人で平成21年度より4,467人増加しました。フィットネスカレッジでも参加者・登録者ともに増加傾向にあり、事業参加者から新たなサークルができ、活動を継続しています。

区分		平成 21 年度	平成 22 年度	平成 23 年度
体育館利用者数(延べ)		64,034 人	67,407 人	68,501 人
フィットネスカレッジ	登録者数	—	70 人	104 人
	参加者延数	594 人	407 人	640 人
運動サポート事業		39 回 443 人	36 回 498 人	22 回 300 人
ウォーキングマップ 設置施設数		4 施設	6 施設	8 施設
ストックウォークサークル		—	1グループ	2グループ

(※6)当別総合型地域スポーツクラブ(ふれ・スポ・とうべつ)・・・平成22年度に会員の健康づくりや世代間交流を深めて、地域社会の生涯スポーツを推進するために設立され、各種スポーツ教室や講演会など、さまざまな事業を企画・運営。ふれ・スポ・とうべつは、当別総合型地域スポーツクラブの愛称。

## 2 栄養・食生活

### 1) 指標の達成状況

朝食欠食の状況については、成人男性が7.4%と改善しましたが、成人女性及び中学生では平成20年度の間評価よりは改善しています。小学生では、平成20年度の間評価よりも若干増加が見られ、悪化しています。

肥満者の割合は男女ともに平成20年度の間評価よりも減少しており、改善が見られますが、目標には達していません。

適正体重を維持することのできる食事量を知っている人の割合は、男女ともに目標値を達成しています。しかし、適正体重を知っている人の割合およびメタボリックシンドロームの概念を知っている人の割合は減少傾向にあり、生活習慣病への正しい知識の普及は、今後も継続して行う必要があります。また、メタボリックシンドロームの概念を知っている人の割合は、女性よりも男性の方が多くなっています。しかし、メタボリックシンドローム該当者及びその予備群は男性の方が多く、特に40歳代男性が増加しており、今後は特に男性に対する具体的な対策が必要とされます。

野菜料理を1日5皿以上食べている人の割合は、全体の4.1%と非常に少数の方しか習慣として身につけていません。おいしい地元の野菜が手軽に手に入る土地柄を生かし、町民の実態やニーズに合わせた方法で、今後も摂取量増加に向けて対策を検討し、推進していく必要があります。

<指標の評価>

指 標		策定時 (平成13～16年)	中間 (平成17～20年)	評価 (平成21～24年)	目標数値 (平成24年)	評価
朝食を欠食する人の割合	小学生	2.4%	1.4%	2.2%	1.4% 以下	×
	中学生	3.3%	4.8%	3.5%	3.0% 以下	△
	男性	16.0%	13.6%	7.4%	13.6% 以下	○
	女性	4.0%	8.4%	7.5%	4.0% 以下	△
肥満者等の割合	男性の肥満者	34.7%	39.6%	36.4%	30.0% 以下	△
	女性の肥満者	31.6%	33.5%	31.1%	27.0% 以下	△
適正体重を知ってる人の割合	男性	65.9%	88.3%	79.9%	88.3% 以上	×
	女性	69.0%	88.6%	76.2%	88.6% 以上	×
適正体重を維持することのできる食事を理解している人の割合	男性	45.7%	54.9%	62.2%	60.0% 以上	○
	女性	52.1%	57.2%	62.9%	60.0% 以上	○
メタボリックシンドロームの概念を知っている人の割合	男性	-	73.1%	76.5%	80.0% 以上	△
	女性	-	72.8%	68.5%	80.0% 以上	×
メタボリックシンドロームの人の割合	男性	-	24.0%	22.0%	21.6% 以下	△
	女性	-	12.7%	10.3%	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	-	19.2%	17.2%	17.3% 以下	○
	女性	-	9.1%	6.6%	8.2% 以下	○
特定健康診査の受診率	成人	-	57.0%	51.7%	65.0% 以上	△
野菜の摂取量	成人1日あたり	293g	326g	-	350g 以上	-
カルシウムに富む食品摂取量	豆類 成人1日あたり	67g	137g	-	100g 以上	-

## 2) 事業実績の評価

### ① 町内での連携した食育推進

町内で食育をより効果的に推進していくために、関係者を参集し、平成22年度より「食育推進会議」を開催しています。子どもを取り巻く食環境の課題や、具体的な対策などが検討される場となっており、今後も効果的な食育を連携して推進していくためにも、継続していく必要があります。

### ② 乳幼児期及び学童期への「食育」の実施

乳幼児期には、乳幼児健診にて管理栄養士による個別の栄養相談を実施。また、学童期には町内小中学校全6校にて食育授業を実施しており、平成23年度は、計61クラス合計81回食育事業を実施しました。その他、食生活改善連携協議会と連携し、小学生の親子を対象としたおやこ料理教室を実施してきました。

区分	平成 21 年度		平成 22 年度		平成 23 年度	
4・10カ月健診栄養相談	10 回	53 人	10 回	66 人	10 回	86 人
1歳8カ月・3歳児健診栄養相談	10 回	74 人	10 回	86 人	10 回	76 人
離乳食教室	10 回	89 人	10 回	66 人	4 回	90 人
子育て支援事業参加者及び育児サークル等への食育	9 回	298 人	9 回	253 人	8 回	258 人
おやこ料理教室(食改連携事業)	2 回	49 人	2 回	44 人	2 回	53 人
町内小中学校食育事業	25 回	56 学級	52 回	56 学級	81 回	61 学級

### ③ 肥満者およびメタボリックシンドローム者減少への取り組み

健康福祉出前講座や健康づくりセミナー及び特定保健指導の場面を通し、生活習慣病に関する正しい知識の普及を行ってきました。また、食生活改善協議会と連携して、実践を交えながら適切な食事量の普及を行ってきました。

区分	平成 21 年度		平成 22 年度		平成 23 年度	
	回数	人数	回数	人数	回数	人数
健康福祉出前講座及び健康教育	23 回	523 人	24 回	493 人	20 回	502 人
特定健診事後健診結果説明会	29 回	325 人	39 回	415 人	32 回	356 人
生活習慣病予防講習会と知識の普及(食改連携事業)	1 回	22 人	4 回	122 人	2 回	150 人
地域伝達料理講習会(食改事業)	16 回	168 人	16 回	209 人	14 回	135 人
1 日コックさんでのヘルシーメニュー提供(食改事業)	4 回	120 人	2 回	60 人	2 回	120 人

### ④ 野菜豆摂取量増加への取り組み

レシピの設置や、各種イベント時に、食生活改善協議会と連携して当別産の野菜豆を使った料理の試食提供とレシピの配布、その他、役場公用車にステッカーを添付し、普及活動を行いました。

区分	平成 21 年度	平成 22 年度	平成 23 年度
レシピの設置	4 力所 2,400 枚	4 力所 2,400 枚	4 力所 2,400 枚
公用車へのステッカー添付	17 台	16 台	17 台
各種イベントでの試食(食改連携事業)	3 回 470 人	2 回 220 人	4 回 520 人

### 3 こころの健康

#### 1) 指標達成状況

最近1か月間でストレスを感じた人や睡眠による休養を十分にとれていない人の割合が増加しています。

自殺者の状況は、47.6人(人口10万対)で、全道25.4人より高く、平成20年～22年の3年間で、平均して6人が亡くなっています。

精神保健福祉相談利用実人員は340件と増加しており、保健所や当別町障がい者総合相談支援センターへの相談件数は、年々増加しており、相談先が徐々に普及しています。

指 標	策定時 (平成13～16年)	中間 (平成17～20年)	評価 (平成21～24年)	目標数値 (平成24年)	評価
ストレスを感じた人	60.0%	63.5%	67.4%	49.0% 以下	×
睡眠による休養を十分にとれていない人	16.4%	22.3%	24.1%	16.4% 以下	×
睡眠の確保のために睡眠補助品やアルコールを使うことのある人	15.0%	16.7%	20.4%	15.0% 以下	×
自殺者数(人口10万人対)	29.2人	25.3人	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実人員	-	237件	340件	237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	-	256人	312人	420人以上	△
精神保健ボランティア活動人員	28人	23人	21人	28人以上	×
スクールカウンセラーの配置	4校	3校	2校 (6校に対応)	3校	○
ボランティア登録人数	-	277人	1069人	277人以上	○

## 2) 事業実績の評価

### ① 精神保健普及啓発事業

こころの健康づくりセミナーや健康福祉出前講座による講話や演習を活用した普及啓発を実施しました。重点対象者を設定し、実施方法や内容を工夫し、開催しています。

ストレスをため込むことや睡眠障害がうつ病の発症のきっかけになることから、こころの健康づくりの大切さについて、普及啓発を継続していく必要があります。

区分	平成 21 年度		平成 22 年度		平成 23 年度	
健康づくりセミナー	1 回	105 人	1 回	121 人	2 回	86 人
健康福祉出前講座	4 回	75 人	3 回	64 人	1 回	16 人

### ② 相談先の普及啓発

町内外の相談先の一覧表を作成し、窓口やセミナー等の保健事業での配布、町ホームページの掲載を行っています。

相談状況としては、当別町障がい者総合相談支援センターへの相談件数が最も多く、精神疾患患者からの生活についての相談が多い状況にあります。早期に心身の変化に気づき、重症化する前に気軽に相談ができるよう、相談先の周知を継続していく必要があります。

保健所・市町村の精神保健福祉相談利用実人員(延べ人員)		平成 21 年度	平成 22 年度	平成 23 年度
相 談 先	当別町障がい者総合相談支援センター(nanakamado)	86 人	134 人	208 人
	江別保健所	21 人	18 人	40 人
	福祉課保健サービス係	119 人	86 人	92 人
	計	226 人	238 人	340 人

## 4 歯の健康

### 1) 指標の達成状況

3歳児でむし歯のない幼児は、60.0%であり、中間評価より悪化しています。むし歯のある子どもの状況は、一人で複数本のむし歯があり、歯みがき習慣の確立が不十分で、甘味食品の摂り方に課題がある傾向がみられます。

歯周病のある40歳代および50歳代の割合は増加しており、60歳で24本以上歯のある人の割合も減少しています。

指標		策定時 (平成13～16年)	中間 (平成17～20年)	評価 (平成21～24年)	目標数値 (平成24年)	評価	
幼児期	虫歯のない3歳児	69.8%	62.6%	60.0%	80.0%以上	×	
	3歳までにフッ素塗布を3回以上受ける幼児	-	44.7%	45.7%	44.7%以上	○	
	3歳までにフッ素塗布を受けたことがある幼児	64.0%	83.0%	80.6%	83.0%以上	×	
	間食として甘味食品・飲料を1日3回以上飲食する習慣をもつ幼児(1歳6ヶ月児)	33.6%	7.3%	7.1%	7.3%以下	○	
学幼 童児 期・	フッ化物洗口を実施する施設数	-	0施設	6施設	3施設以上	○	
学 童 期	12歳児の虫歯の本数	-	4.0本以下	3.0本以下	減少	○	
成人 期	進行した歯周病のある人	40歳代	27.1%	15.7%	61.4%	15.7%以下	×
		50歳代	34.2%	21.7%	63.6%	21.7%以下	×
	歯間ブラシや糸ようじ等を使う人	25.2%	48.0%	58.7%	50.0%以上	○	
	1日2回以上歯をみがく人	72.5%	71.0%	73.6%	80.0%以上	△	
	正しい歯ブラシの使い方について指導を受けたことがある人	-	71.0%	76.5%	71.0%以上	○	
	成人歯科健診利用者数	147人	58人	-	増加	-	
歯 の 喪 失 防 止	60歳で24本以上歯のある人	50.0%	46.8%	29.1%	50.0%以上	×	
	80歳で20本以上歯のある人	10.6%	8.7%	14.5%	20.0%以上	△	
	定期的に歯科健診を受診する人(60歳)	18.4%	16.5%	60.7%	30.0%以上	○	

## 2) 事業実績の評価

### ① 正しい歯みがき習慣とフッ化物応用に関する知識の普及啓発

幼児に対してフッ素塗布の実施やブラッシング指導、食生活等に関する相談の実施をしました。対象となる幼児の減少により、受診数は減少しています。

前年度3歳児健診を受診した親子を対象に、北海道で行われている親と子のよい歯のコンクールへの推薦を行い、歯・口への健康意識の向上につながるよう実施してきました。

子育て支援事業の中で歯科衛生士による子育て講座を実施し、歯みがき習慣の大切さやフッ素入りの歯みがき剤の活用やフッ化物応用に関する知識の普及啓発を実施しました。

区分	平成 21 年度	平成 22 年度	平成 23 年度
フッ素塗布事業	6 回 278 人	6 回 251 人	6 回 224 人
親と子のよい歯のコンクールへの推薦	3 組	3 組	4 組
子育て講座	-	-	4 回 108 人

### ② フッ化物洗口の実施

平成22年度から、保育所・幼稚園、小学校で実施し、毎年小学校で1学年ずつ対象学年を増やすこととし、平成23年度は小学校2年生まで実施しました。

区分	平成 21 年度	平成 22 年度	平成 23 年度
保育所・(幼稚園)・こども園	-	4 施設	3 施設※
小学校	-	3 施設	3 施設

※ 平成22年度をもって、町立幼稚園が閉園となったため、前年度よりも1施設減少している。

### <健康づくりキャラクター「ケンタ君」>

健康づくりを効果的に進めていくためには、本計画について広く理解を深めることが重要と考え、平成17年に「とうべつ健康プラン21」を策定した際に、公募により決定しました。

健康づくりに関するパンフレット等に「ケンタ君」を載せて、「とうべつ健康プラン21」に関する普及・啓発を行っていきます。

