

「健康はこだて21（第2次）」中間評価

函 館 市

目 次

1	健康はこだて21（第2次）の概要	1
	(1) 健康はこだて21（第2次）の策定と経過	1
	(2) 健康はこだて21（第2次）の推進について	4
2	中間評価の目的と方法	6
	(1) 中間評価の目的	6
	(2) 中間評価の方法	6
3	中間評価の結果と今後の取り組みの方向性	8
	(1) ライフステージごとの評価	8
	(2) 全体の目標達成状況等の評価	20
	(3) 分野別の課題と今後の取り組みの方向性	20
	(4) まとめ	22

1 健康はこだて21（第2次）の概要

(1) 健康はこだて21（第2次）の策定と経過

ア 計画策定の背景

我が国では、急速な人口の高齢化や生活習慣の変化により、疾病構造が変化し、疾病全体に占めるがん、循環器疾患および糖尿病等の生活習慣病の割合が増加し、これに伴う要介護者等の増加も深刻な社会問題となっています。

国は、こうした状況に対応し、全ての国民が健やかに生活できる活力ある社会にするため、平成12年に「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、国民が主体的に取り組める国民健康づくり運動として推進してきました。これに伴い、北海道では平成13年に「すこやか北海道21～北海道健康づくり基本指針～」を策定し、到達すべき目標を定め各種事業に取り組んできました。

その後、国では、平成24年7月に新たな健康課題や社会背景等を踏まえ、平成25年度からの新たな方針となる「健康日本21（第2次）」を策定し、平成25年3月には、北海道の新たな計画が策定されました。

本市においては、全国平均を上回る少子高齢化の進展や生活習慣病が死因の約6割を占める状況にあることから、市民一人ひとりの健康づくりを地域全体で支援することを基本として、生活習慣を改善することにより健康を増進し、生活習慣病の一次予防を重視した「健康はこだて21」を平成15年3月に策定し、その後、平成18年に実施した中間評価の結果などから明らかになった健康課題を踏まえ、重点取組を定めるなどの改訂を行い、平成20年度からは「健康はこだて21－改訂版－」として市民の健康づくりを推進してきました。

この「健康はこだて21－改訂版－」の計画期間が平成24年度で終了することから、その最終評価の結果やその後の状況変化などを踏まえ、必要な見直しを行い、「健康はこだて21（第2次）」として本計画を策定しました。

イ 計画の目的

市民一人ひとりが心身共に健やかに生活できるようにするため、生活習慣の改善および社会環境の整備により、健康寿命の延伸を図ります。

ウ 計画の位置付け

この計画は、健康増進法に基づき本市の特性を踏まえて策定する健康づくりの計画であり、新函館市総合計画（平成19年度～平成28年度）の「共に支えあい健やかに暮らせるまち」の実現を具体化する個別計画の一つとして位置付け、他の諸計画（食育推進計画、特定健康診査等実施計画等）との整合性を図っていきます。

エ 計画の期間

平成25年度から平成34年度までの10年間とし、適宜、中間評価を行い、必要に応じて計画の見直しを行います。

オ 計画の基本的な方向

○ 生活習慣病の発症および重症化の予防

生活習慣病（がん、循環器疾患、糖尿病、COPD（慢性閉塞性肺疾患）※）に対し、生活習慣の改善による発症予防と、合併症の発症や症状の進展など重症化の予防を重視した対策を推進します。

○ 健康を支え、守るための社会環境の整備

個人の健康を支え、守るために、行政機関のほか、企業や各種団体が自主的または連携して家庭、学校、地域、職場等において健康づくりを推進できる社会環境の整備を進めます。

○ ライフステージごとの健康づくり

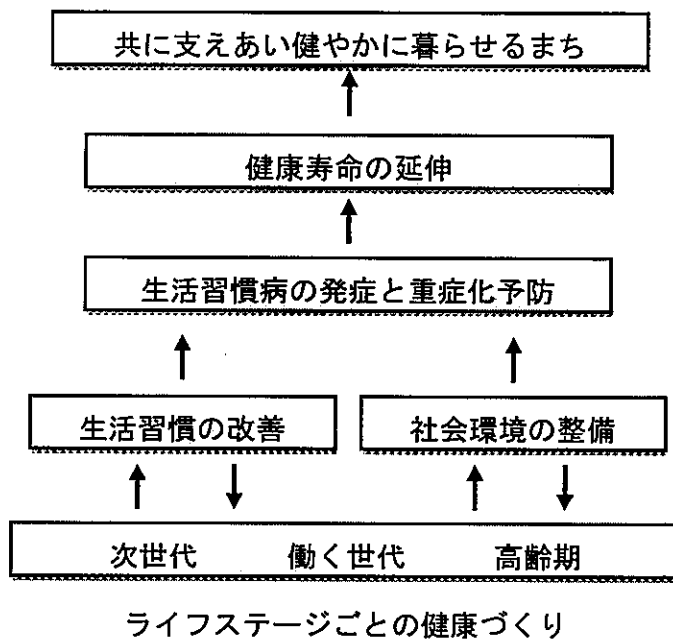
好ましい生活習慣の形成や改善など、世代ごとに異なる課題に応じるため、次世代から高齢期までのライフステージごとの健康づくりを推進します。

※ COPD（慢性閉塞性肺疾患）

主として長期の喫煙によってもたらされる肺の炎症性疾患で、咳、痰、息切れを主訴として緩徐に呼吸障害が進行する。かつて肺気腫、慢性気管支炎と称されていた疾患が含まれている。

カ 健康づくりが目指す姿

各ライフステージにおける生活習慣の改善および社会環境の整備に取り組み、生活習慣病の発症と重症化の予防を推進して、健康寿命の延伸を図り、「共に支えあい健やかに暮らせるまち」の実現に寄与します。



〈 健康づくりが目指す姿 〉

キ 各ライフステージの目指す姿と健康目標一覧

区分	次世代(18歳未満)	働く世代(18歳から64歳)	高齢期(65歳以上)	
目指す姿	生活リズムを整えて、基本的な生活習慣をしっかりと身につける	健康づくりの情報を取り入れて、健康管理を実践する	社会活動に積極的に参加できる身体とこころを保つ	
健康目標	栄養・食生活	○「早寝、早起き、朝ごはん」の習慣を身につける ○適正体重を保つ	○朝食を必ず食べる ○肥満を予防、解消する	○適正体重を保つ
	身体活動・運動	○運動習慣や身体活動を活発にする習慣を持つ	○運動習慣や身体活動を活発にする習慣を持つ	○運動機能を保つ
	休養・こころの健康	○「早寝、早起き、朝ごはん」の習慣を身につける(再掲)	○睡眠を十分とる ○ストレスと上手につきあい、こころの健康を保つ	○自分に合った社会参加をする
	喫煙・飲酒	○未成年者および妊(産)婦は喫煙、飲酒をしない ○受動喫煙の機会をなくす	○禁煙し、飲酒は適量にとどめる ○受動喫煙の機会をなくす	○禁煙し、飲酒は適量にとどめる ○受動喫煙の機会をなくす
	歯・口腔の健康	○むし歯を予防する	○歯科健診を受ける	○口腔機能を保つ
	生活習慣病の発症予防と重症化予防	○適正体重を保つ(再掲)	○がん検診を受ける ○メタボリックシンドロームを予防する ○特定健康診査、特定保健指導を受ける	○がん検診を受ける ○メタボリックシンドロームを予防する ○特定健康診査、特定保健指導を受ける

(2) 健康はこだて21 (第2次) の推進について

ア 推進体制

本計画を推進していくために、健康づくりに関係する機関および団体等がそれぞれの取り組みを強化するとともに、多様な主体が連携して、市民が健康づくりに取り組みやすい環境整備をすることが重要です。

このため、健康づくりを身近で支援する人材の育成を進めるほか、地域関係団体、学校関係団体、職域関係団体、保健医療関係団体等からなる「健康はこだて21推進協議会」において連携を図り、健康づくりを効果的に推進していきます。

イ 健康はこだて21推進協議会の構成団体（平成30年1月現在）

(ア) 地域関係団体

函館市町会連合会，函館市食生活改善協議会，函館市女性会議，函館市体育協会，函館市社会福祉協議会

(イ) 学校等関係団体

函館市小学校長会，函館市中学校長会，北海道高等学校長協会道南支部，函館市PTA連合会，函館保育協会，函館市幼稚園・こども園協会

(ウ) 職域関係団体

函館労働基準監督署，函館商工会議所，函館市亀田商工会，函館東商工会，連合北海道函館地区連合会，函館市内漁業協同組合長連絡協議会，新函館農業協同組合

(エ) 保健・医療関係団体

函館市医師会，函館歯科医師会，函館薬剤師会，北海道栄養士会函館支部，北海道看護協会道南南支部

2 中間評価の目的と方法

(1) 中間評価の目的

計画策定時に設定した目標の達成状況や市民の健康状態の変化などを把握し、目標達成に向けた取組方法の検討を行うことを目的として、中間評価を行いました。

(2) 中間評価の方法

ア 市民の健康意識・生活習慣アンケート調査

- ・調査期間 平成28年9月15日～9月30日
- ・調査数 4,178人（市内に居住する15歳以上の市民）
※ 住民基本台帳による無作為抽出
- ・回収数 1,888人（回収率 45.2%）

イ 参考資料等

- (ア) 平成28年度幼児を持つ親へのアンケート調査（函館市子ども未来部）
- (イ) 平成28年度3歳児健診アンケート調査（函館市子ども未来部）
- (ウ) 平成28年度函館市学習意識調査（函館市教育委員会）
- (エ) 平成28年函館市人口動態統計（市立函館保健所）
- (オ) 平成26年度公立学校児童生徒等の健康状態に関する調査（北海道教育委員会）
- (カ) 平成25年度子ども・子育て支援に関するニーズ調査（函館市子ども未来部）
- (キ) 平成28年度4か月児健診アンケート調査（函館市子ども未来部）
- (ク) 函館市おいしい空気の施設推進事業（函館市保健福祉部）
- (ケ) 平成28年度3歳児健康診査（函館市子ども未来部）
- (コ) 平成28年度函館市国民健康保険特定健康診査（函館市市民部）
- (サ) メンタルヘルスに関する措置を受けられる職場の割合（函館労働基準監督署）
- (シ) 平成25年度～平成28年度函館市成人歯科健診（函館市保健福祉部）
- (ス) 平成28年度函館市がん検診受診率（函館市保健福祉部）

(セ) 平成28年度函館市後期高齢者健康診査（函館市市民部）

ウ 評価

アンケートなどの調査結果により、ライフステージごとの健康指標について目標値、計画策定時の数値と直近の数値を比較し、次のとおり評価しました。

A：目標値が概ね達成されている。

B：目標値に至っていないが策定時より改善している。

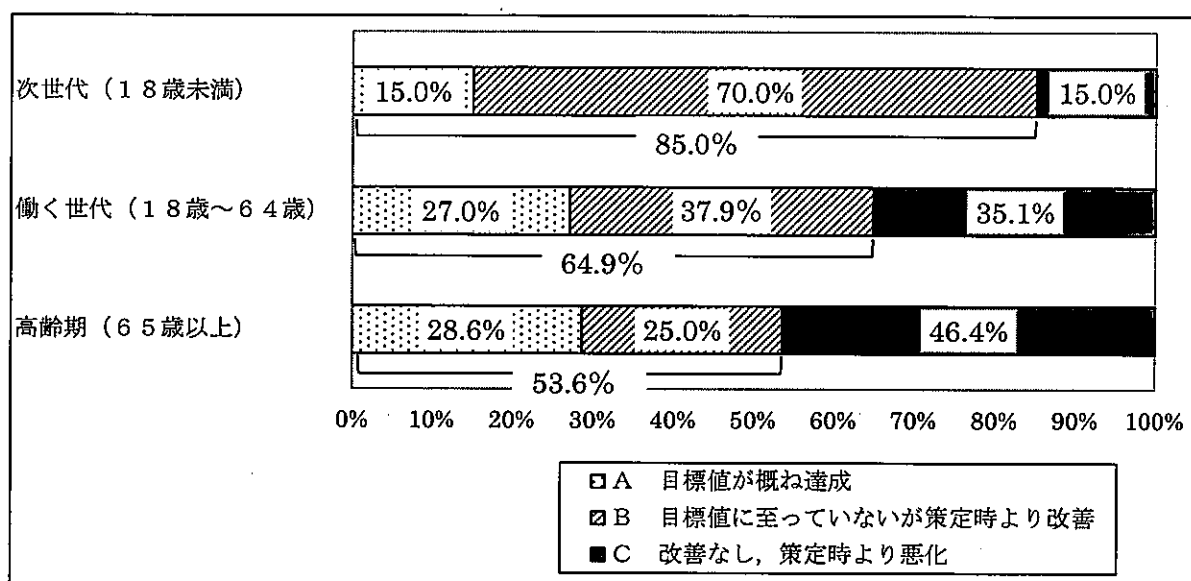
C：改善なし、策定時より悪化している。

3 中間評価の結果と今後の取り組みの方向性

(1) ライフステージごとの評価

A評価とB評価を合わせた改善傾向の項目が、次世代（18歳未満）では85.0%、働く世代（18歳～64歳）では64.9%、高齢期（65歳以上）では53.6%となりました。

図1 ライフステージ別健康指標の達成状況



ア 次世代（18歳未満）

目指す姿

生活リズムを整えて、基本的な生活習慣をしっかり身につける

子どもの頃からの生活習慣、健康習慣は、健全な成長に欠かせないうえ、生涯の健康の保持増進にも大きく影響することから、「早寝、早起き、朝ごはん」をはじめとする基本的な生活習慣をしっかりと身につけることを目指します。

(7) 健康指標の達成状況

評価	項目数
A 目標値が概ね達成	3
B 目標値に至っていないが策定時より改善	14
C 改善なし、策定時より悪化	3
合計	20

(イ) 個別の健康指標の評価

a 栄養・食生活に関する健康目標

- ・「早寝、早起き、朝ごはん」の習慣を身につける
- ・適正体重を保つ

健康指標		目標値	策定時	中間評価時	評価
朝食を毎日食べる子どもの割合 (幼児は毎日食べる, 小中学生は必ずとる)	3歳児	100%	89.0%	92.5%	B
	小学4年生	100%	79.9%	81.1%	B
	中学1年生	100%	72.0%	77.6%	B
低出生体重児の割合	出生児	減少	9.7%	8.6%	A
肥満の子どもの割合 (幼児 肥満度20%以上, 小学生 肥満傾向の者)	3歳児	減少	1.7%	1.9%	C
	小学5年生	減少	2.8%	2.7%	A

※ 平成23, 28年度幼児を持つ親へのアンケート調査(朝食を毎日食べる子どもの割合(3歳児))
 平成24, 28年度函館市学習意識調査(小学4年生・中学1年生)
 平成23, 28年度函館市人口動態統計(低出生体重児の割合)
 平成23, 28年度3歳児健診アンケート調査
 平成23, 26年度公立学校児童生徒等の健康状態に関する調査

- ・朝食を毎日食べる子どもの割合は増加しています。
- ・低出生体重児の割合は、減少しています。
- ・肥満の子どもの割合は、3歳児で増加し、小学5年生で微減しています。

b 身体活動・運動に関する健康目標

- ・運動習慣や身体活動を活発にする習慣を持つ

健康指標		目標値	策定時	中間評価時	評価
体育の授業以外に運動やスポーツを週1日以上する子どもの割合	小学4年生	84.8%	74.8%	77.2%	B
	中学1年生	85.4%	75.4%	74.2%	C

※ 平成24, 28年度函館市学習意識調査

- ・体育の授業以外に運動やスポーツを週1日以上する子どもの割合は、小学4年生で増加していますが、中学1年生では微減しています。

c 休養・こころの健康に関する健康目標

- ・「早寝，早起き，朝ごはん」の習慣を身につける〔再掲〕

健康指標		目標値	策定時	中間評価時	評価
就寝時間の遅い子どもの割合 (幼児・小学生22時以降， 中学生23時以降)	3歳児	20.5%	25.0%	24.7%	B
	小学4年生	23.9%	29.1%	27.8%	B
	中学1年生	34.3%	41.8%	48.3%	C

※ 平成24，28年度3歳児健診アンケート調査(就寝時間の遅い子どもの割合(3歳児))
平成24，28年度函館市学習意識調査(小学4年生・中学1年生)

- ・就寝時間の遅い子どもの割合は，3歳児，小学4年生では微減しています。

d 喫煙・飲酒に関する健康目標

- ・未成年者および妊(産)婦は喫煙，飲酒をしない
- ・受動喫煙の機会をなくす

健康指標	目標値	策定時	中間評価時	評価
未成年者の喫煙経験(15歳～19歳) (30日以内の喫煙)	0%	10.2%	2.9%	B
未成年者の飲酒経験(15歳～19歳)	0%	32.2%	11.8%	B
妊娠中の喫煙	0%	7.0%	5.3%	B
出産後の喫煙	0%	10.4%	6.0%	B
妊娠中の飲酒	0%	1.0%	0.7%	B
「おいしい空気の施設」(禁煙・分煙施設)の登録数	増加	521施設	新規登録 45施設	A

※ 平成20年度函館市次世代育成支援に関するニーズ調査(策定時・未成年者の喫煙経験・飲酒経験)
平成25年度函館市子ども・子育て支援に関するニーズ調査(中間評価時・未成年者の喫煙経験・飲酒経験)
平成23，28年度4か月児健診アンケート調査(妊娠中の喫煙・飲酒，出産後の飲酒)
函館市おいしい空気の施設推進事業

- ・未成年者の喫煙経験，飲酒経験ともに減少しています。
- ・妊産婦の喫煙，妊娠中の飲酒についても減少しています。
- ・おいしい空気の施設については，医療機関の閉院や飲食店の閉店等により，登録を取り消した施設もありますが，施設の新規登録がありました。

e 歯・口腔の健康に関する健康目標

・むし歯を予防する

健康指標	目標値	策定時	中間評価時	評価
3歳児のむし歯のない者の割合	85.0%	75.7%	79.7%	B
3歳児の一人平均のむし歯数	0.69本	0.99本	0.73本	B
12歳児の一人平均むし歯数	1.8本	2.6本	2.0本	B

※ 平成23、28年度3歳児健康診査

平成23、26年度公立学校児童生徒等の健康状態に関する調査

- ・むし歯のない者の割合および一人平均のむし歯数は、改善傾向にあります。

f 生活習慣病の発症予防と重症化予防

・適正体重を保つ〔再掲〕

健康指標		目標値	策定時	中間評価時	評価
低出生体重児の割合〔再掲〕	出生児	減少	9.7%	8.6%	A
肥満の子どもの割合 (幼児 肥満度20%以上, 小学生 肥満傾向の者) 〔再掲〕	3歳児	減少	1.7%	1.9%	C
	小学5年生	減少	2.8%	2.7%	A

※ 平成23、28年函館市人口動態統計(低出生体重児の割合)

平成23、28年度3歳児健診アンケート調査

平成23、26年度公立学校児童生徒等の健康状態に関する調査

- ・低出生体重児の割合は、減少しています。〔再掲〕
- ・肥満の子どもの割合は、3歳児で増加し、小学5年生で微減しています。〔再掲〕

イ 働く世代（18歳～64歳）

目指す姿

健康づくりの情報を取り入れて、健康管理を実践する

働く世代は、仕事や家事に忙しく、特に若い世代では自身の健康を過信しがちですが、毎日を生き生きと元気に過ごし、壮年期以降の生活習慣病の発症や重症化を予防するために、健康づくりの知識を深めて、健康の維持増進の実践を目指します。

(ア) 健康指標の達成状況

評価	項目数
A 目標値が概ね達成	10
B 目標値に至っていないが策定時より改善	14
C 改善なし、策定時より悪化	13
合計	37

(イ) 個別の健康指標の評価

a 栄養・食生活に関する健康目標

- ・朝食を必ず食べる
- ・肥満を予防，解消する

健康指標		目標値	策定時	中間評価時	評価	
朝食を欠食する人の割合	20歳～30歳代	男性	20.8%	26.0%	26.9%	C
		女性	11.7%	14.6%	13.5%	B
肥満者（BMI 25以上）の割合	20歳～30歳代	男性	26.1%	30.5%	27.8%	B
		女性	16.5%	20.4%	19.7%	B
	40歳～64歳	男性	35.6%	37.0%	38.5%	C
		女性	16.5%	20.4%	19.7%	B

※ 平成23，28年度市民の健康意識・生活習慣アンケート調査（20歳～30歳代）

平成22，28年度函館市国民健康保険特定健康診査（40歳～64歳）

- ・朝食を欠食する人の割合は、女性で微減していますが、男性では4人に1人以上が欠食している状況です。
- ・男性20歳～30歳代および女性の肥満の割合は微減していますが、男性40歳～64歳の肥満の割合は増加しています。

b 身体活動・運動に関する健康目標

- ・運動習慣や身体活動を活発にする習慣を持つ

健康指標		目標値	策定時	中間評価時	評価	
運動習慣のある人の割合 (1回30分以上の運動を週 2日以上, 1年以上継続)	20歳~30歳代	男性	22.2%	12.2%	23.1%	A
		女性	18.3%	8.3%	7.1%	C
	40歳~64歳	男性	45.2%	35.2%	35.3%	B
		女性	43.4%	33.4%	31.9%	C
日常生活において歩行または 同等の身体活動を1日1時間 以上行っている人の割合	40歳~64歳	56.7%	46.7%	46.0%	C	

※ 平成23, 28年度市民の健康意識・生活習慣アンケート調査 (20歳~30歳代)
平成23, 28年度函館市国民健康保険特定健康診査 (40歳~64歳)

- ・運動習慣のある男性の割合は、増加していますが、運動習慣のある女性の割合および日常生活において歩行または同等の身体活動を1日1時間以上行っている人の割合は減少しています。

c 休養・こころの健康に関する健康目標

- ・睡眠を十分とる
- ・ストレスと上手につきあい、こころの健康を保つ

健康指標		目標値	策定時	中間評価時	評価
睡眠で休養がとれていない人 の割合	20歳~30歳代	23.2%	28.3%	34.2%	C
	40歳~64歳	23.8%	29.0%	30.2%	C
メンタルヘルスに関する措置を受けられる職場の割合 (渡島・松山管内50人以上の事業所)	増加	71.8%	83.1%	A	
自殺者数 (人口10万人当たり)	減少	25.8	17.0	A	

※ 平成23, 28年度市民の健康意識・生活習慣アンケート調査 (20歳~30歳代)
平成23, 28年度函館市国民健康保険特定健康診査 (40歳~64歳)
函館労働基準監督署調査 (メンタルヘルスに関する措置を受けられる職場の割合)
平成23, 28年函館市人口動態統計 (自殺者数)

- ・睡眠で休養がとれていない人の割合は増加しています。
- ・メンタルヘルスに関する措置を受けられる職場の割合は、増加しています。
- ・人口10万人当たりの自殺者数は減少しています。

d 喫煙・飲酒に関する健康目標

- ・禁煙し，飲酒は適量にとどめる
- ・受動喫煙の機会をなくす

健康指標		目標値	策定時	中間評価時	評価	
喫煙する人の割合	20歳～30歳代	男性	24.0%	38.9%	37.0%	B
		女性	13.8%	22.4%	16.8%	B
	40歳～64歳	男性	22.2%	35.9%	34.9%	B
		女性	9.2%	14.9%	15.5%	C
生活習慣病のリスクを高める 飲酒をする人の割合 (1日あたりの純アルコール* 摂取量 男性 40g以上 女性 20g以上)	40歳～64歳	男性	20.1%	23.7%	14.7%	A
		女性	12.4%	14.6%	9.5%	A
「おいしい空気の施設」(禁煙・分煙施設)の登録数 〔再掲〕			増加	521施設	新規登録 45施設	A

※ 平成23，28年度市民の健康意識・生活習慣アンケート調査(20歳～30歳代)

平成23，28年度函館市国民健康保険特定健康診査(40歳～64歳)

函館市おいしい空気の施設推進事業

* 純アルコール20gは，ビール中瓶1本(500ml)または，清酒1合(180ml)にほぼ相当
(参考)平成28年全国の喫煙率(国民健康・栄養調査)

男性 20歳代：30.7%，30歳代：42.0%，40歳代：41.1%，
50歳代：39.0%，60歳代：28.9%

女性 20歳代：6.3%，30歳代：13.7%，40歳代：13.8%，
50歳代：12.5%，60歳代：6.3%

- ・喫煙する人の割合は20歳～30歳代の男女，40歳～64歳の男性で減少していますが，40歳～64歳の女性では増加しています。
- ・生活習慣病のリスクを高める飲酒をする人の割合は，減少しています。
- ・おいしい空気の施設については，医療機関の閉院や飲食店の閉店等により，登録を取り消した施設もありますが，施設の新規登録がありました。〔再掲〕

e 歯・口腔の健康に関する健康目標

- ・歯科健診を受ける

健康指標		目標値	策定時	中間評価時	評価
過去1年以内に歯科健診を 受けた人の割合	20歳～30歳代	38.9%	28.6%	30.8%	B
	40歳～60歳代	46.6%	34.3%	33.3%	C

※ 平成23，28年市民の健康意識・生活習慣アンケート調査(20歳～30歳代)

平成23，28年度函館市成人歯科健康診査(40歳～60歳代)

- ・歯科健診受診者の割合は20歳～30歳代で微増，40歳～60歳代で微減

しています。

f 生活習慣病の発症予防と重症化予防に関する健康目標

- ・がん検診を受ける
- ・メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）を予防する
- ・特定健康診査，特定保健指導を受ける

健康指標		目標値	策定時	中間評価時	評価	
がん検診を受けた人の割合	40～64歳	胃がん	40.0%※ ¹	7.3%	5.4%	C
		肺がん	40.0%※ ¹	11.9%	9.9%	C
		大腸がん	40.0%※ ¹	7.5%※ ²	9.4%	B
		乳がん	50.0%※ ¹	19.0%※ ²	59.3%	A
	20～64歳	子宮がん	50.0%※ ¹	37.3%※ ²	52.9%	A
高血圧(収縮期血圧の平均値)の改善	40歳～74歳	男性	130.7mmHg	134.7mmHg	131.2mmHg	B
		女性	127.1mmHg	131.1mmHg	127.6mmHg	B
脂質異常者の割合(LDLコレステロール値160mg/dl以上)	40歳～74歳	男性	4.1%	5.5%	10.1%	C
		女性	7.0%	9.3%	14.1%	C
血糖コントロール不良者の割合(HbA1cがNGSP値8.4%以上)	40歳～74歳	0.9%	1.1%	0.9%	A	
糖尿病が強く疑われる者の割合(HbA1cがNGSP値6.5%以上または現在治療中)	40歳～74歳	男性	13.6%以下※ ³	12.5%	13.1%	A
		女性	5.3%以下※ ³	5.0%	5.4%	C
特定健康診査を受けた人の割合	40歳～64歳	60.0%※ ⁴	19.8%	22.3%	B	
特定保健指導を受けた人の割合	40歳～64歳	60.0%※ ⁴	6.9%	15.4%	B	

※ 平成23，28年度函館市がん検診受診率

平成23，28年度函館市国民健康保険特定健康診査

※¹ 目標設定年は国のがん対策推進基本計画と整合を図り，平成28年度としている。

※² 厚生労働省のがん検診推進事業による検診無料クーポン券による受診者を除いた受診率（同クーポン券による受診者を含めた策定時の受診率は，大腸がん18.7%，乳がん63.9%，子宮がん61.5%）

※³ 男性・女性ともに増加率の半減を目標値としている。

※⁴ 目標設定年は市国民健康保険第2期特定健康診査等実施計画と整合を図り，平成29年度としている。

- ・大腸がん検診，乳がん検診，子宮がん検診の受診率は増加していますが，胃がん検診，肺がん検診の受診率は，減少しています。
- ・収縮期血圧の平均値，血糖コントロール不良者(HbA1cがNGSP値8.4%以上)の割合は，減少していますが，脂質異常者の割合，糖尿病が強く疑われる者

- (HbA1c が NGSP 値 6.5%以上または現在治療中)の割合は、増加しています。
- ・ 特定健康診査および特定保健指導を受けた人の割合は増加しています。

ウ 高齢期（65歳以上）

目指す姿

社会活動に積極的に参加できる身体とこころを保つ

高齢期は、これまでの豊かな経験や能力を生かして、仕事や趣味、ボランティアなど自分らしい社会活動に生き生きと参加し、地域や社会とつながりを持ちながら、自立した生活ができる身体とこころの健康づくりを目指します。

(ア) 健康指標の達成状況

評価	項目数
A 目標値が概ね達成	8
B 目標値に至っていないが策定時より改善	7
C 改善なし、策定時より悪化	13
合計	28

(イ) 個別の健康指標の評価

a 栄養・食生活に関する健康目標

- ・ 適正体重を保つ

健康指標		目標値	策定時	中間評価時	評価	
肥満者（BMI 25以上）の割合	65歳～74歳	男性	31.7%	31.7%	31.1%	A
		女性	20.1%	24.2%	21.3%	B
低栄養傾向者（BMI 20以下）の割合	65歳以上	22.0%以下 ^{※1}	15.9%	17.6%	A	

※ 平成23、28年度函館市国民健康保険特定健康診査（肥満者の割合、低栄養傾向者の割合）
平成23、28年度函館市後期高齢者健康診査（低栄養傾向者の割合）

※1 自然増を上回らないことを目指す。

- ・ 肥満者の割合は減少しています。

b 身体活動・運動に関する健康目標

・運動機能を保つ

健康指標		目標値	策定時	中間評価時	評価	
運動習慣のある人の割合 (1回30分以上の運動を週 2日以上, 1年以上継続)	65歳~74歳	男性	64.5%	54.5%	52.5%	C
		女性	59.7%	49.7%	48.7%	C
日常生活において歩行または 同等の身体活動を1日1時間 以上行っている人の割合	65歳~74歳	67.6%	57.6%	52.9%	C	

※ 平成23, 28年度函館市国民健康保険特定健康診査

- ・運動習慣のある人の割合, 日常生活において歩行または同等の身体活動を1日1時間以上行っている人の割合は, 何れも減少しています。

c 休養・こころの健康に関する健康目標

・自分に合った社会参加をする

健康指標		目標値	策定時	中間評価時	評価
社会的活動に参加した人の割合	65歳以上	55.2%	35.2%	35.1%	C

※ 平成23, 28年度市民の健康意識・生活習慣アンケート調査

- ・社会的活動に参加した人の割合は, 微減しています。

d 喫煙・飲酒に関する健康目標

・禁煙し, 飲酒は適量にとどめる

・受動喫煙の機会をなくす

健康指標		目標値	策定時	中間評価時	評価	
喫煙する人の割合	65歳~74歳	男性	12.5%	20.3%	20.6%	C
		女性	3.1%	5.0%	5.7%	C
生活習慣病のリスクを高める 飲酒をする人の割合 (1日あたりの純アルコール* 摂取量 男性 40g以上 女性 20g以上)	65歳~74歳	男性	14.4%	16.9%	10.1%	A
		女性	3.7%	4.4%	3.0%	A
「おいしい空気の施設」(禁煙・分煙施設)の登録数 〔再掲〕		増加	521施設	新規登録 45施設	A	

※ 平成23, 28年度函館市国民健康保険特定健康診査
函館市おいしい空気の施設推進事業

* 純アルコール20gは、ビール中瓶1本(500ml)または、清酒1合(180ml)にほぼ相当

(参考)

平成28年全国の喫煙率(国民健康・栄養調査)

男性 60歳代: 28.9%, 70歳以上 12.8%

女性 60歳代: 6.3%, 70歳以上 2.3%

- ・喫煙する人の割合は、増加しています。
- ・生活習慣病のリスクを高める飲酒をする人の割合は、減少しています。
- ・おいしい空気の施設については、医療機関の閉院や飲食店の閉店等により、登録を取り消した施設もありますが、施設の新規登録がありました。〔再掲〕

e 歯・口腔の健康に関する健康目標

- ・口腔機能を保つ

健康指標		目標値	策定時	中間評価時	評価
24本以上の歯を有する人の割合	60歳代	70.0%	66.3%	73.1%	A
進行した歯周炎を有する人の割合	60歳代	45.0%	49.5%	60.0%	C

※ 平成20~24, 25~28年度函館市成人歯科健康診査

- ・24本以上の歯を有する人の割合は増加しているものの、進行した歯周炎を有する人の割合は増加しています。

f 生活習慣病の発症予防と重症化予防に関する健康目標

- ・がん検診を受ける
- ・メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)を予防する
- ・特定健康診査, 特定保健指導を受ける

健康指標		目標値	策定時	中間評価時	評価	
がん検診を受けた人の割合	65歳以上	胃がん	40.0% ^{*1}	5.1%	3.2%	C
		肺がん	40.0% ^{*1}	14.8%	12.9%	C
		大腸がん	40.0% ^{*1}	6.2%	7.2%	B
		乳がん	50.0% ^{*1}	4.9%	5.5%	B
		子宮がん	50.0% ^{*1}	6.7%	5.8%	C
高血圧(収縮期血圧の平均値)の改善〔再掲〕	40歳~74歳	男性	130.7mmHg	134.7mmHg	131.2mmHg	B
		女性	127.1mmHg	131.1mmHg	127.6mmHg	B

脂質異常者の割合 (LDL コレステロール値 160mg/dl 以上) 〔再掲〕	40 歳～74 歳	男性	4. 1%	5. 5%	10. 1%	C
		女性	7. 0%	9. 3%	14. 1%	C
血糖コントロール不良者の割合 (HbA1c が NGSP 値 8. 4% 以上) 〔再掲〕	40 歳～74 歳		0. 9%	1. 1%	0. 9%	A
糖尿病が強く疑われる者の割合 (HbA1c が NGSP 値 6. 5% 以上または現在治療中) 〔再掲〕	40 歳～74 歳	男性	13. 6% 以下 ^{※2}	12. 5%	13. 1%	A
		女性	5. 3% 以下 ^{※2}	5. 0%	5. 4%	C
特定健康診査を受けた人の割合	65 歳～74 歳		60. 0% ^{※3}	30. 8%	34. 6%	B
特定保健指導を受けた人の割合	65 歳～74 歳		60. 0% ^{※3}	10. 4%	27. 1%	B

※ 平成 23, 28 年度函館市がん検診受診率

平成 23, 28 年度函館市国民健康保険特定健康診査

※1 目標設定年は国のがん対策推進基本計画と整合を図り, 平成 28 年度としている。

※2 男性・女性ともに増加率の半減を目標値としている。

※3 目標設定年は市国民健康保険第 2 期特定健康診査等実施計画と整合を図り, 平成 29 年度としている。

- ・大腸がん検診, 乳がん検診の受診率は増加していますが, 胃がん検診, 肺がん検診, 子宮がん検診の受診率は, 減少しています。
- ・収縮期血圧の平均値, 血糖コントロール不良者 (HbA1c が NGSP 値 8. 4% 以上) の割合は, 減少していますが, 脂質異常者の割合, 糖尿病が強く疑われる者 (HbA1c が NGSP 値 6. 5% 以上または現在治療中) の割合は, 増加しています。
〔再掲〕
- ・特定健康診査および特定保健指導を受けた人の割合は増加しています。

(2) 全体の目標達成状況等の評価

健康はこだて21（第2次）における健康指標は全部で85項目（再掲9項目を含む。）であり、その達成状況を評価すると表1のとおりとなっています。

85項目中の再掲を除く76項目について、目標値が概ね達成された項目は、22.4%（17項目）です。また、目標値に至っていないが策定時より改善された項目は、43.4%（33項目）あり、これらを合わせた全体の65.8%が、目標値の達成や改善傾向にあります。改善なし、策定時より悪化した項目は、34.2%（26項目）です。

表1 健康指標の達成状況

評価	全体	再掲の項目を除く
A 目標値が概ね達成	21項目（24.7%）	17項目（22.4%）
B 目標値に至っていないが策定時より改善	35項目（41.2%）	33項目（43.4%）
C 改善なし、策定時より悪化	29項目（34.1%）	26項目（34.2%）
合計	85項目	76項目

(3) 分野別の課題と今後の取り組みの方向性

ア 栄養・食生活

朝食を毎日食べる子どもの割合、低出生体重児の割合、高齢期の肥満者の割合、低栄養傾向者の割合などで改善傾向にある一方で、働く世代の男性の朝食を欠食する人の割合は悪化傾向にあります。

栄養・食生活は、子どもたちが健やかに成長し、また人々が健康で幸福な生活を送るために欠くことのできないものであることから、子どもの頃から食の重要性など食事と健康に関する知識を理解し、規則正しい生活習慣の定着を図るための取り組みを推進します。

イ 身体活動・運動

小学4年生と働く世代の男性以外は、悪化傾向にあります。

活発な身体活動や運動習慣は、生活習慣病の発症や生活機能低下をきたすリスクを下げる効果があり、健康寿命の延伸に有用であることから、身体活動や運動の健康に対する効果についての知識や、日常生活の中で意識的に体を動かし、活動量を増やすための方法や取り組みについての普及、啓発を進めます。

ウ 休養・こころの健康

就寝時間の遅い中学生の割合、睡眠で休養がとれていない人の割合は悪化傾向にあります。

健康で生き生きとした生活を送るためには、こころの健康づくりが重要であり、こころの健康には、十分な睡眠をとり、ストレスと上手につきあうことが欠かせない要素であることから、睡眠、休養、ストレスに関する正しい知識の普及、啓発を図ります。

エ 喫煙・飲酒

働く世代の男性の3分の1以上が喫煙しており、また女性の喫煙率が全国と比較して高い状況にあります。

喫煙および受動喫煙は、肺がんをはじめとする多くのがんや、循環器疾患、呼吸器疾患など多くの疾患の原因となることや、子どもや妊産婦の健康にも悪影響を与えることから、喫煙率低下および受動喫煙防止のため、喫煙が及ぼす健康への影響などについて、より一層の普及、啓発に取り組みます。

オ 歯・口腔の健康

次世代におけるむし歯の状況や高齢期の24本以上の歯を有する人の割合は改善傾向にありますが、進行した歯周炎を有する人の割合は、悪化傾向にあります。

歯と口の健康は、健康で質の高い生活を営む上で重要であることに加え、生活習慣病の予防や健康寿命とも関連することから、若いうちからの定期的な歯科健診の受診や高齢期における口腔ケアなど、より一層、地域や職域における歯と口の健康に関する啓発を推進します。

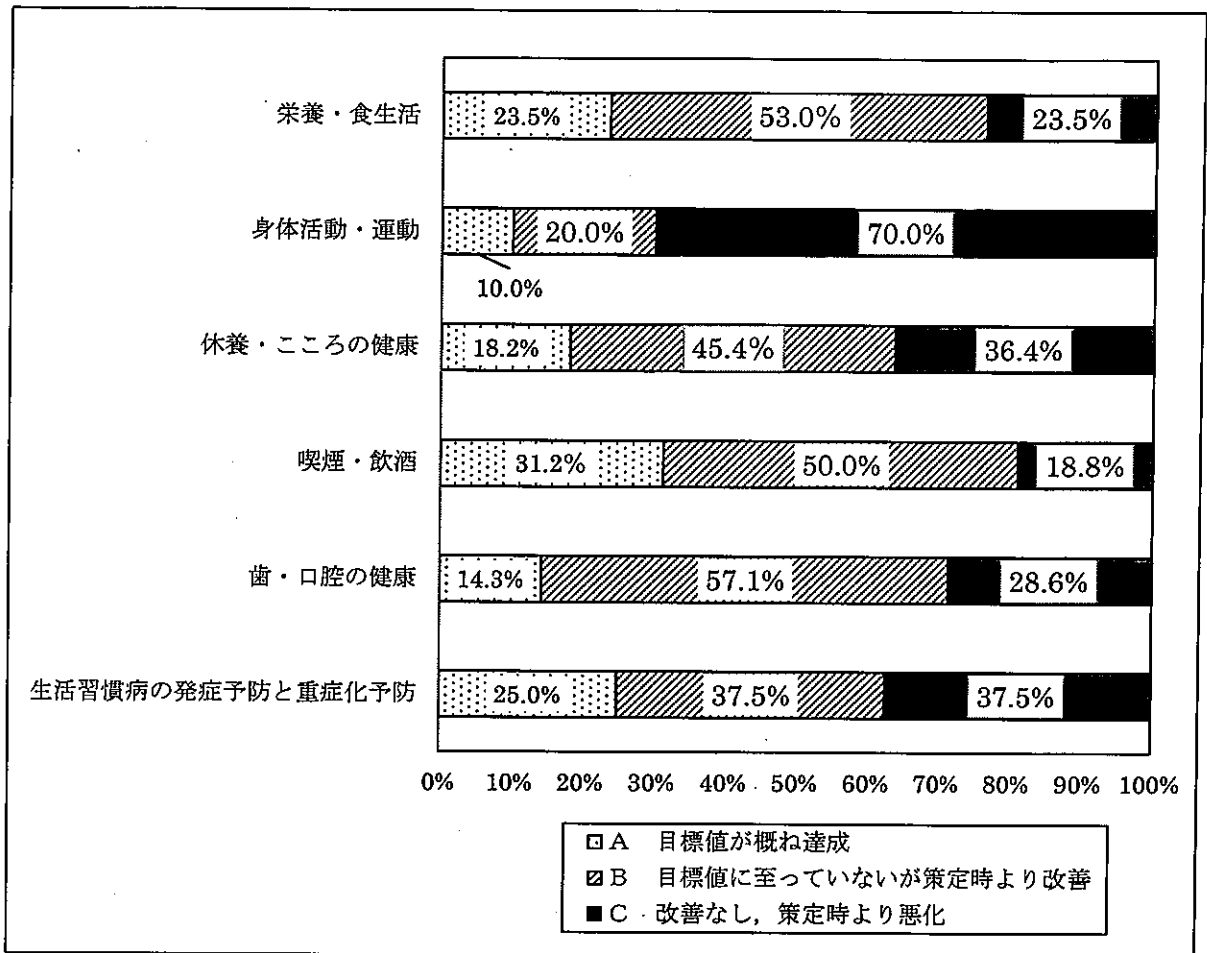
カ 生活習慣病の発症予防と重症化予防

血圧の平均値、特定健康診査および特定保健指導を受けた人の割合などは改善傾向にありますが、胃がん検診、肺がん検診、大腸がん検診の受診率は目標値を大きく下回っています。

がんの早期発見は、生存率に大きく影響することから、早期発見・早期治療のため、がん検診受診率向上の取り組みに努めます。

また、脂質異常者の割合、糖尿病が強く疑われる者の割合は増加しており、生活習慣病予防の重要性についての普及、啓発および生活習慣改善の支援を推進します。

図2 分野別の健康指標の達成状況



※次世代の「早寝、早起き、朝ごはん」の習慣を身につける、適正体重を保つについては、複数の区分の指標となっているため、該当する区分に重複して算入

(4) まとめ

市民の健康寿命の延伸のためには、個人の健康を支え、守るために、行政機関のほか、企業や各種団体が自主的または連携して家庭、学校、地域、職場等において健康づくりを推進できる社会環境の整備を進めるとともに、市民一人ひとりが健康づくりに関心を持ち、自らが健康づくりに取り組むことが重要です。

「健康はこだて21」中間評価

平成30年3月発行

函館市保健福祉部健康増進課

〒040-0001 函館市五稜郭町23番1号

TEL (0138) 32-1545

FAX (0138) 32-1526