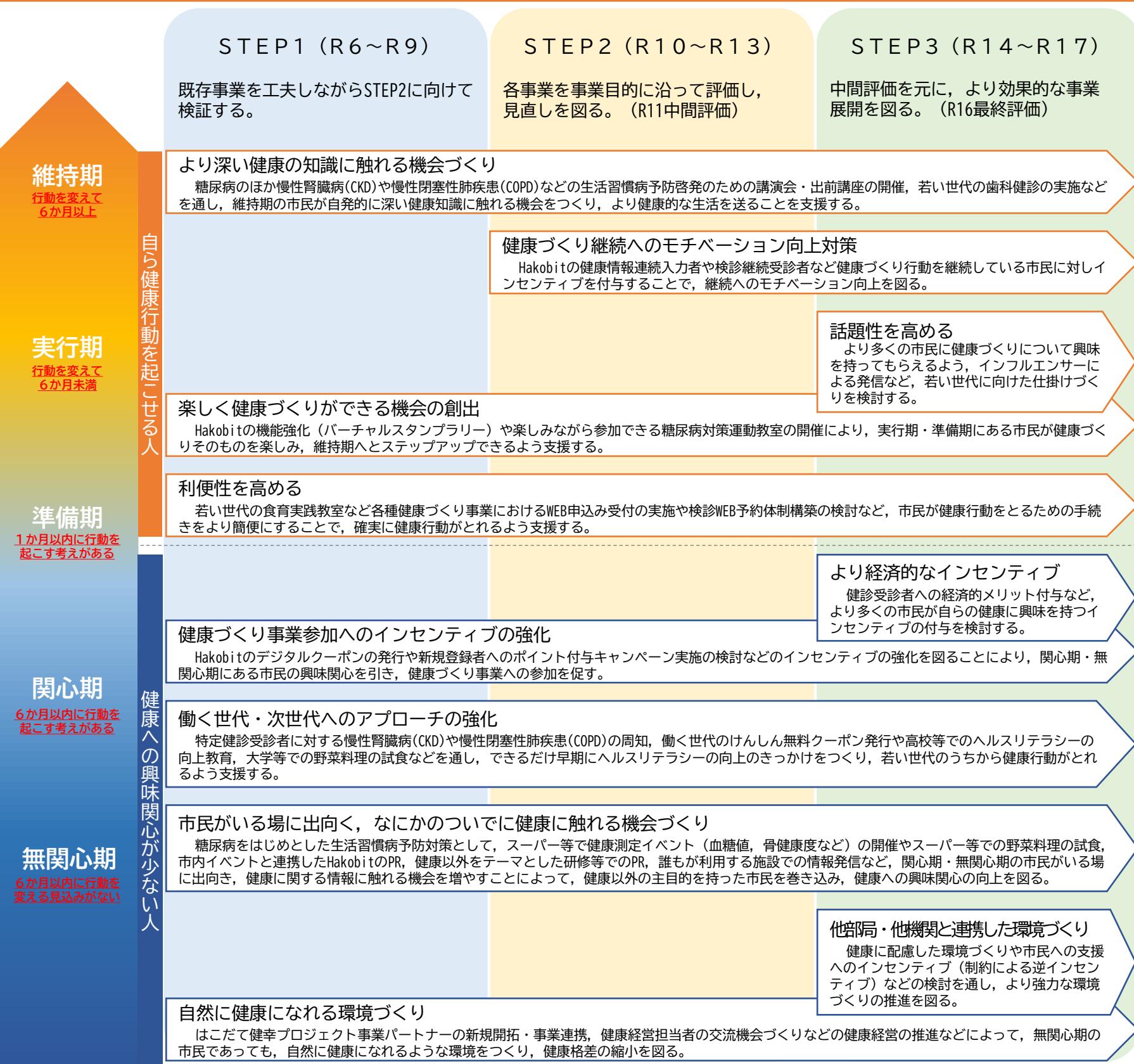


【基本理念】 誰もが健やかで心豊かに暮らせるまち

令和6年3月に策定した第3次函館市健康増進計画に基づき、本市の現状・課題を踏まえ、行動変容ステージにあわせたアプローチを見える化した「すこやかロードマップ」を策定し、本計画の推進を図ります。本計画の重点取組である糖尿病をはじめとした生活習慣病対策とヘルスリテラシーの向上対策に主眼を置き、はこだて健幸アプリ「Hakobit」などのICTを積極的に活用し、誰一人取り残さない健康づくりを目指します。推進にあたっては、委員会において札幌医科大学や全国健康保険協会北海道支部と連携し、KDBExpander※等のデータを活用しながら現状分析を行い、事業ごとに評価し改善につなげ効率的に事業を実施します。  
 ※KDBExpander：北海道主導のもと作成された「健康・医療情報分析プラットフォーム」。国民健康保険、後期高齢者医療、介護保険、協会けんぽの被保険者のデータを集約したシステム。

行動変容ステージにあわせたアプローチ 今後のロードマップ



指 標	現状値 (R3)	目標値 (R15)
◆栄養・食生活		
20～60歳代男性の肥満者の割合	35.5%	30.0%
40～60歳代女性の肥満者の割合	18.7%	15.0%
20～30歳代女性のやせの者の割合	18.0%	15.0%
低栄養傾向の高齢者(65歳以上、BMI20以下)の割合	17.4%	13.0%
主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上、ほぼ毎日摂っている人の割合	55.9%	70.0%
食塩(塩分)摂取を控えるようにしている人の割合	62.5%	75.0%
朝食を抜くことが週に3回以上ある人の割合	19.5%	15.0%
◆身体活動・運動		
1日の歩いている分数の平均	51分	63分
運動6か月以上継続している人の割合	31.4%	現状値以上
◆飲酒		
生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人の割合	男性 16.3% 女性 10.3%	男性 14.9% 女性 9.1%
◆喫煙		
喫煙をしている人の割合	男性 28.4% 女性 10.5%	男性 27.1% 女性 7.6%
妊娠中の喫煙の割合	2.7%	0.0%
◆歯・口腔の健康		
よく噛んで食べることのできる人の割合	81.7%	現状値以上
過去1年間に歯科受診や歯科検診等をした人の割合	54.6%	現状値以上
◆休養		
睡眠で休養がとれている人の割合	76.6%	80.0%
◆糖尿病・高血圧対策		
特定健康診査受診率	40.7%	46.3%
特定保健指導実施率	11.2%	19.6%
腹囲が男性85cm以上、女性90cm以上の人の割合*	男性 55.2% 女性 17.7%	男性 54.4% 女性 現状値以下
HbA1cが5.6%以上の人の割合*	45.4%	現状値以下
収縮期血圧が130mmHg以上の人の割合*	48.6%	44.4%
◆腎疾患対策		
eGFR45mL/分/1.73m <sup>2</sup> 未満の人の割合*	1.4%	現状値以下
尿蛋白が1+以上の人の割合*	4.1%	3.7%
◆がん対策		
胃がん検診受診率	2.8%	6.1%
肺がん検診受診率	3.7%	4.5%
大腸がん検診受診率	3.6%	5.4%
乳がん検診受診率	10.5%	14.7%
子宮がん検診受診率	12.0%	16.5%
◆生活機能の維持・向上		
骨粗しょう症検診受診率	0.7%	5.3%

※令和2年度のデータ