

第2部 各論

健康づくりの目標一覧

【Ⅰ 総合目標】

- 総合目標 1 健康寿命の延伸
- 総合目標 2 主観的健康感の向上

- ・ 65 歳時の平均自立期間
- ・ 自分の健康状態をよいと感じる人の割合

【Ⅱ 生活習慣病の予防】

循環器・糖尿病・がん

項目 1 循環器疾患の減少

- ・ 脳血管疾患の年齢調整死亡率
- ・ 虚血性心疾患の年齢調整死亡率
- ・ 脳血管疾患受療率
- ・ 虚血性心疾患受療率
- ・ 血圧有所見者
- ・ 高血圧境界領域者
- ・ 高脂血症の人の割合

項目 2 糖尿病の減少

- ・ 糖尿病性腎症による透析患者数
- ・ 糖尿病受療率
- ・ 糖尿病有所見者

項目 3 がんの減少

- ・ 全がんの年齢調整死亡率
- ・ 胃がんの年齢調整死亡率
- ・ 肺がんの年齢調整死亡率
- ・ 大腸がんの年齢調整死亡率
- ・ 子宮がんの年齢調整死亡率
- ・ 乳がんの年齢調整死亡率

栄養・運動・休養

項目 4 適正な体重の維持

- ・ 肥満・やせの人の割合
- ・ 体重コントロールを心がけている人
- ・ 適正な食事量を知っている人

取組 1 適切な栄養素・エネルギーの摂取

- ・ 脂肪エネルギー比率
- ・ 脂肪エネルギー比率が適正な人の割合
- ・ 1 日当たりの平均食塩摂取量
- ・ 食塩摂取量 10 g 未満の人の割合
- ・ カルシウムの充足率
- ・ カルシウムに富む食品の成人 1 日当たりの平均摂取量
- ・ 成人 1 日当たりの野菜の平均摂取量
- ・ 1 日最低 1 食は主食・主菜・副菜をそろえた食事をしている人の割合

取組 2 健康的で楽しい食生活の実践

- ・ 朝食欠食者の割合
- ・ 1 日最低 1 食、きちんとした食事を二人以上で楽しく、30 分以上かけて食べている人の割合
- ・ 栄養成分表示を参考にしている人
- ・ 食生活改善の意欲のある人
- ・ 健康に関する自主的な集まりがある人の割合

取組 3 健康的で楽しい食生活を支援する環境づくり

- ・ 栄養成分表示をしている店舗数

取組 4 積極的な身体活動・運動の実践

- ・ 外遊びをする子どもの割合
- ・ 運動・スポーツをほとんど毎日する子どもの割合
- ・ ふだん運動やスポーツをしている人の割合
- ・ 1 日の歩数
- ・ 運動習慣のある人の割合
- ・ 外出を心がける人

取組 5 上手な休養をとることができる人を増やす

- ・ ストレスを感じている人の割合
- ・ 気軽に相談できる場所を知っている人の割合
- ・ 睡眠時間が充足していると感じている人の割合
- ・ 余暇が充実している人の割合

たばこ・アルコール

取組 6 喫煙による健康への影響を減らす

- ・ 健康影響を知っている人の割合
- ・ 未成年者の喫煙率
- ・ 禁煙支援プログラムが提供されている区市町村の割合

取組 7 分煙化の推進

- ・ 分煙を実施している施設の割合

取組 8 アルコールによる健康への影響を減らす

- ・ 「適度な飲酒量」を知っている人の割合
- ・ 未成年者の飲酒率
- ・ 多量に飲酒する人の割合

健康づくり支援サービス

取組 9 健康づくり自主活動の推進

- ・自主グループ化を目指した健康づくり事業を実施している区市町村数

取組 10 健康診査の充実

- ・基本健康診査受診率
- ・がん検診受診率

取組 11 事後指導の充実

- ・生活習慣改善指導推進事業実施地区数
- ・個別健康教育実施地区数

歯と口腔の健康づくり

項目 5 歯の喪失の抑制

- ・60歳における24歯以上自分の歯を有する人の割合
- ・70歳における20歯以上自分の歯を有する人の割合
- ・80歳における20歯以上自分の歯を有する人の割合
- ・60歳における歯が1本も無い人の割合
- ・70歳における歯が1本も無い人の割合
- ・80歳における歯が1本も無い人の割合

項目 6 歯科疾患の減少

- ・乳歯のう歯のない子どもの割合
- ・永久歯のう歯のない子どもの割合
- ・12歳における一人平均う歯数
- ・12歳における歯肉に炎症所見の認められる子どもの割合
- ・進行した歯周病にかかっている人の割合

取組 12 幼児期・学齢期における歯と口腔の健康の基盤づくり

- ・フッ化物配合歯磨剤を使用している子どもの割合
- ・週に1回以上、フロスを使用している子どもの割合
- ・週に1回以上、子どもの歯と口腔を観察している保護者の割合
- ・月に1回以上、歯や歯肉の自己観察をしている子どもの割合
- ・定期健診や予防処置をしてくれる「かかりつけ歯科医」をもつ子どもの割合
- ・甘味食品をほぼ毎日食べる子どもの割合
- ・甘味飲料をほぼ毎日飲む子どもの割合

取組 13 成人期・高齢期における歯と口腔の健康づくりの推進

- ・1日1回は十分な時間をかけて、ていねいに歯を磨く人の割合
- ・フロスや歯間ブラシを使用している人の割合
- ・フッ化物配合歯磨剤を使用している人の割合
- ・月に1回以上、歯や歯肉の自己観察をしている人の割合
- ・自分の歯の数を知っている人の割合
- ・定期健診、歯石除去及び歯面清掃をしてくれる「かかりつけ歯科医」をもつ人の割合
- ・喫煙が歯周病のリスクであることを知っている人の割合

取組 14 歯科保健サービスの充実

- ・歯周疾患検診実施区市町村数

【Ⅲ 寝たきりの予防】

骨折・転倒

項目 7 骨折・転倒の減少

- ・高齢者の骨折の受療率
- ・高齢者の転倒による搬送人数

取組 15 骨粗しょう症予防対策の充実

- ・骨粗しょう症予防対策事業実施区市町村数

高齢者の閉じこもり

項目 8 高齢者の閉じこもりの減少

- ・外出頻度が週1回程度以下の高齢者の割合
- ・近所づきあいのない高齢者の割合

取組 16 自立支援の促進

- ・機能訓練事業実施区市町村数（B型）
- ・自主グループ・家族会活動のある機能訓練実施施設
- ・「生きがい活動支援通所事業」実施区市町村数

取組 17 社会参加の促進

- ・就業している高齢者
- ・学習活動への参加
- ・ボランティア等への参加

注：各論中の年齢表記について

① 年齢区分のあるものは、指標・グラフに表記した。

② なお、指標・グラフに特にことわりがない場合は、次の年齢を指す。

- ・成人—20歳以上
- ・人—20歳以上
- ・高齢者—65歳以上