

浜中町健康増進計画

「いきいき健康はまなか21（第二次）」

～ 健康なまちづくり 行動計画 ～



平成26年3月

北海道浜中町

# 目次

## 第Ⅰ章 計画の概要

- 1. 計画の趣旨 1
- 2. 計画の位置づけ
- 3. 計画の期間

## 第Ⅱ章 浜中町の現状

- 1. 人口構成 2
- 2. 死亡統計 4

## 第Ⅲ章 浜中町の課題と目標

- 1. 調査対象者の状況 6
- 2. 全体の目標達成状況等の評価 7
- 3. 「いきいき健康はまなか21（第二次）」の概要 9
  - Ⅲ－1 栄養・食生活・がん 10
  - Ⅲ－2 運動・身体活動 13
  - Ⅲ－3 休養・こころの健康づくり 15
  - Ⅲ－4 歯と口腔 17
  - Ⅲ－5 たばこ 20
  - Ⅲ－6 アルコール 23
  - Ⅲ－7 糖尿病 25
  - Ⅲ－8 循環器病 28

## 第Ⅳ章 ライフステージごとの取組み

- 1. 概要 30
  - Ⅳ－1 乳幼児期 30
  - Ⅳ－2 学童・思春期 31
  - Ⅳ－3 青・壮年期 32
  - Ⅳ－4 高齢期 33

## 資料編

- 1. 評価の概要 34

# 第 I 章 計画の概要

## 1. 計画の趣旨

日本では、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、虚血性心疾患、脳血管疾患、糖尿病等の生活習慣病の割合が増加し、これら生活習慣病に係る医療費の国民医療費に占める割合は、約3割となっています。

こうした疾病構造の変化に対応し、全ての国民が健やかで心豊かに生活できる活力ある社会とするために、国は平成12年に生活習慣病やその原因となる生活習慣の改善等に関する課題について目標等を選定し、国民が主体的に取り組める新たな国民健康づくり運動として「健康日本21」を策定しました。

本町においても、壮年期死亡の減少、健康寿命の延伸及び生活の質の向上を実現することを目的として、行動計画となる「いきいき健康はまなか21」を平成15年12月に策定し、町民が主体となった健康づくり運動を推進してきました。

平成24年度は「いきいき健康はまなか21」の目標年度となりましたが、引き続き平成25年度からも、町民の健康づくりを推進していくために、新たな健康増進計画（第二次）を策定することとしました。

## 2. 計画の位置づけ

この計画は、浜中町のまちづくりの基軸となる「第5期浜中町新しいまちづくり総合計画（平成22年度～平成31年度）」に基づいて、町民の健康づくりを進めるための、具体的な考え方や取組み方法を示したものです。

また、町民の健康づくりを進めていくうえで支えとなる「浜中町次世代育成支援地域行動計画」や「高齢者保健福祉計画 介護保険事業計画」など、他の分野の関連する計画との連携を保つものとしています。

## 3. 計画の期間

この計画の期間は、平成26年度から平成35年度までの10年間とします。

また、国の「第二次国民健康づくり運動（健康日本21（第二次）」では5年後を目処に中間見直しを行うとされていますので、内容の整合性を図るため、国や道の健康増進計画の動向を注視しながら、計画を推進します。

## 第Ⅱ章 浜中町の現状

### 1. 人口構成

本町の人口は、昭和35年には11,915人を数えていましたが、その後、平成17年には7,005人、平成22年では6,511人と減少傾向が続き、平成17年から平成22年までに494人の減少となっています。

また、世帯数については、昭和60年2,564世帯でしたが、平成17年2,334世帯、平成22年2,344世帯となり、昭和60年との比較では220世帯（8.6%）が減少し、一世帯あたりの世帯人員では、昭和60年3.5人、平成17年3.0人、平成22年2.8人と減少傾向が進んでいます。

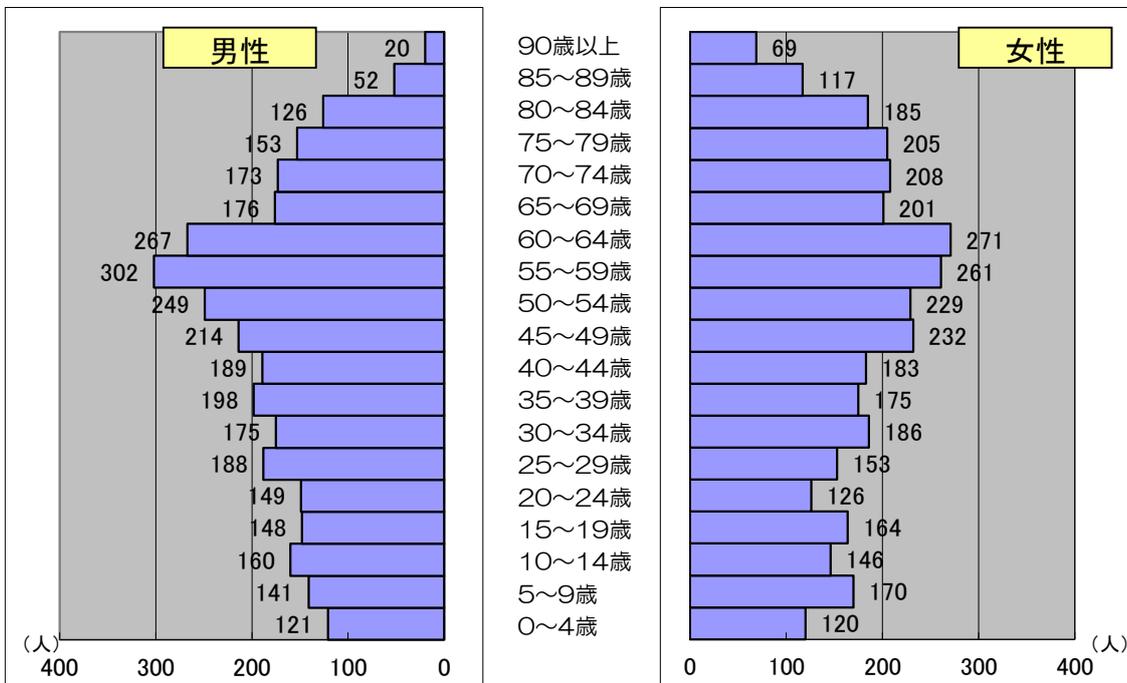
年齢別の人口構成では、平成22年で年少人口（0～14歳）が855人（13.1%）、生産年齢人口（15～64歳）が3,970人（61.0%）、老年人口（65歳以上）が1,686人（25.9%）の割合となっており、昭和60年との比較では年少人口1,250人（10.5%）、生産年齢人口1,914人（5.0%）の減少、老年人口762人（15.5%）の増加となっています。

#### 1) 人口ピラミッド

男女ともに、55～64歳にかけての人口が多く、次に多い年代は45～54歳となっています。

90歳以上、85～89歳以上に次いで、0～4歳の人口が少なくなっており、年少人口の減少が目立っています。

年齢階級別人口ピラミッド



\*平成23年3月末現在住民基本台帳による

## 2) 年齢（3区分）別割合の推移

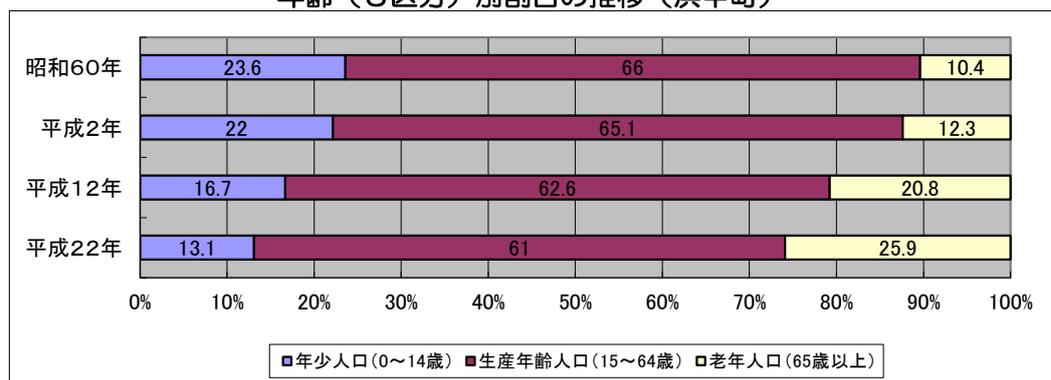
本町の年少人口（0歳～4歳）割合は13.1%、生産年齢人口（15歳～64歳）は61.0%、老年人口（65歳以上）割合は25.9%となっています。

昭和60年以降の推移をみると、年少人口割合は昭和60年23.6%から平成22年13.1%と10.5ポイント減少しています。また、生産年齢人口割合は昭和60年66.0%から平成22年61.0%と5ポイントの減となっています。このようななか、老年人口割合は昭和60年10.4%から平成22年25.9%と15.5ポイント上昇しており、全国の割合を上回っています。

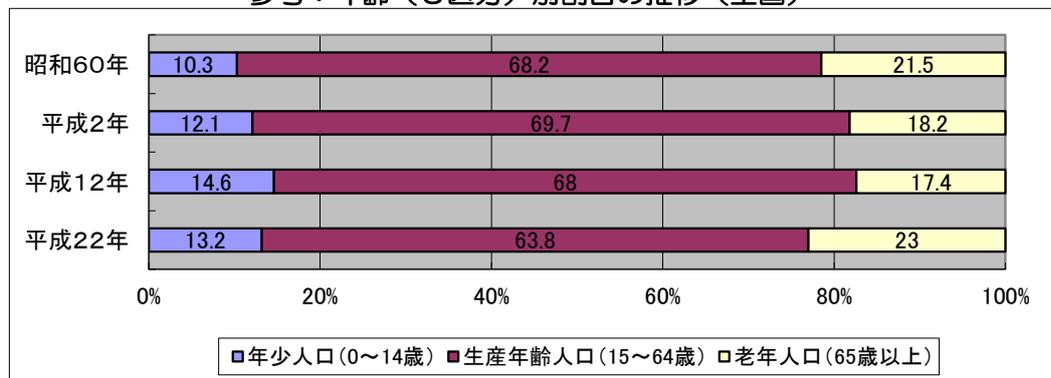
### 年齢（3区分）別人口の推移

	昭和60年		平成2年		平成12年		平成22年	
	人	%	人	%	人	%	人	%
総人口	8,921	100.0	8,395	100.0	7,335	100.0	6,511	100.0
年少人口（0～4歳）	2,105	23.6	1,850	22.0	1,222	16.7	855	13.1
生産年齢人口（15～64歳）	5,884	66.0	5,469	65.1	4,590	62.6	3,970	61.0
老年人口（65歳以上）	924	10.4	1,076	12.8	1,523	20.8	1,686	25.9
世帯数	2,564		2,452		2,340		2,344	
1世帯あたり人数	3.5		3.4		3.1		2.8	

### 年齢（3区分）別割合の推移（浜中町）



### 参考：年齢（3区分）別割合の推移（全国）



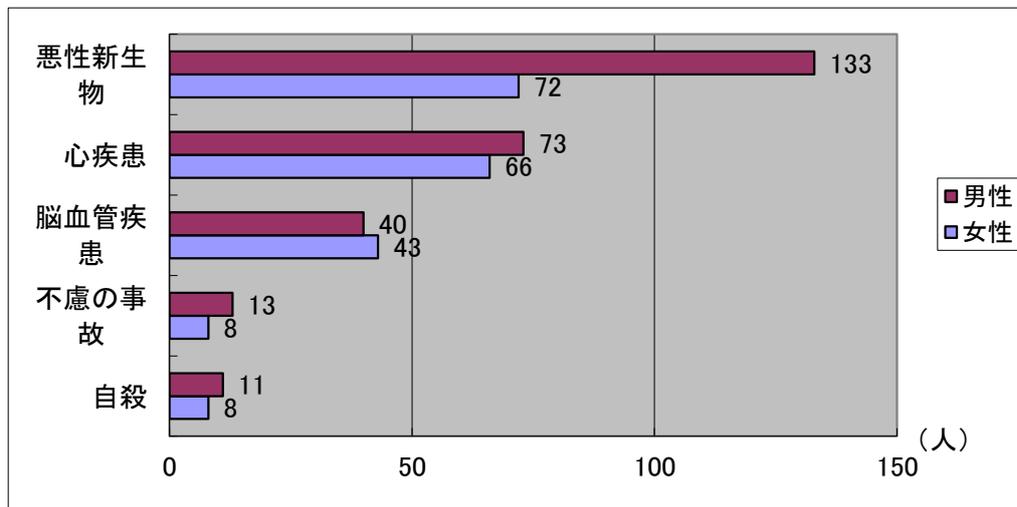
## 2. 死亡統計

## 1) 死因別死亡順位

平成22年の本町の死因別死亡順位は、悪性新生物（がん）が第1位、心疾患が第2位、脳血管疾患が第3位となっており、これは国の死因別死亡順位と同様の結果となっています。また、平成12年から平成21年までの10年間においても、下表のとおり同様の結果となっています。

	男性	女性	男女計
悪性新生物	133人	72人	205人
心疾患	73人	66人	139人
脳血管疾患	40人	43人	83人
不慮の事故	13人	8人	21人
自殺	11人	8人	19人

\*2000～2009（10年間のデータ）による



\*2000～2009（10年間のデータ）による

## 2) 標準化死亡比

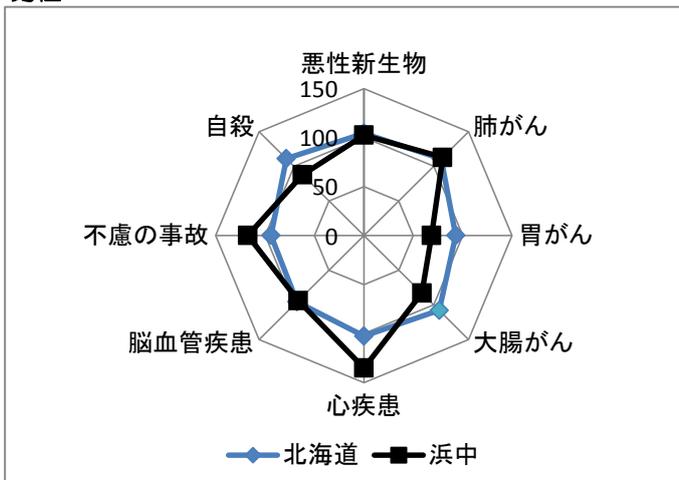
SMR（標準化死亡比）で全道と比較すると、男性では心疾患、不慮の事故、肺がんで死亡

する人が多く、女性では子宮がん、自殺、不慮の事故で死亡が多くなっています。（グラフの数値は全国を100とした場合の全道、浜中町の数値です。）

\*標準化死亡比（SMR）： 年齢構成の基準の死亡率で調整した値（期待死亡値）に対する現実の死亡数の比。おもに小地域の比較に用いる。

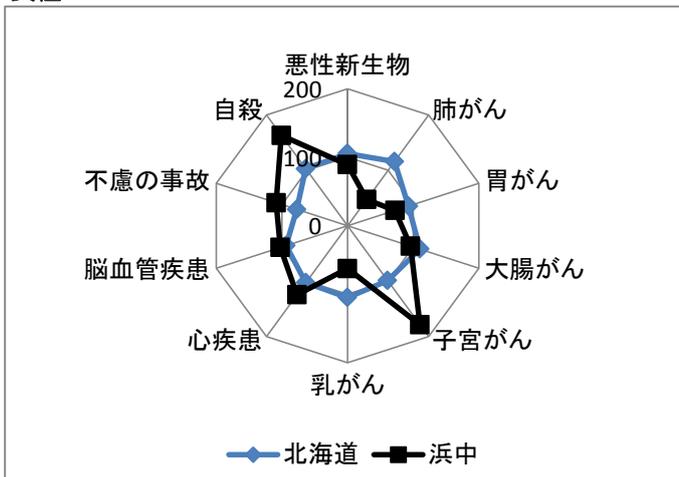
### 標準化死亡比（SMR）

#### 男性



	北海道	浜中
悪性新生物	104.4	102.5
肺がん	110.8	112.8
胃がん	93.1	68.6
大腸がん	107.9	83.1
心疾患	102.7	135.1
脳血管疾患	95.6	93.8
不慮の事故	93.9	117.6
自殺	110.9	87.7

#### 女性



	北海道	浜中
悪性新生物	105.4	89.2
肺がん	115.8	47.4
胃がん	93.0	72.4
大腸がん	110.2	96.0
子宮がん	98.9	178.7
乳がん	104.7	62.5
心疾患	102.5	124.3
脳血管疾患	93.5	102.5
不慮の事故	77.2	108.6
自殺	102.9	162.8

\*2000～2009（10年間のデータ）による（全国を100とした場合の全道、浜中町の数値）

## 第三章 浜中町の課題と目標

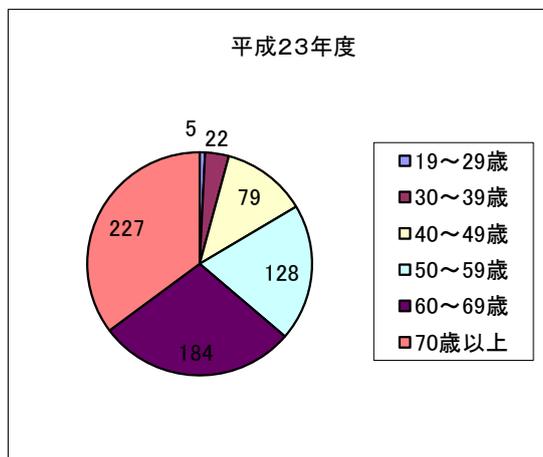
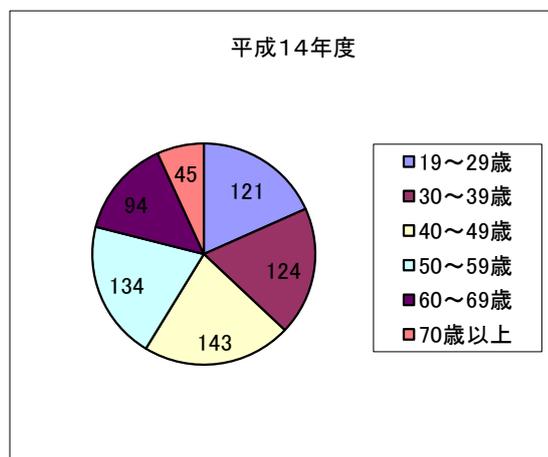
### 1. 調査対象者の状況

平成14年度調査対象者は19歳以上の町民661人、平成23年度調査対象者は特定健康診査受診者645人となっており、年齢別内訳は下記のとおりです。また、平成14年度は、幼児保護者244人、中・高校生420人から、平成23年度は、マタニティアンケート回答者52人、新生児保護者36人、保育所年長児保護者42人、小学5年生保護者83人、高校3年生32人からも回答を得ています。

調査対象者の年齢別内訳では、平成14年度は各年代からほぼ均等に回答を得られているのに対し、平成23年度は60歳以上の高齢者からの回答が6割を超えています。

### 調査対象者年齢別内訳

	19～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60～69歳	70歳以上	計
平成14年度	121	124	143	134	94	45	661
平成23年度	5	22	79	128	184	227	645



## 2. 全体の目標達成状況等の評価

### 1) 全項目の達成状況

最終目標である健康寿命の延伸を達成するために設定した「みんなの目標」と、8分野13課題項目（再掲1項目）についての達成状況を下記のとおりまとめました。

評価

- A 目標値に達した      B 目標値に達していないが改善傾向にある  
 C 変わらない          D 悪化している  
 E 評価困難

分野	みんなの目標	主要課題	評価
1. 栄養・食生活・がん	正しい食事で健康家族 ～実行できることからはじめよう～	食事の欠食率が高い	A
		成人の肥満者の割合が高い	D
2. 運動・身体活動	運動を習慣的に行う人を増やそう	運動習慣者の割合が低い	A
3. 休養・こころの健康づくり	ストレスと上手につきあおう	ストレスを解消できていない人の割合が高い (関連項目) 睡眠で休養が十分とれている人の割合	B
4. 歯の健康	歯を大切にしよう	1日2回以上歯をみがく人が少ない	B
		間食の時間・回数を決めている幼児が少ない	A
5. たばこ	成人の喫煙率を減らし、妊婦、未成年者の喫煙率ゼロをめざそう	喫煙率が高い	B
6. アルコール	未成年者にお酒はすすめません お酒はほどほどに楽しもう	習慣的飲酒者が多い	A
		未成年者の飲酒割合が高い	B
		妊娠中の飲酒経験が多い	B
7. 糖尿病	糖尿病を予防しよう	自分の適性体重を知っている人の割合が少ない (関連項目) 適正体重の人	D
		成人の肥満者の割合が高い(再掲)	D
8. 循環器病	高血圧境界域の人を減らそう	高血圧について男女とも境界域の人が多い	E

\*分野3・7については、関連項目で評価

13課題項目中、再掲の1項目を除く12項目について、目標値に達したものは4項目、目標値に達していないが改善傾向にあるものは5項目、悪化しているものは2項目、評価困難なものは1項目でした。

## 2) 総括的評価

「いきいき健康はまなか21」が最終目標とするのは健康寿命の延伸です。この目標を達成するため、8分野それぞれに、健康づくりの行動指針として「みんなの目標」を設定し、13課題項目(再掲1項目)について、その達成状況を評価分析しました。

日本人の平均寿命については、平成22年簡易生命表の概況によると、男性で79.64年、

女性で86.39年となっており、諸外国との比較において極めて高い水準で推移するとともに、年次に従い、延伸する傾向がみられ、平成12年から平成22年までの間で男性が1.92年、女性が1.79年、それぞれ延びています。

本町においても、平成12年から平成22年までの間で男性が1.9年、女性が2.0年延びており、全国と同様の傾向がみられます。

### 平均寿命の比較

	浜中町		全国	
	男性	女性	男性	女性
平成12年	76.9	84.2	77.7	84.6
平成17年	78.5	85.9	78.8	85.8
平成22年	78.8	86.2	79.6	86.4

\*厚生労働省市区町村別生命表の概況

### 3. 「いきいき健康はまなか21（第二次）」の概要

平成12年3月に発表された国の健康増進計画「健康日本21」では、壮年期死亡の減少、健康寿命の延伸及び生活の質の向上を目的とし、一次予防を重視した取組みが推進されました。

平成15年に健康増進法の施行、平成18年に「医療制度改革関連法」が成立し、平成20年度から特定健康診査が医療保険者に義務づけられたことにより、生活習慣病対策は予防に

より重点が置かれるようになりました。

こうした中で、国は「健康日本21」を改正し、「メタボリックシンドロームの予防」に関する新たな目標を追加するとともに、当初平成22年度までとした対象期間を、平成24年度まで延長しました。

平成24年7月に、平成25年度から平成34年度までを期間として、生活習慣及び社会環境の改善を通じて、子どもから高齢者まで全ての国民が共に支え合いながら希望や生きがいを持ち、ライフステージに応じて、健やかで心豊かに生活できる活力ある社会の実現を目指し、その結果、社会保障制度が持続可能なものとなるよう、第二次「健康日本21」を策定し、目標を以下の5つに決めました。

#### 第二次「健康日本21」の目標

- ① 健康寿命の延伸・健康格差の縮小
- ② 生活習慣病の発症予防・重症化予防
- ③ 社会生活を営むために必要な機能の維持・向上
- ④ 健康を支え、守るための社会環境の整備
- ⑤ 生活習慣の改善・社会環境の改善

浜中町では、この5つの目標をふまえ、町の基本目標を次のように設定し、重点的に取り組む項目を以下の8つにまとめました。

#### 浜中町の基本目標

- 壮年期死亡の減少
- 健康寿命の延伸及び生活の質の向上の実現

#### 重点的に取り組む項目

- |                |           |
|----------------|-----------|
| ① 栄養・食生活・がん    | ② 運動・身体活動 |
| ③ 休養・こころの健康づくり | ④ 歯の健康    |
| ⑤ たばこ          | ⑥ アルコール   |
| ⑦ 糖尿病          | ⑧ 循環器病    |

また、それぞれの項目について、みんなの目標、主要課題、現状と課題、今後の取り組み、現状値と目標値について掲載しました。

### Ⅲ-1 栄養・食生活・がん

《みんなの目標》

**適切な栄養と食生活**  
～できることから少しずつはじめよう～

《主要課題》

## 肥満者の割合が高い

### 《現状と課題》

- 欠食の身体に与える影響や食の大切さについて、乳幼児期、学童期、成人期と生涯を通じての食生活指導や健康教育などを行ってきた結果、欠食率が低下しており、意識や行動の改善へと効果がみられています。この食習慣を今後も継続させることが重要です。しかし、策定時、欠食率が高かった30歳未満の欠食率については評価できておらず、子どもの健診等で来所される保護者には欠食がみられています。進学や就職、結婚など生活スタイルが大きく変化する時期に、自ら健康的な食生活の実践につなげられる取組みが必要です。
- 特定健診・特定保健指導に加え、学童期から生活習慣病健診・指導を行い、肥満やメタボリックシンドローム対策を強化してきたにもかかわらず、肥満者が増加しており、全国値と比較しても高率となっています。今後、糖尿病や透析患者の増加など、疾病構造への影響が危惧されます。全世代を通して、適正体重を維持できるよう対策を進める必要があります。  
また、平成22年度の特定健診受診率は、全国が43.3%であるのに対し、浜中町は23.4%であり、疾病の早期発見へとつながる特定健診の受診率が低いことも課題です。特定健診の受診意欲が高まるように情報提供を工夫するとともに、受けやすさを考えた取組みを進める必要があります。
- 欠食率が改善している反面、肥満者が増えていることから、1日に必要な適正量より過剰にエネルギーを摂取している者が多いことが予想されます。また、乳幼児や学童においては、偏食や間食が多いという現状があるため、食事の質が低下していることも予想されます。
- SMRでは、悪性新生物が全国より高く、特に男性の肺がん、女性の子宮がんは全道・全国より高いです。しかし、平成22年国民生活基礎調査によると、全てのがん検診において、検診受診率が全国より低いという課題があります。特定健診と併せて、がん検診の受診率増加に向けた取組みを進める必要があります。

### 《今後の取組み》

#### みんなの取組み

- 適正体重を維持しましょう。
- 欠食をなくしましょう。
- 主食・主菜・副菜をそろえて食べましょう。
- 生活習慣病予防のための健診を受けましょう。
- 定期的ながん検診を受けましょう。

#### 行政・関係機関の取組み

- 子どもの健やかな成長と成人肥満を予防するため、乳幼児期・学童期から正しい食習慣・生活習慣を身につけることが重要です。そのため、保育所・学校等の関係機関、保護者と協力して食育をすすめていきます。
- 策定時欠食率の高かった30歳未満の町民に対し、若年健診場面や母子保健事業などを通して、

食事に関する意識調査や助言を行います。

- 地元食材を使ったメニューの紹介や、親子食育講座や男性向け料理教室など年齢や性別に合わせた各種講座を、今後も継続していきます。
- 成人肥満については、特定保健指導を受けた方には体重減少や生活習慣の改善がみられていることから、対象者への受診券発行など、特定健診受診率を上げる取組みを行っていきます。
- 今後は、肥満だけでなくやせに対する支援も必要と考えます。特に、妊婦の極端な体重増加抑制による児への影響について、母子手帳交付時に啓発と助言を行っていきます。
- 特定健診やがん検診受診率を向上させるため、特定の年齢に達した方への無料クーポン券配付や、健康教室などの事業を通して、受診勧奨を行っていきます。
- 老人クラブを対象に、低栄養予防についての健康教育を継続して行っていきます。また、基本チェックリストを用いた調査を行い、低栄養と判断された方には個別指導を行います。

《現状値と目標値》

項目		策定時実績値 (平成14年度)	現状 (平成23年度)	目標 (平成35年度)
①成人の肥満者の割合	20～60歳代男性の肥満者	29.7%	43.7%	24.7%以下
	40～60歳代女性の肥満者	28.8%	37.2%	23.5%以下
	幼少期の肥満	—	10.1%	減小

	項目	今年	前年	変化
	児童の肥満	—	30.1%	減少
②欠食しない人の割合	男性	58.0%	86.0%	現状値より悪化させない
	女性	59.0%	92.9%	現状値より悪化させない
③特定健康診査・特定保健指導実施割合	特定健康診査受診率	—	24.4%	60.0%
	特定保健指導実施率	—	61.3%	現状維持
④がん検診の受診者の割合	胃がん	20.3%	12.5%	50.0%
	肺がん	22.2%	14.6%	50.0%
	大腸がん	13.4%	10.2%	50.0%
	子宮がん	10.9%	7.9%	50.0%
	乳がん	28.6%	11.3%	50.0%

### Ⅲ-2 運動・身体活動

《みんなの目標》

意識して身体を動かそう

《主要課題》

運動している小児の割合が低い

《現状と課題》

- 5歳児と小学校5年生を対象とした平成23年度生活習慣アンケート調査では、5歳児の11.9%が「運動をあまり好まない」、小学校5年生の35.4%が「あまり運動しない」と回答しており、運動習慣のある子どもが少ないという現状があります。
- 運動に関する講演会の実施や、健診場面・広報などによる周知活動により、運動習慣者の割合は増加しており、目標値に達しています。しかし、割合は20~30%と少ない状況です。
- 浜中町は、漁業や酪農業、建設業に従事している方が多いことから、日々の身体活動量は多いと思われます。しかし、気候の特徴から夏場に繁忙期を迎えるため、冬場の活動量低下が課題となっています。運動習慣が維持できるよう環境を整える必要があります。そのため運動する機会が得られるように情報提供していくことが大切です。

## 《今後の取組み》

### みんなの取組み

- 毎日の生活の中で意識的に身体を動かしましょう。
- 週2回以上、運動をしましょう。
- 小児期から運動の習慣をつけましょう。

### 行政・関係機関の取組み

- 運動習慣は、肥満や生活習慣病の予防、高齢者の介護予防のために重要です。運動習慣の定着を促進させるため、年齢や身体状況に合わせた簡単な運動方法の周知等を行っていきます。
- 幼児期・学童期から運動習慣を身につけていくことができるよう、保育所や学校、保護者と協力して、アンケート調査や健康教育などの事業を継続して行っています。
- 冬場の活動量低下により、体重が増える方が多いため、家庭でできる簡単な運動や、活動量と食事量のバランス等について、健康教室や特定健診・特定保健指導を通して伝えていきます。

## 《現状値と目標値》

項目		策定時実績値 (平成14年度)	現状 (平成23年度)	目標 (平成35年度)
①運動習慣のある者の割合	男性	13.3%	31.3%	増加
	女性	10.7%	22.6%	増加
②運動習慣のある子どもの割合	保育所年長児	—	88.1%	増加
	小学5年生	—	64.6%	増加

	小計(%)		合計(%)	増加
--	-------	--	-------	----

### Ⅲ-3 休養・こころの健康づくり

《みんなの目標》

自分なりのリラックス法を見つけよう

《主要課題》

こころの不調を感じる人が多い

《現状と課題》

- ストレスを解消できていない人の割合は評価できていませんが、睡眠で休養が十分とれている人の割合は増加しています。十分な睡眠時間は、ストレス解消となることから、ストレスを上

手に解消できる人の割合は増加していると評価します。今後も睡眠時間の確保の必要性について周知することが大切です。

- SMRより、女性の自殺が全国・全道に比べて多く、働き盛りの方や高齢者のうつの相談も増加しています。そのため、相談窓口の周知徹底やストレスの解消方法などの啓発など、うつ予防や自殺対策の取組みが必要です。

## 《今後の取組み》

### みんなの取組み

- 早寝早起きをして、正しい生活リズムで過ごしましょう。
- 自分なりのリラックス法を見つけ、気分転換の時間を持ちましょう。
- 自分が熟睡感の得られる睡眠時間を知り、その時間を確保しましょう。
- 相談できる場所を知り、活用しましょう。

### 行政・関係機関の取組み

- ストレスの蓄積は、うつや自殺を招く要因となるので、今後も健診や健康教室、電話や来所の相談を通して、ストレス解消法について紹介していきます。また、うつや自殺に関する相談を受けた際は、話を受容・共感し、必要時には適切な医療機関へつなげるゲートキーパーの役割を担います。
- ゲートキーパーの役割を担える人を増やすため、健康教室や講演などを通し、ゲートキーパーの養成をすすめていきます。

## 《現状値と目標値》

項目	策定時実績値 (平成14年度)	現状 (平成23年度)	目標 (平成35年度)
①睡眠による休養が十分にとれている者の割合	62.4%	77.5%	増加
②浜中町健康医療相談ダイヤル24利用者数	—	—	増加
③地域ゲートキーパー研修会参加者数	—	—	増加

### Ⅲ-4 歯と口腔

#### 《みんなの目標》

よくかんで おいしく食べよう

#### 《主要課題》

年齢とともにむし歯がある子どもが増加している  
壮年期以降の歯の保有率が低下している

#### 《現状と課題》

- 1日2回歯をみがく人の割合は増えていますが、目標値には達していません。生活習慣の変化に伴い、今後は歯周疾患が増加すると考えられます。
- 幼児、小中学生、高校生のむし歯有病率は年々減少しています。

- 平成23年度特定健診受診者の年代別平均現在歯数は、30代が27.8本であるのに対し、60代では16.1本、80代では7.0本と、年齢が上がるにつれて歯を喪失する方が増えています。
- 間食の時間や回数を決めている幼児の割合は増えており、目標値に達しています。しかし、評価時の対象は1歳6ヶ月健診受診者ですが、5～6歳児を対象とした調査では42.9%と、評価時の実績値よりも低いです。このことから、子どもの年齢が高くなるにつれて、間食の時間や回数を決めている幼児の割合が少なくなっている状況がうかがえます。

## 《今後の取組み》

### みんなの取組み

- よくかんで食べましょう。
- フッ化物配合歯みがき剤を使って、ていねいに歯をみがきましょう。
- デンタルフロスや歯間ブラシ等を使って、歯と歯の間もきれいにしましょう。
- 入れ歯は、毎食後みがきましょう。
- 間食の時間・回数を決めましょう。
- 定期的に歯科健診を受けましょう。

### 行政・関係機関の取組み

- むし歯や歯周疾患を予防するために、歯みがきの習慣化と合わせて、デンタルフロス等の歯間部清掃用具の使用を推奨していきます。
- むし歯の有病者減少に加え、肥満や生活習慣病を予防するために、甘味食品・飲料の摂取目安や多量摂取の危険性等について、乳幼児健診やむし歯予防教室を通して、今後も周知していきます。特に、間食習慣が乱れやすい時期である乳幼児健診を終えた幼児については、保育所を通して、間食習慣の調査や必要時助言を行います。
- 食生活の貧困さが間食の回数や量の増加につながっている場合もあるので、食生活全般について情報収集し、家庭環境や保護者の状況に合わせた指導や助言を行います。

## 《現状値と目標値》

項目		策定時実績値 (平成14年度)	現状 (平成23年度)	目標 (平成35年度)
①歯や口の状態について満足している人の割合	40歳・50歳・ 60歳・70歳	—	—	増加
②歯周疾患検診を受ける人の割合	40歳・50歳・ 60歳・70歳	—	—	増加
③歯肉炎（歯肉1.2）を有する中学生・高校生の割合	中学3年生	—	—	減少
	高校3年生	—	—	減少

項目	比較対象	2019年	2020年	変化
④乳幼児期・ 学齢期の むし歯の減少	むし歯のない3歳児 の割合	57.1%	70.0%	増加
	中学1年生の一人平 均むし歯数	2.73本	1.39本	減少

### Ⅲ-5 たばこ

《みんなの目標》

たばこの健康への害を知ろう

《主要課題》

喫煙率が高い

《現状と課題》

- タバコ税の増税や喫煙場所の縮小化などの社会背景、学校との連携、特定保健指導などの取り組みの効果があり、男女ともに喫煙率は減少し、目標値に達しています。喫煙は、がんや循環器疾患（脳血管疾患、虚血性心疾患等）、呼吸器疾患（COPD等）、糖尿病、周産期の異常（早産、低出生体重児、死産、乳児死亡等）の原因になります。受動喫煙も虚血性心疾患、肺がんに加え乳児の喘息や呼吸器感染症、乳幼児突然死症候群（SIDS）などの原因になります。特にCOPD（慢性閉塞性肺疾患）のおもな原因は長期にわたる喫煙習慣であり、喫煙者の20

%が発症すると言われていました。

喫煙及び受動喫煙による健康被害を防ぐため、様々な保健事業の場で情報提供し、喫煙者は適切なサポートを受けながら禁煙にチャレンジできるよう支援します。

- 妊婦の喫煙率は、減少していますが目標値には達していません。産後の母親の喫煙率についても、評価はしていませんが、赤ちゃん訪問時の確認ではしばしば喫煙者がみられています。妊娠期・授乳期の母親の喫煙は、子どもに悪影響を及ぼすため、継続した指導が必要です。
- 未成年者の喫煙については、学校側の意向があり評価できませんでした。

## 《今後の取組み》

### みんなの取組み

- 喫煙の健康に及ぼす害やCOPD（慢性閉塞性肺疾患）について、知識を持ちましょう。
- 妊産婦や同居家族は喫煙しないようにしましょう。
- 成人は、禁煙に努めましょう。
- 子どもに喫煙の健康に及ぼす害を伝え、たばこを吸わないように教えましょう。
- 子どもや妊産婦の前で喫煙は、やめましょう。
- 喫煙スペースには近付かないようにし、子どもには、近付かないように教えましょう。

### 行政・関係機関の取組み

- 健診場面や特定保健指導を通して、喫煙が招く危険性を伝えるとともに、禁煙希望者が必要な支援を受けられるような取組みを継続していきます。
- 喫煙が唯一のストレス解消法となっている場合があるので、3)の休養・こころの健康づくりと関連づけた相談事業等を行います。
- 妊婦については母子手帳交付時に、産婦については赤ちゃん訪問時に、禁煙指導を継続して行っていきます。合わせて、受動喫煙の害についても伝え、同居家族の禁煙や分煙を勧めていきます。
- 未成年者については、今後も学校と協力しながら健康教育を行い、未成年や妊婦の喫煙の害について伝えていきます。

## 《現状値と目標値》

項目		策定時実績値 (平成14年度)	現状 (平成23年度)	目標 (平成35年度)
①喫煙率	40歳～74歳男性	61.2%	32.8%	12.0%以下
	40歳～74歳女性	25.1%	10.0%	減少
②妊婦の喫煙率	マタニティアンケート回答者	28.1%	11.5%	0%

### Ⅲ－6 アルコール

#### 《みんなの目標》

飲酒は適量範囲内にしよう  
未成年者に飲酒はさせません

#### 《主要課題》

日常的な多量飲酒者が多い  
未成年・妊娠中の飲酒経験者が多い

#### 《現状と課題》

- 多量飲酒する人の割合は、減少し目標値に達しています。しかし、習慣的に飲酒している方は多く、肥満や血液検査値の異常がみられています。習慣的飲酒者の中には、飲酒が唯一のストレス解消法となっている方も少なくなく、ストレス対策と関連づけて取組みをすすめる必要があると考えます。
- 未成年者・妊娠中の飲酒経験がある人の割合は、減少していますが、目標値である0%には達していません。未成年者の飲酒は健全な成長を妨げ、飲酒開始年齢が若いほど、将来のアルコール依存症のリスクが高まります。また、妊婦や授乳中の飲酒は子どもの健康に大きな影響を

与えます。未成年や妊婦の飲酒はしないよう、学校等との連携や広報誌などで、啓発することが必要です。

## 《今後の取組み》

### みんなの取組み

- 未成年には、飲酒をさせないようにしましょう。
- 飲酒は、適量範囲内にしましょう。
- 妊娠中・授乳中の飲酒の害を理解し、妊娠中・授乳中は飲酒を止めましょう。
- 健康を損ない依存につながるアルコールについて正しい知識を得ましょう。

### 行政・関係機関の取組み

- 飲酒の害や適量について、健診場面や特定保健指導、健康教育、広報等を通して、住民への周知を継続していきます。
- 飲酒が唯一のストレス解消法となっている場合があるので、3) 休養・こころの健康づくりのストレス対策と関連づけた相談事業等を行います。
- 未成年者については、学校や関係機関と連携を図り、今後も引き続き健康教育を行います。特に、妊娠期を含めた飲酒の害について周知していきます。
- 妊婦については、母子手帳交付時に、妊娠中の飲酒による胎児への害について伝えていきます。また、母乳栄養期間中の飲酒の害についても、母子手帳交付時と赤ちゃん訪問時に伝えます。

## 《現状値と目標値》

項目		策定時実績値 (平成14年度)	現状 (平成23年度)	目標 (平成35年度)
①多量飲酒（1日飲酒量3合以上）の人の割合	40歳～74歳男性	15.4%	3.8%	減少
	40歳～74歳女性	0.6%	0.3%	0%
②未成年者の飲酒の割合	高校3年生男子	85.7%	66.7%	0%
	高校3年生女子	100%	36.8%	0%
③妊娠中の飲酒者の割合	新生児保護者	10.3%	5.8%	0%

### Ⅲ－７ 糖尿病

#### 《みんなの目標》

バランスのとれた食生活で適正体重を維持しよう

#### 《主要課題》

肥満者の割合が多い

#### 《現状と課題》

- 適正体重を知っている人の割合は評価できませんでしたが、適正体重の人の割合が減少しているため、悪化していると考えられます。また、成人肥満者の割合が増えています。これらのことから、糖尿病罹患が増加している可能性が高いと考えます。適正体重についての知識を普及させるとともに、適正体重維持のための食事量を始めた生活習慣についての啓発が大切です。
- 平成22年度の糖尿病が原因で亡くなった方の割合は、14.9%で全道・全国より高いです。また、平成23年度の特健診受診者のうち、空腹時血糖の有所見者割合は16.2%ですが、HbA1cの有所見者割合は68.5%で、食後の血糖値が慢性的に高い人が多いです。これらの割合はすべて、女性に比べ男性の方が高いため、男性の糖尿病予防・状態悪化予防が重要な課題です。

関係機関と協働し、糖尿病について学ぶことが出来る機会の提供が必要です。

## 《今後の取組み》

### みんなの取組み

- 健康診査結果の異常や通院の必要性を前向きにとらえ、改善に向けて取組みましょう。
- 健康診査結果において要医療の判定や異常が発見された場合には、早期に医療機関に受診しましょう。
- 生活の中に運動を積極的に取り入れましょう。

### 行政・関係機関の取組み

- 肥満者の増加に伴い、糖尿病の発症が増えることが予想されるため、1) 栄養・食生活・がんと関連づけて、肥満の予防・改善へ向けた取組みを継続していきます。また、幼児期・学童期・妊娠期の方に対する取組みも継続していきます。
- 男性の成人肥満や糖尿病有所見者、糖尿病に起因する死亡が多いことから、男性を対象とした保健指導や健康教育等の取組みを行います。
- 糖尿病治療中で、定期的に病院を受診している方も、希望があれば、個別指導を行います。
- 実態把握と必要な事業を見極めるため、特定健診での血糖値有所見者や糖尿病患者の推移、糖尿病が危険因子となる脳血管疾患や透析患者の原因疾患等について、継続的なデータ分析を行います。
- 特定健診受診率・保健指導の実施率を向上させるため、特定の年齢に達した方への無料クーポン券配布や、対象者全員への受診券発行、対象者の職業や生活スタイルに合わせた介入等を行います。

## 《現状値と目標値》

項目		策定時実績値 (平成14年度)	現状 (平成23年度)	目標 (平成35年度)
①合併症（糖尿病腎症による年間新規導入患者数）の人数	国保・後期高齢者	—	1人	0人
	メタボ該当者	—	5.6%	4.1%
②メタボ該当者及び予備群の割合	メタボ予備群	—	10.9%	9.5%
	特定健康診査	—	24.4%	60.0%
③特定健康診査・特定保健指導実施割合（再掲）	特定保健指導	—	61.3%	現状維持

### Ⅲ－８ 循環器病

#### 《みんなの目標》

血圧の適正な自己管理をしよう

#### 《主要課題》

血圧有所見者の割合が高い

#### 《現状と課題》

- 高血圧境界域の人の割合は、男女ともに減少し、女性は目標値に達しています。しかし、平成23年度の特定健診受診者のうち、血圧値の有所見者割合は47.3%と、平成16年度の36.0%より増えていることから、境界域の方が高血圧へ移行した可能性が高いと思われます。
- SMRでは、女性の脳血管疾患と、男女ともに心疾患の死亡率が、全道・全国より高いです。脳血管疾患や心疾患は、高血圧に起因することが多いことから、高血圧の方が増えていることが考えられます。
- また、動脈硬化の原因となるLDLコレステロールの有所見者割合も、平成23年度特定健診受診者の65.4%と高い現状があります。これらのことから高血圧予防の学習を増やして行くことが大切です。

#### 《今後の取組み》

みんなの取組み

## のりほり取組の

- 血圧測定を増やしましょう。
- 高血圧予防に関して学ぶ機会を増やしましょう。
- 高血圧予防の意識を高めましょう。

## 行政・関係機関の取組み

- 肥満者の増加に伴い、高血圧の方が増えている可能性があるため、減塩や禁煙、肥満予防の必要性などについて、今後も健康教育や特定健診・保健指導等を通して伝えていきます。
- 特定健診受診率・保健指導の実施率を向上させるため、特定の年齢に達した方への無料クーポン券配付や、対象者全員への受診券発行、対象者の職業や生活スタイルに合わせた介入を行います。
- 脳血管疾患や心疾患の死亡率を減少させるため、高血圧だけではなく、脂質異常症や高血糖の予防に関する健康教育等も継続して行っていきます。

## 《現状値と目標値》

項目		策定時実績値 (平成14年度)	現状 (平成23年度)	目標 (平成35年度)
①高血圧（収縮期 血圧130以上） の人の割合	40～74歳男性	33.1%	30.6%	27.0%以下
	40～74歳女性	34.6%	27.4%	24.0%以下
②メタボ該当者 及び予備群の 割合(再掲)	メタボ該当者	—	5.6%	4.1%
	メタボ予備群	—	10.9%	9.5%
③特定健康診査・ 特定保健指導 実施割合 (再掲)	特定健康診査	—	24.4%	60.0%
	特定保健指導	—	61.3%	現状維持

## 第Ⅳ章 ライフステージごとの取組み

### 1. 概要

ライフステージ（乳幼児期・学童・思春期、青・壮年期、高齢期）に分けて、目標を設定し、第Ⅲ章でまとめた項目別の取組みについて掲載しています。

#### Ⅳ-1

### 乳幼児期(0歳～5歳)

重点目標 生活リズムを整える	
項目	行動目標
	取組み
栄養・食生活・がん	○早寝早起きをして、朝食を食べる習慣を身につけます <ul style="list-style-type: none"><li>・早寝早起きをして、朝食を食べましょう</li><li>・好き嫌いをなくし、いろいろなものを食べられるようにしましょう</li><li>・おやつは時間と量を決めましょう</li><li>・家族で楽しくごはんを食べましょう</li></ul>
	○元気いっぱい体を動かし、ぐっすり眠る生活リズムを整えます

運動・身体活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・からだを動かす遊びを増やしましょう</li> </ul>
休養・こころの健康づくり	<ul style="list-style-type: none"> <li>○家族や友だち、地域の方々と交流します</li> <li>・親子で遊べる交流の場に参加しましょう</li> </ul>
歯の健康	<ul style="list-style-type: none"> <li>○健康な歯を育てます</li> <li>・おやつは時間と量を決め、甘いものの食べ過ぎは控えましょう</li> <li>・仕上げみがきをしましょう</li> </ul>
たばこ	<ul style="list-style-type: none"> <li>○たばこが健康に及ぼす影響やCOPDについて理解し、その害から身を守ります</li> <li>・乳幼児のいる家庭では禁煙に努めましょう</li> <li>・喫煙する場合は分煙しましょう</li> </ul>

#### IV-2

### 学童・思春期(6歳～18歳)

重点目標	正しい生活習慣を身につけよう
項目	行動目標
	取組み
栄養・食生活・がん	<ul style="list-style-type: none"> <li>○バランスのとれた3回の食事を実践します</li> <li>・朝ごはんをおいしく食べましょう</li> <li>・好き嫌いをなくしましょう</li> <li>・間食の量や食べる時間を決めましょう</li> <li>・親子で食事づくりを楽しみましょう</li> </ul>
運動・身体活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>○自分にできる運動や活動を見つけ、実践・継続に努めます</li> <li>・元気にからだを動かしましょう</li> </ul>
休養・こころの健康づくり	<ul style="list-style-type: none"> <li>○就寝時刻・起床時刻を決めます</li> <li>・就寝時刻、起床時刻を決めましょう</li> <li>・家族とふれあう時間を大切にしましょう</li> <li>・趣味を持ち、仲間と一緒に楽しみましょう</li> </ul>
歯の健康	<ul style="list-style-type: none"> <li>○むし歯、歯肉炎を予防します</li> </ul>

歯の健康	<ul style="list-style-type: none"> <li>・間食の時間と量を決め、甘いものの食べ過ぎは控えましょう</li> <li>・きれいに歯をみがきましょう</li> </ul>
たばこ	<p>○たばこが健康に及ぼす影響やCOPDについて理解し、その害から身を守ります</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・未成年者のいる家庭では禁煙に努めましょう</li> <li>・喫煙する場合は分煙しましょう</li> <li>・未成年者の喫煙をなくしましょう</li> </ul>
アルコール	<p>○アルコールが健康に及ぼす影響を学び、その害から身を守ります</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・未成年者の飲酒をなくしましょう</li> <li>・アルコールの健康への影響を知りましょう</li> </ul>

#### IV-3

### 青・壮年期(19歳～64歳)

重点目標	生活習慣を見直そう
項目	行動目標
	取組み
栄養・食生活・がん	<p>○バランスのとれた食事内容を、体調に合わせて選びます</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・適正体重を維持しましょう</li> <li>・欠食をなくしましょう</li> <li>・主食・主菜・副菜をそろえて食べましょう</li> <li>・生活習慣病予防のための健診を受けましょう</li> <li>・定期的にかん検診を受けましょう</li> </ul>
運動・身体活動	<p>○生活の中で楽しみながら、体を動かす機会を増やします</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自分にあった運動習慣を身につけましょう</li> </ul>
休養・こころの健康づくり	<p>○規則正しい生活（食事・運動・休養のバランス）に努め、ストレスと上手につき合う努力をします</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・目覚めのよい睡眠をとりましょう</li> <li>・自分のストレスに早めに気づきましょう</li> <li>・家族のこころの健康に気を配りましょう</li> </ul>
歯の健康	<p>○歯周病予防に努めます</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・デンタルフロス等を使用して、きれいに歯をみがきましょう</li> <li>・定期的に歯科健診を受けましょう</li> </ul>
たばこ	<p>○たばこが健康に及ぼす影響やCOPDについて理解し、その害から身を守ります</p> <p>○喫煙や受動喫煙の影響を理解し、効果の高い分煙を実践します</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>・禁煙にチャレンジしましょう</li> <li>・喫煙する場合は分煙しましょう</li> </ul>
アルコール	<p>○アルコールが健康に及ぼす影響を学び、その害から身を守ります</p> <p>○適正な飲酒をこころがけ、休肝日を設けます</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・週2日休肝日をつくりましょう</li> <li>・1日のアルコールの適量は20g程度にしましょう (ビール500ml、日本酒1合、チューハイ1缶まで)</li> </ul>
糖尿病	<p>○特定健康診査等を受け、検診結果を日常の健康管理に役立てます</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・糖尿病予防のために、健診・保健指導・健康相談を受けましょう</li> </ul>
循環器病	<p>○特定健康診査等を受け、検診結果を日常の健康管理に役立てます</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・循環器病予防のために、健診・保健指導・健康相談を受けましょう</li> </ul>

#### IV-4

### 高齢期(65歳～)

重点目標	規則正しい生活習慣でいきいきと暮らそう
項目	行動目標
	取組み
栄養・食生活・がん	<p>○バランスのとれた食事で健康づくりに努めます</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・適正体重を維持しましょう</li> <li>・欠食をなくしましょう</li> <li>・主食・主菜・副菜をそろえて食べましょう</li> <li>・生活習慣病予防のための健診を受けましょう</li> <li>・定期的ながん検診を受けましょう</li> </ul>
運動・身体活動	<p>○自分の健康状態に合わせて、仲間と楽しく体を動かします</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自分にあった運動を楽しみましょう</li> <li>・転倒、骨折しないように気をつけましょう</li> </ul>
休養・こころの健康づくり	<p>○家族や友だち、地域の方々と交流し、生きがいのある生活に努めます</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・目覚めのよい睡眠をとりましょう</li> <li>・自分のストレスに早めに気づきましょう</li> <li>・人との交流を持ちましょう</li> </ul>
歯の健康	<p>○口腔の機能に維持に努めます</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・歯間ブラシやフロスを使用し、きれいに歯をみがきましょう</li> <li>・入れ歯のケアを行いましょう</li> <li>・よくかんで食べましょう</li> </ul>
たばこ	<p>○たばこが健康に及ぼす影響やCOPDについて理解し、その害から身を守ります</p> <p>○喫煙や受動喫煙の影響を理解し、お里の正しい喫煙を実践します</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>・禁煙にチャレンジしましょう</li> <li>・喫煙する場合は分煙しましょう</li> </ul>
アルコール	<p>○アルコールが健康に及ぼす影響を学び、その害から身を守ります</p> <p>○適正な飲酒をこころがけ、休肝日を設けます</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・週2日休肝日をつくりましょう</li> <li>・1日のアルコールの適量は20g程度にしましょう (ビール500ml、日本酒1合、チューハイ1缶まで)</li> </ul>
糖尿病	<p>○特定健康診査等を受け、健康管理に努めます</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・糖尿病予防のために、健診・保健指導・健康相談を受けましょう</li> </ul>
循環器病	<p>○特定健康診査等を受け、健康管理に努めます</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・循環器病予防のために、健診・保健指導・健康相談を受けましょう</li> </ul>

## 資料編

### 1. 評価の概要

浜中町では、国の「健康日本21」を背景として、平成15年12月に「いきいき健康はまなか21健康なまちづくり行動計画」を策定し、町民が主体となった健康づくり運動を推進してきました。計画目標年度を平成24年度としていることから、次期計画の策定に向け、平成23年度に、各健(検)診結果やアンケート調査結果から最終評価を行いました。

項目	対象者			データソース
	策定時 (平成14年度)	現状 (平成23年度)	目標 (平成35年度)	
<b>Ⅲ-1 栄養・食生活・がん</b>				
①成人の肥満者の割合				
・20～60歳代男性の肥満者	19歳以上の町民	特定健康診査受診者	特定健康診査受診者	特定健康診査結果
・40～60歳代女性の肥満者	19歳以上の町民	特定健康診査受診者	特定健康診査受診者	特定健康診査結果
・幼児の肥満	—	保育所年長児	保育所年長児	保育所児生活習慣アンケート結果
・児童の肥満	—	小学5年生	小学5年生	小児生活習慣病健診結果
②欠食しない人の割合				
・男性	19歳以上の町民	特定健康診査受診者	特定健康診査受診者	特定健康診査結果
・女性	19歳以上の町民	特定健康診査受診者	特定健康診査受診者	特定健康診査結果
③特定健康診査・特定保健指導実施割合				
	—	特定健康診査受診者	特定健康診査受診者	特定健康診査受診率
	—	特定保健指導実施者	特定保健指導実施者	特定保健指導実施率
④がん検診の受診者の割合	がん検診受診者	がん検診受診者	がん検診受診者	がん検診受診率
<b>Ⅲ-2 運動・身体活動</b>				

①運動習慣のある者の割合 ・男性	19歳以上の町民	特定健康診査受診者	特定健康診査受診者	特定健康診査結果
	19歳以上の町民	特定健康診査受診者	特定健康診査受診者	特定健康診査結果
②運動習慣のある子どもの割合	—	保育所年長児	保育所年長児	保育所児生活習慣アンケート結果
	—	小学5年生	小学5年生	小児生活習慣病健診結果

項目	対象者			データソース
	策定時 (平成14年度)	現状 (平成23年度)	目標 (平成35年度)	
<b>Ⅲ-3 休養・こころの健康づくり</b>				
①睡眠による休養が十分にとれている者の割合	19歳以上の町民	特定健康診査受診者	特定健康診査受診者	特定健康診査結果
②浜中町健康医療相談ダイヤル24利用者数	—	—	一般住民	相談件数
③地域ゲートキーパー研修会	—	—	一般住民	地域ゲートキーパー研修会参加者数
<b>Ⅲ-4 歯と口腔</b>				
①歯や口の状態について満足している人の割合 ・40・50・60・70歳	—	—	成人歯周疾患検診受診者	成人歯周疾患検診結果
②歯周疾患検診を受ける人の割合 ・40・50・60・70歳	—	—	成人歯周疾患検診受診者	成人歯周疾患検診結果
③歯肉炎（歯肉1・2）を有する中学生・高校生の割合	—	—	中学3年生	学校歯科検診結果
	—	—	高校3年生	学校歯科検診結果
④乳幼児期・学童期のむし歯の減少	3歳児	3歳児	3歳児	3歳児健康診査結果
	中学1年生	中学1年生	中学1年生	学校歯科検診結果
<b>Ⅲ-5 たばこ</b>				
①喫煙率 ・40～74歳代男性	19歳以上の町民	特定健康診査受診者	特定健康診査受診者	特定健康診査結果

・40～74歳代女性	19歳以上の町民	特定健康診査受診者	特定健康診査受診者	特定健康診査結果
②妊婦の喫煙率	19歳以上の町民	マタニティアンケート回答者	マタニティアンケート回答者	マタニティアンケート結果

項目	対象者			データソース
	策定時 (平成14年度)	現状 (平成23年度)	目標 (平成35年度)	
<b>Ⅲ-6 アルコール</b>				
①多量飲酒（1日飲酒量3合以上）の人の割合				
・40歳～74歳男性	19歳以上の町民	特定健康診査受診者	特定健康診査受診者	特定健康診査結果
・40歳～74歳女性	19歳以上の町民	特定健康診査受診者	特定健康診査受診者	特定健康診査結果
②未成年者の飲酒の割合				
・高校3年生男子	中・高校生	高校3年生	高校3年生	高校生食生活アンケート結果
・高校3年生女子	中・高校生	高校3年生	高校3年生	高校生食生活アンケート結果
③妊娠中の飲酒者の割合	幼児保護者	新生児保護者	新生児保護者	赤ちゃん（産婦）訪問
<b>Ⅲ-7 糖尿病</b>				
①合併症（糖尿病腎症による年間新規導入患者数）の人数	—	国民健康保険加入者・後期高齢者	国民健康保険加入者・後期高齢者	自立支援受給者証新規申請者数
②メタボ該当者及び予備軍の割合				
・メタボ該当者	—	特定健康診査受診者	特定健康診査受診者	特定健康診査結果
・メタボ予備軍	—	特定健康診査受診者	特定健康診査受診者	特定健康診査結果
③特定健康診査・特定保健指導実施割合(再掲)	—	特定健康診査受診者	特定健康診査受診者	特定健康診査受診率
	—	特定保健指導実施者	特定保健指導実施者	特定保健指導実施率

項目	対象者			データソース
	策定時 (平成14年度)	現状 (平成23年度)	目標 (平成35年度)	
<b>Ⅲ-8 循環器病</b>				
①高血圧（収縮期血圧130以上）の人の割合				
・40～74歳代男性	19歳以上の町民	特定健康診査受診者	特定健康診査受診者	特定健康診査結果
・40～74歳代女性	19歳以上の町民	特定健康診査受診者	特定健康診査受診者	特定健康診査結果
②メタボ該当者及び予備軍の割合(再掲)				
・メタボ該当者	—	特定健康診査受診者	特定健康診査受診者	特定健康診査結果
・メタボ予備軍	—	特定健康診査受診者	特定健康診査受診者	特定健康診査結果
③特定健康診査・特定保健指導実施割合(再掲)				
	—	特定健康診査受診者	特定健康診査受診者	特定健康診査受診率
	—	特定保健指導実施者	特定保健指導実施者	特定保健指導実施率

浜中町健康増進計画

「いきいき 健康 はまなか21 (第二次)」

平成26年3月発行

**発行：北海道浜中町福祉保健課**  
**北海道厚岸郡浜中町霧多布東3条1丁目**  
**〒088-1513 TEL(0153)62-2111**