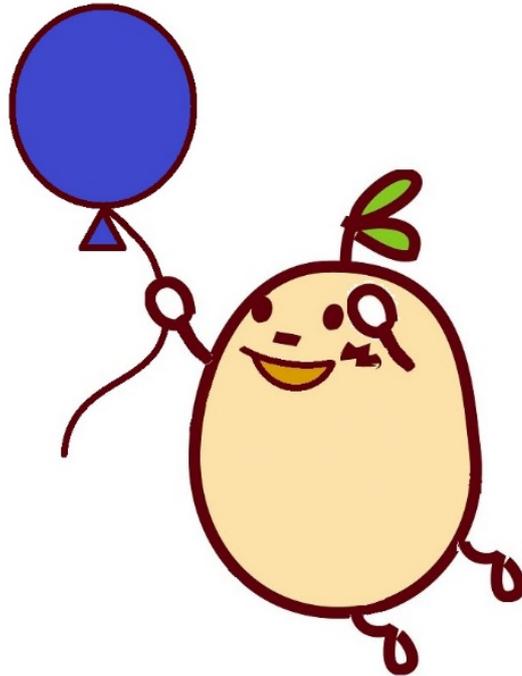


概 要 版

健康おかざき 21 計画（第 2 次）

中間評価報告書



岡崎市健康・食育キャラクター まめ吉

平成 31（2019）年 3 月

岡 崎 市

健康おかざき 21 計画(第2次)ってなに？

めざすべき姿：健やかで心豊かなまち おかざき

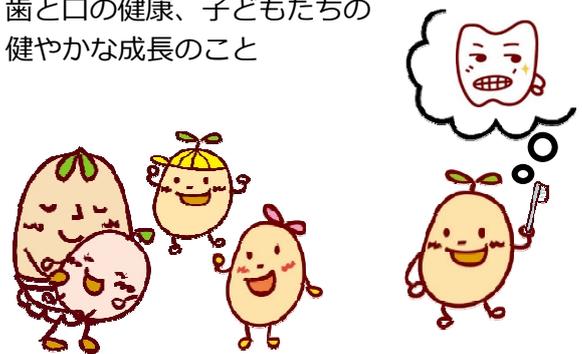
基本目標：健康寿命の延伸と健康格差の縮小

計画期間：2014年～2022年

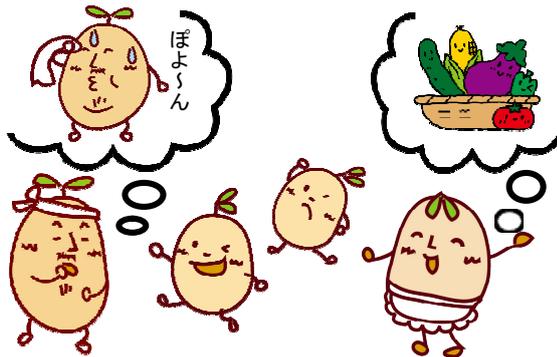
- ① 健康おかざき 21 計画って
市民みんなで取り組む
健康づくりの計画なんだね！



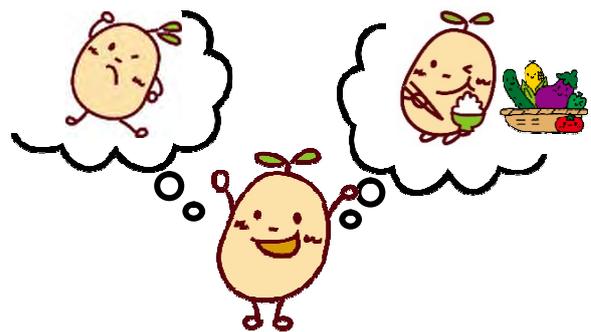
- ④ 歯と口の健康、子どもたちの
健やかな成長のこと



- ② 生活習慣病の予防、食事や運動のこと…



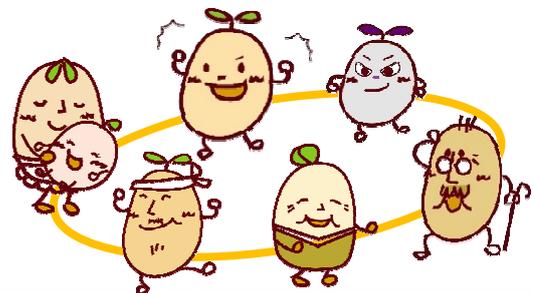
- ⑤ 健康づくりはできることから始めてみよう



- ③ 休養・こころの健康、
たばこやお酒のこと



- ⑥ 健康に関心がない人にも健康づくりの輪を
広げて市民みんなで健康になろう



めざす健康市民の姿（重点的なものを抜粋）

- ・ 早期発見や早期治療の大切さを知って行動する
- ・ 1日3食バランスよく食べる
- ・ 日頃からこまめに動く
- ・ 睡眠による休養を十分にとる
- ・ たばこの健康への影響についての知識を持つ
- ・ アルコールについての正しい知識を持つ
- ・ 健口（けんこう）的な生活習慣を身につける
- ・ 生命の大切さを理解し、行動する

中間評価の考え方と結果

中間評価の基本的な考え方

健康おかげき 21 計画（第 2 次）の中間評価では各種統計データと市民健康意識調査（「市民健康意識アンケート」及び「健やか親子アンケート」）から得られたデータから中間評価の値を設定し、策定時に設定した全ての指標について比較を行いました。

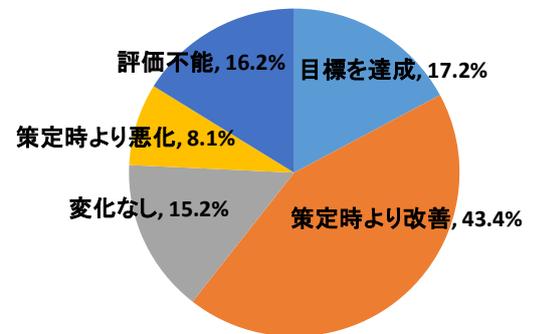
【市民健康意識調査の概要】

調査の種類		調査対象	抽出方法	調査方法	調査時期	
市民健康意識アンケート		20 歳以上の市民 5,000 人	無作為抽出	郵送配布・回収	平成 30 年 9 月	
健やか親子アンケート	妊婦	市内の妊婦	妊娠届出者	妊娠届出時に配布・回収	平成 30 年 9 月	
	保護者用	4 か月児	市内の 4 か月児の保護者	乳幼児健診受診者		健診受診時に配布・回収
		1 歳 6 か月児	市内の 1 歳 6 か月児の保護者			
		3 歳児	市内の 3 歳児の保護者			
	小中学生	市内の小中学生の保護者	各学校から抽出	学校を通じて配布・回収	平成 30 年 7 月	
	生徒・児童・児童用	小学生	市内の小学 6 年生	各学校から抽出		学校を通じて配布・回収
中学生		市内の中学 3 年生				
高校生		市内の高校 3 年生				

中間評価の結果

健康おかげき 21 計画（第 2 次）では、21 の目標と 99 の指標を設定しています。

中間評価の結果、「目標を達成」又は「策定時より改善」している指標は全体の 6 割です。「策定時より悪化」している指標は 1 割未満ですが、「評価不能」の指標が 16 件（16.2%）あります。



評価区分・記号	評価基準		項目数
達成 ☺	中間評価の値が目標値を達成している	90%以上達成	17
改善 ☺	中間評価の値が策定時の値より改善している	10%以上 90%未満改善	43
変わらない ☹	中間評価の値が策定時の値から変化がない	-10%以上 10%未満改善	15
悪化 ☹	中間評価の値が策定時の値より悪化している	0 以下	8
評価不能 —	データがなく評価が困難		16
計			99

みんなでやろまい！健康づくり

「健康おかざき 21 計画（第 2 次）」では、分野ごとに健康づくりの目標と、目標を達成するための指標を設定しています。下の欄には、それぞれの分野の『めざすべき姿』と、計画を評価するための指標の中間値及び目標値を示しています。（99 指標のうち代表的なものです。）

みんなで取り組み、「健やかで心豊かなまち おかざき」を目指しましょう。

基本目標

健康寿命の延伸と健康格差の縮小

健康寿命の延びが平均寿命の延びを上回る

健康寿命(平均寿命との差)					
【男性】			【女性】		
策定時	中間評価	目標値	策定時	中間評価	目標値
79.13 年 (1.21)	81.11 年 (1.25)		83.50 年 (2.79)	84.93 年 (2.91)	
☹️			☹️		

健康であると感じる人が増える

自分が健康であると思える人の割合			毎日が楽しいと思う人の割合		
策定時	中間評価	目標値	策定時	中間評価	目標値
78.2%	79.0%	85.0%以上	80.4%	84.2%	85.0%以上
😊			😊		

分野 1

生活習慣病の発症予防
と重症化予防の徹底

早期発見や早期治療の大切さを知って行動する

★定期的に健康チェック
をする人が増える

がん検診受診率 (子宮頸がん)			虚血性心疾患の 年齢調整死亡率(男性)			糖尿病有病者割合(全体)			血糖コントロール不良者の 割合		
策定時	中間評価	目標値	策定時	中間評価	目標値	策定時	中間評価	目標値	策定時	中間評価	目標値
34.1%	32.2%	50.0%以上	23.4	25.9	20.2 以下	9.9%	8.5%	7.0%以下	1.2%	1.0%	1.0%以下
☹️			☹️			😊			😊		

分野 2

栄養・食生活

1日3食バランスよく食べる

★質・量ともにバランスのよい食事をとる人が増える

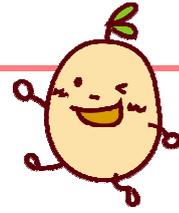
朝食欠食者の割合 (小学5年生)			主食・主菜・副菜を組み合わせた 食事が1日2回以上の日が ほぼ毎日の人の割合			1日あたりの野菜摂取量			肥満者の割合 (20~60 歳男性)		
策定時	中間評価	目標値	策定時	中間評価	目標値	策定時	中間評価	目標値	策定時	中間評価	目標値
5.6%	7.9%	20%以下	36.0%	36.5%	50.0%以上	220g	210.8g	350g以上	29.1%	27.5%	25.4%以下
☹️			☹️			☹️			😊		



分野3

身体活動・運動

日頃からこまめに動く



運動する習慣を持つ人が増える

運動習慣者の割合 【20～64歳:男性】			運動習慣者の割合 【20～64歳:女性】		
策定時	中間評価	目標値	策定時	中間評価	目標値
22.4%	25.2%	28.0%以上	19.4%	18.5%	29.0%以上
😊			😐		

活動的に生活できる高齢者が増える

ロコモティブシンドローム(運動器症候群)を知っている人の割合		
策定時	中間評価	目標値
10.3%	39.4%	80.0%以上
😊		

分野4

休養・こころの健康

睡眠による休養を十分にとる



★十分に休養できる人が増える

睡眠による休養が十分に とれていない人の割合			週労働時間が60時間以上 の人の割合		
策定時	中間評価	目標値	策定時	中間評価	目標値
30.8%	34.6%	17.0%以下	9.1%	7.1%	6.0%以下
😞			😊		

ストレスと上手に付き合える人が増える

強いストレスを感じている人の割合			産後2週間以上のうつ状態が あったときに専門機関に相談 した人の割合		
策定時	中間評価	目標値	策定時	中間評価	目標値
19.6%	16.6%	14.0%以下	2.4%	3.1%	増加
😊			😊		

分野5

たばこ

たばこの健康への影響についての知識を持つ



岡崎市たばこ対策
マスコットキャラクター
スワン

たばこをやめたいと思っている人が禁煙できる

成人の喫煙率(男性)			成人の喫煙率(女性)		
策定時	中間評価	目標値	策定時	中間評価	目標値
28.3%	21.4%	19.0%以下	6.8%	4.1%	5.0%以下
😊			😊		

分野6 アルコール

アルコールについての正しい知識



★妊娠中の人や未成年者の飲酒がなくなる

妊娠中に飲酒している人の割合

策定時	中間評価	目標値
1.1%	0.2%	0.0%



生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人が減る

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】 【女性】

策定時	中間評価	目標値	策定時	中間評価	目標値
19.1%	13.7%	15.0%以下	10.3%	7.6%	7.0%以下



分野7 歯と口の健康

健口（けんこう）的な生活習慣を身につける



★効果的な歯みがきをする人が増える

仕上げみがきがされている1歳6か月児の割合

策定時	中間評価	目標値
85.4%	90.1%	90.0%以上 ↓ 95.0%以上



定期的に歯科健診を受ける人が増える

過去1年間に歯科健診を受けている人の割合

策定時	中間評価	目標値
19.3%	38.5%	30.0%以上 ↓ 50.0%以上



妊婦歯科健康診査を受けている人の割合

策定時	中間評価	目標値
52.0%	49.9%	60.0%以上



60歳で24本以上の自分の歯を有する人の割合

策定時	中間評価	目標値
52.2%	72.4%	70.0%以上 ↓ 80.0%以上



分野8 健やか親子

いのち 生命の大切さを理解し、行動する



★生命の大切さを理解する人が増える

性行動による性感染症等の身体影響等について知識のある高校生の割合

策定時	中間評価	目標値
44.9%	88.2%	70.0%以上 ↓ 90.0%以上



健康づくりを支える社会の構築

地域の活動やボランティア活動に主体的に関わる人が増える

地域の活動やボランティア活動に参加している人の割合

策定時	中間評価	目標値
—	51.4%	30.0%以上



地域で健康づくりの活動を支援するボランティアを知っている人が増える

保健所が養成・支援をしている健康づくりのボランティアを知っている人の割合

策定時	中間評価	目標値
22.5%	17.8%	50.0%以上



これからの取組

スマートウェルネスシティの実現

そこに暮らすことで **けんこう 健幸** (楽しく・元気) になれる「まち」



これまで以上にごんばれる健康づくり (主な項目)

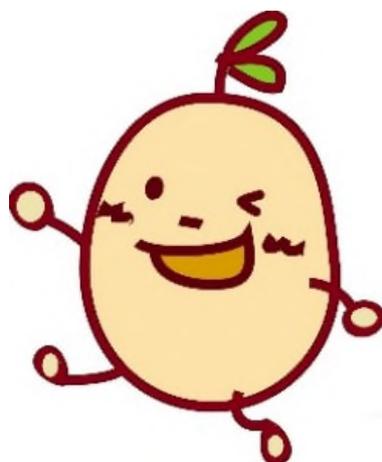
中間評価で成果が不十分(悪化・変わらない)だった項目が改善するように、健康づくりの主役である市民と行政や団体が一体となってがんばりましょう。

- ◆ COPD(慢性閉塞性肺疾患)を知っている人を増やす
- ◆ 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の人を増やす
- ◆ 1日あたりの野菜摂取量を増やす(目標は1日あたり350g)
- ◆ 運動習慣のある女性の割合を増やす(目標は週2回30分以上の汗をかく程度の運動をする)
- ◆ 睡眠による休養を十分にとっている人を増やす(目標は1日6時間以上の睡眠をとる)
- ◆ 妊婦歯科健康診査を受ける人を増やす
- ◆ 休日・夜間の小児医療救急機関を知っている保護者を増やす

新たにごんばれる健康づくり (主な項目)

健康な市民を増やすために、中間評価で変更や設定をした項目です。

- ◆ 1日あたりの果物摂取量が100g程度の人を増やす(目標は70.0%以上)
- ◆ 日常生活での歩数を増やす(目標歩数は、【20~64歳】男性:9,500歩、女性8,500歩
【65歳以上】男性:7,000歩、女性:6,000歩)
- ◆ 妊婦の同居家族の喫煙率を下げる(20.0%以下⇒新たな目標17.0%以下)
- ◆ 育児期間中の両親の喫煙率を下げる(目標は父親25.0%以下、母親3.5%以下)
- ◆ 年1回歯科健診を受ける人を増やす(30.0%以上⇒新たな目標50.0%以上)



岡崎市健康・食育キャラクター まめ吉

健康おかざき 21 計画（第 2 次）中間評価報告書（概要版）

平成 31（2019）年 3 月発行

岡崎市保健部 健康増進課

住 所 〒444-8545 岡崎市若宮町 2 丁目 1 番地 1

電 話 （0564） 23-6639

F A X （0564） 23-5071

ホームページ <http://www.city.okazaki.lg.jp/index.html>