

健康日本 21 清須計画

みんなで作ろう、元気で安心して暮らせるまち！



きよ丸 © 清須市

清 須 市

はじめに



わが国は、世界有数の長寿国となり平均寿命も世界最高の水準にあります。しかしながら一方では、少子高齢化の急速な進行や社会構造の変革に伴う生活様式や食生活の変化などから心身の健康を取り巻く環境は大きく変化し、生活習慣病の増加や要介護者の増加さらには自殺者の増加が社会問題となっています。

このような中で、国においては生活習慣病の対策が医療制度改革の柱となり、平成20年度からは医療保険者にメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した特定健康診査や特定保健指導が義務付けられています。

こうした状況の下で、本市においても、「安全・安心、そして元気な清須」を実現するため、市民の皆さん一人ひとりに生活習慣を見直していただき、日常生活に応じた健康づくりに取り組んでいただくことを目的として「みんなでつくろう、元気で安心して暮らせるまち！」を基本理念とする「健康日本21清須計画」を策定いたしました。

策定にあたりましては、熱心にご審議いただきました清須市健康づくり推進協議会委員の皆様を始め市民アンケート調査やワークショップ（健康づくりをみんなで考える会）さらには各種団体へのアンケート調査など多くの方々のご協力を賜り心から感謝申し上げます。

今後、本市では基本理念の実現をめざし、市民の皆様を始め健康づくりの関係機関や関係団体の方々とともに、健康づくりを推進してまいりますので、市民の皆様のご積極的なご参加とご協力をお願い申し上げます。

平成23年3月

清須市長 加藤静治

目次

第Ⅰ章 計画の概要	1
1 計画の背景と趣旨	1
2 計画の位置づけと期間	2
2-1 計画の位置づけ	2
2-2 計画の期間	2
第Ⅱ章 清須市の現状	3
1 人口・世帯の状況	3
1-1 人口・世帯の推移	3
1-2 出生数・率の推移	5
1-3 死因別死亡率	6
2 健康診査等の受診状況	9
2-1 健康診査の受診率の推移	9
2-2 特定保健指導利用率の推移	10
2-3 がん検診受診率の推移	11
2-4 歯科健康診査の推移	15
2-5 一人当たり療養諸費の推移	16
2-6 清須市国民健康保険の受診状況	17
3 要介護者の状況	18
3-1 要介護認定率の推移	18
3-2 要介護状態になった原因	19
4 市民の意見	20
4-1 健康に関するアンケート調査	20
4-2 健康づくりをみんなで考える会（市民ワークショップ）	20
4-3 団体ヒアリング	25
第Ⅲ章 計画の理念と体系	27
1 基本的な考え方	27
2 計画の基本理念と体系	28
2-1 計画の基本理念	28
2-2 計画の体系	29
3 計画の評価と目標指標	30
3-1 目標指標設定の考え方	30
3-2 目標数値と評価	30

第Ⅳ章 健康づくりのためのとりくみ指針	33
Ⅰ 健康な生活習慣の確立	33
1 健康な食生活の推進（栄養・食生活）	33
2 健康な運動習慣の推進（身体活動・運動）	38
3 ところの健康づくりの推進（休養・ところの健康）	41
4 禁煙の推進と受動喫煙の防止（たばこ）	45
5 過度な飲酒の防止（アルコール）	49
6 歯と口の健康づくり（歯の健康）	53
7 感染症予防の推進	56
8 介護予防の推進	57
Ⅱ 早期発見・早期治療の推進	58
1 健康診査の受診促進と結果の有効活用	58
2 早期治療の推進	61
Ⅲ 地域保健活動の推進	62
1 地域ネットワークづくりの推進	62
Ⅳ 清須市の健康づくりに関するとりくみ（平成22年度現在）	64
第Ⅴ章 計画の推進体制	67
1 計画の推進	67
2 計画の評価	67
資料編	69
1 清須市健康づくり推進協議会設置要綱	69
2 清須市健康づくり推進協議会委員名簿	71
3 計画の策定経緯	72
4 健康に関するアンケート調査結果	73
5 参考：市の目標指標に対応した愛知県の目標値	92

第I章 計画の概要

第Ⅰ章 計画の概要

1 計画の背景と趣旨

■健康日本21と健康増進法

わが国は、いまや世界有数の長寿国となり、平均寿命は世界最高の水準にあります。しかしながらその一方で、少子高齢化が急速に進行し、人口の急速な高齢化、生活習慣病及びこれに起因する要介護高齢者の増加等、深刻な問題が生じています。さらに、少子化が進んだ社会では、多くの高齢者世代を支える現役世代の負担の増大も懸念されています。

こうした状況の下、国は平成12年（2000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、国民運動による健康づくりへのとりくみを推進してきました。また、平成15年（2003年）には、健康日本21を支える法的基盤として「健康増進法」が施行され、個人・学校・事業者・行政などがそれぞれの立場で健康増進に努めることが義務付けられました。

■健康日本21がめざすもの

「健康日本21」がめざすのは、「すべての国民が健やかで心豊かに生活できる活力ある社会」の実現です。心とからだの健康づくりは、一人ひとりが主体的にとりくむ課題ですが、仕事と生活時間との関連性（ワーク・ライフ・バランス）などのように個人では解決できない問題も多く、社会全体で健康づくりにとりくむことが重要とされています。そのため、地域で、個人や団体が多様に交流・連携し、効果的で継続的な健康づくりを展開していくことが求められます。

■この計画がめざすもの

この計画は、すべての市民が自らの健康づくりに主体的にとりくむことをめざすものです。しかし、個人の努力だけでなく、地域や企業等との協力や連携なども必要であり、さらには健康づくりの具体的なとりくみ指針、行政による多様な公的サービス、個人、団体、地域、企業、行政等の連携を促すしくみや機会なども必要です。この計画は、そうした総合的な健康づくり施策を効果的かつ効率的に進めていくために策定するものです。

2 計画の位置づけと期間

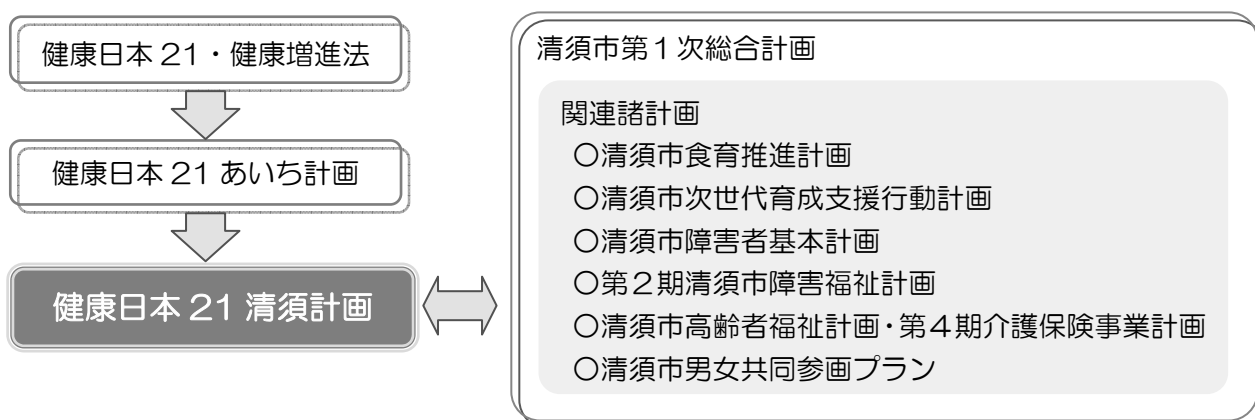
2-1 計画の位置づけ

この計画は、市民一人ひとりが自覚して自らの健康づくりにとりにくむことをめざす計画です。行動の主体は“市民”であり、市民の行動をサポートするのが“行政”の使命であると考えています。そのため、市の健康づくり事業を、市民の健康づくりを支援するものとして位置づけて策定しています。

この計画は、健康増進法第8条に定められた市町村健康増進計画として清須市が策定する計画です。

この計画は、市の関連諸計画との整合性を図り、策定するものです。

図 1-1 計画の位置づけイメージ



2-2 計画の期間

この計画は、2011年度（平成23年度）を初年度とし、2014年度（平成26年度）を目標年度とする4か年計画です。

第Ⅱ章 清須市の現状

第Ⅱ章 清須市の現状

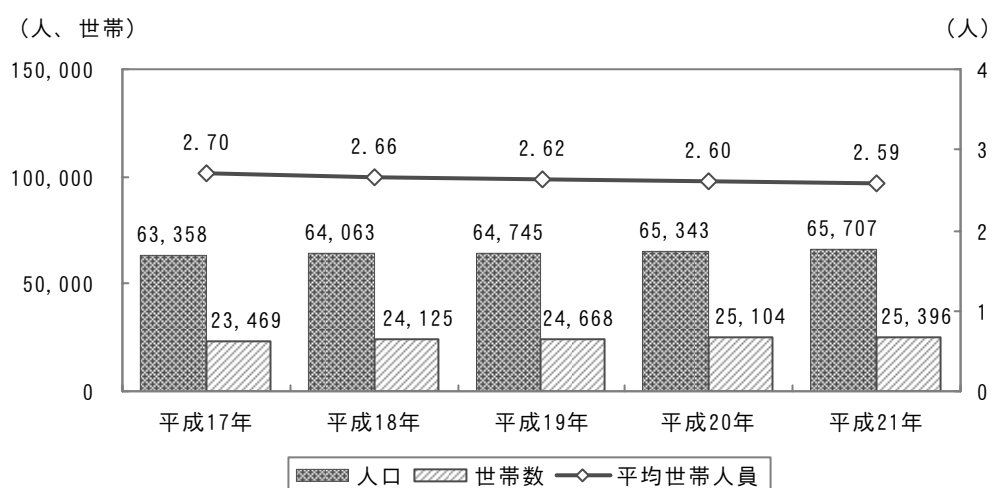
1 人口・世帯の状況

1-1 人口・世帯の推移

人口、世帯数は年々増加しており、平成21年時点で65,707人、25,396世帯となっています。一方、平均世帯人員は2.70人から2.59人へと減少しています。

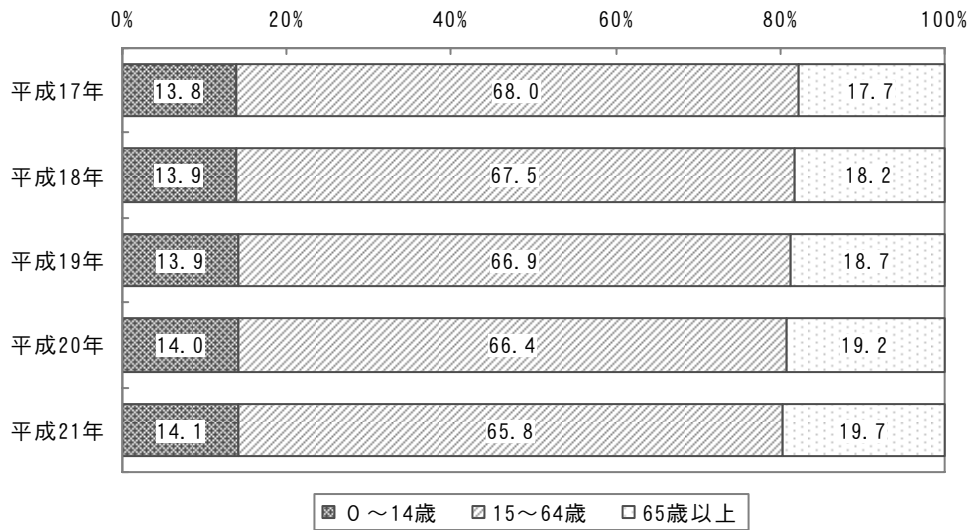
年齢3区分別人口割合をみると、年少人口割合（0～14歳）に変化はありませんが、生産人口割合（15～64歳）は減少、高齢者人口割合（65歳以上）は増加しています。

図2-1 人口・世帯数・平均世帯人員の推移



資料：愛知県県民生活部統計課「あいちの人口」（各年10月1日現在）

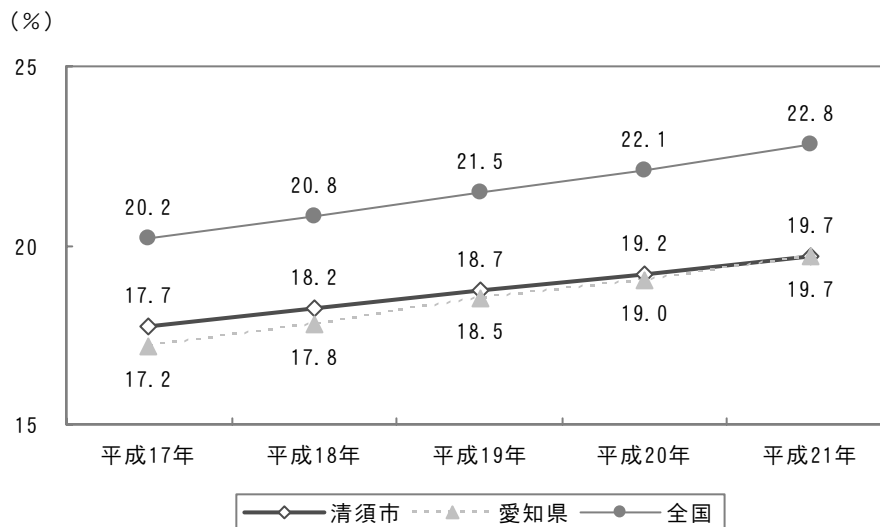
図 2-2 年齢3区分別人口割合の推移



資料：愛知県県民生活部統計課「あいちの人口」（各年10月1日現在）

高齢者人口割合を愛知県、全国と比較すると、愛知県とほぼ同じ水準で、全国を3%ほど下回って推移しています。

図 2-3 高齢者人口割合の推移（愛知県、全国との比較）



資料：清須市、愛知県は愛知県県民生活部統計課「あいちの人口」（各年10月1日現在）、全国は総務省統計局「人口推計」（各年10月1日現在）

1-2 出生数・率の推移

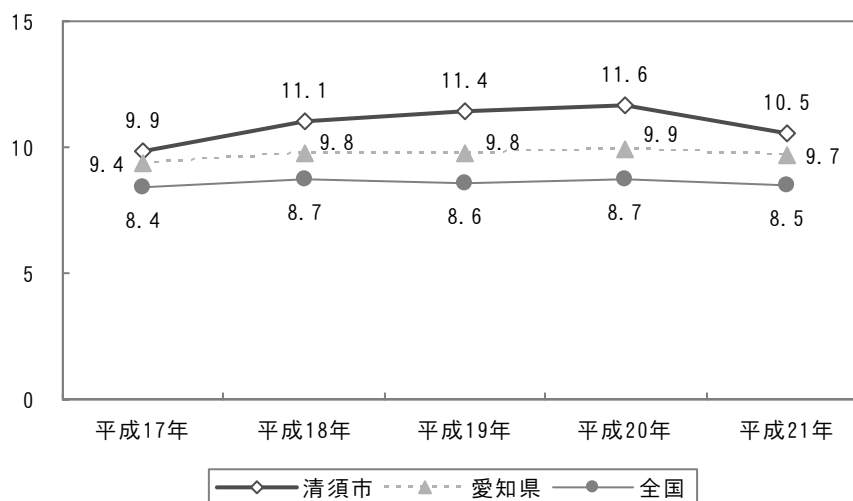
出生数は平成20年まで増加していますが、平成21年は693人と減少しています。出生率は愛知県、全国を若干上回って推移しています。

表 2-1 出生数の推移

		平成 17 年	平成 18 年	平成 19 年	平成 20 年	平成 21 年
清須市	人	625	708	741	761	693

図 2-4 出生率（人口千対）の推移（愛知県、全国との比較）

（人口千対）



資料：清須市の出生数は「愛知県衛生年報」、分母となる人口は愛知県県民生活部統計課「あいちの人口」。全国、愛知県は厚生労働省「人口動態統計」
 ※平成 21 年の数値は概数である。

1-3 死因別死亡率

図2-5 死因別割合（平成21年）

平成21年の死因別割合をみると、第1位が悪性新生物、第2位が心疾患、第3位が肺炎、第4位が脳血管疾患となっています。

これらの死亡率を愛知県と比較すると、悪性新生物、肺炎に大きな差はみられませんが、心疾患、脳血管疾患は愛知県よりも低くなっています。また、全国と比較すると、いずれも低くなっています。

清須市の死因別死亡率の推移をみると、心疾患、脳血管疾患は低下傾向にあります。

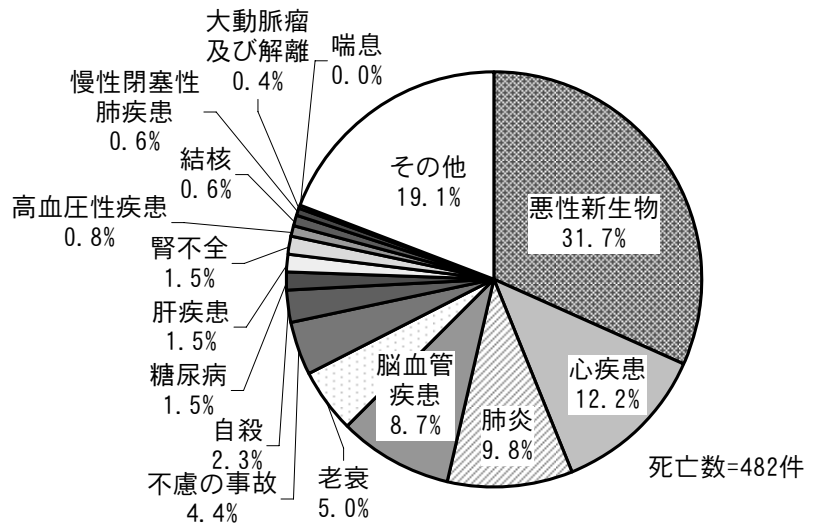
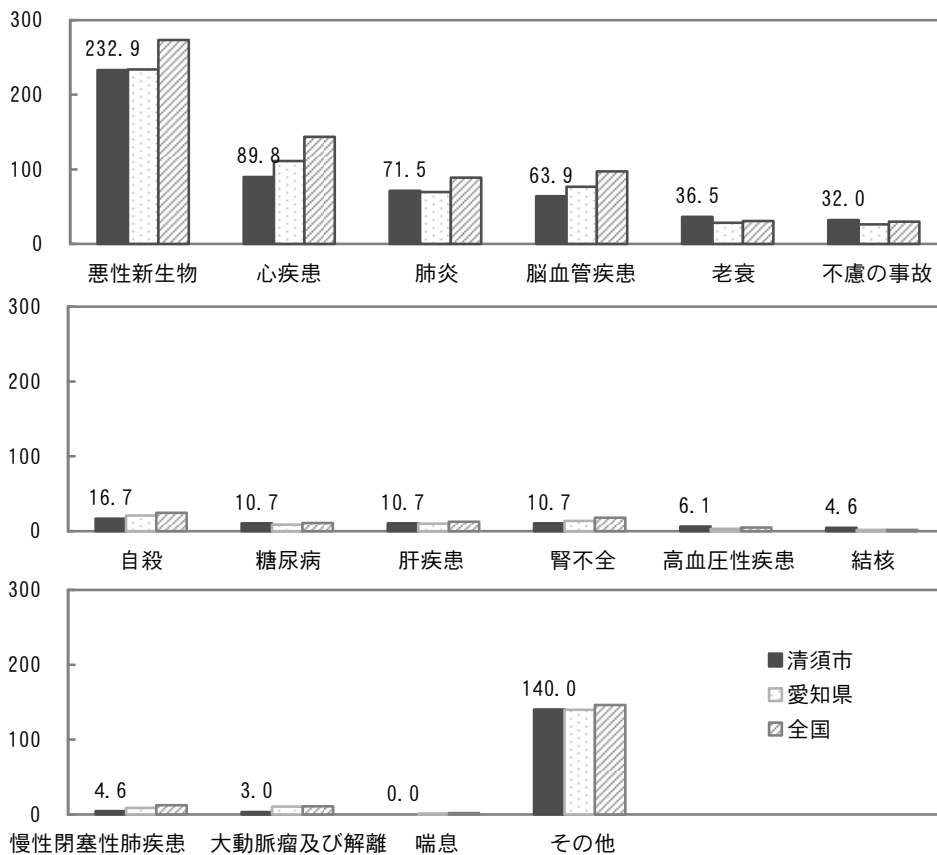


図2-6 死因別死亡率（人口10万対）の状況（愛知県、全国との比較）（平成21年）



資料：清須市の死亡数は「愛知県衛生年報」、分母となる人口は愛知県民生活部統計課「あいちの人口」。愛知県は「愛知県衛生年報」、全国は厚生労働省「人口動態統計」
 ※数値は概数である。

表2-2 死因別死亡者数・死亡率（人口10万対）の推移

【清須市】

	総数		結核		悪性新生物		糖尿病		高血圧性疾患		心疾患	
	実数	率	実数	率	実数	率	実数	率	実数	率	実数	率
平成17年	453	715.0	1	1.6	140	221.0	4	6.3	2	3.2	81	127.8
平成18年	500	780.5	1	1.6	140	218.5	5	7.8	1	1.6	92	143.6
平成19年	498	769.2	1	1.5	154	237.9	1	1.5	4	6.2	78	120.5
平成20年	488	746.8	2	3.1	134	205.1	7	10.7	2	3.1	65	99.5
平成21年	482	733.6	3	4.6	153	232.9	7	10.7	4	6.1	59	89.8

	脳血管疾患		大動脈瘤及び解離		肺炎		慢性閉塞性肺疾患		喘息		肝疾患	
	実数	率	実数	率	実数	率	実数	率	実数	率	実数	率
平成17年	66	104.2	7	11.0	35	55.2	5	7.9	2	3.2	3	4.7
平成18年	71	110.8	8	12.5	51	79.6	6	9.4	1	1.6	10	15.6
平成19年	50	77.2	5	7.7	38	58.7	8	12.4	0	0.0	6	9.3
平成20年	49	75.0	5	7.7	46	70.4	5	7.7	2	3.1	7	10.7
平成21年	42	63.9	2	3.0	47	71.5	3	4.6	0	0.0	7	10.7

	腎不全		老衰		不慮の事故		自殺		その他	
	実数	率	実数	率	実数	率	実数	率	実数	率
平成17年	2	3.2	11	17.4	12	18.9	12	18.9	70	110.5
平成18年	9	14.0	11	17.2	16	25.0	11	17.2	67	104.6
平成19年	8	12.4	16	24.7	24	37.1	17	26.3	88	135.9
平成20年	8	12.2	16	24.5	23	35.2	15	23.0	102	156.1
平成21年	7	10.7	24	36.5	21	32.0	11	16.7	92	140.0

資料：死亡数は「愛知県衛生年報」、分母となる人口は愛知県県民生活部統計課「あいちの人口」
 ※平成21年の数値は概数である。

【愛知県】

	総数		結核		悪性新生物		糖尿病		高血圧性疾患		心疾患	
	実数	率	実数	率	実数	率	実数	率	実数	率	実数	率
平成17年	52,536	739.5	129	1.8	15,876	223.5	586	8.2	203	2.9	8,767	123.4
平成18年	52,294	732.8	116	1.6	15,929	223.2	538	7.5	214	3.0	8,294	116.2
平成19年	53,618	747.5	123	1.7	16,570	231.0	589	8.2	238	3.3	8,099	112.9
平成20年	56,036	778.0	139	1.9	17,049	236.7	623	8.6	219	3.0	8,419	116.9
平成21年	55,186	764.3	125	1.7	16,883	233.8	645	8.9	219	3.0	8,042	111.4

	脳血管疾患		大動脈瘤及び解離		肺炎		慢性閉塞性肺疾患		喘息		肝疾患	
	実数	率	実数	率	実数	率	実数	率	実数	率	実数	率
平成17年	6,196	87.2	618	8.7	4,862	68.4	586	8.2	148	2.1	732	10.3
平成18年	6,097	85.4	601	8.4	4,989	69.9	559	7.8	101	1.4	704	9.9
平成19年	5,859	81.7	624	8.7	5,225	72.8	589	8.2	93	1.3	737	10.3
平成20年	6,011	83.5	752	10.4	5,315	73.8	594	8.2	86	1.2	768	10.7
平成21年	5,544	76.8	741	10.3	5,034	69.7	621	8.6	80	1.1	719	10.0

	腎不全		老衰		不慮の事故		自殺		その他	
	実数	率	実数	率	実数	率	実数	率	実数	率
平成17年	926	13.0	1,431	20.1	2,064	29.1	1,466	20.6	7,946	111.9
平成18年	1,037	14.5	1,334	18.7	2,027	28.4	1,455	20.4	8,299	116.3
平成19年	952	13.3	1,626	22.7	1,991	27.8	1,415	19.7	8,888	123.9
平成20年	1,005	14.0	1,804	25.0	1,987	27.6	1,441	20.0	9,824	136.4
平成21年	985	13.6	2,060	28.5	1,893	26.2	1,510	20.9	10,085	139.7

資料：「愛知県衛生年報」
 ※平成21年の数値は概数である。

【全国】

	総数		結核		悪性新生物		糖尿病		高血圧性疾患		心疾患	
	実数	率	実数	率	実数	率	実数	率	実数	率	実数	率
平成 17 年	1,083,796	858.8	2,296	1.8	325,941	258.3	13,621	10.8	5,835	4.6	173,125	137.2
平成 18 年	1,084,450	859.6	2,269	1.8	329,314	261.0	13,650	10.8	5,810	4.6	173,024	137.2
平成 19 年	1,108,334	879.0	2,194	1.7	336,468	266.9	13,999	11.1	6,144	4.9	175,539	139.2
平成 20 年	1,142,407	907.1	2,220	1.8	342,963	272.3	14,462	11.5	6,264	5.0	181,928	144.4
平成 21 年	1,141,920	907.6	2,155	1.7	343,954	273.4	13,961	11.1	6,222	4.9	180,602	143.5

	脳血管疾患		大動脈瘤及び解離		肺炎		慢性閉塞性肺疾患		喘息		肝疾患	
	実数	率	実数	率	実数	率	実数	率	実数	率	実数	率
平成 17 年	132,847	105.3	11,392	9.0	107,241	85.0	14,416	11.4	3,198	2.5	16,430	13.0
平成 18 年	128,268	101.7	11,665	9.2	107,242	85.0	14,357	11.4	2,778	2.2	16,267	12.9
平成 19 年	127,041	100.8	12,396	9.8	110,159	87.4	14,907	11.8	2,540	2.0	16,195	12.8
平成 20 年	127,023	100.9	13,440	10.7	115,317	91.6	15,520	12.3	2,348	1.9	16,268	12.9
平成 21 年	122,274	97.2	13,866	11.0	111,922	89.0	15,339	12.2	2,137	1.7	15,937	12.7

	腎不全		老衰		不慮の事故		自殺		その他	
	実数	率	実数	率	実数	率	実数	率	実数	率
平成 17 年	20,528	16.3	26,360	20.9	39,863	31.6	30,553	24.2	160,150	126.9
平成 18 年	21,158	16.8	27,764	22.0	38,270	30.3	29,921	23.7	162,693	129.0
平成 19 年	21,632	17.2	30,734	24.4	37,966	30.1	30,827	24.4	169,593	134.5
平成 20 年	22,517	17.9	35,975	28.6	38,153	30.3	30,229	24.0	177,780	141.2
平成 21 年	22,724	18.1	38,649	30.7	37,583	29.9	30,649	24.4	183,946	146.2

資料：厚生労働省「人口動態統計」

※平成 21 年の数値は概数である。

【参考】清須市の自殺者の状況（平成 20 年再掲）

年齢	男	女	計
10～19 歳	0	0	0
20～29 歳	3	0	3
30～39 歳	2	1	3
40～49 歳	0	1	1
50～59 歳	1	0	1
60～69 歳	4	0	4
70～79 歳	1	1	2
80 歳以上	0	1	1
計	11	4	15

2 健康診査等の受診状況

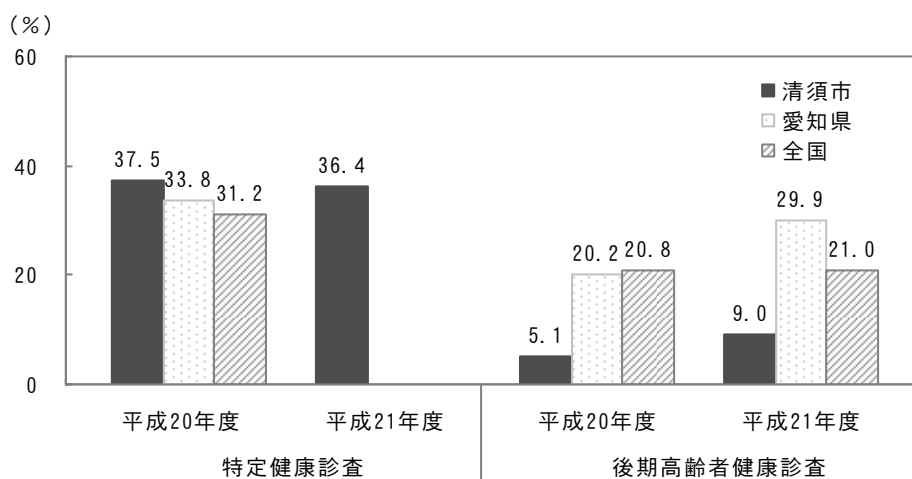
2-1 健康診査の受診率の推移

特定健康診査の受診率は平成20年度が37.5%、21年度が36.4%で大きな変化はありませんが、後期高齢者健康診査は5.1%から9.0%へと増加しています。愛知県、全国の受診率と比較すると、特定健康診査は平均を上回っていますが、後期高齢者健康診査は平均を下回っています。

表 2-3 健診対象者、受診者の推移

			平成 20 年度	平成 21 年度
特定健康診査	対象者	人	10,728	10,856
	受診者	人	4,021	3,947
	受診率	%	37.5	36.4
後期高齢者健康診査	対象者	人	5,414	5,634
	受診者	人	276	508
	受診率	%	5.1	9.0

図 2-7 健診受診率の推移（愛知県、全国との比較）



資料：「特定健康診査等の実施状況に関する結果報告（法定報告）」
 ※特定健康診査の平成21年度については、愛知県、全国は現在未公表

2-2 特定保健指導利用率の推移

特定健康診査を受け、保健指導の対象となったのは、平成20年度は16.3%、21年度は13.3%となっています。そのうち、保健指導を利用したのは平成20年度が8.8%、21年度が5.9%となっています。平成20年度の愛知県、全国の利用率と比較すると、低い状況にあります。

表 2-4 特定保健指導利用率等の推移

				平成 20 年度	平成 21 年度
動機付け支援	清須市	対象者	人	465	394
		対象率	%	11.6	10.0
		利用者	人	43	28
		利用率	%	9.2	7.1
	愛知県	利用率	%	16.0	
	全国	利用率	%	24.0	
積極的支援	清須市	対象者	人	192	132
		対象率	%	4.8	3.3
		利用者	人	15	2
		利用率	%	7.8	1.5
	愛知県	利用率	%	11.4	
	全国	利用率	%	19.8	
保健指導（計）	清須市	対象者	人	657	526
		対象率	%	16.3	13.3
		利用者	人	58	31
		利用率	%	8.8	5.9
	愛知県	利用率	%	14.8	
	全国	利用率	%	22.8	

資料：「特定健康診査等の実施状況に関する結果報告（法定報告）」

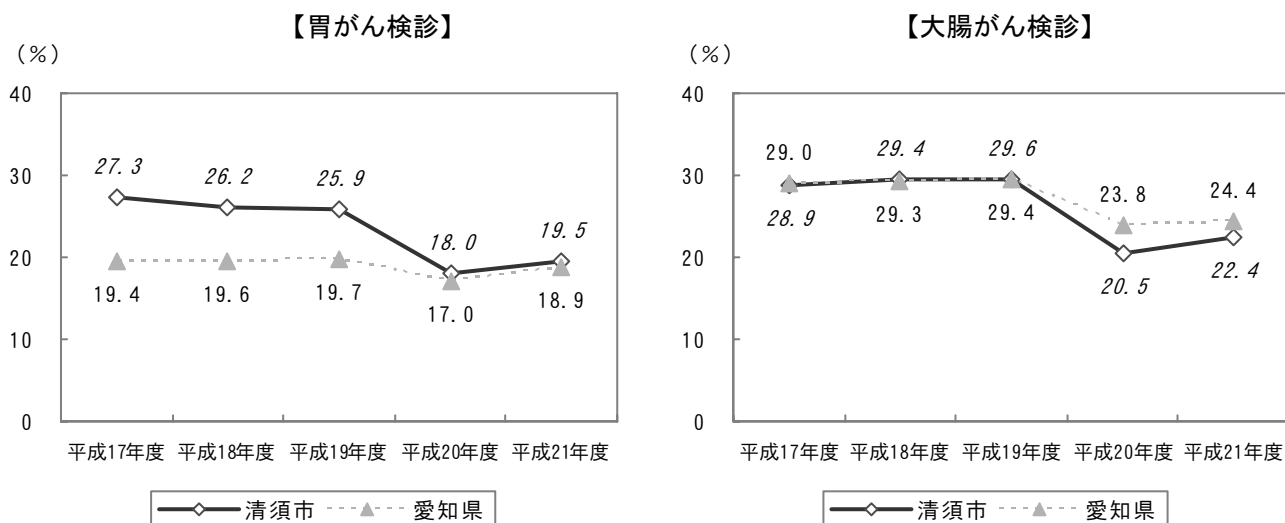
2-3 がん検診受診率の推移

各種がん検診受診率の推移をみると、胃がん検診、大腸がん検診、肺がん検診（X線）、前立腺がんの受診率は平成17年度に比べ平成21年度は低くなっています。一方、子宮がん検診や乳がん検診といった女性がん検診の受診率は高くなっており、愛知県と比較しても上回って推移しています。

平成21年度に、がん検診を受診して要精検と判定された人のうち、検査を受けた人の率（精検受診率）をみると、乳がんは約9割、胃がん、肺がんは約8割、大腸がんは約7割、子宮がんは6割、前立腺がんは約5割となっています。

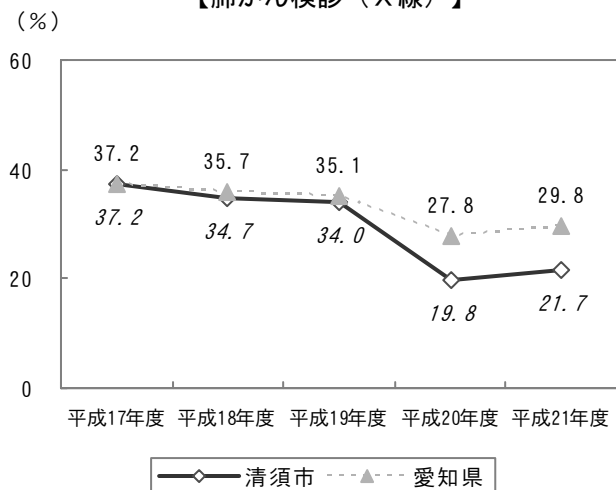
がん発見数においては、すべてのがん検診において、がんが発見されています（平成21年度子宮がん検診を除く）。

図2-8 各種がん検診受診率の推移（愛知県との比較）

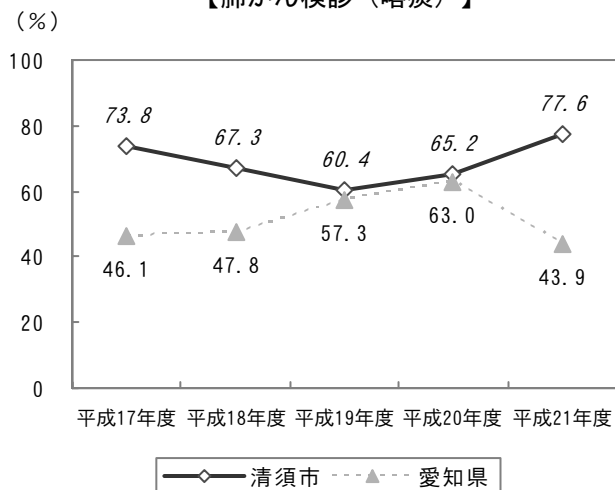


資料：平成17～20年度は愛知県「各がん検診の結果報告」、平成21年度は清須市健康推進課

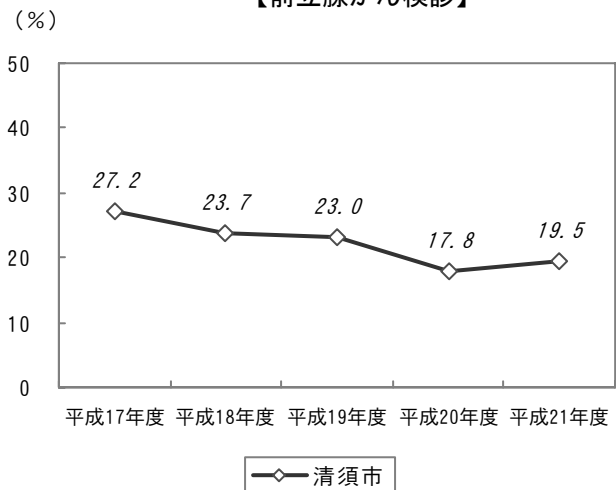
【肺がん検診（×線）】



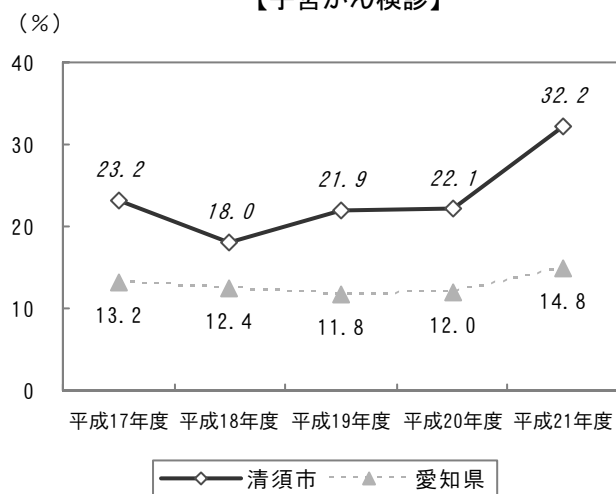
【肺がん検診（喀痰）】



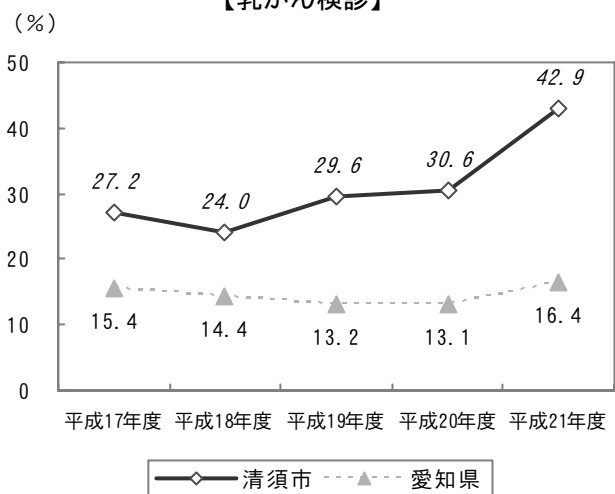
【前立腺がん検診】



【子宮がん検診】



【乳がん検診】



資料：平成17～20年度は愛知県「各がん検診の結果報告」、平成21年度及び前立腺がんは清須市健康推進課

表 2-5 各種がん検診の受診率等の推移

【胃がん検診】

			平成 17 年度	平成 18 年度	平成 19 年度	平成 20 年度	平成 21 年度
清須市	対象者数	人	12,175	11,985	12,862	13,046	11,822
	受診者数	人	3,329	3,142	3,326	2,349	2,311
	受診率	%	27.3	26.2	25.9	18.0	19.5
	要精検者数	人	347	278	193	185	153
	要精検者率	%	10.4	8.8	5.8	7.9	6.6
	精検受診者数	人	305	222	152	150	124
	精検受診率	%	87.9	79.9	78.8	81.1	81.0
	がん発見数	人	4	4	6	4	2
愛知県	受診率	%	19.4	19.6	19.7	17.0	18.9
	要精検者率	%	10.7	10.7	10.3	10.7	9.3
	精検受診率	%	78.1	81.5	82.0	79.0	80.9

【大腸がん検診】

			平成 17 年度	平成 18 年度	平成 19 年度	平成 20 年度	平成 21 年度
清須市	対象者数	人	13,084	11,985	12,862	13,046	11,822
	受診者数	人	3,782	3,519	3,807	2,671	2,648
	受診率	%	28.9	29.4	29.6	20.5	22.4
	要精検者数	人	213	168	138	172	174
	要精検者率	%	5.6	4.8	3.6	6.4	6.6
	精検受診者数	人	162	113	90	127	126
	精検受診率	%	76.1	67.3	65.2	73.8	72.4
	がん発見数	人	4	8	7	2	8
愛知県	受診率	%	29.0	29.3	29.4	23.8	24.4
	要精検者率	%	7.4	7.7	7.6	8.0	8.2
	精検受診率	%	66.1	68.7	68.5	66.6	69.2

【肺がん検診】

			平成 17 年度	平成 18 年度	平成 19 年度	平成 20 年度	平成 21 年度		
清須市	×線	対象者数	人	11,965	11,994	12,862	13,046	11,822	
		受診者数	人	4,456	4,165	4,376	2,587	2,569	
		受診率	%	37.2	34.7	34.0	19.8	21.7	
	喀痰	対象者数	人	767	863	1,024	758	597	
		提出者数	人	566	581	619	494	463	
		提出率	%	73.8	67.3	60.4	65.2	77.6	
	要精検者数	人	186	218	225	87	124		
	要精検者率	%	4.2	5.2	5.1	3.4	4.8		
	精検受診者数	人	144	189	200	69	101		
	精検受診率	%	77.4	86.7	88.9	79.3	81.5		
	がん発見数	人	2	3	3	2	2		
	愛知県	×線	受診率	%	37.2	35.7	35.1	27.8	29.8
			提出率	%	46.1	47.8	57.3	63.0	43.9
		要精検者率	%	2.7	3.0	2.6	2.8	2.8	
精検受診率		%	79.8	78.7	76.4	73.9	76.5		

資料：平成 17～20 年度は愛知県「各がん検診の結果報告」、平成 21 年度は清須市健康推進課

※平成 17～20 年度清須市に、旧春日分を含めて計上

【前立腺がん検診】

			平成 17 年度	平成 18 年度	平成 19 年度	平成 20 年度	平成 21 年度
清須市	対象者数	人	4,644	4,245	4,813	4,655	4,215
	受診者数	人	1,262	1,006	1,107	827	820
	受診率	%	27.2	23.7	23.0	17.8	19.5
	要精検者数	人	65	42	11	52	68
	要精検者率	%	5.2	4.2	1.0	6.3	8.3
	精検受診者数	人		26	7	24	35
	精検受診率	%		61.9	63.6	46.2	51.5
	がん発見数	人		4	6	12	6

【子宮がん検診】

			平成 17 年度	平成 18 年度	平成 19 年度	平成 20 年度	平成 21 年度
清須市	対象者数	人	9,433	9,189	8,965	9,493	8,534
	受診者数	人	2,191	1,650	1,962	2,094	2,747
	受診率	%	23.2	18.0	21.9	22.1	32.2
	要精検者数	人	21	11	24	20	30
	要精検者率	%	0.96	0.67	1.22	0.96	1.09
	精検受診者数	人	17	11	19	15	18
	精検受診率	%	81.0	100.0	79.2	75.0	60.0
	がん発見数	人	2	1	3	2	0
愛知県	受診率	%	13.2	12.4	11.8	12.0	14.8
	要精検者率	%	1.35	1.30	1.45	1.47	1.69
	精検受診率	%	76.3	81.8	74.3	71.8	59.2

【乳がん検診】

			平成 17 年度	平成 18 年度	平成 19 年度	平成 20 年度	平成 21 年度
清須市	対象者数	人	6,729	5,932	5,803	6,222	5,542
	受診者数	人	1,832	1,421	1,718	1,901	2,375
	受診率	%	27.2	24.0	29.6	30.6	42.9
	要精検者数	人	118	112	153	153	226
	要精検者率	%	6.4	7.9	8.9	8.0	9.5
	精検受診者数	人	112	96	140	138	197
	精検受診率	%	94.9	85.7	91.5	90.2	87.2
	がん発見数	人	6	4	6	4	9
愛知県	受診率	%	15.4	14.4	13.2	13.1	16.4
	要精検者率	%	5.8	6.0	6.7	7.6	8.6
	精検受診率	%	86.3	88.4	88.9	87.5	81.8

資料：平成 17～20 年度は愛知県「各がん検診の結果報告」、平成 21 年度及び前立腺がんは清須市健康推進課

※平成 17～20 年度清須市に、旧春日分を含めて計上

2-4 歯科健康診査の推移

歯科健康診査を受けた一般成人の多くが「要精密検査」と判定されています。また、3歳から5歳児の歯科健診結果をみると、年齢とともにむし歯の本数が増えている状況にあることがわかります。

表2-6 成人歯科健康診査結果推移(集団)

年度	健診名	対象年齢	歯科健診 受診者数 (人)	判定区分(再掲)					
				異常なし		要指導		要精密検査	
				人	%	人	%	人	%
18	総合健診	40~64歳	644	61	9.5	38	5.9	544	84.5
19	総合健診	40~64歳	588	54	9.2	73	12.4	461	78.4
20	若年者健診	30~39歳	101	17	16.8	3	3.0	81	80.2
	特定健診	40~64歳	28	1	3.6	2	7.1	25	89.3
21	若年者健診	30~39歳	227	31	13.7	26	11.5	170	74.9
	特定健診	40~74歳	223	3	1.3	0	0.0	219	98.2
22	若年者健診	30~39歳	308	66	21.4	49	15.9	193	62.7
	特定健診	40~74歳	271	15	5.5	36	13.3	220	81.2

※18~20年度は旧春日分を除く。

※18年度及び21年度は判定区分不明各1人。

表2-7 歯科健康診査結果推移(個別)

年度	委託医療 機関数 (機関)	受診者数 (人)	判定区分(再掲)					
			異常なし		要指導		要精密検査	
			人	%	人	%	人	%
18	23	19	2	10.5	3	15.8	14	73.7
19	24	21	1	4.8	1	4.8	19	90.4
20	23	61	3	4.9	1	1.6	57	93.5
21	25	54	0	0.0	5	9.3	49	90.7

表2-8 平成22年度幼稚園・保育所(園)歯科健康診断実施状況

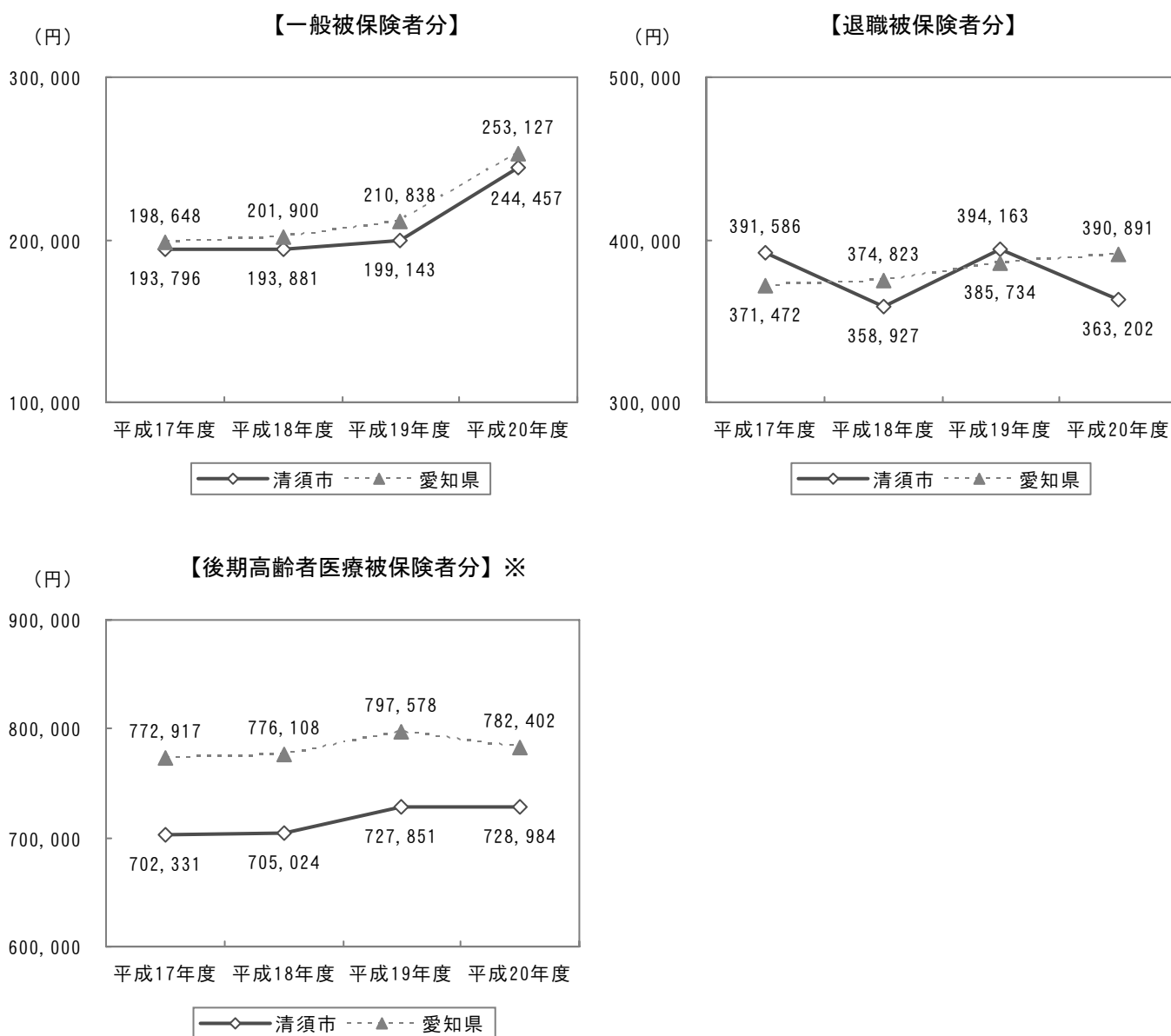
年齢	対象者数 (人)	受診者数 (人)	う蝕の ある者(人)	う蝕有病 者率(%)	う蝕 総本数(本)	1人平均 う蝕数(本)
3歳児	516	492	57	11.6	178	0.36
4歳児	493	473	95	20.1	405	0.86
5歳児	511	490	168	34.3	680	1.39

資料：健康推進課

2-5 一人当たり療養諸費の推移

清須市の国民健康保険一般被保険者分の一人当たり療養諸費は、愛知県同様年々増加しており、特に平成19年度から20年度にかけては顕著です。退職被保険者分は、清須市が増減を繰り返しているのに対し、愛知県が緩やかに増加しています。また、清須市の後期高齢者医療被保険者分は、平成17年度の約70.2万円から平成20年度は約72.9万円へと増加しています。愛知県と比較すると、5～7万円低い水準で推移しています。

図2-9 一人当たり療養諸費の推移（愛知県との比較）



※平成17～19年までは老人保健法医療受給者分。平成20年度は4月～翌年2月診療分を計上

資料：保険年金課

2-6 清須市国民健康保険の受診状況

国民健康保険の受診状況を年齢別にみると、年齢が低い人は呼吸器系の疾患で受診する人が多く、年齢が高い人は循環器系の疾患での受診が多くなっています。また、歯及び歯の支持組織の疾患はいずれの年齢層においても上位5位に入っています。

表2-9 国民健康保険の受診状況（年齢別受診率上位5疾病の受診状況）（平成21年5月診療分）

		第1位	第2位	第3位	第4位	第5位
0～4歳	疾患名	呼吸器系の疾患	皮膚及び皮下組織の疾患	歯及び歯の支持組織の疾患	耳及び乳様突起の疾患	感染症及び寄生虫症
	件数 %	238 44.57	85 15.92	47 8.80	40 7.49	34 6.37
5～9歳	疾患名	呼吸器系の疾患	歯及び歯の支持組織の疾患	眼及び付属器の疾患	皮膚及び皮下組織の疾患	耳及び乳様突起の疾患
	件数 %	157 26.43	119 20.03	58 9.76	57 9.60	49 8.25
10～14歳	疾患名	呼吸器系の疾患	歯及び歯の支持組織の疾患	眼及び付属器の疾患	皮膚及び皮下組織の疾患	損傷、中毒及びその他の外因の影響
	件数 %	94 14.99	65 10.37	65 10.37	33 5.26	29 4.63
15～19歳	疾患名	眼及び付属器の疾患	呼吸器系の疾患	歯及び歯の支持組織の疾患	皮膚及び皮下組織の疾患	損傷、中毒及びその他の外因の影響
	件数 %	51 7.92	44 6.83	36 5.59	30 4.66	12 1.86
20～24歳	疾患名	歯及び歯の支持組織の疾患	呼吸器系の疾患	眼及び付属器の疾患	皮膚及び皮下組織の疾患	感染症及び寄生虫症
	件数 %	45 6.19	43 5.91	39 5.36	26 3.58	15 2.06
25～29歳	疾患名	歯及び歯の支持組織の疾患	皮膚及び皮下組織の疾患	呼吸器系の疾患	眼及び付属器の疾患	精神及び行動の障害
	件数 %	69 7.57	54 5.92	49 5.37	40 4.39	31 3.40
30～34歳	疾患名	歯及び歯の支持組織の疾患	呼吸器系の疾患	精神及び行動の障害	皮膚及び皮下組織の疾患	眼及び付属器の疾患
	件数 %	131 11.55	98 8.64	56 4.94	54 4.76	33 2.91
35～39歳	疾患名	歯及び歯の支持組織の疾患	呼吸器系の疾患	精神及び行動の障害	皮膚及び皮下組織の疾患	眼及び付属器の疾患
	件数 %	115 10.43	56 5.08	53 4.81	43 3.90	34 3.08
40～44歳	疾患名	歯及び歯の支持組織の疾患	呼吸器系の疾患	精神及び行動の障害	内分泌、栄養及び代謝疾患	筋骨格系及び結合組織の疾患
	件数 %	108 10.45	59 5.71	45 4.36	39 3.78	34 3.29
45～49歳	疾患名	歯及び歯の支持組織の疾患	循環器系の疾患	内分泌、栄養及び代謝疾患	呼吸器系の疾患	精神及び行動の障害
	件数 %	93 11.15	48 5.76	39 4.68	34 4.08	32 3.84
50～54歳	疾患名	歯及び歯の支持組織の疾患	循環器系の疾患	呼吸器系の疾患	内分泌、栄養及び代謝疾患	筋骨格系及び結合組織の疾患
	件数 %	120 14.93	72 8.96	40 4.98	39 4.85	37 4.60
55～59歳	疾患名	歯及び歯の支持組織の疾患	循環器系の疾患	内分泌、栄養及び代謝疾患	筋骨格系及び結合組織の疾患	呼吸器系の疾患
	件数 %	209 14.62	207 14.48	131 9.16	88 6.15	73 5.10
60～64歳	疾患名	循環器系の疾患	歯及び歯の支持組織の疾患	内分泌、栄養及び代謝疾患	眼及び付属器の疾患	筋骨格系及び結合組織の疾患
	件数 %	502 21.31	408 17.32	334 14.18	189 8.02	151 6.41
65～69歳	疾患名	循環器系の疾患	歯及び歯の支持組織の疾患	内分泌、栄養及び代謝疾患	眼及び付属器の疾患	筋骨格系及び結合組織の疾患
	件数 %	695 24.05	573 19.83	431 14.91	329 11.38	304 10.52
70～74歳	疾患名	循環器系の疾患	歯及び歯の支持組織の疾患	眼及び付属器の疾患	内分泌、栄養及び代謝疾患	筋骨格系及び結合組織の疾患
	件数 %	903 35.57	551 21.70	470 18.51	434 17.09	351 13.82

資料：愛知県国民健康保険団体連合会

※受診率が同率のものは費用額の高い順

3 要介護者の状況

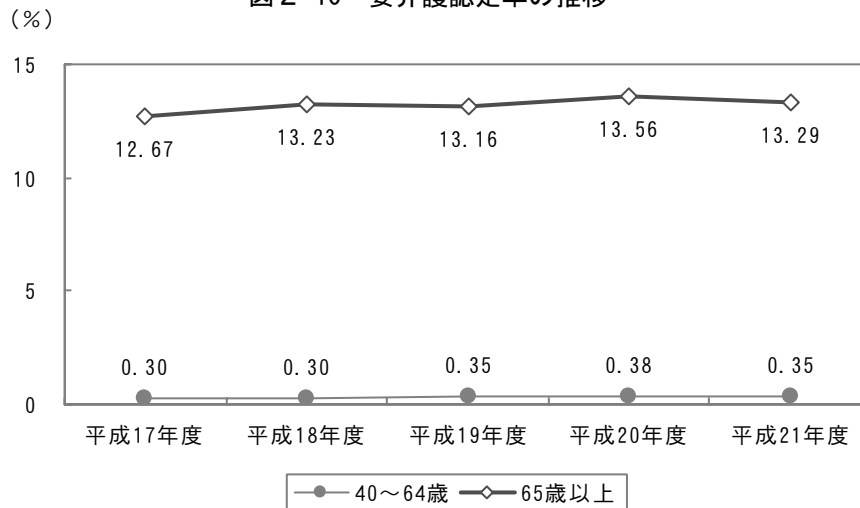
3-1 要介護認定率の推移

要介護認定率の推移をみると、40～64歳は0.3%台で、65歳以上は13%前後で推移しています。

表 2-10 要介護認定率の推移

			平成17年度	平成18年度	平成19年度	平成20年度	平成21年度
40～64歳	人口	人	18,256	18,075	18,175	18,255	20,904
	認定者数	人	54	54	63	69	73
	認定率	%	0.30	0.30	0.35	0.38	0.35
65歳以上	人口	人	9,976	10,436	10,818	11,169	13,057
	認定者数	人	1,264	1,381	1,424	1,514	1,735
	認定率	%	12.67	13.23	13.16	13.56	13.29
計	人口	人	28,232	28,511	28,993	29,424	33,961
	認定者数	人	1,318	1,435	1,487	1,583	1,808
	認定率	%	4.7	5.0	5.1	5.4	5.3

図 2-10 要介護認定率の推移



資料：人口は市民課、認定者数は「介護保険事業状況報告」（各年度末）

3-2 要介護状態になった原因

要介護状態になった原因は、第1位が脳血管疾患、第2位が認知症、第3位が骨折となっています（平成20年度）。

表2-11 介護保険新規申請者が要介護状態になった原因（上位10項目）（平成20年度 清須市）

順位	疾患名	人数 (人)	割合 (%)	順位	疾患名	人数 (人)	割合 (%)
1位	脳血管疾患	49	14.2	6位	関節の疾患	33	9.6
2位	認知症	46	13.3	7位	虚血性心疾患	24	7.0
3位	骨折	44	12.8	8位	呼吸器の疾患	14	4.1
4位	高血圧性疾患	38	11.0	9位	内分泌・栄養及び代謝疾患	11	3.2
5位	悪性新生物	35	10.1	9位	骨粗しょう症	11	3.2
全体						345	100.0

資料：高齢福祉課

4 市民の意見

4-1 健康に関するアンケート調査

計画の策定にあたり、アンケート調査（健康に関するアンケート調査）を以下のように実施しました。

■□実施概要□■

調査名	健康に関するアンケート調査
調査地域	清須市全域
調査対象	清須市在住の20歳以上の男女
サンプル	2,000件（有効回収数 862件 有効回収率 43.1%）
調査方法	郵送配布、郵送回収
調査時期	平成22年8月

4-2 健康づくりをみんなで考える会（市民ワークショップ）

市民の声をいかした計画づくりを進めるために、「健康づくりをみんなで考える会」を開催しました。

■□実施概要□■

開催日時	ワークショップ・プログラム
平成22年8月19日	第1回 ・健康づくりのアイデアを出そう！ ・健康づくりを実行できない要因・人を考えよう！
平成22年9月2日	第2回 ・健康づくりを実行できるように、問題解決策を考えよう！ ・各グループワークの成果の発表しよう！

■ □主な意見□ ■

実行が難しそうな人	問題解決策
<p>自分は大丈夫と過信している人</p> <p>健康だと思い込んでいる人 健康づくりをやらない人・やろうとしない人</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ 健康診断の結果がよくても過信しない。定期的に継続する。結果を保存する ○ <u>生活習慣病によって起こる病気の恐ろしさをもっと知らせる</u> ○ 健診結果の数値から引き起こされる病気の恐ろしさを自覚する ○ <u>健康診断を、期間を決めず1年中啓蒙する</u> ○ <u>広報を見やすくする</u> ○ <u>健康に関する見やすいツールがあれば広報に挟んでいただく</u> ○ 定期的に健康診断を受ける ○ <u>健康診断を受けているか確認をする</u> ○ 相手に合わせて健康（体）のことを詳しく聞く ○ 自分は大丈夫だと思っている人と一緒に健康診断を受ける ○ <u>受診するほどではないけど気になる値がある時の指導</u> ○ <u>検査結果の数値の統一化</u> ○ <u>健診を受けるための移動手段</u> ○ <u>健診の、病的項目と体力項目を充実し、魅力ある検査内容にしていく</u> ○ <u>強制的に検診を受診させ、結果を通じて毎年受診することの重要性を認識させる</u> ○ 第三者から言ってもらう ○ <u>病気になると怖いことを知らせる</u> ○ 自分を大切にする ○ 標準体重を知る

※「問題解決策」欄の下線付き太字項目は、行政への要望事項



実行が難しそうな人	問題解決策
<p>1人では始められない人</p> <p>1人では続かない人</p> <p>習慣となるまで根気がない人（3日坊主）</p> <p>保健センターから呼びかけてほしい人</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ 仲間を集う ○ 一緒にやれそうなことから誘う ○ 地域で仲間をつくる ○ 始めているグループに入れてもらう ○ 趣味が同じ人を誘う ○ おせっかいおばさんが必要 ○ 始まっているグループに後から入るのは難しい（問題点） ○ 清須市が推進する健康教室などを土日に開催する ○ 市のウォーキングロードで、天気のいい日に、周囲の景色を見ながらウォーキングを行なう（気軽に）。季節によって大分変化が認められる ○ まず各地域で教えられるリーダーを養成し、近所でできるとよい ○ 公民館で体操（色々）や、お話を会をする ○ 少人数グループでウォーキングをしている人に何か特典をつける ○ 声掛け、お誘い ○ 簡単なストレッチなど毎日続けられる内容を5～10分くらいから順に、高度に ○ おしゃべりなどの楽しみがある ○ 結果（体力測定など）がよくなる ○ 測定して危機感をあおる ○ 時々呼びかけをしてみる（運動はできていますか？） ○ 保健センターから呼びかけ。旧4町に分けてやってほしい ○ 事業を起す時は難しくなく、欠席があっても出られる時はいつでもOKというふうに垣根を低くする ○ 1回きりでなく時期をずらして数回開催する ○ 会場は近くで ○ 平日の行事が多いので休日にも企画 ○ 誰でも参加したくなる身近な内容 ○ 子どもから大人まで楽しめる内容 ○ 定期的な体力測定
<p>食事を残す勇気がない人</p> <p>食べ物の誘惑に弱い人</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ 自分の好きな食品は無理をしても食べてしまう。食事のバランスを考えて、やはり自分に与えられた食品以外は断る ○ 自分の必要量を知る ○ 作る量を減らす。種類は増やす ○ 食事バランスガイドを知って調理する ○ 小学生に食育指導する ○ 家族が同じ物を作る、食べる ○ 週1度は家族で食事をする ○ 地産地消について情報提供してほしい ○ 腹八分目を心がける

※「問題解決策」欄の下線付き太字項目は、行政への要望事項

実行が難しそうな人	問題解決策
食べ物の好き嫌いが多い人	<ul style="list-style-type: none"> ○ 自分で野菜などを育てれば好きになる ○ 年代の違う人と食事する（持ちよりで） ○ 仲間数人と同じ食事を取り（外食）、徐々に嫌いなものを減らしていく。慣れていく ○ 仲間で食べる時間をつくる ○ 料理教室などで作った物をみんなで完食する ○ 料理講習会に参加する（近場で開催） ○ レシピの提供 ○ ネット等で調べて調理方法を工夫する ○ 形が分からないように料理する（くずしたりすったり） ○ 学校給食等で地産地消であることを知らせ、食べるようにする
<p>時間がないため・時間がつくれない（仕事）人</p> <p>運動する時間がない人</p> <p>忙しい人</p> <p>家族の食事時間が違う人</p> <p>平日では検診が受けられない人</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ 早起きをする ○ 早起きは辛いけれど 30 分でもよいから早起きをして仕事をす ○ 他の方の成功例を知る ○ 小さい子を連れて運動が出来る環境をつくる ○ 週単位で空いている時間を明確にし、運動する時間を決める ○ 家族全員が食事を終えた後の時間に運動する ○ 週 1 回から始める ○ お風呂の後にストレッチをする ○ 危機感がない ○ 病院で検診を受けている ○ 検診の受付が混む。早く簡単に ○ 休日・夜間に実施する ○ 病院でも無料（同じ値段）で検診が受けられるとよい ○ 時間を短くして回数・日数を増やす
心配ごとなどがあり寝られない人	<ul style="list-style-type: none"> ○ 専門医とよく相談し、指導を受けながら改善していく ○ 話を聞いてくれる人を探す ○ 家族・友人に相談 ○ 家族・友人とのコミュニケーション
達成感がほしい人	<ul style="list-style-type: none"> ○ 最初 100%達成できる目標を立てる ○ 目標を立ててやる ○ 元気で長生きするには身体を動かす。少しでもいいからやる気を出す ○ 目標に締め切りをつけて、それを他の人に公言する ○ 目標を達成したら自分へごほうびをする ○ ごほうびはアルコやカルチバの利用券 ○ ごほうびは出席率のよい人に ○ お年寄りの方の運動の仕方

※「問題解決策」欄の下線付き太字項目は、行政への要望事項

「健康」について、みんなでいっしょに考えませんか？



「健康づくりをみんなで考える会」

参加者募集のお知らせ！

現在、清須市では、「健康日本21 清須計画」の策定を進めています。自分の健康は自分で作り、守るとするのが基本的な考え方ですが、年齢や職業、ライフスタイルなど、課題や環境、条件などは1人ひとり違います。

「健康づくりをみんなで考える会」は、地域ぐるみで健康づくりに取り組める清須をみんなで話し合っって考える場です。みなさん、ぜひご参加ください！

日程と会場

- 第1回：8月19日（木） 19時～21時
会場 清洲保健センター
- 第2回：9月2日（木） 19時～21時
会場 清洲保健センター



ワークショップの4つのステップ！

- ①健康づくりのアイデアを出そう！ → ②健康づくりを実行できないのはなぜ？ → ③どうしたら実行できるだろうか？ → ④みんなの意見を互いに発表しよう！

参加者を募集しています！

参加を希望される方は、担当課までご連絡ください。（事前の申し込みが必要です）
○連続したプログラムですので、2日とも参加できる方をお願いします。
○希望者が定員を超える場合は、抽選となります。

お問い合わせ・お申込み先：

清須市健康推進課 <TEL>052-400-2911（代）

4-3 団体ヒアリング

計画の策定にあたり、健康づくり活動を行っている16団体に対して、活動上の課題や行政への要望等についてのヒアリング調査を実施しました。

■□実施概要□■

調査期間：平成22年10月20日～11月22日

調査団体：医師会、歯科医師会、保健所、健康づくりリーダー、食生活改善推進連絡協議会、母子保健推進員、女性の会、健康づくりグループ6団体、企業2か所、商工会

■□主な意見□■

活動目的・目標・実現したいこと	<ul style="list-style-type: none"> ●メンバー、従業員、住民の健康維持・増進 ●友達づくり、地域交流 ●閉じこもり予防 など
活動上の課題、問題点	<ul style="list-style-type: none"> ●活動のPR不足 ●資金不足 ●場所が確保できない ●メンバーの高齢化。若い世代、男性が少ない など
行政への要望・支援事項	<ul style="list-style-type: none"> ●資金面での支援 ●講師や保健師の派遣 ●場所の確保 ●イベントや講座のPR ●若いリーダーの養成 ●行政との連携強化。職員の定例会への参加 など
市民の健康づくりで大切だと思うこと	<ul style="list-style-type: none"> ●子どもの健康づくり ●食事 ●運動を継続すること ●近くで運動できること ●仲間づくり、地域や友人とのふれあい ●自分自身の健康づくりから始め、家族や周りの人の健康を考えること など
市の施策として力を入れるべきこと	<ul style="list-style-type: none"> ●情報提供方法の工夫 ●健康診査の検査項目の増加 ●男性の健康づくり ●様々な内容や時間帯の講座の開催 など

第Ⅱ章 計画の理念と体系

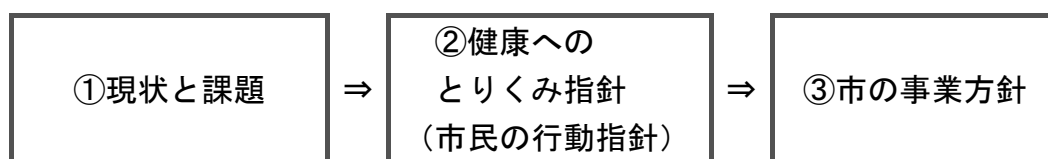
第Ⅲ章 計画の理念と体系

1 基本的な考え方

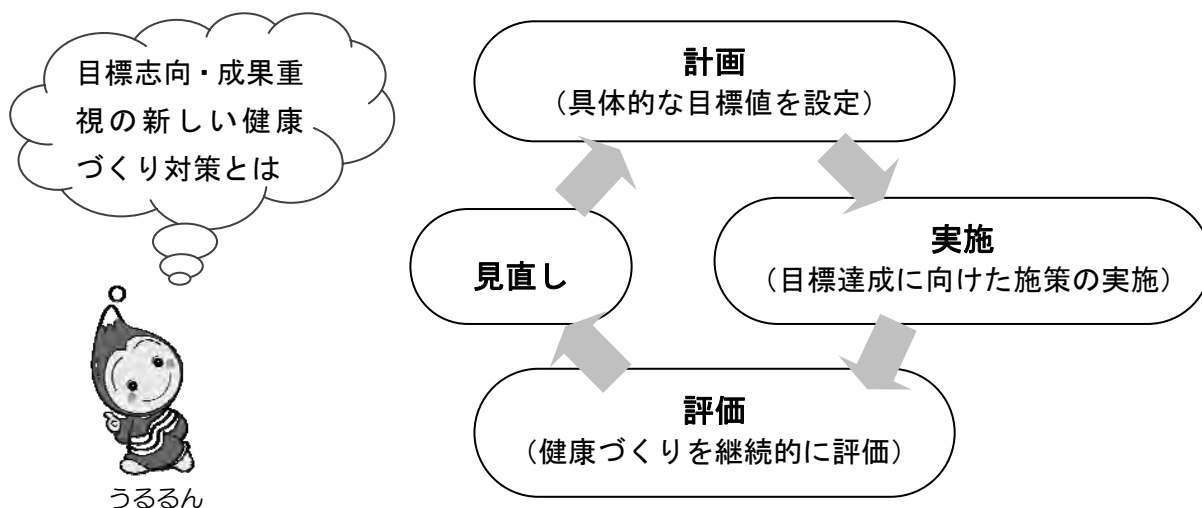
この計画は、市民の主体的な健康づくりへのとりくみを促すことをめざすものです。したがって、計画がめざす方向性を市民が理解しやすいように表現する必要があります。

そこで、本章以降に記載するこの計画書の構成要素を、以下の3つに整理しました。

- ①データ等から解説する「現状と課題」
- ②施策の方向を市民にわかりやすい表現に改めた「健康へのとりくみ指針（市民の行動指針）」
- ③市民の行動を支援する目的で実施する市の事業の方向性を記載した「市の事業方針」



そして、この計画には、目標指標を設定します。事業を通じて市民のとりくみを促し、その結果としてどのような健康効果をもたらされたのかというアウトカム指標を評価するしくみをもたせます。同時に、市（各課）の事業の実施・進捗状況を毎年把握し、評価していくしくみも構築します。



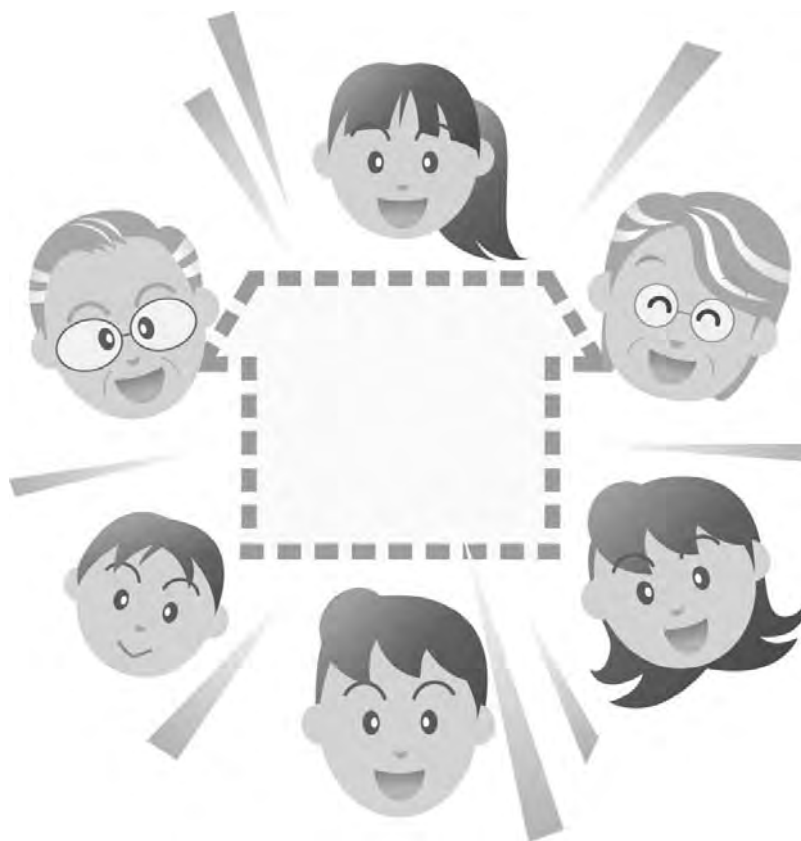
2 計画の基本理念と体系

2-1 計画の基本理念

みんなで作ろう、元気で安心して暮らせるまち！

市民が自らの健康づくりにとりくむ行動は、市民の日常生活の中で展開される必要があります。したがって、家庭、学校、地域、職場など多様な機関が“健康”という共通した目的の下で連携・協力して活動することが大切です。

そのための指針となるのがこの計画であることから、「みんなで作ろう、元気で安心して暮らせるまち！」をこの計画の基本理念とします。



2-2 計画の体系

この計画に盛り込む施策の全般を、以下の体系で表現します。

基本目標	重点課題	健康へのとりくみ指針
Ⅰ 健康な生活 習慣の確立	1 健康な食生活の推進 (栄養・食生活)	1 朝食を食べて一日をスタートさせよう 2 栄養バランスのとり方を学ぼう 3 楽しく食事をしよう
	2 健康な運動習慣の推 進(身体活動・運動)	1 積極的に運動しよう 2 毎日の生活で体を動かそう 3 運動しやすい環境をつくろう
	3 ところの健康づくり の推進(休養・こ ころの健康)	1 休養をとろう 2 ストレスと上手につきあおう 3 心の健康に関心を持とう 4 気軽に相談しよう
	4 禁煙の推進と受動喫 煙の防止(たばこ)	1 たばこの有害性を理解しよう 2 家庭や社会で受動喫煙を防止しよう 3 未成年者の喫煙を防止しよう 4 妊婦の喫煙を防止しよう
	5 過度な飲酒の防止 (アルコール)	1 節度ある適度な飲酒を実行しよう 2 未成年者の飲酒を防止しよう 3 妊婦の飲酒を防止しよう
	6 歯と口の健康づくり (歯の健康)	1 歯と口の健康に関心を持ち、正しい知識 を身につけよう 2 歯と口の健康を守ろう
	7 感染症予防の推進	1 感染症に関心を持ち、正しく理解しよう 2 感染症予防対策を実践しよう
	8 介護予防の推進※	1 早くから介護予防意識を持とう 2 介護予防の大切さを知ろう 3 介護予防事業を積極的に活用しよう
Ⅱ 早期発見・ 早期治療の 推進	1 健康診査の受診促進 と結果の有効活用 (糖尿病・循環器疾 患・がん)	1 健康診査を受けて自分自身の健康を守ろ う 2 健康診査の結果を活用しよう 3 各種保健サービスを活用しよう
	2 早期治療の推進	1 かかりつけ医を持とう 2 早い段階で相談して早期治療につなげよ う
Ⅲ 地域保健活 動の推進	1 地域ネットワークづ くりの推進(全項目)	1 いろいろなグループと連携・協力しよう 2 いろいろな場に参加しよう 3 職場等の健康づくり活動等に参加しよう

※介護予防とは、「要介護状態の発生をできる限り防ぐ(遅らせる)こと、そして要介護状態にあってもその悪化をできる限り防ぐこと」です。

3 計画の評価と目標指標

3-1 目標指標設定の考え方

この計画に基づくすべてのとりくみの成果を検証するために、以下の目標指標を設定します。この目標指標は、計画の推進によりもたらされた市民の生活習慣や行動の変化を客観的にとらえるためのものです。たとえば、栄養・食生活に関する啓発事業等により朝食を欠食する市民が減ったかどうかを、計画策定時（平成22年）と目標年度（平成26年度）のアンケート調査結果などを比較して分析します。したがって、下記の目標指標は、市民の意識や行動の変化をとらえることに重点を置いて設定しています。

また、この目標指標は、「栄養・食生活」、「身体活動・運動」など、健康日本21のテーマに合わせて設定しています。

各指標の内容、現状値及び目標値は以下のとおりです。

また、計画の進行管理をしていくにあたり、各種健康診査の受診率、健康診査における問診項目のデータ、健康づくり事業の実施状況や参加人数等を活用し評価を実施していきます。

3-2 目標数値と評価

計画の目標指標として、各テーマの目標数値を以下のように設定します。

ほとんどの目標数値は、「清須市健康に関するアンケート調査（平成22年度）」の結果数値をベースとして設定しています。目標年度における評価には、同様の項目を盛り込んだアンケート調査を新たに実施して現状を把握する必要があります。（参照「各目標指標に用いたアンケート調査項目」）

分野	目標指標	現状値 (H22)		目標値 (H26)
栄養・ 食生活	【①朝食を欠食する人の減少】 ⇒朝食を食べない日があると答えた人の割合が、目標値以下となることをめざします。	20代男性	40.1%	15%以下
		20代女性	28.3%	15%以下
		30代男性	31.2%	15%以下
	【②BMIの“肥満”の減少】 ⇒男性の肥満の割合の減少をめざします。	40代男性	34.6%	30%以下
		50代男性	33.3%	30%以下
	【③BMIの“やせ”の減少】 ⇒女性のやせの割合の減少をめざします。	20代女性	18.3%	10%以下
身体活動 ・運動	【④意識的に身体を動かすことを心がけている人の増加】 ⇒意識的に身体を動かすことを心がけている人の増加をめざします。	男性	57.7%	60%以上
		女性	53.3%	60%以上

分野	目標指標	現状値 (H22)		目標値 (H26)
休養・こころの健康づくり	【⑤睡眠により休養がとれていない人の減少】 ⇒睡眠により休養が十分とれていない人の減少をめざします。	一般成人	26.9%	25%以下
	【⑥自殺者の減少】 ⇒自殺者の減少をめざします。※1	一般成人	15人	10人以下
たばこ	【⑦喫煙者の減少】 ⇒喫煙者の減少をめざします。	一般成人	18.8%	10%以下
		20代女性	16.7%	8.3%以下
アルコール	【⑧多量に飲酒する人の減少】 ⇒多量に飲酒する人（3合以上）の減少をめざします。	男性	6.6%	3.6%以下
		女性	2.1%	1%以下
歯の健康	【⑨歯間部清掃用具を使用する人の増加】 ⇒歯間部清掃用具を利用している人の増加をめざします。	一般成人	26.0%	35%以上
	【⑩定期的に歯科健診を受けている人の増加】 ⇒定期的に歯科健診を受けている人の増加をめざします。	一般成人	23.4%	30%以上
健康診査 (糖尿病・循環器疾患・がん)	【⑪健診を受けている人の増加】 ⇒過去1年間に健診等を受けた人の増加をめざします。 ⇒がん検診受診者の増加をめざします。	一般成人	61.1%	増加
	胃がん検診受診率※2	40歳以上	19.5%	30%以上
	大腸がん検診受診率※2	40歳以上	22.4%	40%以上
	肺がん(X線)検診受診率※2	40歳以上	21.7%	35%以上
	子宮がん検診受診率※2	20歳以上女性	32.2%	40%以上
	乳がん検診受診率※2	40歳以上女性	42.9%	50%以上
	⇒特定健診受診者の増加をめざします。 特定健診受診率※2	40歳以上 国保加入者	36.4%	増加
	【⑫健診結果を活用している人の増加】 ⇒健診結果をその後の健康づくりに活かしている人の増加をめざします。	一般成人	21.5%	50%以上
		30代男性	2.1%	50%以上
		20代女性	8.0%	50%以上
⇒特定保健指導利用率の増加をめざします。 特定保健指導利用率※2	40歳以上 国保加入者 (特定健診受診者)	5.9%	増加	

※1 平成20年の実績値

※2 平成21年度の実績値

(参考：各目標指標に用いたアンケート調査項目)

- ① アンケートで、朝食を「ほとんど毎日食べる」と無回答を除いた割合。(平成 22 年アンケート調査の間 9)
- ②、③ アンケートに答えられた身長と体重から算出した BMI (Body Mass Index) を用いた。BMI は「(体重 kg) ÷ (身長 m)²」で計算される。この値は 22 を標準とし、18.5 未満ではやせすぎ、25.0 以上では肥満となる(日本肥満学会による)。
- ④ アンケートで、日頃から意識的に身体を動かすことを心がけていると答えた人の割合(平成 22 年アンケート調査の間 17)
- ⑤ アンケートで、睡眠で疲れが「あまりとれていない」及び「とれていない」と答えた人の割合(平成 22 年アンケート調査の間 22)
- ⑦ アンケートで、たばこを吸うと答えた人の割合(平成 22 年アンケート調査の間 26)
- ⑧ アンケートで、1日に飲むお酒の量が「3合以上」と答えた人の割合(平成 22 年アンケート調査の間 29-1)
- ⑨ アンケートで、歯の健康管理として「デンタルフロス、歯間ブラシなどの歯の間を清掃する器具を使用している」と答えた人の割合(平成 22 年アンケート調査の間 32)
- ⑩ アンケートで、歯の健康管理として「定期的に歯科健診を受ける」と答えた人の割合(平成 22 年アンケート調査の間 32)
- ⑪ アンケートで、過去1年間に健診(健康診断や健康診査)や人間ドックを受けたと答えた人の割合(平成 22 年アンケート調査の間 43)(各種がん検診、特定健康診査は実績値)
- ⑫ アンケートで、健診結果に関心を持ちその後の健康づくりに「活かしている」と答えた人の割合(全体から「健診結果に問題はなかった」を除いた件数で割合を算出。平成 22 年アンケート調査の間 43-1)(特定保健指導利用率は実績値)

第Ⅳ章

健康づくりのための とりくみ指針

第Ⅳ章 健康づくりのためのとりくみ指針

I 健康な生活習慣の確立

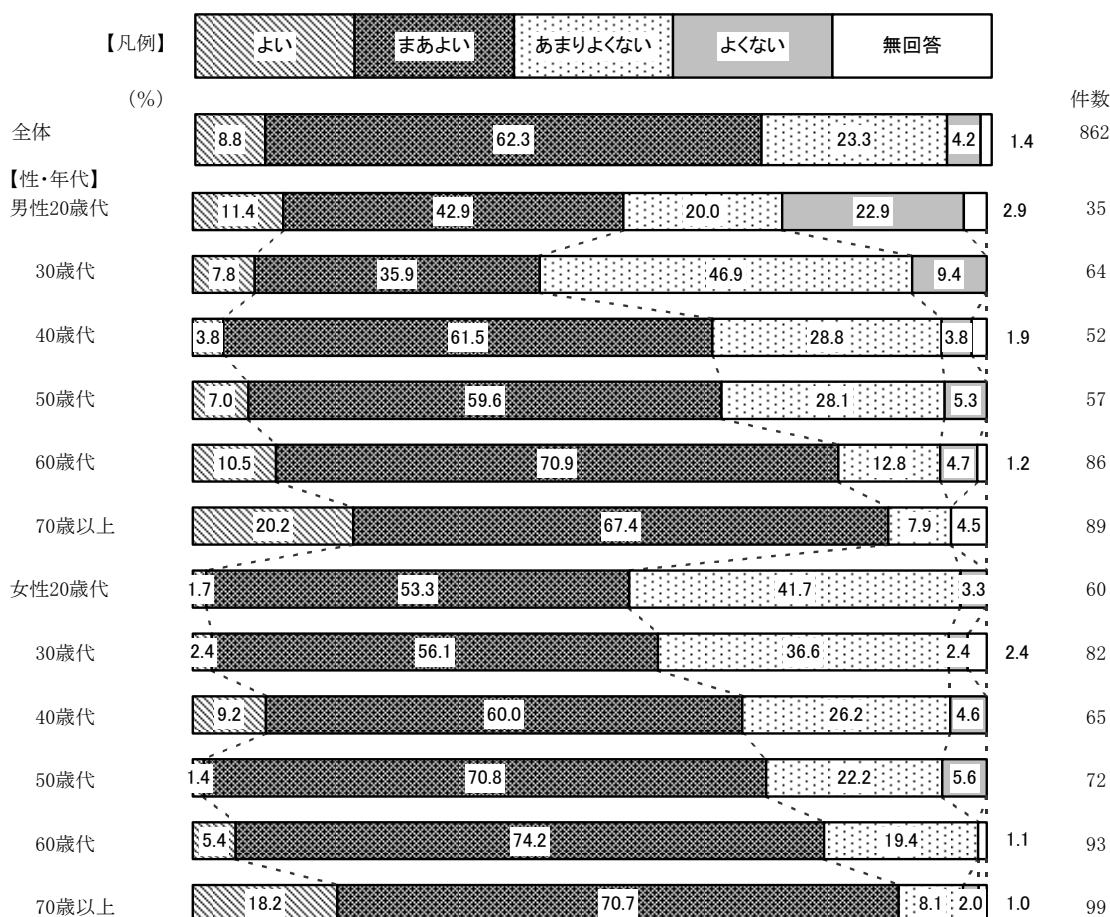
□1 健康な食生活の推進（栄養・食生活） □

■現状と課題■

食生活は、健康と密接な関係があります。毎日3食、バランスのとれた食事を、おいしく、楽しく食べることが基本です。

アンケート調査結果では、自分の食生活を「よくない（「あまりよくない」+「よくない」の計）」と答えている人は27.5%ですが、男性30歳代では56.3%を占めるなど、男女とも若い世代を中心に自分の食生活をよくないと考えている人が多くみられます。毎日の食生活は、糖尿病、高血圧、脂質異常、がんなどの生活習慣病の発症とも密接に関係しています。健康と食生活についての正しい知識が得られ、それを自分自身の生活に活かすことができるよう周知・啓発していく必要があります。

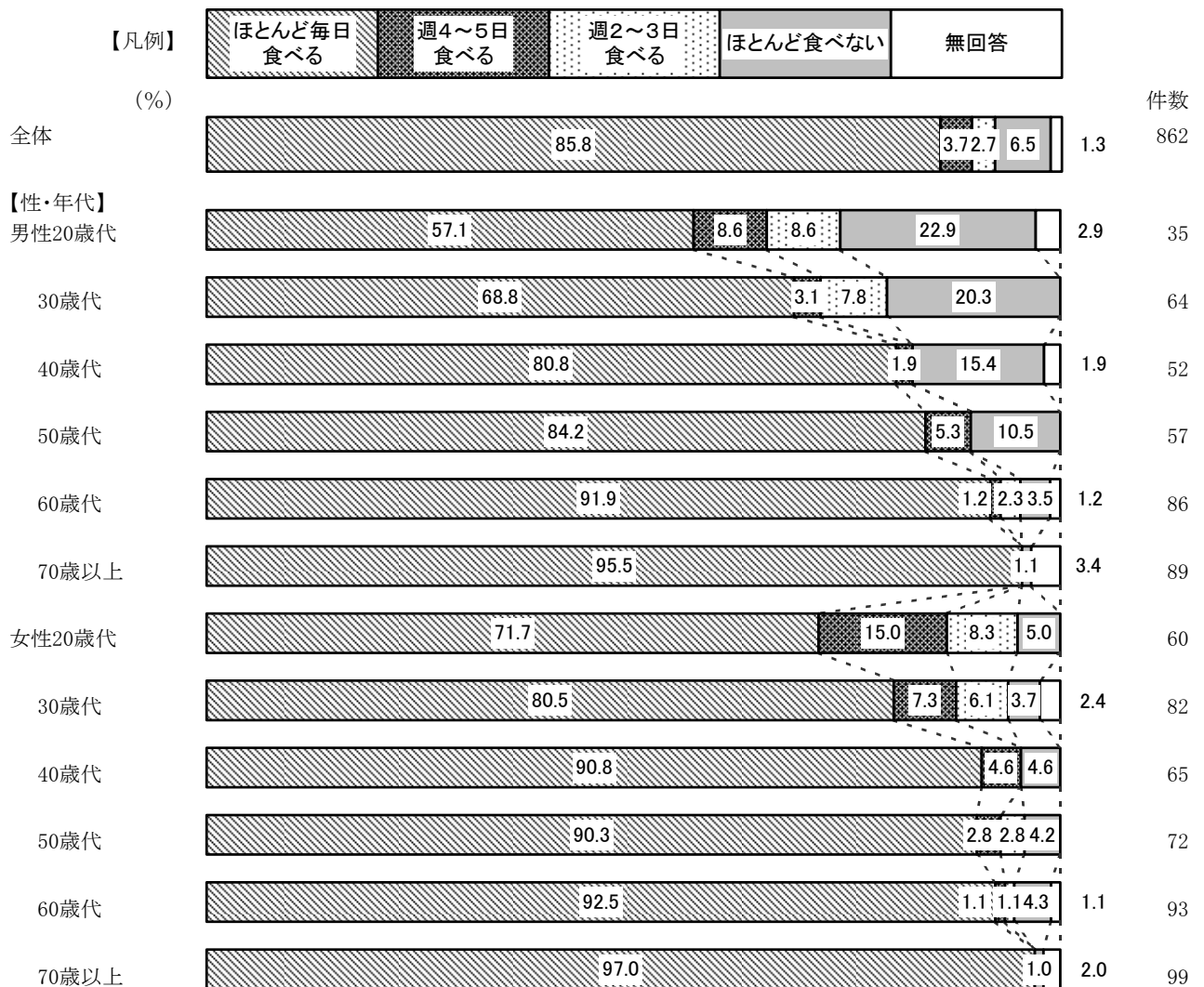
図 4-1 自分の食生活について



資料：清須市健康に関するアンケート調査（平成22年度）

食べずに過ごしてしまいがちな朝食を毎日食べることは、3食しっかり食べることの基本となる目標です。アンケート調査結果では、朝食の摂取にも年代差がみられます。「朝食を食べない日がある人（「週4～5日食べる」+「週2～3日食べる」+「ほとんど食べない」の計）」は、全体では12.9%ですが、男性20歳代では40.1%、男性30歳代では31.2%となっています。また、朝食を食べない主な理由が「時間がないから（ぎりぎりまで寝ていたい）」であることから、朝食の摂取と生活リズムと関係の深さがうかがわれます。朝食を毎日食べることは健康的な食生活の基本であると位置づけ、生活リズムの改善も含めて朝食を食べない人の減少をめざしていく必要があります。また、こうした習慣を子どものころから身につけることができるようにしていく必要があります。

図4-2 朝食の摂取状況



資料：清須市健康に関するアンケート調査（平成22年度）

図4-3 朝食を食べない理由

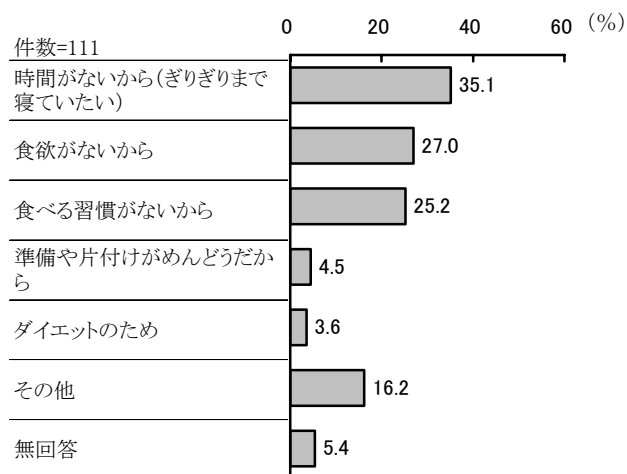
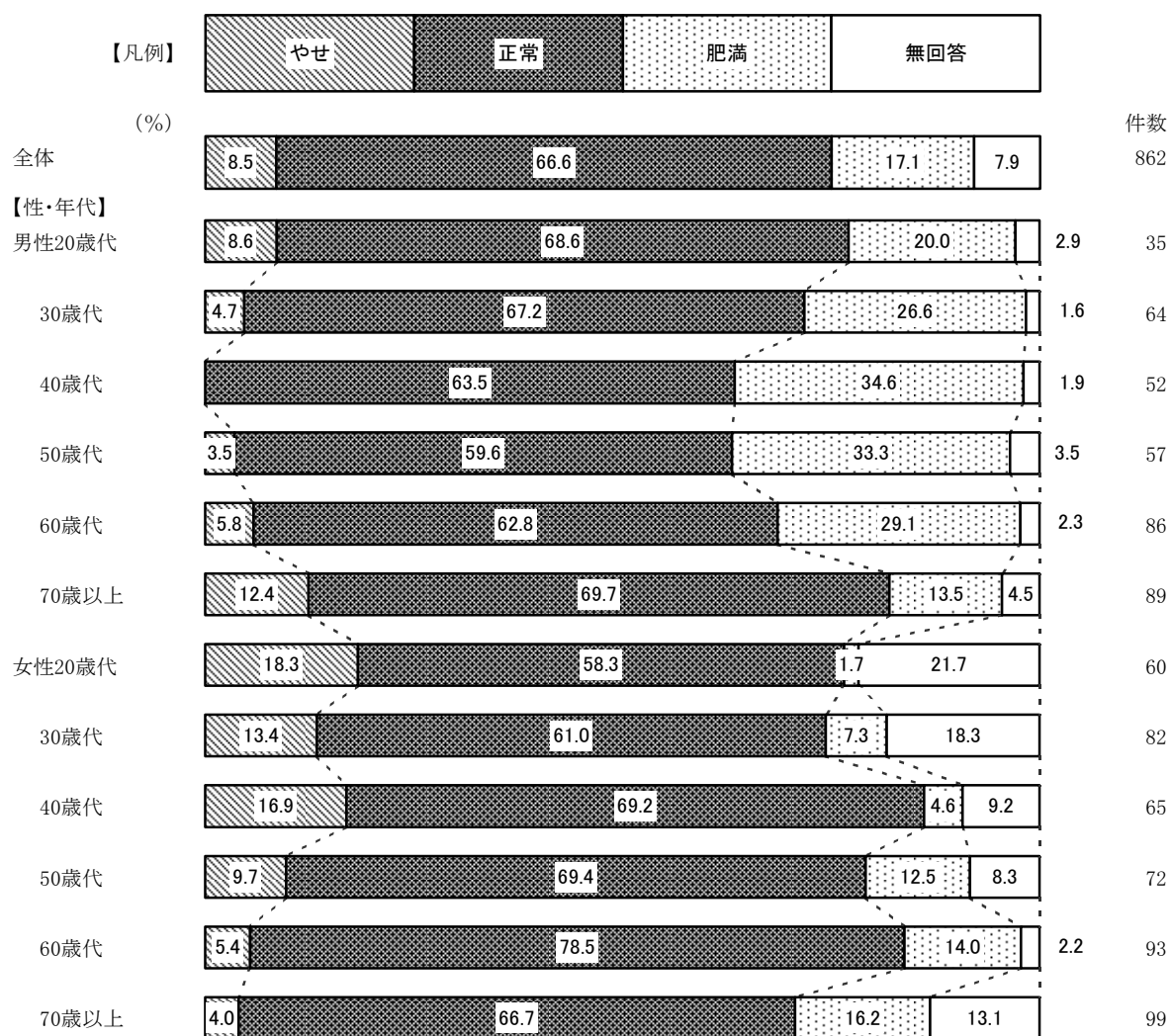


図4-4 BMI判定



資料：清須市健康に関するアンケート調査（平成22年度）

■健康へのとりくみ指針■

1 朝食を食べて一日をスタートさせよう

<市民の行動指針>

- ①規則正しく、毎日3食欠かさず食事をしよう。
- ②早寝早起きを心がけ、生活のリズムを見直そう。

<市の事業方針>

市の事業方針	担当課等
①朝食の大切さを啓発します。	健康推進課 高齢福祉課 保育園・幼稚園 小・中学校 給食センター 産業課
②朝食を楽しくおいしく食べる生活リズムについて情報提供し、啓発します。	健康推進課 高齢福祉課 保育園・幼稚園 小・中学校 給食センター 産業課

2 栄養バランスのとり方を学ぼう

<市民の行動指針>

- ①自分にあった正しい食事のとり方を学ぼう。
- ②食事の栄養バランスと、生活習慣病などとの関連性に関心を持とう。
- ③妊娠から授乳期までの食事の大切さを知ろう。
- ④子どもの栄養や食生活の大切さを知ろう。

<市の事業方針>

市の事業方針	担当課等
①必要な栄養摂取を学び、市民が自らの食生活を見直すことができるよう支援します。	健康推進課 高齢福祉課 小・中学校 給食センター 産業課
②子どもの健康と成長に必要な食事と栄養について親が学べる機会を拡充します。	健康推進課 子育て支援課 保育園・幼稚園 児童館 小・中学校 給食センター 産業課
③低栄養などを予防し、高齢者の栄養改善を図り、介護予防を推進します。	健康推進課 高齢福祉課 産業課

3 楽しく食事をしよう

<市民の行動指針>

- ①みんなで食事をする機会を持とう。
- ②感謝の気持ちを持って、食事をしよう。
- ③よく噛んでゆっくり食べよう。

<市の事業方針>

市の事業方針	担当課等
①家族などが一緒に楽しく食事をする大切さを啓発するとともに、子どもたちが食事を通して健康的な食習慣を身につけることができる機会づくりに努めます。	健康推進課 高齢福祉課 子育て支援課 保育園・幼稚園 児童館 小・中学校 給食センター 生涯学習課 産業課
②食事の仕方や噛む回数など、健康的な食習慣についての基本的な情報提供を行います。	健康推進課 高齢福祉課 保育園・幼稚園 小・中学校 給食センター
③農業体験を通じて食を考える啓発活動を実施します。	保育園・幼稚園 小・中学校 給食センター 産業課

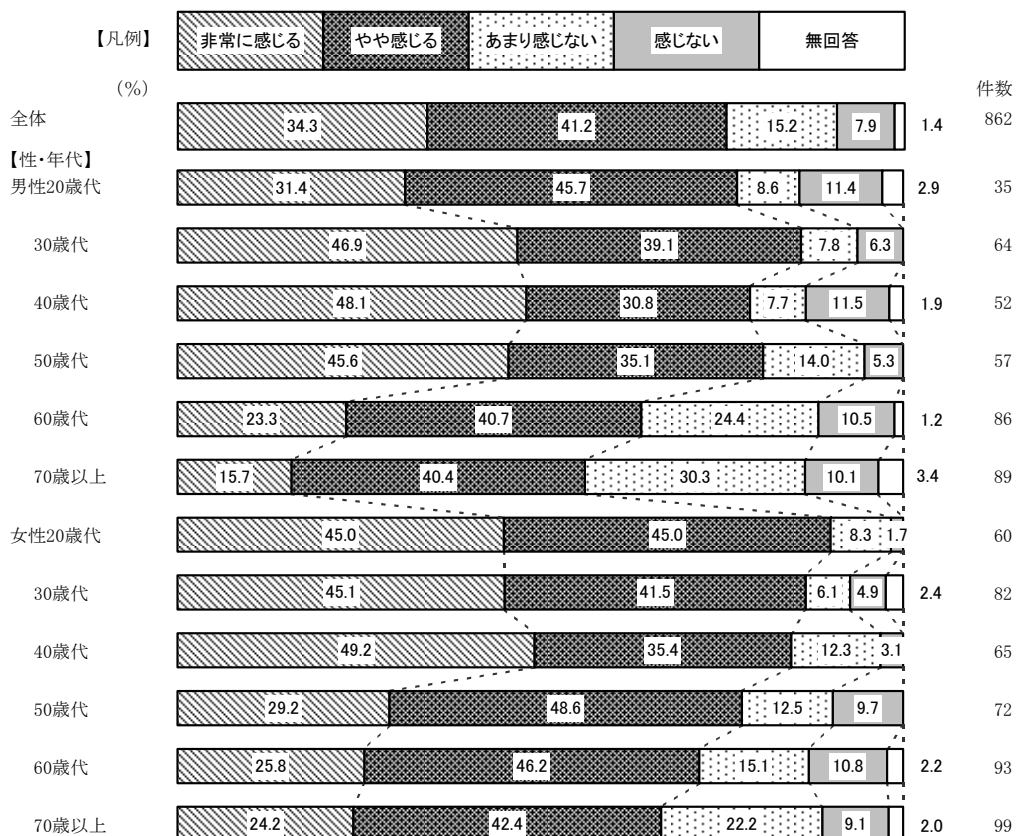
□2 健康な運動習慣の推進（身体活動・運動） □

■現状と課題■

毎日の運動習慣は、健康づくりにも大きな効果を発揮しますが、アンケート調査では、全体の75.5%（「非常に感じる」+「やや感じる」の計）が運動不足を感じていることがわかりました。また、日頃から意識的に体を動かすことを心がけている人は全体の55.5%ですが、男性30歳代（37.5%）、女性30歳代（32.9%）などの年代では比較的低い割合となっています。運動不足を感じる理由は「忙しくて時間がないから」（47.9%）であり、日常生活の中で運動する時間をどう確保するかが課題であると考えられます。

生活習慣病の予防やストレス解消のためにも、運動は大切な役割を果たします。なるべく歩くようにするなど、日常生活の中でも比較的容易に実行できる運動を見つけ、その実行を促す等の啓発が必要です。また、気軽にとりくめるとともに、楽しみながら続けられる工夫を提案することも必要です。60歳代以上では、他の世代と比べると運動習慣がある人が多くみられますが、介護予防の視点も加え、一人ひとりの健康状態に応じて運動できるよう支援していく必要があります。

図 4-5 運動不足の実感度



資料：清須市健康に関するアンケート調査（平成22年度）

図 4-6 運動を心がけている人

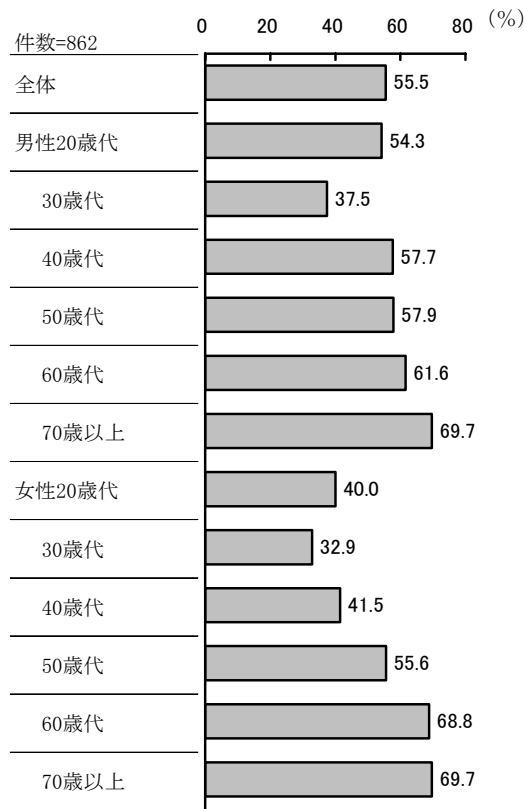
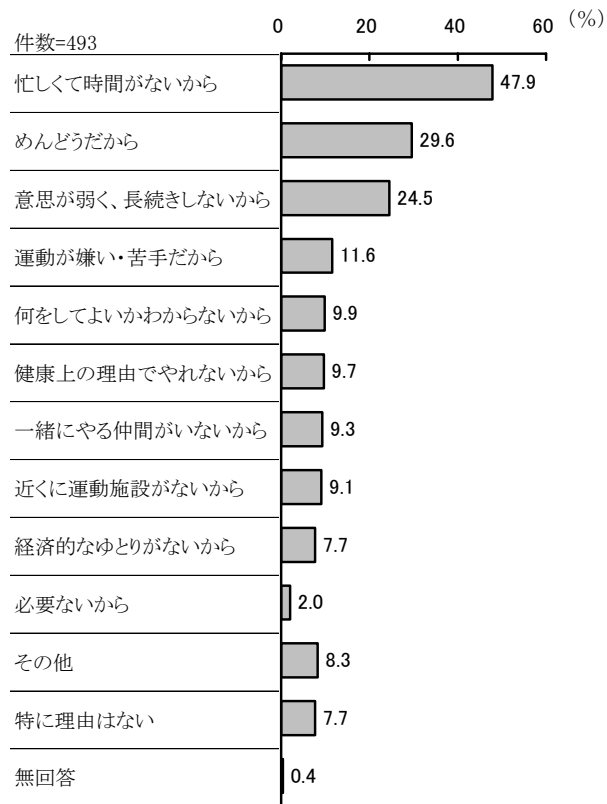


図 4-7 運動をしていない理由



資料：清須市健康に関するアンケート調査（平成 22 年度）

■健康へのとりくみ指針■

1 積極的に運動しよう

<市民の行動指針>

- ①自分にあった運動やスポーツを見つけよう。
- ②子どもの頃から楽しみながら体を動かそう。(親しめるよう支援しよう)

<市の事業方針>

市の事業方針	担当課等
①多様な運動・スポーツの機会を拡充し、市民一人ひとりが自分にあった運動・スポーツを見つけられる環境づくりを進めます。	健康推進課 高齢福祉課 小・中学校 スポーツ課

2 毎日の生活で体を動かそう

<市民の行動指針>

- ①生活の中で、できるだけ歩こう。
- ②簡単にできる、自分の運動メニューをつくろう。
- ③生活の中で身体活動をふやそう。

<市の事業方針>

市の事業方針	担当課等
①生活習慣病予防、介護予防などの視点から、健康的な身体活動・運動習慣を確立できるよう支援します。	健康推進課 高齢福祉課

3 運動しやすい環境をつくろう

<市民の行動指針>

- ①身近なスポーツイベントに積極的に参加しよう。
- ②社会参加を通じた身体活動・運動をしよう。
- ③安全・安心な運動の場を見つけよう。

<市の事業方針>

市の事業方針	担当課等
①健康づくりグループの育成・支援などを通じて、地域で健康づくりにとりくむための環境整備を進めます。	健康推進課 高齢福祉課 スポーツ課
②スポーツイベント等の機会をつくり、運動・スポーツの活発化を図ります。	小・中学校 スポーツ課
③安全で安心な運動やスポーツ活動の場づくりに努めます。	健康推進課 高齢福祉課 保育園・幼稚園 児童館 小・中学校 スポーツ課 土木課 都市計画課 企画政策課

□3 こころの健康づくりの推進（休養・こころの健康） □

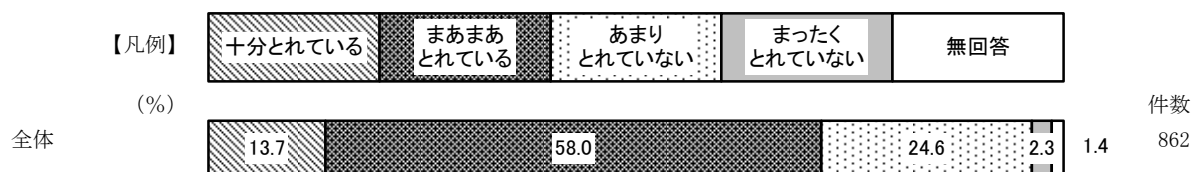
■現状と課題■

休養は、心身の健康を保つ上でとても重要な要素です。アンケート調査では、全体の71.7%が睡眠で疲れがとれている（「十分とれている」+「まあまあとれている」の計）と答えていますが、残る約3割の人は睡眠で疲れがとれていないことを自覚している状態と考えられます。

また、ストレスは、全体の57.2%が感じています（「大いに感じた」+「多少感じた」の計）。これは、県の調査結果よりも低い値ですが、それでも半数以上の市民がストレスを感じていることを表しています。また、ストレスを感じている人のうちストレスが大きくて逃げ出したいと感じている人は50.5%みられ、特に20歳代から40歳代の世代で多くみられます。こうした世代では、感じているストレスが非常に大きいことを表しているものと考えられます。

ストレスを感じることの多い今日の社会では、こころの健康に問題を抱える人が多くなっています。こころの健康を保つ上では、身体の健康と同じように生活リズムが安定していることが大切です。現代社会はストレスが多い社会と言われており、十分な休養とともにストレスと上手につきあうことが大切です。一方、こころの健康は、本人だけでは対処できない場合もあります。周囲の人たちの気づきが、早期発見や早期治療に結びつくことが少なくありません。うつ病などのこころの病に関する正しい知識の普及を図り、病気への理解を促す啓発や情報提供が大切です。

図4-8 疲れの解消度



資料：清須市健康に関するアンケート調査（平成22年度）

図 4-9 ストレスの感じ方

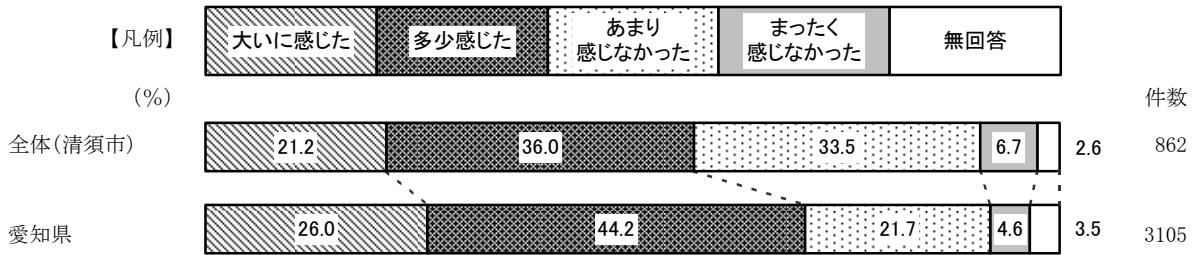
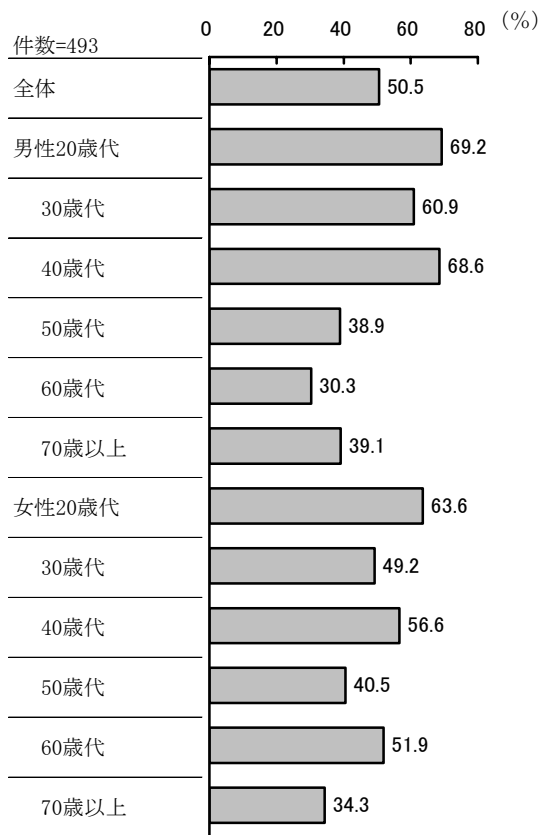


図 4-10 大きなストレスの有無



資料：清須市健康に関するアンケート調査（平成22年度）

■健康へのとりくみ指針■

1 休養をとろう

<市民の行動指針>

- ①活力を養う休養を積極的にとろう。
- ②質の良い睡眠をとろう。

<市の事業方針>

市の事業方針	担当課等
①睡眠や休養の大切さを啓発し、上手に休養をとる工夫などについて情報提供します。	健康推進課 高齢福祉課 保育園 児童館 小・中学校

2 ストレスと上手につきあおう

<市民の行動指針>

- ①自分のストレス解消法を見つけよう。
- ②自分の心も、相手の心も大切にしよう。

<市の事業方針>

市の事業方針	担当課等
①ストレスと心の健康の関係について啓発するとともに、ストレスを解消することの大切さやストレス解消法など心の健康に関する情報提供を行います。	健康推進課 高齢福祉課

3 心の健康に関心を持とう

<市民の行動指針>

- ①うつ病などの心の病気に関心を持ち、理解しよう。
- ②家族や周囲の人の心の健康に気を配ろう。

<市の事業方針>

市の事業方針	担当課等
①うつ病などの心の病気を正しく理解することができるよう、教育や啓発などを行います。	健康推進課 高齢福祉課
②自分自身の心の健康に関心を持つとともに、家族や周囲の人の心の健康にも配慮する等の啓発を行います。	健康推進課 高齢福祉課

4 気軽に相談しよう

<市民の行動指針>

- ①相談できる場所があることを知り、周囲にも伝えよう。
- ②心の健康に不安があるときは、早めに相談し、必要に応じて医療機関を受診しよう。

<市の事業方針>

市の事業方針	担当課等
①ストレスや悩み事を気軽に相談できる窓口を周知し、サービスを必要としている人が利用できるようPRします。	健康推進課 高齢福祉課 社会福祉課 子育て支援課 保育園・幼稚園 児童館 子育て支援センター 小・中学校 産業課
②心の健康に関する多様な相談を受けられる体制の拡充とサービスの充実に努めます。	健康推進課 高齢福祉課 社会福祉課 子育て支援課 保育園 児童館 子育て支援センター 小・中学校 産業課

□4 禁煙の推進と受動喫煙の防止（たばこ） □

■現状と課題■

喫煙は、がんをはじめとする様々な疾患の危険因子とされています。アンケート調査を見ると、たばこを吸っている人は男性に多くみられます（男性29.2%：女性10.4%）。年代別では、男性は30歳代（46.9%）、40歳代（38.5%）に多く、女性は40歳代（18.5%）、20歳代（16.7%）で多くみられます。また、妊婦の喫煙もわずかながら（妊娠届出時に1.7%）みられます。

このように、喫煙する人は、性別や年代別の差が大きいので、こうした特性を踏まえた啓発や情報提供が必要です。

たばこをやめたいと思っている人は、男性喫煙者の53.5%、女性喫煙者の71.4%を占めています。禁煙したい人が増加し、禁煙希望者が専門的な治療を受けながら禁煙できるよう支援することが必要です。

たばこは、周りの人の受動喫煙防止にも注意が必要です。アンケート調査では、喫煙時に周囲の迷惑に気を配っていない人（「気をつけていることはない」人）が18.5%みられ、特に男性（24.1%）に多くみられます。家庭内での受動喫煙では子どもが被害者となる可能性が高く、特に配慮するよう意識を高めていく必要があります。また、健康増進法第25条では、「多数の者が利用する施設を管理する者は、受動喫煙を防止するために必要な措置を講ずるよう努めなければならない」とされています。したがって、喫煙者本人だけでなく、人が集まる場所の分煙・禁煙化を進めるなど、社会全体で受動喫煙予防にとりくむ必要があります。

また、たばこは、成長期である未成年者には有害なものであることを全ての市民が理解し、未成年者の喫煙を防止する意識を高めていくことが必要です。同時に、妊婦の喫煙も防止していくとくみが必要です。

図 4-11 喫煙状況

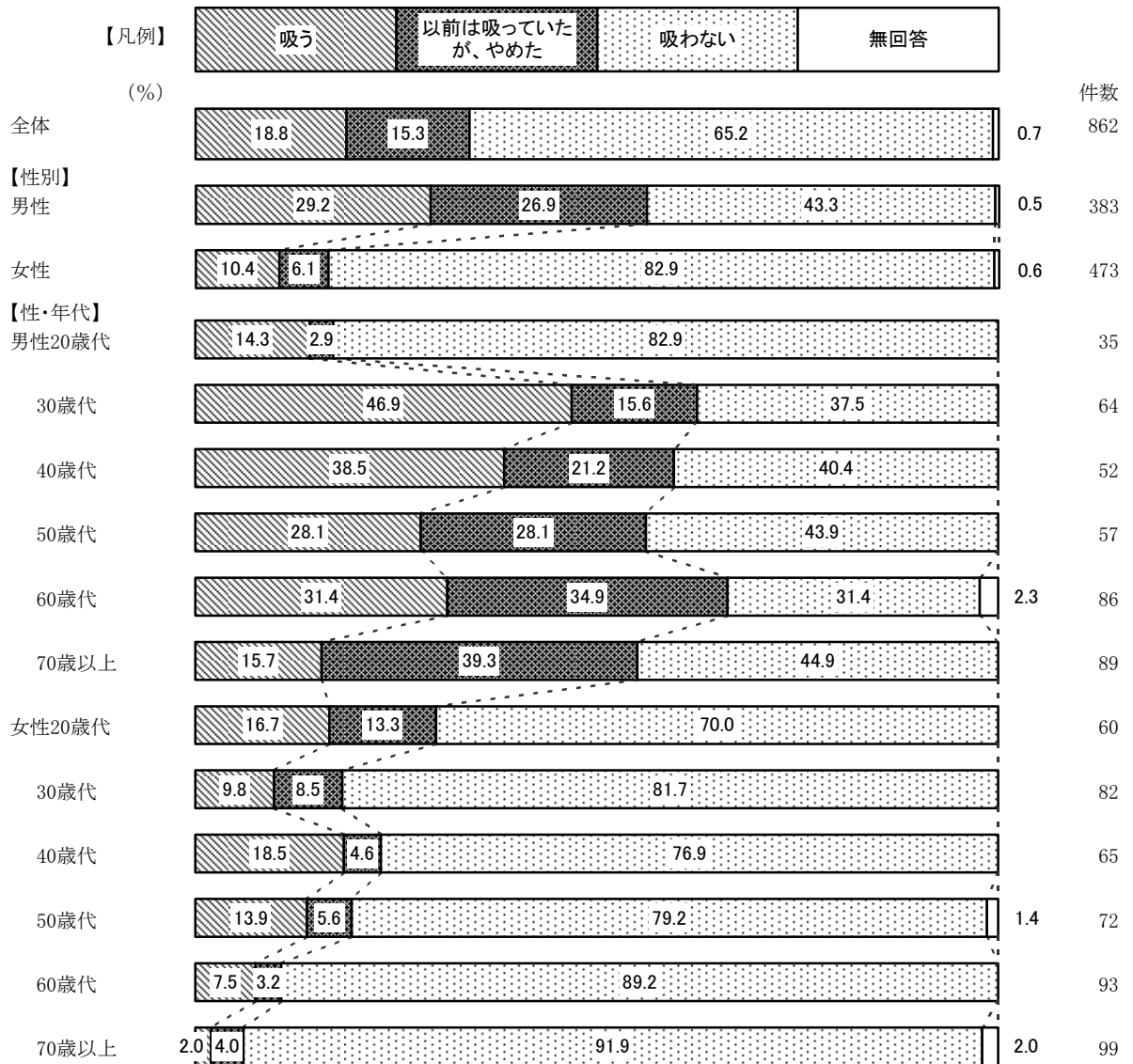
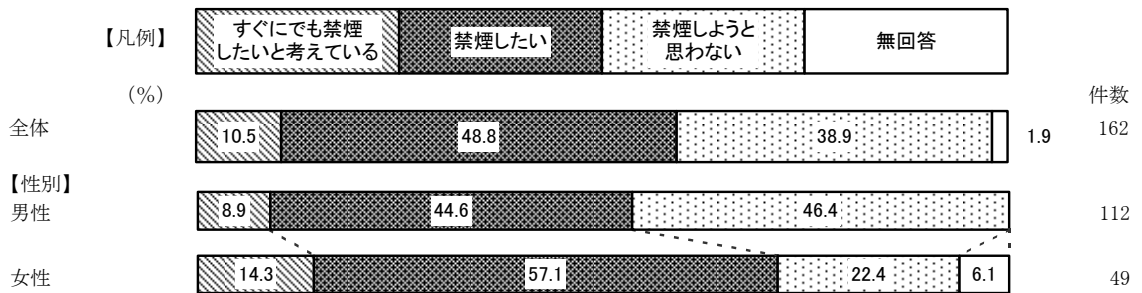
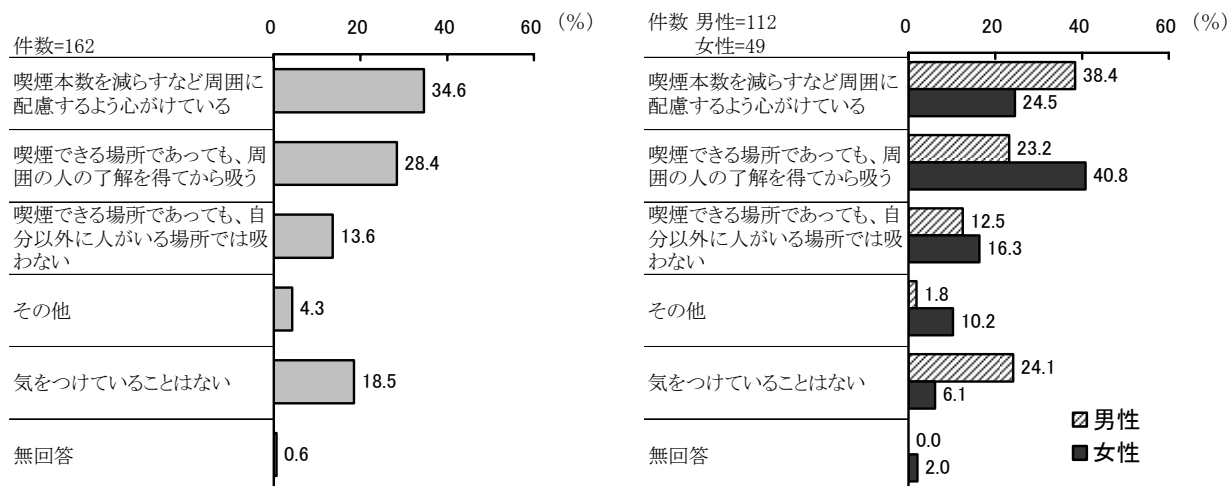


図 4-12 禁煙意向



資料：清須市健康に関するアンケート調査（平成22年度）

図4-13 受動喫煙への配慮



資料：清須市健康に関するアンケート調査（平成22年度）

【参考】妊娠届出時の喫煙状況

年度	妊娠届出数		喫煙者	
	人	%	人	%
18	658	100.0	13	2.0
19	657	100.0	21	3.2
20	707	100.0	20	2.8
21	765	100.0	13	1.7

■健康へのとりくみ指針■

1 たばこの有害性を理解しよう

<市民の行動指針>

- ①たばこの有害性を理解し、禁煙しよう。
- ②禁煙希望者は、相談機関を知り、専門的なサポートを活用しよう。

<市の事業方針>

市の事業方針	担当課等
①健診結果の活用も含め、喫煙の有害性を具体的にわかりやすく伝え、可能な限り禁煙を促します。	健康推進課 高齢福祉課 小・中学校
②医療機関との連携により、禁煙治療が必要だと考えられる対象者に専門医療機関等の情報提供を行います。	健康推進課 高齢福祉課

2 家庭や社会で受動喫煙を防止しよう

<市民の行動指針>

- ①喫煙者は、マナーを守ろう。
- ②周囲の人や家族、特に子どもの受動喫煙を防止しよう。

<市の事業方針>

市の事業方針	担当課等
①受動喫煙の有害性などを情報提供し、喫煙者のマナー遵守を啓発します。	健康推進課 高齢福祉課
②子どもの受動喫煙を防止するよう指導・啓発するとともに、あらゆる場所での受動喫煙防止を啓発します。	健康推進課 高齢福祉課 小・中学校 人事秘書課

3 未成年者の喫煙を防止しよう

<市民の行動指針>

- ①未成年者のたばこの有害性を知り、伝えよう。
- ②安易に手が出せないよう配慮しよう。

<市の事業方針>

市の事業方針	担当課等
①未成年者の喫煙などの有害性を、未成年者本人だけでなく家族や周囲の大人たちにも周知し、未成年者の喫煙防止を図ります。	健康推進課 高齢福祉課 小・中学校

4 妊婦の喫煙を防止しよう

<市民の行動指針>

- ①たばこが胎児に及ぼす影響について理解しよう。
- ②妊娠中は禁煙しよう。
- ③出産後も禁煙しよう。

<市の事業方針>

市の事業方針	担当課等
①妊娠中の喫煙の有害性を啓発し、妊婦の喫煙を防止するとともに、出産後の喫煙を防止します。	健康推進課 子育て支援課

□5 過度な飲酒の防止（アルコール） □

■現状と課題■

お酒を飲む人は男性に多くみられます（男性59.3%：女性30.4%）。年代別では、男性30歳代（70.3%）、40歳代（67.3%）、50歳代（64.9%）、60歳代（61.6%）に多くみられます。お酒を「飲まない(飲めない)」「以前は飲んでいたが、やめた」を合わせた飲酒の習慣はないと判断される人は、男性では38.6%、女性では66.4%を占めています。

適度な飲酒はストレス解消効果なども期待されますが、過度な飲酒は生活習慣病の原因となったり、アルコール依存症を引き起こしたりするなど、健康を害する危険性があります。アンケート調査では、毎日お酒を飲む人が飲酒者の35.1%を占めており、特に男性（45.4%）に多くみられます。また、1日に3合以上のお酒を飲む人は男性で6.6%、女性で2.1%を占めています。毎日飲まないこと、1度にたくさん飲まないことなどを啓発し、節度ある適度な飲酒を推進していく必要があります。

お酒は、成長期である未成年者には有害なものであることを全ての市民が理解し、未成年者の飲酒を防止する意識を高めていくことが必要です。同時に、妊婦の飲酒も防止していくと取り組みが必要です。

図 4-14 飲酒状況

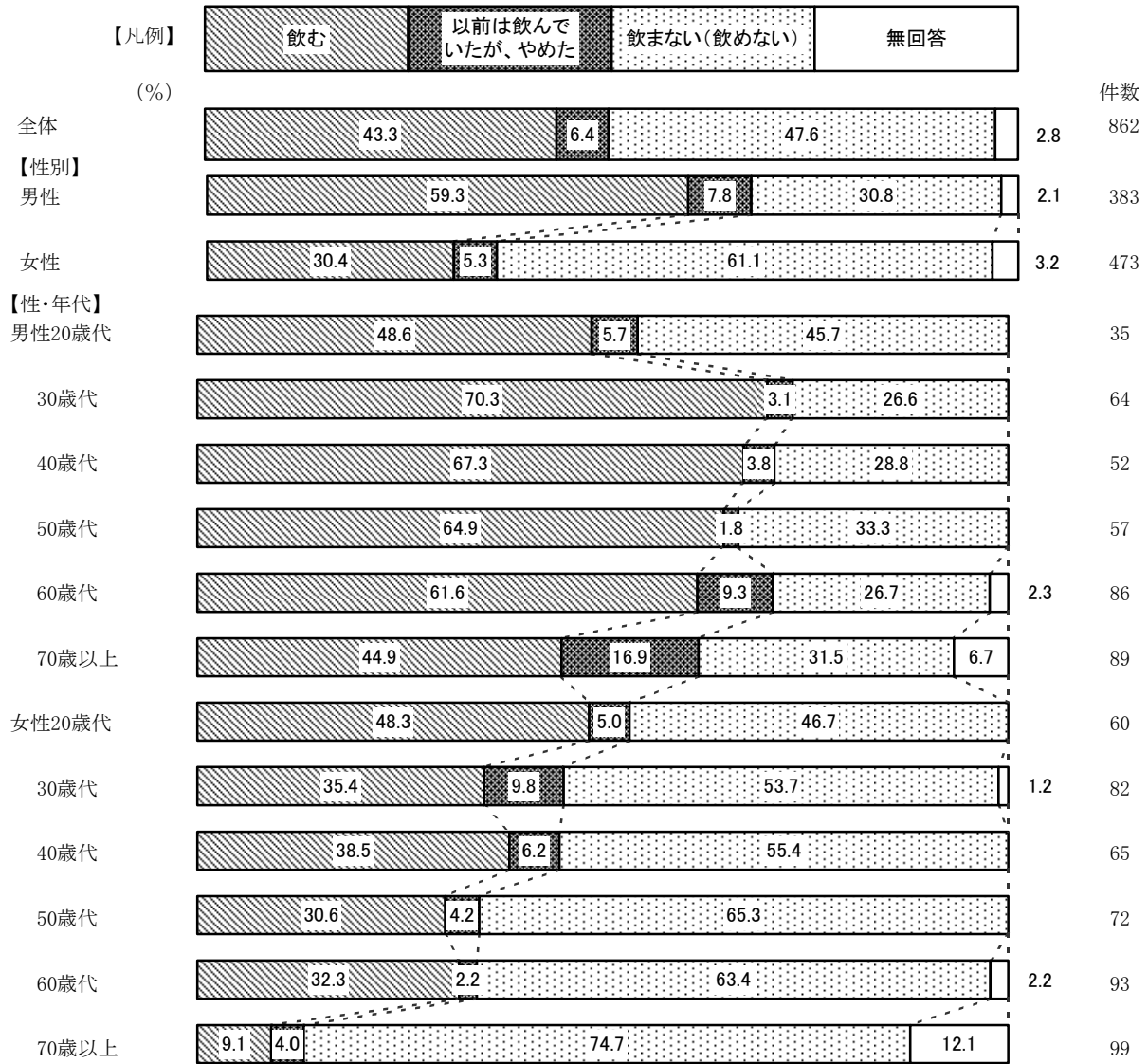
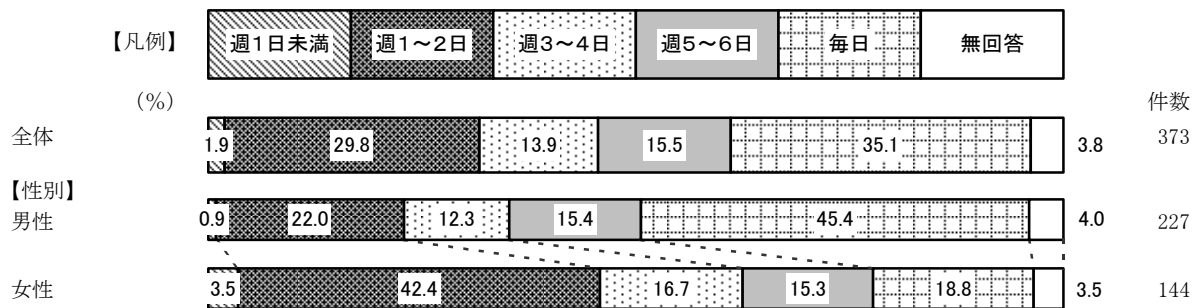
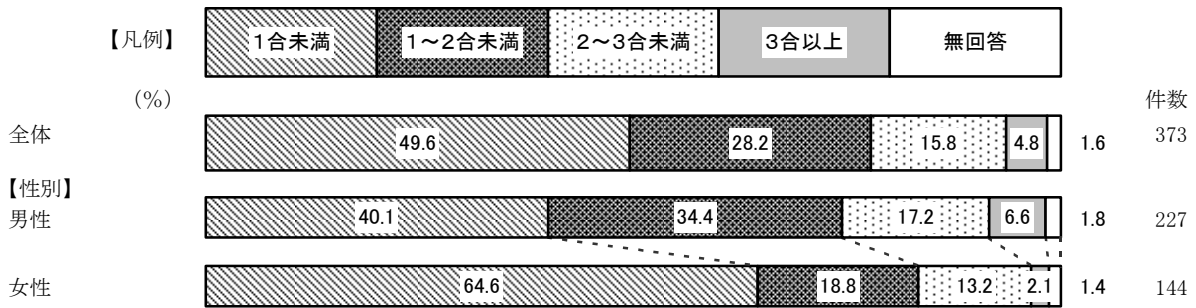


図 4-15 飲酒頻度



資料：清須市健康に関するアンケート調査（平成22年度）

図 4-16 飲酒量



資料：清須市健康に関するアンケート調査（平成22年度）

【参考】妊娠届出時の飲酒状況

年度	妊娠届出数		飲酒者	
	人	%	人	%
18	658	100.0	7	1.1
19	657	100.0	37	5.6
20	707	100.0	20	2.8
21	765	100.0	26	3.4

■健康へのとりくみ指針■

1 節度ある適度な飲酒を実行しよう

＜市民の行動指針＞

- ①適度な飲酒量や習慣を理解しよう。
- ②適正な飲酒をしよう。

＜市の事業方針＞

市の事業方針	担当課等
①過度な飲酒の危険性を理解し、適度な飲酒量を守ることができるよう、相談、指導、情報提供に努めます。	健康推進課 高齢福祉課 社会福祉課
②うつなど、多量飲酒の背景となっている要因を踏まえた支援や情報提供を行います。	健康推進課 高齢福祉課 社会福祉課

2 未成年者の飲酒を防止しよう

<市民の行動指針>

- ①未成年者の飲酒の有害性を知り、伝えよう。
- ②安易に飲めないよう配慮しよう。
- ③未成年者に飲酒をすすめないようにしよう。

<市の事業方針>

市の事業方針	担当課等
①未成年者の飲酒の有害性を、未成年者本人だけでなく家族や周囲の大人たちにも周知し、飲酒の防止を図ります。	健康推進課 高齢福祉課 小・中学校

3 妊婦の飲酒を防止しよう

<市民の行動指針>

- ①妊娠中の飲酒の影響を理解しよう。
- ②妊娠中・授乳中の飲酒はやめよう。

<市の事業方針>

市の事業方針	担当課等
①妊娠中の飲酒の影響を理解し、妊娠中及び授乳中は飲酒しないよう相談、指導、情報提供に努めます。	健康推進課

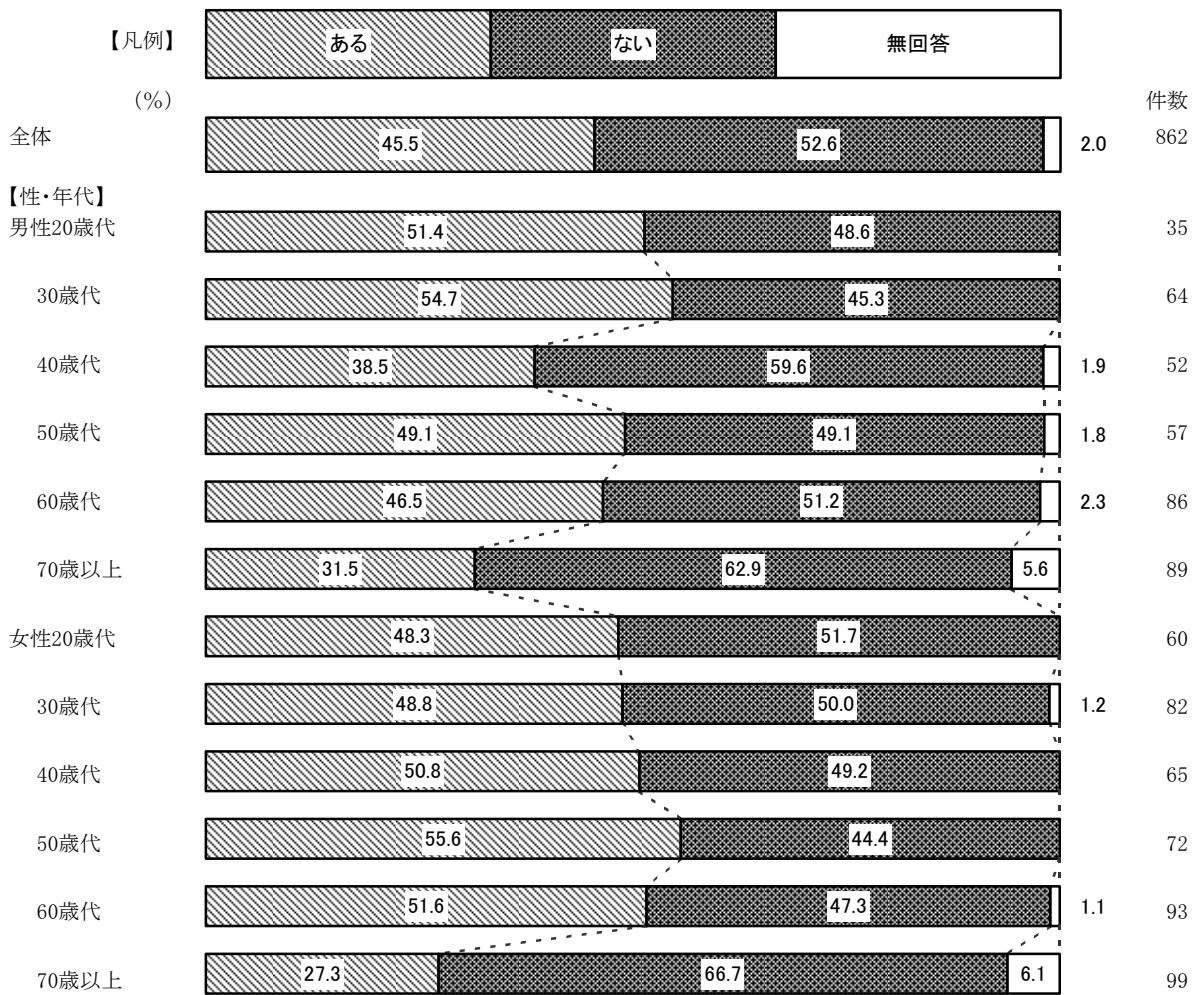
□6 歯と口の健康づくり（歯の健康） □

■現状と課題■

歯と口の健康は、食事や会話など生活の質の維持・向上のために欠かすことのできない課題です。また、近年では、歯と口の健康が、糖尿病などの全身疾患と密接に関連していることがわかってきています。

アンケート調査によると、歯ぐきに異常を感じている人は全体の45.5%を占めています。そしてこれは、20歳代や30歳代などの若い世代でも多くみられており、適切な対処が必要です。毎日の歯のお手入れを適切に行うことができるよう情報提供するとともに、定期的な歯科健診によるむし歯や歯周病の早期発見・早期治療を徹底することなどが 필요합니다。

図 4-17 歯ぐきの異常の有無



資料：清須市健康に関するアンケート調査（平成22年度）

平成20年度以降の、特定健診での歯科健診受診結果では、8～9割の受診者が「要精密検査」であり、30歳代を対象に実施した健診結果でも、6～8割が「要精密検査」となっています。多くの成人が歯と口の健康に課題を抱えている状況にあるといえます。(表2-6、表2-7参照)

また、平成22年度の幼稚園・保育所(園)歯科健康診断実施状況をみると、むし歯は年齢を追うごとに増加していく傾向がみられます。子どもの時期から自らの歯と口の健康に関心を持ち、適切な口腔ケアができるよう指導していく必要があります。(表2-8参照)

■健康へのとりくみ指針■

1 歯と口の健康に関心を持ち、正しい知識を身につけよう

<市民の行動指針>

- ①歯と口を健康に保つための知識を身につけよう。
- ②「8020運動」を理解しよう。
- ③「噛ミング30(カミングサンマル)」※を実践しよう。

<市の事業方針>

市の事業方針	担当課等
①歯と口を健康に保つための正しい知識を身につけられるよう、多様な手段で情報提供、教育、啓発を行います。	健康推進課 高齢福祉課 保育園・幼稚園 児童館 小・中学校 保険年金課
②8020運動や噛ミング30についての情報提供や啓発を行います。	健康推進課 高齢福祉課 保育園・幼稚園 児童館 小・中学校

※一口30回以上噛むことで、食育を推進し、健康寿命の延伸をはかること。

2 歯と口の健康を守ろう

<市民の行動指針>

- ①歯と口を健康に保つための生活習慣を身につけよう。
- ②歯間部清掃用具などを適切に活用しよう。
- ③定期的に歯科健診を受けよう。
- ④かかりつけ歯科医院で定期的に歯面清掃などを受けよう。

<市の事業方針>

市の事業方針	担当課等
①生涯を通じて歯と口を健康に保つことを動機づけるとともに、歯と口の健康を守るための情報提供を行います。	健康推進課 高齢福祉課
②歯間部清掃用具の使用について情報提供、啓発を行います。	健康推進課 高齢福祉課
③必要な健診機会を確保するとともに、市民が適切に受診できるよう情報提供します。	健康推進課 高齢福祉課

□7 感染症予防の推進 □

■現状と課題■

細菌やウイルスによる感染症に対しては、正しい知識の普及を図るとともに、一人ひとりが日常生活において、うがいや手洗いなどの基本的な予防対策を徹底することが必要です。同時に、感染症のまん延と重症化を防ぐため、予防接種の情報提供等を行います。

■健康へのとりくみ指針■

1 感染症に関心を持ち、正しく理解しよう

<市民の行動指針>

- ①感染症の情報に関心を持つ。

<市の事業方針>

市の事業方針	担当課等
①感染症の情報を随時提供し、市民の注意を喚起します。	健康推進課 高齢福祉課 小・中学校 給食センター
②各種感染症を正しく理解し、適切な1次予防、2次予防ができるよう支援します。	健康推進課 高齢福祉課 保育園・幼稚園 小・中学校

2 感染症予防対策を実践しよう

<市民の行動指針>

- ①うがい、手洗いなどの感染症予防対策を実践しよう。
- ②予防接種について正しい知識を持ち、安全に受けよう。

<市の事業方針>

市の事業方針	担当課等
①うがい、手洗い、手指の消毒など、基本的な感染症予防対策の重要性を啓発します。	健康推進課 高齢福祉課 保育園・幼稚園 小・中学校 給食センター
②予防接種についての情報を提供し、安全な接種を啓発します。	健康推進課
③各種予防接種を行うとともに、未接種者への勧奨を行います。	健康推進課 小・中学校

□8 介護予防の推進 □

■現状と課題■

健康寿命の延伸は、介護予防の推進と共通した課題であり、栄養・食生活、身体活動・運動などの各テーマに即した健康づくりは、介護予防にもつながるとりくみといえます。現在、介護予防事業は、主に介護保険制度の下で運用されていますが、生涯にわたる健康づくりを総合的に推進するためにも、効果的な介護予防の推進を図る必要があります。

■健康へのとりくみ指針■

1 早くから介護予防意識を持つ

<市民の行動指針>

- ①生活習慣と介護予防との関連性を知ろう。

<市の事業方針>

市の事業方針	担当課等
①若い時の生活習慣が、将来的な要介護リスクにつながることを周知し、早くから介護予防意識を持つよう啓発します。	健康推進課 高齢福祉課

2 介護予防の大切さを知ろう

<市民の行動指針>

- ①介護予防の重要性を理解しよう。
- ②地域や社会に積極的に参加しよう。

<市の事業方針>

市の事業方針	担当課等
①介護予防の大切さを理解し、積極的に介護予防にとりくむよう啓発します。	高齢福祉課 健康推進課

3 介護予防事業を積極的に活用しよう

<市民の行動指針>

- ①介護予防事業を積極的に活用しよう。

<市の事業方針>

市の事業方針	担当課等
①多様な介護予防事業について情報提供し、積極的な利用を促します。	高齢福祉課

Ⅱ 早期発見・早期治療の推進

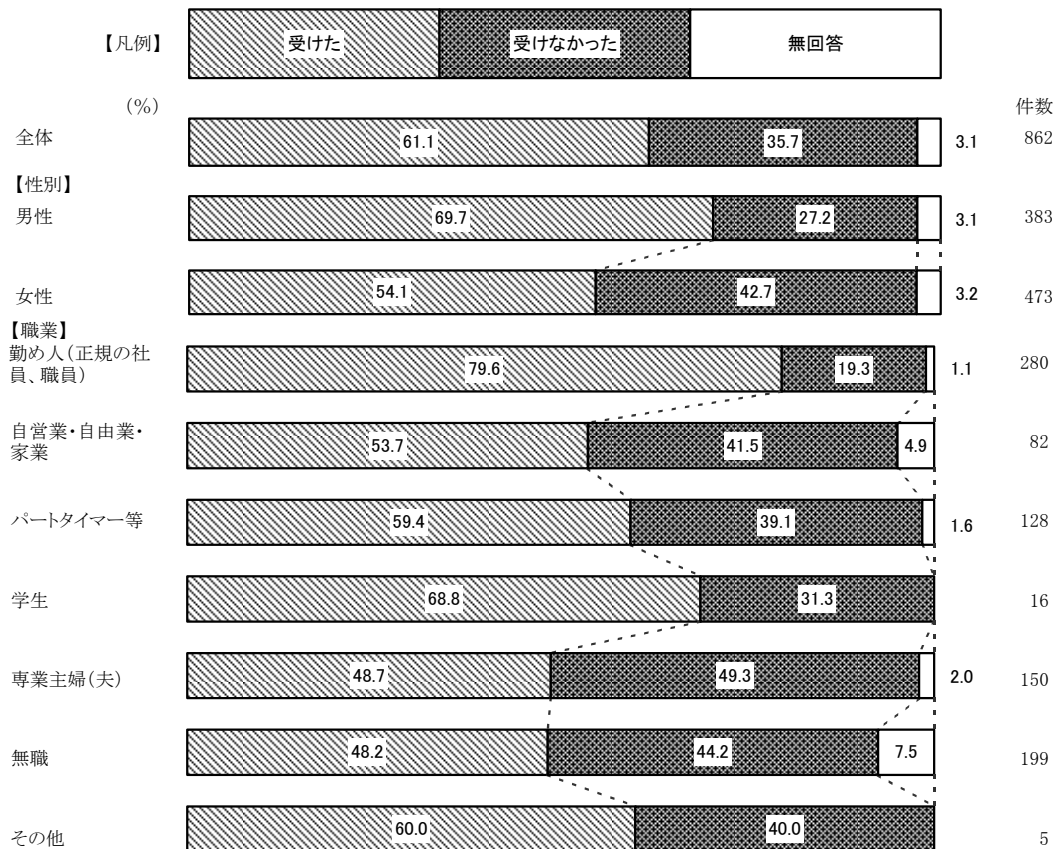
□ 1 健康診査の受診促進と結果の有効活用 □

■ 現状と課題 ■

健康診査は、病気の早期発見のために定期的に受診する必要があります。アンケート調査では、過去1年間に健診を受けた人は61.1%、受けなかった人は35.7%となっています。健診を受けている人の割合は、性、年齢、職業などによって違いがみられます。どのような立場の人にも必要な健診を適切に受診できるようにとりくみが必要です。

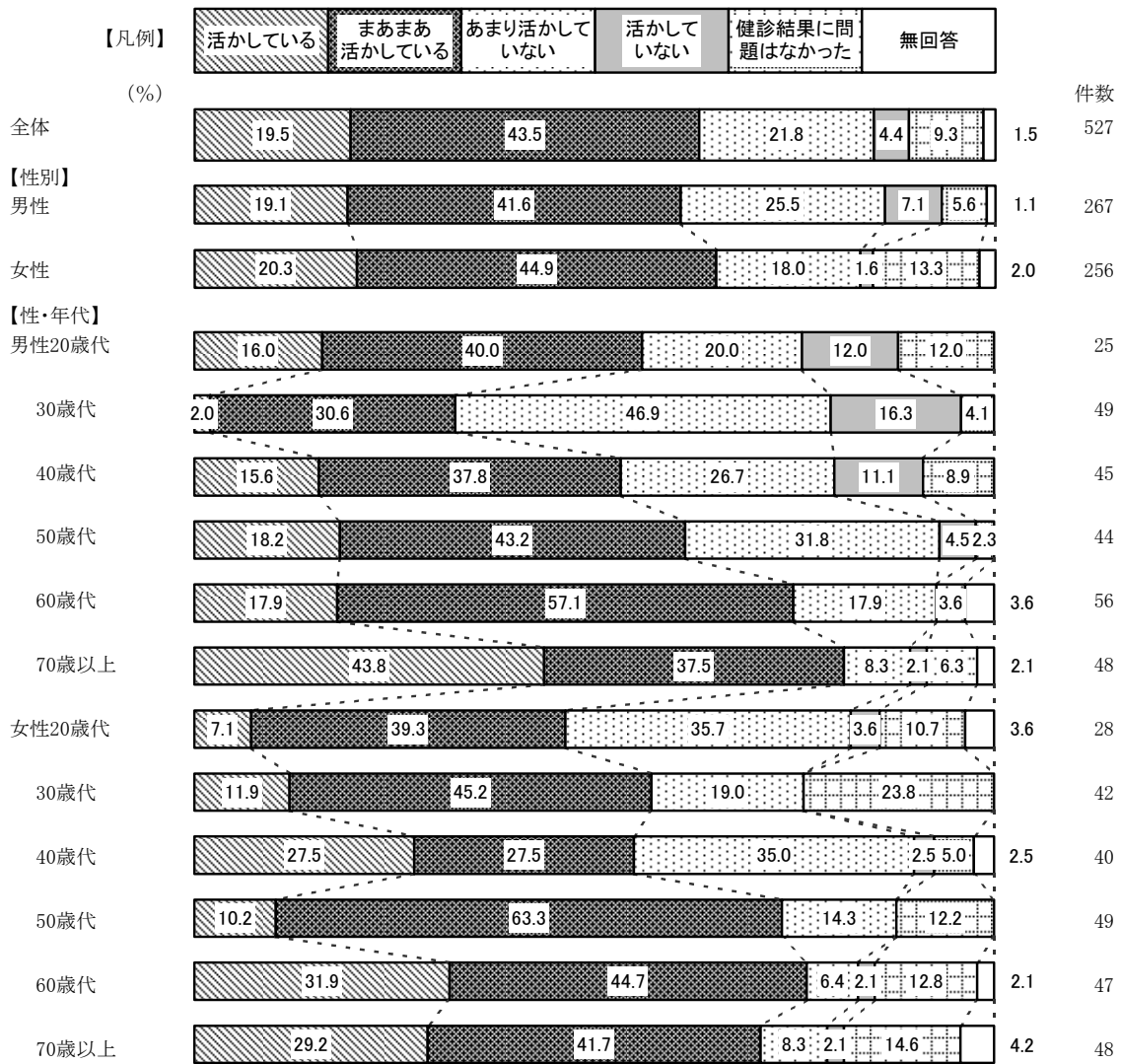
健康診査の結果には、その後の健康づくりに役立つ情報が多く含まれていますが、アンケート調査では健診結果を活かしている人（「活かしている」+「まあまあ活かしている」の計）は63.0%であり、反対に活かしていない人（「あまり活かしていない」+「活かしていない」の計）は26.2%を占めています。健診結果を活かしていない人は、女性（19.6%）よりも男性（32.6%）に多く、また若年層に多くみられる特徴があります。健診結果を健康づくりに活かすことについての情報提供や啓発が必要です。

図 4-18 健診の受診状況



資料：清須市健康に関するアンケート調査（平成22年度）

図 4-19 健診結果の健康づくりへの活用



資料：清須市健康に関するアンケート調査（平成22年度）

■健康へのとりくみ指針■

1 健康診査を受けて自分自身の健康を守ろう

<市民の行動指針>

- ①健康診査の目的を理解しよう。
- ②健康診査を定期的に受診しよう。
- ③自分と家族のために健康を見直そう。

<市の事業方針>

市の事業方針	担当課等
①必要な健診機会を確保するとともに、市民が適切に受診できるよう情報提供します。	健康推進課 高齢福祉課 保険年金課

2 健康診査の結果を活用しよう

<市民の行動指針>

- ①結果を理解し、健康状態を知ろう。
- ②結果に応じて、生活習慣を見直そう。
- ③定期的な受診により、病気の早期発見・早期治療に努めよう。

<市の事業方針>

市の事業方針	担当課等
①結果の見方や日々の健康づくりへの活かし方についての情報提供や相談を行います。	健康推進課 高齢福祉課 保険年金課
②精密検査の必要性の啓発と、要精密検査者への受診勧奨を強化します。	健康推進課 高齢福祉課 保険年金課

3 各種保健サービスを活用しよう

<市民の行動指針>

- ①広報・ホームページ等から市の事業を知ろう。
- ②自分に必要な健康づくり事業をうまく活用しよう。

<市の事業方針>

市の事業方針	担当課等
①市民の健康づくりを支援する各種保健サービスの充実に努めるとともに、分かりやすい情報を提供します。	健康推進課 高齢福祉課 保険年金課

□2 早期治療の推進 □

■現状と課題■

病気にかかってしまった時には、早期治療を心がける必要があります。そのためにもかかりつけ医を持つことを推進し、早い段階で相談し、必要な医療サービスを受けられる環境づくりを進めていく必要があります。かかりつけ医を持つ意味の啓発、情報提供などを進めていく必要があります。

■健康へのとりくみ指針■

1 かかりつけ医を持つ

<市民の行動指針>

- ①かかりつけ医を持つ意味を理解しよう。
- ②かかりつけ医を持つ。

<市の事業方針>

市の事業方針	担当課等
①かかりつけ医を持つ意味を周知し、かかりつけ医を持つことを推進します。	健康推進課 高齢福祉課 保険年金課
②かかりつけ医と専門的機能を持つ病院との連携を推進し、安心して医療が受けられる環境をつくります。	健康推進課 高齢福祉課 保険年金課

2 早い段階で相談して早期治療につなげよう

<市民の行動指針>

- ①健康に不安がある時は、早期に医療機関を受診しよう。

<市の事業方針>

市の事業方針	担当課等
①病気を早期に発見し、早期治療できるよう、なるべく早い段階での受診を促します。	健康増進課 高齢福祉課 保険年金課

Ⅲ 地域保健活動の推進

□1 地域ネットワークづくりの推進 □

■現状と課題■

健康は、全ての人の共通のテーマであり、毎日の生活と切り離せないものです。地域等での様々な活動が、健康づくりのために展開されているものばかりではありませんが、情報提供や助言などを通じて健康増進機能をプラスした活動へと展開できるよう働きかけていくことはとても大切なことです。

また、そうしたグループどうしのつながりを深める場をつくり、交流や情報交換を通じてより効果的な活動を展開できるよう支援していくことも必要です。そのためには、地域内でのグループどうしの交流の促進を図るとともに、地域を超えて交流し情報交換できるネットワーク化を図り、市全体で健康づくりへのとりくみの機運を高めていくことが必要です。そして、多くの市民がグループ等に気軽に参加できるよう支援していくことで参加者の輪を広げ、地域を拠点とする健康づくり活動の活発化を図る必要があります。

■健康へのとりくみ指針■

1 いろいろなグループと連携・協力しよう

<市民の行動指針>

- ①市や各種地域組織・団体等と連携・協力しよう。
- ②積極的に情報交換や意見交換をしよう。

<市の事業方針>

市の事業方針	担当課等
①市民の健康づくり活動の推進のために、地域の各関係機関や団体等が連携・協力できるネットワークづくりを進めます。	健康推進課 高齢福祉課 社会福祉課 生涯学習課 スポーツ課 産業課
②地域における多様な健康づくり活動を推進する核となるリーダー等の人材の確保と育成に努めるとともに、健康づくりグループの育成を図ります。	健康推進課 高齢福祉課 産業課
③地域の健康づくりグループ等との連携を強化します。	健康推進課 高齢福祉課 小・中学校 生涯学習課 スポーツ課 産業課

市の事業方針	担当課等
④食育を中心とする活動を活発化するため、多様な交流や連携を促進します。	健康推進課 高齢福祉課 保育園・幼稚園 児童館 小・中学校 給食センター 生涯学習課 産業課

2 いろいろな場に参加しよう

<市民の行動指針>

- ①市や団体等が実施する健康づくり活動に積極的に参加しよう。

<市の事業方針>

市の事業方針	担当課等
①地域の様々な活動に関する情報を提供するとともに、積極的な参加を啓発します。	健康推進課 高齢福祉課 生涯学習課 スポーツ課 産業課 企画政策課 人事秘書課

3 職場等の健康づくり活動等に参加しよう

<市民の行動指針>

- ①職場や関係団体などが実施する事業に参加しよう。

<市の事業方針>

市の事業方針	担当課等
①職場等で展開されている様々な活動に積極的に参加する意識を啓発します。	健康推進課 高齢福祉課 生涯学習課 スポーツ課 産業課

Ⅳ 清須市の健康づくりに関するとりくみ（平成22年度現在）

清須市では、関係各課で連携を図りながら、市民の健康づくりにとりくんでいきます。さまざまな事業等を通じて、「健康清須21」を推進していきます。

重点課題 担当課等	健康な生活習慣			
	栄養・ 食生活	身体活動・ 運動	休養・ こころ	たばこ
健康推進課	○	○	○	○
高齢福祉課	○	○	○	○
社会福祉課			○	
子育て支援課	○	○	○	
保育園・児童館	○	○	○	
子育て支援センター			○	
学校教育課	○	○	○	○
小学校	○	○	○	○
中学校	○	○	○	○
幼稚園	○	○	○	
給食センター	○			
生涯学習課	○			
スポーツ課		○		
産業課	○		○	
保険年金課				
土木課		○		
都市計画課		○		
企画政策課		○		
人事秘書課				○

※主に関連する担当課等に○をつけています。

の確立				早期発見・ 早期治療の推進		地域保健 活動の推進
アルコール	歯の健康	感染症予防	介護予防	健康診査	早期治療	ネットワーク づくり
○	○	○	○	○	○	○
○	○	○	○	○	○	○
○						○
	○	○				○
	○	○				○
○	○	○				○
○	○	○				○
○	○	○				○
	○	○				○
		○				
						○
						○
			○			○
				○	○	
						○
						○

第V章

計画の推進体制

第V章 計画の推進体制

1 計画の推進

市民の健康づくりを目的とするこの計画の推進には、一人ひとりの日常生活を通じたとりくみ、関係機関や各種団体の活発なとりくみなどが必要となります。したがって、まずは計画の趣旨と内容を市民に周知し、具体的な行動を促していく必要があります。個人によるとりくみも大切ですが、とりくみをより強力に推進していくためには、団体・グループとの連携が不可欠です。市は、地域の健康づくり団体・グループとの連携を密にし、ネットワーク化を進めることで、この計画の推進を図ります。

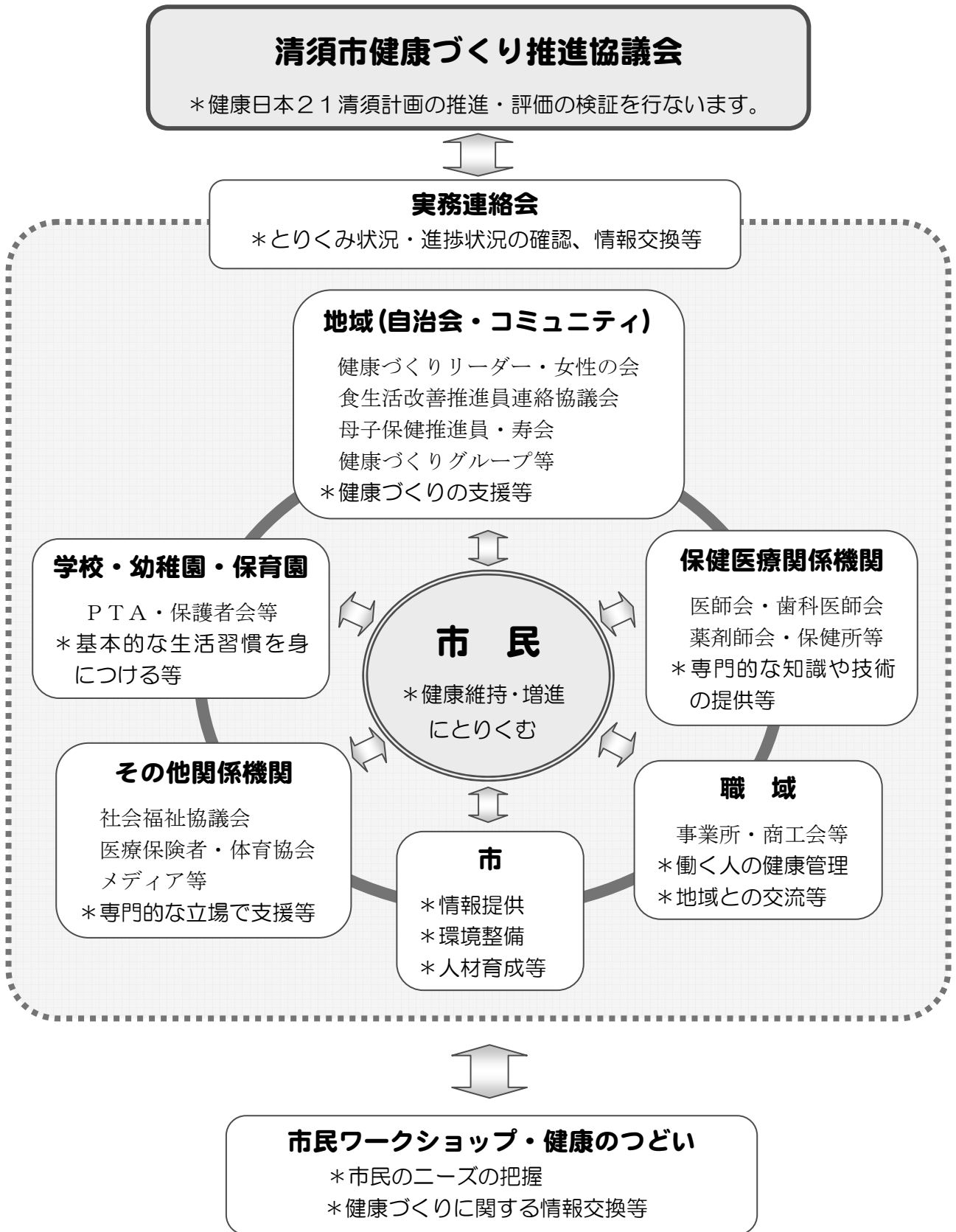
また、市民の多様な活動を支援する目的で設定している「市の事業方針」に合致した各課の具体的事業を明確化し、その進捗状況等を毎年把握・整理します。

2 計画の評価

この計画には、目標年度において評価すべき目標指標を設定しています。目標指標は、主に市民の意識や行動の変化をとらえることに重点を置き、健康習慣が市民にどの程度普及しているかを把握する視点で設定しています。計画の目標年度である平成26年度には、この計画の目標指標を評価・検証し、次の計画の見直し等に反映します。

計画の進行管理や評価・検証は、健康づくり推進協議会を中心に実施します。また、市の関係各課をはじめ、健康づくりリーダーや食生活改善推進員など、健康に関する各種機関との連携も密にして、計画の進行管理や評価を行います。

図5-1 計画の推進（ネットワークの強化）イメージ





資料編

資料編

1 清須市健康づくり推進協議会設置要綱

平成 18 年 11 月 17 日
告示第 47 号

(目的)

第 1 条 市民の生涯を通じての健康づくりを推進するため、清須市健康づくり推進協議会(以下「協議会」という。)を設置し、健康づくりを推進するための施策を総合的及び効果的に実施することを目的とする。

(任務)

第 2 条 協議会は、前条の目的を達成するために、次に掲げる事項を協議する。

- (1) 市民の健康増進に関する基本方針に関すること。
- (2) 保健衛生施設の設置運営に関すること。
- (3) 健康づくり等保健事業に関すること。
- (4) 保健衛生に関する地区組織の育成・支援に関すること。
- (5) その他市民の健康づくりについて市長が必要と認める事項に関すること。

(組織)

第 3 条 協議会は委員 15 人以内で組織する。

2 委員は、次に掲げる者の中から市長が委嘱する。

- (1) 保健医療関係の代表
- (2) 福祉関係の代表
- (3) 教育関係の代表
- (4) 事業所等の代表
- (5) 健康づくり関係団体の代表
- (6) 住民の代表
- (7) 行政関係機関の代表
- (8) 前各号に掲げるもののほか市長が必要と認める者

(委員の任期)

第 4 条 委員の任期は、2 年とする。ただし、再任を妨げない。

2 委員に欠員が生じた場合の補欠の委員の任期は、前任者の残任期間とする。

(会長及び副会長)

第 5 条 協議会に会長及び副会長を置く。

2 会長及び副会長は、委員の互選による。

3 会長は、協議会を代表し、会務を総理する。

- 4 副会長は、会長を補佐し、会長に事故あるとき、又は欠けたときは、その職務を代理する。

(会議)

第6条 協議会の会議(以下「会議」という。)は、会長が招集し議長となる。

- 2 会議は、委員の過半数の出席により成立するものとする。
- 3 会議は、出席委員の過半数をもって決し、可否同数のときは、議長の決するところによる。
- 4 会長は、必要があると認めるときは、委員以外の者に出席を求め、意見を求めることができる。

(庶務)

第7条 協議会の庶務は、健康福祉部健康推進課において処理する。

(雑則)

第8条 この告示に定めるもののほか、協議会に関し必要な事項は、会長が別に定める。

附 則

この告示は、平成18年12月1日から施行する。

2 清須市健康づくり推進協議会委員名簿

(任期 平成 22～23 年度)

所 属 等	氏 名	備 考
医師会代表	加藤 裕	ゆたかクリニック
歯科医師会代表	深尾 裕和	フカオ歯科医院
薬剤師会代表	山口 富美代	浅野薬局
社会福祉協議会代表	小川 禎一	清須市社会福祉協議会会長
高齢者代表	太田 廣史	寿会連合会会長
小中学校 P T A 代表	川島 さかゑ	西枇杷島小 P T A 副会長
女性の会代表	山内 文江	女性の会副会長
商工会代表	関 幹雄	清須市商工会副会長
清須市食生活改善推進員 連絡協議会代表	伊藤 千里	食生活改善推進員会会長
健康づくりリーダー代表	小川 久美子	新川地区健康リーダー
母子保健推進員代表	渡邊 靖子	母子保健推進委員会会長
事業者代表	村上 庄司	豊田合成(株)安全健康推進部 健康管理室健康管理グループ
市民代表	福島 章雄	西枇杷島地区第 4 ブロック 代表市政推進委員
	奥山 留美	春日地区健康づくりグループ代表
愛知県師勝保健所長	木村 隆	
愛知県立大学 看護学部教授	岡本 和士	健康日本 2 1 清須計画策定助言者

敬称略

3 計画の策定経緯

年 月	事 項
平成 22 年 8 月	○第 1 回清須市健康づくり推進協議会開催 ・計画の目的、プロセス、スケジュールについて ●健康に関するアンケート調査実施 ●第 1 回健康づくりをみんなで考える会（ワークショップ）開催
9 月	●第 2 回健康づくりをみんなで考える会（ワークショップ）開催
10 月	○第 2 回清須市健康づくり推進協議会開催 ・清須市の現状、アンケート調査結果、健康づくりをみんなで考える会（ワークショップ）について ●団体ヒアリング実施
12 月	○第 3 回清須市健康づくり推進協議会開催 ・計画骨子素案について
平成 23 年 1 月	○第 4 回清須市健康づくり推進協議会開催 ・計画骨子素案について
1 月～ 2 月	●パブリックコメント実施
3 月	○第 5 回清須市健康づくり推進協議会開催 ・健康日本 21 清須計画について

4 健康に関するアンケート調査結果

1 あなたご自身について

問1 性別はどちらですか。(○は1つ)

N=862

1 男性(383/44.4)	2 女性(473/54.9)	無回答(6/0.7)
----------------	----------------	------------

問2 年齢は次のうちどれですか。(○は1つ)

N=862

1 20～24歳(32/3.7)	5 40～44歳(64/7.4)	9 60～64歳(91/10.6)
2 25～29歳(63/7.3)	6 45～49歳(53/6.1)	10 65～69歳(89/10.3)
3 30～34歳(66/7.7)	7 50～54歳(52/6.0)	11 70～74歳(87/10.1)
4 35～39歳(80/9.3)	8 55～59歳(77/8.9)	12 75歳以上(105/12.2)
		無回答(3/0.3)

問3 居住地区はどちらですか。(○は1つ)

N=862

1 西枇杷島地区(219/25.4)	3 新川地区(227/26.3)	無回答(6/0.7)
2 清洲地区(312/36.2)	4 春日地区(98/11.4)	

問4 現在の職業は何ですか。(○は1つ)

N=862

1 勤め人(正規の社員、職員)(280/32.5)	4 学生(16/1.9)
2 自営業・自由業・家業(82/9.5)	5 専業主婦(夫)(150/17.4)
3 パートタイマー・派遣社員・アルバイト等 (128/14.8)	6 無職(199/23.1)
	7 その他(5/0.6)
	無回答(2/0.2)

問4-1 夜勤はありますか。(○は1つ)

N=490

1 ある(54/11.0)	2 ない(428/87.3)	無回答(8/1.6)
---------------	----------------	------------

問5 家族構成は次のうちどれですか。(○は1つ)

N=862

1 一人暮らし(75/8.7)	5 その他(18/2.1)
2 夫婦のみ(236/27.4)	無回答(12/1.4)
3 二世帯世帯(親と子の世帯)(431/50.0)	
4 三世帯世帯(親と子と孫の世帯)(90/10.4)	

問6 一緒に住んでいるお子さん（18歳以下）はいますか。（○はいくつでも）

N=862

1 乳幼児(92/10.7)	4 高校生相当の年齢の子ども(63/7.3)
2 小学生(92/10.7)	5 該当する子どもはいない(611/70.9)
3 中学生(56/6.5)	無回答(26/3.0)

問7 さしつかえなければ、現在の体重・身長をご記入ください。また、自分の身長からみて理想だと思う体重をご記入ください。

現在の体重 平均58.2kg

N=862

1 40kg未満(15/1.7)	4 60kg台(191/22.2)	7 90kg以上(11/1.3)
2 40kg台(183/21.2)	5 70kg台(100/11.6)	無回答(62/7.2)
3 50kg台(270/31.3)	6 80kg台(30/3.5)	

現在の身長 平均161.2cm

N=862

1 150cm未満(78/9.0)	4 170cm台(154/17.9)	無回答(53/6.1)
2 150cm台(286/33.2)	5 180cm台(23/2.7)	
3 160cm台(268/31.1)	6 190cm以上(0/0.0)	

理想の体重 平均55.4kg

N=862

1 40kg未満(3/0.3)	4 60kg台(181/21.0)	7 90kg以上(1/0.1)
2 40kg台(198/23.0)	5 70kg台(64/7.4)	無回答(161/18.7)
3 50kg台(248/28.8)	6 80kg台(6/0.7)	

現在のBMI 平均22.3

N=862

1 やせ(73/8.5)	3 肥満(147/17.1)
2 正常(574/66.6)	無回答(68/7.9)

問8 自分の適正体重を知っていますか。（○は1つ）

※ 適正体重の計算式：身長（m）×身長（m）×22

N=862

1 知っている(433/50.2)	2 知らない(388/45.0)	無回答(41/4.8)
-------------------	------------------	-------------

2 食生活について

問9 朝食を食べますか。(○は1つ)

N=862

1 ほとんど毎日食べる(740/85.8)	無回答(11/1.3)
2 週4~5日食べる(32/3.7)	
3 週2~3日食べる(23/2.7)	
4 ほとんど食べない(56/6.5)	

問9-1 朝食を毎日食べない理由は何ですか。(○はいくつでも)

N=111

1 時間がないから(ぎりぎりまで寝ていたい)	5 ダイエットのため(4/3.6)
(39/35.1)	6 その他(18/16.2)
2 食欲がないから(30/27.0)	無回答(6/5.4)
3 食べる習慣がないから(28/25.2)	
4 準備や片付けがめんどうだから(5/4.5)	

問10 1日最低1食は、きちんとした食事を家族等2人以上で30分以上かけてとっていますか。
(○は1つ)

N=862

1 はい(585/67.9)	2 いいえ(239/27.7)	無回答(38/4.4)
----------------	-----------------	-------------

問11 食事について、気をつけていることはありますか。(○はいくつでも)

N=862

1 栄養のバランス(495/57.4)	8 カルシウムのとり方(121/14.0)
2 食事の量(365/42.3)	9 味付け(215/24.9)
3 食事をとる時間(209/24.2)	10 外食・インスタント食品を控える (234/27.1)
4 塩分・辛いものを控える(293/34.0)	
5 糖分・甘いものを控える(192/22.3)	11 よく噛む(183/21.2)
6 油ものを控える(283/32.8)	12 その他(15/1.7)
7 野菜のとり方(418/48.5)	13 特にない(107/12.4)
	無回答(16/1.9)

問12 自分にとって適切な食事内容・量を知っていますか。(○は1つ)

N=862

1 知っている(397/46.1)	2 知らない(447/51.9)	無回答(18/2.1)
-------------------	------------------	-------------

問13 外食しますか（持ち帰り弁当等を含む）。（○は1つ）

N=862

- | | |
|------------------------|------------------------|
| 1 毎日外食する(46/5.3) | 4 週に1回以下外食する(424/49.2) |
| 2 週に4～5回外食する(44/5.1) | 5 外食しない(213/24.7) |
| 3 週に2～3回外食する(113/13.1) | 無回答(22/2.6) |

問14 外食や食品を購入するとき、カロリーなどの栄養成分表示を参考にしますか。

(○は1つ)

N=862

- | | |
|-----------------------|----------------------|
| 1 参考にしている(130/15.1) | 3 参考にしていない(335/38.9) |
| 2 参考にする時もある(378/43.9) | 無回答(19/2.2) |

問15 自分の食生活をどのように思いますか。（○は1つ）

N=862

- | | |
|---------------------|-------------|
| 1 よい(76/8.8) | 無回答(12/1.4) |
| 2 まあよい(537/62.3) | |
| 3 あまりよくない(201/23.3) | |
| 4 よくない(36/4.2) | |

問15-1 今後、自分の食生活をどのようにしたいですか。（○は1つ）

N=237

- | | |
|---------------------------|----------------------|
| 1 改善したい(103/43.5) | 3 改善しようと思わない(17/7.2) |
| 2 改善したいができないと思う(116/48.9) | 無回答(1/0.4) |

3 運動について

問16 運動不足を感じていますか。（○は1つ）

N=862

- | | |
|--------------------|---------------------|
| 1 非常に感じる(296/34.3) | 3 あまり感じない(131/15.2) |
| 2 やや感じる(355/41.2) | 4 感じない(68/7.9) |
| | 無回答(12/1.4) |

問17 日頃から意識的に身体を動かすことを心がけていますか。（○は1つ）

N=862

- | | |
|---------------------|------------------|
| 1 心がけている(478/55.5) | 3 わからない(86/10.0) |
| 2 心がけていない(283/32.8) | 無回答(15/1.7) |

問18 1回30分以上の運動を週2回以上実施していますか。(○は1つ)

N=862

- | | |
|----------------------------|-------------|
| 1 1年以上実施している(211/24.5) | 無回答(62/7.2) |
| 2 1年にはならないが実施している(96/11.1) | |
| 3 該当する運動は実施していない(493/57.2) | |

問18-1 運動をしていない理由は何ですか。(○は3つまで)

N=493

- | | |
|--------------------------|-----------------------------|
| 1 運動が嫌い・苦手だから(57/11.6) | 7 めんどうだから(146/29.6) |
| 2 何をしてよいかわからないから(49/9.9) | 8 必要ないから(10/2.0) |
| 3 忙しくて時間がないから(236/47.9) | 9 健康上の理由でやれないから(48/9.7) |
| 4 近くに運動施設がないから(45/9.1) | 10 意思が弱く、長続きしないから(121/24.5) |
| 5 一緒にやる仲間がないから(46/9.3) | 11 その他(41/8.3) |
| 6 経済的なゆとりがないから(38/7.7) | 12 特に理由はない(38/7.7) |
| | 無回答(2/0.4) |

問18-2 今後、自分の運動習慣をどのようにしたいですか。(○は1つ)

N=493

- | | |
|---------------------------|-----------------------|
| 1 改善したい(201/40.8) | 3 改善しようと思わない(63/12.8) |
| 2 改善したいができないと思う(214/43.4) | 無回答(15/3.0) |

4 ストレスや休養について

問19 この1か月間に、ストレスを感じましたか。(○は1つ)

N=862

- | | |
|--------------------|-----------------------|
| 1 大いに感じた(183/21.2) | 3 あまり感じなかった(289/33.5) |
| 2 多少感じた(310/36.0) | 4 まったく感じなかった(58/6.7) |
| | 無回答(22/2.6) |

問19-1 ストレスが大きくて、逃げ出したいと思うことがありますか。(○は1つ)

N=493

- | | | |
|----------------|-----------------|------------|
| 1 はい(249/50.5) | 2 いいえ(238/48.3) | 無回答(6/1.2) |
|----------------|-----------------|------------|

問19-2 自分なりのストレス解消方法を持っていますか。(○は1つ)

N=493

1 持っている(320/64.9)	3 どちらともいえない(96/19.5)
2 持っていない(66/13.4)	無回答(11/2.2)

問19-3 それはどのようなストレス解消方法ですか。(○はいくつでも)

N=320

1 睡眠や休息をとる(163/50.9)	7 友達や家族と話す(152/47.5)
2 お酒を飲む(92/28.8)	8 旅行・ドライブをする(83/25.9)
3 たばこを吸う(40/12.5)	9 カラオケをする・歌う(42/13.1)
4 スポーツ・身体を動かす(80/25.0)	10 音楽を聴く(65/20.3)
5 買い物に出かける(130/40.6)	11 インターネットをする(29/9.1)
6 何かを食べる(89/27.8)	12 その他(49/15.3)
	無回答(0/0.0)

問20 睡眠時間は平均して何時間くらいですか。(○は1つ)

N=862

1 5時間未満(84/9.7)	4 7～8時間未満(175/20.3)
2 5～6時間未満(264/30.6)	5 8時間以上(50/5.8)
3 6～7時間未満(280/32.5)	無回答(9/1.0)

問21 普段、十分眠れていますか。(○は1つ)

N=862

1 十分眠れている(265/30.7)	3 あまり眠れていない(153/17.7)
2 まあまあ眠れている(430/49.9)	4 まったく眠れていない(4/0.5)
	無回答(10/1.2)

問22 普段とっている睡眠で疲れがとれていますか。(○は1つ)

N=862

1 十分とれている(118/13.7)	3 あまりとれていない(212/24.6)
2 まあまあとれている(500/58.0)	4 まったくとれていない(20/2.3)
	無回答(12/1.4)

問23 睡眠について次のようなことがありますか。(○はいくつでも)

N=862

1 寝つきが悪い(154/17.9)	6 アルコールを飲む(74/8.6)
2 夜中に何度も目がさめる(242/28.1)	7 その他(21/2.4)
3 朝早く目がさめる(249/28.9)	8 特にない(272/31.6)
4 昼間も眠くて、集中できない(103/11.9)	無回答(34/3.9)
5 睡眠薬、精神安定剤などの睡眠補助品を使用する(66/7.7)	

問24 現在の生きがい、楽しみとなっているものは何ですか。(○は3つまで)

N=862

1 仕事(141/16.4)	7 子どもや孫の成長(306/35.5)
2 文化・教養・学習活動(62/7.2)	8 友人・知人とのつながり(287/33.3)
3 スポーツ(105/12.2)	9 職場仲間とのつながり(32/3.7)
4 趣味活動(257/29.8)	10 テレビ(182/21.1)
5 地域活動(自治会、老人会、PTA、ボランティア等)(42/4.9)	11 その他(37/4.3)
6 家族とのつながり(338/39.2)	12 特にない(68/7.9)
	無回答(12/1.4)

問25 保健センターや市役所に、心の健康相談窓口があることを知っていますか。(○は1つ)

※ 市内の保健センターで、定期的に臨床心理士による「心の健康相談」や医師による「うつ相談」などを実施しています。

N=862

1 知っている(335/38.9)	2 知らない(511/59.3)	無回答(16/1.9)
-------------------	------------------	-------------



5 たばこについて

問26 たばこを吸いますか。(○は1つ)

N=862

- 1 吸う(162/18.8) → 1日平均()本
 - 2 以前は吸っていたが、やめた(132/15.3) → ()歳まで吸っていた
 - 3 吸わない(562/65.2) → 問27へ
- 無回答(6/0.7)

喫煙本数 平均 17.5本

N=162

- | | |
|-------------------|------------------|
| 1 1～9本(14/8.6) | 4 30～39本(11/6.8) |
| 2 10～19本(65/40.1) | 5 40本以上(9/5.6) |
| 3 20～29本(61/37.7) | 無回答(2/1.2) |

問26-1 吸い始めたのはいつからですか。(○は1つ)

N=162

- | | | |
|-----------------|----------------------|-----------------|
| 1 小学校時代(0/0.0) | 3 中学卒業後～19歳(59/36.4) | 5 30歳以降(14/8.6) |
| 2 中学校時代(14/8.6) | 4 20歳代(74/45.7) | 無回答(1/0.6) |

問26-2 他人がいる場所でたばこを吸う時に、周囲の迷惑にならないよう気をつけていることはありますか。(○は1つだけ)

N=162

- 1 喫煙できる場所であっても、自分以外に人がいる場所では吸わない(22/13.6)
 - 2 喫煙できる場所であっても、周囲の人の了解を得てから吸う(46/28.4)
 - 3 喫煙本数を減らすなど周囲に配慮するよう心がけている(56/34.6)
 - 4 その他(7/4.3)
 - 5 気をつけていることはない(30/18.5)
- 無回答(1/0.6)

問26-3 禁煙したいと思いますか。(○は1つ)

N=162

- 1 すぐにでも禁煙したいと考えている(17/10.5) 無回答(3/1.9)
- 2 禁煙したい(79/48.8)
- 3 禁煙しようと思わない(63/38.9)

問26-4 保険適用となった禁煙外来（医師の指示をあおぎながら禁煙をめざすもの）を利用したいと思いますか。（○は1つ）

N=162

- | | |
|-----------------------|------------------|
| 1 利用したい(38/23.5) | 3 わからない(62/38.3) |
| 2 利用したいと思わない(58/35.8) | 無回答(4/2.5) |

▶ 喫煙していた年齢 平均 46.8 歳

N=132

- | | | |
|-------------------|-------------------|------------|
| 1 20歳代まで(16/12.1) | 4 50歳代まで(24/18.2) | 無回答(7/5.3) |
| 2 30歳代まで(28/21.2) | 5 60歳代まで(22/16.7) | |
| 3 40歳代まで(23/17.4) | 6 70歳以降まで(12/9.1) | |

問26-5 禁煙をした動機は何ですか。（○はいくつでも）

N=132

- | |
|------------------------------------|
| 1 健康に悪いから(76/57.6) |
| 2 病気をしたから(40/30.3) |
| 3 経済的な理由から(18/13.6) |
| 4 人からやめるように言われたから(14/10.6) |
| 5 喫煙が社会的に受け入れられにくくなっているから(19/14.4) |
| 6 その他(15/11.4) |
| 7 特にない(4/3.0) |
| 無回答(4/3.0) |

問27 たばこが影響する病気として知っているのはどれですか。（○はいくつでも）

N=862

- | | |
|----------------------|-----------------------|
| 1 肺がん(812/94.2) | 6 脳卒中(293/34.0) |
| 2 肺がん以外のがん(173/20.1) | 7 胃かいよう(120/13.9) |
| 3 ぜん息(376/43.6) | 8 妊娠に関連した異常(419/48.6) |
| 4 気管支炎(434/50.3) | 9 歯周病(188/21.8) |
| 5 心臓病(302/35.0) | 10 知らない(9/1.0) |
| | 無回答(33/3.8) |

6 お酒について

問28 「節度ある適度な飲酒」として、1日平均ビール中瓶1本程度（純アルコールで約20g）とされていますが、あなたはこのことを知っていますか。（○は1つ）

【参考：1日平均純アルコールで約20gのお酒への換算の目安】

お酒の種類	ビール	清酒	ウィスキー・ブランデー	焼酎（35度）	ワイン
量	中瓶1本程度	1合 180ml	ダブル60ml	0.5合 90ml	2杯 240ml

N=862

1 知っている(329/38.2) 2 知らない(485/56.3) 無回答(48/5.6)

問29 お酒（洋酒・日本酒・ビール・焼酎・ワイン等）を飲みますか。（○は1つ）

N=862

1 飲む(373/43.3) → 1週間のうち（ ）日くらい
 2 以前は飲んでいたが、やめた(55/6.4)
 3 飲まない（飲めない）(410/47.6)
 無回答(24/2.8)

お酒を飲む日数 平均 4.4 日

N=373

1 週1日未満(7/1.9) 3 週3～4日(52/13.9) 5 毎日(131/35.1)
 2 週1～2日(111/29.8) 4 週5～6日(58/15.5) 無回答(14/3.8)

問29-1 1日に飲むお酒の量は平均してどのくらいですか。（○は1つ）

※ ビール中瓶1本（500ml）、焼酎0.5合、ウィスキー・ブランデーダブル1杯、ワイングラス2杯を日本酒1合とします。

N=373

1 1合未満(185/49.6) 3 2～3合未満(59/15.8)
 2 1～2合未満(105/28.2) 4 3合以上(18/4.8)
 無回答(6/1.6)

問29-2 今後、「節度ある適度な飲酒」（1日平均ビール中瓶1本程度の飲酒）を実行したいと思いませんか。（○は1つ）

N=373

1 実行したい(227/60.9) 3 実行しようと思わない(73/19.6)
 2 実行したいができないと思う(60/16.1) 無回答(13/3.5)

7 歯の健康について

問30 現在、自分の歯は何本ありますか。(〇は1つ) ※治療している歯も含みます。

N=862

1 0本(38/4.4)	4 20~23本(133/15.4)
2 1~9本(69/8.0)	5 24~27本(190/22.0)
3 10~19本(90/10.4)	6 28本以上(316/36.7)
	無回答(26/3.0)

問31 歯ぐきがはれたり、歯みがき時に出血することがありますか。(〇は1つ)

N=862

1 ある(392/45.5)	2 ない(453/52.6)	無回答(17/2.0)
----------------	----------------	-------------

問32 歯の健康管理として、どのようなことをしていますか。(〇はいくつでも)

N=862

1 歯みがきを1日2回以上する(543/63.0)
2 自分の歯ブラシがある(684/79.4)
3 かかりつけの歯医者がある(403/46.8)
4 フッ素入りの歯磨剤を使用している(150/17.4)
5 歯の治療を早めに受けるようにしている(233/27.0)
6 デンタルフロス、歯間ブラシなどの歯の間を清掃する器具を使用している (224/26.0)
7 定期的に歯科健診を受ける(202/23.4)
8 その他(12/1.4)
9 何もしていない(29/3.4)
無回答(23/2.7)

問33 この1年間に歯科医院に行きましたか。(〇は1つ)

N=862

1 行った(453/52.6)	2 行かなかった(396/45.9)	無回答(13/1.5)
-----------------	--------------------	-------------

問33-1 どのようなことで行きましたか。(〇はいくつでも)

N=453

1 むし歯や歯周病の治療(247/54.5)	4 歯面の清掃(133/29.4)
2 歯科健診(153/33.8)	5 その他(44/9.7)
3 歯石の除去(188/41.5)	無回答(5/1.1)

問34 「8020（ハチマルニイマル）運動」（80歳になっても20本以上自分の歯を残そうという運動）について知っていますか。（○は1つ）

N=862

- | | |
|---------------------------------|------------------|
| 1 内容を知っている(438/50.8) | 3 知らない(227/26.3) |
| 2 言葉を聞いたことがあるが内容は知らない(173/20.1) | 無回答(24/2.8) |

問35 「歯周病」（歯肉の炎症が進行することで歯を支えている組織が破壊される病気）について知っていますか。（○は1つ）

N=862

- | | |
|---------------------------------|----------------|
| 1 内容を知っている(542/62.9) | 3 知らない(77/8.9) |
| 2 言葉を聞いたことがあるが内容は知らない(214/24.8) | 無回答(29/3.4) |

8 健康全般について

問36 現在、健康的な生活習慣を送っていると思いますか。（○は1つ）

N=862

- | | |
|----------------------------|------------------|
| 1 そう思う(168/19.5) | 4 そう思わない(53/6.1) |
| 2 どちらかといえばそう思う(408/47.3) | 無回答(19/2.2) |
| 3 どちらかといえばそう思わない(214/24.8) | |

問37 自分の健康状態をどのように感じていますか。（○は1つ）

N=862

- | | |
|---------------------------|-----------------|
| 1 健康である(136/15.8) | 4 健康でない(45/5.2) |
| 2 どちらかといえば健康である(496/57.5) | 無回答(13/1.5) |
| 3 どちらかといえば健康でない(172/20.0) | |

問38 健康に関してどのような悩みや不安がありますか。（○はいくつでも）

N=862

- | | |
|---------------------------------------|------------------------|
| 1 体力に関すること(316/36.7) | 6 もの忘れに関すること(128/14.8) |
| 2 体重に関すること(274/31.8) | 7 歯に関すること(150/17.4) |
| 3 整形外科的な病気（腰痛・関節の病気等）に関すること(277/32.1) | 8 その他(29/3.4) |
| 4 内科的な病気に関すること(237/27.5) | 9 特にない(113/13.1) |
| 5 精神的な病気に関すること(106/12.3) | 無回答(30/3.5) |

問39 普段健康に気をつけていますか。(○は1つ)

N=862

1 気をつけている(268/31.1)	3 あまり気をつけていない(192/22.3)
2 少し気をつけている(351/40.7)	4 気をつけていない(20/2.3)
	無回答(31/3.6)

問39-1 健康に気をつけるようになったきっかけは何ですか。(○は3つまで)

N=619

1 自分や家族、友人が病気をしたから(266/43.0)
2 家族や友人にすすめられたから(44/7.1)
3 健康診断を受けたから(165/26.7)
4 医師などにすすめられたから(57/9.2)
5 TV・新聞等の健康記事をみて(139/22.5)
6 厄年・子どもの誕生・更年期等人生の節目を迎えたから(95/15.3)
7 市のパンフレットや講演会などで(6/1.0)
8 その他(51/8.2)
9 特にない(77/12.4)
無回答(16/2.6)

問40 「生活習慣病」(がん、心臓病、脳卒中、糖尿病、歯周病など日頃の生活習慣が発症に深く関与する病気)について知っていますか。(○は1つ)

N=862

1 内容を知っている(527/61.1)	3 知らない(39/4.5)
2 言葉を聞いたことがあるが内容は知らない(276/32.0)	無回答(20/2.3)

問41 生活習慣病予防のために、健康的な生活習慣に改めたいと思いますか。(○は1つ)

N=862

1 すでに改めている(151/17.5)	3 改めたいと思ってもできない(178/20.6)
2 改めたいと思う(476/55.2)	4 改める気持ちはない(33/3.8)
	無回答(24/2.8)

問42 「内臓脂肪症候群」(メタボリックシンドローム:内臓脂肪が蓄積することによって、高血圧、高血糖、脂質異常を伴い、心臓病、脳卒中、糖尿病などの生活習慣病を発症しやすい状態)について知っていますか。(○は1つ)

N=862

1 内容を知っている(564/65.4)	3 知らない(39/4.5)
2 言葉を聞いたことがあるが内容は知らない(242/28.1)	無回答(17/2.0)

問43 過去1年間に、健診（健康診断や健康診査）や人間ドックを受けましたか。（○は1つ）

※ がん検診、妊産婦健診、歯科健診、病院や診療所で行う診療としての検査は、健診に含みません。

N=862

1 受けた(527/61.1)	2 受けなかった(308/35.7)	無回答(27/3.1)
-----------------	--------------------	-------------

問43-1 健診結果に関心をもち、その後の健康づくりに活かしていますか。（○は1つ）

N=527

1 活かしている(103/19.5)	3 あまり活かしていない(115/21.8)
2 まあまあ活かしている(229/43.5)	4 活かしていない(23/4.4)
	5 健診結果に問題はなかった(49/9.3)
	無回答(8/1.5)

問44 過去1年間に、がん検診（胃がん、肺がん、乳がん、子宮がん、大腸がん、前立腺がん）を受けましたか。（○は1つ）

N=862

1 受けた(309/35.8)	無回答(27/3.1)
2 受けなかった(526/61.0)	

問44-1 どの部位の検診を受けましたか。また、それはどこが実施するものでしたか。（○はいくつでも） ※「職場」には、配偶者・扶養者検診で受診された方を含みます。「個人」とは、どこからの補助もなく、自己負担で受診された方のことです。

N=309

1 胃がん(165/53.4)	→	1 市町村(68/41.2)	2 職場(41/24.8)	3 個人(43/26.1)	4 その他(8/4.8)	無回答(5/3.0)
2 肺がん(喀痰)(70/22.7)	→	1 市町村(31/44.3)	2 職場(19/27.1)	3 個人(16/22.9)	4 その他(4/5.7)	無回答(0/0.0)
3 胸部検診(レントゲン)(169/54.7)	→	1 市町村(68/40.2)	2 職場(64/37.9)	3 個人(24/14.2)	4 その他(7/4.1)	無回答(6/3.6)
4 乳がん(130/66.7)	→	1 市町村(70/53.8)	2 職場(28/21.5)	3 個人(24/18.5)	4 その他(5/3.8)	無回答(3/2.3)
5 子宮がん(143/73.3)	→	1 市町村(62/43.4)	2 職場(36/25.2)	3 個人(41/28.7)	4 その他(3/2.1)	無回答(1/0.7)
6 大腸がん(141/45.6)	→	1 市町村(68/48.2)	2 職場(33/23.4)	3 個人(30/21.3)	4 その他(6/4.3)	無回答(4/2.8)
7 前立腺がん(44/38.9)	→	1 市町村(26/59.1)	2 職場(0/0.0)	3 個人(12/27.3)	4 その他(3/6.8)	無回答(3/6.8)
						無回答(4/1.3)

<問43または問44で「2 受けなかった」と答えた方にうかがいます。>

問45 健（検）診を受けなかった理由は何ですか。（〇はいくつでも）

N=575

1	心配な時はいつでも医療機関を受診できるから(125/21.7)
2	定期的に医者にかかっているから(150/26.1)
3	特に気になる症状がないから(210/36.5)
4	時間がとれなかったから(107/18.6)
5	めんどうだから(93/16.2)
6	費用がかかるから(99/17.2)
7	毎年受ける必要性を感じないから(48/8.3)
8	結果が不安だから(51/8.9)
9	検査等に苦痛や不安が伴うから(29/5.0)
10	場所が遠いから(13/2.3)
11	知らなかったから(24/4.2)
12	その他(32/5.6)
	無回答(59/10.3)

9 行政の取り組み等について

問46 市が行っている保健事業を今後利用したいと思いますか。（〇はいくつでも）

N=862

1	健康ライフ応援相談(60/7.0)	10	栄養に関する健康教室(73/8.5)
2	市民健康相談(98/11.4)	11	運動に関する健康教室(114/13.2)
3	栄養相談(30/3.5)	12	歯に関する健康教室(28/3.2)
4	心の健康相談(44/5.1)	13	心に関する健康教室(37/4.3)
5	うつ相談(35/4.1)	14	病気に関する健康教室(81/9.4)
6	高齢者相談(117/13.6)	15	親子で参加する健康教室(48/5.6)
7	介護相談(98/11.4)	16	介護予防教室(48/5.6)
8	歯科相談(30/3.5)	17	その他(9/1.0)
9	特定保健指導(29/3.4)	18	特にない(344/39.9)
			無回答(114/13.2)

問47 問46の他に、あるとよいと思う事業があれば、お書きください。

No.	内 容	件数
	●健康づくり教室や健康相談に関すること	(13)
1	女性特有の子宮や乳がんなどについての相談ができるところや勉強できる教室等がほしい。	1
2	女性の病気に関する相談（できれば女性の先生だと良い）。	1
3	婦人病専門の相談室。	1
4	退職後は人間ドック等の相談が必要。また、土日祝日の相談も必要。	1
5	多くは勤労者に必要な事業内容なのに、その人達が利用できない時間に多く設定されているので意味がない。やるなら夜間や土日祝にやるべきである。	1

No.	内 容	件数
6	どの事業であっても平日は活用できない。	1
7	更年期障害についての相談。	1
8	人に話せない身内のこと。	1
9	健康相談だけでなく、実際に年齢にあった体操をやってほしい。	1
10	痴呆の防止のために脳を使うテクニックの教室。	1
11	健康的にダイエットする教室やウォーキングのイベント。	1
12	相談や教室ではなく、もっと強制力のあるものがあっても良いのでは。ただし市民が 向くのではなく、そちらに出向いてもらう形でないといけない。	1
13	相談と健康教室との内容が重複しているのではないかと思います。	1
●健康診査・がん検診等に関すること		(9)
14	がん・心臓等の各種検査・検診について、個人負担ではなく、市が半分位出してくれる ような医療体制にしてほしい。	1
15	人間ドック等をもっと安くできるような所。	1
16	無料健康診断。	1
17	検診には高い費用がかかると思っていたり、受けたくても手軽に受けられない市民が多 い状況を払拭するために、1000円検診のようなものを3か月に一度程度やって、少しで も生活習慣病の改善に取り組んでほしい。	1
18	がん検診。	1
19	眼底・眼圧検査。	1
20	検診が国保のみ対象になってから、市の取り組みへの関心が薄れた。	1
21	高齢者は保健所まで行けない人が多い。もっと身近な公民館を利用することはできない か。	1
22	国保以外（社保等）でも住民健診ができるようにしてほしい。	1
●スポーツ・運動に関すること		(5)
23	運動クラブ等の推進。	1
24	運動する場所があれば良い。	1
25	運動相談教室。その人の身体機能に運動が合っているかどうか。	1
26	スポーツクラブ。	1
27	夜遅くまでやっているスポーツジム・プール等の施設。	1
●その他		(5)
28	子宮頸がんの予防接種。	1
29	職域健診との連携（職場の健診結果とその保健指導内容を居住地での保健指導担当と連 携して一貫性をもたせる）。	1
30	食育に関する教室。いつも食べている食品、簡単に手に入る食品での栄養の摂り方、安 価な食品の利用による健康方法について学びたい。栄養士が教室で話している内容では 食費が高くなる。	1
31	家庭内での介護方法、手順等。	1
32	行政が行う必要はまったくない。	1

問48 市民の皆様が心身ともに健康に暮らすまちをつくるために、行政はどのような取り組みに力を入れていくべきだと思いますか。（〇はいくつでも）

N=862

1	健康づくりの施設や場の整備(292/33.9)	9	その他(12/1.4)
2	健（検）診の機会の充実(363/42.1)	10	特にない(91/10.6)
3	講座等の開催や情報提供の充実(92/10.7)		無回答(111/12.9)
4	健康に関する相談体制の充実(96/11.1)		
5	医療体制の充実(388/45.0)		
6	健康づくり団体等への支援(57/6.6)		
7	健康づくりに関する指導者の育成(70/8.1)		
8	健康づくり活動の仲間づくりへの支援(91/10.6)		

問49 健康に関するご意見・ご要望をご自由にお書きください。

No.	内 容	件数
●健康診査・がん検診等に関すること		(31)
1	市の健診が1日で済むようにしてほしい。	4
2	検診の申し込み方法の改善（会場申込は、就労者には難しい）。	2
3	健診の申込方法を郵送方法（ハガキ）にしてほしい。	2
4	仕事を休まなければならない人もいるので、検診は土日も受けられるようにしてほしい。	2
5	乳がん検診の担当医が男性だったので、抵抗を感じた。女性に配慮してほしい。	2
6	その他（健康診断を無料にしてほしい。特定健康診査を一か所で受診できるようにしてほしい。など）	19
●スポーツ・運動に関すること		(18)
7	安全にジョギングやウォーキングできる場所があるとよい。	3
8	市営プールを開設してほしい。	2
9	その他（庄内川の遊歩道を楽しみにしています。運動のできるような広い公園がほしい。など）	13
●健康づくり施策などに関すること		(16)
10	その他（健康に対する行政の取り組みは、非常に良いと思います。健康に不安を感じる高齢者になってから、健康への意識が高まるのが現実であるため、もっと若い世代から高い意識を持てるような取り組みを市にお願いしたい。など）	16
●健康教室・健康相談に関すること		(16)
11	行政事業は平日の昼間の開催なので、土日や夜間に開催してほしい。	2
12	その他（市が実施している保健事業を各地区で実施してほしい。男性が気軽に参加できる教室があるとよい。など）	12
●医療・病院等に関すること		(13)
13	市に総合病院をつくってほしい。	6
14	その他（かかりつけ医がいないので、どこへ行ったらよいかわからない。救急時の対処法のマニュアルがあると良い。など）	7
●健康づくりに取り組んでいること		(14)
15	その他（自分の身体を自分で守る。生活習慣病にならないように、食生活に気をつけたい。生活習慣病にならないように、食生活に気をつけたい。など）	11
●情報提供の充実に関すること		(6)
16	積極的に情報提供をしてほしい。	2
17	その他（合併し他の地区にどのような施設があるのかわからないので、情報提供をしてほしい。広報等で、市の保健事業をもっと知る機会を設ける。など）	4
●アンケートに関すること		(6)
18	アンケートをきっかけに、健康づくりを意識して生活していこうと思いました。	3
19	その他（アンケート調査は、若い人の意見を取り入れてほしい。アンケートをもっと簡単にしてほしい。など）	3
●その他		(12)
20	その他（夫婦二人で仲良く、元気で長生きし、楽しく生きていきたい。まだあまり実感がないのでわからない。など）	11

中学生以下のお子さんがある保護者の方は次ページもご回答ください。

ここからは、中学生以下のお子さんがある保護者の方のみご回答ください。

問50 お子さんの「食」について、気をつけていることは何ですか（○はいくつでも）

N=177

- | | |
|------------------------|---------------------|
| 1 朝食を食べる(118/66.7) | 6 よく噛む(34/19.2) |
| 2 家族と一緒に食事をする(97/54.8) | 7 間食の内容・量(45/25.4) |
| 3 食事のバランス(95/53.7) | 8 夕食後は食べない(23/13.0) |
| 4 好き嫌い(79/44.6) | 9 その他(4/2.3) |
| 5 味付け(38/21.5) | 10 特に気にしていない(1/0.6) |
| | 無回答(29/16.4) |

問51 お子さんは、運動や身体を動かす遊びをしていますか。（○は1つ）

N=177

- | | |
|-------------------|---------------------|
| 1 よくしている(85/48.0) | 3 あまりしていない(18/10.2) |
| 2 時々している(42/23.7) | 4 まったくしていない(2/1.1) |
| | 無回答(30/16.9) |

問52 お子さんは、早寝・早起きなど規則正しい生活習慣を心がけていますか。（○は1つ）

N=177

- | | |
|------------------------|------------------|
| 1 いつも心がけている(56/31.6) | 3 心がけていない(9/5.1) |
| 2 できるだけ心がけている(83/46.9) | 無回答(29/16.4) |

問53 家族にたばこを吸う人はいますか。（○は1つ）

N=177

- | | | |
|---------------|----------------|--------------|
| 1 いる(55/31.1) | 2 いない(95/53.7) | 無回答(27/15.3) |
|---------------|----------------|--------------|

問53-1 お子さんのいるところでたばこを吸わないよう（子どもが煙を吸わないよう）に配慮していますか。（○は1つ）

N=55

- | | | |
|-------------------|----------------------|------------|
| 1 配慮している(40/72.7) | 2 特に気にしていない(15/27.3) | 無回答(0/0.0) |
|-------------------|----------------------|------------|

問54 お子さんには酒をすすめないようにしていますか。（○は1つ）

N=177

- | | |
|-----------------------|------------------------|
| 1 している(113/63.8) | 3 どちらかといえばしていない(5/2.8) |
| 2 どちらかといえばしている(6/3.4) | 4 していない(25/14.1) |
| | 無回答(28/15.8) |

問55 お子さんを歯科医院の定期健診に連れて行っていきますか。(○は1つ)

N=177

1 はい(93/52.5)	2 いいえ(56/31.6)	無回答(28/15.8)
---------------	----------------	--------------

問56 お子さんの様子で、現在気になっていることは何ですか。(○はいくつでも)

N=177

1 なんとなく元気がない(0/0.0)	9 いつも眠そうにしている(6/3.4)
2 食欲がない(9/5.1)	10 何かイライラしている(11/6.2)
3 肥満傾向(11/6.2)	11 肩や腰や手足などを痛がる(6/3.4)
4 やせている(15/8.5)	12 就寝時間が遅い(27/15.3)
5 よく頭痛を訴える(2/1.1)	13 朝の寝起きが悪い(22/12.4)
6 よく腹痛を訴える(4/2.3)	14 気分がむらがある(22/12.4)
7 すぐ疲れたという(17/9.6)	15 その他(7/4.0)
8 便通が不規則(18/10.2)	16 特にない(60/33.9)
	無回答(34/19.2)

ご協力ありがとうございました。

※ () 内の数字は (件数/%) を表している

5 参考：市の目標指標に対応した愛知県目標値

分野	目標指標	目標値	
栄養・食生活	朝食を欠食する人の割合	20代男性	10%以下
		30代男性	15%以下
	BMIの“肥満”の減少	20～60代男性の肥満者	15%以下
		40～60代女性の肥満者	12%以下
BMIの“やせ”の減少	20代女性のやせの者	14%以下	
身体活動・運動	意識的に運動を心がけている人の増加	男性	44%以上
		女性	47%以上
休養・こころの健康づくり	睡眠により休養がとれていない人の減少	睡眠が十分にとれていない人	44%以下
	自殺者の減少	50代（人口10万対）	22.6以下
		60代（人口10万対）	25.4以下
たばこ	喫煙者の減少	20代男性	19.1%※
		20代女性	7.8%※
		30代男性	23.4%※
		30代女性	5.9%※
アルコール	多量に飲酒する人の減少	成人男性	3.6%以下
		成人女性	0.6%以下
歯の健康	歯間部清掃用具を使用する人の増加	歯間部清掃用具使用者	32%以上
	定期的に歯科を受診している人の増加	定期的に歯科の健康診査を受けている人	27%以上
健康診査（糖尿病・循環器疾患・がん）	健診を受けている人の増加	愛知県の目標にはないが健診を受けている人の増加を独自に設定	
	がん検診受診者の増加	胃がん	30%以上
		大腸がん	40%以上
		肺がん	40%以上
		子宮がん	2年間で40%以上
		乳がん	2年間で60%以上
	特定健診受診者の増加	愛知県の目標にはないが特定健診受診者の増加を独自に設定	
	健診結果を活用している人の増加	愛知県の目標にはないが健診結果を活用している人の増加を独自に設定	
特定保健指導利用率の増加	愛知県の目標にはないが特定保健指導利用率の増加を独自に設定		

※直近値の半減



うるるん
© 清須市

健康日本 **21** 清須計画

みんなで作ろう、元気で安心して暮らせるまち！

発行 平成 23 年 3 月
編集 清須市健康福祉部健康推進課
〒452-8563
清須市清洲一丁目 6 番地 1
TEL 052-400-2911 (代表)