

『第2次健康あがの21計画』平成29年度取り組み状況

第2次 健康あがの21計画

【基本理念】だれでもが安心していきいきと暮らせる阿賀野市

【目 標】健康寿命を延伸し、平均寿命との差を縮めることで、市民の生活の質の向上を図る

◎29年度の主な取り組みと30年度の方向性

栄養・食生活

取り組み目標：望ましい食習慣を身につけよう

行動目標： ○朝ごはんを毎日食べよう
○うす味をこころがけよう
○自分の適正体重を維持しよう

事業の評価：「塩をとり過ぎ新潟県民の10の食習慣」の普及による早期からの減塩対策の推進として、昨年度から継続し各年代別にアンケートを実施し食行動の特徴を把握しました。28年度の「10の習慣」アンケートからでた、市の塩分をとりすぎる特徴を周知し啓発を行いました。
また、民間企業との連携による食育事業として「あがのちよい塩」推進事業を拡大して計画し10事業所へポスターや卓上メモを掲示しより多くの市民へ普及啓発を図りました。

平成30年度の方向性：○20歳の健康プレゼント事業やプレママ・プレパパ教室での男性に向け、朝食摂取を推進する。

○「塩をとり過ぎ新潟県民の10の食習慣」のさらなる普及と年代別男女別に特徴的な10の習慣にアプローチして、減塩を啓発する。

○野菜摂取量の増加と食べ過ぎによる肥満防止、糖尿病予防のために「野菜から食べよう」「野菜1皿追加」を啓発する。

身体活動・運動・認知症等の予防

取り組み目標：からだを動かすことを日常生活に取り入れよう

行動目標：○日常生活で身体を動かそう
○基本的な動作を身につけよう
○身体を動かす楽しさを知ろう

事業の評価：元気長生き応援事業による、けんこつ体操やシャキ！いき！健康法などの運動教室の増加を図りました。

ラジオ体操では、新たに安田地区において事業拡大を行いました。

中高年者の生活習慣病予防を目的に機器を利用したフィットネス教室を行い、新たな運動継続者の増加を図りました。運動への取り組みに関心を示す市民が徐々に増加しています。

平成30年度の方向性：○中高年を対象としたフィットネス教室を開催し、運動継続者を増や

す。

○水中運動教室の新規加入者の増加を図る。

○ラジオ体操推進の継続と事業拡大（京ヶ瀬地区ラジオ体操会の開催）

喫煙・飲酒

取り組み目標：たばこは吸わないようにしよう、アルコールと上手につき合おう

行動目標：○受動喫煙を防止しよう

○禁煙にチャレンジしよう

○節度ある、適度な飲酒をこころがけよう

事業の評価：各種イベントを通して、たばこの害や受動喫煙の害について啓発活動を行いました。また未成年者の禁煙防止対策として、学童保育等でたばこの害について講話を実施しました。

特定健診結果説明会や各種教室等で適正飲酒の重要性を普及・啓発しました。

平成30年度の方向性：○家庭内での分煙の勧めなど、受動喫煙の害について普及啓発

○禁煙を支援する情報の提供

○心身の害を及ぼさない適正飲酒の指導と啓発

こころの健康・休養

取り組み目標：生きがいを持ち、ストレスと上手につき合おう

行動目標：○十分に休養をとろう

○ストレスを抱え込まないようにしよう

○コミュニケーションを大切に、みんなで支え合おう

事業の評価：「こころの相談窓口」を各種健診やイベントで周知した結果、新規相談が増えました。

年2回こころの健康講演会を地域に出向いて実施した結果、参加者の増加とともに、「こころの病気の理解を深めた」という回答が9割以上でした。

平成30年度の方向性

○自殺対策条例・行動計画の周知を図り、自殺対策に向けた啓発の強化

○関係民間団体・事業所等と連携した、こころの健康づくりの普及推進

○関係機関と連携した、こころの健康に関する支援の充実

歯・口腔の健康

取り組み目標：生涯自分の歯で食べられるようにしよう

行動目標：○正しい口腔ケアの習慣を身につけよう

○フッ化物の利用をこころがけよう

○かかりつけ歯科医を持とう

事業の評価：1歳6か月児歯科健診も、H27年から実施した3歳児歯科健診同様、母子健診と同時に実施したことで受診率が向上しました。むし歯のない児の割合は前年より増加し、一人平均むし歯数は減少しています。

また、40歳・50歳・60歳・70歳の歯周病節目検診事業を開始し、323人（13.3%）が歯周病検診を受けています。

平成30年度の方向性：○仕上げ磨き、甘味の適正摂取、よく噛んで食べるなど、良い生活習慣の推進

○年に1回以上は、歯科医院で定期健診を受けるように推進

○歯間部清掃用具（デンタルフロス・歯間ブラシ）使用の推進

生活習慣病発症予防・重症化予防

取り組み目標：自らの健康管理に関心を持つ

行動目標：○特定健診・がん検診を受けよう

○必要な治療を継続して受けよう

○健（検）診の結果を日常生活の中に生かし、生活習慣を改善しよう

事業の評価：特定健診（集団健診）の受診者数は 2,441 人（H28：2,454 人）と前年より減少しましたが、後期高齢者の受診者数は増加したため全体の健診受診者数は増加しています。

健診後のフォローでは、血圧、血糖、腎機能に重点を置き、医療機関未受診の方に対して受診勧奨や保健指導を行い、改善につなげることができました。

がん検診受診者数は、全てのがん検診で前年を上回りました。

中学生生活習慣病予防事業は前年より多い 347 人（92.5%）の生徒が受診しました。20 歳の健康プレゼント事業では 130 人（36.9%）の新成人が受診し、早期からの生活習慣病予防の意識向上につなげることができました。

平成30年度の方向性：○受診率向上を目的に各種がん検診無料クーポン券利用の推進

○早期からの重症化予防と医療機関未受診者への受診勧奨強化



第2次健康あがの21計画の目標進捗状況

○主な取り組みについて抜粋

指 標		第2次計画 策定時	取得方法	現状値 (H29)	取得方法	目標値(H36 年)
朝食を毎日食べない人の割合	20歳代男性	25.7%	H26年度生活と健康に関するアンケート	41.7%	H29年度市民アンケート	20%
	20歳代女性	30.7%	H26年度生活と健康に関するアンケート	24.7%	H29年度市民アンケート	25%
	30歳代男性	33.3%	H27年度市民アンケート	37.5%	H29年度市民アンケート	25%
	30歳代女性	14.6%	H27年度市民アンケート	16.0%	H29年度市民アンケート	減少
運動習慣のある人の割合	男性	35.4%	H26年度生活と健康に関するアンケート	17.0%	H29年度市民アンケート	39%
	女性	23.8%	H26年度生活と健康に関するアンケート	15.1%	H29年度市民アンケート	35%
悩みを相談できる人や場所をもっている市民の割合		58.7%	H26年度生活と健康に関するアンケート	86.6%	H29年度市民アンケート	増加
自殺者数		16人	平成25年人口動態統計(新潟県福祉保健年報)	15人	平成28年人口動態統計(新潟県福祉保健年報)	7人以下
たばこを吸っている人の割合		16.7%	H26年度生活と健康に関するアンケート	18.8%	H29年度市民アンケート	14%
定期的に歯石除去や歯面清掃を受けている人の割合		16.4%	H26年度生活と健康に関するアンケート	27.0%	H29年度市民アンケート	30%
国保加入者の特定健診受診率		38.1%	特定健診、特定保健指導実施状況(県報告資料)	41.1% (H28)	特定健診、特定保健指導実施状況(県報告資料)	60%
糖代謝異常者の割合		72.2%	平成26年度一般健診・特定健診結果(住民健康管理システム)	79.2%	平成29年度一般健診・特定健診結果(住民健康管理システム)	減少

* H26年度の「生活アンケート」は、第2次健康あがの21計画策定のため、健康推進課が実施。

* H27年度～H29年度の「市民アンケート」は、阿賀野市総合計画策定及び進捗管理のため、市長政策課・企画財政課が実施。無回答者を除いた割合。

○アンケートの結果、±5%までは統計誤差の範囲のため、参考値としてご覧ください。