

数値目標一覧

栄養・食生活

評価指標項目		現状値 (R6)	目標値 (R14)
朝食を毎日食べていない人の割合	園児	3.3%	0.0%
	小学生	3.9%	0.0%
	中学生	10.0%	0.0%
	20～30歳代	29.1%	25.0%
主食・主菜・副菜のそろった食事を1日2回以上食べている人の割合（20歳以上）		76.0%	80.0%
減塩（適塩）をこころがけている人の割合		60.6%	70.0%
食塩摂取量（中学生）		12.6 g	7g未満
肥満傾向児の割合（肥満度）	園児（15%以上）	5.6%	5.0%
	小学生（20%以上）	9.8%	9.0%
	中学生（20%以上）	10.7%	10.0%
20～60 歳代男性の肥満者の割合（BMI25以上）		32.9%	25.0%
40～60 歳代女性の肥満者の割合（BMI25以上）		23.7%	20.0%
低体重者の割合	20～30歳代女性 （BMI18.5未満）	20.0%	18.0%
	65～74歳 （BMI20.0以下）	22.0%	18.0%
	75歳以上 （BMI21.5未満）	36.1%	33.0%
外食や食品を購入する際に栄養成分表示を参考にする人の割合		30.6%	50.0%
野菜料理（漬物以外）を1食に2皿以上食べている人の割合		44.1%	55.0%

身体活動・運動

評価指標項目			現状値 (R6)	目標値 (R14)
運動習慣者の割合	20～64 歳	男性	28.1%	30.0%
		女性	18.8%	30.0%
	65 歳以上	男性	42.0%	50.0%
		女性	43.9%	50.0%
(20～64歳)	20～64 歳	男性	32.3%	増加させる
1 日当たりの歩数が8,000歩以上の割合		女性	12.0%	増加させる
(65歳以上)	65 歳以上	男性	34.1%	増加させる
1 日当たりの歩数が6,000歩以上の割合		女性	21.4%	増加させる

飲酒・喫煙

評価指標項目		現状値 (R6)	目標値 (R14)
生活習慣病のリスクを高める量を飲んでいる人の割合	男性	22.1%	10.0%
	女性	20.6%	10.0%
未成年者の飲酒の割合		1.4%	0.0%
成人の喫煙の割合		14.9%	12.0%
未成年者の喫煙の割合		1.4%	0.0%
受動喫煙の機会を有する者の割合	行政機関	1.8%	0.0%
	職場	10.9%	0.0%
	家庭	14.9%	0.0%

こころの健康・休養

評価指標項目	現状値 (R6)	目標値 (R14)
睡眠で休養がとれている人の割合	61.5%	80.0%
悩みを相談できる人や場所がある人の割合	86.5%	90.0%
「うつ病のサイン」やこころの不調がでたときの相談先を知っている人の割合	64.9%	70.0%
自殺者数 (直近の3か年平均)	5人	5人以下
地域での支え合いや助け合いができていると思う人の割合	67.3%	70.0%

歯・口腔の健康

評価指標項目	現状値 (R6)	目標値 (R14)
むし歯のない3歳児の割合	96.3% (R5)	98.0%
むし歯のない12歳児の割合	87.8%	88.3%
12歳児一人平均むし歯数	0.25本	0.23本
80歳（75～84歳）で20本以上自分の歯を有する人の割合	42.0%	48.4%
過去1年間に歯科健診を受診した人の割合（20歳以上）	54.0%	56.3%
定期的に歯石除去や歯面清掃を受けている人の割合（20歳以上）	43.6%	45.0%
歯間部清掃用具（歯間ブラシ等）を使用している人の割合	35.7%	—
歯間部清掃用具（デンタルフロス）を使用している人の割合	24.8%	—
歯間部清掃用具（歯間ブラシ等）を使用している人の割合（20歳以上）	51.3%	52.0%

生活習慣病発症予防・重症化予防

評価指標項目	現状値 (R5)	目標値 (R13)
特定健康診査の受診率	43.54%	60.0%
特定保健指導の実施率	53.2%	60.0%
がん検診の受診率（69歳以下）※1	胃がん	7.4%
	肺がん	11.4%
	大腸がん	10.6%
	子宮頸がん	12.9%
	乳がん	20.2%
メタボリックシンドローム該当者及び予備群の割合	23.9%	減少させる
特定健康診査有所見者の割合	血圧判定	42.5%
	脂質異常判定	50.9%
	糖代謝判定	78.1%
	CKD判定	30.7%

※1 市が実施するがん検診の受診率（69歳以下）・・・地域保健・健康増進事業報告による数値
（胃は50～69歳、子宮は20～69歳）

分野別ライフコースアプローチ

	乳幼児期 (0～6 歳)	学童思春期 (7 歳～18 歳)	成人期 (19 歳～64 歳)	高齢期 (65 歳以上)
栄養・食生活		毎日朝食を食べよう		
		適正体重を維持しよう		
		バランスのとれた食事や適切な食塩摂取量を理解しよう		
身体活動・運動		身体活動を増やそう		
		自分に合った運動を見つけよう		
		運動を習慣化しよう		
飲酒・喫煙		飲酒や喫煙による健康リスクを理解しよう		
			節度ある、適度な飲酒をこころがけよう	
			喫煙者は禁煙に努めるとともに、 周囲の人へ配慮しよう	
こころの健康・休養		十分な睡眠や休養をとろう		
		悩みやストレスを抱え込まないようにしよう		
		「こころの不調」や「こころの病気」に気づき、早めに対処できるようになろう		
歯・口腔の健康		正しい口腔ケアの習慣を身につけよう		
		フッ化物の利用でむし歯予防をしよう		
		かかりつけ歯科医があり、年1回受診しよう		
生活習慣病発症予防・重症化予防			特定（一般）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	
			健診結果を日常生活に生かし、生活習慣を改善しよう	

ライフコースアプローチを踏まえた分野別施策の主要事業

	乳幼児期	学童思春期
栄養・食生活	<ul style="list-style-type: none"> ■乳幼児健診（4 か月児、10 か月児、1 歳 6 か月児、3 歳児） ■離乳食講習会 ■プレママプレパパ教室 ■食育ミニ講座 ■育児相談、にこにこなんでも相談 ■離乳食訪問 ■生活アンケート ■小児肥満等発育調査 ■保育学校現場連携会議 ■食育推進会議（庁内、ネットワーク 協議会） 	<ul style="list-style-type: none"> ■中学生生活習慣病予防事業、食事調査 ■食育教育 ■料理教室（親子、キッズ） ■健康相談 ■食育アンケート ■保育学校現場連携会議 ■食育推進会議（庁内、ネットワーク 協議会）
身体活動・運動	<ul style="list-style-type: none"> ■親子あそびの広場 ■元気長生き応援事業（キッズ運動） ■健康相談 ■乳児訪問事業 ■保育学校現場職員連携会議 	<ul style="list-style-type: none"> ■生活リズム、生活習慣病についての健康教育（小学校、こども会） ■元気長生き応援事業（キッズ運動等） ■ラジオ体操の推進 ■健康相談 ■学校保健委員会 ■保育学校現場職員連携会議
飲酒・喫煙	<ul style="list-style-type: none"> ■プレママ・プレパパ教室 ■健康相談 ■妊産婦・新生児訪問 ■乳児訪問事業 ■母子健康手帳交付時の禁煙・禁酒推進 	<ul style="list-style-type: none"> ■未成年者喫煙防止活動 ■中学生生活習慣病予防事業（禁煙について講話）
・休養 こころの健康	<ul style="list-style-type: none"> ■相談窓口の周知 ■こころの健康づくりの普及啓発 ■相談・訪問支援 ■関係機関との連携会議（保育学校現場） ■支援者との連携及び育成（ボランティア、住民組織 等） 	<ul style="list-style-type: none"> ■相談窓口の周知 ■こころの健康づくりの普及啓発 ■相談・訪問支援 ■関係機関との連携会議（保育学校現場、庁内、自殺対策関係団体） ■支援者との連携及び育成（ボランティア、住民組織 等）
歯・口腔の健康	<ul style="list-style-type: none"> ■歯科健診（10 か月児親子、1 歳 6 か月児、3 歳児） ■フッ化物歯面塗布（10 か月児～年少児） ■フッ化物洗口（年中児、年長児） ■妊婦歯科健診 ■歯科保健連絡会議 ■歯科保健事業打合せ会議 ■園の歯科健診結果 	<ul style="list-style-type: none"> ■フッ化物洗口（小学校・中学校） ■むし歯・歯肉炎予防教室（小学校） ■小・中学校の歯科健診結果
・重症化予防 生活習慣病発症予防	<ul style="list-style-type: none"> ■乳幼児健診（4 か月児、10 か月児、1 歳 6 か月児、3 歳児） ■乳児訪問事業 ■市内子育て支援センター等 	<ul style="list-style-type: none"> ■中学生生活習慣病予防事業 ■健康教育 ■小学校就学前健診での健康講話 ■健康相談 ■学校保健委員会 ■保育学校現場職員連携会議 ■新潟大学との共同研究

成人期	高齢期
<ul style="list-style-type: none"> ■20 歳の健康プレゼント事業 ■料理教室（男性、郷土等） ■生活習慣病予防教室 ■健診結果説明会、地区健康教室、糖尿病予防教室 ■健康相談 ■保健指導訪問 ■食育推進会議（庁内、ネットワーク 協議会） 	<ul style="list-style-type: none"> ■健康づくり教室 ■料理教室（男性、郷土等） ■生活習慣病予防教室 ■健診結果説明会、地区健康教室、糖尿病予防教室 ■フレイル予防の啓発 ■健康相談 ■低栄養予防訪問 ■食育推進会議（庁内、ネットワーク 協議会）
<ul style="list-style-type: none"> ■元気長生き応援事業（けんこつ体操等の運動教室） ■ラジオ体操の推進 ■地区運動教室 ■フィットネス機器一般開放 ■スマホアプリを活用したウォーキングの推進 ■運動普及員会との連携（ウォーキングの普及） ■働き盛り世代の健康づくり普及事業 	<ul style="list-style-type: none"> ■元気長生き応援事業（けんこつ体操等の運動教室） ■ラジオ体操の推進 ■地区運動教室 ■高齢福祉課との連携事業（元気づくり教室、介護予防教室、認知症サポーター養成講座） ■フィットネス機器一般開放 ■スマホアプリを活用したウォーキングの推進 ■運動普及員会との連携（ウォーキングの普及）
<ul style="list-style-type: none"> ■肺がん検診 ■広報での禁煙啓発活動 ■健診結果説明会 ■健康づくり教室 ■健康相談 ■訪問指導 	<ul style="list-style-type: none"> ■肺がん検診 ■健康づくり教室 ■地区健康教室 ■健康相談 ■訪問指導
<ul style="list-style-type: none"> ■相談窓口の周知 ■こころの健康づくりの普及啓発 ■相談・訪問支援 ■関係機関との連携会議（保育学校現場、庁内、医療機関、職域、福祉関係） ■支援者との連携及び育成（ボランティア、関係職員 等） 	<ul style="list-style-type: none"> ■相談窓口の周知 ■こころの健康づくりの普及啓発 ■相談・訪問支援 ■関係機関との連携会議（保育学校現場、庁内、医療機関、職域、福祉関係） ■支援者との連携及び育成（ボランティア、関係職員 等）
<ul style="list-style-type: none"> ■歯周病節目検診（20 歳、30 歳、40 歳、50 歳、60 歳） ■歯科保健健康教育 ■健康相談 ■訪問（成人・要介護者・障がい者等） ■歯科保健連絡会議 ■歯科保健事業 	<ul style="list-style-type: none"> ■歯周病節目検診（70 歳） ■後期高齢者歯科健診（76 歳、80 歳） ■健康相談 ■訪問（高齢者・要介護者等） ■歯科保健健康教育
<ul style="list-style-type: none"> ■一般健診（19～39 歳） ■特定健診（40～74 歳） ■がん検診（肺がん・胃がん・大腸がん・乳がん・子宮頸がん・前立腺がん） ■20 歳の健康プレゼント事業 ■糖尿病予防教室 ■健康づくり教室 ■運動推進事業 ■特定保健指導 ■健診結果説明会 ■重症化予防事業 ■地区健康教室 ■新潟大学との共同研究 	<ul style="list-style-type: none"> ■後期高齢者健診（75 歳以上） ■がん検診（肺がん・胃がん・大腸がん・乳がん・子宮頸がん・前立腺がん） ■健康づくり教室 ■運動推進事業 ■地区健康教室

第3次健康あがの21計画策定委員名簿

氏 名	所属・職名
本田 吉穂	一般社団法人 新発田北蒲原医師会 阿賀野支部長
金子 進	一般社団法人 北蒲原歯科医師会 阿賀野班長
堀 吉彦	新潟かがやき農業協同組合 ささかみアグリセンター長
圓山 イツ子	阿賀野市健康推進員会 会長
椎野 和子	阿賀野市食生活改善推進委員協議会 会長
清野 富士子	阿賀野市運動普及員会 会長
黒崎 照子	阿賀野市さくらの会家族会 会長
武藤 謙介	新発田保健所 所長
若月 進	阿賀野市民生委員・児童委員協議会 会長
雪 薫	阿賀野市商工会 事務局長
土田 信義	株式会社 国井組 安全部長
小泉 明美	阿賀野市教育委員会 教育長
畑山 真穂	学校職員（養護教諭）代表 笹神中学校養護教諭
山田 富子	保育園・認定こども園代表 おとぎのくにこども園長
圓山 英子	市民代表

（敬称略）