

資料編

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%
	小学生	3.9%
	中学生	10.0%
	20～30歳代	29.1%
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%
	小学生（20%以上）	9.8%
	中学生（20%以上）	10.7%
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%
	65～74歳 (BMI20.0以下)	22.0%
	75歳以上 (BMI21.5未満)	36.1%
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) 1 日当たりの歩数が8,000歩以上の割合	20～64 歳	男性	32.3%	増加させる
		女性	12.0%	増加させる
(65歳以上) 1 日当たりの歩数が6,000歩以上の割合	65 歳以上	男性	34.1%	増加させる
		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 肺がん 大腸がん 子宮頸がん 乳がん	7.4% 11.4% 10.6% 12.9% 20.2% 10.0% 15.0% 15.0% 15.0% 25.0%
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 脂質異常判定 糖代謝判定 CKD判定	42.5% 50.9% 78.1% 30.7% 減少させる

※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みつけよう		
		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			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（府内、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（府内、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 ■妊娠婦・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、府内、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） ■妊娠歯科健診 ■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（府内、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（府内、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、府内、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、府内、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
畠山 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)