

第3次長野市健康増進・食育推進計画(ながの健やかプラン21)目標(指標)進捗状況

※ 成果欄の【-】の表示は計画終期にアンケート等で把握予定

1 計画全体の目標(成果)

令和元年6月1日現在

No.	目標項目	策定時(H27)	(H29)	現状(H30)	目標
1	健康寿命の延伸 (日常生活動作が自立している期間の平均)	男性 80.81年 女性 84.97年	男性 80.94年 女性 85.16年	令和元年12月算出	平均寿命の増加 分を上回る健康 寿命の増加

2 基本的な方向と各分野の目標

(1) 健康に関する生活習慣の改善

【身体活動・運動・スポーツ】

No.	目標項目	策定時(H27)	(H29)	現状(H30)	目標
1	1週間に運動やスポーツを全く行っていない児童の割合の減少 小学5年生 男子 小学5年生 女子	3.2% 5.5%	— —	— —	3.0%以下 4.6%以下
2	日常生活における歩数の維持・増加 20~64歳 男性 20~64歳 女性 65歳以上 男性 65歳以上 女性	7,891歩/日 7,335歩/日 7,235歩/日 6,384歩/日	— — — —	— — — —	9,000歩/日 8,500歩/日 7,235歩/日 6,384歩/日
3	週1回以上運動を行う成人の割合の増加	59.10%	—	—	65.0%
4	ロコモティブシンドロームを認知している人の割合の増加	46.70%	—	—	80%

【栄養・食生活、食育】

No.	目標項目	策定時(H27)	(H29)	現状(H30)	目標
1	肥満児童(肥満度30%以上)の割合の減少 小学5年生(10歳) 男子 小学5年生(10歳) 女子	3.8% 1.9%	4.2% 2.6%	5.2% 2.3%	減少 減少
2	適正体重を維持している成人の割合の増加 20~60歳男性肥満BMI25以上 40~60歳女性肥満BMI25以上 20代女性やせBMI18.5未満 65歳以上やせ傾向BMI20以下	23.8% 19.2% 11.7% 21.4%	— 18.4% — 15.3%	— 令和元年11月頃算出 — 令和元年11月頃算出	22.0% 19.0% 減少 22.0%
3	食塩摂取量の減少	9.9g/日	10.4g/日	—	8g/日
4	野菜摂取量の増加	294g/日	257g/日	—	350g/日

5	食育に関心を持っている人の割合の増加	86.0%	—	—	90.0%
6	朝食を欠食する人の割合の減少 小学生 20～30代	7.0% 16.8%	— —	— —	0% 15.0%
7	朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数の増加	10.4回/週	—	—	11.0回/週 以上

【こころの健康・休養】

No.	目標項目	策定時 (H27)	(H29)	現状 (H30)	目標
1	自殺率の減少（人口10万対） H27	18.5	14.9	17.1	14.8
2	ストレスが過度であると 感じている人の割合の減少 (20～50代)	26.8%	—	—	10%
3	ストレスを解消できている 人の割合の増加(20～ 50代)	59.5%	—	—	80%
4	相談先がある人の割合の 増加 (40代以上の男性)	36.3%	—	—	36.3%以上
5	睡眠で休養が取れている 人の割合の増加 (20～50代)	65.8%	—	—	80%
6	ゲートキーパー研修参加 延べ人数の増加	8,812人 (累計)	10,973人 (累計)	11,948 (累計)	年1,000人 ずつ増加

【喫煙】

No.	目標項目	策定時 (H27)	(H29)	現状 (H30)	目標
1	成人の喫煙率の減少	14.2%	—	—	12%
2	妊娠中の喫煙をなくす	2.4%	1.8%	1.9%	0%
3	未成年者の喫煙をなくす 中学1年生男子 中学1年生女子 高校1年生男子 高校1年生女子	0% 0.5% 0.3% 0.3%	— — — —	— — — —	0% 0% 0% 0%
4	受動喫煙の機会を有する 人の割合の減少 行政機関 医療機関 職場 家庭 飲食店	2.2% 0.4% 16.8% 12.0% 25.1%	— — — — —	— — — — —	0% 0% 減少 3% 15%
5	COPDを認知している人の 割合の増加	38.4%	—	—	80%

【飲酒】

No.	目標項目	策定時 (H27)	(H29)	現状 (H30)	目標
1	生活習慣病のリスクを高める飲酒をしている成人の割合の減少				
	純アルコール量				
	男性40g/日以上	25.5%	—	—	21.7%
	女性20g/日以上	11.9%	—	—	10.1%
2	妊娠中の飲酒をなくす	1.0%	0.60%	0.80%	0%
3	未成年者の飲酒をなくす				
	中学1年生男子	0%	—	—	0%
	中学1年生女子	0.5%	—	—	0%
	高校1年生男子	5.8%	—	—	0%
	高校1年生女子	3.4%	—	—	0%

【歯・口腔の健康】

No.	目標項目	策定時 (H27)	(H29)	現状 (H30)	目標
1	むし歯がない子どもの割合の増加				
	3歳児	85.0%	82.4%	88.7%	90.0%
	12歳児(中1)	74.9%	77.5%	78.2%	76.0%
2	進行した歯周病に罹患している人の割合の減少				
	40歳	37.9%	42.9%	39.0%	25.0%
	60歳	52.3%	57.2%	53.8%	45.0%
3	咀嚼良好者の割合の増加				
	60代	74.4%	—	—	80.0%
4	過去1年間に歯科検診を受診した成人の割合の増加	54.8%	—	—	65.0%

(2)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底

【がん】

No.	目標項目	策定時 (H27)	(H29)	現状 (H30)	目標
1	75歳未満のがんの年齢調整死亡率の減少 (人口10万対)	57.1	63.8	64	45.7
2	がん検診を受診している人の割合(長野市実施のがん検診及び職場検診、人間ドック等含む)の増加	胃がん 43.6%	—	—	50%
		乳がん 32.2%	—	—	50%
	子宮頸がん	32.0%	—	—	50%
3	がん精密検査受診率の増加 (長野市実施)	胃がん 91.6%	胃がん 94.6%	胃がん 92.6%	91.6%以上
		肺がん 87.8%	肺がん	肺がん	90.0%以上
		大腸がん 68.0%	大腸がん	大腸がん	90.0%以上
		乳がん 88.5%	乳がん	乳がん	90.0%以上
		子宮頸がん 79.0%	子宮頸がん 90.6%	子宮頸がん 77.8%	90.0%以上

【循環器疾患】

No.	目標項目	策定時 (H27)	(H29)	現状 (H30)	目標
1	虚血性心疾患の年齢調整死亡率の減少 (人口10万対)	男性 17.3 女性 14.3	男性 18.5 女性 4.8	令和元年11月 頃算出	14.9 13.0
2	脳血管疾患の年齢調整死亡率の減少 (人口10万対)	男性 44.8 女性 29.2	男性 33.4 女性 19.4	令和元年11月 頃算出	37.7 26.8
3	LDL コレステロール 120mg/dl以上の割合の減少 (40～74歳)	男性 45.2% 女性 56.5%	男性 45.6% 女性 56.1%	令和元年11月 頃算出	33.80% 42.60%
4	収縮期血圧130mmHg以上の割合の減少 (40～64歳)	男性 40.5% 女性 31.4%	男性 39.6% 女性 30.7%	令和元年11月 頃算出	38.3% 29.8%
5	メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の割合の減少 (40～74歳)	男性 44.0% 女性 15.6%	男性 47.0% 女性 15.9%	令和元年11月 頃算出	33.0% 11.7%
6	国保特定健診受診率・特定保健指導率の向上			令和元年11月 頃算出	
	受診率	47.0%	47.6%		60.0%
	特定保健指導実施率	23.3%	26.2%		60.0%

【糖尿病】

No.	目標項目	策定時 (H27)	(H29)	現状 (H30)	目標
1	HbA1c5.6%以上の人の割合の減少 (40歳～64歳)	男性60.9% 女性64.1%	男性68.6% 女性70.7%	令和元年11月 頃算出	男性 51.7% 女性 54.5%
2	血糖コントロール指標におけるコントロール不良者 (HbA1c 8.4%以上)の割合の減少 (40～74歳)	0.70%	0.58%	令和元年11月 頃算出	0.60%

(3)健康を支え、守るための社会環境の整備

No.	目標項目	策定時 (H27)	(H29)	現状 (H30)	目標
1	自分が健康だと思う(主観的健康感の高い)人の割合の増加	74.1%	—	—	79.1%
2	健康づくりに取り組みやすい環境が整っていると思う人の割合の増加	49.3%	43.9%	43.3%	54.3%
3	スポーツや運動を気軽にできる環境が整っていると思う人の割合の増加	55.0%	52.5%	51.8%	60.0%
4	ご近所において、支え合い、助け合える人間関係が築かれていると思う人の割合の増加	49.7%	45.0%	46.0%	54.7%
5	就業又は地域活動をしている高齢者の割合の増加 (60歳以上)	63.6%			80.0%
6	健康づくり等のボランティアに参加している人の割合の増加	19.8%	参考値* 83.5%	参考値* 81.9%	25.0%

