

ながの健やかプラン21目標（指標）進捗状況

資料-1

1 計画全体の目標（成果）

2020年8月6日

No.	目標項目	基準値		計画期間（H29～R4）			目標値（R4）	目標値設定理由	データの出典
		H27	H28	H29	H30	H31（R1）			
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 80.86年 女性 84.65年	男性 80.94年 女性 85.16年	男性 82.06年 女性 86.96年	— — R2.12月算出予定	平均寿命の増加分を上回る健康寿命の増加	健康日本21（第二次）目標の考え方と同じ	厚労省人口動態統計等簡易生命表（12月） H30人口動態統計 H30.9月末現在介護保険認定者数 H30.10.1現在長野市人口

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	基準値		計画期間（H29～R4）			目標値（R4）	目標値設定理由	データの出典
		H27	H28	H29	H30	H31（R1）			
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	H27全国の現状値に達していないため、全国現状値を目標とする	（H27全国体力・運動能力、運動習慣等調査） 国：文科省「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」
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	健康日本21（第二次）の目標値65歳以上はすでに達成しているため維持を目標とする	（H27歩数調査）
3	週1回以上運動を行う成人の割合の増加	59.10%	—	—	—	—	65.0%	第二次長野市スポーツ推進計画目標値	（H27まちづくりアンケート）
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	46.7%	—	—	—	—	80.0%	健康日本21（第二次）の目標値	（H27健康づくりアンケート）

【栄養・食生活、食育】

No.	目標項目	基準値		計画期間 (H29~R4)			目標値 (R4)	目標値設定理由	データの出典
		H27	H28	H29	H30	H31 (R1)			
1	肥満児童（肥満度30%以上）の割合の減少							健康日本21（第二次）の目標値 国：文科省「学校保健統計調査」	(H27学校保健統計)
	小学5年生 男子	3.8%	4.3%	4.2%	5.20%	4.30%	減少		
	小学5年生 女子	1.9%	2.5%	2.6%	2.3%	2.7%	減少		
2	適正体重を維持している成人の割合の増加							40～60歳女性、65歳以上は健康日本21（第二次）の目標値、20～60歳男性は国の目標を達成しているため、信州保健医療総合計画の目標値、20代女性は国・県の目標を達成しているため、減少	(H26 国保特定健診結果、子生職場健診時の身体測定結果、H27国保特定健診、後期高齢者健診結果) 国・厚生労働省人口動態調査 *参考値：国保特定健診結果 (KDB)
	20～60歳男性 BMI25以上 肥満	23.8%	—	—	—	—	22.0%		
	40～60歳女性 BMI25以上 肥満	19.2%	*参考値40～60歳男性35.5%	*参考値40～60歳男性37.0%	*参考値40～60歳男性38.0%	*令和2年12月以降算出	19.0%		
	20代女性 BMI18.5未満やせ	11.7%	*40～60歳女性19.3%	*40～60歳女性18.2%	*40～60歳女性19.6%	*令和2年12月以降算出	減少		
	65歳以上 BMI20以下やせ傾向	21.4%	*65歳～74歳 BMI20以下19.8%	*65歳～74歳 BMI20以下19.5%	*65歳～74歳 BMI20以下19.4%	*令和2年12月以降算出	22.0%		
			20.8%	20.4%	20.1%				
3	食塩摂取量の減少	9.9g/日	—	10.4g/日	—	—	8g/日	健康日本21（第二次）の目標値	(H28国民健康・栄養調査、県民健康・栄養調査)
4	野菜摂取量の増加	294g/日	—	257g/日	—	—	350g/日		(H29国民健康・栄養調査公表H30.11月)
5	食育に関心を持っている人の割合の増加	86.0%	—	—	—	—	90.0%	第三次食育推進基本計画の目標値	(H27食育に関するアンケート)
6	朝食を欠食する人の割合の減少							第三次食育推進基本計画の目標値	(H27食育に関するアンケート)
	小学生	7.0%	—	—	—	—	0%		
	20～30代	16.8%	—	—	—	—	15%		
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	第三次食育推進基本計画の目標値	(H27食育に関するアンケート)

【こころの健康・休養】

No.	目標項目	基準値		計画期間 (H29~R4)			目標値 (R4)	目標値設定理由	データの出典
		H27	H28	H29	H30	H31 (R1)			
1	自殺率の減少 (人口10万対) H27	18.5	15.6	14.9	17.1	15.9	14.8	(H27地域における自殺の基礎資料) (R1地域における自殺の基礎資料)	(H27地域における自殺の基礎資料) (R1地域における自殺の基礎資料)
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%	—	—	*参考値 「いつもある」 の回答割合 18.5%	—	0.1	新・健康ながの2 1の目標値の継続	(H27健康づくりアンケート) *参考値:H30まちづくりアンケート
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%	—	—	—	—	0.8	新・健康ながの2 1の目標値の継続	(H27健康づくりアンケート)
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	県計画の目標、現状より増加	(H27健康づくりアンケート)
5	睡眠で休養が取れている人の割合の増加 (20~50代)	65.8%	—	—	—	—	0.8	新・健康ながの2 1の目標値の継続	(H27健康づくりアンケート)
6	ゲートキーパー研修参加延べ人数の増加 (累計)	8,812人	9,572人	10,973人	11,948人	13,085人	年1,000人ずつ増加	新・健康ながの2 1実績の推移に基づき設定	(健康課とりまとめ)

【喫煙】

No.	目標項目	基準値		計画期間 (H29~R4)			目標値 (R4)	目標値設定理由	データの出典
		H27	H28	H29	H30	H31 (R1)			
1	成人の喫煙率の減少	14.2% (男性23.4% 女性7.2%)	—	—	—	—	12%	健康日本21 (第二次) の目標値	(H27健康づくりアンケート) *参考値:長野県特定健診データ市町村別集計結果(R2.6月)
2	妊娠中の喫煙をなくす	2.4%	1.8%	1.8%	1.9%	1.3%	0%	健康日本21 (第二次) の目標値	(H27 4か月児健診調査表の集計) (H28 4か月児健診調査表の集計)

No.	目標項目	基準値		計画期間 (H29~R4)			目標値 (R4)	目標値設定理由	データの出典
		H27	H28	H29	H30	H31 (R1)			
3	未成年者の喫煙をなくす 中学1年生男子							健康日本21 (第二次) の目標値	(H28未成年者喫煙・飲酒状況調査)
	中学1年生女子	0%	—	—	—	—	0%		
	高校1年生男子	0.5%	—	—	—	—	0%		
	高校1年生女子	0.3%	—	—	—	—	0%		
		0.3%	—	—	—	—	0%		
4	受動喫煙の機会を有する人の割合の減少							健康日本21 (第二次) の目標値	(H27健康づくりアンケート調査)
	行政機関	2.2%	—	—	—	—	0%		
	医療機関	0.4%	—	—	—	—	0%		
	職場	16.8%	—	—	—	—	減少		
	家庭	12.0%	—	—	—	—	3%		
	飲食店	25.1%	—	—	—	—	15%		
5	COPDを認知している人の割合の増加	38.4%	—	—	—	—	80%	健康日本21 (第二次) の目標値	(H27健康づくりアンケート調査)

【飲酒】

No.	目標項目	基準値		計画期間 (H29~R4)			目標値 (R4)	目標値設定理由	データの出典
		H27	H28	H29	H30	H31 (R1)			
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							健康日本21 (第二次) の目標、現状値より15%減	(H27健康づくりアンケート)
	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%	0.6%	0.6%	0.8%	0.70%	0%	健康日本21 (第二次) の目標値	(H27 4か月児健診調査表集計) (R1 4か月児健診調査表集計)
3	未成年者の飲酒をなくす							健康日本21 (第二次) の目標値	(H28未成年者喫煙・飲酒状況等調査)
	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	基準値		計画期間 (H29~R4)			目標値 (R4)	目標値設定理由	データの出典
		H27	H28	H29	H30	H31 (R1)			
1	むし歯がない子どもの割合の増加							「歯科口腔保健の推進に関する法律」基本的事項の目標値に合わせる。 12歳は目標値を達しているため、達成可能と試算された数値とする。	(H27 3歳児歯科健診、H27 学校保健統計) R1 3歳児歯科健診
	3歳児	85.0%	82.4%	87.0%	88.7%	88.9%	90.0%		
	12歳児	74.9%	76.6%	77.5%	78.2%	77.2%	76.0%	R1 学校保健統計	
2	進行した歯周病に罹患している人の割合の減少							健康日本21（第二次）の目標値	(H27長野市歯周疾患検診) R1長野市歯周疾患検診集計結果
	40歳	37.9%	38.3%	42.9%	39.0%	43.5%	25.0%		
	60歳	52.3%	50.0%	57.2%	53.8%	55.5%	45.0%		
3	咀嚼良好者の割合の増加 60代	74.4%	—	—	—	—	80.0%	健康日本21（第二次）の目標値	(H28まちづくりアンケート)
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%	—	—	—	*まちづくりアンケート 年1回歯科医へ行っている 46.2%	65.0%	健康日本21（第二次）の目標値	(H27健康づくりアンケート) *参考値 R1まちづくりアンケート

(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	基準値		計画期間 (H29~R4)			目標値 (R4)	目標値設定理由	データの出典
		H27	H28	H29	H30	H31 (R1)			
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	64.6	66.2	R3. 6月算出予定	45.7	厚生労働省：がん対策推進基本計画目標、現状より20%減	(H27人口動態統計)
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%	—	—	胃がん 44.2%	—	50%	厚生労働省：がん対策推進基本計画目標値	(H27健康づくりアンケート) H27まちづくりアンケート
		乳がん 32.2%	—	—	乳がん 37.4%	—	50%		
		子宮頸がん 32.0%	—	—	子宮頸がん37.5%	—	50%		

No.	目標項目	基準値		計画期間 (H29~R4)			目標値 (R4)	目標値設定理由	データの出典
		H27	H28	H29	H30	H31 (R1)			
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94.5%	胃がん94.6%	胃がん93.0%	胃がん91.7%	91.6%以上	厚生労働省：がん 検診事業の評価に 関する委員会報告 書「今後の我が国 におけるがん検診 事業評価の在り方 について」	(H27健康課とりまとめ) R1 保健所概要 肺がん：H28年度から低線 量CT導入 胃内視鏡検査：H30年度か ら導入
		肺がん 87.8%	肺がん 93.0%	肺がん 89.2%	肺がん 95.4%	肺がん 95.4%	90.0%以上		
		大腸がん68.0%	大腸がん71.5%	大腸がん74.6%	大腸がん78.4%	大腸がん76.0%	90.0%以上		
		乳がん 88.5%	乳がん 94.2%	乳がん 95.3%	乳がん 94.7%	乳がん96.0%	90.0%以上		
		子宮頸がん 79.0%	子宮頸がん 89.1%	子宮頸がん 90.6%	子宮頸がん 87.4%	子宮頸がん 91.0%	90.0%以上		

【循環器疾患】

No.	目標項目	基準値		計画期間 (H29~R4)			目標値 (R4)	目標値設定理由	データの出典
		H27	H28	H29	H30	H31 (R1)			
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	男性27.1	男性18.5	男性17.3	R3. 6月以降算出	14.9	健康日本21 (第 二次) 目標、現 状より男性13.7% 減、女性10.4% 減	(H27人口動態統計) H30死亡数：保健所概要 (H30人口：県人口統計)
		女性 14.3	女性6.4	女性4.8	女性4.3	R3. 6月以降算出	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	男性46.2	男性33.4	男性24.9	R3. 6月以降算出	37.7	健康日本21 (第 二次) 目標、現 状より男性15.9% 減、女性8.3%減	(H27人口動態統計) H30死亡数：保健所概要 (H30人口：県人口統計)
		女性 29.2	女性24.2	女性19.4	女性14.7		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%	男性43.4% (4836/11,147)	男性45.5% (4985/10951)	男性46.9% (4,902/10448)	R3. 6月以降算出	33.80%	健康日本21 (第 二次) 目標、現 状より25%減	(H27長野市国保特定健診) (H30 長野市国保特定健診)
		女性 56.5%	女性54.8% (8745/15,956)	女性56.2% (8680/15,451)	女性56.9% (8437/14833)	R3. 6月以降算出	42.60%		
4	収縮期血圧130mmHg以上の割 合の減少 (40~64歳)	男性40.5%	男性43.8%	男性49.9%	男性48.9%	R3. 6月以降算出	38.3%	新・健康ながの2 1の目標値の継 続	(H27長野市国保特定健診) (H30 長野市国保特定健診)
		女性31.4%	女性43.8%	女性45.7%	女性44.4%		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%	男性45.5%	男性47.0%	男性47.5%	R3. 6月以降算出	33.0%	健康日本21 (第 二次) 目標、現 状より25%減	(H27長野市国保特定健診) KDB厚生労働省様式5-3
		女性15.6%	女性15.6%	女性15.9%	女性15.6%		11.7%		
6	国保特定健診受診率・特定 保健指導率の向上	受診率	47.0%	47.3%	47.6%	47.20%	60.0%	国保第二期特定 健康診査等実施 計画目標値	(H26長野市国保特定健診) 国保連合会特定健診等結果 報告書
		特定保健指導実施率	23.3%	20.4%	26.2%	34.8%	60.0%		

【糖尿病】

No.	目 標	基準値		計画期間 (H29~R4)			目標値 (R4)	目標値設定理由	データの出典
		H27	H28	H29	H30	H31 (R1)			
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67.3% 女性71.0%	男性53.8% 女性57.4%	男性57.1% 女性60.5%	R3. 6月以降算出	男性 51.7% 女性 54.5%	健康日本21 (第二次) 目標、現状より15%減	(H27国保特定健診) KDB健診ツリー図
2	血糖コントロール指標におけるコントロール不良者 (HbA1c8.4%以上) の割合の減少 (40~74歳)	0.70%	0.68%	0.57%	0.68%	R3. 6月以降算出	0.60%	健康日本21 (第二次) 目標、現状より15%減	(H27国保特定健診)

(3)健康を支え、守るための社会環境の整備

No.	目 標	基準値		計画期間 (H29~R4)			目標値 (R4)	目標値設定理由	データの出典		
		H27	H28	H29	H30	H31 (R1)					
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%	第五次総合計画目標設定の考え方に準じ、現状より5ポイントの上昇	(H28まちづくりアンケート、第五次長野市総合計画アンケート調査毎年9月実績値) 国:国民健康・栄養調査		
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%	42.7%	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%	53.3%	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%	42.7%	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%			健康日本21 (第二次) 目標値	(H28まちづくりアンケート) 国:国民健康・栄養調査
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%	参考値 82.2%	25% *参考値 社会参加している60歳以上の市民の割合 (目標84%)			健康日本21 (第二次) 目標値: 社会参加している60歳以上の市民の割合 (目標84%)	*参考値:第五次総合計画アンケート調査(高齢者活躍支援課)毎年6月調査12月集計翌年5月頃公表