

ながの健やかプラン21推進状況（計画の目標項目別）

資料3

1 計画全体の目標（成果）

2021/10/22現在

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）	R2			
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 81.09年 女性 84.73年	男性81.49年 女性84.43年	R4.2月頃 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	厚生省人口動態統計等 簡易生命表（12月） R2人口動態統計 R2.9月末現在 介護保険認定者数 R2.10.1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）	R2			
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	59.1%	—	—	—	—	—	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)	R2				
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%	5.2%	4.3%	5.8%	減少			
	小学5年生 女子	1.9%	2.5%	2.6%	2.3%	2.7%	3.2%	減少			
2	適正体重を維持している成人の割合の増加	23.8%	—	—	—	—	—	—	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、学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	*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%	*参考値40~60歳男性38.0%	*R3.12以降算出予定	22.0%				
	40~60歳女性 BMI25以上 肥満	*40~60歳女性19.3%	*40~60歳女性18.2%	*40~60歳女性19.6%	*40~60歳女性18.8%	*R3.12以降算出予定	19.0%				
	20代女性 BMI18.5未満やせ	11.7%	—	—	—	—	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%	*65歳~74歳 BMI20以下19.8%	*R3.12以降算出予定	22.0%	20.8%	20.4%	20.1%	20.4%
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) (* 東日本台風災害で中止)	
4	野菜摂取量の増加	294g/日	—	257g/日	—	—*	—	350g/日			(* 東日本台風災害で中止)
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)	R2			
1	自殺率の減少 (人口10万対)	18.5	15.6	14.9	17.1	15.9	15.2	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21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21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21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	8,812人	9,572人	10,973人	11,948人	13,085人	14,442人	年1,000人ずつ増加	新・健康ながの21実績の推移に基づき設定	(健康課とりまとめ 累計)

【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)	R2			
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)
2	妊娠中の喫煙をなくす	2.4%	1.8%	1.8%	1.9%	1.3%	1.0%	0%	健康日本21(第二次)の目標値	(H27 4か月児健診おたずね集計) (R2 4か月児健診おたずね集計)

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)	R2			
3	未成年者の喫煙をなくす									(H28未成年者喫煙・飲酒状況調査) R3.7月長野県未成年者喫煙・飲酒実態調査実施 (R4.3月以降算出予定)
	中学1年生男子	0%	—	—	—	—	—	0%	健康日本21(第二次)の目標値	
	中学1年生女子	0.5%	—	—	—	—	—	0%		
	高校1年生男子	0.3%	—	—	—	—	—	0%		
	高校1年生女子	0.3%	—	—	—	—	—	0%		
4	受動喫煙の機会を有する人の割合の減少									(H27健康づくりアンケート調査)
	行政機関	2.2%	—	—	—	—	—	0%	健康日本21(第二次)の目標値	
	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)	R2			
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									(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%	健康日本21(第二次)の目標、現状値より15%減	
	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%	0.7%	0.8%	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) (R2 4か月児健診調査表集計)
3	未成年者の飲酒をなくす									(H28未成年者喫煙・飲酒状況等調査) R3.7月長野県未成年者喫煙・飲酒実態調査実施 (R4.3月以降算出予定)
	中学1年生男子	0%	—	—	—	—	—	0%	健康日本21(第二次)の目標値	
	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)	R2			
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) R2 3歳児歯科健診 R2 学校保健統計
	3歳児	85.0%	82.4%	87.0%	88.7%	88.9%	89.6%	90.0%		
	12歳児	74.9%	76.6%	77.5%	78.2%	77.2%	84.9%	76.0%		
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) R2 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%	42.9%	25.0%		
	60歳	52.3%	50.0%	57.2%	53.8%	55.5%	57.0%	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%	—	—	—	* 参考値 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)	R2				
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	59.9	R4. 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) (H30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)	R2			
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92.4%	胃がん98.0%	90%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:R1年度から導入
		胃内視鏡90.9%				胃内視鏡90.9%	胃内視鏡87.5%			
		肺がん 87.8%	肺がん 93.0%	肺がん 89.2%	肺がん 95.4%	肺がん 90.0%	肺がん 88.6%	90%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%	大腸がん70.3%	90%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95.5%	乳がん92.9%	90%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 91.7%	子宮頸がん 91.7%	90%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)	R2			
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	男性 22.6	R4. 6以降算出予定	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) ----- R1死亡数: 保健所概要 (R1人口: 県人口統計)
		女性 14.3	女性 6.4	女性 4.8	女性 4.3	女性 6.3		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	男性 32.5	R4. 6以降算出予定	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) ----- R1死亡数: 保健所概要 (R1人口: 県人口統計)
		女性 29.2	女性 24.2	女性 19.4	女性 14.7	女性 16.8		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%	男性 45.5%	男性 46.9%	男性 46.5%	R4. 6以降算出予定	33.8%	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) ----- (R1 長野市国保特定健診)
		女性 56.5%	女性 54.8%	女性 56.2%	女性 56.9%	女性 56.5%		42.6%		
4	収縮期血圧130mmHg以上の割合の減少 (40~64歳)	男性 40.5%	男性 39.9%	男性 39.6%	男性 38.5%	男性 38.7%	R4. 6以降算出予定	38.3%	新・健康ながの21の目標値の継続	(H27長野市国保特定健診) ----- (R1 長野市国保特定健診)
		女性 31.4%	女性 31.2%	女性 31.3%	女性 28.4%	女性 28.7%		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%	男性 47.1%	R4. 6以降算出予定	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%	女性 15.8%		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	47.9%	47.3%	47.6%	47.2%	47.2%	R3. 11月法定報告確定以降算出予定	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) ----- R1 市保健所「保健福祉」

特定保健指導実施率	22.0%	20.4%	26.2%	34.8%	37.9%		60.0%	「K.I.市加齢要介護福祉」
-----------	-------	-------	-------	-------	-------	--	-------	----------------

【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)	R2			
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%	男性53.8% 女性56.0%	R4. 6以降算出予定	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) ----- H31/R1 K D Bデータ
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)	0.7%	0.7%	0.6%	0.7%	0.5%	R4. 6以降算出予定	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) ----- H31/R1 K D Bデータ

(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)	R2			
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%		(H28まちづくりアンケート)
2	健康づくりに取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%	45.8%	54.3%	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	第五次長野市総合計画R2年度アンケート調査結果補正值毎年9月実績値) 国：国民健康・栄養調査
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%	54.4%	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%	46.9%	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%	* 参考値 83.5%	参考値 81.9%	参考値 82.2%	参考値 81.4%	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%					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R2年度アンケート調査(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