

## 目標（指標）一覧

### 1 計画全体の目標（成果）

No.	目標項目	現状	目標	目標値設定理由
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	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

### 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	現状	目標	目標値設定理由
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% 4.6%	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
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
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
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

##### 【栄養・食生活、食育】

No.	目標項目	現状	目標	目標値設定理由
1	肥満児童(肥満度 30%以上)の割合の減少 小学5年生 男子 小学5年生 女子	3.8% 1.9%	減少 減少	健康日本 21(第二次)の目標値
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 BMI25 以上 肥満 40～60 歳 女性 BMI25 以上 肥満 20 代 女性 BMI18.5 未満 やせ 65 歳以上 BMI20 以下 やせ傾向	23.8% 19.2% 11.7% 21.4%	22.0% 19.0% 減少 22.0%	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

No.	目標項目	現状	目標	目標値設定理由	
3	食塩摂取量の減少	9.9g/日	8.0g/日	健康日本 21(第二次)の目標値	
4	野菜摂取量の増加	294g/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%	第三次食育推進基本計画の目標値	
6	朝食を欠食する人の割合の減少	小学生	7.0%		0%
		20～30代	16.8%		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	現状	目標	目標値設定理由
1	自殺率の減少(人口10万対)	18.5	14.8	自殺大綱の目標、現状値より20%減
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%	10.0%	新・健康ながの21の目標値の継続
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%	80.0%	
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
5	睡眠で休養が取れている人の割合の増加(20～50代)	65.8%	80.0%	新・健康ながの21の目標値の継続
6	ゲートキーパー研修参加延べ人数の増加	8,812人(累計)	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

### 【喫煙】

No.	目標項目	現状	目標	目標値設定理由
1	成人の喫煙率の減少	14.2%	12.0%	健康日本 21(第二次)の目標値
2	妊娠中の喫煙をなくす	2.4%	0%	
3	未成年者の喫煙をなくす	中学1年生男子	0%	
		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	行政機関	2.2%	0%
		医療機関	0.4%	0%
		職場	16.8%	減少
		家庭	12.0%	3.0%
		飲食店	25.1%	15.0%
5	COPDを認知している人の割合の増加	38.4%	80.0%	

### 【飲酒】

No.	目標項目	現状	目標	目標値設定理由
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 女性 20g/日以上	25.5% 11.9%	21.7% 10.1%	健康日本 21(第二次)の目標、現状値より15%減
2	妊娠中の飲酒をなくす	1.0%	0%	健康日本 21(第二次)の目標値
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%	

\*No1 女性の現状値は、40g/日以上

### 【歯・口腔の健康】

No.	目標項目	現状	目標	目標値設定理由
1	むし歯がない子どもの割合の増加 3歳児 12歳児	85.0% 74.9%	90.0% 76.0%	「歯科口腔保健の推進に関する法律」基本的事項の目標値 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
2	進行した歯周病に罹患している人の割合の減少 40歳 60歳	37.9% 52.3%	25.0% 45.0%	健康日本 21(第二次)の目標値
3	咀嚼良好者の割合の増加 60代	74.4%	80.0%	
4	過去1年間に歯科健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	現状	目標	目標値設定理由
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	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
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% 乳がん 32.2% 子宮頸がん 32.0%	50.0% 50.0% 50.0%	厚生労働省:がん対策推進基本計画目標値
3	がん精密検査受診率の増加 (長野市実施)	胃がん 91.6% 肺がん 87.8% 大腸がん 68.0% 乳がん 88.5% 子宮頸がん 79.0%	91.6%以上 90.0%以上 90.0%以上 90.0%以上 90.0%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」を参考

### 【循環器疾患】

No.	目標項目	現状	目標	目標値設定理由
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	14.9 13.0	健康日本21(第二次)目標、現状より男性13.7%減、女性10.4%減
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	37.7 26.8	健康日本21(第二次)目標、現状より男性15.9%減、女性8.3%減
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%	33.8% 42.6%	健康日本21(第二次)目標、現状より25%減
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%	38.3% 29.8%	新・健康ながの21の目標値の継続
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%	33.0% 11.7%	健康日本21(第二次)目標、現状より25%減
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%	60.0%	国保第二期特定健康診査等実施計画
	特定保健指導実施率	23.3%	60.0%	目標値

【糖尿病】

No.	目 標	現状値	目標値	目標値設定理由
1	HbA1c5.6%以上の人の割合の減少 (40～64 歳)	男性 60.9% 女性 64.1%	51.7% 54.5%	健康日本21(第二次)目標、現状より15%減
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%	0.6%	

(3) 健康を支え、守るための社会環境の整備

【地域のつながり・きずな・支え合いの強化】

No.	目 標	現状値	目標値	目標値設定理由
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
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%	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%	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%	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
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%	25.0%	