

## 第2 重点施策・取組指標の評価と課題

### 1 重点施策の評価

#### 重点1 生活習慣病予防対策

##### ◇目指す姿

- ・自分の健康状態を知り、生涯にわたり望ましい生活習慣を実践する人を増やします。
- ・生活習慣病の有所見者数や糖尿病予備群の数を減らします。

##### ◇指標の達成状況

★評価：ほぼ達成(◎) 改善傾向(O) 横ばい(→) 悪化傾向(△) 評価なし(-)

【保健医療の水準】

No.	指標	策定時の値	直近値	目標値	評価
1	肥満の割合	25～39歳 男性 22.1%	21.7%	15.0%以下	○
2	(BMI <sup>1)</sup> 25.0以上)	40～64歳 男性 31.4%	32.2%		△
3	やせの割合 (BMI 18.5未満)	25～39歳 女性 19.0%	19.6%	15.0%以下	△
4	HbA1c <sup>2)</sup> 5.6% 以上の割合	25～39歳 男性 33.1%	24.8% <sup>3)</sup>	策定時の25%減少 24.8%以下	-
5		25～39歳 女性 24.1%	18.3% <sup>3)</sup>	18.1%以下	-
6		40～64歳 男性 70.4%	59.8%	52.8%以下	○
7		40～64歳 女性 75.2%	62.9%	56.4%以下	○
8	正常高値血圧以上の割合 (収縮期血圧130mmHg以上)	40～64歳 男性 40.9%	41.3%	策定時の5%減少 38.9%以下	△
9		40～64歳 女性 33.7%	32.6%	32.0%以下	○

<sup>1)</sup>BMI/身長と体重から求める国際的な体格の判定方法。体重kg÷身長m÷身長m

<sup>2)</sup>HbA1c/過去1～2か月の血糖の状態を反映する糖尿病の指標のひとつ

<sup>3)</sup>HbA1cの25～39歳は、策定時と把握方法が異なるため、参考値とする。

H21・H26 健診結果等の収集データ

【市民自らの行動指標】

No.	指標	策定時の値	直近値	目標値	評価
10	朝食欠食率 (朝食を週4日以上 食べない人の割合)	7～15歳 男性 1.1%	2.3%	0%	△
11		7～15歳 女性 4.8%	2.6%	0%	○
12		19～39歳 男性 26.4%	28.1%	15.0%以下	△
13	1日の食塩・ カリウム 摂取量 (16歳以上)	食塩摂取量推測値		9.0g以下	△
14		男性 12.8g	13.0g		
		女性 11.6g	11.7g	7.5g以下	△
15		カリウム摂取量推測値		2,500mg以上	○
16	男性 1,726mg	1,783mg			
	女性 1,649mg	1,720mg	2,000mg以上	○	

H21・H27 健康づくりに関するアンケート

H21・H27 スポット尿検査

No.	指 標	策定時の値	直近値	目標値	評価
17	毎食、野菜を食べる人の割合	16～39歳 朝食 47.2%	47.6%	70%以上	○
18		昼食 60.0%	68.0%		◎
19	1日の平均歩数	25～39歳 男性8,485歩	8,375歩	1日1,000歩増加	△
20		25～39歳 女性7,095歩	7,039歩		△
21		40～64歳 男性7,904歩	7,550歩		△
22		40～64歳 女性8,443歩	7,417歩		△

H21・H27 健康づくりに関するアンケート・歩数調査

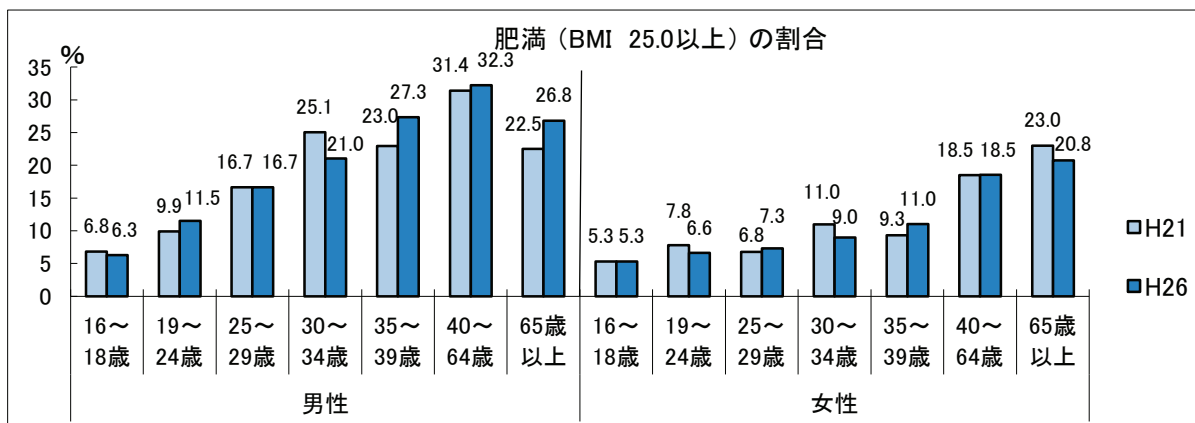
【行政・関係団体等の取組指標】

No.	指 標	策定時の値	直近値	目標値	評価
23	国保特定健康診査受診率（40～74歳）	47.9%	47.0%	65.0% <sup>4)</sup>	△
		対象者数 60,734人	60,409人	↓	
		受診者数 29,108人	28,398人	56.0%	
24	国保特定保健指導実施率（40～74歳）	20.0%	23.3%	45.0% <sup>4)</sup>	○
		対象者数 3,439人	2,747人	↓	
		受診者数 689人	639人	50.0%	

4) 国保第二期特定健康診査等実施計画に基づき変更  
H21・H26 国保特定健診

○ 肥満（BMI 25.0以上）とやせ（BMI 18.5未満）の割合

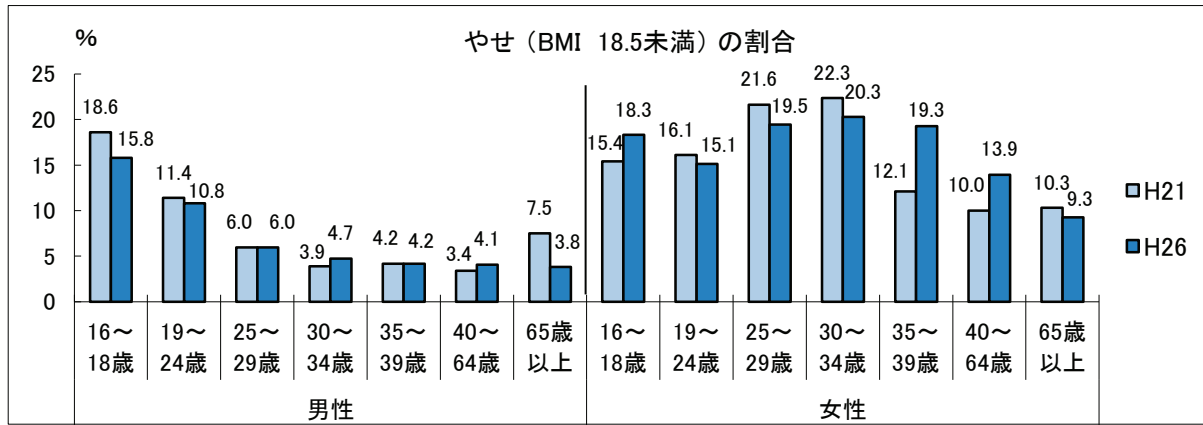
（図1）



H21・H26 健診結果等の収集データ

- ・ 男性は、35歳以上で肥満の割合が増加しており、40～64歳では3人に1人が肥満です。
- ・ 女性は、男性に比べて肥満の傾向は低い状況ですが、35～64歳では改善がみられませんでした。

(図2)

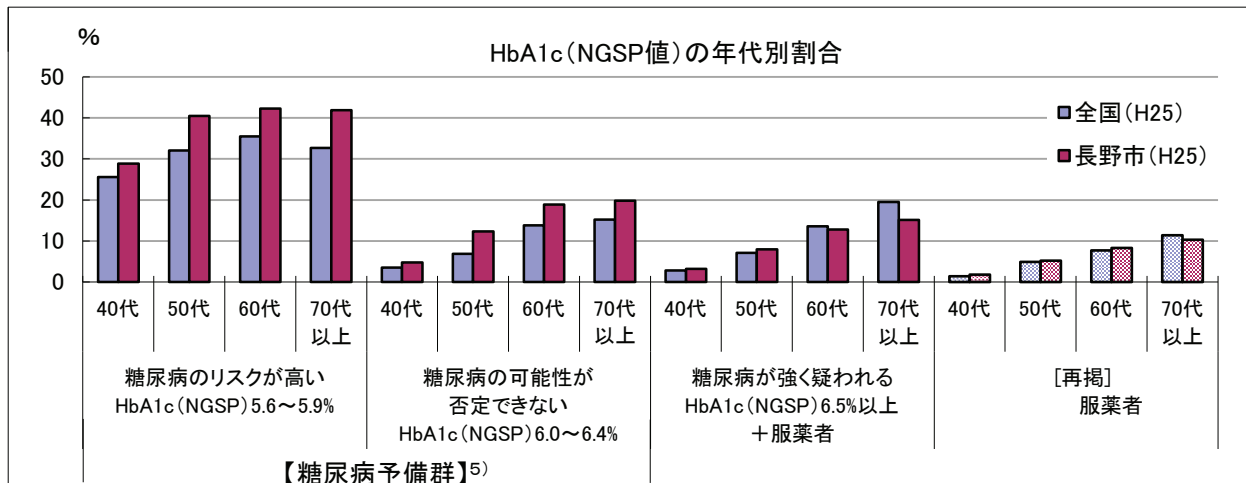


H21・H26 健診結果等の収集データ

- ・ 女性は、16~18歳及び35~64歳でやせの割合が増加しました。

### ○ HbA1cの状況

(図3)

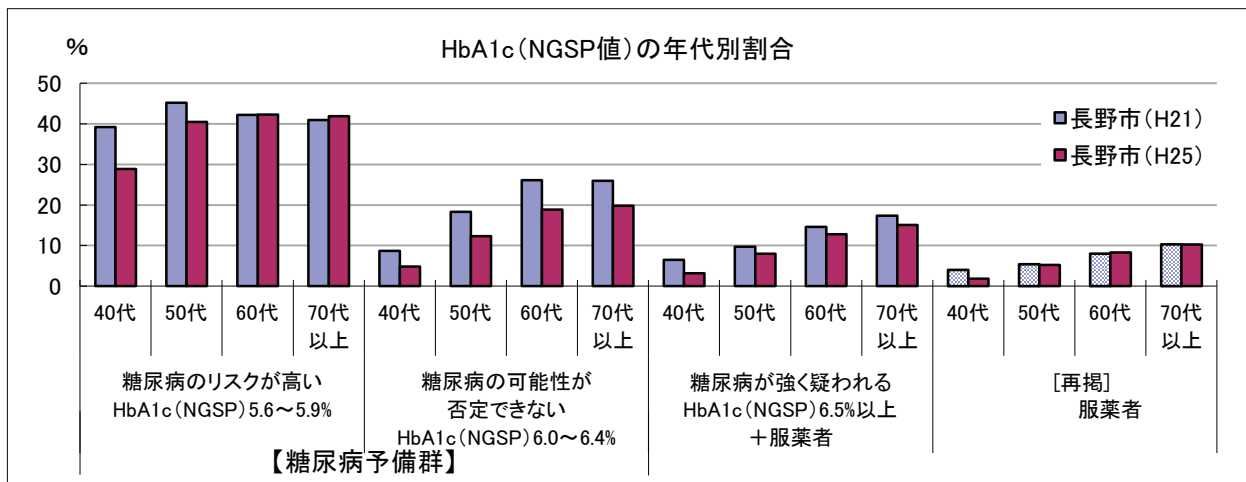


<sup>5)</sup>長野市ではHbA1c5.6~6.4%の値を「糖尿病予備群」とした。

長野市：国保特定健診 国：国民健康・栄養調査

- ・ HbA1cの年代別割合を全国と比較すると、糖尿病予備群の割合が全国より高い状況です。

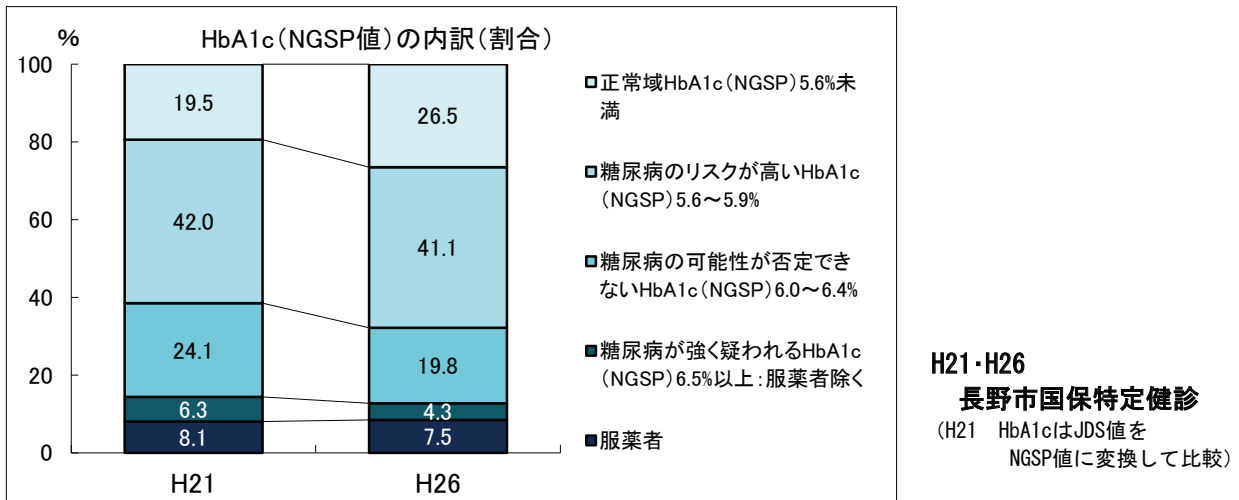
(図4)



(H21 HbA1cはJDS値をNGSP値に変換して比較) H21・H25 長野市国保特定健診

- ・ 糖尿病予備群の割合について、長野市の平成21年と平成25年を比べると、「糖尿病のリスクが高い人」の40~50代と「糖尿病の可能性の否定できない人」のすべての年代において割合が減少しています。

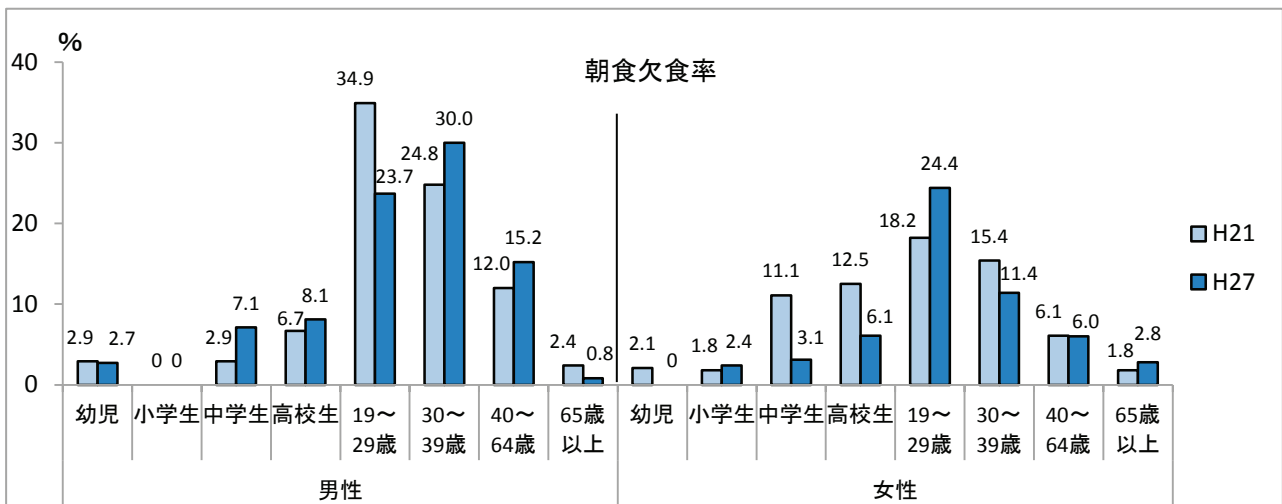
(図 5)



- 40歳以上の全年代において、HbA1c5.6%以上の方は減少し、HbA1c内訳では、特に糖尿病予備群が減少しています。

### ○ 朝食を週4日以上食べない人の割合（朝食欠食率）

(図 6)

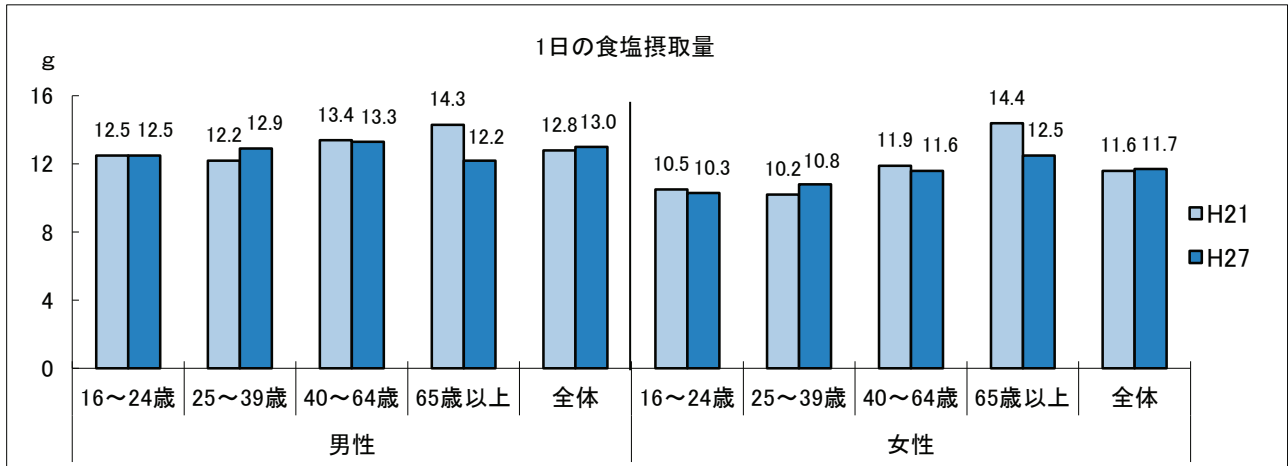


H21・H27 健康づくりに関するアンケート

- 男性の欠食率は、19~29歳と65歳以上で減少しましたが、その他の年代では増加しており、悪化しました。
- 女性の欠食率は、19~29歳と65歳以上で増加しましたが、その他の年代では減少しました。

## ○ 食塩と野菜（カリウム）の摂取状況

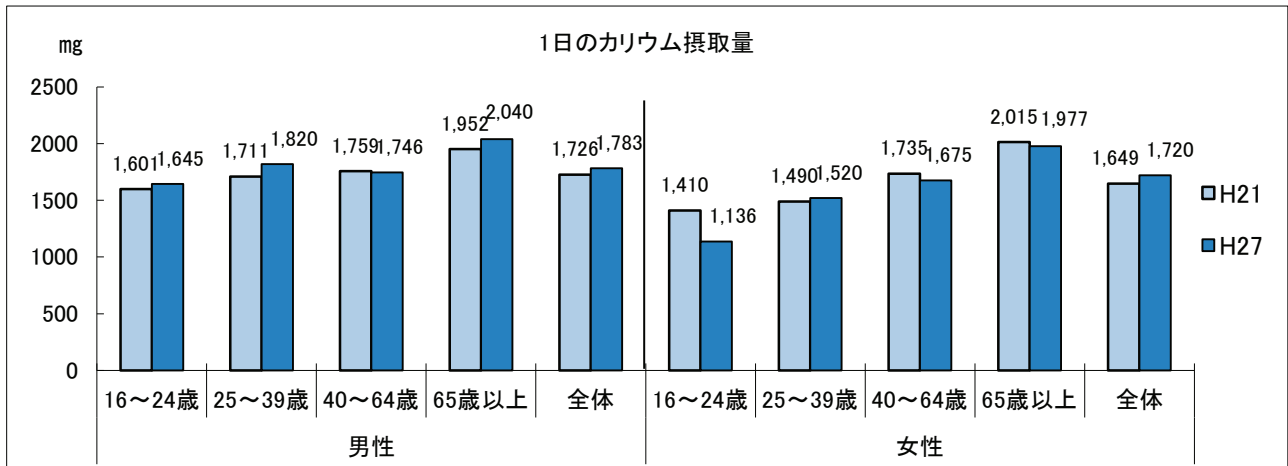
(図 7)



H21・H27 スポット尿検査

- 食塩摂取量は、男女とも65歳以上では減少しましたが、25～39歳では増加し、その他の年代は、ほぼ横ばいでした。

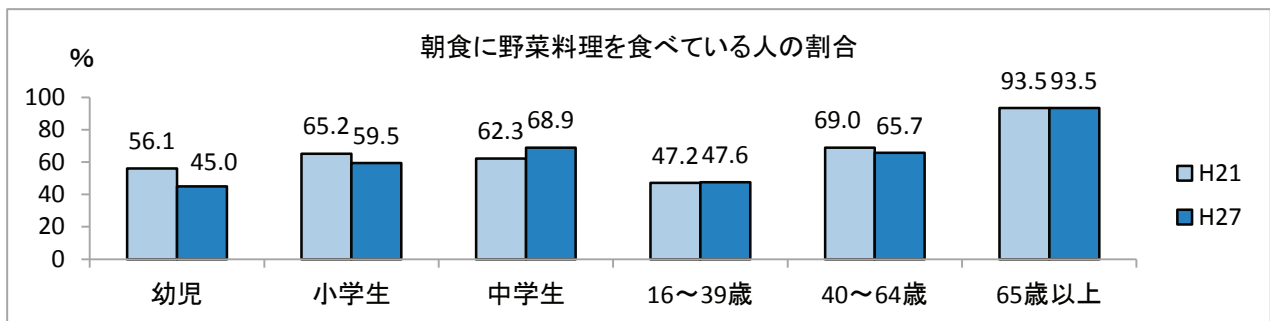
(図 8)



H21・H27 スポット尿検査

- カリウム摂取量は、男性は25～39歳と65歳以上は増加、女性は25～39歳で増加し、全体では改善しました。

(図 9)

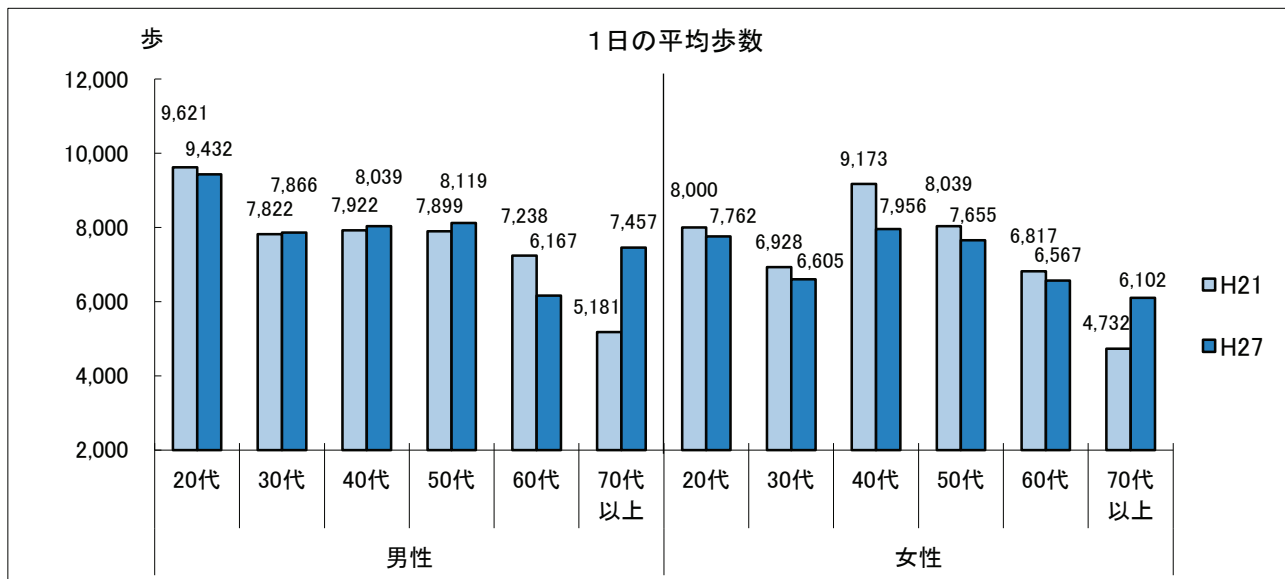


H21・H27 健康づくりに関するアンケート

- 中学生は、朝食に野菜料理を食べている人の割合が増加し、幼児、小学生、40～64歳では減少しました。

## ○ 1日の平均歩数

(図10)



H21・H27 歩数調査

- ・ 男女とも70歳以上では平均歩数が増加しましたが、その他の年代は横ばいか減少しています。

## ◇ 指標に関連した主な施策（事業）

- 外食栄養成分表示の促進
- 健康サポート相談会
- 青年期からの糖尿病予防対策講座
- 国保特定保健指導
- 子育て世代の女性の健康づくり講座
- 食を含めた健康づくりボランティア団体との健康づくりの推進
- 国保特定健康診査

## ◇ 今後の課題

- ・ 35歳以上の男性の肥満や妊娠前・妊娠期の女性のやせの改善を図るために、食育の取組や運動・スポーツなど、望ましい生活習慣の定着に向けての戦略的な取組が必要です。
- ・ HbA1cは改善傾向にありますが、糖尿病予備群の割合は全国平均より高い状況となっており、糖尿病の発症・重症化予防のため、保健師・管理栄養士等専門職による訪問指導の強化が必要です。
- ・ 朝食欠食率は改善が見られず、「早寝・早起き・朝ごはん」運動の推進など、食育の取組と連動した継続的な取組が必要です。
- ・ 「毎日野菜を食べる人」の割合は、改善傾向が見られましたが、サキベジ<sup>6)</sup>運動をはじめとした食生活の改善を図る取組について、関係機関・団体と連携して進める必要があります。
- ・ 1日の平均歩数は悪化傾向となっており、若い世代から運動やスポーツの習慣の定着を図る取組の支援や運動等の必要性は理解しているものの、なかなか行動に移せない人に対する動機づけの支援を図る必要があります。

<sup>6)</sup>サキベジ／食事の時、野菜を先にたくさん食べること