

第1章 計画の概要

1 計画策定の趣旨

平成12年度から展開されてきた国民健康づくり運動「健康日本21」では、壮年期死亡の減少、健康寿命の延伸、生活の質の向上を目指して、国民運動として健康づくりを推進してきました。

平成25年度から平成34年度（令和4年度）までの「二十一世紀における第二次国民健康づくり運動（健康日本21（第二次）」）では、21世紀の日本を『急速な人口の高齢化や生活習慣の変化により、疾病構造が変わり、疾病全体に占めるがん、虚血性心疾患、脳血管疾患、糖尿病等の生活習慣病の割合が増加し、これら生活習慣病にかかる国民医療費は、約3割を占めています。これまでのような高い経済成長が望めない可能性があり、高齢化の進展により、ますます医療や介護に係る負担は増加し、疾病による負担が極めて大きい社会となる。』ととらえています。

今後も引き続き、生活習慣病の一次予防に重点を置くとともに、合併症の発症や症状進展など重症化予防を重視した取組を推進するため、下記の5つの基本的な方向が示されました。

- 1 健康寿命の延伸と健康格差の縮小
- 2 生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底
- 3 社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上
- 4 健康を支え、守るための社会環境の整備
- 5 栄養・食生活、身体活動・運動、休養、飲酒、喫煙及び歯・口腔の健康に関する生活習慣及び社会環境の改善

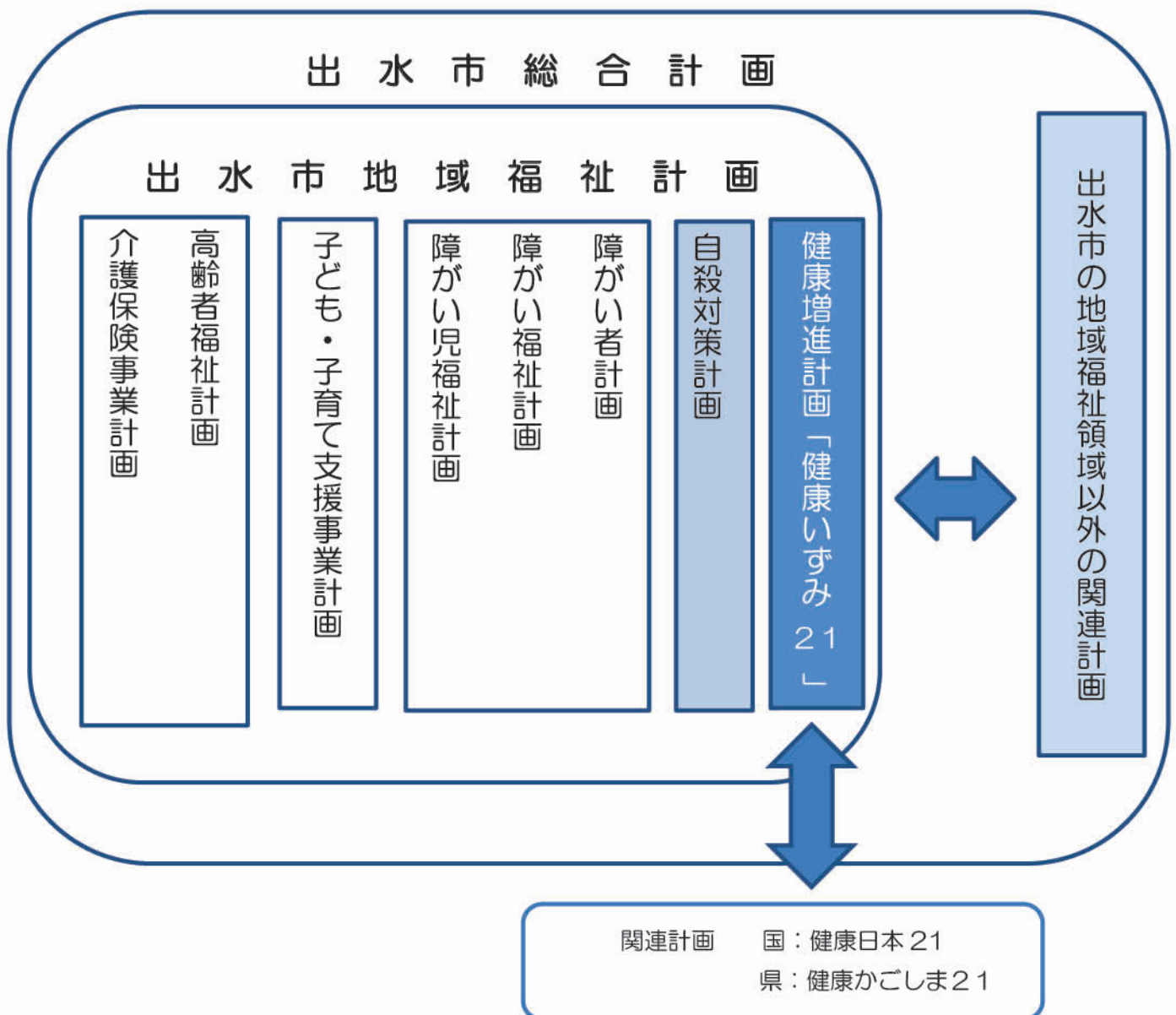
本市においては、「誰もが住みよく、安心・安らぎを感じる生活づくり」の実現を図るため、平成22年度を始期とした第1次出水市健康増進計画「健康いずみ21」、平成27年3月には第2次出水市健康増進計画を策定し、乳幼児期から高齢期のライフステージごとに、生活習慣病予防に視点を置いた取組を推進してきました。

今回、これまでの本市の取組の評価及び新たな健康課題などを踏まえ、「健康いずみ21（第3次）」（以下「本計画」という。）を策定します。

2 計画の位置づけと期間

(1) 計画の位置づけ

- 本計画は、本市におけるまちづくりの上位計画である「出水市総合計画」に掲げる将来都市像を保健福祉の視点から実現していく「個別計画」に位置づけられます。
- 本計画は、国や県の健康増進計画及びその他の関係計画との整合性（調和・連携）を図り、市民の健康づくりの総合的な計画とします。



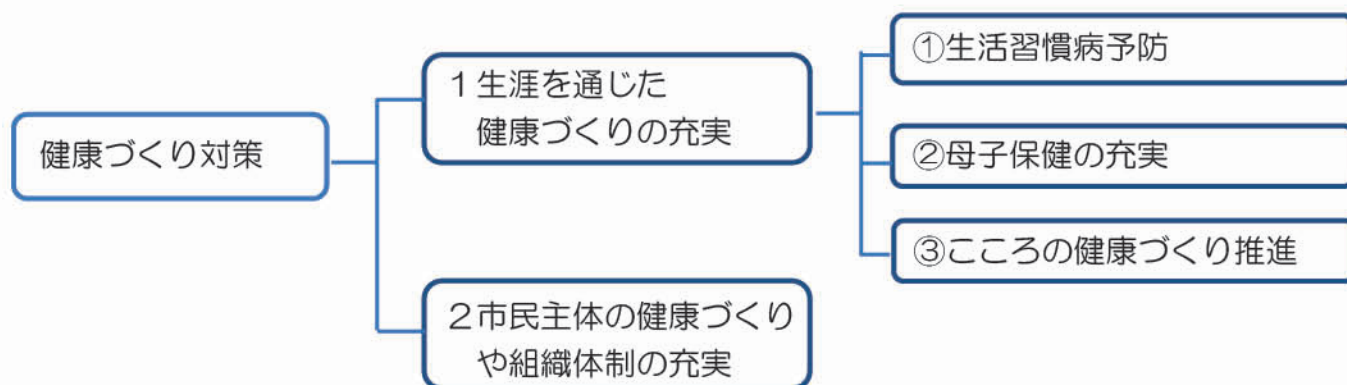
(2) 計画の視点

みんなでつくる活力都市 住みたいまち 出水市

～子どもから高齢者まで健やかに暮らせる支え合いのまちづくり～

安心して子どもを産み、健やかに育てられる環境を整備するとともに、年齢や障害の有無に関わらず全ての市民が住み慣れた地域で生きがいを持って自分らしく暮らせるよう、共に支え合う福祉のまちづくりを目指します。また、全てのライフステージにおいて健康づくりの推進に努めます。

○ 施策の体系



○ 施策の展開

1 生涯を通じた健康づくりの充実

① 生活習慣病予防

各ライフステージにおける健康問題を明確にし、各種検（健）診の受診率向上に努めるとともに、食事・運動・休養等具体的な予防に対する知識の普及啓発を図り、正しい生活習慣づくりを地域全体で理解し実践できる体制づくりを進めます。

② 母子保健の充実

母子の健診・相談体制を整え、関係機関との連携を密にすることで、妊娠・出産・育児期の切れ目ない支援を充実し、地域全体で子育てする体制づくりを進めます。

③ こころの健康づくり推進

ストレス、うつに対する正しい知識の普及啓発と予防・対処法に対する理解を深め、身近な人の変化に「気づく」「声をかける」「傾聴する」「見守る」「つなぐ」ことがお互いに自然にできる地域づくりと、相談体制の充実に努めます。

2 市民主体の健康づくりや組織体制の充実

自治会、老人クラブ、高齢者大学等の地域組織や保健推進員、食生活改善推進員協議会、体育協会等関係機関と行政のネットワークを構築し、お互いの連携により市民が主体的に健康づくりに取り組めるよう意識の高揚と普及啓発に努めます。

(3) 計画の期間

本計画の期間は、令和2年度から令和6年度までの5年間とします。

なお、計画期間中に進捗状況等の変化が生じた場合には、必要な見直しを行います。

3 前計画の評価

【目標値】平成31年度（令和元年度）

【策定時】平成25年度

【現状値】平成30年度

【達成状況】◎：目標達成、△：策定時と現状を比較して改善、▼：策定時と現状値を比較して悪化
—：変化なし

★脳卒中の発症・重症化予防★

| 評価指標 | | 目標値 | 策定時 | 現状値 | 達成状況 | 備考 |
|----------------------------|----|---------|------------------|------------------|------|---------|
| 脳血管疾患の標準化死亡比（SMR） | 男性 | 116.6 | 118.8 | 85.9 | ◎ | 県衛生統計年報 |
| | 女性 | 112.7 | 128.0 | 80.4 | ◎ | |
| | | | (H20～24年) | (H24～28年) | | |
| 収縮期血圧の平均値（40～74歳） | 男性 | 130mmHg | 132mmHg | 129mmHg | ◎ | 特定健診結果 |
| | 女性 | 128mmHg | 130mmHg | 126mmHg | ◎ | |
| | | | | (H29年度) | | |
| メタボリックシンドロームの該当者及び予備軍の減少 | | 25% | 30.5% | 32.0% | ▼ | 特定健診結果 |
| 特定健診の受診率 | | 65% | 42.2% | 42.1% (H29年度) | ▼ | |
| 特定保健指導の終了率 | | 60% | 34.1% | 20.7% (H29年度) | ▼ | |
| 脳卒中について知っている人の割合(成人) | | 80%以上 | 94.6% | 90.5% | ◎ | アンケート調査 |
| 脳卒中のチェックFASTを知っている人の割合(成人) | | 80%以上 | 30.2% (H28年度) | 36.0% | △ | |

★いきいきはつらつ過ごしたい！★

| 評価指標 | | 目標値 | 策定時 | 現状値 | 達成状況 | 備考 |
|---|----------|-------|-------|-------|------|---------|
| 運動習慣のある人の割合（1日30分以上の運動を週2回以上実施し、1年以上継続している人の割合） | 成人男性 | 30% | 11.7% | 16.6% | △ | アンケート調査 |
| | 成人女性 | 27% | 7.5% | 12.0% | △ | |
| 日常生活の歩数 7,000 歩以上の人の割合 | 20～64歳男性 | 50% | 34.9% | 24.0% | ▼ | |
| | 20～64歳女性 | 45% | 33.1% | 16.5% | ▼ | |
| | 65歳以上男性 | 50% | 30.8% | 11.0% | ▼ | |
| | 65歳以上女性 | 45% | 26.7% | 8.3% | ▼ | |
| 認知症予防について知っている人の割合(成人) | | 80% | 31.0% | 41.3% | △ | 特定健診結果 |
| 適正体重を維持している人の割合 | 成人男性 | 90% | 65.2% | 62.9% | ▼ | |
| | 成人女性 | 90% | 70.1% | 66.8% | ▼ | 県衛生統計年報 |
| 全出生数のうち低出生体重児の割合 | | 減少傾向へ | 8.7 | 9.9% | ▼ | |

| 評価指標 | | 目標値 | 策定時 | 現状値 | 達成状況 | 備考 |
|---|-------|-------|------------------|-------|------|---------------|
| 肥満傾向にある子どもの割合 | 小5男子 | 10.2% | 11.4% (H26年度) | 18.0% | ▼ | 市民体育課 |
| | 小5女子 | 8.5% | 12.5% (H26年度) | 8.0% | ◎ | |
| | 中2男子 | 8.4% | 11.2% (H26年度) | 11.1% | △ | |
| | 中2女子 | 7.9% | 13.0% (H26年度) | 12.4% | △ | |
| 11週以内の妊娠届出の割合 | | 100% | 91.2% | 92.6% | △ | 鹿児島県の 母子保健 |
| がん検診受診率 ※平成27年度からがん検診受診率の算 定方法が変更 | 胃がん | 40% | 10.1% (H27年度) | 9.1% | ▼ | 地域保健 事業報告 |
| | 大腸がん | 40% | 17.2% (H27年度) | 17.4% | △ | |
| | 肺がん | 40% | 17.6% (H27年度) | 17.9% | △ | |
| | 乳がん | 40% | 17.5% (H27年度) | 18.3% | △ | |
| | 子宮頸がん | 40% | 14.6% (H27年度) | 16.4% | △ | |
| 乳児（3～4か月児）健診受診率 | | 100% | 97.2% | 96.8% | ▼ | 鹿児島県の 母子保健 |
| 1歳6か月児健診受診率 | | 100% | 95.6% | 95.6% | — | |
| 3歳児健診受診率 | | 100% | 90.5% | 94.4% | △ | |

★ずっとおいしく食べたい！★

| 評価指標 | | 目標値 | 策定時 | 現状値 | 達成状況 | 備考 |
|---------------------------------|--------|--------|------------------|-------|------|-------------------|
| 朝食を欠食する人の割合 | 中高校生 | 0% | 9.6% | 3.8% | △ | アンケート調査 |
| | 20歳代男性 | 15%以下 | 25.9% | 15.8% | △ | |
| | 30歳代男性 | 15%以下 | 29.7% | 30.4% | ▼ | |
| 1日野菜小鉢5皿とっている人の割合 | | 35%以上 | 1.6% (H28年度) | 2.4% | △ | |
| おいしく減塩5か条を知っている人の割合 | | 80%以上 | 40.6% (H28年度) | | | |
| おいしく減塩5か条に取り組んでいる人の割合 | | — | | 86.3% | | |
| 歯と歯ぐきを1週間に1回は見る人の割合 | | 100% | 69.3% (H27年度) | 68.3% | ▼ | |
| かかりつけ歯科医がいる人の割合 | | 100% | 46.0% | 47.8% | △ | 3～4か月児健 診受診の産婦 |
| 妊婦の歯科健診受診率 | | 65% | 40.9% | 46.2% | △ | |
| 1日3回以上甘味類をとる習慣のある1歳6か月児 の割合 | | 25%以下 | 28.4% | 23.8% | ◎ | 1歳6か月児健診 |
| むし歯のない3歳児の割合 | | 72%以上 | 68.9% | 80.7% | ◎ | 3歳児健診 |
| 過去にフッ化物塗布をしたことのある3歳児の割合 | | 100% | 95.9% | 96.3% | △ | |
| フッ化物配合歯みがき粉を使用している小・中・高生 の割合 | | 46%以上 | 37.1% | 40.6% | △ | アンケート調査 |
| 中学生の1人平均DMF数 | | 1.4歯以下 | 1.7歯 | 2.0歯 | ▼ | 学校教育課 |

| 評価指標 | 目標値 | 策定時 | 現状値 | 達成状況 | 備考 |
|---------------------------|-----|-------|-------|------|---------------|
| 40 歳代における進行した歯周炎を有する人の割合 | 25% | 37.3% | 52.3% | ▼ | 歯周病検診 受診結果 |
| 40 歳の未処置歯を有する人の割合 | 10% | 51.0% | 46.0% | △ | |
| 40 歳で喪失歯のない人の割合 | 68% | 66.7% | 76.2% | ◎ | |
| 60 歳代における進行した歯周炎を有する人の割合 | 45% | 50.7% | 65.2% | ▼ | |
| 60 歳の未処置歯を有する人の割合 | 10% | 48.0% | 37.7% | △ | |
| 60 歳で 24 歯以上の自分の歯を有する人の割合 | 65% | 62.7% | 71.0% | ◎ | |
| 過去 1 年間に歯科診察を受診した人の割合 | 65% | 46.0% | 47.8% | △ | |

★みんなでこころ豊かに暮らしたい！★

| 評価指標 | | 目標値 | 策定時 | 現状値 | 達成状況 | 備考 |
|-----------------------------------|-----------|-------|-------------------|-------|------|------------------|
| 睡眠によって休養が十分とれていない人の割合 | | 10%以下 | 13.8% | 12.5% | △ | アンケート調査 |
| 睡眠確保のために睡眠補助剤を使うことのある人の割合 | | — | 5.3% | 11.4% | ▼ | |
| 睡眠確保のためにアルコールを使うことのある人の割合 | | — | 7.6% | 13.5% | ▼ | |
| ゆったりとした気分で子どもと過ごせる時間のゆとりのある母親の割合 | 3～4 か月児 | 82% | 85.4% (H28 年度) | 88.9% | ◎ | 母子健診 問診票 |
| | 1 歳 6 か月児 | 74% | 76.8% (H28 年度) | 81.1% | ◎ | |
| | 3 歳児 | 62% | 71.5% (H28 年度) | 74.2% | ◎ | |
| 60 歳以上で地域活動に参加している人の割合 | 男性 | 55%以上 | 50.6% | 50.6% | — | アンケート調査 |
| | 女性 | 50%以上 | 46.9% | 52.8% | ◎ | |
| 喫煙経験がある 10 代の割合 | 男子 | 0% | 0% | 1.1% | ▼ | |
| | 女子 | 0% | 0% | 0% | ◎ | |
| 妊婦の喫煙率 | | 0% | 6.4% | 4.5% | △ | 妊娠届出アンケート |
| 産婦の喫煙率 | | 0% | 7.1% (H28 年度) | 5.9% | △ | 3～4 か月児 健診問診票 |
| 喫煙で次の疾患にかかりやすくなる と思う中学生・高校生の割合 | 肺がん | 100% | 97.5% | 98.8% | △ | アンケート調査 |
| | 喘息 | 100% | 82.4% | 56.3% | ▼ | |
| | 気管支炎 | 100% | 79.4% | 46.3% | ▼ | |
| | 脳卒中 | 80% | 68.3% | 33.8% | ▼ | |
| | 心臓病 | 80% | 60.4% | 42.5% | ▼ | |
| | 胃潰瘍 | 80% | 40.6% | 15.0% | ▼ | |
| | 妊娠への影響 | 80% | 46.1% | 97.5% | ◎ | |
| | 歯周疾患 | 80% | 70.3% | 50.0% | ▼ | |

| 評価指標 | | | 目標値 | 策定時 | 現状値 | 達成状況 | 備考 | |
|--|--------|--------------|-------|-------|------------------|------|-----------|--|
| 喫煙で次の疾患にかかりやすくなる と思う成人の割合 | 肺がん | | 100% | 90.0% | 93.2% | △ | アンケート調査 | |
| | 喘息 | | 100% | 53.9% | 55.8% | △ | | |
| | 気管支炎 | | 80% | 63.9% | 63.6% | ▼ | | |
| | 脳卒中 | | 80% | 47.8% | 50.2% | △ | | |
| | 心臓病 | | 80% | 62.7% | 63.6% | △ | | |
| | 胃潰瘍 | | 80% | 22.6% | 20.8% | ▼ | | |
| | 妊娠への影響 | | 80% | 41.7% | 31.6% | ▼ | | |
| | 歯周疾患 | | 80% | 27.8% | 32.2% | △ | | |
| COPD の認知度 | | | 80% | 40.0% | 33.9% | ▼ | | |
| 妊婦の飲酒率 | | | 0% | 12.8% | 10.8% | △ | 妊娠届出アンケート | |
| 1 日の平均純アルコール摂取量が 40g 以上の 成人男性（リスクを高める飲酒習慣ありの人）の割合 | | | 8.4% | 11.2% | 8.9% (H29 年度) | △ | 特定健診結果 | |
| 1 日の平均純アルコール摂取量が 20g 以上の 成人女性（リスクを高める飲酒習慣ありの人）の割合 | | | 1.4% | 1.5% | 2.8% (H29 年度) | ▼ | | |
| 飲酒経験がある 10 代の割合 | | 男子 | 0% | 23.2% | 20.0% | △ | アンケート調査 | |
| | | 女子 | 0% | 25.0% | 5.9% | △ | | |
| 適正飲酒量を知っている人の 割合 | 男性 | 焼酎 0.6 合 | 80% | 34.5% | 24.6% | ▼ | | |
| | | ビール 500ml | | | 31.4% | ▼ | | |
| | 女性 | 焼酎 0.3 合 | 80% | 32.5% | 37.8% | △ | | |
| | | ビール 350ml 以下 | | | 58.8% | △ | | |
| 飲酒する成人男性のうち、飲まない日を週 1 回以上設ける人の割合 | | | 59%以上 | 41.4% | 54.1% | △ | | |
| 飲酒する成人女性のうち、飲まない日を週 1 回以上設ける人の割合 | | | 90%以上 | 80.5% | 92.4% | ◎ | | |