

第3章

第2次「健康ふくふくプラン21」評価

第3章

第2次「健康ふくふくプラン21」の評価

1 指標の達成状況

第2次「健康ふくふくプラン21」では、5つの分野（①身体活動・運動 ②栄養・食生活 ③心の健康 ④歯・口腔の健康 ⑤健康管理）ごとに健康課題に応じた全56項目の指標を設定しています。

今回、各種統計資料等から設定している指標における入手可能な直近値を調査し評価を行いました。また、把握方法は異なるものの同じ調査内容であることを勘案し参考値として評価したのものも含まれます。

その結果、全体の半数以上の31項目（55.3%）が、目標達成及び改善傾向にある一方で、23項目（41.1%）が改善していませんでした。

また、調査項目廃止のため評価が困難なものが1項目ありました。

評価		① 身体活動・ 運動	② 栄養・ 食生活	③ 心の健康	④ 歯・ 口腔の健康	⑤ 健康管理	総計	
A	目標値を達成した	1	4	0	5	10	20	35.7%
B	目標は達成していないものの 改善傾向にある (基準値を上回っている)	0	3	1	2	5	11	19.6%
C	変わらない	0	1	0	0	0	1	1.8%
D	改善していない (基準値を下回っている)	3	13	1	0	6	23	41.1%
E	評価困難 (質問項目削除など)	0	0	1	0	0	1	1.8%
項目数		4	21	3	7	21	56	100%

【注釈】原則として令和4年度のデータを活用している。

ただし、令和4年度のデータがない場合は、それ以前の直近値としている。

2 分野別の指標及び取組の評価

(1) 身体活動・運動

目標：日常生活の中で、今より10分多く体を動かす習慣を身につけましょう。

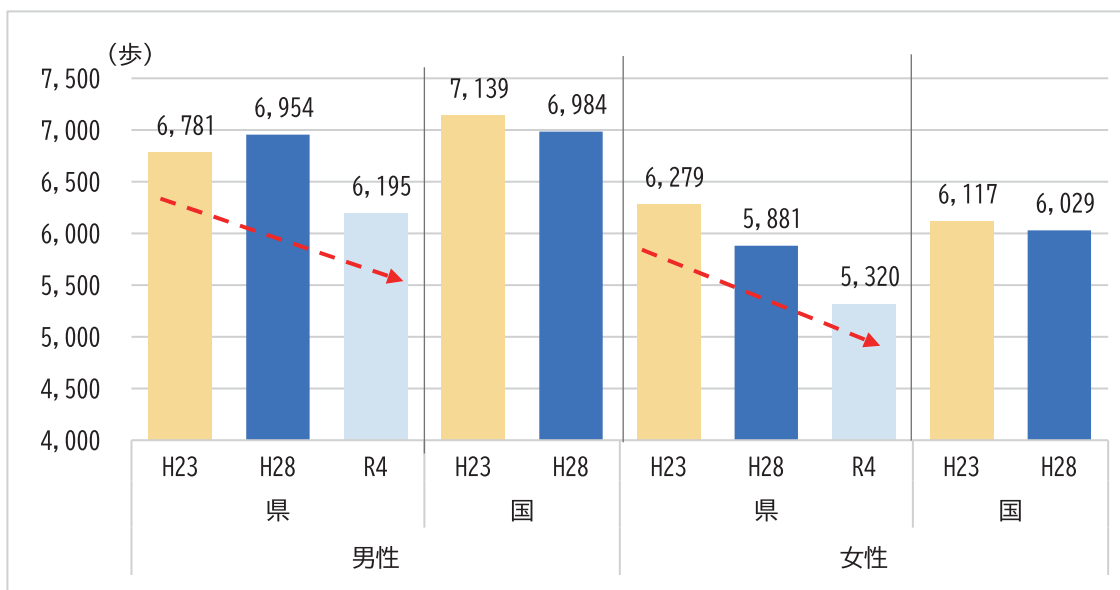
(1) - 1 指標の達成状況

4項目のうち、A評価が1件、D評価が3件となっています。

指標項目		基準値 (策定時)	直近値 (R4)	目標値	評価	
1	運動習慣がある人	男性	25.5%	29.3%	増加傾向へ	A
2		女性	21.8%	20.7%		D
3	日常生活における 歩数	男性	6,781 歩	6,195 歩	現状値から 1,000 歩 増加	D
4		女性	6,279 歩	5,320 歩		D

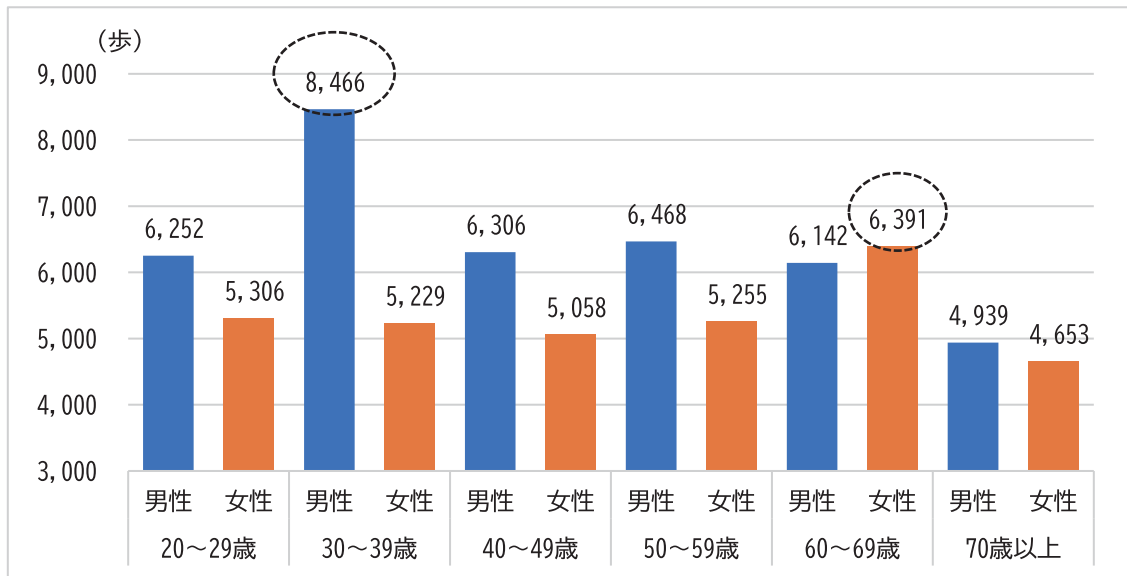
(1) - 2 アンケート等からの評価

■日常生活における歩数【図(1)-①】



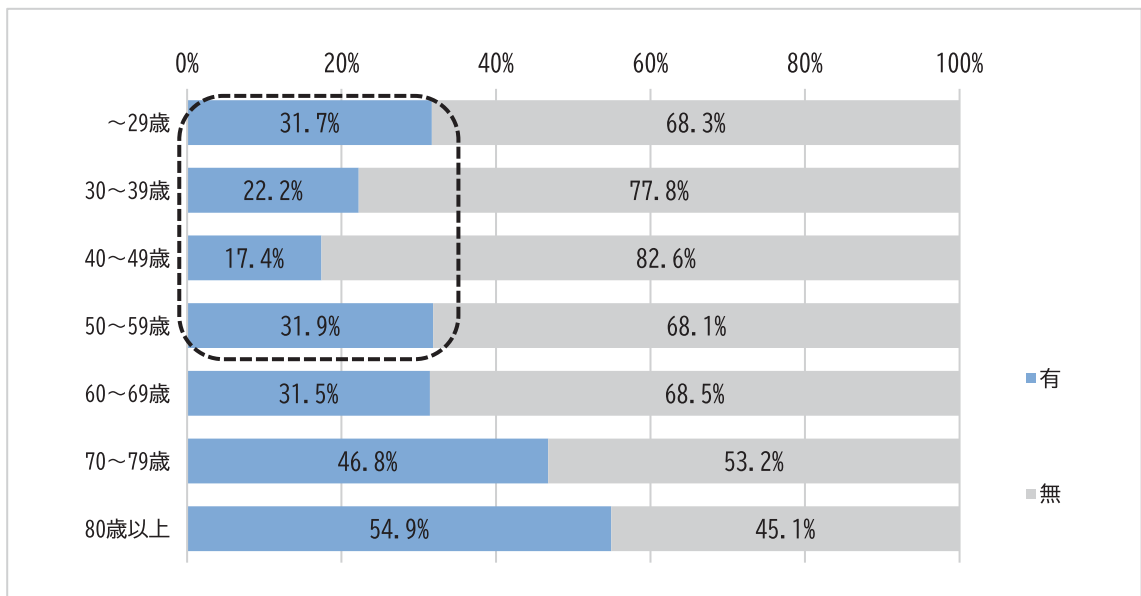
(令和4年度県民健康・栄養調査)

■日常生活における歩数（年齢別）【図(1)－②】



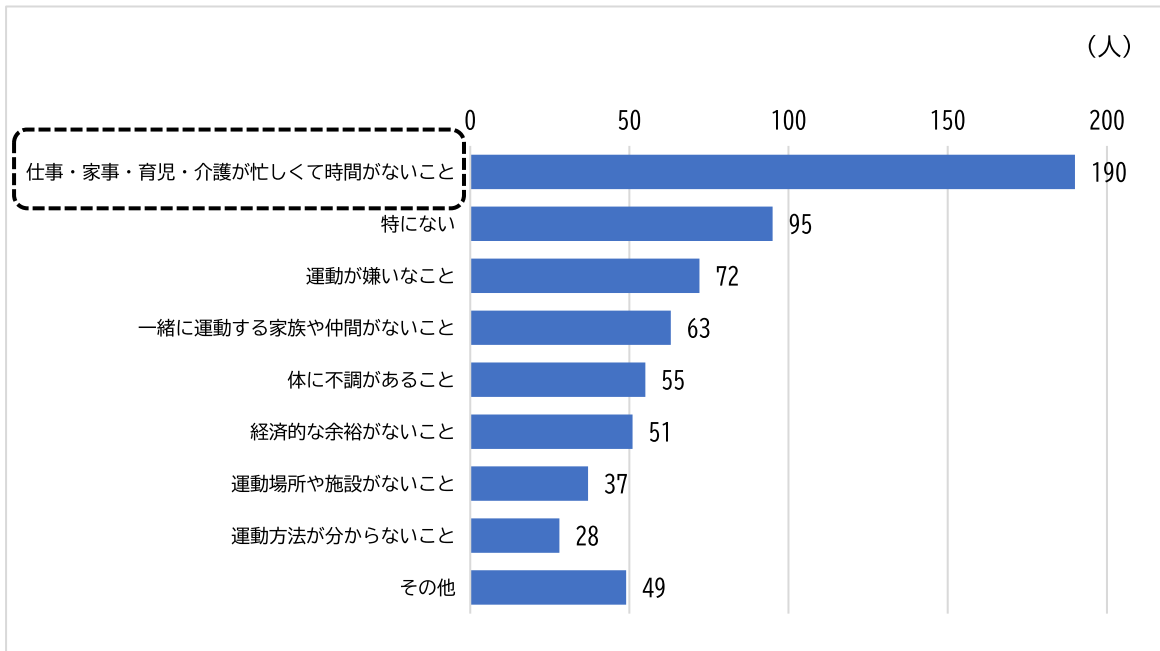
(令和4年度県民健康・栄養調査)

■運動習慣の有無【図(1)－③】



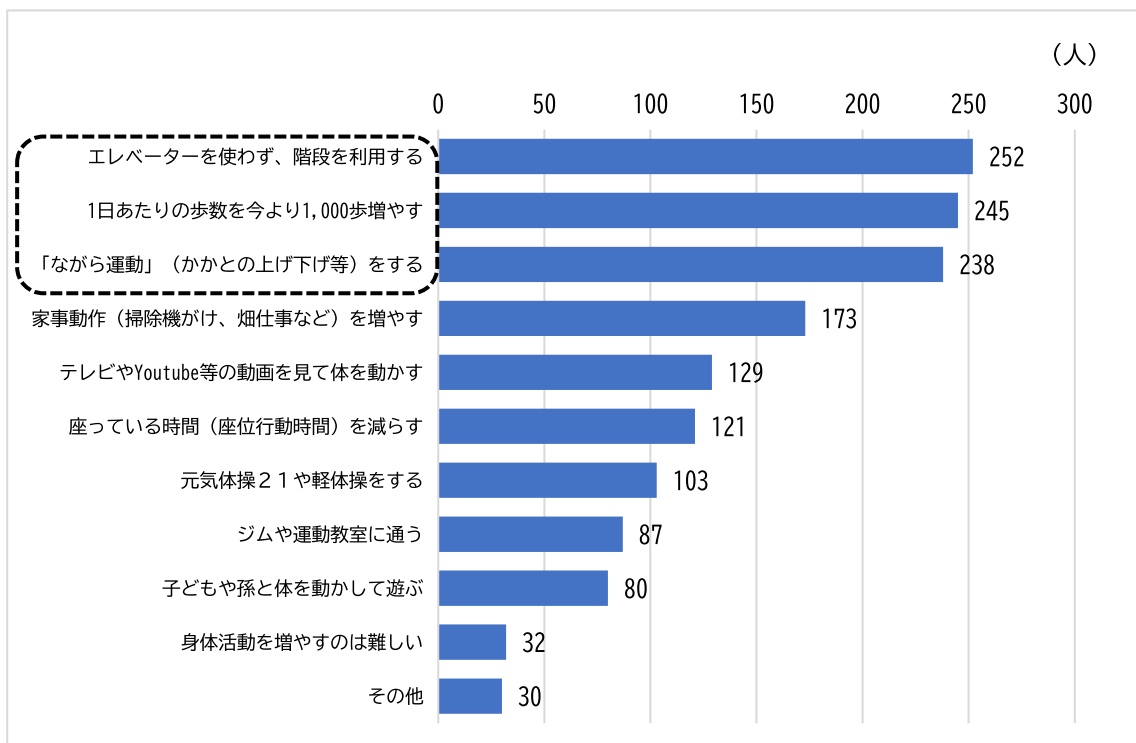
(「健康ふくふくプラン21」にかかるアンケート)

■運動習慣の定着の妨げになっていること（複数回答）【図(1)－④】



(「健康ふくふくプラン21」にかかるアンケート)

■身体活動を増やすため、できそうなこと（複数回答）【図(1)－⑤】



(「健康ふくふくプラン21」にかかるアンケート)

- アンケートでは、80歳代以外のすべての年代で運動習慣が「ない」人の割合が「ある」人の割合よりも高くなっています。特に、働く世代である40歳代の運動習慣が「ある」人の割合は2割以下と低く、一方で、70歳代以上は運動習慣が「ある」人の割合が約5割と高くなっています。【図(1)－③】
- 運動習慣の定着の妨げになっていることとして「仕事・家事・育児・介護が忙しく時間がない」と答える人が一番多く、運動するためのまとまった時間が取りにくいと考えられます。【図(1)－④】
- 身体活動を増やすため、できそうなことは「エレベーターを使わず、階段を利用する」、「1日の歩数を1,000歩増やす」、「ながら運動をする」の順に多くなっています。【図(1)－⑤】

(1)－3 課題のまとめ

- 数値目標は、4項目のうち3項目が達成しておらず、特に日常生活における歩数が男女ともに減少しました。
- 仕事や子育てなどに忙しく、運動する時間が取れない30歳代から50歳代の人は、日常的に運動している人が少ない状況です。1日の歩数を意識して増やしたり、ながら運動を取り入れるなど、日常生活の中で身体活動量を増やす取組を推進することが必要です。
- 生活の利便性向上やライフスタイルの変化により、日常生活において体を動かす機会が減少しているため、スポーツに親しむ機会を作るなど自発的に運動するための動機付けや環境整備が必要です。
- 高齢者は筋力低下や虚弱（フレイル）予防のため、意識的に運動する習慣を身につけることが重要です。
- 生涯にわたって運動習慣が継続するよう、ライフステージに応じた取組を進める必要があります。

(2) 栄養・食生活

目標：子どものころから栄養・食生活に関する正しい知識を習得し、適量の食事をバランスよくとる習慣を身につけましょう。

(2) —1 指標の達成状況

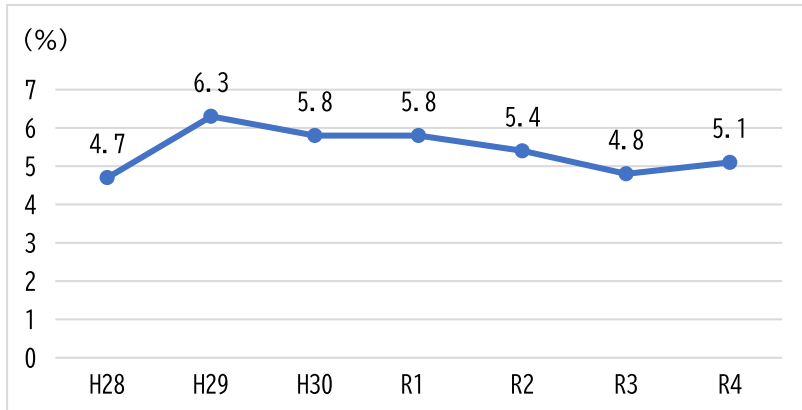
21項目のうち、A評価が4件、B評価が3件、C評価が1件、D評価が13件となっています。

指標項目		基準値 (策定時)	直近値 (R4)	目標値	評価	
1	肥満傾向にある3歳児の割合	4.8%	5.1%	減少傾向へ	D	
2	肥満傾向にある 児童・生徒の割合	小学(男子)	8.0%	9.7%	減少傾向へ	D
3		小学(女子)	5.8%	7.1%	減少傾向へ	D
4		中学(男子)	7.9%	9.2%	減少傾向へ	D
5		中学(女子)	6.7%	6.8%	減少傾向へ	D
6	やせ傾向にある中学女子の割合	4.2%	2.5%	減少傾向へ	A	
7	20歳～60歳代男性の肥満の人の割合	31.7%	34.0%	28.0%	D	
8	40歳～60歳代女性の肥満の人の割合	22.5%	15.8%	19.0%	A	
9	20歳代女性のやせの人の割合	14.3%	20.6%	減少傾向へ	D	

指標項目		基準値 (策定時)	直近値 (R4)	目標値	評価	
10	低栄養傾向 (BMI20 以下) の 高齢者の割合	19.3%	19.6%	22.0%	A	
11	栄養バランスを考えて食事 をとっている人の割合	83.0%	84.1% (R3)	90.0%	B	
12	成人の食塩摂取量	10.9g	10.9g	8.0g	C	
13	成人の野菜摂取量	311.9g	248.9g	350.0g	D	
14	朝食を毎日食 べる人の割合	3歳児	94.7%	99.7%	100% に近づける	A
15		小学5,6年 (男子)	92.6%	92.2% (H30)	増加傾向へ	D
16		小学5,6年 (女子)	93.0%	92.5% (H30)	増加傾向へ	D
17		中学生 (男子)	87.9%	86.7% (H30)	増加傾向へ	D
18		中学生 (女子)	86.0%	86.5% (H30)	増加傾向へ	B
19		20歳以上	92.3%	89.1%	100% に近づける	D
20	家族で共に朝夕 食をとる人の割合	朝食	64.0%	59.7% (R3)	80.0%	D
21		夕食	77.0%	85.6% (R3)	90.0%	B

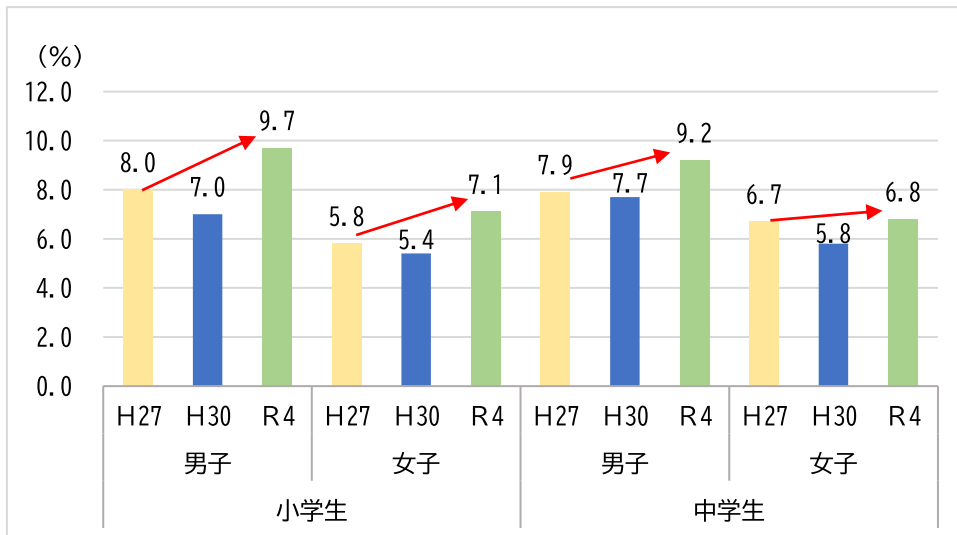
(2) - 2 アンケート等からの評価

■ 3歳児健診における肥満児割合の年次推移【図(2)-①】



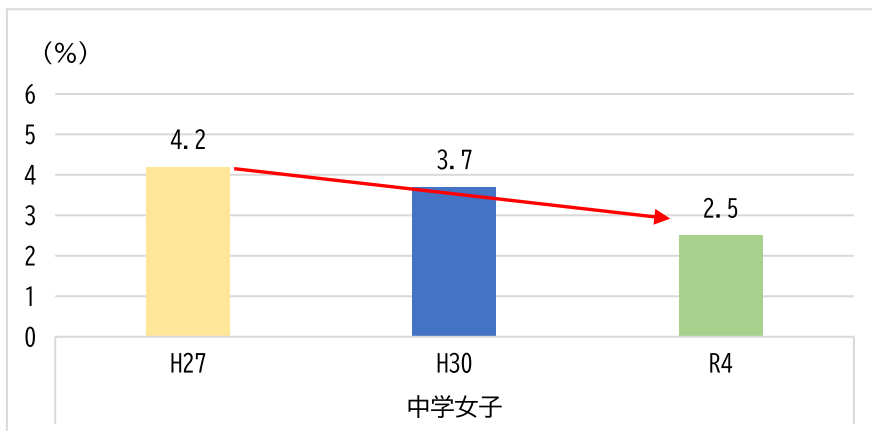
(福井市3歳児健康診査)

■ 肥満傾向にある児童・生徒の年次比較【図(2)-②】



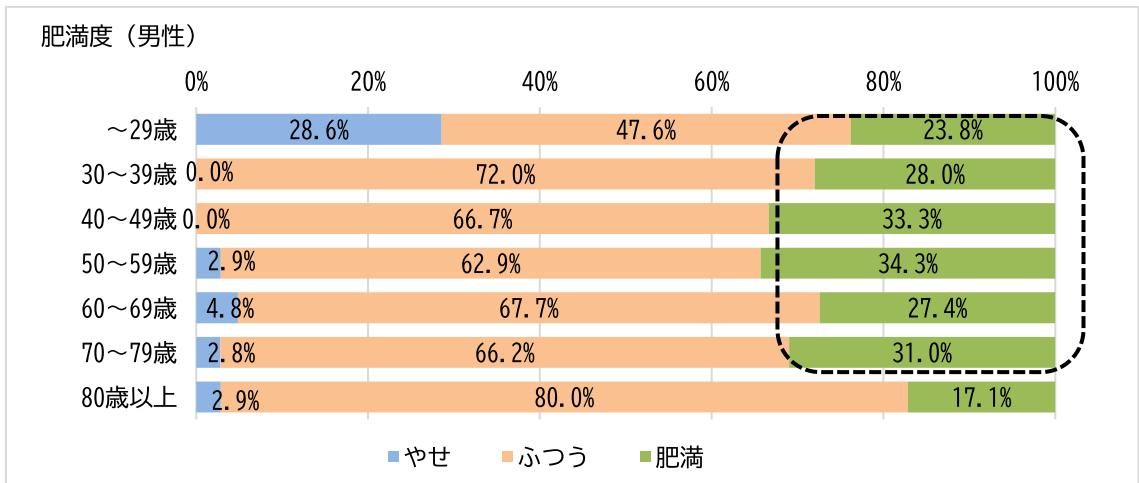
(令和4年度市学校保健統計調査)

■ やせ傾向にある中学女子の年次比較【図(2)-③】



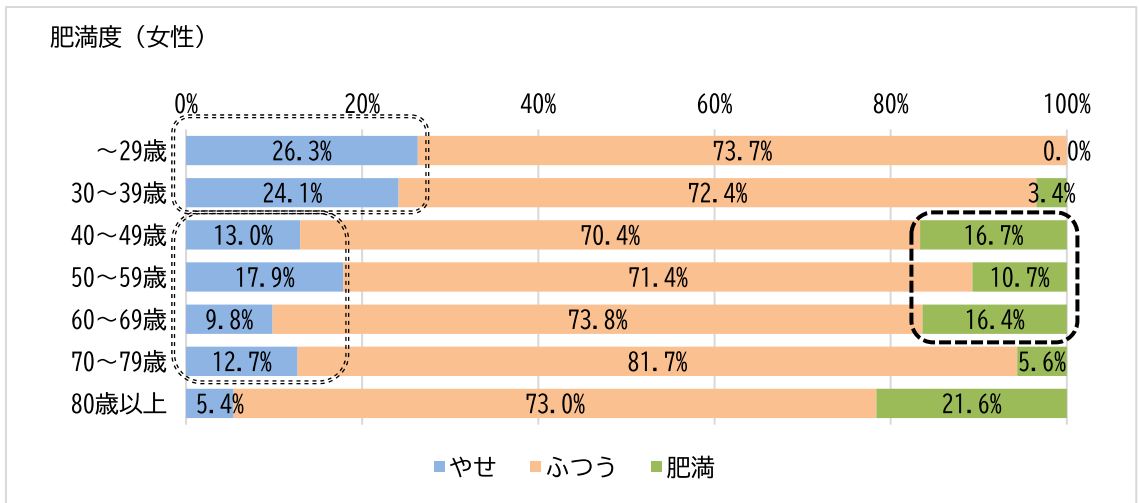
(令和4年度市学校保健統計調査)

■男性の体格別割合【図(2)－④】



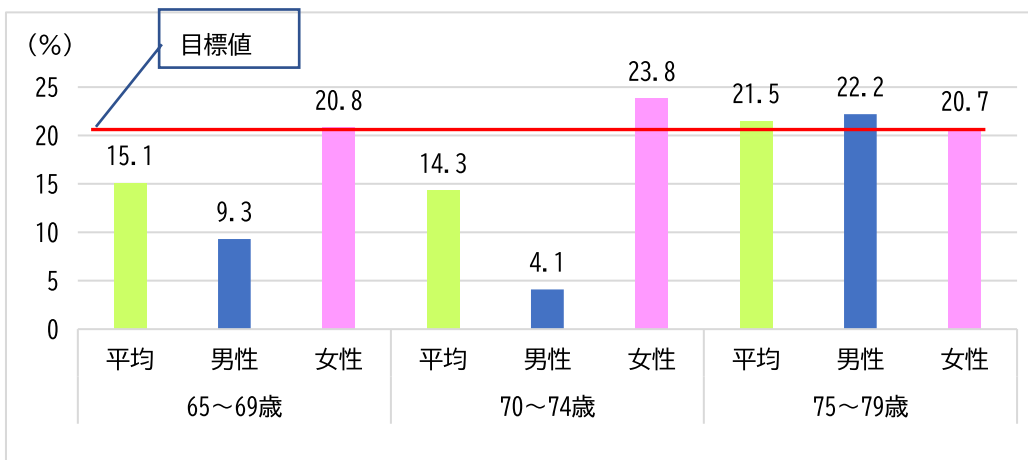
(「健康ふくふくプラン21」にかかるアンケート)

■女性の体格別割合【図(2)－⑤】



(「健康ふくふくプラン21」にかかるアンケート)

■低栄養傾向 (BMI20 以下) の高齢者の割合 (男女別) 【図(2)－⑥】



(令和4年度県民健康・栄養調査)

○肥満傾向にある3歳児の割合は、5%前後で推移しており、令和4年度は増加傾向にあります。【図(2)－①】

○肥満傾向にある小・中学生の割合は男女どちらも増加しています。【図(2)－②】

○やせ傾向にある中学女子の割合は減少し、改善しています。【図(2)－③】

○20歳代から60歳代男性の肥満の割合は増加し、80歳以上以外のどの年代も約3割が「肥満」に該当しています。

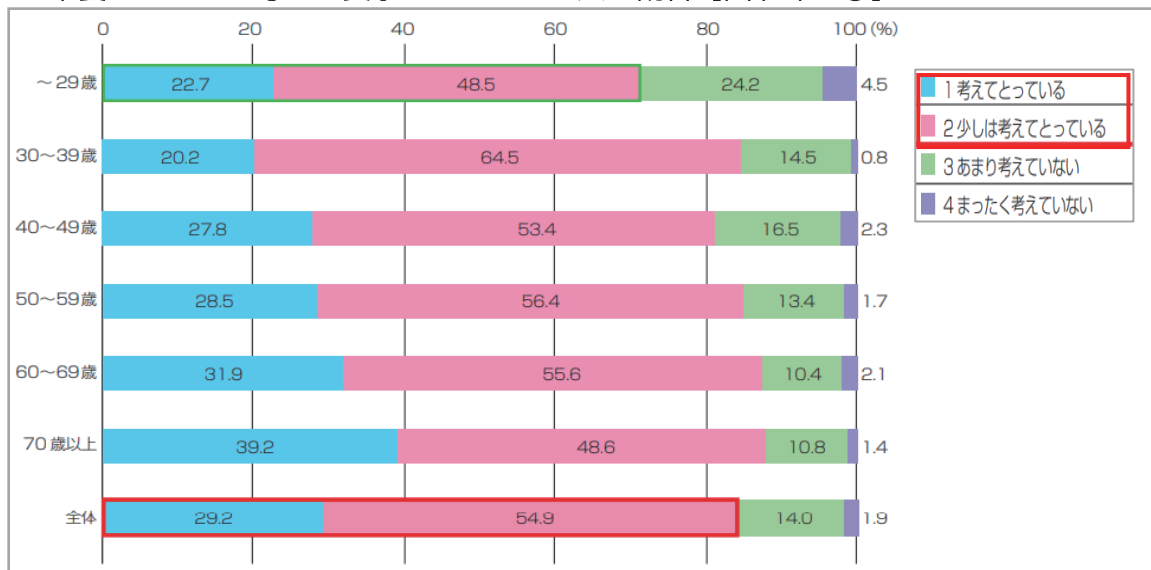
【図(2)－④】

○40歳代から60歳代女性の肥満の割合は減少し、目標に達しています。【図(2)－⑤】

○20歳代および30歳代女性の約3割が「やせ」(BMI18.5未満)に該当し、他の年齢層に比べて高くなっています。40歳代から70歳代においても約1割以上が「やせ」に該当しています。【図(2)－⑤】

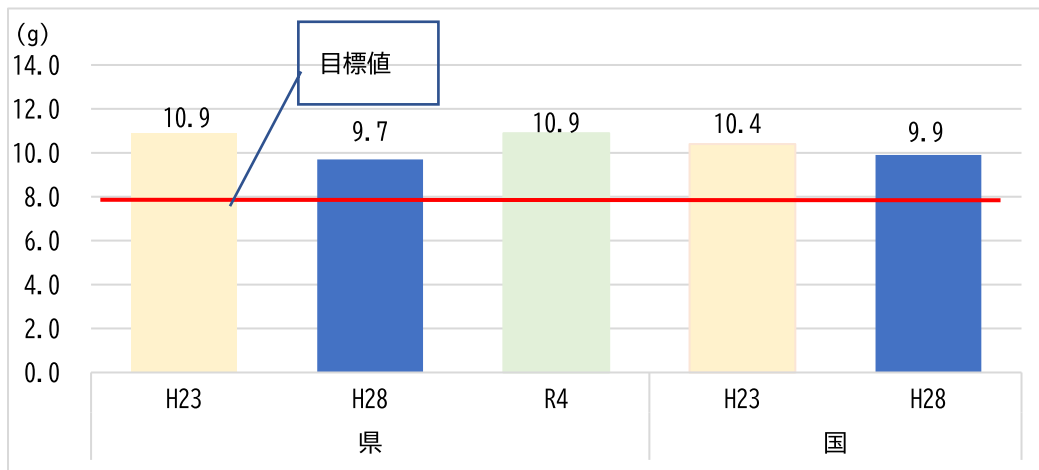
○低栄養傾向(BMI20以下)の高齢者の割合は横ばいですが、男女別でみると女性の低栄養の割合が高い傾向にあり、女性は若い世代から低栄養を予防する必要があります。【図(2)－⑥】

■栄養バランスを考えて食事をとっている人の割合【図(2)－⑦】



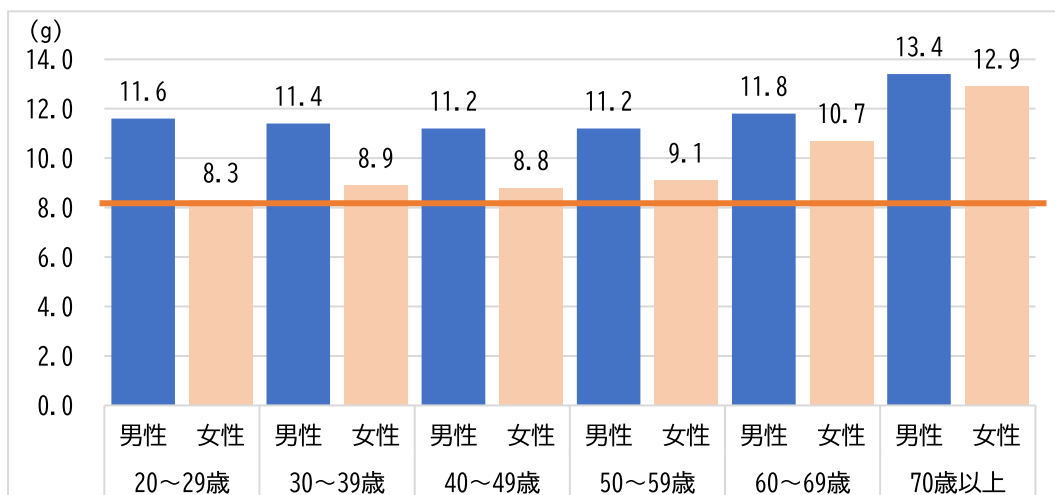
(令和3年度「福井市食育推進計画」にかかるアンケート)

■食塩摂取量の平均値の年次比較【図(2)－⑧】



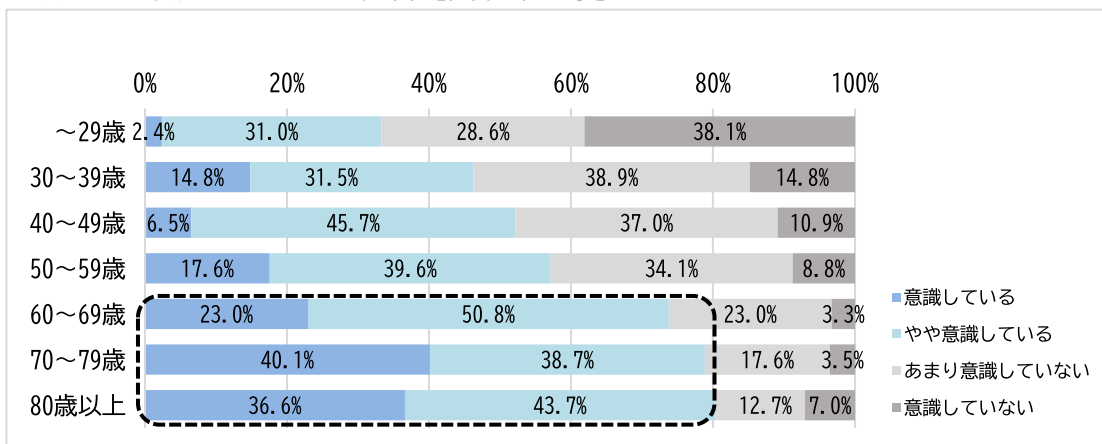
(令和4年度県民健康・栄養調査)

■年代・性別別食塩摂取量【図(2)－⑨】



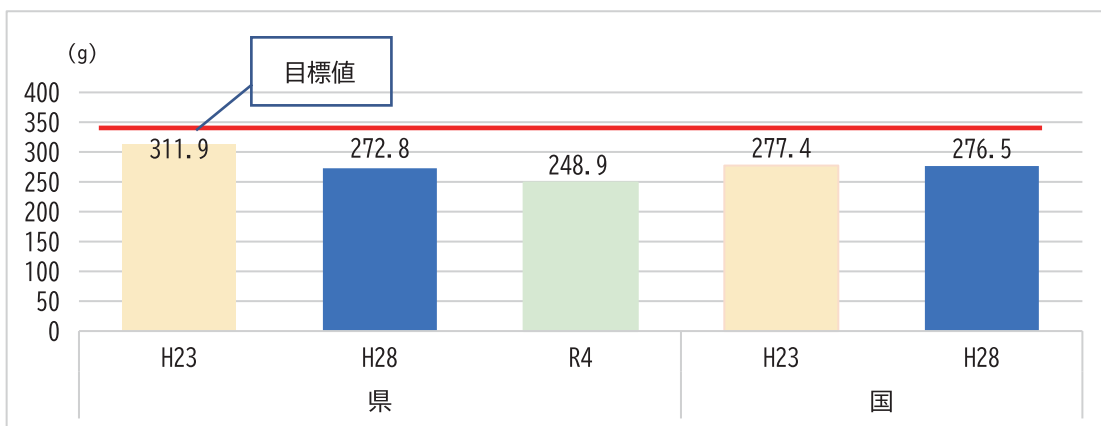
(令和4年度県民健康・栄養調査)

■減塩を意識している人の割合【図(2)－⑩】



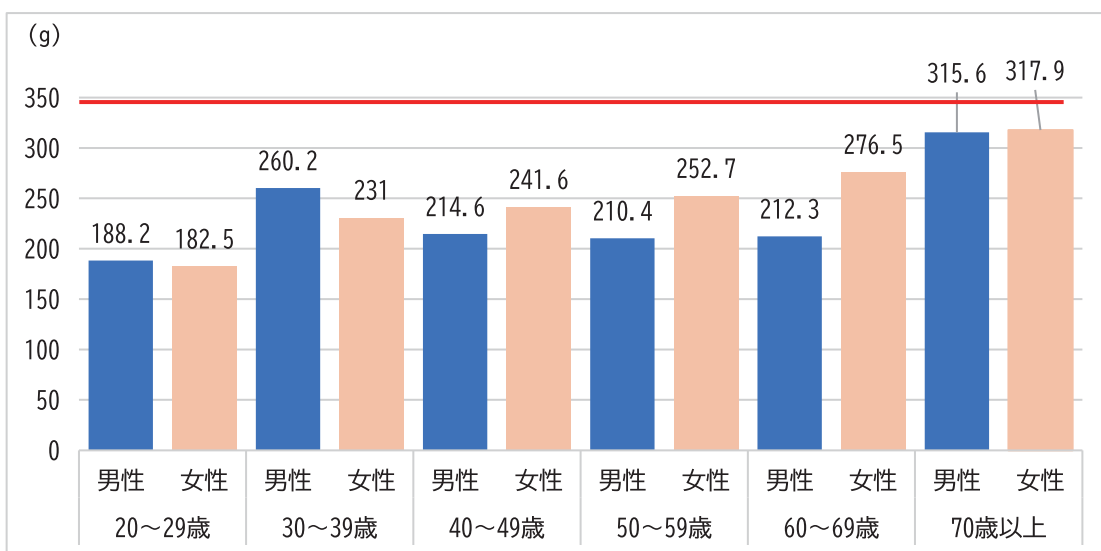
(「健康ふくふくプラン21」にかかるアンケート)

■野菜摂取量の平均値の年次比較【図(2)－⑪】



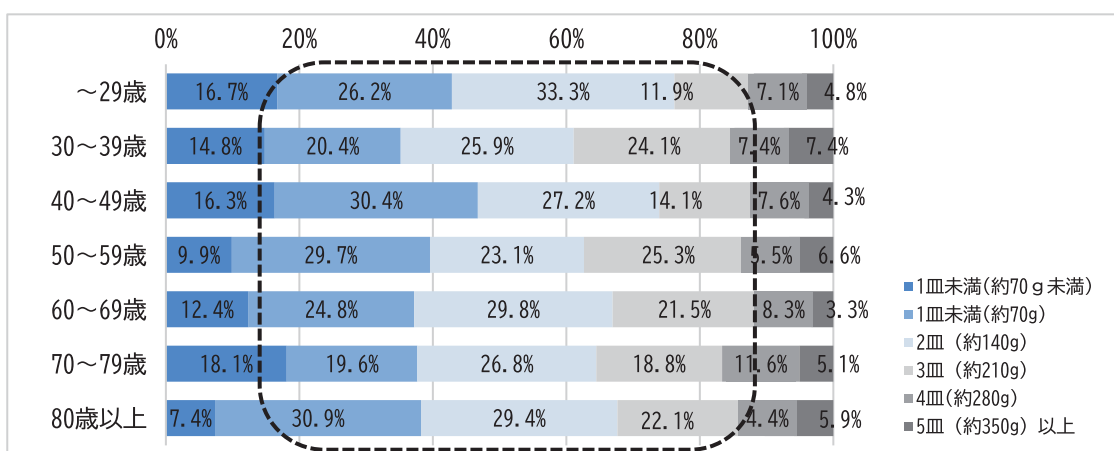
(令和4年度県民健康・栄養調査)

■年代・性別別野菜摂取量【図(2)－⑫】



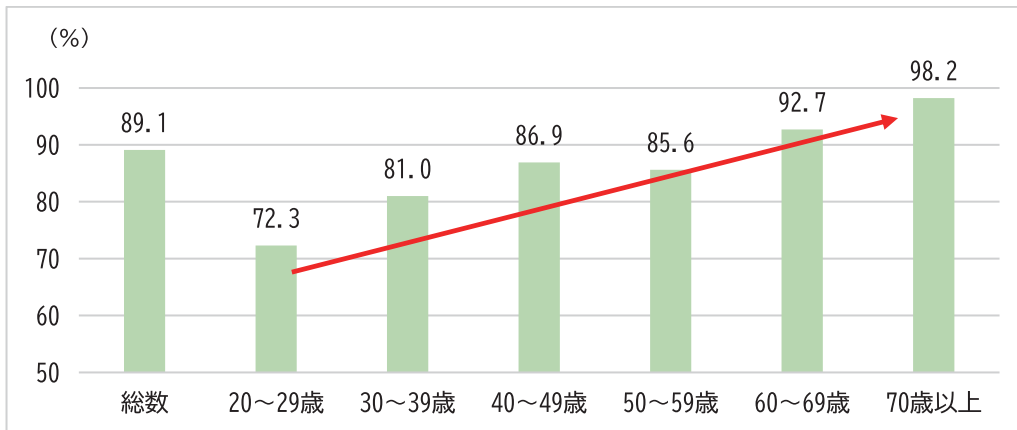
(令和4年度県民健康・栄養調査)

■1日の野菜摂取量別割合(小鉢1皿 70gとして)【図(2)－⑬】



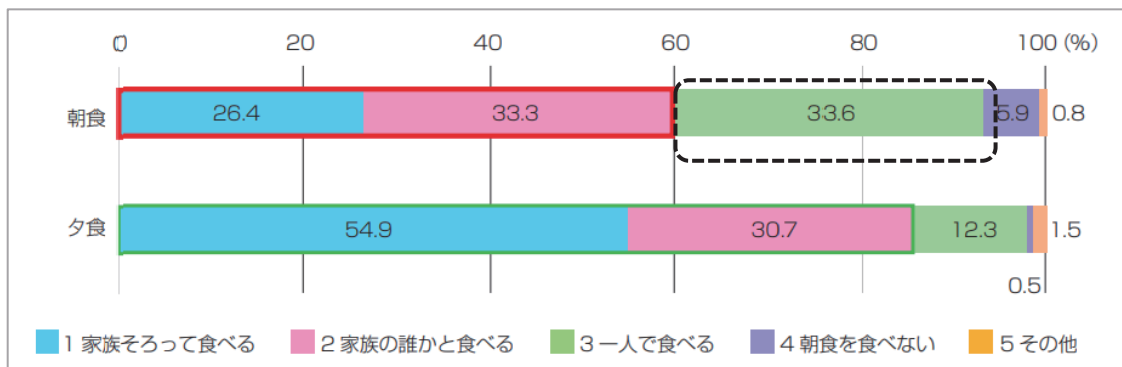
(「健康ふくふくプラン21」にかかるアンケート)

■朝食を毎日食べる人の割合（20歳以上の年代別）【図（2）-⑭】



(令和4年度県民健康・栄養調査)

■朝食および夕食の共食率（一人暮らし以外の方）【図（2）-⑮】



(令和3年度「福井市食育推進計画」にかかるアンケート)

- 栄養バランスを考えて食事をとっている人の割合は増加しており、30歳代以上において8割以上の方が栄養バランスを考えて食事をとっています。【図（2）-⑦】
- 食塩摂取量は横ばいです。女性より男性のほうが、塩分摂取量が多くなっています。【図（2）-⑧⑨】
- 減塩の意識は、60歳代以上の約8割が「意識している」「やや意識している」と回答しています。一方で、20歳代および30歳代の約6割が「あまり意識していない」「意識していない」と回答しています。【図（2）-⑩】
- 1日の野菜摂取量は年々減少しており、目標量350gには約100g足りない状況です。男性は女性に比べて野菜摂取量が少ない傾向にあります。【図（2）-⑪⑫】
- 全年齢層において、野菜の摂取量は1皿（約70g）から3皿（210g）の人が約7割を占めており、目標量350gを摂取できている人は、約5%にとどまっています。【図（2）-⑬】

- 朝食を毎日食べる人の割合は、3歳児および女子中学生では増加していますが、その他の小中学生および20歳以上においては減少しています。20歳以上においては、年齢とともに朝食を食べる人の割合が高くなっており、若者世代を中心に朝食を食べる人の割合が低いことが分かります。【図(2)－⑭】
- 家族で共に朝夕食をとる人の割合は、朝食は減少している一方で夕食は増加しています。特に朝食は「1人で食べる」割合が約3割を占めています。【図(2)－⑮】

(2)－3 課題のまとめ

- 幼児期および小中学生の「肥満」の割合が悪化していることから、子どもとその保護者へバランスの良い食事と運動の重要性について普及啓発していくことが必要です。また、早期介入として、妊婦および乳幼児対象の教室等においても、正しい生活習慣の普及が必要です。
- 中学生女子の「やせ」は改善しましたが、20歳代女性の「やせ」の割合は悪化しています。出産年齢ともいえる若い世代の低栄養は、自身の健康問題だけでなく、「次世代の子ども」の生活習慣病のリスクを高める要因にもなります。乳幼児から生涯を通じた健康維持のため、適正体重や正しい食習慣を普及啓発していくことが必要です。
- 塩分の過剰摂取は生活習慣病の発症のリスクを高めます。適正な塩分摂取量に近づけるために、減塩の意識が低い若い世代から適切な塩分摂取量の周知や減塩について普及啓発していくことが必要です。
- 1日の野菜摂取量は、どの年齢層も目標の350gに達していないため、引き続き「プラス1皿の野菜」を普及啓発していくことが必要です。
- 朝食の欠食率および共食率は悪化しているため、子どもとその保護者へ朝食の重要性や規則正しい生活習慣について普及啓発していくことが必要です。

(3) 心の健康

目標：心の健康を保ち、自分らしくいきいきとした生活を送りましょう。

(3) - 1 指標の達成状況

3項目のうち、B評価が1件、D評価が1件、E評価が1件でした。

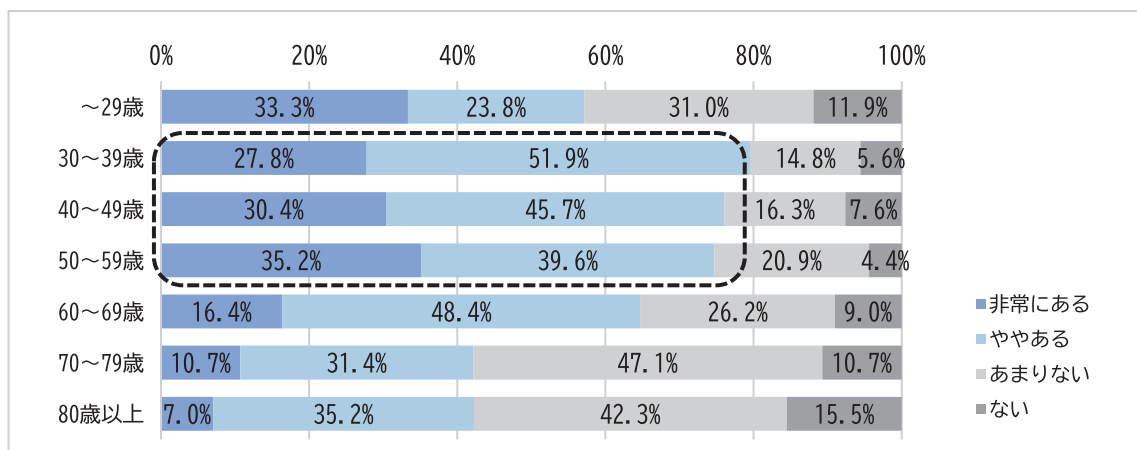
指標項目	基準値 (策定時)	直近値 (R4)	目標値	評価
1 ストレスを感じる人の割合	61.4%	【参考値】※1 61.0%	減少傾向へ	B
2 ストレスを感じたとき相談する 所を知っている人の割合	40.4%	データなし※2	増加傾向へ	E
3 睡眠による休養が十分とれてい る人の割合	79.8%	76.0%	増加傾向へ	D

※1 同様の調査（「健康ふくふくプラン21」にかかるアンケート）を用いて評価

※2 調査設問除外（県民健康・栄養調査）

(3) - 2 アンケート等からの評価

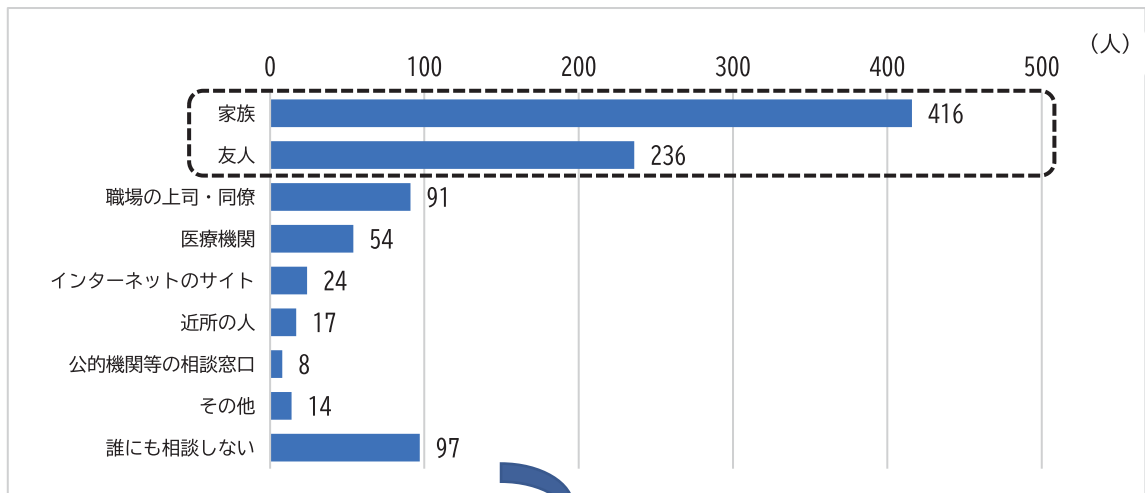
■最近1か月間に悩みや不安、ストレスを感じることがありましたか【図(3)-①】



(「健康ふくふくプラン21」にかかるアンケート)

■悩みや不安、ストレスなどで困った時、誰に相談しますか（複数回答）

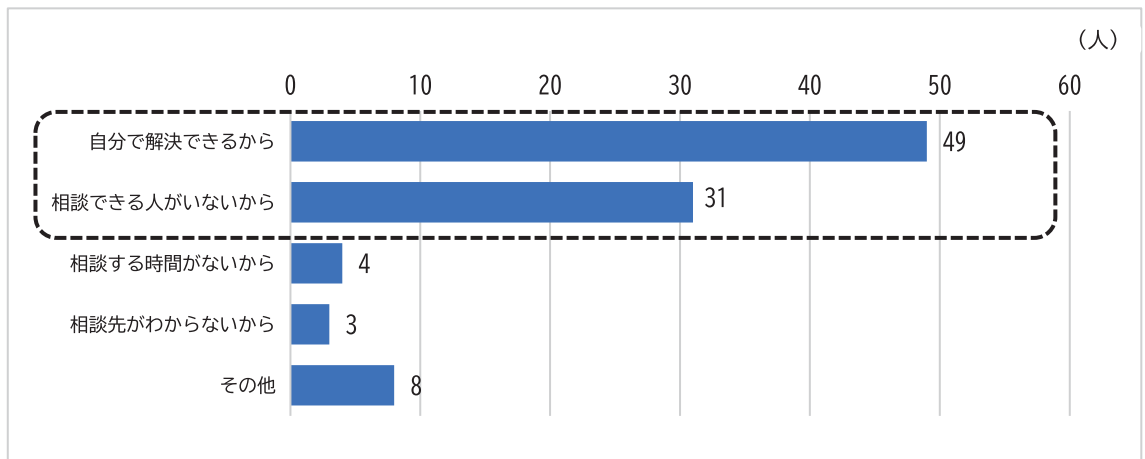
【図（3）－②】



（「健康ふくふくプラン21」にかかるアンケート）

■誰にも相談しない理由は何ですか

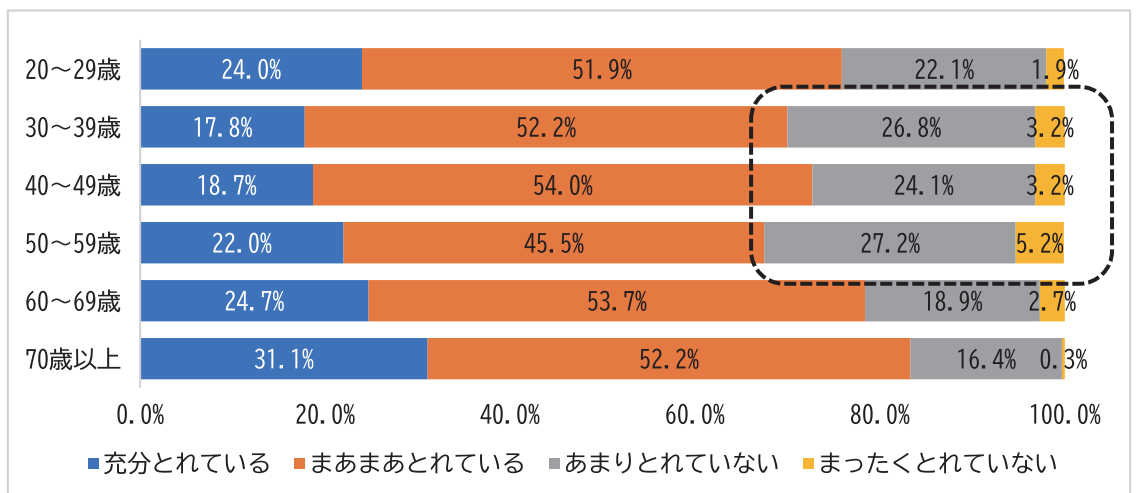
【図（3）－③】



（「健康ふくふくプラン21」にかかるアンケート）

■ここ1か月間、あなたは睡眠で休養が充分とれていますか

【図（3）－④】



（令和4年度県民健康・栄養調査）

- ストレスを感じる人の割合はやや減少しています。
- 30歳代から50歳代の働く世代の約7割が、悩みや不安、ストレスを感じるものが「非常にある」「ややある」と回答しています。【図(3)－①】
- 相談する相手は、「家族」「友人」に次いで「誰にも相談しない」との回答が多くなっています。【図(3)－②】
- 誰にも相談しない理由として、「自分で解決できるから」に次いで「相談できる人がいないから」との回答が多くなっています。【図(3)－③】
- ストレスを感じる割合が多い30歳代から50歳代の働く世代の約3割が、睡眠による休養が「あまりとれていない」「まったくとれていない」と回答しています。【図(3)－④】

(3)－3 課題のまとめ

- こころの不調に早く気づき、対応することが重要であり、不調のサインに気づけない人には、周囲が気づき、声かけや支援することが必要です。
- ストレスの積み重ねや睡眠不足、睡眠障害は、生活習慣病の発症リスクを高めるほか、こころの病気の発症と関連しています。ストレスに対するセルフケアの方法や、こころの病気の正しい知識、相談窓口等、こころの健康づくりや睡眠に関する正しい知識の普及啓発が必要です。

(4) 歯・口腔の健康

目標：むし歯や歯の喪失を予防し、口腔機能の維持・向上に心がけましょう。

(4)－1 指標の達成状況

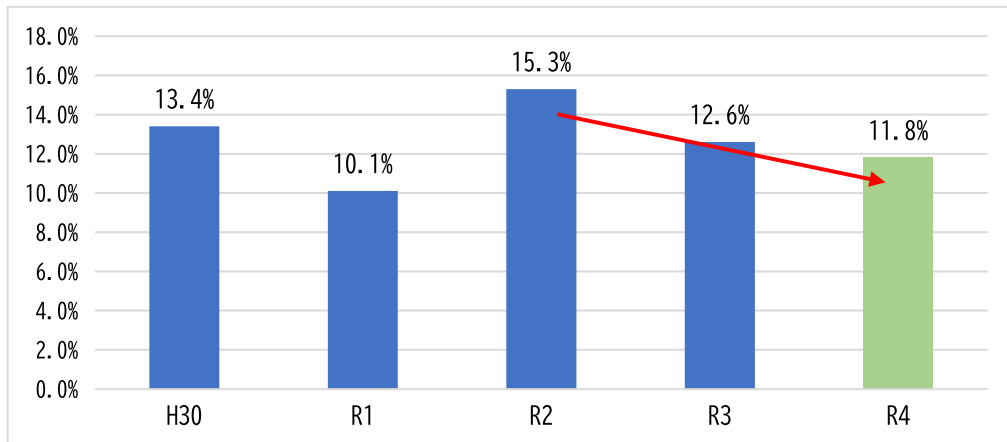
7項目のうち、A評価が5件、B評価が2件でした。

指標項目		基準値 (策定時)	直近値 (R4)	目標値	評価
1	むし歯のある3歳児の割合	16.9%	11.8%	12.0%	A
2	むし歯のある小学生の割合	58.1%	47.1%	減少傾向へ	A
3	むし歯のある中学生の割合	50.1%	36.1%	減少傾向へ	A
4	子どもの仕上げ磨きをしている保護者の割合(1歳6か月児)	60.0%	71.4%	75.0%	B
5	定期的に歯科健診を受けている人の割合(20歳以上)	33.2%	53.0%	55.0%	B
6	60歳で24本以上自分の歯を有する人の割合	56.0%	80.0%	60.0%	A
7	80歳で20本以上自分の歯を有する人の割合	24.1%	72.9%※	30.0%	A

※ 令和4年に県が行った県民歯科疾患実態調査における歯科医院での歯科健診受診者に占める割合

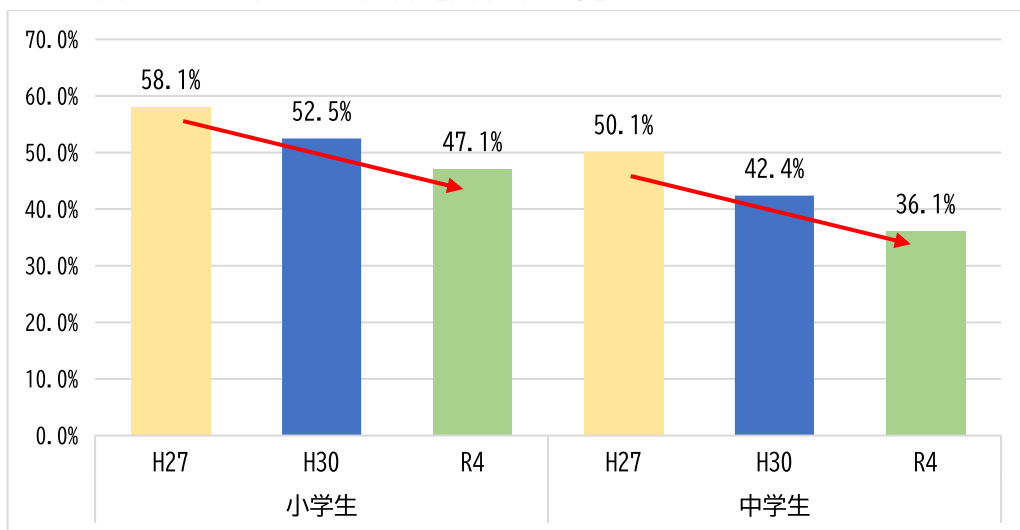
(4) - 2 アンケート等からの評価

■むし歯のある3歳児の割合【図(4)-①】



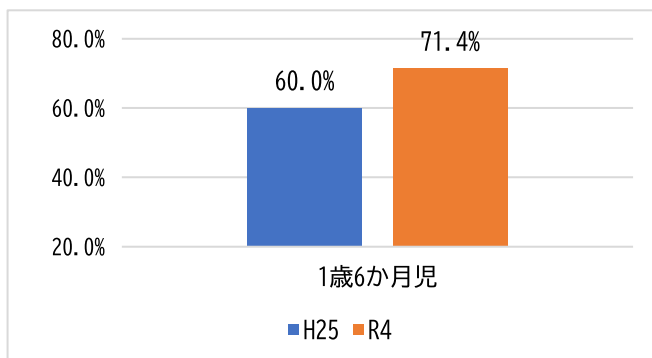
(福井市3歳児健康診査)

■むし歯のある小中学生の割合【図(4)-②】



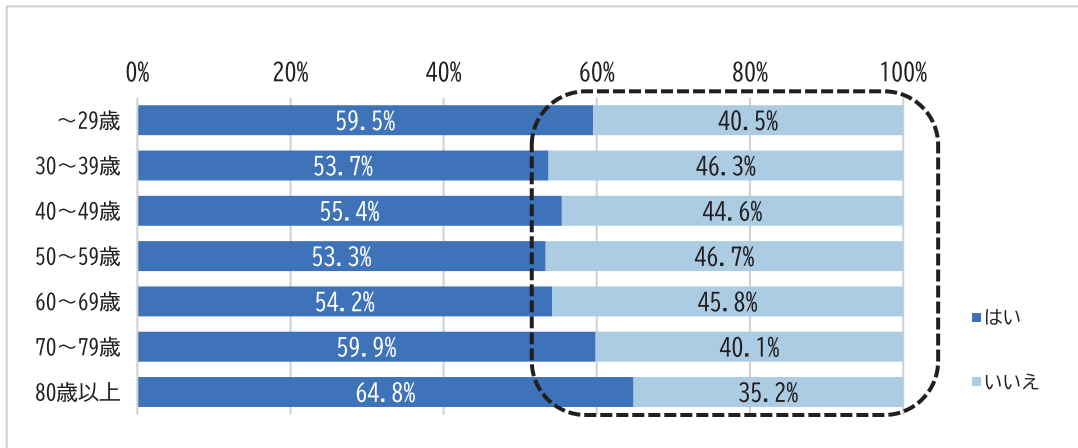
(令和4年度市学校保健統計調査)

■毎日、歯の仕上げ磨きをしている保護者の割合【図(4)-③】



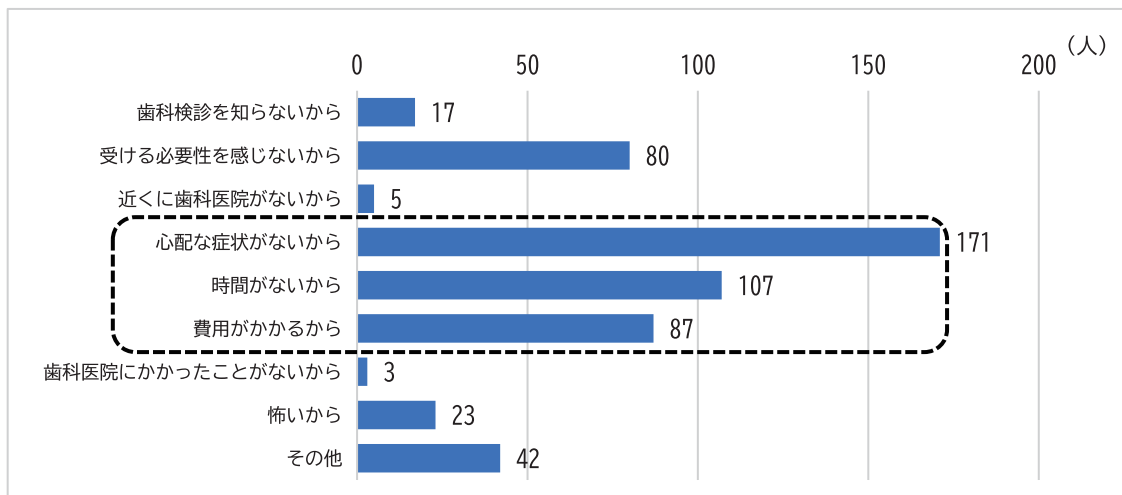
(福井市1歳6か月児健康診査)

■ この1年間に歯科検診を受けましたか【図(4)－④】



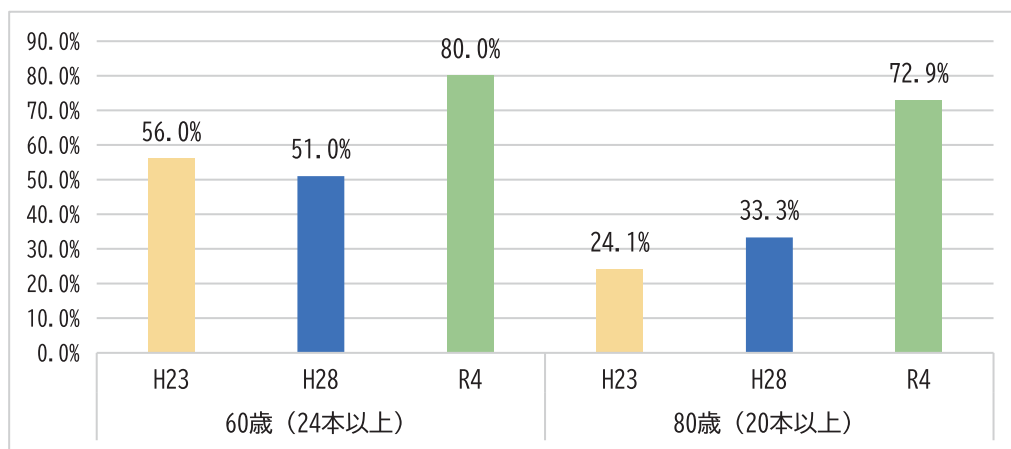
「健康ふくふくプラン21」にかかるアンケート

■ 歯科検診を定期的に受けない理由（複数回答）【図(4)－⑤】



（「健康ふくふくプラン21」にかかるアンケート）

■ 自分の歯を保有する人の割合【図(4)－⑥】



（令和4年度県民健康・栄養調査）

- むし歯のある3歳児・小中学生の割合は、減少傾向にあり、小中学生は目標値を達成しました。【図(4)－①②】
- 毎日、歯の仕上げ磨きをしている保護者の割合(1歳6か月児)は、前回調査から増加しました。【図(4)－③】
- どの年代も約4～5割の人が、過去1年間に歯科検診を受けていません。【図(4)－④】
- 歯科検診を定期的に受診しない理由では「心配な症状がないから」が最も多く、次いで「時間がないから」「費用がかかるから」と続いています。【図(4)－⑤】
- 60歳で24本以上自分の歯を有する人の割合や80歳で20本以上自分の歯を有する人の割合は、目標値を大幅に上回りました。【図(4)－⑥】

(4)－3 課題のまとめ

- 数値目標は、すべての項目で目標値を達成または改善しました。
- むし歯のある子どもの割合は減少していますが、小学生では約5割、中学生では約3割がむし歯保有に該当するため、引き続きむし歯予防についての正しい知識の普及をしていくことが必要です。
- アンケートでは約5割が過去1年以内に歯科検診を受けていない現状にあり、歯の喪失を防ぐため、適切なセルフケアとともに、予防と早期発見・早期治療のためにも定期的に健診を受けることが大切です。
- 高齢者の口腔ケア、口腔機能の向上に向けたオーラルフレイル対策が必要です。

(5) 健康管理

目標：子どもの頃から正しい生活習慣を身につけましょう。

日頃から自分の健康状況を知り、健康管理に心がけましょう。

生活習慣を見直し改善することによって、生活習慣病を予防しましょう。

(5) — 1 指標の達成状況

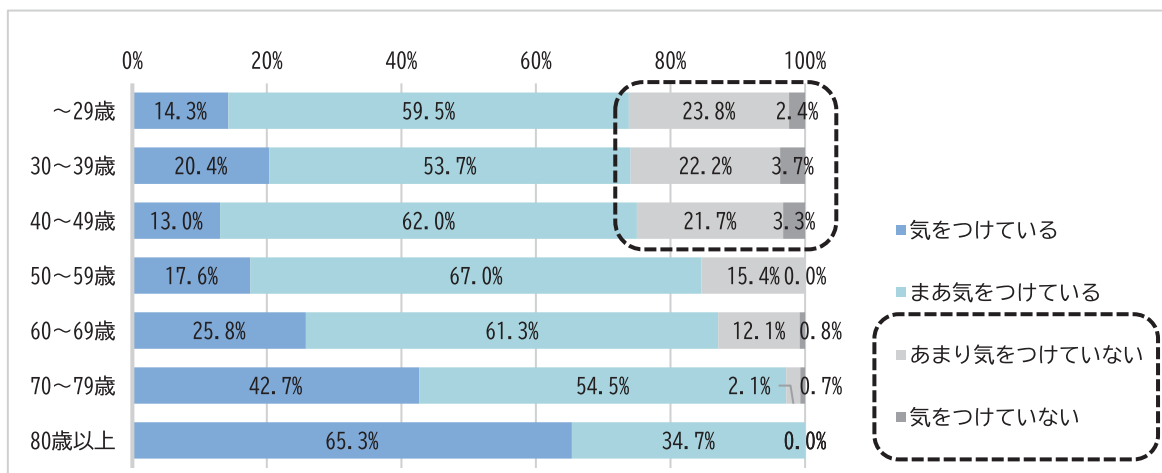
22項目のうち A 評価10件、B 評価5件、D 評価6件でした。

指標項目		基準値 (策定時)	直近値	目標値	評価	
1	8時前に起きる3歳児の割合	90.8%	96.5%	増加傾向へ	A	
2	22時までに寝る3歳児の割合	76.8%	81.8%	増加傾向へ	A	
3	テレビを4時間以上見る3歳児の割合	8.3%	3.3%	減少傾向へ	A	
4	妊娠中の喫煙率	2.4%	1.2%	0%に近づける	B	
5	妊娠中の夫の喫煙率	37.1%	30.2%	減少傾向へ	A	
6	育児中の保護者の喫煙率	母	9.0%	6.3%	減少傾向へ	A
7		父	44.1%	32.3%	減少傾向へ	A
8	成人の喫煙率	15.2%	12.8%	12.0%	B	
9	全出生数中の低出生体重児の割合	8.8%	8.2% (R3)	減少傾向へ	A	
10	福井市国保特定健康診査受診率	26.7%	30.3% (R3)	1年で 1%以上増加	B	

指標項目		基準値 (策定時)	直近値 (R4)	目標値	評価	
11	がん検診受診率	胃がん	9.9%	12.6%	20.0%	B
12		肺がん	19.0%	16.6%	30.0%	D
13		大腸がん	23.3%	18.7%	40.0%	D
14		子宮がん	38.1%	41.7%	40.0%	A
15		乳がん	23.7%	30.9%	31.0%	B
16	虚血性心疾患 の標準化死亡率 (SMR)	男性	147.6	156.1 (H28~R2)	減少傾向へ	D
17		女性	133.2	158.4 (H28~R2)	減少傾向へ	D
18	メタボリックシンドロームの 該当者及び予備群の割合		26.7%	31.3%	減少傾向へ	D
19	高血圧の人の割合 (140/90mmHg 以上)		23.2%	28.7%	減少傾向へ	D
20	糖尿病治療継続者 (HbA1c6.5% 以上の人のうち、糖尿病の薬 を飲んでいると回答した人) の割合		72.9%	73.3%	増加傾向へ	A
21	血糖コントロール不良者 (HbA1c8.0%以上の人) の割合		1.1%	0.9%	減少傾向へ	A

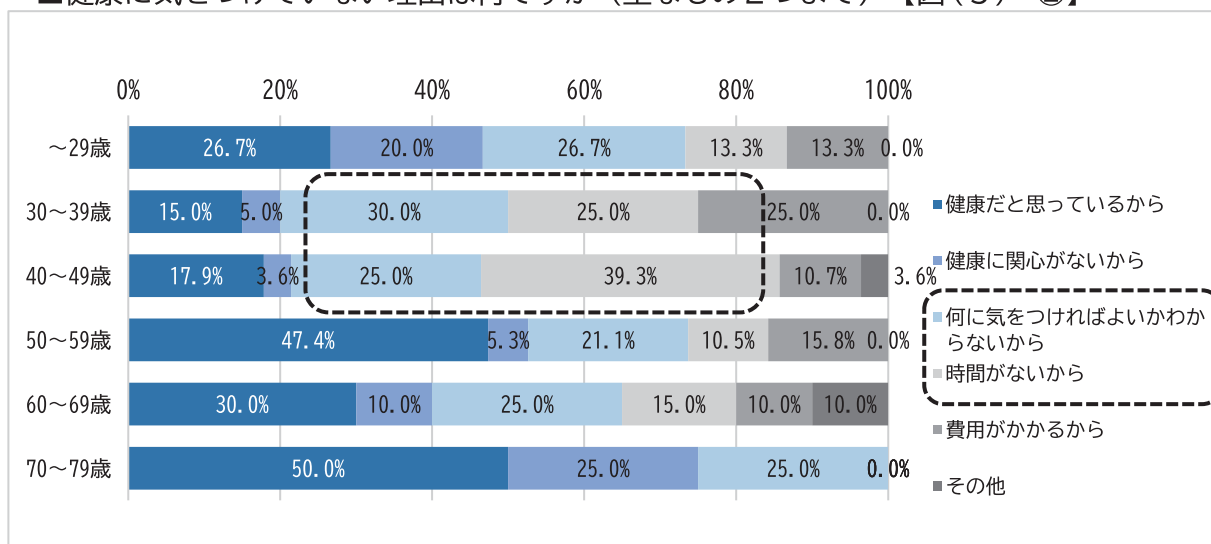
(5) - 2 アンケート等からの評価

■ご自身の健康に気をつけていますか【図(5)-①】



(「健康ふくふくプラン21」にかかるアンケート)

■健康に気をつけていない理由は何ですか(主なもの2つまで)【図(5)-②】



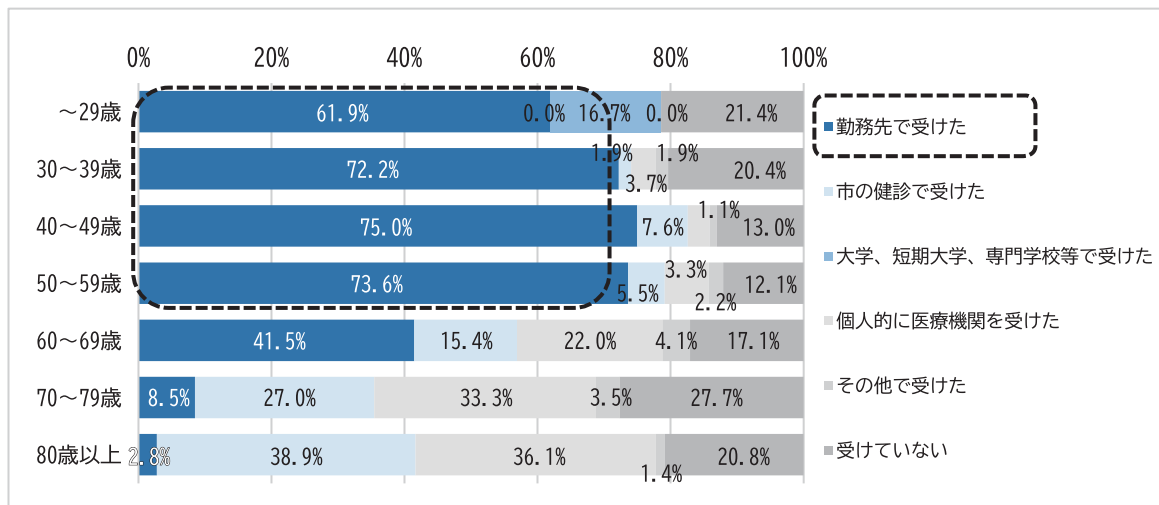
(「健康ふくふくプラン21」にかかるアンケート)

●年齢とともに健康に気をつけている人の割合は増加しています。80歳以上は、全員が「気をつけている」、「まあ気をつけている」と回答し、20歳代から40歳代の約2割が「あまり気をつけていない」、「気をつけていない」と回答しています。

【図(5)-①】

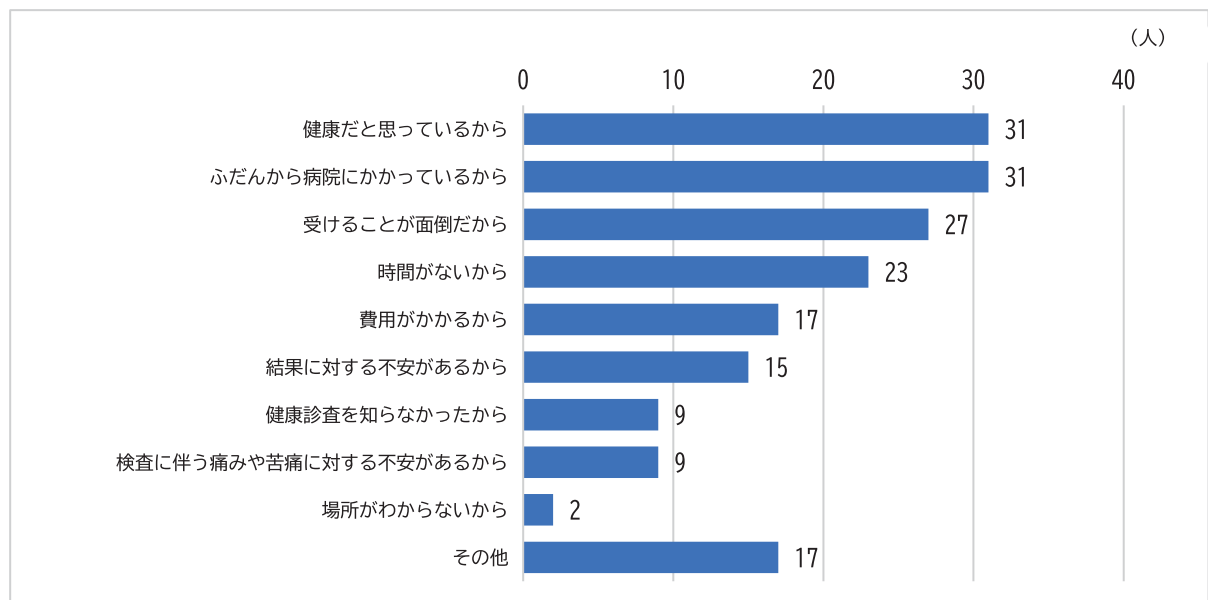
●健康に気をつけていない理由は、30～40歳代の5割以上が「何に気をつければよいかかわからないから」、「時間がないから」と回答しています。【図(5)-②】

■この1年間に健康診査（がん検診除く）を受けましたか【図（5）－③】



（「健康ふくふくプラン21」にかかるアンケート）

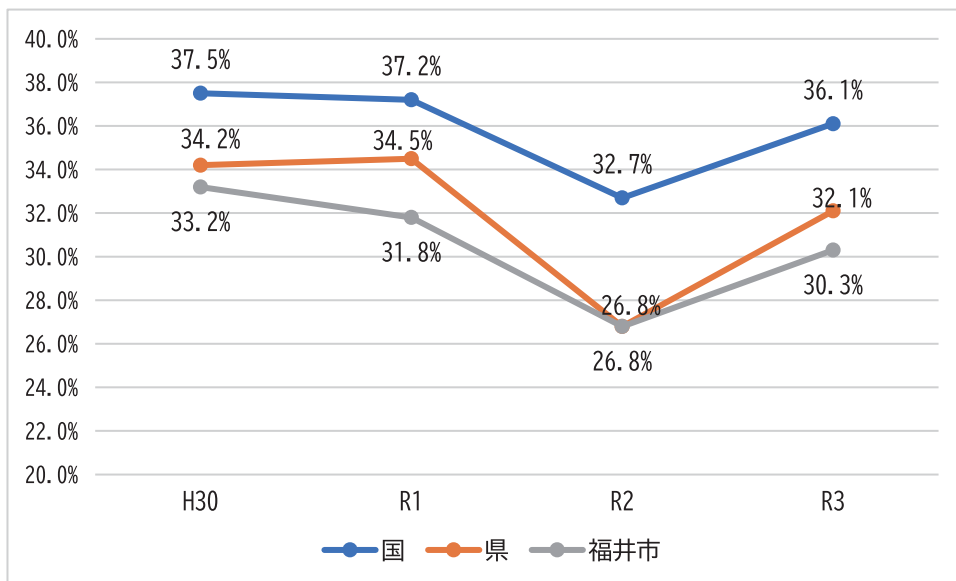
■健康診査を受けない理由は何ですか（複数回答）【図（5）－④】



（「健康ふくふくプラン21」にかかるアンケート）

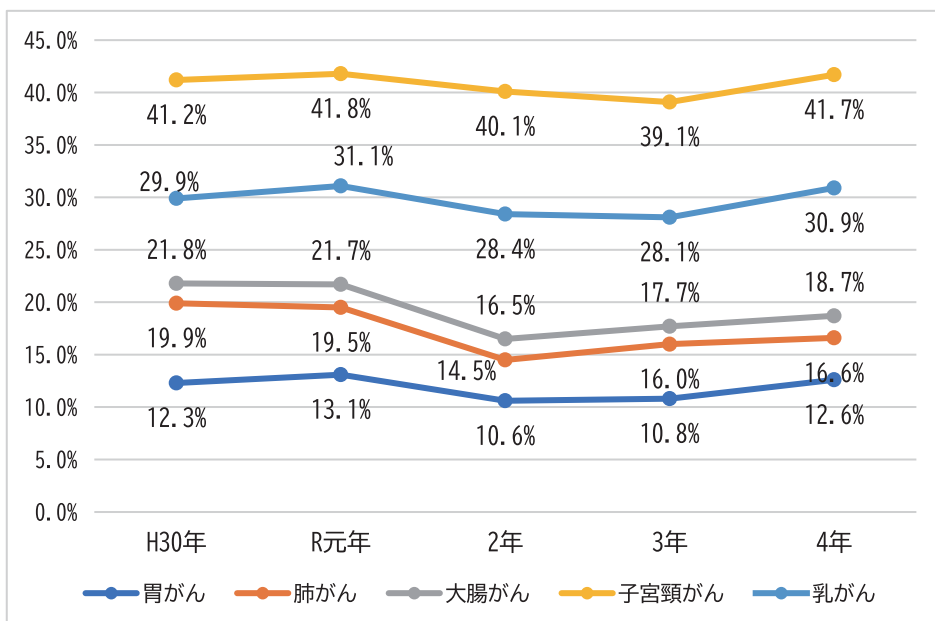
- アンケートでは、20歳代～50歳代の6～7割が勤務先で健診を受診しています。【図（5）－③】
- 健康診査を受けない理由として「健康だと思っているから」、「ふだんから病院にかかっているから」、「受けることが面倒だから」、「時間がないから」の順に多くなっています。【図（5）－④】

■特定健康診査受診状況 【図(5)－⑤】



■がん検診受診状況 【図(5)－⑥】

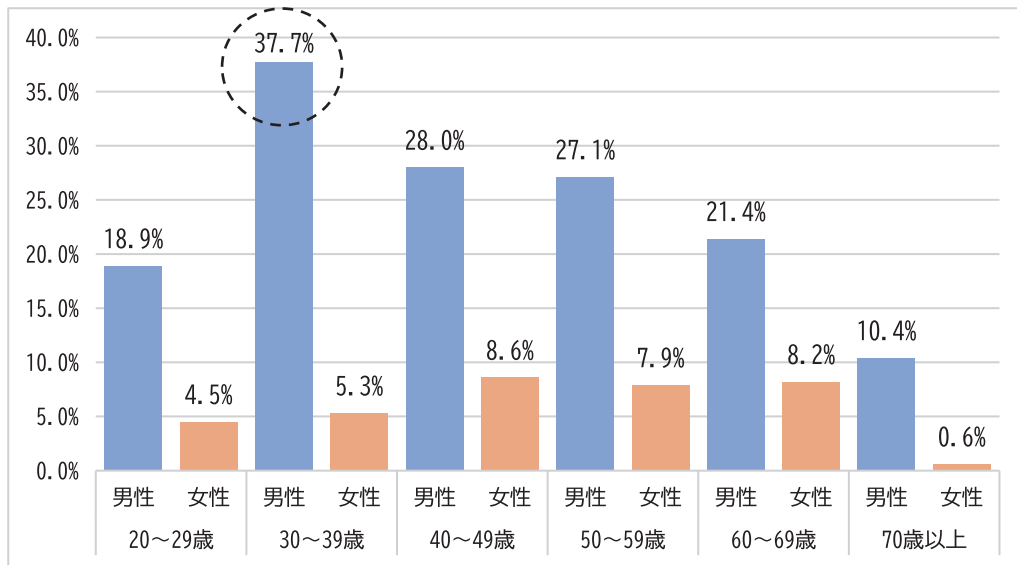
(国保：法定報告値)



(保健衛生事業概要)

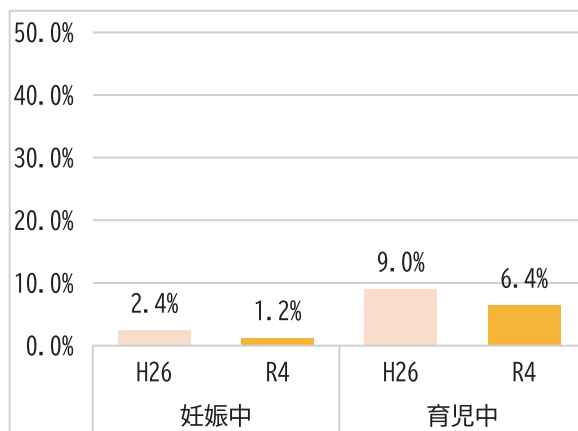
- 本市においては、平成30年度から令和3年度までの特定健康診査の受診率をみると、令和2年度に26.8%に低下したものの、令和3年度には30.3%まで回復しています。同様に各がん検診受診率も令和2年度が最も低い傾向にあります。【図(5)－⑤⑥】
- 令和2年度は新型コロナウイルス感染症の拡大に伴う受診控え等が影響していると推測されます。

■年齢別男女別喫煙率 【図(5)－⑦】

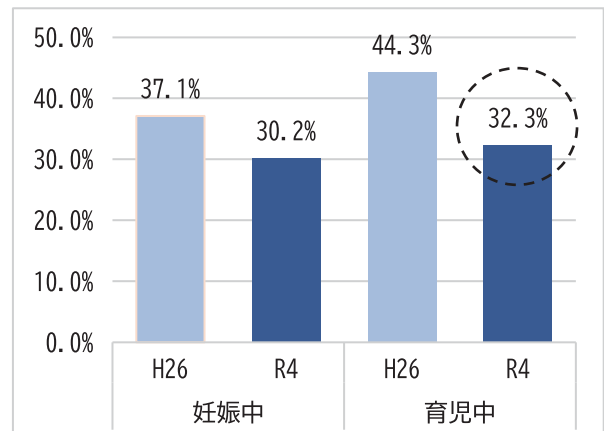


(令和4年度県民健康・栄養調査)

■妊娠中・育児中における母親の喫煙率 【図(5)－⑧】

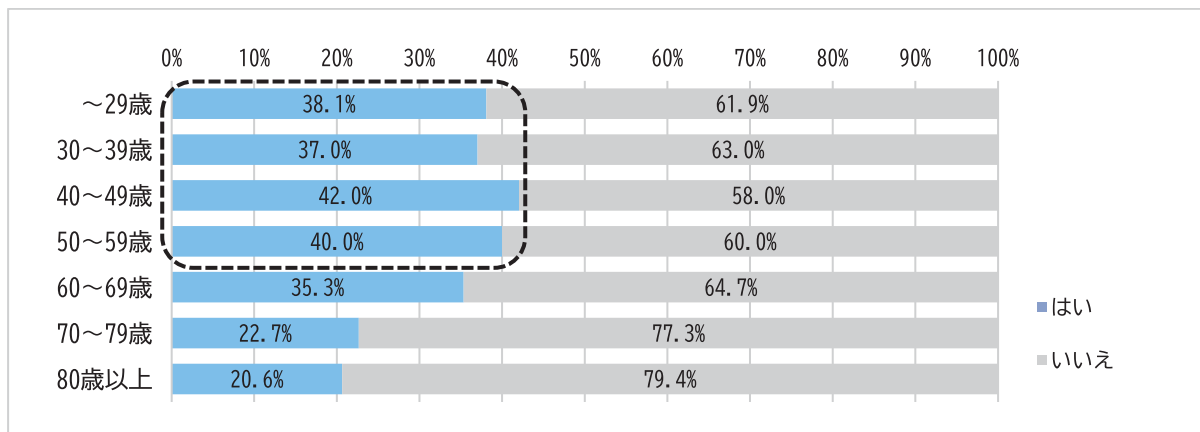


■妊娠中・育児中における父親の喫煙率 【図(5)－⑨】



(令和4年度 市3歳児健康診査アンケート、令和4年度 妊娠届出アンケート)

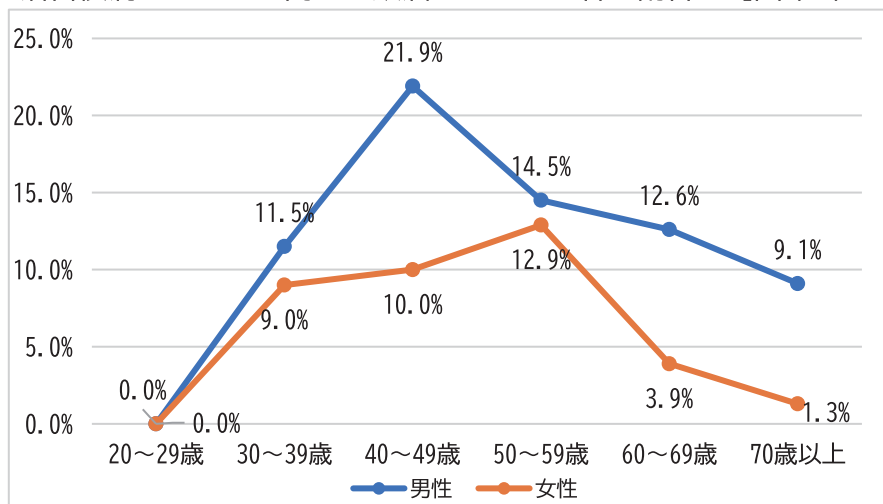
■過去1か月の受動喫煙があったか 【図(5)－⑩】



(「健康ふくふくプラン21」にかかるアンケート)

- 母親の妊娠中や育児中の喫煙は減少傾向にありますますが、妊娠中の喫煙率は0%に至っていません。【図(5)－⑧】
- 父親の喫煙(妻の妊娠中・育児中)は減少傾向にありますますが、妊娠中・育児中ともに喫煙率は約3割を超えている状況にあります。【図(5)－⑨】
- 最近1か月間に受動喫煙にあった人の割合は、働く世代の20～50歳代にかけて割合が高くなっています。【図(5)－⑩】

■生活習慣病のリスクを高める飲酒をしている者の割合 【図(5)－⑪】

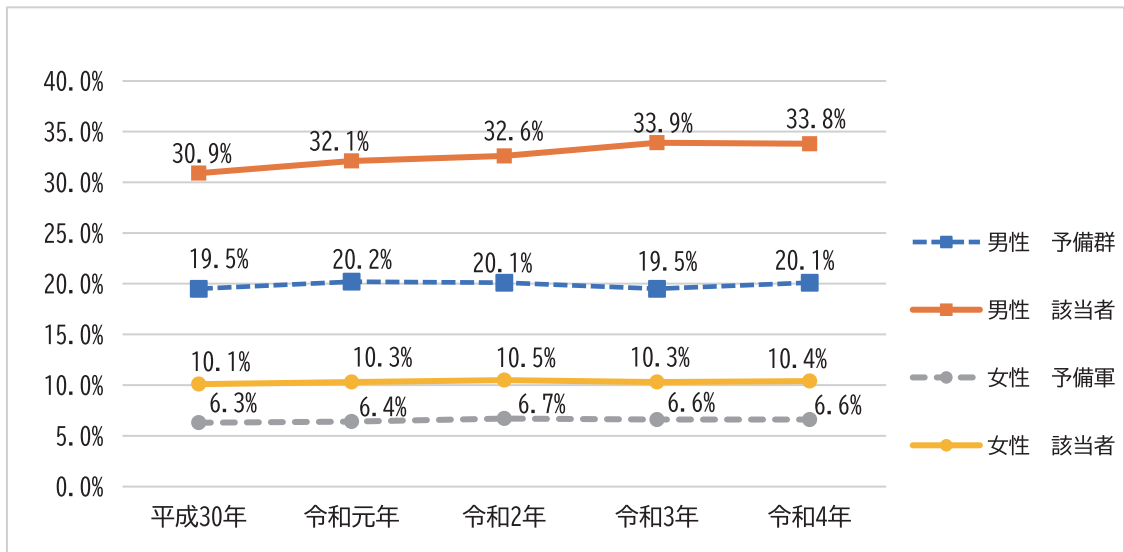


(令和4年度県民健康・栄養調査)

※「生活習慣病のリスクを高める飲酒をしている者」とは、1日あたりの純アルコール摂取量が男性で40g以上、女性で20g以上の者

- 生活習慣病のリスクを高める飲酒をしている者の割合を性別、年齢別で見ると、男性では40歳代(21.9%)、女性では50歳代(12.9%)で最も高くなっています。【図(5)－⑪】

■メタボリックシンドローム該当者および予備群の割合 【図(5)-⑫】



(資料：KDB 厚生労働省様式)

●平成30年度から令和4年度までの状況を見ると、男性のメタボリックシンドローム該当者が年々増加傾向にあり、予備群を含めると5割を超えています。

【図(5)-⑫】

(5) ー3 課題のまとめ

- 3歳児の規則正しい生活習慣の定着のための数値目標である8時前に起きる割合、22時まで寝る割合、テレビを4時間以上見る割合は改善し、目標を達成しました。
- アンケートでは、健康に気をつけていない理由は、30～40歳代の5割以上が「何に気をつければよいかわからないから」、「時間がないから」と回答しており、場所や時間を問わず健康に関する情報が得られるよう、SNS や動画サイト等を活用し、わかりやすく発信していく必要があります。
- たばこの数値目標は、概ね達成または改善しました。喫煙率は減少傾向ですが、妻の妊娠中及び育児中の父親の約3割が喫煙しています。より若いうちから喫煙が健康に及ぼす悪影響について学習、理解し、20歳未満の喫煙を防止するとともに、地域が一体となって禁煙・分煙の取組を進めていくことが必要です。また、喫煙者は受動喫煙に配慮し、非喫煙者は喫煙者に配慮を求めやすくなるよう、受動喫煙についてすべての世代が正しい知識を持てるような啓発が必要です。
- がん検診の受診率、特定健康診査の受診率ともに新型コロナウイルス感染症が拡大した令和2年度は低下し、令和3年度に回復していますが、目標値に達していません（子宮がんを除く）。
生活習慣病の早期発見のためには、健康診査・がん検診を受診することの大切さを周知することが必要です。
- 疾患別医療費は、外来では糖尿病にかかる医療費が最も高く、次いで心疾患と関連の高い高血圧症、慢性腎臓病（透析あり）の順に高くなっています（第2章 5 疾病・医療費の状況）。若いうちから健康的な生活習慣の定着と糖尿病や高血圧をはじめとした生活習慣病の発症及び重症化の予防に取り組む必要があります。
- 健康寿命の延伸を図るために、それぞれのライフステージに応じた切れ目のない健康づくりの支援や、高齢者の保健事業と介護予防を一体的に実施することが必要です。

3 第2次「健康ふくふくプラン21」の評価から見えてきた課題のまとめ

第2次「健康ふくふくプラン21」で、目標値を示した「身体活動・運動」、「栄養・食生活」、「心の健康」、「歯・口腔の健康」、「健康管理」の5分野と妊娠期、乳児期、幼児期、学童期、思春期、青年期、壮年期、高齢期の6つのライフステージ別に健康づくりの取組や施策を行ってきました。

目標値を示した5分野56項目について、達成状況を評価し課題を整理しました。全体の半数以上の31項目（55.3%）で、目標達成及び改善がみられました。

しかし、日常生活における歩数、1日の野菜摂取量、3歳児・小中学生の肥満、20歳から60歳男性の肥満、メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の割合、高血圧の人の割合、虚血性心疾患の標準化死亡比（SMR）など約4割の項目については改善がみられませんでした。

第3次「健康ふくふくプラン21」においては、国の健康日本21に準じ、現計画の5つの分野に「たばこ・アルコール」の取組分野を追加し、6つの分野で健康づくりの取組を行います。

また、6つの分野のうち、現計画において「身体活動・運動」、「栄養・食生活」、「健康管理」については、改善していない指標が多かったことから、取組を充実させます。