

大東市健康増進計画【第二次】中間評価 概要版

～今後5年間の重点取り組み～

まちぐるみで生涯きれめのない健康づくり

～ あふれる笑顔 すこやかな身体とところを育むまち大東 ～

計画策定の背景と目指す姿

大東市では平成 27 年度から令和 6 年度(平成 36 年度)までの 10 年間で「健康大東 21 大東市健康増進計画【第二次】」を策定し、各ライフステージに応じて健康増進事業を実施してきました。市民の生涯にわたる健康のまちづくりを目指すため、中間評価を行い、大東市として市民一人ひとりが主体的に健康づくりに取り組み、まちぐるみで個人を支援していく社会環境を作っていきます。

施策① 自ら率先して自分の健康を把握し、管理できる。

施策② 自分の健康増進について意識を持ち、健康に関して正確な情報をもつ。

施策③ 1日3食バランスよく食べる。

施策④ 日頃から意識して身体を動かし、運動習慣を身につける。

施策⑤ ストレスをコントロールでき、悩みがあったら相談できる。

施策⑥ 適正な飲酒量、飲酒頻度を守れる。

施策⑦ 喫煙しない。受動喫煙防止の配慮をする。

施策⑧ 歯の健康状態に関心をもつ。定期的に歯科健診を受診する。自分の歯をできるだけ残す。

施策⑨ 実践した健康づくり行動を仲間や地域、次の世代に広げることができる。

施策⑩ 市(行政)の事業において、健康づくりの視点も取り入れた連携事業が増える。



大東市 保健医療部 地域保健課

〒574-0028 大東市幸町 8-1 すこやかセンター(大東市立保健医療福祉センター)

電話:072-874-9500 FAX:072-874-9529

E-mail: tiikihoken@city.daito.lg.jp

令和 2 年(2020 年)3 月

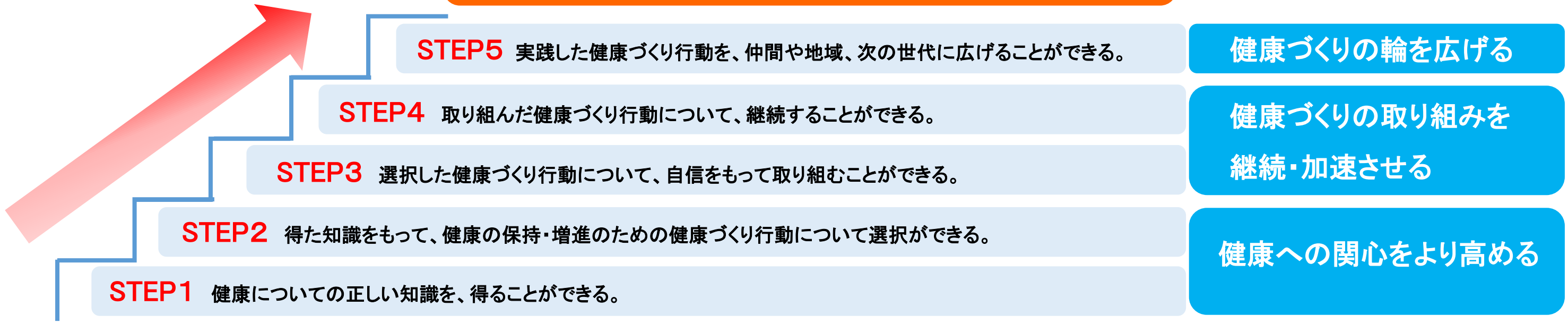
計画の概要

基本理念	まちぐるみで生涯きれめのない健康づくり ～あふれる笑顔 すこやかな身体とこころを 育むまち大東～
基本方針	(1)市として目標を明確に設定し、計画のフォローアップをしながら推進する (2)個人や家庭の自主的・主体的な健康づくりを促す (3)地域や行政の様々な分野が連携し、まちづくりでの健康づくりを推進する
位置づけ	「健康増進法」に基づく市町村健康増進計画に位置付けられる

計画の推進体制

一人ひとりの役割	自らの健康状態をチェックし、自分の生活上の問題に気づき、生活習慣の改善を図りながら、健康づくりを継続する。
地域の役割	関係機関や団体がそれぞれの活動の中でともに連携しながら、地域のつながりを強化し、健康づくり活動に取り組む。
市(行政)の役割	質の高い保健サービスを提供するとともに、全庁的な連携・協力により、また、多様な主体との連携を図ることで、健康づくりを行える環境整備を進める。

大東市における健康増進の基本的視点



今後5年間の重点取り組み

身体活動・運動の促進

目標とする状態 日頃から意識して身体を動かし運動習慣を身に着ける。

●まずは日常生活で動くようにしましょう。
難しく考えず、日常生活の中で「あと10分多く身体を動かそう」という意識を持てば、意外とその機会はたくさんあります。

18～64歳 元気に身体を動かしましょう！目標1日60分
階段を使う、通勤・通学での早歩き、ながら運動等

65歳以上 じっとしていないで。目標1日40分
テレビを見ながらストレッチ、友達とお出かけ等

大東でくたくたウォーカーイベント実施中！

大東市のウォーキングマップ公開中！

健診(検診)の受診促進と保健指導の充実

目標とする状態 自ら率先して自分の健康を把握し、管理できる。

- 定期的に健診を受診しましょう。また、必要に応じて、健診結果を活用して、生活習慣を改善しましょう。
- 定期的にがん検診を受診しましょう。

特定健診、大腸・胃・肺・乳・子宮頸がん検診等が受診できます。
※詳細は「健康カレンダー」またはホームページ(右記QRコード)でご確認ください。

栄養・食生活の改善促進

目標とする状態 1日3食バランスよく食べる。
●「早寝・早起き・朝ごはん」を実践しましょう。

大東市食育推進連絡会の重点テーマに決まりました。
早寝早起きを習慣に、1日のスタートは朝ごはんから！

STEP1 朝ごはんを食べましょう。
朝ごはんを食べると、寝ている間に低下した体温が上昇し、体は1日の活動の準備を整えます。朝ごはんを食べるためには、早寝・早起きの生活リズムが大切です。

STEP2 栄養バランスを考えましょう。
主食(ごはん、パン、麺類など)、主菜(肉、魚、卵、大豆製品)、副菜(野菜、きのこ、いも、海藻類)をそろえると、栄養バランスが整います。

食育

表:各取組み項目の目標の進捗(達成)状況

取組状況のフォローアップ指標		対象	計画策定時	中間評価時	目標値 (R6年度)	評価
施策①	特定健診の受診率	厚生労働省「特定健康診査・特定保健指導の実施状況」	31.4%	31.3%	34.4%	C
	胃がん検診の受診率	厚生労働省「地域保健・健康増進事業報告」	2.7%	8.2%	5.7%	A
	肺がん検診の受診率		2.4%	12.6%	11.4%	A
	大腸がん検診の受診率		12.3%	11.8%	19.8%	C
	子宮頸がん検診の受診率		22.1%	26.7%	35%	B
	乳がん検診の受診率		13.5%	21.4%	28.5%	B
	特定保健指導の実施率	厚生労働省「特定健康診査・特定保健指導の実施状況」	8.7%	24.2%	19.6%	A
	麻しん・風しんⅠ期の予防接種率	厚生労働省「地域保健・健康増進事業報告」	96.2%	99.4%	増加傾向	A
	麻しん・風しんⅡ期の予防接種率		88.7%	93.6%	95%	B
	4か月児健診の受診率	4か月児健診結果	93.8%	97.2%	95%	A
1歳10か月児健診の受診率	1歳10か月児健診結果	91.0%	94.9%	95%	B	
3歳6か月児健診の受診率	3歳6か月児健診結果	87.0%	93.1%	90%	A	
施策②	メタボリックシンドロームの内容を知っている者の割合	意識調査	68.0%	68.1%	80%	C
	メタボリックシンドロームの内容を知っている子どもの割合	小学5年生 意識調査	11.1%	7.4%	30%	C
施策③	食育の内容(言葉と意味)を知っている者の割合	意識調査	43.5%	51.0%	60%	B
	食育の内容(言葉と意味)を知っている子どもの割合	小学5年生 意識調査	28.1%	26.2%	50%	C
	※朝食の欠食率(朝食をほとんど食べない者の割合) →特定健診問診票「朝食を食べることが週に3日以上ありますか」で「はい」と答えた者の割合	特定健診問診票	(健増9.5%) 8.9%	9.8%	5%	C
	※朝食の欠食率(朝食をほとんど食べない者の割合) →40歳未満健診問診票「朝食を食べることが週に3日以上ありますか」で「はい」と答えた者の割合	40歳未満健診問診票	(健増9.5%) 18.4%	13.3%		C
	※朝食の欠食率(朝食をほとんど食べない子どもの割合) →全国体力・運動能力、運動習慣等調査で「朝食を毎日食べない」と答えた割合	全国体力・運動能力、運動習慣等調査	小学5年生 (健増2.5%) 1.6%	1.2%	0%	(-)
	※肥満者(BMI25以上)の割合	特定健診	(健増21.5%) 25.6%	26.9%	減少傾向	C
	※肥満者(BMI25以上)の割合	40歳未満健診	(健増21.5%) 13.4%	13.7%		C
	※肥満者(肥満度20以上)の子どもの割合	策定時・健増計画アンケート 中間・全国体力・運動能力、運動習慣等調査	小学5年生 7.3%	11.1%	減少傾向	C
	野菜をほとんど食べない者の割合	意識調査	6.5%	5.3%	5%	B
	野菜をほとんど食べない子どもの割合	小学5年生 意識調査	3.8%	4.5%	0%	C
食育推進計画 追加項目	食を通してのコミュニケーションを図る者の割合	意識調査	66.2%	76.0%	増加傾向	A
	規則正しく3食食べる	意識調査	71.9%	75.1%	80%	B
	栄養バランスよく摂るように注意している	意識調査	61.7%	72.1%	80%	B
	「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをする	意識調査	68.5%	79.1%	80%	B
施策④	行事食(お正月、おひなさま、お月見など)を取り入れる等、伝統料理を継承する	意識調査	50.9%	62.0%	60%	A
	ロコモティブシンドロームの内容について知っている者の割合	意識調査	—	27.2%	80%	(-)
	1日の歩行時間の合計が90分以上(9,000歩以上)の者の割合	意識調査	18.3%	17.1%	50%	C
	地域ファミリースポーツ大会参加者数	事業報告	367人	306人	400人	C
施策⑤	市民マラソン大会参加者数	事業報告	775人	646人	800人	C
	自殺による死亡者数	人口動態統計	25.4人 (H21～H25平均)	16.4人 (H26～H30平均)	20.3人未満	A
	※睡眠による休養を十分にとれていない者の割合 →特定健診問診票「睡眠による休養が十分とれていますか」で「いいえ」と答えた者の割合	特定健診問診票	(健増24%) 20.9%	29.2%	20%未満	C
	※睡眠による休養を十分にとれていない者の割合 →40歳未満健診問診票「睡眠による休養が十分とれていますか」で「いいえ」と答えた者の割合	40歳未満健診問診票	(健増24%) 39.1%	37.3%		B
施策⑥	朝、眠くてなかなか起きられない子どもの割合	意識調査	小学5年生 19.4%	22.3%	15%未満	C
	妊産婦飲酒の者の割合	妊産届出書	2.0%	0.5%	0.0%	B
	適正飲酒量を知っている者の割合	意識調査	45.8%	55.0%	60%	B
	生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している男性(1日あたり2合以上)の割合	意識調査	男30.1%	12.4%	策定時の7.5%減(府)	A
施策⑦	生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している女性(1日あたり1合以上の者)の割合	意識調査	女17.9%	11.3%	策定時の7.5%減(府)	B
	飲酒の害について知っている子どもの割合	意識調査	70.1%	73.7%	85%	B
	※喫煙者の割合 →特定健診問診票「現在たばこを習慣的に吸っている」で「はい」と答えた者の割合	特定健診問診票	(健増18%) 15.4%	15.2%	12%	B
	※喫煙者の割合 →40歳未満健診問診票「現在たばこを習慣的に吸っている」で「はい」と答えた者の割合	40歳未満健診問診票	(健増18%) 15.7%	8.2%		A
施策⑧	家族が喫煙している乳幼児の割合	4か月児健診結果	53.1%	47.7%	30%	B
	喫煙している妊婦の割合	1歳10か月児健診結果	60.2%	53.6%	30%	B
	パートナーが喫煙している妊婦の割合	3歳6か月児健診結果	57.4%	52.6%	30%	B
	受動喫煙のおそれがある子ども(家族の喫煙者が配慮していない子ども)の割合	妊産届出書	5.1%	3.6%	0%	B
	未成年者の喫煙の割合	妊産届出書	25.6%	38.4%	20%	C
	成人歯科健診受診率の割合	意識調査	小学5年生 31.5%	42.3%	15%未満	C
	1歳10か月児健診でう歯のない者の割合	意識調査	小学5年生 1.1%	0.6%	0%	B
	3歳6か月児健診でう歯のない者の割合	成人歯科健診	11.3%	9.2%	15%	C
施策⑨	20歳で歯周疾患をもつ者の割合	成人歯科健診	1歳10か月児 97.3%	97.0%	100%	C
	40歳で歯周疾患をもつ者の割合	3歳6か月児 77.0%	83.2%	85%	B	
	60歳で歯周疾患をもつ者の割合	成人歯科健診	62.4%	52.5%	50%	B
	過去1年間に歯科健診を受けた者の割合	成人歯科健診	62.3%	61.1%	50%	B
施策⑩	食生活推進改善員の人数	意識調査	66.1%	73.1%	50%	C
	自殺対策研修の受講者数	事業報告	56.1%	60.0%	65%	B
	自衛隊研修の参加者数	事業報告	87人	72人	現状値の1割増	C
施策⑪	自衛隊研修の参加者数	事業報告	1755人	1850人	2000人	B
	体操実施グループ数	事業報告	71グループ	119グループ	183グループ	B
施策⑫	自分と地域のつながりが強い方だと思う者の割合	策定時:大東市地域福祉計画【第3期】 中間:大東市地域福祉計画【第4期】	47.8%	47.8%	65%	B
	評価区分	達成度	評価内容			
対象については、特に記載がないものはすべて20歳以上の成人対象とする。		A	目標達成	目標値に到達している		
※色付きの項目については、中間評価においてはアンケートを実施せず、それぞれの既存調査の中間評価時と策定時のデータを記載した。		B	改善	目標値には到達しないが、基準年より改善している		
※項目の上記()内の数値は、健康増進計画策定時に実施したアンケートの数値で、目標値はそれに従って定めた値を記載した。		C	未達成	基準年と変わらない又は低下している		
※がん検診については、比較するために推計対象者数で受診率を算出した。		—	評価できない	数値がでていない等評価できない		