

第三次紫波町元気はつらつ紫波計画策定について (概要版)

1 計画の方針

本計画は、第三次紫波町総合計画の実施計画に位置づけられる町の健康増進計画です。国の「健康日本21(第二次)」や県の「健康いわて21プラン(第二次)」の内容について勘案しながら、町民の健康増進を推進する計画です。

(1) 目的

「健康寿命の延伸を図り、元気はつらつな町民を増やすこと」

(2) 計画推進期間

令和4年度～8年度(5年間)

国や県の動向により必要に応じ計画の見直しを行います。

(3) 第三次計画策定のポイント

総合計画の目的達成のため、総合計画の目標と領域の整合性を図り、領域を第二次計画では7つの領域としていましたが、第三次計画からは5つの領域に再編しました。

(4) 計画の構成

第1章 基本方針

第2章 町民の健康状態と第二次計画の評価

第3章 町民健康実態調査

第4章 第三元気はつらつ紫波計画の取り組み

第5章 計画策定の体制と経過

(5) 領域ごとの目的

| 領域 | | 領域目標 |
|----|---------|-----------------------|
| 1 | 食生活と歯 | 食生活や口腔の健康を意識する人が増えること |
| 2 | 運動、身体活動 | 健康のために運動する人が増えること |
| 3 | 心・休養 | 毎日の生活に充実感を感じる人が増えること |
| 4 | 生活習慣病 | 生活習慣病になる人が減少すること |
| 5 | がん、たばこ | がんの死亡率が減少すること |

(6) 計画の領域と目標指数

| 領域 | 目標指標 |
|-------------|-------------|
| 7 領域→5 領域 | 57 項目→38 項目 |
| ① 栄養・食生活・歯 | 13 項目→11 項目 |
| ② 運動・身体活動 | 8 項目→5 項目 |
| ③ 心・休養 | 7 項目→6 項目 |
| ④ 生活習慣病予防 | 10 項目→7 項目 |
| ⑤ がん、たばこの領域 | 19 項目→9 項目 |

2 パブリックコメントの実施概要

(1) 期間

令和3年12月20日(月)～1月21日(金)

(2) 資料設置場所

町ホームページ、地区公民館、町図書館、健康福祉課

第3次元気はつらつ紫波計画 目標・指標

1 食生活、歯の領域

| No. | 評価項目 | 現状値 (R 2) | 目標値 (R 8) | 調査方法 |
|-----|--|--------------|--------------|-----------------|
| 1 | 朝食を摂る人の割合 | 88.3% | 90.0% | 元気はつらつアンケート |
| 2 | 1日2食以上、主食・主菜・副菜の組み合わせを意識して食事している人の割合 | 70.4% | 80.0% | 元気はつらつアンケート(新規) |
| 3 | 成分表示を参考にする人の割合 | 60.0% | 65.0% | 元気はつらつアンケート |
| 4 | 減塩を意識している人の割合 | - | 90.0% | 元気はつらつアンケート(新規) |
| 5 | よく噛んで食べる人の割合 | 66.7% | 70.0% | 元気はつらつアンケート(新規) |
| 6 | 決められた時間以外におやつを食べる子どもの割合 | 70.9% | 60.0% | 3歳児健診 |
| 7 | むし歯のない3歳児の割合 | 89.9% | 95.0% | 3歳児健診 |
| 8 | 歯がある人の割合 | | | 元気はつらつアンケート |
| | 40代…24本 | 81.9% | 85.0% | |
| | 60代…24本 | 44.0% | 50.0% | |
| | 80代…20本 | 28.0% | 30.0% | |
| 9 | 年に1回以上、歯科健康診査を受診している人の割合 | 40.7% | 50.0% | 元気はつらつアンケート |
| 10 | 歯磨きを1日に3回以上する人の割合 | 27.2% | 35.0% | 元気はつらつアンケート |
| 11 | 高齢者(75歳以上)で低栄養傾向割合 BMI20以下かつ6か月で2~3kgの体重減少の割合 | R3 現状値 | R3 現状値以下 | 後期高齢者健康診査 |

2 運動、身体活動の領域

| No. | 評価項目 | 現状値 (R 2) | 目標値 (R 8) | 調査方法 |
|-----|---|----------------|--------------|-----------------|
| 1 | 運動、スポーツに興味、関心がある人の割合 | - | 70.0% | 元気はつらつアンケート(新規) |
| 2 | 歩行又は同等の身体活動(仕事、家事、農作業を含む。)を1日に合計1時間以上している人の割合 | 80.2% | 90.0% | 元気はつらつアンケート |
| 3 | 運動、スポーツを週2回以上する人の割合 | | | 元気はつらつアンケート |
| | 20代 | 28.80% | 30.00% | |
| | 30代 | 35.20% | 38.00% | |
| | 40代 | 31.90% | 35.00% | |
| | 50代 | 26.90% | 30.00% | |
| | 60代 | 35.80% | 38.00% | |
| | 70代以上 | 48.40% | 50.00% | |
| 4 | ロコモティブシンドロームを知っている人の割合 | 43.9% | 50.0% | 元気はつらつアンケート(新規) |
| 5 | 運動やスポーツを週に3日以上している子供の運動時間 | 80.5分 (R 1) | 60分以上 | 教育委員会調査 |

3 心、休養の領域

| No. | 評価項目 | 現状値 (R 2) | 目標値 (R 8) | 調査方法 |
|-----|-----------------------|----------------|--------------|---------------------|
| 1 | 自分なりのストレスの発散方法を持つ人の割合 | 68.9% | 75.0% | 元気はつらつアンケート |
| 2 | 趣味を持っている人の割合 | 69.6% | 75.0% | 元気はつらつアンケート |
| 3 | 睡眠で休養が十分にとれている人の割合 | 67.6% | 80.0% | 元気はつらつアンケート |
| 4 | 地域の行事やイベントに参加している人の割合 | 61.5% | 70.0% | 元気はつらつアンケート |
| 5 | 家庭内で役割を持っている人の割合 | 81.5% | 85.0% | 元気はつらつアンケート |
| 6 | 週1回以上、家族や友人と会話をする人の割合 | 87.8% (H30) | 90.0% | 元気はつらつアンケート (新規) |

4 生活習慣病の領域

| No. | 評価項目 | 現状値 (R 2) | 目標値 (R 8) | 調査方法 |
|-----|---------------------------|----------------|--------------|---------------------|
| 1 | メタボリックシンドローム基準該当者及び予備軍の割合 | 30.8% (R 1) | 25.0% | 住民検診 |
| 2 | BMIの値が25未満の人の割合 | 67% (R 1) | 80.0% | 住民検診 |
| 3 | 自分の適正体重を知っている人の割合 | 84.0% | 90.0% | 元気はつらつアンケート (新規) |
| 4 | 特定健康診査受診率 | 58.6% (R 1) | 60.0% | 住民検診、特定健診 |
| 5 | 特定保健指導実施率 | 24.6% (R 1) | 60.0% | 住民検診 |
| 6 | 心疾患による死亡率（人口10万人対） | 209.6 (R 1) | 209以下 | 岩手県保健福祉年報 |
| 7 | 脳血管疾患による死亡率（人口10万人対） | 140.8 (R 1) | 140以下 | 岩手県保健福祉年報 |

5 がん、たばこの領域

| No. | 評価項目 | 現状値 (R 2) | 目標値 (R 8) | 調査方法 |
|----------|-------------------|----------------|--------------|-------------|
| 1 | がんによる死亡率(人口10万人対) | 262.8 (R 1) | 262以下 | 岩手県保健福祉年報 |
| がん検診の受診率 | | | | 住民検診 |
| 2 | 肺がん | 40.2% (R 1) | 60.0% | |
| 3 | 大腸がん | 28.7% (R 1) | 50.0% | |
| 4 | 胃がん | 10.7% (R 1) | 50.0% | |
| 5 | 乳がん | 31.3% (R 1) | 50.0% | |
| 6 | 子宮がん | 30.6% (R 1) | 50.0% | |
| 7 | 喫煙の害を理解する人の割合 | 97.5% | 100.0% | 元気はつらつアンケート |
| 8 | 成人の喫煙率 | 14.9% | 12.0% | 元気はつらつアンケート |
| 9 | 妊婦の喫煙率 | 1.7% | 0.0% | 妊婦健康手帳交付時から |