

第4次健康増進計画
第3次食育推進計画
第2次歯科保健計画

《計画期間：令和6年度～令和13年度》

【素案】

令和5年10月

燕市

目次

目次	3
第1章 総論	1
1. 計画策定の背景と趣旨	1
2. 健康の概念	2
3. 計画の基本方針	3
4. 計画の位置づけ	4
5. 計画の期間	6
6. 計画の推進体制	6
7. 計画の進行管理	7
第2章 健康を取り巻く現状と課題	8
1. 人口	8
2. 衛生統計	11
3. 疾病・健診等の状況	17
4. 生活習慣病疾病別の状況	21
5. 母子保健の状況	23
6. 歯科保健の状況	26
7. 食育関連	30
8. 事業・団体等の活動状況	32
9. 後期高齢者健診等の状況	35
10. 自殺対策関連	39
11. 人生100年時代の健康サポート事業実施状況	40
第3章 前計画の評価	43
1. 計画の評価	43
2. 課題の総括	80
第4章 計画の目標と重点施策	83
1. 計画の全体像	83
2. 施策体系	86
4. ライフステージ別の方向性と取り組み	99
5. 燕市の健康づくり関連事業一覧	102
6. 本計画の数値目標一覧	111
5章 計画策定の経過及び資料	115
1. 計画策定の経過	115

2. 燕市健康づくり推進委員会規程	117
3. 燕市健康づくり推進委員会委員名簿	119
4. 燕市食育推進ワーキング会議実施要綱	120
5. 燕市食育推進ワーキング会議委員名簿	121
6. 燕市歯科保健実務担当者会議実施要綱	122
7. 燕市歯科保健実務担当者会議委員名簿	123
8. 健康3だん会メンバー名簿	124
【資料編】	125
市民アンケート調査結果の概要	125

第1章

総論

1. 計画策定の背景と趣旨

燕市では「市民が健康で生き生きと自分らしい豊かな人生を送る」ことを目指し、平成19年度を初年度とした「燕市健康増進計画」において、病気予防と元気増進の2つの視点を念頭に置き、市民が主役の健康づくりを推進してきました。さらに、食を通して心のつながりと元気なからだを育てる「燕市食育推進計画」、市民一人ひとりが生涯にわたり、歯と口腔の健康の保持増進を図る「燕市歯科保健計画」とともに、健康寿命の延伸を目指し、生涯を通じた切れ目のない取り組みを展開してきました。平成30年度には「燕市自殺対策計画」も策定され、こころの健康づくりの推進についても強化してきたところです。

しかし、近年は新型コロナウイルス感染症の流行に伴い、健(検)診や身体活動、人とのふれあい、活躍の場の縮小が余儀なくされ、市民にとっては心身ともにゆとりを感じる事が厳しい社会情勢となり、健康においても大きく影響が見られています。

このような状況の中、健康づくりの柱である「第3次燕市健康増進計画」「第2次燕市食育推進計画」「燕市歯科保健計画」は、国の「健康日本21(第三次)」の策定に合わせ、計画期間を1年間延長しました。令和5年度で計画期間の終了を迎えることにより、各計画の基本的な考え方を継承しつつ、今後さらに進展する高齢化に伴う健康課題への対応や、生活習慣病の重症化予防、社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上、誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備などを推進するために策定するものです。

なお、食生活・歯科保健が健康に与える影響が大きいため、上記の3計画を包括した「第4次健康増進計画・第3次食育推進計画・第2次歯科保健計画」として策定し、健康増進及び食育推進、歯科保健に係る施策を一体的に推進していきます。

2. 健康の概念

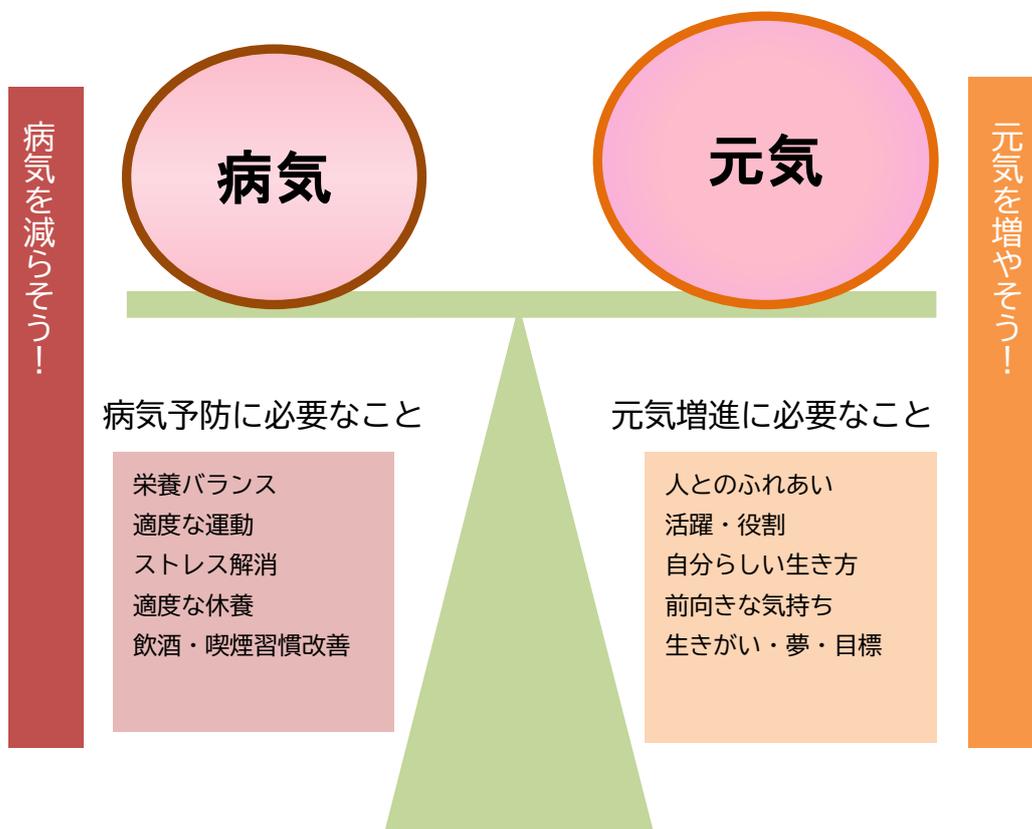
これまで健康問題は、感染症対策、生活習慣病対策など病気の予防対策を中心に進められてきました。燕市においても「健康は、私たちが豊かで幸せな人生を送るための重要な資源である」(1986年WHO「オタワ宣言」)という考え方のもと、感染症対策、健康診査事業や健康増進事業による生活習慣病対策などを積極的に推進し、市民の健康づくりに努めてきました。しかし、時代の変遷とともに、急速な少子高齢化や疾病構造の変化など、健康を取り巻く背景は大きく変動し、また、市民の健康に関する価値観の多様化などにより、健康課題は変化してきています。

近年、人生100年時代をより良く生きる(Well-being)ことを要求されてきており、燕市では、健康の概念を「元気と病気のバランスが、その人らしく調和している状態」と定義し、計画初年度から病気予防対策のみでなく、元気増進対策も取り入れた健康づくりの重要性を伝えてきました。

市民一人ひとりが健康で豊かな人生を送るためには、食事、運動、休養、ストレス解消、酒・たばこを減らすなどの病気予防と、生きがい・目標、人とのふれあい、活躍・役割、自分らしさ、前向きな気持ちなどの元気増進の二つの視点が大切です。

その人らしい健康のバランスを発見する過程を、家庭・地域・職場・学校・行政などで支援していく健康づくりを行います。

元気と病気のバランス



3. 計画の基本方針

市民が主役の健康づくり

元気と病気の調和

燕市健康増進計画では、乳幼児から高齢者まで各世代において病気の予防や悪化を防ぎながら、生きがいややりがいを持ち、生き生きとした生活を送ることができる総合的な健康づくりを目指してきました。

本計画においても引き続き、病気予防対策にとどまらず、元気増進対策という視点を大切にし、市民が生き生きと自分らしい生活を送ることができる健康づくりを目指します。

燕らしさを活かす

燕市のすばらしい環境(自然)、人、文化などの資源を最大限に活用して、燕市だからできる健康づくりの知恵を出し合い、燕らしさのある健康づくりを目指します。

健康づくりへの市民参加・参画

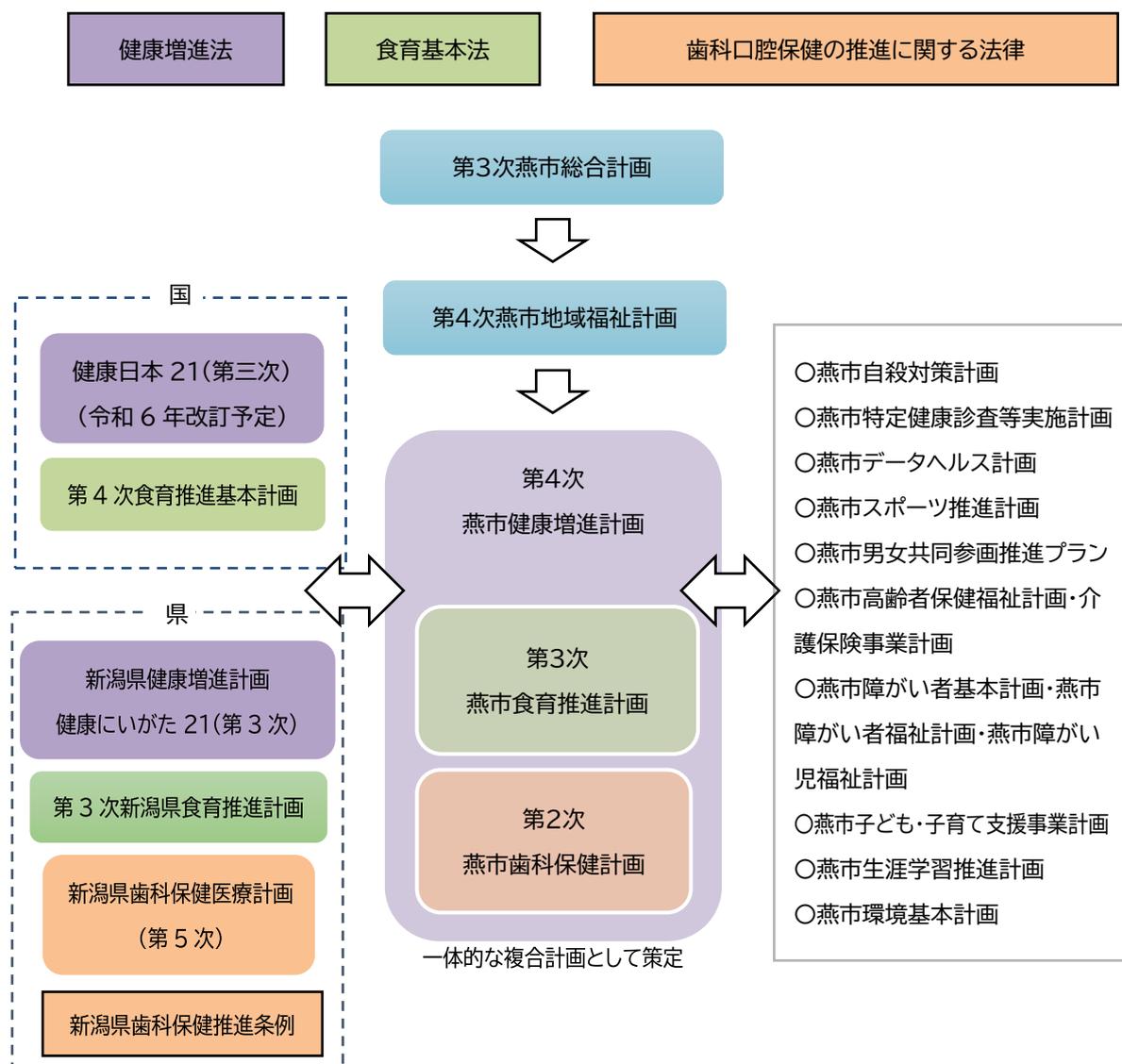
市民のみなさんから積極的に健康づくりに参加・参画していただきます。「自分の健康は自分で守る」という考え方で、多様な健康づくりの場を参加・参画型で創造していきます。そのために、市民と行政が目的意識を共有し、対等な立場で協力しながら事業を推進していきます。

行政の役割は、市民のみなさんが積極的に健康づくりを推進していくための様々な環境を整えていくことです。

4. 計画の位置づけ

- (1)本市の最上位計画である「第3次燕市総合計画」と「第4次燕市地域福祉計画」の分野別計画であり、関連する他の分野別計画との整合性を図りながら推進します。
- (2)「健康増進法」第8条に掲げる事項を一体的に定める計画です。
- (3)計画の一部を「食育基本法」に基づく「第3次燕市食育推進計画」と位置づけ一体とします。
- (4)計画の一部を「歯科口腔保健の推進に関する法律」に基づく「第2次燕市歯科保健計画」と位置づけ一体とします。
- (5)第3次燕市健康増進計画に続く第4次計画、第2次燕市食育推進計画に続く第3次計画、燕市歯科保健計画に続く第2次計画です。

【位置づけ図】



SDGsの実現に向けた取り組みの推進について

SDGsとは、平成27(2015)年9月の国連サミットで採択された「持続可能な開発目標(Sustainable Development Goals)の略称で、令和12(2030)年までに達成する17の目標で構成された国際目標です。

わが国では、SDGsに関する取り組みを総合的かつ効果的に推進することを目的に中長期的な国家戦略としてSDGs実施指針を掲げ、優先課題に対する具体的な施策として平成29(2017)年意向毎年SDGsアクションプランを策定しています。

地方公共団体においても、SDGsが目指す「誰一人取り残さない」持続可能で多様性と包摂性のある社会の実現に向けた取り組みを進めることが求められており、本計画は、SDGsの理念を尊重して策定するものとします。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



5. 計画の期間

令和6年度から令和13年度までの8年間とします。また、計画推進の過程について、社会情勢や保健福祉環境を取り巻く状況の変化などで、計画の見直しが必要となった場合は柔軟に対応することとします。

6. 計画の推進体制

計画の推進体制として、関係団体等の代表者により構成される「燕市健康づくり推進委員会」を設置して、市民主体の総合的な健康づくりを推進しています。

健康づくり推進委員会を中心として、食育推進ワーキング会議や歯科保健実務担当者会議を開催し、市民、地域、企業、関係機関および行政が協働し計画の趣旨・目的、目指す方向性などを共有して取り組んでいきます。

そのためには、それぞれの役割を明確にするとともに、連携を図っていくことが求められます。

(1)それぞれの役割

①個人・家庭の役割

病気の有無に関わらず、まずは自分の健康に関心を持ち、正しい知識・技術を身につけ、自分に合った健康づくりを発見し、実践、継続していくことが重要となります。また、家庭において互いの健康状況を知り、家族ぐるみで健康づくりに取り組み、親が子どもに望ましい生活習慣を伝えることも大切です。

②地域の役割

地域は、市民の暮らしの基盤となる場であり、自治会や各種団体などによる身近なつながりの中で、健康づくりに関する望ましい情報と実践の機会が提供されることは、地域における健康づくり活動の推進に大きな役割を果たします。

③企業・関係機関・団体等の役割

市民一人ひとりが自分に合った健康づくりに取り組めるよう、企業・保健・医療・教育・福祉等の関係機関が、健康づくりに関する望ましい情報・知識と実践しやすい機会を提供し、健康を支えるための社会環境の整備を進めます。また、地域の様々な組織・団体や行政との連携をさらに強化していきます。

④保健推進委員、食生活改善推進委員、元気磨きたいの役割

健康増進計画の目標達成に向け、「自分が元気になる」「元気のおすそ分けをする」「自分たちのできることをする」をモットーに行政や関係団体と連携し、地域に元気の種まきをする活動を引き続き推進します。また、市民参加・参画で計画を推進するために、保健推進委員・食生活改善推進委員・元気磨きたいを構成員とする代表者会議を開催します。

⑤行政の役割

ライフステージに応じた市民の健康意識の向上を目指し、知識の普及や人材育成及び環境整備について、地域、企業、関係団体等と連携し推進していくとともに、保健、医療、福祉分野以外の庁内関係各課とも連携し、各施策を推進していきます。

7. 計画の進行管理

燕市健康づくり推進委員会に毎年度、進捗状況を報告検討し、施策に反映させるとともに、数値目標などに変更を要する場合は、燕市健康づくり推進委員会と協議の上、対応します。また、食育推進計画、歯科保健計画の推進のため、食育ワーキング会議、歯科保健実務担当者会議を開催し、取り組み内容の確認および進捗状況を管理し、健康づくり推進委員会に報告していきます。

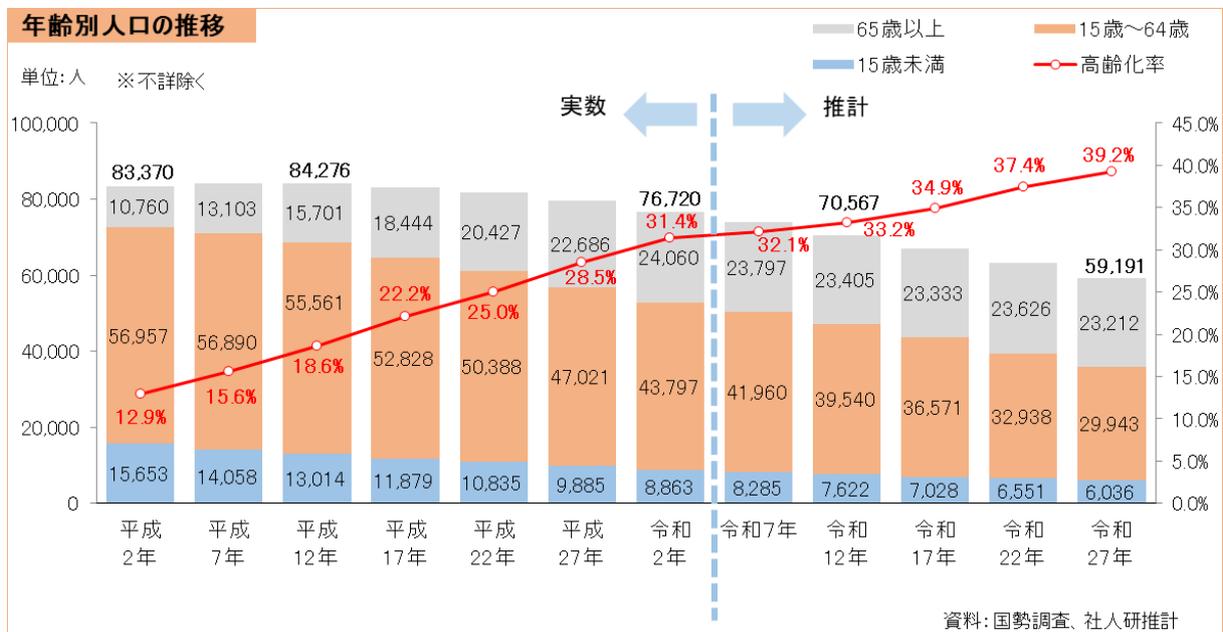
第2章

健康を取り巻く現状と課題

1. 人口

(1) 人口減少と高齢化の進展

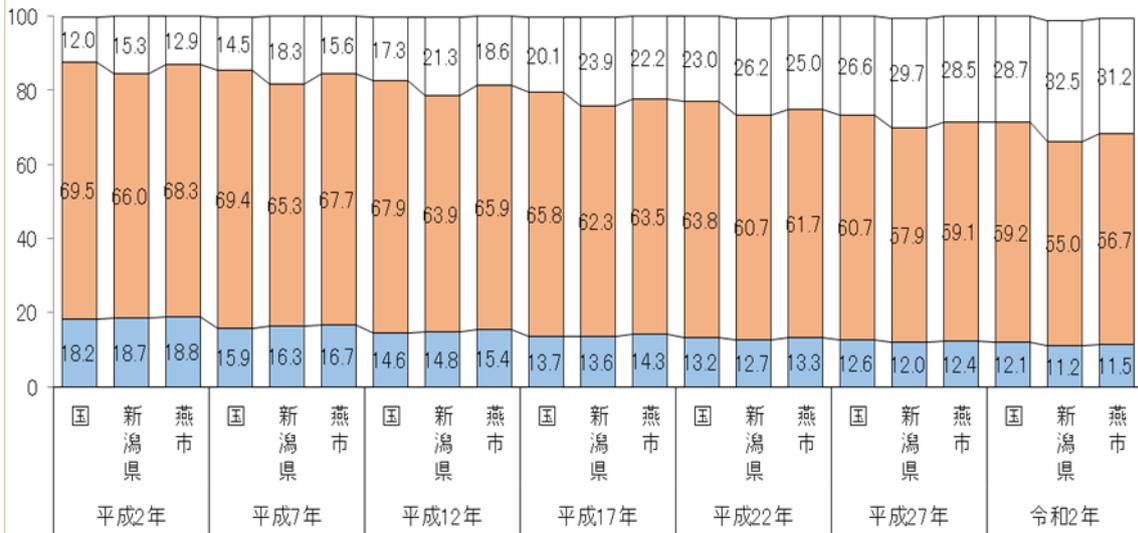
- 令和2年国勢調査結果によると、本市の人口は76,720人となっています。男女別にみると、男性37,331人、女性39,389人となっており、女性が約2千人多くなっています。
- 本市の人口は、平成12年の84,276人をピークに減少傾向に転じており、令和2年の人口は76,720人となっています。令和27年の将来推計人口は、59,191人と予測され、令和2年と比較して約17,000人減少することが見込まれています。
- 15歳未満人口は減少傾向にあり、令和2年には平成2年の約55%となっています。一方で65歳以上は増加を続けており、令和2年には平成2年の約2.2倍となっています。
- 推計人口によると、令和2年から10年後の令和12年には、15歳未満人口が8,000人台を下回ります。さらに、令和27年には15歳未満人口は6,036人となり、約4割が65歳以上となる、少子・超高齢化社会を迎えることとなります。



年齢別人口割合の推移

単位: %

□65歳以上 □15歳～64歳 □15歳未満



資料: 国勢調査

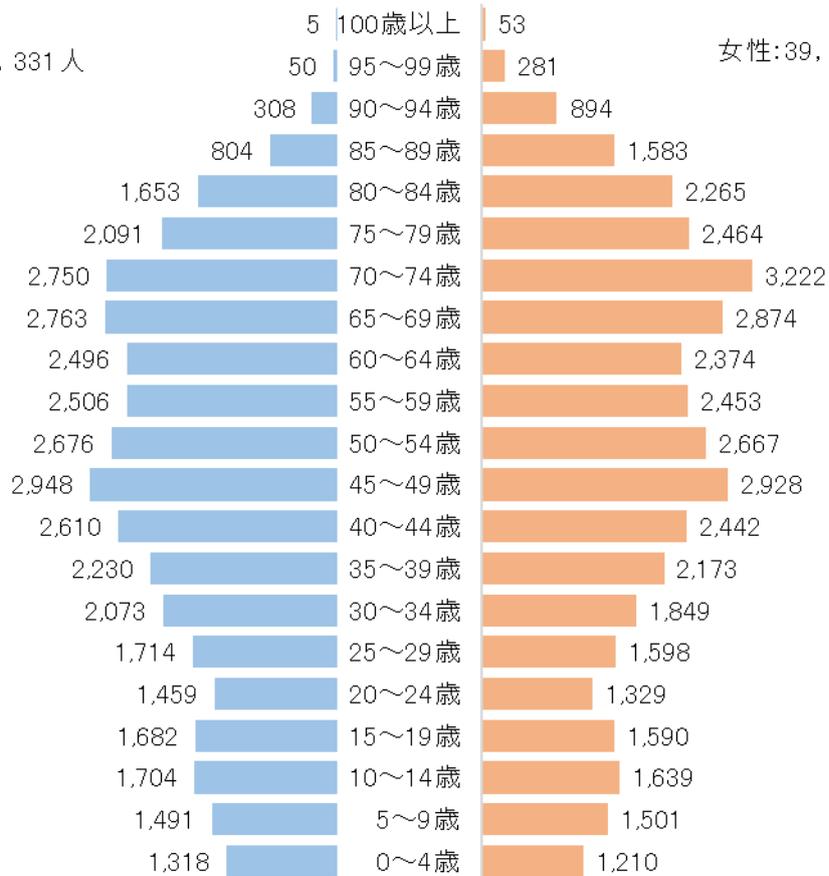
5歳区分別 人口ピラミッド(令和2年)

単位: 人

男性: 37,331人

■男性 ■女性

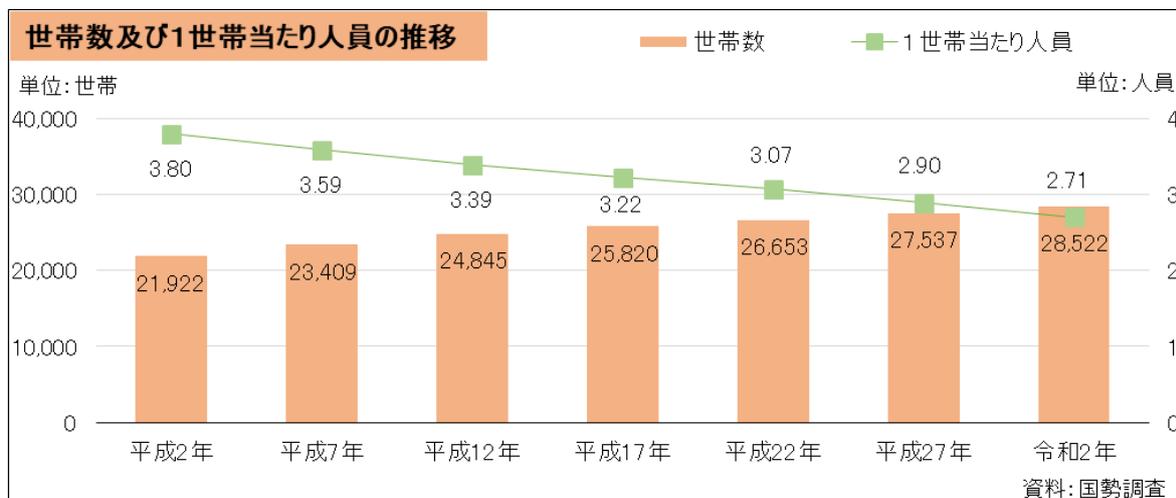
女性: 39,389人



資料: 国勢調査(令和2年)

(2) 世帯数

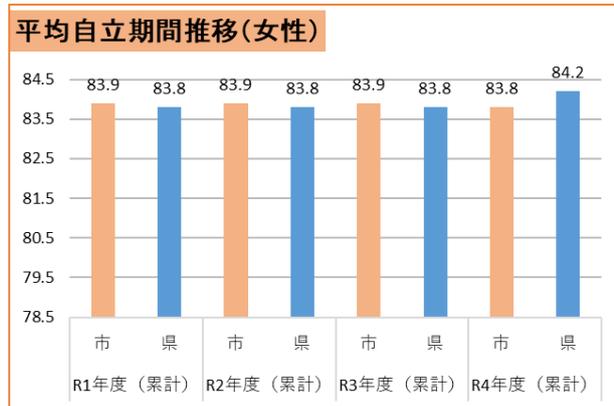
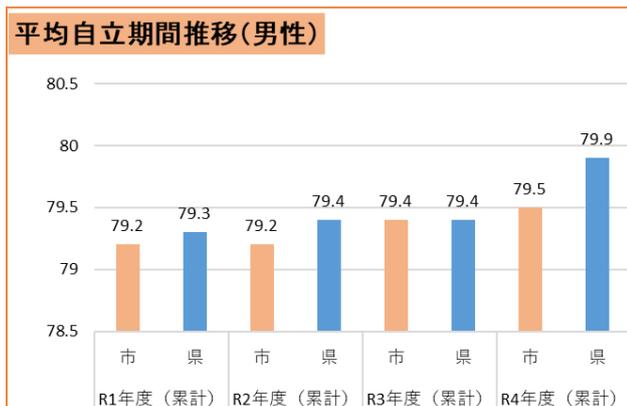
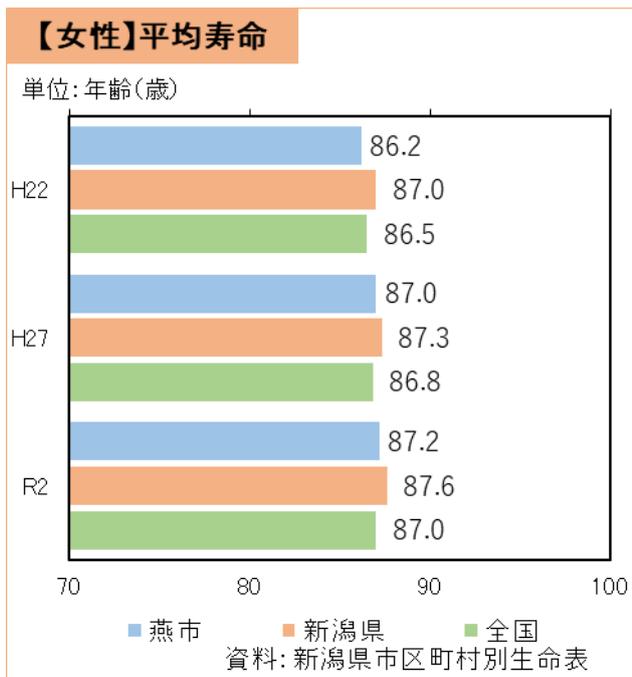
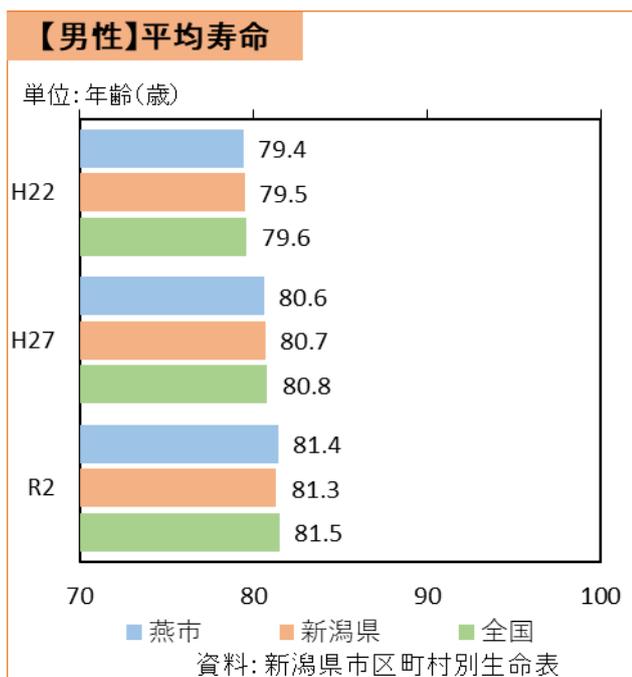
- 世帯数は増加傾向にあり、令和2年には28,522世帯と平成2年の約1.3倍となっています。一方、1世帯当たり人員は減少傾向にあり、令和2年に2.71人となっています。



2. 衛生統計

(1) 平均寿命・健康寿命

- 市の平均寿命は男女ともに延びており、令和2年の平均寿命は男性で81.4歳、女性で87.2歳となっており、国・県と大きな差はありません。
- 平均自立期間においても、令和4年県と0.4歳差となりましたが、県と比較しても大きな差はありません。



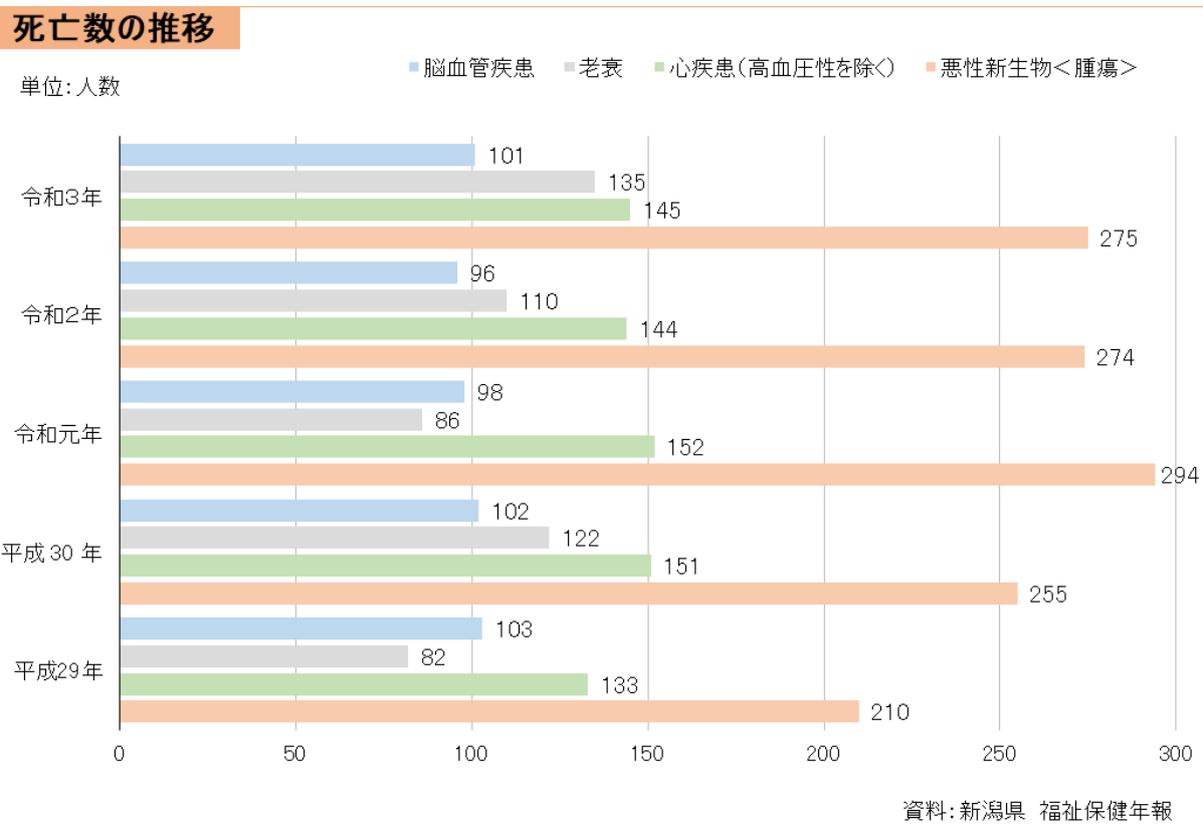
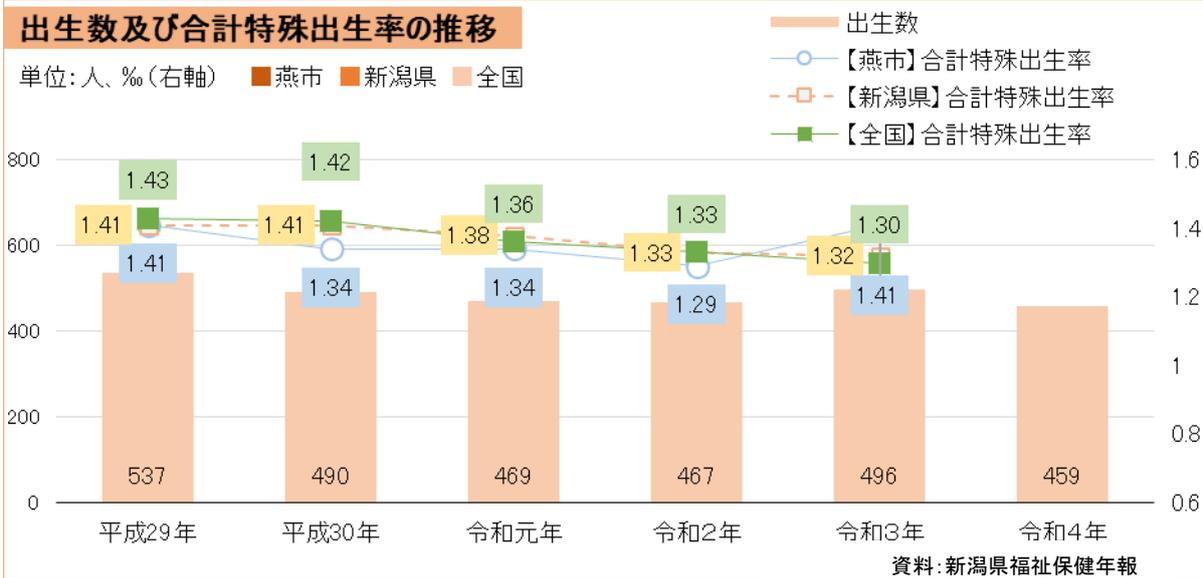
※平均自立期間は平均寿命と更新時期が異なるため同じ数値にはなっていません。

健康寿命とは、「健康上の理由で日常生活が制限されることなく生活できる期間」と定義づけられています。

平均自立期間とは、国保データベース(KDB)システムにおいて、要介護1以下までは生活が自立しているものとみなし、その期間を独自計算し算出したもの。

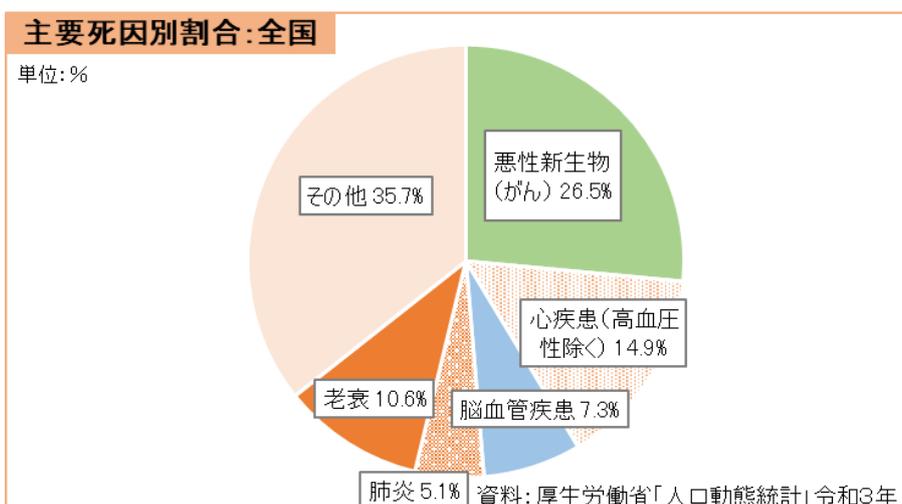
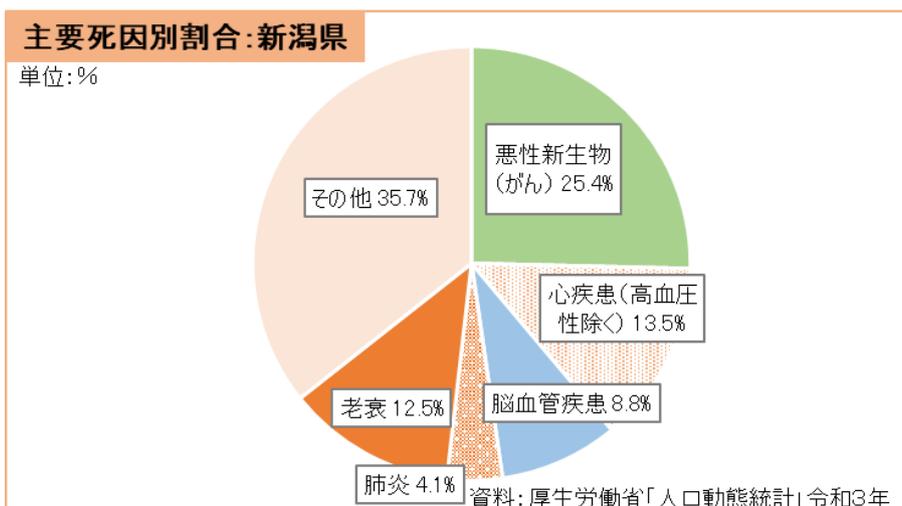
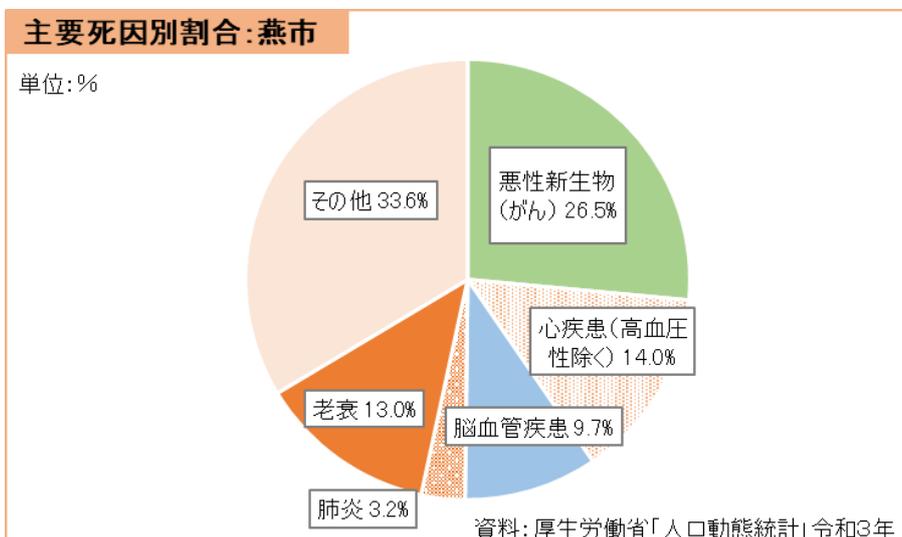
(2) 出生数・死亡数

- 出生数は近年減少傾向にあります。令和4年度は459人となり過去最低となっています。この傾向は、国、県も同様です。
- 死亡者の推移をみると、悪性新生物及び心疾患が高くなっています。



(3) 主要死因別割合

- 悪性新生物については、県・国と同様の割合となっています。
- 心疾患(高血圧除く)については、県が 13.5%、国が 14.9%で、県や国と同等になっています。
- 脳血管疾患については、県が 8.8%、国が 7.3%で、県、国よりも高い割合となっています。



(4) 標準化死亡比

- 国を100とし死亡の状況を比較した標準化死亡比については、男女ともに「脳内出血」「脳梗塞」「急性心筋梗塞」が高くなっています。

【燕市 主な死因の標準化死亡比】

			全国	燕市
脳血管疾患	総数	男性	100	138.2
		女性	100	149.2
	脳内出血	男性	100	137.0
		女性	100	157.1
	脳梗塞	男性	100	145.6
		女性	100	159.5
心疾患(高血圧性疾患を除く)	総数	男性	100	109.6
		女性	100	86.7
	急性心筋梗塞	男性	100	187.2
		女性	100	163.5
	心不全	男性	100	114.9
		女性	100	77.1
悪性新生物	総数	男性	100	108.6
		女性	100	96.0
	胃	男性	100	130.2
		女性	100	128.0
	大腸	男性	100	99.8
		女性	100	107.9
	肝及び肝内胆管	男性	100	59.2
		女性	100	61.1
	気管・気管支・肺	男性	100	115.6
		女性	100	77.9

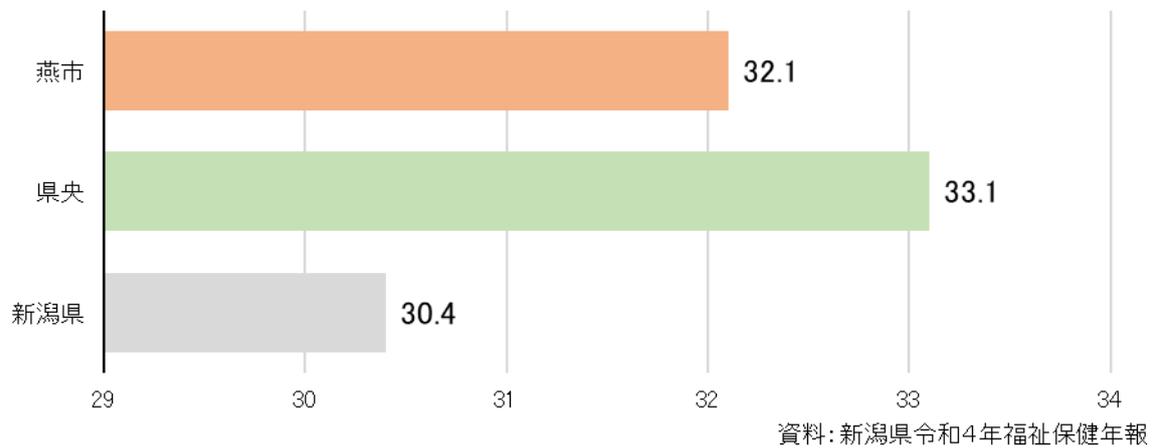
□ : 100 未満、 ◻ : 100~109、 ◻ : 110~119、 ◻ : 120~129、 ◻ : 130~

資料:平成 25~29 年 人口動態保健所・市区町村別統計

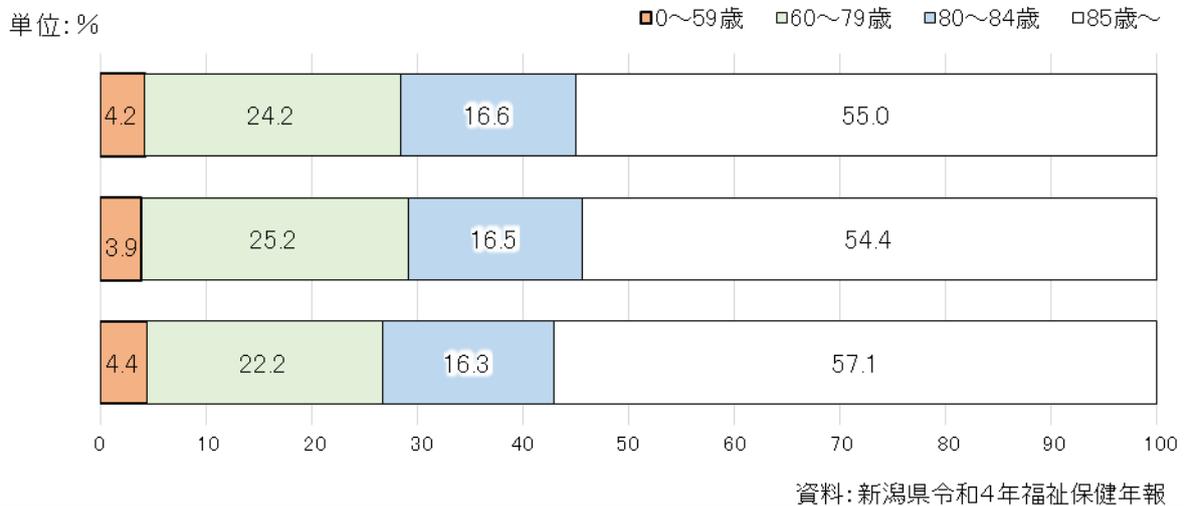
(6) 脳血管疾患 死亡率

- 脳血管疾患の死亡率については、県よりは高くなっていますが、県央よりは低い割合となっています。
- また、年齢構成別については、県、県央と概ね同様の構成割合となっています。

脳血管疾患の年齢調整別死亡率(平成29～令和3年)



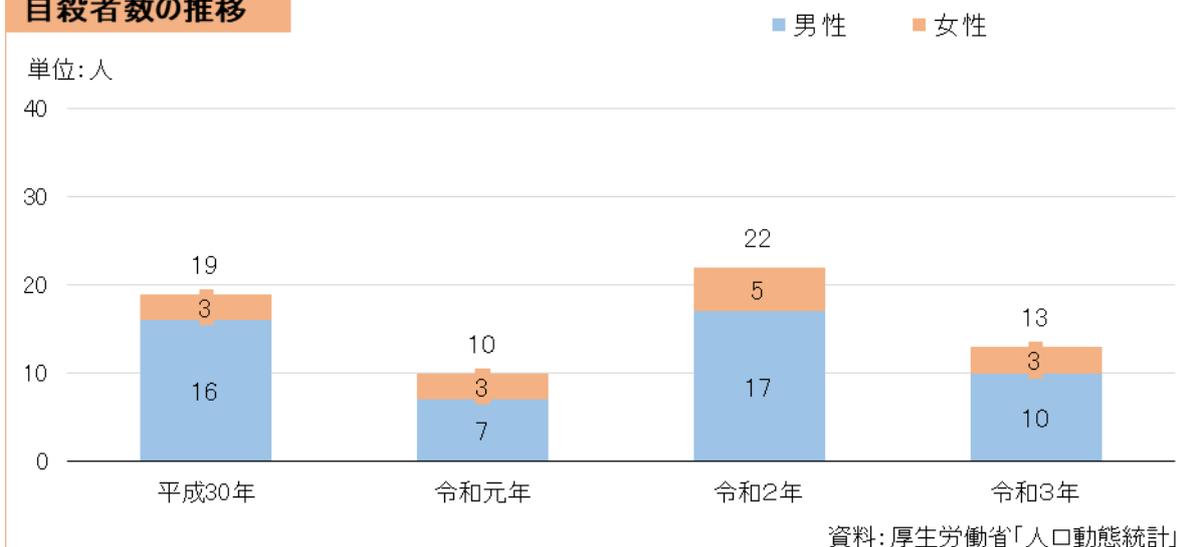
脳血管疾患の死亡者の年齢別構成比(平成29～令和3年)



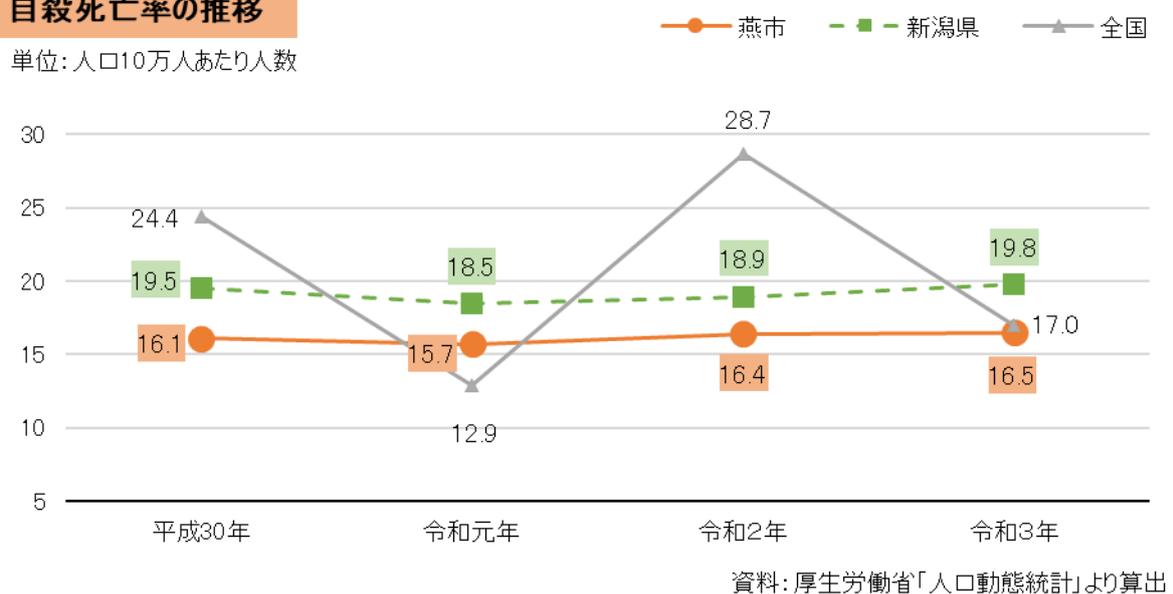
(7) 自殺の状況

- 自殺者の推移をみると、自殺者数は令和2年に22人と増加したものの、その後は減少し令和3年には13人となっています。男女別でみると男性が女性に比べて多くなっています。
- 自殺死亡率については、平成30年から令和3年にかけてほぼ横ばいで推移しており、令和元年に国を上回りましたが、その後は国・県よりも低くなっています。

自殺者数の推移



自殺死亡率の推移

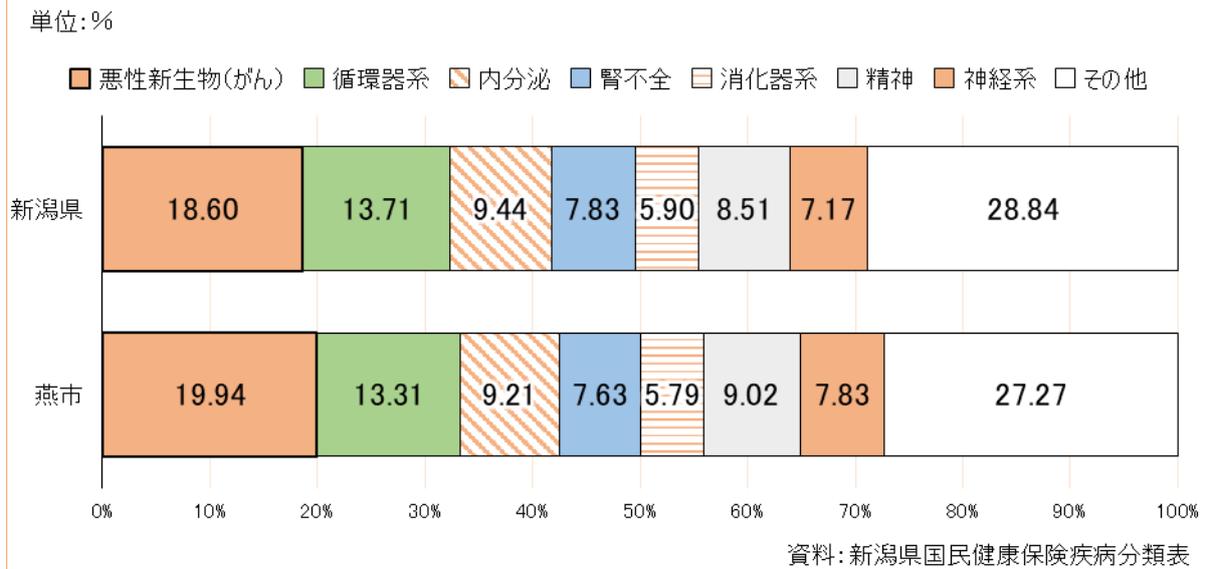


3. 疾病・健診等の状況

(1) 疾病別医療費の状況

- 疾病別医療費の割合は悪性新生物が最も多く、次いで、循環器系、内分泌となっています。県と比較すると悪性新生物の割合がやや高くなっています。

国保医療費に対する疾病別医療費の割合(令和3年)



(2) 特定健康診査・特定保健指導

- 燕市民全体の特定健診・特定保健指導の実施状況を把握するとは難しいため、燕市国民健康保険加入者の現状を記載しました。
- 特定健康診査受診者は令和元年度まで 6,000 人台で推移していましたが、新型コロナウイルス感染症の影響により令和 2 年度には3,731 人まで減少しています。令和3年度には再び増加に転じています。

特定健康診査受診者数・率の推移／新潟県 福祉保健年報

	平成 29 年度	平成 30 年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度
対象者数	12,690 人	11,733 人	11,539 人	11,580 人	11,160 人
受診者数	6,703 人	6,167 人	6,123 人	3,731 人	4,338 人
実施率	52.8%	52.6%	53.1%	32.2%	38.9%

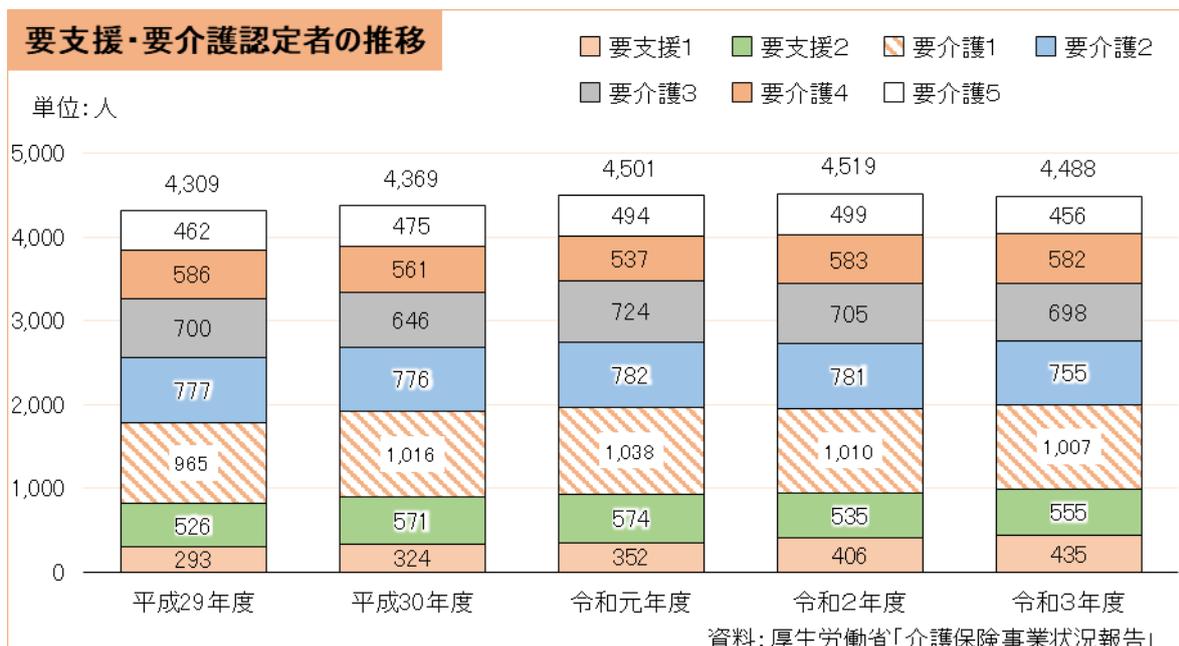
- 特定保健指導実施率は平成 30 年度に大きく増加し、5 割弱～6 割半ばで推移しています。動機付け支援は6～7割で推移していましたが、令和3年度に減少し、55.3%となっています。積極的支援については直近では3割台で推移しています。

特定保健指導実施者数・率の推移／新潟県 福祉保健年報

		平成 29 年度	平成 30 年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度
計	実施率	45.1%	62.7%	63.3%	57.9%	48.8%
動機付け支援	対象者数	630 人	526 人	595 人	363 人	396 人
	終了者数	326 人	384 人	430 人	235 人	219 人
	実施率	51.7%	73.0%	72.3%	64.7%	55.3%
積極的支援	対象者数	263 人	243 人	217 人	122 人	165 人
	受診者数	77 人	98 人	84 人	46 人	55 人
	実施率	29.3%	40.3%	38.7%	37.7%	33.3%

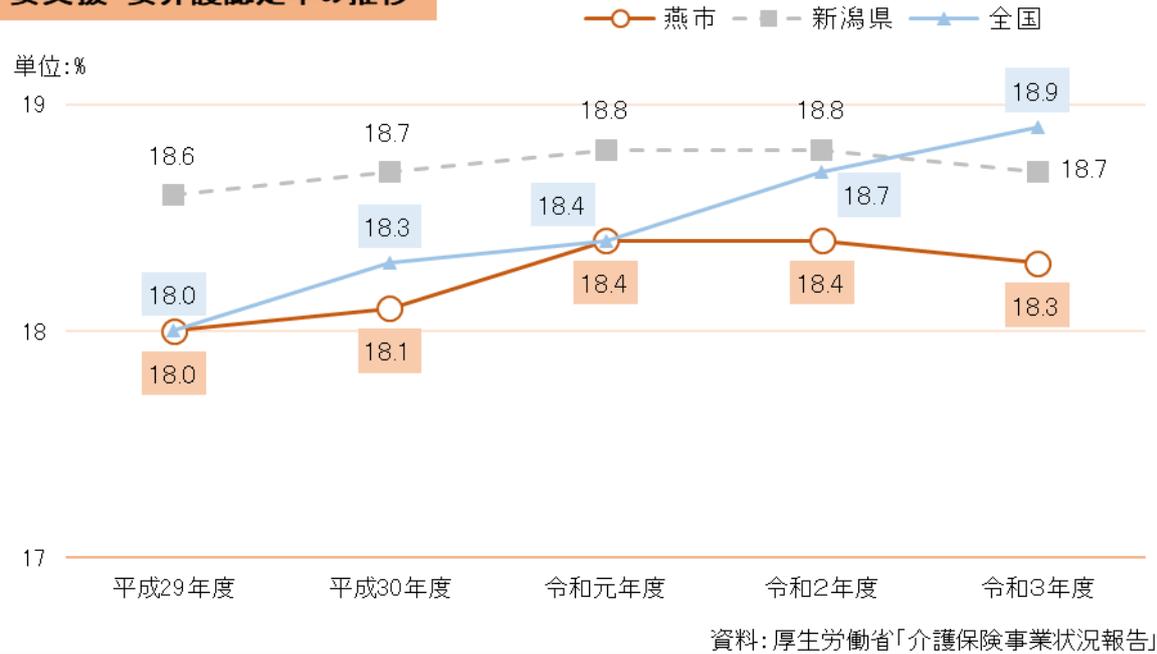
(3) 要支援・要介護認定者数

- 要支援・要介護認定者数は増加傾向にあり、特に要支援1、要介護4で増加しています。
- 要介護認定率は緩やかに増加しているものの、直近では国・県を下回っています。



※1号被保険者(65歳以上)のみ

要支援・要介護認定率の推移

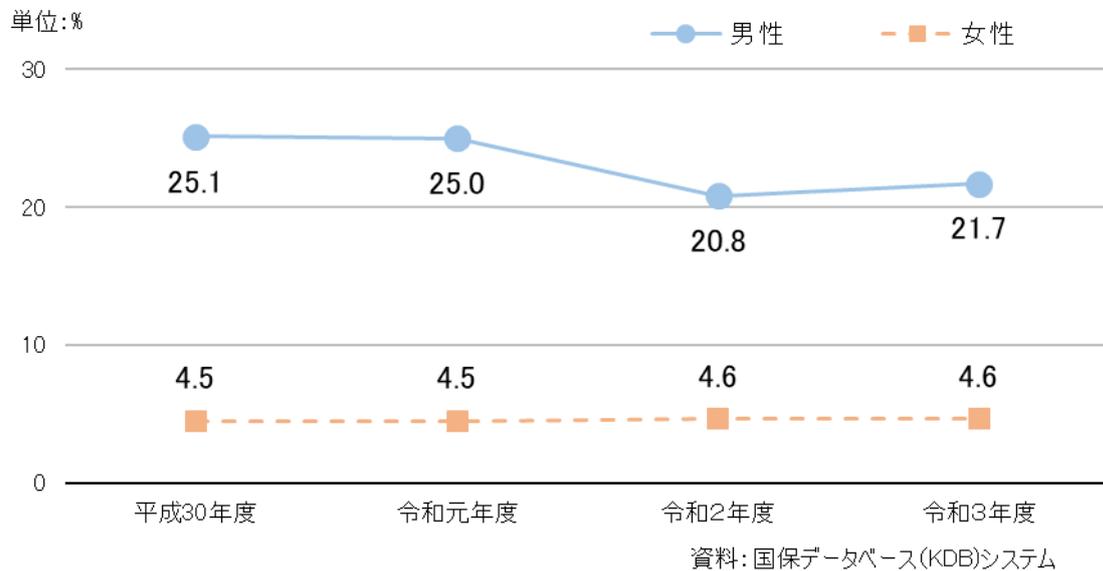


※1号被保険者(65歳以上)のみ

(4) 喫煙者の割合

- 男性は減少傾向ですが、女性は横ばいとなっています。

喫煙者の割合



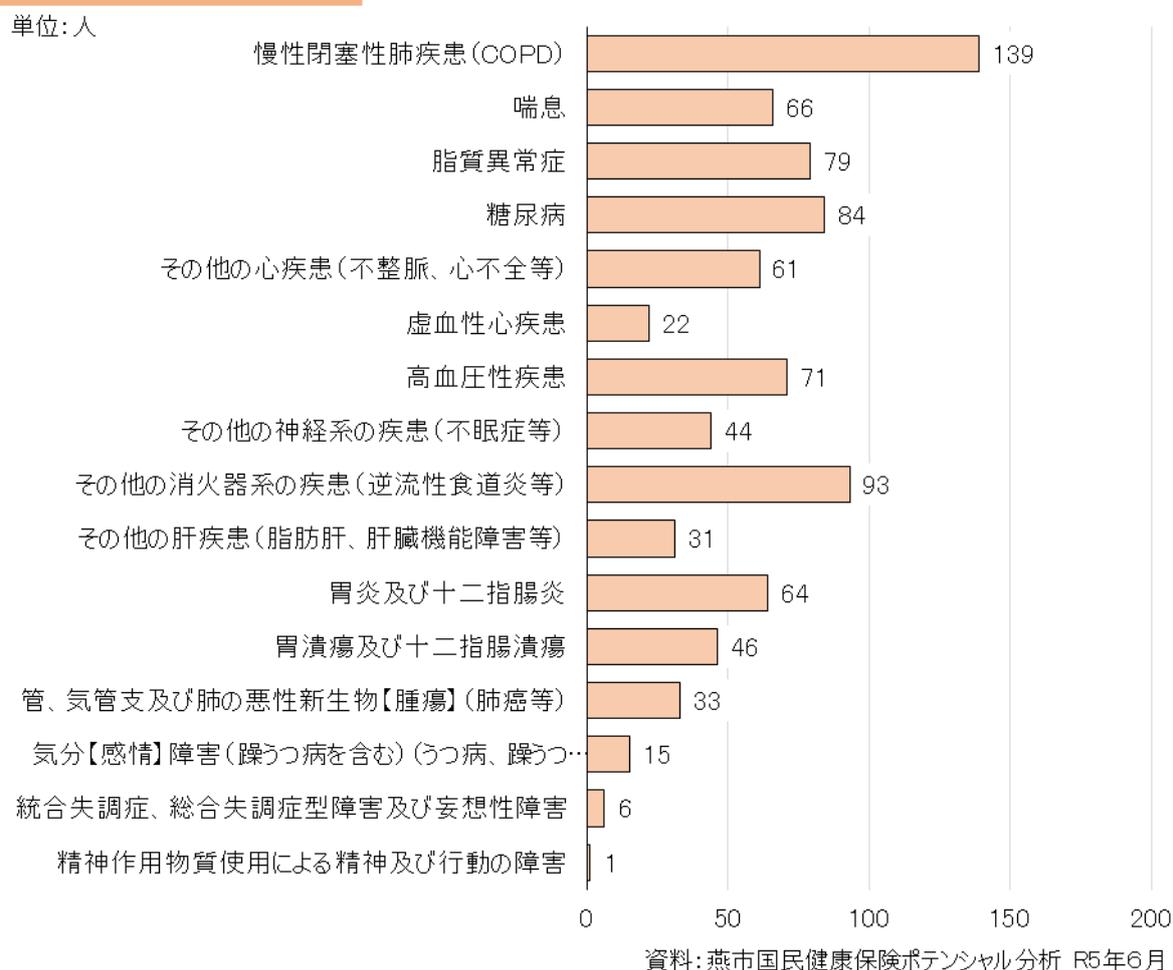
コラム
たばこと健康

作成中

(5) COPD 治療患者の併存疾病

- COPD 患者は消化器系の疾患のほか、高血圧・心疾患等の循環器系疾患や、糖尿病及び脂質異常等の生活習慣病を併存しています。

COPD患者の依存疾患



COPD (慢性閉塞性肺疾患)

“肺の生活習慣病”と呼ばれるCOPD (慢性閉塞性肺疾患) は、長期間にわたる喫煙によって引き起こされる肺の炎症性疾患のことで、咳・痰・息切れなどの症状から緩やかに呼吸障害が進行する病気です。かつて肺気腫、慢性気管支炎と称されていた疾患が含まれています。

その原因の90%はたばこの煙とされており、喫煙者の20%が発症すると言われています。女性は男性よりたばこの煙に対する感受性が高く、男女ともに発症のリスクが高くなっています。

また、禁煙による予防や薬等による治療が可能な疾患でありながら、その認知度の低さによって十分な治療が行われていないことが指摘されています。

4. 生活習慣病疾病別の状況

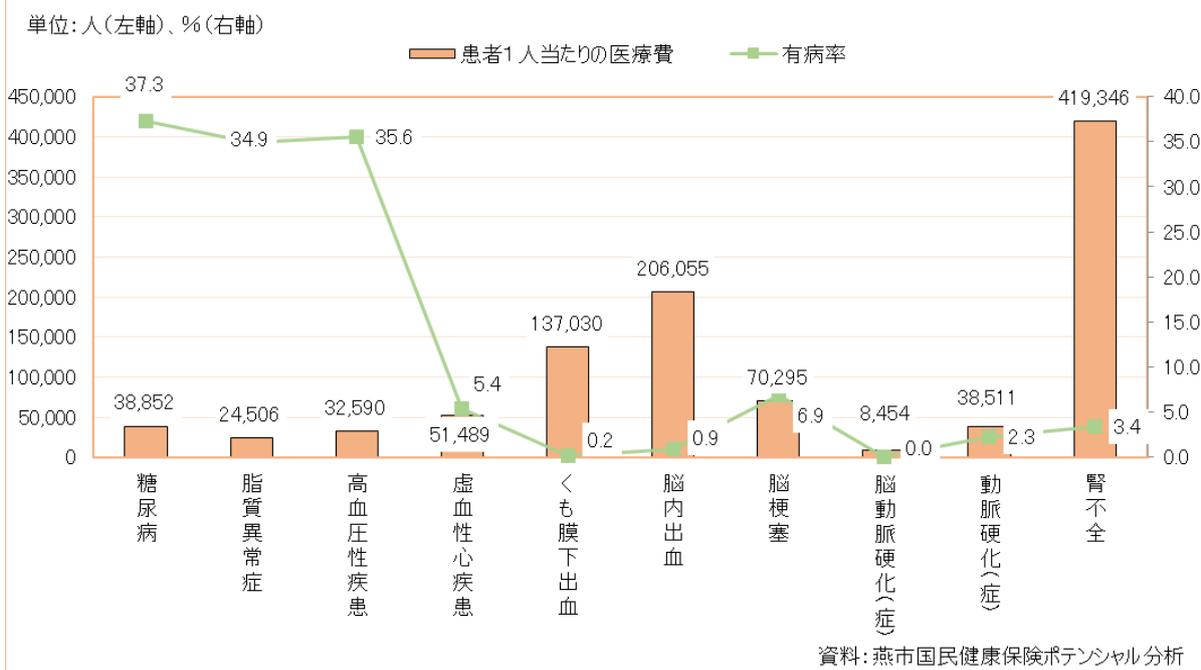
(1) 生活習慣病疾病別の医療費統計

- 燕市民全体の医療費を把握することは難しいため、燕市国民健康保険加入者の医療費の現状となっています。
- 糖尿病・腎不全の医療費が高額となっています。また、糖尿病においては、患者数も一番多い状況となっています。
- 患者一人当たりの医療費においては、腎不全が高額となっています。

被保険者数(人)※ 16,437

疾病分類(中分類)	医療費(円)	構成比(%)	順位	患者数(人)	有病率(%)	順位	患者一人当たりの医療費(円)	順位
0402 糖尿病	237,929,725	24.3%	1	6,124	37.3%	1	38,852	6
0403 脂質異常症	140,589,850	14.4%	4	5,737	34.9%	3	24,506	9
0901 高血圧性疾患	190,648,912	19.5%	3	5,850	35.6%	2	32,590	8
0902 虚血性心疾患	45,309,939	4.6%	6	880	5.4%	5	51,489	5
0904 くも膜下出血	4,384,962	0.4%	9	32	0.2%	9	137,030	3
0905 脳内出血	30,496,126	3.1%	7	148	0.9%	8	206,055	2
0906 脳梗塞	80,136,088	8.2%	5	1,140	6.9%	4	70,295	4
0907 脳動脈硬化(症)	50,724	0.0%	10	6	0.0%	10	8,454	10
0909 動脈硬化(症)	14,441,521	1.5%	8	375	2.3%	7	38,511	7
1402 腎不全	235,252,872	24.0%	2	561	3.4%	6	419,346	1
合計	979,240,720			8,639	52.6%		113,351	

生活習慣病疾病別 患者1人当たりの医療費と有病率



データ化範囲(分析対象):入院(DPCを含む)、入院外、調剤の電子レセプト、対象診療年月は令和4年3月～令和5年2月診療分(12カ月分)

年齢範囲:年齢基準日時点の年齢を0歳～99歳の範囲で分析対象としている。

年齢基準日:令和5年2月28日時点

※被保険者数:分析期間中にも資格があれば集計対象としている。

※医療費:各月、1日でも資格があれば分析対象としている。

※患者数:各月、1日資格があれば分析対象としている。

※有病率:被保険者数に占める患者数の割合

生活習慣病:厚生労働省「特定健診等実施計画作成の手引き(第3版)」には、生活習慣病の明確な定義が記載されていないため、「特定健康查等実施計画作成の手引き(第2版)」に記載された疾病中分類を生活習慣病の疾病項目としている。

株式会社データホライゾン 医療費分解技術を用いて疾病毎に点数をグルーピングし算出

起因別人工透析患者数(国民健康保険レセプト情報分析より)

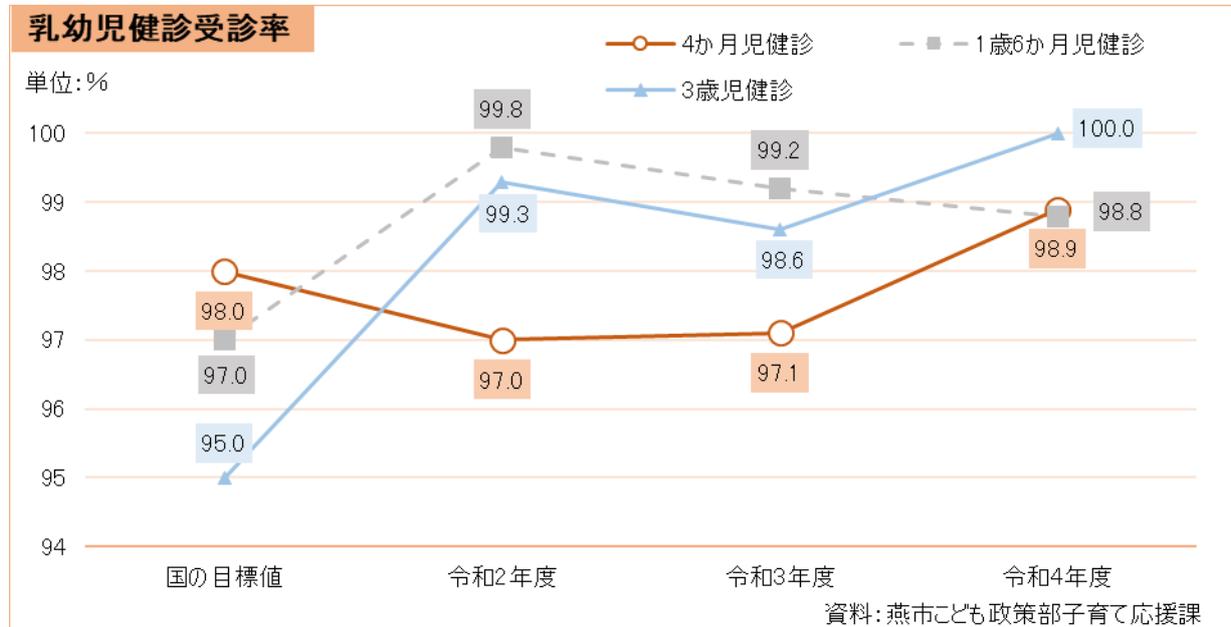
- 透析患者数は、年々増加傾向にあり、令和4年においては70人となっています。人工透析に至った起因として、Ⅱ型糖尿病の方が約6割を占めています。

人工透析に至った起因	R元年度	R2年度	R3年度	R4年度
糖尿病性腎症 I型糖尿病	0人	0人	0人	1人
糖尿病性腎症 II型糖尿病	37人	36人	36人	44人
糸球体腎炎 IgA腎症	2人	2人	2人	1人
糸球体腎炎 その他	5人	5人	6人	6人
腎硬化症 本態性高血圧	1人	1人	2人	3人
腎硬化症 その他	0人	0人	0人	0人
痛風腎	0人	0人	0人	0人
起因が特定できない患者	17人	17人	19人	15人
透析患者合計	62人	61人	65人	70人
(被保険者数に対する割合)	(0.40%)	(0.40%)	(0.44%)	(0.50%)

5. 母子保健の状況

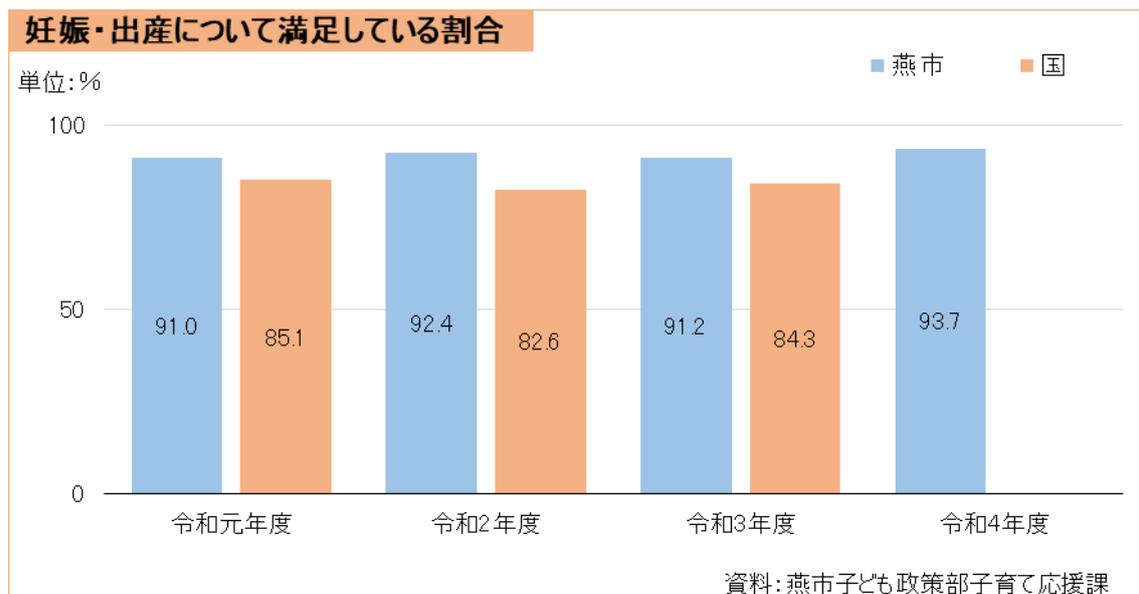
(1) 乳幼児健診受診率

- 乳幼児健診の受診率については、どの健診も95%以上を維持しています。



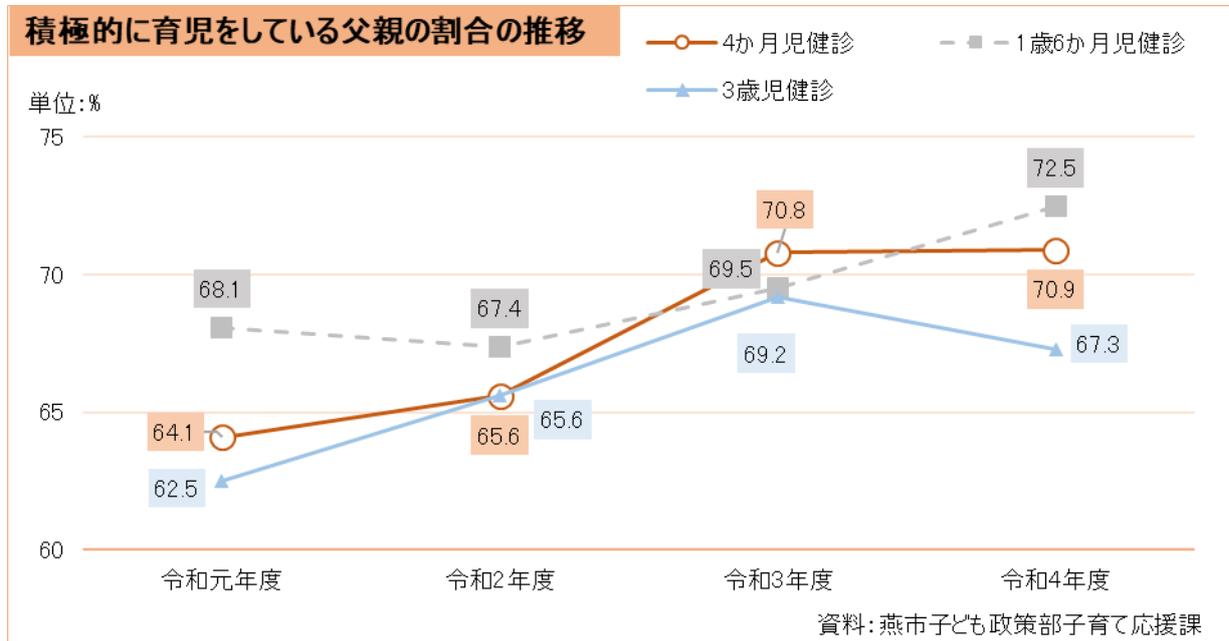
(2) 妊娠・出産について満足している割合

- 妊娠・出産について満足している割合については、概ね同様の割合で推移しています。



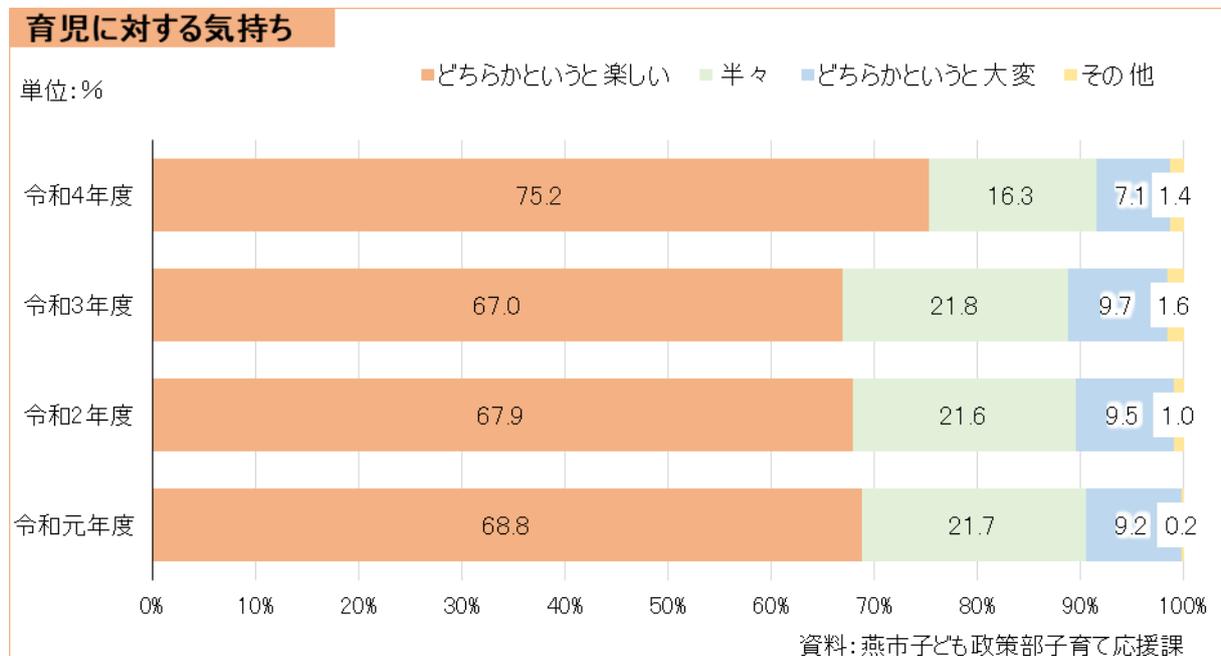
(3) 積極的に育児をしている父親の割合

- 積極的に育児をしている父親の割合については、4か月児健診、1歳6か月児健診は増加傾向にある一方で、3歳児健診は令和3年度までは増加していましたが、令和4年度には減少に転じています。



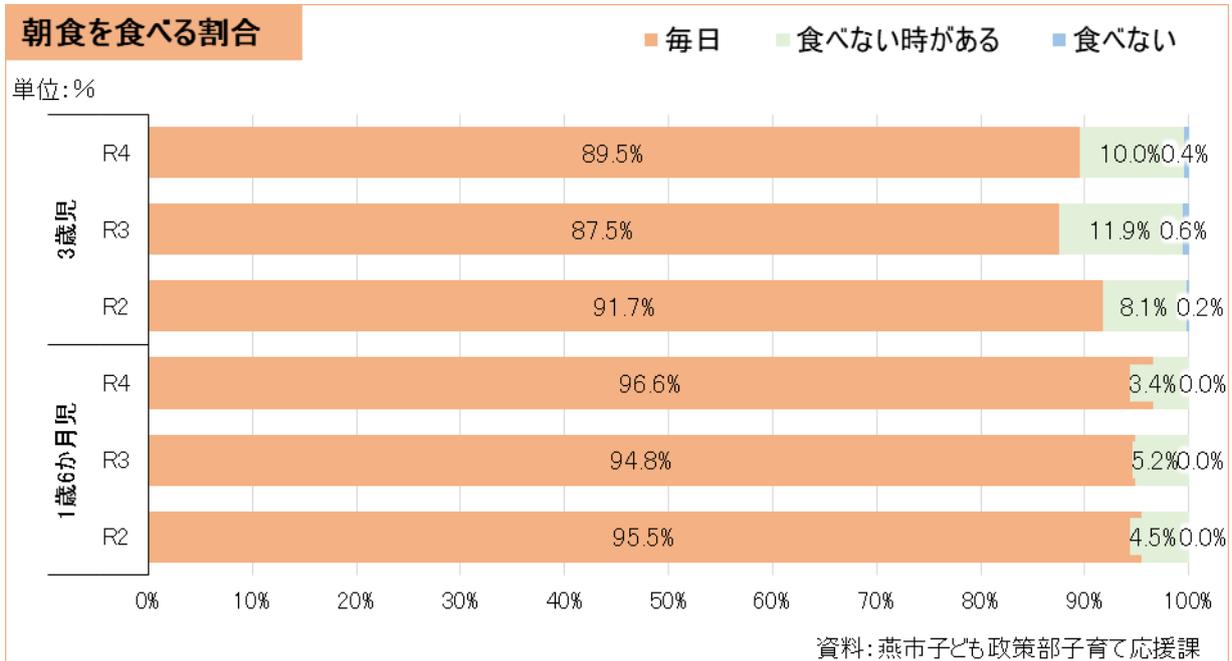
(4) 育児に対する気持ちの割合

- 育児に対する気持ちの割合については、令和4年度「どちらかという楽しい」が増加しています。



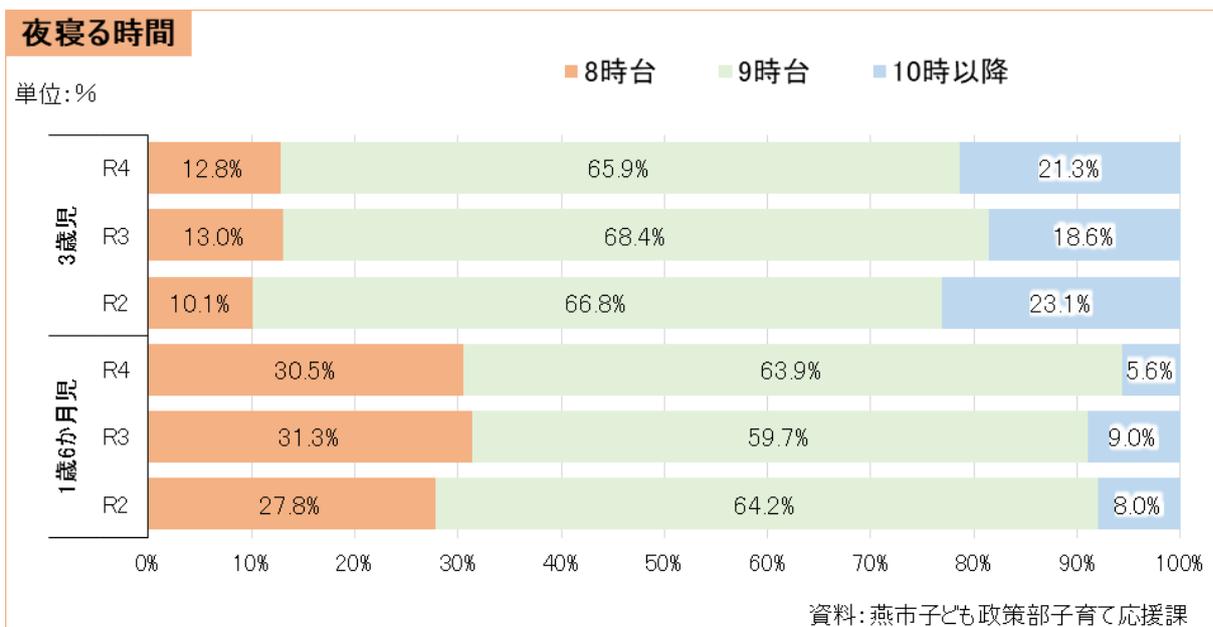
(5) 朝食を食べる割合

- 朝食を食べる割合については、1歳6か月児及び3歳児のどちらも「毎日」が最も高くなっています。また、3歳児で令和3年度以降、「食べない時がある」が約10%程度まで増加しています。



(6) 夜寝る時間

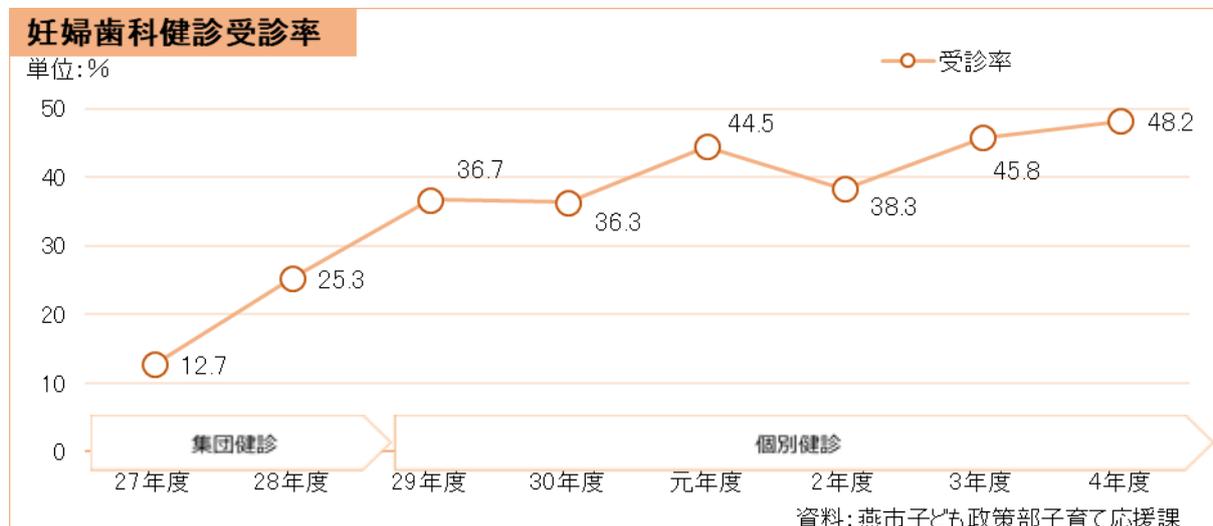
- 夜寝る時間の割合については、1歳6か月児及び3歳児のどちらも「9時台」が最も高くなっています。また、年齢が高くなるにつれて、就寝時間が遅くなっています。



6. 歯科保健の状況

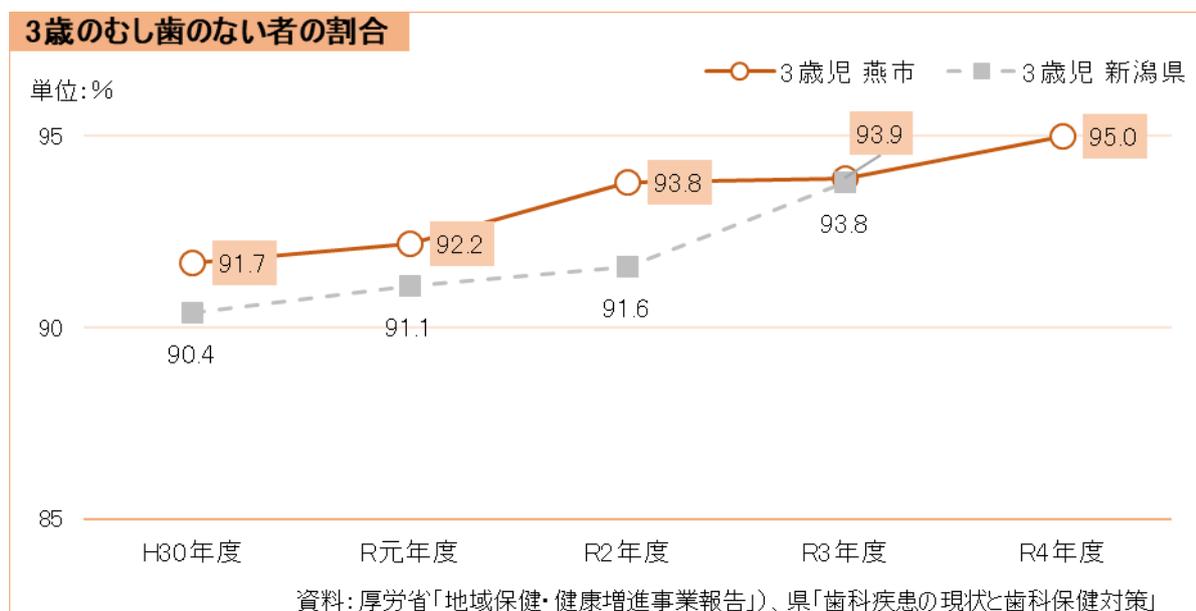
(1) 妊婦歯科健診受診率

- 妊婦歯科健診の受診率については、増加傾向となっています。

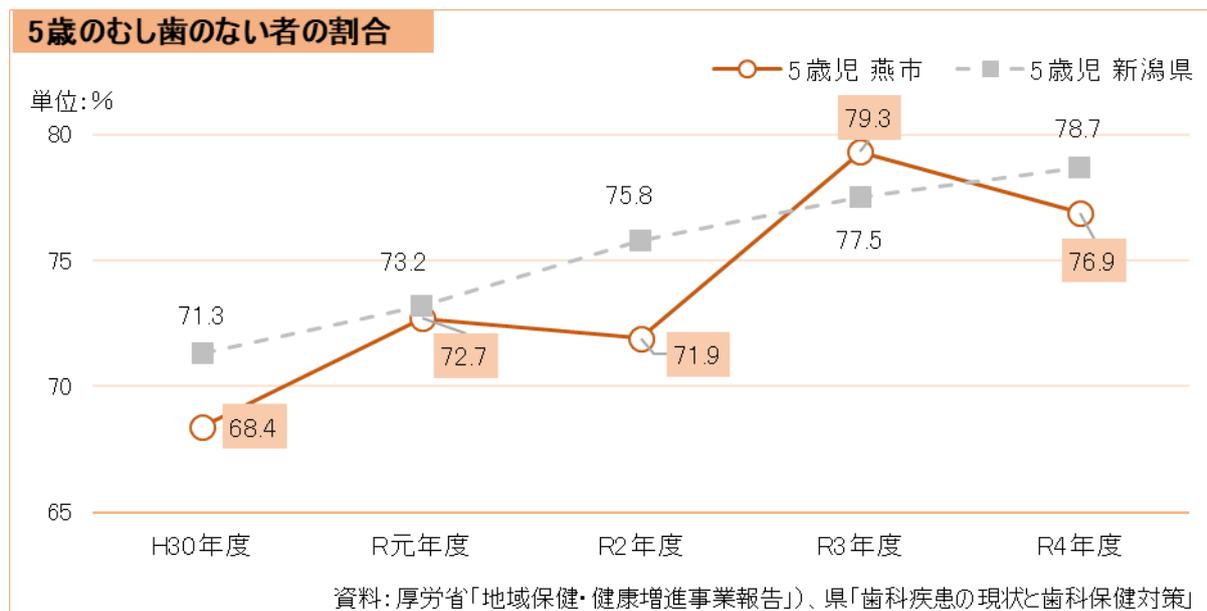


(2) 3歳5歳12歳のむし歯のない者の割合

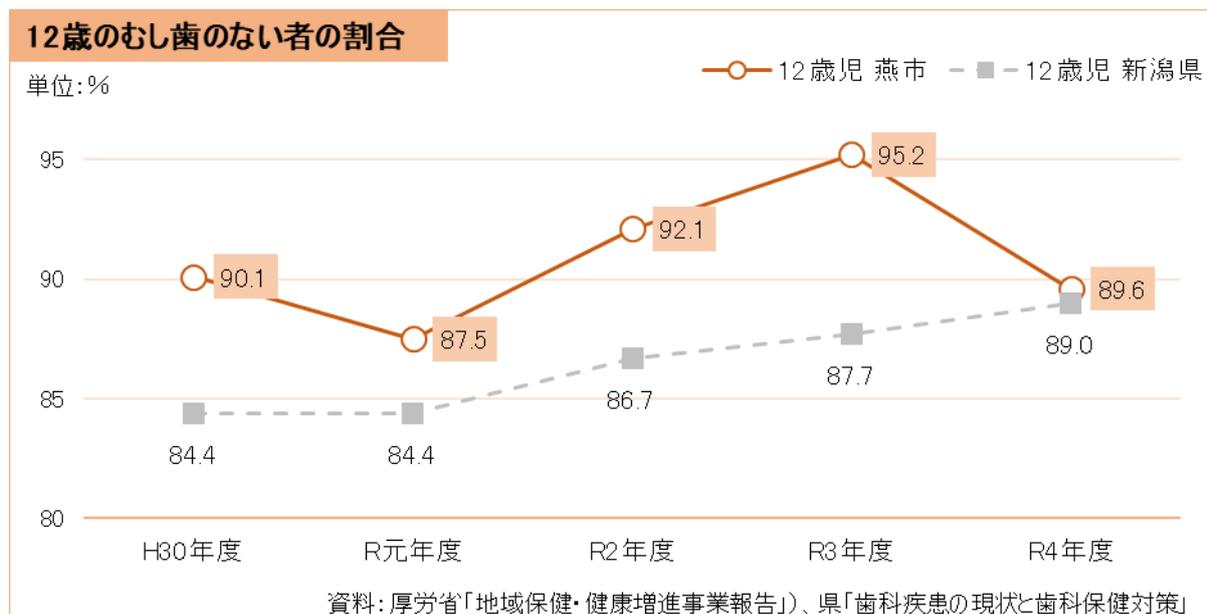
- むし歯のない者の割合(3歳児)については、増加傾向となっており、令和2年度までは県よりも高くなっています。



- むし歯のない者の割合(5歳児)については、令和3年度まで増加傾向となっていますが、令和4年度には減少に転じています。

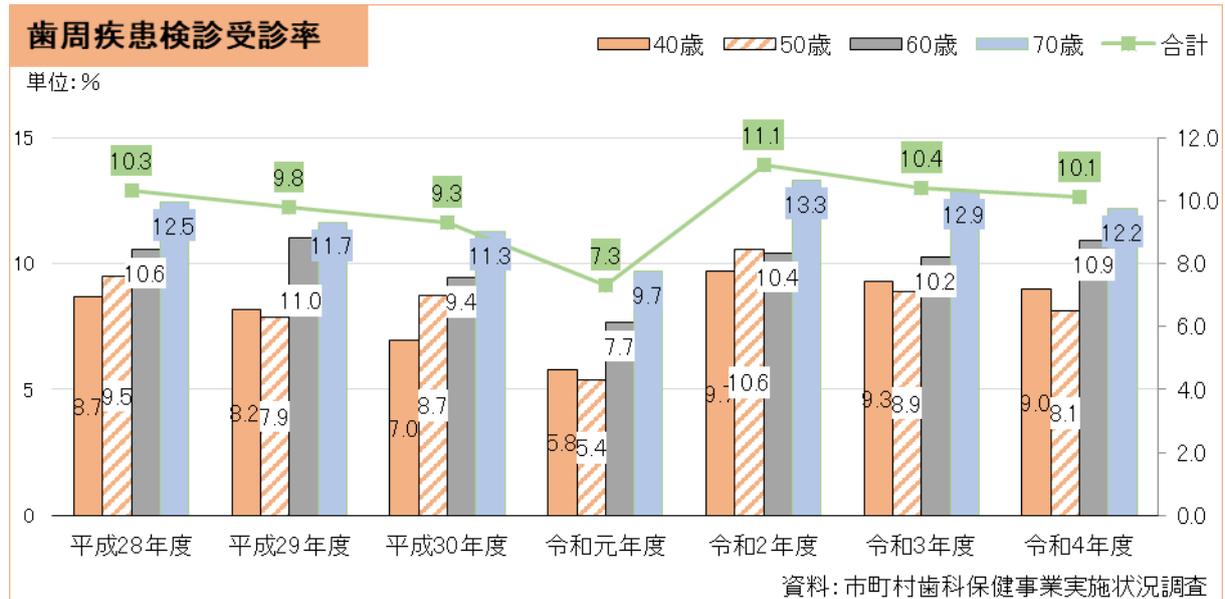


- むし歯のない者の割合(12歳児)については、令和3年度まで増加傾向となっていますが、令和4年度には減少に転じています。



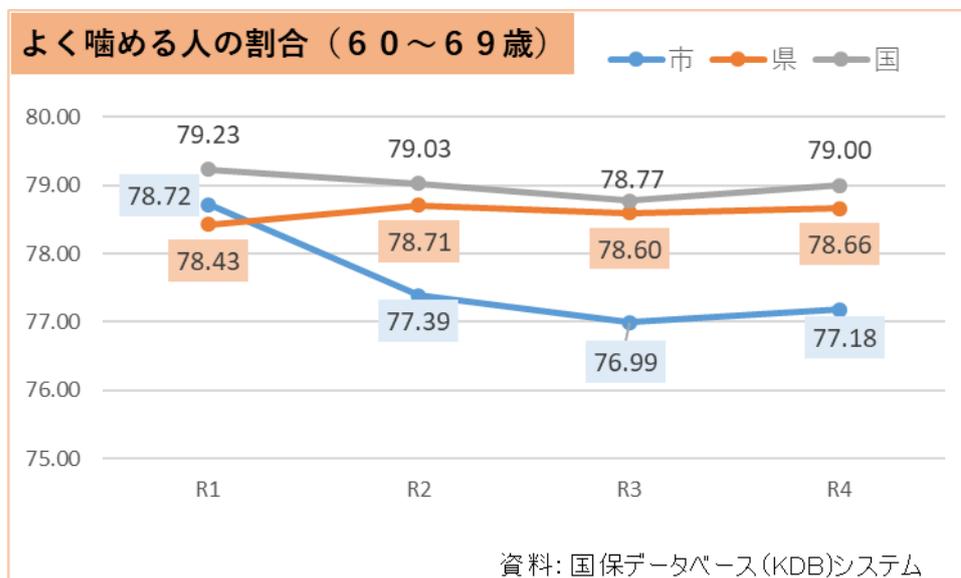
(3) 歯周疾患健診受診率

- 受診率は年齢が上がるにつれて高くなっています。



(4) よく噛める人の割合

- 市は国・県に比べ、よく噛める人の割合が低いです。

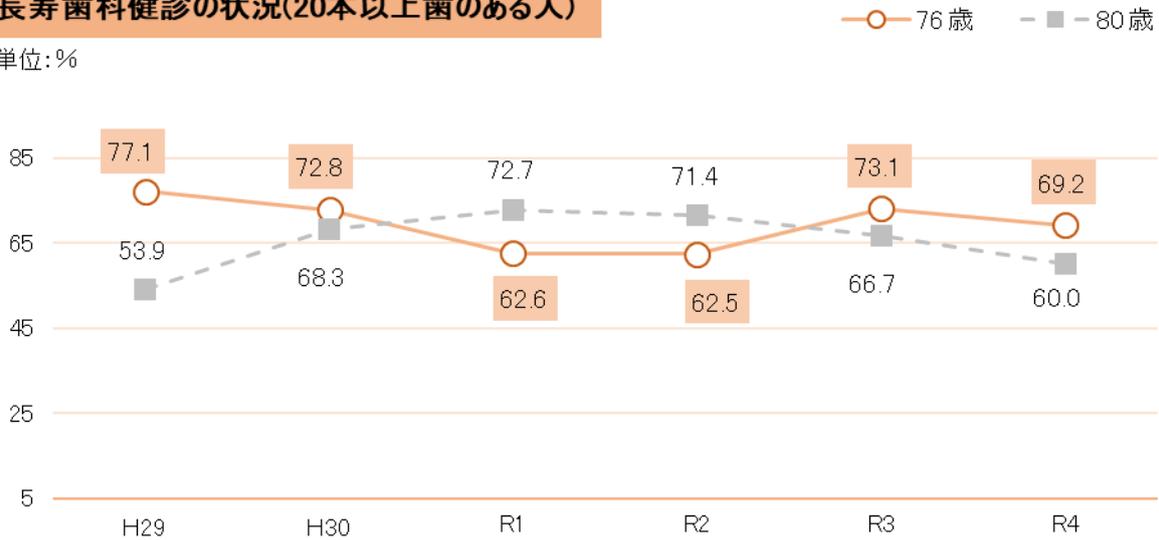


(5) 長寿歯科健診における 20 本以上歯のある人の割合

- 長寿歯科健診において、76 歳、80 歳で 20 本以上自分の歯を有する人は、7 割程度で維持しています。

長寿歯科健診の状況(20本以上歯のある人)

単位: %



資料: 市町村歯科保健事業実施状況調査

コラム
8020運動とは

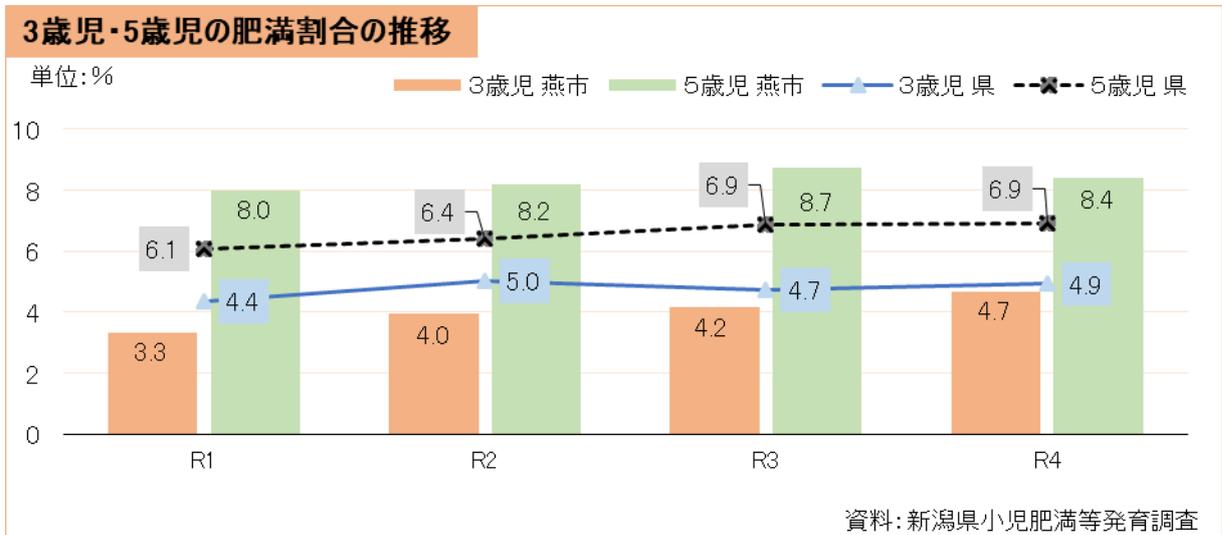
作成中

コラム
むし歯を予防するために

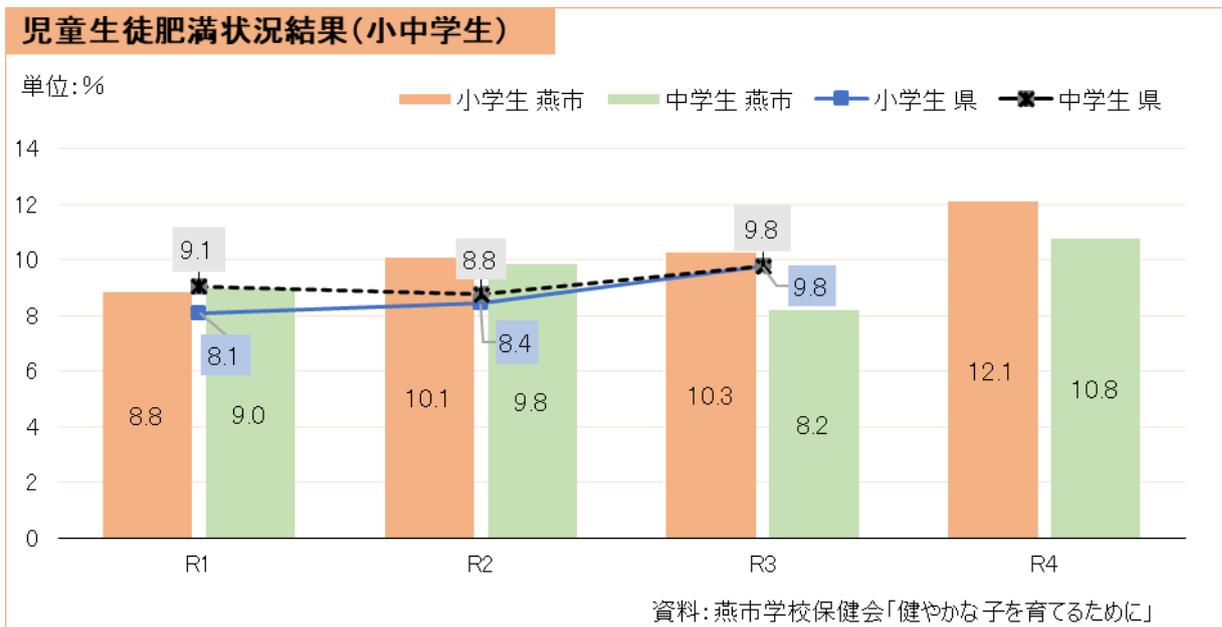
作成中

7. 食育関連

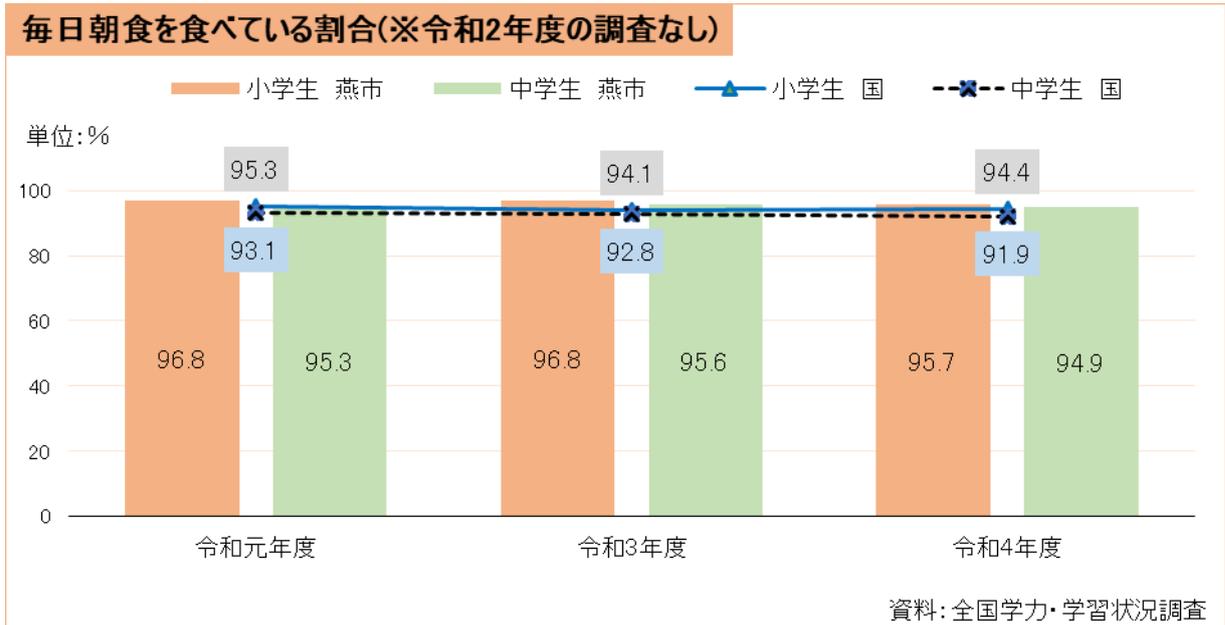
- 5歳児の肥満割合が、県よりも高くなっています。



- 児童生徒肥満状況結果については、横ばいで推移しており、国及び県と概ね同様の割合となっています。



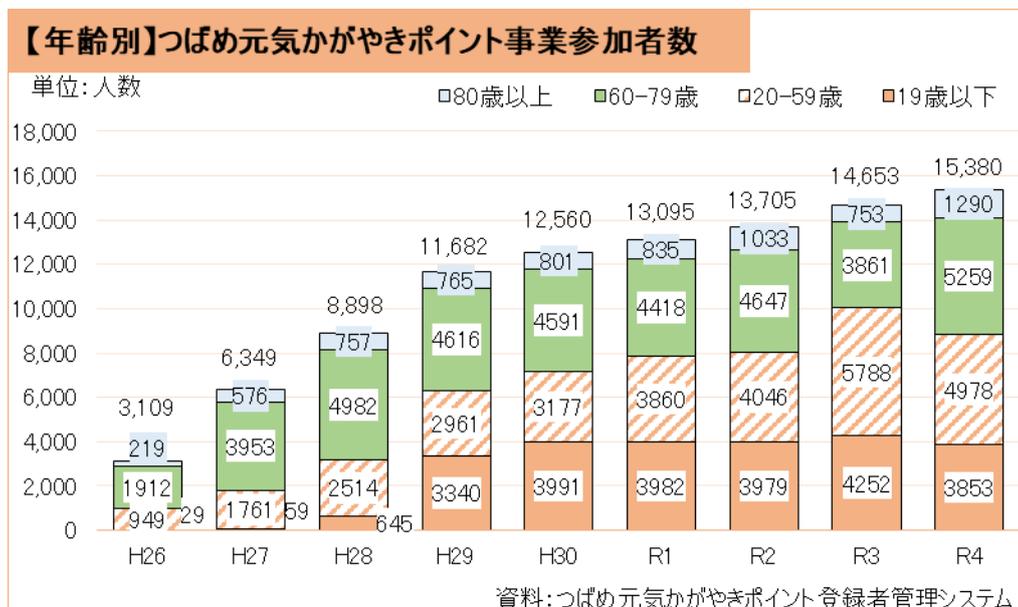
- 毎日朝食を食べている割合については、9割台で推移しており、国と概ね同様の割合となっています。



8. 事業・団体等の活動状況

(1) 「つばめ元気かがやきポイント事業」について

- 年齢別については、令和4年時点で 60～79 歳が最も多くなっています。また、こども手帳の導入により 19 歳以下が増加傾向にあり、平成 29 年以降 3,000 人を超えて推移しています。



- ※H27: ウェブ導入
- ※H28: こども手帳導入
- ※R2: ウェブ: 休止
- ※R3: 県「にいがたヘルス&スポーツマイレージ事業」と連携

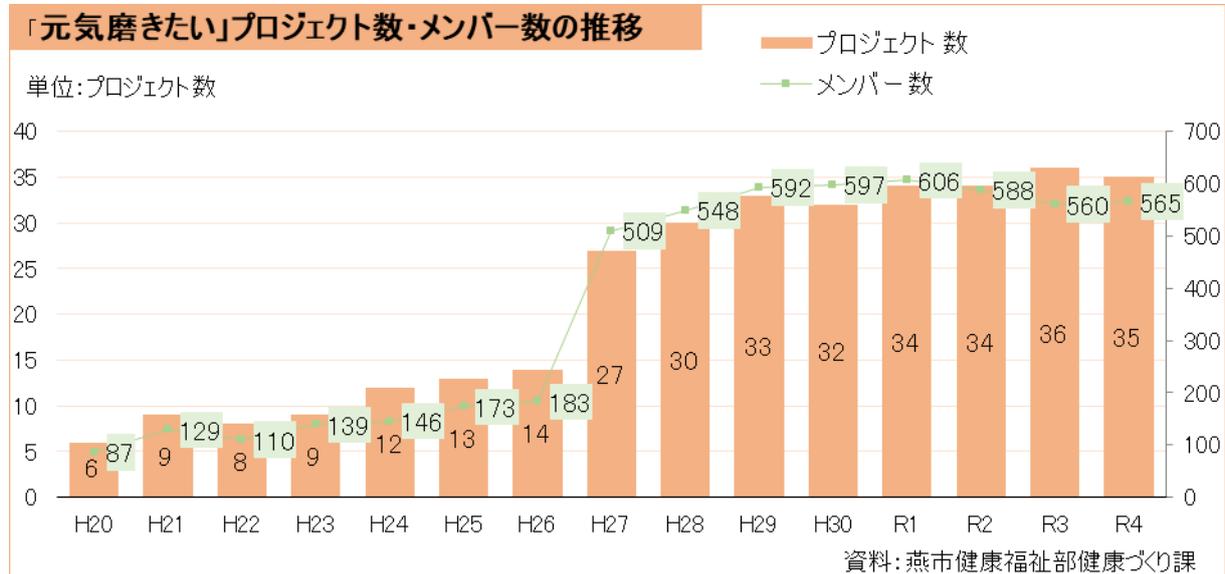
コラム

つばめ元気かがやきポイント事業とは

作成中

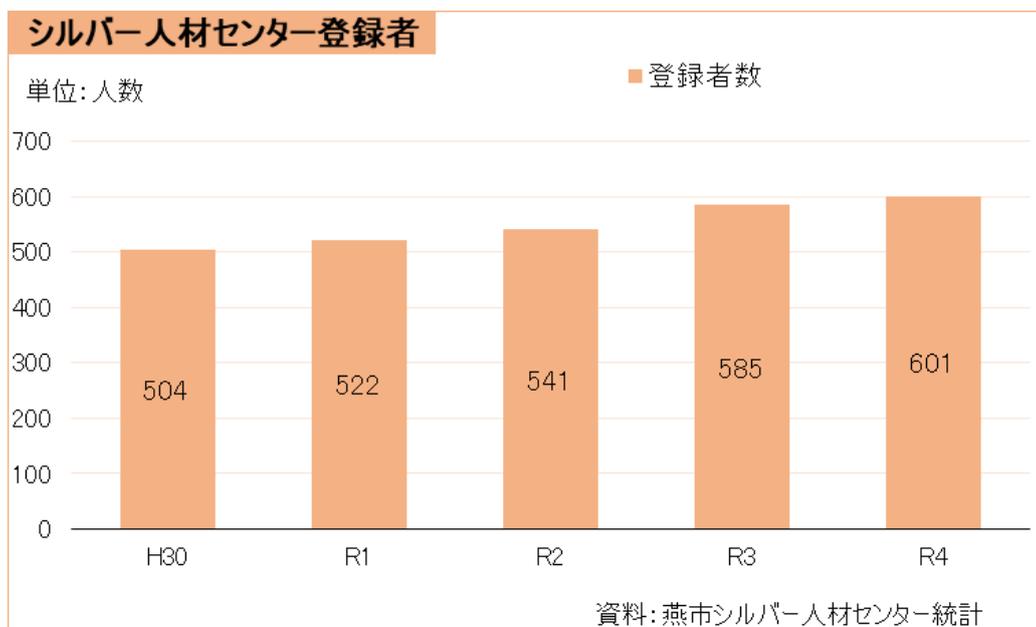
(2) 「元気磨きたい」について

- 「元気磨きたい」の状況については、プロジェクト数とメンバー数どちらも平成27年以降、運動自主グループを登録プロジェクトとしたことで大幅に増加しており、翌年の平成28年以降はプロジェクト数は30件以上、メンバー数は500以上で推移しています。



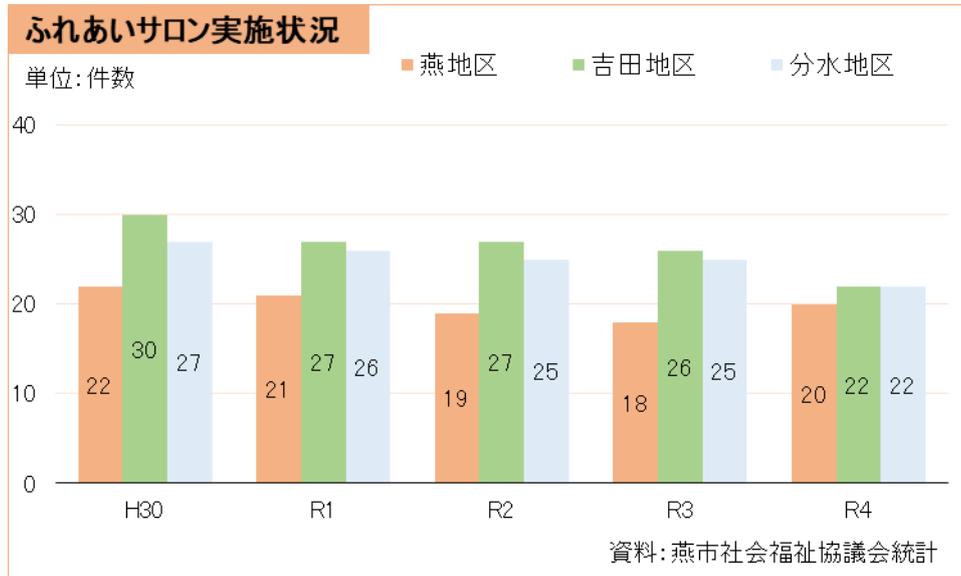
(3) 「シルバー人材センター登録者」について

- 「シルバー人材センター登録者」については、平成30年から令和4年にかけて増加傾向で推移しており、令和4年には600人台まで増加しています。

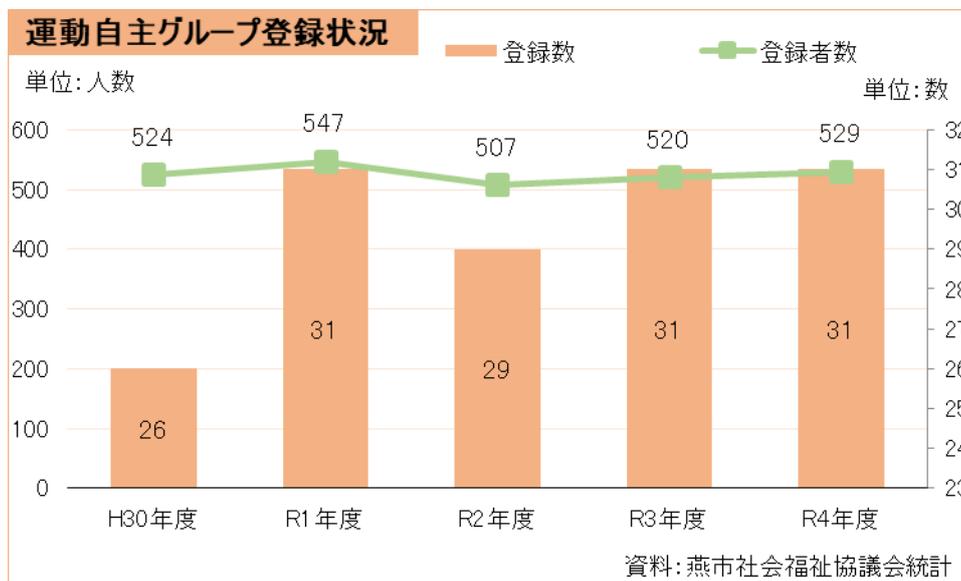


(4) 社会福祉協議会事業

- ふれあいサロンの実施状況については、どの地区も概ね 20 件前後で推移しています。



- 運動自主グループの実施状況については、登録者数は 500 人台で推移しており、登録件数は 30 件前後となっています。



コラム
生き生き元気に過ごすために

作成中

9. 後期高齢者健診等の状況

(1) 健康状態について

- 健康状態について、令和2年度から令和4年度にかけて概ね同様の傾向で推移しており、「ふつう」が最も高く、次いで「よい」が高くなっています。

単位：割合（％）		よい	まあよい	ふつう	あまりよくない	よくない
燕市	R4年度	21.8	16.7	52.0	8.6	0.8
	R3年度	25.3	16.6	49.8	7.5	0.8
	R2年度	24.3	16.6	49.3	9.1	0.7
新潟県	R4年度	26.3	15.8	48.1	8.9	1.0
	R3年度	26.3	15.3	48.3	8.6	0.9
	R2年度	25.7	16.1	48.1	9.2	1.0
全国	R4年度	24.1	17.7	48.2	8.9	1.1
	R3年度	24.5	17.3	48.3	8.8	1.1
	R2年度	24.2	17.3	48.0	9.2	1.2

(2) 心の健康状態について

- 心の健康状態について、令和2年度から令和4年度にかけて「毎日の生活に満足」と「毎日の生活にやや満足」が約40%程度で推移しており、「毎日の生活にやや不満」と「毎日の生活に不満」よりも高くなっています。

単位：割合（％）		毎日の生活に満足	毎日の生活にやや満足	毎日の生活にやや不満	毎日の生活に不満
燕市	R4年度	44.8	47.0	7.4	0.8
	R3年度	45.2	47.6	6.2	1.0
	R2年度	43.4	47.3	8.3	1.0
新潟県	R4年度	51.8	40.9	6.5	0.9
	R3年度	52.9	39.9	6.4	0.8
	R2年度	53.4	39.2	6.5	0.9
全国	R4年度	47.5	43.7	7.7	1.1
	R3年度	47.8	43.1	7.9	1.2
	R2年度	48.2	42.5	8.0	1.2

(3) 食習慣、口腔機能、体重変化について

- 食習慣について、令和2年度から令和4年度にかけて「1日3食きちんと食べる」が約95%程度で推移しています。
- 口腔機能について、「お茶や汁物等でむせる」よりも「半年前に比べて固いものが食べにくい」の割合が高くなっています。また、「お茶や汁物等でむせる」よりも「半年前に比べて固いものが食べにくい」の割合が国・県よりも高くなっています。
- 体重変化については、令和2年度から令和4年度にかけて「6か月で2～3kg以上の体重減少」の割合が約8～10%で推移しています。

単位：割合（%）		食習慣	口腔機能		体重変化
		1日3食きちんと食べる	半年前に比べて固いものが食べにくい	お茶や汁物等でむせる	6か月で2～3kg以上の体重減少
燕市	R4年度	96.6	30.3	21.7	8.8
	R3年度	96.0	29.4	18.9	10.2
	R2年度	95.8	30.1	18.9	8.7
新潟県	R4年度	96.1	27.6	20.1	9.9
	R3年度	96.2	27.8	19.7	10.0
	R2年度	96.4	27.1	19.3	10.6
全国	R4年度	94.6	27.8	20.9	11.7
	R3年度	94.8	28.4	20.7	11.6
	R2年度	95.0	28.5	20.6	12.2

(4) 運動・転倒、認知機能について

- 運動・転倒については、「以前に比べて歩く速度が遅い」と「ウォーキング等の運動を週に1回以上」の割合が「この1年間に転んだ」よりも高くなっています。
- 認知機能については、「同じことを聞くなどの物忘れあり」よりも「今日の日付がわからない時あり」の割合が高くなっています。

単位：割合（%）		運動・転倒			認知機能	
		以前に比べて歩く速度が遅い	この1年間に転んだ	ウォーキング等の運動を週に1回以上	同じことを聞くなどの物忘れあり	今日の日付がわからない時あり
燕市	R4年度	55.0	15.4	54.1	17.3	20.5
	R3年度	53.0	16.6	53.5	16.6	22.2
	R2年度	49.0	13.5	57.4	15.4	23.5
新潟県	R4年度	59.4	17.2	54.4	16.6	23.6
	R3年度	60.1	17.0	53.2	16.9	23.9
	R2年度	59.0	17.2	53.5	16.9	23.8
全国	R4年度	59.1	18.1	62.8	16.2	24.8
	R3年度	59.7	18.0	62.1	16.7	25.3
	R2年度	59.0	18.6	61.0	16.8	25.4

(5) 喫煙について

- 喫煙については、「吸っていない」の割合が「吸っている」の割合よりも高くなっています。

単位：割合（％）		吸っている	吸っていない	やめた
燕市	R4年度	5.7	70.1	24.2
	R3年度	6.0	70.5	23.6
	R2年度	5.5	70.1	24.4
新潟県	R4年度	4.8	75.0	20.2
	R3年度	4.7	75.5	19.8
	R2年度	4.7	76.0	19.3
全国	R4年度	4.8	77.1	18.1
	R3年度	4.7	77.8	17.5
	R2年度	4.8	78.6	16.6

(6) 社会参加、ソーシャルサポートについて

- 社会参加については、「週に1回以上は外出」「家族や友人と付き合いがある」が令和2年度から令和4年度にかけて約9割程度で推移しています。
- ソーシャルサポートについては、「身近に相談できる人がいる」が令和2年度から令和4年度にかけて約9割程度で推移しています。

単位：割合（％）		社会参加		ソーシャルサポート
		週に1回以上は外出	家族や友人と付き合いがある	身近に相談できる人がいる
燕市	R4年度	93.5	95.7	96.1
	R3年度	91.8	94.2	94.0
	R2年度	94.1	94.5	94.0
新潟県	R4年度	91.8	95.1	95.9
	R3年度	90.5	94.8	95.7
	R2年度	90.4	94.8	95.4
全国	R4年度	90.6	94.4	95.1
	R3年度	89.0	93.8	94.9
	R2年度	88.6	93.9	94.6

(7) 服薬状況について

- 服薬状況については、令和4年度で「高血圧症」が最も高く、次いで「脂質異常症」、「糖尿病」となっています。
- また、1か月あたりの内服種類数は令和2年度から令和4年度にかけて同様の傾向で推移しています。

単位：割合（％）		高血圧症	糖尿病	脂質異常症	1か月あたりの内服種類数 ※単位：数
燕市	R4年度	61.7	15.0	39.5	3.5
	R3年度	60.8	13.6	41.2	3.5
	R2年度	59.9	12.5	39.9	3.3
新潟県	R4年度	62.4	12.8	40.2	3.4
	R3年度	62.7	12.0	40.0	3.4
	R2年度	62.4	11.5	39.4	3.4
全国	R4年度	63.8	14.7	44.3	3.8
	R3年度	63.8	13.9	44.4	3.8
	R2年度	63.6	13.4	43.6	3.9

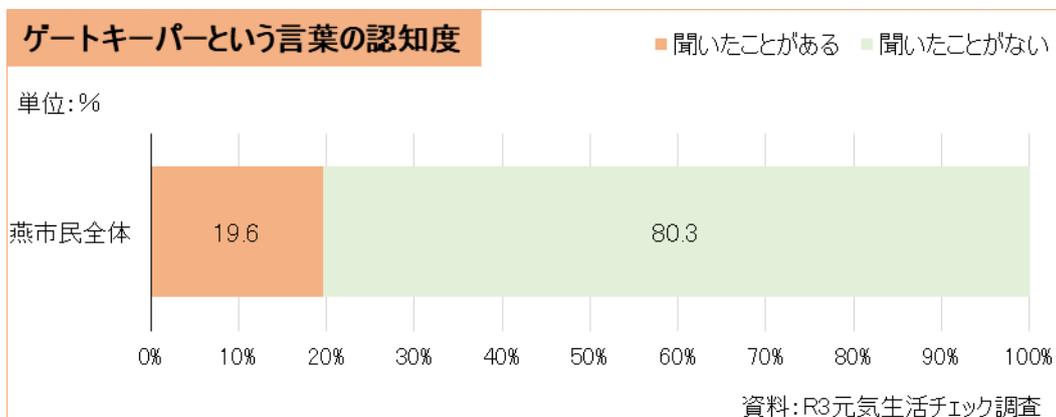
(8) 受診状況、睡眠薬の服薬について

- 受診状況については、令和4年度で「半年前の病院等受診」が最も高く、次いで「半年前の歯科受診」となっています。
- 睡眠薬の服薬については、令和4年度で22.1%となっており、令和2年度から令和4年度にかけて概ね同様の傾向で推移しています。

単位：割合（％）		受診状況			睡眠薬の服薬
		1か月あたりの受診医療機関数※単位：数	半年前の病院等受診	半年前の歯科受診	睡眠薬
燕市	R4年度	0.8	95.2	64.2	22.1
	R3年度	0.8	95.6	63.9	22.2
	R2年度	0.8	96.4	62.1	23.8
新潟県	R4年度	0.8	96.4	56.3	25.6
	R3年度	0.8	96.6	55.1	26.5
	R2年度	0.8	96.8	54.4	27.6
全国	R4年度	0.8	96.9	54.4	25.6
	R3年度	0.8	96.8	52.0	26.4
	R2年度	0.8	96.9	49.8	27.2

10. 自殺対策関連

- ゲートキーパーという言葉の認知度については、「聞いたことがない」が「聞いたことがある」を上回っています。



ゲートキーパーとは

自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応（悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る）ができる人のことです。

行政や関係機関、民生委員や家族・同僚、友人といった様々な立場の人たちがゲートキーパーの役割を担うことが期待されており、特別な資格はありません。

1.1. 人生100年時代の健康サポート事業実施状況

- 介護(要支援)認定者有病状況については、75歳以上(第1号被保険者)で「脳疾患」「精神疾患」「筋・骨格」が他の被保険者よりも高くなっています。
- また、「がん」が他と比較して割合が低くなっています。

病名出現回数(燕市)

順位	支援1	支援2	介護1	介護2	介護3	介護4	介護5
1	骨折	骨折	アルツハイマー病	アルツハイマー病	脳梗塞	その他の悪性新生物	脳梗塞
2	その他の心疾患	高血圧性疾患	脳梗塞	その他の呼吸器系の疾患	その他の心疾患	脳梗塞	その他の呼吸器系の疾患
3	脳梗塞	脊椎障害(脊椎症を含む)	その他の心疾患	その他の悪性新生物	腎不全	脳内出血	その他の精神および行動の障害
4	アルツハイマー病	その他の心疾患	高血圧性疾患	骨の密度及び構造の障害	アルツハイマー病	骨の密度及び構造の障害	血管性及び詳細不明の認知度
5	その他の眼及び付属器の疾患	関節症	骨折	腎不全	その他の呼吸器系の疾患	骨折	脳内出血
6	糖尿病	その他の消化器系の疾患	糖尿病	その他の心疾患	肺炎	その他の呼吸器系の疾患	その他の心疾患
7	関節症	骨の密度及び構造の障害	その他の消化器系の疾患	脊椎障害(脊椎症を含む)	その他の悪性新生物	その他損傷及びその他外因の影響	肺炎
8	その他の神経系の疾患	その他の腎尿路系の疾患	脊椎障害(脊椎症を含む)	骨折	その他の筋骨格系及び結合組織の疾患	その他の心疾患	くも膜下出血
9	高血圧性疾患	アルツハイマー病	その他の悪性新生物	肺炎	骨折	その他の筋骨格系及び結合組織の疾患	腎不全
10	その他の消化器系の疾患	その他の神経系の疾患	その他の筋骨格系及び結合組織の疾患	その他の消化器系の疾患	その他の腎尿路系の疾患	高血圧性疾患	ウイルス肝炎

集計について：

- 要介護認定月を含め前3か月間に発生した医療(レセプト)を集計
- 平成29年3月～30年2月に認定を受けた人で、最も医療資源が投入された病名に加え、対象者それぞれで金額の大きな病名を絞り込んだ。

現在の要介護度別にみた介護が必要となった主な原因(上位3位)

(単位：%)

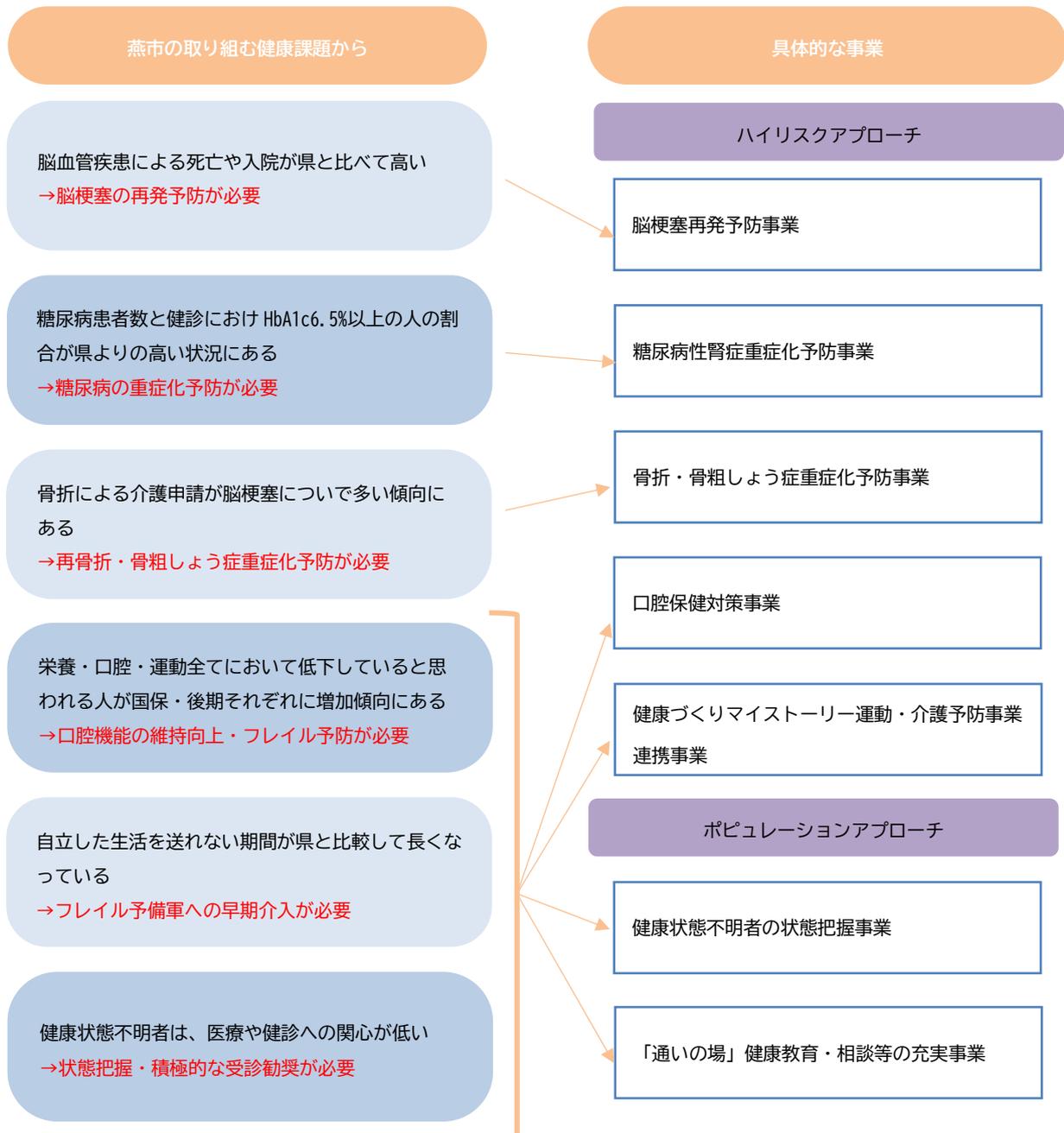
2019(令和元)年

現在の要介護度	第1位	第2位	第3位
総数	認知症 17.6	脳血管疾患(脳卒中) 16.1	高齢による衰弱 12.8
要支援者	関節疾患 18.9	高齢による衰弱 16.1	骨折・転倒 14.2
要支援1	関節疾患 20.3	高齢による衰弱 17.9	骨折・転倒 13.5
要支援2	関節疾患 17.5	骨折・転倒 14.9	高齢による衰弱 14.4
要介護者	認知症 24.3	脳血管疾患(脳卒中) 19.2	骨折・転倒 12.0
要介護1	認知症 29.8	脳血管疾患(脳卒中) 14.5	高齢による衰弱 13.7
要介護2	認知症 18.7	脳血管疾患(脳卒中) 17.8	骨折・転倒 13.5
要介護3	認知症 27.0	脳血管疾患(脳卒中) 24.1	骨折・転倒 12.1
要介護4	脳血管疾患(脳卒中) 23.6	認知症 20.2	骨折・転倒 15.1
要介護5	脳血管疾患(脳卒中) 24.7	認知症 24.0	高齢による衰弱 8.9

注：「現在の介護度」とは、2019(令和元)年6月の要介護度をいう。

資料：国保連合会資料

後期高齢者の自立した生活を実現し健康寿命の延伸を図っていくために、生活習慣病等の重症化を予防する取り組みと生活機能の低下を防止する取り組みの双方を一体的に実施します。



第3章

前計画の評価

1. 計画の評価

(1) 各種計画の評価

①健康増進計画の評価

第3次健康増進計画目標達成率の評価

評価	説明	評価の基準 目標値達成率	全体	基本目標1 健康寿命の延伸を 目指し、健康を意識 した生活習慣を身に つける 【40項目中(割合)】	基本目標2 こころの健康に向き 合い、自分らしくゆと りのある生活を送る 【10項目中(割合)】	基本目標3 生きがいや活躍の場 を持ちながら、一人ひ とりが輝いて生きる 【16項目中(割合)】
A	十分達成している	100%	3項目 (100%)	7項目 (17.5%)	3項目 (30.0%)	1項目 (6.3%)
B	概ね達成されている	80%~100% 未満	-	1項目 (2.5%)	-	-
C	未達成だが基準値 より改善した	80%未満	-	11項目 (27.5%)	1項目 (10.0%)	2項目 (12.5%)
D	達成に向け、 改善を要求する	3次計画策定時 の基準値以下	-	19項目 (47.5%)	6項目 (60.0%)	13項目 (81.3%)
E	把握方法が異なる ため、評価が困難	-	-	2項目 (5.0%)	-	-

※R4 実績値がない項目は R3 実績値で評価した

②食育推進計画の評価

目標達成率の評価の基準

評価	説明	評価の基準 目標値達成率	個数 【29項目中(割合)】
A	十分達成している	100%	4項目(13.8%)
B	概ね達成されている	80%~100% 未満	3項目(10.3%)
C	未達成だが基準値 より改善した	80%未満	14項目(48.3%)
D	達成に向け、 改善を要求する	2次計画策定時 の基準値以下	5項目(17.2%)
E	把握方法が異なる ため、評価が困難	-	3項目(10.3%)

③歯科保健計画の評価

歯科保健計画の目標達成率の評価の基準

評価	説明	評価の基準 目標値達成率	全体 【21 項目中(割合)】
A	十分達成している	100%	12 項目 (57.1%)
B	概ね達成されている	80%~100% 未満	5 項目 (23.8%)
C	未達成だが基準値 より改善した	80%未満	-
D	達成に向け、 改善を要求する	計画策定時の 基準値以下	3 項目 (14.3%)
E	把握方法が異なる ため、評価が困難	-	1 項目 (4.8%)

(2) 全体の評価

全体の指標の目標達成の評価

	基準値 (H28 年度)	目標値・ 期待値 (R4 年度)	実績値 (R4 年度)	評価
65 歳健康寿命【男性】	82.6 歳	延ばす	83.6 歳 (R3)	A
65 歳健康寿命【女性】	85.3 歳	延ばす	85.8 歳 (R3)	A
第1号被保険者に占める要介護(要支援)認定者の割合(認定率%)	18.0%	19.0%	18.1%	A

※65 歳健康寿命は小規模人口市町村でも算出可能な東京保健所長会方式による算出
 全体の評価指標である健康寿命については、男女ともに増加しており、目標を達成しています。
 また、第1号被保険者に占める要介護(要支援)認定者の割合についても目標を達成しています。

(3) 個別施策の評価

【病気予防対策】

基本目標1 健康寿命の延伸を目指し、健康を意識した生活習慣を身につける

栄養・食生活

【これまでの取組】

- 市の現状や健康課題に対する取組及び食育情報を掲載した「つばめ食育だより」を毎月作成し、多くの市民に向けて掲示・配信し、食と健康に関わる情報発信の拡大に努めてきました。
- 子どもの時からの肥満対策として乳幼児健診での栄養指導、新潟県小児肥満等発育調査の継続実施、成人では特定保健指導や食事相談会を行い、肥満予防の取組を進めてきました。
- 栄養バランスの良い食事の実現や生活習慣病予防及び健康増進を目的に「ベジ足し」簡単野菜レシピを作成し、動画配信やチャレンジ企画へ展開させ、野菜摂取啓発普及に取り組みました。
- 地域においてボランティア活動を行う食生活改善推進委員の養成・育成・活動支援を行い、朝食摂取・減塩・フレイル予防等年代別の健康課題に合わせた活動を実施しました。
- 計画実現を目指し、庁内の関係各課や市内の食育関係者と毎年会議を開催し、事業の実施にかかる連携や調整を図ってきました。また、食育推進について重点的かつ効果的に浸透を図るため、6月の食育月間でのイベントや事業を企画しました。
- 望ましい食習慣を実践するため、園・学校、働き世代や高齢者といった各世代に向け学習機会や啓発活動の充実を図ってきました。
- 食品ロス削減推進計画の策定、フードドライブ事業や子ども食堂の実施等、食への感謝の気持ちや食の循環を意識し環境に配慮した食育を推進してきました。
- 地元産農作物への理解を深め、地産地消を推進するため、つばめ“食べて”応援キャンペーンやつばめ食探求事業の企画実施、給食での地元産農産物活用を進めてきました。

【主な事業】

事業名	事業内容
食生活改善推進委員協議会活動	健康な食生活の習慣化と食文化伝承に向け、地域に向けた健康づくり活動を展開
成人保健事業	生活習慣病や重症化予防のため、食事相談会や特定保健指導、肥満予防に向けた取組等実施
母子保健事業	妊娠期の食事指導や乳幼児健診、育児相談や離乳食指導など望ましい食習慣の定着に向けて実施
つばめ食探求事業	市内農産物の収穫体験と同食材を使用したお店での食事を組み合わせた企画

食育月間における食育啓発事業	食育イベントの開催や図書館での食育の本コーナー設置、公共施設や農産物直売所等で食育啓発ティッシュを配布
つばめ食育だよりでの食育の情報提供	燕市の健康課題解決や食育への関心を高めるため、毎月19日に食育情報・健康情報を食育だよりとして発信
学校給食における地産地消の推進	学校給食において燕市産食材の使用を推進し、地元産農作物への理解や食への感謝の念を醸成
つばめ“食べて”応援キャンペーン	燕市産農産物にを購入しシールを集めて応募すると、抽選で燕市産農産物や農産加工品が当たるキャンペーン
子どもの居場所づくり支援事業	子ども食堂の開設に向けた支援や助成金交付、開催の周知、意見交換会を実施
フードドライブ	家庭や企業で余っている食品や生活用品をフードバンクへ寄付し、食料支援などを必要としている世帯に配布

【健康増進計画】

栄養・食生活の目標達成の評価の基準

項目	基準値 (H28年度)	目標値・ 期待値 (R4年度)	実績値 (R元年度)	実績値 (R4年度)	評価
食事がほぼ決まった時間に3食とれている人	89.0%	93.4%	-	86.7% (R3)	D
食事の時、栄養バランスや摂取カロリーに配慮している人	55.0%	57.7%	-	56.2% (R3)	C
朝食を抜くことが週3回以上ある人の割合	5.7%	5.2%	6.5%	6.8% (R3)	D
就寝前の2時間以内に夕食をとることが週に3回以上ある人の割合	13.4%	13.0%	14.6%	15.2% (R3)	D
夕食後に間食(3食以外の夜食)をとることが週3回以上ある人の割合	13.9%	12.8%	-	※	E
3歳児が朝食を毎日食べる割合	90.5%	100.0%	89.2%	89.4%	D

※国の調査にて項目が削除されたため、集計していません

【食育推進計画】

基本目標1「健康寿命の延伸を目指し、望ましい食習慣を実践する」の目標達成の評価

項目	対象	第2次計画策定時基準値	目標値・期待値(R4年度)	実績値(R4年度)	評価
毎食、主食・主菜・副菜をそろえて食事をしている人の増加	小中学生	37.9%	60.0%	※	E
	保護者	27.2%	60.0%	※	E
ご飯を1日2食以上食べる人の増加	小中学生	96.8%	100.0%	97.4%	C
	保護者	93.5%	100.0%	96.6%	C
野菜を毎食食べる人の増加	小中学生	38.6%	60.0%	55.4%	C
	保護者	31.2%	60.0%	48.4%	C
朝食を毎日食べる人の増加	小中学生	89.6%	100.0%	90.2%	C
	保護者	87.6%	100.0%	91.9%	C
よく噛んで味わって食べている人の増加	小中学生	79.7%	90.0%	89.0%	B
	保護者	67.7%	80.0%	78.4%	B
減塩に心がけている人の増加	保護者	52.7%	70.0%	※	E
	成人	45.8%	70.0%	46.1% (R3)	C

※国・県の調査項目に合わせて変更

項目	対象	第2次計画策定時基準値	目標値・期待値(R4年度)	実績値(R4年度)	評価
メタボリックシンドローム該当者、予備軍者割合の減少		29.0%	26.0%	31.4% (R3)	D
就寝前の2時間以内に夕食をとることが週3回以上ある人の減少		14.3%	13.0%	15.2% (R3)	D
朝食を抜くことが週3回以上ある人の減少		5.8%	5.2%	6.8% (R3)	D

基本目標2「食を通じたコミュニケーションと食への感謝の気持ちを育む」の目標達成の評価

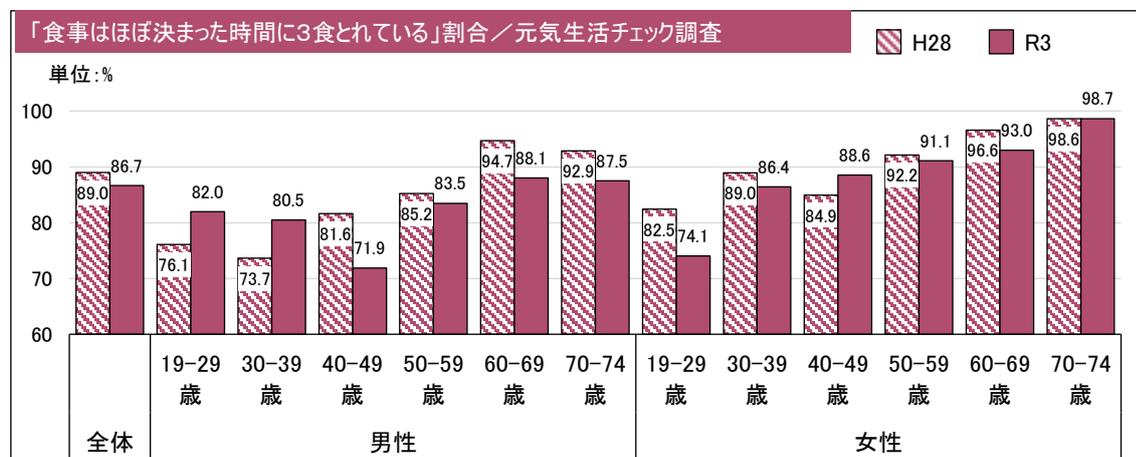
項目	対象	第2次計画策定時基準値	目標値・期待値(R4年度)	実績値(R4年度)	評価
家族そろって食事をする人の増加	小中学生	74.6%	80.0%	80.5%	A
	保護者	77.1%	80.0%	80.3%	A
食事がおいしい・楽しいと感じる人の増加	小中学生	74.2%	80.0%	80.5%	A
	保護者	70.2%	80.0%	71.1%	C
「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶をする人の増加【毎回・時々含む】	小中学生	90.4%	100.0%	94.6%	C
	保護者	87.3%	100.0%	88.2%	C

基本目標3「食に関する様々な体験を通じ、燕市の食文化を次世代へ伝承する」の目標達成の評価

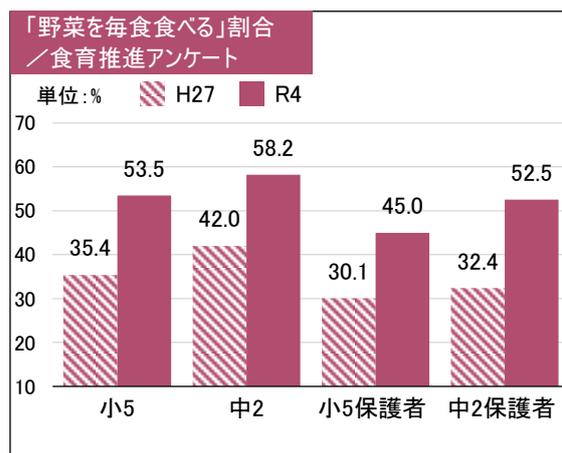
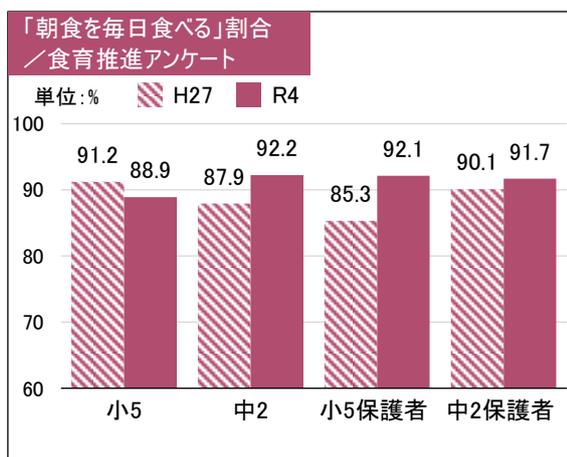
項目	対象	第2次計画策定時基準値	目標値・期待値 (R4年度)	実績値 (R4年度)	評価
燕市の郷土料理を知っている人の増加【一つ以上知っている】	小中学生	95.3%	100.0%	98.1%	C
	保護者	97.5%	100.0%	99.8%	B
食事を作る手伝いをする子どもの増加	小中学生	26.2%	50.0%	55.4%	A
農作物を育てたり収穫する体験のある子どもの増加	小中学生	63.7%	70.0%	65.0%	C
燕市の農作物で特産品を知っている子どもの増加【一つ以上知っている】	小中学生	96.3%	100.0%	97.9%	C

基本目標4「食の安全と地元産農作物への理解を深め、地産地消を推進する」の目標達成の評価

項目	対象	第2次計画策定時基準値	目標値・期待値 (R4年度)	実績値 (R4年度)	評価
食の安全性に関心を持つ人の増加	保護者	64.4%	80.0%	58.2%	D
食品の表示を確認して購入する人の増加	保護者	98.3%	100.0%	99.2%	C
燕市産・新潟県産を意識して食品を購入する人の増加	保護者	72.8%	80.0%	58.5%	D

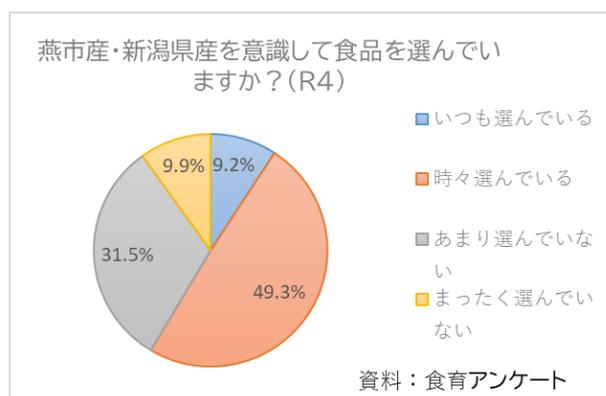
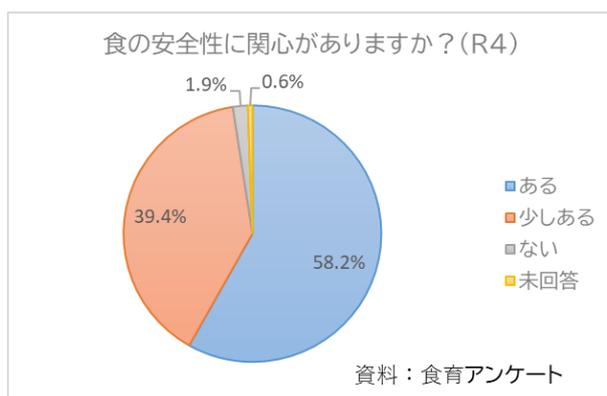


○決まった時間に3食とれている割合は、基準値より減少しましたが、30代以下の男性と40代女性で増加しています。



○朝食を毎日食べる割合は、小学 5 年生で減少しましたが、中学 2 年生と保護者では増加しています。

○野菜を毎食食べる割合は、小中学生・保護者ともに増加しています。



○食の安全性への関心は、「少しある」を含むと 9 割以上です。

○燕市産・新潟県産を意識して食品を選んでいる割合は、「いつも選んでいる」「時々選んでいる」の割合が 6 割です。

【現状・課題】

○不規則な時間での食事や朝食欠食、就寝前の食事等、好ましくない食習慣が増加しています。生活習慣病予防や高齢者の低栄養予防、適正体重維持や健康寿命延伸に向けて、バランスの良い食事をとること等望ましい食習慣が実践できるよう全ての世代に向けて引き続き取り組み強化が必要です。

○「野菜を毎食食べる人」「朝食を毎日食べる人」は基準値より増加しましたが、朝食は小学生で減少しています。望ましい食習慣の基礎定着に向けて引き続き取り組み、心身の健康や適正体重維持につなげていくことが重要となります。

○「減塩に心がけている人」は基準値より増加しましたが、目標値には至っておらず、今後も減塩に心がけ、実行できるよう普及啓発していく必要があります。

○共食やあいさつなどの項目は改善傾向にあるほか、「【小中学生】食事がおいしい・楽しいと感じる人の増加」「食事を作る手伝いをする子どもの増加」などの項目で目標が達成されており、子どもの食への興味・関わりが高まっていることがうかがえます。引き続き食育に関心が持てるよう働きかけをしていきます。

○燕市産・新潟県産を意識して購入する人が減少しています。地元産農作物への理解を深め、地産地消を推進する事業を今後も実施していきます。また給食での地場産食材使用を進め、子どもの頃から地元産農作物への関心を高める働きかけをしていきます。

食育（しょくいく）とは

「食育」は、子どもから大人まで、郷土の「食」を通して豊かな自然や人々の知恵を学び、生涯にわたって健全な食生活を実現することを目指すものです。

国では毎年6月を食育月間として、毎月19日を食育の日として自身や家族の食生活を見直して改善を図り、生産者と消費者との交流促進、伝統的な食文化への理解を深める日としています。

身体活動・運動

【これまでの取組】

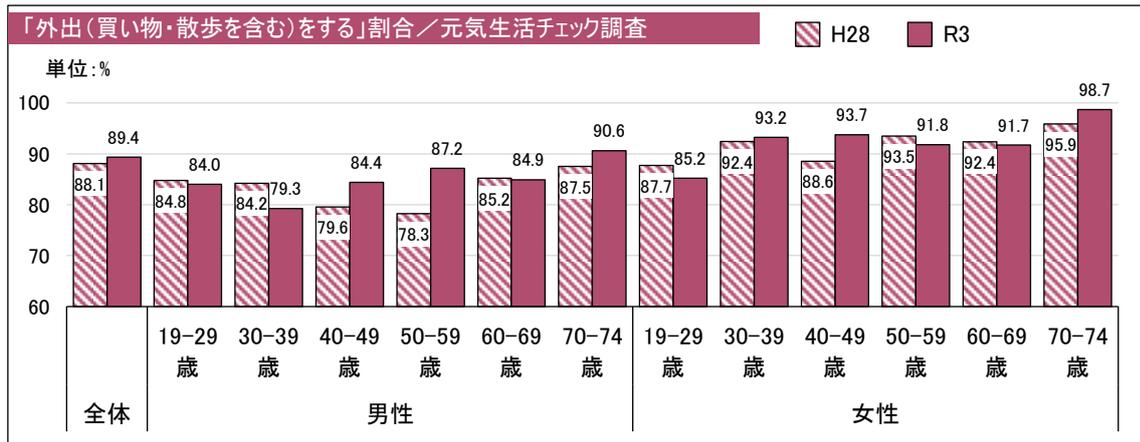
- 日常生活の中で意識して身体を動かす「まめ・ちょこ生活」を掲載した「つばめ健康3つのススメ」を地区活動等で周知し、保健推進委員活動では身近な地域で、無理なくできる運動教室や地域の魅力を発見しながらウォーキングなどを実施してきました。
- 新潟県のアプリ「グッピーヘルスケア」を活用し、働く世代を対象に市内企業歩数対抗戦や職域と連携し事業所での運動講座の実施など、働く世代の運動習慣の契機に向けた取組を進めてきました。
- 運動自主グループや地域の通いの場等の活動支援を通じ、フレイル、ロコモティブシンドロームなどの予防や、運動の必要性について普及啓発を図ってきました。また、活動一覧表の配布やウォーキングロードやフットパスをホームページに掲載する等、気軽に運動できる機会や場に関する情報提供に努めてきました。
- つばめ元気かがやきポイント事業の一環である「こども手帳」や親子対象に運動をテーマに健康づくり講座の実施など、保育園や小学校と連携し子どもの頃から日常生活で身体を動かすことの習慣化を推進してきました。
- 健康づくりマイストーリー運動では、フットパスや総合型スポーツクラブ、令和3年度からは「にいがたヘルス&スポーツマイレージ事業」とも連携するなど、関係機関、関係部署と連携し望ましい運動習慣を推進してきました。

【主な事業】

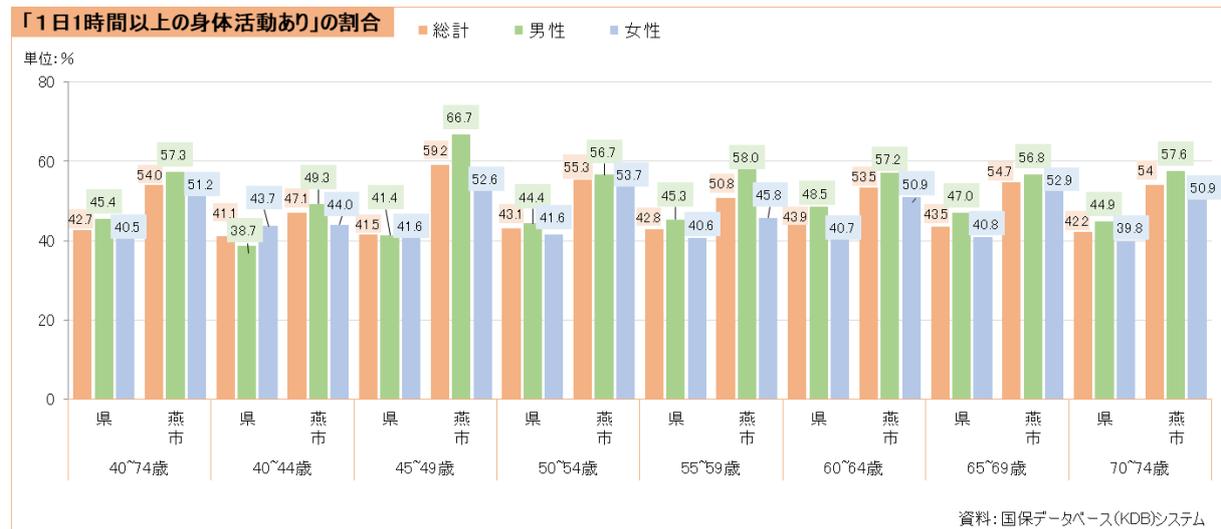
事業名	事業内容
運動自主グループ	ウォーキングや筋トレ、リズム体操等、主体的に運動を実践するグループ
生活習慣病予防教室	健診結果が気になる人や生活習慣を改善したい人が食生活や運動について学び合う教室
保健推進委員協議会活動	運動やこころの健康、つながりづくり等地域での教室や講座
フットパス	コース：中ノ口川リバーサイドコース、粟生津・牧ヶ花コース、国上山コース
健康づくりマイストーリー講座	自分に合った健康づくりのヒント満載、やる気もアップする講座
健康づくりマイストーリー運動	日々の健康づくり行動や健康関連事業への参加でポイントが貯まり、健康行動の習慣化を目指す運動

身体活動・運動の目標達成の評価

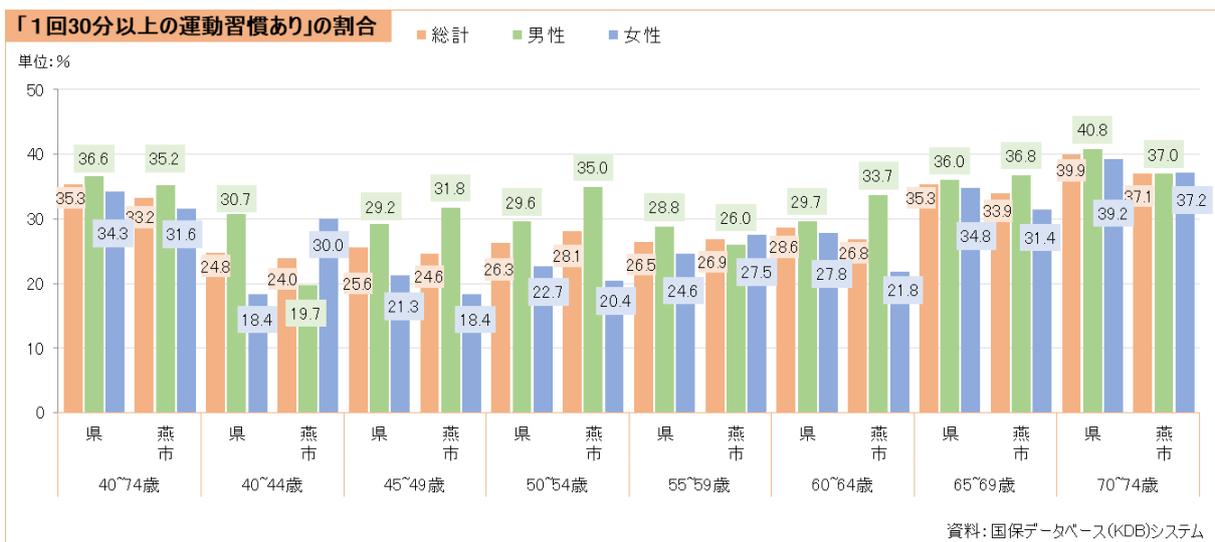
項目	基準値 (H28 年度)	目標値・ 期待値 (R4 年度)	実績値 (R 元年度)	実績値 (R4 年度)	評価
外出(買い物・散歩を含む)をよくする人	88.1%	92.5%	—	89.4% (R3)	C
日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施している人の割合	68.9%	71.9%	69.9%	43.3% (R3)	D
1回 30 分以上軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施している割合	32.5%	33.2%	31.2%	31.7% (R3)	D



○「外出(買い物・散歩を含む)をよくする人」は、基準値より改善しています。特に、40-49 歳・50-59 歳・70-74 歳男性、30-39 歳・40-49 歳・70-74 歳女性で増加しています。



○「日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施している人の割合」は、基準値より減少しており、いずれの年代も県より高くなっています。



○「1回 30 分以上軽く汗をかき運動を週2日以上、1年以上実施している割合」は、基準値より減少しています。年代別では、45-54 歳・60-69 歳男性、40-44歳・55-59 歳女性で県より高くなっています。

【現状・課題】

○健康づくりマイストーリー講座や保健推進委員地区活動、各種教室で、手軽に自宅でもできる運動の体験や普及啓発を行ってきました。今後は、手軽にできる運動の普及啓発に動画やアプリを活用するなど、デジタル媒体の活用も検討していく必要があります。

○歩数や身体活動の増加に向けて、「にいがたヘルス&スポーツマイレージ事業」の企業対抗歩数ランキング機能の活用、健康づくりマイストーリー運動においてウォーキングマイスターの認定など実施してきました。今後は、身体活動の増加に向け、歩数集計などのアプリ導入や自然と体を動かす仕組みづくり・環境整備が必要です。

○軽運動や水中運動、ウォーキングなどの運動自主グループが継続して活動しています。今後は、参加者が安全に自分に合った運動ができるよう、健康づくりと介護予防の視点から仕組みを見直す必要があります。

コラム

身体活動を増やすために

作成中

生活習慣病（健康診査・がん検診）

【これまでの取組】

- 自分の身体の状態を知り、生活習慣病の改善、病気の早期発見・早期治療につなげることを目的に、受診しやすい健(検)診体制の整備、健(検)診受診の重要性の意識啓発を実施しました。
- 医師会と情報共有し、連携を図りながら、糖尿病・高血圧・コレステロール・慢性腎臓病の重症化予防を実施してきました。
- 健診の結果から、生活を振り返り、生活習慣の改善・早期の医療機関への受診等の行動変容につながるよう、個別支援に重点を置いた保健事業の展開と特定保健指導を実施しました。
- 地区組織活動、元気磨きたいによる、メタボリックシンドロームの理解と運動の必要性の意識啓発を実施しました。

【主な事業】

事業名	事業内容
健康診査	一般健康診査：19～39歳 特定健康診査：燕市国民健康保険加入者 後期高齢者健康診査：後期高齢者医療制度加入者
特定保健指導	特定健康診査の方を対象にメタボリックシンドロームに該当した方へ保健指導を実施
各種がん検診	各種がんの早期発見・早期治療のために健診を実施 健診毎に対象年齢が異なる 胃がん（バリウム・リスク）、肺がん、大腸がん、子宮がん、乳がん、前立腺がん
骨粗しょう症検診	対象年齢：40・45・50・55・60・65・70歳の女性 内容：肘から手首のレントゲン撮影による骨密度測定
食事相談会	栄養士による糖尿病や高脂血症など生活習慣病予防の個別相談会
生活習慣病予防教室	健診結果が気になる人や生活習慣を改善したい人が食生活や運動について学び合う教室です。
健診結果個別相談会	栄養・運動・健康管理など生活習慣病を予防するための個別相談会

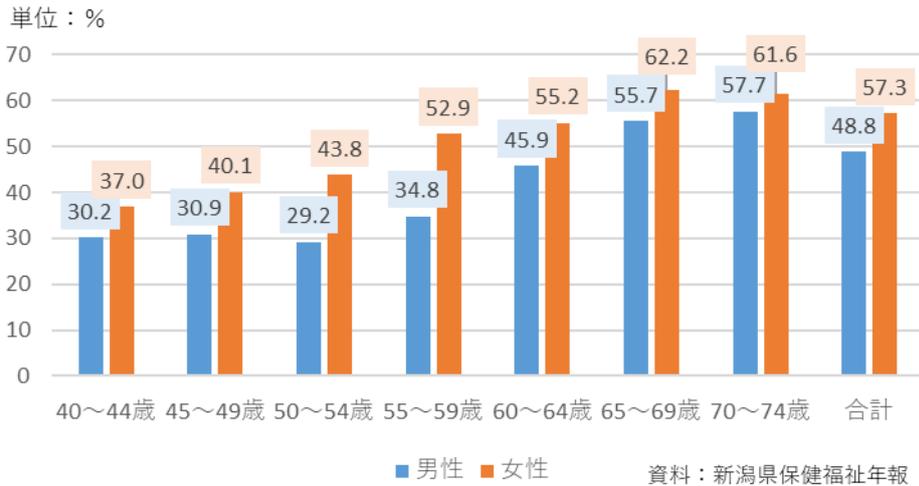
項目		基準値 (H28 年度)	目標値・ 期待値 (R4 年度)	実績値 (R 元年度)	実績値 (R4 年度)	評価
特定健診受診率		52.8%	60.0%	53.1%	38.9% (R3)	D
特定保健指導率		45.1%	60.0%	63.3%	48.8% (R3)	B
メタボリックシンドローム 予備群の割合	男性	15.9%	10.0%	14.7%	15.5% (R3)	C
	女性	5.4%	5.0%	4.8%	4.5% (R3)	A
メタボリックシンドローム 該当者の割合	男性	30.1%	25.0%	33.7%	33.3% (R3)	D
	女性	12.2%	10.0%	12.3%	12.0% (R3)	C
がん検診 受診率	胃がん検診	19.7%	50.0%	16.2%	12.3%	D
	肺がん検診	46.6%	50.0%	43.5%	27.6%	D
	大腸がん検診	38.4%	50.0%	38.0%	27.3%	D
	子宮がん検診	72.1%	80.0%	73.8%	59.6%	D
	乳がん検診	42.5%	50.0%	46.1%	39.6%	D
がん検診 精検 受診率	胃がん検診	95.7%	100.0%	95.9%	95.0% (R3)	D
	肺がん検診	92.7%	100.0%	93.9%	97.2% (R3)	C
	大腸がん検診	79.7%	100.0%	82.0%	80.8% (R3)	C
	子宮がん検診	97.9%	100.0%	89.1%	96.4% (R3)	D
	乳がん検診	98.6%	100.0%	98.9%	96.1% (R3)	D
乳がんの自己検診を毎月実施している人の割合		5.0%	30.0%	5.6%	5.2%	C
健康づくりマイストーリー運動の参加者数		8,990 人	10,000 人	13,095 人	15,380 人	A

特定健康診査受診者数・率の推移／新潟県 福祉保健年報

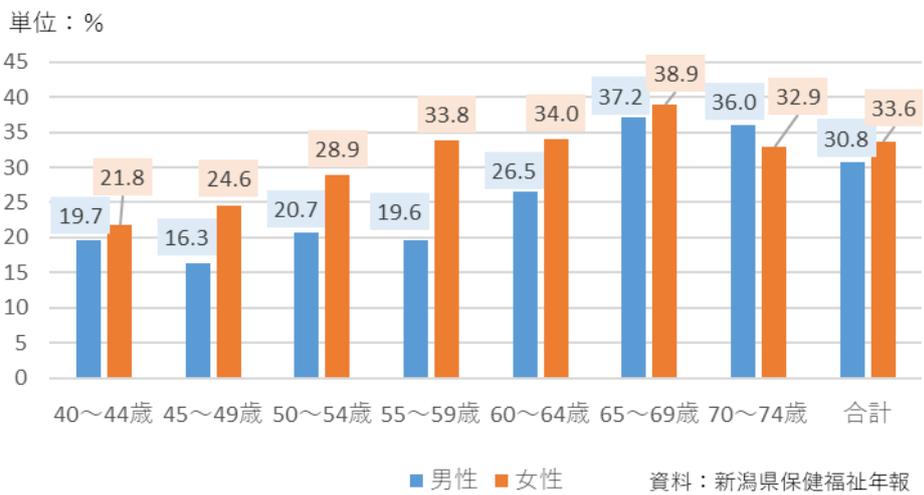
	平成 29 年度	平成 30 年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度
対象者数	12,690 人	11,733 人	11,539 人	11,580 人	11,160 人
受診者数	6,703 人	6,167 人	6,123 人	3,731 人	4,338 人
実施率	52.8%	52.6%	53.1%	32.2%	38.9%

令和元年度までは受診率は 50%台で推移していましたが、新型コロナウイルス感染症の影響により令和 2 年度には低下しましたが、令和3年度には再び増加に転じています。

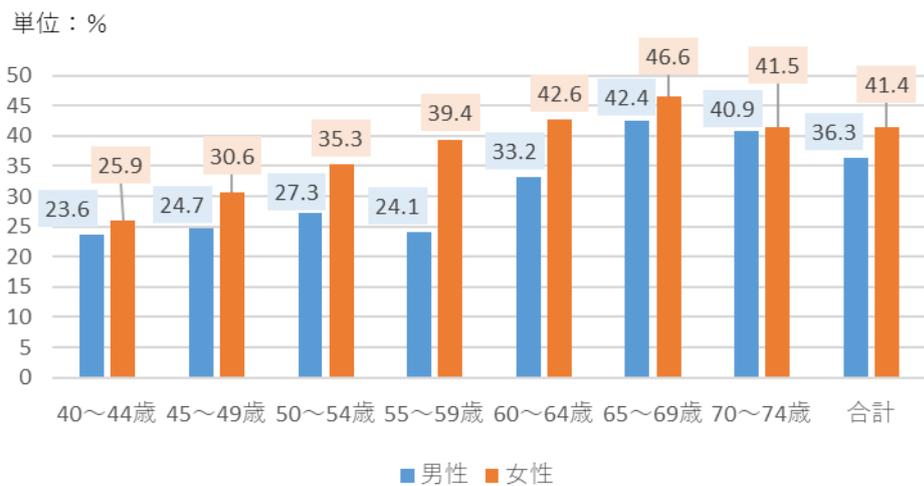
令和元年度 特定健診受診率



令和2年度 特定健診受診率

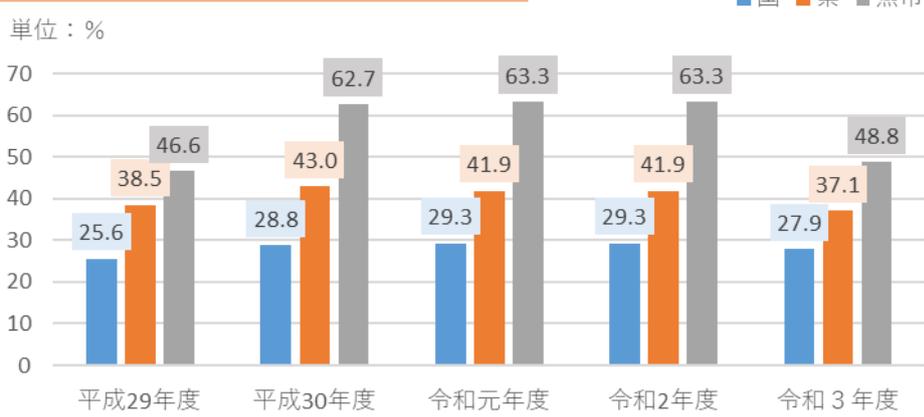


令和3年度 特定健診受診率



40-50代の男性の受診率が他の年代と比較して特に低くなっています。

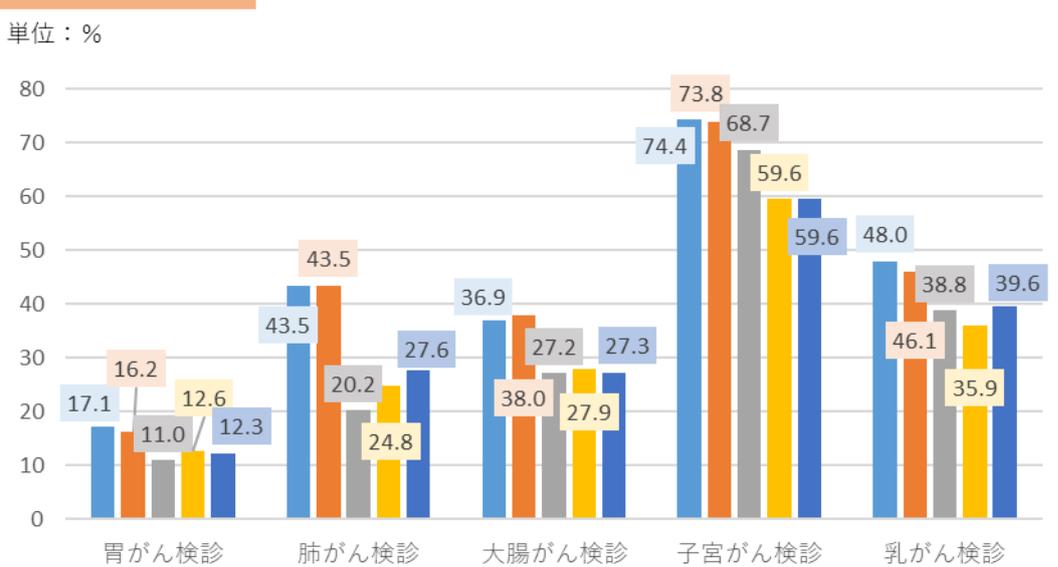
特定保健指導実施率（市町村国保）



資料：県・燕市 新潟県保健福祉年報、国 特定健診・特定保健指導

県や国と比較すると、高い値で推移しています。

各がん検診受診率

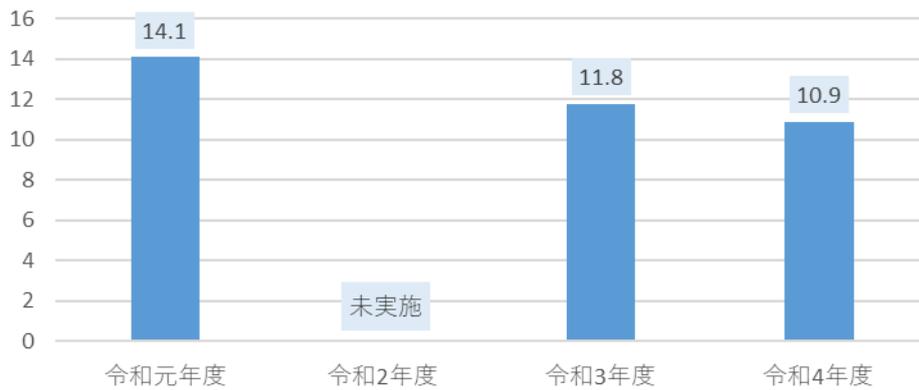


資料：燕市健康増進計画指標一覧

コロナ禍で低下しました。各がん検診ともに少しずつ上昇はしていますが、コロナ禍前までの受診率には届いていません。

胃がんリスク検診受診率

単位：％



資料：燕市健康福祉部健康づくり課

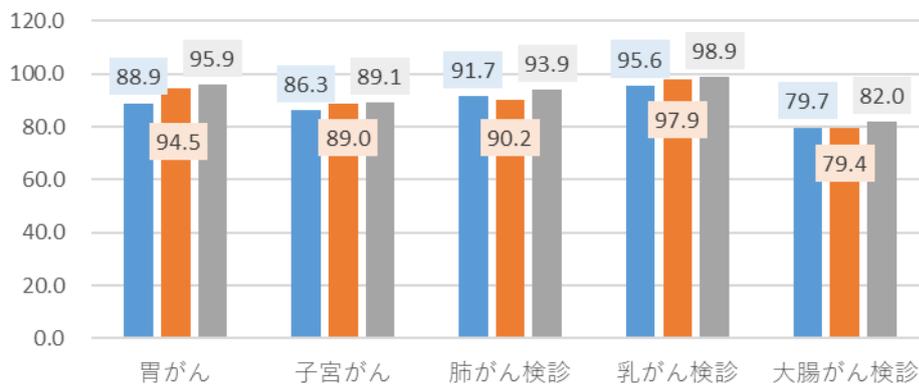
胃がん(バリウム)検診については、胃がんリスク検診の普及から、精検の対象になった方は、その後胃カメラ検査に移行していることが影響していると思われます。

※胃がんリスク検診の対象者 40 歳～70 歳の 5 歳刻み、5 年に 1 回対象

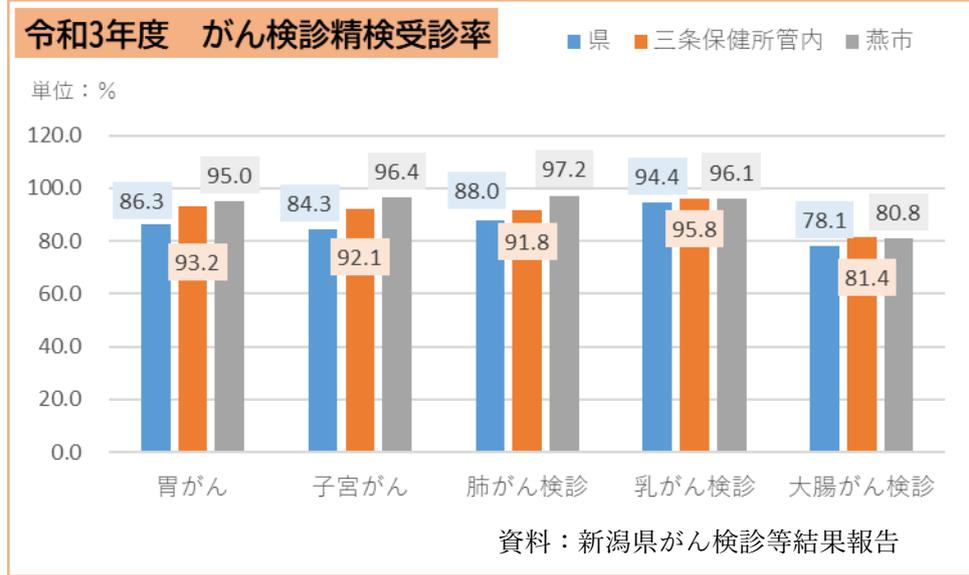
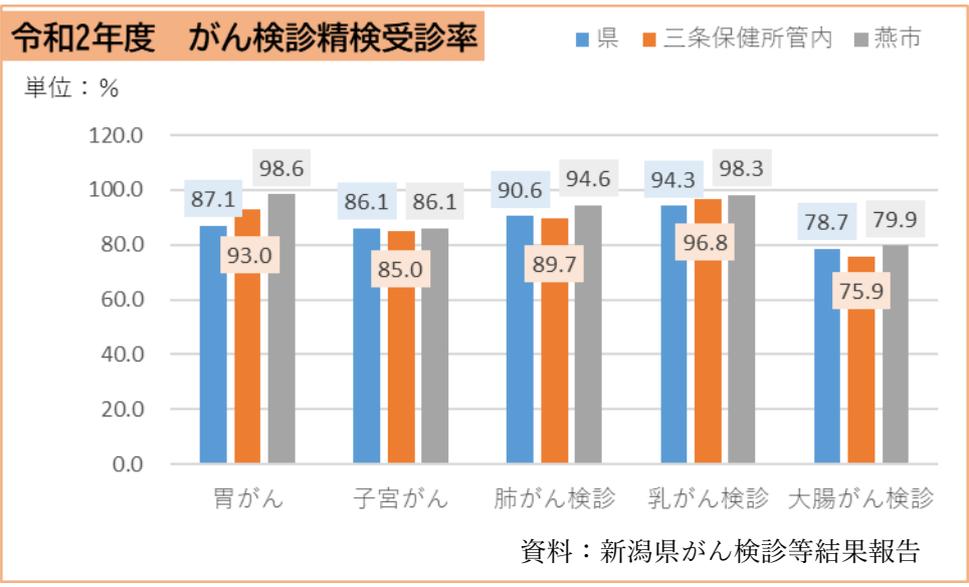
令和元年度 がん検診精検受診率

■ 県 ■ 三条保健所管内 ■ 燕市

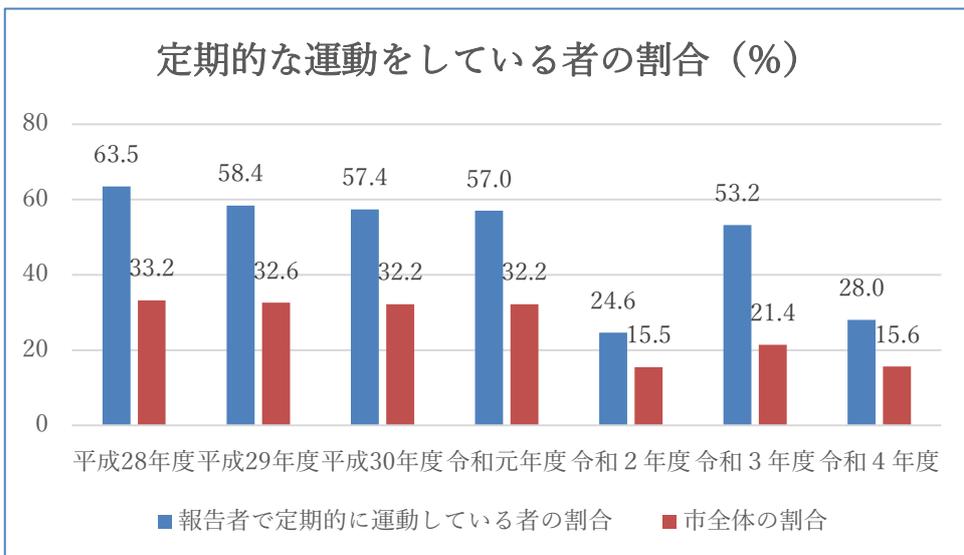
単位：％



資料：新潟県がん検診等結果報告



精検受診率は、県と比較してどの検診も高い値を維持しています。



健康づくりマイストーリー運動の一環である「つばめ元気ががやきポイント事業」の報告者は、健康診査受診者全体に比べ、定期的に運動している者の割合が高くなっています。

【現状・課題】

- 特定健康診査の受診率は、改善傾向であるものの、新型コロナウイルス感染症拡大の影響もあり、目標値には至っていません。受診率向上のための取り組みとして、電話・通知による受診勧奨以外にも SNS を有効活用し、健診受診の重要性の意識啓発を継続していく必要があります。
- 各がん検診の受診率についても、新型コロナウイルスの感染拡大の影響から、目標値には至っていません。今後も、検診受診率向上のための取り組みが必要です。
- 胃がんバリウム検診は検査におけるリスクが高いことや、胃がんリスク検診の精検受診後は胃カメラでの経過観察に移行する方も多いことから、今後は胃がんリスク検診の普及を行っていきます。
- 子宮がん検診については、HPVワクチン(子宮頸がんワクチン)の接種勧奨差し控えの年代が 20 歳代に多い(H9～18 年度生まれ)ことから、HPVワクチン接種の受診勧奨に加え、子宮がん検診の定期検診が早期発見には重要であること周知啓発が必要です。
- 燕市は女性の就労率が高いことから、がん検診を含め、女性が受けやすい検診体制の構築を検討していきます。
- 各がん検診の精検受診率はコロナ禍であっても、大腸がん検診を除き、90%台を維持しています。今後、特に大腸がん検診の精密検査の受診率向上に向けた取り組みが必要です。
- メタボリックシンドローム予備軍の割合は、女性で改善が見られますが、男性は増加しています。メタボリックシンドローム該当者は、新潟県・国と比べても高い傾向が続いています。メタボリックシンドロームの改善が、生活習慣を起因とする疾患の発症予防につながるため、今後も適正体重の維持に継続して取り組む必要があります。
- 健康づくりマイストーリー運動の参加者数は目標を達成しています。今後は、さらなる健康行動の継続の一助となるように、より幅広い世代への活用を目指して、DX化の検討や取り組み方法の見直しなどの検討を行っていきます。

コラム
生活習慣病を予防するために

作成中

生活習慣病（たばこ・アルコール）

【これまでの取組】

○禁煙については、特定健診、健康診査の指導場を活用して、個人の状況に合わせてリーフレット等を活用しながら指導や情報提供を行ってきました。

○適正飲酒について、健診時の個別指導や特定保健指導等で指導している他、「食育だより」への掲載、健診会場でのポスター掲示にて情報発信を行ってきました。

○平成27年～令和元年において、健康診査会場にて特定健診受診者で喫煙している人を対象にCOPD 検診を実施しました。新型コロナウイルス感染拡大により、令和2年度より実施を見合わせとなっています。

【主な事業】

事業名	事業内容
COPD 検査 (呼吸機能検査)	肺の健康状態を調べる検査 慢性閉塞性肺疾患などの疑いがあるかどうかわかります。

生活習慣病（たばこ・アルコール）の目標達成の評価

項目	基準値 (H28 年度)	目標値・ 期待値 (R4 年度)	実績値 (R 元年度)	実績値 (R4 年度)	評価	
毎日お酒を飲む人	男性	50.3%	43.0%	48.9%	46.1% (R3)	C
	女性	11.0%	6.6%	11.7%	11.4% (R3)	D
たばこを吸う人	男性	26.3%	26.3%	25.0%	21.7% (R3)	A
	女性	4.8%	4.2%	4.5%	4.6% (R3)	C
妊娠中で喫煙している人の割合	2.4%	0.0%	2.3%	0.6%	C	
妊娠中で飲酒している人の割合	3.5%	0.0%	3.2%	2.6%	C	
市内の禁煙分煙宣言施設登録数	220 施設	増加	—	※	E	

※健康増進法改正により、禁煙分煙宣言施設の設定が無くなったため指標を削除しています

【現状・課題】

○たばこを吸う人(男性)の割合は目標達成しています。

○毎日お酒を飲む人(男性)、たばこを吸う人(女性)は、やや改善しています。

○妊娠届出時で喫煙している人、飲酒している人の割合はやや改善していますが、引き続き啓発が必要です。

○禁煙したい人へ禁煙外来の紹介などの他に、働き盛り世代への禁煙について、職域と連携した取り組みが必要です。

OCOPD検診の再開に向けて、検討していきます。

お酒の適量

適量は、純アルコールに換算すると、1日20g程度で、お酒の種類別では、下記のとおりになります。女性や高齢者はより少なめにしましょう。1日に純アルコールを60g以上摂ることを多量飲酒といいます。

お酒の種類	ビール中瓶1本 (500ml)	日本酒 (1合 180ml)	ウイスキー、 ブランデー ダブル1杯 (原酒 60ml)	焼酎(25度) (1合 180ml)	ワイン ワイングラス (1杯 120ml)
					
アルコール 度数	5%	15%	43%	25%	12%
純アルコール量	20g	22g	20g	36g	12g

アルコールと依存

飲酒が続くと耐性・精神依存・身体依存が形成され、飲酒のコントロールが難しくなる状態に陥ります。アルコール依存症は、肝臓や脳などの臓器に悪影響を及ぼすだけでなく、仕事や家族関係にも悪影響を及ぼす可能性があります。耐性や依存はゆっくり進行し、気付かぬうちに問題を引き起こすこともあります。しかし、自己認識と積極的な行動によってアルコール依存症を回避することは可能です。健康を考え、飲酒のコントロールを意識的に行いましょう。

歯・口腔の健康

【これまでの取組】

- 幼児期からの定期的な歯科健診、フッ化物歯面塗布・洗口、個別の歯科保健指導を実施し、むし歯予防や保護者への意識づけ、望ましい生活習慣の定着に向け取り組んできました。
- 幼児期からの定期的な歯科健診、フッ化物歯面塗布・洗口、個別の歯科保健指導を実施し、むし歯予防や保護者への意識づけ、望ましい生活習慣の定着に向け取り組んできました。
- 園や小中学校で、むし歯・歯周病予防教室を実施し、園児・児童・生徒の口腔ケアの定着および家庭への啓発普及に取り組んできました。
- 妊婦歯科健診を平日の集団健診から H28 年度から医療機関委託とし、働いていても受けやすい体制を整え、周知啓発してきました。
- 歯周疾患検診の受診率向上のため、R2 年度から受診勧奨チラシを作製し受診票に同封しました。
- 高齢者のサロンなどを活用して、歯科衛生士や地域住民と連携し、オーラルフレイル予防のための情報提供、周知啓発をしてきました。

【主な事業】

事業名	事業内容
妊婦歯科健診	対象：妊婦 内容：歯科健診を医療機関委託実施
幼児歯科健診	対象：1 歳、1 歳 6 か月、2 歳、2 歳 6 か月、3 歳 内容：歯科健診とフッ化物歯面塗布を実施
フッ化物洗口	対象：市内園児、小・中学生 内容：希望者にフッ素洗口を実施
歯周疾患検診	対象：40 歳、50 歳、60 歳、70 歳 内容：歯科健診を医療機関委託で実施
長寿歯科健診	対象：76 歳・80 歳 内容：歯科健診を医療機関委託で実施

【健康増進計画】

歯・口腔の健康の目標達成率の評価

項目		基準値 (H28 年度)	目標値・ 期待値 (R4 年度)	実績値 (R 元年度)	実績値 (R4 年度)	評価
むし歯のない 子の増加	3 歳児 1 人 平均むし歯数	0.31 本	減少	0.32 本	0.15 本	A
	12 歳児 1 人 平均むし歯数	0.24 本	減少	0.23 本	0.18 本	A
定期的に歯科健診を受診して いる人の割合(35～44 歳)		36.7%	40.0%	49.6%	53.3%	A
歯科健診 受診率	妊婦歯科健診	25.3%	30.0%	44.5%	48.2%	A
	歯周疾患検診	10.3%	増加	7.3%	10.1%	D
	長寿歯科健診	16.6%	増加	10.9%	11.7%	D

【歯科保健計画】

育ちざかり(妊婦・0～5歳)の目標達成の評価

項目	基準値 (H26 年度)	目標値・ 期待値 (R4 年度)	実績値 (R 元年度)	実績値 (R4 年度)	評価
妊婦歯科健診受診率	13.4%	30.0%	44.5%	48.2%	A
3 歳児一人平均むし歯数	0.46 本	0.40 本	0.32 本	0.15 本	A
3 歳児むし歯有病者率	13.5%	10.0%	7.8%	5.0%	A
むし歯を 3 本以上持つ 3 歳児の割合	4.6%	減少	3.8%	1.9%	A
5 歳児一人平均むし歯数	1.56 本	1.50 本	0.9 本	0.72 本	A
よく噛んで食べている児の割合(1 歳 6 か月児)	45.6%	60.0%	49.8%	50.3%	B
大人が仕上げ磨きをする割合(3 歳 児)	88.6%	100.0%	90.8%	92.2%	B

育ちざかり(6～18歳)の目標達成の評価

項目	基準値 (H26 年度)	目標値・ 期待値 (R4 年度)	実績値 (R 元年度)	実績値 (R4 年度)	評価
12 歳児一人平均むし歯数	0.28 本	減少	0.18 本	0.18 本	A
小学校児の歯肉炎有病者率	7.1%	7.0%	9.6%	5.9%	A
中学校児の歯肉炎有病者率	23.9%	20.0%	13.0%	6.5%	A

働きざかり(19～64歳)の目標達成の評価

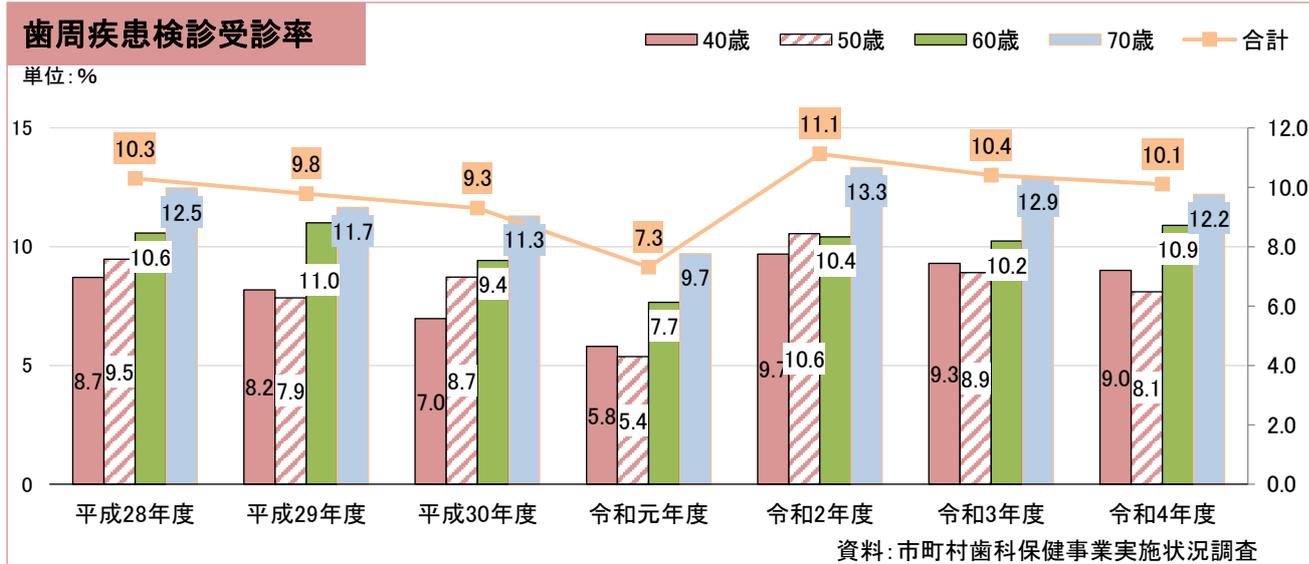
項目	基準値 (H26 年度)	目標値・ 期待値 (R4 年度)	実績値 (R 元年度)	実績値 (R4 年度)	評価
自分の歯を有する人(55～64歳)で 24本以上の割合	62.4%	70.0%	67.5%	74.8%	A
現在、歯や口の状態に満足している 人(35～44歳)の割合	45.7%	60.0%	53.4%	52.9%	B
定期的に歯科健診を受診している 人(35～44歳)の割合	37.5%	40.0%	47.2%	53.3%	A
歯間部清掃用具を毎日使用している 人(35～44歳)の割合	19.3%	30.0%	24.3%	29.7%	B
燕市特定健診等受診者のうち、成人 歯科健診や唾液潜血反応検査 を受診した人(40～74歳)の割合	18.6%	20.0%	23.4%	※	E

活躍ざかり(65歳以上)の目標達成の評価

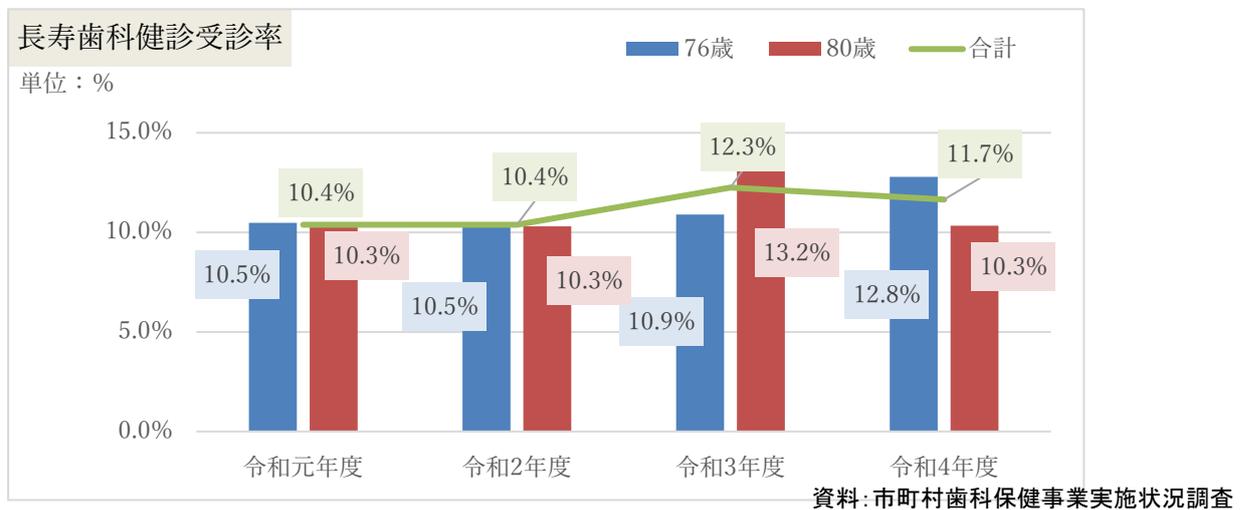
項目	基準値 (H26 年度)	目標値・ 期待値 (R4 年度)	実績値 (R 元年度)	実績値 (R4 年度)	評価
定期的に歯科健診を受診している 人(65～74歳)の割合	52.9%	60.0%	56.1%	60.7%	A
お口の体操などの飲み込みにくさを 改善する方法があることを知っている 人(65～74歳)の割合	18.2%	30.0%	28.4%	29.7%	B

介護を要する人・障がい者(児)の目標達成の評価

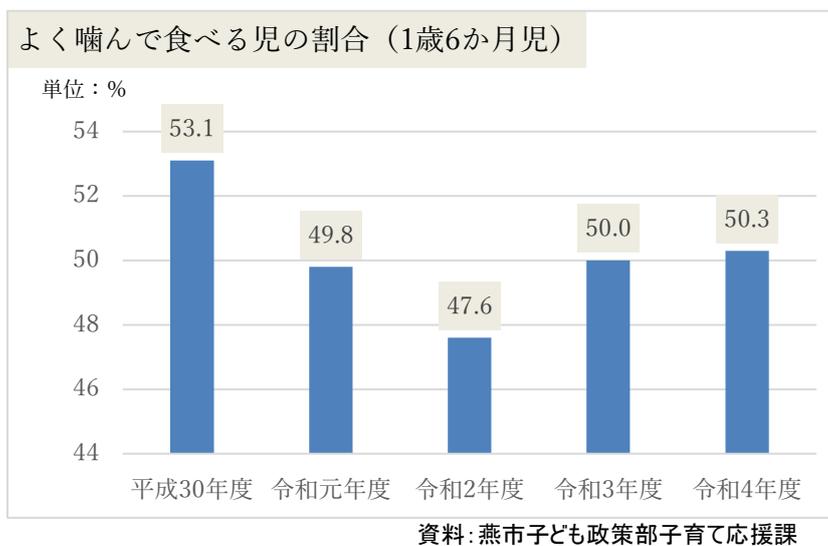
項目	基準値 (H26 年度)	目標値・ 期待値 (R4 年度)	実績値 (R 元年度)	実績値 (R4 年度)	評価
かかりつけ歯科医を持つ人の割合	58.1% (H28 年度)	増加	64.3%	83.5%	A
訪問歯科健診事業を知っている人の 割合	39.1% (H28 年度)	増加	41.9%	34.6%	D
燕・弥彦在宅歯科医療連携室にお ける訪問歯科健診および歯科衛生 士訪問数(アセスメント件数)	35 件	80 件	2 件	0 件	D
燕・弥彦在宅歯科医療連携室にお ける専門職に対する口腔ケア実地研 修利用件数	6 件	10 件	3 件	0 件	D



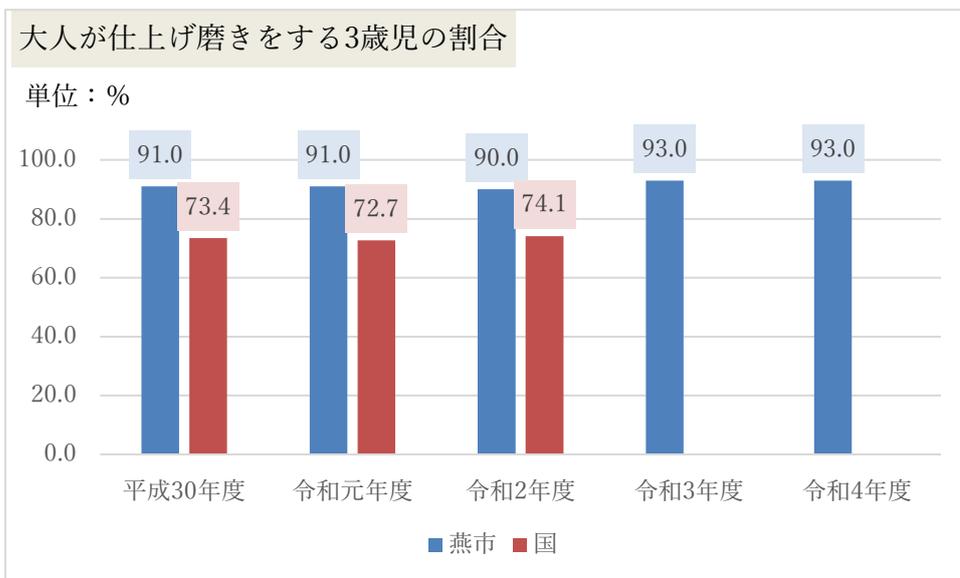
コロナ禍以降でも、受診率は10%を維持しています。



基準値には及びませんが、近年は11%前後を維持しています。

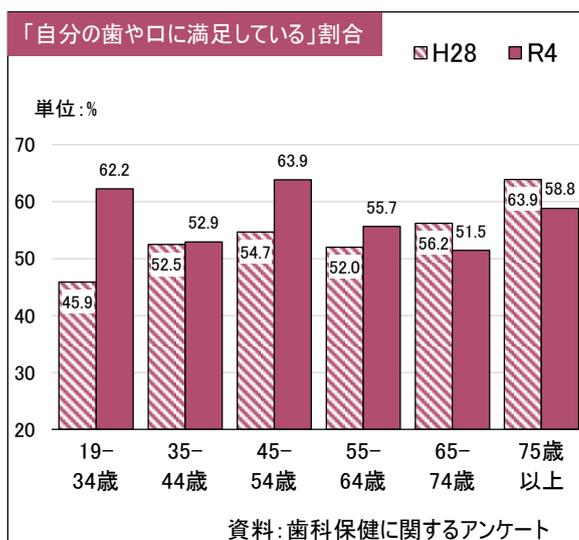


よく噛んで食べる児(1歳6か月児)については、目標値には達しませんでした。大きな悪化はなく、50%前後で推移しています。

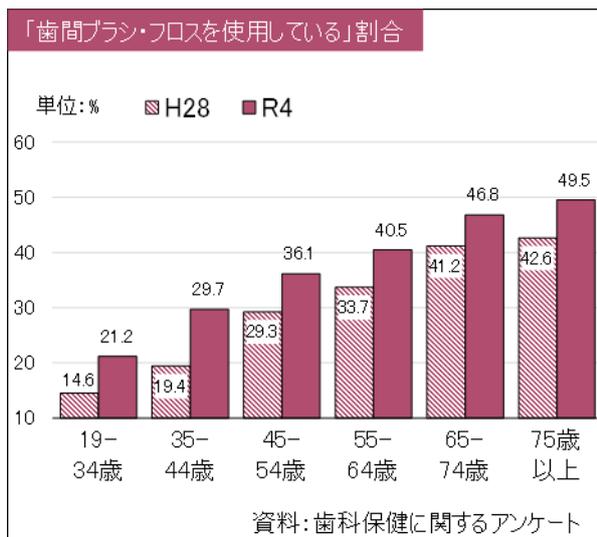


資料：燕市子ども政策部子育て応援課

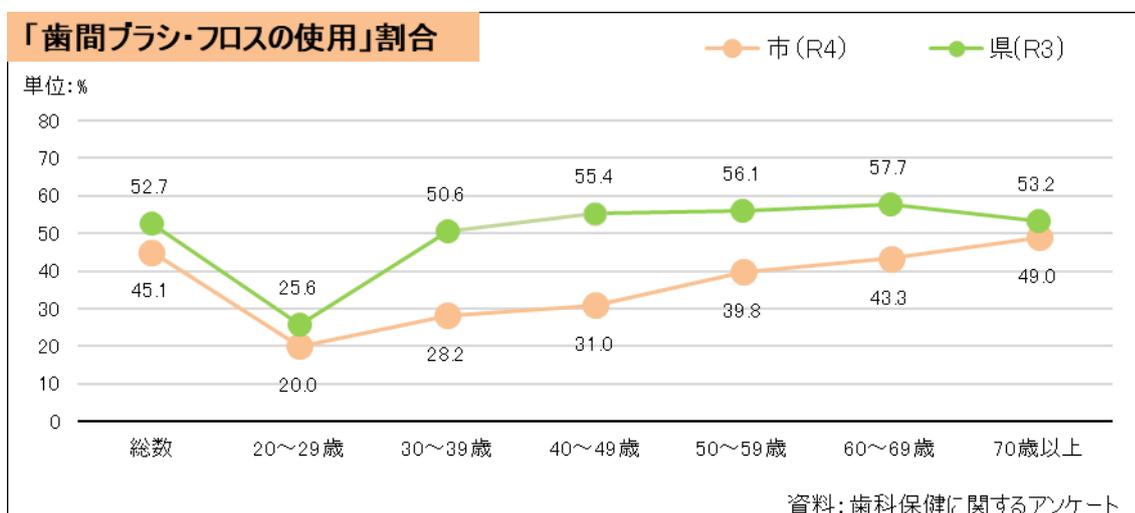
3歳児において、大人が仕上げ磨きをしている割合についても、目標値には達してはいませんが、常に90%以上は維持しています



目標値には達しませんでした。19-64歳では、基準値よりも高くなっており、19-34歳 45-54歳では6割以上が満足しています。

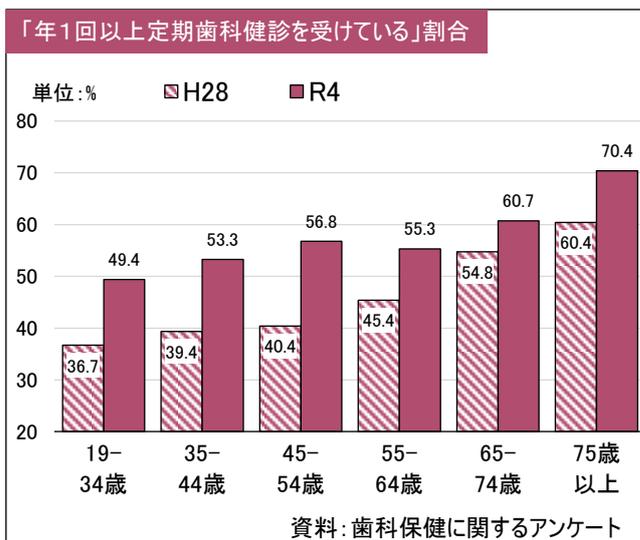


目標値には達しませんが、基準値よりもすべての年代において、使用している割合は高くなっています。

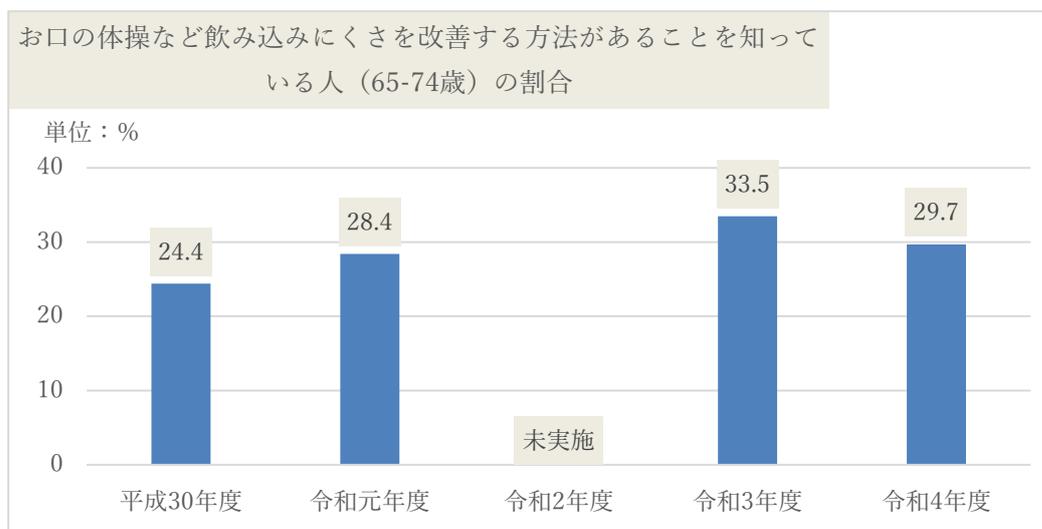
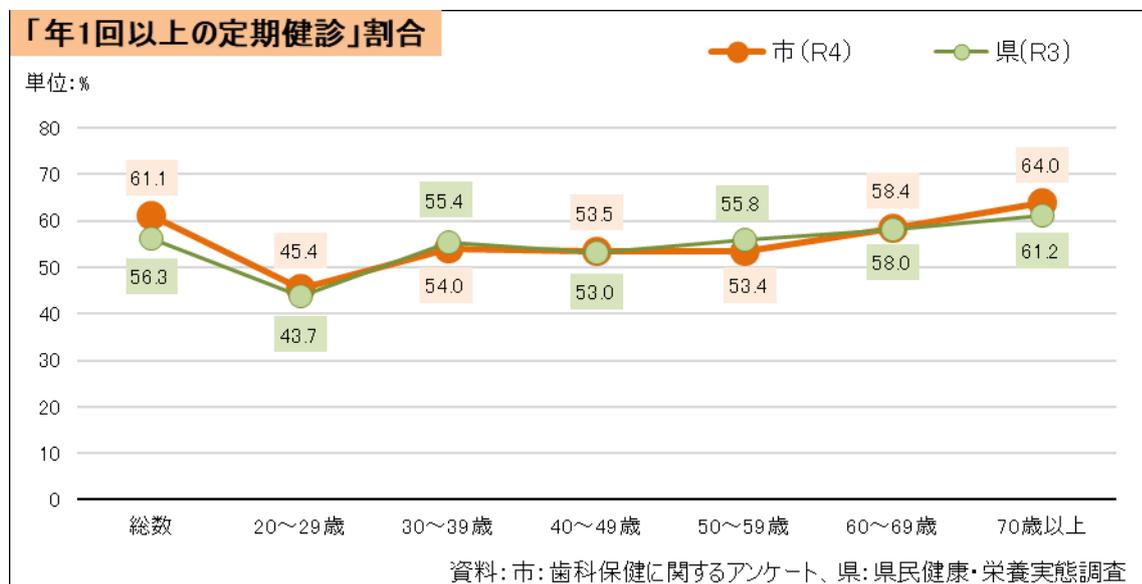


県と比較すると、すべての年代において数値が低くなっています。





各年代において、基準値よりも高くなっています。県とほぼ同等の受診率です。



【現状・課題】

- 妊婦歯科健診は H28 年度から医療機関委託としたことに加えて、助産師訪問時、受診勧奨を実施したため、受診率が上昇し目標を達成しています。
- 定期的な歯科健診やフッ化物歯面塗布・洗口などにより、幼児・学童のむし歯数は年々減少し、目標値を達成しました。
- 定期的に歯科健診を受診している人の割合は、各期において目標値を達成していますが、歯周疾患検診は若い年代ほど受診率が低い状況にあります。8020 達成に向けて、定期的な歯科健診、歯間清掃用具の使用率の向上など、自分の口腔状態に興味関心を持ち、健康な口腔を保つために、引き続き定期歯科健診の受診率向上のための取り組みを継続していきます。
- 生涯にわたって、よく噛んで食べることは、口腔機能の維持・向上につながります。加齢とともに起こりやすい、オーラルフレイル(口腔機能の虚弱)対策についても、今後も取り組みを推進していきます。

オーラルフレイル予防

オーラルフレイルとは、加齢に伴い「むせることがふえた」「滑舌が悪くなった」等、口腔機能（食べる、話す等の機能）が衰えた状態のことです。口腔機能が衰えることによって栄養不足になったり、会話がしづらくなると、筋力・体力低下や気持ちの落ち込みがおこり、結果、食欲が低下、より口腔機能が低下するという悪循環に陥り、全身のフレイル（虚弱）を引き起こします。また、誤嚥性肺炎のリスクも高まります。健康長寿にはオーラルフレイル予防はとても大切で、しっかり噛める歯を残すための「口腔ケア」と「歯科の定期健診」を心がけ、よく噛んで飲み込む機能を維持する生活習慣が大切になります。

イラスト 追記予定

基本目標2 こころの健康に向き合い、自分らしくゆとりのある生活を送る

こころの健康

【これまでの取組】

- こころの健康づくりの普及啓発のために「燕市こころの健康スワロー運動」を推進しました。庁内関係部署、関係機関・団体との連携を図りながら、普及啓発を行いました。
- 身近な窓口で気軽にこころの相談が受けられるよう、関係機関と連携を図りながら、対面や電話での相談窓口だけでなく SNS 相談窓口について普及啓発を行いました。
- 精神保健福祉講座にて精神疾患への理解や周囲の理解など、社会環境の整備や機運の醸成を図りました。
- ゲートキーパー研修を通して、様々な分野の支援者を対象に自殺予防の基礎知識と、演習を通じた研修会を実施しました。
- 幼児期からの望ましい生活習慣確立のため、幼児健診において、起床・就寝時間や食事の内容などを記載してもらう「元気なからだづくりチェック表」(アンケート)の活用や「家族で早寝早起き」リーフレットを作成し、保護者への周知啓発に努めてきました。

【主な事業】

事業名	事業内容
こころの健康講座	こころの病気やストレスコントロールについて学ぶ講座
ゲートキーパー養成講座	悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守るゲートキーパーを養成する講座 一般・教職員・市役所職員・専門職向けに実施
うつ等のスクリーニングによるハイリスク者の把握	健康診査でうつやこころの状態を把握するスクリーニングを実施し、該当者へのこころの相談支援を実施
燕市こころの健康スワロー運動	睡眠、話す、つながるの3つの要素を取り入れた、こころの健康づくりを推進する運動
健康に関する相談	乳幼児から高齢者まで、こころやからだの健康に関する相談窓口

こころの健康(休養)の目標達成率の評価

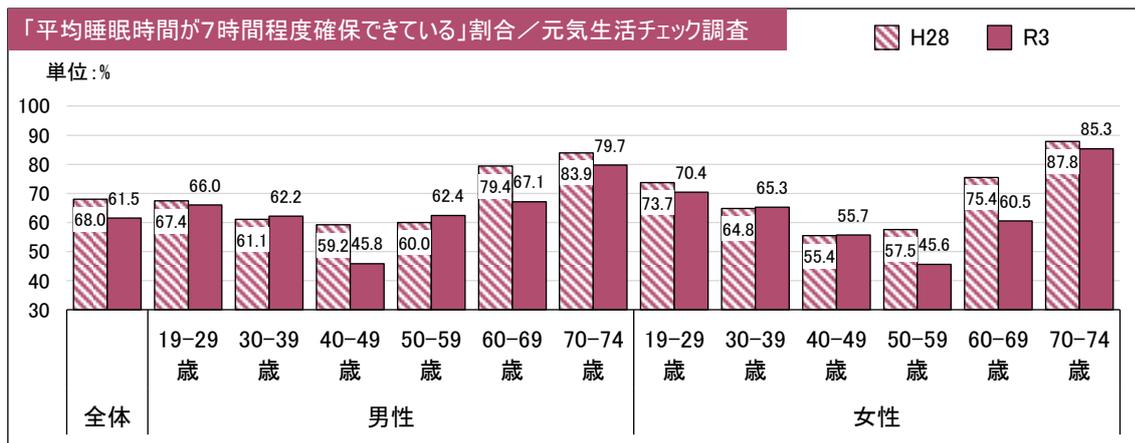
項目	基準値 (H28 年度)	目標値・ 期待値 (R4 年度)	実績値 (R 元年度)	実績値 (R4 年度)	評価
平均睡眠時間が7時間程度、確保できている人	68.0%	71.4%	—	61.5% (R3)	D
毎日の睡眠時間で熟睡感がある人	76.2%	80.0%	—	68.8% (R3)	D
ゆっくりと休養する時間が確保できている人	70.7%	74.2%	—	69.7% (R3)	D
心身ともゆったりとくつろげる環境がある人	79.4%	83.3%	—	78.7% (R3)	D
睡眠で休養が十分にとれている人の割合	78.0%	83.5%	79.1%	76.9% (R3)	D
3歳児で午後10時までに就寝する子の割合	58.3%	70.0%	83.0%	78.5%	A

こころの健康(ストレス)の目標達成率の評価

項目	基準値 (H28 年度)	目標値・ 期待値 (R4 年度)	実績値 (R 元年度)	実績値 (R4 年度)	評価
イライラしたり、気が沈むことがある人	64.2%	61.0%	—	67.8% (R3)	D
自分なりのストレス解消法がある人	74.8%	78.5%	—	76.2% (R3)	C

こころの健康(自殺対策)の目標達成率の評価

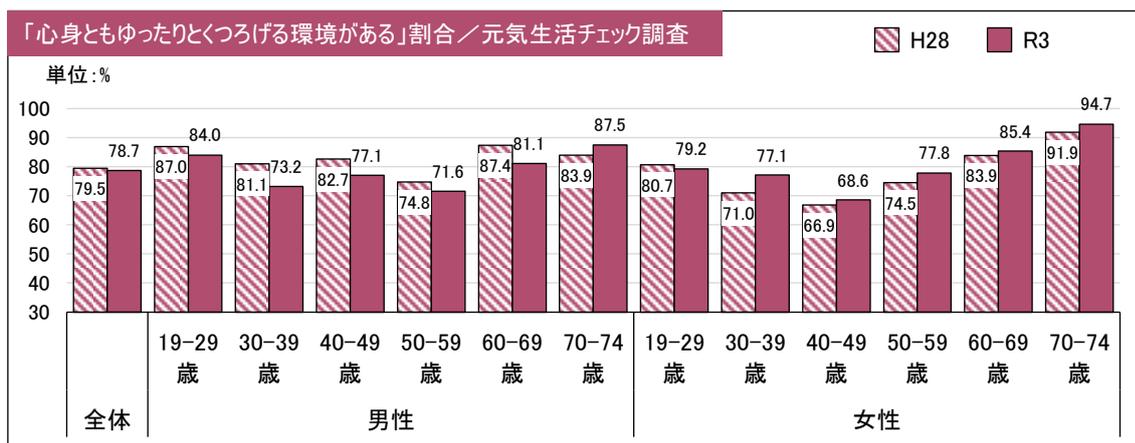
項目	基準値 (H28 年度)	目標値・ 期待値 (R4 年度)	実績値 (R 元年度)	実績値 (R4 年度)	評価
自殺者を減らす【人口10万人当たりの自殺者数】	20.80 (H23～H27年の平均)	減らす	18.17 (H26～30年の平均)	20.14 (H29～R3年の平均)	A
ゲートキーパーの人数	568人	1,000人	980人	1,252人	A



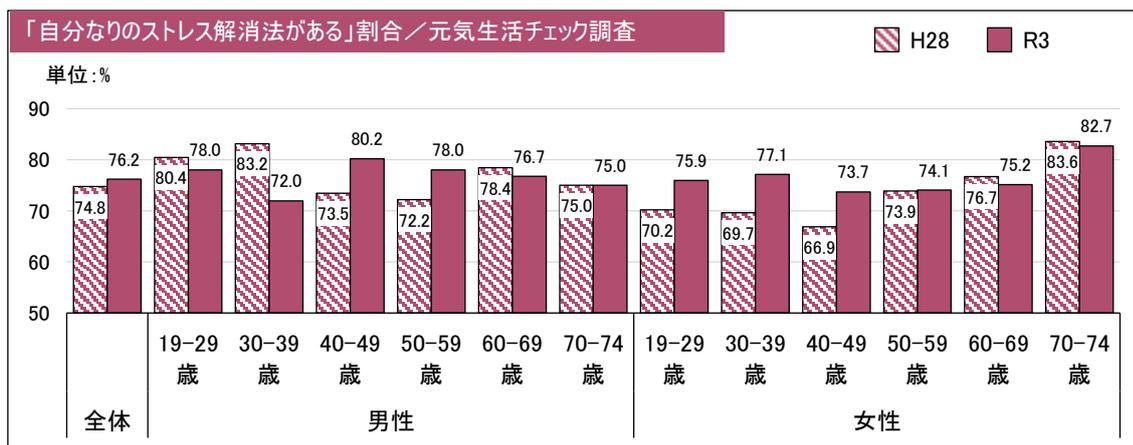
○「平均睡眠時間が7時間程度、確保できている人」の割合は、基準値より減少していますが、年代別では30-39歳・50-59歳男性、30-39歳・40-49歳女性で増加しています。



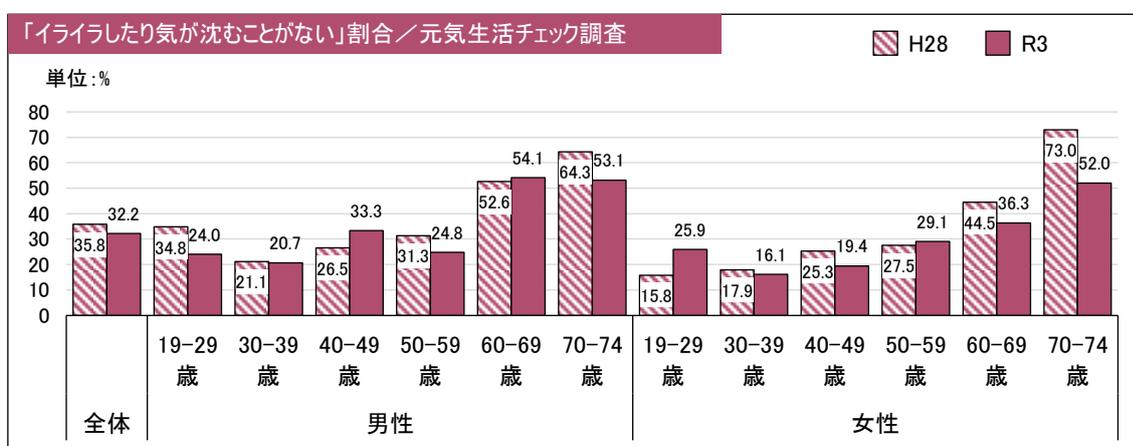
○「睡眠で休養が十分にとれている人」の割合は、基準値より減少していますが、年代別では40-49歳・55-64歳男性で県より高くなっている反面、女性は全年代で県より低くなっています。



○「心身ともゆったりとくつろげる環境がある人」の割合は、基準値より減少していますが、年代別では、70-74歳の男性、30-74歳の女性で増加しています。



○「自分なりのストレス解消法がある人」の割合は、基準値より増加していますが、年代別では、40-69 歳の男性、19-59 歳の女性で増加傾向にあります。



○「イライラしたり、気が沈むことがある人」の割合は、基準値より増加していますが、年代別では、40-49 歳・60-69 歳男性、50-59 歳女性でイライラしたり気が沈むことがない人が増加しています。

【現状・課題】

○早寝早起きの大切さを普及啓発してきた結果、3歳児健診で午後10時までに就寝する子の割合は、基準値より改善しています。今後もあらゆる機会をとらえて、子どもの頃からの良質な睡眠習慣の定着に向けて取り組んでいく必要があります。

○ストレスコントロールや良好な人間関係を保つためにこころの健康講座を休日開催し、働きざかり世代も参加しやすい環境を整備してきました。今後は、自分に合った適切な睡眠時間や睡眠の質の確保に向けた情報発信など取り組みが必要です。

○こころの健康づくりに必要な「眠る」「話す」「つながる」ことを普及啓発している「燕市こころの健康スワロー運動」を推進してきました。今後は、関係機関・団体と連携しさらに推進していく必要があります。

○ゲートキーパー養成講座を様々な立場の人を対象に開催し、自殺予防の早期介入・早期対応を図ってきました。今後は、さらなるこころの相談窓口の周知やSNSを活用した相談・支援の導入など検討していく必要があります。

【元気増進対策】

基本目標3 生きがいや活躍の場を持ちながら、一人ひとりが輝いて生きる

コミュニケーション・社会参加

【これまでの取組】

- 保健推進委員協議会、食生活改善推進委員協議会、元気磨きたい(健康づくり3団体)の活動を市民協働で推進し、健康づくりに取り組む市民の増加を図ってきました。
- 主体的に健康づくりを行う人材育成のために、健康づくり3団体に対し、各団体および合同での研修会や代表者会議など団体間の交流促進を図ってきました。健康課題解決に向け共同で「つばめ健康3つのススメ」リーフレット作成や元気かがやきポイント事業の普及啓発など、各団体の強みを活かし健康づくり活動を展開してきました。
- 健康づくりマイストーリー運動では、家族や地域、施設、職場内で共に取り組むことを通じコミュニケーションの促進を図ってきました。

【主な事業】

事業名	事業内容
元気磨きたい活動	健康増進計画実践プロジェクト「元気磨きたい」の燕市を元気あふれる健康なまちにする活動
保健推進委員協議会活動	運動やこころの健康、つながりづくり等地域での教室や講座
食生活改善推進委員協議会活動	食生活や食育などをテーマとした地域での活動や教室
元気かがやきポイント事業	日々の健康づくり行動や健康関連事業への参加でポイントが貯まり、健康行動の習慣化や社会とのつながり強化を図る
地域ふれあいサロン健康相談会	身近な会場で気軽に集まり、ふれあいを通じて「生きがいづくり」「仲間づくり」「健康づくり」の輪を広げる活動

コラム つばめ健康3つのススメとは

作成中

コミュニケーション・社会参加(夢・目標・生きがい)の目標達成の評価

項目	基準値 (H28 年度)	目標値・ 期待値 (R4 年度)	実績値 (R 元年度)	実績値 (R4 年度)	評価
何事に対しても積極的に取り組んでいこうと思っている人	66.2%	69.5%	—	63.5% (R3)	D
毎日が充実している人	72.3%	75.9%	—	69.9% (R3)	D
目標や達成したいことがある人	67.7%	71.0%	—	65.0% (R3)	D
育児が楽しいと感じる人	72.0%	75.0%	68.8%	75.2%	A

コミュニケーション・社会参加(仕事・役割・活躍)の目標達成の評価

項目	基準値 (H28 年度)	目標値・ 期待値 (R4 年度)	実績値 (R 元年度)	実績値 (R4 年度)	評価
家庭・地域・職場での今のあなたの役割に満足している人	74.6%	78.3%	—	72.0% (R3)	D
自分の能力や経験を活かすことができていると感じている人	58.9%	61.8%	—	56.2% (R3)	D
自分が必要とされていると感じることがある人	81.2%	85.2%	—	76.6% (R3)	D
人のために役立ったと感じることがある人	68.0%	71.4%	—	68.6% (R3)	C

コミュニケーション・社会参加(仲間・人間関係)の目標達成の評価

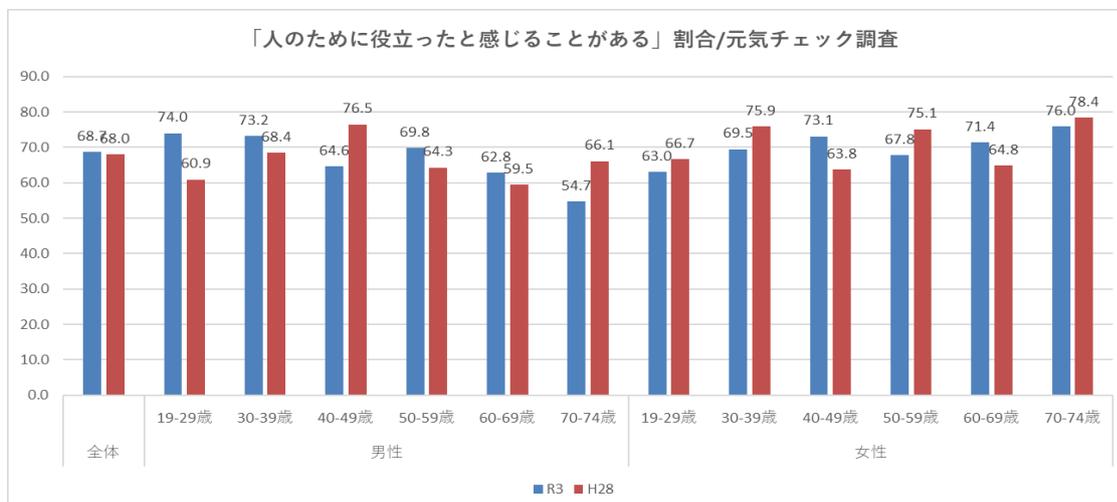
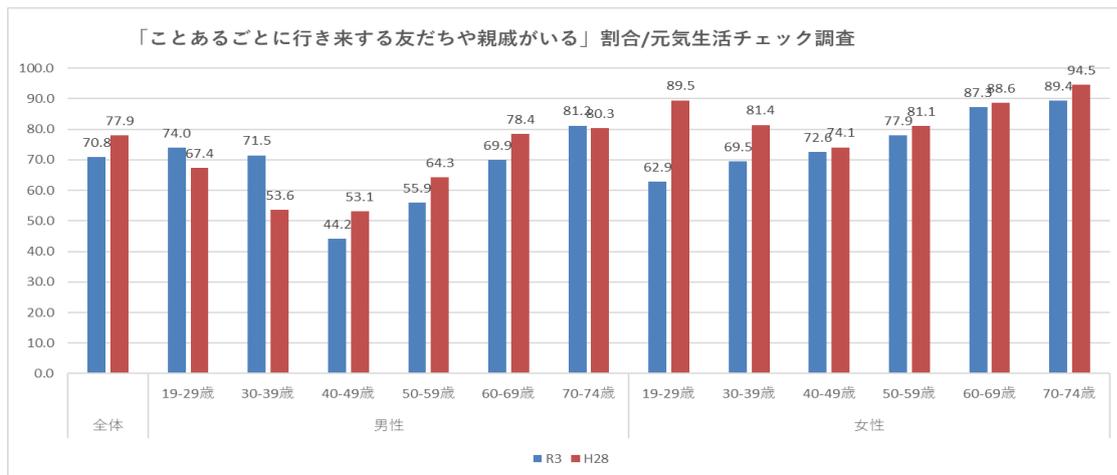
項目	基準値 (H28 年度)	目標値・ 期待値 (R4 年度)	実績値 (R 元年度)	実績値 (R4 年度)	評価
ことあるごとに行き来する友だちや親戚がいる人	77.9%	81.7%	—	70.8% (R3)	D
寂しいときなどに電話をしたり、訪ねていってお喋りできるような人がある人	70.0%	73.5%	—	65.8% (R3)	D
心配事や不安があるときに親身に相談に乗ってくれる人がある人	76.5%	80.3%	—	73.1% (R3)	D

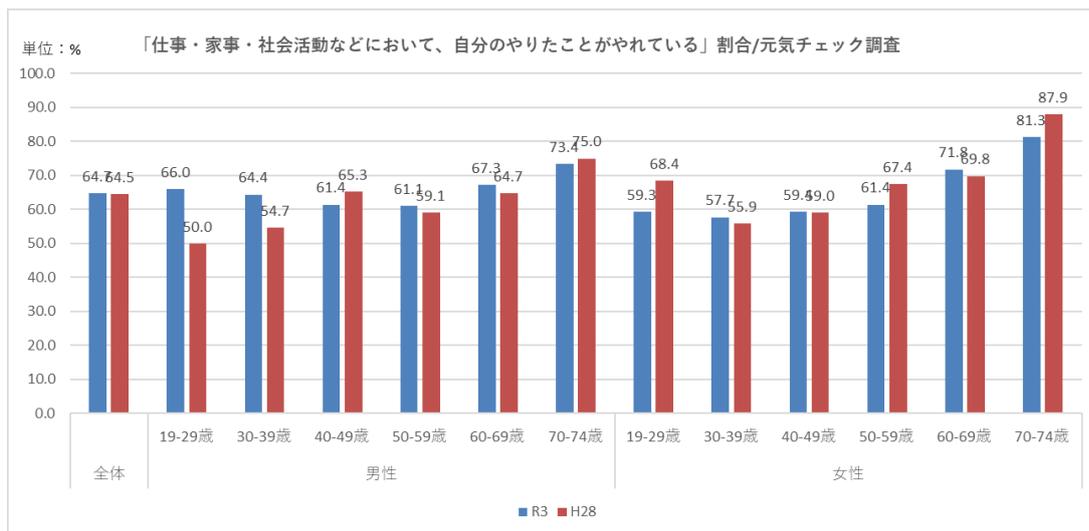
コミュニケーション・社会参加(自分らしさ)の目標達成の評価

項目	基準値 (H28年度)	目標値・ 期待値 (R4年度)	実績値 (R元年度)	実績値 (R4年度)	評価
無理せず自然体で生活できている人	82.6%	86.7%	—	81.4% (R3)	D
自分には良いところがたくさんあると思う人	58.7%	61.6%	—	57.1% (R3)	D
仕事・社会活動において自分のやりたいことがやれていると思う人	64.5%	67.7%	—	64.7% (R3)	C

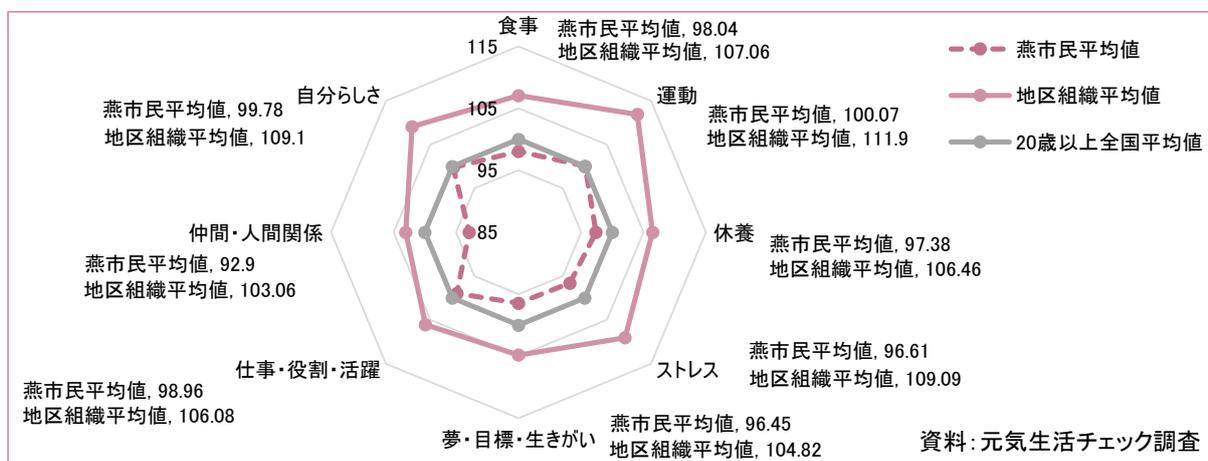
コミュニケーション・社会参加(地区組織活動)の目標達成の評価

項目	基準値 (H28年度)	目標値・ 期待値 (R4年度)	実績値 (R元年度)	実績値 (R4年度)	評価
健康づくりマイストーリー運動 応援団メンバー数	970人	1,250人	1,016人	948人	D
健康づくりマイストーリー運動 応援団活動 年間延べ参加者数	37,046人	37,300人	35,600人	15,851人	D





元気生活チェック調査(R3 年度実施) 市民と健康づくり3 団体との比較



グラフ：地域への参加状況を追加

「地域活動へ参加している割合」

第9期介護保険事業計画 長寿福祉課

作成中

【現状・課題】

○「育児が楽しいと感じる人」で目標達成しています。引き続き、関係機関と連携を図り支援体制の充実を図ります。

○「ことあるごとに行き来する友だちや親戚がいる人」の割合は、基準値より減少しています。年代別では、19-29歳・70-74歳男性で増加しています。今後も地域活動への参加やつながりづくりに努めていく必要があります。

○「人のために役立ったと感じることがある人」「仕事・社会活動において自分のやりたいことがやれていると思う人」で、基準値より改善しています。

○燕市民と健康づくり 3 団体の項目別平均値を全国と比較すると、健康づくり 3 団体がすべての項目において優れています。外出や活躍・役割を持ち、人のためになる活動をすることが、元気を高める要因と考えられるため、今後も健康づくり 3 団体の育成や活動の促進を図っていくことが大切です。

○「健康づくりマイストーリーー運動応援団活動年間延べ参加者数」は、新型コロナウイルス感染症拡大の影響により活動を縮小・中止せざるおえなくなったため結果的に減少しました。今後は、アフターコロナを見据えた生きがいづくりや外出の場づくりが求められています

2. 課題の総括

第3次燕市健康増進計画では、6つの領域とライフステージ別に取り組みを推進してきました。

しかし、令和2年度からは新型コロナウイルス感染症(以後コロナと記載)により、集団から個別へ、時間指定や予約制による人数制限など、各種健康診査・検診、健康相談・健康教育などすべての事業について見直しを迫られました。

また、市民の生活も一変し、ふれあい・コミュニケーションの激減や、外出が制限され身体活動が減少するなど、健康状況にも影響を及ぼす結果となりました。そのような中、Webによる予約制の導入、オンラインによる健康相談、積極的な動画配信など、様々な工夫を凝らし対応してきました。その結果、下記のような課題が見えてきました。

(1) 栄養・食生活

先に策定しました第2次食育推進計画をもとに、子どもの頃からの望ましい食習慣の実践と生活習慣病予防への取り組みを推進してきました。

しかし、野菜の摂取や減塩、朝食欠食や就寝前の食事摂取の割合などには課題が残りました。

今後は、生活習慣病の予防の他に、生活機能の維持・向上の観点から、適正体重の維持やバランスの良い食事、減塩についての取り組みや食を取り巻く環境への理解を促す取り組みが必要です。

(2) 身体活動・運動

健康行動の習慣化を目指して平成26年度から開始した「健康づくりマイストーリー運動」を推進し、ウォーキングマイスターの認定や日常的にできる運動情報の普及啓発、県のアプリを活用した企業対抗歩数ランキングなどに取り組んできました。

しかし、働きざかり世代の運動習慣定着率が低いことから、次世代を含む運動習慣の定着及び身体活動量の増加に向けた「自然と身体活動量が増える」環境整備など、さらに関係機関・団体と連携した取り組みが必要です。

(3) 生活習慣病

◆生活習慣病予防・重症化予防のための取り組み

高齢化に伴い、生活習慣病の有病者数の増加が見込まれており、その対策は健康寿命の延伸のためには引き続き重要な取り組みとなります。

特定健康診査受診率はコロナ禍から改善傾向にありますが、基準値までの回復には至っていません。引き続き、受診勧奨や健診受診の重要性の意識啓発、受診しやすい体制づくりを継続していく必要があります。

燕市のメタボリックシンドロームの該当者数はほぼ横ばいですが、県の該当者割合は上昇していることから、市の取り組みに一定の効果があったと考えます。

また、脳血管疾患による死亡が依然高い現状があります。その原疾患となる糖尿病は、国民健康保険における医療費や患者数も多いので、CKD(慢性腎臓病)・人工透析への移行を食い止める重症化予防の取り組みも併せて重要です。

◆望ましい生活習慣の定着

男性の喫煙は改善しましたが、喫煙は様々な病気の引き金となるため、禁煙の動機づけとするため COPD 検査(呼吸機能検査)を特定健康診査の会場で実施していました。しかし、R2年度からコロナ感染拡大防止のために中止しており、今後検査再開に向けての検討を行っていきます。また、喫煙者に対して、禁煙外来の紹介など禁煙したい人への対策が必要です。

さらに、女性は喫煙だけでなく飲酒量の改善も少ない現状があります。加えて、女性はホルモンの影響をうけ体調不調を引き起こしやすいため、若い世代からのプレコンセプションケアの実施、適正体重の維持など、女性に向けた望ましい生活習慣の定着への取り組みを強化する必要があります。

◆働き盛り世代のがん予防の推進

死因の第1位は悪性新生物であり、男性では胃がん、女性では大腸がんが高率となっています。胃がんについては、胃部エックス線検査よりも気軽に受けられる胃がんリスク検診を併用することで、早期発見に努めてきました。

コロナ禍で落ち込んだがん検診受診率は、基準値までの回復には至っていないことから、がん予防の普及啓発や受けやすい体制づくりなど、がん検診受診率向上に向けた対策が重要です。

(4) 歯・口腔の健康

先に策定しました歯科保健計画をもとに歯科保健対策を進めた結果、コロナ禍においても約6割が目標値を達成しています。

歯・口腔の健康については、生活習慣病予防の観点からも、今後も幼児期からよく噛んで食べる習慣の定着や、定期歯科検診の受診者の増加などに取り組んでいく必要があります。

また、オーラルフレイル予防に向け、地域での普及啓発の他、関係機関との連携を強化し、歯科保健意識が高まるための取り組みが必要です。

(5) こころの健康

休養に関する項目の悪化が見られ、睡眠時間やゆったりとくつろげる環境の確保及びストレス解消などを身につけるための対策が必要です。

平成30年度に燕市自殺対策計画を策定し対策を強化した結果、自殺率は減少傾向にありますが、引き続き職域と連携し、眠る・話す・つながることの重要性について普及啓発している「燕市こころの健康スワロー運動」の推進が必要です。併せてゲートキーパー養成講座を毎年開催し、こころの不調者に対し早期発見・早期対応できる人材の育成が大切です。

(6) コミュニケーション・社会参加

社会とのつながりについては、ソーシャルキャピタルの醸成が健康に影響すると言われており、今後は地域の人々とのつながりや様々な社会参加を促すことが重要になってきます。地域活動に関わっている保健推進委員・食生活改善推進委員・元気磨きたいは本調査でも元気増進軸・病気予防軸の全てにおいて全国平均値を上回っています。地域活動にかかわることが元気を高める一因と考えられ、活動の活性化や活躍の場の創出、仕組みづくりを進めていく必要があります。

(7) ライフステージ別

①育ちざかり

少子高齢化・核家族化、女性の社会進出、仕事と家事の両立など、社会の変化が加速する中、育児の孤立化を防ぐため、妊娠から出産、育児と切れ目のない支援が必要です。

幼少期からの生活習慣や健康状態は、成長してからの健康状態に大きく影響を受けることから、乳幼児期からの望ましい生活習慣の確立が重要になります。妊娠中から飲酒・喫煙をしない人を増やすことに加えて、バランスのよい食生活、運動習慣の獲得、適正体重の維持など、今後も関係機関と連携を図りながら、取り組む必要があります。

②働きざかり

元気生活チェック調査では、30代男性は前回調査時に比べて元気増進軸・病気予防軸ともに悪化しています。子育てと家庭・仕事との両立が求められる働きざかり世代では、自分の健康を気遣うゆとりもないのが現状です。健康経営や産業保健と連携するなど、仕事をしながらでも自然に健康になれるような環境づくりが必要です。

③活躍ざかり

65歳健康寿命と65歳平均余命は増加しているものの、その差は横ばいになっています。これからやってくる超高齢社会に備え、さらに元気な高齢者を増やすため、「人生100年時代の健康サポート事業」を令和2年度から開始し、医療・健康・介護部門が連携し、フレイル予防対策を展開してきました。

介護認定者の有病率でも、筋・骨格系の疾患が多くみられることから、骨粗しょう症検診や既に実施されている個別指導による受診勧奨に加え、ロコモティブシンドローム対策が求められます。

(8) 新たな課題

コロナ禍においてデジタル化に拍車がかかりましたが、高齢者であっても、必要な健康情報をタイムリーに獲得できる環境の整備が必要です。

また、これからは、個人の健康情報の見える化・利活用などを国は健康日本21(第三次)の視点に加えられていることから、令和5年度から開始した「健康・医療・子育て」LINEの普及を図り積極的に情報発信に努めるとともに、個人の健診結果がいつでも確認できるような活用に向けて推進していく必要があります。

第4章

計画の目標と重点施策

1. 計画の全体像

(1) 計画の施策体系・基本理念

本計画は、第3次健康増進計画の内容を基本的に踏襲しつつ、食育推進計画、歯科保健計画の内容を包含し、3つの基本目標を柱に「市民が健康で生き生きと自分らしい豊かな人生を過ごす」ことを目指していきます。

また、健康日本21（第三次）を踏まえ、個人の行動と健康状態の改善が図られることを目指し、全世代に共通するものとして「自然に健康になれる環境づくり」「誰もがアクセスできる基盤整備」を推進して行きます。

【目標】健康寿命の延伸
～健康寿命の伸びが平均寿命の伸びを上回る～

<燕市健康増進計画の基本理念>

市民が健康で生き生きと自分らしい豊かな人生を過ごす

病
気
予
防

【基本目標 1】
健康寿命の延伸を目指し、
健康を意識した生活習慣を
身につける

栄養・食生活
(食育推進計画)
身体活動・運動
生活習慣病
生活機能の維持・向上
歯・口腔の健康
(歯科保健計画)

【基本目標 2】
こころの健康に向き合い、
自分らしくゆとりのある
生活を送る

こころの健康

【基本目標 3】
健康な行動がとれる環境づ
くりを推進し、一人ひとり
が輝いて生きる

社会とのつながり

元
気
増
進

自然に健康になれる環境づくり

誰もがアクセスできる基盤整備

主な
病
気
予
防
事
業

健康診査・特定保健指導
がん検診・重症化予防
歯科健診

健康教育
健康相談

元気磨きたい活動
保健推進委員地区活動
食生活改善推進員活動

主な
元
気
増
進
事
業

(2) 計画の目標

健康寿命を延伸し、平均寿命との差を縮小することで、市民の生活の質（QOL）の向上を図ります。健康寿命の延びが平均寿命の延びを上回ることを目標とし、「病気予防対策」と「元気増進対策」の2つの視点及び基本目標と分野別の取組を示します。

健康寿命の算出にあたっては、国保データベース（KDB）システムによる「65歳から要介護2になるまでの期間（平均自立期間）」を日常生活に制限のない期間として捉え、使用いたします。

指標名		現状値 R4年度	目標値 R13年度	数値元
平均寿命と健康寿命の差	男性	1.5歳	縮める	国保データベース（KDB）システム
	女性	3.5歳	縮める	国保データベース（KDB）システム

(3) 基本目標

各基本目標においては、下記のような視点を踏まえた施策を推進します。

基本目標1 健康寿命の延伸を目指し、健康を意識した生活習慣を身につける

健康づくりにおいては、市民が健診等を通じて自身の健康状態を把握し、主体的に取り組むことが重要であることから、個人の生活習慣や社会的状況、経済的な要因など、さまざまな要因が健康に影響を与えることを踏まえ、胎児期から高齢期に至るまで経時的に捉えた健康づくりを支援します。

また、食生活・食育・運動などの分野における市民への情報提供や啓発などを継続して実施し、正しい生活習慣の定着と発症予防に取り組めます。

基本目標2 こころの健康に向き合い、自分らしくゆとりのある生活を送る

こころの健康について、良い睡眠習慣やストレス対処法などを学び、快適な睡眠環境を整える支援を行うとともに、こころの不調者に対して早期発見・早期対応できる人材の育成が重要です。

引き続き、誰もが安心して生活できる社会の実現を目指し、それぞれの状況に応じた切れ目のない対策を実施するため、国、県、民間団体、市民等との適切な役割分担及び連携の下で、支援体制の強化を進めます。

基本目標3 健康な行動がとれる環境づくりを推進し、一人ひとりが輝いて生きる

誰もが気軽に健康づくりに取り組みやすいよう、引き続き環境の整備に努めるとともに、地域のネットワーク等を活用した健康づくり活動を推進します。また、無関心層に向けては各種情報媒体や地域活動等を通じた情報発信、健康に関する相談窓口の周知を強化します。

そのほか、健康イベントの実施や地域ネットワークの強化により、地域全体の健康意識向上を図ることで、健康づくりに参加しやすい環境を整えます。

2. 施策体系

【病気予防対策】

基本目標1 健康寿命の延伸を目指し、健康を意識した生活習慣を身につける

(1) 栄養・食生活（食育推進計画）

施策の方向性

健康で心豊かな生活を送るためには、健全な食生活を実践し、おいしく楽しく食べることやそれを支える社会や環境を持続可能なものにしていくことが重要です。中でも、生活習慣病を予防し健康寿命を延伸するために、栄養バランスに配慮した食生活が実践できるよう引き続き取り組んでいく必要があります。食に関する価値観や生活の多様化に配慮しながら、効果的な食育を推進していきます。

【育ちざかり】

望ましい食習慣の基礎を身につけ、食を楽しみ、選択する力を育む。食に関する体験を広げ、食と環境の調和を理解します。

【働きざかり】

心身の健康を確保し生活習慣病を予防するため、健康的な食生活を実践します。環境に配慮した食生活への理解を深め取り組みます。

【活躍ざかり】

食を楽しみながら、健康状態に応じた食生活を実践し、健康寿命延伸を目指します。食に関する経験や知識を次世代に伝えます。

重点施策

1 生涯にわたる健康を支える食育の推進

- ◆ 幼児期からの肥満対策や若い世代の健康な生活習慣の実践、高齢者の低栄養・フレイル予防等、適正体重維持につながる健全な食習慣形成を各世代に向けて取り組みます。
 - ◆ 生涯にわたって心身の健康を確保するため、栄養バランスのよい食事を実践できるよう関係課と連携を図り、普及啓発します。
-

◆「ベジ足し」の推進等、市民が活用しやすい方法の伝達による生活習慣病予防に関連した食の適正摂取を目指すため、関係団体との協働による取り組みを充実させます。

2 持続可能な食を支える食育の推進

◆地元産農産物への関心を深めるため、農業体験の促進や地産地消の推進を継続して取り組みます。

◆食品ロス削減や災害時に備えた食、食の安全性、共食の推進等、食を取り巻く環境への理解や整備を進めます。

◆郷土料理や行事食等、食文化の継承につながる食育を推進します。

3 デジタル化に対応した食育の推進

◆食に関する知識と食を選択する力の習得のため、正しい情報を多様な手段で提供します。

◆動画の配信やホームページ、SNSの活用など、デジタル技術の積極的な活用による家庭に向けた食育を推進していきます。

栄養・食生活（食育推進計画）

指標名		現状値 R4 年度	目標値 R13 年度	数値元
1日2回以上、主食・主菜・副菜をそろえて食事をしている割合	小中学生	67.3%	維持・向上	燕市食育推進アンケート
	保護者	58.1%	維持・向上	燕市食育推進アンケート
毎日朝食を食べている割合	小学生	95.7%	県平均以上 ※参考 R4 県：96.2%	全国学力・学習状況調査
肥満傾向にある子どもの割合	5歳児	8.4%	県平均以下 ※参考 R4 県：6.9%	新潟県小児肥満等発育調査
	小学生	12.1%	7.0%以下	燕市学校保健会「健やかな子を育てるために」
低栄養傾向(BMI20以下)の高齢者(65歳以上)の割合		18.8%	18.0%以下	燕市特定健康診査及び健康診査結果
朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数		週 10.9 回	週 11 回以上	燕市食育推進アンケート
減塩に取り組んでいる人の割合		45.5%	75.0%	燕市食育推進アンケート
食育に関心を持っている人の割合		87.1%	90.0%	燕市食育推進アンケート
食品ロス削減のために何か行動をしている人の割合		93.2%	維持・向上	燕市食育推進アンケート
燕市産・新潟県産を意識して食品を購入する人の割合		58.5%	80.0%	燕市食育推進アンケート
学校給食地場産食材の使用割合（金額ベース）		※	※	燕市学校給食地場産物使用状況 ※現状値が把握できていないため、次年度以降設定

(2) 身体活動・運動

施策の方向性

一人ひとりの身体活動量を増やし、運動習慣者の増加を目指します。多様な主体と連携を図り、ライフコースに合わせた取り組みを推進します。

【育ちざかり】

子どもの頃から体を動かす楽しさを体験できる機会を増やし、子ども間、親子間で運動を通じたコミュニケーションの促進を図ります。

【働きざかり】

ながら運動や手軽に生活に取り入れられ、職場でもできる運動メニューの普及啓発を、職域と連携し推進します。

【活躍ざかり】

運動自主グループの活動を引き続き支援し、生活機能の維持・向上の観点から自分にあった運動が継続できるよう推進します。

重点施策

- ◆健康づくりマイストーリー運動を推進し、歩数集計アプリの導入など子どもの頃からの基本的な生活習慣の確立を図ります。
- ◆「にいがたヘルス&スポーツマイレージ事業」を活用し、歩数対抗ランキングなど身体活動や運動量が増加する取り組みを推進します。
- ◆保健推進委員協議会、食生活改善推進委員協議会、元気磨きたい活動(以下健康づくり3団体)において、運動をテーマとした活動を取り入れ、身体活動や運動量の増加を図ります。
- ◆生活習慣病予防に効果のある筋トレや有酸素運動などを取り入れた教室の開催や、個別に合わせたメニューの提供など、関係機関・団体と連携して進めます。

身体活動・運動

指標名	現状値 R4 年度	目標値 R13 年度	数値元
日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上している人の割合	43.3% (R3 年度)	56.0%	特定健診・健康診査問診項目
1回30分以上軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施している人の割合	31.7% (R3 年度)	32.7%	

3) 生活習慣病

施策の方向性

健康づくりを行うには、自分の身体の状態を知り、自分の身体の状態・ライフスタイルに合わせた、健康づくりの方法を選び実践できることが重要です。燕市の健康課題であるがん、糖尿病や循環器疾患を含めた生活習慣病の早期発見・早期治療のためのとりくみを実施するとともに、「自分の健康を自分で管理できる人」を増やすための取組みを実施していきます。

【育ちざかり】

将来、望ましい生活習慣ができる礎となるように、基本的な生活習慣の定着の推進

【働きざかり】

自分の健康に関心を持ち、自分にあった健康づくりの方法を選択し、実践できる人を増やすための取組の推進

【活躍ざかり】

疾病の重症化予防と生活機能の低下を予防するための取組の推進

重点施策

1 健康診査・がん検診の受診率向上に向けた取組み

- ◆自分の身体の状態を確認できる健康診査・がん検診受診の重要性を普及啓発するとともに、がん検診や受診しやすい検診体制を整備していきます。
- ◆がん検診受診者に精密検査の必要性を周知し、要精密検査となった人には医療機関の受診勧奨をさらに強化して実施します。

2 特定保健指導の実施率向上と生活習慣病予防のための取組み

- ◆健診を受けることが、さらなる健康づくりのきっかけとなるように、保健事業を整備し、生活習慣の行動変容につながる人、さらには望ましい生活習慣を継続できる人を増やす取組みを実施します。
- ◆健康づくり3団体と健康課題を共有し、市民と協働した生活習慣病予防に関する普及啓発を実施していきます。
- ◆生活習慣病の主要なリスク要因である喫煙について、職域と連携しながら健康への影響について普及啓発をし、喫煙率の低下のための取組を推進していきます。
- ◆ライフステージによって多様な健康課題がある女性への健康づくりの取組みとして、就労・子育てをしている人も受けやすい検診体制の整備を実施していきます。また、検診等の様々な機会をとらえて、飲酒量も含めた生活習慣病予防のための保健指導、ホルモン変化による健康課題に対する指導を実施していきます。

3 生活習慣病重症化予防のための取り組み

- ◆特定健診の結果、受診勧奨レベルの人を対象に、結果に合わせた保健指導の実施と受診勧奨をすることで、重症化予防につなげていきます。
- ◆医療機関とツールを活用しながら連携を図り、重症化予防対象者への効果的な保健指導を実施していきます。

(3) 生活習慣病

指標名		現状値 R4年度	目標値 R13年度	数値元
特定健診実施率		38.9% (R3年度)	48.0%	新潟県保健福祉年報
特定保健指導実施率		48.8% (R3年度)	55.0%	新潟県保健福祉年報
がん検診精 検受診率	胃がん検診	95.0% (R3年度)	100%	各種がん検診結果報告よ り(確定値)
	肺がん検診	97.2% (R3年度)	100%	
	大腸がん検診	80.8% (R3年度)	100%	
	子宮がん検診	96.4% (R3年度)	100%	
	乳がん検診	96.1% (R3年度)	100%	
糖代謝異常受診勧奨対象者の 医療機関受診率		47.1%	50%	健康づくり課調べ

(4) 生活機能の維持・向上

施策の方向性

健康寿命の延伸のためには、生活習慣病を予防するだけでなく、社会とのつながりを持ちながら生活をするための身体とこころの機能を可能な限り維持していくことが重要です。身体的・社会的・心理的の3つの側面からアプローチし、持っている生活機能の維持・向上のための取り組みを推進していきます。

重点施策

1 フレイル予防のための取り組み

- ◆「通いの場」「健康診査」等様々な場を活用しながら、対象者に合わせた個別相談の実施、健康教育や健康相談の充実を図り、栄養、身体活動、社会参加の視点での保健指導を実施していきます。

2 疾病の早期発見・早期治療のための取り組み

- ◆燕市の健康課題である糖尿病と循環器疾患を予防するために、訪問や電話での保健指導を実施するとともに、医療が必要な人へは受診勧奨をしていきます。
- ◆介護保険認定者有病状況は筋・骨格系の疾患が多いことから、生活機能の低下を予防するための取組みと、重症化予防するための受診勧奨を実施していきます。また、若い世代へ骨粗しょう症に関する普及啓発と保健指導に取り組みます。

生活機能の維持・向上

指標名	現状値 R4 年度	目標値 R13 年度	数値元
75 歳以上脳梗塞再発予防事業対象者に対する介入率	84.2%	80%以上	健康づくり課調べ
骨粗しょう症検診受診率	12.3%	14%	健康づくり課調べ
第1号被保険者に占める要介護(要支援)認定者の割合	18.1%	※	介護保険事業状況報告 ※目標値は、高齢者保健福祉計画・第9期介護保険事業計画との整合性を図るため後日加える

(5) 歯・口腔の健康（歯科保健計画）

施策の方向性

歯と口の健康を保つことは、全身への健康へも影響を及ぼすことから、歯科疾患の予防や口腔機能の維持・向上への取り組みは重要となっています。今後も 8020 達成に向けて、幼児期からむし歯予防の取組（正しいブラッシング、フッ化物の活用など）の継続、成人期以降の定期歯科健診受診の定着、超高齢社会に向けてオーラルフレイル対策など、生涯を通じた歯科保健対策を引き続き推進していきます。

重点施策

- ◆ 妊娠期から、むし歯予防のための適切な歯科保健習慣（よく噛む、歯磨き、定期歯科健診、フッ化物、おやつ回数など）の定着を推進していきます。
- ◆ 8020 達成のため、定期的な歯科健診やセルフケアの定着等、歯周疾患予防に関する取り組みの充実を図り、口腔機能の維持・向上を目指します。
- ◆ 在宅歯科医療および口腔ケアの充実に向けて、関係機関と連携し支援体制を推進していきます。

歯・口腔の健康（歯科保健計画）

	指標名	現状値 R4 年度	目標値 R13 年度	数値元
育 ち ざ か り	妊婦歯科検診受診率	48.2%	50%以上	市町村事業実施状況調査
	3 歳児でむし歯のない児の割合	95.0%	増加	母子保健報告
	5 歳児でむし歯のない児の割合	76.9%	増加	新潟県歯科疾患の現状と歯科保健対策
	よく噛んで食べる児の割合（1 歳 6 か月児）	50.3%	60%	1 歳 6 か月児健診問診票アンケート
	大人が仕上げ磨きする児の割合（3 歳児）	92.2%	100%	3 歳児健診問診票アンケート
	12 歳一人平均むし歯本数	0.18 本	減少	新潟県歯科疾患の現状と歯科保健対策
	小学校の歯肉炎有病者率	5.9%	減少	燕市学校保健会「健やかな子を育てるために」
	中学校の歯肉炎有病者率	6.5%	減少	

働きざかり	過去1年間に歯科健診を受診した人の割合（20歳以上）	61.1%	増加	健康診査受診者「歯科保健に関するアンケート」
	60歳（55～64歳）で24本以上自分の歯を有する人の割合	74.8%	増加	
	現在、歯や口の状態に満足している人（35～44歳）の割合	52.9%	60%以上	
	歯間部清掃用具を毎日使用している人（35～44歳）の割合	29.7%	増加	
	歯周疾患健診受診率	10.1%	増加	市町村事業実施状況調査
活躍ざかり	長寿歯科健診受診率	11.7%	15%	市町村事業実施状況調査
	80歳で20本以上自分の歯を有する人	60.0%	増加	保険年金課
	お口の体操などの飲み込みにくさを改善する方法を知っている人（65～74歳）の割合	29.7%	増加	健康診査受診者「歯科保健に関するアンケート」
	よく噛める人の割合（60～69歳）	77.2%	増加	国保データベース（KDB）システム
介護を要する人	かかりつけ歯科医を持つ人の割合	83.5%	増加	介護予防・日常生活圏域ニーズ調査
	訪問歯科診療を知っている人の割合	34.6%	増加	介護予防・日常生活圏域ニーズ調査

【病気予防対策】

基本目標 2 こころの健康に向き合い、自分らしくゆとりのある生活を送る

(6) こころの健康

施策の方向性

こころの健康を保つために、適切な睡眠や休養の確保、ストレスへの対処が自身でできるようになることが必要です。こころの健康づくりを推進するために「燕市こころの健康スワロー運動」を普及します。こころの健康講座等でこころの病への理解を深め、地域で見守る環境作りを推進します。

またメンタル不調となった時に、気軽に相談できる体制の強化や相談窓口の周知に努めます。「ゲートキーパー」の養成を継続し、「ゲートキーパー」について聞いたことがある人を増やしていきます。

重点施策

- ◆こころの健康を保つための適切な睡眠、休養、ストレスとの付き合い方について、情報発信と普及啓発を推進します。
- ◆こどもの頃からの規則正しい生活習慣の確立について、母子保健などの関係期間と連携した健康教育や情報発信をします。
- ◆こころの健康づくりの普及啓発として「燕市こころの健康スワロー運動」を推進するために、企業等への周知を強化します。
- ◆ゲートキーパー研修会を継続し、「ゲートキーパー」の認知度の向上を図ります。
- ◆こころの病気について正しい知識と理解の浸透、予防・サポートについて普及啓発をします。

こころの健康

指標名	現状値 R4 年度	目標値 R13 年度	数値元
睡眠時間で休養が十分とれている割合	76.9% R3 年度	83.5%	特定健診標準的質問票
平均睡眠時間が7時間程度確保できる人の割合	61.5% R3 年度	71.4%	元気生活チェック調査
自分なりのストレス解消法がある人の割合	76.2% R3 年度	78.5%	元気生活チェック調査
自殺者を減らす（人口10万人当たりの自殺者数）	20.14 (H29～R3年の平均)	減らす	健康づくり課調べ
ゲートキーパーという言葉聞いたことがある割合	19.6% R3 年度	30%以上	元気生活チェック調査

【元気増進対策】

基本目標3 健康な行動がとれる環境づくりを推進し、一人ひとりが輝いて生きる

(7) 社会とのつながり

施策の方向性

これまでも市民の社会参加を促しながらコミュニケーションの促進を図ってきましたが、仲間・人間関係においては充分とはいえない状況にあります。そのため、社会とのつながりづくりを一層推進するために、健康づくり3団体の活動で、関係団体・部署との有機的なネットワークの構築を目指し、元気増進対策の取り組みを推進します。

重点施策

- ◆健康づくり3団体の活動を市民協働で推進し、主体的に健康づくりに取り組む市民の増加と人材育成を図ります。
- ◆健康づくりマイストーリー運動を通し、健康づくり事業に参加するなど自分らしい健康づくりに積極的に取り組む市民の増加を図ります。
- ◆個人、家族、地域、学校、企業など多様な主体との連携を強化し、協働事業を推進します。
- ◆SNSやデジタル技術の活用により健康情報を発信し、幅広い世代が健康行動に取り組める環境づくりの構築を図ります。

社会とのつながり

指標名	現状値 R4年度	目標値 R13年度	数値元
健康づくり3団体活動参加者数	27,522人	28,000人	健康づくり課調べ
健康づくりマイストーリー運動を知っている人の割合	33.6% (R3年度)	43.6%	元気生活チェック調査
社会活動に参加している人の割合	※	※	※現状値が把握できていないため、次年度以降設定
地域の人々とのつながりが強いと思う人の割合	※	※	※現状値が把握できていないため、次年度以降設定

4. ライフステージ別の方向性と取り組み

(1) 育ちざかり

hug くもう！キラッと輝る自分力！

【乳幼児期(0～5歳)】

妊娠期は、身体的な変化に加え、妊娠・出産への喜びや不安等精神的にも大きく変化する時期です。また乳幼児期は、生活や遊びの中で基本的な生活習慣を身につけ、周囲との人間関係を通して社会性や心の成長を築く大切な時期です。

- 安心して妊娠・出産・育児ができるよう、妊娠期から子育て期にわたり切れ目ない支援を継続します。
- 基本的な生活習慣を身につけて健やかに成長できるよう、健診等乳幼児保健対策を充実させます。
- 望ましい親子関係形成のため、親やこどもの多様性を尊重しながら保護者の気持ちに寄り添った支援をしていきます。

【学童・思春期(6～18歳)】

学童期・思春期は、身体と心の基礎をつくり、基本的な生活習慣が確立される時期です。

- 家庭や小・中学校などの関係機関と連携し、こどもが主体的に取り組む健康づくりを推進していきます。
- 次世代の健康を育むため、思春期保健対策に取り組んでいきます。

(2) 働きざかり

仕事に華を！家庭に華を！地域に華を！

【青壮年期(19～39 歳)】

就労、結婚、子育てなど生活環境が大きく変化するなかで、社会参加により精神的に自立し、心身ともに充実する時期です。自分の健康に関心を持ち、将来の健康を見据えた生活習慣を実践していくが大切な時期です。

- 自らの健康に関心を持ち、自分の身体の状態にあった望ましい生活習慣を選択できるよう、生活習慣病予防のための食習慣や運動習慣の情報発信をしていきます。
- 自覚症状がなくても、健康診査・がん検診の受診する必要性を理解し、自分の身体の状態を確認する行動が定着するための普及啓発を推進していきます。

【中年期(40～64 歳)】

中年期は、家庭、職場、地域など様々な場面で中心的に活躍をする時期であり、人生の充実期です。反面、身体機能は低下傾向となり、過労やストレスが重なる世代でもあります。健康についての関心が高まる時期であり、個人の健康状態がその後の生活に影響を与えやすい時期でもあるため、生活習慣の見直しと改善が必要です。

- 健康診査・がん検診の受診について普及啓発を行い、受診しやすい実施体制を整備することで、生活習慣病の発症予防・重症化予防を図る取り組みを推進していきます。
- 主体的に健康づくりを実践できるように、職域と連携しながら生活習慣病を予防するための食習慣や運動習慣の普及と、保健指導を実施していきます。
- 身体と心の調和、家庭と仕事のバランスを意識した健康づくりを普及啓発していくことでワークライフバランスを推進していきます。

(3) 活躍ざかり

生涯現役！！笑顔だ！元気だ！健康だ！

【65歳以上】

社会的には人生の完成期ですが、身体的には老化が進み健康への不安が増大する時期です。身体的な健康に対する不安が増大し、社会的な活動の充実や生きがいを持つことが重要です。人生100年時代を健康に生きるための支援を強化します。

- 生き生き元気に過ごせるアクティブシニアを増やすために、地域の通いの場を整備し、交流と情報共有の場を提供します。
- 健康づくり3団体の活動を強化し、地域の健康づくり活動をサポートする人材を増やします。また、地域の個人や家族が健康づくりに参加しやすい環境を整備します。
- 「人生年時代の健康サポート事業」を充実させ、高齢者が自立した生活を送れるよう支援します。
- 適性体重の維持や低栄養・オーラルフレイルな度を予防するため、関係機関・団体と連携し健康的な食習慣を推進します。
- ロコモティブシンドロームに関する普及啓発を行い、自宅のできる運動メニューや地域での運動教室を提供します。

5. 燕市の健康づくり関連事業一覧

【病気予防対策】

基本目標1 健康寿命の延伸を目指し、健康を意識した生活習慣を身につける

(1) 栄養・食生活（食育推進計画）

事業名	事業内容
食事相談会	糖尿病や高脂血症など生活習慣病を予防する食事の個別相談を実施します。
食生活改善推進委員協議会活動	食生活や食育などをテーマとした地域での活動や教室です。
生活習慣病予防教室	健診結果が気になる人や生活習慣を改善したい人が食生活や運動について学び合う教室です。
ハッピーベビークラブ	妊娠中の妊婦と夫を対象に妊娠中の食生活について学びます。
オンライン離乳食グループ相談会	離乳食の基本や進め方について、オンラインを活用しグループで情報交換します。
離乳食座談会	離乳食の基本や進め方について、グループで情報交換・交流します。
つばめ食探求事業	市内農産物の収穫体験と同食材を使用したお店での食事を組み合わせた企画です。
食育月間における食育啓発事業	公共施設や農産物直売所等で、食育啓発ティッシュを配布しています。
つばめ食育だよりでの食育の情報提供	毎月19日が食育の日であることのPRと、食育情報・健康情報を発信しています。
介護予防関連事業における食育推進	高齢者に向けて、食に関する興味関心を高め、低栄養状態を予防する情報発信を行っています。
幼稚園・保育園・こども園における給食の提供	給食の提供を通して、園児へ食事のマナーや食物の知識について食育を実施しています。
キッズ健康教室	園児・職員を対象に、よく噛むことの効果について食育講座を行っています。
児童館・子育て支援センターでの食育活動	食物に関する知識を高め、つくる楽しさやおいしさを体験することで、食への興味や関心が持てるよう食育活動を実施しています。
子どもの居場所づくり支援事業	市内の子ども食堂に関し、助成金交付や開催の周知、年2回意見交換会を実施しています。

学校給食の提供及び児童生徒への食育	「給食&食育だより」の発行、ホームページへの掲載や「食の指導プラン燕」の策定、食育教材の周知と貸し出しをしています。
つばめキッズファーム事業	市内小学校を対象に、子どもたちが学校田や学級園での収穫を体験します。
学校給食における地産池消の推進	学校給食において、燕市産食材の使用を推進、地元農協から燕市産給食用精米を購入しています。
高齢者福祉サービス・配食サービス事業	ひとりぐらしの高齢者などのうち、安否確認が必要で自ら食事を用意することが困難な人に対して、食事を提供しています。
通所型サービス「健康教室」	専門家による運動指導、口腔ケア・口腔清掃指導、唾液マッサージ指導、栄養指導を実施しています。
生ごみ処理機(機)設置補助金	生ごみ処理機の普及促進を図るため、市内業者から購入し設置する場合に補助を行っています。
食品ロス削減計画の普及	「燕市食品ロス削減推進計画」の普及を図るため、様々な世代に向けた出前講座等を実施しています。
市民と事業者へワーク・ライフ・バランスの情報提供と啓発	ワーク・ライフ・バランスを呼びかけ、家庭で食事をとる時間を十分確保してもらうことで、食を通じた家族のコミュニケーションの促進を図ります。
外国人のみなさんとの多文化交流会	市内で暮らす外国人と日本人がお互いの理解を深めるため、身近な食を通じた異文化理解の機会を設け、交流会を開催します。
農業振興事業	燕市農村地域生活アドバイザー連絡会の協力のもと、地元産の旬の農産物をピックアップし、料理教室を開催します。
つばめ“食べて”応援キャンペーン	燕市産の農産物に応募シールを貼り、購入した消費者がシールを集めて応募すると、抽選で燕市産の農産物や農産加工品が当たるキャンペーンを実施しています。
公民館における食に関するサークル活動	料理、パン作り、お菓子作りなどの調理や食物アレルギーに関する情報交換など食育を行っているサークルに、活動しやすい環境を提供しています。
道の駅「国上」で背脂ラーメンを提供した燕市の食文化の発信	背脂ラーメンをグルメとして楽しんでもらうだけでなく、燕市の金属加工産業の歴史や職人文化を食を通して伝えています。
備蓄品の整備	各小学校区に複数ある避難所のうち1か所に、アレルギー対応非常食「梅がゆ」も含めた備蓄品を整備しています。
防災出前講座による災害時の食事についての知識の普及	地域や家庭、事業所等における防災について、災害時の食事の在り方の正しい知識の普及を図るため、実体験を含めた講座を実施しています。

フードドライブ	家庭や企業で余っている食品や生活用品を持ち込んで、フードバンクへの寄付を通じて、食料支援などを必要としている世帯などに配布しています。
---------	---

(2) 身体活動・運動

事業名	事業内容
運動自主グループ	ウォーキングや筋トレ、リズム体操等、主体的に運動を実践するグループです。
生活習慣病予防教室	健診結果が気になる人や生活習慣を改善したい人が食生活や運動について学び合う教室です。
保健推進委員協議会活動	運動やこころの健康、つながりづくり等地域での教室や講座です。
燕さくらマラソン大会	大河津分水の桜並木を気持ちよく走るイベントです。
クリーンアップ選手権大会	体を動かしながら、集めたゴミの総量を競い合います。
クリーンデー燕	地域の人と交流を楽しみながら、街をきれいにします。
スワローズ・ライスフム	東京ヤクルトスワローズとの交流、連携事業の1つです。スワローズファン、つば九郎と一緒に農業体験ができます。
フットパス	中ノ口川リバーサイドコース、粟生津・牧ヶ花コース、国上山コースがあります。
健康づくりマイストーリー講座	自分に合った健康づくりのヒント満載、やる気もアップする講座です。

(3) 生活習慣病

事業名	事業内容
健康診査	一般健康診査：19～39歳 特定健康診査：燕市国民健康保険加入者 後期高齢者健康診査：後期高齢者医療制度加入者
肺がん検診	対象年齢：40歳以上 内容：胸部レントゲン間接撮影
胃がんバリウム検診	対象年齢：40歳以上 内容：胃部レントゲン間接撮影（バリウム検査）
大腸がん検診	対象年齢：40歳以上 内容：便潜血検査（採便回数2日法）
子宮頸がん検診	対象年齢：20～39歳の女性、40歳以上で偶数年齢の女性（奇数年齢で前年度未受診者も含む） 内容：視診・内診・子宮頸部の細胞診

乳がん検診	対象年齢:40 歳以上の女性で前年度未受診者 内容:乳房レントゲン撮影 (マンモグラフィ) ※40~49 歳の方は 2 方向撮影、50 歳以上の方は 1 方向撮影
骨粗しょう症検診	対象年齢:40・45・50・55・60・65・70 歳の女性 内容:肘から手首のレントゲン撮影による骨密度測定
胃がんリスク検診	対象年齢:40・41・45・46・50・51・55・56・60・61・65・66・70・71 歳で一度も検査・除菌をしたことのない人 内容:血液検査によるピロリ菌の感染の有無と、胃の粘膜の萎縮の度合いを調べる検査
前立腺がん検診	対象年齢:50・55・60・65・70・75・80 歳の男性 内容:血液検査による前立腺特異抗原抗体検査
肝炎ウイルス検診	対象年齢:40 歳以上で今までに一度も検査を受けたことのない人 内容:血液検査による B 型・C 型肝炎ウイルス検査
健診結果活用講座	健康診査を受けた方を対象に、結果の見方や生活習慣改善について学び合います。
骨粗しょう症検診結果説明会	骨粗しょう症検診を受けた方を対象に、結果の見方や生活習慣改善について学び合います。
食事相談会	糖尿病や高脂血症など生活習慣病予防の個別相談会です。
生活習慣病予防教室	健診結果が気になる人や生活習慣を改善したい人が食生活や運動について学び合う教室です。
健康づくりマイストーリー運動	一人ひとりが主役となり、楽しみながら自分に合った健康づくりに取り組むことで、自分らしい健康の物語をつくる運動です。
生活習慣病改善指導事業	糖尿病や高脂血症など生活習慣病を予防する食事の個別相談を実施します。
燕市健康・医療・子育て LINE	新型コロナワクチン接種券申請や健康診査等予約システムの利用が簡単にでき、健康・医療・子育て最新情報がタイムリーに届きます。

(4) 生活機能の維持・向上

事業名	事業内容
人生 100 年時代の健康サポート事業	後期高齢者の自立した生活を実現し健康寿命の延伸を図っていくために、生活習慣病等の重症化を予防する取り組みと生活機能の低下を防止する取り組みの双方を一体的に実施します。
後期高齢者健診	75 歳以上の後期高齢者医療制度加入者を対象とした健康診査です。

骨粗しょう症検診	40・45・50・55・60・65・70歳の女性を対象に、骨密度測定を実施します。
地域の通いの場	地域で開催されている茶の間や体操教室など、誰でも参加できる場のことです。
つばめ・やひこ医療福祉介護フォーラム	人生の最終段階で自分自身がどう生(逝)きたいかを考えるフォーラムです。
介護・福祉学びの収穫祭	市内の介護事業所の取り組みを紹介しています。介護・福祉の情報が満載です。
認知症支援セミナー	認知症についての理解を深める市民向けセミナーです。
オレンジリングカフェ	認知症の人・ご家族で、お茶を飲んでホッとできます。認知症のことをもっと知りたい人も大歓迎です。
認知症サポーター養成講座	認知症の正しい知識を持ち、認知症の人をやさしく見守るための講座です。
介護予防活動啓発講演会	一人ひとりの意識や行動を繋げ、地域で支え合う大切さを学びます。

(5) 歯・口腔の健康（歯科保健計画）

事業名	事業内容
妊婦歯科健診	対象：妊婦 内容：歯科健診を医療機関委託実施
幼児歯科健診	対象：1歳、1歳6か月、2歳、2歳6か月、3歳 内容：歯科健診とフッ化物歯面塗布を実施
歯周疾患検診	対象：40歳、50歳、60歳、70歳 内容：歯科健診を医療機関委託で実施
フッ化物歯面塗布	対象：1歳・1歳6か月・2歳・2歳6か月・3歳児 内容：フッ化物歯面塗布を歯科健診と同時実施
フッ化物洗口	対象：市内園児、小・中学生 内容：希望者にフッ素洗口を実施
離乳食相談会	離乳食座談会・予約制育児相談会・オンライン離乳食グループ相談会で離乳食相談にて加えてよく噛むこと必要性を周知しています。また、園の給食等でもよく噛むことの指導をしています。
地区組織による周知・啓発	保健推進委員が健康クイズティッシュを作成し、お口に関する内容を盛り込みイベント等で配布しています。食生活改善推進委員がイベント等でベジ足しリーフレットを配布・活用し、よく噛むメニューの提供を行っています。

人生 100 年時代の健康サポート事業	ハイリスクアプローチとして、口腔保健対策事業「笑顔の宅配プロジェクト」、ポピュレーションアプローチとして通いの場での健康教育・相談等の充実事業を実施し、オーラルフレイル対策の啓発を行っています。
つばめ元気かがやきポイント事業	つばめ元気かがやきポイント手帳において、歯に関する項目を設定しています。
むし歯予防教室	歯科衛生士による健康教育を市内の園で実施、歯みがき講座を市内の子育て支援センター施設で実施しています。
むし歯・歯周病予防教室	各小・中学校で年 1 回、歯科衛生士による歯磨き指導を実施しています。
地域のサロン活動	歯科衛生士が口腔ケアの重要性について情報提供する、歯の健康教育を実施しています。
健康教室	65 歳以上で基本チェックリストに該当し、参加意向がある者を対象に、生活機能改善のための運動・口腔機能向上の複合プログラムを実施しています。
長寿歯科健診	対象：76 歳・80 歳 内容：歯科健診を医療機関委託で実施します。

【病気予防対策】

基本目標2 こころの健康に向き合い、自分らしくゆとりのある生活を送る

(6) こころの健康

事業名	事業内容
こころの健康講座	こころの病気やストレスコントロールについて学ぶ講座です。
ゲートキーパー養成講座	悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守るゲートキーパーを養成する講座です。一般・教職員・市役所職員・専門職向けに実施しています。
燕市こころの健康スワロー運動	睡眠、話す、つながるの3つの要素を取り入れた、こころの健康づくりを推進する運動です。
うつ等のスクリーニングによるハイリスク者の把握	健康診査でうつやこころの状態を把握するスクリーニングを実施し、該当者へのこころの相談支援を行います。
燕市こころの健康スワロー運動	睡眠、話す、つながるの3つの要素を取り入れた、こころの健康づくりを推進する運動です。
学校不適応・ひきこもり相談事業	小中学校の児童生徒から39歳までの若者を対象に、不登校やひきこもりに関する悩み相談の窓口を開設しています。
心の教室相談員派遣事業	生徒一人ひとりの悩みごと、心配ごとに対応するため、各中学校に「心の教室相談員」を派遣します。
スクールソーシャルワーカー派遣事業	児童生徒が抱える様々な問題に対し、スクールソーシャルワーカーを派遣し、家庭や学校、関係機関に対し支援を行います。
就学援助事業	経済的な理由により就学困難な児童生徒の保護者に対し、学校でかかる費用を援助します。
児童生徒の自殺対策に資する教育(SOSの出し方に関する)	子ども自身が悩みに対処する方法を知り、将来起きるかもしれない危機的状況に対し、援助希求行動がとれるように教育します。
子どもへの相談窓口周知	パンフレットやカード等を児童・生徒に配布し、広報紙・ホームページで周知します。
若者就労支援事業	15歳から49歳までの若者の自立を支援することを目的として相談支援を実施します。
生活保護事業	資産や能力を活用しても、生活を維持することができない人に対して、国の定める基準により最低限の生活を保障し、生活を営むために必要な扶助費を支給する。
生活困窮者自立支援事業	自立支援事業、住居確保給付金支給、就労準備支援事業、子どもたちへの学習環境改善支援、家計改善支援事業を行います。

健康に関する相談	乳幼児から高齢者まで、こころやからだの健康に関する相談窓口の充実を図ります。
女性のための総合相談窓口	市が依頼する団体が電話または面談で、女性が抱える様々な悩みについて相談を行います。
消費生活相談	市民に対する消費者の苦情相談、商品やサービスをめぐる契約のトラブルなどの相談を窓口や電話で聞き取り、問題解決や被害防止のためのアドバイスをを行います。
子育て全般の相談	子どもの発育発達や生活に関することなど、保健師、栄養士、保育士などが子育て全般の相談に応じます。
無料法律相談	市が依頼する新潟県弁護士会の弁護士が、離婚、相続、遺言、金銭問題など様々なトラブルに関して、無料で相談に応じます。
高齢者に関する総合相談	地域の高齢者からの相談に対して多面的、制度横断的なワンストップ相談を実施します。
納税相談	滞納者の近況について聞き取りを行い、収入状況などを考慮しながら、滞納整理を進めます。

【元気増進対策】

基本目標3 健康な行動がとれる環境づくりを推進し、一人ひとりが輝いて生きる

(7) 社会とのつながり

事業名	事業内容
元気磨きたい活動	健康増進計画実践プロジェクト「元気磨きたい」の燕市を元気あふれる健康なまちにする活動です。
保健推進委員協議会活動	運動やこころの健康、つながりづくり等地域での教室や講座です。
食生活改善推進委員協議会活動	食生活や食育などをテーマとした地域での活動や教室です。
ふれあいフォーラム (交通安全フェア)	環境、福祉、交通安全などに関する発表・展示のほか、マルシェやフードドライブ、ベビー学用品リユース会なども行います。
男女共同参画講座	一人ひとりが輝くために、男女共同参画について考える講座です。
つばめ目耕塾・燕大学	日々の暮らしに役立つお話から、郷土についての深いお話まで、楽しく学ぶ講座です。
公民館文化祭・市展・企画展	長善館資料館・分水良寛資料館の企画展、市展、市内公民館の文化祭です。文化に触れて心が豊かになります。
子育て支援講座	子育て支援センターのイベントに参加して、子どもと一緒にっこりできます。

ファミリーサポートセンター研修会・交流会	子どもの遊びや病気、救急法等を学び、子育て孫育てのヒントが見つかります。
つばめバリアフリーフェス	障がい者施設の紹介や商品販売、こころのバリアフリー講演会を行います。
つばめ電子図書館の利用	タブレットやスマートフォンでいつでもどこでも気軽に読書が楽しめます。
燕市公式 LINE 友だち登録	健康イベントをはじめとする市政情報や災害情報など、役立つ情報について LINE を活用し、お届けします。

6. 本計画の数値目標一覧

指標項目		現状値 令和4年度	目標値 令和13年度	数値元
全体の成果指標				
平均寿命と健康寿命の差	男	1.5歳	縮める	国保データベース (KDB) システム
	女	3.5歳	縮める	国保データベース (KDB) システム
基本目標1 健康寿命の延伸を目指し、健康を意識した生活習慣を身につける				
(1) 栄養・食生活（食育推進計画）				
1日2回以上、主食・主菜・副菜をそろえて食事をしている割合	小中学生	67.3%		燕市食育推進アンケート
	保護者	58.1%	(県80%国50%)	燕市食育推進アンケート
毎日朝食を食べている割合	小学生	95.7%	県平均以上	全国学力・学習状況調査
肥満傾向にある子どもの割合	5歳児	8.4%	県平均以下	新潟県小児肥満等発育調査
	小学生	12.1%	7.0%以下	燕市学校保健会
低栄養傾向(BMI20以下)の高齢者(65歳以上)の割合		19.1%	16%以下	燕市健康診査結果
減塩に取り組んでいる人の割合		45.5%	(県80%)	燕市食育推進アンケート
朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数		週10.9回	週11回以上	燕市食育推進アンケート
食育に関心を持っている人の割合		87.1%	90%	燕市食育推進アンケート
食品ロス削減のために何か行動をしている人の割合		93.2%	80% 維持・向上	燕市食育推進アンケート
燕市産・新潟県産を意識して食品を購入する人の割合		58.5%	80%	燕市食育推進アンケート
学校給食地場産食材の使用割合（金額ベース）		【R5】	維持・向上	新潟県地場産物使用状況調査
(2) 身体活動・運動				
日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施している人の割合		43.3% (R3年度)	56.0%	特定健診・健康診査問診項目

	1回30分以上軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施している人の割合	31.7% (R3年度)	32.7%	
(3) 生活習慣病				
	特定健診受診率	38.9% (R3年度)	48.0%	新潟県保健福祉年報
	特定保健指導率	48.8% (R3年度)	55.0%	新潟県保健福祉年報
がん検診受診率	胃がん検診	95.0% (R3年度)	100%	各種がん検診結果報告より(確定値)
	肺がん検診	97.2% (R3年度)	100%	
	大腸がん検診	80.8% (R3年度)	100%	
	子宮がん検診	96.4% (R3年度)	100%	
	乳がん検診	96.1% (R3年度)	100%	
	糖代謝異常受診勧奨対象者の医療機関受診率	47.1%	50%	健康づくり課調べ
(4) 生活機能の維持・向上				
	75歳以上脳梗塞再発予防事業対象者に対する介入率	84.2%	80%以上	健康づくり課調べ
	骨粗しょう症検診受診率	12.3%	14%	健康づくり課調べ
	第1号被保険者に占める要介護(要支援)認定者の割合	18.1%	※	介護保険事業状況報告 ※目標値は、高齢者保健福祉計画・第9期介護保険事業計画との整合性を図るため後日加える

(5) 歯・口腔の健康

① 育ちざかり

妊婦歯科検診受診率	48.2%	50%以上	市町村事業実施状況調査
3歳児でむし歯のない児の割合	95.0%	増加	母子保健報告
5歳児でむし歯のない児の割合	76.9%	増加	新潟県歯科疾患の現状と歯科保健対策
よく噛んで食べる児の割合（1歳6か月児）	50.3%	60%	1歳6か月児健診問診票アンケート
大人が仕上げ磨きする児の割合（3歳児）	92.2%	100%	3歳児健診問診票アンケート
12歳一人平均むし歯本数	0.18本	減少	新潟県歯科疾患の現状と歯科保健対策
小学校の歯肉炎有病者率	5.9%	減少	燕市学校保健会「健やかな子を育てるために」
中学校の歯肉炎有病者率	6.5%	減少	新潟県歯科疾患の現状と歯科保健対策

② 働きざかり

過去1年間に歯科健診を受診した人の割合（20歳以上）	61.1%	増加	健康診査受診者「歯科保健に関するアンケート」
60歳（55～64歳）で24本以上自分の歯を有する人の割合	74.8%	増加	
現在、歯や口の状態に満足している人（35～44歳）の割合	52.9%	60%以上	
歯間部清掃用具を毎日使用している人（35～44歳）の割合	29.7%	増加	
歯周疾患健診受診率	10.1%	増加	市町村事業実施状況調査

③ 活躍ざかり

長寿歯科健診受診率	11.7%	15%	市町村事業実施状況調査
80歳で20本以上自分の歯を有する人	60.0%	増加	保険年金課
お口の体操などの飲み込みにくさを改善する方法を知っている人（65～74歳）の割合	29.7%	増加	健康診査受診者「歯科保健に関するアンケート」
よく噛める人の割合（60～69歳）	77.2%	増加	国保データベース（KDB）システム

④ 介護を要する人			
かかりつけ歯科医を持つ人の割合	83.5%	増加	介護予防・日常生活圏 域ニーズ調査
訪問歯科診療を知っている人の割合	34.6%	増加	
基本目標2 こころの健康に向き合い、自分らしくゆとりのある生活を送る			
(7) こころの健康			
睡眠時間で休養が十分とれている割合	76.9% (R3年度)	83.5%	特定健診標準的質問票
平均睡眠時間が7時間程度確保できる人の割合	61.5% (R3年度)	71.4%	元気生活チェック調査
自分なりのストレス解消法がある人の割合	76.2% (R3年度)	78.5%	元気生活チェック調査
自殺者を減らす(人口10万人当たりの自殺者数)	20.14 (H29~R3年の平均)	減らす	健康づくり課調べ
ゲートキーパーという言葉を知っている人の割合	19.6% (R3年度)	30%以上	元気生活チェック調査
基本目標3 健康な行動がとれる環境づくりを推進し、一人ひとりが輝いて生きる			
(8) 社会とのつながり			
健康づくり3団体活動参加者数	27,522人	28,000人	健康づくり課調べ
健康づくりマイストーリー運動を知っている人の割合	33.6% (R3年度)	43.6%	元気生活チェック調査
社会活動に参加している人の割合	※	※	※現状値が把握できていないため、次年度以降設定
地域の人々とのつながりが強いと思う人の割合	※	※	※現状値が把握できていないため、次年度以降設定

5 章

計画策定の経過及び資料

1. 計画策定の経過

期日	会議名等	内容
令和3年6月～8月	元気生活チェック調査の実施	20～74歳の市民1,297人と地区組織（保健推進委員、食生活改善推進委員、元気磨きたい）398人を対象にアンケート調査を実施
令和3年12月23日	第1回健康3だん会	3団体それぞれの健康づくり活動の紹介と協働でできる健康づくりについて
令和4年2月（書面会議）	第2回燕市健康づくり推進委員会	元気生活チェック調査結果報告
令和4年3月14日	第2回健康3だん会	元気生活チェック調査結果報告
6月～10月	歯科保健に関するアンケートの実施	特定健診・後期高齢者健診受診者6,306人を対象に実施
令和4年7月1日・4日・8日	保健推進委員地区別研修会	燕市の健康実態とこれからの地区活動について、元気生活チェック調査報告
令和4年10月14日	食生活改善推進委員・元気磨きたい合同研修会	元気で過ごすための秘訣、これからの活動のヒント、元気生活チェック調査報告
令和5年2月	食育推進アンケートの実施	市内の小学4年生から中学2年生の児童生徒とその保護者を対象に実施
令和5年3月17日	第1回健康3だん会	前計画未達成領域の現状と解決策の検討
7月11日	第1回第4次燕市健康増進計画等策定庁内検討会議	前計画の評価について、課題と取り組みの方向性について

8月3日	第1回燕市健康づくり推進委員会	各種計画の評価及び今年度の取り組み、第4次燕市健康増進計画・第3次燕市食育推進計画・第2次燕市歯科保健計画の策定について
9月1日	第1回燕市歯科保健実務担当者会議	燕市歯科保健計画の評価と進捗状況について、第2次燕市歯科保健計画の策定について
9月7日	第1回燕市食育推進ワーキング会議	食育推進の進捗状況について、第3次燕市食育推進計画の策定について
10月12日	第2回燕市健康づくり推進委員会	第4次燕市健康増進計画・第3次燕市食育推進計画・第2次燕市歯科保健計画の策定について
10月 日	第2回第4次燕市健康増進計画等策定庁内検討会議(書面)	
10月 日	第1回健康3だん会	
10月 日	第2回燕市歯科保健実務担当者会議	
10月 日	第2回燕市食育推進ワーキング会議	
11月 日	第2回健康3だん会	
12月 日	議員協議会	
	パブリックコメントの実施	
令和6年1月 日	第3回燕市健康増進計画等策定庁内検討会議(書面)	
1月 日	第3回燕市歯科保健実務担当者会議(書面)	
1月 日	第3回燕市食育推進ワーキング会議(書面)	
2月1日	第3回燕市健康づくり推進委員会	
2月 日	議員協議会	

2. 燕市健康づくり推進委員会規程

(設置)

第1条 総合的な健康づくり対策を推進するため、燕市健康づくり推進委員会(以下「委員会」という。)を置く。

(所掌事務)

第2条 委員会は、次の各号に掲げる事項を審議する。

- (1) 健康づくりの計画の策定に関すること。
- (2) 健康づくりの計画の円滑な推進の調整及び評価に関すること。
- (3) その他健康づくりの計画に係る事項に関すること。

(組織)

第3条 委員会は、委員20人以内で組織する。

2 委員は、次に掲げる者のうちから、市長が委嘱する。

- (1) 識見を有する者
- (2) 医療関係団体の代表者
- (3) 関係行政機関及び学校の職員
- (4) 民間団体の代表者
- (5) その他市長が適当と認める者

3 医療関係団体の代表者並びに関係行政機関及び学校の職員のうちから委嘱された委員は、事故があるときは、当該医療関係団体の役職員又は関係行政機関若しくは学校の職員のうちから代理者を出席させ、その職務を行わせることができる。

4 委員は、非常勤とする。

(任期)

第4条 委員の任期は、2年とする。ただし、補欠の委員の任期は、前任者の残任期間とする。

2 前項の規定にかかわらず、関係行政機関及び学校の職員のうちから委嘱される委員の任期は、当該職にある期間とする。

3 委員は、再任されることができる。

(会長及び副会長)

第5条 委員会に会長及び副会長を置き、委員の互選により選任する。

2 会長は、会務を総理し、委員会を代表する。

3 会長に事故があるとき、又は会長が欠けたときは、副会長がその職務を代理する。

(会議)

第 6 条 委員会の会議は、会長が招集し、その議長となる。

2 委員会の会議は、委員の過半数が出席しなければ開くことができない。

3 委員会の議事は、出席した委員の過半数をもって決し、可否同数のときは議長の決するところによる。

(幹事)

第 7 条 委員会に、委員会の事務を補佐させるため、幹事若干人を置く。

2 幹事は、市の職員及び学校の職員をもって充てる。

3 幹事は、委員会の議事に関する事案の調査並びに資料の収集及び提供を行うものとする。

4 幹事は、委員会に出席して意見を述べることができる。

(庶務)

第 8 条 委員会の庶務は、健康福祉部健康づくり課において処理する。

(その他)

第 9 条 この告示に定めるもののほか、委員会の運営に関し必要な事項は、会長が定める。

附 則

この告示は、平成 24 年 4 月 1 日から施行する。

3. 燕市健康づくり推進委員会委員名簿

	所属等	役職名	委員名
1	燕市医師会	燕市医師会理事 (さいとう内科クリニック)	齊 藤 琢 磨
2	燕歯科医師会	燕歯科医師会会長 (佐藤歯科医院)	佐 藤 和 之
3	燕市薬剤師会	みなみ調剤薬局	外 石 紗 耶 香
4	三条地域振興局健康福祉環境部 (三条保健所)	三条保健所長	鈴 木 幸 雄
5	新潟青陵大学	看護学部看護学科教授	坪 川 トモ子
6	燕市自治会協議会推薦		遠 藤 愛 子
7	一般財団法人 燕市スポーツ協会	燕市スポーツ協会副会長	板谷 健二郎
8	燕市公立学校長	吉田北小学校長	村 澤 和 夫
9	燕市養護教諭部会	小中川小学校養護教諭	上澤田 奈保子
10	燕市民生委員児童委員協議会	燕第三地区民生委員児童委員	金 山 節 子
11	燕市老人クラブ連合会	燕市老人クラブ連合会長	玉 木 正 方
12	燕市社会福祉協議会	燕市社会福祉協議会 地域福祉課長	車 田 圭
13	燕市保健推進委員協議会	燕市保健推進委員協議会長	川 瀬 信 子
14	燕市食生活改善推進委員協議会	燕市食生活改善推進委員協議 会長	田 村 和 子
15	燕商工会議所	燕商工会議所課長補佐	治 田 緑
16	吉田商工会	吉田商工会女性部長	高 浪 智哉子
17	分水商工会	分水商工会女性部副部長	本 田 裕 美
18	市民代表		櫻 井 幸 子
19	市民代表		岩 田 慶 子
20	市民代表		八 子 安起子

4. 燕市食育推進ワーキング会議実施要綱

(設置)

第1条 燕市食育推進計画(以下「計画」という。)を効果的に推進するため、燕市食育ワーキング会議(以下「ワーキング会議」という。)を置く。

(所掌事務)

第2条 ワーキング会議は、次に掲げる事項について協議する。

- (1) 計画の円滑な推進の調整及び評価に関すること。
- (2) その他食育の推進について必要と認める事項に関すること。

(組織)

第3条 ワーキング会議は、委員20人以内で組織する。

2 委員は、次に掲げる者のうちから、市長が委嘱し、又は任命する。

- (1) 識見を有する者
- (2) 関係行政機関及び学校職員
- (3) 食育推進関係地区組織の代表
- (4) 市立保育園、市立幼稚園又は市立こども園の代表
- (5) 食育推進に関心のある一般市民
- (6) 市の関係各課の実務を担当する職員
- (7) その他市長が必要と認める者

(任期)

第4条 委員の任期は、2年とする。ただし、補欠の委員の任期は、前任者の残任期間とする。

2 前項の規定にかかわらず、関係行政機関及び学校職員のうちから委嘱される委員の任期は、当該職にある期間とする。

3 委員は、再任されることができる。

(庶務)

第5条 ワーキング会議の庶務は、健康福祉部健康づくり課において処理する。

(その他)

第6条 この告示に定めるもののほか、ワーキング会議の運営に関し必要な事項は、市長が定める。

附 則

この告示は、告示の日から施行する。

5. 燕市食育推進ワーキング会議委員名簿

	所属等	役職名	委員名
1	料理研究家	管理栄養士	丸山 成子
2	三条地域振興局健康福祉環境部 地域保健課	課長代理	波田野 智穂
3	粟生津小学校 (燕市西部学校給食センター)	栄養教諭	頓所 希望
4	燕市食生活改善推進委員協議会	会長	田村 和子
5	三方崎保育園(保育園代表)	園長心得	幸田 素子
6	燕こども園(幼稚園・こども園代表)	園長	山際 由香
7	市民代表		神保 一江
8	防災課防災対策係	主任	佐藤 雅之
9	地域振興課協働推進係	主任	松井 寿子
10	生活環境課環境政策係	主事	津村 和楓
11	観光振興課観光企画係	主事	丸山 圭太
12	農政課農政企画係	主事	目黒 綾乃
13	学校教育課学校給食係	技師	小俣 翔子
14	子育て応援課母子保健チーム	保健指導専門員	吉川 智恵
15	こども未来課保育・幼児教育係	技師	渡辺 春菜
16	社会教育課中央公民館係	副参事	酒井 和裕
17	社会福祉課援護係	主任	中野 貴啓
18	長寿福祉課長寿福祉係	主事	服部 実夢

6. 燕市歯科保健実務担当者会議実施要綱

(設置)

第1条 燕市歯科保健計画(以下「計画」という。)を効果的に推進するため、燕市歯科保健実務担当者会議(以下「実務担当者会議」という。)を置く。

(所掌事務)

第2条 実務担当者会議は、次に掲げる事項について協議する。

- (1) 計画の円滑な推進の調整及び評価に関すること。
- (2) その他歯科保健の推進について必要と認める事項に関すること。

(組織)

第3条 実務担当者会議は、委員20人以内で組織する。

2 委員は、次に掲げる者のうちから、市長が委嘱し、又は任命する。

- (1) 識見を有する者
- (2) 歯科医療関係団体の代表者
- (3) 関係行政機関及び学校職員
- (4) 市立保育園、市立幼稚園又は市立こども園の代表
- (5) 健康づくり関係地区組織の代表
- (6) 職域関係及び福祉サービス事業所職員
- (7) 市の関係課の実務を担当する職員
- (8) その他市長が必要と認める者

(任期)

第4条 委員の任期は、2年とする。ただし、補欠の委員の任期は、前任者の残任期間とする。

2 前項の規定にかかわらず、関係行政機関及び学校職員のうちから委嘱される委員の任期は、当該職にある期間とする。

3 委員は、再任されることができる。

(庶務)

第5条 実務担当者会議の庶務は、健康福祉部健康づくり課において処理する。

(その他)

第6条 この告示に定めるもののほか、実務担当者会議の運営に関し必要な事項は、市長が定める。

附 則

この告示は、告示の日から施行する。

7. 燕市歯科保健実務担当者会議委員名簿

	所属等	役職名	委員名
1	燕歯科医師会	新潟大学大学院医歯学総合研究 口腔生命福祉学口腔保健学分野	葎原 明弘
2	燕歯科医師会	地域保健委員	渡部 修也
3	歯科衛生士会県央ブロック	地域活動責任者	金子 由美子
4	三条地域振興局 医薬予防課	副参事	杉本 智子
5	パナソニック(株) エレクトリックワークス社	保健師	木澤 あゆみ
6	燕市保健推進委員協議会	会長	川瀬 信子
7	燕市食生活改善推進委員協議会	会長	田村 和子
8	燕市社会福祉協議会地域福祉課	主任	渡邊 誠
9	燕市立小池中学校	養護教諭代表	佐藤 しのぶ
10	燕市立島上保育園	園長心得	渡辺 真弓
11	燕市教育委員会学校教育課 学事保健係	係長	市川 正人
12	燕市こども政策部こども未来課 保育・幼児教育係	主事	遠藤 瑞季
13	燕市健康福祉部保険年金課	課長補佐	涌井 和也
14	燕市健康福祉部社会福祉課 障がい福祉係	係長	川越 加代子
15	燕市健康福祉部長寿福祉課 地域支援相談チーム	技師	田野 蒼太

8. 健康3だん会メンバー名簿

番号	所属等	メンバー名
1	元気磨きたい	鈴木 浩一
2	元気磨きたい	山田 均
3	元気磨きたい	佐京 光男
4	元気磨きたい	知野 隆
5	元気磨きたい	桜井 幸子
6	元気磨きたい	石田 奈津子
7	燕市保健推進委員協議会	星野 真紀子
8	燕市保健推進委員協議会	神田 美和子
9	燕市保健推進委員協議会	樋口 陽子
10	燕市食生活改善推進委員協議会	田村 和子
11	燕市食生活改善推進委員協議会	濱田 敏子
12	燕市食生活改善推進委員協議会	八子 栄子

【資料編】

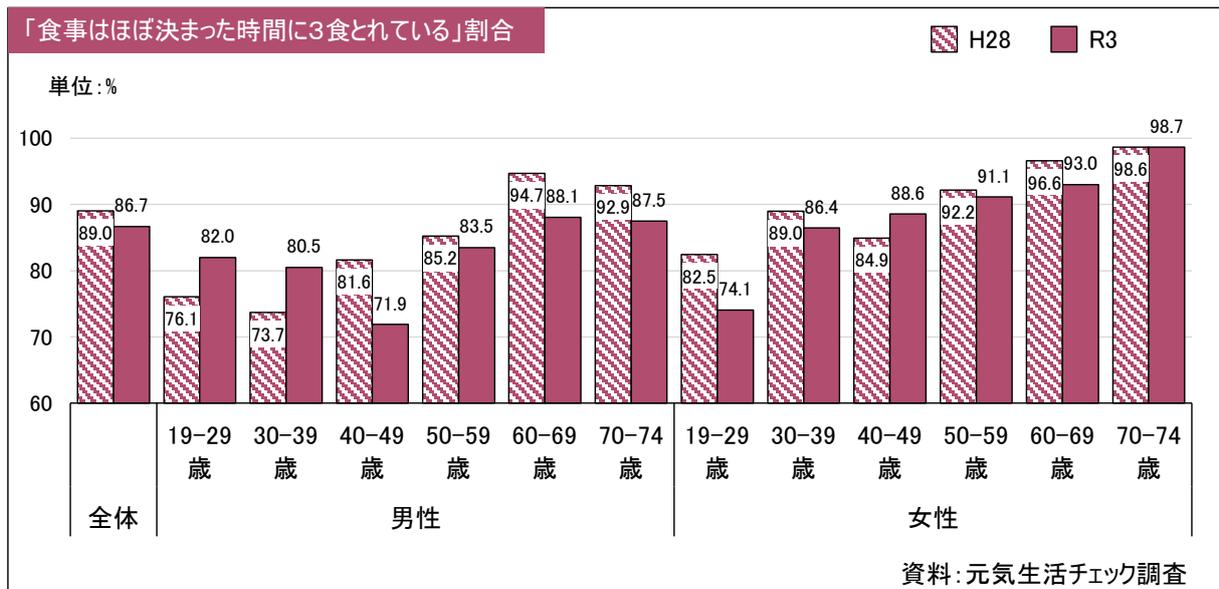
市民アンケート調査結果の概要

市民アンケート調査実施方法

調査名	実施年度	対象	配布数	回収数	回収率	有効回答数	有効回答率
元気生活チェック調査	H28	20～74歳の市民	3,050人	1,451人	47.6%	1,431人	46.9%
	R3			1,310人	43.7%	1,297人	43.2%
食育推進アンケート	H27	小学5年生・中学2年生とその保護者	1,383人	児童生徒1,244人 保護者1,243人	児童生徒89.9% 保護者89.9%	児童生徒1,244人 保護者1,243人	児童生徒89.9% 保護者89.9%
	R4	小学4年生から中学2年生とその保護者（第2次との比較は小5・中2とその保護者を採用）	2,919人	児童生徒2,134人 保護者1,421人	児童生徒73.1% 保護者48.7%	児童生徒2,134人 保護者1,421人	児童生徒73.1% 保護者48.7%
歯科保健に関するアンケート	H28	健康診査受診者（19歳以上）	9,214人	4,952人	53.7%	4,881人	98.6%
	R4		5,542人	5,542人	100%	5,528人	99.7%

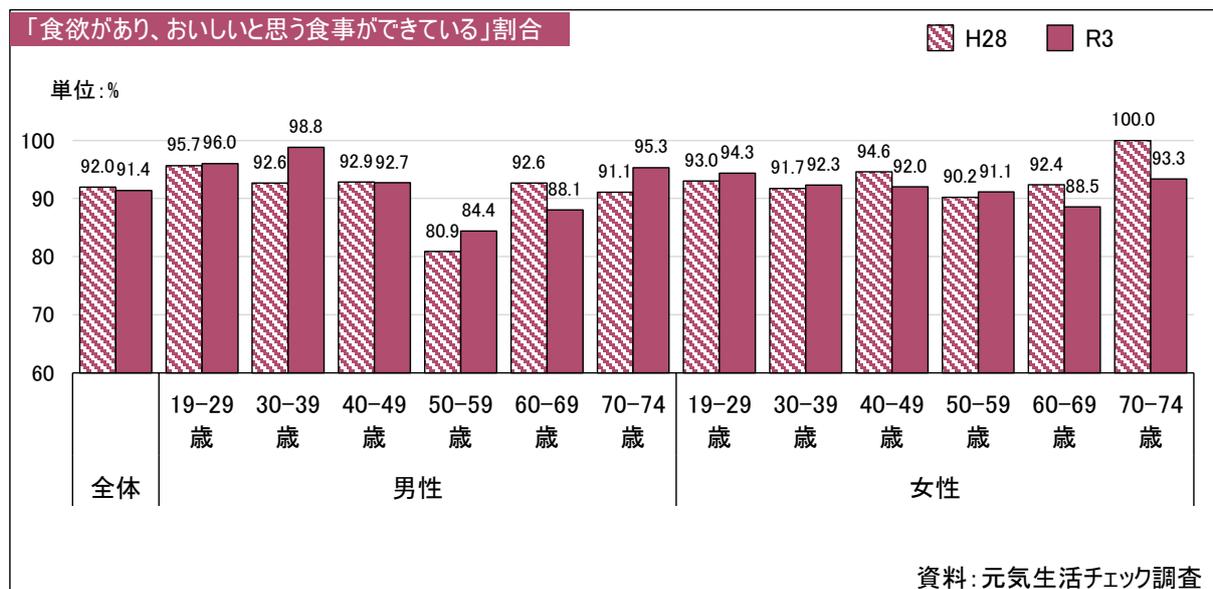
(1) 食生活について

- 「食事はほぼ決まった時間に3食とれている」割合は、男女ともに60-69歳、70-74歳で高くなっており、特に女性70-74歳は全体に比べ12ポイント高くなっています。



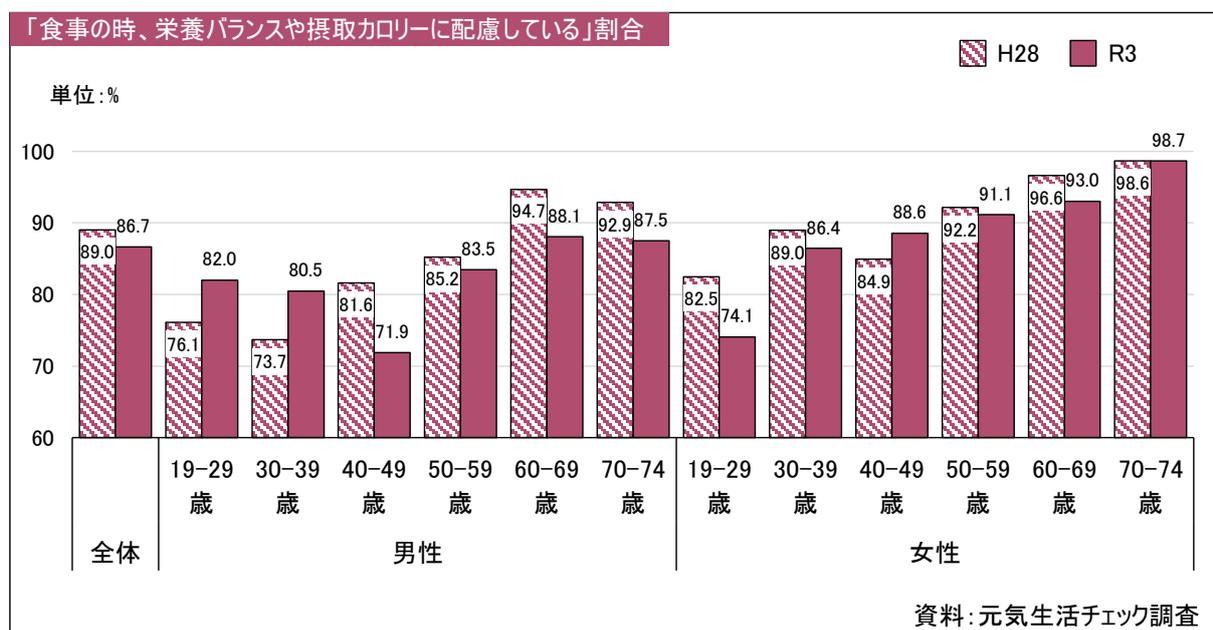
※「きちんととれている」と「だいたいとれている」の合計の割合

- 「食欲があり、おいしいと思う食事ができている」割合は、男性 19-29 歳、30-39 歳で高くなっています。前回調査と比較すると、特に男性 30-39 歳で特に増加しています。



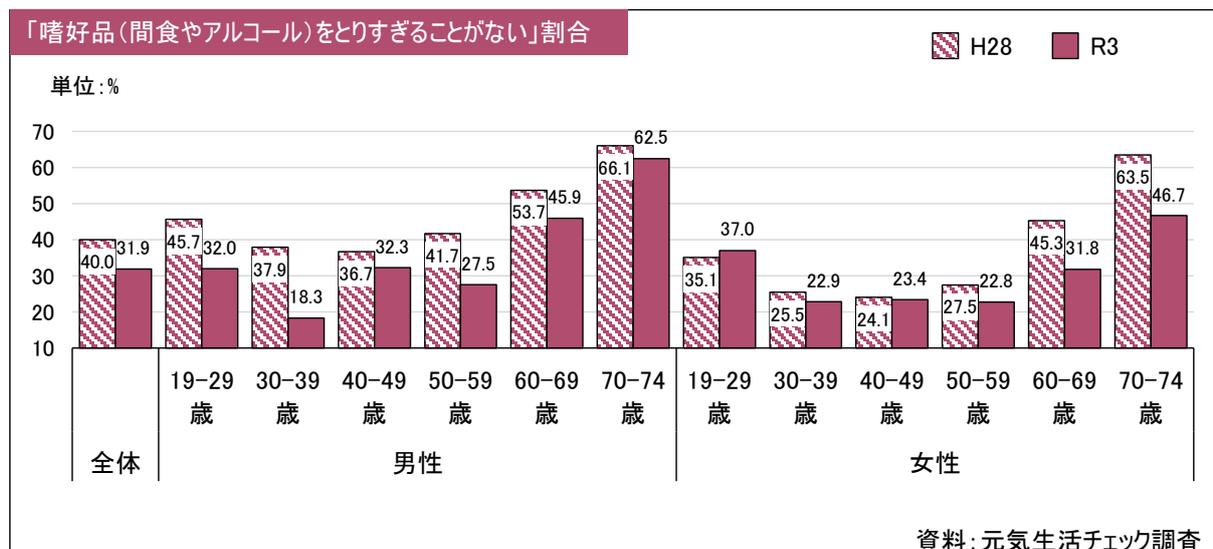
※「よくできている」と「だいたいできている」の合計の割合

- 「食事の時、栄養バランスや摂取カロリーに配慮している」割合は、男性に比べ女性が高くなっています。前回調査と比較すると、男性 19-29 歳、30-39 歳で特に増加しています。

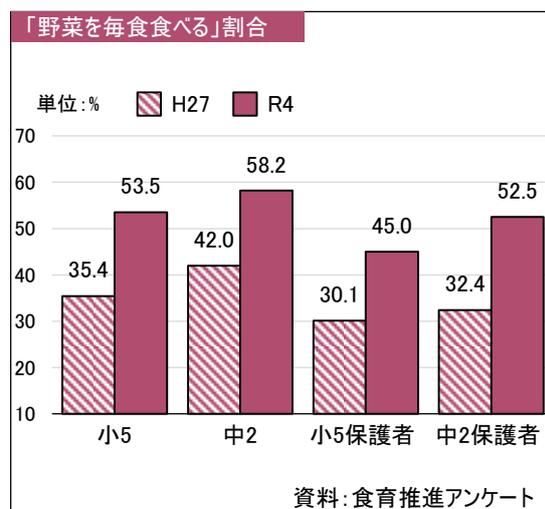
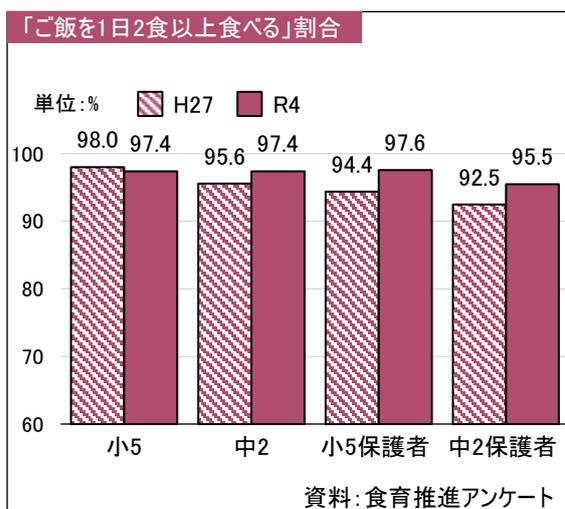


※「いつも配慮している」と「だいたい配慮している」の合計の割合

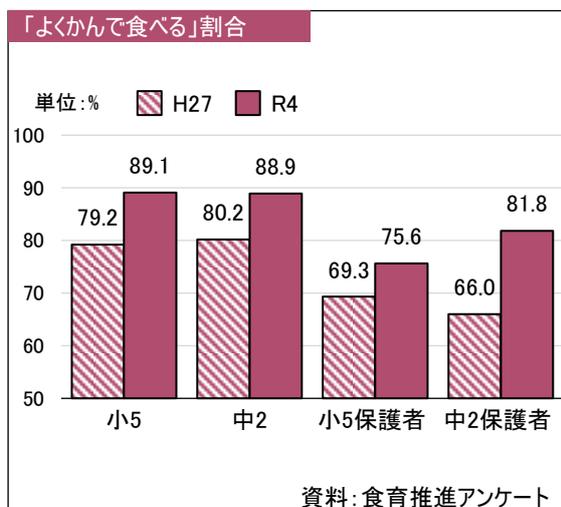
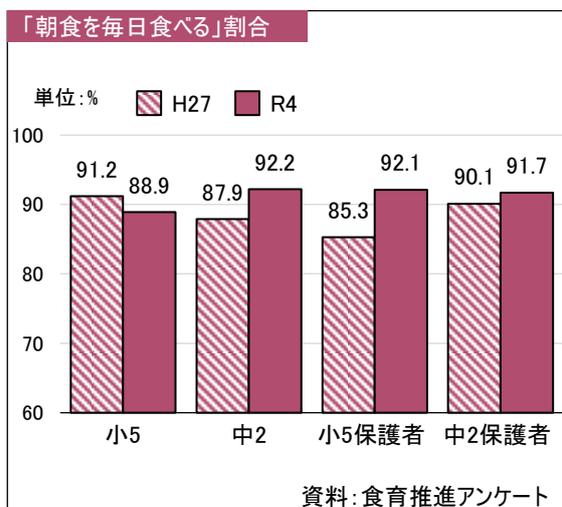
- 「嗜好品(間食やアルコール)をとりすぎることがない」割合は、男女ともに60-69歳、70-74歳が高くなっています。男性19-29歳、30-39歳、女性70-74歳で特に減少しています。



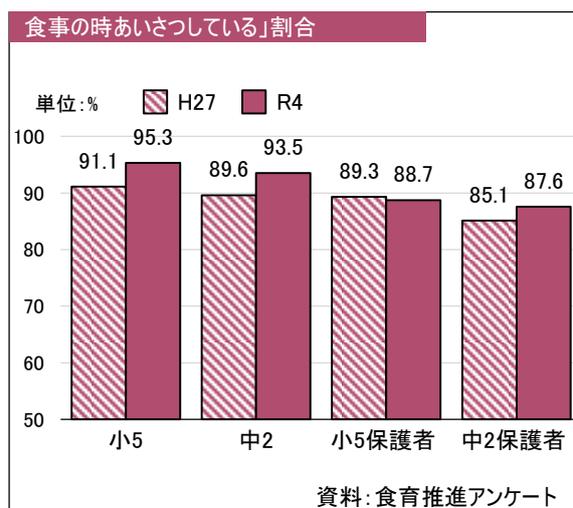
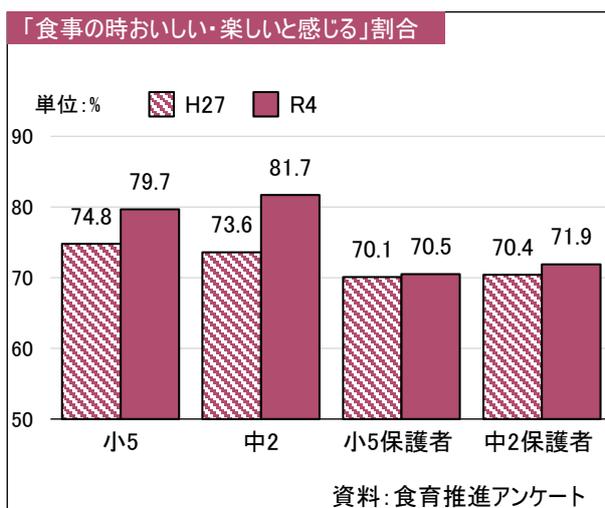
- 「ご飯を1日2食以上食べる」割合は、各対象9割台となっています。
- 「野菜を毎食食べる」割合は4割から5割台となっており、すべての対象が前回から増加しています。



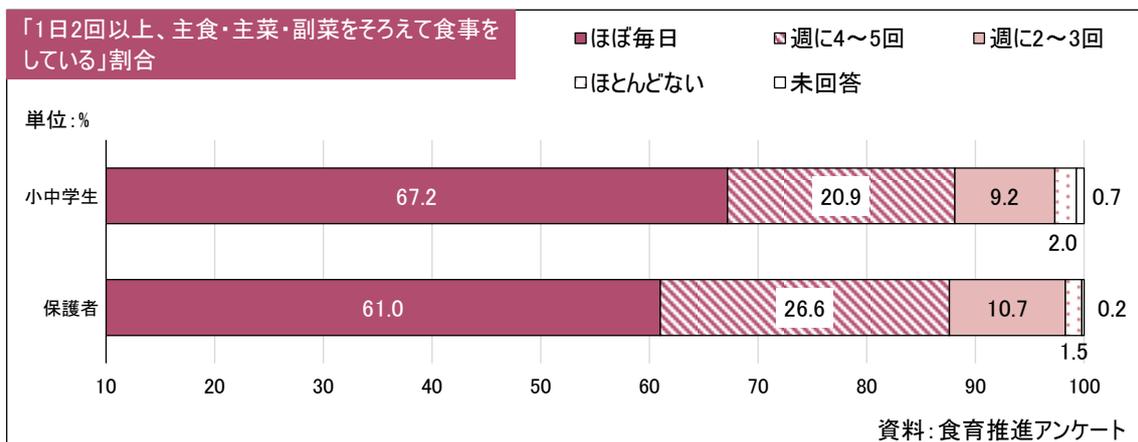
- 「朝食を毎日食べる」割合は、8割台から9割台となっています。
- 「よくかんで食べる」割合は小5保護者で7割台、そのほかの対象で8割台となっています。



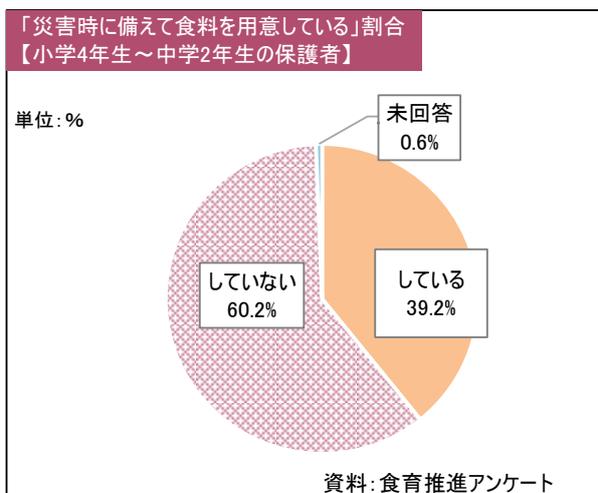
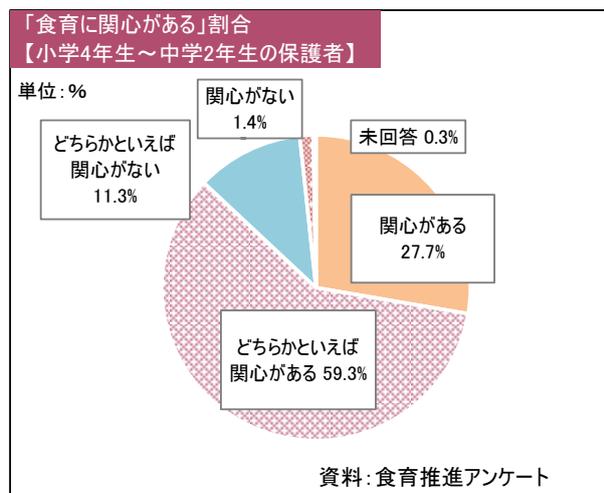
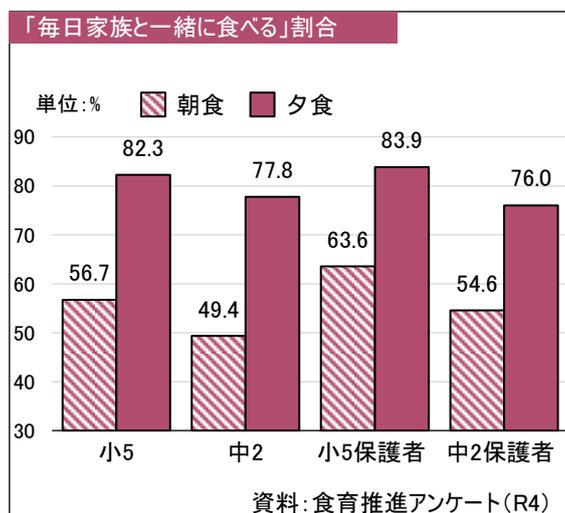
- 「食事の時おいしい・楽しいと感じる」割合は7～8割台と、小5、小5・中2保護者では前回と概ね同様の傾向となっていますが、中2では前回から8.1ポイント高くなっています。
- 「食事の時あいさつしている」割合は小5、中2で9割台、保護者で8割台となっています。



- 「1日2回以上、主食・主菜・副菜をそろえて食事をしている」割合は小中学生、保護者ともに「ほぼ毎日」が6割台となっています。



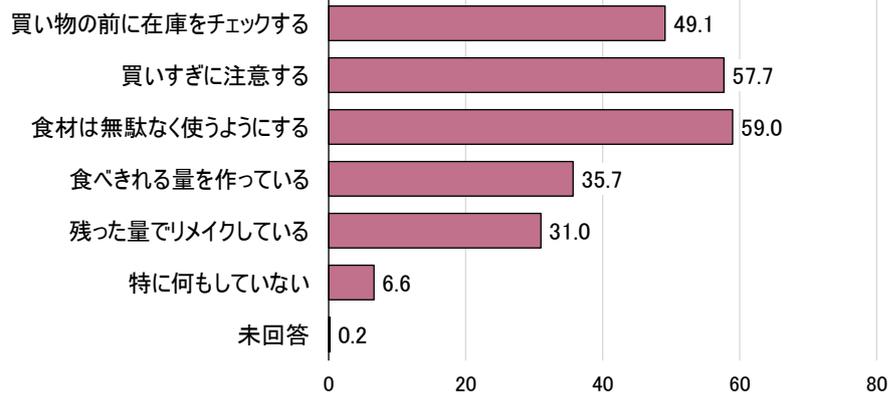
- 「毎日家族と一緒に食べる」割合は、朝食では4割台から6割台、夕食で小中学生及び保護者ともに7割台から8割台となっています。
- 「食育に関心がある」の割合は、「どちらかといえば関心がある」が約6割程度で最も高く、次いで「関心がある」が約3割程度となっています。
- 「災害時に備えて食料を用意している」割合は、「していない」が約6割程度で「している」を上回っています。



- 「食品ロスのために何か行動をしているか」の割合は、「食材は無駄なく使うようにする」が最も高く、次いで「買いすぎに注意する」、「買い物の前に在庫をチェックする」となっています。

食品ロスのために何か行動をしているかの割合【小学4年生～中学2年生の保護者】

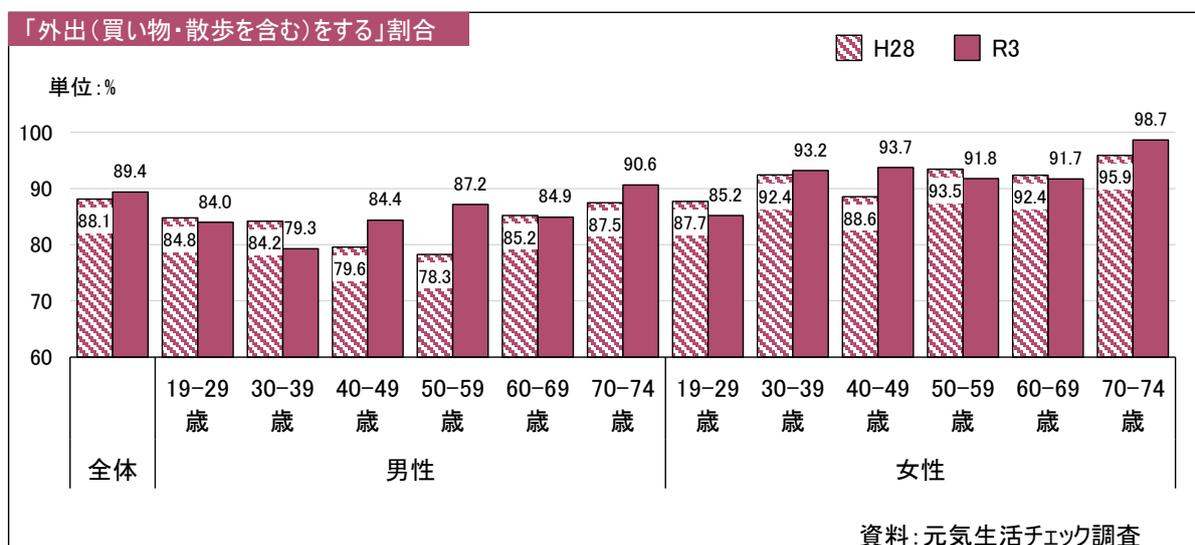
単位：%



資料：食育推進アンケート

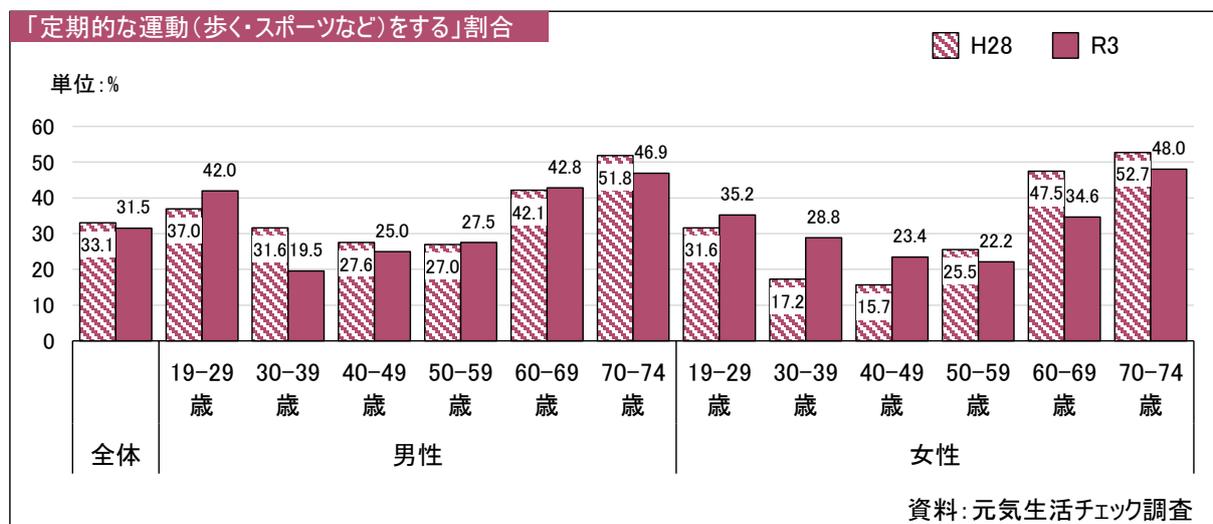
(2) 運動

- 「外出(買い物・散歩を含む)をする」割合は、各年代で女性の方が高くなっています。前回調査と比較すると、男性 50-59 歳で特に増加しています。



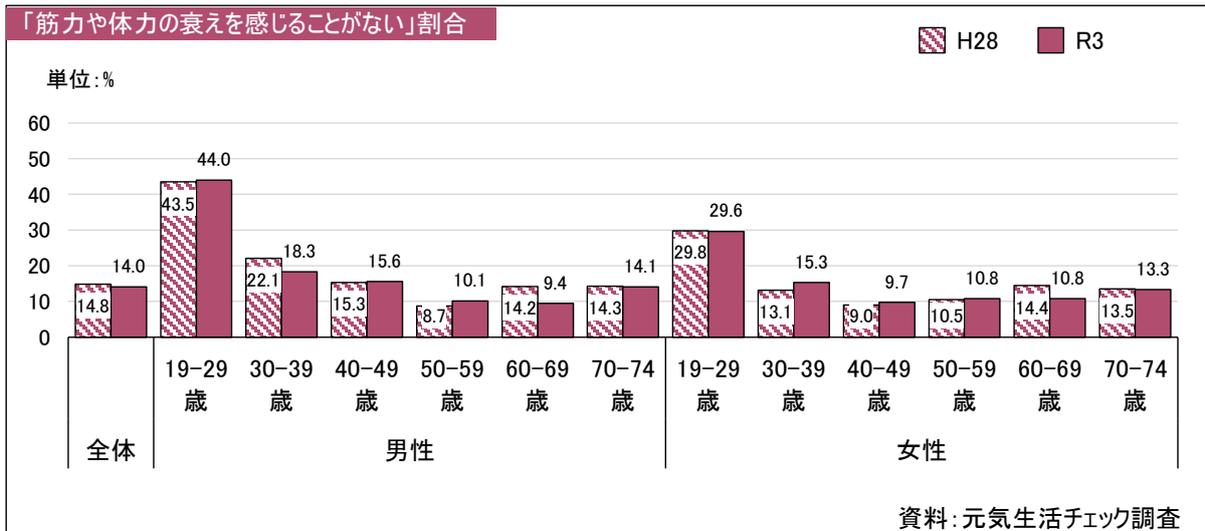
※「よくする」と「ときどきする」の合計の割合

- 「定期的な運動(歩く・スポーツなど)をする」割合は、男女ともに 60-69 歳、70-74 歳で高くなっています。前回調査と比較すると、特に女性 30-39 歳、40-49 歳で増加しています。



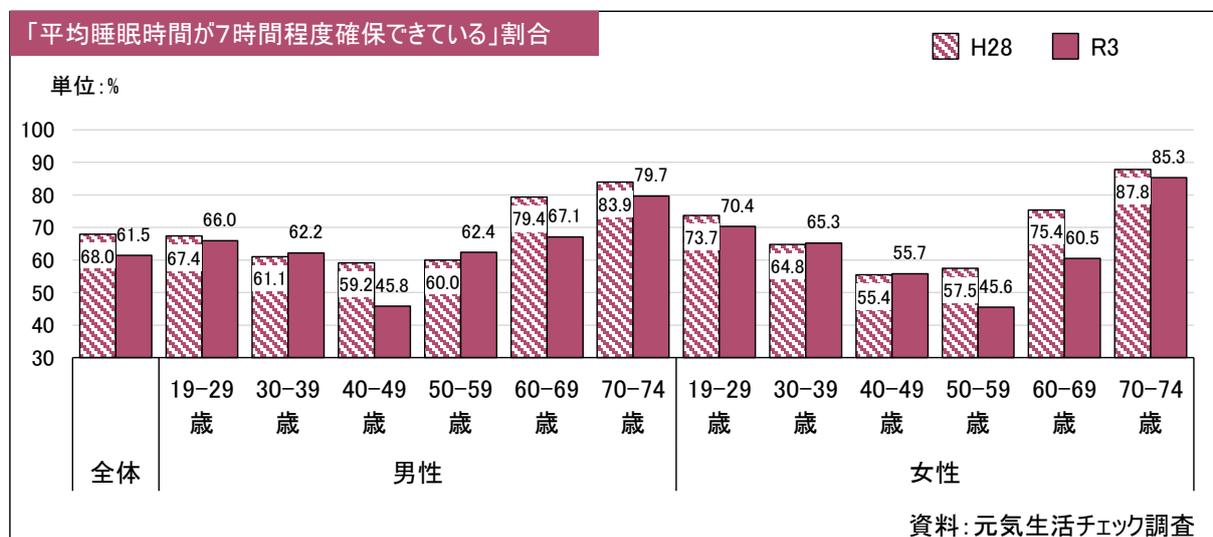
※「ほぼ毎日している」と「週 2~3 回程度している」の合計の割合

- 「筋力や体力の衰えを感じることがない」割合は、男女ともに 19-29 歳で高くなっています。



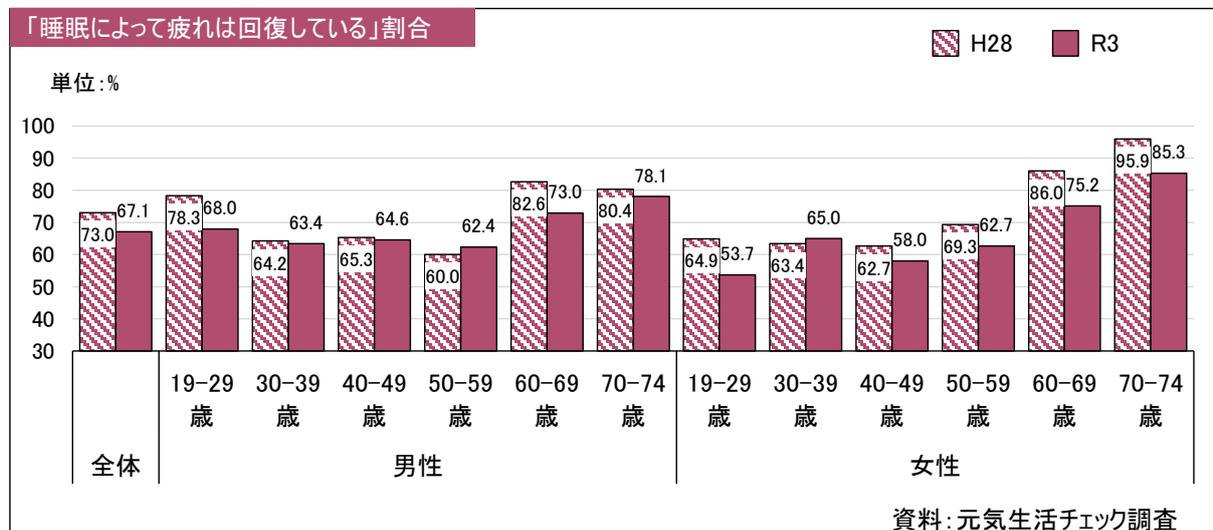
(3) 休養

- 「平均睡眠時間が7時間程度確保できている」割合は、男性 70-74 歳と女性 19-29 歳、70-74 歳で高くなっています。前回調査と比較すると、男性 40-49 歳、60-69 歳と女性 50-59 歳、60-69 歳で特に減少しています。



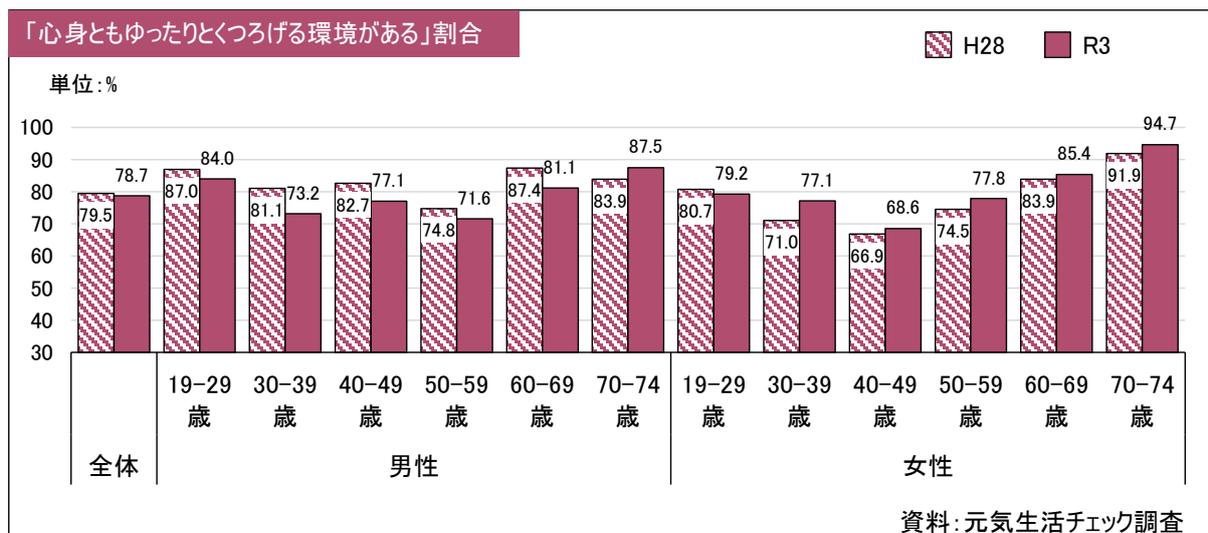
※「十分に確保できている」と「だいたい確保できている」の合計の割合

- 「睡眠によって疲れは回復している」割合は、男女ともに 60-69 歳、70-74 歳で高くなっています。前回調査と比較すると、男性 19-29 歳、60-69 歳と女性 60-69 歳、70-74 歳で特に減少しています。

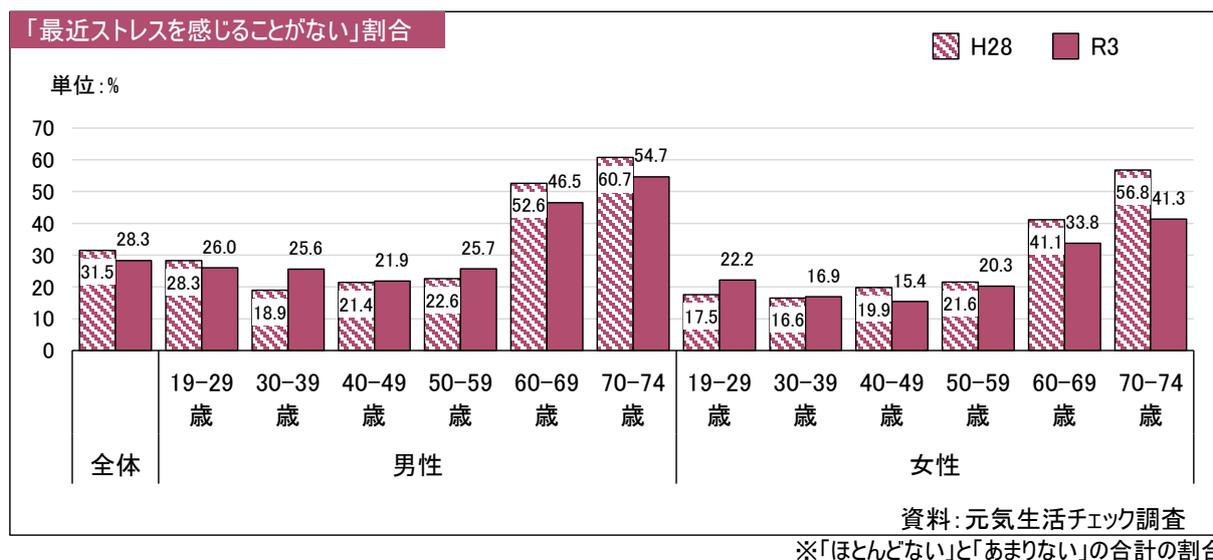


※「十分に回復している」と「だいたい回復している」の合計の割合

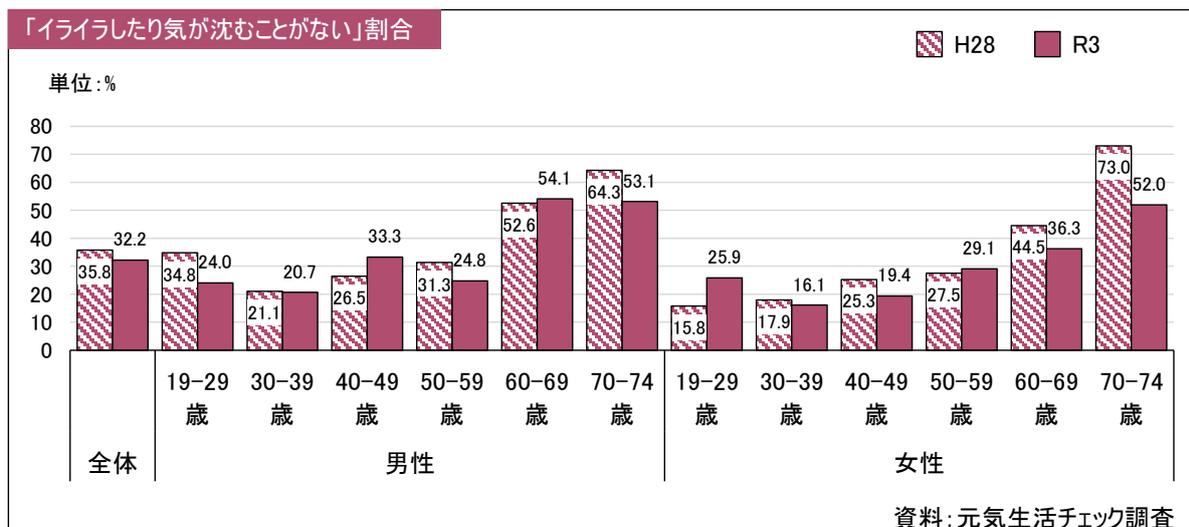
- 「心身ともゆったりとくつろげる環境がある」割合は、男性 70-74 歳と女性 60-69 歳、70-74 歳で高くなっています。



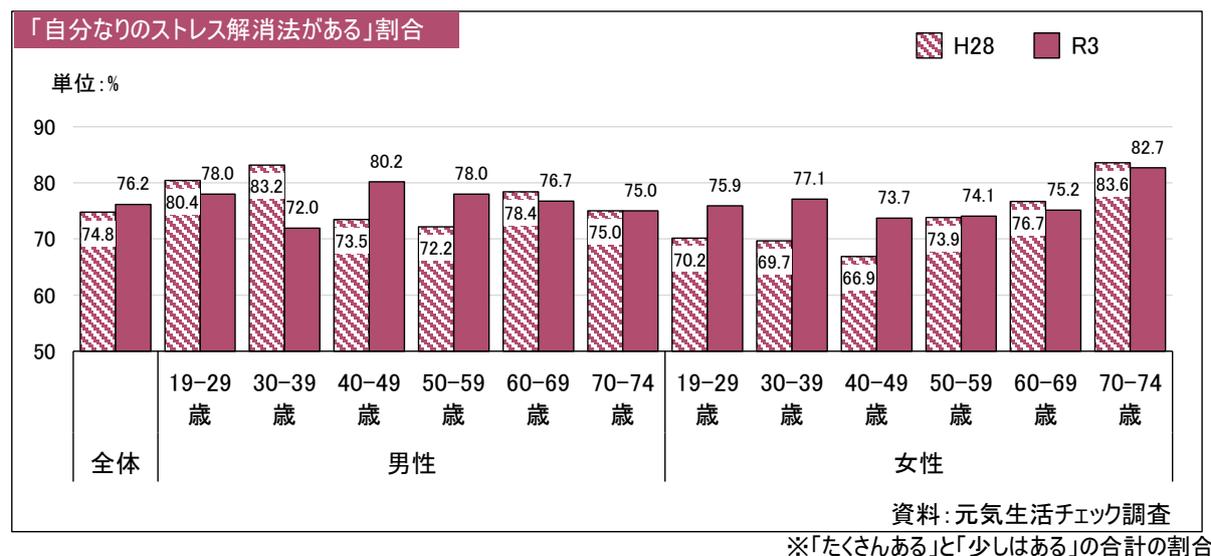
- 「最近ストレスを感じることがない」割合は、男女ともに 60-69 歳、70-74 歳で高くなっています。前回調査と比較すると、男性 30-39 歳で特に増加し、女性 70-74 歳で特に減少しています。



- 「イライラしたり気が沈むことがない」割合は、男女ともに 60-69 歳、70-74 歳で高くなっています。前回調査と比較すると、女性 70-74 歳で特に減少しています。

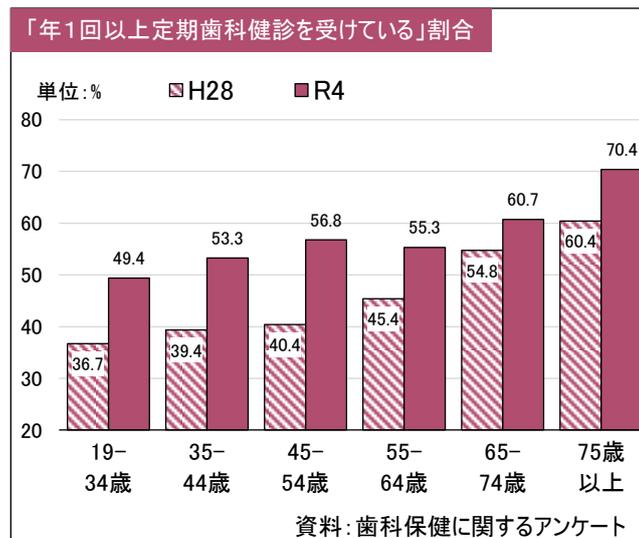


- 「自分なりのストレス解消法がある」割合は、男性 40-49 歳と女性 70-74 歳で高くなっています。前回調査と比較すると、男性 30-39 歳で特に減少しています。

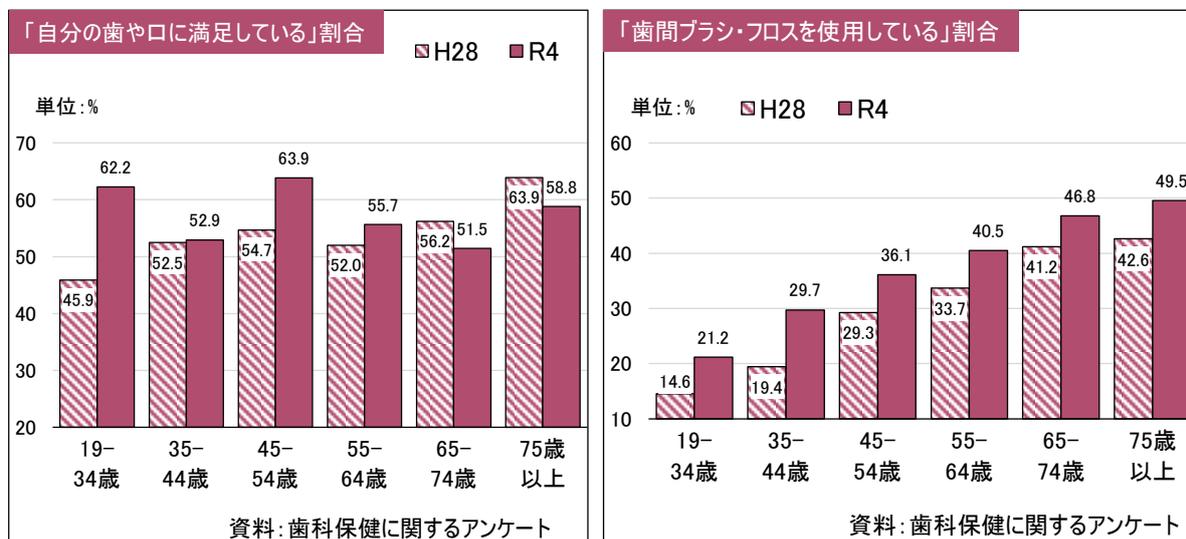


(4) 歯科

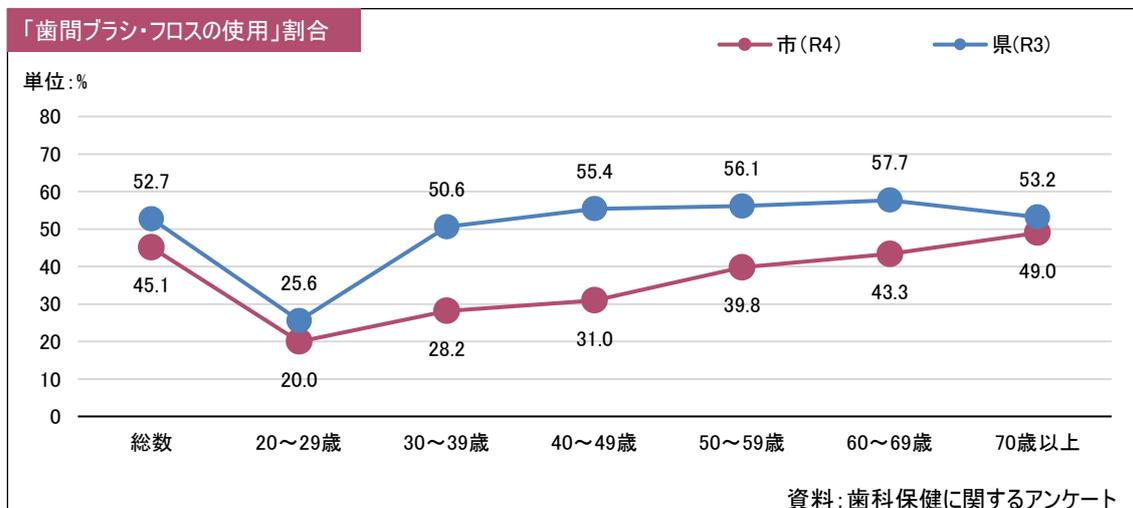
- 「現在歯 24 本以上ある」割合は、50 歳以下では7～9割となっており、年齢が上がるにつれて減少しています。また、国と比較すると 50 歳以上で国よりも割合が高くなっています。
- 「年1回以上定期歯科健診を受けている」割合は、概ね年齢があがるにつれて高くなる傾向があり、75 歳以上では約 7 割となっています。



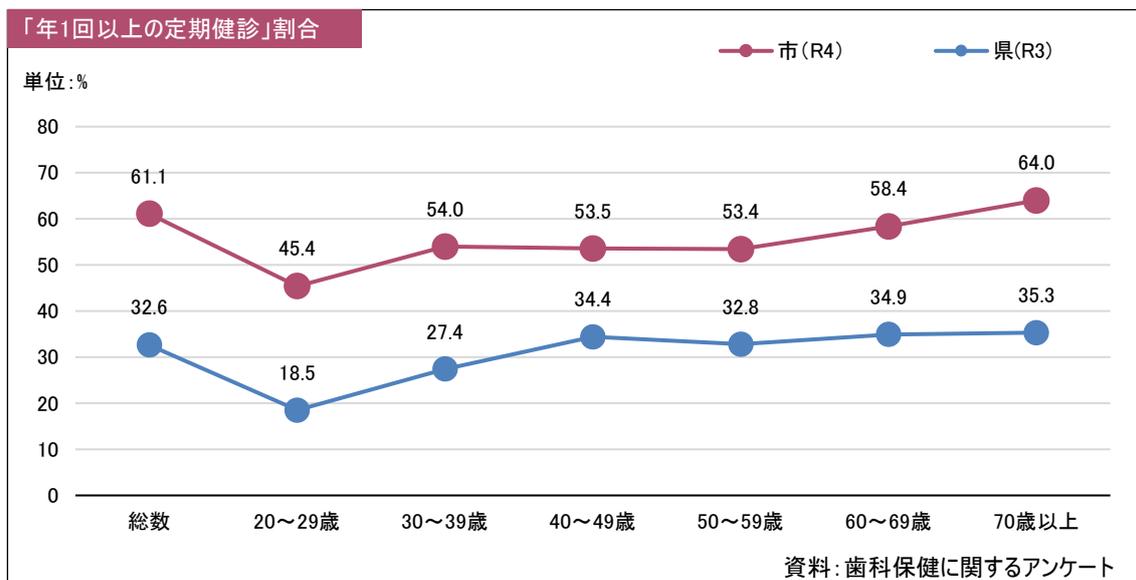
- 「自分の歯や口に満足している」割合は、各年代5～6割台となっています。65-74 歳では5割強と他の年代に比べてやや低くなっています。
- 「歯間ブラシ・フロスを使用している」割合は、年齢があがるにつれて高くなる傾向があり、75 歳以上では約5割となっています。



- 「歯間ブラシ・フロスの使用」割合は、20 代を除き、各年代5割台となっています。20 代は2割台となっており、他の年代と比べて低くなっています。



- 「年1回以上の定期健診」割合は、各年代4～6割台となっています。20代が4割台となっており、他の年代と比べて低くなっています。



(5) 元気生活チェック調査での年代別の分析

- 元気生活チェック調査の結果をもとに、平成 28 年調査を 100 としたときの令和 3 年調査結果との差を算出しました。
- 全体的に休養・ストレスの減少が著しいほか、特に男性 30-39 歳や女性 70-74 歳で 5 ポイント以上減少している項目が多くなっています。
- 一方で、男性 19-29 歳、60-69 歳、女性 40-49 歳、50-59 歳では大幅な増減は見られませんでした。

	食 事	運 動	休 養	ス ト レ ス	夢・目標・ 生きがい	仕事・役割 ・活躍	仲間・ 人間関係	自分 らしさ
全体	-1.7	-1.9	-3.7	-2.9	-2.7	-2.6	-2.7	-1.1
男性	-2.5	-1.6	-3.7	-2.0	-4.3	-2.6	-2.5	-0.5
女性	-1.0	-2.2	-3.7	-3.7	-1.6	-2.6	-2.6	-1.6
男性19-29歳	-4.7	-3.4	-5.8	-2.5	-4.7	-1.9	0.3	-0.8
男性30-39歳	-1.8	-7.4	-2.3	-2.5	-8.2	-4.3	-6.7	1.5
男性40-49歳	-3.8	0.5	-5.8	-1.4	-4.5	-5.5	-2.9	-2.9
男性50-59歳	0.3	-1.2	-0.3	-0.3	1.1	0.9	-1.8	-1.7
男性60-69歳	-3.4	0.3	-4.2	-2.1	-4.7	-2.0	-1.6	0.5
男性70-74歳	-3.0	-1.9	-5.2	-4.2	-6.3	-3.6	-2.7	0.3
女性19-29歳	-0.5	-1.0	-5.6	-2.1	0.1	-3.2	-7.5	-5.5
女性30-39歳	-0.3	1.8	1.9	-2.5	-2.9	-2.8	-3.8	2.0
女性40-49歳	-0.4	1.4	-1.3	-3.1	0.9	2.2	-1.0	0.2
女性50-59歳	4.7	-3.3	-3.9	-1.7	0.3	-2.6	0.1	-0.4
女性60-69歳	-4.1	-5.7	-6.4	-3.7	-2.7	-2.9	-1.0	-2.5
女性70-74歳	-4.4	-0.7	-4.1	-7.1	-6.6	-10.3	-6.1	-6.1

第4次健康増進計画・第3次食育推進計画・第2次歯科保健計画

発行日：令和6年3月

発行・編集：新潟県 燕市

〒959-0295 新潟県燕市吉田西太田 1934 番地

TEL：0256-77-8182 FAX：0256-92-2119
