

第4章 計画の展開

1 生活習慣の改善……………

(1) 栄養・食生活（食育推進計画）

めざす姿

<全体>

食生活・栄養推進キャラクター
たべるくん



- ① 正しい食への知識と習慣が身についています。
- ② ライフステージに応じた適正体重の維持ができています。

<ライフステージ別>

乳幼児期・ 学童期	・規則正しい食習慣を身につけます。 ・朝食を食べます。 ・残さず食べます。
成人期・ 高齢期	・主食・主菜・副菜を基本に、1日3回食事をします。 ・間食や甘い飲み物を控え、食べ過ぎに注意します。 ・たんぱく質等食べ物の質を意識して食事をします。 ・旬の野菜を意識して食べます。 ・定期的に体重を測る習慣を持ちます。

【現状と課題】

- 朝食を欠食する小中学生の割合が増加しています。保護者を含めて、生活リズムを整え、朝食を毎日食べることを推進する必要があります。
- 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の者の割合は減少していますが、愛知県や国と比べて高いです。バランスの良い食事についての周知を継続することが重要です。
- 男女ともに肥満やメタボリックシンドローム該当者の割合が愛知県や全国に比べて高い傾向にあります。ライフステージに応じて適正体重を維持する必要があります。

- 家族や友人等と一緒に楽しく食事をする者の割合は、増加しています。共食は、食を通じたコミュニケーションを図る機会でもあるため、引き続き共食の大切さを啓発していく必要があります。
- 愛知県産農産物を優先して購入したいと思う者の割合や、食べ残しをしないように心がけている者の割合は増加しています。

【施策の方向性】

市民一人ひとりが、食生活・栄養に関心を持ち、自分に合った食事内容や量を実践し、適正体重を維持できるように支援します。

食育推進を図るために、食品の安全・安心や、食品ロスの削減等による環境への負荷軽減に関する正しい知識を普及・啓発します。

【市民の取組】

- 規則正しい生活リズムを身につけ、朝・昼・夕の1日3食を食べます。
- 自分にとって望ましい栄養バランスや量の食事を知り、適正体重を維持します。
- 家族や友人などと一緒に楽しく食事をする機会を増やします。
- 地産地消や食品を無駄なく使うことを心がけ、食べ残しをしないようにします。

【市の取組】

- 健康と食に関する正しい知識の普及・啓発
- 誰もが自然に健康になれる持続可能な食環境づくり

【評価指標一覧】

評価指標		現状値		目標値
1	肥満者の割合【21・食】	20～60 歳	男性 38.0%	減少
		40～60 歳	女性 19.7%	減少
2	肥満傾向にあるこどもの割合【21・食】	小学5年生	男子 8.2% 女子 11.7%	減少
3	朝食を欠食する者の割合【21・食】	小学6年生	12.2%	0.0%
		16～39 歳	13.8%※ ¹	10.0%以下
4	誰かと一緒に楽しく食事をする者の割合【21・食】	20 歳以上	67.6%	増加
5	適正体重を知り、定期的に体重測定をしている者の割合【21】	20 歳以上	—	70.0%以上
6	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の者の割合【21・食】	20 歳以上	56.4%	60.0%以上

評価指標		現状値		目標値
7	市民に提供している食生活改善推進員の活動数【21】	事業内容数	5 事業	増加
8	食料品の産地、添加物等、食の安全を確認して購入する人の割合【食】	20 歳以上	66.6%	増加
9	食品を無駄なく使い、食品ロスを意識している人の割合【食】	20 歳以上	90.3%	増加

【21】・・・第3次愛西市健康日本 21 計画における評価指標

【食】・・・第3次愛西市食育推進計画における評価指標

【自】・・・第2次愛西市自殺対策計画における評価指標

※1：16 歳、19 歳を除く

(2) 身体活動・運動

めざす姿

<全体>

身体活動・運動推進キャラクター
あるこちゃん



自分にあった身体活動・運動習慣が身についています。

<ライフステージ別>

乳幼児期・ 学童期	・ 体を使ってたくさん遊びます。
成人期	・ 1日8,000歩を目標に歩きます。 ・ 30分以上の運動を週に2回以上取り組みます。
高齢期	・ 1日6,000歩を目標に歩きます。 ・ 自分なりの健康法を持ち、継続します。

【現状と課題】

- 運動習慣者の割合については、増加傾向ですが、小学3年生及び30歳代女性で減少しています。それぞれのライフスタイルに合わせ、意識的に体を動かし、スポーツに親しむ機会をつくっていく必要があります。
- ロコモティブシンドロームの認知度は増加していますが、今後も周知・啓発を行うことが重要です。

【施策の方向性】

市民一人ひとりが日常生活の中での活動量を意識し、ライフスタイルに合った身体活動・運動を実践し、継続できるように取り組みます。

【市民の取組】

- 日常生活の中で、意識的に体を動かします。
- 生涯にわたり骨や筋肉等の運動器の機能を維持し、日々の活動量を維持・増進します。
- 運動やスポーツに親しみを持ち、運動習慣の定着に努めます。
- ウォーキングやジョギング、サイクリングなど、自分のライフスタイルに合った方法で健康づくり、体力づくりに取り組みます。

【市の取組】

- 生涯を通じて主体的に健康づくりに取り組めるよう、ライフスタイルやライフステージに対応した身体活動・運動（ウォーキングやジョギング、サイクリングなど）についての普及・啓発
- 生活の身近なところで健康づくりの取組に繋がるようなきっかけを提供
- 地域と連携した健康づくりを推進

【評価指標一覧】

評価指標		現状値		目標値
1	日常生活における歩数【21】	20～64 歳	男性－ 女性－	8,000 歩以上
		65 歳以上	男性－ 女性－	6,000 歩以上
2	運動習慣者の割合【21】	小学6年生	49.1%	増加
		20～64 歳	男性 26.7%	34.0%以上
			女性 14.8%	24.0%以上
		65 歳以上	男性 47.1%	55.0%以上
			女性 39.7%	49.0%以上
3	運動やスポーツを習慣的にしているこどもの割合【21】	小学5年生	52.3%	増加
4	骨粗しょう症検診の受診率【21】	40 歳以上	2.7%	15.0%以上

【21】・・・第3次愛西市健康日本21計画における評価指標

【食】・・・第3次愛西市食育推進計画における評価指標

【自】・・・第2次愛西市自殺対策計画における評価指標

(3) 休養・こころの健康（自殺対策計画）

めざす姿

<全体>

休養・こころの健康推進キャラクター
すやこちゃん



十分な睡眠や休養により、こころと体の健康が保たれています。

<ライフステージ別>

乳幼児期・ 学童期	・ 早寝、早起きに心がけます。 ・ 悩みや困りごとは信頼できるところに相談します。
成人期・ 高齢期	・ 睡眠による休養を十分にとります。 ・ 自分に合ったストレス解消法を見つけます。 ・ 趣味や娯楽を楽しみ、地域活動にも積極的に参加します。

【現状と課題】

- 睡眠による休養を十分にとれていない者の割合が増加しています。また、夜 10 時以降に寝る 3 歳児が増加しています。睡眠時間が十分確保できている者の割合は国よりも高い一方、睡眠による休養を十分にとれている者の割合は国よりも低くなっており、睡眠の質を高める必要があります。それぞれの年齢に必要な睡眠時間の確保や睡眠の質について、周知し、行動変容につながる支援が必要です。
- 最近 1 か月でストレスを感じた者の割合は増加し、自分なりのストレスの解消方法を持っている者の割合には変化がありませんでした。こころの健康を保つために、ストレスへの対処法について周知・啓発が重要となります。
- ためらいなく相談できる者の割合及びゆったりとした気分でこどもと過ごすことができる母親の割合が増加しています。引き続き、ライフステージに応じた様々な悩みに対する相談窓口の周知を図ることが必要です。
- ゲートキーパーの認知度については、約 1 割となっています。「誰もが自殺に追い込まれることのない社会」の実現に向け、悩みを抱えた者が一人で悩まず誰かに相談できるような環境や体制を整えることが必要です。

【施策の方向性】

十分な睡眠や休養の確保は、こころの健康を保つために重要です。家庭や地域、職域などに、睡眠の必要性を普及・啓発します。また、こころの不調に気づき、早期に適切な対応をとることができるよう、関係機関と連携し支援環境を整えます。

【市民の取組】

- 自分に必要な睡眠時間を知り、日常的に質と量を確保します。
- 自分に合ったストレス対処法を身につけます。
- こころの健康について関心を持ち、一人で悩まず、相談できる人をつくります。
- ゲートキーパーとして、周りの人のこころの不調に気づき、声をかけられるように心がけます。

【市の取組】

- 睡眠と心の健康の関係について、正しい知識の普及・啓発
- こころの健康に関する相談・支援窓口を確保し広く周知
- 労働者の職場環境整備の推進

【評価指標一覧】

評価指標		現状値		目標値
1	睡眠による休養を十分とれている者の割合【21・自】	20～59 歳	62.6%	75.0%以上
		60 歳以上	78.1%	90.0%以上
2	睡眠時間が十分に確保できている者の割合【21・自】	20～59 歳	85.1%	維持
		60 歳以上	73.7%	維持
3	ゆったりとした気分でこどもと過ごすことができる母親の割合【21】	3 歳児健診	72.0%	増加
4	自分なりのストレスの解消方法を持っている者の割合【21・自】	20 歳以上	41.9%	53.0%以上
5	心の状態に関する 6 項目の質問（K 6）において 10 点以上の者の割合【21・自】	20 歳以上	13.7%	10.0%以下
6	メンタルヘルス対策に取り組む事業所の割合【21・自】	協会けんぽ※1 実績報告書	8.6%	増加

【21】・・・第3次愛西市健康日本 21 計画における評価指標

【食】・・・第3次愛西市食育推進計画における評価指標

【自】・・・第2次愛西市自殺対策計画における評価指標

※1…全国健康保険協会愛知支部

(4) たばこ

めざす姿

<全体>

禁煙推進キャラクター
むえんくん



喫煙が健康に及ぼすリスクについて正しく理解し、喫煙者の割合が減少しています。

<ライフステージ別>

乳幼児期・ 学童期	・ たばこに関する正しい知識を持ちます。
成人期・ 高齢期	・ 禁煙治療を受け禁煙に努めます。 ・ 妊娠中の喫煙はやめます。

【現状と課題】

- どのライフステージにおいても喫煙率は減少しています。また、喫煙者の中で、たばこをやめたい又は本数を減らしたいと回答した割合は、約6割となっています。引き続き、たばこの害や受動喫煙のリスクについて啓発するとともに禁煙支援をしていく必要があります。
- 喫煙可能な年齢は 20 歳以上であることを知っている割合について、小学3年生では増加していますが、小学6年生、中学3年生で減少しています。たばこのリスクを正しく理解し、地域や家庭内等でこどもにたばこを触れさせない環境づくりが重要です。
- COPD（慢性閉塞性肺疾患）の認知度については、変化がない状況です。COPDは、たばこの煙などの有害物質を吸うことで肺の中の気管支に炎症がおきる病気です。COPDについての正しい知識の啓発を行うとともに、禁煙や受動喫煙の防止対策も重要です。

【施策の方向性】

喫煙が身体に及ぼす害や受動喫煙のリスクについて啓発するとともに、禁煙支援をします。また、20 歳未満の者はたばこのリスクを正しく理解し、20 歳以上の者では地域や家庭内などでこどもにたばこを触れさせない環境づくりを図ります。

COPD（慢性閉塞性肺疾患）についての正しい知識の啓発を行うとともに、禁煙や受動喫煙の防止対策を図っていきます。また、早期発見によって重症化を防ぎます。

【市民の取組】

- 喫煙が身体に及ぼすリスクを知り、禁煙に取り組みます。また、20 歳未満の者や妊娠中の者はたばこを吸いません。
- 受動喫煙の害を知り、自らの喫煙が周囲に与えるリスクを自覚します。
- COPDを正しく理解します。

【市の取組】

- たばこが健康に与えるリスクについて、正しい知識と情報の提供
- 禁煙希望者の相談・支援
- 喫煙による健康障害の早期発見・早期介入のため医療機関等と連携
- こどもの受動喫煙による健康へのリスクに関する普及・啓発の継続

【評価指標一覧】

評価指標		現状値		目標値
1	20 歳以上の者の喫煙率【21】	20 歳以上	男性 18.6%	17.0%以下
			女性 4.8%	3.5%以下
2	妊娠中の者の喫煙率【21】	妊婦	2.3%	0.0%
3	子育て中の保護者の喫煙率【21】	3 歳児健診	父親 31.8%	25.0%以下
			母親 4.9%	3.5%以下
4	20 歳未満の者の喫煙率【21】	16～19 歳	3.0%※1	0.0%

【21】・・・第3次愛西市健康日本 21 計画における評価指標

【食】・・・第3次愛西市食育推進計画における評価指標

【自】・・・第2次愛西市自殺対策計画における評価指標

※1：16 歳、19 歳を除く

(5) アルコール

めざす姿

<全体>

適正飲酒推進キャラクター
ほどほどくん



- ① 20 歳未満の者・妊娠中の者は飲酒をしません。
- ② 適正なお酒の量を正しく理解し、適正飲酒が心がけられています。

<ライフステージ別>

乳幼児期・ 学童期	・ アルコールに関する正しい知識を持ちます。
成人期・ 高齢期	・ アルコールのリスクを知り、飲酒量をできる限り少なくします。 ・ 食べながらゆっくり飲みます。 ・ 週に2日以上、飲酒をしない日をつくります。

【現状と課題】

- 1 日平均飲酒量が3合以上の者の割合について、女性では減少が見られますが、男性では増加しています。また、適度な飲酒量を知っている者の割合は、約5割となっています。過度の飲酒は生活習慣病の発症を高めるため、適度な飲酒について周知・啓発をし、行動改善を促すことが重要です。
- 20 歳未満の者や妊娠中の者の飲酒は減少しています。引き続き、アルコールが身体に及ぼすリスクに関する理解促進を図り、20 歳未満の者や妊娠中の者の飲酒を防止することが必要です。
- 飲酒可能な年齢は20 歳以上であることを知っているこどもの割合については、小学3年生、小学6年生、中学3年生すべての学年で減少しています。アルコールのリスクに関する教育を推進する必要があります。

【施策の方向性】

節度ある適度な飲酒やアルコールが身体に及ぼすリスクについて、正しい知識の啓発を図ります。また、20 歳未満の者や妊娠中の者の飲酒が及ぼすリスクや危険性の啓発を図ります。

【市民の取組】

- アルコールが身体に及ぼすリスクを正しく知り、節度ある適度な飲酒を心がけます。
- 20 歳未満の者や妊娠中の者は飲酒をしません。

【市の取組】

- 飲酒が健康に与えるリスク等、正しい知識の普及・啓発
- 20 歳未満の者や妊娠中の者に対する飲酒防止教育の充実
- アルコールによる健康障害の早期発見・早期介入のため医療機関等と連携

【評価指標一覧】

評価指標		現状値		目標値
1	20 歳未満の者の飲酒率【21】	16～19 歳	17.2%※ ¹	0.0%
2	妊娠中の者の飲酒率【21】	妊婦	0.4%	0.0%
3	生活習慣病のリスクを高める量（1 日当たりの純アルコール摂取量 男性 40g 以上、女性 20g 以上）を飲酒している者の割合【21】	20 歳以上	男性 15.0%	5.5%以下
			女性 7.2%	2.5%以下
4	適度な飲酒量を知っている者の割合【21】	20 歳以上	男性 51.3% 女性 44.7%	80.0%以上

【21】・・・第3次愛西市健康日本 21 計画における評価指標

【食】・・・第3次愛西市食育推進計画における評価指標

【自】・・・第2次愛西市自殺対策計画における評価指標

※1：16 歳、19 歳を除く

(6) 歯と口腔の健康

めざす姿

<全体>

歯と口腔の健康推進キャラクター
みがこちゃん



定期的な歯科健診の受診と正しい歯のケアが身についており、8020の達成者が増加しています。

<ライフステージ別>

乳幼児期・学童期	・歯みがき習慣を身につけます。 ・こどもがみがいた後、保護者が仕上げみがきをします。
成人期	・定期的に歯科健診を受けます。 ・歯間ブラシやデンタルフロス等を使用し、口腔の健康を保ちます。
高齢期	・定期的に歯科健診を受けます。 ・オーラルフレイルを意識します。 ・8020の達成をめざします。

【現状と課題】

- 保護者による仕上げみがきがされている乳幼児期・学童期の者の中で、むし歯のない者の割合は増加しています。中学生で歯肉に炎症所見を有する者の割合が増加しています。
- 定期的（1年間に1回以上）に歯科健診を受けている者の割合は増加しています。今後も支援・啓発を行い、歯科健診の習慣化につなげることが重要です。
- 80歳で20本以上自分の歯を有する者の割合や80歳の咀嚼良好者の割合は増加しています。歯や口腔の健康づくりのため、かかりつけの歯科医を持ち、定期的に自分の歯と口腔の状態を把握することが必要です。

【施策の方向性】

食べる喜び・話す楽しみ等、生活の質に関わる「口腔機能」に注目し、むし歯や歯周病予防、口腔機能の維持・向上に向けた正しい知識を啓発します。定期的に自分の歯と口腔の状態を把握し、歯と口腔の健康を維持できる人を増やします。

【市民の取組】

- 歯・口腔の健康についての知識を持ち、歯・口腔の手入れをします。
- 定期的に歯科健診を受け、自分の歯と口腔の状態を把握し、歯と口腔の健康を保ちます。
- フッ化物を応用し、むし歯予防に取り組めます。

【市の取組】

- ライフステージに応じた歯・口腔の健康づくりの推進
- 生涯を通じたフッ化物応用の推進に向けた環境整備
- 定期的な歯科健診や歯科保健指導が受けられる環境整備
- 「愛知県歯科口腔保健基本計画」に基づき推進

【評価指標一覧】

評価指標		現状値		目標値
1	年 1 回以上歯の健診を受けている者の割合【21】	20 歳以上	58.5%	70.0%以上
2	仕上げみがきをする保護者の割合【21】※1	1 歳 6 か月児健診	69.3%	90.0%以上
3	歯周疾患を有する者の割合【21】	14 歳	18.4%	3.0%以下
		40 歳	27.1%	25.0%以下
4	むし歯のない者の割合【21】	3 歳児健診	93.7%	95.0%以上
		12 歳	81.7%	90.0%以上
5	咀嚼良好者の割合【21】	40～74 歳	82.3%	90.0%以上
6	80 歳で 20 本以上の自分の歯を有する者の割合【21】	80 歳	48.8%	75.0%以上

【21】・・・第3次愛西市健康日本 21 計画における評価指標

【食】・・・第3次愛西市食育推進計画における評価指標

【自】・・・第2次愛西市自殺対策計画における評価指標

※1：こどもがみがいた後、保護者が仕上げみがきをしている

2 生活習慣病の発症予防と重症化予防……………

(1) 健康診査

めざす姿

<全体>

定期的に健康診査を受け、健康の保持・増進に取り組まれています。

【現状と課題】

- 過去1年間に健康診査を受けた者の割合は、20歳以上の女性では増加していますが、20歳以上の男性では減少しています。さまざまなライフスタイルに合わせた、健康診査を受けやすい仕組みづくりが重要です。
- 特定健康診査の受診率、特定保健指導の実施率は、令和2年度以降の新型コロナウイルス感染症の影響から回復しているものの、それ以前の水準には戻っていません。受診率や実施率の向上への対策が必要です。

【施策の方向性】

市民一人ひとりが、自分の健康状態を知る機会をつくれます。健康診査未受診者への受診勧奨を行うとともに、より受けやすく、様々なライフスタイルに合わせた健康診査の実施に努めます。

【市民の取組】

- 健康診査を定期的に受け、自分の健康状態を把握します。
- 健診結果に応じた保健指導を受け、望ましい生活習慣を継続します。

【市の取組】

- 発症予防のための適切な生活習慣の知識の普及・啓発
- 特定健康診査・特定保健指導の実施率向上に向けた取組の推進
- 地域の団体と連携し、健康診査や健康教育の実施及び普及・啓発

【評価指標一覧】

評価指標		現状値		目標値
1	過去１年間に健康診査を受けた者の割合【21】	20歳以上	男性 73.6% 女性 74.8%	80.0%以上
2	特定健康診査の受診率【21】	40～74歳	42.6%	70.0%以上
3	特定保健指導の実施率【21】	40～74歳	11.5%	45.0%以上
4	メタボリックシンドローム該当者及び予備群の割合【21】	該当者	男性 38.8%	27.0%以下
			女性 14.2%	10.0%以下
		予備群	男性 17.4%	18.3%以下
			女性 5.7%	5.9%以下

【21】・・・第3次愛西市健康日本21計画における評価指標

【食】・・・第3次愛西市食育推進計画における評価指標

【自】・・・第2次愛西市自殺対策計画における評価指標

(2) がん

めざす姿

<全体>

がん予防の正しい知識が身についており、定期的ながん検診が受診されています。

【現状と課題】

- 本市の死因別死亡数割合は、悪性新生物が 26.4%と最も高くなっています。悪性新生物の死亡率（人口 10 万人対）では、愛知県と比べて高い値で推移しています。また、標準化死亡比は、男女ともに胃の悪性新生物が 100 を超えています。
- がん検診の受診率は、増加傾向にあります。引き続き、がん予防の正しい知識を啓発するとともに、がん検診の必要性について認識を高める支援が必要です。

【施策の方向性】

がん予防の正しい知識を啓発するとともに、がん検診の必要性について認識を高めるため、周知方法を充実・強化し、がん検診を受診しやすい環境づくりに努めます。

【市民の取組】

- がんに関する正しい知識を身につけ、食生活や運動など、望ましい生活習慣を実践します。
- がんの早期発見・早期治療のため、がん検診の有効性を知り、定期的ながん検診を受診します。

【市の取組】

- がん検診の有効性の普及・啓発
- がん検診の受診率向上に向けた取組の推進
- 地域の団体と連携し、健康診査や健康教育の実施及び普及・啓発

【評価指標一覧】

評価指標		現状値		目標値
1	がん検診の受診率【21】	胃がん	32.8%	50.0%以上
		大腸がん	34.6%	50.0%以上
		肺がん	35.1%	50.0%以上
		乳がん	36.1%	50.0%以上
		子宮がん	33.7%	50.0%以上

【21】・・・第3次愛西市健康日本 21 計画における評価指標

【食】・・・第3次愛西市食育推進計画における評価指標

【自】・・・第2次愛西市自殺対策計画における評価指標

＊評価指標の現状値は、令和6年度に実施した「愛西市健康に関するアンケート」の結果としている。P15「がん検診の受診状況」は国や県と比較するため、厚生労働省「地域保健・健康増進事業報告」を用いている。

(3) 循環器疾患

めざす姿

<全体>

健康診査の結果等を活用し、生活習慣病の発症予防や重症化予防に取り組まれています。

【現状と課題】

- 急性心筋梗塞及び脳内出血の標準化死亡比は、男女ともに減少しています。しかし、女性の脳内出血の標準化死亡比を除き、100を超えている状況のため、健康診査による発症予防や重症化予防に取り組んでいく必要があります。
- メタボリックシンドローム該当者の割合は、国や愛知県と比べて高くなっています。循環器疾患の危険因子と生活習慣は密接に関わっているため、循環器疾患と生活習慣の関連について周知・啓発も必要です。

【施策の方向性】

循環器疾患の発症予防や早期発見のために、生活習慣の改善とともに、定期的な健康診査の受診の啓発を図っていきます。また、循環器疾患ハイリスク者に対し、適切な保健指導を行い、必要な治療につなげることで、重症化の予防を行います。

【市民の取組】

- 循環器疾患に関する正しい知識を身につけ、食生活や運動など望ましい生活習慣を実践します。
- 定期的に健康診査を受け、生活習慣の見直しや医療機関への受診などをします。
- 高血圧や脂質異常症などの有病者は、受診を継続し、健康管理に努め、重症化を予防します。

【市の取組】

- 発症予防のための適切な生活習慣の知識の普及・啓発
- 特定健康診査・特定保健指導の実施率向上に向けた取組の推進
- 地域の団体と連携し、健康診査や健康教育の実施及び普及・啓発

【評価指標一覧】

評価指標		現状値		目標値
再	過去 1 年間に健康診査を受けた者の割合【21】	20 歳以上	男性 73.6% 女性 74.8%	80.0%以上
再	特定健康診査の受診率【21】	40～74 歳	42.6%	70.0%以上
再	特定保健指導の実施率【21】	40～74 歳	11.5%	45.0%以上
再	メタボリックシンドローム該当者及び予備群の割合【21】	該当者	男性 38.8%	27.0%以下
			女性 14.2%	10.0%以下
		予備群	男性 17.4%	18.3%以下
			女性 5.7%	5.9%以下

【21】・・・第3次愛西市健康日本 21 計画における評価指標

【食】・・・第3次愛西市食育推進計画における評価指標

【自】・・・第2次愛西市自殺対策計画における評価指標

(4) 糖尿病

めざす姿

<全体>

糖尿病に関する知識や正しい生活習慣の在り方が身についており、発症予防や重症化予防に取り組まれています。

【現状と課題】

○特定健康診査のヘモグロビンA1c 有所見者の割合では、40 歳代男性を除き、減少しています。また、特定健康診査における血糖コントロール指標の不良者の割合も減少しています。糖尿病に関する正しい知識を啓発し、糖尿病の発症予防、重症化・合併症の予防が重要です。

【施策の方向性】

糖尿病に関する正しい知識を啓発し、糖尿病の発症予防、重症化・合併症の予防に取り組めます。

【市民の取組】

- 糖尿病に関する正しい知識を身につけ、食生活や運動など望ましい生活習慣を実践します。
- 定期的に健康診査を受け、生活習慣の見直しや医療機関への受診などをします。
- 糖尿病有病者は、受診を継続し、健康管理に努め、重症化や合併症を予防します。

【市の取組】

- 発症予防のための適切な生活習慣の知識の普及・啓発
- 特定健康診査・特定保健指導の実施率向上に向けた取組の推進
- 地域の団体と連携し、健康診査や健康教育の実施及び普及・啓発

【評価指標一覧】

評価指標		現状値		目標値
再	過去１年間に健康診査を受けた者の割合【21】	20歳以上	男性 73.6% 女性 74.8%	80.0%以上
再	特定健康診査の受診率【21】	40～74歳	42.6%	70.0%以上
再	特定保健指導の実施率【21】	40～74歳	11.5%	45.0%以上
再	メタボリックシンドローム該当者及び予備群の割合【21】	該当者	男性 38.8%	27.0%以下
			女性 14.2%	10.0%以下
		予備群	男性 17.4%	18.3%以下
			女性 5.7%	5.9%以下

【21】・・・第３次愛西市健康日本 21 計画における評価指標

【食】・・・第３次愛西市食育推進計画における評価指標

【自】・・・第２次愛西市自殺対策計画における評価指標

3 自然に健康になれる環境づくり

(1) 地域社会で支える健康づくり

めざす姿

<全体>

地域や人とのつながりが深まり、健康づくりに関して多様な主体による積極的な活動がなされています。

【現状と課題】

- 地域の人々がお互いに助け合っていると思う人の割合は、約5割で増加しており、愛知県や国と比べても高い状況です。人とのつながりを持つことは、心身の健康を保つために重要です。地域や人とのつながりを深めるとともに、積極的に健康づくりに取り組めるよう、地域社会の環境整備が必要となります。
- 食生活改善推進員及び運動推進員は、地域住民に対し生涯を通じた食育の推進、健康づくりの担い手としての活躍が期待されるため、幅広い活動を行っていく必要があります。
- 健康経営推進企業のうち、市の取組を実施している事業所数は少なく、健康経営として、健康づくりをアプローチしていくことが重要です。

【施策の方向性】

地域や人とのつながりを深めるとともに、積極的に健康づくりに取り組めるよう、地域社会の環境整備をします。また、食生活改善推進員や運動推進員とともに、地域社会で支える健康づくり体制を強化します。

関係団体や事業所などの多様な主体と連携・協力することで、必要な人に適切な保健や医療に関する情報を提供し、誰もが自然に健康づくりに取り組むことができる環境整備を図っていきます。

【市民の取組】

- 地域の活動に参加し、地域や人とのつながりを持ちます。
- ボランティア活動に関心を持ち、積極的に参加します。

【市の取組】

- 企業・団体等、多様な主体との連携・協力による効果的な健康づくり
- 無理なく自然に健康な行動をとることができるような環境の整備

【評価指標一覧】

評価指標		現状値		目標値
1	地域のつながりが強いと思う人の割合【21・自】	20 歳以上	50.4%	増加
2	運動推進員が実施する出前講座の受講者数【21】	—	1,703 人	増加
3	市の取組を実施している事業所数【21・自】	健康経営推進事業所数	8 事業所	増加
再	食生活改善推進員の活動数【21・食】	事業内容数	5 事業	増加

【21】・・・第3次愛西市健康日本21計画における評価指標

【食】・・・第3次愛西市食育推進計画における評価指標

【自】・・・第2次愛西市自殺対策計画における評価指標

(2) 市民の主体的な健康づくりを支援する環境の整備

めざす姿

<全体>

個人や団体でも活用でき、無理なく健康づくりへの行動が継続できる環境が整えられています。

【現状と課題】

- 健康経営推進企業の登録制度などの周知件数及び出前講座を実施した事業所数は増加しています。健康経営として、健康づくりをアプローチしていくことも重要です。
- ウォーキングロードの整備については、目標値に到達しています。引き続き、誰もが運動を継続しやすい環境づくりを進める必要があります。

【施策の方向性】

関係団体や事業所などの多様な主体と連携・協力することで、必要な人に適切な保健や医療に関する情報を提供し、誰もが自然に健康づくりに取り組むことができる環境整備を図っていきます。

【市民の取組】

- 健康に関心を持ち、自分のライフスタイルに合わせて無理なく健康づくりに取り組みます。
- 市で取り組む健康づくり事業に参加します。
- 家族や地域の人と一緒に健康づくりに参加します。

【市の取組】

- アプリ等を活用した個人の健康情報の見える化・利活用を支援する体制を推進
- 地域の健康づくり活動についての情報共有
- 地域で健康づくりにかかわる人材育成
- 地域で健康づくりを推進する活動団体の支援
- 様々な施策分野と連携し、地域の健康づくりを推進

【評価指標一覧】

評価指標		現状値		目標値
1	あいさい健康マイレージ事業の参加実人数【21】	小・中学生	440 人	増加
		16 歳以上	570 人	増加
2	ウォーキングロードを活用した人数【21】	20 歳以上	—	増加
再	市の取組を実施している事業所数【21・自】	健康経営推進事業所数	8 事業所	増加

【21】・・・第3次愛西市健康日本21計画における評価指標

【食】・・・第3次愛西市食育推進計画における評価指標

【自】・・・第2次愛西市自殺対策計画における評価指標