第３次南アルプス市健康増進計画

第２次南アルプス市食育推進計画

健 康 か が や き プ ラ ン

中間評価報告書

令和７年３月

南アルプス市

目次

1.　計画の概要 1

(1)　計画の背景 1
(2)　計画の位置づけ及び計画期間 1
(3)　基本理念とめざす姿 2
(4)　重点目標 3

2.　評価と今後の方針 4

(1)　中間評価の目的 4
(2)　市民アンケート調査の実施 4
(3)　中間評価の方法と評価結果 4
(4)　ライフステージ別の評価 5
①　妊娠・出産期 5
②　乳幼児期 10
③　学童・思春期 16
④　青年期・壮年期 24
⑤　高齢期 37
(5)　「健康かがやきプラン」中間評価の過程 43
(6)　目標値一覧表 44

1. 計画の概要

(1)　計画の背景

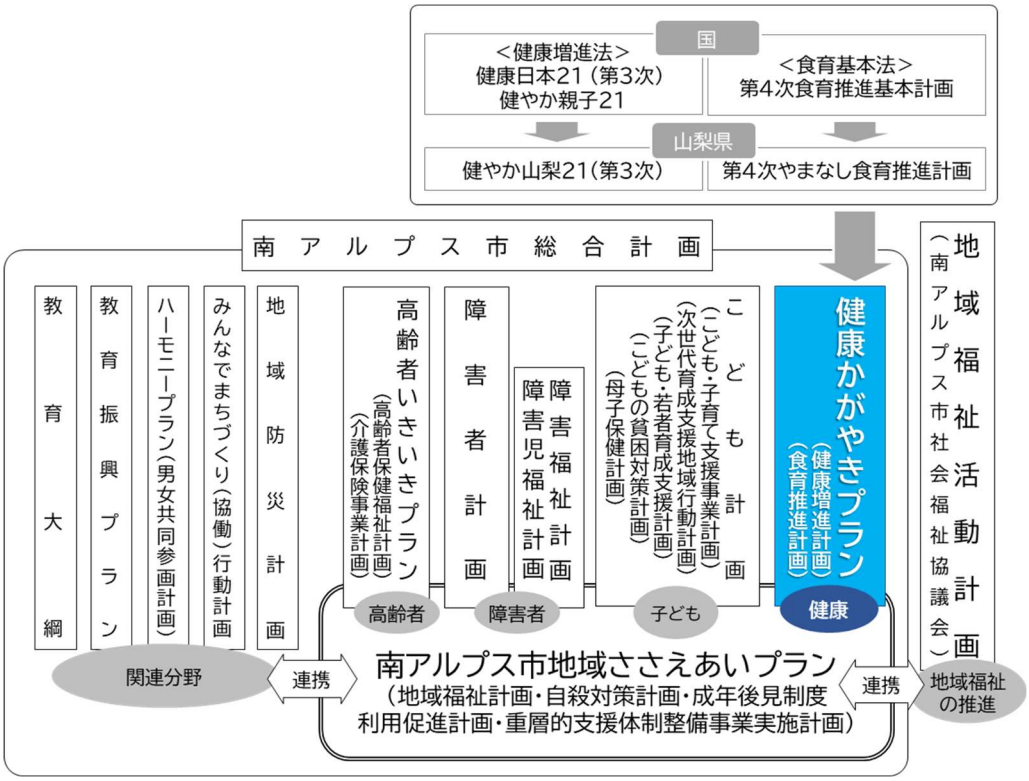
国においては、令和 5 年 5 月に健康日本 21（第 2 次）の全面改正を行い、令和 6 年から健康日本 21（第 3 次）がスタートしました。県でも同時期に健やか山梨 21（第 3 次）を策定しており、国及び県の計画においては、「健康寿命の延伸・健康格差の縮小」という大きな目標に向け、「個人の行動と健康状態の改善」、同時に「社会環境の質の向上」を目指し、「ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり」に取り組むとの基本的な方針が示されています。

本市では、令和 2 年 3 月に令和 2 年～令和 11 年を計画期間とする「健康かがやきプラン（第 3 次南アルプス市健康増進計画・第 2 次南アルプス市食育推進計画）」（以下、「本計画」という。）を策定し、健康増進及び食育に関する取組を推進してきました。

(2)　計画の位置づけ及び計画期間

本計画は、健康増進法第 8 条の規定（都道府県健康増進計画等）及び食育基本法第 18 条の規定（市町村食育推進計画）に基づき、両計画を一体的に策定するものです。また、本市の「南アルプス市総合計画」や関連する「南アルプス市地域福祉計画」「南アルプス市高齢者いきいきプラン」「南アルプス市こども計画」等との整合性を図ります。

また、本計画の期間は、令和 2 年度から令和 11 年度までの 10 年間とします。



(3)　基本理念とめざす姿

本計画の基本理念及びめざす姿は以下のとおりです。

基本理念

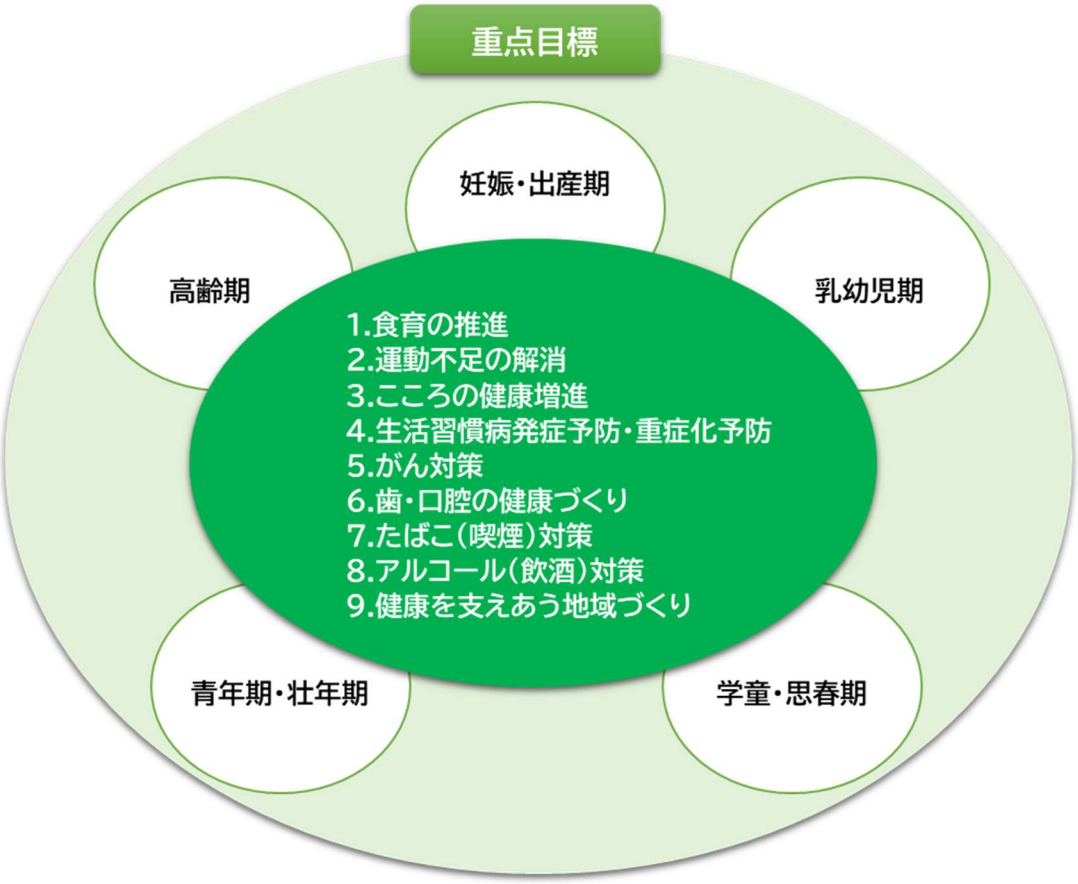
すべての市民の健康で豊かな人生と活気あるまちづくりの実現

めざす姿

健康で豊かな人生を実現するために一人ひとりが実践し、みんなで支えあうまち

(4)　重点目標

本市の健康課題の解決に向けた重点的な取組目標（重点目標）として、以下の９つを設定しています。



2. 評価と今後の方針

(1)　中間評価の目的

今般、計画の中間年度を迎えることから、これまでの取組の履行状況や目標の達成状況について中間評価を行い、実態調査の結果を分析し、今後の計画見直しの参考とします。

(2)　市民アンケート調査の実施

中間評価の基礎資料とするため、以下のとおりアンケート調査を実施しました。

対象者		調査対象・抽出方法	配付・回収方法	対象者数	回答数	回答率
乳幼児	4 か月児の保護者	2024 年 7 月現在、市内在住の乳幼児の保護者の方から無作為に抽出	健康診査受診時配付・回収	134 人	134 人	100.0%
	1 歳 6 か月児の保護者			138 人	138 人	100.0%
	3 歳児の保護者			150 人	150 人	100.0%
小学生（5 年生）		市内の小学校（15 校）に通う 5 年生全員	学校配付・オンライン回答	603 人	472 人	78.3%
中学生（1・2 年生）		市内の中学校（7 校）に通う 1・2 年生全員		1,199 人	433 人	36.1%
高校生相当等 (市内在住 16～19 歳)		2024 年 8 月現在、市内在住の 16～19 歳の方から無作為に抽出	郵送配付・回収	800 人	396 人	49.5%
一般市民 (市内在住 20 歳以上)		2024 年 8 月現在、市内在住の 20 歳以上の方から無作為に抽出	郵送配付・回収	2,000 人	1,041 人	52.1%
合計				5,024 人	2,764 人	55.0%

(3)　中間評価の方法と評価結果

基準値となる平成 30 年度の値と今回（令和 5 年度もしくは令和 6 年度）の値を比較し、「改善」、「維持」、「悪化」の 3 項目で評価しました。

判定区分	判定基準	項目数
○	改善	53(43.4%)
△	維持	7(5.7%)
▼	悪化	55(45.1%)
－	評価できない	7(5.8%)

※「評価できない」は、基準値のデータがない、直近のデータがない等の理由により比較できない項目です。

※評価は単純な数値の比較ではなく、統計学的根拠に基づき、かつ、目標値との関係から判定しています。

(4)　ライフステージ別の評価

①　妊娠・出産期

めざす姿	妊娠期から出産後をイメージし　安全安心に生活できる環境を整え 生まれてくるこどもが健やかに育てられるように準備できる

1)食育の推進

目標値と達成状況

項目	区分	基準値 (H30)	目標値 (R11)	実績値 (R6・R5)	評価
妊娠 11 週以内での妊娠の 届け出率の増加	妊婦	91.4%	95%	93.3%	○
低出生体重児の出生割合の減少	出生児	7.9% (H29)	減少	10.6%	▼

取り組み

- 妊娠届出時、母子健康手帳・父子健康手帳・ふたご手帖を交付し、情報提供を行うとともに、全妊婦へ地区担当保健師・管理栄養士・助産師等が面談を行っている。
- 妊婦に対して助産師・保健師が電話や訪問で、妊娠経過やサポート体制を確認し、相談支援を行っている。
- 妊娠届出時から、望ましい栄養バランスや食事量等について継続した栄養指導に取り組んでいる。
- マタニティスクールにおいて食事リズムやバランスなど食育について学習する機会を提供している。
- 電子母子手帳「南プスきっず」で食育に関する情報を配信している。

分析

▶改善された項目

- 妊娠の届け出率については、90%を超えており、目標値前後で推移している。

▶課題として残った項目

- 低体重児の出生割合は 10%前後で推移し、平成 30 年度の基準値よりもやや増加している。早期産児の割合の増加や妊娠前からの母親のやせ、妊娠中の体重増加抑制等が要因として考えられる。

今後の方針

- 医療機関等との連携を強化するとともに、妊婦の事情を考慮した柔軟な母子手帳交付体制の構築を進め、妊婦に寄り添った対応を行う。
- 妊娠前、妊娠期におけるやせのリスクや望ましい生活習慣など、正しい情報を周知する取り組みを電子母子手帳「南プスきっず」の活用や各種事業を通じ重点的に行う。
- 思春期・青年期世代に、母体の栄養状態が妊娠・出産に及ぼす影響を周知し、プレコンセプションケアを推進していく。

2)運動不足の解消

目標値と達成状況

項目	区分	基準値 (H30)	目標値 (R11)	実績値 (R6・R5)	評価
妊婦健診を 12 回以上受けた人の割合の増加	妊婦	73.3%	増加	91.3%	○

取り組み

- 妊婦の経済的負担を軽減し、必要な妊婦健診が受診できるよう、妊婦一般健康診査の助成事業を行っている。
- 妊婦に対して助産師や保健師が電話や訪問で、状況確認や相談支援を行っている。

分析

▶改善された項目

- 令和 5 年度は 90%を超えており、増加している。

▶課題として残った項目

- 妊娠中の母子の健康を守り、スムーズな出産へとつなげるため、適切な妊婦健診の受診が求められている。

今後の方針

- 妊婦健診の費用補助などの取組を継続して行い、高い受診率の維持を目指す。

3)こころの健康増進

目標値と達成状況

項目	区分	基準値 (H30)	目標値 (R11)	実績値 (R6・R5)	評価
妊婦同士で情報交換できる友人や仲間がいる母親の割合の増加	妊婦	73.8%	増加	71.9%	▼
EPDS（エジンバラ産後うつ病質問票※）9 点以上の割合の減少	産婦	産後 2 週間 13.9% 産後 1 か月 8.9%	減少	産後 2 週間 4.5% 産後 1 か月 8.8%	○

※EPDS：産後うつ病のスクリーニング表で 10 項目の質問に母親自身が回答。合計 30 点中 9 点以上を産後うつとしてスクリーニングする。

取り組み

- 妊娠届出時に全妊婦に対して地区担当保健師が面談を行い、出産や育児等の見通しを立て、不安や悩みに寄り添う支援を行っている。
- その後も妊婦訪問、乳児訪問(赤ちゃん訪問)等により妊娠期から安心して出産子育てができるよう伴走型の支援を実施している。
- 産前産後の精神面の変化について健康教育と相談先の情報提供を実施している。
- パパママ学級や父子健康手帳交付により、父親の育児参加を推進している。
- 公認心理師等による個別の相談日を設け、専門的な相談支援に取り組んでいる。
- 乳児訪問では助産師及び保健師による全戸訪問を実施し産後の様々な不安や悩みを聞き、親子の心身状況や養育環境等の把握・助言を行い、必要時、医療機関等と連携し、支援が必要な家庭に対し包括的な支援に取り組んでいる。
- 妊産婦やその家族が、育児への不安や負担をやわらげ、安心して子育てできるよう、

心身ともにサポートすることを目的にした産前産後ケア事業の周知と、利用費助成を行っている。

- 妊産婦が孤立しないよう妊娠期から健康増進課をはじめとする庁内の相談窓口や子育て支援センター等地域の相談窓口を周知するとともに、連携しながら支援を行っている。

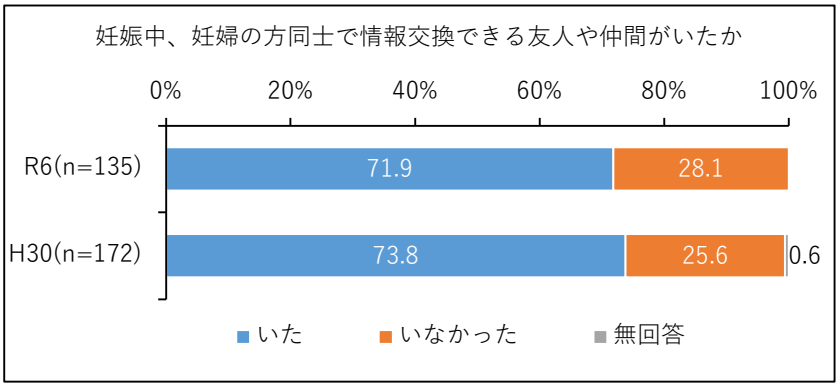
分析

▶改善された項目

- EPDS（エジンバラ産後うつ病質問票）については、産後 2 週間では令和 5 年度は特に低い数値となっているが、それ以外の年も減少、産後 1 か月は微減で推移している。

▶課題として残った項目

- 情報交換できる友人や仲間については、アンケート調査では「いた」が 1.9%減少しているため、妊娠中の孤立を防げるよう、必要な人に対して交流の場や情報を適切に提供する必要がある。
- 引き続き、母親の産後うつの予防・産後ケア体制の充実などが求められている。



今後の方針

- 市が実施するマタニティスクールや、医療機関が実施する交流の場などに関する情報提供を行う。
- 民間事業者と協働することにより、新たな交流や仲間づくりの機会と支援者が確保できるよう取り組む。
- 医療機関との連携強化をさらに図り、EPDS(エジンバラ産後うつ病質問票)による産後うつ病のスクリーニングも活用しながら、母親のメンタルケアを推進する。
- 産前産後ヘルパー派遣事業を実施し、妊産婦の育児・家事負担を軽減し、安心して子育てできるよう支援を行う。
- 令和 7 年 4 月にこども応援部とこども家庭センターを新設し、妊娠期から子育て期の相談支援体制を充実・強化する。

4)生活習慣病発症予防・重症化予防

目標値と達成状況

項目	区分	基準値 (H30)	目標値 (R11)	実績値 (R6・R5)	評価
妊婦健診を 12 回以上受けた人の割合の増加（再掲）	妊婦	73.3%	増加	91.3%	○

取り組み

- 再掲のため省略

分析

▶改善された項目

- 再掲のため省略

▶課題として残った項目

- 再掲のため省略

今後の方針

- 再掲のため省略

5)歯・口腔の健康づくり

目標値と達成状況

項目	区分	基準値 (H30)	目標値 (R11)	実績値 (R6・R5)	評価
妊婦健診を 12 回以上受けた人の割合の増加（再掲）	妊婦	73.3%	増加	91.3%	○

取り組み

- 再掲のため省略

分析

▶改善された項目

- 再掲のため省略

▶課題として残った項目

- 妊娠期はホルモンバランスの変化やつわりなどにより、虫歯や歯周病にかかりやすくなる。歯周病があると早産や低出生体重児出産のリスクが高くなるため、よい口腔環境を維持する必要がある。

今後の方針

- 令和 7 年度より、妊婦と生まれてくるこどもの口腔衛生の向上及び健康促進を目的として、妊婦歯科健診を実施する。
- 妊産婦及びその家族に対して歯と口腔の健康管理について正しい情報を提供する。

6)たばこ（喫煙）対策

目標値と達成状況

項目	区分	基準値 (H30)	実績値 (R6・R5)	目標値 (R11)	評価
妊娠中の喫煙率の減少	妊婦	5.2%	1.6%	0%	○

取り組み

- 妊娠届出時に喫煙及び受動喫煙が母体や胎児に及ぼす影響について説明し、禁煙支援を行っている。
- 受動喫煙防止に向けた喫煙ルールの普及啓発を行っている。

分析

▶改善された項目

- 減少傾向であり、目標の 0%まであと一歩となっている。

▶課題として残った項目

- 妊娠中の喫煙によるリスク等について、引き続き適切に周知する必要がある。

今後の方針

- 引き続き、妊娠期からの禁煙支援の取り組みと受動喫煙防止対策を推進する。
- 妊娠前の世代に対して、喫煙リスクの周知等のプレコンセプションケアを推進する。

7)アルコール（飲酒）対策

目標値と達成状況

項目	区分	基準値 (H30)	目標値 (R11)	実績値 (R6・R5)	評価
妊娠中の飲酒率の減少	妊婦	2.9%	0%	0.9%	○

取り組み

- 妊娠届出時に飲酒が母体や胎児に及ぼす影響について説明し、指導を行っている。

分析

▶改善された項目

- 減少傾向であり、目標の 0%まであと一歩となっている。

▶課題として残った項目

- 妊娠中の飲酒によるリスク等について、引き続き適切に周知する必要がある。

今後の方針

- 引き続き、妊娠期における飲酒の影響などを周知する取り組みを推進する。
- 妊娠前の世代に対して、飲酒のリスクについて周知を図る等、プレコンセプションケアを推進する。

②　乳幼児期

めざす姿	生涯健康な生活が送れるよう正しい生活習慣が確立でき 家庭や地域の愛情に育まれ　健やかに成長発達できる

1)食育の推進

目標値と達成状況

項目	区分	基準値(H30)	目標値(R11)	実績値(R6･R5)	評価
こどもの食事のリズムを大切にしている親の割合の増加	1 歳 6 か月	96.9%	増加	95.2%	▼
	3 歳	96.8%	増加	94.4%	▼
甘味食品･飲料を一日 3 回以上摂る習慣を持つ幼児の割合の減少	1 歳 6 か月	20.1%	15%	10.1%	○
	3 歳	23.4%	20%	15.1%	○

取り組み

- 定例の健康相談日を設け、保健師･管理栄養士･助産師が相談に対応している。
- 離乳食教室では、調理実習と乳児期の食習慣指導を行い、乳幼児健診では、間食や食事内容について指導を行い、フードモデル等の掲示･展示を行っている。
- 電子母子手帳「南プスきっず」で離乳食や食育に関する情報を配信している。
- 保育所給食では、地産地消に取り組み、行事食や郷土料理を取り入れている。また、保育所の畑で自分たちで栽培した野菜などを、その日の給食に調理し取り入れるなど、食べ物への関心が高まるよう働きかけをしている。
- 食生活改善推進員会では、「ちびっこパクパク教室」を開催し、市内保育所や学童保育等に出向き、朝食を食べることやバランスよく食べること、好き嫌いなく食べることの重要性について食育教室を行っている。

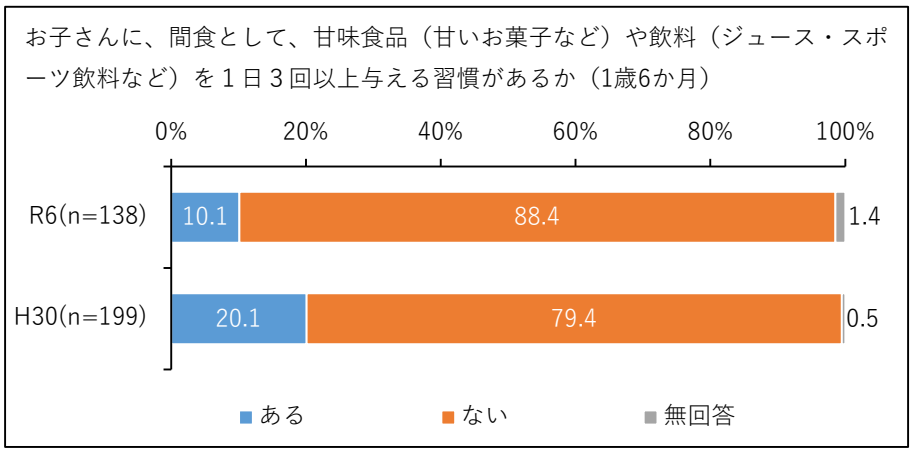
分析

▶改善された項目

- 食事のリズムについては、概ね横ばいだが、100%に近い値で推移している。
- 甘味食品･飲料については、10%程度減少し、目標値を達成している。

▶課題として残った項目

- 乳幼児期に適切な食習慣を身に付けることは非常に重要であり、保護者への意識づけが求められる。



今後の方針

- 引き続き、マタニティスクールや離乳食教室を通して、食事リズムの大切さや食事バランスのととのえ方など、こどもの食生活（食事）について学べる機会の提供に努める。
- 引き続き、食事リズムや間食については、乳幼児健診や離乳食教室において積極的に意識づけを行っていく。
- 食育に関する正しい情報を周知する取り組みを、電子母子手帳「南プスきっず」の活用や各種事業を通じ重点的に行う。

2)運動不足の解消

目標値と達成状況

項目	区分	基準値(H30)	目標値(R11)	実績値(R6･R5)	評価
外遊びの習慣がないこどもの減少	1 歳 6 か月	15.8%	減少	13.9%	○
	3 歳	10.5%	減少	10.6%	▼

取り組み

- 幼児期からは健診の際、問診票に外遊びについての質問項目を設け、外遊びが不足している場合には体を使って遊ぶことの大切さを保護者に伝えている。
- 保育所では、通年で晴れた日には必ず外遊びの時間を設け、屋内でも体を使って遊べる遊具を準備するなど、運動促進の取り組みを行っている。
- 教育委員会では、社会体育や生涯学習の一環としてスポーツ教室などを開催している。

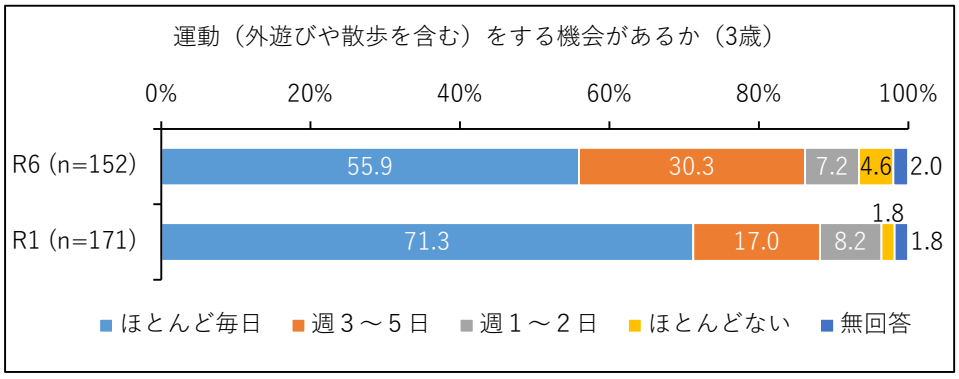
分析

▶改善された項目

- 年によりばらつきがあるが、概ね横ばいで推移している。

▶課題として残った項目

- アンケート調査では、「運動（外遊びや散歩を含む）をする機会があるか」との設問で「ほとんど毎日」と回答した割合が前回(H30)よりも 15.4%減少する一方、「週 3～5 日」の割合が 13.3%増加しており、やや機会が少なくなっているという結果であった。
- スマートフォンやタブレット端末などデジタル機器が身近となり、幼児期から使用するこどもが増えている。



今後の方針

- コロナ禍における外遊び習慣の減少、真夏の気温上昇、デジタル機器の長時間使用等、様々な要因によりこどもの外遊びの減少が進行している。
- これらの現状と課題を把握しながら、引き続き健診等の際に体を使って遊ぶことの重要性やデジタル機器の適切な利用について保護者に伝えていく。
- こども・子育て家庭が安心して遊べる環境づくりを関係機関と進めていく。

3)こころの健康増進

目標値と達成状況

項目	区分	基準値(H30)	目標値(R11)	実績値(R6・R5)	評価
子育てに自信が持てない親の割合の減少	1 歳 6 か月	35.7%	減少	31.2%	○
	3 歳	35.1%	減少	26.3%	○
現在、身近に相談できる専門家がいる親の割合の増加	1 歳 6 か月	61.3%	65%	65.2%	○
	3 歳	63.7%	70%	67.8%	○

取り組み

- 出生届出後に地区担当保健師が相談に応じ、不安解消に努め、その後も保護者が安心して子育てできるよう寄り添いながら支援を行っている。
- 定例の健康相談日を設け、保健師・助産師・管理栄養士が相談に対応している。
- 4か月児未満の乳児のいる家庭への助産師及び保健師による全戸訪問や乳幼児健診を通じ、乳幼児と子育て家庭への支援を行っている。
- 公認心理師等による個別及び集団での相談日を設け、育児不安やこどもの特性に応じた専門的な相談支援に取り組んでいる。
- パパママ学級、父子健康手帳による父親の育児参加を推進している。
- 子育て支援事業として、ファミリーサポート事業、一時保育、病後児保育、地域子育て支援センター事業、ホームスタート事業を実施している。
- 愛育会による子育て支援のイベントを開催している。
- 保護者が不安や悩みを抱えやすい離乳食・幼児食について、進め方や調理方法に関する動画を電子母子手帳「南プスきっず」で配信し、不安軽減につなげている。

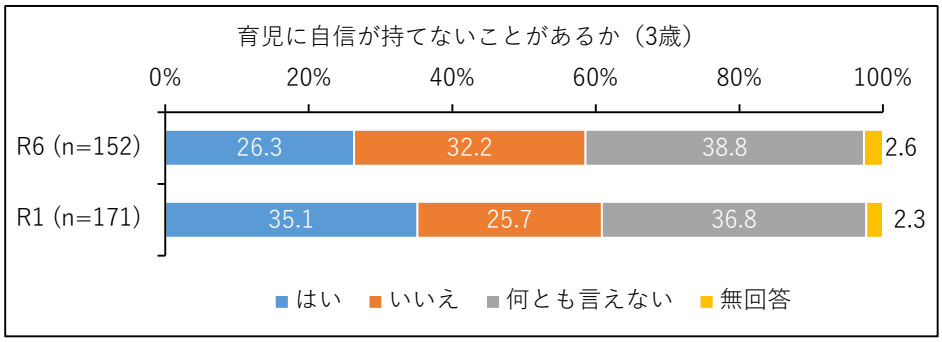
分析

▶改善された項目

- 子育てに自信が持てない母親の割合は減少している。
- 身近に相談できる専門家がいる母親の割合は増加している。

▶課題として残った項目

- 乳幼児期は身体及び精神発達の著しい時期であり、親としてこどもの発達の見極めに自信が持てず、それが子育てへの不安や自信のなさにつながることが考えられる。
- 子育てにおける孤立を予防するため、情報共有や交流・相談ができる新たな場所や体制の整備も求められる。



今後の方針

- 妊娠期から地区担当保健師制を基本とした伴走型の支援を継続する。
- 民間事業者との協働も含めたマタニティスクール等を通じた妊娠期からの親同士の交流機会を創出する。
- 産院・医療機関、産前産後ケアセンター、地域子育て支援センター等と連携した支援を推進する。
- 民生委員や愛育会等による、地域のこどもや子育て家庭への声かけや見守りを継続する。
- 産前産後ヘルパー派遣事業を実施し、妊産婦の育児・家事負担を軽減し、安心して子育てできるよう支援を行う。
- 令和７年４月にこども応援部とこども家庭センターを新設し、妊娠期から子育て期の相談支援体制を充実・強化する。

4)生活習慣病発症予防・重症化予防

目標値と達成状況

項目	区分	基準値 (H30)	目標値 (R11)	実績値 (R6・R5)	評価
乳幼児健康診査受診率の増加	1 歳 6 か月	98.2%	100%	97.0%	▼
	3 歳	96.4%	100%	97.2%	○

取り組み

- 定例の健康相談日を設け、保健師・管理栄養士・助産師が相談に対応している。
- 離乳食教室で調理実習と乳児期の望ましい食習慣を伝えている。
- 乳幼児健診で間食や食事内容のフードモデル等の掲示・展示を行っている。
- ４ か月健診から幼児期に向けて一貫した保健指導等を形態別（集団・個別）に実施している。

分析

▶改善された項目

- 概ね横ばいだが 100%に近い値で推移している。

▶課題として残った項目

- 乳幼児健診はこどもの健康状態を定期的に確認し、栄養状態や発達の度合いを把握する重要な機会であることから、今後も継続して受診を勧奨することが求められる。

今後の方針

- 可能な限り未受診児の発生理由を把握し、健診未受診者への受診勧奨を行うなど、引き続き未受診者・未受診児への取り組みを進める。
- 望ましい食習慣を身につけられるよう、幼少期から「食育」を推進する。
- 食育に関する正しい情報を周知する取り組みを、電子母子手帳「南プスきっず」の活用や各種事業を通じ重点的に行う。

5)歯・口腔の健康づくり

目標値と達成状況

項目	区分	基準値(H30)	目標値(R11)	実績値(R6・R5)	評価
甘味食品・飲料を一日 3 回以上摂る習慣を持つ幼児の割合の減少（再掲）	1 歳 6 か月	20.1%	15%	10.1%	○
	3 歳	23.4%	20%	15.1%	○
う歯（むし歯）のない 3 歳児の割合の増加	3 歳	79.7%	90%	91.6%	○

取り組み

- むし歯はこどもの規則正しい生活習慣や甘味料摂取、仕上げ歯磨きの習慣等と関係するため、食習慣・生活習慣を含めた歯と口腔の健康づくりの取り組みを乳幼児健診で進めている。
- 乳幼児健診では、歯科医師・歯科衛生士による個別・集団の指導を実施し、よく噛んで食べることや歯磨き指導を行っている。
- 保育所では、むし歯予防への取り組みとして、昼食後の歯磨きに併せて歯磨き指導を実施している。
- 愛育会では、むし歯予防に関する着ぐるみ劇を健康フェスタで披露し、啓発に取り組んでいる。

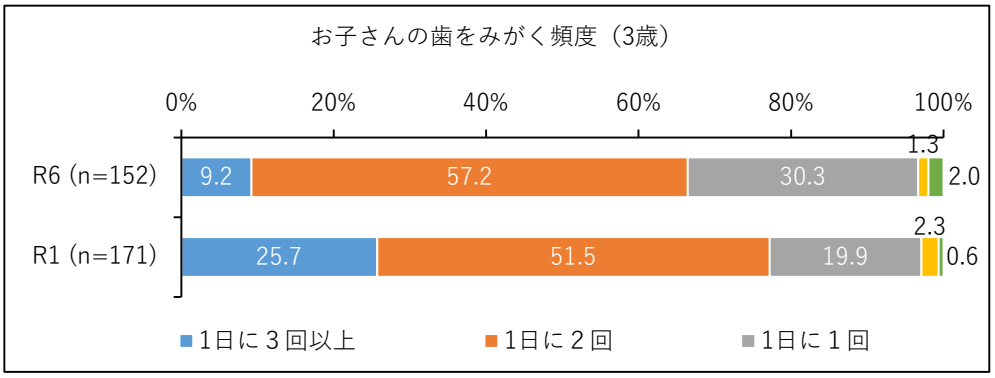
分析

▶改善された項目

- う歯の割合については、年によりばらつきがあるが、直近 3 年間は 90%前後で推移しており、目標値を達成している。

▶課題として残った項目

- アンケート調査では、1 日の歯みがきの頻度で 3 回以上と回答した割合は令和元年度の 25.7%から、令和 6 年度は 9.2%と減少している 。



今後の方針

- むし歯はこどもの規則正しい生活習慣や食事のリズム、間食等が影響するため、乳幼児健診での食育や歯科保健指導の充実を図る。
- 乳幼児期からかかりつけ歯科医をもち、定期的な歯科健診を受けるとともに、家庭で正しい口腔ケアが習慣化できるよう乳幼児健診や保育所等での取り組みを進める。

6)健康を支え合う地域づくり

目標値と達成状況

項目	区分	基準値(H30)	目標値(R11)	実績値(R6･R5)	評価
1 歳児の BCG 接種終了者の割合の増加	1 歳	97.3%	増加	96.3%	▼
MR※2 期接種終了者の増加	就学前	97.7%	増加	94.6%	▼

※MR：麻疹風疹混合ワクチン

取り組み

- BCG 等定期予防接種については、乳児全戸訪問及び乳幼児健診でチラシを用いて接種スケジュールの確認を行っている。
- 広報、ホームページ、電子母子手帳「南プスきっず」を活用し、予防接種の接種率向上に努めている。
- MR2 期については、集団免疫を保つために 95%以上の接種率を維持する必要があるため、保育所、小学校を通じての通知の配布、未接種者への個別通知及び電話勧奨を実施している。

分析

▶改善された項目

- BCG については、概ね横ばいだが、100%に近い値で推移している。

▶課題として残った項目

- MR ワクチン接種終了者は、平成 30 年度の基準値より 3.1%減少している。
- 乳幼児はまだ免疫機能が十分に発達しておらず、重い感染症などへの罹患を防ぐための予防接種は非常に重要である。麻しん排除のためには接種率 95%以上を維持する必要があるため、接種率を高めていく。

今後の方針

- 対象者には、引き続き通知の発送や広報、電話などによる接種勧奨を行う。
- MR2 期については、引き続き保育所や幼稚園、小学校とも協力し、接種率の向上に努める。

③　学童・思春期

めざす姿	自分の心や体を大切にすることができ　自己肯定感が育まれ 自立していく準備ができる

1)食育の推進

目標値と達成状況

項目	区分		基準値 (H30)	目標値 (R11)	実績値 (R6・R5)	評価
児童・生徒の肥満児の割合の減少	小学生		9.2%	減少	11.7%	▼
	中学生		9.7%	減少	12.4%	▼
共食の増加（食事を 1 人で食べるこどもの割合の減少）	小学生		朝食 11.5% 夕食 1.7%	減少	朝食 15.0% 夕食 3.0%	朝食 ▼ 夕食 ▼
	中学生		朝食 31.8% 夕食 4.9%	減少	朝食 28.6% 夕食 6.9%	朝食 ○ 夕食 ▼
朝食を毎日食べるこどもの割合の増加	小学生	男子	89.2%	89.5%	90%以上	○
		女子	91.5%	82.8%	95%以上	▼
	中学生	男子	87.9%	82.5%	90%以上	▼
		女子	83.7%	83.1%	90%以上	△
主食・主菜・副菜の 3 つそろった食事を 1 日に 2 食以上ほぼ毎日食べているこどもの割合の増加	小学生		67.4%	増加	71.0%	○
	中学生		70.6%	増加	67.2%	▼
市内の学校給食における県内産食材の使用割合の増加	–		9.2%	増加	南部※ 18.88% 北部 18.58%	○
市内の学校給食における南アルプス市内産食材の使用割合の増加	–		19.7%	増加	南部 6.63% 北部 6.40%	▼

※給食センターが 2 か所あるため、それぞれ（南部・北部）で結果を表示

取り組み

- 教育委員会による親子で参加する生涯学習講座を開催している。
- PTA や食生活改善推進員会では、親子料理教室等を開催し、保護者とこどもがともに学ぶ機会を提供している。
- 食生活改善推進員会では、夏休みのラジオ体操会場に出向き、「朝食を食べよう推進運動」を実施している。
- 学校教育では、食育、健康教育の推進及び個別指導に取り組んでいる。また、学校保健委員会、保健だより等により家庭・学校・地域等と連携を図っている。
- 生産者・食品関連事業者は、地産地消の取り組みとして、学校給食へ地元食材を提供している。

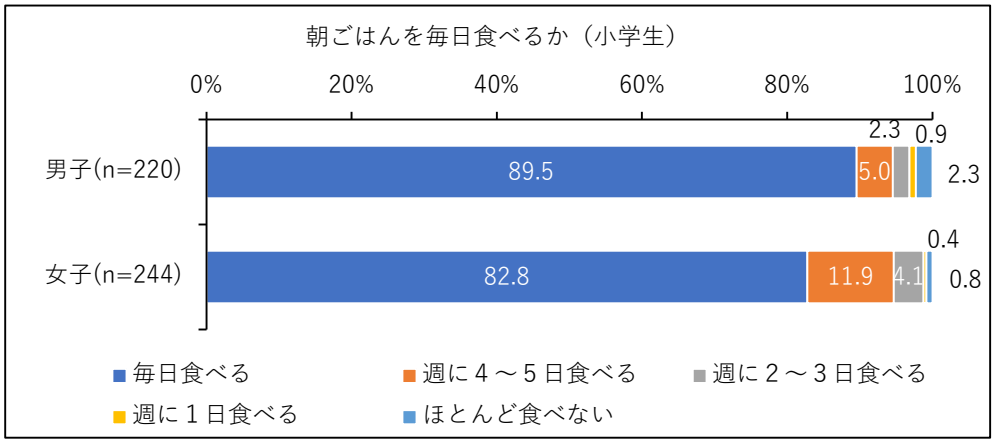
分析

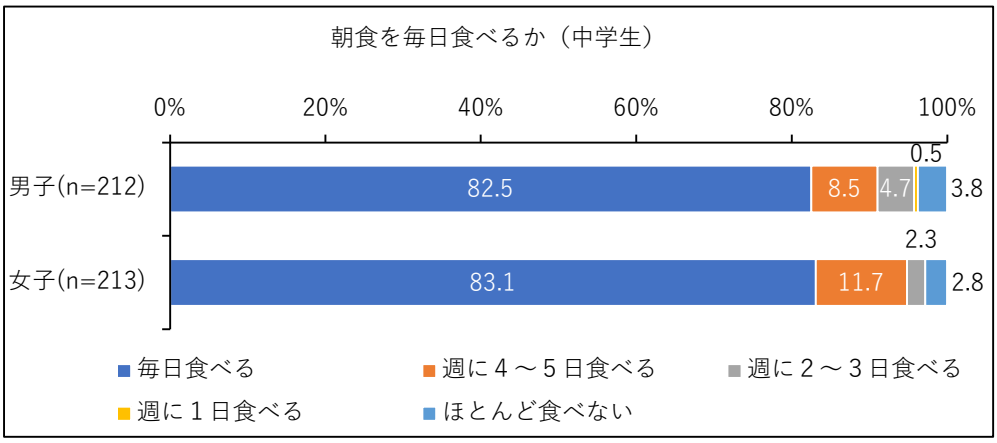
▶改善された項目

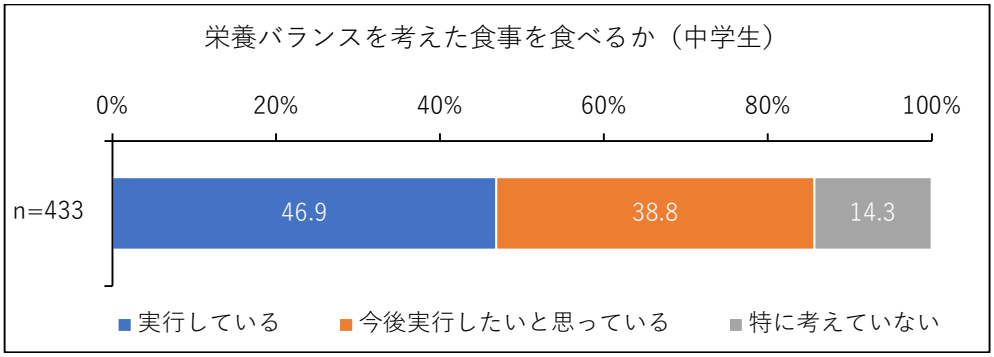
- 学校給食における県内産食材の利用割合は上がっている。

▶課題として残った項目

- 肥満児の割合について、やや増加傾向であり、11%前後で推移している。
- 共食について、食事を 1 人で食べる割合は、中学生の朝食のみ 3.2 ポイント減少したが、他は 1.3～3.5 ポイントの増加となっている。学童・思春期はこどもに望ましい食習慣を身に付けさせ、健全な心身を育む重要な時期であることから、就学前からこどもや保護者に対しての指導が求められる。
- 朝食を毎日食べるかについて、ほとんどの区分で減少している。学童・思春期に規則正しい生活習慣やバランスのとれた食生活を身に付けることは将来に向けて大切だが、一部の児童生徒は朝食を食べない生活が常態化している。
- 主食・主菜・副菜のそろったバランスの良い食事について、小学生では増加しているが中学生では減少している。中学生向けのアンケート調査における「栄養バランスを考えた食事を食べているか」との設問に対し「実行している（食べている）」と回答した割合は 46.9%にとどまっており、栄養やバランスに配慮されていない食事をとっている児童生徒が一定数見られる。







今後の方針

- こどもの多忙化やスマートフォンの普及によるゲーム時間の増加、コロナ禍などによる運動量の低下など、こどもを取り巻く環境の変化を把握するとともに、肥満の原因となる食習慣や食嗜好は乳幼児期からつくられることから、妊娠期や離乳食開始時期などの保護者の食意識の高い時期からの取り組みを進める。
- 学校及び教育委員会と連携することに加え、家庭・学校・地域の連携も強化し、基本的な生活習慣の定着に向けた取り組みを進める。併せて、食生活改善推進員会と協働した地域での食育の取組を推進し、共食、朝食を食べること、栄養バランスの取れた食事の大切さ等について、継続的に事業を進める。
- 農業体験、料理教室、学校給食など、様々な機会を通じて食について学び、食に対する感謝の気持ちを醸成する取組を推進する。

2)運動不足の解消

目標値と達成状況

項目	区分		基準値(H30)	目標値(R11)	実績値(R6・R5)	評価
ほとんど毎日運動をしている人の割合の増加	小学6年生	男子	76.8%	80%	72.5%	▼
		女子	71.8%	80%	68.5%	▼
	中学2年生	男子	80.2%	90%	82.2%	○
		女子	54.8%	65%	61.2%	○
運動時間が1時間以上の人の割合の増加	小学6年生	男子	68.5%	80%	61.2%	▼
		女子	49.0%	80%	48.5%	△
	中学2年生	男子	72.1%	80%	21.9%	▼
		女子	55.0%	65%	45.8%	▼
	16～19歳	男子	－	70%	66.7%	－
		女子	－	40%	39.7%	－

取り組み

- 学校において体力テストを取り入れた体力づくりの推進を行っている。
- 教育委員会では、スポーツ協会と連携し、各種スポーツの推進に取り組んでいる。
- 教育委員会やスポーツ少年団、スポーツ推進委員等と連携し、体力づくりの推進に取り組んでいる。

分析

▶改善された項目

- 運動の頻度について、「中学2年生」の区分で増加している。

▶課題として残った項目

- 運動時間が1時間以上の人の割合については、すべての区分において減少し、特に中学2年生男子の低下が著しい。コロナ禍で運動時間が減少したまま回復していない可能性が高い。

今後の方針

- 運動頻度・運動時間が増加しない理由は、コロナ禍による運動習慣の欠如の他に、ゲームやスマートフォンなどの利用時間を示す「スクリーンタイム」の増加、習い事に通う児童生徒の増加など様々な要因が考えられることから、現状を把握したうえで関係機関と連携し、児童生徒の運動の習慣化と運動機能の向上を図っていく。
- コロナ禍後、運動習慣等が確立されていない児童生徒もいることから、スポーツや外遊びを通じて基礎体力の向上や社会性を身に付けられるよう取り組みを推進する。

3)こころの健康増進

目標値と達成状況

項目	区分		基準値(H30)	目標値(R11)	実績値(R6・R5)	評価
相談できる人がいる児童・生徒の割合の増加	小学生	男子	77.8%	増加	86.3%	○
		女子	85.6%	増加	73.2%	▼
	中学生	男子	76.2%	増加	83.1%	○
		女子	78.2%	増加	81.4%	○
	高校生	男子	86.8%	増加	90.4%	○
		女子	91.0%	増加	87.8%	▼
自分の身体を大切にしている生徒の割合の増加	高校生	男子	78.9%	増加	82.1%	○
		女子	79.7%	増加	89.0%	○

取り組み

- 小・中学校では、心の教育の充実を目的に、地域の人々とのふれあいや思いやり、命の大切さなどの道徳教育の取り組みを推進している。
- スクールカウンセラー・スクールソーシャルワーカーを配置し、教育相談員などと連携を図り、組織的な教育相談の推進に取り組んでいる。
- 相談事業として、ふれあいダイヤル（教育相談窓口）を設置し、悩みを抱えるこども、保護者等からの相談に応じることで地域・学校・家庭との連携を図っている。
- 児童館を拠点に健全な遊びを通して、こどもの居場所づくりや心と体の発達支援に取り組んでいる。
- 地域と相互理解を深めることを目的に、愛育会による世代間交流等にも積極的に取り組んでいる。
- こども家庭相談課に保健師、心理士を配置し、専門家によるこども相談を定例で開催している。

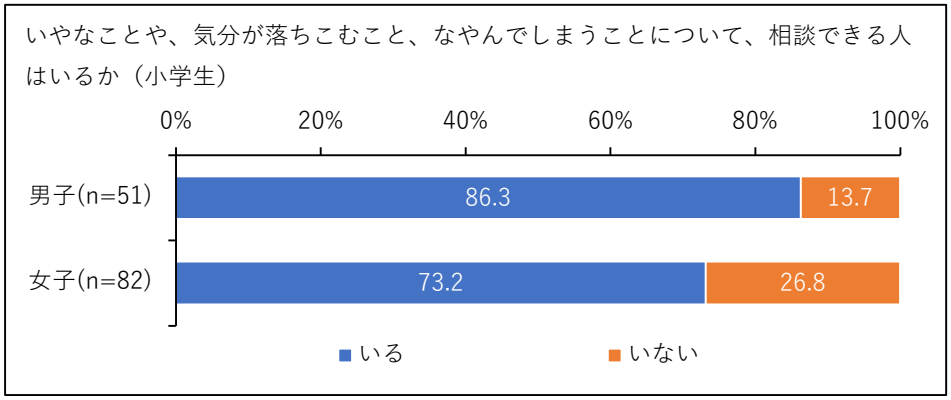
分析

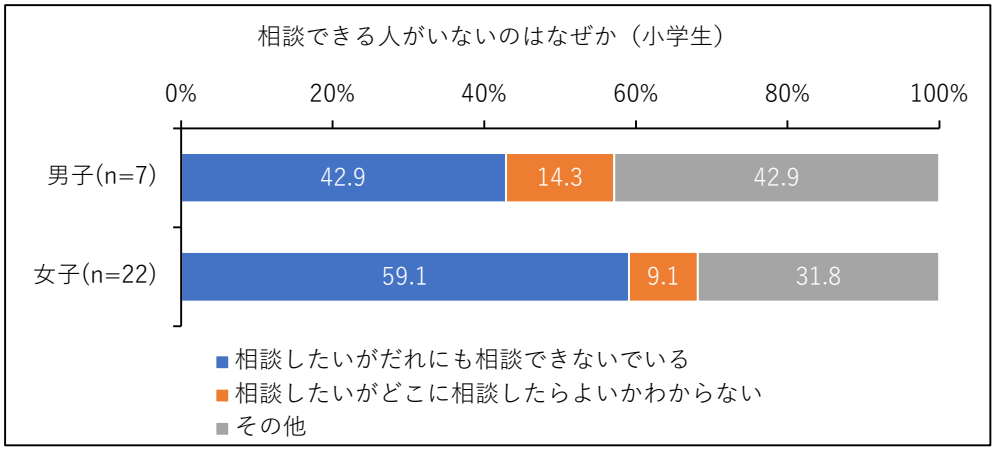
▶改善された項目

- 相談できる人がいるかについて、小学生男子、中学生、高校生男子では増加している。
- 自分の身体を大切にしている生徒の割合は増加している。

▶課題として残った項目

- 相談できる人がいないという回答の中に、「相談したいが誰にも相談できないでいる」、「相談したいがどこに相談したらよいかわからない」との回答が一定数見られる。





今後の方針

- 相談したい内容や、そもそも相談したいかどうかは児童生徒の状況により様々であることから、学校での道徳教育などの心の教育、スクールカウンセラー・スクールソーシャルワーカー、ふれあいダイヤル（教育相談窓口）など多様なサポート体制の充実と児童生徒への周知を推進する。
- 薬物や性などについて正しい知識の習得が重要であり、保健所や教育機関と連携し、普及啓発の取組を推進する。
- 令和７年４月にこども応援部とこども家庭センターを新設し、こどもと子育て家庭への相談支援体制を充実・強化する。

4)生活習慣病発症予防・重症化予防

目標値と達成状況

項目	区分	基準値(H30)	目標値(R11)	実績値(R6・R5)	評価
児童・生徒の肥満児の割合の減少（再掲）	小学生	9.2%	減少	11.7%	▼
	中学生	9.7%	減少	12.4%	▼

取り組み

- 再掲のため省略

分析

▶改善された項目

- 再掲のため省略

▶課題として残った項目

- 再掲のため省略

今後の方針

- 再掲のため省略

5)歯・口腔の健康づくり

目標値と達成状況

項目	区分	基準値(H30)	目標値(R11)	実績値(R6・R5)	評価
12 歳の永久歯の 1 人平均う歯（むし歯）等数の減少	中学 1 年生	0.8 歯	減少	1.1 歯	▼

取り組み

- 小中学校においては保健集会や学校保健委員会、歯科健診・歯科保健指導を通して、う歯及び歯周病の罹患予防、治療率を上げる取り組みを実施している。

分析

▶課題として残った項目

- 12 歳児における一人平均う歯数が、基準値と比較し増加しているほか、全国・県平均を上回っている。
- 中学校入学時にはすでにう歯に罹患していることが多く、入学以前からの対策が必要である。
- 給食後の歯みがきが習慣化していない児童生徒もいる。

今後の方針

- 学齢期のう歯の予防は成人期以降の歯科疾患の予防に繋がることから、歯科医師会や学校などと連携し、歯科指導や歯と口腔の健康の重要性に関する知識の啓発などの取り組みを推進する。

6)たばこ（喫煙）対策

目標値と達成状況

項目	区分		基準値 (H30)	目標値 (R11)	実績値 (R6・R5)	目標値 (R11)	評価
10 代の喫煙率の減少（最近 1 ヶ月以内に 1 日以上喫煙した人の割合）	中学 1 年生	男子	0.0%	0%	0.0%	0%	○
		女子	0.0%	0%	0.0%	0%	○
	高校 3 年生	男子	–	0%	0.0%	0%	–
		女子	–	0%	0.0%	0%	–
家族に喫煙者がいる割合の減少	小学生	男子	48.3%	30%	39.1%	30%	○
		女子	51.6%	30%	41.4%	30%	○
	中学生	男子	49.8%	30%	38.7%	30%	○
		女子	46.5%	30%	35.7%	30%	○
	高校生	男子	40.1%	30%	33.3%	30%	○
		女子	42.5%	30%	38.2%	30%	○

取り組み

- 学校教育において、喫煙が心身に及ぼす影響を正しく認識させる喫煙防止教育を行っている。

分析

▶改善された項目

- 喫煙率について、すべての区分で 0%となっている。
- 家族に喫煙者がいる割合はすべての区分で減少している。

▶課題として残った項目

- 喫煙率について、0%を維持していく必要がある。
- 家庭内に喫煙者がいることで、受動喫煙にさらされる危険性が高くなるだけでなく、喫煙開始の機会を作ってしまうことが危惧される。

今後の方針

- たばこの害（電子たばこ含む）に関する教育やたばこを入手できない環境の整備など、未成年の喫煙予防対策を家庭と連携しながら推進する。
- 受動喫煙による健康への影響は大きい。望まない受動喫煙が生じないよう、受動喫煙を防止するための普及啓発や環境づくりに地域全体で取り組む。

④　青年期・壮年期

めざす姿	心も体も健やかに健康的な生活習慣を実行し　病気を予防することができる

1)食育の推進

目標値と達成状況

項目	区分		基準値(H30)	目標値(R11)	実績値(R6・R5)	評価
朝食を毎日食べる人の割合の増加	20 歳代	男性	49.0%	52.0%	増加	○
		女性	55.7%	62.5%	増加	○
	30 歳代	男性	58.1%	47.6%	増加	▼
		女性	81.7%	69.4%	増加	▼
この 1 年以内に、健康や栄養に関する学習会に参加したことのある人の割合の増加	20～39 歳	男性	8.1%	2.2%	増加	▼
		女性	16.4%	4.4%	増加	▼
	40～64 歳	男性	4.9%	5.7%	増加	○
		女性	14.2%	12.0%	増加	▼
「食育」という言葉や意味を知っている人の割合の増加	成人	男性	51.8%	46.6%	増加	▼
		女性	71.3%	66.0%	増加	▼
「食の安全性」について不安を感じる人の割合の減少	成人男女		65.3%	減少	59.0%	○
地域に伝わる郷土食や行事食をこどもの世代に伝えている人の割合の増加	成人男女		36.6%	50%以上	29.4%	▼
食べ残しや食品の廃棄について「もったいない」と感じる人の割合の増加	成人男女		93.1%	増加	95.3%	○
主食・主菜・副菜の 3 つそろった食事を 1 日に 2 食以上ほぼ毎日食べている人の割合の増加	成人男女		56.5%	増加	52.5%	▼

取り組み

- 総合健診、人間ドック、個別医療機関健診など、受診先を自身が選択できるように体制を整え、未受診者には通知による勧奨を行っている。また、食生活や適正体重、飲酒量を意識できるように健診結果説明会において指導と相談の場を設けている。
- 生活習慣病の予備群や重症化リスクが高い人には健康教室への参加を促し、市民の個別の健康状態を考慮した体制を整えることで、食生活を中心とした生活習慣病予防の推進に取り組んでいる。
- 食生活改善推進員会では、毎年「ヘルシーレストラン」や「すこやかキッチン」といった教室を開催しており、バランスの良い食事のとり方や減塩について学べる機会を提供している。
- 愛育会・食生活改善推進員会と連携し、食を中心とした生活習慣病予防など、ポピュレーションアプローチ※の推進に取り組んでいる。

※ポピュレーションアプローチ：対象を一部に限定せず、集団全体へ働きかける方法

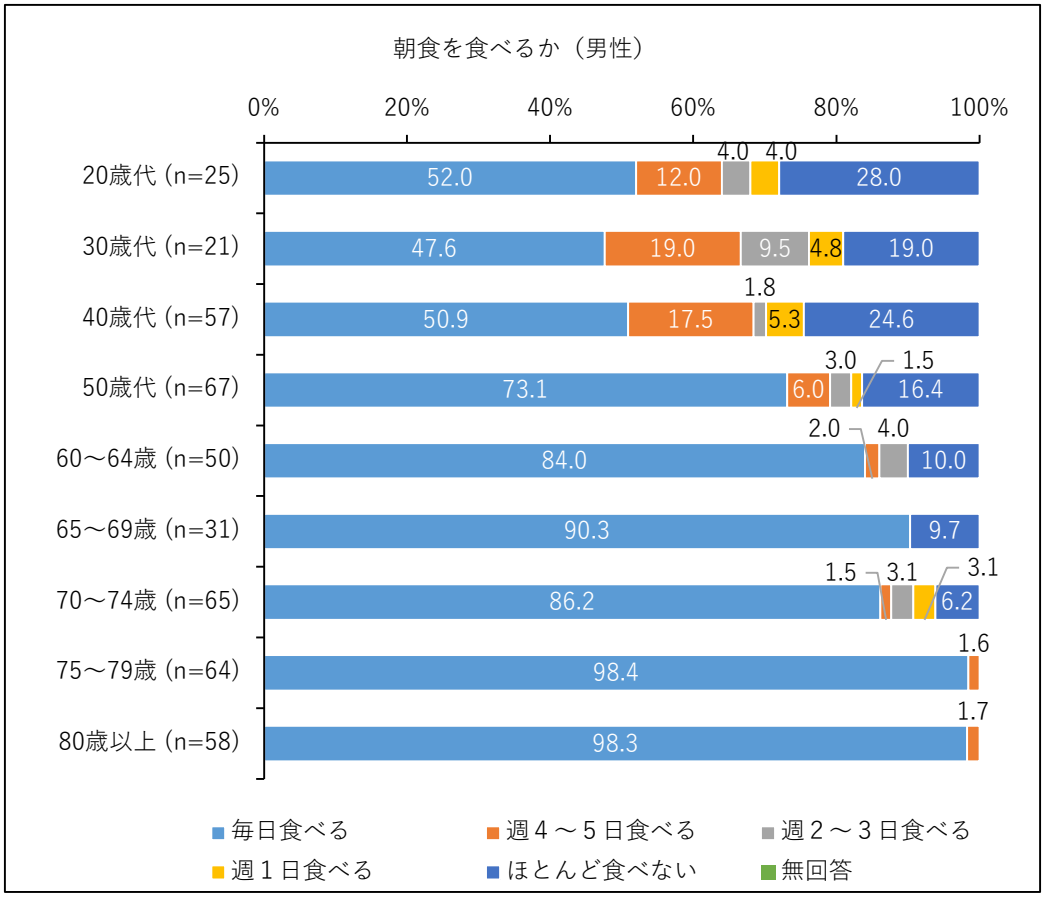
分析

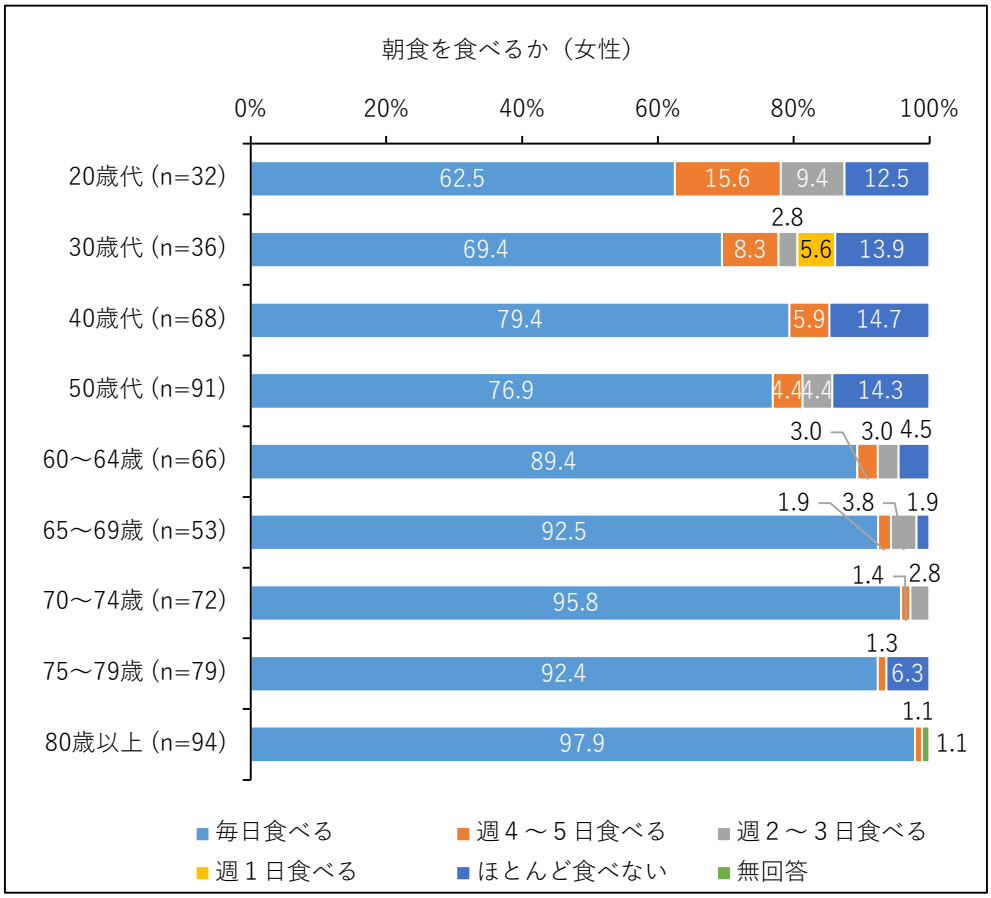
▶改善された項目

- 朝食を毎日食べる人の割合が、20 歳代で増加している。
- 食の安全性に不安を感じる人が減少している。

▶課題として残った項目について

- 年齢が若い人ほど朝食を食べない傾向が見られる。
- 健康や栄養について、働く世代に時間をやりくりしてまで学習するという意識をもってもらうことは困難で、情報発信方法などについて検討が必要である。
- 「食育」という言葉の認知度が低下している。アンケート調査では「食育という言葉や意味を知っている人」の 75.6%が「食育に関心がある」、「どちらかといえば関心がある」と回答しており、まずは知ってもらうことにより関心をもってもらうことにつながると考えられる。
- 郷土食や行事食について、こどもの世代へ伝えている人の割合は減少している。核家族化の進行などの影響もあり、家庭内での伝承機会の消失が懸念されている。





今後の方針

- 子育て世代でもあることから、小さいころからの食生活が体に及ぼす影響や、朝食を食べることによるメリット等を積極的に周知することで、親子が互いに良い影響を与え合えるように導いていく。
- 母体の栄養状態が出産に及ぼす影響やプレコンセプションケアの考え方についても周知する。
- 健康診断時や妊娠時、退職時などライフステージの変化で健康への意識が高まる時期に学習する機会をもてるよう、関係機関と連携した取り組みを推進する。また、地域の中で活動する食生活改善推進員会で開催している「おやこ料理・食育教室」などを継続実施し、家族で食育に関心を持ち、食育を意識してもらえるよう取り組みを推進する。さらに、生活習慣病予防のための食生活についても普及していく。
- 子育て世代は保育所や学校からのお便りで食育に関するものを目にする機会があるので、こどもを通したポピュレーションアプローチも継続して行っていく。
- 市民の食の安全性に対する不安を低減するため、地産地消を視野に入れながら旬の食材や地元野菜を使った料理教室を開催する。
- 学校給食で郷土食や行事食を提供し、家庭で話題になるよう取り組む。また、郷土食・行事食の料理教室を開催し、伝承する。
- 健康リーグ事業として地域・団体・企業と連携し食育推進に取り組む。

2)運動不足の解消

目標値と達成状況

項目	区分		基準値(H30)	目標値(R11)	実績値(R6・R5)	評価
健康のために何らかの運動を習慣にしている人の割合の増加	20～39歳	男性	26.8%	37%	23.9%	▼
		女性	24.8%	26%	25.0%	○
	40～64歳	男性	28.7%	43%	33.3%	○
		女性	29.4%	33%	34.7%	○

取り組み

- 総合健診、健診結果説明会、個別相談にて適切な運動の支援に取り組んでいる。
- 健康教室にて、適切な運動の実践ができるよう支援に取り組んでいる。
- 健康フェスタにおいては、気軽に行うことのできる運動教室を実施している。
- 教育委員会やスポーツ推進委員会等の関係機関が運動教室を開催し、運動の推進に取り組んでいる。
- 健康わくわくウォークを展開し、運動するきっかけづくりと運動習慣の定着化の支援に取り組んでいる。

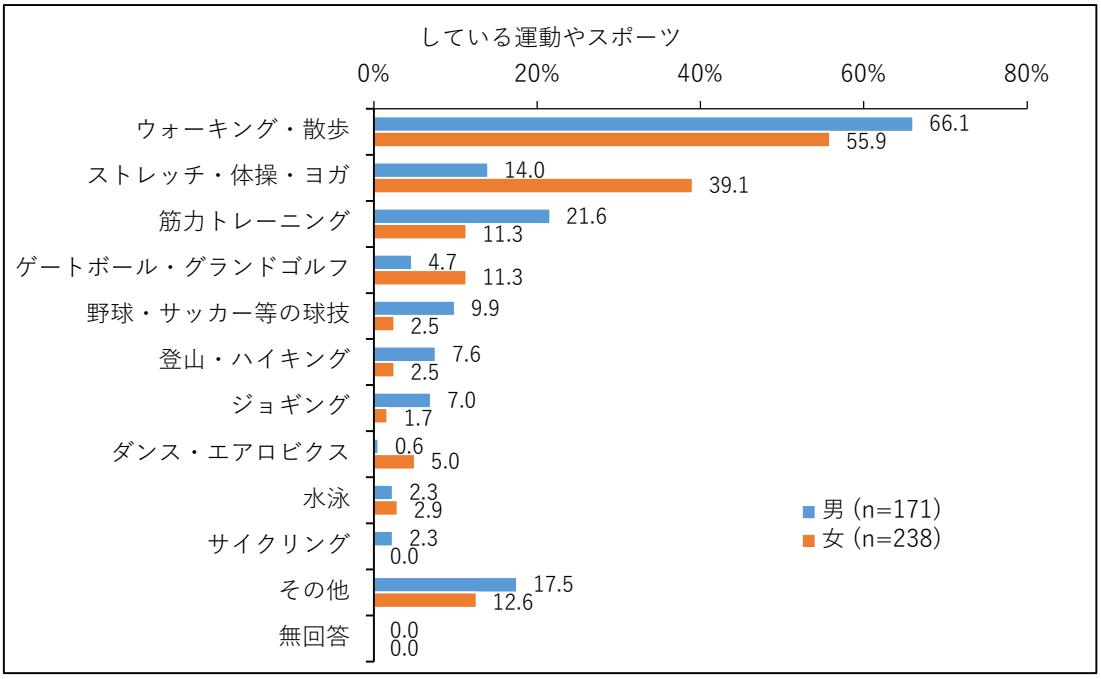
分析

▶改善された項目

- 20～39 歳の男性のみ減少し、他は増加となっている。
- アンケート調査では、している運動やスポーツは「ウォーキング・散歩」や「ストレッチ・体操・ヨガ」など比較的簡単に行うことができるものの割合が高い。

▶課題として残った項目

- アンケート調査では、運動をしていない一番の理由は「時間に余裕がない」の割合が最も高かったことから、手軽に短時間で取り組むことのできる運動が求められている傾向が見られる。



今後の方針

- 健康のためにわざわざ時間をとって運動を行うことが難しい人へ、日常生活の中でも「ながら運動」で運動量を増やすことができることを周知する。
- 健康わくわくウォークを拡充し、市民が運動に取り組む環境づくりを推進する。
- 健康リーグ事業として、地域・団体・企業と連携し運動を推進する。

3)こころの健康増進

目標値と達成状況

項目	区分		基準値(H30)	目標値(R11)	実績値(R6・R5)	評価
自分なりのストレス解消法を知っている人の割合の増加	20～39歳	男性	69.4%	増加	75.0%	○
		女性	70.8%	増加	71.7%	○
	40～64歳	男性	65.4%	80%	63.9%	▼
		女性	61.7%	80%	63.0%	△
睡眠によって休養が十分にとれていない人の割合の減少	20～39歳	男性	29.3%	23%	32.6%	▼
		女性	34.5%	23%	25.0%	○
	40～64歳	男性	29.0%	23%	38.5%	▼
		女性	36.1%	23%	35.1%	△
自殺死亡率※の減少（人口 10 万対）	全市民		13.9	減少	19.5	▼

※自殺死亡率：地域の自殺者数／地域の人口×100,000

取り組み

- 交流を通じた心の健康増進が必要であるため、声かけ・見守りなど、愛育会や地域組織の自主活動を通じて人と人とのつながりや心の健康づくりを実践できるよう取り組んでいる。また、健康フェスタなどの事業を通して普及啓発に取り組んでいる。
- 気軽に心の相談ができる場の整備として、ワンストップ相談などの相談支援体制の充実に取り組んでいる。自殺予防の普及啓発や民生委員等へのゲートキーパー※研修会や市民向けの相談会を開催している。

※ゲートキーパー：悩んでいる人や自殺のサインに気づき、声をかけ、話を聴いて、必要な支援につなぐ人

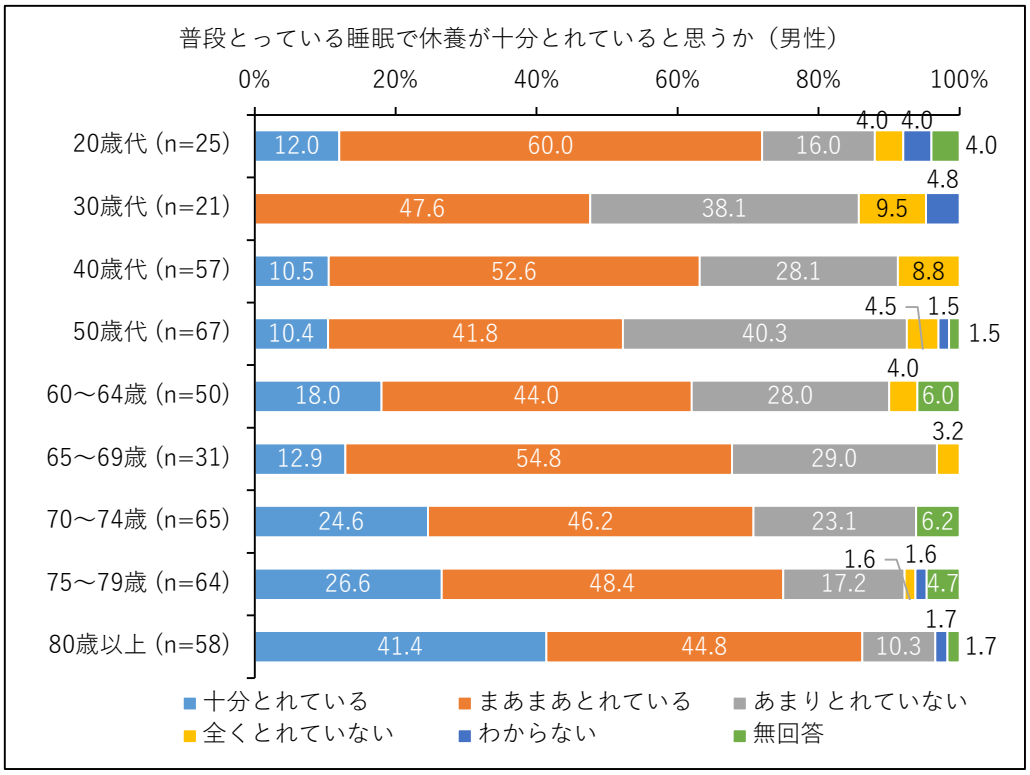
分析

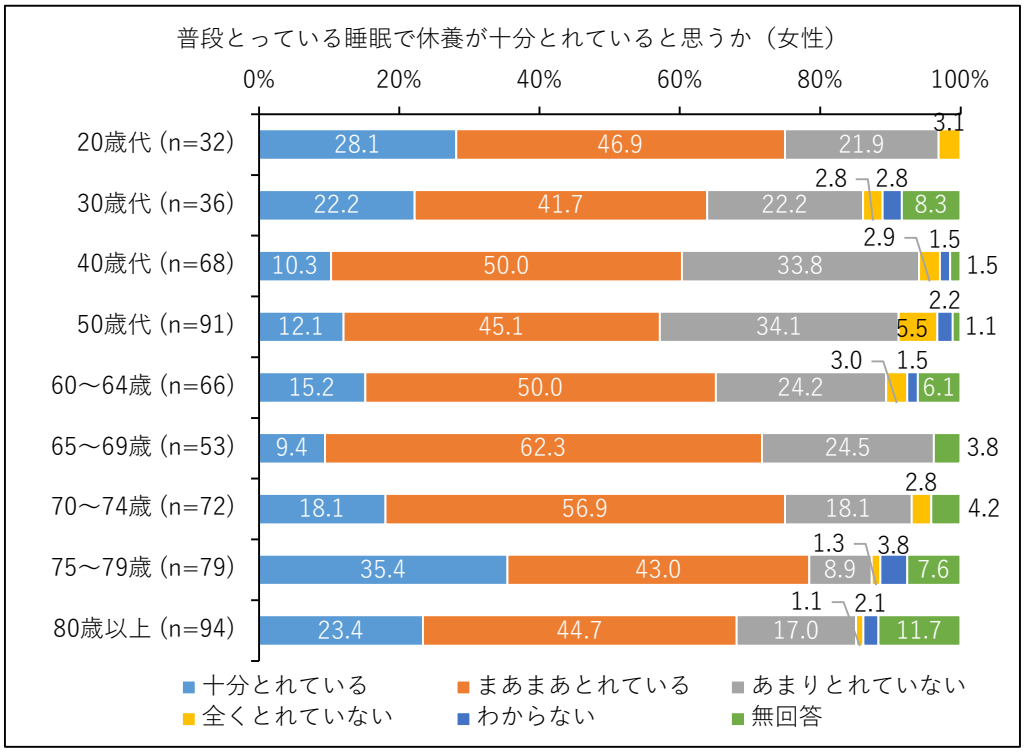
▶改善された項目

- ストレス解消法を知っている人の割合は、40～64 歳の男性のみ減少し、他は増加となっており、ある程度の人が自分なりのストレス解消法を自覚していると思われる。
- 睡眠によって休養が十分とれているかについて、男性では割合が増加している一方、女性は割合が低下しており、総合的にみると男性で休養がとれていない人の割合が高くなっている。

▶課題として残った項目

- ストレスを解消することができない、睡眠による休養が十分にとれないといった要素は心の健康へ悪影響を与えると考えられるため、心の健康増進対策を講じる必要がある。
- 自殺死亡率は基準値と比べると令和 5 年度は高くなっている。





今後の方針

- 愛育会や地域組織の自主活動を通じて人と人とのつながりや心の健康づくりを実践できるよう、日頃の活動支援や健康フェスタなどの事業を通じて推進に取り組む。
- 働き盛り世代のメンタルヘルス対策に健康リーグ事業を通じ企業・団体と連携し取り組む。
- 自殺死亡者を減らすため、市民が自殺対策やメンタルヘルスについて正しい理解を持てるよう周知啓発を行うとともに、相談窓口を周知し、関係機関と連携し相談支援体制の充実を図る。

4)生活習慣病発症予防・重症化予防

目標値と達成状況

項目	区分		基準値（H30）	目標値（R11）	実績値（R6・R5）	評価
適正体重を維持している人の割合の増加（特定検診受診者：肥満（BMI25 以上）の減少）	40～64 歳の肥満者	男性	29.5%	35.6%	26%	▼
		女性	17.9%	22.3%	20%	○
特定健診受診率の増加	40～74 歳		55.7%	60.6%	58.1%	○
特定保健指導実施率の増加	40～74 歳		62.6%	63.5%	70.1%	○
メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少	40～74 歳		28.4%	減少	30.8%	▼

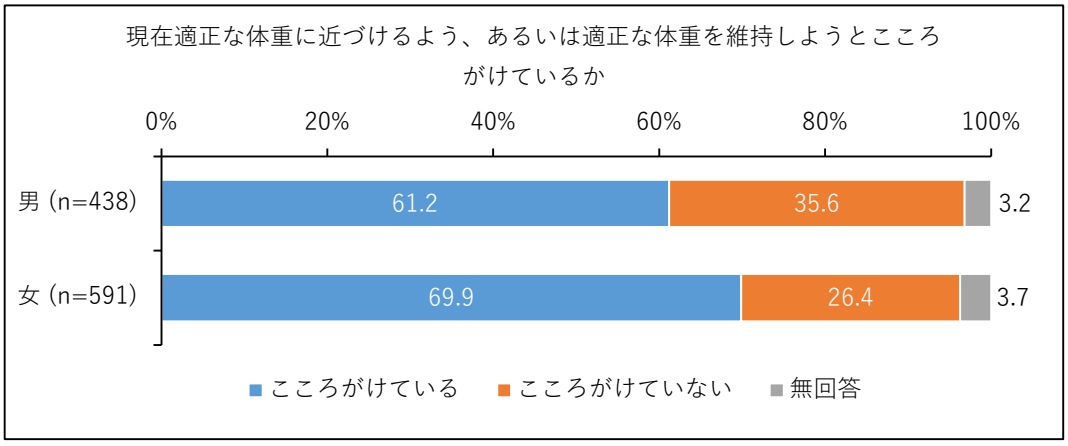
取り組み

- 市民自らが予防活動を行えるよう、生活習慣病についての情報提供や知識の普及を行うとともに、自覚症状がない場合でも早めの生活改善が行えるよう巡回健診、人間ドック、個別医療機関健診などを実施している。
- 健診未受診者に対して、健診受診勧奨を行っている。
- 健診結果説明会では、管理栄養士・保健師による健康相談を実施している。また気軽に相談できるよう、相談窓口の周知を行っている。
- 慢性腎臓病（CKD）・糖尿病予防教室、糖尿病重症化予防事業、各種健康教室を実施し、生活習慣病の発症予防と重症化予防に取り組んでいる。
- 職域との連携や、保健・医療連携推進会議の開催により、医師会・歯科医師会・薬剤師会等と連携し、働く世代から健康づくりに取り組むことができる体制を整備している。

分析

▶課題として残った項目

- 男性、女性ともに肥満者の割合が増加している。アンケート調査では、「適正な体重に近づけるよう、あるいは適正な体重を維持しようとこころがけているか」との設問に、男性の 36.2%、女性の 27.1%が「こころがけていない」と回答している。
- メタボリックシンドローム該当者及び予備群は増加傾向にあり、令和 5 年度では 2.4 ポイント増加している。アンケート調査では、「自分の標準体重を知っているか」との設問に、男性 28.1%、女性の 21.4%が「知らない」と回答している。



今後の方針

- メタボリックシンドロームや生活習慣病の予防には運動と正しい食習慣が欠かせないため、健診案内や結果説明会などで周知し、意識づけをしていく。また、広報誌や各種講演会・教室・健康フェスタで食の大切さや生活習慣病が体に及ぼす影響なども周知する。
- 講演会や教室などの機会を活用しにくい働き盛りの層に対して、SNS や健康リーグ事業で企業団体と連携した情報提供や知識の普及・啓発を行うなど、健康づくりに取り組みやすい環境づくりを行う。
- 特定健診は、生活習慣病のリスクを早期に発見するために重要なことから、積極的に受診するよう受診勧奨を行う。
- 医師会・歯科医師会・薬剤師会と連携し、健康に関することを気軽に相談できるかかりつけ医（医師・歯科医師・薬剤師）を持つことを推進する。また、医師会・地域産業保健センター等と連携し、生活習慣病の予防と重症化予防に取り組む。

5)がん対策

目標値と達成状況

項目		区分	基準値(H29)	目標値(R11)	実績値(R6・R5)	評価
がん検診受診率の増加	胃がん	50～69 歳	10.4%	50%	6.8%	△
	大腸がん	40～69 歳	18.9%	50%	16.1%	△
	肺がん	40～69 歳	24.1%	50%	19.3%	▼
	子宮頸がん	20～69 歳	26.3%	50%	23.5%	▼
	乳がん	40～69 歳	30.5%	50%	27.6%	▼

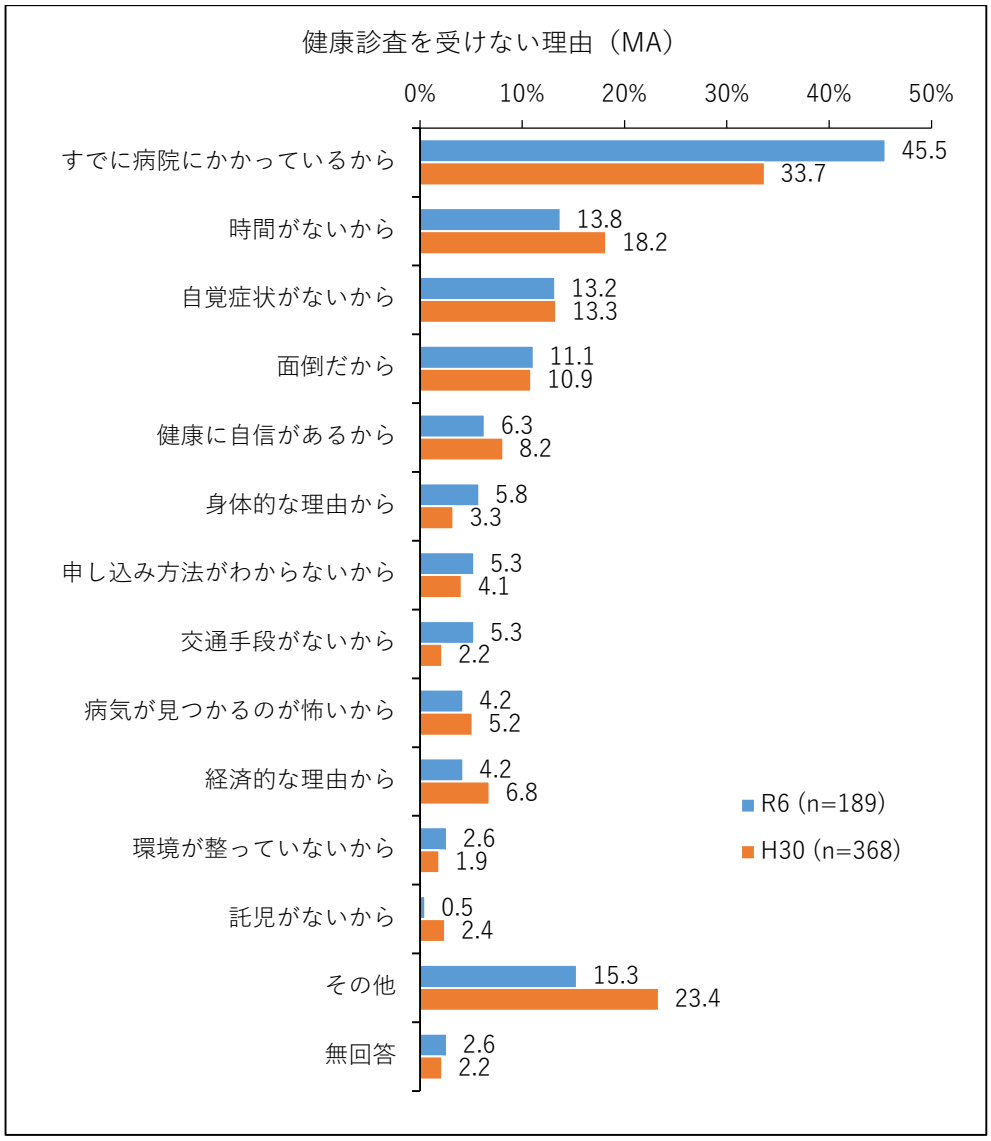
取り組み

- 広報、健康づくり日程表、ホームページ等により、がん検診についての情報提供、知識の普及を行っている。
- 人間ドック、がん検診、健診結果説明会を実施し、早期発見・早期治療につながるよう取り組みを行っている。
- 広報、ホームページ、組回覧などによりがん検診の受診勧奨を行うとともに、精密検査が必要な人に対しては精密検査受診勧奨を行っている。
- がん検診の質を担保し、がんによる死亡率を減少させるために、がん検診の精度管理を行っている。

分析

▶課題として残った項目

- すべてのがんにおいて、受診率は減少し、目標値には全く及ばない状況である。アンケート調査では、健康診査を受けない理由として「すでに病院にかかっているから」が45.5%と突出して高くなっているが、病院の検査や職場の定期健診では必ずしも各種がんの発見につながらないことから、がん検診の受診を勧奨していく必要がある。



今後の方針

- がんによる死亡率・死亡リスクの減少に向け、がん検診の重要性について、健康フェスタやホームページ、広報誌等で周知していく。また、増加傾向にあるがん種や検診受診率の減少がみられるものを抽出し、検診受診及び精密検査受診勧奨に向けた回覧やチラシの配布、個別の受診勧奨などを行う。

6)歯・口腔の健康づくり

目標値と達成状況

項目	区分	基準値(H30)	目標値(R11)	実績値(R6・R5)	評価
歯周病に罹患している人の割合の減少	40 歳代	25.6%	減少	32.8%	▼
	50 歳代	40.6%	減少	36.7%	○
過去 1 年間に歯科健診を受診した人の割合の増加	20 歳以上	59.3%	65%	63.5%	○
60 歳で 24 歯以上自分の歯を有する人の割合の増加	60～64 歳	63.2%	80%	50.9%	▼

取り組み

- 歯周病の早期発見や適切な治療が行えるよう、20・30・40・50・60・70 歳の節目年齢の人へ歯周疾患検診を実施し、検診費助成を行っている。
- 市の巡回健診の際に希望者に歯科健診を行っている。口腔内の様子を確認するだけでなく、歯科衛生士による歯科相談も同時に実施し、口腔ケアの方法について等も伝えている。
- 歯科医師会等と連携し歯と口腔の健康づくりに関する正しい情報の提供、知識の普及啓発に取り組んでいる。

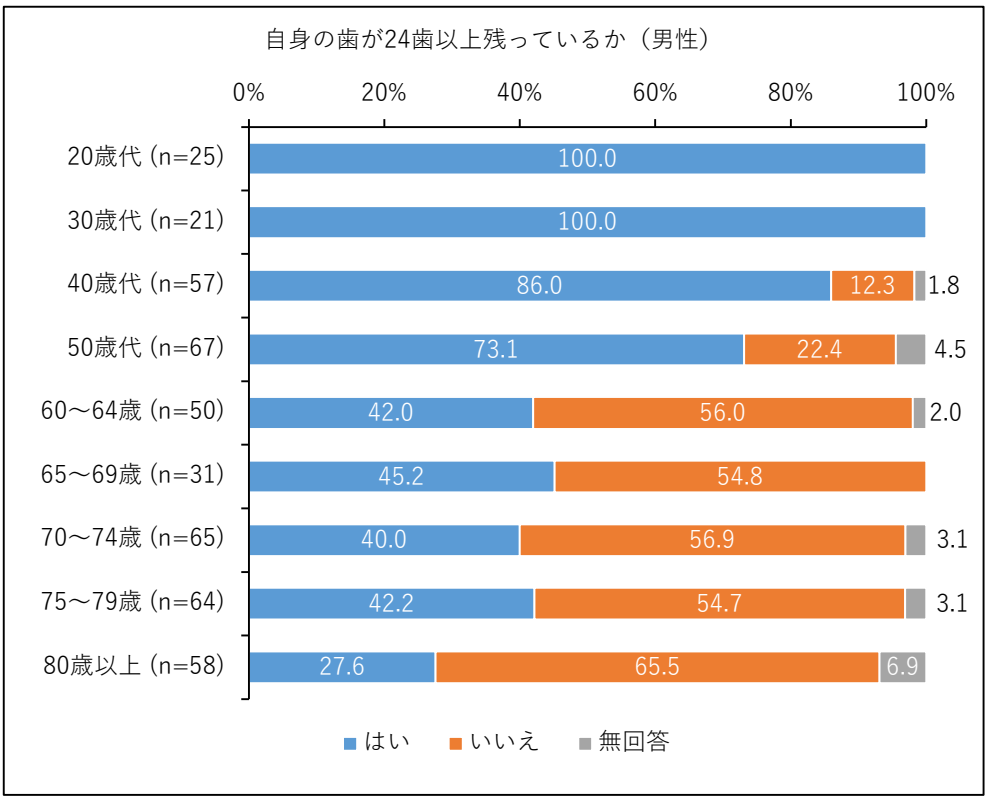
分析

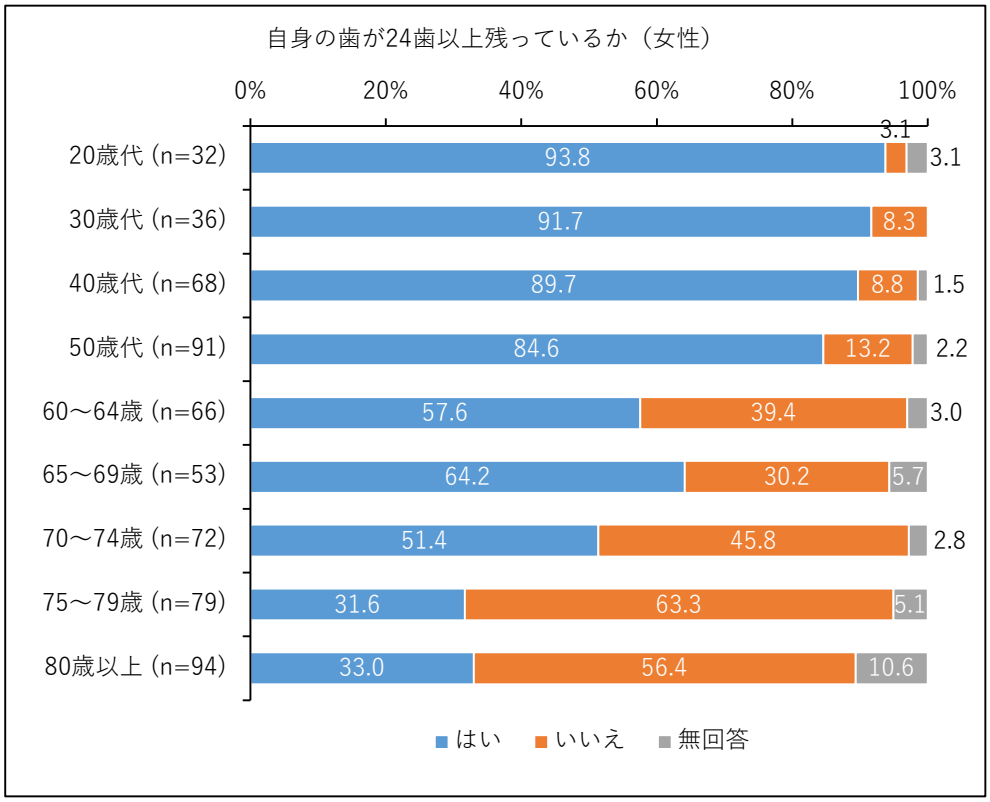
▶改善された項目

- 50 歳代の歯周病り患者の割合は減少している。
- 歯科健診を受診した人の割合は増加している。

▶課題として残った項目

- 40 歳代の歯周病り患者の割合は増加している。
- 60 歳以上で 24 歯以上自分の歯を有する人の割合は減少している。





今後の方針

- 歯周病は高血圧症や糖尿病など多くの生活習慣病に悪影響を及ぼしている。国も推奨している歯周疾患検診の補助事業をはじめ、歯科健診・保健指導を推進していく。
- かかりつけ歯科医をもち、定期的な歯科健診受診と口腔ケアにより歯と口腔の健康を維持することが心身の健康維持に大きな影響を及ぼすことを積極的に周知していく。

7)たばこ（喫煙）対策

目標値と達成状況

項目	区分		基準値(H30)	目標値(R11)	実績値(R6・R5)	評価
喫煙率の減少	20～39歳	男性	35.0%	24.5%	32.6%	○
		女性	9.7%	5.4%	10.3%	▼
	40～64歳	男性	33.6%	24.5%	33.9%	△
		女性	10.0%	5.4%	14.7%	▼

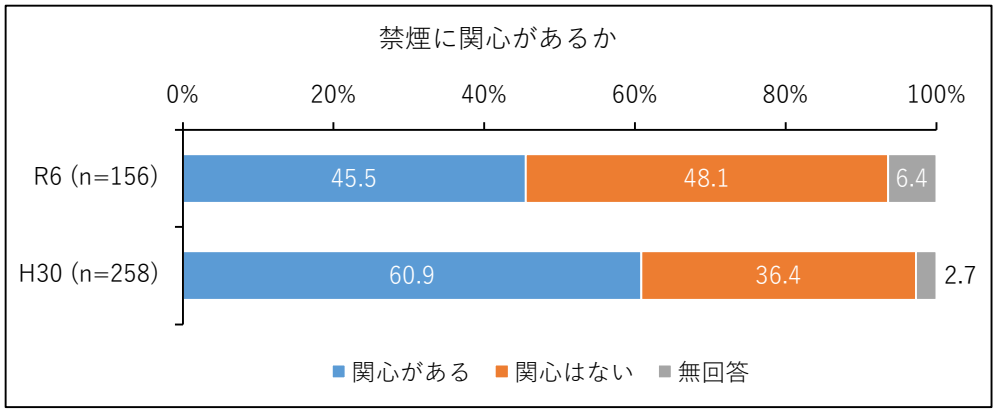
取り組み

- 喫煙による健康被害や COPD（慢性閉塞性肺疾患）等についての知識の普及啓発を行っている。
- 健診結果説明会の際に禁煙支援・禁煙治療についての情報提供を行っている。
- 受動喫煙防止に向けた喫煙ルールの普及啓発を行っている。
- 公共施設等の敷地内禁煙や、市内事業所等への受動喫煙対策の推進を行っている。

分析

▶課題として残った項目

- 20～39 歳の男性以外は、喫煙率が増加している。アンケート調査では、全世代でみて、「禁煙に関心があるか」との設問に「関心がある」と回答した割合が前回(H30)の 60.9%に対し、今回は 45.5%と減少している。
- 電子タバコの普及により、禁煙への意識が変化してきている。



今後の方針

- 喫煙習慣は、個人単位ではなく、家族の健康にも影響を及ぼすことをすべての年代に対し様々な機会で周知していく。
- 地域・企業・関係機関等と連携し、受動喫煙を防止するための取り組みを継続する。

8)アルコール（飲酒）対策

目標値と達成状況

項目	区分	基準値（H30）	目標値（R11）	実績値（R6・R5）	評価
生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人（1 日あたりの純アルコール摂取量が男性 40g 以上、女性 20g 以上の人）の割合の減少	男性	－	10.0%	9.8%	－
	女性	－	2.9%	5.8%	－

【参考】

項目	区分	基準値（H30）	目標値（R11）	実績値（R6・R5）
1 日に多量飲酒（純アルコール約 60 g 以上）する人の割合	男性	18.6%	－	9.6%
	女性	2.9%	－	1.5%

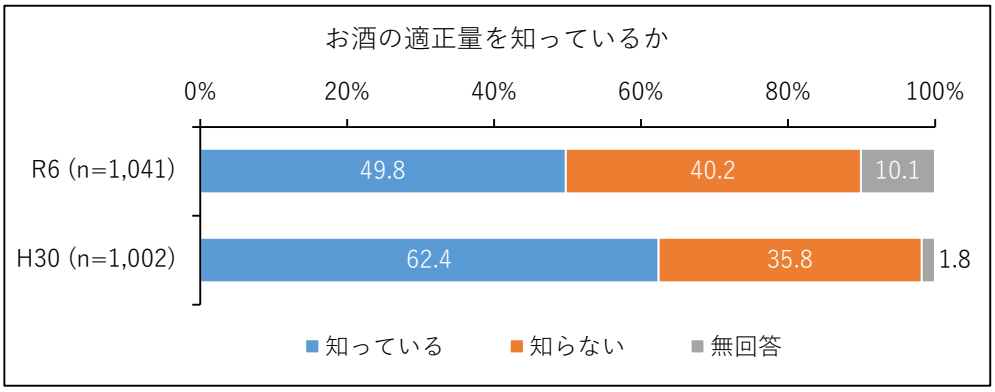
取り組み

- 健診結果説明会にて、健診結果から飲酒の健康リスクや個人の生活習慣に応じた減酒・禁酒の効果、生活への取り入れ方などを伝えている。
- 各種健康教室にて、アルコールの適切な量や飲酒するときのポイントなどを啓発している。
- アルコール性健康障害については、医療機関や保健所との連携、自主グループの紹介など個別支援を行っている。
- 子育て中の保護者が心身の不調から飲酒量が増えている場合もあるため、多量飲酒に結びつかないよう、乳幼児健診等で相談支援を行っている。

分析

▶課題として残った項目

- 女性で割合が目標値を上回っているが、急性アルコール中毒の危険性が高まる 60g 以上飲酒する人の割合は男性・女性ともに平成 30 年度よりも減少している。
- アンケート調査では、お酒の適量を知っている人の割合は、前回の 62.4%に対し、49.8%（男性で 57.1%、女性で 44.3%）と減少している。



今後の方針

- 不適切な飲酒は生活習慣病やがんなど心身の健康に影響を及ぼすばかりでなく、家族関係や社会生活に重大な問題を生じることがあるため、アルコール性健康障害についての正しい知識の普及啓発に取り組む。

⑤　高齢期

めざす姿	年齢を重ねても　その人らしく活躍ができ　支えあいの中で安心して暮らすことができる

1)食育の推進

目標値と達成状況

項目	区分	基準値(H30)	目標値(R11)	実績値(R6･R5)	評価
低栄養傾向（BMI20 以下）の高齢者の割合の増加の抑制	65 歳以上	19.7%	21%以内	22.2%	▼

取り組み

- 低栄養状態の改善を目標とした健康フェスタでの啓発活動、栄養改善・口腔ケア教室の開催のほか、介護予防事業においても食への関心、偏りのない食事、自分の歯で食べる力、飲み込む力の普及啓発に取り組んでいる。
- 高齢者の低栄養予防を目的として、百歳体操取組団体・協議体・食生活改善推進員会・愛育会などの地域組織の協力を得ながら、ポピュレーションアプローチの推進に取り組んでいる。
- 病気の予防・早期発見・重症化予防のため、総合健診・人間ドック・脳ドックを実施している。
- 健診結果説明会にて、低栄養の人へ個別の保健指導を実施している。

分析

▶課題として残った項目

- 緩やかではあるが、低栄養の割合が増加傾向となっており、特に 65～74 歳の割合が増えている。

今後の方針

- 健診結果説明会や健康教室などでフレイル予防の必要性について、周知・啓発を行う。特に前期高齢者に対して、メタボ予防からフレイル予防の食事への切り替えを伝えていく取り組みを行っていく。

2)運動不足の解消

目標値と達成状況

項目	区分	基準値(H30)	目標値(R11)	実績値(R6・R5)	評価
自分で積極的に外出する人の割合の増加	男性	48.6%	60%	43.4%	▼
	女性	37.8%	60%	43.3%	○
健康のために何らかの運動を習慣にしている人の割合の増加	男性	44.5%	58%	39.0%	▼
	女性	41.8%	48%	40.3%	▼

取り組み

- 体力増進や介護予防を目的に、百歳体操やバランスアップテレビ体操を通じた生きがい活動などへの支援を実施している。
- 男性の参加者が少ないことから、R6 年度から男性のための運動教室を開始し、男性の閉じこもりの予防、介護予防と高齢者の自立支援につなげている。
- フレイル予防に重点をおき、運動や低栄養などへの働きかけ、地域組織との連携を図り体力づくりを推進している。
- 積極的に介護予防運動を日常生活に取り入れることを目的とし、65 歳以上の人を対象に、水中らくらく運動、いきいき運動教室を実施している。
- 教育委員会では、介護や閉じこもりの予防を目的に、健康スポーツ教室、ウォークラリー、スポーツラリー、軽スポーツ教室を実施している。
- 健康わくわくウォークを開催し、運動に取り組むきっかけづくりと運動習慣の定着化に取り組んでいる。

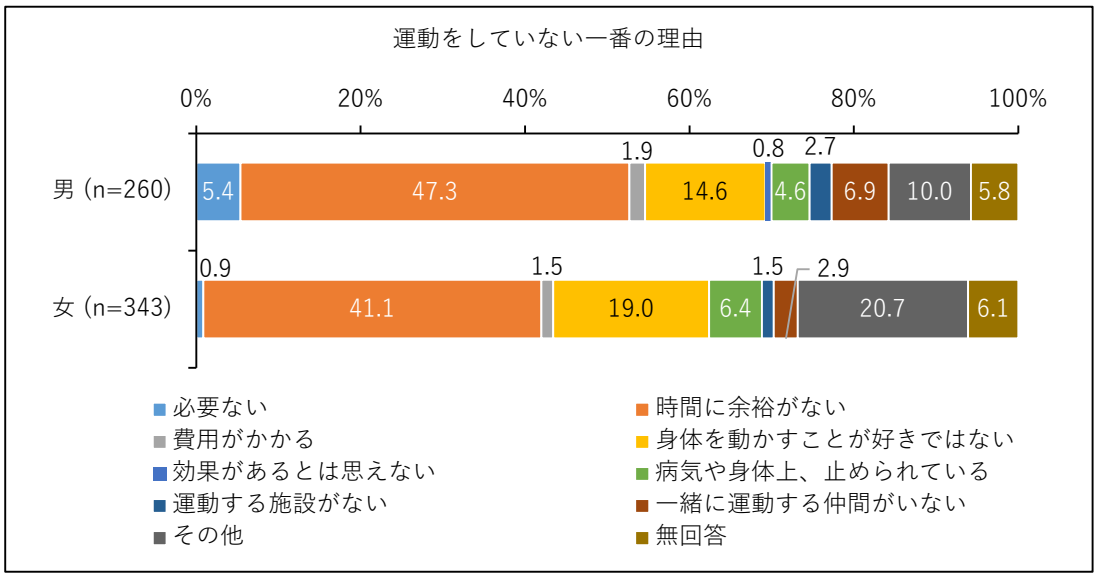
分析

▶改善された項目

- 女性で積極的に外出する人の割合が増加している。

▶課題として残った項目

- 運動習慣については、男女ともに減少している。
- アンケート調査では、運動しない理由として男女ともに「時間に余裕がない」が40%以上で最も多くなっており、次いで「身体を動かすことが好きではない」となっている。



今後の方針

- 外出するきっかけになるような高齢期向けのイベントが周知されていないため、各課で推進しているイベントの周知を行っていく。地域の各種団体が、活動や行事への参加に声をかけ、誘い合って参加できるよう、地域づくりを進める。
- スポーツ推進委員等と年齢に応じた取り組みやすい運動を紹介する。また、生活の中でできる運動（ストレッチやながら運動）の紹介を行っていく。
- 地域の団体と連携し、百歳体操、バランスアップ体操の取り組みを今後も進めていく。

3)こころの健康増進

目標値と達成状況

項目	区分	基準値 (H30)	目標値 (R11)	実績値 (R6・R5)	評価
地域活動（ボランティア活動など）をしている高齢者の割合の増加	男性	33.9%	増加	28.4%	▼
	女性	22.5%	増加	27.9%	○

取り組み

- 住み慣れた地域で役割意識を持って自分らしく生活できるよう、介護予防事業、いきがい通所事業、いきがいサロン、コミュニティカフェなどを実施している。
- 認知症の人と家族、地域の方が集う市内 4 カ所のオレンジカフェへの支援を通して、認知症になっても安心して暮らせる地域づくりを推進している。
- 自治会や他機関との連携を図り、シニアクラブ・ボランティア等の活動支援、愛育会・食生活改善推進員会による世代間交流、健康フェスタや生涯学習講座等の社会交流の場の提供を推進している。
- 教育委員会では楽しみや交流のきっかけづくりとして、健康スポーツ教室、ウォークラリー、スポーツラリー、軽スポーツ教室を実施している。
- 高齢者の総合相談窓口である包括支援センターの周知を行い、相談しやすく、相談につながりやすい体制を整えている。

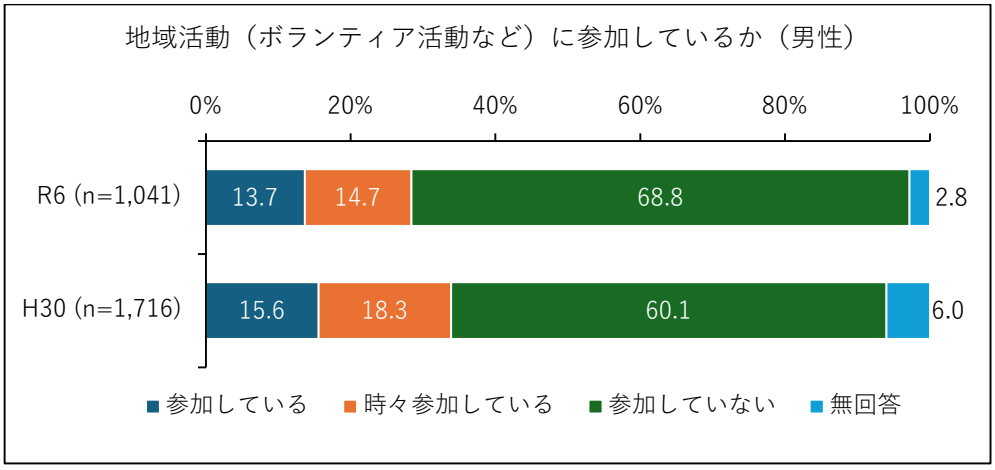
分析

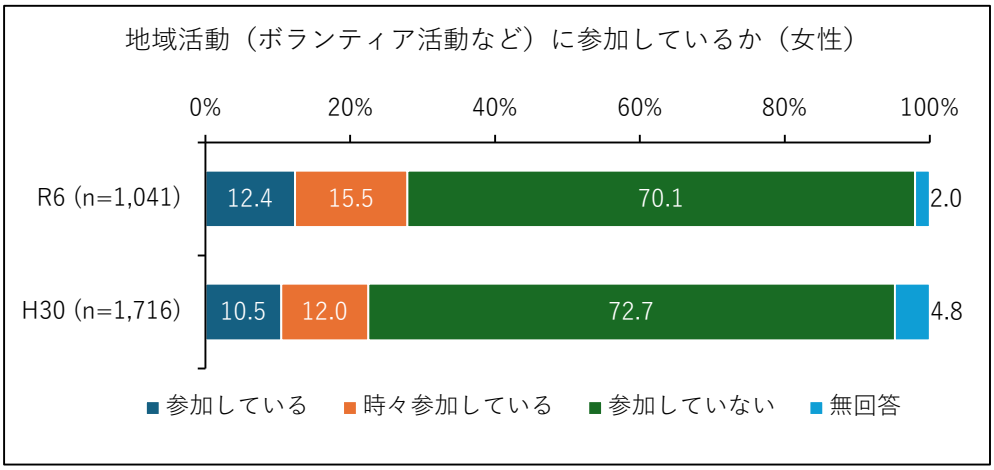
▶改善された項目

- 女性の割合は 5.4 ポイント増加した。
- 介護支援ボランティア登録者については、令和元年度の 147 人から令和 5 年度には 213 人に増加した。地域支え合い協議体の参加者も、高齢者だけではないが、増加している。

▶課題として残った項目

- 男性の割合は、5.5 ポイント減少した。





今後の方針

- 高齢者の生きがいづくりと社会参加を促進するため、シニアクラブ、地域支えあい協議体、地域ボランティアの活動等を支援していく。

4)歯・口腔の健康づくり

目標値と達成状況

項目	区分	基準値 (H30)	目標値 (R11)	実績値 (R6・R5)	評価
80 歳で 20 歯以上自分の歯を有する人の割合の増加	80 歳	–	60%	61.1% (県数値)	–

取り組み

- 総合健診受診者や節目年齢(70 歳)の人に対し、歯科健診・歯科相談を実施し、自身の口腔内の状態を正確に知ってもらい、口腔ケアの推進を図っている。
- 百歳体操実施団体やいきがいサロンなどに参加している市民に対し、滑舌測定や口腔体操を実施し、オーラルフレイル予防の普及・推進を行っている。

分析

▶課題として残った項目

- 長年にわたる 8020 運動の推進により 8020 達成者は増加傾向だが、令和 6 年度県口腔健康推進計画では新たに目標を 85%に設定しているため、さらなる歯と口腔の健康づくりに取り組む必要がある。
- 一方で、要介護高齢者等支援を必要とする方の中には口腔清掃等が十分に出来ず口腔機能が低下している方もいる。

今後の方針

- 口腔機能の維持向上により健康的な食事ができるほか、はっきりと話すことができコミュニケーションも円滑になり健康や生活の質の向上にもつながることを周知し、歯科医師会等と連携しオーラルフレイル対策を推進する。
- 保健・医療・介護の連携を促進し、要介護高齢者等支援が必要な方の歯と口腔の健康づくりの取り組みを進める。

5)健康を支えあう地域づくり

目標値と達成状況

項目	区分	基準値（H30）	目標値（R11）	実績値（R6・R5）	評価
地域活動（ボランティア活動など）をしている高齢者の割合の増加（再掲）	男性	33.9%	増加	28.4%	▼
	女性	22.5%	増加	27.9%	○
地域の健康に関する行事に参加する人の割合の増加	男性	43.9%	80%	37.7%	▼
	女性	59.1%	80%	49.7%	▼

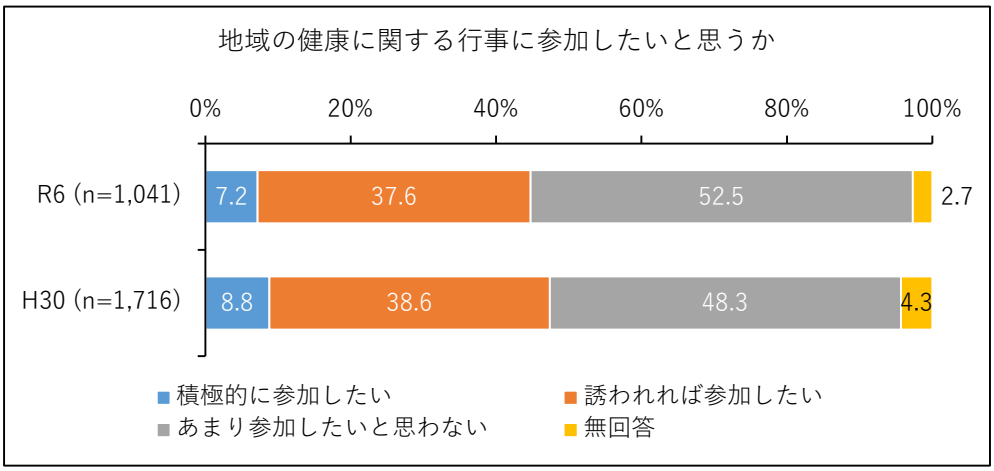
取り組み

- 百歳体操・サロン活動参加者には、希望に応じて体力測定を実施し、体操の効果測定を行い、継続して参加できるよう働きかけている。
- 介護予防サポートリーダー養成講習会を実施し、地域で介護予防活動の中心となって活躍することのできる人材育成を行うことで、百歳体操団体やサロン参加者の増加につながっている。
- 地域支え合い協議体では、百歳体操、モルックやボッチャなどの軽スポーツ大会、ラジオ体操などの活動を行っている。
- シニアクラブでは身近な仲間と支えあいながら、健康づくりや地域づくりに取り組んでいる。

分析

▶課題として残った項目

- 地域活動に参加している割合は男性で減少している。
- 健康関連行事への参加については、男女とも減少している。



今後の方針

- 健康フェスタでは、普段の健診でできない計測（骨密度・肌年齢・血管年齢・体組成分析など）を行い体の状況を知ることができるため、年間を通して周知を行い参加を呼びかける。
- 百歳体操や地域支え合い協議体・シニアクラブ等に参加すること自体が地域づくりに結びつくため、地域の各団体や隣近所で声をかけ誘い合って行事に参加できるよう、取り組みを推進していく。

(5)　「健康かがやきプラン」中間評価の過程

健康づくり推進協議会や健康を考える会などを通じて、意見交換を行いました。

(6)　目標値一覧表

【妊娠・出産期】

重点目標	項目	区分	H30 基準値	R11 目標値	R6(R5) 実績値	評価	データ出典
1．食育	妊娠 11 週以内での妊娠の届け出率の増加	妊婦	91.4%	95%	93.3%	○	山梨県母子保健事業報告
1．食育	低体重児の出生割合の減少	出生児	7.9%	減少	10.6%	▼	
2.運動 4.生活習慣病 6.歯・口腔	妊婦健診を 12 回以上受けた人の割合の増加	妊婦	73.3%	増加	91.3%	○	健康増進課調べ
3.こころ	妊婦同士で情報交換できる友人や仲間がいる母親の割合の増加	妊婦	73.8%	増加	71.9%	▼	市民実態調査
3.こころ	EPDS(エジンバラ産後うつ病質問票)9 点以上の割合の減少	産婦	産後 2 週間 13.9% 産後 1 か月 8.9%	減少	産後 2 週間 4.5% 産後 1 か月 8.8%	○	南アルプス市産後健診データ
7.たばこ	妊娠中の喫煙率の減少	妊婦	5.2%	0%	1.6%	○	妊娠届出時アンケート
8.アルコール	妊娠中の飲酒率の減少	妊婦	2.9%	0%	0.9%	○	

【乳幼児期】

重点目標	項目	区分	H30 基準値	R11 目標値	R6(R5) 実績値	評価	データ出典
1.食育	こどもの食事のリズムを大切にしている親の割合の増加	1歳6か月	96.9%	増加	95.2%	▼	南アルプス市1歳6ヶ月児健診問診票データ
		3歳	96.8%	増加	94.4%	▼	南アルプス市3歳児健診問診票データ
1.食育 6.歯・口腔	甘味食品・飲料を1日3回以上摂る習慣を持つ幼児の割合の減少	1歳6か月	20.1%	15%	10.1%	○	市民実態調査
		3歳	23.4%	20%	15.1%	○	
2.運動	外遊びの習慣がないこどもの減少	1歳6か月	15.8%	減少	13.9%	○	南アルプス市1歳6ヶ月児健診問診票データ
		3歳	10.5%	減少	10.6%	▼	南アルプス市3歳児健診問診票データ
3.こころ	子育てに自信が持てない親の割合の減少	1歳6か月	35.7%	減少	31.2%	○	市民実態調査
		3歳	35.1%	減少	26.3%	○	
3.こころ	現在、身近に相談できる専門家がいる親の割合の増加	1歳6か月	61.3%	65%	65.2%	○	市民実態調査
		3歳	63.7%	70%	67.8%	○	
4.生活習慣病	乳幼児健康診査受診率の増加	1歳6か月	98.2%	100%	97.0%	▼	山梨県母子保健事業報告
		3歳	96.4%	100%	97.2%	○	
6.歯・口腔	う歯（むし歯）のない3歳児の割合の増加	3歳	79.7%	90%	91.6%	○	山梨県母子保健事業報告
9.地域づくり	1歳児のBCG接種終了者の割合の増加	1歳	97.3%	増加	96.3%	▼	南アルプス市1歳6ヶ月児健診問診票データ
9.地域づくり	MR2期接種終了者の増加	就学前	97.7%	増加	94.6%	▼	麻疹風疹定期予防接種実施状況

【学童・思春期】

重点目標	項目	区分		H30 基準値	R11 目標値	R6(R5) 実績値	評価	出典データ
1.食育 4.生活習慣病	児童・生徒の肥満児の割合の減少	小学生		9.2%	減少	11.7%	▼	山梨県肥満及び学校歯科保健に関する実態調査
		中学生		9.7%	減少	12.4%	▼	
1.食育	共食の増加（食事を１人で食べるこどもの割合の減少）	小学生		朝食 11.5% 夕食 1.7%	減少	朝食 15.0% 夕食 3.0%	朝食 ▼ 夕食 ▼	市民実態調査
		中学生		朝食 31.8% 夕食 4.9%	減少	朝食 28.6% 夕食 6.9%	朝食 ○ 夕食 ▼	
1.食育	朝食を毎日食べるこどもの割合の増加	小学生	男子	89.2%	90%以上	89.5%	○	市民実態調査
			女子	91.5%	95%以上	82.8%	▼	
		中学生	男子	87.9%	90%以上	82.5%	▼	
			女子	83.7%	90%以上	83.1%	△	
1.食育	主食・主菜・副菜の３つそろった食事を１日に２食以上ほぼ毎日食べているこどもの割合の増加	小学生		67.4%	増加	71.0%	○	市民実態調査
		中学生		70.6%	増加	67.2%	▼	
1.食育	市内の学校給食における県内産食材の使用割合の増加	－		9.2%	増加	南部 18.88% 北部 18.58%	○	南アルプス市資料
1.食育	市内の学校給食における南アルプス市内産食材の使用割合の増加	－		19.7%	増加	南部 6.63% 北部 6.40%	▼	
2.運動	ほとんど毎日運動をしている人の割合の増加	小学６年生	男子	76.8%	80%	72.5%	▼	山梨県新体力テスト・健康実態調査
			女子	71.8%	80%	68.5%	▼	
		中学２年生	男子	80.2%	90%	82.2%	○	
			女子	54.8%	65%	61.2%	○	
2.運動	運動時間が１時間以上の人の割合の増加	小学６年生	男子	68.5%	80%	61.2%	▼	山梨県新体力テスト・健康実態調査
			女子	49.0%	80%	48.5%	△	
		中学２年生	男子	72.1%	80%	21.9%	▼	
			女子	55.0%	65%	45.8%	▼	
		16～19歳	男子	－	70%	66.7%	－	
			女子	－	40%	39.7%	－	

【学童・思春期】

重点目標	項目	区分		H30 基準値	R11 目標値	R6(R5) 実績値	評価	出典データ
3.こころ	相談できる人がいる児童・生徒の割合の増加	小学生	男子	77.8%	増加	86.3%	○	市民実態調査
			女子	85.6%	増加	73.2%	▼	
		中学生	男子	76.2%	増加	83.1%	○	
			女子	78.2%	増加	81.4%	○	
		高校生	男子	86.8%	増加	90.4%	○	
			女子	91.0%	増加	87.8%	▼	
3.こころ	自分の身体を大切にしている生徒の割合の増加	高校生	男子	78.9%	増加	82.1%	○	市民実態調査
			女子	79.7%	増加	89.0%	○	
6.歯・口腔	12 歳の永久歯の 1 人平均う歯（むし歯）等数の減少	中学 1 年生		0.8 歯	減少	1.1 歯	▼	学校保健統計調査
7.たばこ	10 代の喫煙率の減少（最近 1 ヶ月以内に 1 日以上喫煙した人の割合）	中学 1 年生	男子	0.0%	0%	0.0%	○	市民実態調査
			女子	0.0%	0%	0.0%	○	
		高校 3 年生	男子	－	0%	0.0%	－	
			女子	－	0%	0.0%	－	
7.たばこ	家族に喫煙者がいる割合の減少	小学生	男子	48.3%	30%	39.1%	○	市民実態調査
			女子	51.6%	30%	41.4%	○	
		中学生	男子	49.8%	30%	38.7%	○	
			女子	46.5%	30%	35.7%	○	
		高校生	男子	40.1%	30%	33.3%	○	
			女子	42.5%	30%	38.2%	○	

【青年・壮年期】

重点目標	項目	区分		H30 基準値	R11 目標値	R6(R5) 実績値	評価	出典データ
1.食育	朝食を毎日食べる人の割合の増加	20歳代	男性	49.0%	増加	52.0%	○	市民実態調査
			女性	55.7%	増加	62.5%	○	
		30歳代	男性	58.1%	増加	47.6%	▼	
			女性	81.7%	増加	69.4%	▼	
1.食育 4.生活習慣病	この１年以内に、健康や栄養に関する学習会に参加したことがある人の割合の増加	20～39歳	男性	8.1%	増加	2.2%	▼	市民実態調査
			女性	16.4%	増加	4.4%	▼	
		40～64歳	男性	4.9%	増加	5.7%	○	
			女性	14.2%	増加	12.0%	▼	
1.食育	「食育」という言葉や意味を知っている人の割合の増加	成人	男性	51.8%	増加	46.6%	▼	市民実態調査
			女性	71.3%	増加	66.0%	▼	
1.食育	「食の安全性」について不安を感じる人の割合の減少	成人男女		65.3%	減少	59.0%	○	市民実態調査
1.食育	地域に伝わる郷土食や行事食をこどもの世代に伝えている人の割合の増加	成人男女		36.6%	50%以上	29.4%	▼	市民実態調査
1.食育	食べ残しや食品の廃棄について「もったいない」と感じる人の割合の増加	成人男女		93.1%	増加	95.3%	○	市民実態調査
1.食育	主食・主菜・副菜の３つそろった食事を１日に２食以上ほぼ毎日食べている人の割合の増加	成人男女		56.5%	増加	52.5%	▼	市民実態調査
2.運動	健康のために何らかの運動を習慣にしている人の割合の増加	20～39歳	男性	26.8%	37%	23.9%	▼	市民実態調査
			女性	24.8%	26%	25.0%	○	
		40～64歳	男性	28.7%	43%	33.3%	○	
			女性	29.4%	33%	34.7%	○	
3.こころ	自分なりのストレス解消法を知っている人の割合の増加	20～39歳	男性	69.4%	増加	75.0%	○	市民実態調査
			女性	70.8%	増加	71.7%	○	
		40～64歳	男性	65.4%	80%	63.9%	▼	
			女性	61.7%	80%	63.0%	△	

【青年・壮年期】

重点目標	項目	区分		H30 基準値	R11 目標値	R6(R5) 実績値	評価	出典データ
3.こころ	睡眠によって休養が十分にとれていない人の割合の減少	20～39歳	男性	29.3%	23%	32.6%	▼	市民実態調査
			女性	34.5%	23%	25.0%	○	
		40～64歳	男性	29.0%	23%	38.5%	▼	
			女性	36.1%	23%	35.1%	△	
3.こころ	自殺死亡率の減少（人口 10 万対）	全市民		13.9	減少	19.5	▼	人口動態統計
4.生活習慣病	適正体重を維持している人の増加（特定健診受診者：肥満（BMI25 以上）の減少）	40～64歳の肥満者	男性	29.5%	26%	35.6%	▼	国保データベースシステム
			女性	17.9%	20%	22.3%	○	
4.生活習慣病	特定健診受診率の増加	40～74 歳		55.7%	60.6%	58.1%	○	国保法定報告
4.生活習慣病	特定保健指導実施率の増加	40～74 歳		62.6%	63.5%	70.1%	○	国保法定報告
4.生活習慣病	メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少	40～74 歳		28.4%	減少	30.8%	▼	国保法定報告
5.がん	がん検診受診率の増加 胃がん：50 歳～69 歳 大腸がん・肺がん・乳がん：40 歳～69 歳 子宮頸がん：20 歳～69 歳 ※基準値は平成 29 年度の値	胃がん		10.4%	50%	6.8%	△	南アルプス市地域保健・健康増進事業報告
		大腸がん		18.9%	50%	16.1%	△	
		肺がん		24.1%	50%	19.3%	▼	
		子宮頸がん		26.3%	50%	23.5%	▼	
		乳がん		30.5%	50%	27.6%	▼	
6.歯・口腔	歯周病に罹患している人の割合の減少	40 歳代		25.6%	減少	32.8%	▼	市民実態調査
		50 歳代		40.6%	減少	36.7%	○	
6.歯・口腔	過去 1 年間に歯科健診を受診した人の割合の増加	20 歳以上		59.3%	65%	63.5%	○	市民実態調査
6.歯・口腔	60 歳で 24 歯以上自分の歯を有する人の割合の増加	60～64 歳		63.2%	80%	50.9%	▼	市民実態調査
7.たばこ	喫煙率の減少	20～39歳	男性	35.0%	24.5%	32.6%	○	市民実態調査
			女性	9.7%	5.4%	10.3%	▼	
		40～64歳	男性	33.6%	24.5%	33.9%	△	
			女性	10.0%	5.4%	14.7%	▼	
8.アルコール	生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人（1 日当たりの純アルコール摂取量が男性 40g 以上、女性 20g 以上の人）の割合の減少	男性		－	10.0%	23.2%	－	市民実態調査
		女性		－	2.9%	23.9%	－	

【高齢期】

重点目標	項目	区分	H30 基準値	R11 目標値	R6(R5) 実績値	評価	出典データ
1.食育	低栄養傾向（BMI20 以下）の高齢者の割合の増加の抑制	65 歳以上	19.7%	21%以内	22.2%	▼	市総合健診結果データ
2.運動	自分で積極的に外出する人の割合の増加	男性	48.6%	60%	43.4%	▼	市民実態調査
		女性	37.8%	60%	43.3%	○	
2.運動	健康のために何らかの運動を習慣にしている人の割合の増加	男性	44.5%	58%	39.0%	▼	市民実態調査
		女性	41.8%	48%	40.3%	▼	
3.こころ 9.地域づくり	地域活動（ボランティア活動など）をしている高齢者の割合の増加	男性	33.9%	増加	28.4%	▼	市民実態調査
		女性	22.5%	増加	27.9%	○	
6.歯・口腔	80 歳で 20 歯以上自分の歯を有する人の割合の増加	80 歳	－	60%	61.1% (県数値)	－	山梨県口腔健康推進計画
9.地域づくり	地域の健康に関する行事に参加する人の割合の増加	男性	43.9%	80%	37.7%	▼	市民実態調査
		女性	59.1%	80%	49.7%	▼	