

第1章 健康たがわ21推進計画とは

第1節 計画策定の趣旨

日本は戦後、生活環境の改善や医学の進歩により平均寿命は急速に延び、いまや世界一の長寿国となっています。反面、人口の急速な高齢化とともに、生活習慣病やこれに起因した認知症や、寝たきりなどの要介護状態になる人の増加が深刻な社会問題となっています。

そこで、平成12年3月に国民が健やかで心豊かに生活できる活力ある社会になるよう、ヘルスプロモーションの概念に基づき、厚生省（現厚生労働省）において「21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21）」の施策が打ち出されました。「健康日本21」は、個人が健康づくりに取り組むための環境を整備し、個人の健康づくりを総合的に支援するものです。取り組むべき具体的な課題としては、栄養・食生活、身体活動・運動、休養・こころの健康づくり、糖尿病などの8項目が示されました。

また、これらの課題に対して、取り組むべき具体的な目標が設定されました。

少子高齢化が国以上に進んでいる状況の田川市では、「健康日本21」を受けて、21世紀にめざす姿（質の高い生活＝QOL）や健康課題を明確にし、取り組むべき具体的な内容を盛り込んだ「健康たがわ21推進計画」を策定し、取り組んでいます。

法的根拠等

健康増進法（第8条 住民の健康の増進に関する施策についての計画）
21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21）

第2節 健康たがわ21推進計画（第2次計画）

1 健康たがわ21推進計画について

第1次計画・・・平成12年度～平成22年度（11か年）

ただし平成12年～平成14年は策定期間

平成19年度 中間見直し・評価

平成22年度 最終見直し・評価 第2次計画策定

第2次計画・・・平成23年度～平成32年度（10か年）

第3次計画・・・平成33年度～平成42年度（10か年）

H12 ~	H19	H20	H21	H22	H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	H31	H32	H33~	H42	
第1次計画				第2次計画												第3次計画	
中間見直し・評価				最終見直し・評価				中間見直し・評価				最終見直し・評価					

2 第2次計画の概要

各世代のめざす姿に到達するためには、健康課題や保健行動、ライフスタイルをすることが不可欠です。健康たがわ21推進計画では、保健、福祉、医療、教育など、関係部署と連携を図りながら、保健行動やライフスタイルを改善するために、関係する各事業の中で計画を推進し目標到達を目指します。

3 策定方針

第2次計画は、これまでの計画と同様に健康づくり施策の現状把握、課題の整理を行い、新たな実施方針を示します。

さらに、健康増進に関する情報等を整理し各事業に反映します。

4 評価

第1次計画は、平成13年度に実施した質問紙等を利用し、調査結果からのその目標達成値を設定しています。中間見直しの年である平成19年度は5つの世代のうち乳幼児期、壮年期、高齢期のみの調査を、計画最終年の平成22年度には全世代の調査を実施しました。

第2次計画(平成23年度～32年度)においては、毎年事業評価と事業見直しを行い、平成27年度に中間見直しを行うものとします。

5 計画期間及び計画の見直し

第2次計画は、期間を平成23年度から平成32年度までの10か年とします。なお、適正な事業の推進を図るため5年ごとに計画を見直しを行い、平成33年からの10か年を第3次計画とします。

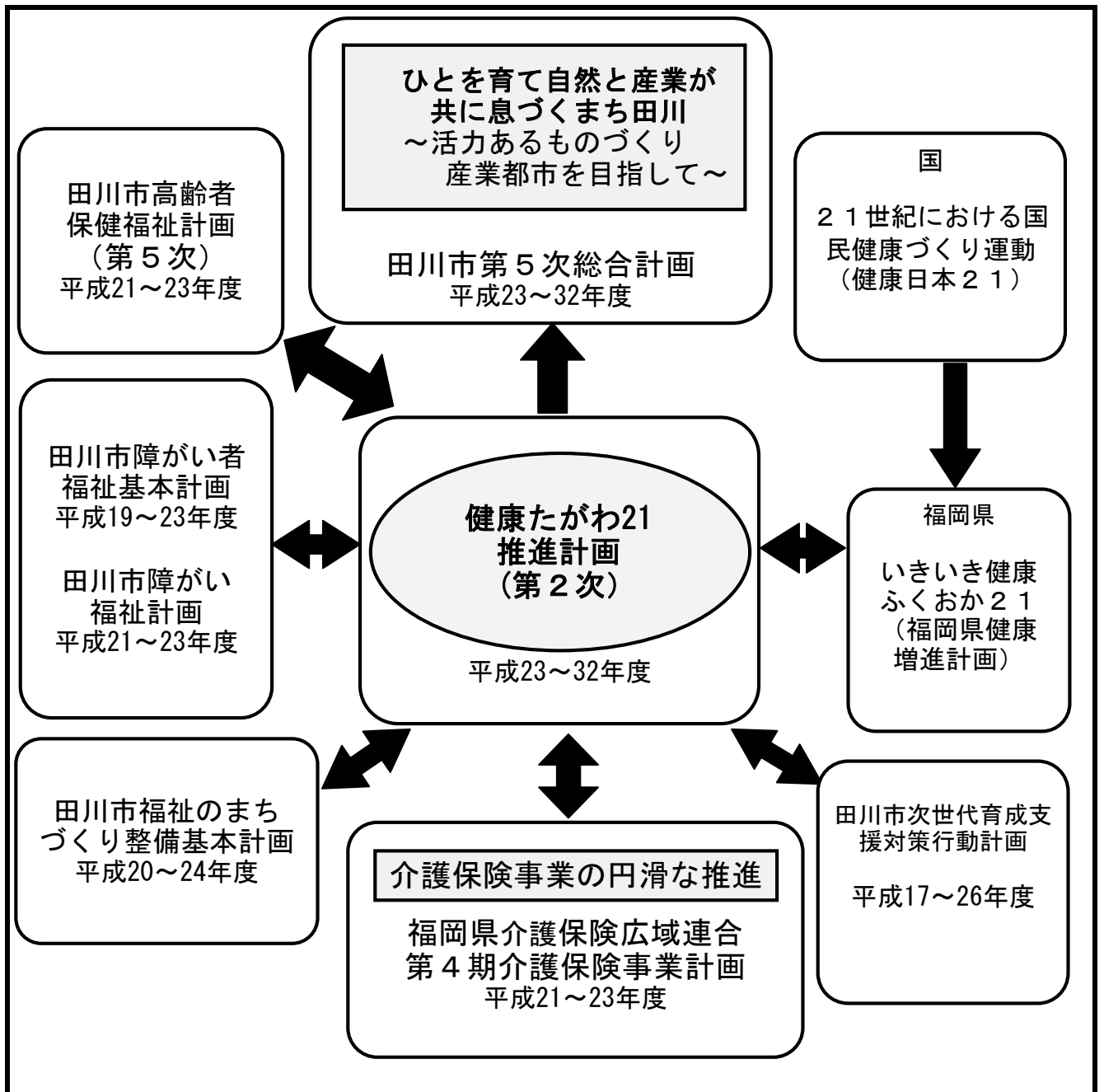
6 推進体制

第2次計画の推進については「田川市民健康づくり推進協議会」において、計画の策定、普及啓発、支援体制等の進捗状況と管理を行います。

第3節 他計画との関係

第2次計画は、福岡県が策定する「いきいき健康ふくおか21」と田川市が策定する「田川市第5次総合計画」、「田川市高齢者保健福祉計画」、「田川市次世代育成支援対策行動計画」、福岡県介護保険広域連合が策定する「第4期介護保険事業計画」などの計画との整合性を図り策定します（図1）。

図1 田川市福祉部における各計画の関係



第2章 市民のめざすもの

第1節 世代を通じた健康づくり

健康づくりの計画の策定にあたっては、健康課題を世代別に把握し、世代別に対応した目標や対策を選定していくことが求められています。

健康たがわ21推進計画では、全世代を乳幼児期、学童期、青少年期、壮年期、高齢期の5つの世代に区分し、各世代の特徴に合わせた内容になっています。

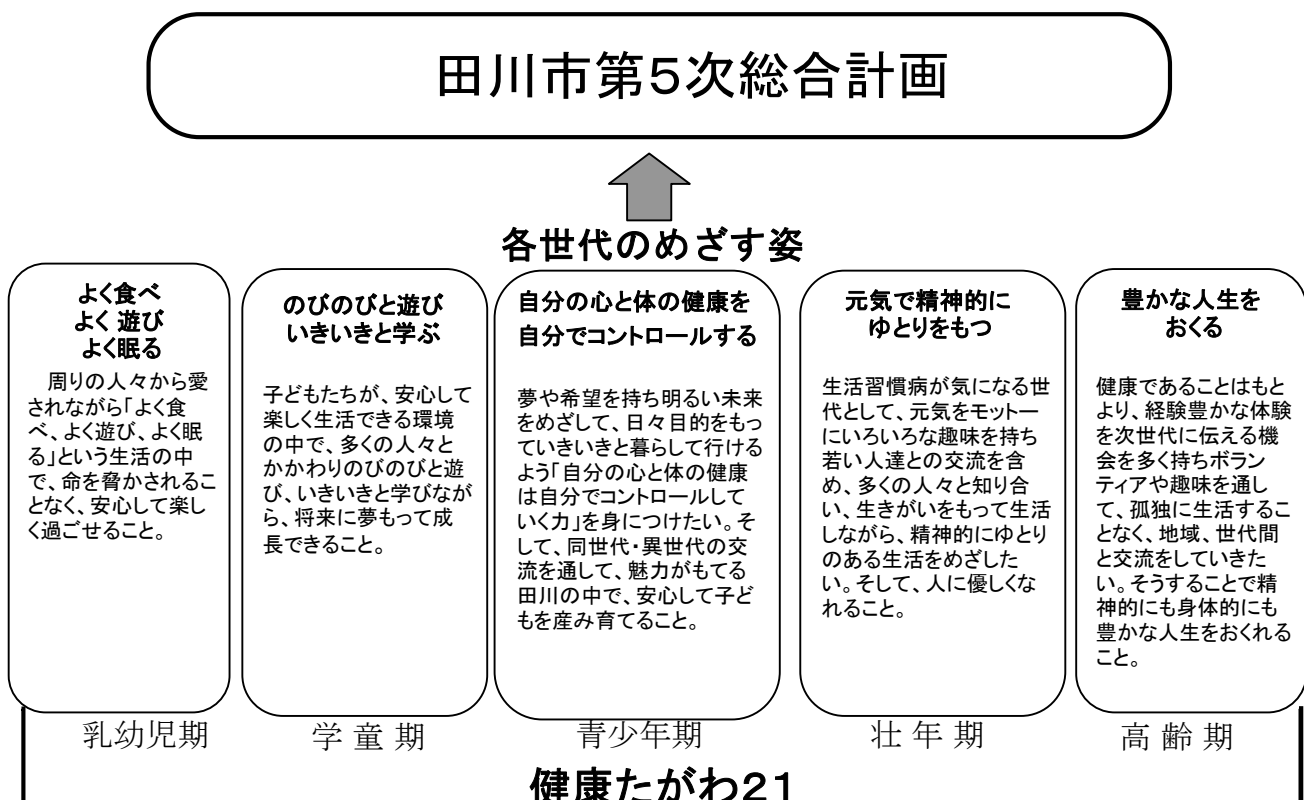
【乳幼児期】	出生～就学前
【学童期】	小学生
【青少年期】	中学生～29歳
【壮年期】	30歳～64歳
【高齢期】	65歳以上

第2節 各世代のめざす姿

各世代がどうあればより豊かな人生を送り、質の高い生活ができるのか、平成12年度調査により、市民が抱えている健康課題とその健康課題を解決し到達すべき目標である「めざす姿」を明らかにしました(図2)。

これらの到達目標(めざす姿)は、市民一人ひとりが健やかで心豊かに満足できる生活を実現できるような「人にやさしい健康なまち」の基盤となるものです。

図2 各世代の到達目標(めざす姿)

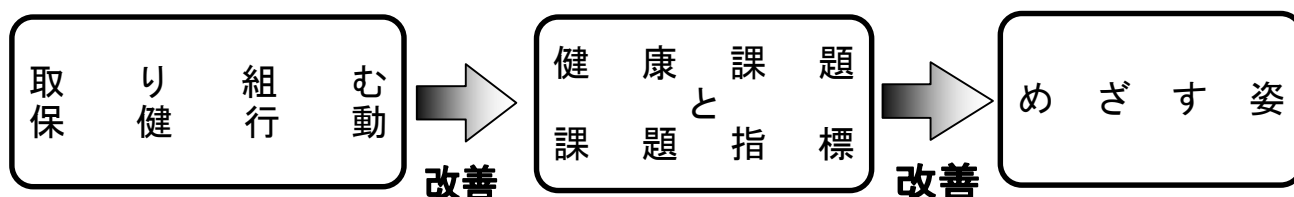


第3章 第1次計画の評価と方向性

第1節 第1次計画策定までの経過

めざす姿に到達するためには、影響を与えている健康課題や保健行動・ライフスタイルの改善が必要不可欠です。意識調査により、健康課題に影響を与えている保健行動やライフスタイルの現状を把握しました。その健康課題に影響を与えている保健行動やライフスタイルを改善するために市民が取り組みやすく、また、取り組むことで効果が現れ易いものを優先的に推進するために、策定協議会で優先順位付けを行いました。

図3 めざす姿・健康課題・ライフスタイルの関係



第2節 各世代の目標と達成状況

健康課題やライフスタイルの目標達成について、第1次計画の最終年である平成22年度に各世代ごとのアンケート調査を実施しました。

平成22年度の第1次最終評価については、田川市民健康づくり推進協議会において審議しました。

1 調査期間 平成22年4月1日から9月30日（6か月間）

2 調査対象

乳幼児期	3歳児の保護者	269人
学童期	市内小学校6年生全員の保護者	445人
青少年期（中学生～19歳）	市内中学校3年生全員	411人
青少年期（20～29歳）	20～29歳までの市民（無作為抽出）	400人
壮年期	30～64歳までの市民（無作為抽出）	400人
高齢期	70歳の市民	185人

3 調査方法 平成13年度に実施した質問紙を利用し、アンケート調査を実施

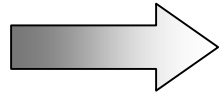
4 回収率

世代	配布数（人）	回収数（人）	回収率
乳幼児期	269	234	86.99%
学童期	445	293	65.84%
青少年期（10代）	411	391	95.13%
青少年期（20代）	400	85	21.25%
壮年期	400	153	38.25%
高齢期	185	94	50.81%
計	2,110	1,250	59.24%

5 調査結果
各世代の目標と達成状況

〈具体的な取り組み〉
(保健行動・ライフスタイル)

具体的な取り組みのうち、できる
ことからやっていく！！



〈具体的な取り組み〉
(保健行動・ライフスタイル)

【平成15年度】 【平成19年度】 【平成22年度現状値】 【目標値】

乳幼児期
(出生～就学前)

○朝食を毎日食べる	93.1%	93.8%	85.1 %	100.0%
○野菜を毎日食べる	75.6%	94.2%	93.7 %	90.0%
○夕食後おかしやジュース、 アイスなどを食べることが 週3回以上ある	42.4%	52.9%	45.7 %	20.0%
○子どもの仕上げ歯磨きをほ ぼ毎日している	53.9%	72.9%	73.2 %	70.0%
○むし歯予防のために定期的 に歯の健診を受けている	34.5%	42.0%	45.0 %	65.0%
○むし歯予防のためにフッ素 塗布を年1回以上受けている	19.1%	24.9%	38.3 %	50.0%
○睡眠時間が10時間以上ある	51.3%	46.7%	40.4 %	90.0%
○生活リズムが決まっている	94.1%	94.3%	97.0 %	100%
○3時間以上テレビやビデオ を見る	20.6%	16.1%	37.5 %	10.0%



〈具体的な取り組み〉
(保健行動・ライフスタイル)

【平成15年度】 【平成19年度】 【平成22年度現状値】 【目標値】

学童期
(小学生)

○ジュースなどを週3回以上 飲む	44.4%	-	51.2%	10.0%
○野菜を毎日食べる	75.3%	-	85.2%	100%
○朝食を毎日食べる	83.0%	-	88.7%	100%
○お菓子にかたよらず食事を きちんと食べる	93.6%	-	94.2%	100%
○歩ける距離は車に乗せずに歩 かせている(保護者として)	61.0%	-	56.8%	80.0%
○週に3日以上は外で遊ぶ	66.8%	-	67.1%	85.0%
○毎日寝る前に歯磨きをする	61.9%	-	73.0%	100%
○むし歯予防のためにフッ素 塗布を年1回以上受けている	7.7%	-	22.5%	40.0%
○テレビやビデオ、ゲームの時、 画面から2m以上離れている	38.2%	-	40.1%	90.0%
○定期的に体重測定をする	83.6%	-	81.3%	100%
○飲酒経験がある	15.3%	-	92.1%	0%
○学校や友だちのことを家族に 話す	93.0%	-	90.1%	100%
○朝7時までに起きる子ども	46.3%	-	97.0%	90.0%



**健康課題
(課題の指標)**

具体的に取り組むことで健康課題を目標値に近づけていく



各世代のめざす姿に到達する

健康課題	課題の指標	【平成15年度】	【平成19年度】	【平成22年度現状値】	【目標値】	めざす姿
1位 むし歯	3歳児健診でむし歯がなかった子ども 64.5%	-	67.2%	90.0%		よく食べる、よく遊び、よく眠る
2位 体力の低下がみられる	3歳児健診1人平均むし歯数 1.42歯 よく体を動かして遊んでいる子ども 80.5%	-	0.8歯 88.3%	0.7歯 91.0%		
3位 就寝時間が遅くなっている	親の仕事の都合で就寝時間が遅くならない子ども 61.6%	-	65.1%	94.0%		
4位 硬いものが噛めなくなっている	硬いものを嫌がらずに食べる子ども 78.5%	-	83.5%	90.0%		
5位 肥満傾向になっている	3歳児健診で適正体重であった子ども 94.3%	-	95.8%	97.0%		
	子どもが健康であると思う保護者 98.3%	-	98.7%	100%		

健康課題	課題の指標	【平成15年度】	【平成19年度】	【平成22年度現状値】	【目標値】	めざす姿
1位 体力の低下がみられる	同世代の子どもに比べて子どもの体力があると思う保護者 77.8%	-	71.1%	90.0%		のびのびと遊び、いきいきと学ぶ
2位 肥満傾向になっている	適正体重を保っている小学生 82.5%	-	79.3%	90.0%		
3位 ストレスを感じやすく、精神的に不安定になっている	疲れやすいと答えた小学生 51.2%	-	31.4%	25.0%		
	イライラすると答えた小学生 38.3%	-	35.4%	19.0%		
	小学校6年生の永久歯にむし歯がない子ども 37.1%	-	65.9%	60.0%		
4位 むし歯や歯周病などの歯科疾患やあごの発達が悪い	小学校6年生の永久歯の1人平均むし歯数 2.06歯	-	0.65歯	1歯		
5位 視力の低下がみられる	歯磨きのときに歯ぐきから血が出る小学生 18.7%	-	14.4%	0%		
	裸眼視力が1.0未満である小学生 31.6%	-	48.9%	25.0%		
	子どもが健康であると思う保護者 98.6%	-	98.7%	100%		

〈具体的な取り組み〉
(保健行動・ライフスタイル)

【平成15年】 【平成19年度】 【平成22年度現状値】 【目標値】

青少年期
(中学生)
19歳

○朝食を毎日食べる	77.1%	-	75.8%	100%
○お菓子や清涼飲料水などを 時間や量を決めずに食べる	71.8%	-	82.7%	35.0%
○歩いて行ける場合には車に 乗せてもらわない	49.1%	-	55.1%	65.0%
○デンタルフロス(糸ようじ) を使っている	8.4%	-	12.3%	50.0%
○睡眠時間は6時間以上ある	90.2%	-	91.6%	100%
○テレビやパソコンなどは 1日に5時間未満	61.7%	-	62.4%	80.0%
○定期的に体重測定をする	55.0%	-	49.6%	100%
○飲酒している	24.0%	-	57.6%	0%
○たばこを吸っている	7.4%	-	4.7%	0%

〈具体的な取り組み〉
(保健行動・ライフスタイル)

【平成15年度】 【平成19年度】 【平成22年度現状値】 【目標値】

青少年期
(20歳)
29歳

○朝食を毎日食べる	77.1%	-	64.7%	85.0%
○清涼飲料水、缶コーヒー などを週3回以上飲む	49.5%	-	54.1%	25.0%
○牛乳や乳製品を週に1回 以上とる	82.8%	-	81.2%	90.0%
○週1回以上は1日50～ 60分程度の運動をして いる	41.5%	-	30.6%	70.0%
○徒歩で5～10分程度の 外出時には車を使わない	29.8%	-	45.2%	65.0%
○デンタルフロス(糸ようじ) を使っている	13.9%	-	11.8%	50.0%
○睡眠時間は6時間以上ある	90.0%	-	86.8%	95.0%
○テレビやパソコンなどは 1日に5時間未満	76.8%	-	65.2%	増 加
○年に1回は健康診査を受け ている	45.3%	-	51.8%	80.0%
○定期的に体重測定をする	75.6%	-	75.3%	90.0%
○基準量の3倍以上飲酒する (基準量：ビール大瓶1本、日本酒1合、ウイスキーWで1杯)	14.3%	-	6.3%	減 少
○たばこを吸っている	34.5%	-	20.7%	減 少

健康課題

課題の指標

【平成15年度】【平成19年度】【平成22年度現状値】【目標値】

めざす姿

1位 生活習慣病 (肥満、糖尿病、 高血圧等) になる可能性の 高い人がみられる	体格指数(BMI)が25以上 の人	9.6%	-	10代 11.5% 20代 16.5%	5.0%
	歯を磨いても歯ぐきから出血 しない人(10代のみ)	63.7%	-	76.0%	85.0%
2位 むし歯は歯周病 などの歯科疾患 やあごの発達が 悪い	同年代の人と比べて自分の 体力があると思う人	54.2%	-	10代 40.4% 20代 69.6%	77.0%
	階段の上り下り時に息切れを することがよくある人 (20代のみ)	9.6%	-	9.4%	3.0%
3位 体力の低下がみ られる	疲れが翌日まで残っていると 感じる人(20代のみ)	15.6%	-	12.2%	8.0%
	用事がないのに連続3日以上 夜中や早朝に目が覚める人	6.2%	-	10代 3.8% 20代 2.4%	5.0%
4位 ストレスから身 体の不調を訴え る人がみられる	目が疲れたと感じることが ある人(20代のみ)	70.0%	-	70.6%	56.0%
	自分自身を健康であると思 う人	84.4%	-	10代 87.4% 20代 85.9%	92.0%
5位 視力の低下や目 の疲れを感じる					

自分の心と体の健康を自分でコントロールする

〈具体的な取り組み〉
(保健行動・ライフスタイル)

【平成15年度】【平成19年度】【平成22年度現状値】【目標値】

壮年期
(30〜64歳)

○お菓子などが食事の代わりになる	25.8%	-	32.0%	15.0%
○缶コーヒーや炭酸飲料水などを週3回以上飲む	24.6%	25.2%	22.9%	10.0%
○めん類を食べるとき汁をほぼ全部飲む	20.6%	23.4%	22.7%	10.0%
○塩蔵品をほぼ1日1回以上食べる	14.8%	12.0%	10.8%	10.0%
○夕食後間食をしない	71.9%	61.7%	64.9%	75.0%
○週1回以上は1日30〜40分程度の運動をしている	45.9%	48.2%	44.7%	60.0%
○徒歩で5〜10分程度の外出時に車を使わない	52.4%	16.3%	28.5%	70.0%
○睡眠時間は1日5時間以下	16.0%	11.4%	14.4%	14.0%
○月に1回以上は血圧を測っている	35.4%	-	47.3%	55.0%
○年に1回は健康診査を受けている	54.8%	63.5%	65.1%	80.0%
○基準量の3倍以上の飲酒を週3回以上する	男 22.9% 女 2.6%	-	-	10.0% 0.7%
(基準量：ビール大瓶1本、日本酒1合、ウイスキーWで1杯)				
○たばこを吸っている	男 49.9% 女 11.3%	-	16.4% 5.9%	減少 減少

〈具体的な取り組み〉
(保健行動・ライフスタイル)

【平成15年度】【平成19年度】【平成22年度現状値】【目標値】

高齢期
(65歳以上)

○塩蔵品を1日1回以上食べる	26.8%	-	27.9%	20.0%
○たんぱく質が主にとれる食品を毎日食べる	84.6%	84.0%	73.0%	100%
○牛乳や乳製品を週1回以上とる	85.2%	88.4%	79.6%	95.0%
○野菜を毎日食べる	89.7%	89.2%	77.8%	100%
○週1回以上は1日30分以上運動をしている	53.7%	72.2%	72.3%	70.0%
○徒歩で行ける距離は車やバスに乗らない	71.4%	69.6%	40.2%	80.0%
○趣味や楽しみなどがある	71.3%	75.7%	79.8%	90.0%
○家事や仕事など決まった役割がある	82.0%	88.3%	90.4%	90.0%
○年に1回は健康診査を受けている	53.2%	69.0%	66.7%	75.0%
○基準量の2倍以上飲酒する人	7.8%	10.8%	14.3%	減少
(基準量：ビール大瓶1本、日本酒1合、ウイスキーWで1杯)				
○たばこを吸っている	男 35.5% 女 5.9%	-	31.4% 5.3%	減少 減少

健康課題	課題の指標	【平成15年度】【平成19年度】【平成22年度現状値】【目標値】				めざす姿
		【平成15年度】	【平成19年度】	【平成22年度現状値】	【目標値】	
1位 コレステロール・中性脂肪の数値の高い人がみられる 2位 肥満 3位 高血圧症 4位 糖尿病 5位 体力の低下がみられる	高脂血症と診断されている人	8.2%	6.3%	6.4%	5.0%	元気で精神的にゆとりをもつ
	体格指数(BMI)が25以上の 人	24.4%	-	19.7%	15.0%	
	高血圧と診断されている人	16.6%	13.5%	21.5%	14.0%	
	糖尿病と診断されている人	6.2%	6.3%	8.1%	6.2%	
	階段の上り下り時に息切れを することがよくある人	11.4%	-	10.1%	10.0%	
	自分自身を健康であると思 う人	80.1%	77.1%	76.7%	87.0%	

健康課題	課題の指標	【平成15年度】【平成19年度】【平成22年度現状値】【目標値】				めざす姿
		【平成15年度】	【平成19年度】	【平成22年度現状値】	【目標値】	
1位 体力の低下がみられる 2位 転倒による骨折 3位 高血圧症 4位 栄養状態の悪い人がみられる 5位 糖尿病 6位 脳血管疾患 7位 腰痛や膝関節痛	同年代の人と比べて自分の 体力があると思う	65.3%	-	69.6%	75.0%	豊かな人生をおくる
	1年間に転んだことが ない人	71.8%	79.2%	75.0%	71.8%	
	現在高血圧と診断されて いる人	33.9%	42.1%	32.5%	30.0%	
	市内の65歳以上で、コレステ ロール値160mg/dℓ未満の人	5.2%	-	-	3.0%	
	市内の65歳以上で、ヘモグ ロビン値11g/dℓ未満の人	2.2%	-	-	2.2%	
	糖尿病と診断されている人	12.4%	12.4%	15.0%	12.4%	
	脳血管疾患の 年齢調整死亡率	男 97.46% 女 55.84%	-	-	81.23% 51.79%	
腰痛・膝痛と診断されてい る人	40.0%	-	17.5%	35.0%		
	自分自身を健康であると思 う人	60.3%	67.0%	71.2%	71.0%	

第3節 各世代の達成度と今後の方向性

アンケート調査より得られた結果より、各世代の推進行動の達成状況を評価するために、次のように指標を定め4段階で評価することとしました。

- A 目標達成に向け順調に進んでいる
- B 目標達成に向け進んでいるが課題がある
- C 目標達成が困難な状況である
- D 未着手

B・Cで評価した目標達成ができていない項目に関しては十分に考察を行い、また基準の変更により評価が困難な項目に関しては、課題の目標達成に向けて今後の方向性の中で取り組みを検討しました。

◆乳幼児期 めざす姿：よく食べ、よく遊び、よく眠る

達成度 A：目標達成に向け順調に進んでいる

C：目標達成が困難な状況である

B：目標達成に向け進んでいるが課題がある

D：未着手

	推進行動	達成度	目標値 (%)	22年度 最終評価	19年度 中間評価	15年度	考察・まとめ	方向性
課題の目標	3歳児健診でむし歯のない子どもの増加	C	90.0	67.2	—	64.5	<ul style="list-style-type: none"> ・むし歯の本数は減り、むし歯のない子どもが増加している。この結果から、むし歯のある子ども一人当たりのむし歯数が増加していると考えられ、むし歯に対する保護者の対策や認識について、二極化が進んでいると予測される。よって、むし歯になっている子ども及び保護者に対しより具体的な指導が必要である。 ・親の仕事の都合で就寝時間が遅くなっている子どもは減少しているが、今後も共働きする家庭が増加すると予測されるため、保護者への啓発が必要である。 ・適正体重である、よく体を動かして遊ぶ、硬いものを嫌がらずに食べる子どもが、増加している。また、子どもが健康であると思う保護者も増加しており、認識が高くなっていると考えられる。 ・子どもは、身体バランスが悪く、身体・運動機能が未熟で、危険回避能力が低いことから、日常的に事故や怪我を起こしやすいため、保護者への啓発が課題に挙がる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・規則的な生活リズムが身につくよう、健診などを活用して保護者への啓発などを行う。 ・むし歯予防のため、健診の場を活用して歯科衛生士による相談や集団教育にて指導をしていく。 ・むし歯の多い子どもは、虐待のリスクも考慮して家庭環境や保護者の養育状況の把握、生活環境の改善指導などを行う必要がある。 ・子どもの疾病を予防、感染拡大防止ために予防接種の接種勧奨を積極的に行う。 ・日常生活の中で子どもの事故や怪我を予防するため、健診の場などを活用して啓発及び情報提供を行う。
	3歳児健診1人平均むし歯数の減少	A	0.7歯	0.8歯	—	1.42歯		
	よく体を動かして遊ぶ子どもの増加	A	91.0	88.3	—	80.5		
	親の仕事の都合で就寝時間が遅くなっている子どもの減少	A	6.0	34.9	—	38.4		
	硬いものを嫌がらずに食べる子どもの増加	B	90.0	83.5	—	78.5		
	3歳児健診で適正体重であった子どもを増やす	A	97.0	95.8	—	94.3		
	子どもが健康であると思う保護者の増加	A	100	98.7	—	98.3		
具体的取り組み	朝食を毎日食べる子ども増加	B	100	85.1	93.8	93.1	<ul style="list-style-type: none"> ・平成15年に比べ、幼少期からの食育も徐々に改善され、保護者の認識や関心が高まったことも背景にあり、野菜を食べる子どもは目標値を上回っていると予測される。 ・しかし、夕食後にお菓子などの夜食を食べる、3時間以上テレビなどを見る子どもの増加、10時間以上眠る子どもの減少などに伴い、朝食を欠食する子どもも増加していると予測される。これは、夜食による血糖値の変化や就寝時間の遅延による睡眠時間の減少によって、起床時に空腹感を感じにくくなるため、朝食を欠食すると考えられる。よって、日中の活動時間に集中力の低下やイライラ感の増大などの影響をきたすことが予測される。 ・子どもの生活環境は、保護者の影響を受けやすいため、早期から規則正しい食生活を習慣化するための指導などが必要である。 ・歯に関する取り組みは、3項目とも平成15年度と比べ増加している。しかし、目標値には達しておらず、上記のむし歯のない子どもの項目と合わせて、健診時の啓発などを強化する必要がある。 	<ul style="list-style-type: none"> ・規則正しい食生活や望ましい食事内容にできるよう、健診の場を活用したり食進会と連携しながら指導していく。 ・肥満や生活習慣病の予防のために適切な食習慣や運動などを指導していく。 ・長時間のメディア使用についての危険性を健診等の場を活用して指導し、啓発を行う。 ・妊娠期など早期から規則正しい生活リズムや喫煙、飲酒などの指導をしていく。 ・育児支援及び育児不安軽減のため、乳児家庭全戸訪問、一時保育、支援センターの普及啓発を行う。
	野菜を毎日食べる子どもの増加	A	90.0	93.7	94.2	75.6		
	週3回以上夕食後寝るまでの間にお菓子などを食べる子どもの減少	C	20.0	45.7	52.9	42.4		
	子どもの仕上げ磨きを毎日している保護者の増加	A	70.0	73.2	72.9	53.9		
	予防として定期的に歯科健診を受けている子どもの増加	C	65.0	45.0	42.0	34.5		
	年に1回以上はフッ素塗布を行っている子どもの増加	B	50.0	38.3	24.9	19.1		
	10時間以上眠る子どもの増加	C	90.0	40.4	46.7	51.3		
	生活リズムが決まっている子どもの増加	A	100	97.0	94.3	94.1		
	3時間以上テレビやビデオを見る子どもの減少	C	10.0	37.5	16.1	20.6		

◆学童期 めざす姿：のびのびと遊び、いきいきと学ぶ

達成度 A：目標達成に向け順調に進んでいる

C：目標達成が困難な状況である

B：目標達成に向け進んでいるが課題がある D：未着手

	推進行動	達成度	目標値 (%)	22年度 最終評価	19年度 中間評価	15年度	考察・まとめ	方向性
課題の目標	適正体重を保っている小学生の増加	C	90.0	79.3	—	82.5	<ul style="list-style-type: none"> 学童期の対象に、直接的な取り組みは行っていないが、適正体重の保持、疲労を訴える小学生の減少や小学6年生の永久歯にむし歯の減少、歯ぐきからの出血の減少が順調に進んでいる。このことは、年1回の健康診断や歯の健診から学校関係者からの健康教育が行われていると考える。 裸眼視力が1.0未満の子どもが増えている、このことは、テレビ、パソコン、ゲームなどの生活環境のありと見える。 	<ul style="list-style-type: none"> 今後、学校教育課や学校関係者と連携を取り、情報の提供などを行っていき、また乳幼児健診から親に対し、子どもの発達、発育からの健康問題を十分理解できるよう支援していく。 疲れやすいと答えた小学生の減少は評価しづらいので指標から除外した。
	疲れやすいと答えた小学生の減少	A	25.0	31.4	—	51.2		
	イライラすると答えた小学生の減少	A	19.0	35.4	—	38.3		
	小学6年生の永久歯にむし歯がない小学生の増加	A	60.0	65.9	—	37.1		
	小学6年生の永久歯の1人平均むし歯数の減少	A	1.0	0.65	—	2.06歯		
	歯磨きのときに歯ぐきから血が出ることもある小学生の減少	A	0	14.4	—	18.7		
	裸眼視力が1.0未満である小学生の減少	C	25.0	48.9	—	31.6		
	子どもが健康であると思う保護者の増加	A	100	98.7	—	98.6		
14 具体的取り組み	週3回以上ジュース等を飲む子どもの減少	C	10.0	51.2	—	44.4	<ul style="list-style-type: none"> 食生活については、清涼飲料水などの飲み方には課題があるがそれ以外はおおむね順調に進んでいる食に関する情報も多くあり、保護者が食生活の改善を図っているといえる。 順調に進んでいるのは、歯の健診や学校、家庭での管理が行われていると考える。 テレビやゲーム、パソコンの使用などが影響していると思われるが改善に困難な状況である。飲酒経験のある子どものが多く、家庭での飲酒に対する意識が低いと思われる。 家庭における親子会話行われていると思われる。 	<ul style="list-style-type: none"> 学童期の健康な食生活の定着のため親子料理教室を開催する、また清涼飲料水についての指導や情報の提供を行っていく。 学校教育課を通じて各学校に運動の必要性についての情報提供を行う、また乳幼児健診などの機会を通じて運動の重要性について指導の徹底を図る。 乳幼児健診の際、歯科健診やその後の指導の場で歯の健康管理について指導やフッ素利用の啓発を行う。 朝7時までに起きる子どもの評価は評価しづらいので指標から除外した。 飲酒における健康に及ぼす影響について学校教育課を通じて各学校に情報提供を行う、また乳幼児健診時にも親に対し飲酒に関する情報提供を行う。 テレビなどを画面から2m以上離れて見る子どもの評価はテレビなどを見る時間に変更した。 乳幼児健診時などの機会を通じて、親子のコミュニケーションの重要性について啓発する。こころの健康問題を取り入れていく。
	毎日野菜を食べる子どもの増加	A	100	85.2	—	75.3		
	毎日朝食を食べる子ども増加	A	100	88.7	—	83.0		
	お菓자에偏らず食事をきちんと食べれる子どもの増加	A	100	94.2	—	93.6		
	子どもが歩ける距離は車に乗せない保護者の増加	C	80.0	56.8	—	61.0		
	週3回以上は外で遊ぶ子どもの増加	C	85.0	67.1	—	66.8		
	毎日寝る前に歯磨きをする子どもの増加	A	100	73.0	—	61.9		
	年に1回以上はフッ素塗布を行っている子どもの増加	B	40.0	22.5	—	7.7		
	朝7時までに起きる子どもの増加	A	90.0	97.0	—	46.3		
	テレビなどを画面から2m以上離れて見る子どもの増加	B	90.0	40.1	—	38.2		
	定期的に体重測定をする子どもの増加	B	100	81.3	—	83.6		
	飲酒経験がある子どもの減少	C	0	92.1	—	15.3		
学校のことや友達のことを家族に話す子どもの増加	B	100.0	90.1	—	93.0			

◆ 青少年期（中学生～19歳） めざす姿：自分の心と体の健康を自分でコントロールする 達成度 A：目標達成に向け順調に進んでいる C：目標達成が困難な状況である
 B：目標達成に向け進んでいるが課題がある D：未着手

	推進行動	達成度	目標値 (%)	22年度 最終 評価	19年度 中間 評価	15年度	考察・まとめ	方向性
課題の目標	体格指数（BMI）が25以上の人の減少	C	5.0	11.5	—	9.6	<ul style="list-style-type: none"> 体力低下や体格指数（BMI）25以上の人の減少に課題があるため生活習慣改善に対する情報提供が必要と思われる。 	<ul style="list-style-type: none"> 健康診査の後、特に体格指数（BMI）25以上の人や体力低下を訴える人に対して情報提供が行えるよう学校関係者と連携を図る。
	歯を磨いても歯ぐきから出血しない人（10代のみ）	B	85.0	76.0	—	63.7		
	同年齢の人と比べて自分の体力があると思う人の増加	C	77.0	40.4	—	54.2		
	用時がないのに連続3日以上夜中や早朝に目が覚める人の減少	A	5.0	3.8	—	6.2		
	自分自身を健康であると思う人の増加	A	92.0	87.4	—	84.4		
具体的取り組み	毎日朝食を食べる人の増加	B	100	75.8	—	77.1	<ul style="list-style-type: none"> 基本的な生活習慣（食事、運動睡眠むしば予防）の確立に関する情報提供が必要と考える。 家庭で行える自己管理の方法が必要と考える。 飲酒、喫煙からの健康問題を考えるような問題提起が必要と思われる。 	<ul style="list-style-type: none"> 生活習慣を見直す動機付けになるような情報提供を広報紙や学校関係者に行う。こころの健康問題を取り入れていく。 自己管理の方法についての具体的な方法を学校関係者を通じて指導する。 飲酒、喫煙からの健康問題及び具体的な改善方法について学校関係者を通じて指導する。
	お菓子等を時間や量を決めずに食べる人の減少	C	35.0	82.7	—	71.8		
	歩いて行けるところには車に乗せてもらわない人の増加	B	65.0	55.1	—	49.1		
	デンタルフロス（糸ようじ）を使っている人の増加	B	50.0	12.3	—	8.4		
	平均の睡眠時間が6時間以上の人の増加	A	100	91.6	—	90.2		
	テレビやパソコンなどをする時間が1日に5時間未満の人の増加	B	80.0	62.4	—	61.7		
	定期的に体重測定する人の増加	C	100	49.6	—	55.0		
	飲酒している人の減少	C	0	57.6	—	24.0		
	たばこを吸っている人の減少	B	0	4.7	—	7.4		

◆ 青少年期（20～29歳）

めざす姿：自分の心と体の健康を
自分でコントロールする

達成度 A：目標達成に向け順調に進んでいる

C：目標達成が困難な状況である

B：目標達成に向け進んでいるが課題がある

D：未着手

	推進行動	達成度	目標値 (%)	22年度最終評価	19年度中間評価	15年度	考察・まとめ	方向性
課題の目標	体格指数（BMI）が25以上の人の減少	C	5.0	16.5	—	9.6	<ul style="list-style-type: none"> 食文化の多様化、運動不足等から肥満の者が増えている。 課題の目標の推進行動は内容が細かく主観による評価であるため評価しづらい面がある。 20代は学生、主婦、サラリーマン等様々で、忙しい世代である。また健康に関心が薄い傾向がある。さらに食習慣が乱れている者も多く、生活習慣病予備群も少なくない。 目の疲れはテレビやパソコン等の長時間の視聴の影響も原因のひとつと考えられる。 	<ul style="list-style-type: none"> ヤング健診の受診者を増やし、相談会の中で情報提供を行い、有所見者に対し指導を行う。 評価指標の一部変更 ヤング健診受診率、体格指数（BMI）、検査データなど有所見者で評価していく。 広報、ホームページで相談のできる場の情報提供を行う。
	同年齢に人と比べて自分の体力があると思う人の増加	B	77.0	59.6	—	54.2		
	階段の上り下り時に息切れをすることがある人の減少	C	3.0	9.4	—	9.6		
	疲れが翌日まで残っていると感じる人の減少	B	8.0	12.2	—	15.6		
	用時がないのに連続3日以上夜中や早朝に目が覚める人の減少	A	5.0	2.4	—	6.2		
	目が疲れたと感じることがある人の減少	C	56.0	70.6	—	70.0		
	自分自身を健康であると思う人の増加	C	92.0	85.9	—	84.4		
16 具体的取り組み	毎日朝食を食べる人の増加	B	85.0	64.7	—	57.8	<ul style="list-style-type: none"> 朝食を食べる人は増えているが、まだ目標には遠い。食べない食習慣は肥満の原因にもなり、生活習慣病を引き起こす可能性もある。また、親になった時に子どもの食習慣にも影響する。 清涼飲料水の摂取過多も同様。 20代は健康に関心が薄い傾向がある。 使用率が低下している。 メディアを長時間視聴することで、眼精疲労、頭痛、腰痛、不眠等の体や心の障害をきたすというデータがある。 受診者は微増し約半数の者が受けているものの、依然受診率は低い。健診の広報を積極的に行い、また受けやすい体制作りをして受診率向上を図る必要がある。 喫煙者は増加し、アルコールは減少している。今後も喫煙者や多量飲酒者に対し、情報提供を実施していく。 	<ul style="list-style-type: none"> ヤング健診受診者に相談会の中で情報提供を行っていく。 ヤング健診受診者に対し栄養バランス、減塩、間食等指導を行う。 20代でも運動ができるような環境を整えていく。他機関で行っている教室や事業の紹介。運動について啓発・指導の実施。 各事業参加者にチラシの配布と説明。広報等で情報提供を行う。 メディアは生活や仕事の中で外せなくなっていることから、悪影響や休憩の取り方等情報提供を適宜行っていく必要がある。 ヤング健診、がん検診を知っている者、受診した者、毎年受診している者の増加を図る。 ヤング健診受診者や妊婦等に情報提供を実施していく。センター掲示板やホームページ等に掲載していく。
	週3回以上炭酸飲料や缶コーヒー等を飲む人の減少	C	25.0	54.1	—	49.5		
	週1回以上牛乳や乳製品を食べる人の増加	C	90.0	81.2	—	82.8		
	週1回以上は1日50～60分程度の運動をしている人の増加	C	70.0	30.6	—	41.5		
	徒歩で5～10分程度の外出時には車を利用しない人の増加	B	65.0	45.2	—	29.8		
	デンタルフロス（糸ようじ）を使っている人の増加	C	50.0	11.8	—	13.9		
	平均の睡眠時間が6時間以上の人の増加	C	95.0	86.8	—	90.0		
	テレビやパソコンなどをする時間が1日に5時間未満の人の増加	C	増加	65.2	—	76.8		
	年に1回は健康診断を受けている人の増加	C	80.0	51.8	—	45.3		
	定期的に体重測定をする人の増加	C	90.0	75.3	—	75.6		
たばこを吸っている人の減少	C	減少	20.7	—	14.3			
基準量の3倍以上飲酒をする人の減少	A	減少	自宅2.5 外10.0	—	自宅4.8 外23.8			

◆壮年期（30～64歳） めざす姿：元気で精神的にゆとりをもつ

達成度 A：目標達成に向け順調に進んでいる

C：目標達成が困難な状況である

B：目標達成に向け進んでいるが課題がある D：未着手

	推進行動	達成度	目標値 (%)	22年度最終評価	19年度中間評価	15年度	考察・まとめ	方向性
課題の目標	高脂血症と診断される人の減少	B	5.0	6.4	6.3	8.2	<ul style="list-style-type: none"> 高血圧や糖尿病、脂質異常と診断されている人は増加しており、生活習慣病の予備群を含めるともつと多いことが考えられる。 自分を健康であると思う人は増加しておらず、「自分の健康は自分で守る」という意識をそれぞれがもてることが大切である。 	<ul style="list-style-type: none"> 生活習慣病を予防するために正しい知識の情報提供や問題解決のための支援を行い、健康意識を高め健康管理できるような支援が必要である。そのためにも、年に1回は健診を受けるよう受診勧奨を行なう。
	体格指数（BMI）が25以上の人の減少	B	15.0	19.7	—	24.4		
	高血圧と診断される人の減少	B	14.0	21.5	13.5	16.6		
	糖尿病と診断される人の現状維持	B	現状維持	8.1	6.3	6.2		
	階段の上り下りをしたときに息切れすることがよくある人の減少	B	10.0	10.1	—	11.4		
	自分を健康だと思う人の増加	B	87.0	76.7	77.1	80.1		
具体的取り組み	お菓子が食事の代わりになっている人の減少	C	15.0	32.5	—	25.8	<ul style="list-style-type: none"> お菓子やジュースを飲食する人が多くみられており、このような生活習慣が肥満や糖尿病など生活習慣病の発症につながるため問題解決のための支援が必要であると思われる。 	<ul style="list-style-type: none"> 糖分や脂肪分の過剰摂取は生活習慣病の発症に大きく影響するため、健康教室や相談においては個人の生活習慣にあった支援を引き続き行なっていく。
	週3回以上加糖の缶コーヒー等を飲む人の減少	B	10.0	22.5	25.2	24.6		
	麺類を食べるとき汁をほぼ全部飲む人の減少	B	10.0	22.7	23.4	20.6		
	塩蔵品をほぼ1日1回以上食べる人の減少	B	10.0	10.3	12.0	14.8		
	夕食後間食をしない人の増加	B	75.0	64.9	61.7	71.9		
	週1回以上は1日30～40分程度の運動をしている人の増加	B	60.0	44.7	48.2	45.9	<ul style="list-style-type: none"> 日常生活の中に運動習慣を取り入れている人は約半数である。運動を実施していない人の中には、運動できる場所やどのようにしたら良いのか方法を知らない人もいるのではないかとと思われる。 	<ul style="list-style-type: none"> 健康教室や相談時に運動の必要性について伝えることや実施している運動教室等の情報提供を行なう。
	徒歩で5～10分程度の外出時には車を利用しない人の増加	C	70.0	28.5	16.3	52.4		
	睡眠時間1日5時間以下の減少	B	14.0	14.4	11.4	16.0	<ul style="list-style-type: none"> 休養のためには睡眠が必要であるが、睡眠時間が短い人がみられている。 多量飲酒やたばこを吸っている習慣のある人は減少している。たばこについては健康増進法の施行後、公共の場での喫煙の規制、タバコの値上がりなどのより、喫煙者が少なくなってきたのではないかとと思われる。また、定期的に血圧測定を行う人は増加しており、血圧計の普及や血圧測定が多くの場所でもできるようになったことが影響されるのではないかとと思われる。 	<ul style="list-style-type: none"> 十分な休養をとり、こころと体を健康に保てるような支援や適切な情報提供が必要である。 自分の健康を意識し健康管理できるよう正しい知識の普及に努め、年に1回は健診を受けるようにより多くの人に受診勧奨を行なう。
	月に1回以上は血圧を測っている人の増加	B	55.0	47.3	—	35.4		
	年に1回は健康診断を受けている人の増加	B	80.0	65.1	63.5	54.8		
	多量飲酒習慣がある人の減少	A	男10.0 女0.7	男3.9 女0	—	男22.9 女2.6		
タバコを吸っている人の減少	A	減少	男16.4 女5.9	—	男49.9 女11.3			

◆高齢期（65歳以上） めざす姿：豊かな人生を送る

達成度 A：目標達成に向け順調に進んでいる

C：目標達成が困難な状況である

B：目標達成に向け進んでいるが課題がある

D：未着手

	推進行動	達成度	目標値 (%)	22年度最終評価	19年度中間評価	15年度	考察・まとめ	方向性
課題の目標	同年代の人と比べて自分の体力があると思う人の増加	B	75.0	69.6	—	65.3	・体力に自身がある人が少しずつではあるが増加傾向にある。	・体力があると意識することは大切なことなので今後も推進していく。また、インフルエンザの感染予防のため、予防接種の啓発を行っていく。
	1年間で転んだことがない人の現状維持	A	現状維持	75.0	79.2	71.8	・中間評価よりは下がっているものの目標値には達成できている。	・目標値に到達しているので、数値の変更を検討し、今後も転倒の原因や危険性などの知識の普及を行っていく必要がある。
	高血圧症と診断されている人の減少	B	30.0	32.5	42.1	33.9	・減少傾向にあるものの、目標値への到達できておらず、高血圧予防の相談・教育が必要と思われる。	・相談会や公民館活動などで高血圧に対する知識の普及や助言・指導を行っていく必要がある。
	市内の65歳以上でコレステロール値160未満の人の減少	C	3.0	—	—	5.2	・総コレステロール値は特定保健指導の評価項目ではない。また、血液データでの評価項目では評価しにくいことが考えられる。	・今後課題解決していくうえで、評価が困難なため他の推進行動項目に変えていくことなどを検討していく。
	市内の65歳以上でヘモグロビン値11g/dl未満の人の現状維持	C	現状維持	—	—	2.2		
	現在糖尿病と診断されている人の現状維持	C	現状維持	15.0	12.4	12.4	・高血圧症が減少しているものの糖尿病になる人が増加している現状がある。今後も生活習慣病予防対策が必要と考える。	・糖尿病と診断されている人が増加しており、今後は健康相談会などで糖尿病に対する知識の普及や助言・指導を行っていく必要がある。
	田川市における人口10万対の脳血管疾患の年齢調整死亡率の減少	C	男81.23 女51.79	—	—	男97.46 女55.84	・今後、推進・評価していく項目として困難性がある。	・今後課題解決していくうえで、推進・評価が困難なため他の推進行動項目に変えていくことなどを検討していく。
	腰痛、膝痛と診断されている人の減少	A	35.0	17.5	—	40.0	・腰痛・膝痛の人は減少している。減少することにより、体力の維持・向上につながると思われる。	・目標値達成できており、さらなる目標値を検討していく。
	自分が健康だと思う人の増加	A	71.0	71.2	67.0	60.3	・健康と思っている人が増加しており、目標値に到達できている。	・健康と思うことは大切なことなので、心身の健康を推進していく。また、むし歯や歯周病予防などの口腔・歯について普及・啓発していく。
具体的取り組み	塩蔵品を1日1回以上食べる人の減少	C	20.0	27.9	—	26.8	・食生活での結果が、どの項目も低下している。今後は、生活習慣病予防・低栄養予防のためにも、食生活を見直す機会をつくる必要があると思われる。	・栄養教室や相談会、公民館活動などで、食生活に関する知識の普及啓発や相談、支援を行っていく。（塩蔵品・たんぱく質・乳製品・野菜のバランスについて）
	たんぱく質が主にとれる食品を毎日食べる人の増加	C	100	73.0	84.0	84.6		
	牛乳や乳製品を週1～2日以上食べる人の増加	C	95.0	79.6	88.4	85.2		
	野菜を毎日食べる人の増加	C	100	77.8	89.2	89.7		
	歩いていける所にはできるだけ車やバスを利用しない人の増加	C	80.0	40.2	69.6	71.4	・運動はしているが、歩いていける距離には車やバスを利用している人が多いと考えられる。徒歩などの移動は身体を動かす良い機会となるため、推進していくことが必要と考えられる。	・運動の継続性や近隣までは歩くことを推進していく。
	週1回以上は1日30分以上の運動をしている人の増加	A	70.0	72.3	72.2	53.7	・趣味や生きがい、役割がある高齢者が増えており、楽しみや役割があることは、心身の健康の維持・向上につながると考えられる。	・今後も趣味や生きがい、役割をもつことの大切さを伝えていく。また、地域で集まる場の情報提供を行う。
	趣味や楽しみなど生きがいを感じてやることがある人の増加	A	90.0	79.8	75.7	71.3		
	家の中で家事や仕事など決まった役割がある人の増加	A	90.0	90.4	88.3	82.0	・健診を受けている人が増加しているので、今後も健診の大切さを普及していくことが必要と思われる。	・今後も年に1回健診を受けることの大切さを伝え、受診率向上を目指す。また、健診後の有所見者に対して指導及び受診勧奨を行っていく。
	年に1回は健康診断を受けている人の増加	B	75.0	66.7	69.0	53.2		
	基準量の2倍以上飲酒する人の（家で）減少	C	減少	14.3	10.8	7.8		
たばこを吸っている人の減少	B	減少	男31.4 女5.3	—	男35.5 女5.9	・減少傾向にあり、今後も喫煙の危険性を伝えることが必要と思われる。	・喫煙者に対し喫煙の危険性や健康障害と伝えていく。	