

施策 No.	20	施策名	健康づくりの推進
主管課名	健康増進課	電話番号	0285-83-8122
関係課名	社会福祉課、児童家庭課、学校教育課、 国保年金課		

施策の対象	市民								
対象指標名	単位	21年度実績	22年度実績	23年度実績	24年度実績	25年度実績	26年度実績	27年度実績	31年度見込
人口	人	82,997	82,584	82,136	81,511	80,929	80,698	80,590	80,200

施策の意図	市民が、生涯にわたり、健康でいきいきと暮らすことができるようにする。								
成果指標設定の考え方及び指標の把握方法（算定式など）	・特定健診受診率は、法律の定めにある6ヶ月以上の長期入院者・人間ドック受診者・妊産婦等について除外した値と、生活習慣病で治療中の件数をさらに除外した値をそれぞれ算定した。（除外した生活習慣病とは、医療管理下で定期的な検査を受けている糖尿病、脳血管疾患、心疾患等とした。） ・健康推進員の報告による「地域活動への市民の参加数」は、健康推進員の活動報告書の集計から把握した。 ・悪性新生物（がん）、心疾患（心臓病）及び脳血管疾患（脳卒中）の死亡率は、人口動態統計（厚生労働省）より把握した。（算定式：各死因の死亡数/人口×10万人）								
成果指標名	単位	21年度実績	22年度実績	23年度実績	24年度実績	25年度実績	26年度実績	27年度実績	31年度 基本計画目標値
特定健康診査受診率（国保被保険者）	%	—	—	—	32.3	38.7	39.8	41.0	60.0
特定健康診査受診率（上記対象者から糖尿病等で治療中のものを除く）	%	—	—	—	35.6	43.0	43.9	45.2	60.0
メタボリックシンドロームの該当者・予備群者の割合	%	—	—	—	27.7	29.8	29.7	29.0	22.5
健康推進員による地域活動への市民の参加数（延べ人数）	人	—	—	—	28,525	30,515	38,472	37,097	32,000
元気で暮らしている市民の割合	%	—	—	—	—	80.2	81.0	83.5	83.0
健康づくりに取り組んでいる市民の割合	%	—	—	—	—	83.5	84.7	87.9	86.0
悪性新生物（がん）の死亡率（人口10万人あたり）	人	—	—	H22 237.0	H23 244.6	H24 299.7	H25 279.0	H26 262.4	285.0
心疾患（心臓病）の死亡率（人口10万人あたり）	人	—	—	H22 154.3	H23 171.2	H24 159.7	H25 148.0	H26 146.1	157.0
脳血管疾患（脳卒中）の死亡率（人口10万人あたり）	人	—	—	H22 120.3	H23 163.9	H24 152.3	H25 104.0	H26 112.6	125.0

施策の成果向上に向けての住民と行政との役割分担	市民には、自分の健康は自分で守るという意識を持ってもらい、健康づくり活動に積極的に参加するとともに、年に1度の健康診査を受診し、自らの健康管理を実践してもらう。 行政は、市民が健康でいきいき暮らすことができるよう、「真岡市健康21プラン」を積極的に推進する。また、疾病の予防や早期発見のために、健康診査や保健指導が受けやすくする。
-------------------------	--

27年度の
評価結果

1. 施策の成果水準とその背景（近隣他市や以前との比較、特徴、その要因と考えられること）

（１）施策成果の時系列比較（過去３年間の比較）

- ・ 特定健康診査受診率の過去3年間の比較では、平成25年度38.7%、平成26年度39.8%と上昇し、平成27年度は41.0%と更に上昇した。また、生活習慣病等で治療中の方を除いた場合の受診率は、平成27年度では45.2%であった。
- ・ 特定健診でメタボリックシンドローム該当及び予備軍と判定された方の割合は、平成25年度が29.8%、平成26年度が29.7%で、平成27年度では29.0%とやや減少した。
- ・ 悪性新生物（がん）、心疾患（心臓病）及び脳血管疾患（脳卒中）の人口10万人あたりの死亡率は減少傾向にある。

（２）近隣他市との比較

- ・ 平成26年度の特定健康診査受診率は、栃木県が32.9%、真岡市が39.8%であり、県内市町の中で本市は8位（4位/14市）となっている。
- ・ 平成26年の人口10万人あたり死亡率について、県と比較すると、悪性新生物（がん）、心疾患（心臓病）は県より低く、脳血管疾患（脳卒中）は、県よりやや高い。

悪性新生物（がん）	栃木県292.4人、真岡市262.4人	9位（6位/14市）
心疾患（心臓病）	栃木県173.1人、真岡市146.1人	5位（4位/14市）
脳血管疾患（脳卒中）	栃木県112.4人、真岡市112.6人	12位（8位/14市）

（３）住民期待水準との比較

- ・ 市民の健康づくりを総合的に推進するための実践計画である「真岡市健康21プラン」に基づき、健康寿命の延伸・壮年期死亡の減少・生活の質の向上を目指し、各種の保健事業を実施した。
- ・ 生活習慣病の予防、疾病の早期発見による重症化予防のため、特定健康診査とがん検診を年72回から1回増やして、73回実施し、それに伴う、各種健康教室、特定保健指導等を実施した。
- ・ また、若いうちからの健康づくりとして、平成24年度から、30歳～39歳までのヤング健診を、実施している。ヤング健診では、健診時、または、健診後に個別指導を全員に実施した。
- ・ 市民意向調査の「健康で元気に暮らしていると思いますか」の設問に対して、思う・どちらかといえば思うを合わせては 83.5 %を占め、平成26年度調査より2.5ポイント増加した。
- ・ また、「健康づくりのためにどのようなことに取り組んでいますか。」の設問に対して、生活習慣病の予防に密接に関連している項目である「食事を1日3回バランス良く食べている」55.2 %、「定期的に健診等を受けている」46.4 %「塩分の取りすぎに気をつけている」42.5 %「意識的に運動をするように心がけている」40.4 %であり、一方「特に何も取り組んでいない」は、平成26年度調査より、3.9ポイント減って9.1%であった。（平成26年度調査 13.0%）

27年度の
評価結果

2. 施策の成果実績に対してのこれまでの主な取り組み（事務事業）の総括

・真岡市健康21プランに基づき、市民主体の健康づくりを推進するため、真岡市健康21プラン推進協議会を開催し、委員からの意見を参考に、関係機関・団体が相互に連携して取り組むことを明確にした。

・「栄養・食生活」「身体活動・運動」「休養・こころの健康づくり」「歯の健康」「たばこ対策」を健康21プランの重点課題として位置づけ、講演会・運動教室・禁煙教室などの推進事業を実施し、健康に対する意識の啓発に努めた。健康づくりの講演会として3回実施し、健康推進員を含めた市民611人が参加した。

・脳卒中予防対策として、地域健康教室や老人クラブの集会及び各種事業において、脳卒中の発症予防についての意識啓発を図った。また、ヤング健診において、尿中の塩分測定を実施し、若い世代への脳卒中予防の意識啓発と指導に努めた。

・メタボ予防事業、運動推進事業として、運動講演会・60日間のウォーキング推進事業・真岡井頭温泉のバーデプールを活用した、水中運動教室を実施し、健康づくりのための運動習慣の定着をすすめた。

・平成26年度に引き続き、市内ウォーキングコースを紹介した、ウォーキングマップ第2弾を作成し、関係機関や公共施設等窓口にて市民に配布し、運動習慣のきっかけづくりをした。

・平成25年5月から市ホームページ上に、「こころの体温計」を開設して、ここに市民の皆さんがアクセスすることによって、日々の生活の中で感じているストレスの状態について診断を受けることができ、必要に応じて相談も受けられるような体制を整えた。
(27年度：アクセス数 8,496件)

・健康推進員は、全自治会（区）に配置され、104区で地域での自主的な健康づくり活動が進められた。また、地域健康づくり推進事業では、自治会の役員と健康推進員が連携し87自治会（区）で事業を実施した。

・健診の受診率向上を図るため、健診日程表を全世帯に配布するとともに健診到達年齢者や未受診者には個別通知や電話勧奨を実施して、受診勧奨に努めた。また、国保だよりに特定健康診査の内容と日程を掲載したり、市内小学6年生の保護者に受診勧奨のマグネットを配布するなど、多方面からの受診勧奨に努めた。さらに、土曜日・日曜日の休日健診を4回実施した結果、393人の受診があった。また、1月に未受診者対策として追加健診を3回実施し、251人が受診した。

・特定保健指導は、保健師・管理栄養士による個別指導を実施した。特定健康診査受診者6,680人のうち、積極的支援対象者（補足事項1参照）は256人で、支援終了者は、85人33.2%（85人/256人）となる。また、動機付け支援対象者（補足事項2参照）は580人で、支援終了者は、265人45.7%（265人/580人）となる。

・まちなか保健室の利用者数は、平成27年度では6,619人であり、1日あたり18.4人であった。（平成26年度利用者数1日あたり8.9人）健康チェックや健康相談を受けたり、地域住民同士の交流など、心身の健康増進の場として有効に活用された。また、週3日の健康相談は749人の利用があり、保健師などから健康づくりの知識や実践方法を学び、主体的に健康づくりに取り組む意識の啓発が推進された。

27年度の 評価結果	3. 施策の課題認識と改革改善の方向 ・生活習慣病を予防して、市民が健康的な生活を生涯にわたって送れるよう、また、年々増加する医療費負担の伸びを抑制して現在の医療保険制度が将来にわたって持続可能なものとなるよう、真岡市健康21プランに定めた「健康寿命の延伸」等重点目標及び各健康目標の達成に向けて、市民一人一人が「自分の健康は自分で守る」という意識のもと、主体的に健康づくりに取り組めるよう、講演会をはじめ各種健康づくり事業を実施し、健康づくりの意識を更に高めていく。 ・メタボ予防教室やウォーキング推進事業、更に真岡井頭温泉のバーデプールを活用した、水中運動教室を実施し、健康づくりのための運動習慣の定着化を図る。 ・健康意識の高揚と健康診査の受診率の向上を図るため、山前地区と二宮地区を健康づくりモデル地区に指定し、地区主催の祭りに参加するとともに、健康教室等を実施し、住民主体の健康づくり活動を支援する。 ・台町区にある、まちなか保健室は、健康相談日を週3日から毎日実施することとし、内容の充実を図る。また、2ヶ所目のまちなか保健室を田町区に開設し、健康づくりを推進していく。 ・第二期真岡市国民健康保険特定健康診査等実施計画（平成25年3月策定）では、平成29年度までに特定健康診査受診率60%（平成27年度48%）、特定保健指導実施率60%（平成27年度50%）を目標にしていることから、健診内容の周知と受診勧奨に努めるとともに、指導内容の充実を図る。 ・健診日程表の全戸配布やウィークリーニュースもおか・市ホームページへの掲載を通して、市民への周知を図る。休日健診及び追加健診を昨年度に引き続き実施し、受診率の向上に努める。 ・健診対象者へのはがきによる受診申込み調査に合わせて、受診を希望しない対象者の未受診理由の調査(アンケート)を行い、その結果をもとにそれぞれの態様に応じた受診勧奨を実施する。 ・特定健康診査受診者に対し、特典として真岡井頭温泉とあぐりっ娘、道の駅の利用補助券の配付を平成26年度から実施しており、継続受診の重要性の意識定着を図る。 ・真岡市健康21プランは、平成28年度が最終年度となることから、平成27年度に実施した市民健康意識調査と現計画の課題を基に、平成29年度から35年度までの7年間の、「2期計画」を策定する。 ・生活習慣病予防対策として、特定健康診査・がん検診の受診勧奨による受診率向上を図るとともに、新たに、特定健康診査や診療報酬明細書（レセプト）のデータを健康づくりにいかす「データヘルス計画」を策定し、重症化予防に向けた事業を展開していく。
-----------------------	--

■ 補足事項

- 1 積極的支援対象者：40歳～64歳の特定健診受診者のうち、肥満体型（腹囲またはBMIで判断）で、さらに「血糖」「脂質」「血圧」の検査結果が高め、あるいは、「喫煙」のうち、2つ以上該当した者。
- 2 動機づけ支援対象者：40歳～74歳の特定健診受診者のうち、肥満体型（腹囲またはBMIで判断）で、さらに「血糖」「脂質」「血圧」の検査結果が高めのうち、1つ以上該当した者。
65歳～74歳の特定健診受診者のうち、肥満体型（腹囲またはBMIで判断）で、さらに「血糖」「脂質」「血圧」の検査結果が高め、あるいは、「喫煙」のうち、2つ以上該当した者。