

施策 No.	14	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	国保年金課、こども家庭課、社会福祉課、学校教育課、プロジェクト推進課、都市計画課、高齢福祉課		

1. 計画 (Plan)

施策の対象	市民						
対象指標名	単位	令和2 年度実績	令和3 年度実績	令和4 年度実績	令和5 年度実績	令和6 年度実績	令和6 年度見込
人口	人	78,874	78,592	77,635	77,578		76,972

施策の目標	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健康寿命の延伸に向けて、それぞれのライフステージに合わせた健康づくりを実践します。							
成果指標設定の考え方及び指標の把握方法 (算定式など)	・健康づくりに取り組んでいる市民の割合は市民意向調査の結果による。 ・健康寿命の年齢は健康寿命における将来予測と生活習慣病対策の費用対効果に関する研究班が定めた算定方針と算定プログラムを用いて県保健福祉部健康増進課が算定している。国の算定による都道府県の健康寿命と県の算定による市の健康寿命では算定に用いるデータが異なるため数値に差異が生じており、比較はできないが、国では市町村単位の健康寿命は算定していないため、県の数値を使用する。 ・特定健康受診率は、特定施設入居者・長期入院者を除いた40歳～74歳の国保加入者を対象としている。また、下記の成果指標のその目標値は、国民健康保険第2期データヘルス計画による。 ・メタボリックシンドロームの該当者は、40歳～74歳の国保加入者の特定健診受診者のうち、腹囲男性85cm以上女性90cm以上かつ、血圧130/85以上または服薬治療中、空腹時血糖110以上または、HbA1c6%以上または服薬治療中、中性脂肪150以上HDLコレステロール40未満または服薬治療中のうち							
成果指標名	単位	基準値	令和2 年度	令和3 年度	令和4 年度	令和5 年度	令和6 年度	令和6 年度目標値
健康づくりに取り組んでいる市民の割合	目標値	%	87.4	87.5	87.6	87.8	87.9	88.0
	実績値			84.1	88.0	87.6	86.8	
健康寿命 (男性)	目標値	歳	78.36	78.48	78.60	78.72	78.84	79.00
	実績値			78.36	78.36	79.08	79.08	
健康寿命 (女性)	目標値	歳	83.23	83.29	83.32	83.35	83.38	83.4
	実績値			83.23	83.23	82.83	82.83	
特定健診受診率 (国民健康保険対象者)	目標値	%	44.8	47.8	50.8	53.8	56.8	60.0
	実績値			38.5	44.1	44.2	44.8	
メタボリックシンドローム該当者・予備軍の割合 (国民健康保険対象者)	目標値	%	32.1	31.9	31.8	31.7	31.6	31.5
	実績値			34.1	34.8	34.8	34.6	
	目標値							
	実績値							
	目標値							
	実績値							

施策の成果向上に向けての住民と行政との役割分担	市民の役割 ・一人一人が健康づくりの主役となり、健康づくりを主体的に取り組むとともに、年1回の健康診査を受診し、自らの健康管理をします。 行政の役割 ・市民が健康でいきいきと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します。
-------------------------	---

2. 実行（Do）→個別事務事業の実施による（事務事業マネジメントシート参照）

3. 検証・評価と今後の方向性（Check&Action）

（１）施策目標達成に対する要因分析と課題（①構成事業が与えた影響、②外的要因を踏まえて検証）

【真岡市健康２１プランの推進】について

【要因分析】

- ・健康づくりに取り組んでいる市民の割合は、令和５年度は86.8%と目標値87.9%を1.1ポイント下回った。
- ・令和４年度に発表となった健康寿命では、男性においては令和５年度の目標を0.24歳上回り、女性においては、0.55歳下回った。女性の健康寿命が下がった要因として、脳梗塞などの脳血管疾患の死亡比が県・県東地区平均より高い状況（H28～R2 県：136.8 県東：156.8 市：169.6）であること。また、県東地区は、日常生活における歩数が県平均より少ない（H28 県：6,510歩 県東：6,051歩）など運動不足の状況にあることなどが考えられる。
- ・脳血管疾患を含む生活習慣病予防対策として、個別健診を導入し、また、若い世代からの運動習慣の推進のために、市内運動施設での運動推進事業を実施したが参加者が見込みより少なかった。その要因としては事業の理解と周知不足が考えられる。

【課題】

- ・より多くの市民が健診を受診し、保健事業に参加してもらい健康づくりに取り組んでもらうために、受けやすい健診体制の整備や、若い世代からの健康づくり習慣の確立に取り組んでいく必要がある。

【真岡市国民健康保険データヘルス計画の実施】について

【要因分析】

- ・特定健康診査（国民健康保険者）の受診率については、令和３年度は、44.1%、令和４年度は、44.2%、令和５年度は、44.8%と、0.6ポイント上昇したが、目標の56.8%には達していない。要因としては、健診受診に関心が低い人や、通院中の人も健診の対象者となるが、通院していることにより健診受診への意識が低いことが考えられる。
- ・メタボリックシンドロームの該当者、予備群者（国民健康保険対象者）の割合については、令和３年度は、34.8%、令和４年度は前年度同様34.8%、令和５年度は34.6%と0.2ポイント減少した。減少の要因としては、令和４年度より「メタボ直前期通知」などで、健診前の生活習慣見直しを促す個別通知を開始したためと考えられる。

【課題】

- ・通院中の人も効率的に健診を受診できるように、集団健診と合わせて令和５年度から開始した個別健診についてもさらに周知していく必要がある。
- ・メタボリックシンドロームの該当者、予備群者（国民健康保険対象者）の割合については、目標には達していないため、更にメタボリックシンドロームの該当者、予備群者の割合を減らすための対策が引き続き必要である。
- ・特定健康診査は、国保加入者40歳から74歳が対象となるが、早期に若い世代の指導を開始することが重要であるため、30歳代からヤング健診としてメタボリックシンドローム予防のため、健診と生活習慣見直しの指導を継続していく必要がある。

（２）今後の方向性（（１）の要因分析を踏まえ、施策目標達成に向けた方針を示す）

【真岡市健康２１プランの推進】について

○健康づくりに取り組んでいる市民の割合、健康寿命

- ・市民の健康寿命の延伸に向け、各年齢層において適切な健康づくりに取り組むことができるように健康情報の発信に取り組んでいく。
- ・学童期から健康に対する意識を高めるために、ベジチェックをより一層活用し、小中学校との連携による食生活教育をとおして、肥満予防や運動推進などに取り組む。また、子供を通して、若い親世代に情報の発信を行う。（学校：栄養の授業や肥満児指導・市：親子で健康自由研究教室・卒業する親に健康情報の冊子の配布等）
- ・若い世代への健康意識の普及啓発として、SNS等の加入者をさらに増やし健康情報の発信の機会拡大を図る。また、令和６年度からヤング健診の対象年齢を20歳からに拡大を図り、生活習慣病発症予防の知識の普及を図る。さらに、民間ジムを活用した運動推進では、より興味をひくような内容を検討し、ライフスタイルに合わせた運動の推進を図る。
- ・成人期・高齢期には、健診結果に基づく保健指導を行い健康増進を図ると共に、いきいき運動教室などの事業と連動して実施し介護予防にも取り組む。

【真岡市国民健康保険データヘルス計画の実施】について

○特定健診受診率（国民健康保険者）

- ・特定健診の受診率向上対策として、健診に関心のない市民については、引き続き、市の広報紙やホームページ、SNS、いちごテレビやFMもおかなどによる周知を図っていくとともに、予約者で未受診の者に対し勧奨通知を発送し受診勧奨し、受診行動の変容を促す個別勧奨を実施していく。また、現在実施している集団健診に加えて、通院中の人が効率的に健診を受けられるよう、かかりつけ医での個別健診を実施し、健康ガイドブックや健康講座等での周知を行う。

○メタボリックシンドロームの該当者・予備軍（国民健康保険対象者）

- ・メタボリックシンドローム該当者、予備群者への対策については、現在行っている個別保健指導に加え、食事や運動を含めたより良い生活習慣の推進について、いちごテレビや広報、及び地域で健康推進員等が行う健康づくり事業（運動、栄養、健康指導）、トータルヘルスセミナーなどを活用し、市民全体に知識の普及啓発を引き続き実施し、生活習慣の改善を促しメタボリックシンドロームへの流入者を減らしていく。

また、男性は30歳～50歳代に肥満が多いことから、若い世代からの働きかけの一つとして、引き続きヤング健診を実施し結果を基に生活改善の必要性を指導し、生活習慣病の発症予防を図る。女性は50歳代から肥満が増加していることや脳血管疾患の死亡比が高いことから、更に運動・減塩・高血圧・高コレステロール血症などの脳血管疾患発症要因の知識の普及や指導に努める。さらに、脳卒中発症予防対策として、令和６年度から懸垂幕や横断幕の掲揚や、市内スーパーへののぼり旗設置など、あらゆる機会を通して周知していくとともに、健康教室や講演会等でも脳卒中予防対策に取り組んでいく。

4. 構成事業一覧（個別事務事業一覧）

[illegible]