

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	76,498

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た値。国では市町村単位の健康寿命は算定していないため、県で算出した数値を使用する。 ・特定健診受診率は、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、成果指標の目標値は、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2つ以上該当の割合、予備軍は該当が1つの割合です。								
成果指標名		単位	平成30年度 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	88.0
	実績値			88.2	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	79.0
	実績値			78.36	78.36	79.22	79.22	79.22	
健康寿命（女性）	目標値	歳	83.23	83.29	83.32	83.35	83.38	83.4	83.4
	実績値			83.23	83.23	82.77	82.77	82.77	
特定健診受診率（国民健康保険対象者）	目標値	%	45.6	47.8	50.8	53.8	56.8	60.0	46.9
	実績値			38.5	44.1	44.9	43.8	45.8	
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	31.5
	実績値			34.1	34.8	34.8	34.6	31.8	
	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】

○健康づくりに取り組んでいる市民の割合、健康寿命

【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6年度の目標値を1.2ポイント下回った。要因の一つとして、運動習慣がある人の割合が減少傾向にあることが考えられる。
・令和6年度に発表となった健康寿命では、男性は令和6年度の目標を0.22歳上回り、女性は0.63歳下回った。女性の健康寿命が下回った要因の一つとして、脳梗塞などの脳血管疾患の標準化死亡比（SMR）が県・関東地区平均より高い状況（全国平均を100とした場合、県が136.8、県東が156.8、市が169.6）であることが考えられる。
・脳血管疾患を含む生活習慣病予防対策として、個別健診を導入した。また、若い世代からの減塩や運動習慣の推進を図るため、市内運動施設での運動推進事業を実施し、参加者にアンケートを行った結果、56.3%の方に運動習慣がついた。

【課題】

・より多くの市民が保健事業に参加し、健康づくりに取り組むことができるよう、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】

○特定健診受診率、メタボリックシンドロームの該当者・予備軍

【要因分析】

・特定健康診査の受診率について、令和5年度は43.8%、令和6年度は45.8%と、前年度に比べて2ポイント上昇したが、目標の60%には達していない。要因として、健診受診に関心が低い人や通院中の人など、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、予備群者の割合について、令和5年度は34.6%、令和6年度は31.8%と、前年度に比べて2.8ポイント減少した。減少した要因の一つとして、「メタボ直前期通知」により、健診前の生活習慣見直しを促した効果によるものと考えられる。

【課題】

・通院中の人も効率的に健診を受診できるよう、集団検診と合わせて令和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、予備群者の割合については目標に達していないため、更なる対策が必要である。
・特定健康診査は国保加入者の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り、メタボリックシンドローム予防のため、20歳代からのヤング健診や生活習慣見直しの指導を継続して実施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】

○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、健康情報の発信強化に取り組んでいく。
・学童期から健康に対する意識を高めるため、小中学校との連携を図り、栄養に関する授業などの食生活教育を通して肥満予防や運動の推進に取り組む。また、子供を通して若い親世代に情報発信を行う。（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等を活用し、健康情報の発信に取り組む。また、20歳からのヤング健診を引き続き実施し、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ともに、いきいき運動教室などの事業を実施し介護予防等に取り組む。
・心や身体の健康を支える社会環境の整備に向けて、まちなか保健室の利用促進やもおか健康相談24による電話相談を実施するとともに、関係機関と連携して自殺予防や防止対策に取り組む。

【真岡市国民健康保険第３期データヘルス計画(R6年度～R11年度)の実施】

○特定健診受診率

・受診率向上対策として、国保連等と連携し、AIを用いた分析（年代・性別・健診受診歴・健診結果値・問診票・通院状況など）による受診勧奨通知を新たに行うほか、健診に関心のない市民に対しては、市の広報紙やホームページ、SNS、いちごテレビ、FMもおかなどあらゆるメディアを利用して周知の継続を図る。また、予約者で未受診の者に対しては、勧奨通知の発送など個別勧奨を実施していく。

・集団健診に加えて通院中の人々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引き続き実施するとともに、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

・現在行っている個別保健指導に加えて、食事や運動を含めたより良い生活習慣の推進について、地域で健康推進員等が行う健康づくり事業や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行い、生活習慣の改善を促すことにより、メタボリックシンドロームへの流入者を減らしていく。
・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、ヤング健診の結果をもとに肥満改善を含めた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。
・脳卒中発症予防対策として、懸垂幕や横断幕の掲揚、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を図るとともに、健康教室や講演会等でも脳卒中の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]