

～私たち一人ひとりからはじめよう～

概要版

# いきいき 生き活きヘルスプラン かがみいし

（鏡石町「健康増進計画・食育推進計画」中間評価・「自殺対策推進計画」）



ホルスタイン・かがみいし種  
まきば  
牧場のあーさー♪

## ★中間評価・計画策定の趣旨

町民一人ひとりが自らの健康状態を十分に把握し、生活習慣の改善等健康づくりを図ると共に家庭、学校、職域、地域が一体となって町民の健康づくりを効果的かつ計画的に展開するために、平成 27 年 3 月に策定した「健康増進計画・食育推進計画」について中間評価を実施し、施策の見直し等を行いました。

また、平成 28 年に自殺対策基本法の改正があり、法改正の趣旨に基づき、「健康増進計画・食育推進計画」でこのころの健康対策を推進してきた経過を踏まえ、本計画に「自殺対策推進計画」を盛り込みました。

## ★計画の期間

中間評価を基に、令和 2（2020）年度から目標年度である令和 6（2024）年度までの計画期間です。

## ★中間評価の方法

平成 26 年に調査した同じ内容のアンケート調査を行い、その結果と健康に関するデータを基に、目標達成状況を評価しました。

○アンケート調査（令和元年 8 月～10 月実施）

対象者…子ども：幼稚園・保育所（園）の 3 歳児（年少組）、小学 3 年生、中学 2 年生

大人：20～30 代（年少組、小学 3 年生の保護者）、40 代～（無作為）

## ★中間評価の活用

当町の健康づくりの取り組みについて、本計画策定時の基準値と比較すると全体で 6 割以上の項目が改善傾向を示し、一定の効果が得られたと考えます。しかし、中間評価目標に達した項目は 3 割にとどまっており、より一層の健康づくりを推進していくことが求められているため、今後重点施策を中心に取り組みを進めていきます。

## 今後の取り組み



### 健やかなからだをつくろう

町民一人ひとりが、健康管理に取り組みめる環境づくりを進め、禁煙、運動、生活習慣の改善等健康づくり事業を強化し、健康寿命の延伸を目指します。

#### <重点施策>

- ◎病気の正しい知識や健（検）診の重要性を周知啓発し、検診料の低減化など健（検）診を受診しやすい体制を強化します。
- ◎生活習慣改善の健康教室（禁煙・運動・栄養・適正飲酒等）などを進め、健康長寿を目指す取り組みを行います。
- ◎むし歯予防や歯周病予防等、歯と口の健康づくりを強化していきます。



### 楽しくバランスよく食べよう

町民一人ひとりが、自らの「食」を見直し、望ましい食生活を行うことで、生涯にわたる健康の保持増進が進められるよう、家庭、学校、地域と連携しライフステージに応じた食育を推進します。

#### <重点施策>

- ◎高齢者の健康保持増進を図るため、高齢者栄養改善プログラム（健幸食生活応援事業）により低栄養防止や栄養改善を進めていきます。
- ◎食生活改善活動ボランティア（鏡石町ヘルスメイト・花みすき等）の協力を得ながら、ライフステージに応じた食育活動を推進していきます。



### こころを元気にしよう

こころの健康づくりの推進を図り、関係機関・地域と連携・協働するネットワークを強化し、自殺予防の総合的な対策に取り組んでいきます。

#### <重点施策>

- ◎子ども・若者層、青壮年層、高齢者、生活困窮者等ライフステージに応じて、「“生きる”を支える」相談体制及び支援体制を、地域・関係機関等の連携を密にし、構築していきます。
- ◎包括的な相談支援等の人材育成を進めます。



# ★中間評価結果

基準値：計画策定時の現状値、目標値：2024年度の目標値、中間評価目標値：基準値と目標値の中間値、現状値：中間評価年度時点で把握できる直近の現状数値、目標達成率：中間評価目標値に対する現状値の達成率、達成度：A～D  
 達成度の判定基準：A＝目標達成率が10割以上、B＝目標達成率が概ね7割以上10割未満、C＝目標達成率が概ね3割以上7割未満、D＝目標達成率が概ね3割未満、評価不可＝数値でない目標設定等評価が困難なもの

## <栄養・食生活>

(%)

評価内容	基準値	目標値	中間評価目標値	現状値	目標達成率	達成度	
朝食を毎日食べる人の割合	子ども	87.9	95.0	91.5	88.7	22.5	D
	大人	79.4	85.0	82.2	82.3	103.6	A
主食・主菜・副菜がそろった食事の割合(※1)	40.0	60.0	50.0	33.8	-60.0	D	
野菜の摂取量が1日4杯(皿)以上摂る人の割合	17.4	30.0	23.7	3.2	-225.4	D	
塩分に気をつける人の割合	62.0	70.0	66.0	54.6	-185.0	D	
ファストフードを週に1回以上食べる子どもの割合	18.6	10.0	14.3	21.7	-72.1	D	
「食育」を知っている保護者・子どもの割合	76.8	85.0	80.9	88.8	292.7	A	
孤食の子ども数(※2)	33人	減少	減少	33人	-	評価不可	
	13.8	-	-	14.3	目標値	6.9	

(※1) (1日5皿を目標：小皿・小鉢は1皿分(約70g)、大皿は1人分を2皿分)

(※2) 当初の目標値を減少としましたが、達成度が評価できないため、最終年度に向けて新たに目標値を出しました。

## <歯の健康>

(%)

評価内容	基準値	目標値	中間評価目標値	現状値	目標達成率	達成度	
3歳児でむし歯のない者の割合	77.7	90.0	83.9	90.3	204.9	A	
12歳児の一人平均むし歯数	2.7本	1.0本未満	1.9本	2.7本	-(※3)	評価不可	
12歳児でむし歯のない者の割合	29.5	65.0	47.3	68.8	221.4	A	
1日3回歯みがきをしている人の割合	子ども	46.2	80.0	63.1	52.4	36.7	C
	大人	25.2	40.0	32.6	33.7	114.9	A
40代で自分の歯を28歯以上有する者の割合	52.5	75.0	63.8	70.5	160.0	A	
60代で自分の歯を24歯以上有する者の割合	52.0	55.0	53.5	40.1	-793.0	D	

(※3) %で表示できないため、-としました。

## <運動・身体活動>

(%)

評価内容	基準値	目標値	中間評価目標値	現状値	目標達成率	達成度
1日30分以上の運動をする人の割合(週2回以上～毎日)	30.7	35.0	32.9	47.2	767.4	A
10分以内の場所へ行く際、車やバイクを利用しない人の割合	17.0	25.0	21.0	22.9	147.5	A
ゲーム(携帯含む)を2時間以上する子どもの割合	17.2	10.0	13.5	12.9	117.1	A

## <たばこ>

(%)

評価内容	基準値	目標値	中間評価目標値	現状値	目標達成率	達成度	
喫煙率	全体	22.6	12.0	17.3	20.5	39.6	C
	男性	26.9	19.0	23.0	29.1	55.7	C
	女性	18.2	5.4	11.8	11.8	100.0	A
妊婦の喫煙率	0.9	0.0	0.5	3.3	-540.0	D	
育児期間中の父親の喫煙率	1歳6か月児	61.9	20.0	41.0	50.0	56.8	C
	3歳児	55.4	20.0	37.7	53.4	10.7	D
育児期間中の母親の喫煙率	1歳6か月	10.7	4.0	7.4	12.5	-53.7	D
	3歳児	21.7	4.0	12.9	6.9	167.2	A

## <飲酒>

(%)

評価内容	基準値	目標値	中間評価目標値	現状値	目標達成率	達成度	
毎日飲酒している人の割合	全体	24.5	20.0	22.3	23.6	40.0	C
	男性	36.0	30.0	33.0	36.6	-20.0	D
	女性	12.9	10.0	11.5	10.6	158.6	A
一日平均飲酒量3合以上の人の割合	11.7	10.0	10.9	2.1	1129.4	A	
妊婦の飲酒率(時々～毎日)	6.7	0.0	3.4	11.1	-131.3	D	

## <健康管理>

(%)

評価内容	基準値	目標値	中間評価目標値	現状値	目標達成率	達成度	
特定健康診査受診率	38.7	60.0	49.4	43.3	43.2	C	
特定保健指導実施率	12.0	60.0	36.0	53.8	174.0	A	
内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)判定者の割合	29.8	25.0	27.4	31.5	-70.8	D	
がん検診受診率	肺がん	39.6	50.0	44.8	34.6	-96.2	D
	胃がん	14.1(※4)	50.0	32.1	26.2	67.4	C
	大腸がん	28.0	50.0	40.0	33.8	52.7	C
	子宮頸がん	26.3(※4)	60.0	43.2	45.4	113.3	A
	乳がん	37.7(※4)	60.0	48.9	40.3	23.3	D
自分を健康(※5)と思う人の割合(とても健康～まあまあ健康)	86.1	90.0	88.1	85.6	-25.6	D	
定期的な健診(がん以外)の受けている人の割合	67.9	80.0	74.0	88.4	338.8	A	

(※4) 受診率の確定により、基準年度の当初の基準値と異なります。

(※5) 「健康」のとらえ方は、個人個人の概念であり、病気や障がいの有無を問うものではありません。

## <放射線>

(%)

評価内容	基準値	目標値	中間評価目標値	現状値	目標達成率	達成度
放射線への不安をもつ人の割合(※6)		減少	減少	30.5	-	評価不可
	61.7	-	-		目標値	20.0

(※6) 当初の目標値を減少としましたが、達成度が評価できないため、最終年度に向けて新たに目標値を設定しました。

## <こころの健康>

(%)

評価内容	基準値	目標値	中間評価目標値	現状値	目標達成率	達成度	
よく眠れている人の割合	中学2年生	83.6	90.0	86.8	82.0	-50.0	D
	大人	78.4	80.0	79.2	71.2	-900.0	D
ストレス解消ができていない人の割合	74.9	80.0	77.5	75.7	31.4	C	
自殺者の割合(全死亡数に対し)	3.7	減少	減少	1.2	-	評価不可	
自殺数(※7)	-	-	-	H25～29	目標値		
				12人	9人		

(※7) H25～29の5年間の自殺数12人を新たに現状値とし、5年間で9人とする目標値を設定しました。

現状値が改善   
 現状値が悪化

### 【発行・問合せ先】

鏡石町健康環境課 健康グループ  
 〒969-0404 岩瀬郡鏡石町中央59番地(勤労青少年ホーム内)  
 TEL0248-62-2115 FAX0248-62-6019  
 HP: <https://www.town.kagamiishi.fukushima.jp/>

