

富山市健康プラン21(第3次)現状値と目標値について

第1章 個人の行動と健康状態の改善

1 生活習慣の改善

令和6年度に設定
健康づくりに関する市民意識調査結果をふまえ、新たに設定したものを

(1) 栄養・食生活

目標	指標	現状値	目標値	目標設定の考え方
①適正体重を維持している者の増加(肥満、 <u>若年女性</u> のやせ、低栄養傾向の高齢者の減少)	20～60歳代男性の肥満者(BMI25以上の者)の割合	28.7% (令和3年度)	26.0%未満	3ポイントの減少を目指す
	40～60歳代女性の肥満者(BMI25以上の者)の割合	17.5% (令和3年度)	15.0%未満	国の目標値に準ずる
	20～30歳代女性のやせの者(BMI18.5未満の者)の割合	18.4% (令和3年度)	15.0%未満	国の目標値に準ずる
	低栄養傾向(BMI20以下)の高齢者(65歳以上)の割合	65～74歳 19.2% 75歳以上 18.9% (令和4年度)	13.0%未満	国の目標値に準ずる
児童・生徒における肥満傾向児の減少	児童・生徒の肥満傾向中等度・高度肥満(30%以上)の割合	児童4.5% 生徒5.0% (令和4年度)	減少傾向	成育医療等基本方針に基づく評価指標及び計画策定指針により国は減少としているため
バランスの良い食事をとっている者の増加	健康づくりに関する市民意識調査において、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の者の割合	82.5% (令和3年度)	85.0%	国の目標値を超えていることから現状維持を目指す
野菜摂取量の増加	1日あたり野菜を多く摂ることを意識している者の割合	72.0%	100%	市として100%を目指し啓発を行うため
	1日の野菜摂取目標量(350g以上)を意識し、摂取できていると思う者の割合	19.4%	29.0%	10ポイントの増加を目指す
②食塩摂取量の改善	1日の食塩摂取量を減らすことを意識している者の割合	45.7%	100%	市として100%を目指し啓発を行うため
	1日の食塩摂取量(7g未満)を意識し、減塩できていると思う者の割合	23.3%	33.0%	10ポイントの増加を目指す

(2) 身体活動・運動

目標	指標	現状値	目標値	目標設定の考え方
③日常生活における歩数の増加	健康づくりに関する市民意識調査において、1日歩数が3,000歩未満と回答した者の割合	男性28.9% 女性35.5% (令和3年度)	男性24.0% 女性31.0%	5ポイントの低下を目指す
意識的に身体を動かしている者の増加	健康づくりに関する市民意識調査において、意識的に身体を動かしていると回答した者の割合(いつも・時々している合計)	69.8% (令和3年度)	74.0%	第2次健康プラン21に準ずる(改善傾向にあるが目標値に達していないことから目標値の継続)
運動習慣者の増加	運動習慣者(1回30分以上の運動を週2回以上実施し、1年以上継続していると回答した者)の割合	24.3%	40.0%	国、県の目標値に準ずる
運動やスポーツを習慣的に行っていないこどもの減少	1週間の総運動時間(体育授業を除く)が60分未満の児童の割合	男子8.1% 女子12.5% (令和4年度)	男子4.0% 女子6.0%	国は半減を目標としていることから設定

(3) 休養・睡眠

目標	指標	現状値	目標値	目標設定の考え方
睡眠で休養がとれている者の増加	睡眠で休養がとれていると回答した者の割合	69.4%	80.0%	国、県の目標値に準ずる
睡眠時間が十分に確保できている者の増加	・20～59歳の睡眠時間6～9時間と回答した者の割合	20～59歳で睡眠時間が6～9時間と回答した者62.4%	67.0%	国の目標値60%を上回っており、国の目標値は現状値より5ポイント増となっているため
	・60歳以上の睡眠時間6～8時間と回答した者の割合	60歳以上で睡眠時間が6～8時間と回答した者57.3%	60.0%	国の目標値に準ずる

(4) 飲酒

目標	指標	現状値	目標値	目標設定の考え方
生活習慣病(NCDs)のリスクを高める量を飲酒している者の減少	1日あたりの純アルコール摂取量が男性40g、女性20g以上と回答した者の割合	男性17.6% 女性16.2% (令和3年度) ↓ 男性16.0% 女性9.6% (令和6年度)	男性10.7% 女性7.5%	現状値について、国に準じ、飲酒頻度を考慮して算出したため修正。目標値については第2次プランから引継ぎそのままとした。

(5) 喫煙

目標	指標	現状値	目標値	目標設定の考え方
喫煙率の減少(喫煙をやめたい者がやめる)	現在たばこを吸っていると回答した者の割合(20歳以上の喫煙率)	男性18.2% 女性4.9% (令和3年度)	男性14.0% 女性3.0%	現状値から男性4ポイント、女性2ポイント減を目指す
妊娠中の喫煙をなくす	妊婦の喫煙率	1.4% (令和4年度)	0%	国の目標値に準ずる

(6) 歯・口腔の健康

目標	指標	現状値	目標値	目標設定の考え方
歯周病を有する者の減少	歯周疾患検診において、歯周病の所見があった者の割合(40歳・60歳)	40歳 31.4% 60歳 54.8% (令和4年度)	40歳 30.0% 60歳 45.0%	第2次プランの目標値を継続する
60歳代で嘔むことに支障がない者の増加	60歳代で嘔むことに気にならないと回答した者の割合 ↓ 60歳代で自覚症状として「かみにくい」と回答していない者の割合	88.6% (令和3年度) ↓ 89.7% (令和6年度)	90.0% ↓ 94.0%	質問内容の変更により、自覚症状として「かみにくい」と回答した者の割合(60歳代)を減じ現状値を算出し修正。 第2次プランでは約5ポイント増加した実績から、目標値は約5ポイント増
歯科健診を受診した者の増加	過去1年間に歯科健診を受診した者の割合	25.3% (令和3年度)	35.0%	10ポイント増加を目指す

2 生活習慣病(NCDs)の発症予防・重症化予防

(1)がん

目標	指標	現状値	目標値	目標設定の考え方
75歳未満のがんの年齢調整死亡率の減少	平成17年の国を基準(100)とした75歳未満のSMR	男性 64.9 女性 82.5 (令和2年)	減少傾向	国の目標値に準ずる
がん検診の受診率の向上	がん検診の受診率	胃がん16.1% 肺がん21.8% 大腸がん22.1% 子宮がん16.7% 乳がん21.3% (令和4年度)	胃がん26.0% 肺がん31.0% 大腸がん32.0% 子宮がん26.0% 乳がん31.0%	10ポイント増加を目指す

(2)循環器病

目標	指標	現状値	目標値	目標設定の考え方
40-74歳の脳血管疾患・心疾患の年齢調整死亡率(SMR)の減少	平成17年の国を基準(100)とした40～74歳のSMR	脳血管疾患 男性:52.8 女性:60.2 心疾患 男性:56.5 女性:50.4 (令和2年)	減少傾向	国の目標値に準ずる
高血圧該当者の減少	健診受診者のうち、血圧が保健指導判定値以上の者の割合(収縮期血圧130mmHg以上、または拡張期血圧85mmHg以上)(40～74歳)	全体53.1% 男性55.5% 女性51.6% (令和4年度)	全体51.6% 男性54.9% 女性48.8% (令和11年度)	国の考え方に準ずる
脂質(LDLコレステロール)高値の者の減少	健診受診者のうち、LDLコレステロール160mg/dl以上の者の割合(40～74歳)	全体11.6% 男性8.7% 女性13.6% (令和4年度)	全体11.3% 男性8.1% 女性13.3% (令和11年度)	第2次健康プラン21の考え方に準ずる
メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少	メタボリックシンドロームの該当者・予備群の割合	全体33.1% 男性53.2% 女性19.6% (令和4年度)	全体31.7% 男性51.0% 女性17.5% (令和11年度)	第2次健康プラン21の考え方に準ずる
特定健康診査の受診率の向上	特定健康診査の受診率	32.1% (令和4年度)	43.3% (令和11年度)	国の考え方に準ずる
特定保健指導の実施率の向上	特定保健指導の実施率	13.5% (令和4年度)	20.5% (令和11年度)	国の考え方に準ずる

(3)糖尿病

目標	指標	現状値	目標値	目標設定の考え方
糖尿病の合併症(糖尿病性腎症)の減少	新規人工透析者数のうち、糖尿病性腎症のレセプトがある者の割合	51.6% (令和4年度)	減少傾向	国の考え方に準ずる
血糖コントロール不良者の減少	健診受診者のうち、HbA1c 8.0%以上の者の割合	全体1.0% 男性1.6% 女性0.6% (令和4年度)	減少傾向	第2次健康プラン21の考え方に準ずる
糖尿病未治療者の減少	HbA1c6.5%以上の者のうち、糖尿病のレセプトがない者の割合	全体7.5% 男性8.1% 女性6.6% (令和4年度)	減少傾向	データヘルス計画に準ずる
メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少(再掲)	メタボリックシンドロームの該当者・予備群の割合	全体33.1% 男性53.2% 女性19.6% (令和4年度)	全体31.7% 男性51.0% 女性17.5% (令和11年度)	第2次健康プラン21の考え方に準ずる
特定健康診査の受診率の向上(再掲)	特定健康診査の受診率	32.1% (令和4年度)	43.3% (令和11年度)	国の考え方に準ずる
特定保健指導の実施率の向上(再掲)	特定保健指導の実施率	13.5% (令和4年度)	20.5% (令和11年度)	国の考え方に準ずる

(4)COPD(慢性閉塞性肺疾患)

目標	指標	現状値	目標値	目標設定の考え方
COPDの死亡率の減少	COPDの死亡率(人口10万人あたり)	10.7 (令和3年)	10.0	国の目標値に準ずる

3 生活機能の維持・向上

目標	指標	現状値	目標値	目標設定の考え方
ロコモティブシンドロームの減少	足腰に痛みのある高齢者の割合(65歳以上)	22.1%	20.0%	国の考え方(足腰に痛みのある高齢者の人数を1割減)に準じて算出
骨粗しょう症検診受診率の向上	骨粗しょう症検診受診率	14.5% (令和4年度)	24.0%	子宮乳がん検診の受診率に近づけるため、現状値より10%増を目指す
心理的苦痛を感じている者の減少	K6(こころの状態を評価する指標)の合計得点が10点以上の者の割合	14.8%	9.4%	国の目標値に準ずる

第2章 社会環境の質の向上

1 社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上

目標	指標	現状値	目標値	目標設定の考え方
地域の人々とのつながりが強いと思う者の増加	地域の人々とのつながりが強いと思う者の割合	58.3% (令和3年度) ↓ 30.5% (令和6年度)	60.0% ↓ 35.0%	現状値について、国に準じてR6より質問項目を追加したため修正。目標値は国に準じて5ポイント増とする
社会活動を行っている者の増加	いずれかの社会活動(就労・就学を含む)を行っている者の割合	79.3%	84.0%	目標値は国に準じて5ポイント増とする
メンタルヘルス対策に取り組む事業場の増加	ゲートキーパー養成研修参加者数	579人 (令和4年度)	700人	1つの分野にこだわらず様々な分野でゲートキーパーを養成していく。1年度ごとに10人ずつの増加を見込む
メンタルヘルスサポーター数の増加	メンタルヘルスサポーター数	77人 (令和5年度)	110人	全78地区にメンタルヘルスサポーターを1名以上配置する。令和5年度現在、配置されていない28地区において順次配置予定
自主防災組織の組織率の増加	全世帯に占める自主防災組織加入世帯の割合	75.3% (令和4年度)	80.0% (令和8年度)	富山市総合計画に基づく

2 自然に健康になれる環境づくり

目標	指標	現状値	目標値	目標設定の考え方
「居心地が良く歩きたくなる」まちづくりに取り組む	中心商業地区及び富山駅周辺地区の歩行者通行量(日曜日)	64,567人 (令和4年度)	60,000人以上	中心市街地活性化基本計画で定めた目標値での算出方法による。R4年度で目標値を超えているが、MAROOT開業効果のため
住民が運動しやすい環境整備の拡大	スポーツ・レクリエーション施設の年間利用延べ人数の増加	229万人 (令和4年度)	300万人以上	市営スポーツ施設及び学校体育施設の利用者数で、過去10年間において最も多い実績と同等の利用を目指す
望まない受動喫煙の機会を有する者の減少	ここ1カ月間に望まずに受動喫煙があった者の割合	29.9%	望まない受動喫煙のない社会の実現	国、県の目標値に準ずる

第3章 ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり

(1) 子ども

目標	指標	現状値	目標値	目標設定の考え方
児童・生徒における肥満傾向児の減少(再掲)	児童・生徒の肥満傾向中等度・高度肥満(30%以上)の割合	児童4.5% 生徒5.0% (令和4年度)	減少傾向	成育医療等基本方針に基づく評価指標及び計画策定指針により国は減少としているため
運動やスポーツを習慣的に行っていない子どもの減少(再掲)	1週間の総運動時間(体育授業を除く)が60分未満の児童の割合	男子8.1% 女子12.5% (令和4年度)	男子4.0% 女子6.0%	国は半減を目標としていることから設定

(2) 高齢者

目標	指標	現状値	目標値	目標設定の考え方
低栄養傾向の高齢者の減少(適正体重を維持している者の増加の一部を再掲)	低栄養傾向(BMI20以下)の高齢者(65歳以上)の割合	65~74歳 19.2% 75歳以上 18.9% (令和4年度)	13.0%未満	国の目標値に準ずる
ロコモティブシンドロームの減少(再掲)	足腰に痛みのある高齢者の割合(65歳以上)	22.1%	20.0%	国の考え方(足腰に痛みのある高齢者の人数を1割減)に準じて算出
社会活動を行っている高齢者の増加(社会活動を行っている者の増加の一部を再掲)	いずれかの社会活動(就労・就学を含む)を行っている高齢者(65歳以上)の割合	79.9%	84.0%	目標値は国に準じて5ポイント増とする。

(3) 女性

目標	指標	現状値	目標値	目標設定の考え方
若年女性のやせの減少(適正体重を維持している者の増加の一部を再掲)	20~30歳代女性のやせの割合	18.4%	15.0%未満	国の目標値に準ずる
骨粗しょう症検診受診率の向上(再掲)	骨粗しょう症検診受診率	14.5% (令和4年度)	24.0%	子宮乳がん検診の受診率に近づけるため、現状値より10%増を目指す
生活習慣病(NCDs)のリスクを高める量を飲酒している女性の減少(生活習慣病(NCDs)のリスクを高める量を飲酒している者の減少の一部を再掲)	1日あたりの純アルコール摂取量が男性40g、女性20g以上と回答した者の割合	女性16.2% (令和3年度) ↓ 女性9.6% (令和6年度)	女性 7.5%	現状値について、国に準じ、飲酒頻度を考慮して算出したため修正。目標値については第2次プランから引継ぎそのままとした
妊娠中の喫煙をなくす(再掲)	妊婦の喫煙率	1.4% (令和4年度)	0%	国の目標値に準ずる

(4) 男性

目標	指標	現状値	目標値	目標設定の考え方
20~60歳代男性の肥満の減少(適正体重を維持している者の増加の一部を再掲)	20~60歳代男性の肥満者の割合	28.7%	26.0%未満	現状値から3%減を目指す