

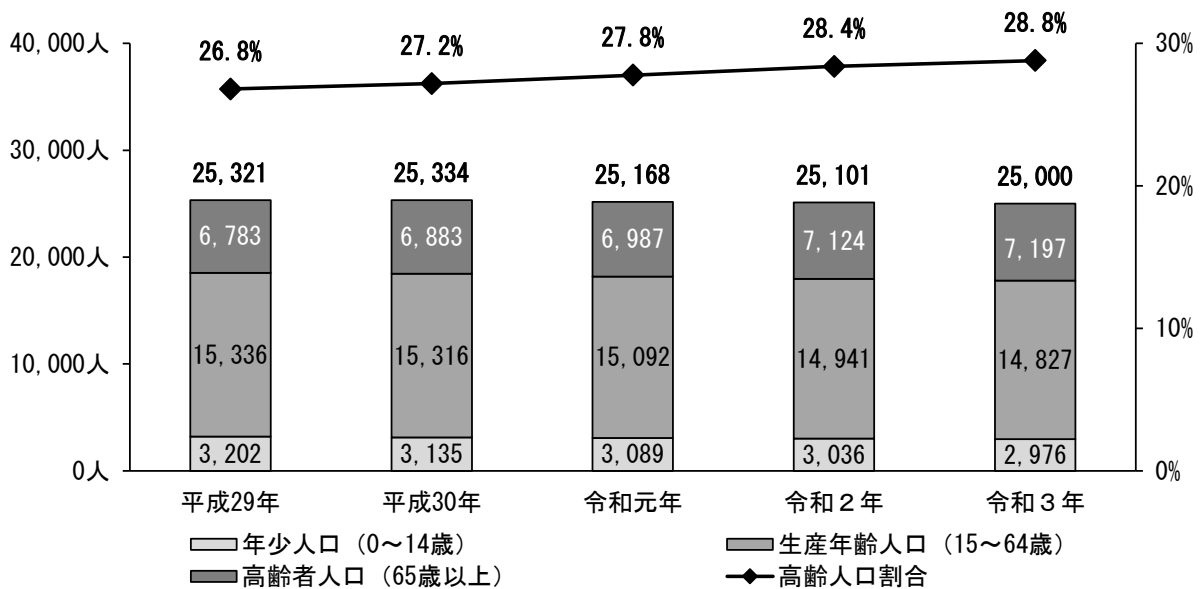
第2章 健康をとりまく現状・課題

第1節 本町の現状

1. 人口の推移

(1) 人口の推移

令和3年4月1日現在、本町の総人口は25,000人で、年々減少している状況となっています。年齢区分で見ると、年少人口（0～14歳）、生産年齢人口（15～64歳）は、減少している反面、高齢者人口（65歳以上）は増加しており、少子高齢化の傾向が進行しています。



単位：人、%

区分		実績値				
		平成29年	平成30年	令和元年	令和2年	令和3年
年少人口 (0～14歳)	実数	3,202	3,135	3,089	3,036	2,976
	構成比	12.6	12.4	12.3	12.1	11.9
生産年齢人口 (15～64歳)	実数	15,336	15,316	15,092	14,941	14,827
	構成比	60.6	60.5	60.0	59.5	59.3
高齢者人口 (65歳以上)	実数	6,783	6,883	6,987	7,124	7,197
	構成比	26.8	27.2	27.8	28.4	28.8
前期高齢者 (65～74歳)	実数	3,672	3,734	3,764	3,809	3,928
	構成比	14.5	14.7	15.0	15.2	15.7
後期高齢者 (75歳以上)	実数	3,111	3,149	3,223	3,315	3,269
	構成比	12.3	12.4	12.8	13.2	13.1
総人口	実数	25,321	25,334	25,168	25,101	25,000

注：出所「住民基本台帳」（4月1日時点）

(2) 出生数

本町の平成29年から令和3年までの5年間の出生数平均は152人、出生率（人口千人対）の平均値は6.5となっています。出生率（人口千人対）は、国より0.6低く、県とは同数となっています。また、合計特殊出生率は、国、県、町全体の傾向として年々減少傾向にあります。

単位：人

区分		平成29年	平成30年	令和元年	令和2年	令和3年	平均値
出生数	境町	185	149	141	140	146	152
出生率 (人口千人対)	境町	7.8	6.3	6.0	6.0	6.3	6.5
	茨城県	7.2	6.8	6.4	6.2	5.9	6.5
	国	7.6	7.4	7.0	6.8	6.6	7.1
合計特殊出生率	境町	1.47	1.41	1.50	1.31	1.33	1.40
	茨城県	1.48	1.44	1.39	1.34	1.30	1.39
	国	1.43	1.42	1.36	1.33	1.30	1.37

注：出所「茨城県人口動態統計」

※合計特殊出生率とは、1人の女性が一生の間に出産する子どもの平均数を示す指標です。

(3) 死亡数

本町の平成29年から令和3年までの5年間の死亡数平均は303人、死亡率（人口千人対）の平均値は12.9、乳児死亡率（出生千人対）の平均値は1.4となっています。死亡率（人口千人対）は、国より1.7、県より1.2高くなっています。乳児死亡率（出生千人対）は、国より0.4、県より1.1低くなっています。また、令和元年の乳児死亡率（出生千人対）が7.1と高くみえますが、実際の乳児死亡数は1人となっています。

単位：人

区分		平成29年	平成30年	令和元年	令和2年	令和3年	平均値
死亡数	境町	343	285	288	329	269	303
死亡率 (人口千人対)	境町	14.4	12.0	12.2	14.1	11.6	12.9
	茨城県	11.3	11.6	11.9	11.8	12.1	11.7
	国	10.8	11.0	11.2	11.1	11.7	11.2
乳児死亡率 (出生千人対)	境町	0.0	0.0	7.1	0.0	0.0	1.4
	茨城県	2.2	2.6	2.9	2.6	2.2	2.5
	国	1.9	1.9	1.9	1.8	1.7	1.8

注：出所「茨城県人口動態統計」

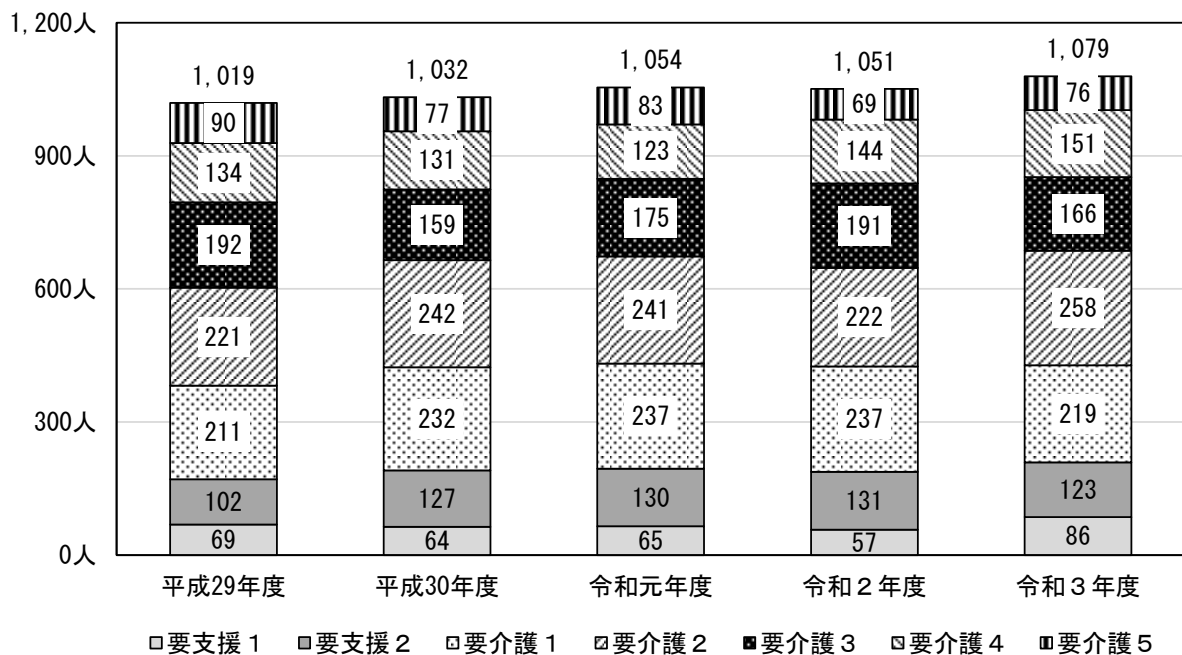
2. 健康寿命

(1) 平均寿命

令和3年の全国の平均寿命は、令和3年簡易生命表（厚生労働省）によると、男性が81.47年、女性が87.57年となり前年と比較して男性は0.09年、女性は0.14年下回っています。また、茨城県の平均寿命は、茨城県保健医療指標によると、男性が80.28年、女性が86.33年となっています。

(2) 要介護（要支援）認定者数

要介護（要支援）認定者数は、平成29年度から令和3年度にかけて、60人増加しています。要介護・要支援別では、要支援認定者数が38人増加、要介護認定者数が22人増加しています。また、第1号被保険者及び第2号被保険者の内訳は、第1号被保険者は、要支援認定者数が37人増加、要介護認定者数が18人増加、第2号被保険者は、要支援認定者数が1人増加、要介護認定者数が4人増加しています。要支援認定者・要介護認定者ともに増加している状況です。



単位：人

	要支援1	要支援2	要介護1	要介護2	要介護3	要介護4	要介護5	合計
平成29年度	69	102	211	221	192	134	90	1,019
平成30年度	64	127	232	242	159	131	77	1,032
令和元年度	65	130	237	241	175	123	83	1,054
令和2年度	57	131	237	222	191	144	69	1,051
令和3年度	86	123	219	258	166	151	76	1,079

注：出所「介護保険事業状況報告」

(3) 県内市町村の健康寿命（65歳～69歳）比較

本町の65歳～69歳の健康寿命（障害調整健康余命 DALE）は、令和元年度のデータでは、茨城県内の44市町村で男性は42位、女性は25位となっています。

【男性】

単位：年

順位		DALE
-	茨城県	17.92
1	牛久市	18.96
2	常陸大宮市	18.43
3	那珂市	18.43
4	ひたちなか市	18.35
5	守谷市	18.33
6	利根町	18.31
7	つくば市	18.26
8	常陸太田市	18.22
9	取手市	18.21
10	結城市	18.21

・
・
・

34	鹿嶋市	17.71
35	常総市	17.70
36	筑西市	17.59
37	小美玉市	17.51
38	坂東市	17.47
39	神栖市	17.45
40	桜川市	17.44
41	下妻市	17.44
42	境町	17.43
43	稲敷市	17.42
44	古河市	17.40

【女性】

単位：年

順位		DALE
-	茨城県	20.90
1	結城市	21.53
2	八千代町	21.31
3	那珂市	21.28
4	牛久市	21.26
5	守谷市	21.20
6	常陸大宮市	21.14
7	潮来市	21.13
8	つくば市	21.13
9	茨城町	21.13
10	取手市	21.10

・
・

24	東海村	20.85
25	境町	20.85
26	河内町	20.85

・
・

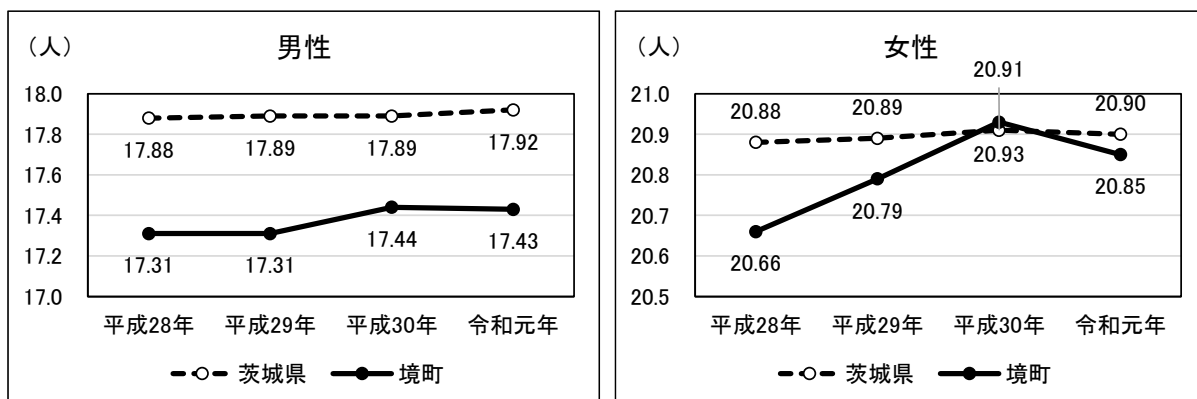
34	高萩市	20.72
35	筑西市	20.71
36	常総市	20.69
37	小美玉市	20.69
38	土浦市	20.68
39	鉾田市	20.57
40	古河市	20.54
41	北茨城市	20.53
42	坂東市	20.53
43	神栖市	20.52
44	五霞町	20.46

注：出所「令和元年度47都道府県と茨城県44市町村の健康寿命（余命）に関する調査研究報告書」

(4) 県との健康寿命(65歳~69歳)の推移比較

本町の65歳~69歳の健康寿命は、男性は茨城県より低くなっています。また、女性は、平成30年に一度茨城県を上回りましたが、令和元年では茨城県より低くなっています。ただし、平成28年から令和元年の健康寿命の伸びは、男女とも茨城県より高くなっています。

■健康寿命(65歳~69歳)の推移



単位：年

		平成28年	平成29年	平成30年	令和元年
茨城県	男性	17.88	17.89	17.89	17.92
	女性	20.88	20.89	20.91	20.90
境町	男性	17.62	17.67	17.66	17.72
	女性	20.53	20.59	20.59	20.57

注：出所「令和元年度47都道府県と茨城県44市町村の健康寿命(余命)に関する調査研究報告書」

3. 疾病・生活習慣病

(1) 死亡の原因

令和3年度の本町の死亡状況は、「がん」が50.0%で最も高く、次いで「心疾患」が23.6%、「脳血管疾患」が18.1%となっています。また、「脳血管疾患」「糖尿病」「自殺」は国や県と比較して高い傾向がみられます。

■令和3年度 死亡の状況（国民健康保険加入者の状況）

単位：人、%

		境町		茨城県		国	
		実数	構成比	実数	構成比	実数	構成比
死 因	がん	72	50.0	8,874	48.6	376,305	50.2
	心疾患	34	23.6	5,035	27.6	207,607	27.7
	脳血管疾患	26	18.1	2,877	15.8	106,509	14.2
	糖尿病	4	2.8	431	2.4	13,841	1.8
	腎不全	3	2.1	568	3.1	26,633	3.5
	自殺	5	3.5	470	2.6	19,357	2.6

注：出所「国保データベースシステム『地域の全体像の把握』」

(2) 標準化死亡比

男性では、脳血管疾患の死亡率が高く、女性では、脳梗塞の死亡率が高くなっています。このため、より一層の喫煙対策、減塩施策および適正な体重維持が重要です。なお、男性では、肺炎の死亡率が高く、高齢者の肺炎球菌ワクチン接種や誤嚥予防などが必要とされます。

■境町死因別標準化死亡比【男性】（平成26年～平成30年）

区分	全死因	悪性新生物	「再掲」 胃の悪性新生物	「再掲」 結腸悪性新生物 直腸の	「再掲」 肝及び悪性新生物 内胆管の	「再掲」 肺の悪性新生物 気管支及び	「再掲」 （高血心 圧性疾 を 除く）	「再掲」 急性心 筋梗塞	脳血管疾患	「再掲」 くも 膜下 出血	「再掲」 脳内 出血	「再掲」 脳梗 塞	肺炎	慢性閉塞性肺疾患
標準化死亡比	1.18	1.06	1.08	1.10	1.29	1.15	1.00	1.06	1.39	2.56	1.23	1.36	1.30	1.37
死亡数	790	235	33	30	24	61	93	22	73	12	22	39	75	18
期待死亡数	667.5	220.9	30.5	27.3	18.6	53.2	92.6	20.7	52.6	4.7	17.8	28.8	57.7	13.2
期待死亡数との差	122.5	14.1	2.5	2.7	5.4	7.8	0.4	1.3	20.4	7.3	4.2	10.2	17.3	4.8
全国に比べて有意に高い	○								○	○			○	
全国に比べて有意に低い														

注：出所「令和3年茨城県市町村別健康指標」

■境町死因別標準化死亡比【女性】（平成26年～平成30年）

区分	全死因	悪性新生物	「再掲」胃の悪性新生物	「再掲」結腸及び直腸の悪性新生物	「再掲」肝及び肝内胆管の悪性新生物	「再掲」気管、気管支及び肺の悪性新生物	「再掲」乳房の悪性新生物	「再掲」子宮の悪性新生物	（高血圧性心疾患を除く）	「再掲」急性心筋梗塞	脳血管疾患	「再掲」くも膜下出血	「再掲」脳内出血	「再掲」脳梗塞	肺炎	慢性閉塞性肺疾患
標準化死亡比	1.18	0.96	0.93	1.18	1.20	1.09	0.60	0.80	0.97	0.93	1.22	1.08	0.64	1.56	1.14	0.66
死亡数	714	140	14	26	11	22	8	5	98	14	67	8	9	50	55	2
期待死亡数	604.3	145.1	15.1	22.0	9.2	20.3	13.4	6.3	101.1	15.0	55.0	7.4	14.0	32.1	48.2	3.0
期待死亡数との差	109.7	-5.1	-1.1	4.0	1.8	1.7	-5.4	-1.3	-3.1	-1.0	12.0	0.6	-5.0	17.9	6.8	-1.0
全国に比べて有意に高い	○													○		
全国に比べて有意に低い																

注：出所「令和3年茨城県市町村別健康指標」

（3）傷病の受療状況

傷病の受療状況は、茨城県受療動向調査（令和3年）によると、傷病総数の人口10万人対受療率は境町が2,169で県や古河・坂東保健医療圏と比較して高くなっています。

傷病別で境町の順位をみると、第1位が「循環器系の疾患」、第2位が「腎尿路生殖器系の疾患」、第3位が「新生物＜腫瘍＞」、第4位が「呼吸器系の疾患」となっています。

境町では、県や古河・坂東保健医療圏と比較して、「腎尿路生殖器系の疾患」「呼吸器系の疾患」「消化器系の疾患」「神経系の疾患」「皮膚及び皮下組織の疾患」「症状、徴候及び異常臨床所見・異常検査所見で他に分類されないもの」「妊娠、分娩及び産じょく」「周産期に発生した病態」が高くなっています。

■傷病受療率（人口10万人対）

単位：人/人口10万人

傷病大分類	受療率			順位		
	境町	古河・坂東保健医療圏	茨城県	境町	古河・坂東保健医療圏	茨城県
総数	2,169	1,952	2,110	-	-	-
循環器系の疾患	310	263	318	1	1	1
腎尿路生殖器系の疾患	231	175	177	2	3	4
新生物＜腫瘍＞	194	184	204	3	2	3
呼吸器系の疾患	186	121	110	4	8	9
消化器系の疾患	157	111	138	5	9	7
精神及び行動の障害	149	167	211	6	5	2
筋骨格系及び結合組織の疾患	149	144	172	6	6	5
健康状態に影響を及ぼす要因及び保健サービスの利用	140	172	151	8	4	6
損傷、中毒及びその他の外因の影響	128	124	130	9	7	8
神経系の疾患	103	91	87	10	11	11
内分泌、栄養及び代謝疾患	99	79	105	11	12	10
皮膚及び皮下組織の疾患	74	37	48	12	15	14
症状、徴候及び異常臨床所見・異常検査所見で他に分類されないもの	74	54	51	12	13	13
眼及び付属器の疾患	50	111	79	14	10	12
感染症及び寄生虫症	37	45	39	15	14	15
妊娠、分娩及び産じょく	29	22	17	16	16	16
周産期に発生した病態	21	8	4	17	18	20
血液及び造血器の疾患並びに免疫機構の障害	8	7	16	18	19	17
先天奇形、変形及び染色体異常	8	12	10	18	17	19
耳及び乳様突起の疾患	4	7	12	20	19	18

注：出所「茨城県受療動向調査」（令和3年10月）

(4) 主な生活習慣病関連項目の状況

令和3年度の本町の生活習慣病患者数(患者千人対)は、「高血圧症」が最も高く471.0、次いで「筋・骨格」が377.1、「脂質異常症」が314.6となっています。「高血圧症」は、国や県と比較しても特に高くなっています。

高血圧は、脳血管疾患や心疾患などの循環器疾患の重大な危険因子です。高血圧を予防するには、以下のような生活習慣の改善が効果的です。

- ・塩分の摂り過ぎを避ける。
- ・野菜や果物の不足を解消するために、バランスの良い食生活を心がける。
- ・肥満を避けるために、適度な食事量や運動を心がける。
- ・運動不足を解消するために、定期的に運動する習慣を身につける。
- ・過度な飲酒を避ける。

また、高血圧を発症している場合は、適切な治療を受けることが大切です。

■令和3年度 患者千人あたり生活習慣病患者数(多い順、有病)

単位：人／患者千人

	境町	茨城県	国
高血圧症	471.0	438.4	411.9
筋・骨格	377.1	393.0	402.4
脂質異常症	314.6	369.4	365.1
糖尿病	234.8	239.4	226.4
精神	136.0	166.2	177.2
がん	80.9	101.8	107.4
高尿酸血症	67.0	77.6	84.4
狭心症	44.8	58.0	62.7
脳梗塞	33.9	44.3	43.7
動脈硬化症	30.7	48.3	51.1

注：出所「国保データベースシステム『医療費分析(1)細小分類』」

平成30年度から令和4年度までの健康診査受診者データ（循環器健診）から算出した主な生活習慣病関連5項目の推移は以下のとおりです。

①喫煙者数（毎日喫煙）

喫煙者数（毎日喫煙）は、男性は平成30年度が28.0%、令和4年度が28.3%で0.3ポイント増加しています。女性は平成30年度が7.2%、令和4年度が5.8%で1.4ポイント減少しています。

②BMI（25以上）

BMI（25以上）で肥満に該当する人は、男性は平成30年度が32.7%、令和4年度が36.5%で3.8ポイント増加しています。女性は平成30年度が24.5%、令和4年度が24.5%で増減なしとなっています。

③血圧収縮期140以上、または拡張期90以上

該当する人は、男性は平成30年度が20.8%、令和4年度が25.8%で5.0ポイント増加しています。女性は平成30年度が16.6%、令和4年度が20.5%で3.9ポイント増加しています。

④HbA1c（5.6以上）

該当する人は、男性は平成30年度が70.8%、令和4年度が69.5%で1.3ポイント減少しています。女性は平成30年度が73.3%、令和4年度が73.4%で0.1ポイント増加しています。

⑤中性脂肪（150以上）

該当する人は、男性は平成30年度が29.8%、令和4年度が33.4%で3.6ポイント増加しています。女性は平成30年度が18.1%、令和4年度が22.1%で4.0ポイント増加しています。

■生活習慣病等関連5項目（男性）

単位：人、%

男性		平成30年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度
受診者数	実数	978	1,005	609	773	830
喫煙者数（毎日喫煙）	実数	274	290	165	217	235
	構成比	28.0	28.9	27.1	28.1	28.3
肥満：BMI（25以上）	実数	320	332	219	285	303
	構成比	32.7	33.0	36.0	36.9	36.5
血圧収縮期140以上、 または拡張期90以上	実数	203	223	144	187	214
	構成比	20.8	22.2	23.6	24.2	25.8
HbA1c（5.6以上）	実数	692	658	420	473	577
	構成比	70.8	65.5	69.0	61.2	69.5
中性脂肪（150以上）	実数	291	263	201	276	277
	構成比	29.8	26.2	33.0	35.7	33.4

注：出所「健康診査受診者データ（循環器健診）」

■生活習慣病等関連5項目（女性）

単位：人、%

女性		平成30年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度
受診者数	実数	1,478	1,489	958	1,251	1,267
喫煙者数（毎日喫煙）	実数	107	104	61	82	73
	構成比	7.2	7.0	6.4	6.6	5.8
肥満：BMI（25以上）	実数	362	377	242	302	311
	構成比	24.5	25.3	25.3	24.1	24.5
血圧収縮期140以上、 または拡張期90以上	実数	245	322	210	250	260
	構成比	16.6	21.6	21.9	20.0	20.5
HbA1c（5.6以上）	実数	1,083	1,032	671	765	930
	構成比	73.3	69.3	70.0	61.2	73.4
中性脂肪（150以上）	実数	268	265	204	266	280
	構成比	18.1	17.8	21.3	21.3	22.1

注：出所「健康診査受診者データ（循環器健診）」

(5) 特定健診結果

令和3年度の特定健診有所見者の状況は、男性では「高血糖（HbA1c）5.6以上」が61.4%で最も高く、次いで「脂質異常（LDLコレステロール）120以上」が48.6%、「高血圧（収縮期血圧）130以上」が43.8%となっています。女性では「高血糖（HbA1c）5.6以上」が65.9%で最も高く、次いで「脂質異常（LDLコレステロール）120以上」が58.0%、「高血圧（収縮期血圧）130以上」が40.6%となっています。また、「肥満（BMI）25以上」「高血糖（HbA1c）5.6以上」「脂質異常（中性脂肪）150以上」は男女とも国や県と比較して高くなっています。

■令和3年度 健診有所見者数（男性）

単位：人、%

男性		境町		茨城県		国	
		実数	構成比	実数	構成比	実数	構成比
肥満	BMI（25以上）	300	35.6	23,716	34.9	1,071,129	34.5
高血糖	HbA1c（5.6以上）	517	61.4	41,221	60.6	1,777,781	57.3
高血圧	収縮期血圧（130以上）	369	43.8	33,288	48.9	1,591,099	51.2
	拡張期血圧（85以上）	190	22.6	17,578	25.8	820,299	26.4
脂質異常	中性脂肪（150以上）	289	34.3	20,834	30.6	878,863	28.3
	LDLコレステロール（120以上）	409	48.6	33,118	48.7	1,495,954	48.2
	HDLコレステロール（40未満）	51	6.1	5,063	7.4	228,846	7.4

注：出所「国保データベースシステム『健診有所見者状況』」

■令和3年度 健診有所見者数（女性）

単位：人、%

女性		境町		茨城県		国	
		実数	構成比	実数	構成比	実数	構成比
肥満	BMI（25以上）	265	26.2	20,027	23.1	865,506	21.9
高血糖	HbA1c（5.6以上）	666	65.9	53,055	61.1	201,450	55.8
高血圧	収縮期血圧（130以上）	410	40.6	38,738	44.6	1,825,016	46.3
	拡張期血圧（85以上）	135	13.4	13,871	16.0	669,134	17.0
脂質異常	中性脂肪（150以上）	235	23.2	16,775	19.3	627,836	15.9
	LDLコレステロール（120以上）	586	58.0	49,666	57.2	2,233,973	56.6
	HDLコレステロール（40未満）	23	2.3	1,177	1.4	51,098	1.3

注：出所「国保データベースシステム『健診有所見者状況』」

(6) 身体状況

令和3年度の学校健診結果によると、肥満傾向児は「中学2年」を除くすべての学年で国や県と比較して高くなっています。

肥満は、脳血管疾患や心疾患などの循環器疾患・高血圧・糖尿病・脂質異常症・がんなどの生活習慣病のリスクを高めます。

■令和3年度 肥満・痩身傾向児の割合

単位：％

	肥満傾向児			痩身傾向児		
	境町	茨城県	国	境町	茨城県	国
小学1年	9.09	6.78	5.25	0.00	0.27	0.38
小学2年	12.79	8.76	7.61	0.91	0.25	0.43
小学3年	16.67	10.56	9.75	0.46	0.62	0.84
小学4年	14.42	12.63	12.03	1.40	1.40	1.54
小学5年	21.15	13.88	12.58	1.44	1.60	2.34
小学6年	25.13	12.77	12.48	2.62	2.67	2.51
中学1年	17.22	12.96	12.58	1.44	2.27	3.29
中学2年	8.47	10.65	10.99	2.65	2.12	2.97
中学3年	10.77	8.37	10.25	2.05	1.82	2.59

注：出所「学校健診結果」（令和3年度）

(7) 口腔状況

令和3年度の学校健診結果によると、う歯罹患率は「小学生」「中学生」とともに国や県と比較して高くなっています。

■令和3年度 う歯罹患率

単位：人、％

		境町		茨城県		国	
		実数	構成比	実数	構成比	実数	構成比
う歯罹患率	小学生	718	58.2	13,929	44.8	524,660	39.0
	中学生	259	43.7	6,041	35.4	256,763	30.4

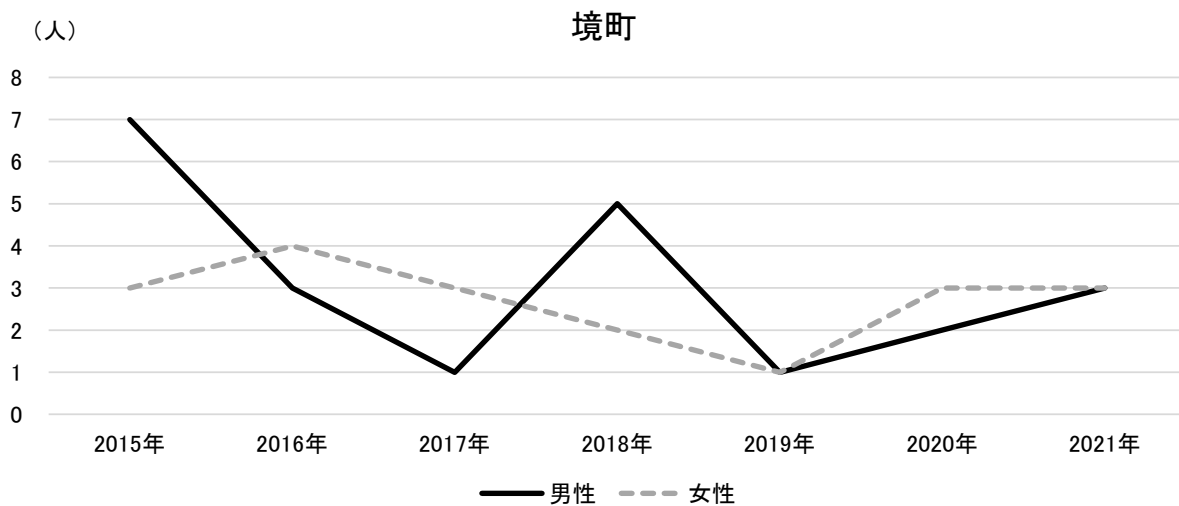
注：出所「学校健診結果」（令和3年度）

4. 自殺者の現状

(1) 自殺者数

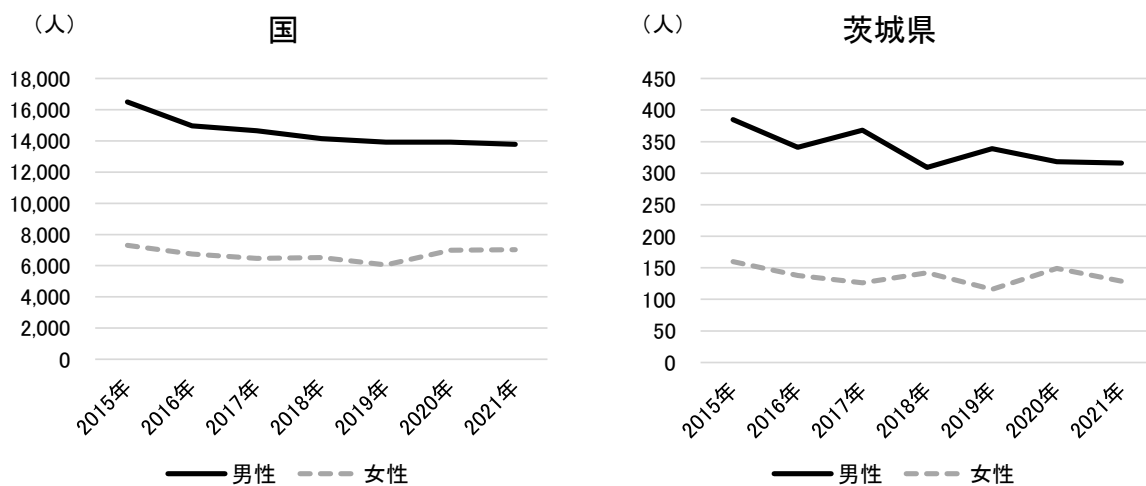
本町における2015年から2021年までの自殺者数の推移は、以下のとおりです。また、新型コロナウイルス感染症の感染拡大は2020年以降になります。

■自殺者数の推移（境町）



注：出所「境町地域自殺実態プロファイル 2022」

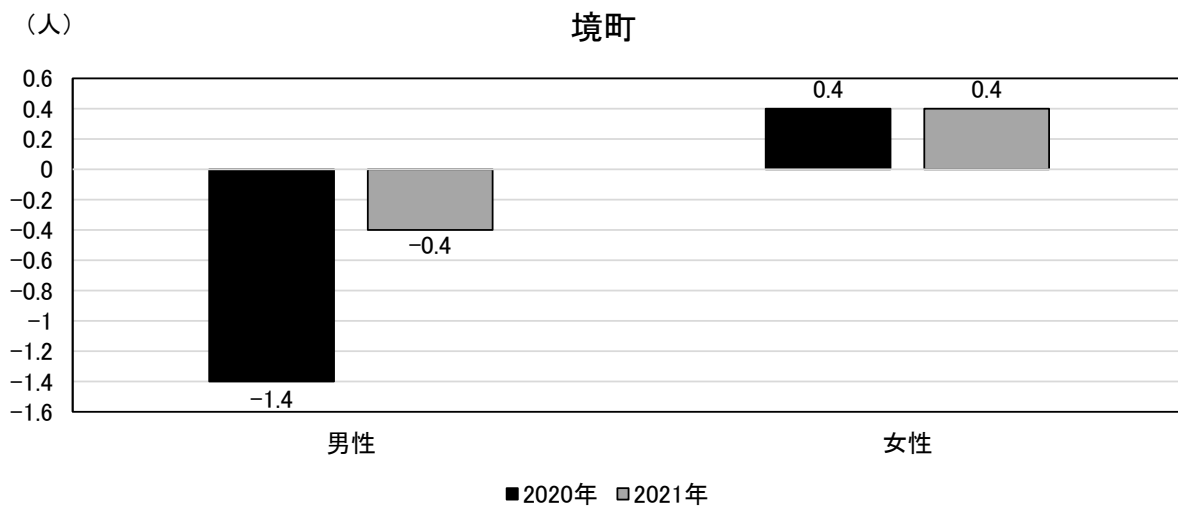
■自殺者数の推移（国、茨城県）



注：出所「境町地域自殺実態プロファイル 2022」

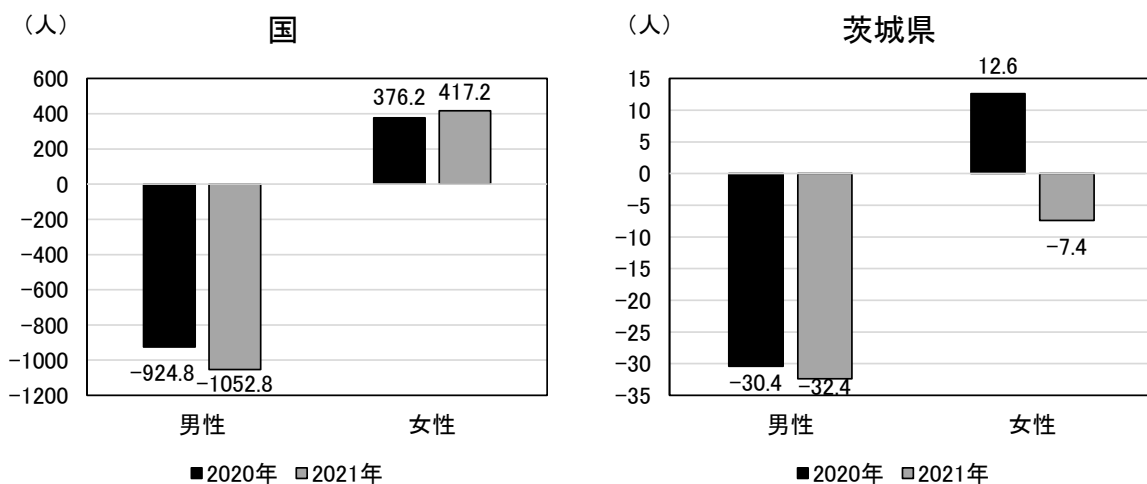
新型コロナウイルス感染症の感染拡大前後における、性別の自殺者数の変化は以下のとおりです。2015年から2019年までの5年間の平均を感染拡大前の基準として比較しています。

■新型コロナウイルス感染拡大前後の自殺者数の変化（境町：性別）



注：出所「境町地域自殺実態プロフィール2022」

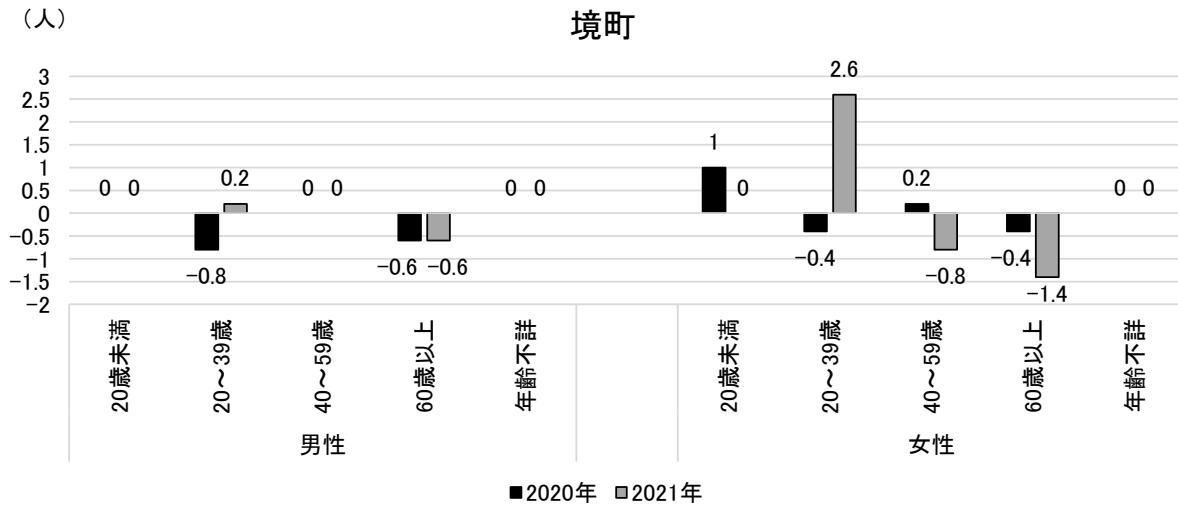
■新型コロナウイルス感染拡大前後の自殺者数の変化（国、茨城県：性別）



注：出所「境町地域自殺実態プロフィール2022」

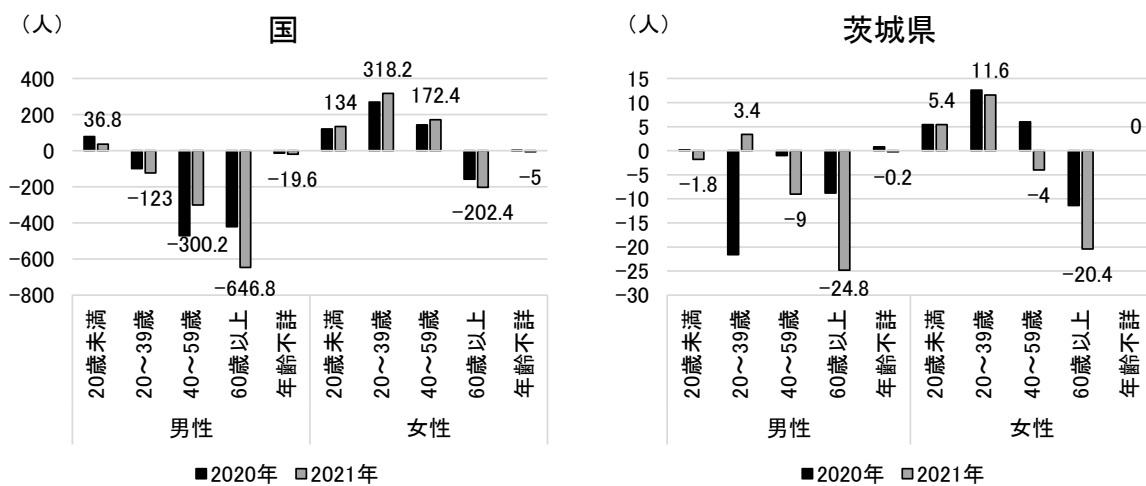
新型コロナウイルス感染症の感染拡大前後における、年齢階級別の自殺者数の変化は以下のとおりです。2015年から2019年までの5年間の平均を感染拡大前の基準として比較しています。

■新型コロナウイルス感染拡大前後の自殺者数の変化（境町：年齢階級別）



注：出所「境町地域自殺実態プロファイル 2022」

■新型コロナウイルス感染拡大前後の自殺者数の変化（国、茨城県：年齢階級別）



注：出所「境町地域自殺実態プロファイル 2022」

第2節 アンケートによる町民の健康の現状

1. 調査概要

(1) 調査の目的

本調査は、健康づくりに関して町民のみなさまのご意向やご意見を把握し、今後の町政運営に活用するため、実施しました。

(2) 調査の対象

調査区分	調査対象者	調査対象者数
一般	町内にお住まいの18歳以上の方から無作為抽出	1,000人
園児保護者	町内の幼稚園・保育園に在籍の3歳児の保護者	144人
小学1年生	町内の小学校に在籍中の小学1年生	193人
小学6年生	町内の小学校に在籍中の小学6年生	208人
中学3年生	町内の中学校に在籍中の中学3年生	190人

(3) 実施方法

- 調査地域：境町全域
- 調査形式：アンケート調査
- 調査方法：一般（郵送調査）
 - 園児保護者（園にて直接配布・回収）
 - 小学1・6年生（学校にて直接配布・回収）
 - 中学3年生（学校にて直接配布・回収）
- 調査期間：一般（令和4年9月1日～令和4年9月30日）
 - 園児保護者（令和4年9月1日～令和4年9月30日）
 - 小学1・6年生（令和4年9月1日～令和4年9月30日）
 - 中学3年生（令和4年9月1日～令和4年9月30日）

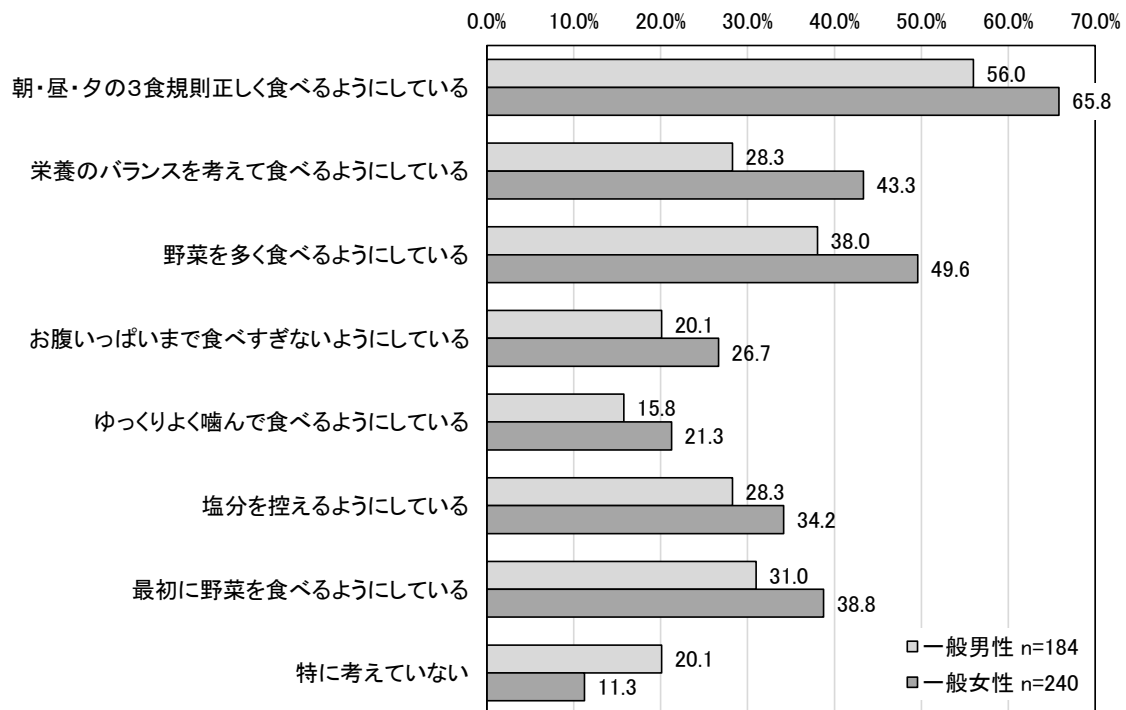
(4) 回収結果

調査区分	配布数	回収数		回収率
		回収方法	件数	
一般	1,000件	郵送	431件	43.1%
園児保護者	144件	直接	118件	81.9%
小学1年生	193件	直接	175件	90.7%
小学6年生	208件	直接	205件	98.6%
中学3年生	190件	直接	182件	95.8%

2. 結果の分析と考察

(1) 栄養・食生活

■食事の際に心がけていること（一般：性別）



食事の際に心がけていることについては、「特に考えていない」を除くすべての項目で男性が女性より低くなっています。また、「特に考えていない」は、男性が20.1%、女性が11.3%と男性が8.8ポイント高くなっており、男性の食生活に対する健康意識が低いことが伺えます。

■食事の際に心がけていること（児童：性別）

単位：％

	「いただきます」 や「ごちそうさ ま」のあいさつを するようにしてい る	朝・昼・夕の3食 規則正しく食べる ようにしている	好ききらいなく食 べるようにしてい る	ゆっくりよく嚙ん で食べるようにし ている	特に考えていない
園児 n=118	78.8	74.6	44.9	28.0	3.4
小学1年生男子 n=86	67.4	76.7	54.7	27.9	1.2
小学1年生女子 n=86	70.9	66.3	46.5	24.4	9.3
小学6年生男子 n=94	70.2	64.9	54.3	28.7	14.9
小学6年生女子 n=107	76.6	54.2	43.9	43.9	15.0
中学3年生男子 n=85	70.6	58.8	37.6	21.2	11.8
中学3年生女子 n=92	79.3	53.3	34.8	31.5	15.2

児童が食事の際に心がけていることについては、「朝・昼・夕の3食規則正しく食べるようにしている」が男女ともに年齢が上がるほど減少しており、規則正しい食習慣の大切さを学び、良い食習慣を身に付けられるような食育が必要です。

■朝食の摂取状況（一般・児童：性別）

単位：％

	ほぼ毎日	週4～5日	週2～3日	ほぼ食べない	無回答
一般男性 n=184	75.0	6.5	6.0	12.0	0.5
一般女性 n=240	86.7	4.6	2.9	4.6	1.3
園児 n=118	88.1	5.1	0.8	4.2	1.7
小学1年生男子 n=86	94.2	2.3	2.3	1.2	0.0
小学1年生女子 n=86	97.7	1.2	1.2	0.0	0.0
小学6年生男子 n=94	89.4	4.3	3.2	3.2	0.0
小学6年生女子 n=107	85.0	4.7	0.9	9.3	0.0
中学3年生男子 n=85	88.2	4.7	2.4	4.7	0.0
中学3年生女子 n=92	78.3	6.5	4.3	10.9	0.0

朝食の摂取状況については、「ほぼ毎日」は一般男性と中学3年生女子で特に低くなっています。

3食しっかり食べることは、健康な身体をつくるために不可欠な要素となるため、小さい頃からの正しい食習慣の形成が大切です。

■誰と朝食を食べるか（児童：性別）

単位：％

	家族の大人と一緒に食べる	兄弟姉妹（子どもだけ）で食べる	一人で食べる	その他	無回答
小学1年生男子 n=86	65.1	26.7	8.1	0.0	0.0
小学1年生女子 n=86	65.1	29.1	5.8	0.0	0.0
小学6年生男子 n=94	60.6	23.4	16.0	0.0	0.0
小学6年生女子 n=107	57.9	25.2	15.9	0.9	0.0
中学3年生男子 n=85	56.5	9.4	29.4	4.7	0.0
中学3年生女子 n=92	47.8	17.4	32.6	0.0	2.2

■誰と夕食を食べるか（児童：性別）

単位：％

	家族の大人と一緒に食べる	兄弟姉妹（子どもだけ）で食べる	一人で食べる	その他	無回答
小学1年生男子 n=86	96.5	3.5	0.0	0.0	0.0
小学1年生女子 n=86	94.2	5.8	0.0	0.0	0.0
小学6年生男子 n=94	90.4	3.2	3.2	3.2	0.0
小学6年生女子 n=107	86.9	3.7	4.7	2.8	1.9
中学3年生男子 n=85	81.2	5.9	8.2	4.7	0.0
中学3年生女子 n=92	85.9	5.4	8.7	0.0	0.0

児童が誰と朝食を食べるかについては、「一人で食べる」は中学3年生女子が32.6%で最も高く、次いで中学3年生男子が29.4%、小学6年生男子が16.0%となっています。

誰と夕食を食べるかについては、「一人で食べる」は中学3年生女子が8.7%で最も高く、次いで中学生男子が8.2%、小学6年生女子が4.7%となっています。

共食（誰かと一緒に食事をする）は食の楽しさを実感するだけでなく、家庭でできる食育であり、積極的に共食の機会を増やすことが必要です。

(2) 身体活動・運動

■運動習慣（一般：年齢別）

単位：％

	ほぼ毎日	週に2回以上	月に数回程度	特に運動はしていない	無回答
全体 n=431	12.8	14.6	15.1	56.1	1.4
20歳未満 n=43	16.3	18.6	25.6	39.5	0.0
20代 n=39	17.9	15.4	20.5	46.2	0.0
30代 n=44	6.8	9.1	13.6	70.5	0.0
40代 n=53	9.4	13.2	18.9	58.5	0.0
50代 n=61	8.2	11.5	13.1	67.2	0.0
60歳～64歳 n=37	8.1	18.9	8.1	62.2	2.7
65歳～69歳 n=29	13.8	13.8	10.3	62.1	0.0
70歳～74歳 n=47	10.6	19.1	10.6	59.6	0.0
75歳～79歳 n=47	21.3	14.9	10.6	48.9	4.3
80歳以上 n=28	21.4	14.3	17.9	35.7	10.7

運動習慣については、年齢別では「ほぼ毎日」「週に2回以上」を合わせた『週に2回以上運動している』は、30代が15.9%で最も低く、次いで50代が19.7%、40代が22.6%となっています。

青年期から壮年期にかけては仕事や家庭に忙しく健康意識が低くなりやすい時期でもあるため、健康意識を向上させる働きかけが必要です。

■運動習慣（児童：性別）

単位：％

	ほぼ毎日	週4～5日	週2～3日	ほぼしない	無回答
小学1年生男子 n=86	11.6	7.0	46.5	33.7	1.2
小学1年生女子 n=86	4.7	3.5	43.0	47.7	1.2
小学6年生男子 n=94	28.7	21.3	27.7	22.3	0.0
小学6年生女子 n=107	10.3	8.4	54.2	27.1	0.0
中学3年生男子 n=85	18.8	17.6	41.2	22.4	0.0
中学3年生女子 n=92	9.8	9.8	42.4	38.0	0.0

児童の運動習慣については、「ほぼ毎日」「週4～5日」「週に2～3日」を合わせた『週に2日以上運動している』は、小学1年生女子が51.2%で最も低く、次いで中学3年生女子が62.0%、小学1年生男子が65.1%となっています。

(3) 休養・こころの健康

■休養の取得状況（一般：年齢別）

単位：％

	十分とれている	おおむね 取れている	あまり 取れていない	取れていない	無回答
全体 n=431	24.4	52.9	18.3	3.7	0.7
20歳未満 n=43	34.9	46.5	18.6	0.0	0.0
20代 n=39	10.3	61.5	20.5	7.7	0.0
30代 n=44	18.2	63.6	13.6	4.5	0.0
40代 n=53	20.8	49.1	24.5	5.7	0.0
50代 n=61	14.8	47.5	32.8	4.9	0.0
60歳～64歳 n=37	10.8	59.5	24.3	2.7	2.7
65歳～69歳 n=29	20.7	62.1	13.8	3.4	0.0
70歳～74歳 n=47	31.9	55.3	8.5	4.3	0.0
75歳～79歳 n=47	38.3	48.9	8.5	2.1	2.1
80歳以上 n=28	53.6	35.7	7.1	0.0	3.6

休養の取得状況については、年齢別では「十分とれている」は、20代が10.3%で最も低く、次いで60歳～64歳が10.8%、50代が14.8%となっています。

しっかり休養をとることの重要性を周知していく必要があります。

■睡眠の取得状況（一般：年齢別）

単位：％

	十分とれている	おおむね 取れている	あまり 取れていない	取れていない	無回答
全体 n=431	23.9	51.0	21.1	2.8	1.2
20歳未満 n=43	25.6	44.2	30.2	0.0	0.0
20代 n=39	20.5	43.6	33.3	2.6	0.0
30代 n=44	18.2	59.1	15.9	4.5	2.3
40代 n=53	22.6	52.8	20.8	3.8	0.0
50代 n=61	16.4	52.5	27.9	3.3	0.0
60歳～64歳 n=37	10.8	51.4	29.7	5.4	2.7
65歳～69歳 n=29	27.6	48.3	17.2	3.4	3.4
70歳～74歳 n=47	31.9	55.3	8.5	4.3	0.0
75歳～79歳 n=47	29.8	53.2	12.8	0.0	4.3
80歳以上 n=28	42.9	50.0	7.1	0.0	0.0

睡眠の取得状況については、年齢別では「十分とれている」は、60歳～64歳が10.8%で最も低く、次いで50代が16.4%、30代が18.2%となっています。

質の良い睡眠の重要性を周知していく必要があります。

(4) 飲酒

■飲酒の状況（一般：性別）

単位：%

	毎日	週5～6日	週3～4日	週1～2日	月1～3日	飲まない (飲めない)	無回答
全体 n=431	14.8	5.8	4.4	6.0	10.9	57.3	0.7
男性 n=184	27.2	8.2	8.2	8.2	8.2	39.7	0.5
女性 n=240	5.4	3.8	1.7	4.6	13.3	70.4	0.8

飲酒の状況については、性別では「毎日」「週5～6日」「週3～4日」「週1～2日」「月1～3日」を合わせた『飲む』は、男性が60.0%、女性が28.8%で男性が31.2ポイント高くなっています。

(5) 喫煙

■喫煙の状況（一般：性別）

単位：％

	吸っている	以前吸っていた	以前から吸っていない	無回答
全体 n=431	13.5	22.0	64.3	0.2
男性 n=184	20.7	39.1	39.7	0.5
女性 n=240	7.9	9.2	82.9	0.0

■喫煙の状況（一般：年齢別）

単位：％

	吸っている	以前吸っていた	以前から吸っていない	無回答
全体 n=431	13.5	22.0	64.3	0.2
20歳未満 n=43	0.0	0.0	100.0	0.0
20代 n=39	7.7	5.1	84.6	2.6
30代 n=44	20.5	13.6	65.9	0.0
40代 n=53	26.4	24.5	49.1	0.0
50代 n=61	26.2	26.2	47.5	0.0
60歳～64歳 n=37	8.1	40.5	51.4	0.0
65歳～69歳 n=29	13.8	34.5	51.7	0.0
70歳～74歳 n=47	8.5	27.7	63.8	0.0
75歳～79歳 n=47	6.4	27.7	66.0	0.0
80歳以上 n=28	3.6	21.4	75.0	0.0

喫煙の状況については、性別では「吸っている」は、男性が20.7%、女性が7.9%で男性が12.8ポイント高くなっています。

年齢別では、40代が26.4%で最も高く、次いで50代が26.2%、30代が20.5%となっています。また、20歳未満で「吸っている」が0.0%となっており、未成年者への喫煙防止の取り組みの効果がみられます。この状況を維持するため、未成年者への喫煙防止の取り組みを継続していく必要があります。

(6) 歯・口腔の健康

■ 歯科健診の受診状況（一般：性別）

単位：%

	定期的に受けている	不定期に受けている	受けていない	無回答
全体 n=431	30.6	24.1	43.4	1.9
男性 n=184	22.8	22.3	52.2	2.7
女性 n=240	36.3	25.0	37.5	1.3

■ 歯科健診の受診状況（一般：年齢別）

単位：%

	定期的に受けている	不定期に受けている	受けていない	無回答
全体 n=431	30.6	24.1	43.4	1.9
20歳未満 n=43	39.5	16.3	44.2	0.0
20代 n=39	30.8	28.2	41.0	0.0
30代 n=44	29.5	25.0	45.5	0.0
40代 n=53	34.0	28.3	37.7	0.0
50代 n=61	34.4	21.3	44.3	0.0
60歳～64歳 n=37	37.8	29.7	32.4	0.0
65歳～69歳 n=29	17.2	24.1	55.2	3.4
70歳～74歳 n=47	23.4	31.9	42.6	2.1
75歳～79歳 n=47	23.4	23.4	46.8	6.4
80歳以上 n=28	32.1	7.1	50.0	10.7

歯科健診の受診状況については、性別では「定期的に受けている」は、男性が22.8%、女性が36.3%で女性が13.5ポイント高くなっています。年齢別では、20歳未満が39.5%で最も高く、次いで60歳～64歳が37.8%、50代が34.4%となっています。

定期的に歯科健診を受ける人を増やすため、定期健診の大切さを周知する取り組みが必要です。

(7) 健康管理

■健康診査（人間ドックを含む）の受診状況（一般：年齢別）

単位：％

	毎年受けている	2～3年に1回受けている	医療機関にかかっているため受けていない	受けていない	無回答
全体 n=431	59.6	8.4	11.1	20.2	0.7
20歳未満 n=43	23.3	9.3	0.0	67.4	0.0
20代 n=39	66.7	7.7	2.6	23.1	0.0
30代 n=44	65.9	9.1	4.5	20.5	0.0
40代 n=53	73.6	7.5	3.8	15.1	0.0
50代 n=61	60.7	11.5	9.8	16.4	1.6
60歳～64歳 n=37	73.0	8.1	8.1	10.8	0.0
65歳～69歳 n=29	72.4	3.4	13.8	10.3	0.0
70歳～74歳 n=47	63.8	12.8	19.1	4.3	0.0
75歳～79歳 n=47	53.2	8.5	19.1	17.0	2.1
80歳以上 n=28	42.9	0.0	42.9	14.3	0.0

■健康診査を受けない理由（一般：年齢別）

単位：％

	特に健康問題はない	時間がとれない	面倒である	費用がかかる	時間や場所がわからない	その他
全体 n=87	44.8	14.9	21.8	20.7	11.5	16.1
20歳未満 n=29	55.2	6.9	3.4	6.9	13.8	20.7
20代 n=9	44.4	11.1	33.3	33.3	0.0	22.2
30代 n=9	66.7	0.0	44.4	33.3	11.1	0.0
40代 n=8	25.0	25.0	37.5	37.5	25.0	12.5
50代 n=10	30.0	40.0	40.0	30.0	10.0	10.0
60歳～64歳 n=4	25.0	0.0	0.0	25.0	0.0	50.0
65歳～69歳 n=3	0.0	33.3	33.3	66.7	33.3	0.0
70歳～74歳 n=2	0.0	50.0	50.0	50.0	50.0	0.0
75歳～79歳 n=8	62.5	12.5	12.5	0.0	0.0	12.5
80歳以上 n=4	50.0	0.0	25.0	0.0	0.0	25.0

健康診査（人間ドックを含む）の受診状況については、「受けていない」は20歳未満が67.4%で最も高く、次いで20代が23.1%、30代が20.5%となっています。また、健診を受けない理由については、受診率の低い20歳未満では、「特に健康問題はない」が55.2%で最も高くなっています。健康診査の役割を周知する必要があります。

第3節 前回計画の達成状況

本計画では、「境町健康増進計画」及び「境町食育推進計画」に掲げた数値目標とアンケートの結果並びに実績値を比較することで、計画の達成状況を確認できるようにしています。

■評価区分

評価	内容	評価	内容
A	目標達成	C	現状維持（5%未満の減退）
B	改善している（目標未達成）	D	要改善

1. 境町健康増進計画

（1）栄養・食生活

栄養・食生活において、「塩分を控えめにするように心がける人の増加」は減退しており、引き続き食育の推進に努める必要があります。

指標	対象者	実績値		目標値	評価
		平成24年度	令和4年度	令和4年度	
塩分を控えめにするように心がける人の増加	20代（男性）	37.5%	21.1%	50.0%	D
	20代（女性）	58.8%	15.0%	増加	D
	30代（男性）	22.7%	18.8%	50.0%	C
	30代（女性）	30.4%	7.1%	50.0%	D

(2) 身体活動・運動

身体活動・運動において、「運動やスポーツを習慣でしている児童の増加」「なるべく歩くように心がける人の増加」「かなり運動不足という人の減少」は減退しており、参加しやすいスポーツ大会等により運動機会の増進を図る必要があります。

指標	対象者	実績値		目標値	評価
		平成24年度	令和4年度	令和4年度	
運動やスポーツを習慣でしている児童の増加	小学5・6年生	75.0%	73.6%	増加	C
	中学生	79.4%	67.6%	増加	D
週2回以上の定期的運動習慣者の増加	大人(男性)	28.8%	29.4%	50.0%	B
	大人(女性)	27.5%	26.3%	50.0%	C
なるべく歩くように心がける人の増加	大人(男性)	31.2%	29.9%	50.0%	C
	大人(女性)	30.5%	29.2%	50.0%	C
かなり運動不足という人の減少	大人(男性)	32.4%	36.4%	減少	C
	大人(女性)	37.5%	43.8%	減少	D

(3) 休養・こころの健康

休養・こころの健康において、「休養が十分取れている人の増加」「睡眠が十分取れている人の増加」は減退しており、積極的な休養や質の良い睡眠の大切さを周知していく必要があります。

指標	対象者	実績値		目標値	評価
		平成24年度	令和4年度	令和4年度	
休養が十分取れている人の増加	大人（男性）	30.0%	28.8%	50.0%	C
	大人（女性）	24.0%	21.3%	50.0%	C
睡眠が十分取れている人の増加	大人（男性）	31.8%	29.9%	50.0%	C
	大人（女性）	23.5%	19.6%	50.0%	C
うつ病等にかかる心配や不安を感じる人の減少	大人（男性）	28.8%	31.0%	減少	C
	大人（女性）	36.0%	31.7%	減少	A
かなりストレスを感じる児童の減少	中学生	14.4%	15.9%	減少	C

(4) 飲酒

飲酒において、「（飲酒習慣者）週に飲まない日を設けている人の増加」は目標値を達成しています。一方、「（飲酒習慣者）適度な飲酒量を知っている人の増加」は男性で減退しており、適度な飲酒量や飲み過ぎによる悪影響を周知する必要があります。

指標	対象者	実績値		目標値	評価
		平成24年度	令和4年度	令和4年度	
（飲酒習慣者）適度な飲酒量を知っている人の増加	大人（男性）	76.7%	68.2%	増加	D
	大人（女性）	81.0%	82.6%	増加	A
（飲酒習慣者）週に飲まない日を設けている人の増加	大人（男性）	30.1%	54.5%	50.0%	A
	大人（女性）	66.7%	81.2%	増加	A

(5) 喫煙

喫煙において、「喫煙する人の減少」「受動喫煙の被害にあった人の減少」は、目標値を達成しています。

指標	対象者	実績値		目標値	評価
		平成24年度	令和4年度	令和4年度	
喫煙する人の減少	20代(男性)	37.5%	10.5%	減少	A
	30代(男性)	36.4%	31.3%	減少	A
	40～64歳(男性)	33.8%	32.4%	減少	A
受動喫煙の被害にあった人の減少	大人(男性)	19.4%	8.2%	減少	A
	大人(女性)	19.5%	9.2%	減少	A

(6) 歯・口腔の健康

歯・口腔の健康において、「64歳で24歯以上自分の歯の保持者の増加」「80歳で20歯以上自分の歯の保持者の増加」は目標値を達成または改善がみられます。一方、「1日に2回以上歯磨きをする人の増加」は減退しており、特に20代(男性)・30代(男性)において低くなっています。定期的な歯科健診の大切さや日頃のメンテナンス方法について、全年齢を対象に周知・啓発が必要です。

指標	対象者	実績値		目標値	評価
		平成24年度	令和4年度	令和4年度	
64歳で24歯以上自分の歯の保持者の増加	60～64歳(男性)	27.3%	29.4%	35.0%	B
	60～64歳(女性)	29.2%	50.0%	35.0%	A
80歳で20歯以上自分の歯の保持者の増加	80歳以上(男性)	25.0%	30.0%	増加	A
	80歳以上(女性)	25.0%	41.2%	増加	A

指標	対象者	実績値		目標値	評価
		平成24年度	令和4年度	令和4年度	
1日に2回以上歯磨きをする人の増加	小学5・6年生	96.6%	86.4%	100.0%	D
	中学生	97.9%	89.6%	100.0%	D
	20代(男性)	81.3%	68.4%	100.0%	D
	20代(女性)	88.2%	90.0%	100.0%	B
	30代(男性)	77.2%	68.8%	100.0%	D
	30代(女性)	100.0%	89.3%	100.0%	D

(7) 次世代の健康づくり

次世代の健康づくりにおいて、「乳幼児受診率の向上」は改善しています。また、「自分は健康であると思う児童の増加」「学校生活を楽しいと感じる児童の増加」は、目標値を達成または現状維持となっています。

指標	対象者	実績値		目標値	評価
		平成24年度	令和4年度	令和4年度	
乳幼児受診率の向上	1歳6か月児	92.8%	98.1%	100.0%	B
	3歳児	89.7%	96.6%	100.0%	B
自分は健康であると思う児童の増加	園児	94.3%	95.8%	増加	A
	小学5・6年生	87.5%	83.9%	増加	C
	中学生	86.6%	87.4%	増加	A
学校生活を楽しいと感じる児童の増加	小学5・6年生	85.2%	85.4%	増加	A
	中学生	91.7%	89.6%	増加	C

(8) 健康診査の充実

健康診査の充実において、「健診を受けていない人の減少」「適正体重を維持している人の増加（BMI 普通）」は男性では目標値を達成しています。一方、女性では減退しています。

指標	対象者	実績値		目標値	評価
		平成24年度	令和4年度	令和4年度	
健診を受けていない人の減少	20代(男性)	50.0%	26.3%	減少	A
	20代(女性)	47.1%	20.0%	減少	A
	30代(男性)	31.8%	25.0%	減少	A
	30代(女性)	4.3%	17.9%	減少	D
メタボリック症候群の診断を受けた人の減少	40～64歳(男性)	42.6%	47.1%	減少	C
	40～64歳(女性)	15.2%	16.9%	減少	C
	65～74歳(男性)	28.9%	26.5%	減少	A
	65～74歳(女性)	8.0%	15.0%	減少	D
適正体重を維持している人の増加（BMI 普通）	40～64歳(男性)	52.9%	58.8%	増加	A
	40～64歳(女性)	67.1%	51.8%	増加	D
特定健診受診率の向上	40～74歳(男性)	38.9%	37.6%	増加	C
	40～74歳(女性)	48.9%	47.5%	増加	C
肺がん検診受診率の向上	40歳以上(男女)	51.7%	14.0%	増加	D
胃がん検診受診率の向上	40歳以上(男女)	23.8%	5.0%	増加	D
大腸がん検診受診率の向上	40歳以上(男女)	36.3%	12.6%	増加	D

(9) 安心できる医療施策の推進

安心できる医療施策の推進において、「かかりつけ医のいる人の増加」は男性で目標値を達成しています。一方、「自分は健康であると思う人の増加」「高血圧の診断を受けた人の減少」は男女とも減退しています。

指標	対象者	実績値		目標値	評価
		平成24年度	令和4年度	令和4年度	
かかりつけ医のいる人の増加	大人（男性）	53.5%	57.6%	増加	A
	大人（女性）	66.0%	60.4%	増加	D
自分は健康であると思う人の増加	大人（男性）	83.0%	76.1%	増加	D
	大人（女性）	83.0%	81.7%	増加	C
高血圧の診断を受けた人の減少	40～64歳（男性）	26.5%	47.1%	減少	D
	40～64歳（女性）	22.8%	24.1%	減少	C
	65～74歳（男性）	55.3%	67.6%	減少	D
	65～74歳（女性）	44.0%	45.0%	減少	C

2. 境町食育推進計画

(1) 食を通じて身体を育む

食を通じて身体を育むにおいて、「甘い飲み物をほとんど毎日飲んでいる男性の減少」「主食・主菜・副菜をそろえた食事を1回以上ほとんど毎日食べている人の増加」「麺類の汁をほとんど全部飲んでいる男性の減少」「歯科健診を定期的に受けている人の増加」は目標値を達成しています。一方、「朝昼夕3食を規則正しく食べるようにしている人の増加」「朝食をほとんど毎日食べている人の増加」「ゆっくりよく噛んで食べるようにしている人の増加」「栄養のバランスを考えて食べるようにしている人の増加」「野菜を多く食べるようにしている人の増加」は減退しており、朝昼夕3食しっかり食べることの大切さの周知等、引き続き食育の推進に努める必要があります。

指標	対象者	実績値		目標値	評価
		平成24年度	令和4年度	令和4年度	
朝昼夕3食を規則正しく食べるようにしている人の増加	小学1年生	69.7%	70.3%	75.0%	B
	小学6年生		58.5%		D
	中学3年生		54.4%		D
	大人	65.7%	61.7%	70.0%	C
朝食をほとんど毎日食べている人の増加	小学6年生	84.5%	85.9%	90.0%	B
	中学3年生	79.6%	80.8%	85.0%	B
	20～39歳	68.8%	61.4%	75.0%	D
ゆっくりよく噛んで食べるようにしている人の増加	小学1年生	33.8%	25.7%	40.0%	D
	小学6年生		36.6%		B
	中学3年生		25.8%		D
	大人	23.7%	18.6%	30.0%	D

指標	対象者	実績値		目標値	評価
		平成24年度	令和4年度	令和4年度	
甘い飲み物をほとんど毎日飲んでいる男性の減少	大人（男性）	28.8%	19.0%	20.0%	A
お酒を2合以上飲んでいる男性の減少	大人（男性）	21.2%	30.0%	15.0%	D
栄養のバランスを考えて食べるようにしている人の増加	大人	41.4%	36.4%	50.0%	D
主食・主菜・副菜をそろえた食事を1回以上ほとんど毎日食べている人の増加	大人	32.5%	49.0%	40.0%	A
果物を週に4日以上食べている人の増加	大人	31.1%	34.1%	40.0%	B
野菜を多く食べるようにしている人の増加	大人	52.3%	44.8%	60.0%	D
野菜を1日3回ほとんど毎日食べている人の増加	大人	23.7%	18.8%	30.0%	C
塩分を控えるようにしている人の増加	大人	35.4%	31.6%	40.0%	C
汁物を毎日2回以上食べている人の減少	大人	17.9%	16.0%	10.0%	B
麺類の汁をほとんど全部飲んでいる男性の減少	大人（男性）	30.6%	19.5%	25.0%	A
デンタルフロスや歯間ブラシを毎日使う人の増加	大人	18.3%	20.9%	25.0%	B
歯科健診を定期的に受けている人の増加	大人	24.6%	30.6%	30.0%	A

(2) 食を通じて心を育む

食を通じて心を育むにおいて、「夕食を家族などと一緒に食べる小中学生の増加」は小学6年生、中学3年生で減退しており、共食の大切さの周知等、引き続き食育の推進に努める必要があります。

指標	対象者	実績値		目標値	評価
		平成24年度	令和4年度	令和4年度	
夕食を家族などと一緒に食べる小中学生の増加	小学1年生	95.7%	98.3%	98.0%	A
	小学6年生		90.7%		D
	中学3年生		86.8%		D
料理の手伝いを週2日以上する小中学生の増加	小学1年生	47.7%	28.5%	55.0%	D
	小学6年生		52.2%		B
	中学3年生		41.7%		D
農林漁業体験など消費者と生産者の交流に関心がある人の増加	大人	4.3%	3.5%	10.0%	C
産地や賞味期限、原材料、添加物の表示や食品の安全性について知ることに関心がある人の増加	大人	60.7%	51.0%	70.0%	D

(3) 食を通じて地域を育む

食を通じて地域を育むにおいて、「地元の農林水産物を地元で消費するという地産地消に関心がある人の増加」「郷土料理や行事食などを次の世代に伝えることに関心がある人の増加」は減退しており、引き続き食育の推進に努める必要があります。

指標	対象者	実績値		目標値	評価
		平成24年度	令和4年度	令和4年度	
地元の農林水産物を地元で消費するという地産地消に関心がある人の増加	大人	18.8%	15.3%	25.0%	C
郷土料理や行事食などを次の世代に伝えることに関心がある人の増加	大人	12.3%	9.0%	20.0%	C

第4節 本町の健康課題

本町の健康に関する統計データや町民及び子どもアンケート結果等から、今後、重点的に取り組む必要のある健康課題は次の通りです。

1. 生活習慣病の予防

本町では、がん、心疾患、脳血管疾患が町民の死亡原因の三大要因となっています。これらの疾患は生活習慣に深く関連しており、町民が長期にわたって健康でいられるためには、これらの生活習慣病を予防することが重要です。町民自身が自分の生活習慣を点検・見直しし、特に運動習慣、食習慣、積極的な休養習慣などを若いうちから取り入れ、健康的な生活習慣を実践することが必要です。

2. 次世代の健康づくり

「3食規則正しく食べること」を心がけている子どもは年齢が上がるほど減少しています。また、朝食の欠食も年齢が上がるほど多くなることから、小さい頃から規則正しい食習慣の大切さを学び、習慣化していくことが大切です。

共食（誰かと食事をする事）は、年齢が上がるほど減少する傾向がみられます。児童にとって共食は、食の楽しさを実感するだけでなく、家庭で受けられる食育の機会でもあるため、積極的に共食の機会を増やしていくことが重要です。

運動やスポーツを習慣にしている児童は、前回調査より減少傾向がみられます。参加しやすいスポーツ大会等により運動機会の増進を図る必要があります。

学校が楽しいと感じる児童は、前回調査より小学6年生では増加し、中学生では減少しています。

乳幼児受診率は、1歳6か月児、3歳児ともに改善がみられるため、引き続き受診率向上の取り組みを継続していくことが必要です。

3. 高齢者の介護予防

本町も高齢化が進んでおり、介護需要が増加しています。介護予防に取り組むことで、介護が必要な状態に陥る前に、自立した生活を送り続けることができます。また、高齢者が孤立していたり、社会参加が不足している状況が続くと、健康寿命が短くなったり、介護が必要な状態に陥りやすくなるため、介護予防に取り組む上で重要な課題となっています。

4. こころの健康づくり

休養や睡眠を十分に取れていない人が増加しているため、積極的な休養や質の良い睡眠の重要性を周知していく必要があります。

ストレスを感じる児童が増加しているため、各個人にあったストレス解消法を持つことが大切です。

5. 町民の健康づくり・体力づくり

町民で週に2回以上運動している人は、30代～50代が特に低くなっています。青年期から壮年期にかけては、仕事や家庭に忙しく健康意識が低くなりやすい時期でもあるため、健康意識を向上させる働きかけが必要です。

健康要素のうち、特に「身体活動・運動」は身体の健康の維持・増進を図るために不可欠のものです。主観的な「運動不足感」を健康づくりの警戒信号と捉えて、町民の積極的な健康づくり・体力づくりを促進することが必要です。町民が自分にあった適切なスポーツ・身体活動の種目を選んで継続できるように、今後さらに、スポーツ・運動の社会環境の充実を図ることが必要です。

6. 健康環境の整備

健康づくりを推進するためには、個々の町民の意識的な努力が基本です。その上で、町民の身近な地域でのサークル・住民活動の交流や支援、施設や環境の整備、保健・医療・福祉施策の展開等、健康づくりの全面的な施策の展開が必要です。

また、新たな感染症など、全ての町民の健康被害をもたらす危険性のある健康危機に対して、健康危機管理体制の構築が必要となっています。