

第2期芦屋町健康増進計画・食育推進計画

1. 計画の目的

芦屋町健康増進計画は、「健康寿命の延伸と健康格差の縮小」を大目標に掲げ、①個人の行動と健康状態の改善、②社会環境の質の向上、③ライフコースアプローチを踏まえた健康づくりの3つの方向を柱に取組を推進していくための計画です。また、芦屋町食育推進計画は、①生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進、②持続可能な食を支える食育の推進、③新たな日常やデジタル化に対応した食育の推進の3つを重点事項に掲げ、各主体の連携・協働を推進していくための計画です。これらの計画に基づき、全ての町民が健やかで心豊かに生活できる持続可能な社会の実現及び、町民の健全な食生活の実現、環境や食文化を意識した持続可能な社会の実現を目指します。

2. 計画期間

令和8年度から令和19年度の12年間

3. 第1期計画の目標達成状況

評価及び課題

- ・平成28年度から令和7年度を計画期間とした第1期計画では、生活習慣の改善及び、生活習慣病の早期発見、発症予防と重症化予防を重点的に実施しました。
- ・生活習慣病の原因となる食生活、運動、休養、飲酒、喫煙などの生活習慣は、すべての分野において改善が図られませんでした。規則正しい生活習慣を身につけることができるよう、引き続き生活習慣の改善（一次予防）に重点を置き、ライフコースに応じた健康課題への取組が必要です。
- ・健（検）診の受診については、大腸がん検診の受診率以外は改善が図られました。特に、特定健診受診率は大幅に改善し目標を達成しました。訪問や電話勧奨に力を入れたことによることと思われます。がんや生活習慣病の早期発見のため、引き続き受診率向上に向けた取組が必要です。
- ・高血圧の有病率は改善していますが、脂質異常症や糖尿病の有病率は悪化しています。脳血管疾患や心疾患、慢性腎臓病などの危険因子となるため、発症予防及び重症化予防に向けた取組が必要です。

【図1】前計画目標の評価（計画 P24～P26） 一部抜粋

基本目標1 生活習慣の改善

指標	計画策定時 現状値	目標値	実績値	評価
栄養・食生活				
肥満者（BMI25以上）の割合の減少	26.9%	20.0%	25.0%	B
1日に2回以上、主食・主菜・副菜をそろえて食べる ことが、週4日以上ある人の割合の増加	80.3%	85.0%	78.2%	D
身体活動・運動				
日常的（毎日・週3～4回）に運動を行っている割合の増加	42.9%	50.0%	37.7%	D
休養				
睡眠による休養をあまりとれていない・まったくとれていない人の割合の減少	14.4%	10.0%	23.9%	D
飲酒				
生活習慣病のリスクを高める飲酒をしている （ほぼ毎日飲酒する）人の割合の減少	12.3%	10.0%	16.9%	D
喫煙				
喫煙する人の割合の減少	12.6%	10.0%	13.6%	D
歯・口腔の健康				
定期的に歯科医院を受けていない人の割合の減少	53.2%	45.0%	31.7%	A

基本目標2 生活習慣病の早期発見、発症予防と重症化予防

指標	計画策定時 現状値	目標値	実績値	評価
がん対策の推進				
胃がん検診受診率の向上	5.5%	30.0%	19.4%	B
肺がん検診受診率の向上	6.3%	15.0%	7.1%	B
大腸がん検診受診率の向上	6.9%	15.0%	5.9%	D
乳がん検診受診率の向上	15.7%	30.0%	15.9%	B
子宮頸がん検診受診率の向上	10.7%	30.0%	11.1%	B
循環器疾患対策の推進				
高血圧症（Ⅱ度以上）有病率の減少	12.1%	6.0%	6.5%	B
脂質異常症有病率の減少 （LDLコレステロール180mg/dl以上）	4.5%	2.0%	3.9%	B
脂質異常症有病率の減少 （中性脂肪300mg/dl以上）	2.0%	1.0%	2.8%	D
特定健診受診率の向上	33.6%	40.0%	41.5%	A
特定保健指導率の向上	67.6%	70.0%	72.2%	A
メタボリックシンドローム該当者及び予備群の減少	31.3%	20.0%	34.4%	D
糖尿病対策の推進				
糖尿病有病率の減少	7.9%	4.0%	9.4%	D
有病者のうち糖尿病治療の割合の増加	53.5%	60.0%	78.8%	A

※評価区分

A：目標を達成している B：改善している（目標値まで達成していない）
C：変わらない D：悪化している

4. 第2期計画の施策体系

【図2】計画の施策体系（計画 P28）

基本的方向		施策の柱	施策の方向性
<大目標>		健康寿命の延伸、健康格差の縮小	
1. 個人の行動と健康状態の改善	1) 生活習慣の改善の推進	(1) 栄養・食生活 (食育の推進)	① バランスのとれた適正な量の食事等に関する普及啓発 ② 食塩の適正摂取に関する普及啓発 ③ 学校における食習慣形成に関する普及啓発
		(2) 身体活動・運動	① 身体活動や運動に関する普及啓発 ② 運動に取り組みやすい環境づくりの促進
		(3) 休養・睡眠	① 質の良い十分な睡眠を取るための普及啓発
		(4) 飲酒	① 生活習慣病のリスクを高めない適正飲酒量に関する普及啓発 ② 20歳未満の者の飲酒を防止するための取組 ③ 妊娠中の飲酒を防止するための取組
		(5) 喫煙	① 喫煙が健康に及ぼす影響に関する普及啓発 ② COPDに関する普及啓発 ③ 20歳未満の者の喫煙を防止するための取組 ④ 妊娠中の喫煙を防止するための取組
	2) 生活習慣病等の早期発見、発症予防と重症化予防の推進	(1) がん対策の推進	① がんの一次予防の推進 ② がん検診受診率向上のための取組
		(2) 循環器病対策の推進	① 高血圧症、脂質異常症、糖尿病等の予防の推進 ② 特定健診受診率向上のための取組 ③ 効果的な特定保健指導の実施 ④ 高血圧症等の未受診者対策や必要に応じた保健指導などの推進
		(3) 糖尿病対策の推進	① 糖尿病の発症予防に関する正しい知識や情報の提供 ② 特定健診受診率向上のための取組（再掲） ③ 効果的な特定保健指導の実施（再掲） ④ 糖尿病の未受診者対策や必要に応じた保健指導などの推進
		(4) 生活機能の維持・向上	① ロコモティブシンドローム予防の推進 ② 骨粗鬆症の早期発見・治療に向けた取組
		(5) 歯・口腔の健康	① 各ライフステージに応じた歯科保健対策の推進 ② 歯科健診の受診率向上に向けた取組の実施
	2. 個人の健康づくりを支えるための環境づくりの推進（自然に健康になれる環境づくり）	① 健康づくりに取り組む環境の整備	
	3. ライフコースアプローチを踏まえた健康づくりの推進	(1) こどもの健康	① こどもの生活習慣形成のための支援
		(2) 高齢者の健康	① バランスのとれた適正な量の食事等に関する啓発（再掲） ② 介護予防の推進 ③ 熱中症に係る普及啓発、熱中症弱者のための熱中症対策 ④ 社会参加の促進
		(3) 女性の健康	① バランスのとれた適正な量の食事等に関する啓発（再掲） ② 低出生体重児等ハイリスク児の出生予防 ③ 生活習慣病のリスクを高めない適正飲酒量に関する普及啓発（再掲） ④ 妊娠中の喫煙を防止するための取組（再掲） ⑤ 更年期に伴う不調の早期発見・治療に向けた取組

5. 第2期計画の目標項目一覧

<大目標> 健康寿命の延伸、健康格差の縮小

平均寿命と健康寿命（平均自立期間）との差が、日常生活に制限のある「不健康な期間」と考えられており、その差が拡大すれば医療費や介護給付費等の社会保障費が増大することになります。そのため、健康寿命が延伸し平均寿命との差が縮まることにより、医療費等における健康格差の縮小を大目標とし、下記の施策を設定します。

	対象者	現状値 (R6年度)	目標値 (R18年度)
健康寿命（平均自立期間）の延伸	男性	78.7歳	→ 80歳
	女性	84.3歳	→ 85歳

1. 個人の行動と健康状態の改善

1) 生活習慣の改善の推進

町民の健康の増進を形成する基本要素となる栄養・食生活、身体活動・運動、休養・睡眠、飲酒及び喫煙の健康に関する生活習慣の改善に取り組みます。

① 栄養・食生活	対象者	現状値 (R6年度)	目標値 (R18年度)
肥満者 (BMI25以上) の割合の減少	20～60歳代 男性	36.5%	→ 28.0%
	40～60歳代 女性	14.9%	→ 11.0%
やせの者 (BMI18.5未満) の割合の減少	20～30歳代 女性	27.4%	→ 18.0%
低体重者 (BMI20以下) の割合の増加の抑制	65歳以上	20.2%	→ 22.0%
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」の割合の増加	20歳以上	64.1%	→ 80.0%
学校給食における残食率の減少	小学生	4.5%	→ 減少
	中学生	1.2%	→ 減少

② 身体活動・運動	対象者	現状値 (R6年度)	目標値 (R18年度)
1日当たりの平均歩数が8,000歩以上の者の増加	20～64歳 男性	15.3%	→ 20.0%
	20～64歳 女性	9.3%	→ 15.0%
1日当たりの平均歩数が6,000歩以上の者の増加	65歳以上 男性	23.0%	→ 25.0%
	65歳以上 女性	17.8%	→ 20.0%
1日30分以上かつ週2回以上の運動習慣がある者の増加	20～64歳 男性	43.9%	→ 50.0%
	20～64歳 女性	24.4%	→ 30.0%
	65歳以上 男性	43.9%	→ 50.0%
	65歳以上 女性	44.4%	→ 50.0%
1週間の総運動時間が60分未満の児童の割合の減少	小学生 男子	7.5%	→ 減少
	小学生 女子	8.2%	→ 減少
	中学生 男子	7.0%	→ 減少
	中学生 女子	25.5%	→ 減少

③ 休養・睡眠	対象者	現状値 (R6年度)	目標値 (R18年度)
睡眠で休養が取れている者の割合の増加	20歳以上	75.5%	→ 85.0%
睡眠時間が6～9時間（60歳以上は6～8時間）の者の割合の増加	20～59歳	49.2%	→ 66.8%
	60歳以上	24.4%	→ 30.0%

④ 飲酒	対象者	現状値 (R6年度)	目標値 (R18年度)
生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の減少	男性：40g以上	9.7%	→ 9.0%
	女性：20g以上	8.6%	→ 6.4%
妊娠中に飲酒する者の割合の減少	妊婦	0%	→ 0%

⑤ 喫煙	対象者	現状値 (R6年度)	目標値 (R18年度)
20歳以上の喫煙率の減少（喫煙をやめたい者がやめる）	20歳以上	13.6%	→ 12.0%
妊娠中に喫煙する者の割合の減少	妊婦	1.5%	→ 0%
COPD認知度の向上	20歳以上	39.4%	→ 50.0%

1. 個人の行動と健康状態の改善

2) 生活習慣病等の早期発見、発症予防と重症化予防の推進

がん、循環器病、糖尿病の生活習慣病に対処するため、がん検診による早期発見、特定健康診査・特定保健指導の効果的な実施による発症予防と、症状の進展や合併症の発症を防ぐなど、重症化予防の対策を推進します。

① がん対策の推進	対象者	現状値 (R5年度)	目標値 (R17年度)
がんの75歳未満年齢調整死亡率の減少 (人口10万人当たり)	75歳未満	183.0 (R2~R4)	→ 減少
胃がん検診受診率の向上	40歳以上	19.4%	→ 30.0%
肺がん検診受診率の向上	40歳以上	7.1%	→ 15.0%
大腸がん検診受診率の向上	40歳以上	5.9%	→ 15.0%
子宮頸がん検診受診率の向上	20歳以上 女性	11.1%	→ 20.0%
乳がん検診受診率の向上	40歳以上 女性	15.9%	→ 25.0%
② 循環器病対策の推進	対象者	現状値 (R5年度)	目標値 (R17年度)
脳血管疾患年齢調整死亡率の減少 (人口10万人当たり)	男性	57.7 (R2~R4)	→ 減少
	女性	49.0 (R2~R4)	→ 減少
心疾患年齢調整死亡率の減少 (人口10万人当たり)	男性	167.7 (R2~R4)	→ 減少
	女性	113.3 (R2~R4)	→ 減少
高血圧症 (Ⅱ度以上) の者の割合の減少	40~74歳	6.5%	→ 6.0%
LDLコレステロール180mg/dl以上の者の割合の減少	40~74歳	3.9%	→ 2.0%
中性脂肪300mg/dl以上の者の割合の減少	40~74歳	2.8%	→ 1.0%
メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少	40~74歳	34.4%	→ 20.0%
特定健康診査の実施率の向上	40~74歳	41.5%	→ 60.0%
特定保健指導の実施率の向上	40~74歳	72.2%	→ 75.0%
③ 糖尿病対策の推進	対象者	現状値 (R5年度)	目標値 (R17年度)
糖尿病 (HbA1c7.0%以上) の者の割合の減少	40~74歳	9.4%	→ 4.0%
糖尿病 (HbA1c7.0%以上) の者のうち未治療者割合の減少	40~74歳	21.2%	→ 15.0%
血糖コントロール不良者の減少 (HbA1c8.0%以上の者の割合の減少)	40~74歳	1.4%	→ 0%
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)	40~74歳	34.4%	→ 20.0%
特定健康診査の実施率の向上 (再掲)	40~74歳	41.5%	→ 60.0%
特定保健指導の実施率の向上 (再掲)	40~74歳	72.2%	→ 75.0%
④ 生活機能の維持・向上	対象者	現状値 (R6年度)	目標値 (R18年度)
ロコモティブシンドローム認知度の向上	20歳以上	37.5%	→ 50.0%
骨粗鬆症検診受診率の向上	女性	20.2%	→ 25.0%
⑤ 歯・口腔の健康	対象者	現状値 (R5年度)	目標値 (R17年度)
3歳児でむし歯のない者の割合の増加	3歳児	92.9%	→ 95.0%
40歳で歯周炎を有する者の割合の減少	40歳	0%	→ 0%
60歳で24本以上の自分の歯を有する者の割合の増加	60歳	85.7%	→ 95.0%
過去1年間に歯科受診 (検診を含む) した者の割合の増加	20歳以上	67.4%	→ 75.0%

2. 個人の健康づくりを支えるための環境づくりの推進（自然に健康になれる環境づくり）

個人の健康は、家庭、地域、学校、職場等の社会環境の影響を受けることから、社会全体で健康づくりの取組を推進することにより、健康に関心の低い人等でも自然と健康を維持できるような社会環境づくりが重要です。「ふくおか健康ポイントアプリ」の活用を促し、健康増進の取組を推進していきます。

	対象者	現状値 (R6年度)	目標値 (R18年度)
ふくおか健康ポイントアプリの登録者数の増加	—	527人	→ 1,000人

3. ライフコースアプローチを踏まえた健康づくりの推進

町民一人ひとりが自立して健やかに生活できるよう、ライフステージや性に特有の健康課題に応じて、その予防と健康の維持増進に取り組みます。

① こどもの健康	対象者	現状値 (R5年度)	目標値 (R17年度)
朝食を毎日食べる習慣が定着している小・中学生の割合の増加	小学生	87.9%	→ 全国平均以上
	中学生	88.5%	→ 全国平均以上
1週間の総運動時間が60分未満の児童の割合の減少（再掲）	小学生 男子	7.5%	→ 減少
	小学生 女子	8.2%	→ 減少
	中学生 男子	7.0%	→ 減少
	中学生 女子	25.5%	→ 減少
② 高齢者の健康	対象者	現状値 (R6年度)	目標値 (R18年度)
低体重者(BMI20以下)の割合の増加の抑制（再掲）	65歳以上	20.2%	→ 22.0%
「この1年間に転んだことがある」と回答した者の割合の減少	75歳以上	22.4%	→ 減少
「週に1回以上外出している」と回答した者の割合の増加	75歳以上	95.9%	→ 増加
③ 女性の健康	対象者	現状値 (R6年度)	目標値 (R18年度)
やせの者(BMI18.5未満)の割合の減少（再掲）	20～30歳代 女性	27.4%	→ 18.0%
全出生数中の低出生体重児(2,500g未満)の割合の減少	—	14.3%	→ 減少
骨粗鬆症検診受診率の向上（再掲）	女性	20.2%	→ 25.0%
生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の減少（再掲）	女性：20g以上	8.6%	→ 6.4%
妊娠中に喫煙する者の割合の減少（再掲）	妊婦	1.5%	→ 0%

6. 計画の推進体制

本計画の推進にあたっては、「芦屋町健康づくり推進協議会」を活用し、本町における健康づくりのあり方について広く意見を求めるとともに、計画の進行管理、評価及び次期計画の策定などに関して協議を行います。

また、庁内の関係部署だけでなく、地域・関係団体などと健康づくり施策について連携を図り、効果的かつ総合的に計画を推進します。

【図3】実施・連携体制

