

第4節 重点分野別最終評価の結果

(1) 栄養・食生活

重点分野別 目標	バランスのとれた楽しい食事で、 元気なからだと豊かなところを 育みましょう。	総合評価
		B

栄養・食生活分野の総括

望ましい食生活を送ることができるよう、各種事業を通じて、各年代に対応した食に関する知識の普及啓発に取り組みました。

その結果、毎日規則的に食事をする子どもの割合について増加傾向がみられ、目標を達成することができたほか、食塩摂取量について改善がみられました。

その他の指標については、目標を達成することができませんでした。特に、野菜と果物の摂取量については、中間評価の結果を踏まえ、地域における健康教育などのメインテーマとして、多くの対象者への普及啓発を行ってきましたが、改善できませんでした。

また、飲食店や惣菜店等に対し、店舗訪問や研修会の場において市民の健康づくりの支援への協力を呼びかけた結果、食の健康づくり応援店は増加しましたが、新型コロナウイルス感染症の影響等による廃業店舗の急増もあり、目標を達成することができませんでした。

引き続き、子どものころからうす味の感覚や望ましい食習慣が身につけられるよう、正しい知識の普及に努めるとともに、普及啓発の機会が少なかった働く世代に向けた健康教育の場の提供や、SNSなどを活用した情報発信に力を入れていく必要があります。

個別目標	【行動目標】 1 朝・昼・夕の3食を食べ、食習慣を整えましょう。……………25 2 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上食べましょう。……26 3 食塩の摂取量を減らしましょう。……………27 4 野菜と果物の摂取量を増やしましょう。……………28 5 子どもと一緒に食事をしましょう。……………29
	【環境目標】 1 食塩や脂肪を控えた食事の提供に取り組みましょう。……………30

(1)栄養・食生活		行動目標 1
目標	朝・昼・夕の3食を食べ、食習慣を整えましょう。	
ライフステージ：幼年期、少年期		

指標の推移と最終評価の結果						
項目		基準値	中間値	最終値	目標値	最終評価
毎日規則的に食事をする子どもの割合	3歳児	96.3%	96.1%	98.1%	増加傾向へ	↗
基準値：平成23年度3歳児健康診査 中間値：平成28年度3歳児健康診査 最終値：令和3年度3歳児健康診査						
項目		基準値	中間値	最終値	目標値	最終評価
朝食を毎日食べる児童の割合	小学 男子	91.5%	87.1%	83.5%	増加傾向へ	↘
	5年生 女子	95.1%	84.2%	82.0%	増加傾向へ	↘
基準値：平成22年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査 中間値：平成28年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査 最終値：令和3年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査						

分析と今後の課題
<p>毎日規則的に食事をする3歳児の割合は増加傾向にあり、目標を達成しました。</p> <p>また、朝食を毎日食べる小学5年生の割合は、男女ともに年々減少傾向にあり、目標を達成することはできませんでした。</p> <p>文部科学省の調査によると（※）朝食欠食は高校生で急増することから、中学生までに朝食を習慣化し、その習慣の継続につなげることが重要です。</p> <p>今後も、3食規則正しく食べることの重要性や望ましい食習慣に関する知識の普及啓発に努めていく必要があります。</p> <p>※平成26年度「家庭教育の総合的推進に関する調査研究」－睡眠を中心とした生活習慣と子供の自立等との関係性に関する調査－</p>

個別目標達成のため推進した主な取組
<ul style="list-style-type: none"> ■小中学校における健康教育（食育） ■乳幼児健康診査 ■健康教育・健康相談（母子） ■マタニティ食生活講座→食生活学級【H29 事業名変更】 ■離乳食教室 ■幼児食教室 ■むし歯予防教室

- ◎ 計画策定後に開始した取組は、開始年度を【 】内に表示
 ◎ 事業内容や取組実績は、参考資料に掲載

(1)栄養・食生活		行動目標2
目標	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上食べましょう。	
ライフステージ：青年期、壮年期、中年期、高齢期		

指標の推移と最終評価の結果

項目	基準値	中間値	最終値	目標値	最終評価
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人の割合 20歳以上	—	55.8%	53.4%	67%	×

中間値：平成28年度市民健康意識調査
最終値：令和3年度市民健康意識調査

※中間評価時に指標項目・目標値見直し

分析と今後の課題

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人の割合は、中間値よりも減少しており、目標は達成できませんでした。

最終値では、男女ともに65歳以上で最も高く、壮年期である25～44歳で最も低くなっています。

今後は、壮年期を対象とした事業において、バランスのとれた食事を実践できるよう普及啓発に努めていく必要があります。

個別目標達成のため推進した主な取組

- マタニティ食生活講座→食生活学級【H29事業名変更】
- 「食」の自立支援事業
- 通所型介護予防事業・訪問型介護予防事業
- 高齢者生活管理指導員派遣事業
- 特定健康診査・特定保健指導事業
- 病態別食生活相談→食生活健康相談【H31事業名変更】
- 地区栄養改善事業【R3～】
- 生活習慣病予防教室
- 女性の健康づくり教室
- 健康と栄養講話会
- 健康相談・健康教育

◎ 計画策定後に開始した取組は、開始年度を【 】内に表示

◎ 事業内容や取組実績は、参考資料に掲載

(1)栄養・食生活		行動目標3
目標	食塩の摂取量を減らしましょう。	
ライフステージ：青年期、壮年期、中年期、高齢期		

指標の推移と最終評価の結果						
項目		基準値	中間値	最終値	目標値	最終評価
食塩摂取量 (1人1日あたりの平均)	20歳以上	10.3g	11.4g	10.0g (参考値)	8g	△
基準値：平成21年市民健康・栄養調査 中間値：平成24、26、27年国民健康・栄養調査 最終値：平成28、30年国民健康・栄養調査 ※最終値は、本市で実施された「国民健康・栄養調査」の過去2年分のデータを基に算出しています。 <u>新型コロナウイルス感染症の影響により、令和2年と令和3年の2年間は調査が中止となったため、データ数が少なく、調査地区にも偏りがあることから、この数値による正確な評価はできません。そのため、最終値は参考値となります。</u>						

分析と今後の課題
<p>食塩摂取量は、基準値よりも減少しましたが、男女ともにすべての年代で依然として目標を上回っており、目標は達成できませんでした。</p> <p>主な摂取源となっている家庭食における調味料からの摂取を減らすとともに、利用が増えている外食、中食および加工食品に含まれる食塩量への意識づけを図っていくことが、今後の課題と考えます。</p> <p>引き続き、子どものころからうす味の感覚を身につけるための普及啓発に努めるほか、全ての年代を対象として、生活に取り入れやすい実践的な減塩指導に努めていく必要があります。</p>

個別目標達成のため推進した主な取組
<ul style="list-style-type: none"> ■ マタニティ食生活講座→食生活学級【H29事業名変更】 ■ 「食」の自立支援事業 ■ 通所型介護予防事業・訪問型介護予防事業 ■ 高齢者生活管理指導員派遣事業 ■ 特定健康診査・特定保健指導事業 ■ 病態別食生活相談→食生活健康相談【H31事業名変更】 ■ 生活習慣病予防教室 ■ 女性の健康づくり教室 ■ 地区栄養改善事業【R3～】 ■ 健康と栄養講話会

- ◎ 計画策定後に開始した取組は、開始年度を【 】内に表示
 ◎ 事業内容や取組実績は、参考資料に掲載

目標

野菜と果物の摂取量を増やしましょう。

ライフステージ：青年期、壮年期、中年期、高齢期

指標の推移と最終評価の結果

項目		基準値	中間値	最終値	目標値	最終評価
野菜の摂取量 (1人1日あたりの平均)	20歳以上	319.8g	304.8g	246.0g (参考値)	350g	×
果物摂取量1日100g未 満の人の割合	20歳以上	50.8%	48.1%	72.5% (参考値)	25%	×

基準値：平成21年市民健康・栄養調査

中間値：平成24、26、27年国民健康・栄養調査

最終値：平成28、30年国民健康・栄養調査

※最終値は、本市で実施された「国民健康・栄養調査」の過去2年分のデータを基に算出しています。新型コロナウイルス感染症の影響により、令和2年と令和3年の2年間は調査が中止となったため、データ数が少なく、調査地区にも偏りがあることから、この数値による正確な評価はできません。そのため、最終値は参考値となります。

分析と今後の課題

野菜の摂取量は、男女ともに基準値を下回っており、目標は達成できませんでした。70歳代では目標を達成しているものの、20～59歳の働く世代で摂取量が不足しています。

また、果物摂取量1日100g未満の人の割合は、男女ともに基準値を上回っており、目標は達成できませんでした。男性の20～59歳で1日100g未満の人の割合が8割を超えており、特に不足しています。

引き続き、働く世代に重点をおき、野菜や果物を摂取することの必要性や摂取量に関する普及啓発に努めていく必要があります。

個別目標達成のため推進した主な取組

- マタニティ食生活講座→食生活学級【H29 事業名変更】
- 「食」の自立支援事業
- 通所型介護予防事業・訪問型介護予防事業
- 高齢者生活管理指導員派遣事業
- 特定健康診査・特定保健指導事業
- 病態別食生活相談→食生活健康相談【H31 事業名変更】
- 生活習慣病予防教室
- 女性の健康づくり教室
- 地区栄養改善事業【R3～】
- 健康と栄養講話会
- 健康教育・健康相談

◎ 計画策定後に開始した取組は、開始年度を【 】内に表示

◎ 事業内容や取組実績は、参考資料に掲載

(1)栄養・食生活		行動目標5
目標	子どもと一緒に食事をしましょう。	
ライフステージ：少年期		

指標の推移と最終評価の結果						
項目		基準値	中間値	最終値	目標値	最終評価
朝食を誰かと一緒に食べる 子どもの割合	小学生	83.0%	80.1%	78.6%	増加傾向へ	↓
基準値：平成23年度秋田市教育委員会「食事アンケート調査」 中間値：平成28年度秋田市教育委員会「食事アンケート調査」 最終値：令和3年度秋田市教育委員会「食事アンケート調査」						

分析と今後の課題
<p>朝食を誰かと一緒に食べる小学生の割合は、基準値よりも減少傾向にあり、目標を達成することはできませんでした。</p> <p>ライフスタイルの多様化が進み、家族そろって食事をする機会が少なくなりつつある中で、特に朝食の孤食は年々増加しています。</p> <p>引き続き、共食が子どもの将来の食習慣形成にもたらす効果について、普及啓発に努めていく必要があります。</p>

個別目標達成のため推進した主な取組
<ul style="list-style-type: none"> ■乳幼児健康診査 ■健康教育・健康相談（母子） ■マタニティ食生活講座→食生活学級【H29 事業名変更】 ■離乳食教室 ■幼児食教室 ■健康教育・健康相談 ■小・中学校における健康教育（食育） ■地域子育て支援事業

◎ 計画策定後に開始した取組は、開始年度を【 】内に表示

◎ 事業内容や取組実績は、参考資料に掲載

(1)栄養・食生活

環境目標 1

目標

食塩や脂肪を控えた食事の提供に
取り組みましょう。

ライフステージ：－

指標の推移と最終評価の結果

項 目	基準値	中間値	最終値	目標値	最終評価
食の健康づくり応援店登録数	44店舗	63店舗	75店舗	100店舗	○

分析と今後の課題

食の健康づくり応援店登録数は、年々に増加していましたが、目標を達成することはできませんでした。

令和元年度末には登録店舗数が90店舗まで増加しましたが、新型コロナウイルス感染症の影響等で店舗の廃業が急増したことにより、登録店舗数が伸びませんでした。

今後も、食による健康づくりのサポートに努めていきます。

個別目標達成のため推進した主な取組

■食の環境づくり推進事業

◎ 計画策定後に開始した取組は、開始年度を【 】内に表示

◎ 事業内容や取組実績は、参考資料に掲載

第4節 重点分野別最終評価の結果

(2) 身体活動

重点分野別 目標	生活の中で動きを意識し、 快適なからだを実感しましょう。	総合評価
		B

身体活動分野の総括

生活習慣病の予防、体力の維持・向上のため、各種事業を通じて運動の習慣化の喚起および定着化について取り組んだ結果、高齢期における「日常生活の歩数」、「運動している人の割合」は改善がみられました。

しかし、幼年期から中年期では、各指標において改善がみられませんでした。高齢期ではロコモティブシンドロームやフレイル予防のためからだを動かすことに対する意識が比較的高い傾向がありますが、若い世代においては、学業や仕事、育児のため時間がないことなどにより、意識が低いことが主な要因として考えられます。

そのため、今後もからだを動かすことの重要性について普及啓発をしていくとともに、各ライフステージに合わせ、日常生活の中で運動を習慣づけることや、身体活動量を増やすことができる環境づくりといった支援を継続する必要があります。

個別目標

【行動目標】

- 1 1日の歩数を増やしましょう。……………32
- 2 からだを動かす時間を持ちましょう。……………33
- 3 生活体力を維持し、自立した生活を送りましょう。……………34
- 4 からだを動かす楽しさを知り、運動の大切さを実感しましょう。……………35

(2)身体活動

行動目標 1

目標

1日の歩数を増やしましょう。

ライフステージ：青年期、壮年期、中年期、高齢期

指標の推移と最終評価の結果

項目		基準値	中間値	最終値	目標値	最終評価
日常生活における歩数	20～64歳	6,925歩	6,229歩	6,029歩 (参考値)	8,000歩 以上	×
	65歳以上	4,765歩	5,163歩	5,262歩 (参考値)	6,000歩 以上	△

基準値：平成23年県民健康・栄養調査

中間値：平成24、26、27、28年国民健康・栄養調査

最終値：令和3年度市民健康意識調査

※新型コロナウイルス感染症の影響で必要な調査ができなかったため、最終値は参考値となります。

分析と今後の課題

体力の保持増進や生活習慣病予防のため、日常生活の中でからだを動かすことが重要であり、歩数を増やすことを目標として取り組みました。

「歩くべあきた健康づくり事業」および「歩くべあきた高齢者健康づくり事業」では、仲間とチームを組んで毎日の歩数を計測・記録し、生活の中で歩数を増やす意識向上のための支援を行いました。

今後は、若い世代が日常生活の中で歩くことを習慣化できるよう、「歩くべあきた健康づくり事業」において、ウォーキングアプリ等の導入による取組を行います。

個別目標達成に向けて推進した主な取組

- 女性の健康づくり教室
- 健康教育・健康相談
- 体力づくり教室
- ふれあい元気教室
- 特定健康診査・特定保健指導事業
- 健康運動教室
- 学校体育施設開放事業
- 生き生き健康スポーツ教室
- 歩くべあきた健康づくり事業【H27～】
- 歩くべあきた高齢者健康づくり事業【H27～】
- はずむ！スポーツチャレンジデー【H27～R3】
- 冬期スポーツ教室【H28～】
- ランチフィットネス教室【H27～H29】
- いいあんべえ体操普及啓発事業
- シニア元気アップ（フレイル予防）事業【R3～】

◎ 計画策定後に開始した取組は、開始年度を【 】内に表示

◎ 事業内容や取組実績は、参考資料に掲載

(2)身体活動		行動目標2
目標	<h1>からだを動かす時間を持ちましょう。</h1>	
ライフステージ：青年期、壮年期、中年期、高齢期		

指標の推移と最終評価の結果						
項目		基準値	中間値	最終値	目標値	最終評価
運動している人の割合	16～24歳	53.9%	47.8%	48.4%	65%	×
	25～44歳	52.0%	25.8%	33.4%	65%	×
	45～64歳	53.5%	37.0%	36.3%	65%	×
	65歳以上	48.3%	50.7%	52.4%	60%	△

基準値：平成21年度市民健康意識調査
 中間値：平成28年度市民健康意識調査
 最終値：令和3年度市民健康意識調査

分析と今後の課題
<p>体力の保持増進や生活習慣病予防のため、日常生活の中でからだを動かすことが重要です。しかし、令和3年度市民健康意識調査によると、運動できない理由として「運動する時間がない」、「からだを動かすのが面倒」等と回答する人が多く、今後はライフスタイルに合わせた取組が必要であると考えます。</p> <p>このため、引き続き「歩くべあきた健康づくり事業」、「いいあんべえ体操普及啓発事業」等により運動の習慣化の喚起および定着化を推進するとともに、より多くの人が日常生活の中でからだを動かす時間を持てるよう取り組みます。</p>

個別目標達成に向けて推進した主な取組
<ul style="list-style-type: none"> ■ 特定健康診査・特定保健指導事業 ■ はつらつくらぶ ■ いきいきサロン ■ 通所型介護予防事業・訪問型介護予防事業 ■ 健康づくり・生きがいつくり支援事業 ■ 女性の健康づくり教室 ■ 健康教育・健康相談 ■ 体力づくり教室 ■ 健康のつどい ■ シニア元気アップ（フレイル予防）事業【R3～】

- ◎ 計画策定後に開始した取組は、開始年度を【 】内に表示
 ◎ 事業内容や取組実績は、参考資料に掲載

(2)身体活動

行動目標3

目標

生活体力を維持し、自立した生活を送りましょう。

ライフステージ：青年期、壮年期、中年期、高齢期

指標の推移と最終評価の結果

項目		基準値	中間値	最終値	目標値	最終評価
ロコモティブシンドローム（運動器症候群）を知っている人の割合	20歳以上	—	49.9%	49.8%	80%	×

中間値：平成28年度市民健康意識調査

最終値：令和3年度市民健康意識調査

※中間評価時に指標項目・目標値見直し

分析と今後の課題

生活体力を維持し、自立した生活を送るために、ロコモティブシンドロームの予防に努める必要があります。しかし、令和3年度市民健康意識調査では、その認知度を増加させることができませんでした。

今後は、若いうちからロコモティブシンドロームを知り、予防に取り組んでもらえるよう、各種事業を通じて正しい知識の普及に取り組みます。

個別目標達成に向けて推進した主な取組

- 健康教育・健康相談
- 運動情報提供事業
- 体力づくり教室
- ふれあい元気教室
- 女性の健康づくり教室
- 特定健康診査・特定保健指導事業
- はつらつくらぶ
- いきいきサロン
- 通所型介護予防事業・訪問型介護予防事業
- 健康づくり・生きがいがづくり支援事業
- 生活習慣病予防教室
- 生き生き健康スポーツ教室
- 健康運動教室
- 健康のつどい
- 歩くべあきた健康づくり事業【H27～】
- 歩くべあきた高齢者健康づくり事業【H27～】
- 冬期スポーツ教室【H28～】
- シニア元気アップ（フレイル予防）事業【R3～】

◎ 計画策定後に開始した取組は、開始年度を【 】内に表示

◎ 事業内容や取組実績は、参考資料に掲載

(2)身体活動		行動目標 4
目標	からだを動かす楽しさを知り、 運動の大切さを実感しましょう。	
ライフステージ	少年期	

指標の推移と最終評価の結果

項 目			基準値	中間値	最終値	目標値	最終評価
1週間の総運動時間が60分未満の 子どもの割合	小学 5年生	男子	—	4.1%	6.9%	減少傾向へ	↓
		女子	—	10.2%	14.3%	減少傾向へ	↓

中間値：平成25年度全国体力・運動能力・運動習慣等調査
最終値：令和3年度全国体力・運動能力・運動習慣等調査

※中間評価時に指標項目・目標値見直し

分析と今後の課題

令和3年度の調査では、運動時間の少ない児童が増加傾向にある結果となりました。この結果は、新型コロナウイルス感染症による学年・学級閉鎖、各学校における体育的行事等の変更や縮小、生活様式の変化などにより、子どもたちの運動機会が減少したことが一因であるものと考えられます。より多くの子どもが、からだを動かす楽しさを知り、運動習慣を身につけるためには、遊びや運動の機会を増やすことの大切さを保護者や家族に知ってもらう必要があります。

このため、引き続き「健康のつどい」、「親子なかよし体操教室」等において、子どもとその保護者を対象に、からだを動かす楽しさや、具体的な運動の指導を行い、運動習慣を身につけることの大切さを普及啓発していきます。また、体育の授業を通じて、運動することが楽しいと感じる子どもが増加するように努めます。

個別目標達成のため推進する主な取組

- 部活動外部指導者派遣事業
- 新体力テスト
- 秋田市小学校地区別陸上運動記録会
- 親子なかよし体操教室
- 幼児スポーツ教室
- 運動情報提供事業
- 健康のつどい
- 学校体育施設開放事業
- はずむ！スポーツチャレンジデー【H27～R3】

◎ 計画策定後に開始した取組は、開始年度を【 】内に表示

◎ 事業内容や取組実績は、参考資料に掲載

第4節 重点分野別最終評価の結果

(3) **こころの健康づくり**

重点分野別 目標	上手にストレスと付き合い、 いきいきと自分らしい生活を 送みましょう。	総合評価
		B

こころの健康づくり分野の総括

睡眠については、少年期は改善がみられましたが、青年期から中年期にかけての勤労世代では仕事で多忙であること、高齢期では不安や悩みによるストレスから改善がみられませんでした。

ストレスを感じたときに、特に相談しない人の割合は、青年期から中年期にかけては改善がみられましたが、高齢期では相談の必要性を感じられないと考える人が多く、改善がみられませんでした。

スマートフォンやSNS等の普及によるネットワーク社会の進展は、幅広い年代で睡眠不足を招いています。睡眠不足は認知症につながる可能性があるほか、飲酒や喫煙といった生活習慣も影響しているため、対策には工夫が必要です。また、厳しい経済情勢や雇用形態の変化など社会が複雑化、多様化していくなかでライフスタイルが変化し、ストレスを抱える人が多くなっています。自分のこころの変化に気づき、相談や休養をとったり、周りの人々が悩みに気づき、早期に適切な対処がとれるよう、引き続き、知識の普及啓発や相談しやすい環境を整備するとともに、関係機関と連携を図るなど体制の充実に努める必要があります。

個別目標	【行動目標】
	1 睡眠による休養を十分にとりましょう。……………37
	2 自分に合ったストレス解消法で、こころの休養をとりましょう。……………38
	3 悩みや不安を一人で抱え込まず、誰かに話してみよう。……………39

第三章

こころの健康づくり

(3)こころの健康づくり

行動目標 1

目標

睡眠による休養を十分にとりましょう。

ライフステージ：少年期、青年期、壮年期、中年期、高齢期

指標の推移と最終評価の結果

項目		基準値	中間値	最終値	目標値	最終評価
子どもが睡眠不足だと感じている親の割合	7～12歳	26.2%	16.8%	18.1%	15%	○
睡眠を十分にとれていない人の割合	16～24歳	16.7%	24.3%	25.3%	15%	×
	25～44歳	24.4%	33.0%	25.2%	15%	×
	45～64歳	17.2%	28.4%	28.7%	15%	×
	65歳以上	20.4%	15.2%	18.2%	15%	△

基準値：平成21年度市民健康意識調査

中間値：平成28年度市民健康意識調査

最終値：令和3年度市民健康意識調査

分析と今後の課題

少年期では、目標値には届かなかったものの、睡眠不足が改善していることから、概ね効果的な事業展開が図られていると考えられます。睡眠不足の理由が多かったのは、宿題・勉強、YouTube（ユーチューブ）視聴等でした。

青年期から中年期までは改善がみられず、睡眠不足の理由が多かったのは、青年期では勉強や、不安や悩みなどのストレス、壮年期・中年期では仕事や、不安や悩みなどのストレス等でした。

高齢期では、目標値には届かなかったものの若干の改善がみられました。睡眠不足の理由が多かったのは、不安や悩みなどによるストレスでした。

今後は、各ライフステージにおける問題に着目しながら、質の良い睡眠のとり方について普及啓発していくことが課題です。

個別目標達成のため推進した主な取組

- 健康教育・健康相談
- こころのケア相談セミナー
- 秋田市自殺対策ネットワーク会議（重点施策検討部会【R1～】、自殺未遂者対策検討部会を含む）
- 秋田市自殺対策庁内連絡会議
- 自殺予防の普及啓発
- 健康の副読本「わたしたちのけんこう」（小学校）を活用した保健学習および保健指導

◎ 計画策定後に開始した取組は、開始年度を【 】内に表示

◎ 事業内容や取組実績は、参考資料に掲載

(3)こころの健康づくり

行動目標2

目標

自分に合ったストレス解消法で、
こころの休養をとりましょう。

ライフステージ：壮年期、中年期、高齢期

指標の推移と最終評価の結果

項目	基準値	中間値	最終値	目標値	最終評価
気分障害・不安障害に相当する 心理的苦痛を感じている人の 割合	— ※中間評価時設定	22.2%	12.5%	9.4%	○
ストレスを感じたときに、特に 何もしていない人の割合	19.8%	10.0%	10.4%	減少傾向へ	↔

基準値：平成21年度市民健康意識調査

中間値：平成28年度市民健康意識調査

最終値：令和3年度市民健康意識調査

分析と今後の課題

気分障害・不安障害に相当する心理的苦痛を感じている人の割合は、目標値には届かないものの低下していることから概ね効果的な事業展開が図られていると考えられます。

ストレスを感じたときに、特に何もしていない人の割合は、基準値から減少傾向となっていることから、自分に合った方法で解消できる人が増えてきていると考えられます。

今後も、自分に合った方法でストレスを解消できるよう、こころの健康に関する意識や知識の普及啓発をすることが必要です。

個別目標達成のため推進した主な取組

- 健康教育・健康相談
- こころのケア相談セミナー
- 仲間づくり支援事業
- 地域保健・福祉活動推進事業
- こころのケア相談
- 精神保健福祉相談
- 秋田市自殺対策ネットワーク会議（重点施策検討部会【R1～】、自殺未遂者対策検討部会を含む）
- 秋田市自殺対策庁内連絡会議
- 自殺予防の普及啓発

◎ 計画策定後に開始した取組は、開始年度を【 】内に表示

◎ 事業内容や取組実績は、参考資料に掲載

(3)こころの健康づくり

行動目標3

目
標

悩みや不安を一人で抱え込まず、
誰かに話してみましよう。

ライフステージ：青年期、壮年期、中年期、高齢期

指標の推移と最終評価の結果

項 目	基準値	中間値	最終値	目標値	最終評価	
ストレスを感じたときに、特に相談しない人の割合	16～24歳	27.5%	20.1%	16.4%	減少傾向へ	↗
	25～44歳	36.1%	20.3%	20.6%	減少傾向へ	↔
	45～64歳	35.4%	31.3%	30.1%	減少傾向へ	↗
	65歳以上	32.6%	35.2%	38.5%	減少傾向へ	↘

基準値：平成21年度市民健康意識調査

中間値：平成28年度市民健康意識調査

最終値：令和3年度市民健康意識調査

分析と今後の課題

青年期から中年期にかけては改善がみられましたが、高齢期では相談の必要性が感じられないなどの理由で改善がみられませんでした。

悩みや不安を抱え込まないように相談することは、心身の健康を保つために重要なことです。本人が悩みを抱え込まずに相談できるよう、また、周りの人が悩みに気づき、声をかけ、寄り添うことができるよう、その重要性について普及啓発を図るとともに、各種相談窓口の周知や関係機関との連携をとることが必要です。

個別目標達成のため推進した主な取組

- 地域保健・福祉活動推進事業
- ふれあいのまちづくり事業
→ふれあい福祉相談センターへの支援【H28～】
- 訪問型介護予防事業
- 認知症予防事業
- 健康教育・健康相談
- こころのケア相談セミナー
- 仲間づくり支援事業
- こころのケア相談
- 精神保健福祉相談
- 地域自殺対策緊急強化事業
→地域自殺対策強化事業【H27～】
- 秋田市自殺対策ネットワーク会議（重点施策検討部会【R1～】、自殺未遂者対策検討部会を含む）
- 秋田市自殺対策庁内連絡会議
- 自殺予防の普及啓発
- 秋田市健康教育・性教育推進委員会
- 適応指導教室「すくうる・みらい」
- 秋田市フレッシュフレンド派遣
- 不登校相談会
→心のふれあい相談会【H25～】
- 若者の心理に関する研修会【H26～】

◎ 計画策定後に開始した取組は、開始年度を【 】内に表示

◎ 事業内容や取組実績は、参考資料に掲載

第4節 重点分野別最終評価の結果

(4) たばこ

重点分野別 目標	たばこの害について正しく理解し、 たばこの害から身を守りましょう。	総合評価
		A

たばこ分野の総括

成人、未成年者ともに喫煙率は減少し、受動喫煙防止対策への取組も進み、全体として改善傾向にあることから、市民がたばこの害について理解を深めてきていると考えられます。

喫煙は様々な疾患の原因となることから、新たな喫煙者を増やさないように、たばこの害について広く普及していく必要があります。さらに、禁煙を希望する人がたばこをやめることができるように禁煙方法も含めた周知や支援が必要と考えます。

今後もたばこを吸わない人も含め、すべての人がたばこの害から自分自身の健康を守るよう各ライフステージに応じた支援をしていきます。

個別目標	【行動目標】 1 未成年者の喫煙をなくしましょう。……………41 2 成人の喫煙率を減少させましょう。……………42 3 COPD（慢性閉塞性肺疾患）について理解を深めましょう。……………43 4 妊娠中の喫煙をなくしましょう。……………44
	【環境目標】 1 たばこの害から身を守るために、受動喫煙を防止しましょう。……………45

(4)たばこ	行動目標 1
--------	--------

目標	未成年者の喫煙をなくしましょう。
----	-------------------------

ライフステージ：少年期、青年期

指標の推移と最終評価の結果

項 目	基準値	中間値	最終値	目標値	最終評価	
未成年者の喫煙率	15歳以下	0.0%	0.0%	0.0%	0%	◎
	16～19歳	8.6%	0.0%	0.0%	0%	◎

基準値：平成21年度市民健康意識調査

中間値：平成28年度市民健康意識調査

最終値：令和3年度市民健康意識調査

分析と今後の課題

未成年者の喫煙率は、15歳以下、16～19歳ともに0%で望ましい状況となりました。これは小中学校における健康教育およびたばこの害の知識普及に努めたことにより、未成年者が喫煙の害を理解し、未成年のうちには喫煙しないという正しい判断ができている結果と考えます。

今後も未成年者が喫煙に対して正しい知識を持ち、適切な意思決定ができるように、喫煙防止教育の充実を図る必要があることから、健康教育等での情報提供により、未成年者の喫煙が健康に及ぼす影響について広く知識の普及に努めます。

なお、評価の基となる市民健康意識調査は、回答者が15歳以下の場合は保護者が回答することとしているため、正確な調査結果ではなかった可能性があります。今後は、実態の把握ができる調査方法や評価指標の設定の仕方について検討します。

個別目標達成のため推進した主な取組

- 健康教育・健康相談
- たばこの害知識普及
- 小中学校における健康教育
- 薬物乱用防止教室

- ◎ 計画策定後に開始した取組は、開始年度を【 】内に表示
- ◎ 事業内容や取組実績は、参考資料に掲載

(4)たばこ

行動目標2

目標

成人の喫煙率を減少させましょう。

ライフステージ：青年期、壮年期、中年期、高齢期

指標の推移と最終評価の結果

項目		基準値	中間値	最終値	目標値	最終評価
習慣的に喫煙する人の割合	20歳以上	20.0%	17.2%	13.7%	12.5%	○

基準値：平成21年度市民健康意識調査

中間値：平成28年度市民健康意識調査

最終値：令和3年度市民健康意識調査

分析と今後の課題

習慣的に喫煙する人の割合は目標値を上回ったものの、減少を続けています。これはたばこの害を周知する各種事業により、喫煙が身体に与える影響を正しく理解している人が増加し、喫煙の習慣があった人が禁煙を選択することが増加しているためと考えられます。

今後はさらに禁煙を希望する人がたばこをやめられるよう、禁煙外来を利用する禁煙方法などについて広く周知していく必要があります。また、新規の喫煙者を増やさないように、たばこを吸わない若い世代に対しても広くたばこの害について周知を図ります。

個別目標達成のため推進した主な取組

- 特定健康診査・特定保健指導事業
- 健康教育・健康相談
- たばこの害知識普及

◎ 計画策定後に開始した取組は、開始年度を【 】内に表示

◎ 事業内容や取組実績は、参考資料に掲載

(4)たばこ		行動目標3
目標	COPD（慢性閉塞性肺疾患）について理解を深めましょう。	
ライフステージ：青年期、壮年期、中年期、高齢期		

指標の推移と最終評価の結果						
項目		基準値	中間値	最終値	目標値	最終評価
COPD（慢性閉塞性肺疾患）について知っている人の割合	20歳以上	—	49.7%	43.9%	80%	×
<p>中間値：平成28年度市民健康意識調査 最終値：令和3年度市民健康意識調査</p> <p>※中間評価時に指標項目・目標値見直し</p>						

分析と今後の課題
<p>COPD（慢性閉塞性肺疾患）について理解している人の割合は減少し、目標値には届きませんでした。これは、喫煙により肺への悪影響があることは理解しているものの、肺の疾患としてのCOPDの認知度が低いためと考えられます。</p> <p>喫煙はCOPD（慢性閉塞性肺疾患）のみならず、がん、脳卒中、心筋梗塞などの原因となることから、今後もたばこの害が身体に及ぼす様々な影響について、より理解が深まるよう周知に取り組みます。</p>

個別目標達成のため推進した主な取組
<ul style="list-style-type: none"> ■ 特定健康診査・特定保健指導事業 ■ 健康教育・健康相談 ■ たばこの害知識普及

- ◎ 計画策定後に開始した取組は、開始年度を【 】内に表示
◎ 事業内容や取組実績は、参考資料に掲載

(4)たばこ

行動目標 4

目標

妊娠中の喫煙をなくしましょう。

ライフステージ：青年期、壮年期

指標の推移と最終評価の結果

項目	基準値	中間値	最終値	目標値	最終評価
妊娠中に喫煙している人の割合	3.4%	2.4%	1.0%	0%	○

基準値：平成 22 年度秋田市 4 か月児健診の「妊娠・出産時の状況アンケート」

中間値：平成 27 年度秋田市 4 か月児健診の「妊娠・出産時の状況アンケート」

最終値：令和 3 年度秋田市 4 か月児健診の「妊娠・出産時の状況アンケート」

分析と今後の課題

妊娠中に喫煙している人の割合は中間値よりも低下し改善がみられています。これは様々な事業を通じ、妊娠中の喫煙が流産等の母体への影響のみならず、児の低体重、出生後の乳幼児突然死症候群などのリスクとなることが周知された結果と考えられます。

今後もたばこが母体や胎児、ひいては出生後の児にも悪影響を与えることを、様々な機会を捉え周知することで、たばこの害に関する知識の普及啓発に努めます。

個別目標達成のため推進した主な取組

- 健康教育・健康相談
- たばこの害知識普及
- 健康教育・健康相談（母子）
- マタニティ食生活講座→食生活学級【H29～】
- 両親学級
- 妊娠期からの相談支援事業（秋田市版ネウボラ）【H28～】

◎ 計画策定後に開始した取組は、開始年度を【 】内に表示

◎ 事業内容や取組実績は、参考資料に掲載

(4)たばこ	環境目標 1
目標	たばこの害から身を守るために、 受動喫煙を防止しましょう。
ライフステージ	幼年期、少年期、青年期、壮年期、中年期、高齢期

指標の推移と最終評価の結果					
項目	基準値	中間値	最終値	目標値	最終評価
市の管理する公共施設で敷地内禁煙 または建物内禁煙の施設の割合	—	77.7%	99.3%	100%	○
中間値：平成28年度市の管理する公共施設の受動喫煙防止対策実施状況調査 最終値：令和3年度市の管理する公共施設の受動喫煙防止対策実施状況調査 ※中間評価時に指標項目・目標値見直し					
項目	基準値	中間値	最終値	目標値	最終評価
子どもへのたばこの害について特に配 慮していない人の割合	18.0%	10.1%	5.8%	5.6%	○
基準値：平成21年度市民健康意識調査 中間値：平成28年度市民健康意識調査 最終値：令和3年度市民健康意識調査					

分析と今後の課題
<p>受動喫煙に関する「市の管理する公共施設で敷地内禁煙または建物内禁煙の施設の割合」および「子どもへのたばこの害について特に配慮していない人の割合」はともに改善し、目標値に近づきました。様々な事業を通じ、たばこが喫煙者だけではなく、周囲の人の健康にも悪影響を及ぼすことから受動喫煙を防止することが重要であることが周知されたためと思われます。</p> <p>今後も受動喫煙の害について知識の普及啓発に努め、すべての場面において受動喫煙防止対策をより一層進めます。さらに健康被害を受けやすい子ども等への配慮の重要性について、引き続き啓発に努めます。</p>

個別目標達成のため推進した主な取組
<ul style="list-style-type: none"> ■健康教育・健康相談 ■受動喫煙防止事業 ■たばこの害知識普及 ■健康教育・健康相談（母子） ■マタニティ食生活講座→食生活学級【H29～】 ■両親学級 ■小中学校における健康教育 ■妊娠期からの相談支援事業（秋田市版ネウボラ）【H28～】

- ◎ 計画策定後に開始した取組は、開始年度を【 】内に表示
 ◎ 事業内容や取組実績は、参考資料に掲載

第4節 重点分野別最終評価の結果

(5) アルコール

重点分野別 目標	アルコールが健康に及ぼす 影響について学び、節度ある 適度な飲酒を心がけましょう。	総合評価
		A

アルコール分野の総括

お酒は、適量であれば生活に豊かさや潤いを与えるものである一方、多量に飲酒する生活を続けると、生活習慣病をはじめとする様々な身体疾患やうつ病などの健康障害の原因となります。

また、未成年者の飲酒は心身の発達へ悪影響があるほか、社会的な問題を引き起こしやすく、妊婦の飲酒は、胎児性アルコール・スペクトラム障害を引き起こす可能性があると言われています。

各ライフステージに応じた取組を実施した結果、お酒の適量を知っている人の割合は増加し、未成年者や妊婦の飲酒率が低下するなど、全体では改善しましたが、今後もアルコールが健康に及ぼす影響について知識の普及が必要です。

個別目標	【行動目標】
	1 未成年者の飲酒をなくしましょう……………47
	2 飲酒が体に及ぼす影響を知って、1日の適量を心がけましょう。……………48
	3 妊娠中の飲酒をなくしましょう。……………49

(5)アルコール		行動目標 1
目標	未成年者の飲酒をなくしましょう。	
ライフステージ：少年期、青年期		

指標の推移と最終評価の結果						
項目		基準値	中間値	最終値	目標値	最終評価
未成年者の飲酒する割合	15歳以下	0.9%	0.0%	0.0%	0%	◎
	16～19歳	45.7%	8.5%	0.0%	0%	◎

基準値：平成21年度市民健康意識調査
中間値：平成28年度市民健康意識調査
最終値：令和3年度市民健康意識調査

分析と今後の課題
<p>未成年者の飲酒は、心身の発達に悪影響を与えるほか、事件や事故に巻き込まれやすくなるなど、社会的な問題を引き起こしやすいといわれています。</p> <p>アルコールの害について理解し、飲酒の誘いを自身の意思で断ることができるよう、中学生への飲酒防止パンフレットの配布や、小中学校における健康教育を実施した結果、いずれの年代でも飲酒する割合は目標値である0%を達成し、改善がみられました。</p> <p>今後も継続して未成年者に対し知識の普及を図るとともに、家庭や地域も、未成年者への飲酒防止行動が取れるよう意識を高めることが必要です。</p> <p>なお、評価の基となる市民健康意識調査は、回答者が15歳以下の場合は保護者が回答することとしているため、正確な調査結果ではなかった可能性があります。今後は、実態の把握ができる調査方法や評価指標の設定の仕方について検討します。</p>

個別目標達成のため推進した主な取組
<ul style="list-style-type: none"> ■ アルコールの知識普及 ■ 健康教育・健康相談 ■ 小中学校における健康教育

- ◎ 計画策定後に開始した取組は、開始年度を【 】内に表示
○ 事業内容や取組実績は、参考資料に掲載

目標

飲酒が体に及ぼす影響を知って、
1日の適量を心がけましょう。

ライフステージ：青年期、壮年期、中年期、高齢期

指標の推移と最終評価の結果

項目		基準値	中間値	最終値	目標値	最終評価
お酒の適量※ ¹ を知っている人の割合		62.1%	67.5%	68.3%	増加傾向へ	↗
多量飲酒者※ ² の割合	男性	12.9%	5.6%	9.9%	減少傾向へ	↔
	女性	—	2.3%	2.8%	減少傾向へ	↔

基準値：平成21年度市民健康意識調査

中間値：平成28年度市民健康意識調査

最終値：令和3年度市民健康意識調査

※中間評価時に指標項目・目標値見直し

※1 お酒の適量(1日あたり)

日本酒1合、ビール中ビン1本、ウィスキーダブル1杯60ml、ワイングラス2杯240ml、焼酎25度100ml

※2 多量飲酒(1日あたり)

日本酒3合以上、ビール中ビン3本以上、ウィスキーダブル3杯180ml以上、ワイングラス5杯600ml以上、焼酎25度300ml以上

分析と今後の課題

多量な飲酒は、生活習慣病やうつ病など、心身への悪影響が知られており、適度な飲酒についての知識とそれに伴う行動が求められます。

アルコールの害についての知識普及のため、各ライフステージにおいて健康教育やセミナーの実施、保健指導などを実施した結果、お酒の適量を知っている人の割合が増加しており、知識が深まっていると考えられます。しかし、多量に飲酒する人の割合は横ばいで明らかな減少はみられず、今後も重点的に取り組む必要があります。

個別目標達成のため推進した主な取組

- アルコールの知識普及
- 依存症セミナー
→こころのケア相談セミナー【R2~】
- 健康教育・健康相談
- 健康教育・健康相談(母子)
- 特定健康診査・特定保健指導
- 両親学級

◎ 計画策定後に開始した取組は、開始年度を【 】内に表示

◎ 事業内容や取組実績は、参考資料に掲載

(5)アルコール		行動目標3
目標	妊娠中の飲酒をなくしましょう。	
ライフステージ：青年期、壮年期		

指標の推移と最終評価の結果						
項目	基準値	中間値	最終値	目標値	最終評価	
妊娠中に飲酒している人の割合	1.2%	0.7%	0.2%	0%	○	
基準値：平成22年度秋田市4か月児健診「妊娠・出産時の状況アンケート」 中間値：平成27年度秋田市4か月児健診「妊娠・出産時の状況アンケート」 最終値：令和3年度秋田市4か月児健診「妊娠・出産時の状況アンケート」						

分析と今後の課題
<p>妊娠中の母親の飲酒は、胎児性アルコール・スペクトラム障害（低体重や形態異常、脳障害など）を引き起こす可能性があると言われています。</p> <p>妊娠期からの相談支援事業（秋田市版ネウボラ）や、両親学級などにおいて、妊婦や産婦とその家族への健康教育を実施した結果、妊婦の飲酒割合は低下しました。</p> <p>胎児性アルコール・スペクトラム障害の唯一の対策は予防と言われていることから、妊娠中の飲酒をなくすため、今後も母子保健事業を中心にさらなる知識の普及が必要です。</p>

個別目標達成のため推進した主な取組
<ul style="list-style-type: none"> ■ 健康教育・健康相談（母子） ■ 食生活学級 ■ 両親学級 ■ アルコールの知識普及 ■ 妊娠期からの相談支援事業（秋田市版ネウボラ）【H28～】

- ◎ 計画策定後に開始した取組は、開始年度を【 】内に表示
 ◎ 事業内容や取組実績は、参考資料に掲載

第4節 重点分野別最終評価の結果

(6) 歯・口腔の健康

重点分野別 目標	生涯を通じて、自分の歯を20本以上 保ち、口腔機能の維持・向上に つとめましょう。	総合評価
		A

歯・口腔の健康分野の総括

フッ化物塗布事業やフッ化物洗口事業、むし歯予防教室をはじめとする各種健康教育事業により、3歳児、12歳児のむし歯や歯肉炎の状況は改善しており、事業の効果とともに、家庭での歯の健康に関する意識が高まったものと思われま。

また、新型コロナウイルス感染症により、定期検診での受診を控える傾向があったものの、20歳以上の定期検診・保健指導、未処置歯を保有している割合、60歳代の咀嚼良好者の割合も改善傾向にあります。

しかし、進行した歯周炎保有者の割合や口腔の働きについて理解している人の割合については、目標に達しておらず、歯の健康に関する意識が低い人への対策が課題です。

健康寿命の延伸のためには、口腔機能の基礎となる幼年期・少年期から「よく噛んで食べることの大切さ」と「口腔と全身との関わり」を理解することが大切です。今後は全ライフステージにおける各種事業を通じて、「口腔と全身との関わり」への理解を含めた歯・口腔の健康づくりの普及啓発に努めま。

個別目標

【行動目標】

- 1 むし歯を予防しましょう。……………51
- 2 歯肉炎・歯周病を予防しましょう。……………52
- 3 口腔機能の維持・向上につとめましょう。……………53
- 4 歯科医院で定期検診・保健指導を受けましょう。……………54

(6)歯・口腔の健康

行動目標 1

目標

むし歯を予防しましょう。

ライフステージ：幼年期、少年期、壮年期、中年期

指標の推移と最終評価の結果

項目		基準値	中間値	最終値	目標値	最終評価
むし歯のある子どもの割合（処置歯を含む）	3歳児	25.37%	20.9%	15.08%	15%	○
一人平均むし歯本数	12歳児	1.96本	0.86本	0.54本	0.86本以下	◎
未処置歯を保有している人の割合	40歳	※中間評価時設定	30.5%	23.5%	減少傾向へ	↗
	60歳		27.1%	23.9%	減少傾向へ	↗

基準値：[3歳児：平成23年度3歳児歯科健康診査、12歳児：平成23年度学校保健調査]

中間値：[3歳児：平成28年度3歳児歯科健康診査、12歳児：平成28年度学校保健調査]

最終値：[3歳児：令和3年度3歳児歯科健康診査、12歳児：令和3年度学校保健調査]

※中間評価時に、一人平均むし歯本数の目標値見直し

分析と今後の課題

新型コロナウイルス感染症の影響で中止や縮小となった事業もありますが、各健診や事業を通じて普及啓発や保健指導に取り組んだ結果、むし歯のある子どもの割合や未処置歯を保有している人の割合は大幅に減少しました。特に、小中学校においては、フッ化物洗口事業の開始以降、児童生徒のむし歯保有者の割合が大幅に減少しており、事業の効果とともに、家庭での歯の健康に関する意識が高まったものと思われます。今後も各ライフステージに合わせた歯・口腔の健康づくりへの意識の向上を図るため、普及啓発に努めます。

個別目標達成のため推進した主な取組

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ■通所型介護予防事業・訪問型介護予防事業 ■歯科健康相談 ■歯科健康講話会 ■お口の機能向上学級 ■歯周疾患検診 ■健康教育・健康相談 ■健康教育・健康相談(母子) ■妊婦歯科健康診査 ■両親学級 ■幼児歯科健康診査 ■離乳食教室 ■幼児食教室 | <ul style="list-style-type: none"> ■むし歯予防教室 ■幼児フッ化物塗布事業【R2～1歳児を追加】 ■親子よい歯のコンクール ■歯科保健知識普及 ■定期健康診断（定期歯科健診） ■小中学校における健康教育（歯科保健学習） ■小学校フッ化物洗口事業 ■妊娠期からの相談支援事業（秋田市版ネウボラ）【H28～】 ■後期高齢者歯科健診【H29～】 ■中学校フッ化物洗口事業【H29～】 ■シニア元気アップ（フレイル予防）事業【R3～】 |
|---|--|

◎ 計画策定後に開始した取組は、開始年度を【 】内に表示

◎ 事業内容や取組実績は、参考資料に掲載

(6)歯・口腔の健康

行動目標2

目標

歯肉炎・歯周病を予防しましょう。

ライフステージ：少年期、青年期、壮年期、中年期、高齢期

指標の推移と最終評価の結果

項目	基準値	中間値	最終値	目標値	最終評価
歯肉炎・歯周病の症状のある人の割合 20歳以上	— ※中間評価時設定	40.7%	47.6%	減少傾向へ	↘

中間値：平成28年度市民健康意識調査

最終値：令和3年度市民健康意識調査

項目	基準値	中間値	最終値	目標値	最終評価
歯肉炎のある子どもの割合 12歳児	22.4%	20.7%	17.0%	20%	◎

基準値：平成23年度学校保健調査

中間値：平成28年度学校保健調査

最終値：令和3年度学校保健調査

分析と今後の課題

12歳児においては、フッ化物洗口事業の開始以降、むし歯保有者の割合の減少とともに、歯の健康に関する意識が高まったものと思われます。

一方、青年期以降の歯肉炎・歯周病の割合は増加していることから、「歯・口腔と全身との関わり」についての理解を深めることが重要です。今後も、各ライフステージにおける各種事業を通じて、「口腔と全身との関わり」への理解を含めた歯・口腔の健康づくりの普及啓発に努めます。

個別目標達成のため推進した主な取組

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ■ 通所型介護予防事業・訪問型介護予防事業 ■ 歯科健康相談 ■ 歯科健康講話会 ■ お口の機能向上学級 ■ 歯周疾患検診 ■ 健康教育・健康相談 ■ 健康教育・健康相談(母子) ■ 妊婦歯科健康診査 ■ マタニティ食生活講座→食生活学級【H29～】 ■ 両親学級 ■ 幼児歯科健康診査 ■ 離乳食教室 ■ 幼児食教室 | <ul style="list-style-type: none"> ■ むし歯予防教室 ■ 歯みがきレッスン
→むし歯予防サポート教室【H25～】 ■ 幼児フッ化物塗布事業【R2～1歳児を追加】 ■ 歯科保健知識普及 ■ 定期健康診断 ■ 小中学校における健康教育(歯科保健学習) ■ 小学校フッ化物洗口事業 ■ 妊娠期からの相談支援事業(秋田市版ネウボラ)【H28～】 ■ 後期高齢者歯科健診【H29～】 ■ 中学校フッ化物洗口事業【H29～】 ■ シニア元気アップ(フレイル予防)事業【R3～】 |
|---|---|

◎ 計画策定後に開始した取組は、開始年度を【 】内に表示

◎ 事業内容や取組実績は、参考資料に掲載

(6)歯・口腔の健康		行動目標3
目標	口腔機能の維持・向上につとめましょう。	
ライフステージ：青年期、壮年期、中年期、高齢期		

指標の推移と最終評価の結果						
項目		基準値	中間値	最終値	目標値	最終評価
咀嚼良好者※1の割合	60歳代	— ※中間評価時設定	75.4%	81.5%	80%	◎
口腔機能※2について理解している人の割合	16歳以上	— ※中間評価時設定	12.9%	10.9%	増加傾向へ	↘

中間値：平成28年度市民健康意識調査
最終値：令和3年度市民健康意識調査

※1 咀嚼（そしゃく）良好者とは
主観的に何でもよく噛んで食べることができ、飲み込みなどに気になる症状がない者
（参考：厚生労働省「歯科口腔保健の推進に関する基本的事項」に関する参考資料）

※2 口腔機能とは
「かみ砕く、飲み込む、発音する」など、健康な生活を送るための原点となる機能

分析と今後の課題
<p>各健診や事業を通じて普及啓発や保健指導に取り組んだ結果、60歳代の咀嚼良好者の割合は改善しました。しかし、口腔機能について理解している人の割合については目標を達成することができませんでした。</p> <p>良好な口腔機能を長年維持するためには、口腔機能の基礎となる幼年期・少年期から「よく噛んで食べることの大切さ」や「口腔と全身との関わり」を理解することが大切です。今後は各ライフステージにおける各種事業を通じて、「口腔と全身との関わり」への理解を含めた歯・口腔の健康づくりの普及啓発に努めます。</p>

個別目標達成のため推進した主な取組	
<ul style="list-style-type: none"> ■ 通所型介護予防事業・訪問型介護予防事業 ■ 歯科健康相談 ■ 歯科健康講話会 ■ お口の機能向上学級 ■ 歯周疾患検診 ■ 健康教育・健康相談 ■ 健康教育・健康相談(母子) ■ 妊婦歯科健康診査 ■ マタニティ食生活講座→食生活学級【H29～】 ■ 両親学級 ■ 幼児歯科健康診査 ■ 離乳食教室 	<ul style="list-style-type: none"> ■ 幼児食教室 ■ むし歯予防教室 ■ 歯みがきレッスン →むし歯予防サポート教室【H25～】 ■ 幼児フッ化物塗布事業【R2～1歳児を追加】 ■ 歯科保健知識普及 ■ 小中学校における健康教育（歯科保健学習） ■ 妊娠期からの相談支援事業（秋田市版ネウボラ）【H28～】 ■ 後期高齢者歯科健診【H29～】 ■ シニア元気アップ（フレイル予防）事業【R3～】

- ◎ 計画策定後に開始した取組は、開始年度を【 】内に表示
◎ 事業内容や取組実績は、参考資料に掲載

(6)歯・口腔の健康

行動目標 4

目標

歯科医院で定期検診・保健指導を受けましょう。

ライフステージ：青年期、壮年期、中年期、高齢期

指標の推移と最終評価の結果

項目		基準値	中間値	最終値	目標値	最終評価
1年以内に歯科医院で検診や保健指導を受けている人の割合	20歳以上	51.8% (参考値)	48.2%	51.5%	65%	△

基準値：平成21年度市民健康意識調査

中間値：平成28年度市民健康意識調査

最終値：令和3年度市民健康意識調査

※調査の設問が基準値の設定時と異なるため比較ができないことから、最終評価においては中間値を基準に評価しました。

分析と今後の課題

最終値は中間値よりも改善したものの、新型コロナウイルス感染症により、定期健診での受診を控える傾向があったことから、大幅な改善には至らなかったと思われます。

歯・口腔の健康を保持増進していくためには、各ライフステージにおいてセルフケアに加え、かかりつけの歯科医院で定期的に検診や保健指導を受けることが大切です。今後も各種事業を通じて、定期的に検診を受けるよう普及啓発するとともに、受診行動を継続するための働きかけや保健指導の充実に向けた取組に努めます。

個別目標達成のため推進した主な取組

- 通所型介護予防事業・訪問型介護予防事業
- 歯科健康相談
- 歯科健康講話会
- お口の機能向上学級
- 歯周疾患検診
- 健康教育・健康相談
- 健康教育・健康相談(母子)
- 妊婦歯科健康診査
- マタニティ食生活講座→食生活学級【H29～】
- 両親学級
- 幼児歯科健康診査
- 離乳食教室
- 幼児食教室
- むし歯予防教室
- 歯みがきレッスン
→むし歯予防サポート教室【H25～】
- 幼児フッ化物塗布事業【R2～1歳児を追加】
- 歯科保健知識普及
- 定期健康診断
- 小中学校における健康教育(歯科保健学習)
- 小学校フッ化物洗口事業
- 妊娠期からの相談支援事業(秋田市版ネウボラ)【H28～】
- 後期高齢者歯科健診【H29～】
- 中学校フッ化物洗口事業【H29～】
- シニア元気アップ(フレイル予防)事業【R3～】

◎ 計画策定後に開始した取組は、開始年度を【 】内に表示

◎ 事業内容や取組実績は、参考資料に掲載

第4節 重点分野別最終評価の結果

(7) 健診(検診)

重点分野別 目標	特定健康診査、各種がん検診を受診しましょう。	総合評価
		A

健診(検診)分野の総括

＜特定健康診査・特定保健指導（国保）（平成20年度から実施）＞

特定健康診査の受診率は、令和3年度は平成22年度と比べ11.4ポイント増加し、36.3%となりましたが目標を下回っています。また、特定保健指導の実施率は、平成25年度の43.9%をピークに年々減少しており目標を達成できませんでした。健康づくりに関するアプリやフィットネス施設など個別に取り組みやすい環境が充実したことに加え、新型コロナウイルス感染症が急拡大した際、対面指導を中止したことや、外出を自粛した方が多かった影響と考えられます。

新たな取組として、糖尿病や慢性腎臓病、高血圧症の未治療者等医療管理が必要な方を対象に、受診勧奨および保健指導を行い、腎不全・人工透析への移行や脳血管疾患等の重症化予防に努めました。

新型コロナウイルス感染症拡大以降、リモートワークの普及等生活様式が変化しており、今後メタボリックシンドロームに及ぼす影響が懸念されます。生活習慣病は自覚症状がないまま進行し、重症化すると、QOLの低下を招くとともに医療費など経済的負担が大きくなります。生活習慣病の発症や重症化を予防するため、引き続き、特定健康診査の受診率・特定保健指導の実施率の向上に取り組みます。

＜がん検診受診率＞

新型コロナウイルス感染症の影響により、集団健診の中止や、検診の受診控えが見受けられたものの、各がん検診の受診率は、いずれも向上しており、胃がん、大腸がん、肺がん、乳がん検診は目標を達成し、子宮がん検診においても、目標には届かなかったものの向上しています。市や勤務先等の検診のほか、個人的に受診している市民も多く、市民の意識が高まってきているものと考えています。

がん検診の受診は、がんの早期発見・早期治療につながり、がんによる死亡者を減少することができるため、受診率の向上が望まれます。今後も、受診率の上昇傾向が持続するよう、引き続きがん検診の重要性を周知するとともに、受診しやすい環境づくりの整備や健康意識を高める活動などに努めます。

個別目標

【行動目標】

- 1 健診(検診)を受けましょう。……………56
- 2 健診(検診)の必要性和方法を学びましょう。……………57
- 3 特定保健指導を受けましょう。(国保加入者の40～74歳)……………58

(7)健診（検診）

行動目標 1

目標 **健診(検診)を受けましょう。**

ライフステージ：青年期、壮年期、中年期、高齢期

指標の推移と最終評価の結果

項目	基準値	中間値	最終値	目標値	最終評価
国民健康保険の特定健康診査受診率	24.9%	35.2%	36.3%	47.5%	○

※中間評価時に目標値見直し

基準値：平成22年度秋田市特定健康診査実施状況
 中間値：平成27年度秋田市特定健康診査実施状況
 最終値：令和3年度秋田市特定健康診査実施状況

項目	基準値	中間値	最終値	目標値	最終評価
胃がん検診受診率	19.0%	49.8%	50.6%	50%	◎
大腸がん検診受診率	19.2%	51.6%	56.2%	51.6%以上	◎
肺がん検診受診率	7.3%	59.5%	61.7%	59.5%以上	◎
子宮がん検診受診率	28.4%	43.0%	47.9%	50%	○
乳がん検診受診率	20.3%	48.9%	52.4%	50%	◎

※中間評価時に、胃がん・大腸がん・肺がん検診受診率の目標値見直し

基準値：平成21年度市民健康意識調査
 中間値：平成28年度市民健康意識調査
 最終値：令和3年度市民健康意識調査

分析と今後の課題

特定健康診査については、国民健康保険の新規加入時にPRチラシを配布するとともに、未受診者に対しては、人工知能（AI）を用い対象者の特性に合わせたハガキによる受診勧奨を実施したほか、広報あきたや市政広報テレビ、ラジオ番組の活用等により周知・啓発を図りました。受診率は、中間値よりは増加したものの目標値の達成には至りませんでした。新型コロナウイルス感染症が急拡大した令和2年度の春先は、感染への不安や集団健診の中止等の影響で受診率が一旦低下しましたが、令和3年度においては、感染予防対策を講じた集団健診の再開等で受診率は回復傾向にあります。

生活習慣病の発症や重症化を予防するため、引き続き健診の必要性についての周知・啓発や受診しやすい環境づくりを整備する必要があります。

がん検診については、健診ガイドの全戸配布、広報あきた、市政広報テレビ・ラジオ番組などを通じた周知や、ミニセット健診、日曜健診、女性限定のレディース健診の実施など受診しやすい環境づくりの取組により、受診率の向上が図られてきました。女性特有のがん検診は、他のがん検診に比べて受診率が若干低めであることから、女性が受診しやすい環境を整備していく必要があります。

集団健診においては、感染予防対策や待ち時間を解消するため、令和3年度から予約制を導入しています。今後も、安全・安心に受診できる体制を継続するとともに、年代や性別にあった情報提供を行うなど、より効果的な受診勧奨を行うことにより受診率向上に努めます。

個別目標達成のため推進した主な取組

- 特定健康診査・特定保健指導事業
- 人間ドック保健事業
- 後期高齢者健康診査事業
- がん検診・がん予防啓発事業
- 健康教育・健康相談
- 健診ガイドの全戸配布
- 割引制度【H28～】
- ミニセット健診、日曜健診、レディース健診の実施【H28～】

◎ 計画策定後に開始した取組は、開始年度を【 】内に表示

◎ 事業内容や取組実績は、参考資料に掲載

第三章

健診(検診)

(7)健診（検診）		行動目標2
目標	健診(検診)の必要性と方法を学びましょう。	
ライフステージ：青年期、壮年期、中年期、高齢期		

指標の推移と最終評価の結果					
項目	基準値	中間値	最終値	目標値	最終評価
健康なので検診は必要ないと考えている人の割合	19.0%	19.5%	15.4%	15.2% 以下	○
検診の実施を知らなかった人の割合	11.3%	9.8%	9.5%	9% 以下	○

基準値：平成21年度市民健康意識調査
中間値：平成28年度市民健康意識調査
最終値：令和3年度市民健康意識調査

分析と今後の課題
<p>特定健康診査の必要性や受診方法について、広報あきたやホームページへの掲載、関係医療機関や調剤薬局へのポスター掲示、テレビ・ラジオの広報番組の活用やイベントにおける啓発活動などにより周知してきました。また、特定健康診査未受診者に対しハガキによる受診勧奨を行いました。さらに、秋田市医師会と連携し、かかりつけ医から健診データを収集し、特定健康診査として活用しました。</p> <p>新型コロナウイルス感染症の影響が続くなか、受診率が徐々に回復してきていることから、健診への意識が向上していると考えられます。今後もこれまでの取組を継続するとともに、対象者が健診に関心を持つよう周知に努めます。</p> <p>がん検診の必要性や検診の受診方法などについて、健診ガイドの全戸配布や割引制度対象者への個別の勧奨、再勧奨通知、健康教育などの機会におけるがん予防等リーフレットの活用、地域保健推進員によるPR活動、広報あきたや市政広報テレビ・ラジオ番組などにより周知を図ってきました。このことにより、「健康なので検診は必要ないと考えている人」や「検診の実施を知らなかった人」の割合が減少しているものの、さらにその割合を減少させるため、今後も継続して周知・啓発を行っていくことが必要です。</p> <p>がん検診は、自覚症状などのない健康な状態のときに受診することが重要であり、がん検診に対する関心をさらに高め、一人ひとりが自分にあった検診計画を立てることができるよう、がんにかかりやすい年代の前から定期的に受診することの重要性やがんに対する正しい知識と受診方法について、周知に努めます。</p>

個別目標達成のため推進した主な取組
<ul style="list-style-type: none"> ■健診ガイドの全戸配布 ■がん検診PRキャンペーン ■割引制度 ■市政広報テレビ・ラジオ番組 ■健康教育・健康相談

- ◎ 計画策定後に開始した取組は、開始年度を【 】内に表示
◎ 事業内容や取組実績は、参考資料に掲載

(7)健診（検診）

行動目標3

目標

特定保健指導を受けましょう。

ライフステージ：壮年期、中年期、高齢期

指標の推移と最終評価の結果

項目	基準値	中間値	最終値	目標値	最終評価
国民健康保険の特定保健指導実施率	39.7%	40.6%	14.5%	49%	×

基準値：平成22年度秋田市特定健康診査実施状況

中間値：平成27年度秋田市特定健康診査実施状況

最終値：令和3年度秋田市特定健康診査実施状況

※中間評価時に目標値見直し

分析と今後の課題

特定保健指導対象者への電話による利用勧奨のほか、利用勧奨リーフレットの配布、広報あきたや市政広報ラジオ番組の活用等により周知に努めましたが、実施率の向上には至りませんでした。実施率が低下した要因としては、新型コロナウイルス感染症拡大により、対面指導を一時期中止したことや、外出を自粛した方が増えた影響が考えられます。さらに、近年は生活習慣改善に関する情報収集が容易になり、健康づくりに関するアプリやフィットネス施設など個別に取り組みやすい環境が充実していることも理由として考えられます。

新たな取組としては、糖尿病や慢性腎臓病、高血圧症の未治療者等医療管理が必要な方を対象に、受診勧奨および保健指導を行い、腎不全・人工透析への移行や脳血管疾患等の重症化予防に努めました。

新型コロナウイルス感染症拡大以降、リモートワークの普及等生活様式が変化しており、今後メタボリックシンドロームに及ぼす影響が懸念されます。対象者自身が健診結果や体の変化に関心を持ち、生活習慣改善の必要性を理解し改善に取り組むことが大切です。そのため、今後は感染症予防対策を講じた対面指導に加え、ICTの活用等による利用しやすい指導体制の整備、利用勧奨方法の工夫などに取り組み、実施率の向上と生活習慣病の予防に努めるとともに、生活習慣病の重症化リスクが高い方への受診勧奨や保健指導を充実する必要があります。

個別目標達成のため推進した主な取組

- 特定健康診査・特定保健指導事業
- 糖尿病・慢性腎臓病重症化予防事業【H30～】
- 高血圧症重症化予防事業【R3～】

◎ 計画策定後に開始した取組は、開始年度を【 】内に表示

◎ 事業内容や取組実績は、参考資料に掲載