

第3次健康あきた市21（素案）

要約版

秋田市の健康状況

人口と年齢構成

人口は平成14年の318,658人をピークに減少に転じ、65歳以上の老年人口の増加が続いています。

	令和4年
総人口	303,048人
うち、年少人口(0~14歳)	31,295人
生産年齢人口(15~64歳)	168,574人
老年人口(65歳以上)	97,020人
年齢不詳	6,159人

資料：秋田市年齢別・地区別人口 秋田市企画財政部情報統計課
(令和4年10月1日現在)

出生数・死亡数の推移

出生数は減少、死亡数は増加しており、平成17年以降、死亡数が出生数を上回っています。

－出生数－		
平成2年	平成17年	令和3年
3,017人	2,493人	1,738人
－死亡数－		
平成2年	平成17年	令和3年
1,755人	2,764人	3,982人

資料：秋田市の人口動態 令和3年までのあらまし

主要死因別割合

生活習慣病とされる悪性新生物(がん)、心疾患、脳血管疾患で全死因の49.2%を占めています。

・悪性新生物	29.2%
・心疾患	11.9%
・老衰	9.1%
・脳血管疾患	8.1%
・肺炎	3.4%
・その他	38.3%

資料：秋田市の人口動態 令和3年までのあらまし

がん

一生涯のうちがんにかかる確率
約2人に1人

－秋田市のがん死亡事情－

男性

女性

第1位 肺がん	第1位 結腸がん
第2位 胃がん	第2位 肺がん
第3位 結腸がん	第3位 胃がん

資料：秋田市の人口動態 令和3年までのあらまし

生活習慣病患者の割合

高血圧症と脂質異常症の患者の割合が5割を超え、特に高くなっています。

※令和5年5月診療分

・高血圧症	56.6%
・脂質異常症	52.2%
・糖尿病	24.5%
・虚血性心疾患	8.1%
・脳血管疾患	9.1%

資料：秋田県国民健康保険団体連合会統計資料から秋田市分を集計

介護が必要となった原因疾患

介護保険第2号被保険者(40~64歳)では、脳血管疾患と末期がんで6割以上を占めています。※令和5年4月1日現在

・脳血管疾患	44.3%
・がん(末期)	18.6%
・初老期における認知症	7.1%
・糖尿病性神経障害、 糖尿病性腎症及び糖尿病性腎症	6.4%
・骨折を伴う骨粗しょう症	3.9%
・その他	15.1%

資料：秋田市介護保険課提供

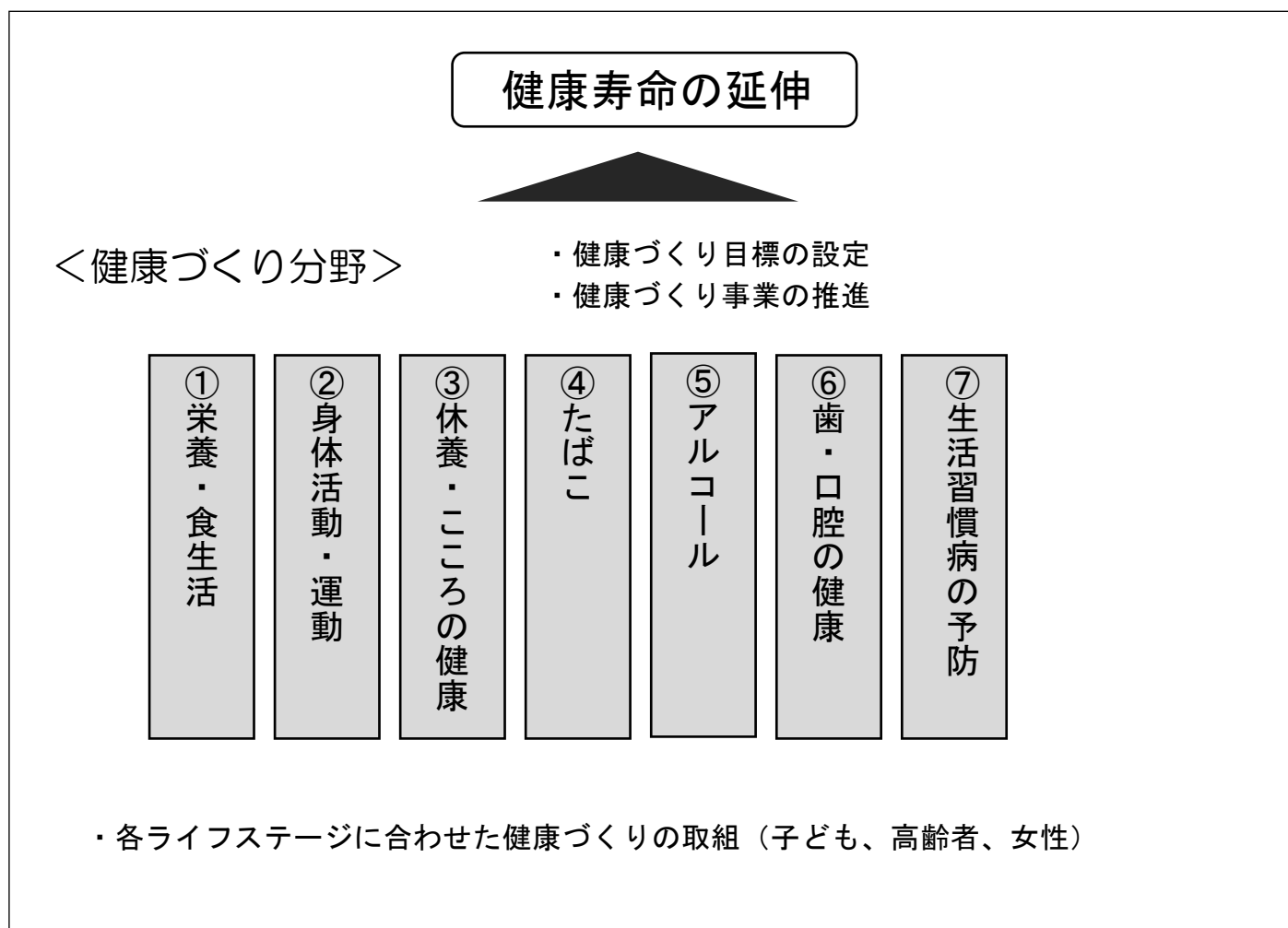
第3次健康あきた市21の概念図

第3次計画では、5つの基本の方針に基づき、市民の健康増進を推進します。

健康づくりの取組は、「栄養・食生活」など7つの健康づくり分野に分け、それぞれの分野ごとに健康づくり目標を設定し、その目標に向けて健康づくりを推進していきます。

また、この取組を進めるにあたっては、各ライフステージ特有の健康づくりを意識して進めていきます。

特に、幼少期の生活習慣や健康状態は、成人になってからの健康状態にも大きく影響を与えること、高齢期の健康を支えるためには、青年期からの取組が大切であること、そして女性の健康は、ライフステージごとに女性ホルモンが劇的に変化する特性等を踏まえた健康課題を解決することが重要と考え、「子ども」、「高齢者」、「女性」に着目して健康づくりを進めていきます。



各分野における目標の設定

(1) 健康づくり目標の設定

第3次計画では、7つの健康づくり分野ごとに具体的な健康づくり目標を設定し、その目標ごとに指標を設定することで、より明確に評価できるようにしました。

(2) 目標、基準値および目標値設定の考え方

健康づくり目標の達成に向けて、基準値と目標値を設定しています。設定の考え方は以下のとおりです。

- 国の「健康日本21（第三次）」のビジョンや基本的な方向等の趣旨を踏まえ、第2次計画で設定した目標のうち、第3次計画で引き続き取り組むものと、削除するものを精査しました。
- 「健康日本21（第三次）」の目標の中から、本市においても取り組む目標を選定するとともに、第2次計画の最終評価結果等も踏まえ、第3次計画で取り組む7つの健康づくり分野における健康課題に合わせて設定しました。
- 健康課題や取り巻く状況はライフステージごとに異なっており、人生の各段階における健康課題の解決を図ることが重要であることを踏まえ、特に「子ども」、「高齢者」、「女性」に関する目標を設定しました。
- 「健康あきた市21推進会議」^(注)の委員からの意見を反映し、本市における独自の目標や指標も設定しました。
- 基準値および目標値は、これまでに行った市民健康意識調査や庁内関係課等で把握している各種調査の結果を参考に検討し、設定しました。

(3) 目標の達成に向けた取組

各分野の健康づくり目標を達成するために、庁内の健康づくりに関わる関係課がそれぞれ連携しながら、具体的な事業を実施していきます。

また、「健康あきた市21推進会議」による計画の進行管理のもと、社会情勢の変化に応じたより効果的な取組となるよう、新たな事業の構築や既存事業の見直しを行っていきます。

注 「健康あきた市21推進会議」

健康あきた市21の適切な進行管理と効果的な推進を目的として、学識者、保健医療関係者、市民代表などで構成する会議。

【栄養・食生活分野の健康づくり目標】

目標	指標		基準値(令和3年度)	目標値(令和14年度)
若年女性のやせの減少	BMI18.5未満の女性の割合	【女性】 20歳～39歳	15.1%	減少

[市民健康意識調査]

目標	指標		基準値(令和4年度)	目標値(令和14年度)
肥満傾向にある児童の減少	肥満傾向にある児童の減少の割合	【子ども】 10歳 (小学5年生)	13.0%	減少

[学校保健統計]

目標	指標		基準値(令和3年度)	目標値(令和14年度)
バランスの良い食事を摂っている者の増加	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	20歳以上	53.4%	増加
		【高齢者】 65歳以上	64.8%	増加

[市民健康意識調査]

目標	指標		基準値(令和3年度)	目標値(令和14年度)
野菜をたくさん食べるように心がけている者の増加	1日に野菜を350g食べていると思う者の割合	20歳以上	25.5% ※秋田県健康づくりに関する調査(秋田市分)	増加

[市民健康意識調査]

目標	指標		基準値	目標値(令和14年度)
果物を毎日食べるように心がけている者の増加	果物を毎日食べるように心がけている者の割合	20歳以上	47.7% ※果物を摂取している者の割合 [平成28年度、平成30年度国民健康・栄養調査]	増加

[市民健康意識調査]

目標	指標		基準値(令和3年度)	目標値(令和14年度)
減塩を心がけている者の増加	減塩やうす味を実行している者の割合	20歳以上	56.8% ※秋田県健康づくりに関する調査(秋田市分)	増加

[市民健康意識調査]

目標	指標		基準値	目標値(令和14年度)
適切な栄養管理を行っている特定給食施設の増加	特定給食施設への巡回指導件数		特定給食施設への巡回指導件数	延べ270件

[保健活動事業実績書]

【身体活動・運動分野の健康づくり目標】

目標	指標		基準値(令和3年度)	目標値(令和14年度)
日常生活における歩数の増加	1日の歩数の平均値 (年齢調整値)	20歳以上	5,691歩	7,100歩

[市民健康意識調査]

目標	指標		基準値(令和3年度)	目標値(令和14年度)
運動習慣者の増加	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者の割合 (年齢調整値)	20歳以上	21.4%	30.0%

[市民健康意識調査]

目標	指標		基準値(令和4年度)	目標値(令和14年度)
運動やスポーツを習慣的に行っていない子どもの減少	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	【子ども】 小学5年生	男子: 6.5% 女子: 14.4%	減少傾向へ

[全国体力・運動能力・運動習慣等調査]

目標	指標		基準値(令和4年度)	目標値(令和14年度)
ロコモティブシンドロームの減少	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がることのできない高齢者の割合	【高齢者】 65歳以上	10.1%	基準値より減少傾向へ

[秋田市介護予防・日常生活圏域 高齢者ニーズ調査]

目標	指標		基準値(令和4年度)	目標値(令和14年度)
骨粗しょう症検診における要精検率の減少	骨粗しょう症検診要精検率	【女性】 40・45・50・ 55・60・65・ 70歳 の女性	14.6%	基準値より減少傾向へ

[秋田市 骨粗しょう症検診結果]

【休養・こころの健康分野の健康づくり目標】

目標	指標		基準値(令和3年度)	目標値(令和14年度)
睡眠で疲労が回復している者の増加	睡眠で疲労が回復している者の割合	20歳以上	76.0%	80.0%

[市民健康意識調査]

目標	指標		基準値(令和3年度)	目標値(令和14年度)
睡眠時間が十分に確保できている者の増加	睡眠時間が6～9時間(60歳以上については、6～8時間)の者の割合	20歳以上	77.0% ※秋田県健康づくりに関する調査(秋田市分)	82.0%

[市民健康意識調査]

目標	指標		基準値(令和3年度)	目標値(令和14年度)
自分に合ったストレス解消法で、休養がとれている者の増加	自分に合ったストレス解消法で、休養がとれている者の割合	20歳以上	81.6%	84.0%

[市民健康意識調査]

目標	指標		基準値(令和3年度)	目標値(令和14年度)
心理的苦痛を感じている者の減少	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	20歳以上	12.5%	9.4%

[市民健康意識調査]

目標	指標		基準値(令和3年度)	目標値(令和14年度)
社会とのつながりができている者の増加	人々とのつながりができていると思う者の割合	20歳以上	67.1%	72.0%
	社会生活(就労・就学を含む。)を営むために外出する者の割合	20歳以上	79.5%	85.0%
		【高齢者】 65歳以上	64.5%	75.0%

[市民健康意識調査]

目標	指標	基準値	目標値(令和14年度)
悩みを抱える人に対して、適切な対応ができる者の増加	人材育成に関する研修会の修了者数	3,415人 (令和元年度～4年度)	8,300人

[秋田市自殺対策事業における実績および計画の照会]

【たばこ分野の健康づくり目標】

目標	指標		基準値(令和3年度)	目標値(令和14年度)
喫煙率の減少	喫煙率	20歳以上	13.7%	9.3%

[市民健康意識調査]

目標	指標		基準値(令和3年度)	目標値(令和14年度)
20歳未満の者の喫煙をなくす	中学生・高校生の喫煙者の割合		0%	0%

[中学生・高校生への調査]

目標	指標		基準値(令和4年度)	目標値(令和14年度)
妊娠中の喫煙をなくす	妊婦の喫煙率	【女性】	1.1%	0%

[秋田市4か月児健診「妊娠・出産時の状況アンケート」]

目標	指標		基準値(令和3年度)	目標値(令和14年度)
受動喫煙の機会の減少	望まない受動喫煙の機会を有する者の割合		26.9%	18.3%

[市民健康意識調査]

目標	指標		基準値(令和3年度)	目標値(令和14年度)
COPDの死亡率の減少	COPDの死亡率 (人口10万人あたり)		9.2	7.2

[人口動態統計]

【アルコール分野の健康づくり目標】

目標	指標		基準値(令和3年度)	目標値(令和14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	1日当たりの純アルコール摂取量が40g以上の男性の割合	20歳以上	28.7%	13.0%
	1日当たりの純アルコール摂取量が20g以上の女性の割合	【女性】 20歳以上	10.9%	6.4%
	週に1日以上休肝日を設けている者の割合	20歳以上	78.5%	90.9%

[市民健康意識調査]

目標	指標		基準値(令和4年度)	目標値(令和14年度)
妊娠中の飲酒をなくす	妊娠中に飲酒している者の割合	【女性】	0.3%	0%

[秋田市4か月児健診「妊娠・出産時の状況アンケート」]

目標	指標		基準値(令和3年度)	目標値(令和14年度)
20歳未満の者の飲酒をなくす	中学生・高校生の飲酒者の割合		0%	0%

[市民健康意識調査]

【歯・口腔の健康分野の健康づくり目標】

目標	指標		基準値	目標値(令和14年度)
むし歯の予防	4本以上のむし歯をもつ者の割合	【子ども】 3歳児	3.42% (令和4年度)	1.7%
	[3歳児歯科健康診査]			
	むし歯がある者の割合	【子ども】 12歳児	20.23% (令和4年度)	10%
	[学校保健調査]			
	未処置のむし歯がある者の割合	20歳以上	21.8% (令和3年度)	15.0%
	むし歯予防のためにフッ化物を活用したことがある者の割合	【子ども】 15歳未満	60.5% (令和3年度)	90.0%

[市民健康意識調査]

目標	指標		基準値	目標値(令和14年度)
歯肉炎・歯周病の予防	歯肉に炎症がある者の割合	【子ども】 12歳児	20.2% (令和4年度)	15.0%
	[学校保健調査]			
	歯肉炎・歯周炎の症状がある者の割合	20歳以上	47.6% (令和3年度)	40.0%

[市民健康意識調査]

目標	指標		基準値(令和3年度)	目標値(令和14年度)
歯の喪失防止	自分の歯が20本以上の者の割合	【高齢者】 80歳以上	38.0%	50.0%

[市民健康意識調査]

目標	指標		基準値(令和3年度)	目標値(令和14年度)
口腔機能の維持・向上	咀嚼良好者の割合	50歳以上	51.1%	65.0%

[市民健康意識調査]

目標	指標		基準値(令和3年度)	目標値(令和14年度)
歯科健診の受診者の増加	過去1年間に歯科健診を受けた者の割合	20歳以上	51.5%	65.0%

[市民健康意識調査]

【生活習慣病の予防分野の健康づくり目標】

目標	指標	基準値	目標値(令和10年度)
がんの年齢調整罹患率の減少	胃がんの年齢調整罹患率 (人口10万人当たり)	調査中	減少
	大腸がんの年齢調整罹患率 (人口10万人当たり)	調査中	減少
	肺がんの年齢調整罹患率 (人口10万人当たり)	調査中	減少
	子宮頸がんの年齢調整罹患率 (人口10万人当たり)	調査中	減少
	乳がんの年齢調整罹患率 (人口10万人当たり)	調査中	減少

[秋田県がん登録]

目標	指標	基準値(令和3年度)	目標値(令和10年度)
がんの年齢調整死亡率の減少	がんの年齢調整死亡率 (人口10万人当たり)	126.2	減少

[人口動態統計]

目標	指標		基準値(令和3年度)	目標値(令和14年度)
がん検診の受診率の向上	胃がん検診受診率	40～69歳	50.6%	60.0%
	大腸がん検診受診率	40～69歳	56.2%	60.0%
	肺がん検診受診率	40～69歳	61.7%	61.7%以上
	子宮頸がん検診受診率	20～69歳	47.9%	60.0%
	乳がん検診受診率	40～69歳	52.4%	60.0%

[市民健康意識調査]

目標	指標		基準値(令和3年度)	目標値(令和10年度)
脳血管疾患・虚血性心疾患の年齢調整死亡率の減少	脳血管疾患の年齢調整死亡率 (人口10万人当たり)	男性	32.1	減少
		女性	21.4	減少
	虚血性心疾患の年齢調整死亡率 (人口10万人当たり)	男性	14.7	減少
		女性	5.6	減少

[人口動態統計]

目標	指標		基準値(令和4年度)	目標値(令和11年度)
高血圧の改善	収縮期血圧の平均値	(年齢調整なし)	129.8mmHg	減少

[KDB(国保データベース)]

目標	指標		基準値(令和4年度)	目標値(令和11年度)
メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少	特定保健指導対象者の割合(秋田市国民健康保険加入者)	(年齢調整なし)	8.6%	第3期秋田市国民健康保険保健事業実施計画(データヘルス計画)・第4期秋田市特定健康診査・特定保健指導実施計画【R5年度策定中】と同じ

[特定健康診査等の実施状況に関する結果の報告(法定報告)]

目標	指標		基準値(令和4年度)	目標値(令和11年度)
特定健康診査の受診率の向上	特定健康診査の受診率(秋田市国民健康保険加入者)	(年齢調整なし)	37.3%	第3期秋田市国民健康保険保健事業実施計画(データヘルス計画)・第4期秋田市特定健康診査・特定保健指導実施計画【R5年度策定中】と同じ

[特定健康診査等の実施状況に関する結果の報告(法定報告)]

目標	指標		基準値(令和4年度)	目標値(令和11年度)
特定保健指導の実施率の向上	特定保健指導の実施率(秋田市国民健康保険加入者)	(年齢調整なし)	15.4%	第3期秋田市国民健康保険保健事業実施計画(データヘルス計画)・第4期秋田市特定健康診査・特定保健指導実施計画【R5年度策定中】と同じ

[特定健康診査等の実施状況に関する結果の報告(法定報告)]

目標	指標		基準値(令和4年度)	目標値(令和11年度)
糖尿病有病者の増加の抑制	糖尿病保有者率(秋田市国民健康保険加入者)	(年齢調整なし)	11.5%	第3期秋田市国民健康保険保健事業実施計画(データヘルス計画)・第4期秋田市特定健康診査・特定保健指導実施計画【R5年度策定中】と同じ

[KDB(国保データベース)]

目標	指標		基準値(令和4年度)	目標値(令和11年度)
糖尿病の合併症(糖尿病性腎症)の減少	糖尿病のうち腎症を合併している者の割合	(年齢調整なし)	9.6%	減少
	[KDB(国保データベース)]			
	秋田市国民健康保険糖尿病および慢性腎臓病(CKD)重症化予防プログラムに基づき受診勧奨後に医療機関を受診した者の割合(未治療者)	(年齢調整なし)	76.0%	第3期秋田市国民健康保険保健事業実施計画(データヘルス計画)・第4期秋田市特定健康診査・特定保健指導実施計画【R5年度策定中】と同じ
	秋田市国民健康保険糖尿病および慢性腎臓病(CKD)重症化予防プログラムに基づき受診勧奨後に医療機関を受診した者の割合(治療中断者)	(年齢調整なし)	48.4%	第3期秋田市国民健康保険保健事業実施計画(データヘルス計画)・第4期秋田市特定健康診査・特定保健指導実施計画【R5年度策定中】と同じ

[秋田市 糖尿病・慢性腎臓病重症化予防事業実績]