

# 健康増進計画



八百津町

# 目 次

## 第1章 計画策定にあたって

1. 計画策定の背景と趣旨	1
2. 計画の基本的な考え方	1
(1) 一次予防の重視	1
(2) 健康づくり支援のための環境整備	1
(3) 目標の設定と評価	1
(4) 地域主体の健康づくり運動の展開	2
3. 本計画の位置づけと計画期間	2

## 第2章 八百津町の現状

1. 人口動態	3
(1) 人口の推移	3
(2) 出生	4
(3) 死亡	4
2. 医療の状況	
(1) 受診率及び医療費の推移	7
(2) 疾患別受診率及び医療費の推移	8
(3) 主要疾患の年齢別受診率及び一人あたり医療費の推移	10
3. 乳幼児健診実施状況	
(1) 内科検診受診状況	12
(2) 歯科検診受診状況	13
(3) う歯罹患状況	13
(4) 歯みがきの状況	13
4. 学校保健の状況	14
5. 親子教室利用状況	14
6. 歯周疾患検診の実施状況	15
7. 基本健康診査の実施状況	15
(1) 基本健康診査の受診率	15
(2) 健康リスクの保有状況	15
8. がん検診実施状況	17
9. 町民の健康に対する意識	19
(1) アンケート調査の概要	19
(2) アンケート調査結果の概要	19

## 第3章 健康課題と目標

1. 健康課題	27
---------	----

2. 健康目標 -----	28
---------------	----

#### 第4章 行動目標と環境づくり目標

1. 栄養・食生活 -----	29
2. 身体活動・運動 -----	30
3. 休養・こころの健康づくり -----	31
4. たばこ・アルコール -----	32
5. 歯の健康 -----	33
6. 健康の自己管理 -----	34

# 第1章 計画策定にあたって

## 1. 計画策定の背景と趣旨

公衆衛生の向上や、医学・医療の進歩等によって、わが国の平均寿命は著しく伸び、世界平均より10年以上も長寿となっています。こうした現状においては、さらなる平均寿命の延伸を健康づくりの目的とは位置づけにくくなってきました。国では2000年4月から21世紀の新しい国民健康づくり運動「健康日本21」がスタートしました。壮年期死亡（早世）の減少、健康寿命（痴呆や寝たきりにならない状態で自立して生活できる期間）の延伸、生活の質の向上を図ることを目標としています。そこで、町においても、健康づくり運動を効率的に推進するために、実施目標及び成果目標とそれらの目標を達成するための実施方法を定めこの計画を策定するものです。

## 2. 計画の基本的な考え方

### （1）「一次予防」の重視

わが国の健康づくり対策の中で従来、「二次予防」と比べてその取り組みが不十分であるとされていた「一次予防」を重視し、目標となる具体的な指標を定め、行政にとどまらない幅広い関係者の参加、協力のもとに、一人一人の健康づくりを支援していこうとする21世紀における新しい健康づくり運動です。

現在、日本人の死因の1位から3位を占めるがん、心臓病、脳卒中や、最近増加の著しい糖尿病はいずれも生活習慣病です。その発症や進行には食習慣、運動習慣、飲酒、喫煙、ストレスなどの生活習慣が深く関わっていることが明らかになっています。生活習慣を改善することで、危険因子を減らし、最終的には生活習慣病の発症や進行を予防します。健康は守るものという従来の発想を転換し、「健康はつくるもの」という視点にたって積極的な一次予防を推進します。

### （2）健康づくり支援のための環境整備

生活習慣を改善し、健康づくりに取り組もうとする個人を社会全体として支援していく環境整備が不可欠です。一人一人の健康づくりに対する意志や意欲を高めるための普及啓発活動及び一人一人の主体的健康づくり活動を推進します。

### （3）目標の設定と評価

健康づくりを効率的に推進するためには、死亡統計、疾病統計、医療費や健康に関する意識調査などの情報をもとに、課題を明確にししながら、現状を分析し目標の設定をしていきま

す。また、その達成状況などを随時、評価することで、関係者自らの取り組みに反映させていきます。

#### (4) 地域主体の健康づくり運動の展開

個人が自らの生活習慣を見直し、より健康的な生活習慣を選択するために、地域の資源、医療機関、保健福祉関連施設、地域ボランティア等との連携を図り、それぞれ持つ多様な手段、機会を有効に活用して、情報発信や働きかけを行うことが重要です。

### 3. 本計画の位置づけと計画期間

町民一人一人の自覚と実践を基本とした健康づくりを推進するために、町民の主体的な発想と具体的な行動を期待するものです。

本計画は、国の「健康日本21」、県の「ヘルスプラン21」との整合性を図りながら策定します。また、八百津町国民健康保険特定健康診査等実施計画との整合性も図ります。

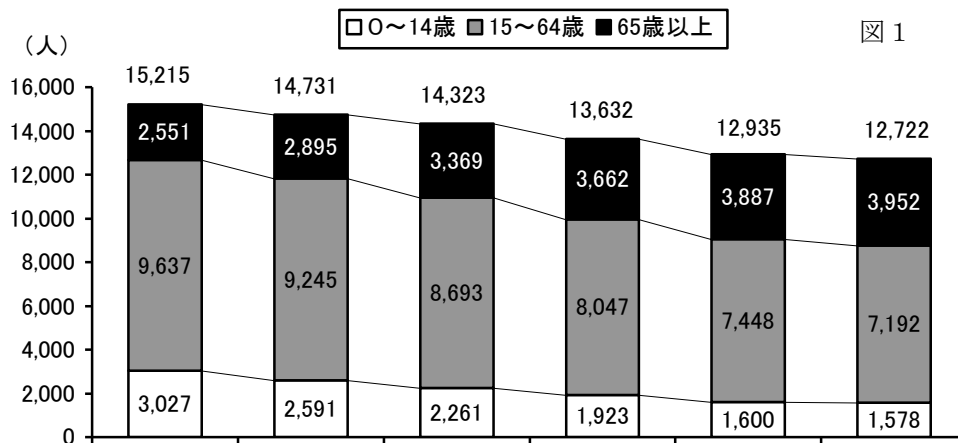
計画期間は平成21～25年度の5年間とします。

## 第2章 八百津町の現状

### 1. 人口動態

#### (1) 人口の推移

平成19年4月1日現在の総人口は12,722人で、昭和60年と比較して16%減少しています。特に0～14歳人口の減少が著しく、平成19年は昭和60年と比較して48%減となっています。一方、65歳以上人口は年々増加しており、平成19年は昭和60年と比較して1.5倍となっています。ただし、65歳以上人口については、65～74歳は平成12年をピークに減少に転じており、平成19年時点で増加傾向にあるのは75歳以上人口のみとなっています。なお、平成19年における75歳以上人口は2,107人で、これは昭和60年の1.9倍にあたります。



	昭和60年	平成2年	平成7年	平成12年	平成17年	平成19年
総人口	15,215	14,731	14,323	13,632	12,935	12,722
0～14歳	3,027	2,591	2,261	1,923	1,600	1,578
15～64歳	9,637	9,245	8,693	8,047	7,448	7,192
15～39歳	4,531	4,101	3,769	3,425	3,076	2,966
40～64歳	5,106	5,144	4,924	4,622	4,372	4,226
65歳以上	2,551	2,895	3,369	3,662	3,887	3,952
65～74歳	1,430	1,637	1,995	2,067	1,866	1,845
75歳以上	1,121	1,258	1,374	1,595	2,021	2,107

※平成17年までは国勢調査、平成19年は4月1日現在の岐阜県人口動態統計

(2) 出生

出生数は年々減少しています。平成7年から100人を割り、平成19年は59人となっています。平成19年の合計特殊出生率は0.97で、平成12年と比べ0.22減っています。岐阜県1.34人、全国1.32人と比較するとかなり低くなっています。

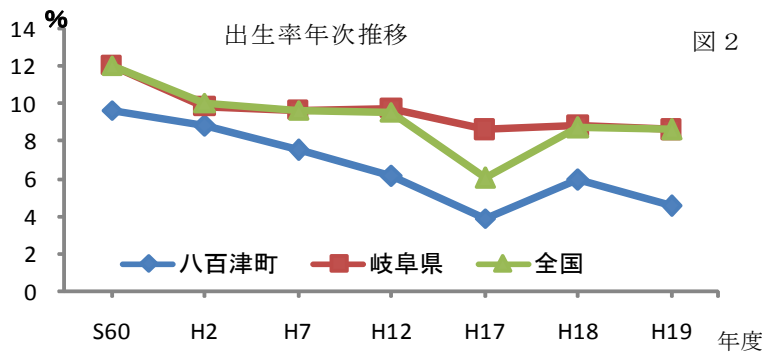
表1

		S60	H2	H7	H12	H17	H18	H19
八百津町	出生数	146	134	98	86	52	79	59
	出生率	9.6	8.8	7.5	6.1	3.9	5.9	4.5
岐阜県	出生率	12.0	9.8	9.6	9.7	8.6	8.8	8.6
全国	出生率	12.0	10.0	9.6	9.5	6.0	8.7	8.6

合計特殊出生率

表2

八百津町				1.19	0.79	1.02	0.97
岐阜県				1.47	1.37	1.35	1.34
全国				1.36	1.26	1.32	1.32



(3) 死亡

全国的に死亡率は年々高くなっています。平均寿命の推移を見ると、平成17年の男性の平均寿命(0歳の平均余命)は79.5年、女性は85.9年で、平成12年と比べ男性は1.6年、女性は1.7年上回っています。男女の平均寿命の格差をみると、平成17年は6.4年で平成12年の6.3年に比べ0.1年拡大しています。

全国の平均寿命と比べると、男性は0.97年、女性は0.41年上回っています。岐阜県と比べると、男性は0.69年上回っていますが、女性は0.31年下回っています。

死亡率推移

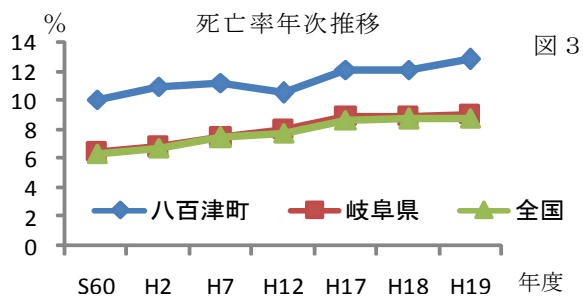
表3

	S60	H2	H7	H12	H17	H18	H19
八百津町	10.0	10.9	11.2	10.5	12.1	12.1	12.8
岐阜県	6.5	6.8	7.5	8.0	8.9	8.9	9.0
全国	6.3	6.7	7.4	7.7	8.6	8.7	8.8

平均寿命推移

表4

	H12		H17	
	男	女	男	女
八百津町	77.90	84.20	79.50	85.90
岐阜県	78.28	85.08	79.01	86.21
全国	77.72	84.60	78.53	85.49



三大死因年次推移

表 5

		S60	H2	H7	H12	H17	H18	H19
八百津町	がん	23.0	19.3	20.5	23.5	23.3	24.2	24.4
	心疾患	23.0	36.7	16.9	17.4	17.2	18.0	17.3
	脳血管	25.7	18.7	22.3	8.7	6.1	8.1	8.3
	全死亡に占める割合	71.7	74.7	59.7	49.6	46.6	50.3	50.0
岐阜県		-	-	-	57.2	57.5	-	-
全国		62.1	-	60.7	59.8	58.7	58.1	57.7

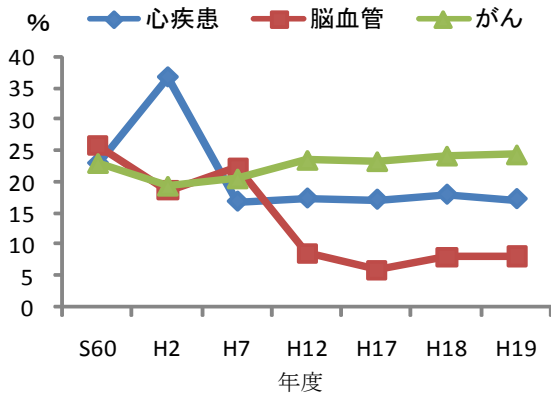


図 4

三大死因の死亡割合は昭和 60 年と比較すると 20 ポイント減少し、平成 19 年の死亡で三大死因の占める割合は、50%となっています。平成 12 年、17 年の岐阜県の状況と比較すると下回っています。

平成 19 年度の死因別死亡割合を見ると、1 位「悪性新生物」2 位「心疾患」3 位「老衰」の順になっています。性別では、男性の 1 位「悪性新生物」2 位「老衰・肺気管支炎」3 位「心疾患」で、女性の 1 位「心疾患」2 位「悪性新生物」3 位「老衰」の順です。

平成 19 年度死因別死亡数

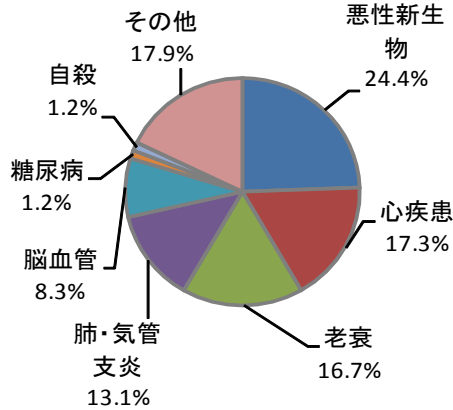
表 6

	男性	女性	合計
悪性新生物	24	17	41
心疾患	8	21	29
老衰	13	15	28
肺・気管支炎	13	9	22
脳血管	5	9	14
糖尿病	2	0	2
自殺	1	1	2
その他	17	13	30

単位(人)

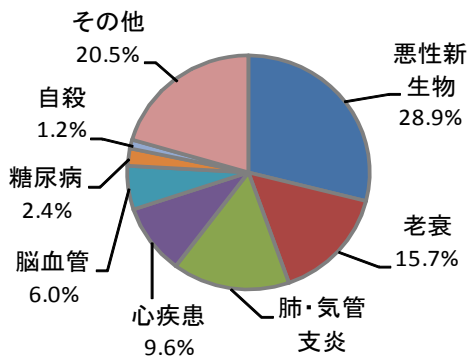
死因別死亡割合

図 5



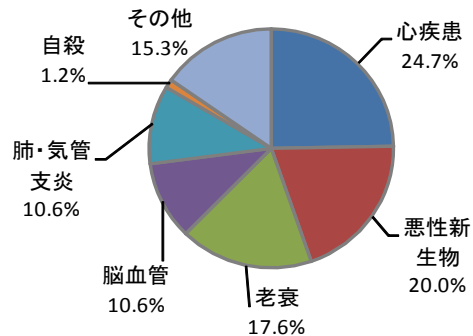
男性

図 6



女性

図 7



早世死亡年齢の推移

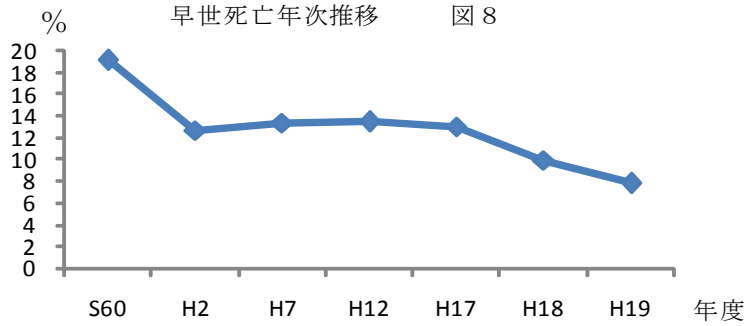
表 7

	S60	H2	H7	H12	H17	H18	H19
早世死亡割合	19.1	12.7	13.3	13.4	13.0	9.9	7.7

早世死亡の割合は年々減少しています。

\*早世死亡

死亡者に占める64歳以下の者の割合



三大死因死亡状況（八百津町）

表 8

		悪性新生物	心疾患	脳血管疾患
全年齢調整死亡率 (人口10万対)	男	143.5 (県190.0)	67.8 (県84.7)	29.0 (県66.0)
	女	84.9 (県99.1)	45.3 (県50.2)	28.2 (県40.5)
壮年期標準化死亡率 (SMR)	男	124.7 (県97.6)	73.6 (県107.8)	75.4 (県97.4)
	女	53.1 (県106.3)	72.3 (県118.2)	0 (県101.8)

平成15～19年（5年間平均）

標準化死亡率(SMR)の比較

表 9

		全死亡数		標準化死亡率	
		男	女	男	女
虚血性心疾患	岐阜県	2714	2419	79.0	87.9
	八百津町	56	53	183.2	211
脳血管疾患	岐阜県	3340	3514	98.6	97.6
	八百津町	32	40	98.6	119.6
糖尿病	岐阜県	501	467	86.4	91.4
	八百津町	6	5	119.5	108.7

平成15～19年

## 2. 医療の状況

### (1) 受診率及び医療費の推移

生活習慣病に関連がある疾患として、以下の疾患の受診率及び国保医療費の調査を行いました。

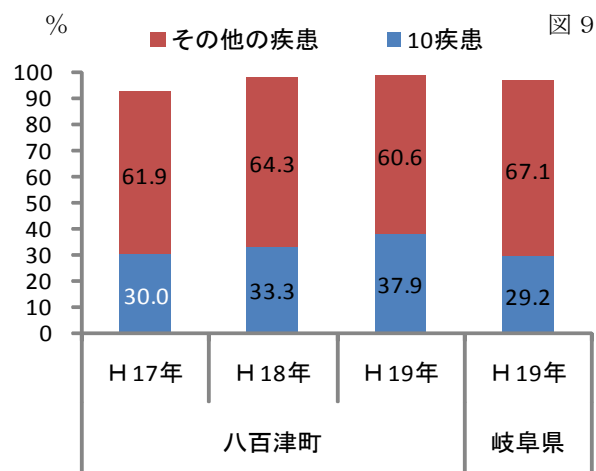
1. 糖尿病
2. その他の内分泌、栄養及び代謝疾患
3. 高血圧性疾患
4. 虚血性心疾患
5. くも膜下出血
6. 脳内出血
7. 脳梗塞
8. 脳動脈硬化（症）
9. 動脈硬化（症）
10. 腎不全

生活習慣病関連10疾患の受診率は37.9%で、平成17年以降上昇傾向にあり、また、岐阜県と比較しても高くなっています。

平成19年5月の医療費総額は1億6,850万6千円、うち生活習慣病関連10疾患の医療費は8,545万1千円（50.7%）で、生活習慣病関連10疾患については、平成17年以降年々増加しています。また、医療費を国民健康保険被保険者数で除した一人あたり医療費で、岐阜県と比較すると、医療費全体では約3,800円、生活習慣病関連10疾患では約5,000円高くなっています。

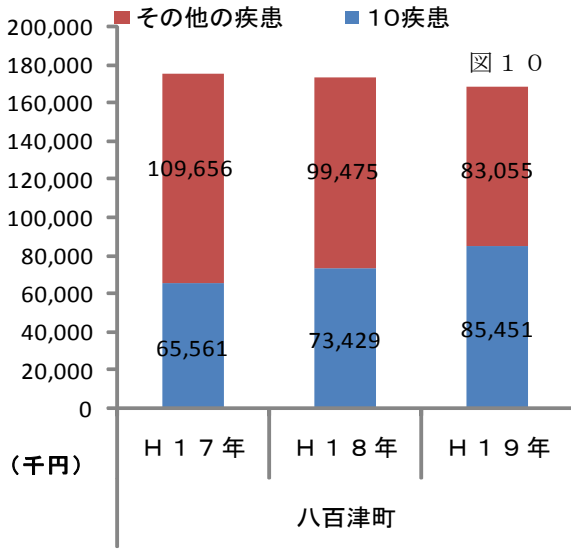
生活習慣病関連10疾患の受診率と一人あたり医療費を年齢別にみると、どちらも年齢が高くなるほど高くなっていくことがわかります。特に、75歳以上については、受診率及び一人あたり医療費がともに岐阜県よりも高く、また、40～64歳、65～74歳については受診率は平成17年以降増加傾向にあります。

医療全体、生活習慣病関連10疾患の受診率の推移



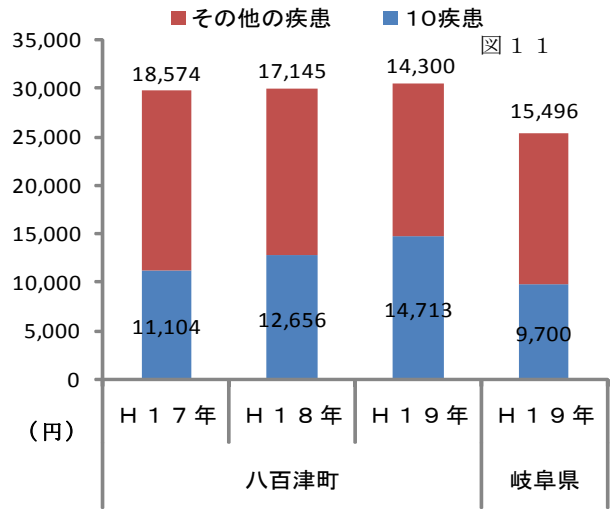
\*各年5月末現在。『岐阜県国民健康保険疾病分類統計表（各年5月診療分）』より

医療全体  
生活習慣病関連10疾患の医療費



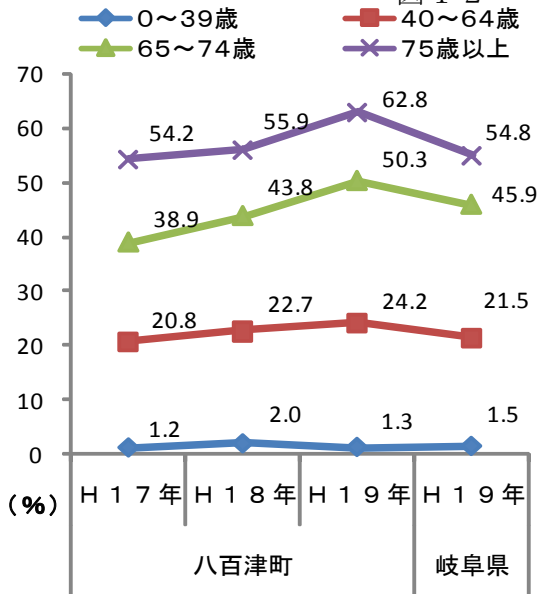
\*各年5月末現在『岐阜県国民健康保険疾病分類統計表(各年5月診療分)』より

医療全体  
生活習慣病関連10疾患の一人あたり医療費の推移



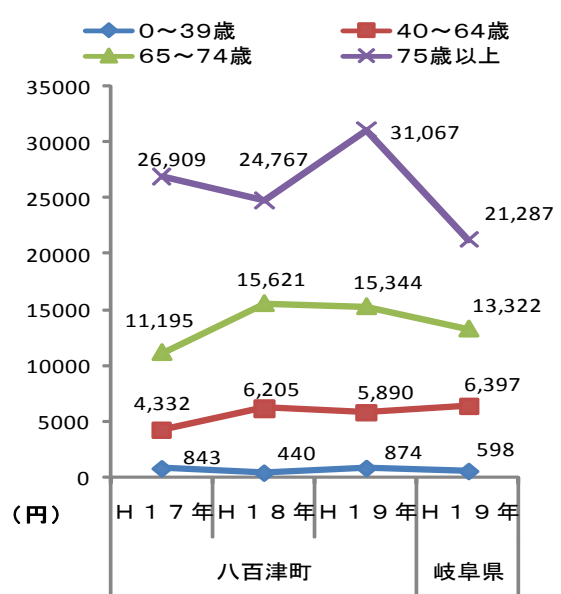
\*各年5月末現在『岐阜県国民健康保険疾病分類統計表(各年5月診療分)』より

生活習慣病関連10疾患の年齢別  
受診率の推移 図 1 2



\*各年5月末現在。『岐阜県国民健康保険疾病分類統計表(各年5月診療分)』より

生活習慣病関連10疾患の年齢別  
一人あたり医療費の推移 図 1 3



\*各年5月末現在。『岐阜県国民健康保険疾病分類統計表(各年5月診療分)』より

(2) 疾患別受診率及び医療費の推移

平成19年5月の疾患別受診率は、「高血圧性疾患」18.6%、「糖尿病」5.5%、「虚血性心疾患」4.6%、「脳梗塞」5.6%などの順となっています。糖尿病以外は岐阜県の受診率よりも高く、特に「高血圧性疾患」については岐阜県よりも7ポイント近く高くなっています。

す。受診率がさほど高くなかった疾患の中でも、「脳内出血」「腎不全」などは、平成17年以降受診率が上昇傾向にあることから要注意です。平成19年5月の疾患別医療費は、「高血圧性疾患」2,563万円、「脳梗塞」2,197万円、「糖尿病」1,337万円、「虚血性心疾患」815万円などの順となっており、当然のことながら受診率の高かった疾患が上位を占めています。

なお、岐阜県との比較では、「脳動脈硬化(症)」「動脈硬化(症)」を除く7疾患で医療費が高くなっています。一人あたり医療費を岐阜県と比較すると、「虚血性心疾患」「脳動脈硬化(症)」「動脈硬化(症)」が高くなっています。

疾患別受診率と医療費、一人あたり医療費の推移

表10

		八百津町			岐阜県	経年変化		県との比較	順位	
		平成17年	平成18年	平成19年	平成19年	17→18→19	受診率		医療費	
糖尿病	受診率(%)	6.1	6.3	5.5	5.9	→	↓	→	3	3
	医療費(円)	9,062,060	15,160,110	13,377,710	-	↑	↓	↑		
	一人あたり医療費(円)	1,535	2,613	2,303	1,789					
その他内分泌、栄養及び代謝疾患	受診率(%)	1.9	2.7	2.2	2.2	↑	↓	→	5	7
	医療費(円)	2,005,410	2,551,020	2,600,540	-	→	→	→		
	一人あたり医療費(円)	340	440	448	329					
高血圧性疾患	受診率(%)	8.5	13.5	18.6	11.9	↑	↑	↑	1	1
	医療費(円)	10,371,460	16,297,080	25,635,500	-	↑	↑	↑		
	一人あたり医療費(円)	1,757	2,809	4,414	2,677					
虚血性心疾患	受診率(%)	6	4.9	4.6	4	↓	→	↑	4	4
	医療費(円)	15,312,380	11,014,790	8,155,810	-	↓	↓	→		
	一人あたり医療費(円)	2,594	1,898	1,404	1,661					
くも膜下出血	受診率(%)	0.2	0.1	0.2	0.1	→	→	→	8	8
	医療費(円)	86,860	1,554,250	1,804,850	-	→	→	→		
	一人あたり医療費(円)	15	268	311	158					
脳内出血	受診率(%)	0.5	0.6	0.7	0.5	→	→	→	6	5
	医療費(円)	3,371,530	5,037,600	6,349,590	-	→	→	↑		
	一人あたり医療費(円)	571	868	1,093	445					
脳梗塞	受診率(%)	6.2	4.6	5.6	4.1	↓	↑	↓	2	2
	医療費(円)	23,281,830	17,073,280	21,976,140	-	↓	↑	↑		
	一人あたり医療費(円)	3,943	2,943	3,784	1,937					
脳動脈硬化症	受診率(%)	0.03	0.03	0.09	0.11	→	→	→	10	10
	医療費(円)	11,990	23,320	15,300	-	→	→	→		
	一人あたり医療費(円)	2	4	3	28					
動脈硬化症	受診率(%)	0.2	0.2	0.2	0.1	→	→	→	9	9
	医療費(円)	99,260	98,030	136,530	-	→	→	→		
	一人あたり医療費(円)	17	17	24	50					
腎不全	受診率(%)	0.1	0.3	0.4	0.2	→	→	→	7	6
	医療費(円)	1,958,180	4,619,390	5,398,670	-	→	→	↑		
	一人あたり医療費(円)	332	796	930	627					

(3) 主要疾患の年齢別受診率及び一人あたり医療費の推移

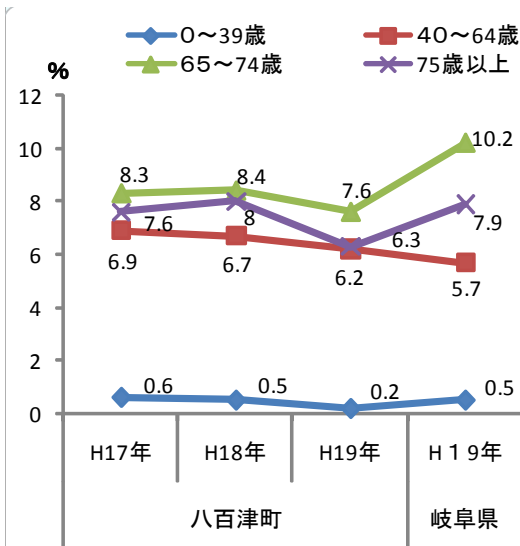
生活習慣病関連10疾患の中で、受診率と医療費が特に高かった「糖尿病」「高血圧性疾患」「虚血性心疾患」「脳梗塞」について、年齢別に受診率と一人あたり医療費をみてみました。

1) 糖尿病

平成19年5月診療分の受診率は、40歳以上の各年齢層で5%を大きく越えており、特に65歳～74歳の各年齢層では7.6%に達しています。平成18年と比較すると全年齢で減少しています。

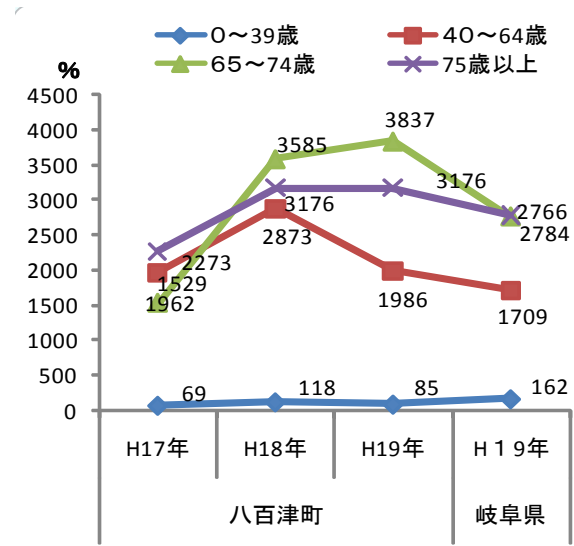
一人あたり医療費をみると、受診率は岐阜県より低い状況でありながら、40歳以上の医療費は高くなっています。なお、これらの65歳～74歳の年齢層は平成17年よりも増加しています。

糖尿病の年齢別受診率の推移 図14



※各年5月末現在。『岐阜県国民健康保険疾病分類統計表（各年5月診療分）』より

糖尿病の年齢別一人あたり医療費の推移 図15



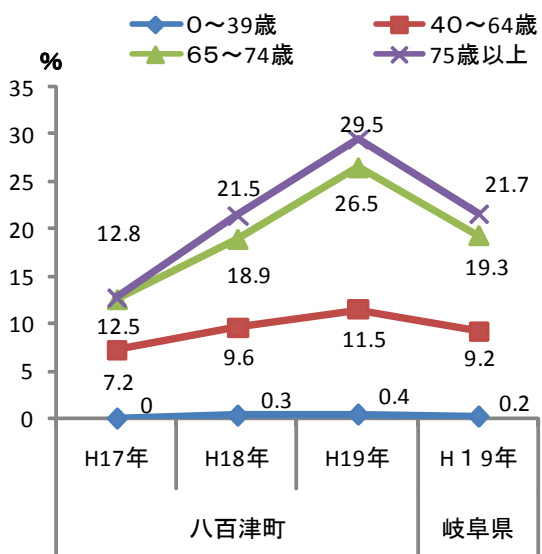
※各年5月末現在。『岐阜県国民健康保険疾病分類統計表（各年5月診療分）』より

2) 高血圧性疾患

平成19年5月診療分の受診率は、特に65～74歳、75歳以上で岐阜県よりも7ポイント以上高く、平成17年と比較すると5倍以上高くなっていることから警戒が必要です。また、40～64歳についても65歳以上の各年齢層ほど受診率が高いわけではありませんが、増加傾向にあり、岐阜県よりも2.3ポイント高いことから警戒が必要です。

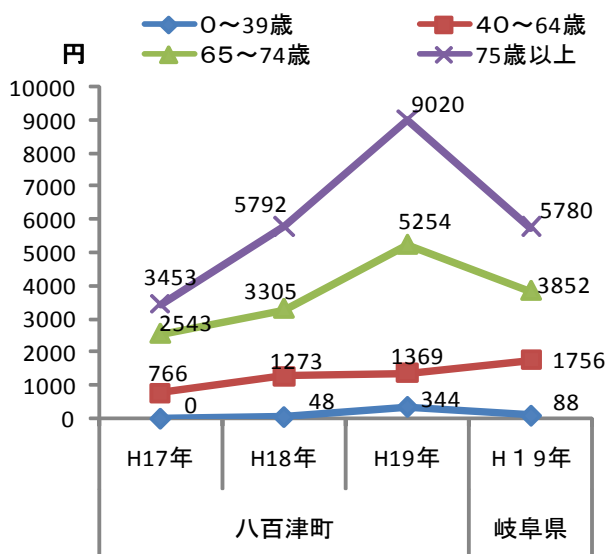
一人あたり医療費をみると、75歳以上で9,000円に達しています。また、65～74歳についても5,000円を越えており、いずれも岐阜県よりも高くなっています。

高血圧性疾患の年齢別受診率の推移 図1 6



※各年5月末現在。『岐阜県国民健康保険疾病分類統計表（各年5月診療分）』より

高血圧性疾患の年齢別一人あたり医療費の推移 図1 7



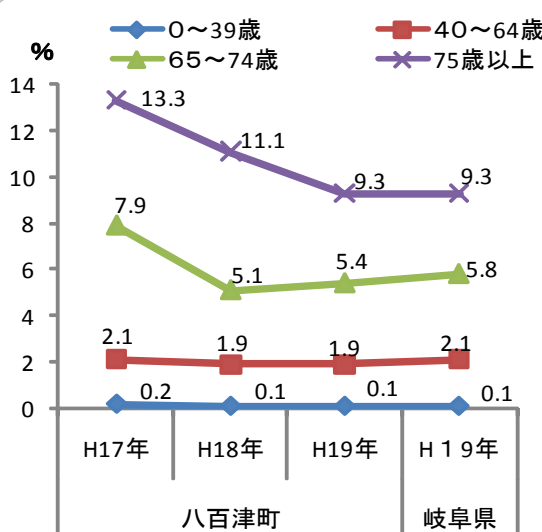
※各年5月末現在。『岐阜県国民健康保険疾病分類統計表（各年5月診療分）』より

### 3) 虚血性心疾患

平成19年5月診療分の受診率は、75歳以上で9.3%と高いです。平成17年と比較すると毎年減少しています。しかし、65歳～74歳では平成18年と比べると上昇傾向にあるため注意が必要です。

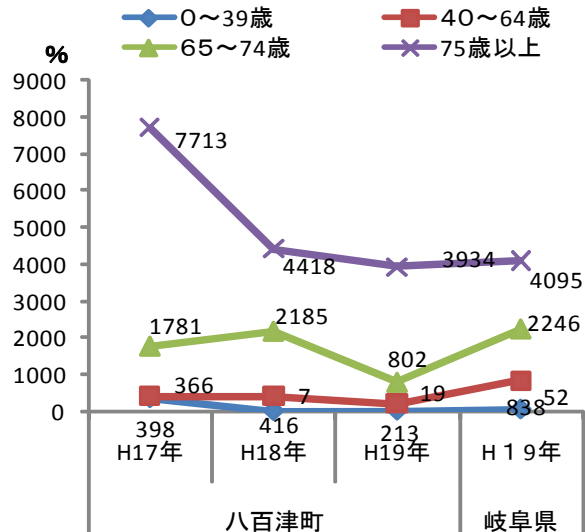
一人あたり医療費をみると、75歳以上で4,000円弱に達し、他の年齢層と比べて特に高くなっています。岐阜県平均と比べると、同程度かおおむね下回っています。

虚血性心疾患の年齢別受診率の推移 図1 8



※各年5月末現在。『岐阜県国民健康保険疾病分類統計表（各年5月診療分）』より

虚血性心疾患の年齢別一人あたり医療費の推移 図1 9



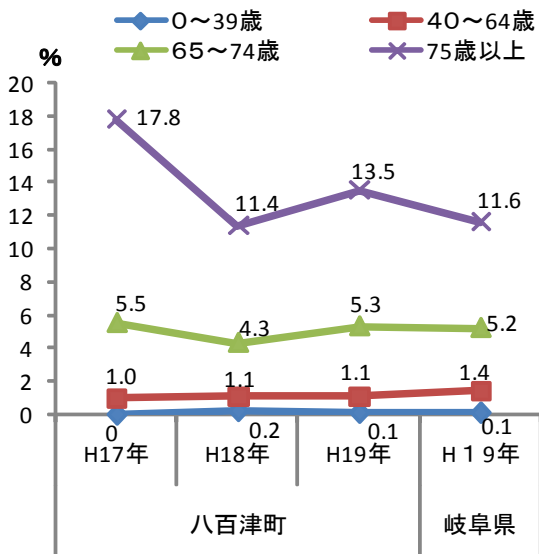
※各年5月末現在。『岐阜県国民健康保険疾病分類統計表（各年5月診療分）』より

#### 4) 脳梗塞

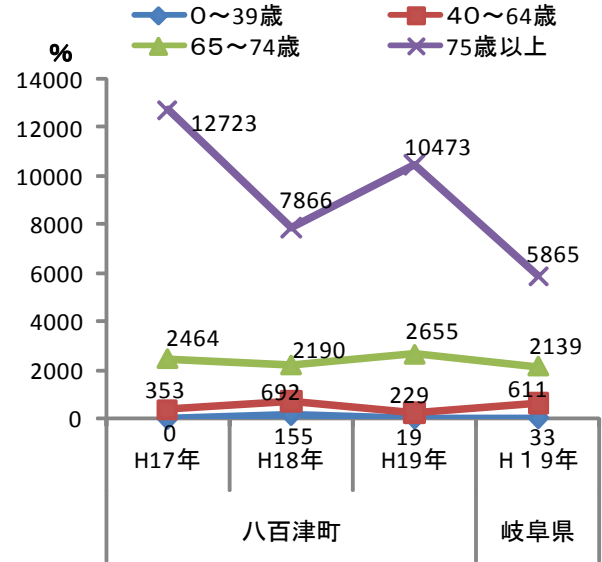
平成19年5月診療分の受診率は、75歳以上で13.5%と特に高くなっています。40～64歳、65～74歳は、平成17年から横ばい傾向にあります。

一人あたり医療費をみると、やはり75歳以上で10,000円強に達し、岐阜県平均と比較しても非常に高くなっています。平成18年と比較すると増加しています。

脳梗塞の年齢別受診率の推移 図20



脳梗塞の年齢別一人あたり医療費の推移 図21



※各年5月末現在。『岐阜県国民健康保険疾病分類統計表（各年5月診療分）』より

※各年5月末現在。『岐阜県国民健康保険疾病分類統計表（各年5月診療分）』より

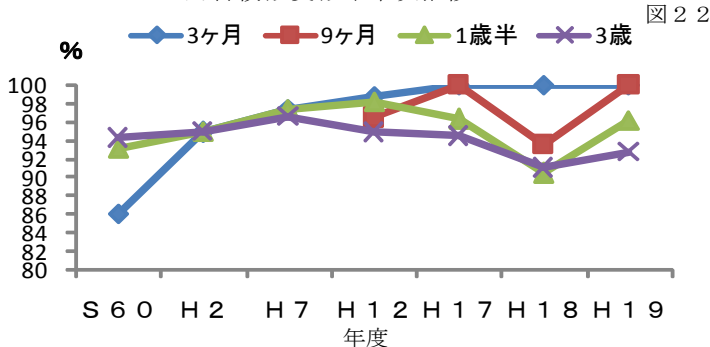
### 3. 乳幼児健診実施状況

#### (1) 内科検診受診状況

表11

	S60	H2	H7	H12	H17	H18	H19
3ヶ月	86.1	94.8	97.3	98.8	100.0	100.0	100.0
9ヶ月				96.4	100.0	93.5	100.0
1歳半	93.1	94.9	97.4	98.1	96.2	90.4	96.1
3歳	94.2	94.9	96.5	94.8	94.4	91.0	92.7

内科検診受診率年次推移



乳児健診については、100%受診を達成しています。

1歳半・3歳児健診については、低くなってきており、受診勧奨等の工夫をはかる必要があります。

(2) 歯科検診受診状況

表 1 2

	S 6 0	H 2	H 7	H 1 2	H 1 7	H 1 8	H 1 9
1歳半	93.1	94.9	96.5	96.5	87.2	75.6	75.6
3歳	94.2	92.4	96.5	99	83.1	68.4	68

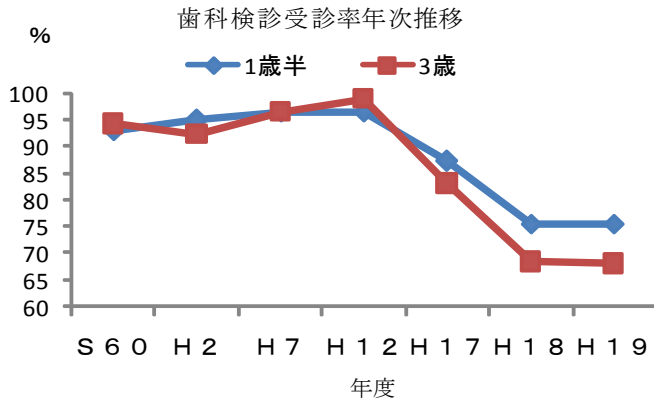


図 2 3

年々受診率は低くなっています。未受診者の中には歯科医院にて定期的に管理している者もあるため、その数も把握しつつ、受診勧奨を進める必要があります。

(3) う歯罹患状況

表 1 3

		S 6 0	H 2	H 7	H 1 2	H 1 7	H 1 8	H 1 9
1歳半	保有率	8.4	9.2	5.4	5.7	2.9	12.7	5.1
	一人当たり本数	0.28	0.26	0.2	0.16	0.04	0.3	0.14
3歳	保有率	56.3	63.4	54	35.6	26	28.4	33.3
	一人当たり本数	2.3	3.04	2.75	1.46	0.73	1.16	0.92

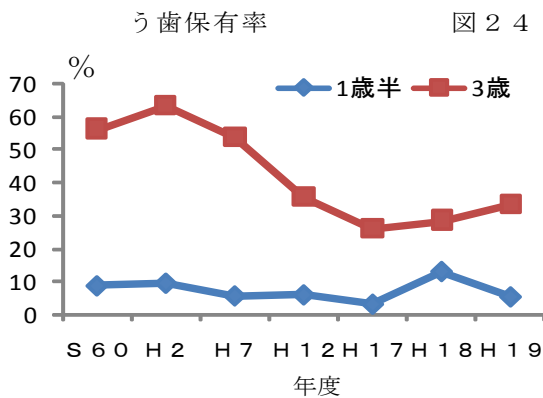
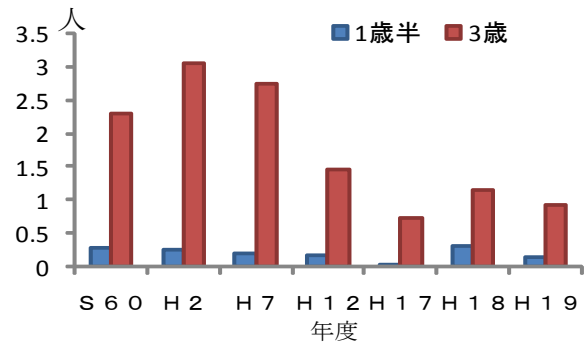


図 2 4

一人当たりう歯本数

図 2 5



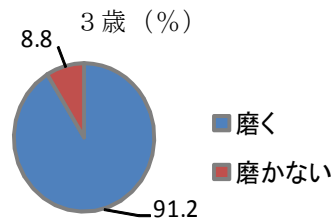
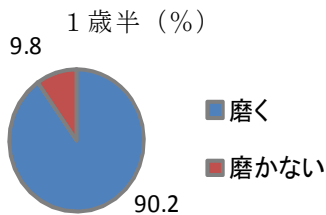
(4) 歯みがきの状況

表 1 4

	対象数	就寝前又は夕食後に磨く	磨かない
1歳半	51	46	5
3歳	68	62	6

図 2 6

図 2 7



1歳半・3歳の歯科検診受診時に家庭での歯みがき状況について調査した。一日のうち一度も歯みがきしないという児はいなかったが、就寝前の歯みがき(仕上げみがき)は、1歳半で5人、3歳で6人がみがいていない状況である。う歯予防のために、特に就寝前の歯みがきを推奨していく必要がある。

#### 4. 学校保健の状況

肥満児の割合（日比式20%以上）

小学生 8.8%（調査数547人 肥満数48人）

中学生 9.1%（調査数341人 肥満数31人）

小学6年生のう歯罹患状況

う歯罹患率 30.4%（検診者数79人 う歯有りの数24人 う歯本数77本）

一人当たりう歯本数 0.97本

#### 5. 親子教室利用状況

19年度利用人数（実人数）

表15

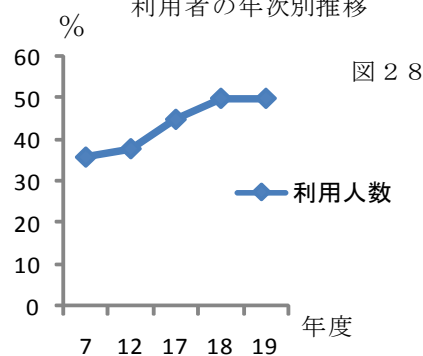
年齢	肢体不自由	知的障がい	聴覚障がい	自閉症(傾向)	軽度発達障がい	構音障がい	その他	合計
0								0
1								0
2								0
3							1	1
4						1	4	5
5				1		1	2	4
6	2	2	1			4	7	16
7					2		5	7
8	1							1
9							2	2
10		1						1
11								0
12	1	1					4	6
13					3			3
14		2						2
15				1	1			2
合計	4	6	1	2	6	6	25	50

親子教室の利用人数は増加しています。年齢別にみると未満児が1人(2%)、小学校就学前25人(50%)、小学校低学年10人(20%)、小学校高学年7人(14%)、中学生7人(14%)になっています。

利用者の推移 表16

年	利用人数
7	36
12	38
17	45
18	50
19	50

利用者の年次別推移



## 6. 歯周疾患検診の実施状況

表 1 7

		H 1 5	H 1 6	H 1 7	H 1 8	H 1 9	合計
40歳	受診数	6	7	2	5	5	25
	C P I 4 mm以上	4	2	2	1	2	11
50歳	受診数	19	7		7	10	43
	C P I 4 mm以上	5	2		2	4	13
60歳	受診数	0	11		0	12	23
	C P I 4 mm以上	0	10		0	8	18
70歳	受診数	0	11		4	13	28
	C P I 4 mm以上	0	7		3	8	18
合計	受診数	25	36	2	16	40	119
	C P I 4 mm以上	9	21	2	6	22	60
	C P I 4 mm以上	36.0	58.3	100.0	37.5	55.0	50.4

歯周疾患検診は平成15年から実施しています。(60・70歳は16年から)が、受診数は少ない状況です。受診結果から、進行した歯周疾患を持つ者の割合は増加傾向です。平成19年度の年齢別にみると、40歳・50歳では40%で

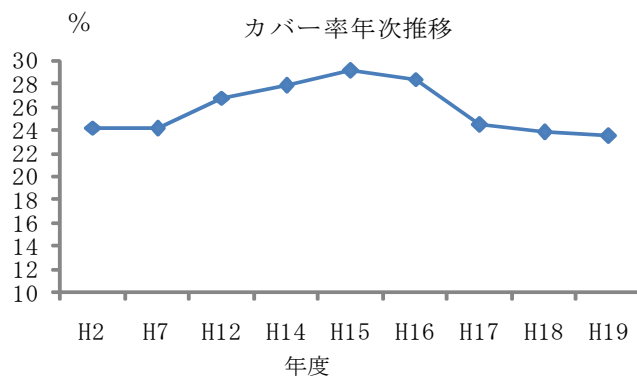
すが、60歳を過ぎると64%になっています。

## 7. 基本健康診査の実施状況

### (1) 基本健康診査の受診率

八百津町では、これまで40歳以上の町民を対象に基本健康診査を実施してきました。この基本健康診査のカバー率の推移をみると、平成15年の29.1%をピークにカバー率は減少しています。

図 2 9



## (2) 健康リスクの保有状況

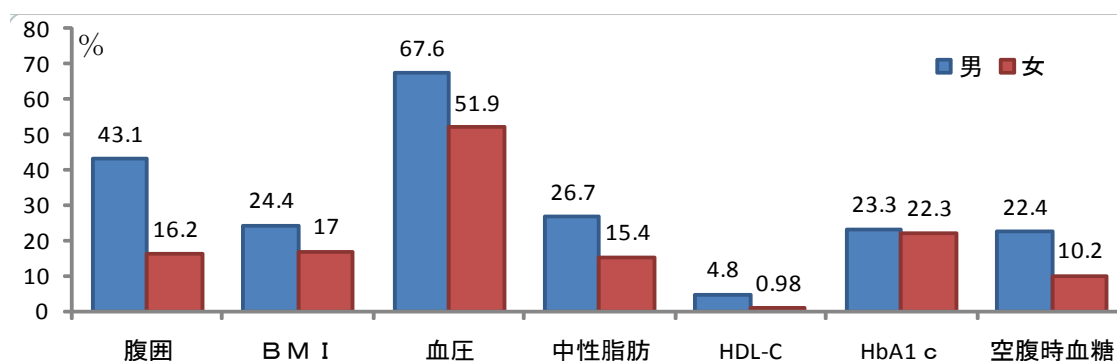
平成19年度の基本健康診査の実施結果をもとに、以下に示す主要な健康リスクの保有状況を調査した。

- ① 腹囲 ----- 男性85cm以上、女性90cm以上
- ② BMI ----- 25以上
- ③ 血圧 ----- 最高(収縮期)血圧130mmHg以上  
最低(拡張期)血圧85mmHg以上
- ④ 中性脂肪 ----- 150mg/dl以上
- ⑤ HDL-C ----- 40mg/dl未満
- ⑥ HbA1c ----- 5.5%以上
- ⑦ 空腹時血糖 ----- 110mg/dl以上

健康リスクの保有率が特に高いのは「血圧」で、平成18年基本健康診査の受診者のうち、実に男7割、女5割がリスク状態にあります。そのほか、「腹囲」「BMI」「中性脂肪」「HbA1c」「空腹時血糖」についても受診者の2割前後がリスク状態にあります。

健康リスクの保有率 (40~64歳)

図30



## 8. がん検診実施状況

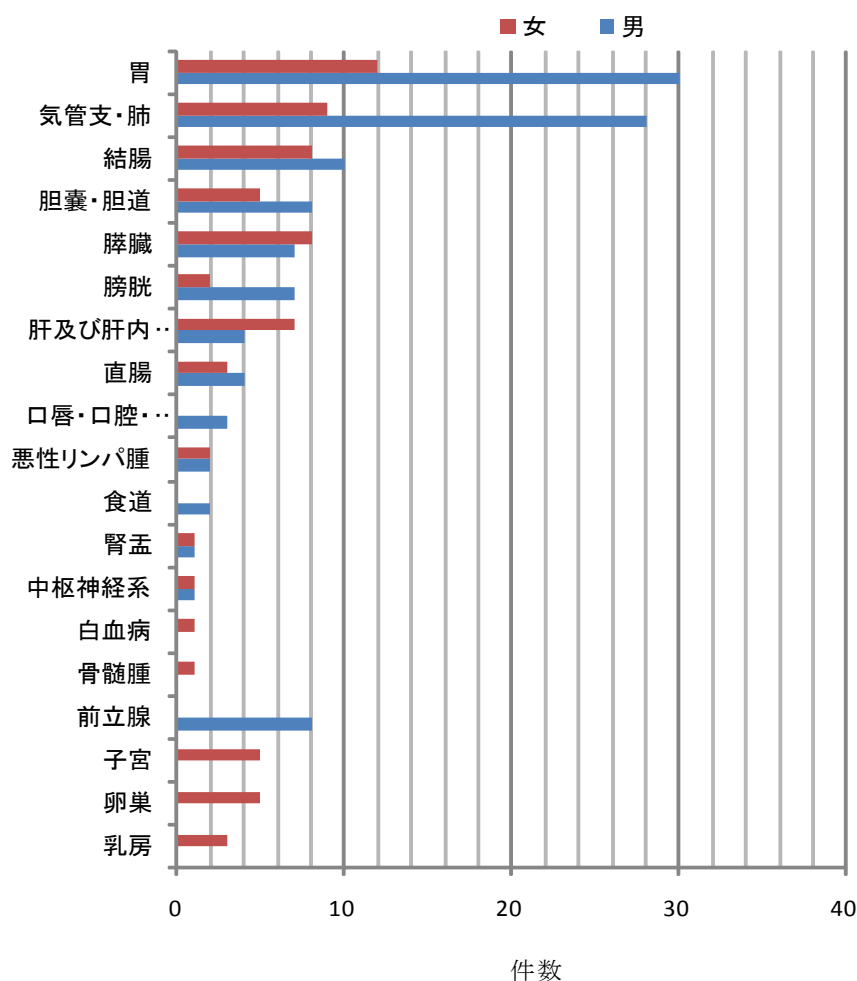
表 1 8

検診名		S 60	H 2	7	1 2	1 5	1 7	1 8	1 9	
胃	1次検診 受診数	男	136	331	400	462	488	389	323	289
		女	199	475	581	559	573	413	339	309
	カバー率	男	3.8	8.9	10.3	11.8	12.4	9.9	8.2	7.5
		女	4.8	11.1	13.1	12.7	12.9	9.8	7.6	7.0
	要精検者数		40	175	105	85	95	103	72	65
	精検受診率		90.0	90.9	84.8	89.4	88.4	81.1	72.2	76.9
	発見がん者数		1	4	1	1	1	2	1	1
大腸	1次検診 受診数	男			478	589	659	539	507	492
		女			706	792	842	719	660	649
	カバー率	男			12.3	15.1	16.8	13.8	13.0	12.7
		女			15.9	17.9	18.9	17.1	14.9	14.7
	要精検者数			69	87	116	105	135	55	
	精検受診率			62.3	88.5	87.7	67.6	77.0	76.4	
	発見がん者数			2	6	6	1	1	2	
子宮	1次検診受診数	332	391	267	387	464	239	270	276	
	カバー率	6.5	9.0	6.7	7.6	9.1	4.3	4.8	4.9	
	要精検者数	0	1	2	1	1	4	4	0	
	精検受診率	0	100	100	100	100	50.0	75.0		
	発見がん者数	0	0	0	0	0	0	0	0	
肺	1次X線	男		123			272	201	216	206
		女		69			173	128	161	176
	1次喀痰	男					178	112	99	87
		女					52	15	12	15
	カバー率			3.3			6.9	3.3	5.6	5.4
				1.6			3.9	4.8	3.6	4.0
	要精検者数			5			28	10	10	4
精検受診率			80.0			78.6	90.0	80.0	100	
発見がん者数			1			0	0	0	0	
乳	1次検診受診数	187	282	504	594	592	253	256	265	
	カバー率	3.6	6.5	12.6	11.7	11.6	6.1	5.8	6.0	
	要精検者数	0	0	58	50	60	18	36	20	
	精検受診率			79.3	95.4	78.3	88.9	91.7	100	
	発見がん者数			2	0	0	1	2	1	
前立腺	1次検診受診数					962	305	176	331	
	カバー率					30.8	9.8	5.8	9.8	
	要精検者数					93	25	7	11	
	精検受診率					72.0	80.0	57.1	63.6	
	発見がん者数					15	2	1	1	

平成19年度がん検診の受診状況を対象人口からみたカバー率で見ると、胃検診男7.5%、女7.0%、大腸男12.7%、女14.7%子宮4.9%、肺男5.4%、女4.0%、乳6.0%、前立腺9.8%となっています。ほとんどの検診で受診率が低下しています。死亡統計でもがんによるものが増加していることから、早期発見のために受診勧奨が必要です。さらに、精密検査対象になった人の、精密検査受診率が、80%を切っている、胃・大腸検診については精検受診勧奨が必要です。

がん部位別死亡数（平成15～19年）

図 3 1



平成15～19年度のがん部位別死亡数で一番多いのは胃、次いで多いのは気管支・肺疾患です。

性別では、男性は胃・気管支肺・結腸・胆嚢・前立腺の順に多く、女性は胃・気管支肺・結腸・膵臓・子宮卵巣の順に多くなっています。性別による違いはあまりありません。

## 9. 町民の健康に対する意識

### (1) アンケート調査の概要

調査① 特定健康診査等実施計画の策定にあたって、町民の健康状態や生活習慣、健康に対する意識、特定健康診査や特定保健指導に関する要望などを把握することを目的として実施した。

調査② 1歳半・3歳児健診受診の保護者に対して、間食（ジュース等を含めたおやつ）についての現状を把握することを目的として実施した。

項目	内 容	
	調 査 ①	調 査 ②
調査地域	八百津町全域	八百津町全域
調査対象	20歳以上の町民	1歳半・3歳児
標本数	1,200人	175人
抽出方法	国民健康保険とその他健康保険の被保険者に区分し、その上で年齢区分ごとに抽出	1歳半・3歳児健診対象者
調査方法	郵送による配布・回収	郵送による配布・健診場所での回収
調査時期	平成19年7月～8月	平成19年4月～平成20年3月
回収結果	回収数593件 回収率49.4% 有効回答数593件	回答数92件 回収率52.6% 有効回答数92件

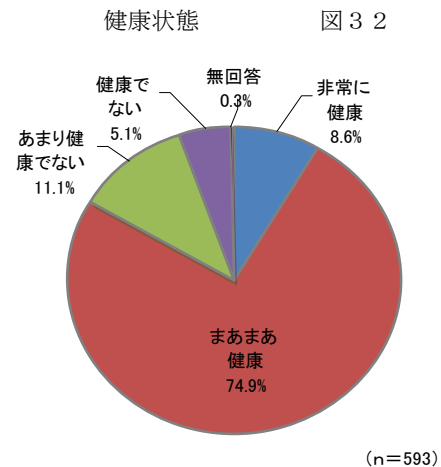
### (2) アンケート調査結果の概要

#### ① 83.5%は「自分は健康である」と回答

「非常に健康」8.6%、「まあまあ健康」74.9%

9%となり、これらを合わせた“健康”と回答した人が83.5%にのびりました。

一方で、「あまり健康でない」「健康でない」を合わせた“健康でない”人は16.2%となりました。

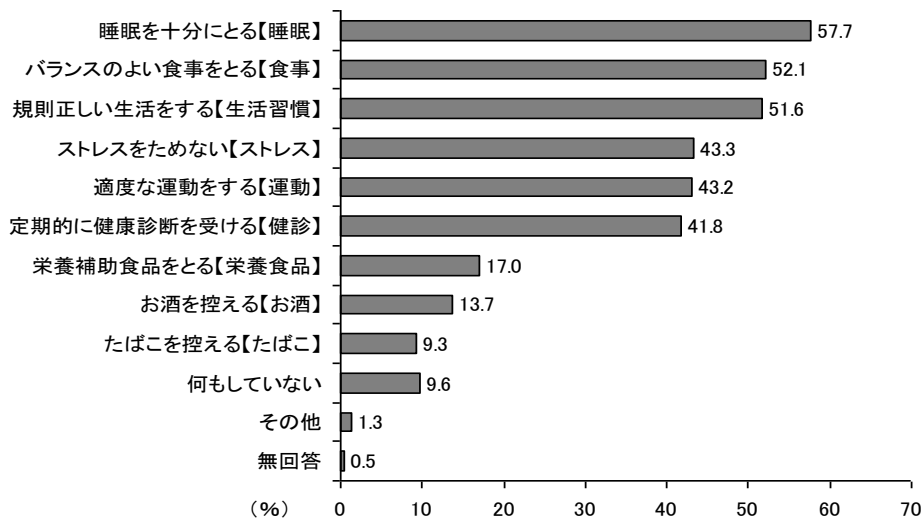


#### ② 89.9%は健康のために気をつけていることがあると回答

健康のために、日頃気をつけていることがあるか尋ねたところ、89.9%の人は気をつけていることがあると回答しています。具体的には、「睡眠を十分にとる」57.7%、「バランスのよい食事をとる」52.1%、「規則正しい生活をする」51.6%などの順となっています。

年齢別・性別で見ると、健康のために気をつけていることがある人の割合は、年齢が上がるほど高くなり、男性よりも女性のほうで高くなっています。気をつけている項目をみると、いずれの年齢・性別においても「睡眠」「食事」「生活習慣」の3項目については、少なくとも上位4位以内と高くなっています。一方、「運動」については、20・30歳代の男性では最も高くなっていますが、そのほかの年齢・性別においてはいずれも4位以下となっています。また、「健診」については、20・30歳代では7位以下、40・50歳代では5～6位、60歳代以上では2～3位と年齢が上がるほど順位が高くなっています。

健康のために気をつけていること（複数回答） 図3.3

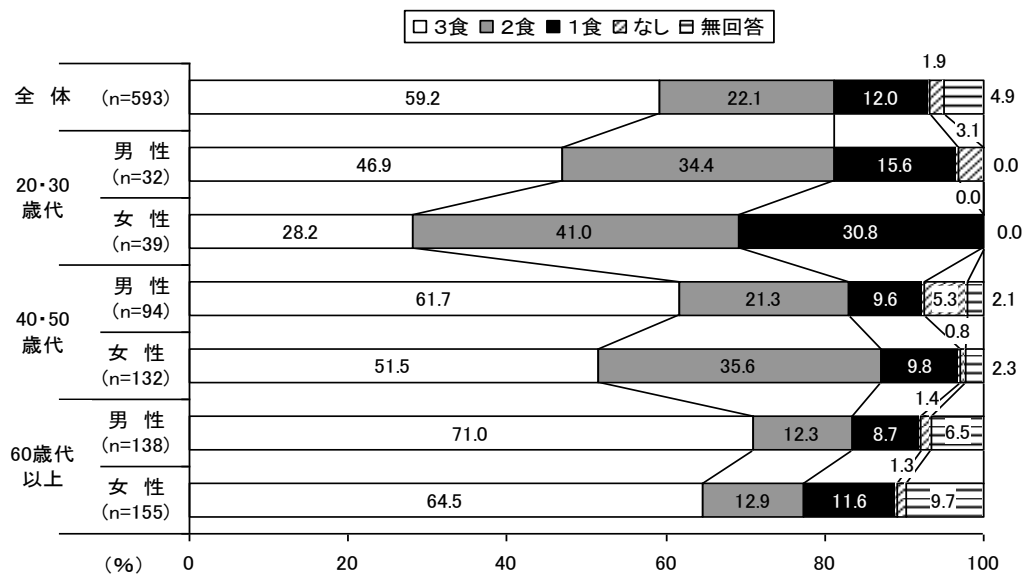


	20・30歳代		40・50歳代		60歳代以上	
	男性 (n=32)	女性 (n=39)	男性 (n=94)	女性 (n=132)	男性 (n=138)	女性 (n=155)
気をつけていることがある	62.5	87.2	85.1	88.6	94.9	95.5
1位	運動 50.0	睡眠 71.8	睡眠 43.6	食事 59.8	睡眠 65.2	睡眠 63.2
2位	食事 28.1	食事 59.0	ストレス 42.6	生活習慣 58.3	健診 56.5	生活習慣 56.8
3位	ストレス 28.1	生活習慣 41.0	生活習慣 41.5	睡眠 56.1	食事 54.3	健診 56.8
4位	睡眠 28.1	運動 33.3	食事 37.2	ストレス 43.9	生活習慣 54.3	食事 54.8
5位	生活習慣 25.0	栄養食品 25.6	健診 37.2	運動 37.1	運動 44.9	運動 53.5
6位	お酒・たばこ 各12.5	ストレス 23.1	運動 33.0	健診 31.1	ストレス 43.5	ストレス 51.0

③ 59.2%は主食、主菜、副菜がそろった食事をとっている。

主食・主菜・副菜がそろった食事を1日に何食とっているか尋ねたところ、「3食」という人は59.2%にのびりました。ただし、女性や若年層ほど主食・主菜・副菜がそろった食事を「3食」ととっている人の割合が低く、特に20・30歳代の女性では3割を下回っています。

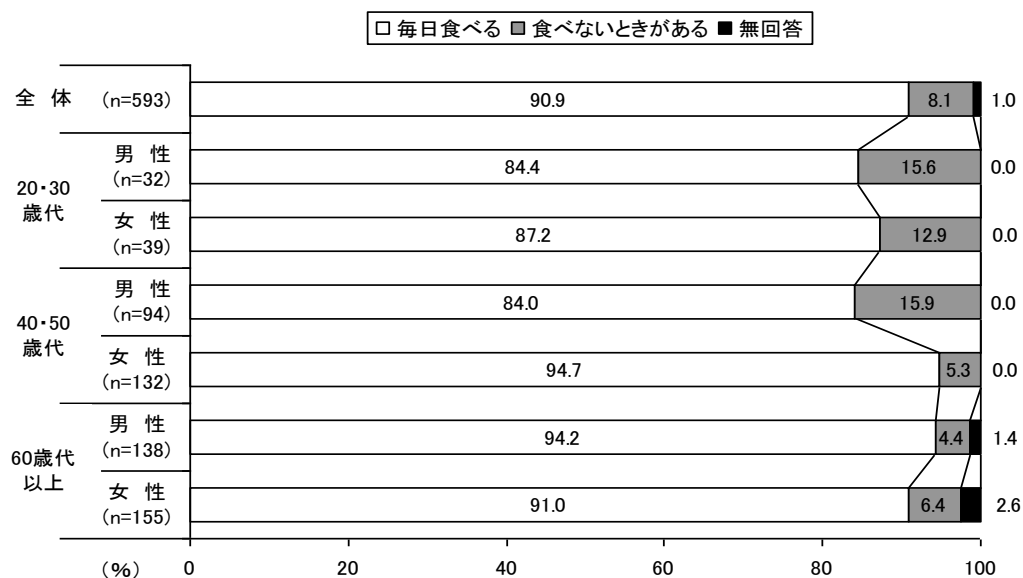
主食・主菜・副菜がそろった食事を1日に何食とっているか 図34



④ 90.9%は毎日朝食を食べている

普段朝食を食べているか尋ねたところ、「毎日食べる」という人が90.9%にのびました。ただし、20・30歳代の男女、40・50歳代の男性では「食べないときがある」という人の割合が15%程度と高くなっています。

朝食を毎日食べているか 図35



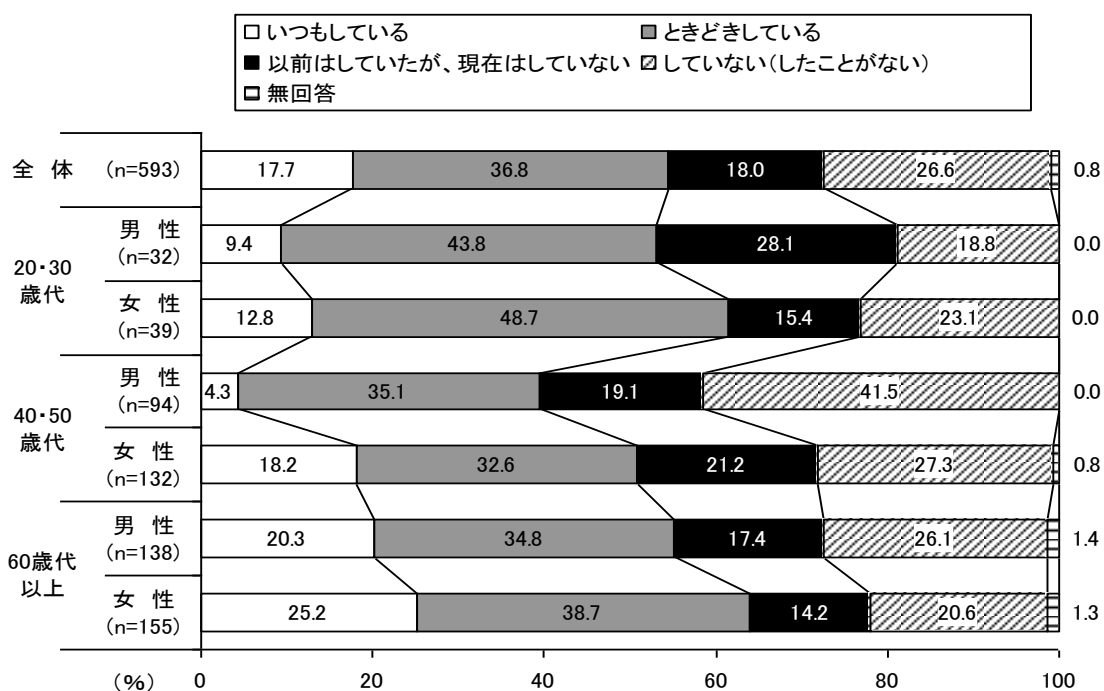
⑤ 54.5%は健康のために意識的に運動をしている

健康の保持・増進のために意識的に運動しているか尋ねたところ、「いつもしている」が17.7%、「ときどきしている」が36.8%となり、合わせて54.5%の人が意識的に運動をしていると回答しています。

意識的に運動している人の割合は、男性よりも女性のほうで高くなっており、20・30歳代と60歳代以上の女性では6割を超えています。一方で、40・50歳代の男性では4割にとどまっています。

健康の保持・増進のために意識的に運動しているか

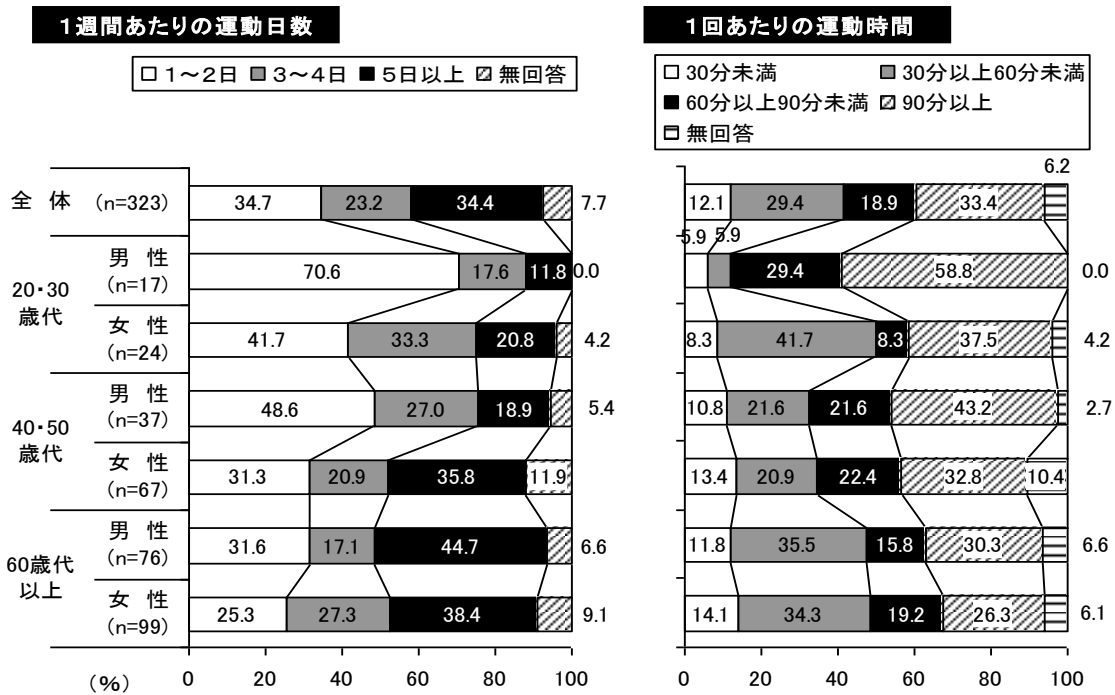
図3.6



⑥ 運動している人の34.4%が週5日以上、81.7%が30分以上運動している

意識的に運動していると回答した人に対し、1週間あたりの運動日数と1回あたりの運動時間を尋ねました。運動している人の1週間あたりの運動日数は、主に週末などに趣味や生きがいなどとして行っていることが推測される「1～2日」が34.7%、反対に健康の保持・増進のために習慣的・日常的に行っていることが推測される「5日以上」が34.4%となりました。なお、20・30歳代の男性では「1～2日」という人が7割を占め、「5日以上」という人は1割強にとどまっているのに対し、40・50歳代の女性、60歳代以上の男女では「5日以上」という人が4割前後にのぼり高くなっています。

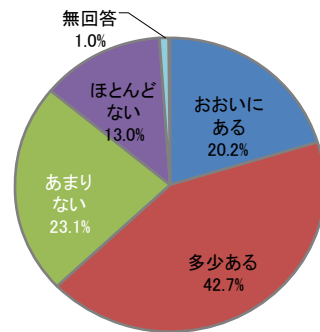
1回あたり運動時間をみると、81.7%の人は運動による脂肪燃焼効果が期待できる30分以上運動していますが、12.1%の人は30分未満となっています。



⑦ 62.9%が不満・悩み・苦勞などストレスを感じていると回答

過去1か月間のストレスの有無 図 3 8

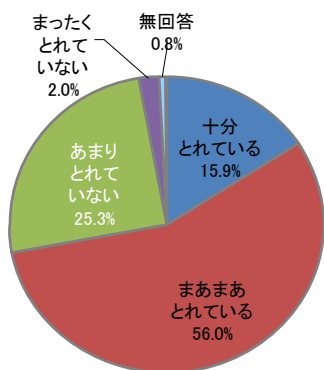
「おおいにある」20.2%、「多少ある」42.7%となり、合わせて62.9%がこの1か月間にストレスを感じたことが“ある”と回答しています。一方、「あまりない」「ほとんどない」を合わせたストレスを感じたことが“ない”という人は36.1%でした。



(n=593)

⑧ 71.9%は、睡眠により疲れがとれていると回答

睡眠による疲れの解消 図 3 9



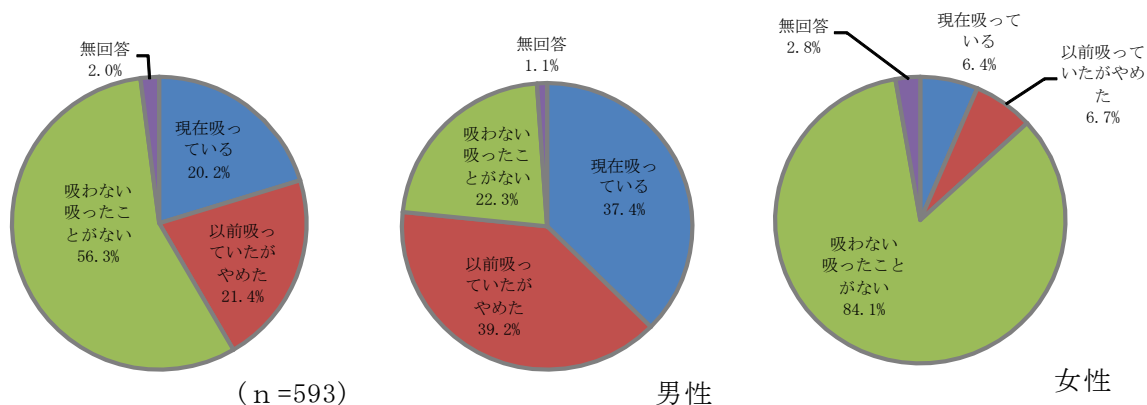
(n=593)

「十分とれている」人は15.9%、「まあまあとれている」人は56.0%となり、合わせて71.9%が睡眠により疲れが“とれている”と回答しています。一方、「あまりとれていない」「まったくとれていない」を合わせた「疲れが“とれていない”」人は27.3%ありました。

⑨ 20.2%は、たばこを「現在吸っている」と回答

たばこを「現在吸っている」人は20.2%「以前吸っていたがやめた」人は21.4%あり、これまでにたばこを吸ったことがある人は41.6%にのびります。一方で、たばこを「吸わない・吸ったことがない」という人は56.3%となりました。

図40



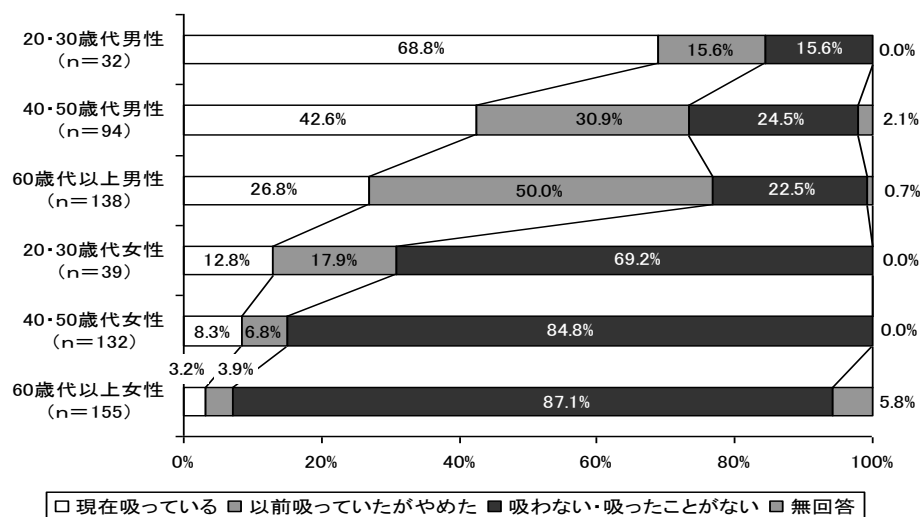
性別と年齢による三次クロスで見ると、「現在吸っている」人や「以前吸っていたがやめた」人、これまでにたばこを吸ったことがある人の割合は、年齢が若いほど、また女性よりも男性で高い傾向がみられます。

特に男性では、これまでにたばこを吸ったことがある人の割合がいずれの年齢でも7割を超えており、20・30歳代にいたっては8割を超えています。また、「現在吸っている」人も20・30歳代男性では7割近くに達しています。

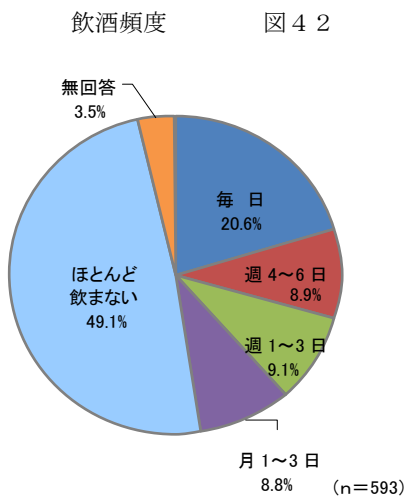
一方、女性でも20・30歳代では、たばこを吸ったことがある人の割合が3割に達しており、40歳代以上と比べ大幅に高くなっています。また、「現在吸っている」人も1割を超えています。

性別と年齢による三次クロスの喫煙経験

図41



⑩ 20.6%が、毎日飲酒していると回答



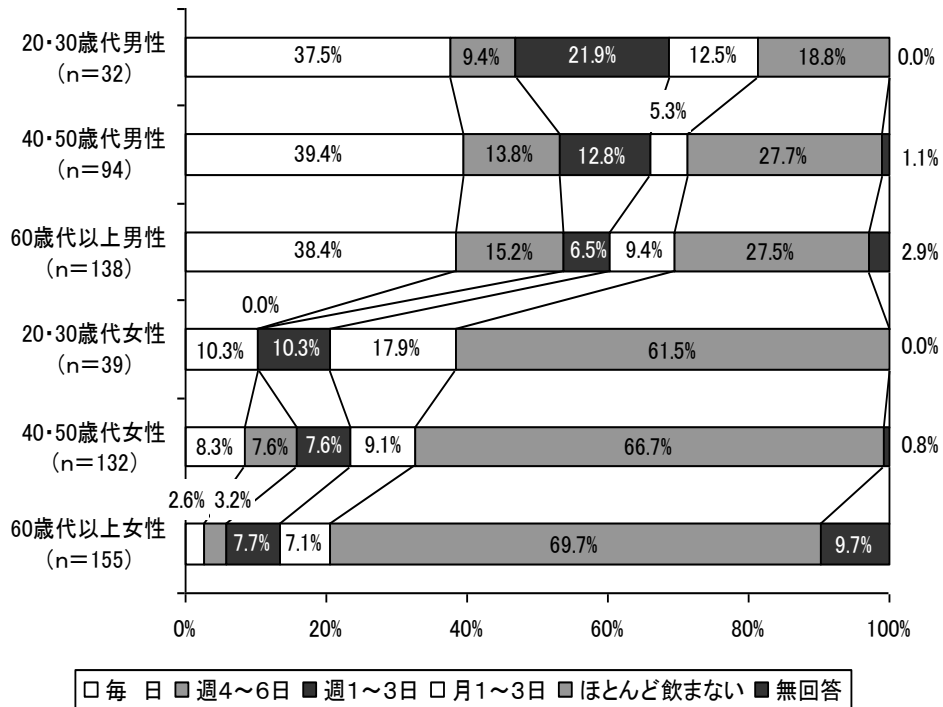
お酒を「ほとんど飲まない」という人がほぼ半数にあたる49.1%あり、言い換えると半数程度の人は多少なりともお酒を飲む習慣があると回答しています。

飲酒頻度をみると、「毎日」20.6%、「週4~6日」8.9%などとなりました。なお、(社)アルコール健康医学協会によれば、適正飲酒のため週2回の「休肝日」を進めており、特に毎日お酒を飲むと回答した人たちは指導が必要といえます。

性別と年齢による三次クロスで見ると、女性よりも男性でお酒を飲む習慣がある人の割合が高く、20・30歳代男性では8割強、40歳代以上の男性では7割強に達しています。また、男性ではいずれの年代においても4割弱が「毎日」お酒を飲んでいると回答しています。なお、女性では年齢が若いほどお酒を飲む習慣がある人の割合が高くなっており、また、「毎日」お酒を飲む人の割合も高くなっていきます。

性別と年齢による三次クロスでの飲酒頻度

図4 3



⑪ 小学生41.3%・中学生46.6%は飲酒経験ありと回答

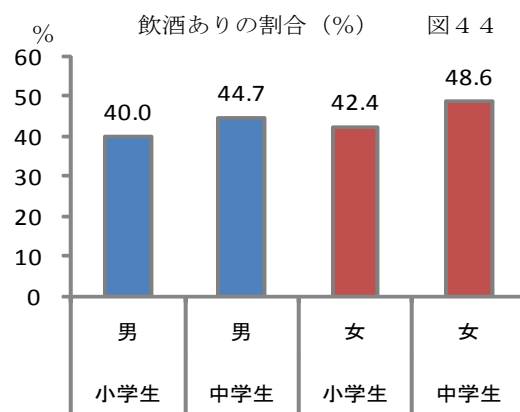
あなたはアルコールを飲んだことがありますか。(平成16年度調査)

表19

	小学6年生		中学生	
	男	女	男	女
対象数	60	66	179	173
飲酒あり	24	28	80	84

町内の小学6年生と中学生全員に、今までの飲酒経験を尋ねたところ、小学生は41.3%、中学生は46.6%の飲酒経験がありました。

性別にみると、小学生・中学生ともに男子よりも女子の方が飲酒経験が多い結果になりました。



⑫ 60歳以上の45.9%は、自分の歯が20本以上あると回答

自分の歯の本数について、1本も抜けていない状態の「28本」という人は23.1%、また、「24～27本」という人が25.3%、「20～23本」という人が16.5%あり、これらを合わせた“20本以上”ある人は64.9%となりました。一方、“20本以下”という人は31.7%となっています。

年齢別にみると、「28本」あるという人については20・30歳代では6割強であるのに対し、40歳代以上では大幅に低くなり、40・50歳代では3割弱、60歳代以上では1

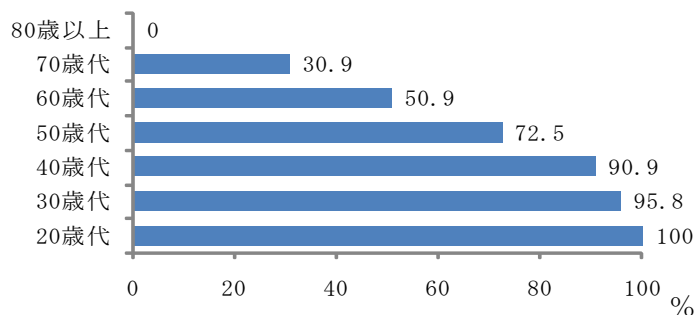


図45

割にとどまっています。また、歯が“20本以上”ある人についてみると、20・30歳代では95%以上であるのに対し、40・50歳代では8割、60歳代以上では半数未満にとどまっています。

⑬ 26.1%は間食を1日平均3回以上食べていると回答

1歳半と3歳児に、ジュース等も含め間食は1日平均何回くらいか尋ねたところ、26.1%は3回以上与えていると回答しています。年齢別には、「1歳半」で28.6%、「3歳」で23.3%となっています。

	間食回数		
	ほとんど食べない	1日1～2回	1日3回以上
1歳半	0人 (0%)	35人 (71.4%)	14人 (28.6%)
3歳児	1人 (2.3%)	32人 (74.4%)	10人 (23.3%)

表20

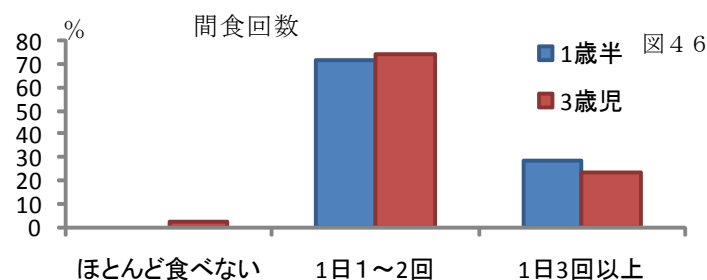


図46

## 第3章 健康課題と目標

### 1. 健康課題

(1) 高齢化率（19.4.1現在）31.1%であり、生産年齢人口・年少人口が年々減少している（図1）

(2) 平均寿命は国と比較すると男女ともに上回っているが、県と比較すると女性は低い（表4）

(3) 三大死因の総死亡に対する割合は平成19年50%で、国平成18年58.1%より低い。（表5図4）しかし、壮年期男性の標準化死亡比ではがんが高い。（表7）平成15年～19年のがん部位別死亡数男性は胃・肺・大腸の順に、女性は胃・大腸・肺の順に高い。（図31）また、虚血性心疾患による標準化死亡比は県内において男女ともに有意に高い状況である。（表8）

(4) 生活習慣病関連疾患の受診率、医療費及び一人あたり医療費が年々増加している。（図9.10.11）とくに、高血圧性疾患・脳梗塞・糖尿病・虚血性心疾患で高い。（表10）

(5) 60歳以上では残存歯が激減している。（図45）

## 1. 健康目標

目 標	指 標		現状値	25年度目標
がんによる死亡を減らす 全がん	全年齢調整死亡率人口10万対 平成15年～19年（5年平均）	男	143.5	10%減少
		女	84.9	10%減少
	壮年期標準化死亡比 平成15年～19年（5年平均）	男	124.7	10%減少
		女	53.2	10%減少
虚血性心疾患による死亡を減らす	標準化死亡比 平成12～16年	男	183.2	10%減少
		女	211.0	10%減少
メタボリックシンドロームを予防する	*1 腹囲	男	43.1%	30%以下
		女	16.2%	15%以下
高血圧症を予防する	*1 血圧 軽症高血圧値以上	男	67.6%	10%減少
		女	51.9%	10%減少
	*2 高血圧性疾患一人当たり医療費	—	2,809円	10%減少
	糖尿病を予防する	*1 空腹時血糖 110mmHg以上	男	22.4%
女			10.2%	10%減少
	*2 糖尿病一人当たり医療費	—	2,613円	10%減少
	う歯を予防する	*3 3歳児のう歯保有率	—	33.3%
*4 小学校6年生のう歯保有率		—	30.4%	20%以下
歯周疾患を予防する	*5 CPI4mm以上の人の割合	—	55.0%	40%以下
	*6 60歳で自分の歯24本以上有る割合	—	45.9%	60%以上
こころの健康づくり	*6 ストレスを感じている人の割合	—	62.9%	50%以下

\*1 平成19年度基本健康診査40～64歳結果

\*2 平成18年5月岐阜県国民健康保険疾病分類

\*3 平成19年度3歳児歯科検診結果

\*4 平成19年度小学校歯科検診結果

\*5 平成19年度歯周疾患検診結果

\*6 平成19年 町民健康意識調査

## 第 4 章 行動目標と環境づくり目標

### 栄養・食生活

#### 【行動目標】

- ① 食について関心をもち、豊かな食生活を実践する
- ② 適正体重を知り維持する
- ③ 毎日、朝食を食べる

#### 【環境づくり目標】

- ① 食についての学習の場を増やす
- ② 地元産の食材の利用を推進する
- ③ 食生活改善推進員の育成・活動支援をする

#### 【評価指標】

	現 状		平成 2 5 年度
BMI 2.5 以上の割合	男 24.4% 女 17%	➡	男 22% 女 15%以下
肥満児(日比式 20%以上)割合	小学生 8.8% 中学生 9.1%	➡	8%以下
朝食を欠食する人の割合			
20・30代	男 15.6% 女 12.9%	➡	10%以下
40・50代	男 15.9%	➡	10%以下
朝食を欠食する児童・生徒数	小学生 4人 中学生 1人	➡	0人
食についての健康教室実施回数	28回 396人	➡	35回 500人
健康的な食生活を送るために気をつけていること			
・自分に適した栄養バランスやカロリー摂取量	32.7%	➡	50%以上
・栄養成分表示をよく見る	4.7%	➡	10%以上
・味付け(うす味にする)	47.6%	➡	50%以上

#### 【行動計画】(目標達成に向けての取り組み)

個人・家庭でできること	<ul style="list-style-type: none"> <li>・毎日朝食を食べる</li> </ul>
地域・職域でできること	<ul style="list-style-type: none"> <li>・減塩をこころがける</li> <li>・野菜、海藻を食べる</li> <li>・肥満を予防する(適正カロリーを知る、間食を考える、寝る 2-3 時間前に食べない)</li> </ul>
保育園・学校でできること	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地元産食材の利用に努める</li> </ul>
各種団体でできること	
行政でできること	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食の知識普及・啓発を図る</li> <li>・食についての学習会を開催する</li> <li>・栄養教室を実施し、食生活推進のための人材を育成する</li> </ul>

## 1. 身体活動・運動

### 【行動目標】

- ・週1回以上運動する
- ・親子で元気に遊ぶ
- ・毎日の生活の中で身体を動かすことを心がける
- ・自立した生活のために筋力、体力を維持する

### 【環境づくり目標】

- ・運動に関する知識の普及をする
- ・運動教室や介護予防のための運動教室を実施する
- ・八百津町はつらつ体操、はつらつリハビリ体操を普及する

### 【評価指標】

	現 状		平成25年度
・健康のために意識的に運動している	54.5%	➡	60%以上
・1週間あたりの運動平均日数	1.84日	➡	2日以上
・40・50代男性の運動習慣あり	39.4%	➡	45%以上
・チャレンジクラブ802登録者数	448人	➡	500人以上

### 【行動計画】

個人・家庭で できること	<ul style="list-style-type: none"> <li>・生活の中で歩くことをこころがける</li> <li>・家事や散歩など身体を動かすことをこころがける</li> <li>・運動教室やサークル、クラブに参加して体力、健康保持増進に努める</li> <li>・自分の体力に合った運動を続ける</li> </ul>
地域・職域で できること	<ul style="list-style-type: none"> <li>・交流の場をつくる</li> <li>・朝礼、休憩時間等に体操などできる環境をつくる</li> </ul>
保育園・学校 でできるこ と	<ul style="list-style-type: none"> <li>・子育て広場や未満児交流、乳幼児学級などで遊びの体験学習の場をもつ</li> <li>・生涯スポーツの場を提供する</li> <li>・運動場やテニスコート、体育館を整備する</li> </ul>
各種団体で できること	<ul style="list-style-type: none"> <li>・教室やサークル等のPRをする</li> <li>・運動等のイベント開催に参加するように働きかける</li> </ul>
行政ででき ること	<ul style="list-style-type: none"> <li>・公園、遊具の整備点検する</li> <li>・健康運動指導士など専門スタッフにより壮年期、高齢期など年齢に応じた運動教室を開催し、運動や身体活動の大切さ・必要性について普及する</li> <li>・八百津町はつらつ体操、はつらつリハビリ体操を普及する</li> </ul>

## 2. 休養・こころの健康づくり

### 【行動目標】

- ・睡眠と休養を積極的にとる
- ・ストレスと上手につきあう
- ・こころの病気について理解する

### 【環境づくり目標】

- ・こころの健康やストレスに関する知識の普及
- ・気軽に相談できる窓口の普及

### 【評価指標】

	現 状	平成25年度
・ストレスを大いに感じている人の割合	20.2%	15%以下
そのうちストレスを解消できていると思う人の割合	41.7%	50%以上
・日頃の睡眠で疲れがとれている	71.9%	80%以上
・健康のため、日頃気をつけていることの中に 「睡眠を十分にとる」と回答した割合	57.7%	65%以上

### 【行動計画】

個人・家庭でできること	<ul style="list-style-type: none"> <li>・何でも話せる友人、隣人をもつ</li> <li>・気分の変調、眠れないなどあれば早めに専門家に相談する</li> <li>・ストレスへの対処法を持つ（趣味、旅行、音楽、スポーツ、買い物など）</li> <li>・十分な睡眠をとる</li> </ul>
地域・職域でできること	<ul style="list-style-type: none"> <li>・休養のとりやすい職場環境づくり</li> <li>・健康相談窓口の設置</li> </ul>
保育園・学校でできること	<ul style="list-style-type: none"> <li>・育児不安、育児ストレスなどの相談窓口の設置</li> </ul>
各種団体でできること	<ul style="list-style-type: none"> <li>・教室やサークル等のPRをする</li> </ul>
行政でできること	<ul style="list-style-type: none"> <li>・こころの健康に関する講演会や広報活動をする</li> <li>・こころの相談窓口の設置</li> <li>・医療機関や相談窓口の情報提供</li> </ul>

### 3. たばこ・アルコール

#### 【行動目標】

- ・禁煙に取り組む
- ・適正飲酒（アルコール純換算量20g）と休肝日週1日を守る
- ・未成年者は喫煙、飲酒しない

#### 【環境づくり目標】

- ・たばこやアルコールに関する相談窓口を設置し支援する
- ・適正飲酒に関する知識を普及する
- ・禁煙、分煙の推進をはかる

#### 【評価指標】

	現 状	平成25年度
・たばこを吸ったことがありますか		
「現在吸っている」		
20・30歳代	男68.8% 女12.8%	男50% 女7%以下
40・50歳代	男42.6% 女8.3%	男30% 女6%以下
・飲酒している小学生（6年生）の割合		
	男子40.0% 女子42.4%	0%
・飲酒している中学生の割合		
	男子44.7% 女子48.6%	0%
・飲酒している頻度（成人）		
毎日飲む	男38.5% 女5.8%	男20% 女3%以下
毎日2合以上の割合	男14.0% 女0.3%	男10% 女0.3%以下

#### 【行動計画】

個人・家庭でできること	<ul style="list-style-type: none"> <li>・禁煙、減煙に取り組む</li> <li>・アルコールは適量（1日1合：アルコール純換算量20g程度）を楽しむ</li> <li>・1週間に1日はアルコールを飲まない日をつくる</li> <li>・分煙のマナーを守る</li> <li>・喫煙マナーを守る（ポイ捨てしない、喫煙場所）</li> </ul>
地域・職域でできること	<ul style="list-style-type: none"> <li>・分煙や完全禁煙の徹底</li> </ul>
保育園・学校でできること	<ul style="list-style-type: none"> <li>・たばこ、アルコール教育の実施</li> </ul>
行政でできること	<ul style="list-style-type: none"> <li>・禁煙やアルコールについての学習会の開催</li> <li>・禁煙のための支援窓口を設置する</li> <li>・アルコールに関する相談窓口の設置</li> <li>・アルコールセミナーの開催</li> </ul>

## 4. 歯の健康

### 【行動目標】

- ・おとな子どもも年に1回以上定期的に歯科受診する
- ・寝る前または夕食後の歯みがきをする

### 【環境づくり目標】

- ・8020運動（80歳で自分の歯が20本）を啓発する
- ・学校、保育園でのフッ素洗口を推進する
- ・歯や口の健康に関する知識を普及する

### 【評価指標】

	現状		平成25年度
・幼児のう歯保有率（3歳児歯科健診）	33.3%	➡	20%以下
・フッ素塗布歴のある3歳児の割合	83.8%	➡	100%
・小学生のう歯保有率	30.4%	➡	20%以下
・寝る前または夕食後に歯みがきをしている幼児	1歳半児90.2% 3歳児91.2%	➡	100%
・60歳以上で自分の歯が24本以上ある者の割合	45.9%	➡	60%以上

### 【行動計画】

個人・家庭でできること	<ul style="list-style-type: none"> <li>・定期的に歯科受診する</li> <li>・むし歯予防のためにフッ素塗布を利用する</li> <li>・仕上げみがきをする</li> <li>・歯ブラシはまめに取り替える</li> <li>・よくかんで食べる</li> <li>・夕食後または寝る前に歯みがきをする</li> </ul>
地域・職域でできること	<ul style="list-style-type: none"> <li>・昼食後の歯みがきをする</li> </ul>
保育園・学校でできること	<ul style="list-style-type: none"> <li>・昼食後に歯みがきタイムをつくる</li> <li>・フッ素洗口を実施し歯の質を強くします</li> </ul>
行政でできること	<ul style="list-style-type: none"> <li>・歯周疾患検診を実施する</li> <li>・歯やお口の健康に関する学習会を開催する</li> <li>・歯みがき教室を実施する</li> <li>・8020達成者を表彰する</li> </ul>

## 5. 健康の自己管理

### 【行動目標】

- ・健康診査、がん検診を受ける
- ・健診結果を生活習慣病予防にいかす
- ・精密検査を必ず受ける

### 【環境づくり目標】

- ・健（検）診を受けやすい環境（通知・会場・日程など）づくりに努める
- ・健診後の支援体制を整える（結果説明会、家庭訪問など）
- ・健康相談や健康教育など生活習慣病予防活動を支援する機会を充実する

### 【評価指標】

	現状	平成25年度
・過去1年間に健康診査、人間ドック受診割合	67.8%	75%以上
・胃がん検診受診率	男7.5% 女7.0%	10%以上
・大腸がん検診受診率	男12.7% 女14.7%	20%以上
・肺がん検診受診率	男5.4% 女4.0%	10%以上
・子宮頸がん検診受診率	女4.9%	10%以上
・乳がん検診受診率	女6.0%	10%以上

### 【行動計画】

個人・家庭でできること	<ul style="list-style-type: none"> <li>・年に一度、健康診断を受ける</li> <li>・定期的ながん検診を受ける</li> <li>・健診、検査結果に応じて行動する</li> </ul>
地域・職域でできること	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健診のPR、受診環境を整える</li> </ul>
保育園・学校でできること	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康や生活習慣に関する知識を普及する</li> </ul>
行政でできること	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健（検）診受診の啓発活動をする</li> <li>・特定健診・特定保健指導を実施する</li> <li>・各種がん検診を実施する</li> <li>・健康相談の窓口利用を普及する</li> <li>・生活習慣改善の取り組みを健康教室、個別健康教育などで支援する</li> <li>・健康・生活カレンダーを作成する</li> </ul>

## 八百津町 健康増進計画

---

発行日 平成21年3月

発行 八百津町

〒505-0392 加茂郡八百津町八百津 3827-1

TEL : (0574) 43-2111

FAX : (0574) 43-2117

---