

# 第2次 健康はっぽう 21 中間評価

《計画期間 平成29年度～令和7年度》



令和4年3月

秋田県八峰町

## 目次

### 第1章 計画の概要

1. 計画の背景 .....	1
2. 計画の方向性 .....	1
3. 計画の位置づけ .....	2
4. 計画の期間 .....	2

### 第2章 八峰町の現状

1. 人口構成 .....	3
2. 人口動態 .....	4
3. 主要死因 .....	5
4. 要介護認定状況 .....	6
5. 検診受診状況 .....	7
6. 歯科保健の状況 .....	8
7. 平均寿命と健康寿命 .....	9

### 第3章 テーマ別の目標達成度・課題解決に向けた具体的な取り組み

1. 栄養・食生活 .....	10
2. 身体活動・運動 .....	12
3. 休養・こころの健康 .....	14
4. 歯の健康 .....	16
5. アルコール .....	18
6. たばこ .....	19
7. 体の健康・生活習慣病予防 .....	20
8. 第2次計画の指標一覧 .....	22

### 第4章 第2次計画の推進

1. 推進体制 .....	23
2. それぞれの基本的な役割 .....	24

### 資料編

資料1. 令和3年度健康づくり調査 .....	26
資料2. 食生活の現状把握のためのアンケート .....	35

# 第1章

## 1. 計画の背景

八峰町では、平成21年3月にすべての人々が心身ともに健康でいきいきと暮らせることを願った「健康はっぼう21」を策定し、子ども、働き盛り、高齢の各世代に「生活習慣」「こころ」に着目した健康づくりの取り組みを推進してきました。

平成24年度には中間評価を行い、新たな目標として、禁煙対策の推進、栄養指導の充実、日常生活の中でできる運動の普及を設定し、取り組んできました。その一方で、急速な少子高齢化の影響により高齢者のみ世帯や、1人暮らし高齢者世帯の増加、地域とのつながりの希薄化等、社会的要因を背景に健康状態の差が広がりはじめており、今後もすべての人々がいきいきと暮らせる健康なまちづくりを目指す必要があります。

これらのことから、平成29年には、第1次計画で浸透してきた意識を実践に移し、日常生活に定着させていく取り組みを推進していくため「第2次健康はっぼう21」を策定しました。

## 2. 計画の方向性

全計画の基本方針として、次の3つの項目を推進していきます。

### 1) 健康寿命の延伸

町民がいつまでも健やかに日常生活を送ることができるよう、健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間、いわゆる健康寿命を延ばすことが重要です。

町民一人ひとりが生活の質を維持し、いきいきと過ごせるように健康寿命を延伸する健康づくりを推進します。

### 2) 生活習慣病予防と重症化予防

町民の死亡原因の7割を占める、がん、心疾患、脳血管疾患などの生活習慣病の発症には生活習慣が深く影響します。栄養、運動、休養などのバランスのとれた健康的な生活習慣が身に付くよう、対策を推進します。

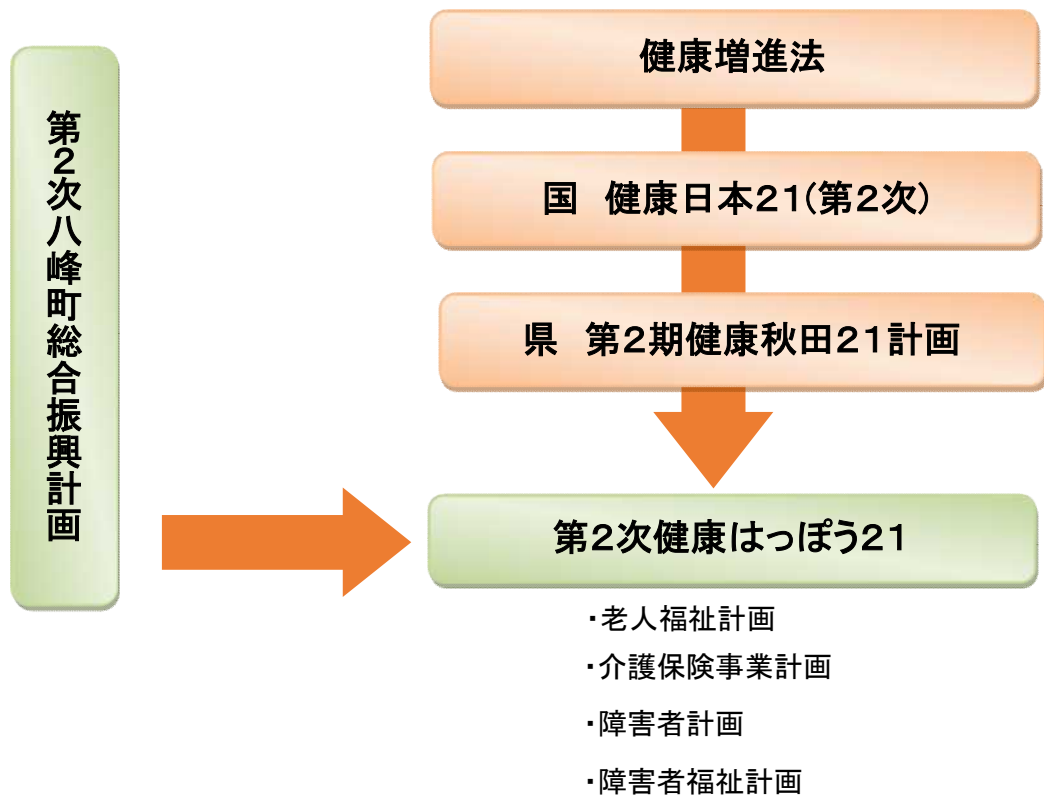
また疾患を発症しても早期発見により、進行を抑え、より質の高い生活を営むことができるよう重症化予防を推進します。

### 3) 乳幼児期から高齢期までのライフステージに対応した健康づくりの推進

ライフステージごとに「栄養・食生活」「身体活動・運動」「休養・こころの健康」「歯の健康」「アルコール」「たばこ」「体の健康・生活習慣病予防」について、みんなで取り組める健康づくりを推進します。

### 3.計画の位置づけ

- 1)この計画は、「健康増進法」第8条に基づき、町民の健康の増進の総合的な推進を図るための方向性や目標を定めるものです。
- 2)「健康はっぼう21」(平成20年度から平成28年度)の評価をもとに、その成果を引継ぎ、次期計画として位置づけます。
- 3)第2次八峰町総合振興計画の「安心して健やかに暮らせるやすらぎのまちづくり」の実現を具体化するための健康づくり計画と位置づけ、他の関連計画との整合性を図りながら実施していきます。



### 4.計画の期間

この計画は平成29年度から令和7年度の9年間としています。

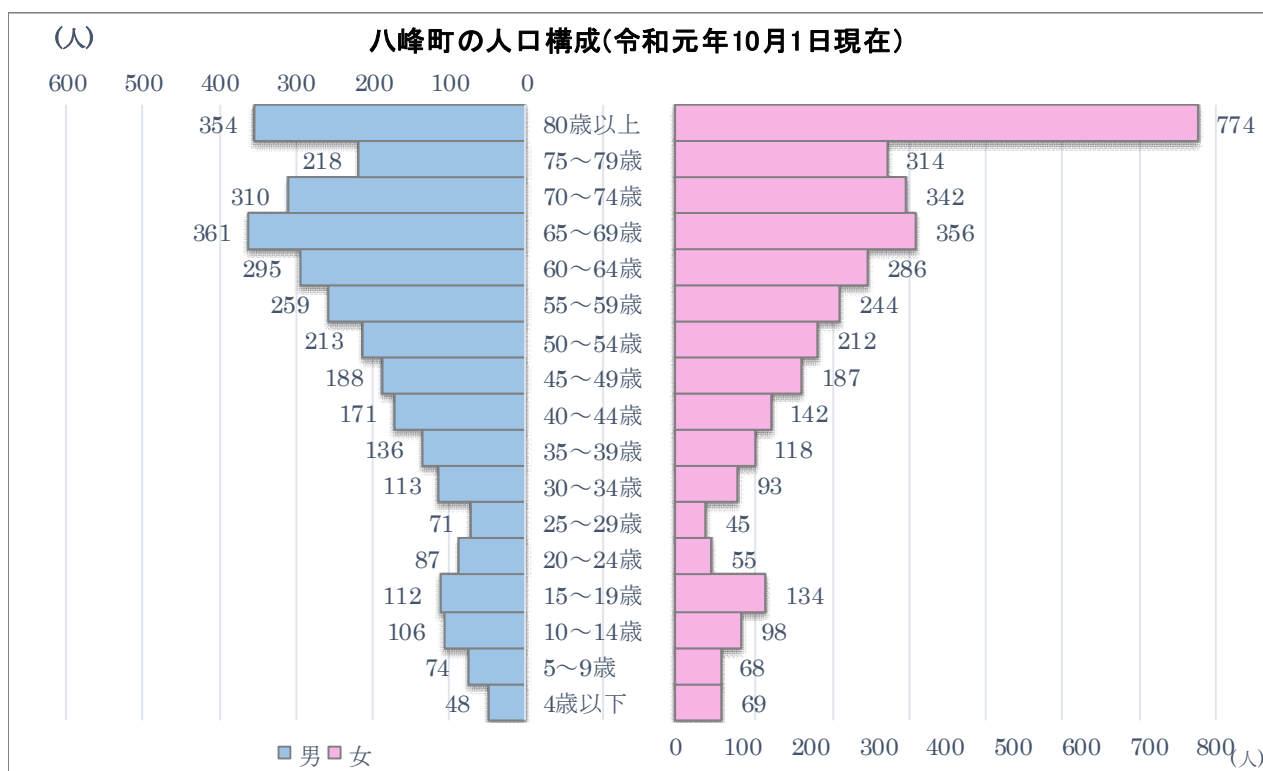
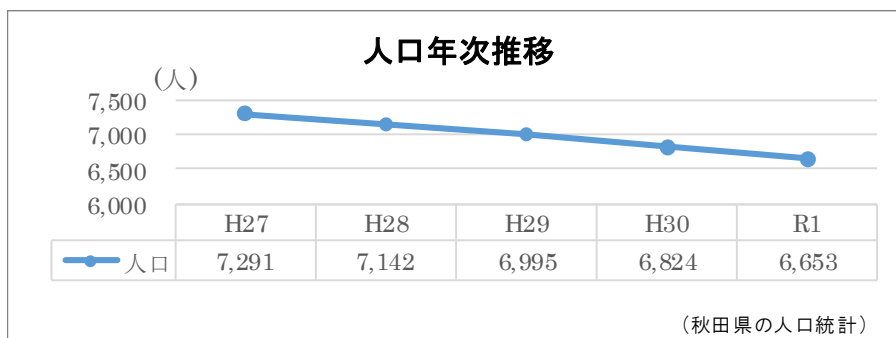
中間評価年度である令和3年度において、この計画の前半期間の活動を振り返り、課題を明確にして、目標達成に向けた取り組み方法の検討を行うことを目的として、中間評価を行いました。

計画推進の流れ	H21	H22	H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8		
	H21年3月 健康はっぼう21の推進																			
				中間評価				見直し	H29年3月 第2次健康はっぼう21の推進											
													中間評価				見直し	次期計画		

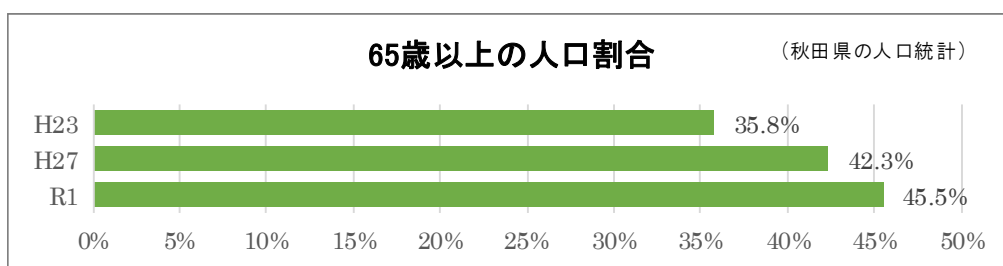
## 第2章 八峰町の現状

### 1. 人口構成

八峰町の人口は年々減少傾向が続いており、平成29年には人口7,000人を初めて割りました。少子化の大きな要因としてあげられる未婚化、晩婚化の進行により、出生する子どもの数が激減しており、本町においても全国同様の傾向が見られます。



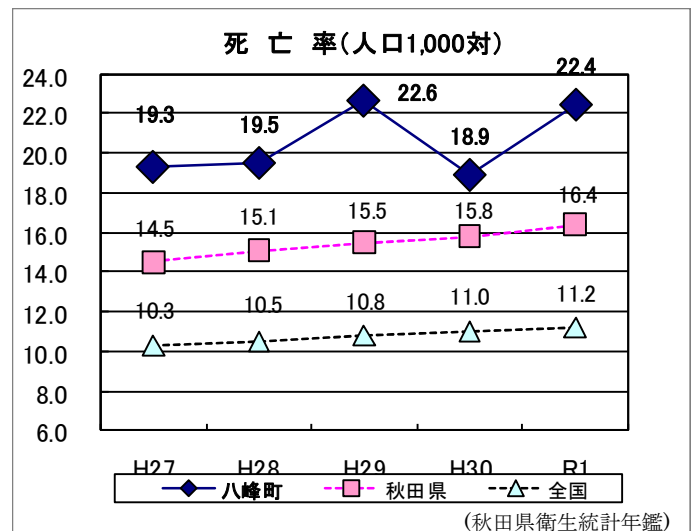
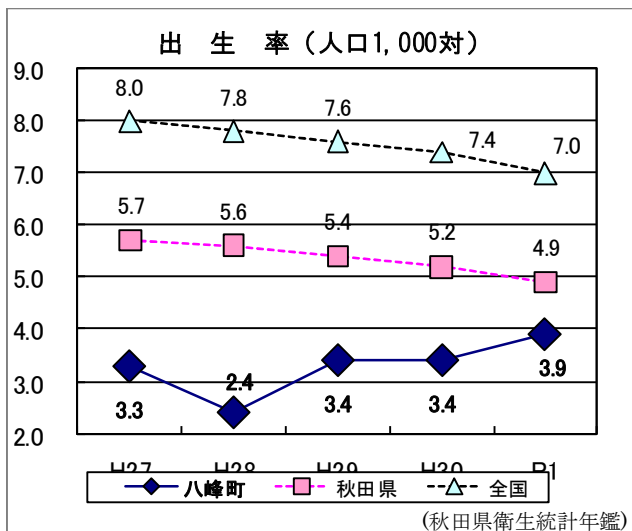
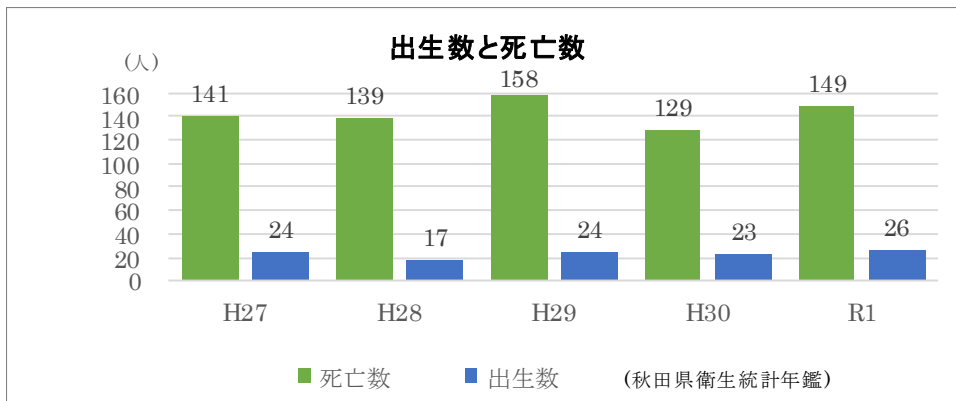
年齢階層別では、0～14歳人口、15～64歳人口の減少が続き、65歳以上の老年人口の割合は令和元年45%を超え、人口減少とともに少子高齢化が進行しています。



## 2. 人口動態

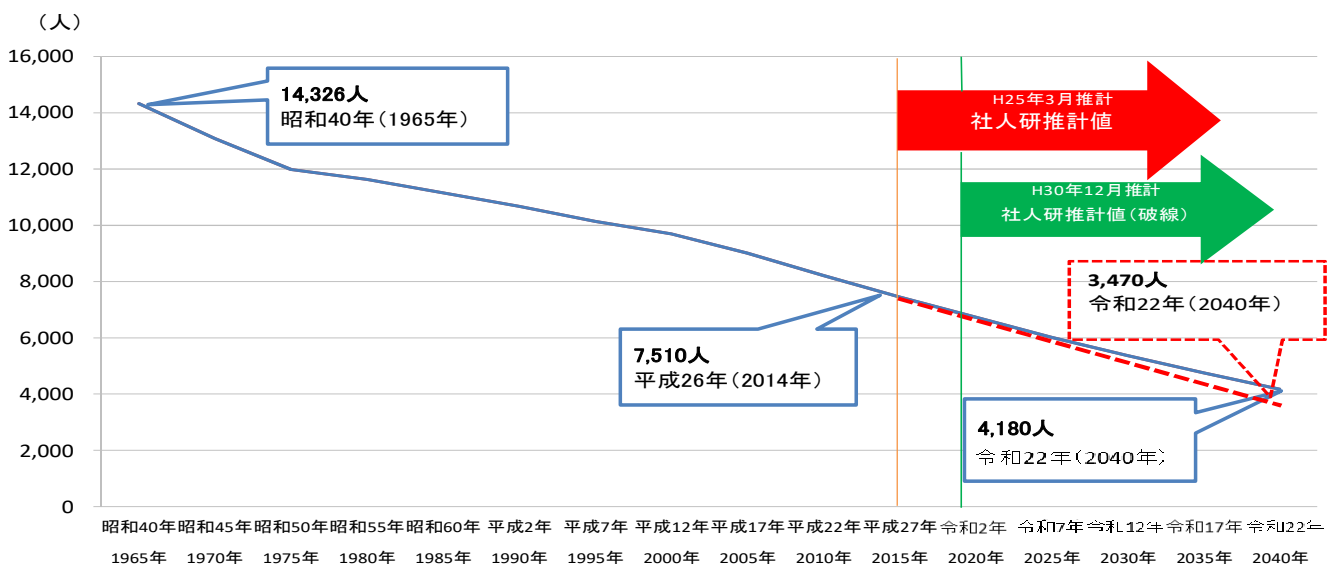
### (1) 出生数と死亡数

八峰町は全国や秋田県と比較すると出生率が低く、死亡率が高いことが分かります。



### (2) 将来の推計人口

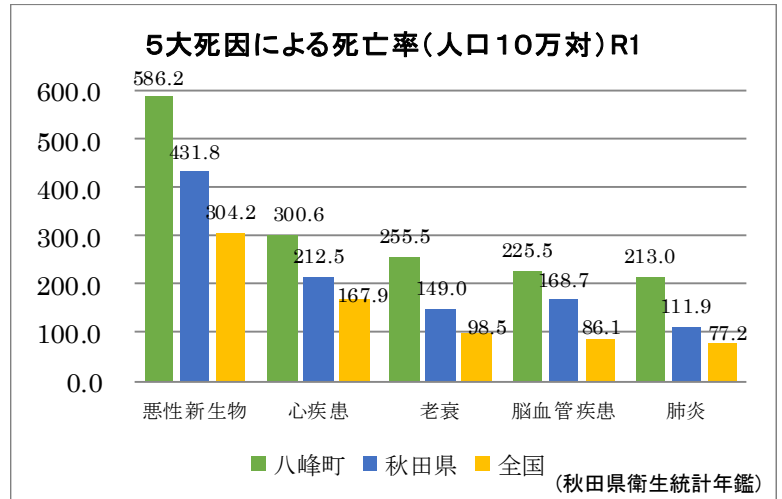
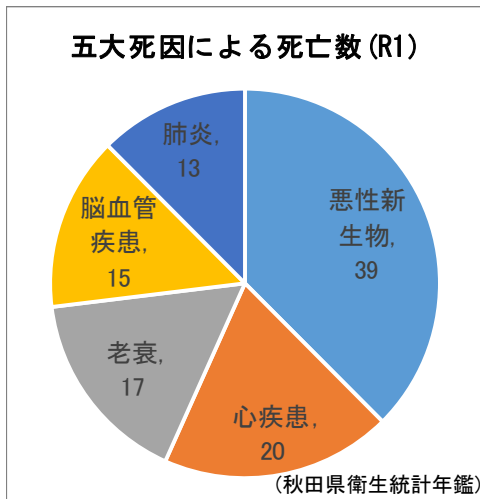
国立社会保障・人口問題研究所(社人研)が行った「日本の地域別将来推計人口(平成30年1月推計)」によると、令和22年(2040年)の八峰町人口は3,470人と推計されています。



### 3. 主要死因

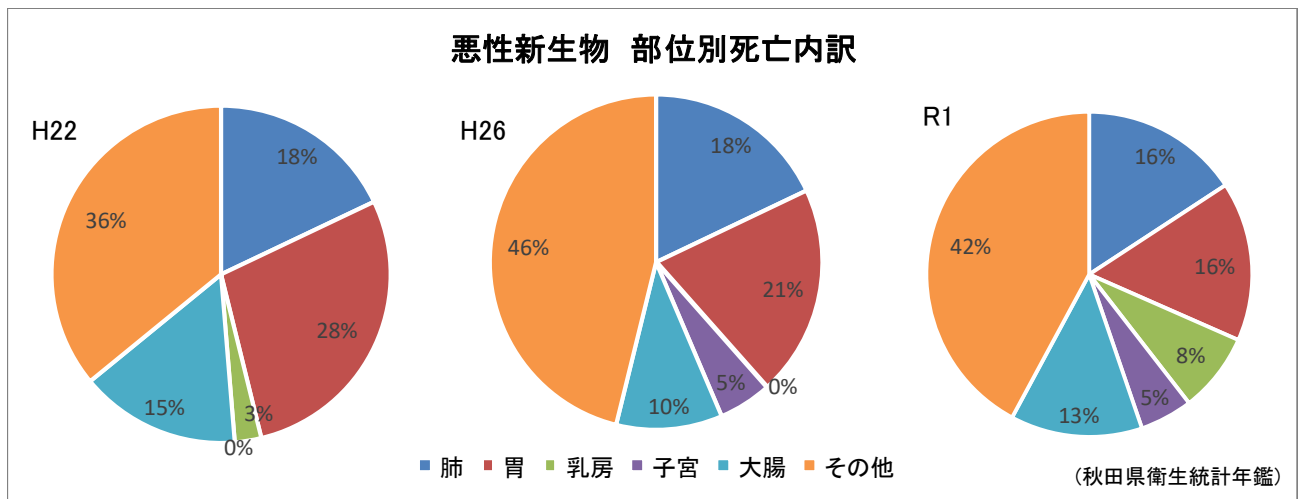
#### (1) 五大死因による死亡数・死亡率(令和元年)

秋田県では悪性新生物、心疾患、脳血管疾患の三大生活習慣病による死亡数が全体の約5割を占めており、その克服が課題となっています。八峰町では三大生活習慣病による死亡数が全体の7割を占めており、それらを含む5大死亡率が秋田県や全国と比較して高い状況が続いているため、生活習慣の改善が喫緊の課題となっています。



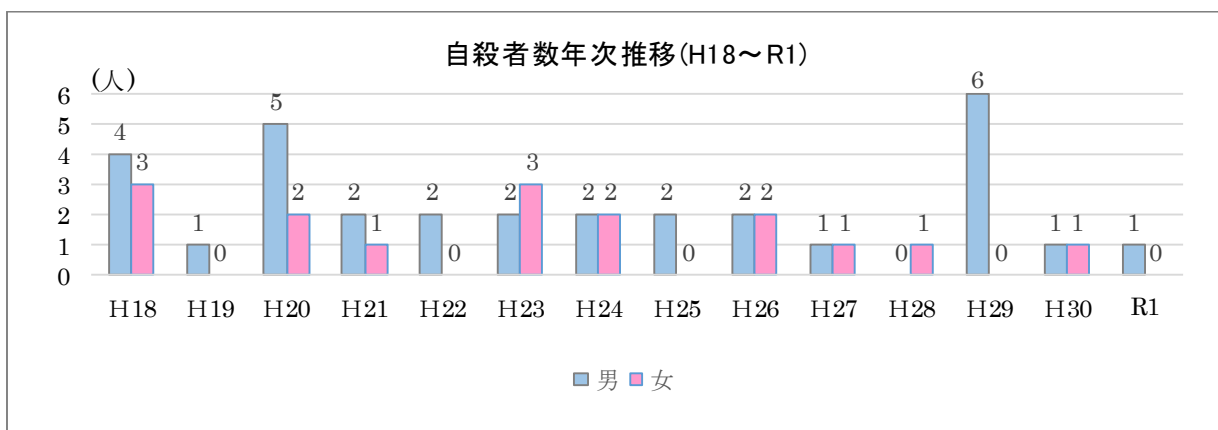
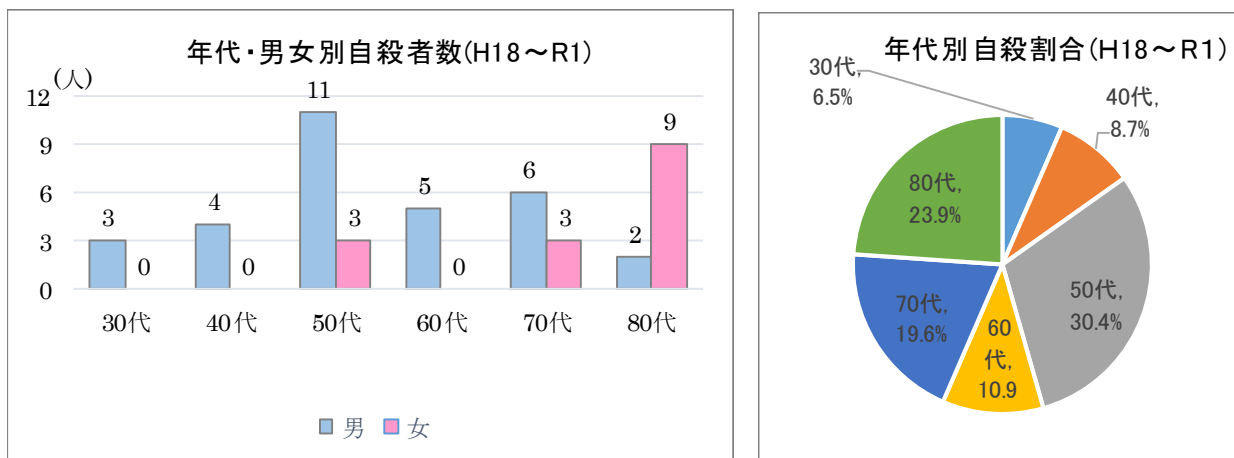
#### (2) 悪性新生物による死亡数

悪性新生物の部位別死亡内訳では、胃がんによる死亡数が1位を占めています。



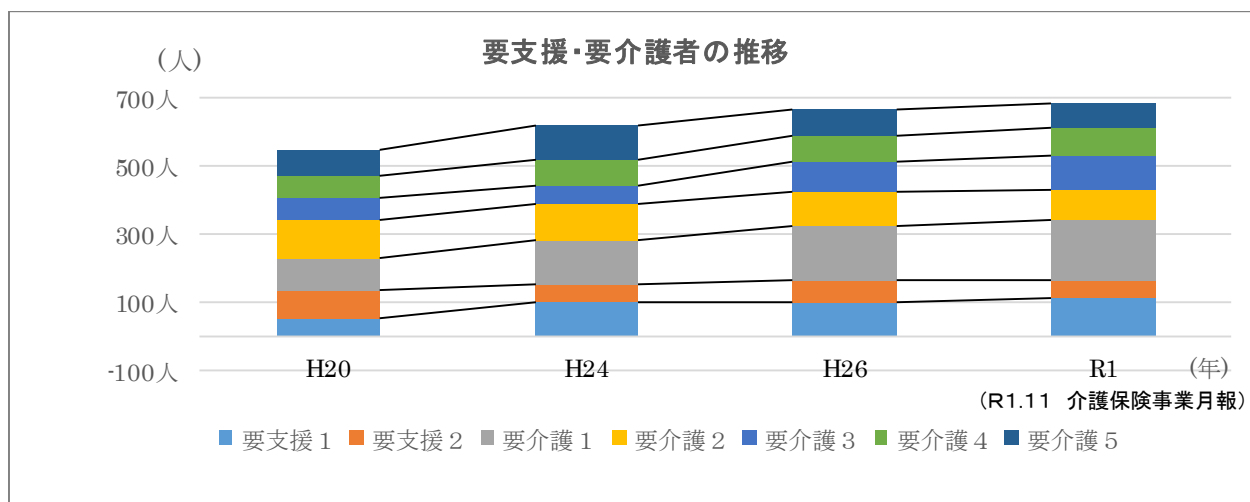
### (3) 自殺者数

自殺者数は、この14年間で46人となっています。年代別では、50代の自殺割合が高い傾向にあります。また男性では50代の働きざかりに多く、女性では高齢者に多くみられています。



### 4. 要介護認定状況

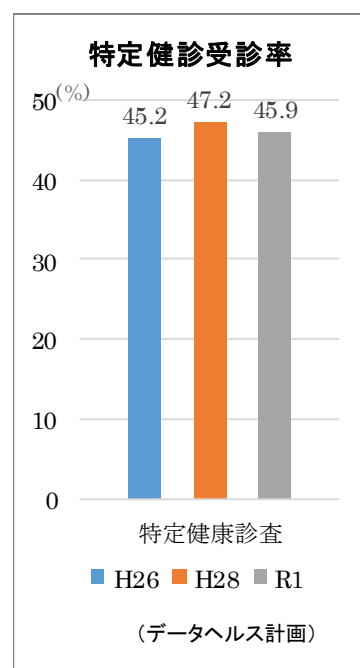
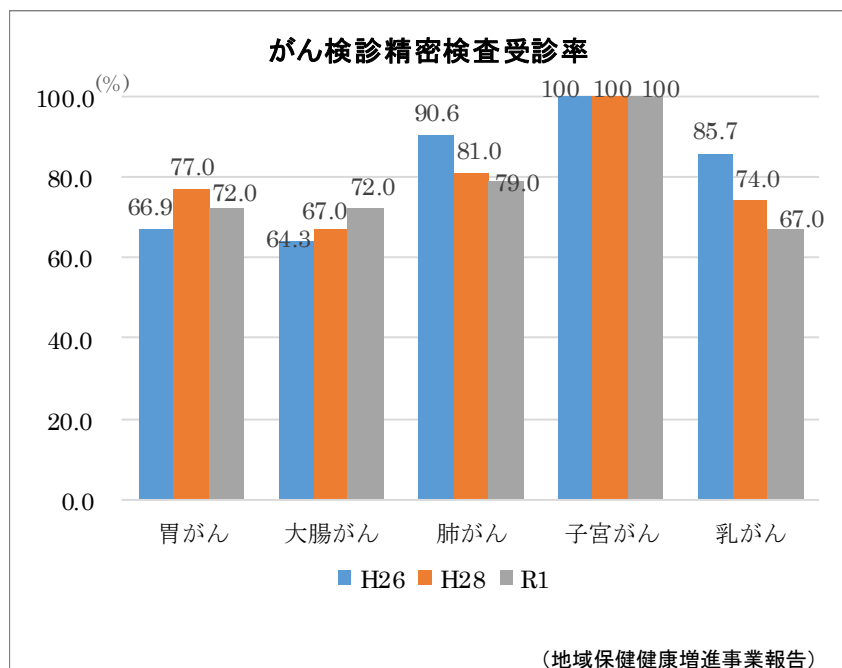
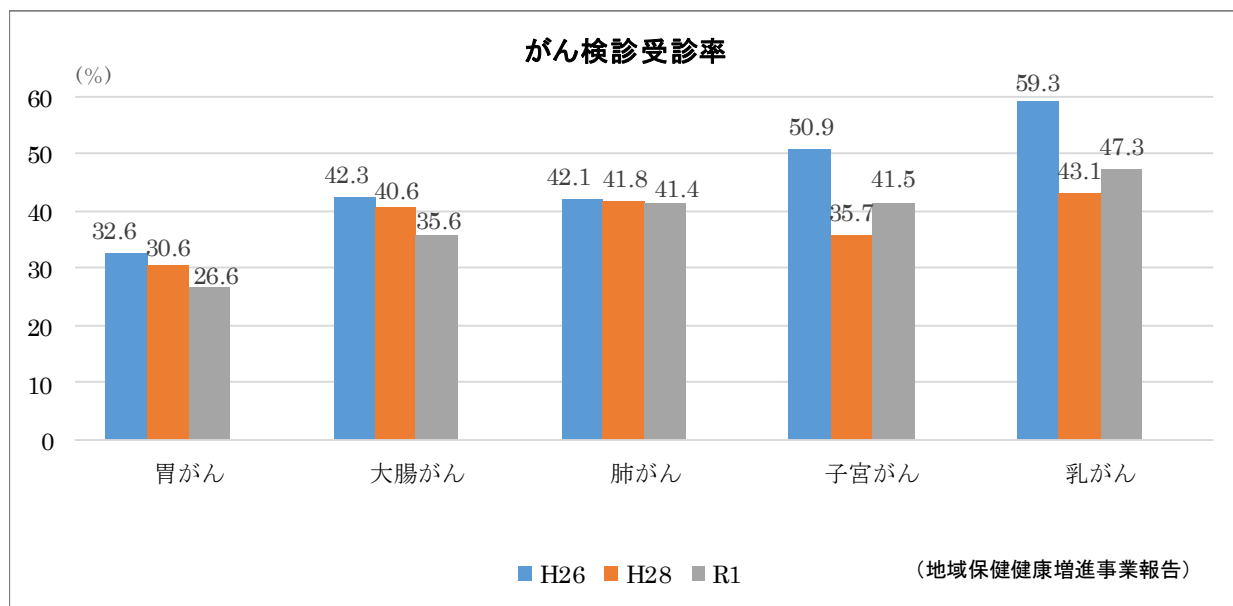
令和元年11月現在、要支援・要介護認定者数は683人で、要支援・要介護認定者数は増加傾向が見られます。要介護状態になる主な要因としては、骨折・転倒だけでなく、認知症・脳血管疾患も主な要因としてあげられるため、この観点からも生活習慣病や介護予防に向けた取り組みが重要となります。





## 5. 検診受診状況

3部位(肺・子宮・乳)がん検診については、前年度と比較すると横ばいか、上昇がみられますが、胃がん・大腸がん検診受診率は令和元年度では、前年度を下回っています。

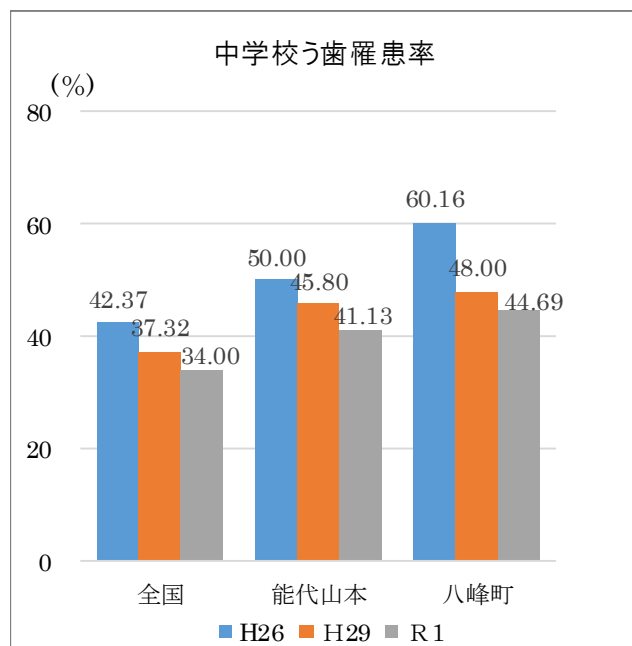
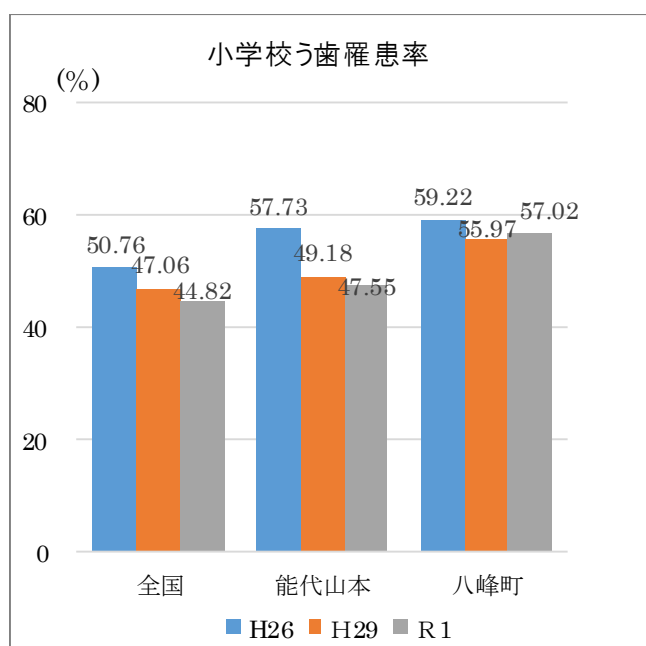
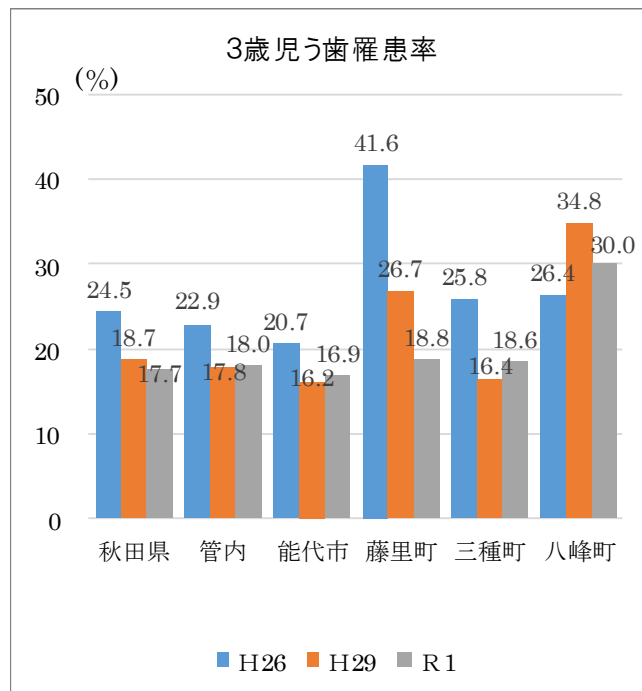
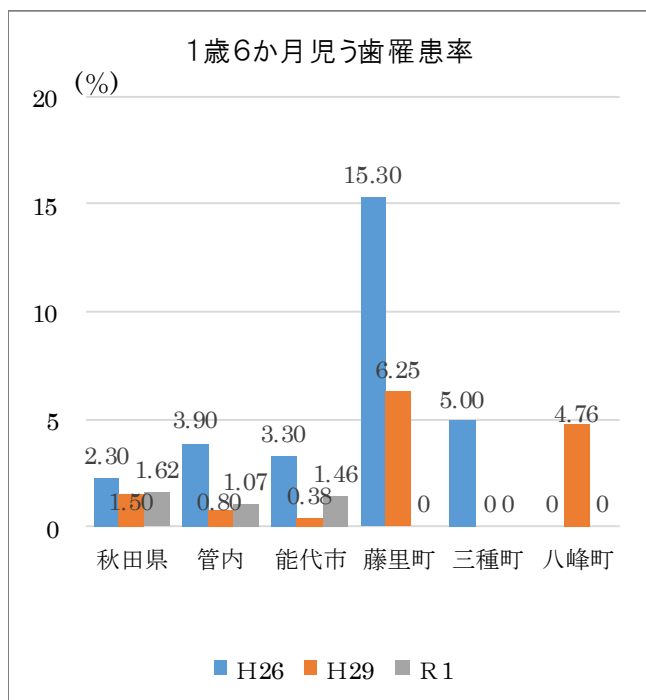


## 6. 歯科保健の状況

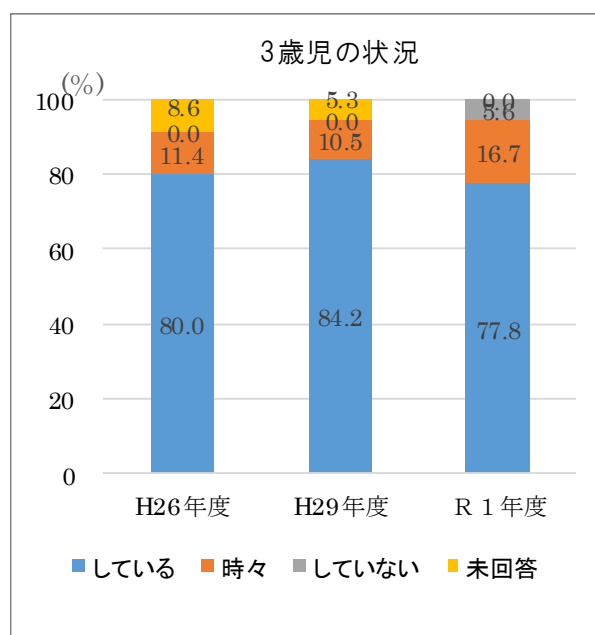
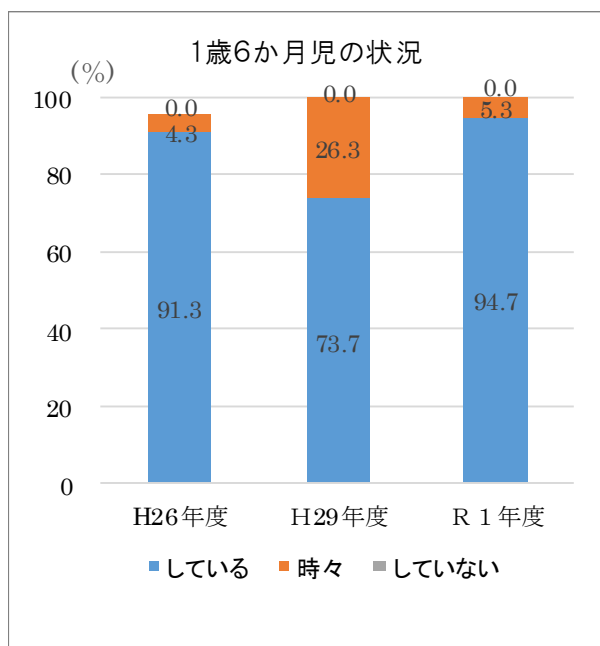
### (1) う歯罹患率

平成23年度より1歳6か月児から就学前の子どもたちにフッ素塗布を行っています。令和元年の1歳6か月児のう歯罹患率は低いですが、3歳児では県や管内他市町よりも罹患率が高くなっています。

平成24年度より、小中学校でフッ化物洗口を開始しました。全国・能代山本と比較し、小学生・中学生のう歯罹患率は高いですが、減少してきています。



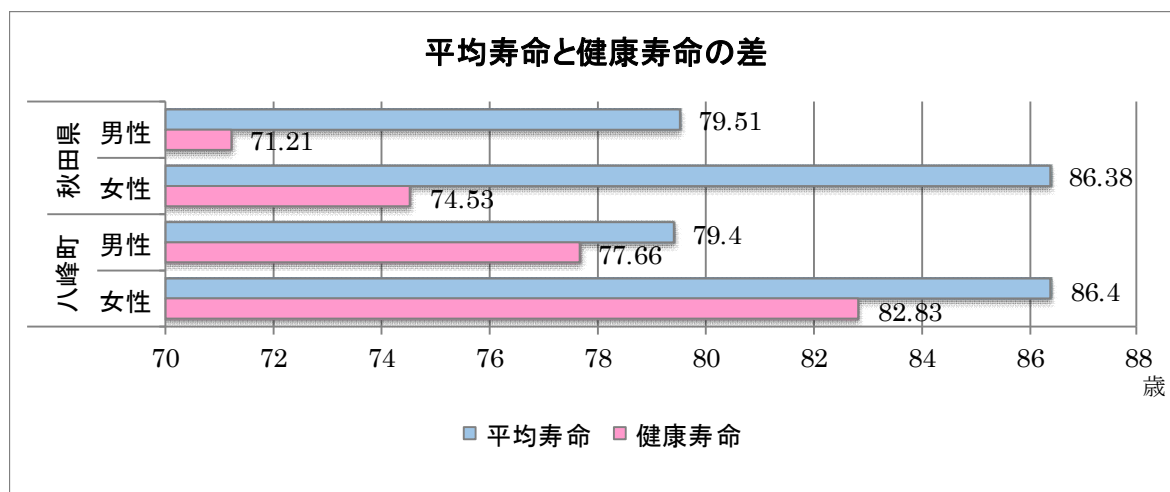
## (2)就寝前の仕上げ磨きの状況



## 7. 平均寿命と健康寿命

健康寿命とは、健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間のことであり、平均寿命と健康寿命の差は、日常生活に制限のある「不健康な期間」を意味しています。

八峰町は秋田県と比較すると、健康寿命と平均寿命の差は少ないです。



秋田県平均寿命:「平成27年都道府県別生命表」(厚生労働省)

八峰町平均寿命:「平成27年市町村別生命表」(厚生労働省)

秋田県健康寿命:平成28年度厚生労働科学研究費補助金による「健康寿命に関する将来予測と生活習慣病対策の費用対効果に関する研究」

### 第3章 テーマ別の目標達成度・課題解決に向けた具体的な取り組み

中間評価	◎…目標達成 ○…H28 2次計画実績値より改善がみられたもの △…H28 2次計画実績値とほぼ横ばいであったもの ×…H28 2次計画実績値より改善がみられないもの
世代別	○こども ◎働きざかり ●こうれい ☆こころ

#### 《テーマ:栄養・食生活… 家族で望ましい食習慣を身につけましょう》

世代別	指標	2次計画 策定時値	中間現状値	中間評価	見直し後の 目標値	目標
		H28	R3	達成度	R7	R7
○	朝食を毎日食べる子どもを増やす	92.8%	92.6%	△	95%	100%
○	バランスのとれた食事をする子どもを増やす	62.7%	45.7%	×	70%	100%
○	朝食を欠食する人を減らす	8.3%	9.7%	○	5%	5%
○	食卓が団らんの場になっている家庭を増やす	84.3%	95.1%	○	98%	98%
○	子どもたちが地元食材の収穫や生産までの過程について体験活動する機会を増やす	学校事業で 全児童に実施	学校事業で 全児童に実施	◎	100%	100%
◎	塩分に気をつける人を増やす	30.6%	27.9%	△	50%	80%
◎	栄養バランスのよい人を増やす	20.4%	24.9%	○	50%	60%
◎	適切な食事量をとる人を増やす	18.5%	19.2%	○	50%	50%
◎	自分の適性体重を知っている人を増やす	90.6%	—	—	100%	100%
◎	適正体重(BMI18.5～25未満)を維持している人を増やす	69.2%	68.2%	△	70%	80%
◎	1日1回は家族で食事をする人を増やす	65.1%	79.0%	○	85%	90%
●	郷土料理を伝承する人を増やす	11.0%	20.7%	○	50%	50%
●	三食しっかり食べる人を増やす	92.9%	91.7%	△	95%	95%
●	地元の食材を意識して使用する人を増やす	24.8%	32.6%	○	50%	100%

#### (1)指標の達成状況と評価

指標14項目のうち、12項目が前回と同程度か改善がみられ、前回よりも低下した項目は、「バランスのとれた食事をする子ども」の割合でした。子ども園へのアンケート調査結果からは、バランスに配慮した調理の工夫が掲載されていますが、「バランスよく食べる」という点では、困難な状況が伺えます。

また、今回の健康づくりに関する調査では、3割の方が「栄養や食生活について知りたい」と回答しました。

## (2)今後の課題

保護者の食生活は子どもへも影響するため、今の子どもたちの親世代とこれから親になる世代へ栄養や食に関する知識の普及啓発や、基本的な生活習慣の大切さの理解を深める取り組みが必要です。

## (3)課題解決に向けた具体的な取り組み

### ●行政ができること

- ・母子健康手帳交付時、お母さんの健康と赤ちゃんの健やかな成長のため、妊娠中の必要な栄養や食生活について情報提供します。
- ・乳幼児健康診査や1歳児健康相談等で子どもの成長に合わせた食事指導・支援を行います。
- ・食事バランスガイドを活用し、望ましい食生活について普及・啓発します。
- ・子ども園や学校と連携し食育の普及に努めます。
- ・広報等を活用し郷土料理や行事食について若い世代へ伝える機会を増やします。
- ・栄養改善推進員や愛育班員、グランママと協力し、地域へ食育の情報を提供します。
- ・健診結果を活かしてもらえるような栄養指導・支援を行います。

### ●町民ができること

- ・離乳食から薄味になれます。
- ・朝食をとる習慣を身につけます。
- ・自分の適正体重を知り、維持します。
- ・減塩や栄養バランスのよい食習慣を心がけます。
- ・1日1回は家族と食事を楽しみます。
- ・地元の食材や郷土料理を大切にします。
- ・安心安全な食品の使用と購入をします。
- ・食卓を彩り、食事を楽しみます。

### ●地域ができること

- ・隣近所誘い合って料理教室等に参加し、地域で食育活動に取り組みます。
- ・安心安全な地元食材の安定供給を図ります。
- ・地元食材の良さや郷土料理・行事食等を仲間で伝え合います。
- ・SNS等を活用して情報発信を行います。

中間評価	◎…目標達成 ○…H28 2次計画実績値より改善がみられたもの △…H28 2次計画実績値とほぼ横ばいであったもの ×…H28 2次計画実績値より改善がみられないもの
世代別	○こども ◎働きざかり ●こうれい ☆こころ

《テーマ:身体活動・運動 … 意識して自分に合った運動を続けましょう》

世代別	指標	2次計画策定時値	中間現状値	中間評価	見直し後の目標値	目標
		H28	R3	達成度	R7	R7
◎	週2回以上の運動をしている人の割合(19～64歳)を増やす	37.1%	34.9%	×	40%	40%
◎	散歩する人を増やす	11.7%	35.1%	○	40%	40%
●	1日1時間以上の身体活動をしている人を増やす	48.7%	56.1%	◎	60%	50%
●	自分のできることは自分で行う人を増やす	99.2%	98.8%	△	100%	100%
●	ロコモティブシンドロームの意味をよく知っている人を増やす	—	17.6%		50%	80%

(1)指標の達成状況と評価

指標5項目のうち、「週2回以上の運動をしている人」の割合以外は、前回と同程度か改善という結果でした。

「散歩する人」「1日1時間以上の身体活動をしている人」の割合は増加し、目標を達成しました。

今回の健康づくり調査によると、健康づくり対策について約3割が「気軽に健康づくりや運動ができる施設や公園などを整備、充実してほしい」と回答しました。

今回の健康づくり調査で初めてロコモティブシンドロームの認知度を調査した結果、「ロコモティブシンドロームの意味をよく知っている人」の割合は17.6%でした。

(2)今後の課題

健康づくり調査結果から、65歳以上の世代が定期的な運動をしている割合が6割を超えているのに対し、働き盛り世代の割合が低下していることがわかります。このような現状から、働き盛り世代に身体活動・運動への意識を高めるとともに、天候等に左右されることなく運動を継続できる環境づくりを進める必要があります。

また、八峰町の高齢化率が45.5%(R1.10.1 現在)であり、要介護者数が増加傾向にあることから、高齢化に伴い増加するフレイル<sup>※1</sup>、ロコモティブシンドローム<sup>※2</sup>の周知・予防策を強化することが必要です。

### (3)課題解決に向けた具体的な取り組み

#### ●行政ができること

- ・乳児期から子どもの月齢に合わせた遊びを通して、健康的に成長できるよう支援します。
- ・日常生活でできる運動方法や運動の重要性について普及・啓発します。
- ・季節により運動が制限されないよう、町内施設の有効活用等、運動しやすい環境づくりを進めます。
- ・ロコモティブシンドロームについて正しい知識を普及します。
- ・地区で開催している介護予防事業を啓発します。
- ・運動する人や団体を支援します。

#### ●町民ができること

- ・運動の必要性について理解します。
- ・自分の体力に合わせた運動を身につけ、習慣にします。
- ・日常生活の中で意識的に身体を動かします。
- ・家族で身体を動かす機会をつくり、楽しみます。
- ・運動教室やイベントへ積極的に参加します。

#### ●地域ができること

- ・運動を継続できる仲間をつくり、一緒に楽しみます。
- ・地域で運動ができる行事を企画します。

<表記説明> 出典元: 第2期健康秋田 21計画 中間見直し版

#### ※1:フレイル

加齢とともに心身の活力(運動機能や認知機能等)が低下し、複数の慢性疾患の依存などの影響もあり、生活機能障害、心身の脆弱性が出現した状態のことで、健康な状態と日常生活でサポートが必要な介護状態の間を意味します。中でも、口腔機能の軽微な低下やそれによる食の偏りなどを含む身体の衰えをオーラルフレイルといいます。一方で、適切な介入・支援により、生活機能の維持向上が可能であるとされています。

#### ※2:ロコモティブシンドローム

ロコモティブシンドローム(運動器症候群)は、骨、関節、筋肉など、体を支えたり動かしたりする運動器の働きが衰え、要介護や寝たきりになる危険が高い状態のことをいいます。

中間評価	◎…目標達成
	○…H28 2次計画実績値より改善がみられたもの
	△…H28 2次計画実績値とほぼ横ばいであったもの
	×…H28 2次計画実績値より改善がみられないもの
世代別……○こども ◎働きざかり ●こうれい ☆こころ	

《テーマ: 休養・こころの健康 … 家族・地域で助け合い、ゆとりを持った生活を心がけましょう》

世代別	指標	2次計画 策定時値	中間現状値	中間評価	見直し後の 目標値	目標
		H28	R3	達成度	R7	R7
◎	睡眠によって休養が十分とれた人を増やす	79.9%	80%	○	85%	95%
○	子ども(小学5・6年生)の十分な睡眠時間を確保している人を増やす	男子7時間41分 女子7時間35分	男子8時間30分 女子8時間25分	○	9時間	9時間
●	趣味の時間を持つ人を増やす	91.4%	66.1%	×	95%	95%
☆	近所にちょっとした用事を頼める人がいる人を増やす	86.0%	90.5%	○	95%	95%
☆	強いストレスがある人を減らす	12%	11.9%	△	10%	10%
☆	自殺で亡くなる人を減らす	4人	1人(R1)	○	0人	0人

### (1)指標の達成状況と評価

指標6項目のうち、「趣味の時間を持つ人」の割合以外は、前回と同程度か改善という結果でした。前回調査時よりも回答者数が増加しているため、今後も経過をみていく必要があります。

また、「強いストレスがある人」の割合は前回調査時と同程度でした。精神的不調に対する対処方法として、約4割の人が「特に何もしない」という回答でした。さらに、医療機関を受診した人や専門家に相談した人は約1割でした。「自殺で亡くなる人」の割合は自殺者数の増減を繰り返していますが、令和元年度は1人でした。

### (2)今後の課題

精神的不調を感じた際に医療機関や専門家に気軽に相談できるよう、さらなる啓発と相談体制の整備が必要です。また、身近な人に相談できるような環境支援や地域づくりを行う必要があります。



### (3) 課題解決に向けた具体的な取り組み

#### ●行政ができること

- ・健康教室や講演会等で「命の大切さ」や「心の健康づくり」について学ぶ機会を提供します。
- ・ゲートキーパーや傾聴ボランティアを養成します。
- ・いつでも気軽に相談できるように窓口を整備し周知します。
- ・各種相談会(引きこもり、経済等)を開催し、気軽に専門家へ相談できる環境を整備します。
- ・リスクが高い人へのきめ細やかな対応による二次予防対策を行います。
- ・社会福祉協議会等の横のつながりを密に一貫した対策をとります。
- ・地域づくりのため地域サロンの運営等を支援します。
- ・生きがいや趣味作りに関する講座等の情報提供をします。

#### ●町民ができること

- ・家族や地域の人へ挨拶と声掛けをします。
- ・ストレス、休養、心の健康について正しく理解します。
- ・家族で規則正しい生活ができるよう心がけます。
- ・生きがいづくりや社会参加を心がけます。
- ・心配な人を見かけたら専門家へつなげます。

#### ●地域ができること

- ・陽だまりの会(らべんだー、しーがる)や地域サロンを開催し、住民が交流し合い、心を癒す場を提供します。
- ・地域で高齢者や男性が参加できるようなキッカケ作りを行います。
- ・各行事等へ参加の呼びかけをし、地域のつながりをつくれます。

中間評価	◎…目標達成 ○…H28 2次計画実績値より改善がみられたもの △…H28 2次計画実績値とほぼ横ばいであったもの ×…H28 2次計画実績値より改善がみられないもの
世代別	○こども ◎働きざかり ●こうれい ☆こころ

《テーマ:歯の健康 … 生涯を通じて、健康な口腔状態の維持・向上に努めましょう》

世代別	指標	2次計画 策定時値	中間現状値	中間評価	見直し後の 目標値	目標
		H28	R3	達成度	R7	R7
○	幼児期に歯みがきをする子どもを増やす※1歳6か月児	91.3%	94.7%	○	95%	100%
○	12歳児の一人平均う歯数	八森中1.1本 峰浜中0.9本	0.95本	◎	1本	1本
○	3歳児でう歯のない子どもを増やす	69.0%	70%	○	80%	90%
◎	歯科の定期検診を受ける人 を増やす	32.3%	32.1%	△	50%	65%
●	歯と歯ぐきの手入れを習慣 づける人を増やす	89.8%	41.7%	×	60%	95%

(1)指標の達成状況と評価

指標5項目のうち、「幼児期に歯みがきをする子ども」「3歳児でう歯のない子ども」の割合は増加しました。

「歯と歯ぐきの手入れを習慣づける人」の割合は減少しましたが、今回調査から質問内容を変更したため、今後も経過を見ていく必要があります。

(2)今後の課題

八峰町の幼児期から学童期のう歯罹患率は、フッ素塗布やフッ化物洗口を継続していることで年々減少してきましたが、全国や能代山本管内と比較するとまだ高い状況です。そのため、今後も歯科保健指導の充実を図ることが必要です。

過去1年以内の歯科検診受診者(治療以外)は、男女ともに3割と前回同様でした。歯と口腔の健康を維持するためには定期的な受診と普段のセルフケアが重要です。生涯を通じて歯の健康を保つことができるよう歯の健康に関する知識の普及・啓発に努め、各世代に応じた取り組みを推進することが必要です。

### (3) 課題解決に向けた具体的な取り組み

#### ●行政ができること

- ・妊娠中も良好な口腔状態を維持するため妊婦歯科健診の受診勧奨を行います。
- ・健診等の機会に乳幼児からのう歯予防の普及・啓発に努めます。
- ・幼児期からのう歯予防のためフッ素塗布、フッ化物洗口を継続します。
- ・子ども園、小学校への歯科教室を継続します。
- ・幼児健診時、歯科衛生士による歯科指導の充実を図ります。
- ・町営歯科診療所と連携し、口腔ケア・定期健診の大切さについて普及・啓発に努めます。
- ・歯周病検診を受ける必要性の普及と個別勧奨を行います。

#### ●町民ができること

- ・歯と口腔の手入れの大切さを知って、職場等でも食後の歯磨きを習慣づけます。
- ・フッ素塗布、フッ化物洗口の効果を理解し利用します。
- ・家族全員で食後の歯磨きを習慣づけます。
- ・歯周病についての知識を習得し、かかりつけ医をもって定期的に歯科健診を受けます。
- ・入れ歯と口腔の手入れを十分にし、オーラルフレイル<sup>※3</sup>予防に努めます。

#### ●地域ができること

- ・歯の大切さに関する啓発活動に取り組みます。
- ・歯の健康に関する知識を仲間で伝え合います。

<表記説明> 出典元: 第2期健康秋田 21計画 中間見直し版

※3: オーラルフレイル

13ページの※1フレイルを参照

中間評価	◎…目標達成 ○…H28 2次計画実績値より改善がみられたもの △…H28 2次計画実績値とほぼ横ばいであったもの ×…H28 2次計画実績値より改善がみられないもの
世代別……○こども ◎働きざかり ●こうれい ☆こころ	

《テーマ:アルコール … 適正飲酒量を理解し、節度ある飲酒を心がけましょう》

世代別	指標	2次計画策定時値	中間現状値	中間評価	見直し後の目標値	目標
		H28	R3	達成度	R7	R7
◎☆	アルコールの適量(日本酒男性2合未満・女性1合未満)を知っている人を増やす	34.6%	39.0%	○	70%	80%
◎☆	毎日飲酒している人を減らす	男性43.9%	39.7%	◎	35%	40%
		女性6.6%	9.9%	×	5%	5%

### (1)指標の達成状況と評価

指標3項目のうち、「毎日飲酒している女性」の割合は増加しました。

### (2)今後の課題

コロナ禍の影響による女性の飲酒量の増加が報告されていますが、過度な飲酒は生活習慣病リスクを高めるため、生活習慣病予防に向けて飲酒習慣の見直し、適正な飲酒量の知識の普及・啓発が必要です。

### (3) 課題解決に向けた具体的な取り組み

#### ●行政ができること

- ・母子健康手帳交付時や乳幼児健診、健康教室等であらゆる年代へアルコールの適正飲酒量や害について正しい知識を普及します。
- ・飲酒に関する相談体制の充実と周知を図ります。

#### ●町民ができること

- ・休肝日をつくります。
- ・年齢や体調に合わせて、楽しみながらお酒を飲みます。
- ・趣味やスポーツ等への転化でストレスを解消します。

#### ●地域ができること

- ・未成年者にアルコールの販売をしません。
- ・集まり等で、無理に飲酒は勧めません。
- ・会社等と協力し正しい知識について学ぶ機会をつくります。

中間評価	◎…目標達成 ○…H28 2次計画実績値より改善がみられたもの △…H28 2次計画実績値とほぼ横ばいであったもの ×…H28 2次計画実績値より改善がみられないもの
世代別……○こども ◎働きざかり ●こうれい ☆こころ	

《たばこ … たばこの健康被害を知り、たばこの害から身を守りましょう》

世代別	指標	2次計画策定時値	中間現状値	中間評価	見直し後の目標値	目標
		H28	R3	達成度	R7	R7
◎☆	たばこを吸う人を減らす	男性38.9%	44.6%	×	30%	30%
		女性9.1%	12.4%	×	5%	5%

(1)指標の達成状況と評価

喫煙率は男女ともに増加しました。

また、今回の健康づくり調査で初めてCOPDの認知度を調査した結果、「COPDを知っている」割合は9.6%でした。

(2)今後の課題

COPDの原因のほとんどがタバコによる影響の為、COPDを含めた喫煙が健康に及ぼす影響について様々な機会を通じて啓発を行い、若い世代の喫煙防止や受動喫煙防止の支援に取り組む必要があります。

(3) 課題解決に向けた具体的な取り組み

●行政ができること

- ・健康教室や講演会等であらゆる年代へ喫煙の害(COPD等)について正しい知識を普及します。
- ・母子健康手帳交付時や乳幼児健診等で子どもの受動喫煙防止に向けて、保護者へ保健指導を行います。
- ・禁煙希望者に対して個別に禁煙指導を行います。
- ・未成年者が禁煙意識を継続できるような支援を行います。
- ・町内施設の分煙や敷地内禁煙を推進します。

●町民ができること

- ・喫煙や受動喫煙の健康に与える影響について正しい知識を学びます。
- ・喫煙する人はマナーを守り、分煙等で受動喫煙対策を順守します。
- ・喫煙者は禁煙を意識した時、禁煙外来や禁煙支援薬局などを活用し禁煙します。

●地域ができること

- ・受動喫煙から子ども・妊婦を守ります。
- ・会社等と協力し、職場の分煙や禁煙を実施します。

中間評価	◎…目標達成
	○…H28 2次計画実績値より改善がみられたもの
	△…H28 2次計画実績値とほぼ横ばいであったもの
	×…H28 2次計画実績値より改善がみられないもの
世代別……○こども ◎働きざかり ●こうれい ☆こころ	

《体の健康・生活習慣病予防 … 健診(検診)を受診し、自分の健康管理に関心を持ちましょう》

世代別	指標	2次計画策定時値	中間現状値	中間評価	見直し後の目標値	目標
		H28	R1	達成度	R7	R7
◎	毎年、特定健康診査を受ける人を増やす	44.4%	45.9%	○	60%	60%
◎	毎年、胃がん検診を受ける人を増やす	32.6%	26.6%	×	50%	60%
◎	毎年、大腸がん検診を受ける人を増やす	42.2%	35.6%	×	50%	60%
◎	毎年、肺がん検診を受ける人を増やす	42.1%	41.4%	△	50%	60%
◎	毎年、子宮がん検診を受ける人を増やす	50.9%	41.5%	×	60%	60%
◎	毎年、乳がん検診を受ける人を増やす	59.3%	47.3%	×	60%	65%
◎	特定保健指導実施率を向上させる	15.2%	19.9%	○	60%	60%
◎	胃がん検診精密検査受診率を向上させる	67.0%	72.0%	○	100%	100%
◎	大腸がん検診精密検査受診率を向上させる	64.0%	72.0%	○	100%	100%
◎	肺がん検診精密検査受診率を向上させる	91.0%	79.0%	×	100%	100%
◎	子宮がん検診精密検査受診率を向上させる	100%	100%	◎	100%	100%
◎	乳がん検診精密検査受診率を向上させる	86.0%	67.0%	×	100%	100%

### (1)指標の達成状況と評価

指標12項目のうち、「各がん検診を受ける人」の割合が全体的に低下しました。

今回の健康づくりアンケート調査によると「19～64歳の各がん検診受診率」は約3割、「65歳以上の各がん検診受診率」は約6割で、特に働き盛り世代のがん検診受診率が低いことがわかりました。また、検(健)診を受けない主な理由は「面倒」「時間がとれなかった」が最も多い結果となりました。

### (2)今後の課題

当町は男女別では男性の肺がん罹患率・死亡率が高く、女性は胃がん罹患率・死亡率が高い状況です。悪性新生物別死亡数では、胃がんによる死亡数が1位を占めていますが、胃がん検診受診率が3割と低い状況です。

がん検診受診率向上に向けた取り組みとして、無料クーポン券の配付や、未受診者へのコールリコール、広報等での周知を実施してきましたが、目標を達成できていない状況であるため、今後も受診率向上に向けた取り組みが必要です。

具体的には、定期的な健診(検診)受診の重要性について周知するとともに、未受診者への積極的な受診勧奨により受診率の向上に努めます。また健診(検診)等の実施後は、結果に応じた保健指導や、精密検査への受診の勧奨を行うなど継続的な支援に取り組みます。

### (3) 課題解決に向けた具体的な取り組み

#### ●行政ができること

- ・健診のサービス内容を分かりやすく周知します。
- ・特定健康診査と各がん検診を同時実施します。また、日中検診や土曜検診の実施等、あらゆる世代において健診が受けやすい環境を整備します。
- ・精密検査未受診者へ電話や訪問等で受診勧奨を行います。
- ・健康教室や相談等で、健康に関する正しい知識の普及と情報提供をします。
- ・健診結果を活かしてもらえるような支援や保健指導を行います。
- ・乳幼児から高齢者まで健康づくりに関する様々な相談に応じます。
- ・事業所検診で受診できない場合は、一般の町民として受診できる機会を提供します。

#### ●町民ができること

- ・健診(検診)を忘れずに受け、精密検査対象となった場合は忘れずに受診します。
- ・健診(検診)の結果に応じて、必要な保健指導を受け医療機関を受診します。
- ・広報で健康に関する情報を得て、生活のなかで実践します。
- ・家族で健診結果を話題にします。
- ・かかりつけ医を持って定期的に受診します。

#### ●地域ができること

- ・地域で健診(検診)を受けるよう声をかけ合います。
- ・職場における、従業員等の健康管理に努めます。

《第2次計画の指標一覧》

テーマ	世代別	指標	中間現状値	現状値出典
			R3	
栄養・食生活	○	朝食を毎日食べる子どもを増やす	92.6%	R3子ども園調査
	○	バランスのとれた食事をする子どもを増やす	45.7%	R3子ども園調査
	○	朝食を欠食する人を減らす	9.7%	R3子ども園調査
	○	食卓が団らんの場になっている家庭を増やす	95.1%	R3子ども園調査
	◎	塩分に気をつける人を増やす	27.9%	R3健康づくり調査
	◎	栄養バランスのよい人を増やす	24.9%	R3健康づくり調査
	◎	適切な食量をとる人を増やす	19.2%	R3健康づくり調査
	◎	自分の適性体重を知っている人を増やす	—	—
	◎	適正体重(BMI18.5～25未満)を維持している人を増やす	68.2%	R元年度特定健康診査・保健指導実施結果集計表(総計)
	◎	1日1回は家族で食事をする人を増やす	79.0%	R3子ども園調査
	●	郷土料理を伝承する人を増やす	20.7%	R3健康づくり調査
	●	三食しっかり食べる人を増やす	91.7%	R3健康づくり調査
	●	地元の食材を意識して使用する人を増やす	32.6%	R3健康づくり調査
身体活動・運動	◎	週2回以上の運動している人の割合(19～64歳)を増やす	34.9%	R3健康づくり調査
	◎	散歩する人を増やす	35.1%	R3健康づくり調査
	●	1日1時間以上の身体活動をしている人を増やす	56.1%	R元年度特定健診受診者
	●	自分のできることは自分で行う人を増やす	98.8%	R3健康づくり調査
	●	ロコモティブシンドロームの意味をよく知っている人を増やす	17.6%	R3健康づくり調査
休養・こころの健康	◎	睡眠によって休養が十分とれた人を増やす	80%	R元年度特定健診受診者
	●	子ども(小学5・6年生)の十分な睡眠時間を確保している人を増やす	男子8時間30分 女子8時間25分	H30年度秋田県ライフスタイル調査
	●	趣味の時間を持つ人を増やす	66.1%	R3健康づくり調査
	☆	近所にちょっとした用事を頼める人がいる人を増やす	90.5%	R3健康づくり調査
	☆	強いストレスがある人を減らす	11.9%	R3健康づくり調査
	☆	自殺で亡くなる人を減らす	1人	人口動態統計
歯の健康	○	幼児期に歯みがきをすることも増やす※1歳6か月児	94.7%	1歳6か月健診受診者
	○	12歳児の一人平均う歯数	0.95本	R2年度能代市山本郡発育と疾病異常統計
	○	3歳児でう歯のない子の割合	78.0%	3歳児健診受診者
	◎	歯科の定期検診を受ける人を増やす	32.1%	R3健康づくり調査
	●	歯と歯ぐきの手入れを習慣づける人を増やす	41.7%	R3健康づくり調査
アルコール	◎☆	アルコールの適量(日本酒男性2合未満・女性1合未満)を知っている人を増やす	39.0%	R3健康づくり調査
	◎☆	毎日飲酒している人を減らす	39.7% 9.9%	R3健康づくり調査
たばこ	◎☆	たばこを吸う人を減らす	44.6% 12.4%	R3健康づくり調査
体の健康・生活習慣病予防	◎	毎年、特定健康診査を受ける人を増やす	45.9%	R1地域事業報告
	◎	毎年、胃がん検診を受ける人を増やす	26.6%	R1地域事業報告
	◎	毎年、大腸がん検診を受ける人を増やす	35.6%	R1地域事業報告
	◎	毎年、肺がん検診を受ける人を増やす	41.4%	R1地域事業報告
	◎	毎年、子宮がん検診を受ける人を増やす	41.5%	R1地域事業報告
	◎	毎年、乳がん検診を受ける人を増やす	47.3%	R1地域事業報告
	◎	特定保健指導実施率を向上させる	19.9%	R1地域事業報告
	◎	胃がん検診精密検査受診率を向上させる	72.0%	R1地域事業報告
	◎	大腸がん検診精密検査受診率を向上させる	72.0%	R1地域事業報告
	◎	肺がん検診精密検査受診率を向上させる	79.0%	R1地域事業報告
	◎	子宮がん検診精密検査受診率を向上させる	100%	R1地域事業報告
◎	乳がん検診精密検査受診率を向上させる	67.0%	R1地域事業報告	

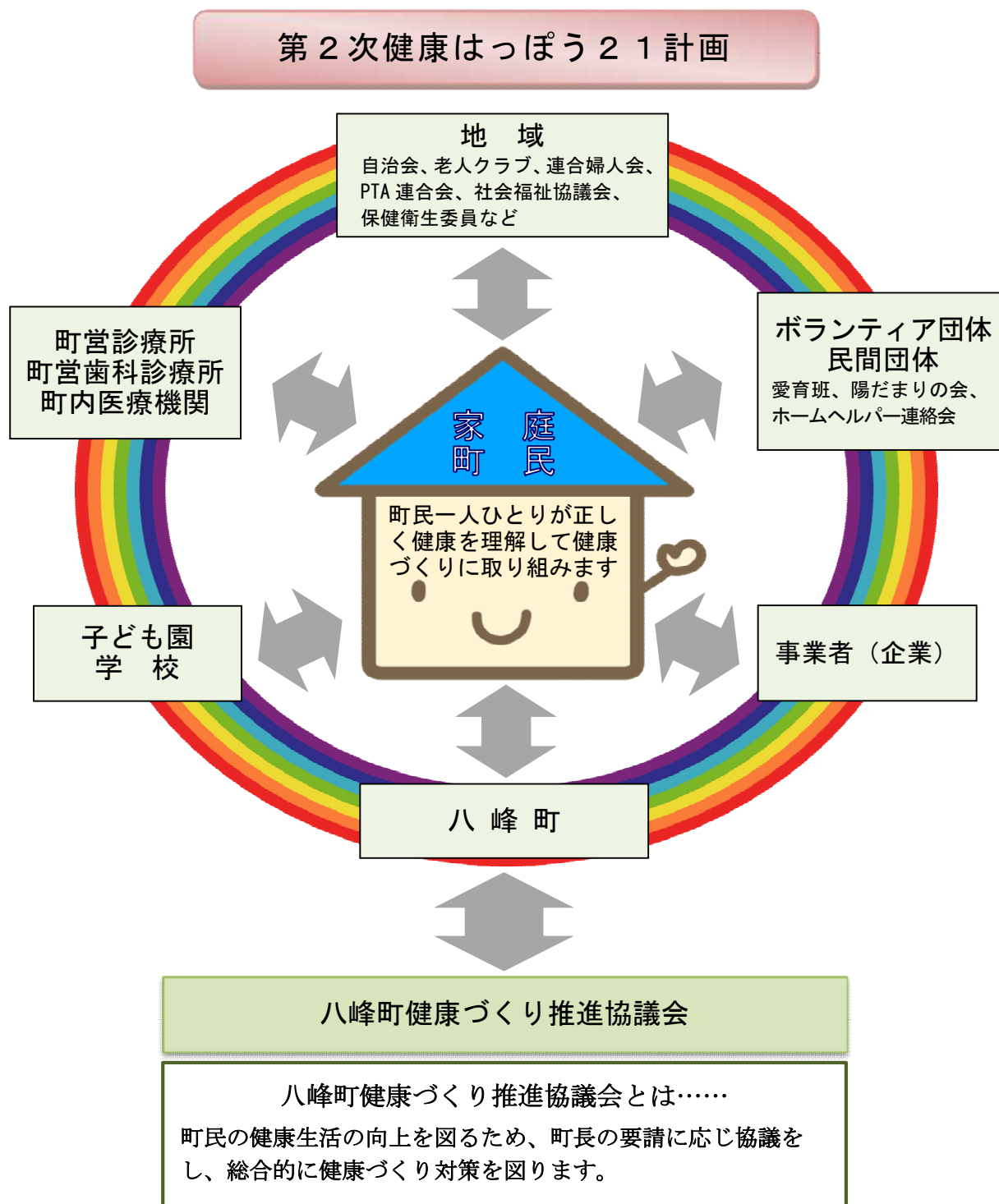


## 第4章 第2次計画の推進

### 1. 推進体制

計画の推進にあたっては、町民一人ひとりが、意識して自然に健康づくりに取り組んでいくことが基本となります。

そして、家庭や地域、企業、行政等町民を取り巻くすべての立場の人々が「八峰町健康づくり推進協議会」を中心に、それぞれが役割を担い、連携しあいながら計画を推進します。



## 2. それぞれの基本的な役割

### 1) 町民

健康づくりの主役であり、一人ひとりが自分の価値観に合わせた健康づくりを実践、継続していくことが大事です。

地域でさまざまな活動に参加することは、健康づくりの輪を広げ、地域の良好な関係を築いていくことにつながります。地域における健康づくり活動に積極的に参加することが大事です。

### 2) 家庭

家庭は、個人の生活の基本的な場所であり、生涯を通じた正しい生活習慣を身につける場、特に子どもの基本的な生活習慣を確立する重要な役割を持っています。家庭は健康について学習する重要な場であり、休息の場でもあります。生涯を通じた健康づくりの中心的な役割を担っています。

### 3) 地域

地域には、町民の健康づくりを支えるための様々な資源があり、これらの資源を活用することで、健康づくりを実践・継続する力となります。

町民一人ひとりが、地域社会を支える一員として、地域活動に参加し、健康な地域づくり・まちづくりをすすめる必要があります。

### 4) 子ども園・学校

子ども園・学校は乳幼児期から思春期にかけて多くの時間を過ごし、社会生活・集団生活の基礎を身につける場として重要な役割を担います。

健康診断、事後指導を実施し、家庭や地域と連携し、健康に関する学習の機会を増やし、健康づくりを支援する必要があります。

### 5) ボランティア団体

ボランティア団体(愛育班など)は柔軟な活動に取り組むことができ、活動を通じて多方面にわたり多くの人々とつながることができます。健康に関する情報やサービスを身近に決め細かく提供することや、情報交換の場となります。

### 6) 事業者・関係団体

職員や従業員の健康に配慮した労働環境の整備を図ることが重要です。

健康診断の実施、分煙や禁煙などの受動喫煙防止への取り組みをするなど、健全な職場環境を整える必要があります。

## 7) 医療機関

医療機関は、疾病の治療や健康診査など、地域医療の重要な役割を担っています。町民の身近なかかりつけ医、歯科医として、疾病予防や健康管理など、地域の健康づくりを支えていくことが期待されます。

## 8) 八峰町

町民、地域、子ども園、学校、事業者など推進主体が、それぞれの役割を十分に発揮できるように調整を図っていきます。

そのために、広報誌やイベント等を通じて計画推進の周知を図り、また、健康づくり実践のための正しい知識や情報を積極的に提供していきます。