

オレンジパワープランⅢ

～2024～



健康日本21有田保健医療圏域計画

市町健康増進計画

あしたの笑顔にホップ・ステップ・ジャンプ！

目 次

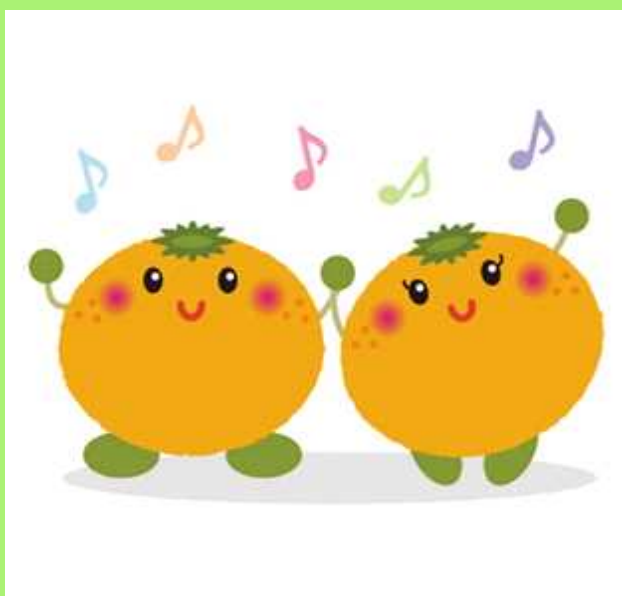
オレンジパワープランⅢ～2024～

①「ダイジェスト版」	1
はじめに	3
4つの健康分野	
栄養・食生活	4
こころの健康づくり	6
嗜好品(酒・たばこ)	8
健康管理	10
ワーキング部会活動(ダイジェスト版)	12
②「圏域版・市町版」	13
はじめに	15
計画の策定にあたって	16
第2次計画の評価と課題	17
【圏域版健康増進計画】	19
4つの健康分野	
栄養・食生活	20
こころの健康づくり	22
嗜好品(酒・たばこ)	24
健康管理	26
ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり	28
【市町別健康増進計画】	
◇有田市健康増進計画	31
ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり	41
◇湯浅町健康増進計画	43
ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり	51
◇広川町健康増進計画	53
ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり	61
◇有田川町健康増進計画	63
ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり	74
③ 資料	77
策定経過	79
事業実績	85
湯浅保健所	87
有田市	97
湯浅町	107
広川町	113
有田川町	117

管内の健康指標・健康課題	127
アンケート調査結果の概要・アンケート票	141
ワーキング部会活動	157
策定委員会	165
設置要綱	167
体制図	168
策定委員名簿	169
運営委員名簿・ワーキングメンバー名簿	170

オレンジパワープランⅢ～2024～

① ダイジェスト版



健康日本 21 有田保健医療圏域計画

市町健康増進計画

あしたの笑顔にホップ・ステップ・ジャンプ！

は じ め に

「オレンジパワープランⅢ～2024～」策定と実現に向けて

国の「健康日本 21(第三次)」では、これまでの取組で明らかになった課題や少子高齢化による総人口の減少、独居世帯の増加、女性の社会進出、デジタルトランスフォーメーションの加速等の今後予想される社会変化を踏まえ、「全ての国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」をビジョンとして、誰一人取り残さない健康づくりの推進、より実効性を持つ取組の推進を図ることとしています。

また、和歌山県でも国の方針の下、第四次健康増進計画の策定が進められています。

ここ有田地方でも健康増進計画として、平成 16 年に「オレンジパワープラン」を、平成 26 年に「オレンジパワープランⅡ」を、住民や専門家等による助言を得ながら圏域各市町と湯浅保健所の協働で策定し、地域住民の健康づくり推進に向けて様々な施策に取り組んできました。

令和 6 年度からの「オレンジパワープランⅢ」では、12 年後の地域住民一人一人が健やかで心豊かに生活できることを目指し、4 つの健康分野「栄養・食生活」「こころの健康づくり」「嗜好品(酒・たばこ)」「健康管理」について、健康課題を明らかにし、その解決のための目標値と、具体的な内容として、「個人の取組」と「社会の取組」を設定しました。また、社会の多様化や人生 100 年時代の到来を踏まえて、「オレンジパワープランⅢ」では、胎児期から高齢期までを繋げて連続して捉える「ライフコースアプローチ」の観点を取り入れ、特にこども、高齢者、女性に関する課題目標を新たに追加しています。

本計画の愛称のオレンジは、有田地域の特産物でありその香りは日が差し込むような幸せをもたらし、その色調は未来の希望を連想させる明るく輝く色であることから、第 3 次計画にも残しました。

今後は、目標年とした令和 17 年の最終評価に向けて、主役の住民とともに具体的に実施する市町と市町を支援する保健所も取り組んでいきますので、皆様方の御理解、御支援の程よろしくお願いいたします。

令和 6 年 3 月

有田振興局健康福祉部副部長

湯浅保健所長

健康日本21有田保健医療圏域計画・市町健康増進計画策定委員会

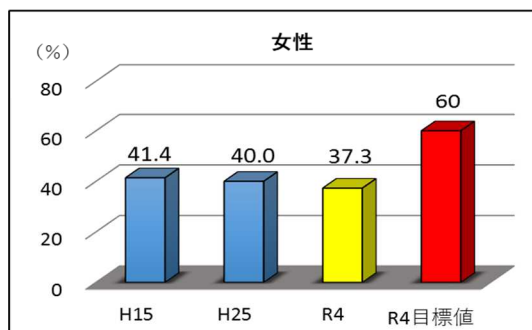
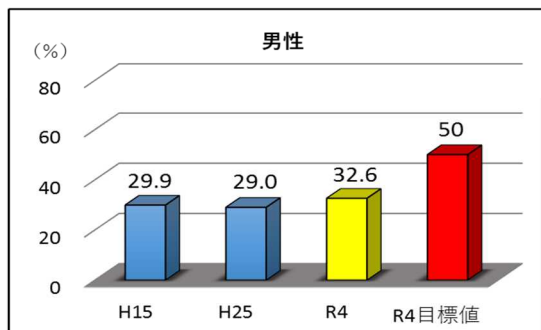
会 長 北内 京子

栄養・食生活 ちゃんと食えること、身体づくりの基本です

★★【圏域】現状値の推移と令和4年度目標値（一部抜粋）★★

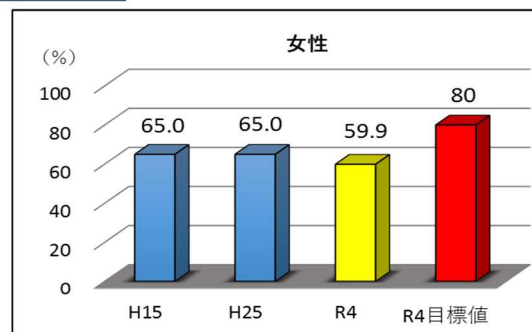
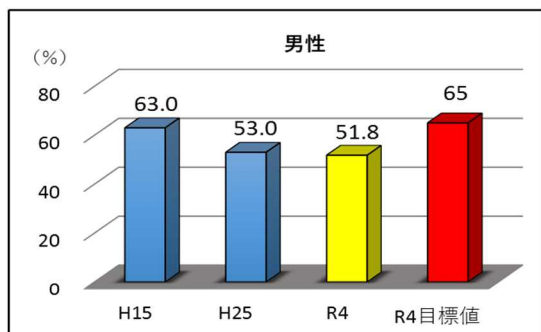
〇食塩を抑える者の割合を増やそう

アンケート調査



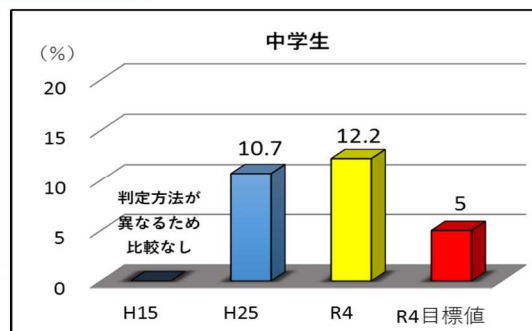
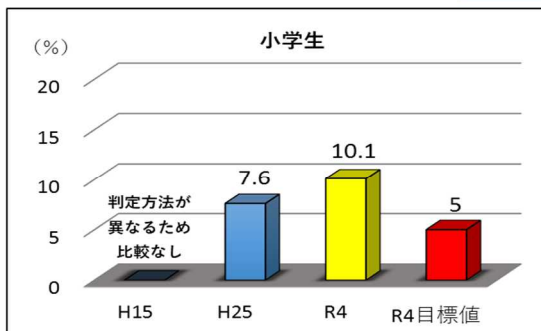
〇主食・主菜・副菜をそろえて食べる者の割合を増やそう

アンケート調査



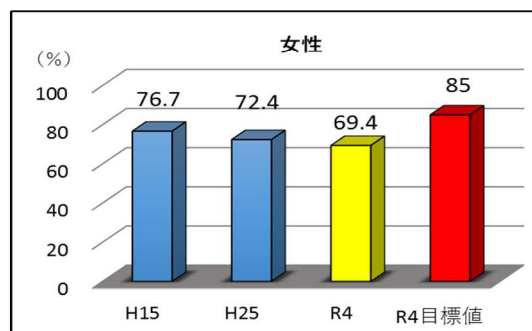
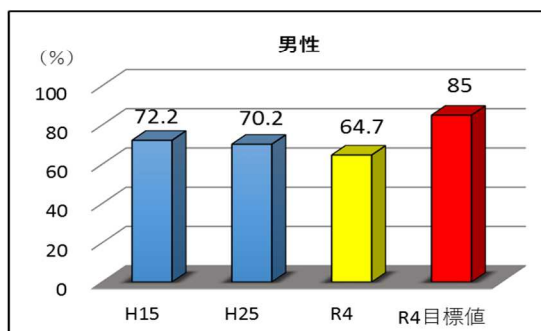
〇小中学生の肥満者の割合を減らそう

学校保健統計調査方式による肥満度判定



〇1日1回は楽しい雰囲気食事する者の割合を増やそう

アンケート調査



学校保健統計調査方式による肥満度判定。6～14 歳における肥満度は、年齢別、身長別標準体重から判定した。

肥満度(過体重度) = (実測体重(kg) - 身長別標準体重(kg)) / 身長別標準体重(kg) × 100 (%)

「児童生徒の健康診断マニュアル(改訂版)」(平成18年3月財団法人日本学校保健会作成、文部科学省監修)により示された判定方法による肥満度が20%以上の者。

★★【圏域】第3次計画の健康課題及び現状値と令和17年度目標値（一部抜粋）★★

◆ 課 題 目 標 ◆	第3次計画時の値		R17年度目標値
★ 朝食をとらない者の割合を減らそう	5.3%	令和4年度 アンケート調査	5%

◆ 課 題 目 標 ◆	第3次計画時の値			R17年度目標値	
★ 緑黄色野菜を毎日食べる者の割合を増やそう	男	31.0%	令和4年度 アンケート調査	男	50%
	女	39.2%		女	60%

第3次計画（オレンジパワープランⅢ）から新たに追加

◆ 課 題 目 標 ◆	第3次計画時の値			R17年度目標値	
★ 若年女性(20代から30代)のやせの者の割合を減らそう (BMI 18.5未満)※	20代	9.2%	令和4年度 アンケート調査	20代	8%
	30代	12.6%		30代	10%

第3次計画（オレンジパワープランⅢ）から新たに追加

◆ 課 題 目 標 ◆	第3次計画時の値		R17年度目標値
★ 低栄養の高齢者の割合を減らそう （65歳以上、BMI 20以下）※	20.6%	令和3年度 国保データベース （KDB）により算出	15%

※ 身長、体重からBMI（Body Mass Index / ボディ・マス指数）を求め、判定した。【BMI＝体重(kg)÷身長(m)²】

わたしと社会の取組

◆ わたしの取組 ◆

- ♪ バランスの良い食事を1日3食きちんと食べます。
- ♪ フレイル予防のためにたんぱく質摂取を意識します。
- ♪ 野菜の旬を知ります。
- ♪ スポーツドリンクや清涼飲料水の摂りすぎに気をつけます。
- ♪ だし本来の味を知り、薄味で素材の味を大切にします。
- ♪ 乳幼児期からの食習慣に気をつけます。
- ♪ 軟らかい食事だけでなく、硬い物も食べます。
- ♪ 栄養成分表示を見る力、見る機会を作ります。
- ♪ ゆっくり、よく噛んで食べます。
- ♪ 1日の野菜摂取目標量350gを知ります。
- ♪ 腹八分目にします。



◆ 社会の取組 ◆

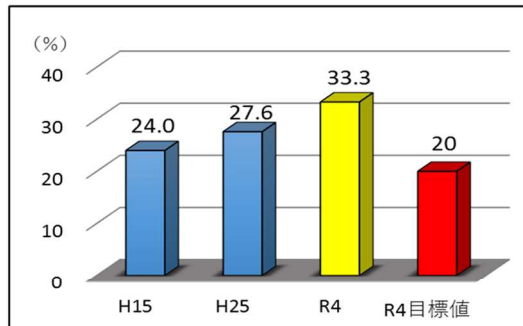
- ♪ ライフステージに合わせた必要な栄養バランスについて、普及・啓発をします。
- ♪ 減塩や低脂肪等について、啓発をする場を設けます。（スーパーマーケットや薬局等）
- ♪ 栄養成分表示について学ぶ機会を提供し、栄養成分表示を見る力を高めます。
- ♪ 保育所、幼稚園、学校教育等と連携し、小さい時からこどもの心身の健康づくり「食育」に努めます。
- ♪ こども達が食に関心を持つきっかけを作ります。
- ♪ 親とこどもに食事についての正しい知識を提供します。
- ♪ こどもから高齢者までが、楽しく交流しながら食事できる場を提供します。



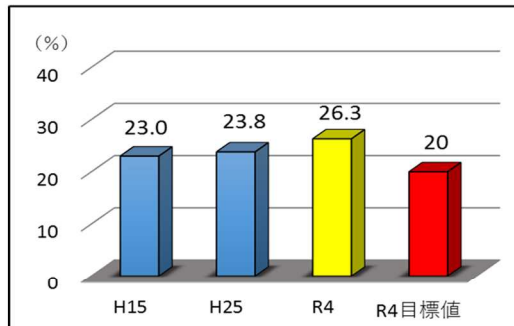
こころの健康づくり 自分なりのストレス解消法で、こころに栄養と休養を！

★★【圏域】現状値の推移と令和4年度目標値（一部抜粋）★★

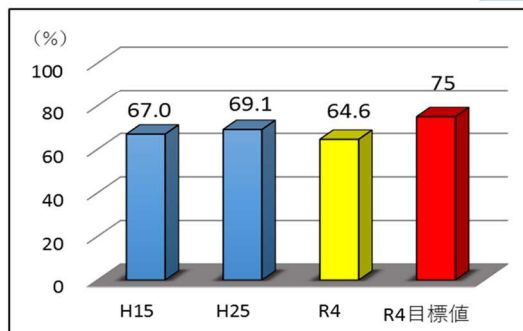
○20代から40代の大いにストレスを感じている者の割合を減らそう アンケート調査



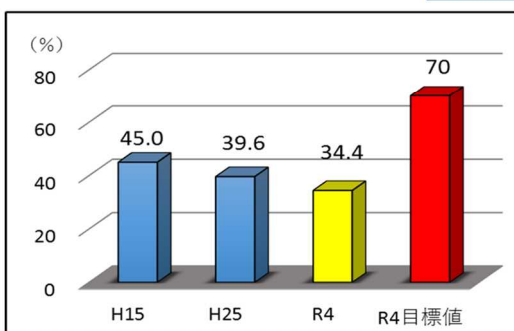
○過去1か月に外出や人に会うのがおっくうになるといった者の割合を減らそう アンケート調査



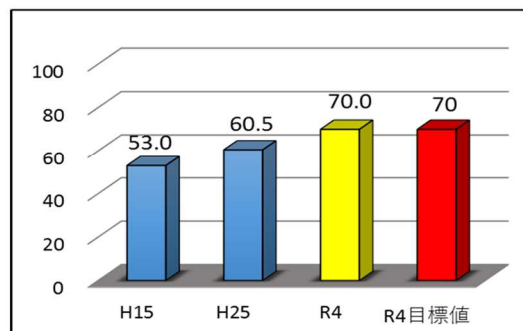
○過去1か月で心の底から笑えることがよくあった、時々あったと答える者の割合を増やそう アンケート調査



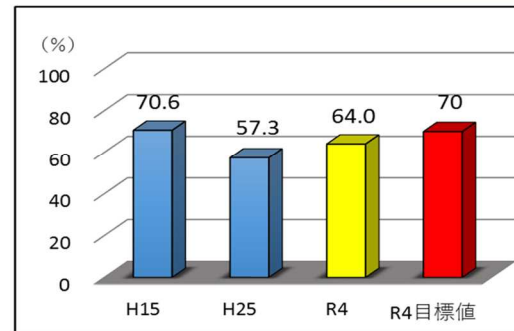
○地域活動に参加する者の割合を増やそう アンケート調査



○心の健康状態(幸福感)を上げよう アンケート調査



○40代女性の睡眠による休養が十分・まあまあ取れている者の割合を増やそう アンケート調査



★★【圏域】第3次計画の健康課題及び現状値と令和17年度目標値（一部抜粋）★★

◆ 課 題 目 標 ◆	第3次計画時の値		R17年度目標値
★ 20代から50代の大人にストレスを感じている者の割合を減らそう	29.5%	令和4年度 アンケート調査	25%

◆ 課 題 目 標 ◆	第3次計画時の値		R17年度目標値
★ 過去1か月で心の底から笑えることがよくあった、時々あったと答える者の割合を増やそう	64.6%	令和4年度 アンケート調査	75%

◆ 課 題 目 標 ◆	第3次計画時の値		R17年度目標値
★ 自分に合った地域活動に参加する者の割合を増やそう	34.4%	令和4年度 アンケート調査	38%

第3次計画（オレンジパワープランⅢ）から新たに追加

◆ 課 題 目 標 ◆	第3次計画時の値		R17年度目標値
★ 日常生活の中で喜びや感動があった者の割合を増やそう	64.3%	令和4年度 アンケート調査	68%

わたしと社会の取組

◆ わたしの取組 ◆

- ♪ 良質な睡眠をとります。
（自分に合った睡眠のスタイルを見つけます。）
- ♪ 自分にあったストレス解消法を見つけます。
- ♪ 楽しめる趣味を持ちます。
- ♪ ストレスと上手に付き合います。
- ♪ 1日1回笑顔になります。
- ♪ よくよくせず前向きに考えるようにします。
- ♪ 朝日を浴びます。
- ♪ コミュニケーションを心掛けます。（家庭、職場、近所等）
- ♪ 規則正しい生活リズムを心掛け、何事（食事、睡眠、運動）も自分の適量を守ります。
- ♪ 自分に合った社会活動に参加します。
- ♪ 心がしんどくなれば、相談機関や専門医にかかります。
- ♪ 自己肯定感を高めます。
- ♪ 心の拠り所をみつけます。
- ♪ 自分・他人の良い所を見つけ、褒めます。
- ♪ 適切にSNSを利用します。



◆ 社会の取組 ◆

- ♪ 身近な心の健康相談窓口を広く周知します。
- ♪ ストレス対策や、睡眠や休養の確保についての健康教育を推進します。
- ♪ 心の健康について正しい知識を普及・啓発します。
- ♪ ゲートキーパー等の人材育成に取り組みます。
- ♪ 地域における仲間づくりを支援します。
- ♪ あいさつ、声かけ、誘いあい運動を推進します。
- ♪ ボランティア活動を支援します。
- ♪ 安心して外出できる環境作り（公園の整備、遊歩道の設置等）を推進します。
- ♪ 子育て世帯、高齢者世帯、ひきこもり等の見守りを支援します。
- ♪ 用途に応じた居場所づくりを支援します。
- ♪ 様々な世代への国の動向を見守り、心の健康ネットワークづくりを推進します。
- ♪ 正しいSNSの活用方法を学ぶ機会を設けます。



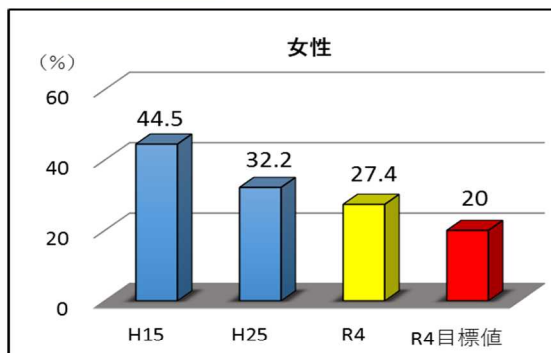
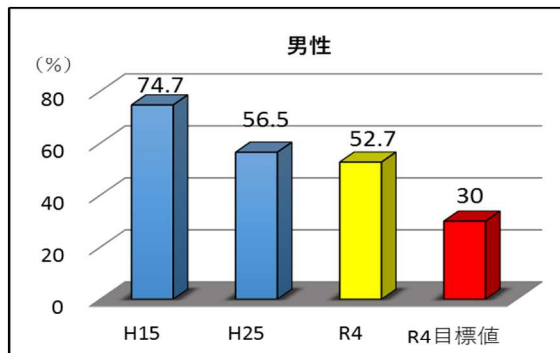
嗜好品(酒・たばこ) 防煙！禁煙！適正飲酒！



★★【圏域】現状値の推移と令和4年度目標値(一部抜粋)★★

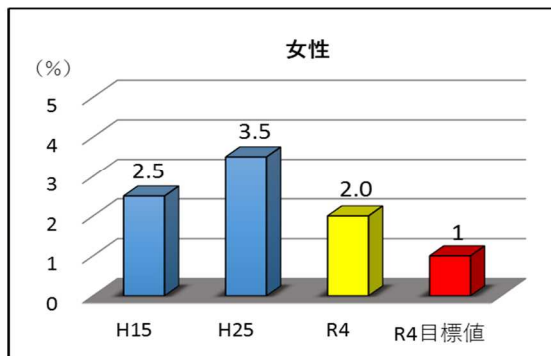
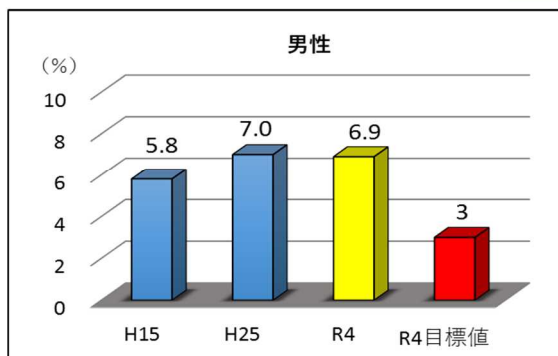
○喫煙者の中で1日20本以上喫煙している者の割合を減らそう

アンケート調査



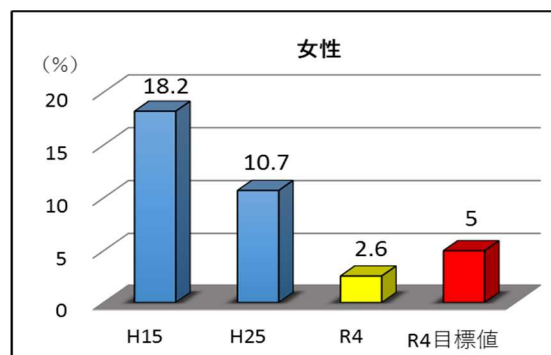
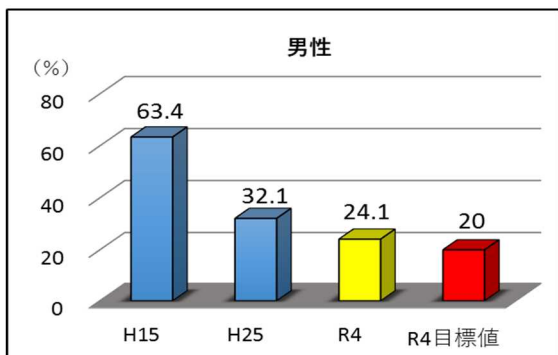
○3合以上飲酒する者の割合を減らそう

アンケート調査



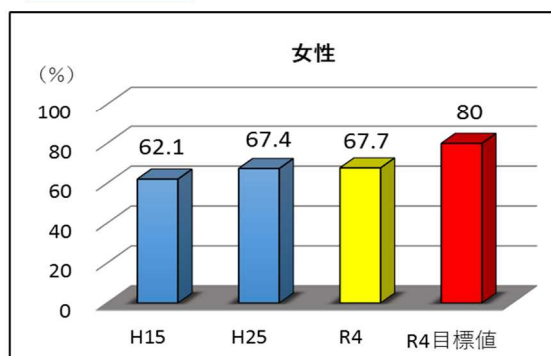
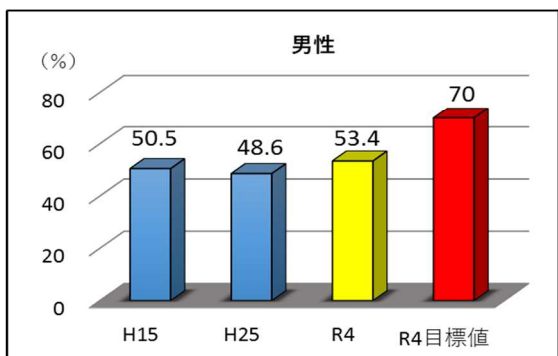
○20代の喫煙率を減らそう

アンケート調査



○適度の飲酒量(1合程度)を知っている者の割合を増やそう

アンケート調査



★★【圏域】第3次計画の健康課題及び現状値と令和17年度目標値（一部抜粋）★★

◆ 課 題 目 標 ◆	第3次計画時の値		R17年度目標値
★ アルコールと病気の正しい関係を知る者の割合を増やそう			
○ 肝臓病	72.1%	令和4年度 アンケート調査	80%
○ こころの病(アルコール依存症)	47.5%		70%
○ がん(食道・大腸・乳)	27.6%		40%
○ 心臓病	22.9%		40%
○ 妊産婦への悪影響	60.3%		80%
○ 脳疾患(アルコール性認知症)	41.0%		60%

第3次計画(オレンジパワープランⅢ)から新たに追加

◆ 課 題 目 標 ◆	第3次計画時の値		R17年度目標値
★ 妊婦の喫煙率を減らそう	3.8%	令和3年度 乳幼児健康診査 問診回答状況	0%
★ 妊婦の飲酒率を減らそう	0.5%		0%

第3次計画(オレンジパワープランⅢ)から新たに追加

◆ 課 題 目 標 ◆	第3次計画時の値			R17年度目標値	
★ 生活習慣病のリスクを高める量の飲酒をしている者の割合を減らそう (1日当たりの純アルコール摂取量 男性40g以上、女性20g以上)	男	28.5%	令和4年度 アンケート調査	男	15%
	女	33.4%		女	17%

わたしと社会の取組

◆ わたしの取組 ◆

- ♪ 飲みに行っても、二日酔いになったりアルコールが残っていたりすることがないように、また飲酒時の出来事を覚えておけるように心掛けます。
- ♪ 自分の飲酒適量を知ります。
- ♪ 「未成年に飲ませた」等の、好ましくない出来事について又聞きすることがあるが、うまく注意できるようになります。
- ♪ 妊婦と同居している喫煙者がいる場合、副流煙から妊婦を守るために家族や同居者は協力します。



◆ 社会の取組 ◆

- ♪ 飲酒、喫煙ともに、それを始めることになったきっかけをなくします。
- ♪ 行政が成人に関わるのは特定健診の時からなので、学校卒業以降、行政に関わるまでの間に、何らかのアプローチできる機会を作ります。
- ♪ 未成年を対象に行う防煙教室を継続します。
また、大人(保護者)も一緒に学べるような機会を作ります。

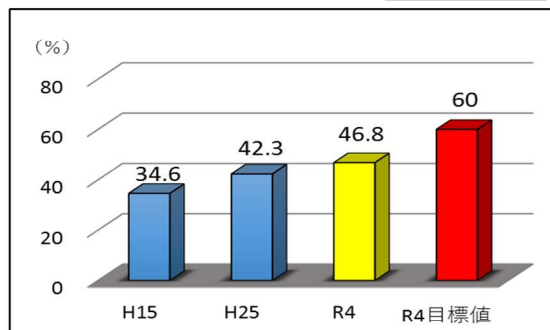


健康管理 未来の自分に、家族に、社会に、健康貯金！

★★【圏域】現状値の推移と令和4年度目標値（一部抜粋）★★

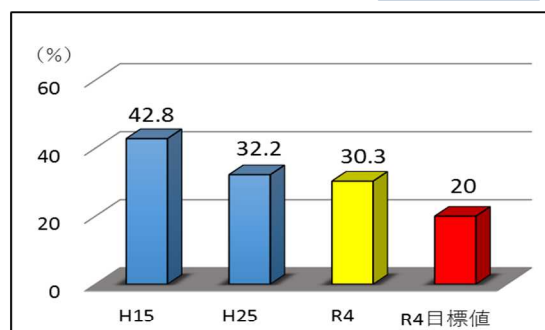
○週2回以上意識的に運動する者の割合を増やそう

アンケート調査



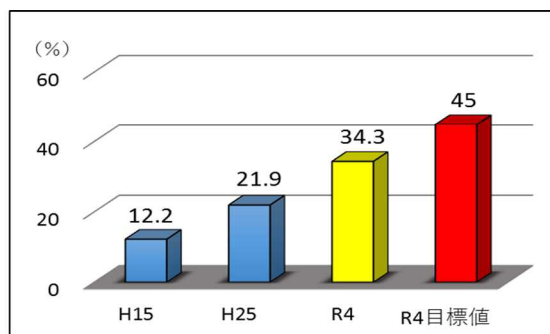
○血圧が高い者の割合を減らそう

特定健康診査



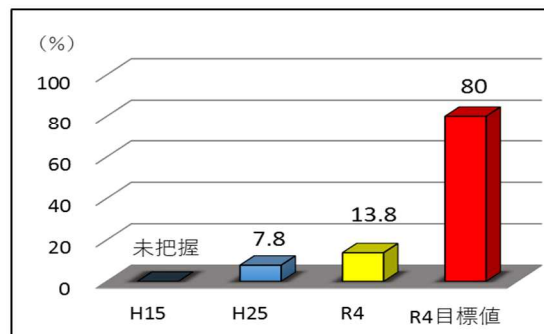
○歯間部清掃用具（デンタルフロス、歯間ブラシ）を使う者の割合を増やそう

アンケート調査



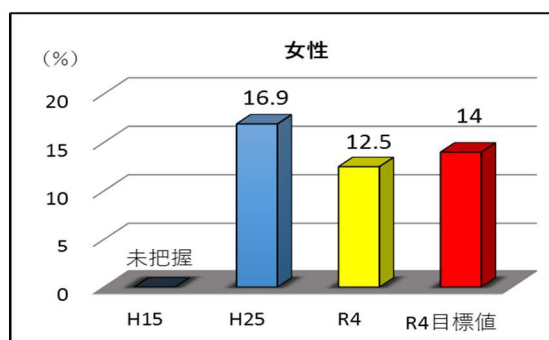
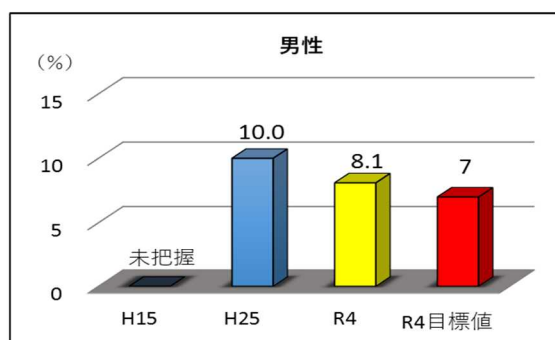
○ロコモティブシンドロームを認知している者の割合を増やそう

アンケート調査



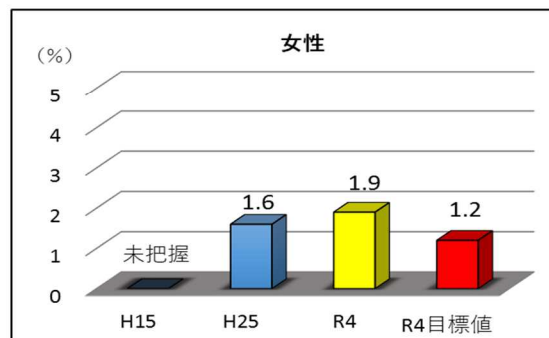
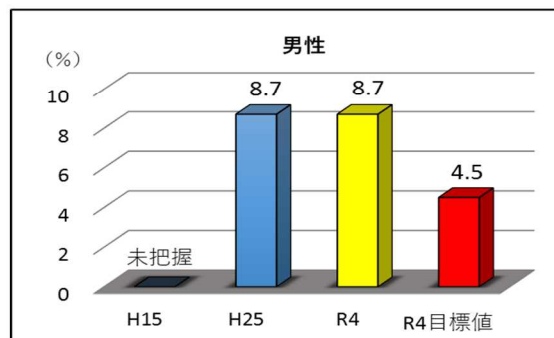
○LDLコレステロールが高い者の割合を減らそう(160mg/dL以上)

特定健康診査



○HDLコレステロールが低い者の割合を減らそう(40mg/dL未満)

特定健康診査



高血圧の基準：収縮期血圧140mmHg以上、拡張期血圧90mmHg以上のいずれか一方または両方を満たす（世界保健機関（WHO）と国際高血圧学会（ISH））

★★【圏域】第3次計画の健康課題と令和17年度目標値(一部抜粋)★★

◆ 課 題 目 標 ◆	第3次計画時の値		R17年度目標値
★ 検診受診率を上げよう			
○特定健康診査※1	36.4%	令和4年度 特定健康診査	45%
○胃がん検診	14.9%	令和3年度※2 地域保健・ 健康増進 事業報告	30%
○肺がん検診	10.7%		30%
○大腸がん検診	10.8%		30%
○子宮頸がん検診	26.3%		40%
○乳がん検診	21.1%		40%

◆ 課 題 目 標 ◆	第3次計画時の値		R17年度目標値
★ 定期的に歯科検診を受ける者の割合を増やそう	34.1%	令和4年度 アンケート調査	50%

第3次計画(オレンジパワープランⅢ)から新たに追加

◆ 課 題 目 標 ◆	第3次計画時の値		R17年度目標値	
★運動やスポーツを習慣的に行っていないこどもの割合を減らそう (小学5年生)	女子	18.6%	令和4年度 全国体力・運動能力、 運動習慣等調査	女子 15%
	(参考 男子)	(8.6%)		

第3次計画(オレンジパワープランⅢ)から新たに追加

◆ 課 題 目 標 ◆	第3次計画時の値		R17年度目標値
★ HbA1cが高い者の割合を減らそう(6.5%以上)	9.7%	令和4年度 特定健康診査	7.0%

※1 市町村国保 特定健康診査受診状況

※2 対象者数は、対象年齢の全住民

受診率の算定にあたっては、40～69歳(胃がん検診は50～69歳、子宮頸がん検診は20～69歳)を対象として算出
胃、子宮及び乳がんの受診者数：(当該年度受診者数)+(前年度受診者数)-(2年連続受診者数)

わたしと社会の取組

◆ わたしの取組 ◆

- ♪ 自分にあったスタイルで運動を楽しく継続します。
- ♪ 意識的に体を動かします。
(徒歩圏内はできるだけ歩く等)
- ♪ 生活リズムに注意して、適切な睡眠や食事をとります。
- ♪ こどもの頃から健康に関心を持ちます。
- ♪ 健(検)診を受けることを、生活習慣の中で位置づけます。
- ♪ 精密検査は必ず受けて、適切な治療をします。
- ♪ 歯の健康の必要性を認識し、定期的な歯科受診をして健康管理をします。
- ♪ 歯ブラシや歯間ブラシを用いて、正しい歯の手入れを行います。



◆ 社会の取組 ◆

- ♪ ロコモティブシンドロームの予防や運動の効果について知識を普及し、動機付けの機会を提供します。
- ♪ 運動施設の整備等、健康づくりの行動ができる環境整備をします。
- ♪ こどもの頃から、年代に応じた健康教育を充実させます。
- ♪ 健(検)診に行きやすい体制の工夫をし、受診率向上に取り組めます。
(休日健(検)診の実施、健(検)診+αの企画開催等)
- ♪ 精密検査未受診者を減らすため、受診勧奨などの事後指導の徹底を図ります。
- ♪ 歯科検診の啓発とともに、歯の健康と全身疾患との関連についての知識を普及します。



オレンジパワープランⅢ～2024～（圏域版）

圏域版計画は、4つの健康分野別に住民代表を含むワーキング部会を設置し、そのワーキング部会において、アンケート調査結果や健康指標による第2次計画の達成状況や現在の健康課題の把握、新たな課題目標や目標値の設定及び目標達成に向けての具体的な「個人の取組」「社会（行政）の取組」を考えることにより策定しました。

4つのワーキング部会

- ・栄養・食生活
- ・こころの健康づくり
- ・嗜好品（酒・たばこ）
- ・健康管理

ワーキングメンバーと役割

各部会は、各市町住民代表2名、各市町保健師4名、保健所職員1名、職域又は学域代表1名、アドバイザー1名の9名で構成し、各部会にはそれぞれ1名のリーダーを置く。

各市町住民代表：活発に意見を出し合う。

各市町保健師：専門職としての意見を積極的に述べる。

保健所職員：発言内容の記録、リーダーとのワーキング内容の調整等を行う。

職域又は学域代表：職域又は学域からの意見を述べる。

アドバイザー：ワーキングで出た意見について、専門職としてのアドバイスを行う。

リーダー：部会の進行役や日程調整等を行い、必要に応じてアドバイザーに助言を求める。

ワーキング内容

○現在の健康問題（良い点、悪い点、思っていること等）について語り合う。

そして12年後の望ましい姿を想像する（どうなっているか、どうなってほしいか等）。

○個人の取組をまとめる。

『12年後に向けてわたし（個人）ができることを考えよう』

○社会（行政）の取組をまとめる。

『12年後に向けて社会・行政ができること、社会・行政に望むことを考えよう』

○健康課題について語り合う。

○次の12年後に向けて（第3次計画）の課題目標の見直しと新たな目標値を設定する。

○各部会のテーマを決める。

ワーキング開催日と参加人数

部 会	第 1 回		第 2 回	
	月 日	人 数	月 日	人 数
栄養・食生活	7/5	8	8/2	8
こころの健康づくり	7/5	9	8/2	8
嗜好品（酒・たばこ）	7/5	7	8/8	6
健康管理	7/5	8	8/30	8

※ワーキング全体会は、2回（7/5、10/13）開催

② 圏域版・市町版

は じ め に

「オレンジパワープランⅢ～2024～」策定と実現に向けて

有田地域の全ての住民が、ライフステージに応じて健やかで心豊かに生活できる社会の実現を目指して、健康の推進を図るための基本的な計画である第3次健康増進計画「オレンジパワープランⅢ～2024～」を、住民の意見や職域又は学域の代表、専門家等による助言を得ながら圏域各市町と湯浅保健所の協働で策定しました。

第3次計画の圏域版では、4つの健康分野「栄養・食生活」「こころの健康づくり」「嗜好品（酒・たばこ）」「健康管理」について、12年後の住民一人一人が健康だと思えるまちづくりを視野に入れて、過去の実績・現状等から新たな課題目標や目標値を設定し、これらの目標値の達成に向けて、個人ができることや社会ができることについて具体的な取組内容を設定しました。また、各市町の健康増進計画についても同様に新たな健康目標や目標値を設定し、目標達成に向けての具体的な取組内容を設定しました。

第2次計画を策定した10年前に比べ、少子高齢化による総人口の減少、独居世帯の増加、女性の社会進出、デジタルトランスフォーメーションの加速等により生活環境や社会構造も変化してきました。国の「国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針～健康日本21（第三次～）」では、これらの変化を踏まえ、ライフステージに応じてこどもから高齢者まで全ての国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を目指して、誰一人取り残さない健康づくりの推進より実効性を持つ取組の推進を図ることとしており、「オレンジパワープランⅢ～2024～」においても同様に、生活環境や社会構造の変化に合わせた有田地域の健康づくり対策の推進に取り組んでいきたいと考えております。

また、計画の愛称のオレンジは、有田地域の特産物であり親しみのあること、またその色が未来の希望を連想させる明るく輝く色であることから、第3次計画にも残しました。

今後は、目標年とした令和17年の最終評価に向けて、主役の住民とともに具体的に実施する市町と市町を支援する保健所も取り組んでいきますので、皆様方の御理解、御支援の程よろしくお願いします。

令和6年3月

有田振興局健康福祉部副部長

湯浅保健所長

健康日本21有田保健医療圏域計画・市町健康増進計画策定委員会

会 長 北内 京子

【計画の策定にあたって】

計画策定の趣旨

平成 25 年度に平成 34 年度までの 10 か年計画として、有田地域の住民が健康で明るく元気に生活できる社会の実現を目指して、総合的な健康の推進を図ることを目的に湯浅保健所と圏域の各市町とが協働で「オレンジパワープランⅡ（有田圏域版及び市町版健康増進計画）」（以下、第 2 次計画という）を策定しました。

令和 3 年度には、国や県が医療計画等の他の計画との整合性を図るために、計画期間を 1 年延長して令和 5 年度までとしたことに合わせて、第 2 次計画も計画期間を 1 年延長し、令和 5 年度までとなりました。

次期計画についても湯浅保健所と圏域の各市町とが協働で策定することが決定し、令和 4 年度には最終評価のためのアンケート調査を実施して、目標の達成状況や課題を把握しました。

令和 5 年度には、4 つの健康分野「栄養・食生活」「こころの健康づくり」「嗜好品（酒・たばこ）」「健康管理」それぞれについて、各市町住民代表、職域又は学域代表、各市町関係職員、保健所関係職員、アドバイザーを含むワーキング部会を設置して、アンケート調査結果や健康指標等を基に検討を行い、「オレンジパワープランⅢ（有田圏域版及び市町版健康増進計画）」（以下、第 3 次計画という）を策定しました。

さらに、市町版については、「健康増進計画」としての位置づけに加え、「食育推進計画」を盛り込むことにより、食育の推進に向けた施策・事業の展開を図ることとしました。

計画の位置づけ

本計画は、健康増進法第 8 条第 2 項の規定に基づく計画であり、国の「国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針～健康日本 21（第三次）～」並びに和歌山県の「第四次健康増進計画」とも対応した内容となっています。

また、本計画は食育基本法第 18 条に基づく計画であり、国の「第 4 次食育推進基本計画」並びに「第 4 次和歌山県食育推進計画」との整合性を図りながら、「食育」に関する取組を実施します。

計画の期間

この計画の期間は、令和 6 年度を初年度とし、令和 17 年度を目標年度とする 12 年間とします。

なお、計画の中間年度である令和 11 年度に、計画の中間評価と見直しを行います。

【第2次計画の評価と課題】

評価の目的

第2次計画の課題目標の達成状況を確認し、解決された課題や残された課題を明確にし、第3次計画に反映することを目的としています。

この目的を達成するために、アンケート調査を令和4年度に実施しました。アンケート調査の概要は表1のとおりです。このアンケート調査では、新たな課題の抽出も目的にしています。

表1 アンケート調査の概要

調査内容	生活習慣全般
対象者	湯浅保健所管内の4市町に在住する20歳以上の住民
対象者数	5,040人
回答者数	2,066人
回収率	41.0%
調査方法	無記名自記式
	無作為抽出
	配布・回収は郵送法
調査期間	令和4年6月～8月

評価の方法

第2次計画で選定した4つの健康分野である「栄養・食生活」「こころの健康づくり」「嗜好品(酒・たばこ)」「健康管理」それぞれについて、課題目標とその達成状況及び評価、取組内容等について記述しています。

その中で、目標の達成状況については、4つの健康分野の26指標66項目について、「達成」「順調に改善」「やや改善」「横ばい・悪化」「判定不能」の5つの判定区分(表2)に分類して評価しました。

表2 評価判定区分

判定区分	判定基準
◎ 達成	到達係数 100以上
○ 順調に改善	到達係数 50～99
△ やや改善	到達係数 1～49
× 横ばい・悪化	到達係数 0以下
－ 判定不能	データがないため、判定不能

$$\text{到達係数} = \frac{\text{現状値} - \text{基準値の数値}}{\text{目標値} - \text{基準値の数値}} \times 100$$

評価の達成状況

第2次計画における26指標66項目の達成状況は表3のとおりです。

66項目のうち目標を達成したのは、心の健康状態(幸福感)、20代の喫煙率の割合(女性)等の5項目(7.6%)、順調に改善したものは、40代男性肥満者の割合、デンタルフロスや歯間ブラシを使う者の割合等の10項目(15.1%)でした。やや改善したものは、週2回以上意識的に運動する者の割合、適度の飲酒量を知っている者の割合等の19項目(28.8%)でした。横ばい・悪化が最も多く、減塩している者の割合(女性)、ストレスを感じている者の割合等の28項目(42.4%)でした。未成年の喫煙率(中3と高3)と未成年の飲酒率(中3と高3)の4項目(6.1%)については、データがなく、判定不能としました。

表3 評価の達成状況

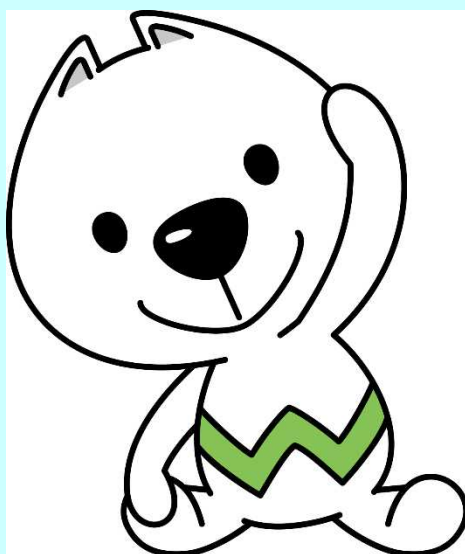
評価区分	該当項目数(割合)
◎達成	5(7.6%)
○順調に改善	10(15.1%)
△やや改善	19(28.8%)
×横ばい・悪化	28(42.4%)
－判定不能	4(6.1%)
合 計	66(100.0%)

達成状況を4つの健康分野別にみると、以下のようになりました。割合(%)は、領域(健康分野)の項目数に占める割合を示しています。

【4 健康分野 26 指標 66 項目の判定結果】

健康分野	◎達成	○順調に改善	△やや改善	×横ばい 悪化	－判定不能	計
栄養・食生活	0	2 (11.1%)	6 (33.3%)	10 (55.6%)	0	18
こころの健康づくり	1 (16.7%)	1 (16.7%)	0	4 (66.7%)	0	6
嗜好品(酒・たばこ)	1 (3.7%)	2 (7.4%)	8 (29.6%)	12 (44.4%)	4 (14.8%)	27
健康管理	3 (20.0%)	5 (33.3%)	5 (33.3%)	2 (13.3%)	0	15
合 計	5 (7.6%)	10 (15.1%)	19 (28.8%)	28 (42.4%)	4 (6.1%)	66

圏域版健康増進計画



圏域＜第2次計画の健康課題と目標の達成状況＞							
栄養・食生活		テーマ		ちゃんと食えること、身体づくりの基本です			
達成状況	・朝食欠食率は順調に改善したが、まだ目標値には達していない。 ・食事バランスは、「緑黄色野菜を毎日食べる(男性)」「牛乳・乳製品を毎日食べる」と「食塩を控える(男性)」については、やや改善したが、「緑黄色野菜を毎日食べる(女性)」「食塩を控える(女性)」と「主食・主菜・副菜をそろえて食べる」は、悪化した。 ・中年男性の肥満では、40代は順調に改善したが、目標値には達していない。また、50代ではやや改善したが、30代では悪化した。 ・小中学生の肥満は、小学生、中学生ともに悪化した。 ・「楽しい雰囲気です食事をする」は悪化し、「ゆっくり食べる時間をとる」は、女性では横ばい、男性ではやや改善した。						
◆ 課題目標 ◆		第2次計画時の値		R4年度の目標値		R4年度の現状値	評価
★ 朝食をとらない者の割合を減らそう		5.6%		5%		5.3%	令和4年度アンケート調査 ○
★ 食事をバランス良くとる者の割合を増やそう							
○ 緑黄色野菜を毎日食べる者の割合を増やそう	男	27.2%		男	50%	男 31.0%	令和4年度アンケート調査 △ × △ △ △ × × × △ △
	女	43.4%		女	60%	女 39.2%	
○ 牛乳・乳製品を毎日食べる者の割合を増やそう	男	41.7%		男	65%	男 46.7%	
	女	57.2%		女	80%	女 62.0%	
○ 食塩を控える者の割合を増やそう	男	29.0%		男	50%	男 32.6%	
	女	40.0%		女	60%	女 37.3%	
○ 主食・主菜・副菜をそろえて食べる者の割合を増やそう	男	53.0%		男	65%	男 51.8%	
	女	65.0%		女	80%	女 59.9%	
○ 30代から50代男性の肥満者の割合を減らそう※1	30代	25.7%		30代	20%	30代 32.9%	
	40代	35.2%		40代	25%	40代 25.8%	
	50代	34.8%		50代	25%	50代 34.0%	
○ 小中学生の肥満者の割合を減らそう※2	小学生	7.6%		小学生	5%	小学生 10.1%	令和4年度肥満度計算式により算出 ×
	中学生	10.7%		中学生	5%	中学生 12.2%	×
★ 1日1回は楽しい雰囲気です食事する者の割合を増やそう	男	70.2%		男	85%	男 64.7%	令和4年度アンケート調査 × △ ×
	女	72.4%		女	85%	女 69.4%	
★ ゆっくり食べる時間をとる者の割合を増やそう	男	23.6%		男	40%	男 27.3%	△ ×
	女	26.0%		女	40%	女 26.1%	
圏域の事業実績と課題							
◆ 事業実績 ◆				◆ 現状と課題 ◆			
《栄養改善事業》 ・地域住民を対象とした栄養指導や運動指導の実施(参加者数は延2,659人) 《栄養表示指導》 ・加工食品に表示する栄養成分表示(熱量、栄養成分)の相談・指導 ・健康増進法に基づく虚偽誇大表示の禁止についての相談・指導(相談件数は延112件) 《食育事業》 ・在宅栄養士によるエプロンシアターや食育紙芝居(26回、参加者数は延1,709人) ・食生活改善推進員による乳幼児から小学生の親子を対象とした講習会や調理実習(61回、参加者数は延2,092人、家庭訪問110軒) 《育児期の親が集まる場を利用したワークショップ》 ・ベビーマッサージ等の場を活用して、食育及び生活習慣病予防についての普及啓発を実施(71回、参加者数は延821組) 《野菜摂取量向上への取組》 ・講習会等の様々な機会を通じて、「野菜もう一皿運動」を啓発(平成27年度以降実施) 《その他》 ・食生活改善推進員の会員に、情報交換や知識を習得するための機会を提供(8回、参加者数は延409人) ・骨粗鬆症予防対策として、講義や牛乳・乳製品を使った調理実習を実施(14回、参加者数は延342人) ・男性の自立支援に向けた講義と調理実習の開催(3回、参加者数は延52人) ・減塩や野菜摂取量向上についての講義、減塩メニューや野菜を使った簡単メニューの調理実習を実施(7回、参加者数は延235人、家庭訪問300軒、リーフレット配布3,028部) ・高齢者の低栄養予防対策としての講義や調理実習を実施 ・高校生、大学生等の若者世代への朝食や栄養バランスの大切さを伝えるための講義や調理実習を実施 ・生活習慣病発症リスクの高い働き世代への生活習慣の見直しを推進する講義や調理実習を実施(12回、参加者数は延272人、家庭訪問30軒)				【朝食の欠食について】 性別年代別にみると、男性の20代と40代が、それぞれ22.2%、21.3%と高く、約5人に1人が朝食を欠食していた。また、全年代において、女性よりも男性の方が欠食率が高かった。今後は、様々な機会を通じて、朝食の必要性についての普及啓発を継続するとともに、男性には実際に改善結果に結びつきやすいような具体例を含めた啓発を行う必要がある。 【食事バランスについて】 「牛乳・乳製品を毎日食べる」の割合は、やや改善しており、これは牛乳・乳製品を使った料理教室の開催やカルシウム摂取量増加のための栄養指導等の効果であると考えられる。しかし、「主食・主菜・副菜をそろえて食べる」の割合は、悪化しており、食事バランスについての正しい知識の普及に努める必要がある。また、「緑黄色野菜を毎日食べる」と「食塩を控える」の割合は、男性はやや改善していたが、女性は悪化していた。今後も野菜料理「プラス一皿」の啓発を継続しながら、減塩対策により一層取り組んでいく必要がある。 【男性肥満者について】 10年前と比べて、40代男性は、9.4ポイント減少して順調に改善したが、50代男性はやや改善、30代男性は悪化した。また、年代別にみると、50代男性が全年代で最も高く、同年代の女性2.8%の約12倍であった。男性肥満の改善に向け、食習慣の改善指導を継続するとともに、併せて運動指導もしていく必要がある。 【食事の雰囲気・時間について】 「楽しい雰囲気です食事をする」の割合は、悪化しており、これは有田地域のひとり暮らし高齢者(65歳以上)の割合が22.4%(R4.1.1現在)と高く、約5人に1人が孤食であることも悪化した理由の一つと考えられる。今後は、ひとり暮らし高齢者や共働き世代のこどもへの食事場所の提供といった食生活支援を強化していく必要がある。 「ゆっくり食べる時間をとる」の割合は、男性でやや改善したが、目標達成に向け、よく噛むことによる肥満予防効果等について、今後も講習会や栄養指導において啓発を継続していく必要がある。			

※1 身長、体重からBMI(Body Mass Index / ボディ・マス指数)を求め、日本肥満学会の判定基準に基づき、25.0以上を肥満とした。

$$BMI = \text{体重(kg)} \div \text{身長(m)}^2$$

※2 学校保健統計調査方式による肥満度判定。6～14歳における肥満度は、年齢別、身長別標準体重から判定した。

$$\text{肥満度(過体重度)} = (\text{実測体重(kg)} - \text{身長別標準体重(kg)}) \div \text{身長別標準体重(kg)} \times 100(\%)$$

「児童生徒の健康診断マニュアル(改訂版)」(平成18年3月財団法人日本学校保健会作成、文部科学省監修)により示された判定方法による肥満度が20%以上の者。

圏 域 ＜ 第 3 次 計 画 の 健 康 課 題 と 目 標 値 ＞						
栄養・食生活		テーマ		ちゃんと食えること、身体づくりの基本です		
健康課題	・主食・主菜・副菜をそろえて食べる者の割合が低い ・緑黄色野菜を毎日食べる者の割合が低い ・食塩を控える者の割合が低い			・中年男性の肥満者の割合が高い ・小中学生の肥満者の割合が高い ・楽しい雰囲気です食事する者の割合が低い		
◆ 課 題 目 標 ◆				第3次計画時の値		R17年度目標値
★ 朝食をとらない者の割合を減らそう				5.3%	令和4年度 アンケート 調査	5%
★ 食事をバランス良くとする者の割合を増やそう						
○ 緑黄色野菜を毎日食べる者の割合を増やそう				男 31.0%	令和4年度 アンケート 調査	男 50%
				女 39.2%		女 60%
○ 牛乳・乳製品を毎日食べる者の割合を増やそう				男 46.7%		男 60%
				女 62.0%		女 70%
○ 食塩を控える者の割合を増やそう				男 32.6%		男 50%
				女 37.3%		女 50%
○ 主食・主菜・副菜をそろえて食べる者の割合を増やそう				男 51.8%		男 65%
				女 59.9%		女 70%
★ 適正体重を維持しよう						
○ 30代から50代男性の肥満者の割合を減らそう (BMI 25以上)※1				30代 32.9%	令和4年度 アンケート 調査	30代 25%
				40代 25.8%		40代 25%
				50代 34.0%		50代 25%
○ 小中学生の肥満者の割合を減らそう※2				小学生 10.1%	令和4年度 肥満度計算式 により算出	小学生 7%
				中学生 12.2%		中学生 10%
○ 若年女性(20代から30代)のやせの者の割合を減らそう (BMI 18.5未満)※1				20代 9.2%	令和4年度 アンケート 調査	20代 8%
				30代 12.6%		30代 10%
○ 低栄養の高齢者の割合を減らそう (65歳以上、BMI 20以下)※1				20.6%	令和3年度 国保データベース (KDB)により算出	15%
★ 1日1回は楽しい雰囲気です食事する者の割合を増やそう				男 64.7%	令和4年度 アンケート 調査	男 75%
				女 69.4%		女 75%
★ ゆっくり食べる時間をとる者の割合を増やそう				男 27.3%		男 40%
				女 26.1%	女 40%	
圏 域 の 取 組						
◆ 個 人 の 取 組 ◆				◆ 社 会 の 取 組 ◆		
♪ バランスの良い食事を1日3食きちんと食べる。				♪ ライフステージに合わせた必要な栄養バランスについて、普及・啓発をする。		
♪ フレイル予防のためにたんぱく質摂取を意識する。				♪ 減塩や低脂肪等について、啓発をする場を設ける。 (スーパーマーケットや薬局等)		
♪ 野菜の旬を知る。				♪ 栄養成分表示について学ぶ機会を提供し、栄養成分表示を見る力を高める。		
♪ スポーツドリンクや清涼飲料水の摂りすぎに気をつける。				♪ 保育所、幼稚園、学校教育等と連携し、小さい時からこどもの心身の健康づくり「食育」に努める。		
♪ だし本来の味を知り、薄味で素材の味を大切にする。				♪ こども達が食に関心を持つきっかけを作る。		
♪ 乳幼児期からの食習慣に気をつける。				♪ 親とこどもに食事についての正しい知識を提供する。		
♪ 軟らかい食事だけでなく、硬い物も食べる。				♪ こどもから高齢者までが、楽しく交流しながら食事できる場を提供する。		
♪ 栄養成分表示を見る力、見る機会を作る。						
♪ ゆっくり、よく噛んで食べる。						
♪ 1日の野菜摂取目標量350gを知る。						
♪ 腹八分目にする。						

※1 身長、体重からBMI(Body Mass Index / ボディ・マス指数)を求め、判定した。【BMI＝体重(kg)÷身長(m)²】

※2 学校保健統計調査方式による肥満度判定。6～14歳における肥満度は、年齢別、身長別標準体重から判定した。

肥満度(過体重度)＝(実測体重(kg)－身長別標準体重(kg))／身長別標準体重(kg)×100(%)

「児童生徒の健康診断マニュアル(改訂版)」(平成18年3月財団法人日本学校保健会作成、文部科学省監修)により示された判定方法による肥満度が20%以上の者。

圏 域 ＜ 第 2 次 計 画 の 健 康 課 題 と 目 標 の 達 成 状 況 ＞						
こころの健康づくり		テーマ	自分にあったストレス解消法で、こころに休養を！			
達成状況	・「ストレスを感じている」、「抑うつ」の割合は、ともに悪化した。ストレスについて年代別にみると、男女ともに40代の割合が最も高かった。 ・生活の中での笑いは、悪化した。性別年代別にみると、全年代において、女性の方が男性よりも割合が高かった。 ・地域活動への参加は、悪化しており、これはコロナ過でのアンケート調査であったことも影響したと考えられる。 ・心の健康状態（幸福感）は、目標を達成した。 ・40代女性の睡眠による休養が取れている者の割合は、順調に改善した。しかし、40代女性は、性別年代別で最も割合が低かった。					
◆ 課 題 目 標 ◆		第2次計画時の値	R4年度の目標値	R4年度の現状値	評価	
★ 20代から40代の大いにストレスを感じている者の割合を減らそう		27.6%	20%	33.3%	令和4年度 アンケート 調査	×
★ 過去1か月に外出や人に会うのがおっくうになるといった者の割合を減らそう		23.8%	20%	26.3%		×
★ 過去1か月で心の底から笑えることがよくあった、時々あったと答える者の割合を増やそう		69.1%	75%	64.6%		×
★ 地域活動に参加する者の割合を増やそう		39.6%	70%	34.4%		×
★ 心の健康状態（幸福感）を上げよう		60.5	70	70.0		◎
★ 40代女性の睡眠による休養が十分・まあまあ取れている者の割合を増やそう		57.3%	70%	64.0%		○
圏 域 の 事 業 実 績 と 課 題						
◆ 事 業 実 績 ◆			◆ 現 状 と 課 題 ◆			
≪こころの健康相談≫ ・精神科医師による相談を実施（利用者数は延227人） ≪精神デイケア教室≫ ・調理実習、スポーツ、ハイキング、施設見学等を実施（30回） ≪家族教室≫ ・専門医師や臨床心理士等の講師による病気の成り立ちや支援方法についての学習会を開催（11回、参加者数は延304人） ≪メンタルヘルスセミナー（メンタルヘルス教室）≫ ・メンタルヘルスの正しい知識とストレス対処方法等を習得するための講習会を開催（9回、参加者数は延509人） ≪自殺対策≫ ・ゲートキーパー（悩んでいる人に気付き、必要な支援につなげ、見守る人）の育成や地域の見守り体制強化のための研修会を開催（2回、参加者数は延106人） ・自殺の現状を知ってもらい、悩んでいる人のそばにいる周囲の支援力を高めるための講演会を開催（2回、参加者数は延135人） ・自殺対策強化月間に街頭啓発を実施（6か所で実施） ≪当事者研究会≫ ・デイケア教室や施設利用者を対象に、自分の抱える生きづらさやメカニズムを研究し、自分の助け方を仲間と共に見出すためのミーティングを開催（24回、参加者数は延88人） ≪社会参加促進事業≫ ・精神保健福祉を啓発するための講演会を開催（2回、参加者数は延62人）			【ストレス・抑うつについて】 「20代から40代の大いにストレスを感じている者」、「外出や人に会うのがおっくうになる者」の割合は、それぞれ33.3%（+5.7ポイント）、26.3%（+2.5ポイント）で、悪化していた。ストレスについて、年代別にみると、男女ともに30代から50代の働き世代の割合が高く、男女別では、女性の方が男性よりも割合が高かった。ストレス対処方法習得のためのメンタルヘルスセミナー（メンタルヘルス教室）を開催しているが、参加者数が少なく、今後は、開催方法の見直しや働き世代へ広く周知するために商工会、企業や事業所等と連携しながら取り組んでいく必要がある。また、抑うつ状態については、悪化しており、性別年代別でみると、男性は20代が46.3%、女性は40代が45.3%で最も高かった。これは、今回のアンケート調査がコロナ禍で実施されたことも影響していると考えられる。 【生活の中での笑いについて】 「心の底から笑えることがあった者」の割合は、悪化していた。男性では年代別にバラツキがみられたが、女性では年代が上がるにつれて割合が減少しており、20代の86.9%と80代以上の52.2%では、34.7ポイントの差があった。今後は、笑いがもたらす健康効果についての情報発信を強化していく必要がある。 【地域活動・心の健康状態（幸福感）について】 「地域活動参加者」の割合は、悪化しており、これは、アンケート調査がコロナ禍で実施されたことが影響したと考えられる。また、活動内容については、男女ともに自治会が最も多く、次いでボランティア活動であった。心の健康状態（幸福感）は、こころの健康づくり分野で唯一目標を達成していた。しかし、希望する心の健康状態は80であり、今後も健康度上昇に向け、関係機関と連携をとりながらストレスや休養等の取組を強化していく必要がある。 【休養について】 40代女性の休養は、10年前に比べて6.7ポイント増加し、64.0%で順調に改善した。しかし、男女ともに30代から50代の働き世代や子育て世代の割合が、他の年代に比べて低く、ストレス対策と合わせて、睡眠対策の取組を推進していく必要がある。			

※「地域活動に参加する者の割合を増やそう」について、第2次計画策定時の値を39.6%に修正している。

圏 域 ＜ 第 3 次 計 画 の 健 康 課 題 と 目 標 値 ＞					
こころの健康づくり		テーマ	自分なりのストレス解消法で、こころに栄養と休養を！		
健康課題	・ストレスを感じている者の割合が増えている ・心の底から笑えた者の割合が減っている ・孤立する者が多い(地域や近隣とつながる者が減っている)				
◆ 課 題 目 標 ◆			第3次計画時の値		R17年度目標値
★	20代から50代の大きいストレスを感じている者の割合を減らそう	29.5%	令和4年度 アンケート 調査	25%	
★	過去1か月に外出や人に会うのがおっくうになるといった者の割合を減らそう	26.3%		25%	
★	過去1か月でこころの底から笑えることがよくあった、時々あったと答える者の割合を増やそう	64.6%		75%	
★	自分に合った地域活動に参加する者の割合を増やそう	34.4%		38%	
★	日常生活の中で喜びや感動があった者の割合を増やそう	64.3%		68%	
★	睡眠で休養が十分・まあまあ取れている者の割合を増やそう	20～59歳 71.6% 60歳以上 82.6%		20～59歳 75% 60歳以上 90%	
圏 域 の 取 組					
◆ 個 人 の 取 組 ◆			◆ 社 会 の 取 組 ◆		
♪良質な睡眠をとる(自分に合った睡眠のスタイルを見つける)。			♪身近な心の健康相談窓口を広く周知する。		
♪自分にあったストレス解消法を見つける。			♪ストレス対策や、睡眠や休養の確保についての健康教育を推進する。		
♪楽しめる趣味を持つ。			♪心の健康について正しい知識を普及・啓発する。		
♪ストレスと上手に付き合う。			♪ゲートキーパー等の人材育成に取り組む。		
♪1日1回笑顔になる。			♪地域における仲間づくりを支援する。		
♪くよくよせず前向きに考えるようにする。			♪あいさつ、声かけ、誘いあい運動を推進する。		
♪朝日を浴びる。			♪ボランティア活動を支援する。		
♪コミュニケーションを心掛ける(家庭、職場、近所等)。			♪安心して外出できる環境作り(公園の整備、遊歩道の設置等)を推進する。		
♪規則正しい生活リズムを心掛け、何事(食事、睡眠、運動)も自分の適量を守る。			♪子育て世帯、高齢者世帯、ひきこもり等の見守りを支援する。		
♪自分に合った社会活動に参加する。			♪用途に応じた居場所づくりを支援する。		
♪心がしんどくなれば、相談機関や専門医にかかる。			♪様々な世代への国の動向を見守り、心の健康ネットワークづくりを推進する。		
♪自己肯定感を高める。			♪正しいSNSの活用方法を学ぶ機会を設ける。		
♪心の拠り所を見つける。					
♪自分・他人の良い所を見つけ、褒める。					
♪適切にSNSを利用する。					

圏 域 < 第 2 次 計 画 の 健 康 課 題 と 目 標 の 達 成 状 況 >						
嗜好品(酒・たばこ)		テーマ	防煙！禁煙！適正飲酒！			
達成状況	・たばこの害では、「喘息」「胃潰瘍」「歯周病」でやや改善したが、それ以外では横ばい又は悪化した。項目の中では、「肺がん」が77.0%で最も高く、「胃潰瘍」が26.6%で最も低かった。					
	・若者(20代)の喫煙率は、男性で順調に改善し、女性で目標を達成した。性別年代別にみると、男性では全年代で減少しており、女性では60代と80代以上で増加したが、それ以外の年代で減少した。					
	・喫煙者の中で1日20本以上喫煙する者は、男女ともに減少し、やや改善した。					
	・アルコールの害では、全項目で悪化した。					
	・飲酒適量の認識では、男女ともにやや改善した。また、多量飲酒者については、男性ではやや改善、女性では順調に改善した。					
・未成年の喫煙率と飲酒率は、現状値を把握できるデータ等がなく、判定不能とした。						
◆ 課 題 目 標 ◆			第2次計画時の値	R4年度の目標値	R4年度の現状値	
★ たばこと病気の正しい関係を知る者の割合を増やそう						
○ COPD			65.9%	80%	51.5%	令和4年度アンケート調査
○ がん(肺・喉頭・胃)			83.3%※	95%	77.0%※	
○ 喘息			54.5%	90%	56.9%	
○ 気管支炎			60.2%	80%	59.1%	
○ 心臓病			46.5%	70%	41.2%	
○ 脳血管疾患			51.2%	80%	46.7%	
○ 胃潰瘍			26.2%	50%	26.6%	
○ 妊産婦への悪影響			71.7%	80%	68.2%	
○ 歯周病			36.2%	50%	36.4%	
★ 20代の喫煙率を減らそう			男 32.1% 女 10.7%	男 20% 女 5%	男 24.1% 女 2.6%	○ ◎
★ 喫煙者の中で1日20本以上喫煙している者の割合を減らそう			男 56.5% 女 32.2%	男 30% 女 20%	男 52.7% 女 27.4%	△ △
★ 未成年の喫煙をなくす			中3 3.9% 高3 7.1%	中3 半減させる 高3 半減させる	中3 — 高3 —	判定不能 判定不能
★ アルコールと病気の正しい関係を知る者の割合を増やそう						
○ 肝臓病			76.0%	85%	72.1%	令和4年度アンケート調査
○ こころの病(アルコール依存症)			58.9%	80%	47.5%	
○ がん(食道・大腸・乳)			29.4%	50%	27.6%	
○ 心臓病			24.8%	80%	22.9%	
○ 妊産婦への悪影響			78.8%	85%	60.3%	
○ 脳疾患(アルコール性認知症)			47.4%	90%	41.0%	
★ 適度の飲酒量(1合程度)を知っている者の割合を増やそう			男 48.6% 女 67.4%	男 70% 女 80%	男 53.4% 女 67.7%	
★ 3合以上飲酒する者の割合を減らそう			男 7.0% 女 3.5%	男 3% 女 1%	男 6.9% 女 2.0%	
★ 未成年の飲酒をなくす			中3 20.9% 高3 32.5%	中3 半減させる 高3 半減させる	中3 — 高3 —	
圏 域 の 事 業 実 績 と 課 題						
◆ 事 業 実 績 ◆			◆ 現 状 と 課 題 ◆			
《禁煙指導》 ・保健師や管理栄養士等の専門家による禁煙指導を実施 (参加者数は延3,074人)			【たばこについて】 「たばこと病気の正しい関係を知る者」の割合は、喘息、胃潰瘍と歯周病でやや改善した以外は、悪化した。また、胃潰瘍は項目の中で最も割合が低く、26.6%と3割に満たない状況である。さらに、最も割合が高い肺がんでも77.0%であり、今後も防煙教室等を通じて、こどもの頃からたばこに関する正しい知識の普及に取り組む必要がある。 20代喫煙率は、男女ともに減少し、男性では順調に改善、女性では目標を達成した。また、管内の20代喫煙率について、和歌山県の20代喫煙率(男性：23.1%、女性6.4%(令和4年県民健康・栄養調査))と比較すると、男性は1.0ポイント高く、女性は3.8ポイント低かった。 現在の喫煙者のうち1日20本以上吸う者の割合は、男女ともに減少し、やや改善した。しかし、まだ男性喫煙者のうち半数以上が1日20本以上吸っており、1日40本以上吸う者も男性で2.4%いた。今後も様々な機会を通じて、喫煙による健康被害や受動喫煙防止についての普及啓発を行う必要がある。			
《防煙(喫煙防止)教室》 ・小・中学生、高校生を対象に、保健所職員や有田薬剤師会会員が講師として学校に出向き、たばこについての健康教育を実施 (46回、参加者数は延3,106人)			【アルコールについて】 「アルコールと病気の正しい関係を知る者」の割合は、全ての項目で悪化した。最も割合が高かった肝臓病でも72.1%と低く、がん(食道・大腸・乳)の27.6%と心臓病の22.9%については、3割に満たなかった。 「適度の飲酒量(1合程度)を知っている者」の割合は、男女ともにやや改善した。男女別では、全ての年代で女性の方が男性よりも割合が高かった。また、「3合以上飲酒する者」の割合は、男性ではやや改善、女性では順調に改善した。アルコールについて、今後も引き続き防煙教室等を通じ、たばこ同様に子供の頃からアルコールによる健康被害についての普及啓発を行う必要がある。			
《アルコール予防教室》 ・小・中学生を対象に、保健所職員が講師として学校に出向き、アルコールについての健康教育(講義やアルコールパッチテスト)を実施(12回、参加者数は延260人)						
《喫煙防止対策指導者研修会》 ・地域で喫煙防止教育を指導する者へのスキルアップのための研修会を開催 (2回、参加者数は延13人)						
《普及啓発》 ・食生活改善推進員が、5/31の世界禁煙デーに地域の住民がよく利用する場等で禁煙啓発を実施(毎年度実施) ・各種事業参加者や保健所来所者に対して、受動喫煙防止についての啓発を実施(毎年度実施) ・COPDの認知度向上を目指して、講習会等の様々な機会において、リーフレット等配布による啓発を実施(毎年度実施)						

※第2次計画時の値(H25年度アンケート)及びR4年度の現状値(R4年度アンケート)は、肺がんのみの結果です。

圏 域 < 第 3 次 計 画 の 健 康 課 題 と 目 標 値 >				
嗜好品(酒・たばこ)		テーマ	防煙！禁煙！適正飲酒！	
健康課題	・たばこの害を知る者の割合が低い		・アルコールの害を知る者の割合が低い	
	・喫煙者の中で1日20本以上喫煙している者の割合が高い		・多飲酒する者の割合が高い	
	・未成年の喫煙について評価する指標がない		・未成年の飲酒について評価する指標がない	
◆ 課 題 目 標 ◆		第3次計画時の値		R17年度目標値
★ たばこと病気の正しい関係を知る者の割合を増やそう				
○ COPD		51.5%	令和4年度 アンケート 調査	70%
○ がん(肺・喉頭・胃)		77.0%※		95%
○ 喘息		56.9%		70%
○ 気管支炎		59.1%		75%
○ 心臓病		41.2%		60%
○ 脳血管疾患		46.7%		60%
○ 胃潰瘍		26.6%		40%
○ 妊産婦への悪影響		68.2%		80%
○ 歯周病		36.4%		50%
★ 喫煙者の中で1日20本以上喫煙している者の割合を減らそう		男 52.7% 女 27.4%		男 30% 女 10%
★ 妊婦の喫煙率を減らそう		3.8%	令和3年度 乳幼児健康診査 問診回答状況	0%
★ アルコールと病気の正しい関係を知る者の割合を増やそう				
○ 肝臓病		72.1%	令和4年度 アンケート 調査	80%
○ こころの病(アルコール依存症)		47.5%		70%
○ がん(食道・大腸・乳)		27.6%		40%
○ 心臓病		22.9%		40%
○ 妊産婦への悪影響		60.3%		80%
○ 脳疾患(アルコール性認知症)		41.0%		60%
★ 3合以上飲酒する者の割合を減らそう		男 6.9% 女 2.0%		
★ 生活習慣病のリスクを高める量の飲酒をしている者の割合を減らそう (1日当たりの純アルコール摂取量 男性40g以上、女性20g以上)		男 28.5% 女 33.4%		男 15% 女 17%
★ 妊婦の飲酒率を減らそう		0.5%	令和3年度 乳幼児健康診査 問診回答状況	0%
圏 域 の 取 組				
◆ 個 人 の 取 組 ◆		◆ 社 会 の 取 組 ◆		
♪飲みにいっても、二日酔いになったりアルコールが残っていたりすることがないように、また飲酒時の出来事を覚えておけるように心掛けたい。		♪飲酒、喫煙ともに、それを始めることになったきっかけをなくす。		
♪自分の飲酒適量を知る。		♪行政が成人に関わるのは特定健診の時からなので、学校卒業以降、行政が関わるまでの間に、何らかのアプローチできる機会を作る。		
♪「未成年に飲ませた」等の、好ましくない出来事について又聞きすることがあるが、うまく注意できるようになる。		♪未成年を対象に行う防煙教室を継続する。また、大人(保護者)も一緒に学べるような機会を作る。		
♪妊婦と同居している喫煙者がいる場合、副流煙から妊婦を守るためには家族や同居者の協力が必要。				

※第3次計画時の値(R4年度アンケート)は、肺がんのみの結果です。

圏 域 ＜ 第 2 次 計 画 の 健 康 課 題 と 目 標 の 達 成 状 況 ＞					
健康管理		テーマ	健康管理は社会貢献、みんなで広げよう健康の輪		
達成状況	・運動者の割合は、やや改善した。しかし、男性は50代、女性は30代が、それぞれ31.1%、28.1%で最も低かった。 ・高血圧者の割合は、やや改善した。また、高LDLコレステロール者の割合は、男性では順調に改善、女性では目標を達成し、低HDLコレステロール者の割合は、男性で横ばい、女性で悪化した。 ・特定健診はやや改善し、子宮頸がん検診で目標を達成、胃がん検診は順調に改善、乳がん検診はやや改善した。 ・歯科検診は目標を達成し、歯間部清掃用器具の使用は順調に改善した。歯科関係では、女性の方が男性よりも割合が高かった。 ・ロコモティブシンドロームは、やや改善したものの目標値との差がかなり大きかった。				
◆ 課 題 目 標 ◆		第2次計画時の値	R4年度の目標値	R4年度の現状値	評価
★ 週2回以上意識的に運動する者の割合を増やそう		42.3%	60%	46.8%	令和4年度アンケート調査 △
★ 血圧が高い者の割合を減らそう※ ¹		32.2%	20%	30.3%	△
★ LDLコレステロールが高い者の割合を減らそう(160mg/dL以上)		男 10.0% 女 16.9%	男 7% 女 14%	男 8.1% 女 12.5%	令和4年度特定健康診査 ○ ◎
★ HDLコレステロールが低い者の割合を減らそう(40mg/dL未満)		男 8.7% 女 1.6%	男 4.5% 女 1.2%	男 8.7% 女 1.9%	× ×
★ 検診受診率を上げよう					
○ 特定健康診査※ ²		28.2%	45%	36.4%	令和4年度特定健康診査 △
○ 胃がん検診		13.2%	30%	24.3%	令和3年度地域保健・健康増進事業報告(推計対象者数による受診率※ ³) ○ ○ ○ ◎ △
○ 肺がん検診		18.4%	30%	27.8%	
○ 大腸がん検診		18.6%	30%	28.3%	
○ 子宮頸がん検診		50.1%	60%	66.9%	
○ 乳がん検診		36.9%	50%	42.7%	
★ 定期的に歯科検診を受ける者の割合を増やそう		18.5%	30%	34.1%	令和4年度アンケート調査 ◎
★ デンタルフロスや歯間ブラシを使う者の割合を増やそう		21.9%	45%	34.3%	○
★ ロコモティブシンドロームを認知している者の割合を増やそう		7.8%	80%	13.8%	△
圏 域 の 事 業 実 績 と 課 題					
◆ 事 業 実 績 ◆		◆ 現 状 と 課 題 ◆			
＜運動事業＞ ・日常で気軽に取り組めるウォーキングについて、健康運動指導士によるウォーキング講座を開催(14回、参加者数は延890人) ・楽しみながらの運動習慣定着を目的として、ウォーキング等の運動にポイントを付与し、獲得ポイント数によりランキングを実施(登録者数665人) ・食生活改善推進員による会員交流と健康づくり推進のためのウォーキングイベントを開催(6回、参加者数は延274人) ＜地域・職域出前講座＞ ・有田地方地域・職域・学域保健連携推進協議会メンバーが講師として、管内事業所等に出向き、生活習慣病予防等について講演会を開催(10回、参加者数は延434人) ＜健康推進員養成事業＞ ・地域の健康づくりを担う人材を養成するための講習会を開催(15クール、参加者数は延361人) ・健康推進員に対して、ブラッシュアップのための研修会を開催(7回、参加者数は延249人) ・健康推進員と行政担当者による情報交換会を開催(3回、参加者数は延21人) ・健康推進員養成事業の実施に向け、行政担当者が内容を協議(12回、参加者数は延84人) ＜職域リーダー養成講習＞ ・企業内、職域の健康づくりを中心となって実践する者を養成するための講習会を開催(7回、参加者数は延219人) ＜普及啓発＞ ・がん検診受診率向上を目指して、講習会等の様々な機会において、リーフレット等配布による啓発を実施(毎年度実施) ・歯科保健対策を推進するため、防煙(喫煙防止)教室で学校に出向いた際に、歯と口の健康づくりについてのリーフレット等を配布(平成30年度から毎年度実施)		【運動について】 「週2回以上の運動者」の割合は46.8%で、約2人に1人が意識的に運動をしていた。しかし、「運動を全くしていない・現在はいない者」の割合は、男性で34.7%、女性で33.0%あり、運動していない者に対する運動機会の提供や運動効果についての普及啓発に取り組んでいく必要がある。 【特定健診・がん検診について】 「高血圧者」の割合は、約3割が高血圧であり、評価はやや改善であった。また、「高LDLコレステロール者」の割合は、男性は順調に改善、女性では目標を達成した。「低HDLコレステロール者」の割合については、男性は横ばいであったが、女性は悪化した。今後は、さらなる減塩対策に取り組むとともに、関係機関と連携をとりながら定期的な受診勧奨や保健指導の強化により一層取り組んでいく必要がある。 管内の特定健診受診率は、和歌山県全体の受診率36.8%よりも低く、また、管内市町でも差がみられた。がん検診受診率については、管内市町で差が大きく、各市町においてもがん検診の種類によって受診率に差がみられた。今後は、健康推進員(平成26年度から養成)による受診勧奨を活用したり健(検)診関係機関と連携しながら受診率向上のための取組を強化していく必要がある。 【歯科について】 「歯科検診受診者」の割合は、10年前に比べて15.6ポイントと大きく増加して目標を達成し、「歯間部清掃用具使用者」の割合も、12.4ポイントと大きく増加して順調に改善した。歯科関係の割合については、女性の方が男性よりも割合が高いので、男性の受診率を上昇させるような取組が必要である。また、20本以上の歯を保有している者の割合について、10年前と比較すると、男性の80歳代(－9.0ポイント)以外では増加した。しかし、男性は30代、女性は40代から歯の喪失がみられるので、歯喪失の最大の原因である「歯周病」の予防対策を強化するとともに歯科検診等の普及啓発、こどもの頃から歯の歯予防対策にも積極的に取り組む必要がある。 【ロコモティブシンドロームについて】 認知している者の割合は、10年前と比較すると、6.0ポイント増加したが、目標値80%と差が大きい。男女とも全年代において、半数以上が言葉も意味も知らない」と答えており、認知度向上に向けて、啓発方法の見直しが必要である。			

※1 高血圧の基準：収縮期血圧140mmHg以上、拡張期血圧90mmHg以上のいずれか一方または両方を満たす。
(世界保健機関(WHO)と国際高血圧学会(ISH))

※2 市町村国保 特定健康診査受診状況

※3 令和2年国勢調査により報告された人数により算出された推計対象者数を用いて求めた令和3年度がん検診受診率。
 推計対象者数 = 市区町村人口 - (就業者数 - 農林水産業従事者数)
 対象年齢は、40歳～69歳(子宮頸がん検診は20歳～69歳)
 子宮頸がん及び乳がんの受診者数：(当該年度受診者数) + (前年度受診者数) - (2年連続受診者数)

圏域＜第3次計画の健康課題と目標値＞			
健康管理		テーマ	未来の自分に、家族に、社会に、健康貯金！
健康課題	・意識的に運動する者の割合をさらに高める ・高血圧、脂質異常症、糖尿病の者の割合が高い ・健(検)診受診率が低い ・ロコモティブシンドロームを知っている者の割合が低い ・歯の健康維持を心掛けている者の割合をさらに高める		
◆ 課題目標 ◆		第3次計画時の値	
		R17年度目標値	
★ 週2回以上意識的に運動する者の割合を増やそう		46.8%	令和4年度アンケート調査
★ 運動やスポーツを習慣的に行っていないこどもの割合を減らそう※1 (小学5年生)		女子 18.6% (参考 男子) (8.6%)	令和4年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査
★ 血圧が高い者の割合を減らそう※2		30.3%	
★ LDLコレステロールが高い者の割合を減らそう(160mg/dL以上)		男 8.1% 女 12.5%	令和4年度特定健康診査
★ HbA1cが高い者の割合を減らそう(6.5%以上)		9.7%	
★ 健(検)診受診率を上げよう			
○ 特定健康診査※3		36.4%	令和4年度特定健康診査
○ 胃がん検診		14.9%	
○ 肺がん検診		10.7%	令和3年度※4地域保健・健康増進事業報告
○ 大腸がん検診		10.8%	
○ 子宮頸がん検診		26.3%	
○ 乳がん検診		21.1%	
★ 定期的に歯科検診を受ける者の割合を増やそう		34.1%	
★ デンタルフロスや歯間ブラシを使う者の割合を増やそう		34.3%	令和4年度アンケート調査
★ ロコモティブシンドロームを認知している者の割合を増やそう		13.8%	
圏域の取組			
◆ 個人の取組 ◆		◆ 社会の取組 ◆	
♪ 自分にあったスタイルで運動を楽しく継続する。 ♪ 意識的に体を動かす(徒歩圏内はできるだけ歩く等)。 ♪ 生活リズムに注意して、適切な睡眠や食事をとる。 ♪ こどもの頃から健康に関心を持つ。 ♪ 健(検)診を受けることを、生活習慣の中で位置づける。 ♪ 精密検査は必ず受けて、適切な治療をする。 ♪ 歯の健康の必要性を認識し、定期的な歯科受診をして健康管理をする。 ♪ 歯ブラシや歯間ブラシを用いて、正しい歯の手入れを行う。		♪ ロコモティブシンドロームの予防や運動の効果について知識を普及し、動機付けの機会を提供する。 ♪ 運動施設の整備等、健康づくりの行動ができる環境整備。 ♪ こどもの頃から、年代に応じた健康教育を充実させる。 ♪ 健(検)診に行きやすい体制の工夫をし、受診率向上に取り組む。(休日健(検)診の実施、健(検)診+αの企画開催等) ♪ 精密検査未受診者を減らすため、受診勧奨などの事後指導の徹底を図る。 ♪ 歯科検診の啓発とともに、歯の健康と全身疾患との関連についての知識の普及。	

※1 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。

※2 高血圧の基準：収縮期血圧140mmHg以上、拡張期血圧90mmHg以上のいずれか一方または両方を満たす。
(世界保健機関(WHO)と国際高血圧学会(ISH))

※3 市町村国保 特定健康診査受診状況

※4 対象者数は、対象年齢の全住民

受診率の算定にあたっては、40～69歳(胃がん検診は50～69歳、子宮頸がん検診は20～69歳)を対象として算出。
胃、子宮及び乳がんの受診者数：(当該年度受診者数)+(前年度受診者数)-(2年連続受診者数)

【ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり】

趣旨

ライフステージ（乳幼児期、青壮年期、高齢期等の人生における各段階）ごとに様々な健康課題があり、これまでは各ライフステージに応じた健康づくりの取組を進めてきた。

しかし、今後は以下の点を考慮し、人生を胎児期、乳幼児期、学齢期、成人期、高齢期まで繋げて連続して捉える健康づくり（ライフコースアプローチ）の観点を取り入れながら、生活習慣や生活環境等の影響にも着目し、健康づくりの施策展開をしていくことが重要である。

- ・幼少期からの生活習慣や健康状態が、大人になってからも大きく影響を与えること
- ・妊婦の健康がこどもの健康にも影響すること
- ・高齢期に至るまで健康を保持するためには、若年期からの健康への取組が重要であること
- ・女性では、ライフステージごとに女性ホルモンが劇的に変化すること

圏域版計画での健康課題と目標値

人生の各段階における健康課題の解決を図るため、特に子ども、高齢者、女性に関する目標を以下のとおり設定する。

なお、ライフコースアプローチとして目標を設定していない就労世代や男性等について、健康づくりの取組を進めることも重要である。

《子ども》

①運動やスポーツを習慣的に行っていないこどもの割合を減らそう（再掲）

◆ 課 題 目 標 ◆	第3次計画時の値			R17年度目標値	
★ 運動やスポーツを習慣的に行っていないこどもの割合を減らそう (小学5年生)	女子	18.6%	令和4年度 全国体力・運動能力、 運動習慣等調査	女子	15%
	(参考 男子)	(8.6%)			

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。

②小中学生の肥満者の割合を減らそう（再掲）

◆ 課 題 目 標 ◆	第3次計画時の値			R17年度目標値	
★ 小中学生の肥満者の割合を減らそう	小学生	10.1%	令和4年度 肥満度計算式 により算出	小学生	7%
	中学生	12.2%		中学生	10%

学校保健統計調査方式による肥満度判定。6～14 歳における肥満度は、年齢別、身長別標準体重から判定した。

肥満度（過体重度）＝（実測体重（kg）－身長別標準体重（kg））／身長別標準体重（kg）×100（％）

「児童生徒の健康診断マニュアル（改訂版）」（平成18年3月財団法人日本学校保健会作成、文部科学省監修）により示された判定方法による肥満度が20％以上の者。

《高齢者》

低栄養傾向の高齢者の割合を減らそう(再掲)

◆ 課 題 目 標 ◆	第3次計画時の値		R17年度目標値
★ 低栄養の高齢者の割合を減らそう	20.6%	令和3年度 国保データベース (KDB)により算出	15%

BMI20以下の高齢者(65歳以上)

身長、体重からBMI(Body Mass Index / ボディ・マス指数)を求め、判定した。【BMI=体重(kg)÷身長(m)²】

《女性》

①若年女性のやせの割合を減らそう(再掲)

◆ 課 題 目 標 ◆	第3次計画時の値			R17年度目標値	
★ 若年女性(20代から30代)のやせの者の割合を減らそう	20代	9.2%	令和4年度 アンケート調査	20代	8%
	30代	12.6%		30代	10%

BMI18.5未満の若年女性(20代と30代)

身長、体重からBMI(Body Mass Index / ボディ・マス指数)を求め、判定した。【BMI=体重(kg)÷身長(m)²】

②生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している女性の割合を減らそう(再掲)

◆ 課 題 目 標 ◆	第3次計画時の値		R17年度目標値
★ 生活習慣病のリスクを高める量の飲酒をしている女性の割合を減らそう (1日当たりの純アルコール摂取量 20g以上)	33.4%	令和4年度 アンケート調査	17%

③妊娠中の喫煙をなくす(再掲)

◆ 課 題 目 標 ◆	第3次計画時の値		R17年度目標値
★ 妊婦の喫煙率を減らそう	3.8%	令和3年度 乳幼児健康診査 問診回答状況	0%

④妊娠中の飲酒をなくす(再掲)

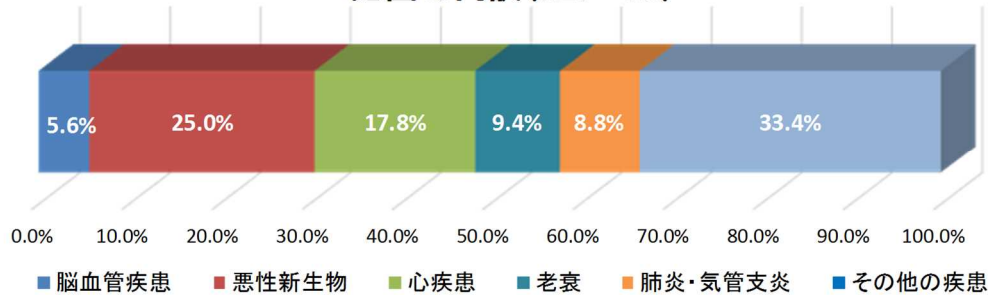
◆ 課 題 目 標 ◆	第3次計画時の値		R17年度目標値
★ 妊婦の飲酒率を減らそう	0.5%	令和3年度 乳幼児健康診査 問診回答状況	0%

有田市健康増進計画



有田市の健康指標

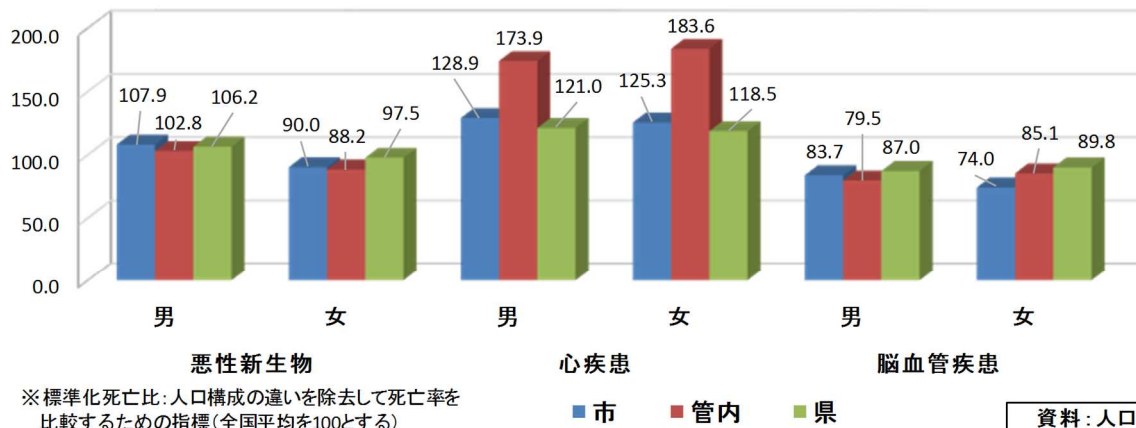
死因の内訳(H29～R3)



資料：人口動態

死因の内訳では、悪性新生物が最も多く、次いで心疾患が多くなっている。

3大生活習慣病による死因の標準化死亡比※(H29～R3)

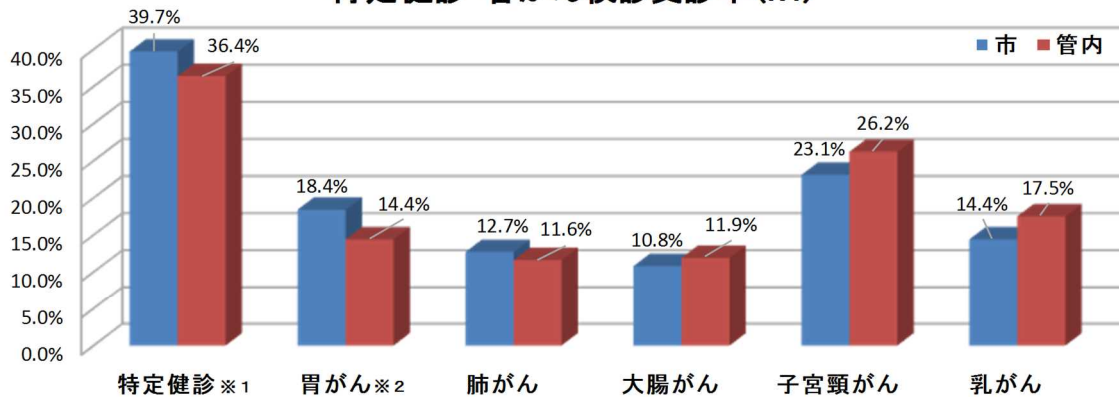


資料：人口動態

男性の悪性新生物による死亡比は県・管内と比較して高い。

男女とも、心疾患の死亡比が県と比較して高い。

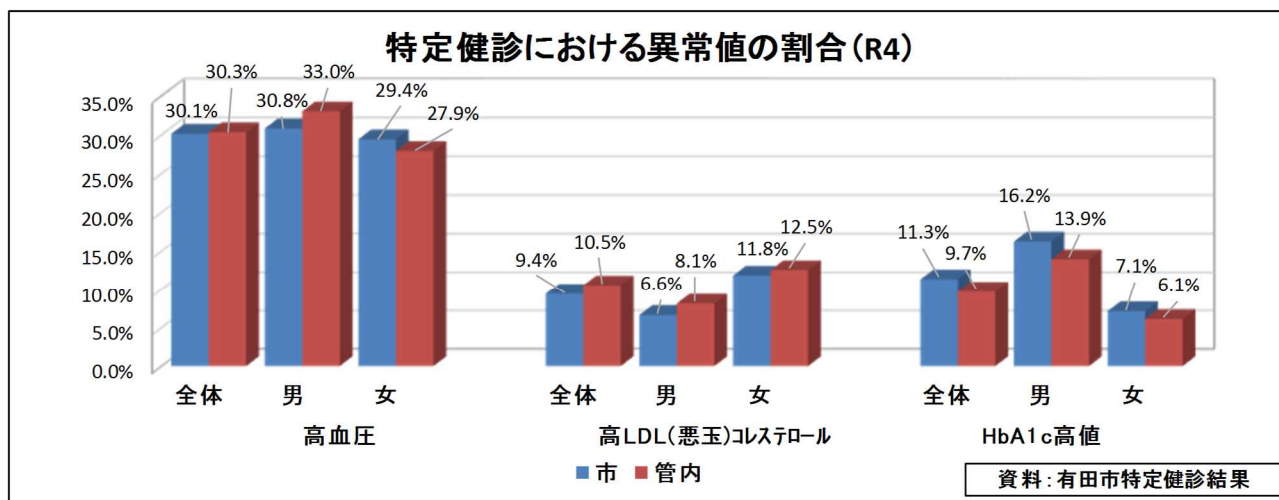
特定健診・各がん検診受診率(R4)



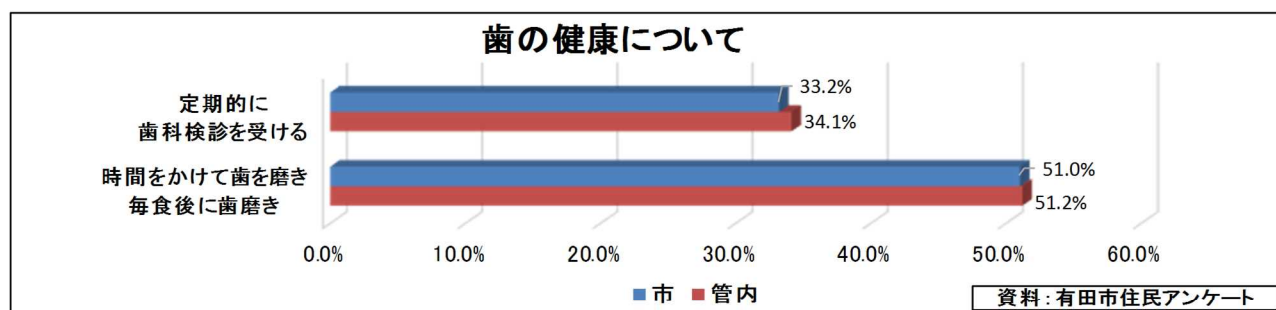
資料：有田市特定健診・がん検診結果

特定健診の受診率は、県・管内と比較して高い。

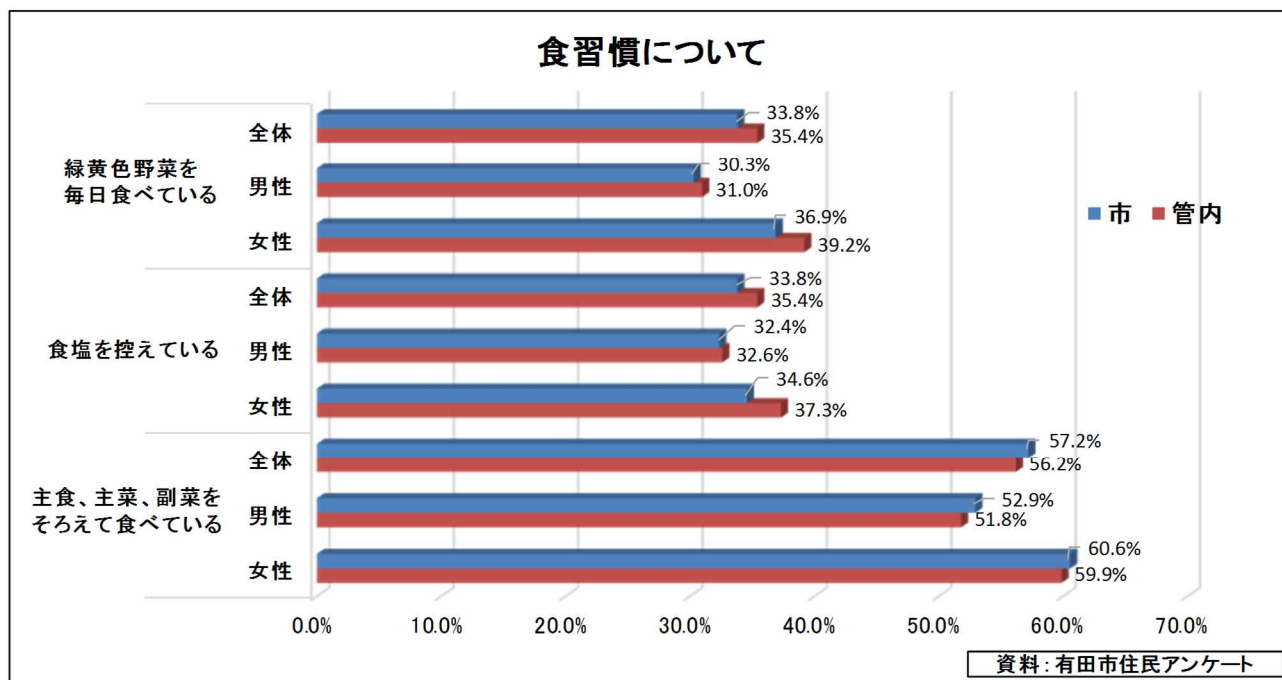
がん検診の受診率が2割程度と低く、管内と比較して大腸・子宮頸がん・乳がん検診が低い。



女性の高血圧と男女のHbA1c高値が管内と比較すると高い。

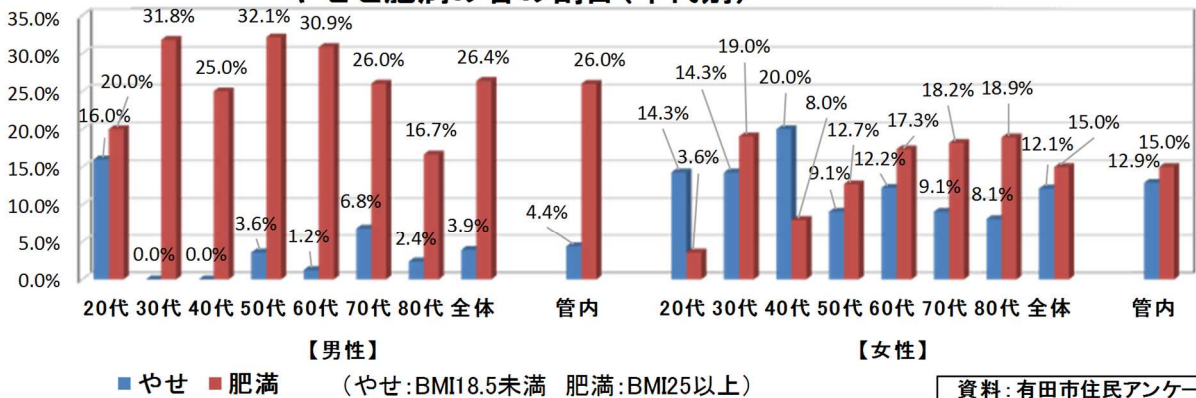


歯の健康維持を心掛けている者の割合は、5割程度である。



緑黄色野菜の摂取や減塩を心掛けている者の割合は、3割程度と低い。

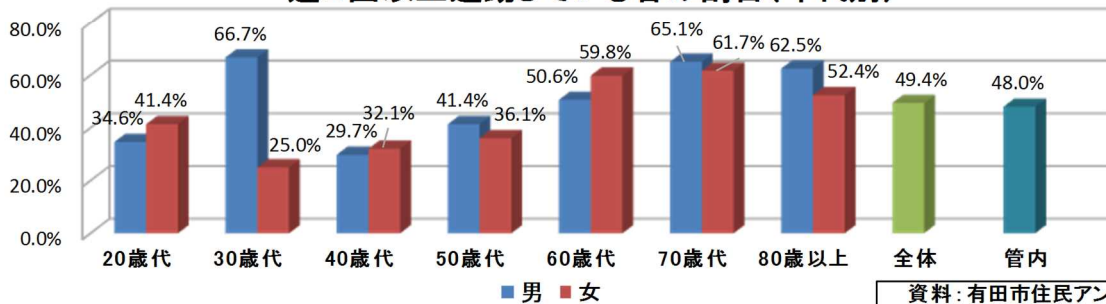
やせと肥満の者の割合(年代別)



資料: 有田市住民アンケート

男性はどの年代も肥満が多く、女性は20代～40代のやせが多い。

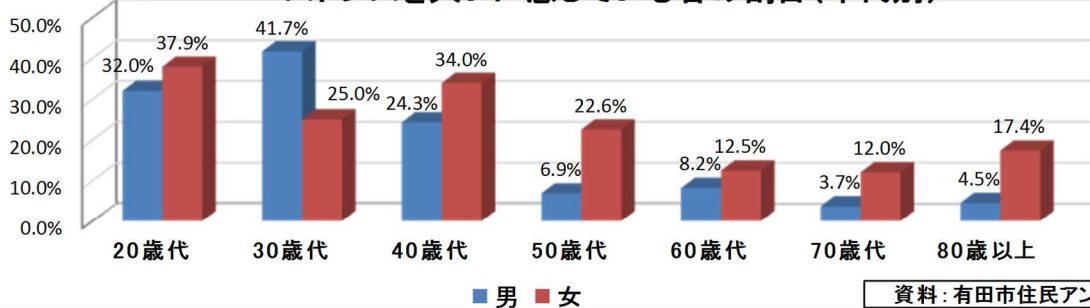
週2回以上運動している者の割合(年代別)



資料: 有田市住民アンケート

男性は40歳代、女性は30歳代と若い年代の運動している者の割合が低い。

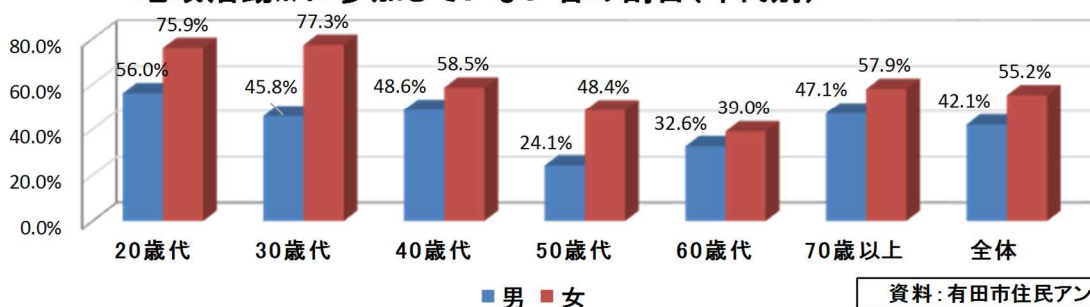
ストレスを大いに感じている者の割合(年代別)



資料: 有田市住民アンケート

20歳～40歳代にストレスを大いに感じている者の割合が高い。

地域活動※に参加していない者の割合(年代別)



資料: 有田市住民アンケート

全く地域活動に参加していない者の割合は20歳～40歳代及び、70歳以上で5割前後である。

※ 地域活動とは、自治会や健康づくり活動、趣味活動、余暇活動等活動を指します。

有田市 < 評 価 >				
第2次計画の健康課題と目標の達成状況				
1.がん検診の受診率は向上したが、死因別死亡数は依然として悪性新生物が最も多い状況である。 2.高血圧の者の割合は横ばいであった。高LDLコレステロールの者の割合は男女とも減少し目標は達成した。 低HDLコレステロールの者の割合は女性は減少し目標を達成したが、男性は増加し目標を達成できなかった。 3.歯の健康維持を心掛けている者の割合は増加し、定期的に歯科検診を受ける割合は目標を達成することができた。 4.ストレスを感じている者の割合は、ほぼ横ばいで目標を達成できなかった。 5.男性の肥満の割合は目標を達成できず増加した。 6.喫煙率は20代を含む全年代で低下し、目標を達成することが出来た。				
健 康 目 標	第2次計画 時の値	目 標 値	結 果	評 価
☆がん検診の受診者を増やす ・胃がん ・肺がん ・大腸がん ・子宮頸がん ・乳がん	H24年度 9.5% 13.6% 14.9% 44.9% 32.3%	 30.0% 30.0% 30.0% 60.0% 50.0%	R4年度 暫定値 ※1 39.4% 34.2% 29.2% 58.9% 33.2%	 ◎ ◎ ○ ○ △
☆脂質異常症・高血圧の者を減らす ・LDLが高い者の割合(160mg/dL以上) ・HDLが低い者の割合(40mg/dL未満) ・血圧が高い者の割合 (収縮期140mmHg以上、拡張期90mmHg以上の いずれか一方または両方満たすもの)	H24年度 男 10.4% 女 18.4% 男 10.5% 女 2.4% 30.5%	 男 7.0% 女 15.0% 男 6.0% 女 2.0% 25.0%	R4年度 (法定報告) 男 6.6% 女 11.8% 男 11.3% 女 1.9% 30.1%	 ◎ ◎ × ◎ △
☆歯の健康維持を心掛けている者の割合を増やす ・毎食後丁寧な歯磨きをする割合 ・定期的に歯科検診を受ける割合	H25年度 アンケート 41.1% 14.1%	 60.0% 30.0%	R4年度 アンケート 51.0% 33.2%	 ○ ◎
☆ストレスを感じている者の割合を減らす	H25年度 アンケート 男 52.1% 女 65.6%	 40.0% 45.0%	R4年度 アンケート 男 53.2% 女 65.8%	 × ×
☆男性の肥満者の割合を減らす (BMI25以上)	H25年度 アンケート 25.3%	 20.0%	R4年度 アンケート 26.4%	 ×
☆20代の喫煙率を減らす	H25年度 アンケート 男 53.8% 女 13.8%	 男 25.0% 女 7.0%	R4年度 アンケート 男 23.1% 女 0%	 ◎ ◎

※評価判定区分

◎ 達成 ○ 順調に改善 △ やや改善 × 横ばい・悪化 — 判定不能

※ 1 検診受診率は、令和2年国勢調査により報告された人数により算出された推計対象者数を用いて求めた
 推計対象者数＝市区町村人口－(就業者数－農林水産業従事者数)

対象年齢は、40歳～69歳(子宮頸がん検診は20歳～69歳)

胃・子宮頸がん検診及び乳がん検診の受診者数：(当該年度受診者数)＋(前年度受診者数)－(2年連続受診者数)

有田市の取組の経過

	事業実績	現状と課題
健康管理	【健(検)診を受けやすい体制づくり】 ・H23年度より健保被扶養者の特定健診(集団)を実施。(年4回) ・H24年度より胃がん検診内視鏡検査を実施。 ・H27年度よりがん検診受診券を発行し自己負担を無料化。 ・H29年度より肺がん検診の個別検診を実施(R2年度実施機関拡大) ・R2年度より、集団健診の申し込み方法にWEB申し込みを追加。 【健(検)診の受診勧奨】 ・H30年度より特定健診未受診者に受診勧奨のはがき送付を実施。(H30年～R4年:10回、32,475人) ・特定健診未受診者に電話勧奨を実施。(勧奨数:13,774人) ・40～44歳の誕生日に特定勧奨通知。(H29～30年:24回756人) ・H30年度より40歳誕生日に肝炎ウイルス検査と歯とがん検診の勧奨案内送付を実施。(H30年～R4年:60回1,393人) ・R4年度に国保の大腸がん検診未受診者に、ナッジ理論を用いて受診勧奨を実施。(R4年:5,612人) 【健診の事後指導について】 特定健診受診率 H25年25.1%→R4年39.7% 保健指導実施率 H25年17.9%→R4年37.9% 【歯科検診】 ・歯周疾患検診(40歳、50歳、60歳、70歳)受診率H25年1.6%→R4年9.0% ・健診・保育所で虫歯予防の啓発実施。(H25年～R1年:340人) ・R3年度より妊婦歯科健診を実施。(R3年～4年:75人) 【健康推進員】 健康づくり推進員養成講座 8回 実86人 健康づくり推進員(フォローアップ研修)13回 延266人 ・スーパーでの街頭啓発や保育所・小学校の保護者へ健診啓発。(H25年～R1年:6,863人)	・悪性新生物の標準化死亡比(SMR)は、前回より低下した(男性113.1→107.9、女性95.7→90.0)が、死因別死亡数は依然として悪性新生物が最も多い状況である。 ・がん検診の受診率は前回より向上したものの依然として低い状況である。 受診勧奨通知の実施や胃がん検診に内視鏡検査を導入、肺がん検診の個別検診を追加したことで受診率の向上につながった。 しかし、大腸、子宮頸、乳がん検診の受診率は管内より低い状況である。 ・アンケート調査では、健診を受けなかった理由として、「なんとなくわからない」「受ける必要を感じなかった」「仕事などの都合がつかなかった」「受診場所へ行くのが面倒だった」といった回答が目立ったため、健診の必要性の啓発や受診体制の整備が必要である。 ・心疾患の標準化死亡比(SMR)は、前回より上昇した。 (男性105.5→128.9、女性105.5→125.3) ・高コレステロールの者の割合は減少しているが、高血圧の者の割合が3割と高く、女性の高血圧と男女のHbA1cの高値の者の割合が管内よりも高い状況である。 ・アンケート調査より、直近1年間の受療状況では「高血圧」「糖尿病」「脂質異常症」「狭心症・心筋梗塞・心不全」が男女とも管内より高かった。 受療に至らないよう生活習慣を改善するための知識の普及啓発が必要である。 ・歯の健康維持を心掛けている者の割合は増加していたが、歯周疾患検診の受診率は9%(管内11.4%)と依然と低く、アンケート結果でも、定期的に歯科検診を受けている者の割合は33.2%(管内34.1%)と低いため、引き続き受診勧奨が必要である。
食生活と運動	【食育事業】 ・乳幼児期から適切な食生活ができるよう、保護者に目で見えてわかりやすい知識の普及に取り組む・健康相談・栄養相談を実施(120回1,285人) ・おはなし相談室を開催:4か月・10か月・1歳8か月・3歳児健診時に保護者へ栄養士による集団指導および個別相談(H29年より延3,395人) ・離乳食教室で栄養士の調理実演を導入(H30年より実2,738人) ・保育所幼稚園児へ紙芝居等食育事業実施(7回371人) ・小学生と保護者対象に親子料理教室実施(7回145人) 【食生活の知識と普及】 ・生活習慣病予防教室や糖尿病重症化予防事業を開催(147回939人) ・減塩レシピコンテストを実施し、レシピ集をホームページに掲載し、集団健診時に展示し減塩を啓発。 ・食生活改善推進員の養成講座を実施(2回延べ214人) ・食生活改善推進協議会による「男性料理教室・生涯骨太クッキング・減塩味噌汁を提供等」食育事業実施(23回462人) 【運動習慣の定着およびきっかけの場づくり】 ・ステップ運動・ウォーキング・筋トレ・体幹トレーニング・ヨガ・ハイキング等運動教室実施(朝・夜223回4,290人) ・肥満傾向の方を対象にした運動と食事指導による講座を開催(R2年度よりえみくると市立病院協賛事業 45回559人) ・小学生へ体操教室(親子ヨガ・骨盤教室)を開催(15回485人) ・産後のママ対象の骨盤ケア講座(H26年度より18回142人) 【介護予防事業】 ・ステップ運動等のいきいき体操(13か所)、いきいき100歳体操(28か所)高齢者サロン(6か所)、柔道整復師による体操教室(12か所)を開催(9,589回延べ127,544人) 【健康ポイント・健康アプリ事業】 ・H30年度より健康ポイント事業実施。R3年度よりアプリを導入(4,898人) ※R4年度登録者847人平均歩数6,336歩/日 【健康フェア・講演会】 ・生活習慣予防の講演会や健康フェアを開催(11回1,052人)	・緑黄色野菜を毎日食べている者や食塩を控えている者の割合は、全体の3割程度と低く、引き続き食事バランスも含め、食生活の改善を図る啓発をしていく必要がある。 ・アンケート結果より、BMI25以上の肥満の割合は、男女とも管内と同程度であり、男性の肥満は前回(25.3%)より増加していた。 今後も生活習慣の見直しが必要である。 また、小学生と中学生の肥満の割合は、小学生11.9%(管内10.1%)、中学生15.1%(12.2%)と管内より高かった。 こどもから高齢者までライフステージに応じた食習慣の大切さを伝えていく必要がある。 ・週2回以上の意識的な運動している者の割合は、管内より高く、前回(46.5%)より増加していた。しかし、年代別で見ると、男性は40歳代が29.7%、女性は30歳代が25.0%とそれぞれが最も低く、30～50歳代は3割前後であった。 フレイルやロコモティブシンドローム予防のためにも若い世代からの運動習慣を取り入れていく必要がある。また、ライフステージに応じた運動の場づくりと啓発が必要である。 ・健康アプリなどの導入により、健康に関心の薄い層への働きかけを行うことで、運動習慣や食事を気に掛けるといった動機付け効果につながっている。

	事業実績	現状と課題
こころの健康づくり	【こころの健康について】 ・精神科医による「こころの健康相談」の実施（利用者は延35人） ・こころの健康についてのパンフレットと啓発物品を医療機関、自治会、企業に配布（H31年より実施） ・自殺予防のためのゲートキーパー養成講座（7回、参加者は延324人） ・中学生対象に思春期教室の実施（24回、延1,008人） ・小学生対象にいのちの授業の実施（2回、延38人） 【精神保健事業】 ・自立支援医療受給者数 H25年307人→R4年392人 ・精神保健福祉手帳所持者 H25年140人→R4年244人（1級18人、2級125人、3級101人） ・精神疾患患者の家族会（115回、参加者は延802人） ・精神疾患患者当事者の会（94回、参加者は延367人） ・地域活動支援センター登録者数 45人（R4年度） 【ひきこもり対策について】 ・ひきこもりサポート事業 - ひきこもり居場所（139回、利用者は実16人延367人） - ひきこもり専門相談（18回、利用者は実26人延56人） - ひきこもり講演会（2回、参加者は延94人） ・ひきこもり支援関係機関ネットワーク会議の実施（R4年度開始 年1回） ・民生委員による社会参加活動に関する実態調査（ひきこもり状態の人 R1:27人、R3:23人） 【介護予防事業】 ・認知症サポーター養成講座H22年度より実施 受講者延べ2,447人（H25～R4） ・認知症カフェをH28年度より実施 参加者3,897人	・男女とも大いにストレスを感じている者の割合は20歳～40歳代が高かった。 自分に合ったストレス解消法をみつけられるよう情報提供やこころの相談場所の周知など、メンタルヘルスについて正しい知識の普及が必要である。 また、自殺予防の正しい知識を持ち、周囲から見守りを行うゲートキーパーの養成や、小中学生の頃から自分や他者の命を大切にすることといった学びを通じて、若年層の自殺予防に繋げる必要がある。 ・地域活動に全く参加していない者の割合が、男性42.1%、女性55.2%と多く、地域とつながり孤立を防ぐ体制づくりをすすめる必要がある。 ・精神疾患を抱える人が増加傾向の中、精神家族会や当事者の会の新規参加者が少ない。また支援する家族の高齢化が進んでいる。 そのため、関係機関と連携しながら自立に向けた支援や相談先の周知啓発が必要である。 ・30歳代～50歳代のひきこもり者が多いことから、ひきこもり者及びその家族が専門相談や居場所に早期に繋がり、自立に向けた支援ができるよう、事業の周知や関係者の連携を強化する必要がある。 ・高齢化が進む中、認知症の増加が予想されるため、認知症の啓発や認知症に対する理解を促進する必要がある。
嗜好品（酒・たばこ）	【防煙・禁煙対策】 ・平成25年より、防煙教室を市内7小学校4中学校で実施。（合計48回、1,904人） ・喫煙率H25年19.4%（男性32.3% 女性9.5%） →R4年10.5%（男性17.3% 女性5.0%） 【アルコール対策】 ・アルコール依存症について、こころの相談や医療機関、断酒会の紹介 ・健康フェア、イベント等で禁煙啓発、アルコールに関する知識の普及	・喫煙者の割合は減少し前回よりも改善していた。しかし、アンケートの結果によると、喫煙が呼吸器疾患に影響を及ぼすという認識をしている者が5～7割にとどまり、また妊婦への悪影響についての男性の認識が低い。 喫煙の害について正しい知識の普及を図る必要がある。 また、小中学校での防煙教室を継続する必要がある。 ・生活習慣病のリスクを高める量の飲酒をしている者の割合は、女性37.2%（管内33.4%）と管内よりも高かった。また、適正飲酒量を知らない者が3割あり適正飲酒量やアルコールによる体への影響を周知していく必要がある。

＜第3次計画の目標＞

有田市の健康指標からみる健康課題

- | | |
|---|---|
| 1.悪性新生物や心疾患による死亡が多い。
2.がん検診の受診率が低い。
3.高血圧や脂質異常症、高血糖の者の割合が高い。
4.歯の健康維持を心掛けている者の割合が低い。
5.食事バランスに気をつけている者の割合が低い。
6.肥満ややせ等適正な体重を維持ができない者が多い。 | 7.意識的に運動している者の割合をさらに高める。
8.20～40歳代のストレスを感じている者の割合が高い。
9.地域活動に参加していない者の割合が高い。
10.喫煙が及ぼす影響について認識が低い。
11.生活習慣病のリスクを高める量の飲酒をしている者の女性の割合が高い。 |
|---|---|

健 康 目 標	現 状 値	R17年度目標値
☆特定健診やがん検診の受ける者の割合を増やす ・特定健診	(R4法定報告) 39.7%	50.0%
・胃がん ・肺がん ・大腸がん ・子宮頸がん ・乳がん	(R4地域保健) 暫定値 ※1 18.4% 12.7% 10.8% 23.1% 14.4%	30.0% 25.0% 25.0% 35.0% 30.0%
☆高血圧症・脂質異常症・高血糖の者を減らす ・血圧が高い者の割合 (収縮期140mmHg以上、拡張期90mmHg以上の いずれか一方または両方満たすもの) ・LDLが高い者の割合(160mg/dL以上) ・HbA1cが高い者の割合(6.5%以上)	(R4法定報告) 30.1% 参考値(男30.8% 女29.4%) 男 6.6% 女 11.8% 11.3% 参考値(男16.2% 女7.1%)	20.0% 4.0% 8.0% 8.6%
☆歯周疾患検診(節目40・50・60・70歳)を受ける者の割合を増やす	(R4地域保健) 暫定値 9.0%	21.0%
☆歯の健康維持を心掛けている者の割合を増やす ・毎食後丁寧な歯磨きをする割合 ・定期的に歯科検診を受ける割合	(R4アンケート) 51.0% 33.2%	63.0% 45.0%
☆食事をバランスよくとる者の割合を増やす ・食塩を控える者の割合 ・緑黄色野菜を毎日食べる者の割合 ・主食・主菜・副菜をそろえて食べる割合	(R4アンケート) 33.8% 33.8% 57.2%	45.5% 45.5% 65.0%

※1 対象者数は、対象年齢の全住民

受診率の算定にあたっては、40～69歳(胃がん検診は、平成28年度以降50～69歳、子宮頸がん検診は20～69歳)を対象として算出。
 胃、子宮頸がん及び乳がん検診の受診者数(胃がんは平成28年度以降):(当該年度受診者数)+(前年度受診者数)-(2年連続受診者数)
 受診率について、第2次評価の現状値は令和2年国勢調査により報告された人数による推計対象者数を用いて算出し、第3次計画の現状値は、全住民を対象者として算出したため、受診率は異なります。

健 康 目 標	現 状 値		R17年度目標値
☆適正体重を維持する ・男性の肥満者の割合を減らす（BMI25以上）※2 ・小中学生の肥満者の割合を減らす ※3 ・若年女性（20代～30代）のやせの者の割合を減らす（BMI18.5未満）※2 ・低栄養傾向の高齢者の割合を減らす（65歳以上、BMI20以下）※2	（R4アンケート）	26.4%	20.0%
	（R4年度肥満度計算式）	小学生 11.9% 中学生 15.1%	9.0% 12.0%
	（R4アンケート）	20代 14.3% 30代 14.3%	12.0% 12.0%
	R4年度国保データベース（KDB）	22.7%	18.0%
☆週2回以上意識的に運動する者の割合を増やす	（R4アンケート）	49.4% （参考値：男52.7% 女47.2%）	60.0%
☆運動やスポーツを習慣的に行っていないこどもの割合を減らす（小学5年生）	（R4年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査）	女子 10.9% （参考値：男子9.4%）	8.0%
☆20代～40代のストレスを大いに感じている者の割合を減らす	（R4アンケート）	31.6% （参考値：男31.4% 女31.7%）	25.0%
☆地域活動に全く参加していない者の割合を減らす	（R4アンケート）	男 42.1% 女 55.2%	36.0% 50.0%
☆喫煙率を減らす	（R4アンケート）	男 17.3% 女 5.0%	11.0% 3.0%
☆妊娠中の喫煙をなくす	（R3年度乳幼児健康診査問診回答状況）	3.2%	0%
☆生活習慣病のリスクを高める量の飲酒をしている者の割合を減らす （1日あたりの純アルコール摂取量 男性40g以上、女性20g以上）	（R4アンケート）	男 21.4% 女 37.2%	15.0% 25.0%
☆妊娠中の飲酒をなくす	（R3年度乳幼児健康診査問診回答状況）	1.6%	0%

※2 身長、体重からBMI（Body Mass Index/ボディ・マス指数）を求め、判定した。【BMI＝体重（kg）÷身長（m）²】

※3 学校保健統計調査方式による肥満度判定が20%以上の者。

6～14歳における肥満度は、年齢別、身長別標準体重から判定した。

肥満度（過体重度）＝（実測体重（kg）－身長別標準体重（kg））／身長別標準体重（kg）×100（%）

有田市の取組

	個人の取組	社会の取組
健康管理	・健(検)診を定期的を受診します。 ・健(検)診結果に基づき、日常生活を見直します。 ・精密検査は必ず受けます。 ・家族や周りの人に、健(検)診受診を勧めます。 ・歯科検診を定期的を受診します。 ・ブラッシング指導を受け、磨くポイントを知ります。 ・毎食後丁寧に歯磨きをします。	・健(検)診を受けやすい体制をつくります。 ・健(検)診や精密検査の必要性を伝え、受診を勧奨します。 ・若い世代からの健(検)診の必要性や、予防の重要性を伝えます。 ・健康に関する講座や相談を実施します。 ・健康づくりのリーダー人材を育成します。 ・歯の健康保持が、全身疾患の予防につながることを周知します。 ・歯科検診の受診を勧奨します。
食生活と運動	・バランスの良い食事を1日3食きちんと食べます。 ・素材の味を生かして薄味を心掛けます。 ・1日の野菜摂取目標量350gを摂ることを心掛けます。 ・間食の取りすぎに気をつけます。 ・適正体重を維持します。 ・栄養成分表示を見る習慣をつけます。 ・乳幼児の頃から、食習慣に気をつけます。 ・こどもと一緒に、買い物や調理をします。 ・家族そろって楽しい雰囲気です食事をします。 ・自分にあった運動に取り組みます。 ・こどもと一緒に身体をつかって遊びます。 ・フレイルやロコモティブシンドロームの予防のため、適切な食事と運動を心掛けます。	・ライフステージや身体の状態に合わせた食事や栄養バランス、運動習慣の普及啓発を行います。 ・減塩などの生活習慣病予防の知識を普及啓発します。 ・親子で食育について学ぶ機会をつくります。 ・保育所・幼稚園・小中学校と連携し、こどもの頃からの健康づくり(食事・運動)を推進します。 ・小学生を対象に、みかんの摘果や収穫、米作り体験等を通じて農業や地域の農産物への理解を促進し、地産地消を推進します。 ・運動習慣のきっかけとなる場を作ります。 ・関係機関と連携し、運動に取り組みやすい環境をつくります。 ・自ら健康づくりに取り組むため、アプリ等の活用を推進します。 ・フレイルやロコモティブシンドローム予防の知識を普及啓発します。
こころの健康づくり	・自分に合ったストレス解消法を見つけます。 ・ストレスと上手に付き合います。 ・自分に合った睡眠のスタイルをみつけ、良質な睡眠をとり、生活リズムを整えます。 ・心がしんどくなれば、相談機関や専門医にかかります。 ・人との会話を増やすよう心掛けます。 ・自分に合った地域活動に参加し、趣味を楽しみます。	・様々な悩みや困りごとの相談に応じ、適切な支援につなげます。 ・身近なこころの健康相談窓口を周知します。 ・心の健康、ストレス対策について、正しい知識の普及啓発をします。 ・ゲートキーパー等の人材育成に取り組みます。 ・ひきこもり専門相談、居場所を提供します。 ・小中学生の頃から、命や自分を大切にすることを学ぶ機会を設けます。 ・認知症に対する知識の啓発のため、認知症サポーターを養成します。 ・認知症の相談窓口を周知し、必要な支援につながりやすくします。 ・各世代が社会参加できるよう、仲間づくりを支援します。
嗜好品(酒・たばこ)	・自分の飲酒適量を知ります。 ・お酒やたばこを人に勧めません。 ・お酒やたばこの体への影響を知ります。 ・禁煙や分煙に協力します。	・小中学生を対象に防煙教室を継続実施します。 ・また、大人(保護者)も一緒に学ぶ機会を作ります。 ・地域の禁煙や分煙を推進します。 ・禁煙したい人を支援します。 ・アルコール依存の相談窓口、支援体制を充実させます。 ・妊娠中のお酒やたばこの影響を伝えます。 ・飲酒や喫煙を自己管理できるよう、正しい知識の普及啓発をします。

【ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり】

趣旨

ライフステージ(乳幼児期、青壮年期、高齢期等の人生における各段階)ごとに様々な健康課題があり、これまでは各ライフステージに応じた健康づくりの取組を進めてきた。

しかし、今後は以下の点を考慮し、人生を胎児期、乳幼児期、学齢期、成人期、高齢期まで繋げて連続して捉える健康づくり(ライフコースアプローチ)の観点を取り入れながら、生活習慣や生活環境等の影響にも着目し、健康づくりの施策展開をしていくことが重要である。

- ・幼少期からの生活習慣や健康状態が、大人になってからも大きく影響を与えること
- ・妊婦の健康がこどもの健康にも影響すること
- ・高齢期に至るまで健康を保持するためには、若年期からの健康への取組が重要であること
- ・女性では、ライフステージごとに女性ホルモンが劇的に変化すること

有田市健康増進計画での健康課題と目標値

人生の各段階における健康課題の解決を図るため、特にこども、高齢者、女性に関する目標値を以下のとおり設定する。

なお、ライフコースアプローチとして目標を設定していない就労世代や男性等について、健康づくりの取組を進めることも重要である。

《こども》

①運動やスポーツを習慣的に行っていないこどもの割合を減らそう(再掲)

◆健康目標◆	第3次計画時の値			R17年度の目標値	
★運動やスポーツを習慣的に行っていないこどもの割合を減らす(小学5年生)	女子(管内)	10.9% (18.6%)	R4年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査	女子	8.0%
	(参考男子)	9.4% (8.6%)			

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

②小中学生の肥満者の割合を減らそう(再掲)

◆健康目標◆	第3次計画時の値			R17年度の目標値	
★小中学生の肥満者の割合を減らす	小学生(管内)	11.9% (10.1%)	令和4年度肥満度計算式により算出	小学生	9.0%
	中学生(管内)	15.1% (12.2%)		中学生	12.0%

学校保健統計調査方式による肥満度判定が20%以上の者。

6～14歳における肥満度は、年齢別、身長別標準体重から判定した。

肥満度(過体重度) = (実測体重(kg) - 身長別標準体重(kg)) / 身長別標準体重(kg) × 100(%)

《高齢者》

①低栄養傾向の高齢者の割合を減らそう(再掲)

◆健康目標◆	第3次計画時の値		R17年度の目標値
★低栄養傾向の高齢者の割合を減らす	22.7% (管内20.9%)	令和4年度 国保データ ベース(KDB) から算出	18.0%

《女性》

①若年女性のやせの割合を減らそう(再掲)

◆健康目標◆	第3次計画時の値			R17年度の目標値	
★若年女性のやせの割合を減らす	20代 (管内)	14.3% (9.2%)	令和4年度 アンケート 調査	20代	12.0%
	30代 (管内)	14.3% (12.6%)		30代	12.0%

BMI18.5未満の若年女性(20代と30代)

身長、体重からBMI(BodyMass Index/ボディ・マス指数)を求め、判定した。【BMI=体重(kg)÷身長(m)²】

②生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している女性の割合を減らそう(再掲)

◆健康目標◆	第3次計画時の値		R17年度の目標値
★生活習慣病のリスクを高める量の飲酒をしている 女性の割合を減らす (1日あたりの純アルコール摂取量が20g以上)	37.2% (管内33.4%)	令和4年度 アンケート 調査	25.0%

③妊娠中の喫煙をなくす(再掲)

◆健康目標◆	第3次計画時の値		R17年度の目標値
★妊娠中の喫煙をなくす	3.2% (管内3.8%)	令和3年度 乳幼児健康 診査問診回答	0%

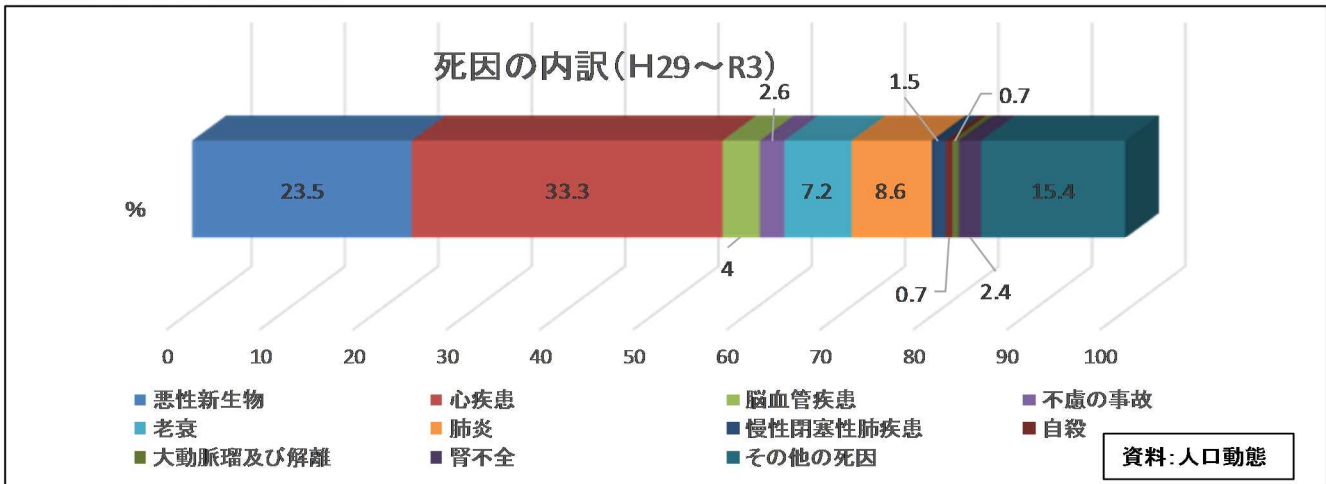
④妊娠中の飲酒をなくす(再掲)

◆健康目標◆	第3次計画時の値		R17年度の目標値
★妊娠中の飲酒をなくす	1.6% (管内0.5%)	令和3年度 乳幼児健康 診査問診回答	0%

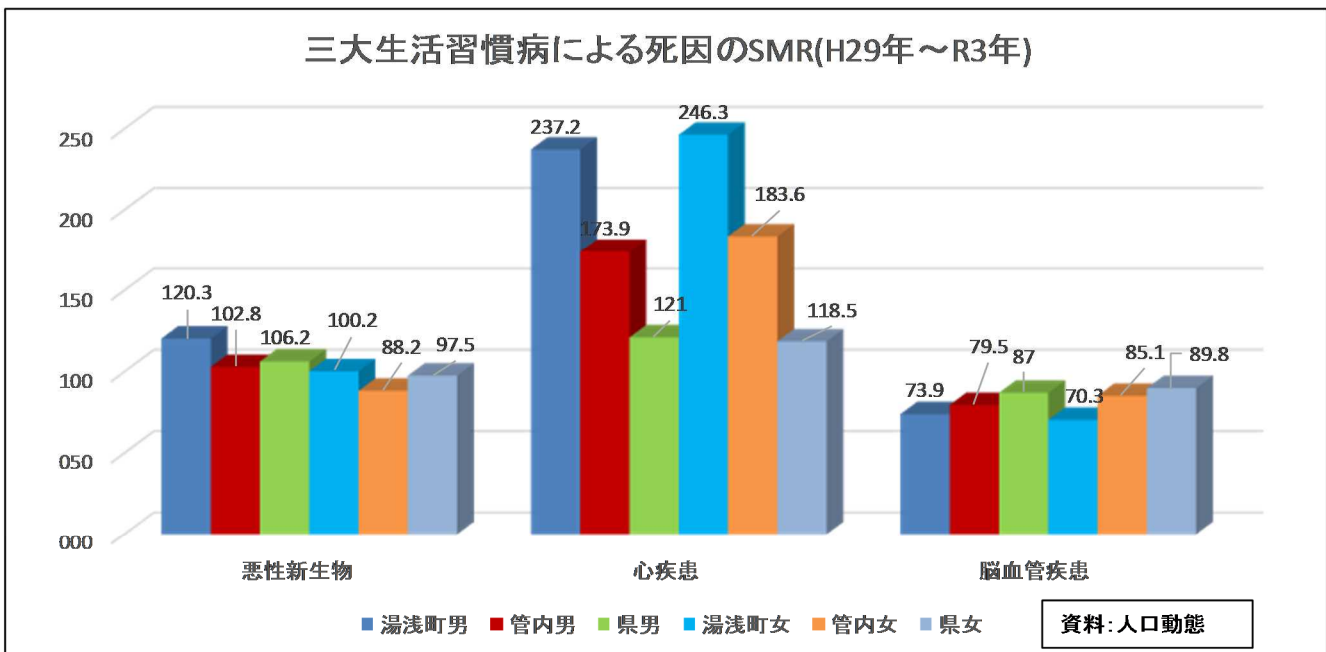
湯浅町健康増進計画



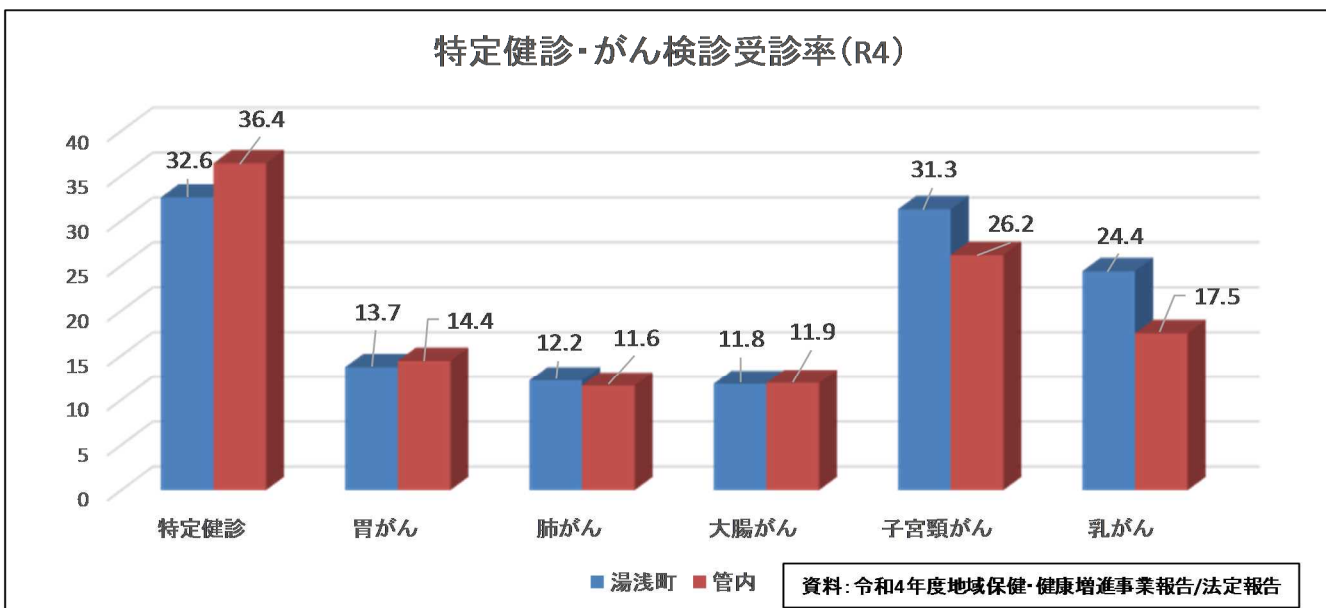
湯浅町の健康指標



湯浅町の死因は心疾患が最も多く、次いで悪性新生物、肺炎であり、三大生活習慣病が60.8%を占めている。

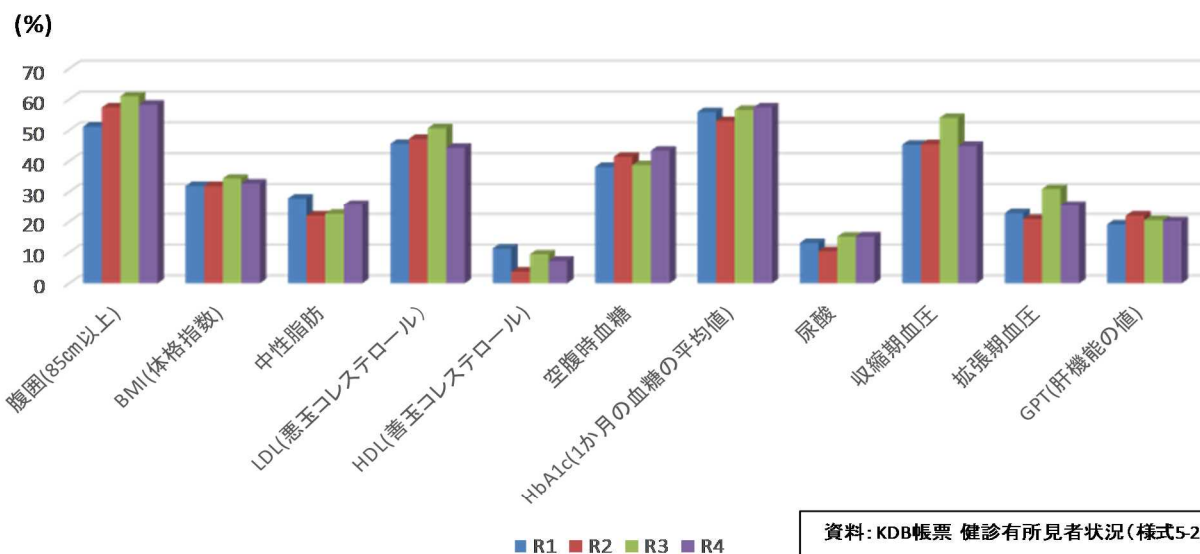


湯浅町のSMRは、心疾患は男性・女性共に県・管内と比較して高くなっている。

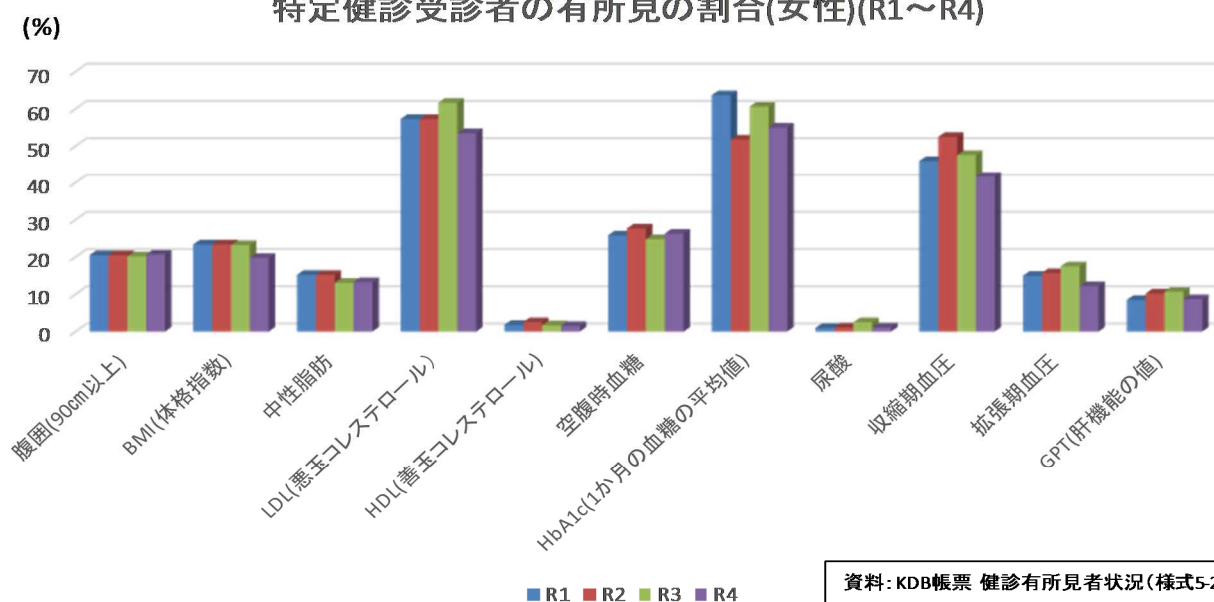


湯浅町は特定健診は県・管内に比べ、やや低い。がん検診受診率は県・管内より高い。

特定健診受診者の有所見の割合(男性)(R1～R4)

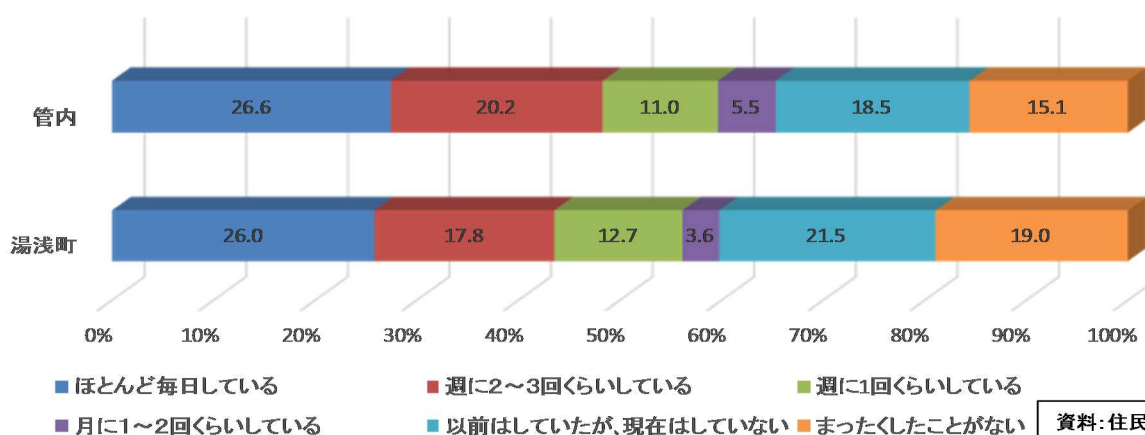


特定健診受診者の有所見の割合(女性)(R1～R4)



男性は、腹囲の有所見者の割合が高く、空腹時血糖、HbA1cが増加傾向である。女性は、やや減少傾向にあるが、LDLコレステロール、HbA1c、収縮期血圧の有所見者の割合が高い。

運動している者の割合



運動習慣がない(以前はしていたが、現在はしていないまたはまったくしたことがない)者の割合は管内に比べて高い。

湯浅町 < 評 価 >

第2次計画の健康課題と目標の達成状況

1. 心疾患による死亡率が高い。
2. 高血圧症の者の割合が高い。
3. 特定健診やがん検診の受診率が低い。
4. 大量飲酒者が多い。
5. 歯の健康維持を心掛けている者の割合が少ない。

健 康 目 標	第2次計画 時の値	目標値	結 果	評 価
☆特定健診やがん検診の受診者を増やす ・特定健診	H24年度 27.9%	45%	R4年度法定報告 32.6%	△
・胃がん	19.3%	30%	R4年度(暫定値)※1 23.2%	△
・肺がん	25.7%	30%	31.5%	◎
・大腸がん	24.3%	30%	30.4%	◎
・子宮頸がん	62.2%	65%	80.6%	◎
・乳がん	50.9%	60%	54.8%	△
☆脂質異常症・高血圧症の者を減らす	H24年度		R4年度国保データベース (KDB)	
・LDLが高い者の割合を減らす	男11.5% 女24.0%	男7% 女15%	男6.7% 女10.5%	◎ ◎
・HDLが低い者の割合を減らす	男9.4% 女2.0%	男6% 女1.5%	男9.1% 女1.7%	△ ○
・高血圧の者の割合を減らす	30.3%	20%	25.4%	△
・HbA1cが高い者の割合を減らす (5.6%以上)	男59.1% 女62.7%	男35% 女35%	男55.8% 女54.3%	△ △
・適切な内容、量を食べる者の割合を増やす	男73.2% 女66.7%	男80% 女80%	R4年度 アンケート 男71.6% 女73.7%	× ○
・食塩を控えている者の割合を増やす	男29.0% 女38.2%	男40% 女50%	男35.8% 女37.6%	○ ×
☆大量飲酒者を減らす	H25年度 アンケート		R4年度 アンケート	
・3合以上飲酒する者の割合を減らす	男8.2% 女7.4%	男3% 女1%	男9.9% 女2.8%	× ○
・適度の飲酒量(1合程度)を知っている者の割合を増やす	男44.0% 女85.0%	男70% 女90%	男65.4% 女81.8%	○ ×
☆歯の健康維持を心掛けている者を増やす	H25年度 アンケート		R4年度 アンケート	
・フッ素入り歯磨きを使用する者の割合を増やす	23.7%	30%	16.8%	×
・定期的に歯科検診を受ける者の割合を増やす	20.3%	30%	17.8%	×
・毎食後丁寧な歯磨きをする者の割合を増やす	49.3%	60%	42.0%	×

※評価判定区分

◎ 達成 ○ 順調に改善 △ やや改善 × 横ばい・悪化 — 判定不能

※1 検診受診率は令和2年国勢調査により報告された人数により算出された推計対象者数を用いて求めた

推計対象者数＝市区町村人口－(就業者数－農林水産業従事者数)

対象年齢は、40～69歳(子宮頸がん検診20～69歳)

子宮頸がん検診及び乳がん検診の受診者数：(当該年度受診者数)＋(前年度受診者数)－(2年連続受診者数)

湯浅町の取組の経過		
	事業実績	現状と課題
健康管理	【生活習慣病予防について】 健康相談の実施(週1回 延1,626人) 乳幼児相談での栄養指導の実施(月2回 延1,612人) 成人を対象とした栄養教室の実施(77回 延276人) 特定保健指導の実施 (動機付け支援指導終了者 延175人) (積極的支援指導終了者 延30人) 【健(検)診が受けやすい体制】 広報・回覧・町内放送・個人通知(クーポン)・SMS・LINE・ 勧奨ハガキによる受診勧奨 街頭啓発の実施 日曜健(検)診の実施 がん検診・特定健診の同日実施 前立腺がん検診の導入 特定健診の自己負担金の無料化	・心疾患による死亡率が男女ともに、県・管内よりも高く、減塩食や生活習慣の改善を促すよう、健康相談・栄養教室・指導の内容を工夫していく必要がある。 ・特定健診・各がん検診の受診率は10年前に比べて向上している。しかし、胃がん・乳がん検診は目標値には到達していないため、引き続き受診しやすい体制づくりを行い、受診勧奨方法等工夫していく必要がある。 ・脂質異常症の割合は10年前と比べて改善傾向がみられている。高LDL者の割合については、目標達成となっている。しかし、高血圧と高血糖は高い状況にあるため、生活習慣改善に向けた個別指導や健康教室の実施、健康推進員による活動等により健康づくりを強化していく必要がある。
運動	【運動について】 ・ウォーキング教室の実施(年3～7回、延233人) ・エアロビクス教室の実施(週1回 1か所にて実施) ・ヨガ教室の開催(週1回 2か所にて実施) ・筋力トレーニング教室の開催(週2回 2か所で実施) ・お元気体操教室の実施(65歳以上、7か所で実施、延563人)	・新型コロナウイルス感染症の流行により、運動教室への参加人数が少なくなり、以前は運動を行っていたが現在行っていない者が増えている。今後は運動教室の参加を促し、運動する機会が増えるよう支援していく。 ・運動をしている者の割合は、管内に比べて低い。世代に応じた運動教室の設置・調整に取り組み、運動習慣を身につけるよう促していく必要がある。また、講演活動等により運動の必要性を啓発していくことでフレイル予防に取り組んでいく必要がある。
嗜好品	【歯について】 広報での知識の普及 保育園での歯科健康教育の実施 (年中・年長児対象に3か所、R4年度～2か所) 保育所3か所でのフッ素洗口の実施(4・5歳児対象 延982人) 健康まつりでのフッ素塗布の実施(年1回、延693人) 歯周病検診案内はがきを誕生日に送付 (40・50・60・70歳を対象) 【たばこについて】 防煙教室の実施(対象小中学校各1回 延523人) 禁煙啓発の実施(毎年度実施)	・10年前の歯の健康維持を心掛ける者を増やすについて、目標に達していない。R2～R4年度については新型コロナウイルス感染症の流行により、保育園での歯科健康教育やフッ素洗口の実施、健康まつりのフッ素塗布の実施ができなかった。今後は状況を見ながら、実施勧奨を行い、再び保育園での歯科健康教育やフッ素洗口の実施ができるよう、サポートしていく必要がある。 ・10年前に比べ、現在喫煙している者の割合が減少し、以前喫煙していた者が禁煙された割合も増加していることから、たばこの健康被害のリスクに関する知識がより普及してきたといえる。 ・3合以上飲酒している者の割合は、10年前に比べ女性は改善が見られたが、男性は悪化している。適正飲酒量の認知度は向上傾向にあるが、適正飲酒量や身体への悪影響など引き続き指導・啓発していく必要がある。

＜第3次計画の目標＞		
湯浅町の健康指標からみる健康課題		
1. 男女ともに心疾患による死亡率が高い 2. 脂質異常症・高血圧症の者が多い 3. 特定健診・がん検診の受診率が低い 4. 歯の健康維持を心掛けている者の割合が低い 5. 毎日運動している者の割合が低い 6. ストレスを感じている者の割合が高い		
健 康 目 標	現 状 値	R17年度目標値
特定健診・がん検診の受診者を増やす ・特定健診 ・胃がん ・肺がん ・大腸がん ・子宮頸がん ・乳がん	R4年度(法定報告) 32.6% R4年度(暫定値)(※1) 13.7% 12.2% 11.8% 31.3% 24.4%	60% 30% 30% 30% 60% 50%
・高血圧症の者の割合を減らす ・適切な内容、量を食べる者の割合を増やす ・食塩を控えている者の割合を増やす ・低栄養の高齢者の割合を減らす(65歳以上、BMI 20以下)(※5)	R4年度国保データベース(KDB) 25.4% R4年度アンケート 男71.6% 女73.7% 男35.8% 女37.6% R4年度国保データベース(KDB) 18.9%	15% 80% 80% 45% 45% 15%
歯の健康維持を心掛ける者を増やす ・丁寧な歯磨きをする者を増やす (時間をかける、毎食後歯を磨く、デンタルフロス・歯間ブラシを使う) ・フッ素入りの歯磨き剤を使用する者を割合を増やす ・定期的に歯科検診を受ける者の割合を増やす	R4年度 アンケート 42.0% 16.8% 17.8%	60% 30% 30%
運動している者の割合を増やす ・週2回以上の運動している者の割合を増やす ・ロコモティブシンドローム知っている者の割合を増やす ・運動やスポーツを習慣的に行っていないこどもの割合を減らす (小学5年生) ・小中学生の肥満者の割合を減らす	R4年度 アンケート 43.2% 23.9% 女子12.5% (※2) (参考)男子6.6% 小学生9.9%(※3) 中学生10.9%	60% 40% 10% 小学生5% 中学生5%

健 康 目 標	現 状 値	R17年度目標値
・ストレスを感じている者の割合を減らす	R4年度 アンケート 男51.6% 女68.5%	40% 40%
・若年女性(20代から30代)のやせの者の割合を減らす (BMI 18.5未満)(※5)	R4年度アンケート 20代7.1% 30代16.7%	20代5% 30代10%
・生活習慣病のリスクを高める量の飲酒をしている女性の割合を 減らす (1日当たりの純アルコール摂取量 20g以上)	34.2%	20%
・妊婦の喫煙率を減らす	3.8%(※4)	0%

※1 令和4年度地域保健・健康増進事業報告より

対象者数は、対象年齢の全住民

受診率は、40～69歳(胃がんは50～69歳、子宮頸がんは20～69歳)を対象

胃・子宮頸がん検診及び乳がん検診の受診者数:(当該年度受診者数)+(前年度受診者数)-(2年連続受診者数)

※2 令和4年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査

※3 学校保健統計調査による肥満度判定が20%以上の者

※4 令和4年度乳幼児健康診査問診回答状況

※5 身長、体重からBMI(Body Mass Index / ボディ・マス指数)を求めて判定【BMI=体重(kg)÷身長(m)²】

湯浅町の取組

	個人の取組	社会の取組
健康づくり	・毎年1回特定健診、がん検診を受けます。 ・精密検査を必ず受け、治療します。 ・健(検)診結果に基づき、日常生活を見直します。 ・歯の健康について、関心を持ち、丁寧なケアを心掛けます。 ・幼少期からフッ素物を使用した歯磨きの習慣をつけます。 ・定期的に歯科検診を受け、歯の健康に努めます。 ・自分にあったストレス解消法を見つけます。	・受診しやすい健診体制づくりに努めます。 ・保健指導を丁寧に行います。 ・歯の健康について、知識の普及を行います。 ・幼児期からの歯の健康づくりに努めます。 ・歯科検診の啓発を行います。 ・ストレス対策等、心の健康について正しい知識を普及します。
食事・運動	・減塩を心掛けます。 ・バランスの良い食事量・内容に努めます。 ・幼少期からの食生活に気を付けます。 ・食事や栄養に関する教室へ参加します。 ・運動等、身体を動かす機会を作ります。 ・意識的に身体を動かします。	・乳幼児期からのこどもの健康づくりに努めます。 ・子ども達に食への関心を持つきっかけ作りに努めます。 ・食事や栄養に関する教室への参加を促し、知識の普及に取り組みます。 ・運動教室開催を広く周知し、運動習慣のきっかけづくりに取り組みます。 ・ロコモティブシンドロームの知識普及に取り組みます。
嗜好品	・禁煙に取り組みます。 ・適度な飲酒量を知り、飲酒量を守ります。 ・たばこやアルコールの知識について正しい知識を身につけます。 ・未成年に喫煙・アルコールを勧めません。	・たばこ、アルコールの害について正しい知識を普及します。 ・学校と連携し、未成年への喫煙、飲酒の健康被害等、正しい知識の普及に取り組みます。 ・親世代が禁煙・アルコールの正しい知識を学べる機会を作ります。

【ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり】

趣旨

ライフステージ(乳幼児期、青壮年期、高齢期等の人生における各段階)ごとに様々な健康課題があり、これまでは各ライフステージに応じた健康づくりの取組を進めてきた。

しかし、今後は以下の点を考慮し、人生を胎児期、乳幼児期、学齢期、成人期、高齢期まで繋げて連続して捉える健康づくり(ライフコースアプローチ)の観点を取り入れながら、生活習慣や生活環境等の影響にも着目し、健康づくりの施策展開をしていくことが重要である。

- ・幼少期からの生活習慣や健康状態が、大人になってからも大きく影響を与えること
- ・妊婦の健康がこどもの健康にも影響すること
- ・高齢期に至るまで健康を保持するためには、若年期からの健康への取組が重要であること
- ・女性では、ライフステージごとに女性ホルモンが劇的に変化すること

湯浅町健康増進計画での健康課題と目標値

人生の各段階における健康課題の解決を図るため、特にこども、高齢者、女性に関する目標を以下のとおり設定する。

なお、ライフコースアプローチとして目標を設定していない就労世代や男性等について、健康づくりの取組を進めることも重要である。

《こども》

①運動やスポーツを習慣的に行っていないこどもの割合を減らす(再掲)

◆課題目標◆	第3次計画時の値			R17 年度目標値	
★運動やスポーツを習慣的に行っていないこどもの割合を減らす(小学5年生)	女子	12.5%	令和4年度 全国体力・運動能力、 運動習慣等調査	女子	10%
	(参考男子)	6.6%			

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

②小中学生の肥満者の割合を減らす(再掲)

◆課題目標◆	第3次計画時の値			R17 年度目標値	
★小中学生の肥満者の割合を減らす	小学生	9.9%	令和4年度 肥満度計算式に より算出	小学生	5%
	中学生	10.9%		中学生	5%

学校保健統計調査による肥満度判定が 20%以上の者。

6～14 歳における肥満度は、年齢別、身長別から判定した。

肥満度(過体重度) = (実測体重(kg) - 身長別標準体重(kg)) / 身長別標準体重(kg) × 100(%)

《高齢者》

①低栄養傾向の高齢者の割合を減らす(再掲)

◆課題目標◆	第3次計画時の値		R17 年度目標値
★低栄養の高齢者の割合を減らす	18.9%	令和4年度 国保データベース(KDB)に より算出	15%

BMI20 以下の高齢者(65 歳以上)

身長、体重から BMI(Body Mass Index/ボディ・マス指数を求め、判定した。【BMI＝体重(kg)÷身長(m)²】

《女性》

①若年女性のやせの割合を減らす(再掲)

◆課題目標◆	第3次計画時の値			R17 年度目標値	
★若年女性(20 代から 30 代)のやせの者の割合を減らす	20 代	7.1%	令和4年度 アンケート調査	20 代	5%
	30 代	16.7%		30 代	10%

BMI18.5 未満の若年女性(20 代から 30 代)

身長、体重から BMI(Body Mass Index/ボディ・マス指数を求め、判定した。【BMI＝体重(kg)÷身長(m)²】

②生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している女性の割合を減らす(再掲)

◆課題目標◆	第3次計画時の値		R17 年度目標値
★生活習慣病のリスクを高める量の飲酒をしている女性の割合を減らす (1 日当たりの純アルコール摂取量 20g 以上)	34.2%	令和4年度 アンケート調査	20%

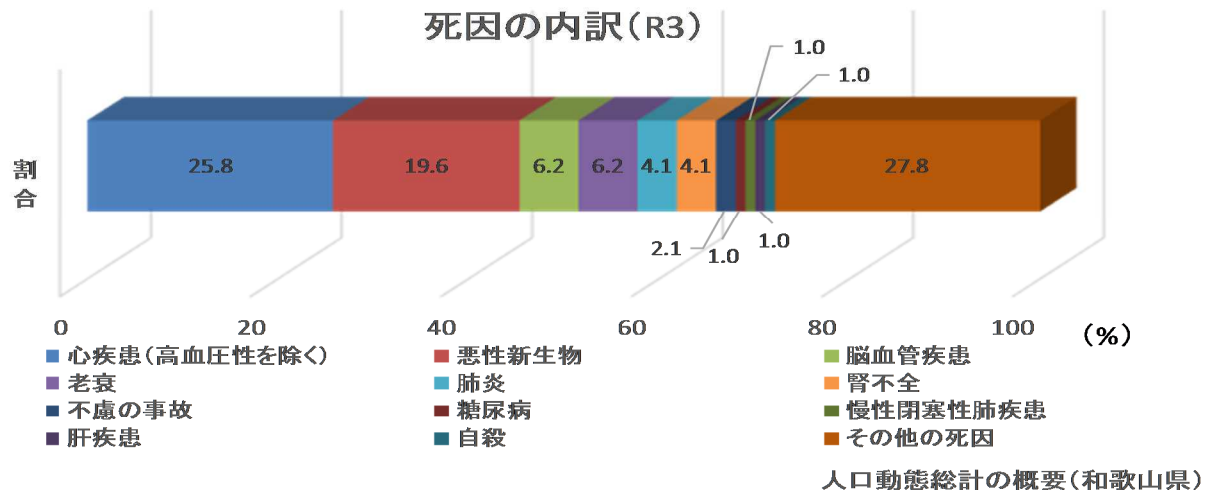
③妊娠中の喫煙をなくす(再掲)

◆課題目標◆	第3次計画時の値		R17 年度目標値
★妊婦の喫煙率を減らす	3.8%	令和3年度 乳幼児健康診査 問診回答状況	0%

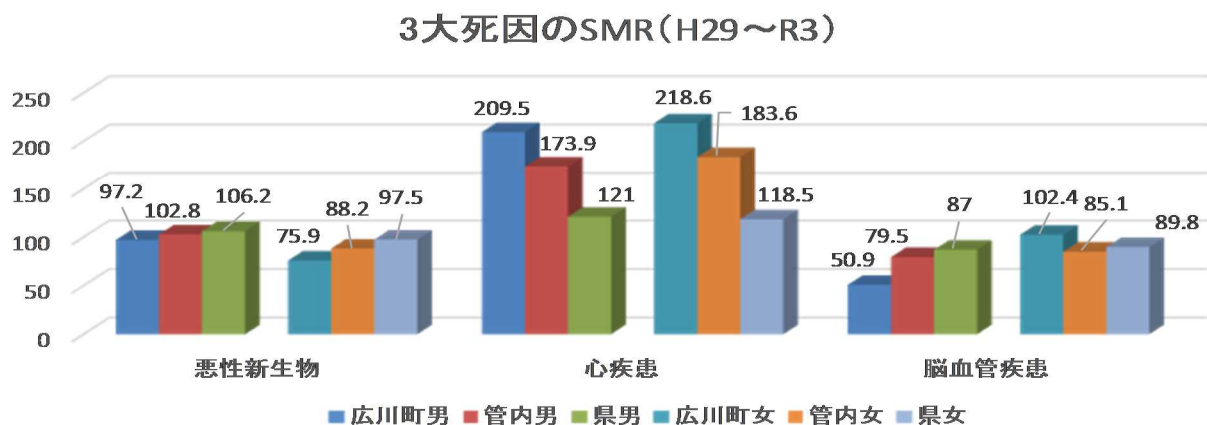
広川町健康増進計画



広川町の健康指標

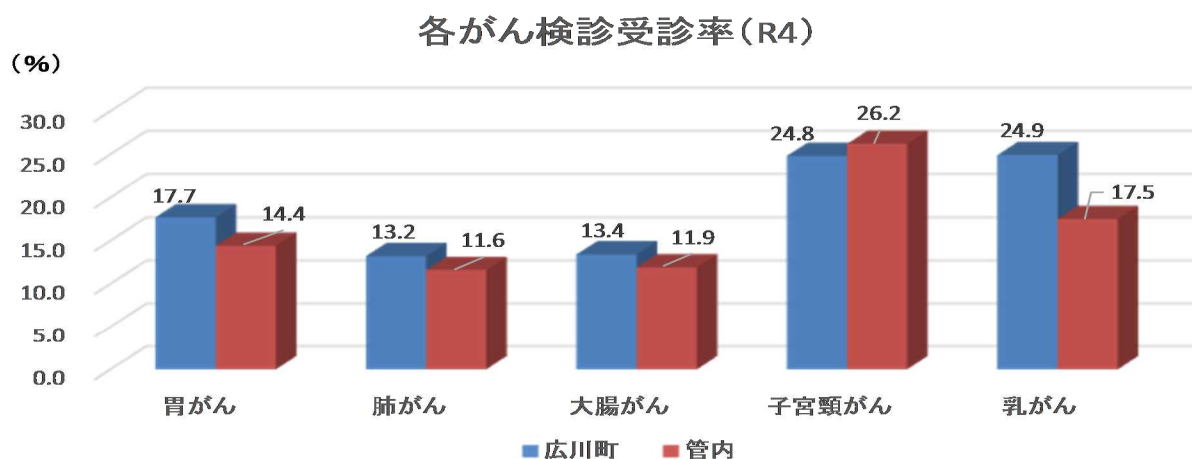


広川町の死因は心疾患が最も多く、次いで悪性新生物・脳血管疾患であり、3大生活習慣病で51.6%を占めている。



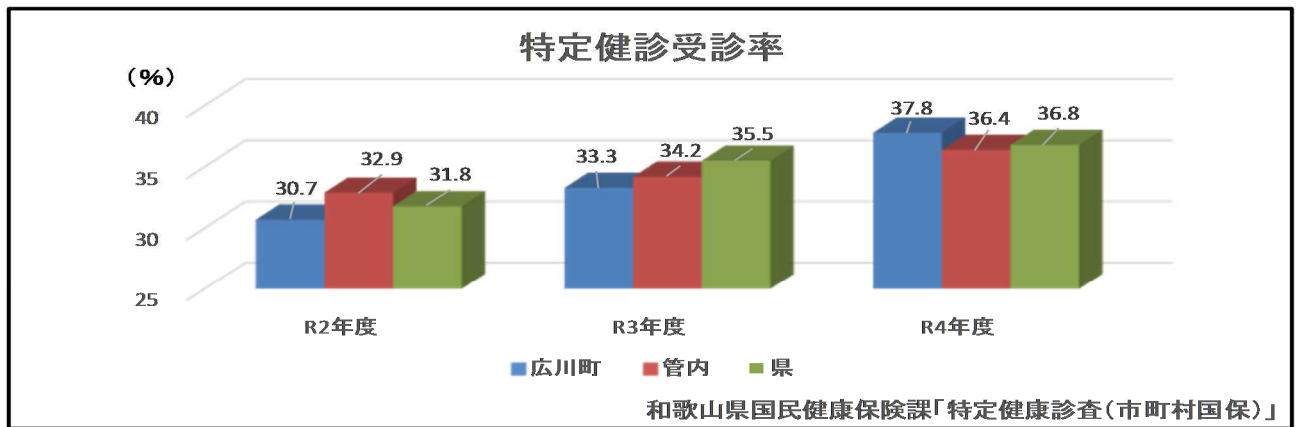
全国推計人口(H29～R3)、国勢調査による人口(R2年度のみ)
住民基本台帳による県及び各市町人口(H29-R3)【人口動態】
全国5歳階級別死因別死亡数(H29-R3)【人口動態】
県及び各市町5歳階級別死因別死亡数(H29-R3)【人口動態】

広川町のSMRは男女とも心疾患が県・管内と比較して高い傾向にある。
悪性新生物においては男女とも県・管内と比較して低くなっている。

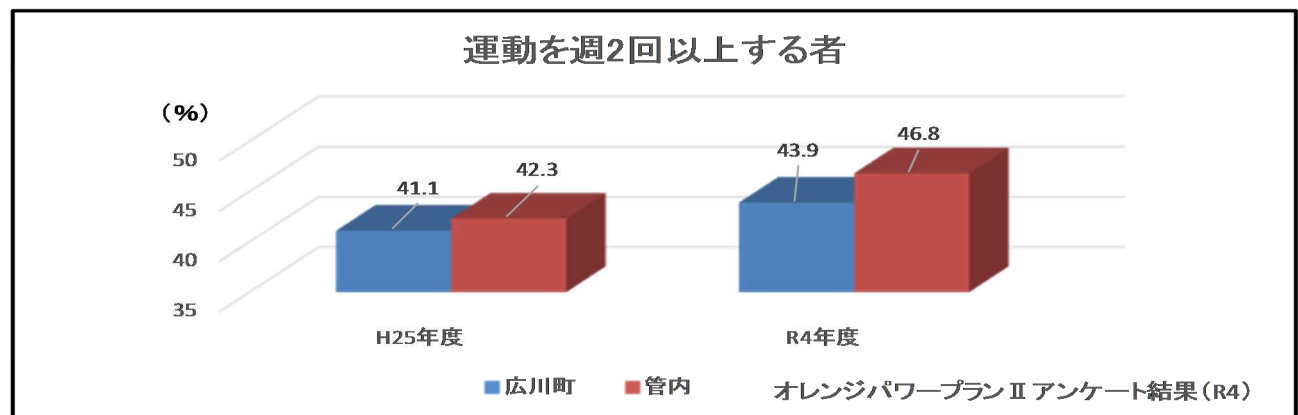


「地域保健・健康増進事業報告」(厚生労働省)(暫定値)

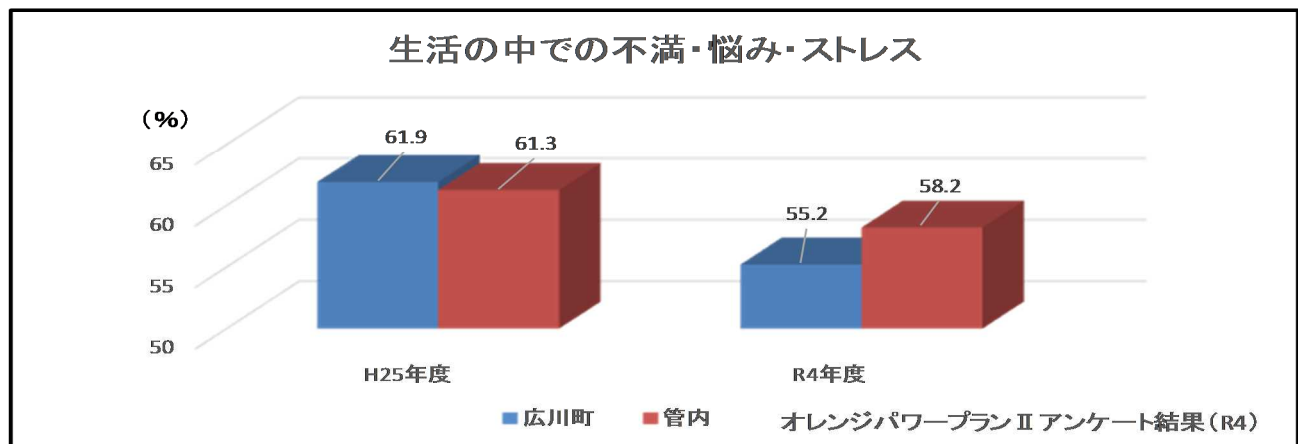
胃がん・肺がん・大腸がん・乳がん検診受診率は管内に比べて高い。
子宮頸がん検診受診率は管内に比べて低い。



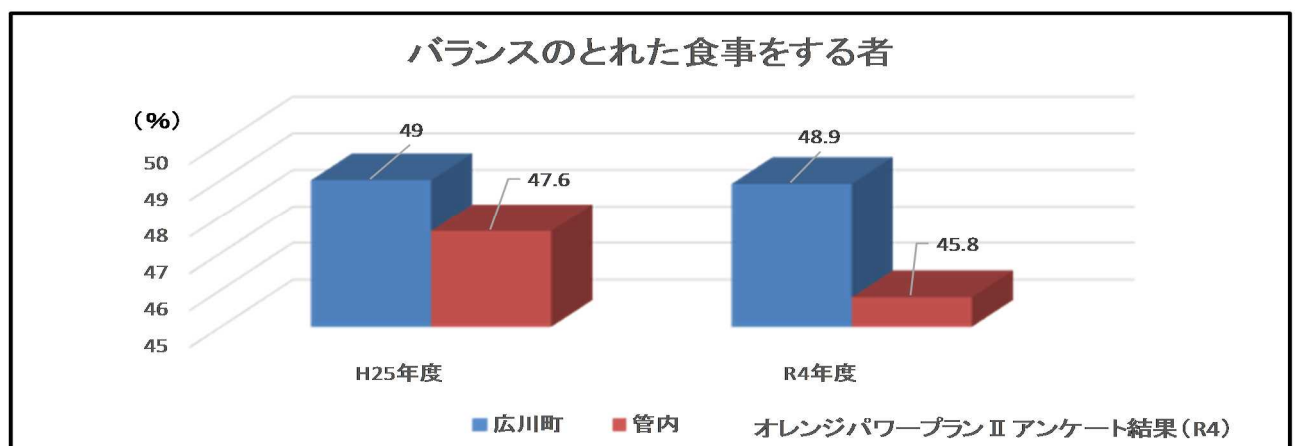
広川町の特定健診受診率は、R元年度-R3年度ともに県に比べて低い。



広川町の週2回以上運動する者の割合は10年前と比較して増えているが、管内と比較してやや低い。



管内・広川町において、10年前と比較して減少しているが半数以上はストレスを抱えている。



管内・広川町ともにバランスのとれた食事をしている者の割合は減少している。

広川町＜ 評 価 ＞				
第2次計画の健康課題と目標の達成状況				
1.特定健診や各がん検診の受診率が低い 2.心疾患による死亡者の割合が多い 3.意識的に運動する者の割合が低い 4.ストレスを感じる者の割合が高い				
健 康 目 標	第2次計画時の値	目標値	結 果	評 価
☆特定健診や各がん検診受診率の向上を目指す ・特定健診 ・胃がん ・肺がん ・大腸がん ・子宮頸がん ・乳がん	H24年度 43.2% 24.6% 35.1% 35.3% 55.5% 47.3%	50% 35% 40% 40% 60% 55%	R4年度 37.8%(※1) 20.6%(※2) 31.4%(※2) 32.0%(※2) 53.9%(※2) 47.4%(※2)	× × × × × △
☆定期的な健診受診が必要と考える者の割合を増やす	H25年度 アンケート 43.2%	50%	R4年度 アンケート 33.3%	×
☆減塩など食生活の改善に努める者の割合を増やす	H25年度 アンケート 32.7%	40%	R4年度 アンケート 37.8%	○
☆バランスの取れた食事をし、緑黄色野菜を毎日食べる者の割合を増やす	H25年度 アンケート 19.1%	30%	R4年度 アンケート 39.6%	◎
☆日常生活の中に運動する機会を意識的に週2回設ける者の割合を増やす	H25年度 アンケート 41.1%	50%	R4年度 アンケート 43.9%	△
☆ストレスを感じる者の割合を減らす	H25年度 アンケート 61.1%	45%	R4年度 アンケート 55.2%	△

※評価判定区分

◎ 達成 ○ 順調に改善 △ やや改善 × 横ばい・悪化 — 判定不能

※1 R4年度特定健康診査受診状況 法定報告値(速報値)

※2 R2年国勢調査により報告された人数により算出された推計対象者数を用いて求めたR4年度がん検診受診率(暫定値)
 子宮頸がん及び乳がん検診の受診者数は、(当該年度受診者数)+(前年度受診者数)-(2年連続受診者数)で算
 胃がん検診の受診者数は、平成24年度(基準値)同様に単年度での受診者数を用いる。

広川町の取組の経過		
	事業実績	現状と課題
健康管理	【受診しやすい健診体制づくり】 ・特定健診、胃・大腸・肺・乳・子宮頸がん検診の同時実施(年15回各公民館において実施) ・特定健診、胃・大腸・肺・乳・子宮頸がん検診の同時実施(休日)(年3回実施) ・特定健診、子宮頸・乳がん検診の医療機関における個別健診の実施 【健診の事後指導、個別・栄養指導の充実について】 ・特定保健指導の実施 ・健康相談の実施(保健センター月2回、広文化会館2か月に1回、津木地区公民館2か月に1回) 【運動について】 ・運動指導士等によるエアロビクス運動を取り入れた運動教室や、マットを用いた運動教室を毎週火・木曜日に実施している。 〈平成25年度から令和4年度実績〉 特定保健指導:263回、参加者数は延293名 健康相談:481回、参加者数は延4,249人 運動教室:828回、参加者数は延14,161人	・健診を身近で受けてもらいやすいように体制は整えてきたが、コロナ禍の影響もあり受診者は減少した。今後も継続し、受診しやすい体制づくりを行っていく。 ・健診のPRIに努める。 ・個人の生活スタイルに合った生活指導に努める。 ・運動教室を利用するなど生活に運動の機会を設ける人が増加している。今後も利用できる運動の場の提供を続け、自主的な運動を継続できるよう支援する。
食生活	【食生活指導の充実・知識の普及】 ・食生活に関する知識の普及のため、栄養士や保健師による健康相談の実施 ・食生活改善推進員によるライフステージ毎の食育指導の実施 ・適切な食生活確立に向けて、乳幼児健診や健康相談時に管理栄養士及び栄養士による栄養指導の実施 〈平成25年度からR4年度実績〉 健康相談:481回、参加者数は延4,249人	・管内平均と比べて心疾患による死亡率が有意に高いことから、引き続き減塩指導等を含むライフステージに応じた適切な食事指導に取り組む。特に、食習慣を確立する乳幼児期に焦点を当て、食育指導を実施する。

＜第3次計画の目標＞		
広川町の健康指標からみる健康課題		
1.特定健診や各がん検診の受診率が低い 2.心疾患による死亡者の割合が多い 3.意識的に運動する者の割合が低い 4.ストレスを感じる者の割合が高い		
健 康 目 標	現 状 値	R17年度目標値
☆特定健診や各がん検診受診率の向上を目指す ・特定健診 ・胃がん ・肺がん ・大腸がん ・子宮頸がん ・乳がん	R4年度 37.8%(※1) 17.7%(※2) 13.2%(※2) 13.4%(※2) 24.8%(※2) 24.9%(※2)	50% 30% 30% 30% 40% 40%
☆定期的な健診受診が必要と考える者の割合を増やす	R4年度 アンケート 33.3%	45%
☆日常生活の中に運動する機会を意識的に週2回設ける者の割合を増やす	R4年度 アンケート 43.9%	50%
☆ストレスを感じる者の割合を減らす	R4年度 アンケート 55.2%	45%
☆減塩など食生活の改善に努める者の割合を増やす	R4年度 アンケート 37.8%	40%
☆バランスの取れた食事をする者の割合を増やす	R4年度 アンケート 49.0%	70%

健 康 目 標	現 状 値	R17年度目標値
☆運動やスポーツを習慣的に行っていないこどもの割合を減らす (小学校5年生)	第3次計画時の値 女子 16.7%(※3) (参考男子 16.7%)	14%
☆小中学生の肥満者の割合を減らす	第3次計画時の値 小学生 9.3%(※4) 中学生 16.9%(※4)	7% 14%
☆低栄養傾向の高齢者の割合を減らす (65歳以上、BMI 20以下)(※7)	第3次計画時の値 14.8%(※5)	7%
☆妊娠中の喫煙をなくす	第3次計画時の値 10%(※6)	0%

※1 R4年度特定健康診査受診状況 法定報告値(速報値)

※2 R4年度地域保健・健康増進事業報告(暫定値)

対象者はR4年度対象年齢の全住民

胃がん、子宮頸がん検診及び乳がん検診の受診者数は、
(当該年度受診者数)+(前年度受診者数)-(2年連続受診者数)で算出。

※3 R4全国体力・運動能力、運動習慣等調査

※4 R4年度学校保健統計調査方式による肥満度判定が20%以上の者

※5 R4年度KDBシステムより抽出

※6 R3年度乳幼児健康診査問診回答状況

※7 身長、体重からBMI(Body Mass Index / ボディ・マス指数)を求て判定。【BMI=体重(kg)÷身長(m)²】

広川町の取組

	個人の取組	社会の取組
健康管理	・年に1回健診を受け、自分の健康を確認します。 ・精密検査は必ず受けます。 ・保健指導等を受け、生活改善に努めます。 ・自分にあったストレス解消法を見つけ実行します。 ・人との出会いを大切にし、交流を図ります。 ・こころの健康について相談機関や専門医を知り適切に受診します。 ・良質な睡眠を取れるように心掛けます。 ・生活の中に意識的に歩く機会を設けます。 ・自分にあった運動をみつけ、継続していきます。 ・自身の適正体重を知り、それに近づけます。	・身近で受診しやすい健診体制づくりに取り組みます。 ・健診の事後指導の充実に努めます。 ・利用しやすい健康相談の場を提供します。 ・こころの健康管理について、正しい知識の普及に努めます。 ・こころの相談の場を周知します。 ・各関係機関の連携を強化し、健康づくりのリーダー育成を目指すと共に地域住民の仲間づくりの支援に努めます。 ・身近に運動する機会・場の提供に努めます。 ・運動教室等を充実し継続していきます。 ・適切な運動の選択ができるように運動に関する正しい知識の普及に努めます。
食生活	・1日3食しっかり食べます。 ・意識的に野菜をとります。 ・減塩に努め、薄味を心掛けます。 ・バランスの取れた食事内容を心掛けます。 ・間食のとり方や量に気を配ります。 ・家族そろって楽しい雰囲気 of 食事時間を確保します。	・健康相談等の機会を活用し、必要な時に栄養指導を受けられる環境づくりを推進します。 ・乳幼児期から食育について学ぶ機会を設け、食育普及の場を積極的に作ります。 ・食に関する指導の生きた教材となるよう、学校・給食センター、直売所等が連携し、学校給食での地場産品利用拡大を推進していきます。 ・ふるさとまつり等のイベントを通じ、農業や地域の農産物への理解の促進に努めます。 ・広川町生活研究グループ連絡協議会の協力の下、郷土料理や伝統食、行事食等の食文化の伝承を推進します。

【ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり】

趣旨

ライフステージ(乳幼児期、青壮年期、高齢期等の人生における各段階)ごとに様々な健康課題があり、これまでは各ライフステージに応じた健康づくりの取組を進めてきた。

しかし、今後は以下の点を考慮し、人生を胎児期、乳幼児期、学齢期、成人期、高齢期まで繋げて連続して捉える健康づくり(ライフコースアプローチ)の観点を取り入れながら、生活習慣や生活環境等の影響にも着目し、健康づくりの施策展開をしていくことが重要である。

- ・幼少期からの生活習慣や健康状態が、大人になってからも大きく影響を与えること
- ・妊婦の健康がこどもの健康にも影響すること
- ・高齢期に至るまで健康を保持するためには、若年期からの健康への取組が重要であること
- ・女性では、ライフステージごとに女性ホルモンが劇的に変化すること

広川町健康増進計画での健康課題と目標値

人生の各段階における健康課題の解決を図るため、特にこども、高齢者、女性に関する目標を以下のとおり設定する。

なお、ライフコースアプローチとして目標を設定していない就労世代や男性等について、健康づくりの取組を進めることも重要である。

《こども》

①運動やスポーツを習慣的に行っていないこどもの割合を減らす(再掲)

◆健康目標◆	第3次計画時の値			R17年度の目標値
★運動やスポーツを習慣的に行っていないこどもの割合を減らす(小学校5年生)	女子	16.7%	令和4年度 全国体力・運動能力、 運動習慣等調査	14.0%
	(参考 男子)	16.7%		

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。

②小中学生の肥満者の割合を減らす(再掲)

◆健康目標◆	第3次計画時の値			R17年度の目標値
★小中学生の肥満者の割合を減らす	小学生	9.3%	令和4年度 肥満度計算式に より算出	7%
	中学生	16.9%		14%

学校保健統計調査方式による肥満度判定が20%以上の者。

6～14歳における肥満度は、年齢別、身長別標準体重から判定した。

肥満度(過体重度) = (実体重度(kg) - 身長別標準体重(kg)) / 身長別標準体重(kg) × 100(%)

《高齢者》

①低栄養傾向の高齢者の割合を減らす(再掲)

◆健康目標◆	第3次計画時の値		R17年度の 目標値
★低栄養傾向の高齢者の割合を減らす	14.8%	令和4年度 国保データベース(KDB) システムから算出	7.0%

BMI20 以下の高齢者(65 歳以上)

身長、体重から BMI(Body Mass Index/ボディ・マス指標)を求め、判定した。

【BMI＝体重(kg)÷身長(m)²】

《女性》

①妊娠中の喫煙をなくす(再掲)

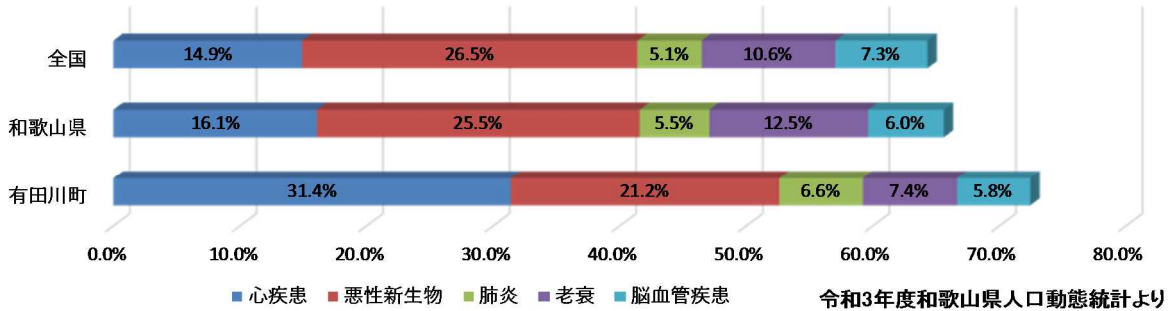
◆健康目標◆	第3次計画時の値		R17年度の 目標値
★妊娠中の喫煙をなくす	10%	令和3年度 乳幼児健康診査 問診回答状況	0%

有田川町健康増進計画



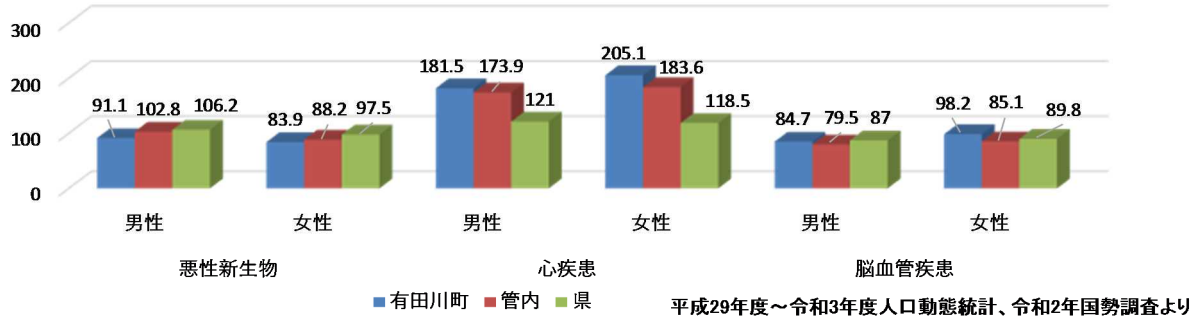
有田川町の健康指標

死因別死亡割合の内訳



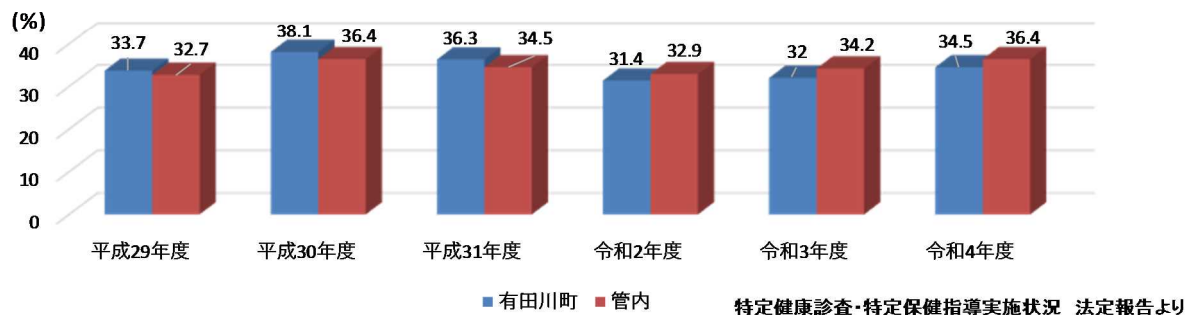
有田川町の死因は、心疾患が最も多く、次いで悪性新生物、老衰である。悪性新生物、心疾患、脳血管疾患の3大生活習慣病で58.4%である。

3大死因のSMR



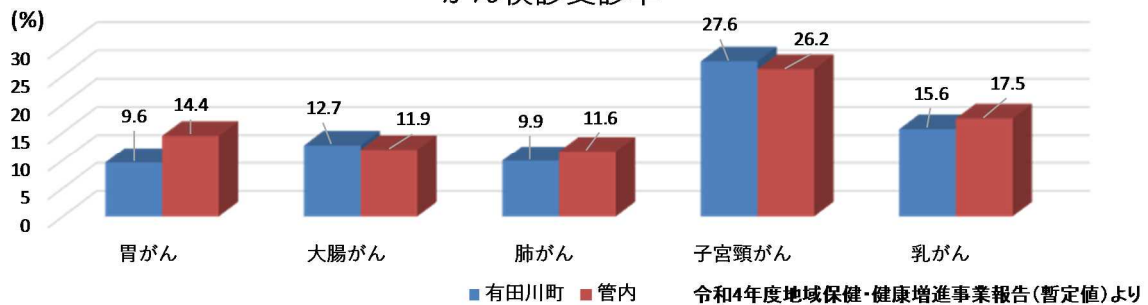
有田川町のSMRは、悪性新生物は男女ともに管内・県と比べて低く、心疾患は男女ともに管内・県よりも高い。また、脳血管疾患は、男性は管内より高いが県よりも低く、女性は管内・県よりも高い。

特定健診受診率

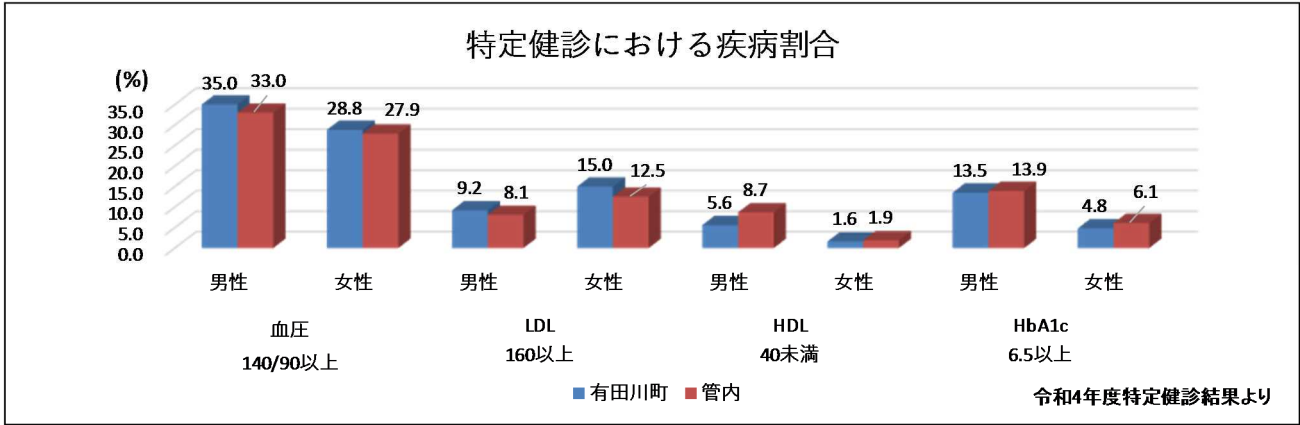


特定健診の受診率は、令和2年度以降上昇しているが、管内よりも低い。

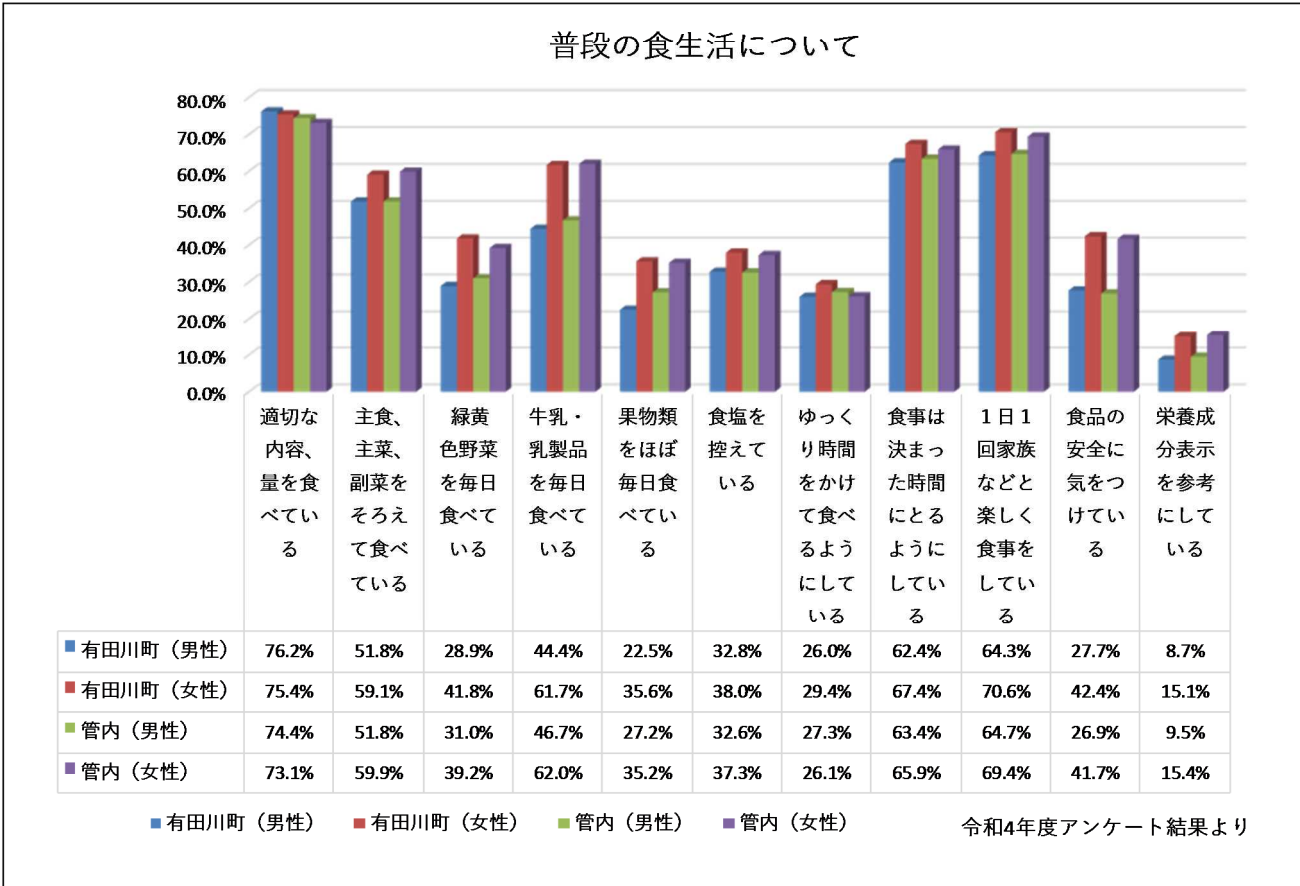
がん検診受診率



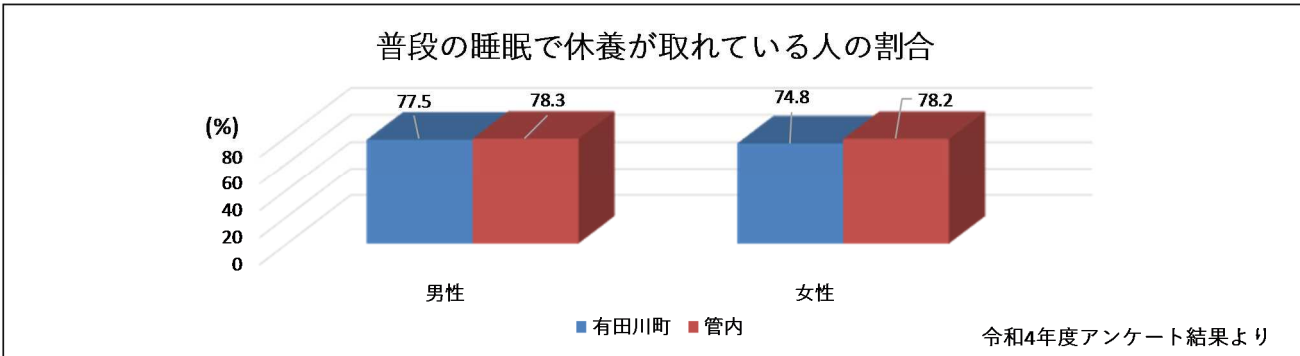
がん検診受診率は、胃がん・肺がん・乳がんは管内に比べて低い。
※令和4年度対象年齢の全住民で算出



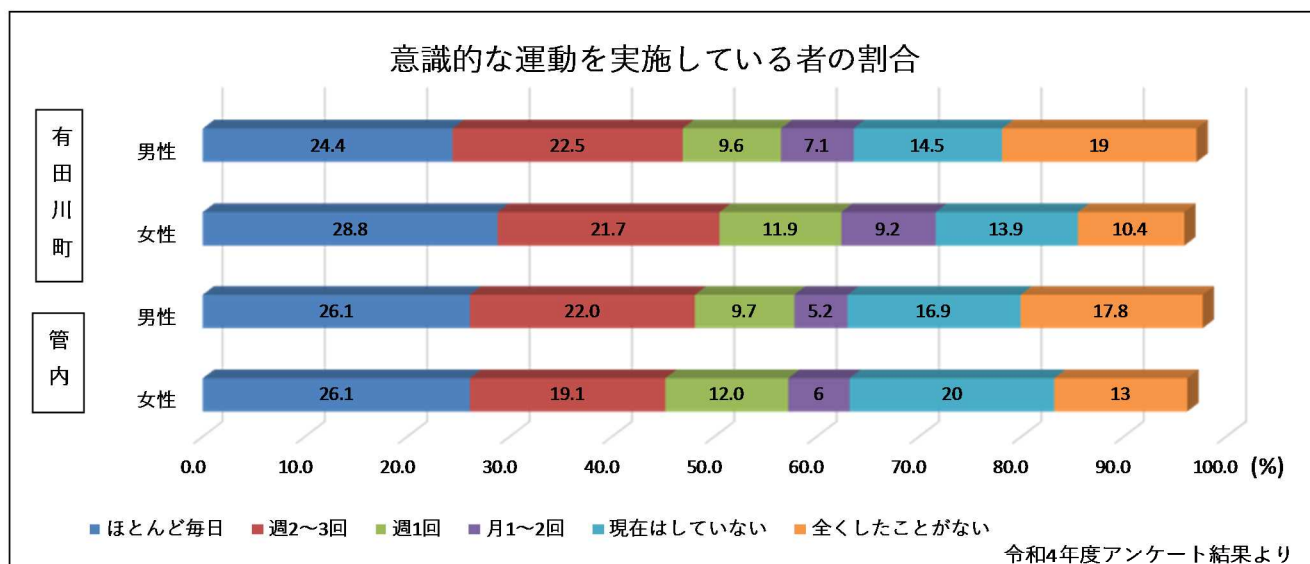
血圧140/90mmHg以上の者の割合は、他の疾病に比べると全体的に高くなっている。
 血圧140/90mmHg以上の者とLDLコレステロール160mg/dl以上の者の割合が、管内に比べて高い。



「ゆっくり時間をかけて食べるようにしている」「栄養成分表示を参考にしている」と回答した者の割合は、男女とも30%以下である。
 男性は女性に比べて普段の食生活に対する意識が低い。

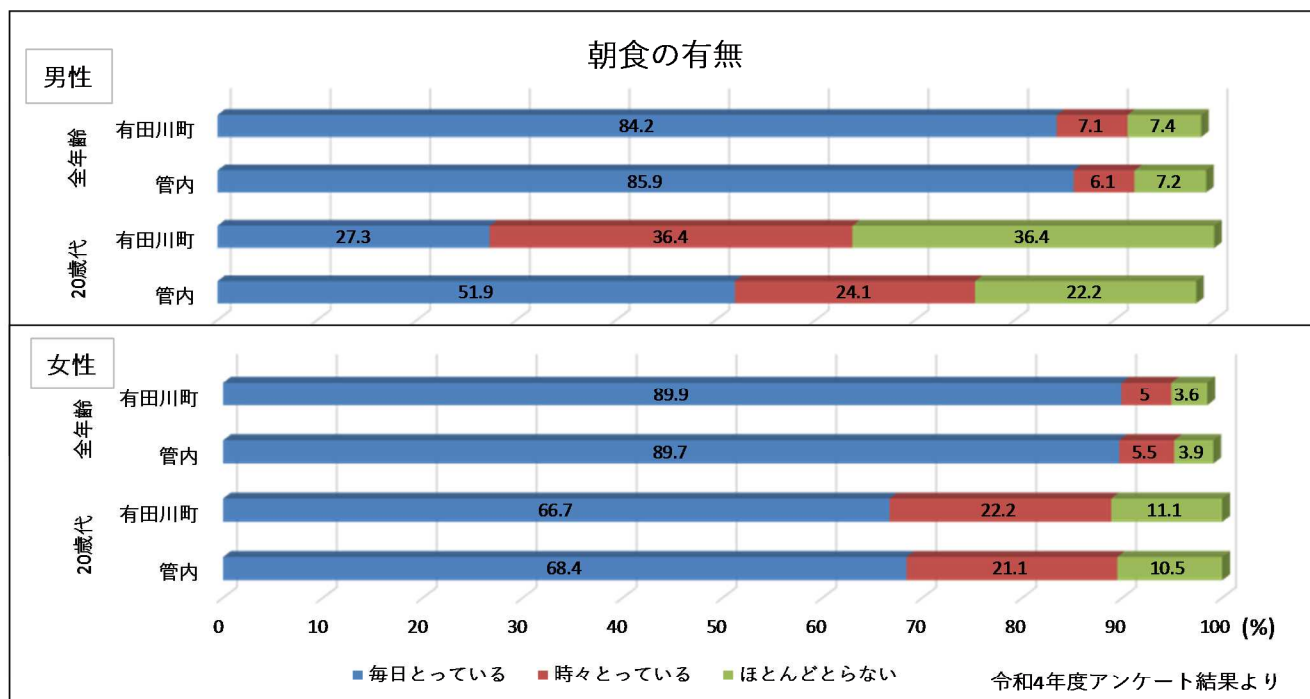


普段の睡眠で十分な休養を取れている者の割合は、男女ともに管内よりも低い。
 男女で比べると、女性の方が男性よりも低い。



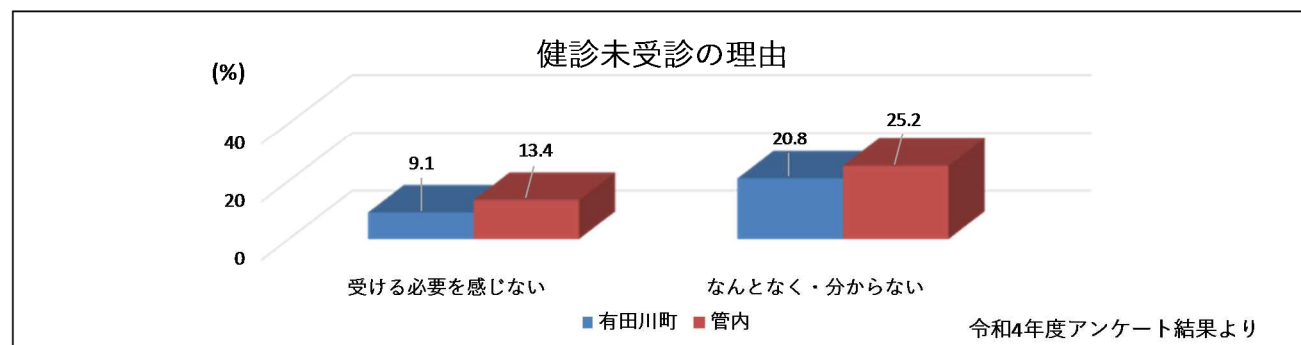
「ほとんど毎日」「週2〜3回」運動している者の割合は、男性46.9%女性50.5%であった。男性は管内と同程度であり、女性は管内よりも高い。

また、「現在はしていない」「全くしたことがない」と回答した者の割合は、男性33.5%女性24.3%であった。男性は、管内と同程度であるが、女性は管内よりも低い。



20歳代男性の「朝食を毎日とっている」者の割合は、27.3%と管内男性よりもかなり低く、「時々とっている」「ほとんどとらない」と回答した者は36.4%と同割合で管内よりも高い。

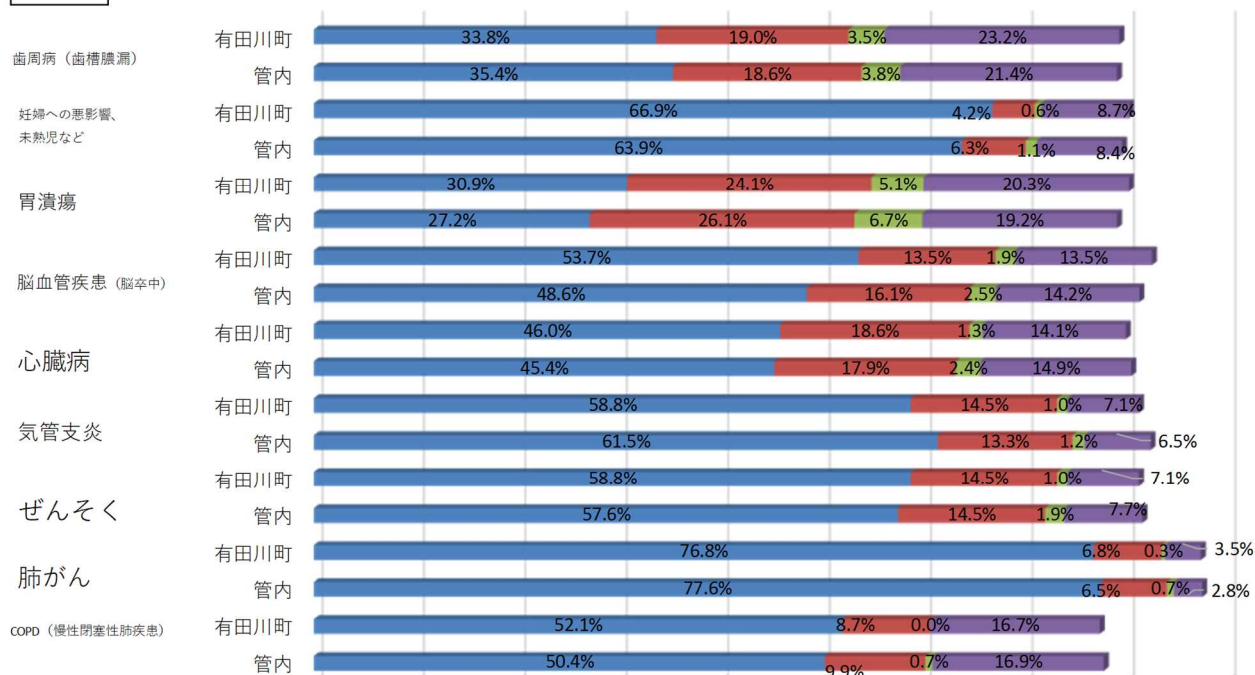
また、男女ともに全年齢と比べると20歳代は朝食を「毎日とっている」者の割合は低く、特に男性はかなり低い。



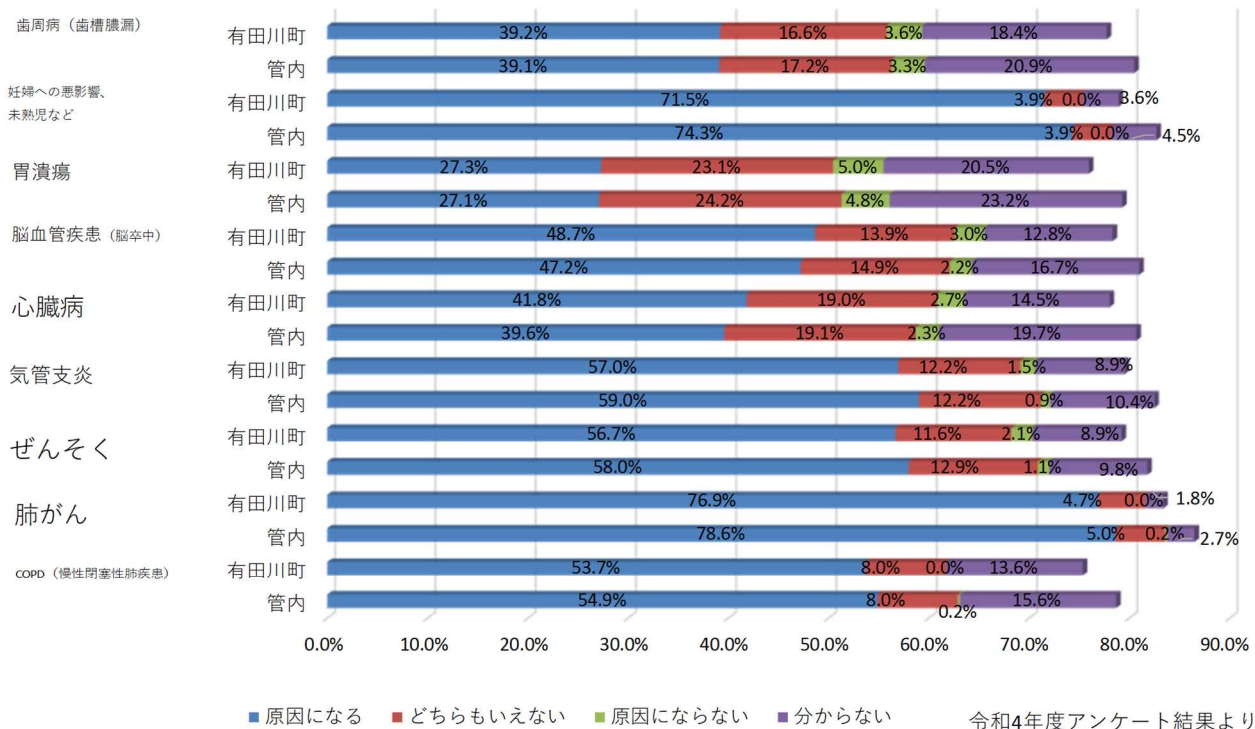
健診未受診の理由として「受ける必要を感じない」「なんとなく・分からない」と回答した者は管内よりも低い。

男性

喫煙が身体に及ぼす影響



女性



令和4年度アンケート結果より

喫煙が身体に及ぼす影響について、「妊婦への悪影響、未熟児など」「肺がん」と回答している者は60%以上である。しかし、「歯周病（歯槽膿漏）」「胃潰瘍」と回答している者の割合は、40%未満である。

有田川町 < 評 価 >

第2次計画の健康課題と目標の達成状況

- ・血圧が140/90mmHg以上の者やLDLコレステロール値が160mg/dl以上の者の割合が管内よりも多くなっており、高血圧性疾患や脂質異常症の割合が高い。
- ・特定健診の受診率は、令和2年度以降上昇しているが、目標値には届いていない。がん検診の受診率は、乳がん検診以外受診率は上昇している。子宮頸がん検診については目標を達成した。
- ・運動習慣のある者の割合は、前回よりも悪化した。
- ・ロコモティブシンドロームを知っている者の割合は、やや改善した。
- ・自殺による死亡率は順調に改善している。

健 康 目 標	第2次計画 時の値	目標値	結 果	評 価
☆緑黄色野菜を毎日食べている者の割合を増やす	H25年度 34.3%	50%	36.1%(※1)	△
☆食塩を控えている者の割合を増やす	H25年度 36.3%	50%	35.3%(※1)	×
☆ゆっくり時間をかけて食べている者の割合を増やす	H25年度 21.4%	50%	29%(※1)	△
☆特定健診の受診率を上げる	H24年度 法定報告値 28.3%	60%	R4年度 法定報告値 34.5%	△
☆がん検診の受診率を上げる ・胃がん ・大腸がん ・肺がん ・乳がん ・子宮頸がん ※受診率は40～69歳(胃がん検診50～69歳、子宮頸がん検診は20～69歳)で算出 ※子宮頸・乳がん検診は2年間で受診した実人数により算出	H24年度 14.1% 17.0% 17.2% 35.8% 57.4%	40% 40% 40% 50% 60%	R4年度(※2) 16.4% 31.9% 24.8% 34.1% 69.7%	△ ○ △ × ◎
☆「なんとなく、分からない」という理由で健診を受けない人を減らす	H25年度 35.6%	20%	20.8%(※1)	○
☆運動習慣者の割合を増やす	H25年度 40%	60%	R4年度(※3) 35.5%	×
☆ロコモティブシンドロームを知っている者の割合を増やす	H25年度 6.8%	50%	12.2%(※1)	△
☆仕事や日常生活の中で不満や悩み、ストレスを感じている者の割合を減らす	H25年度 65.3%	60%	57.2%(※1)	◎
☆睡眠で休養がとれている者の割合を増やす	H25年度 83%	90%	76.1%(※1)	×
☆自殺による死亡率を減らす	H24年 人口10万対 26.2	減らす	R3年(※4) 人口10万対 19.9	○

※評価判定区分

◎ 達成 ○ 順調に改善 △ やや改善 × 横ばい・悪化 — 判定不能

※1 令和4年度アンケート結果より

※2 検診受診率は、令和2年国勢調査により報告された人数により算出された推計対象者数を用いて求めた

推計対象者数＝市区町村人口－(就業者数－農林水産業従事者数)

対象者は40～69歳(子宮頸がん検診は20～69歳)

子宮頸がん・乳がん検診の受診者数：(当該年度受診者数)＋(前年度受診者)－(2年連続受診者)

※3 令和4年度特定健診問診表より

※4 令和3年和歌山県の人口動態統計(確定数)の概要より

有田川町の取組の経過		
	事業実績	現状と課題
健康管理	【健診について】 ・健診の重要性を広報や回覧で広く周知し、はがきや電話による個別勧奨を行ってきた。また、健康推進員の協力のもと健診の受診勧奨を実施。 ・人間ドックや医療機関での個別健診、集団健診で生活スタイルに合わせて受診できる機会を設けてきた。 ・集団健診では、住民が受診しやすい工夫として旧町の拠点となる3つのセンター及び地区の集会所に出向いて実施してきた。 ・集団健診では、特定健診とがん検診を同時実施。また、R4よりweb予約を開始した。 ・若い頃からの健診の受診を心掛けてもらうために20～39歳の住民に特定健診の受診機会を設けている。 ・薬剤師会の協力のもと、健診のチラシを薬局で配布した。 ・健診の事後指導の充実及び生活習慣病予防のために、健康相談、家庭訪問による個別指導、栄養教室や結果説明会等で集団指導を実施してきた。 【運動について】 ・身体活動、運動に関する情報提供やライフスタイルやライフステージに適した運動が行えるよう運動教室やトレーニングルーム、ウォーキング教室、介護予防教室等を開催してきた。 ・エクササイズやリラクゼーションヨガ等様々な講師に依頼した。 【歯科について】 ・歯科保健については、町広報誌「健康みちるべ」で歯科に関する情報を年1回程度掲載してきた。 ・満40歳、50歳、60歳、70歳の住民に対して、早期発見・早期治療を目的に歯周疾患検診を実施してきた。	・悪性新生物のSMRIは、県や管内よりも低い、死因は有田川町の第2位となっている。また、がん検診の受診率をみると、胃がん、肺がん、乳がんは県よりも受診率は低く、県の目標値にはどの検診も届いていないため、今後も受診率向上のために受診勧奨をしていく必要がある。 ・特定健診、がん検診の受診率は低く、アンケート結果より「何となく、分からない」「受ける必要を感じなかった」と回答した者が約15%いるため、健診を受診することの必要性について今後も普及啓発に取り組む必要がある。 ・アンケート結果より、「運動を全くしたことがない」と回答した者が、男性19%、女性10.4%となっている。今後も生活習慣病及びフレイル予防に取り組んでいく必要がある。また、住民のニーズやライフスタイルに合った運動を取り入れていけるように運動のきっかけづくりを行う必要がある。 ・歯周疾患検診の対象者に案内はがきで通知している。受診率は10%前後で受診率は低い。
栄養・食生活	【食生活指導の充実・知識の普及】 ・食生活に関する知識を普及させるために栄養教室、食生活指導の充実のために個々のニーズに合わせた生活習慣の改善に向けて個別の健康相談を実施してきた。 ・食生活改善推進員は、親子に対しての食育教室や生涯骨太料理教室等を実施してきた。 ・乳幼児期からの適切な食生活を身につけられるように乳幼児健診やこどもの健康相談で栄養士による栄養相談(個別・集団)を実施してきた。 ・結果説明会や健康づくり講座で、メタボリックシンドロームや高血圧症、脂質異常症、糖尿病予防に向けての講話や体験を実施してきた。 ・農業士会の協力のもと、地元小学校でのみかんの摘果、収穫体験を年1回行った。 ・4Hクラブの協力のもとで、みかんや八朔の摘果、収穫、選果、水やり体験、学校での出前授業を年間を通して7～10回実施した。 ・県ふるさと誕生日に合わせて、町内産みかんを学校給食で食べてもらうよう、農業士会・4Hクラブ員が栽培したみかんを町・教育委員会に贈呈した。 ・有田川町生活研究グループが作った手作りみそを、学校給食センターに提供し、学校給食で食べてもらった(12月～2月の期間で1～2回/月)。その際に、手作りみそへの作り手の想い、伝統的な作り方についても情報提供を行った。また、有田中央高校清水分校と八幡中学校の総合学習において、地元産ぶどう山椒を使った出前料理教室を実施した。地元農産物への理解や歴史的背景、加工品開発のグループ活動などを話した。 ・地元農産物を使った家庭でできるオリジナルメニューを募集し、応募のあったメニューの一部を地元事業者協力のもとで再現・販売をした。メディアにも取り上げられ、町内外多くの方に周知することができた。(1～2回/年) 《H25～R4実績》 栄養教室：回数39回、延べ人数603人 健康相談(栄養)：回数163回、延べ人数269人 結果説明会・健康づくり講座：回数23回、延べ人数706人 こどもの健康相談：回数544回、延べ人数3,309人 食生活改善推進員：回数37回、延べ人数781人	・LDLコレステロール160以上の者は、管内よりも割合は高い。高血圧の者は、管内と同程度だが、心疾患のSMRIは男女ともに県、管内よりも高くなっているため、減塩などの食生活の改善に今度も取り組んでいく必要がある。 ・食生活改善推進員の養成を今後も継続して実施していく。また、健康推進員の協力のもと、健康に関する知識を広く普及啓発を行っていく必要がある。 ・栄養教室や結果説明会、健康づくり講座で食生活についての講話を行ってきたが、参加者が年々減少してきた。アンケート結果からも「緑黄色野菜を毎日食べている」「果物類をほぼ毎日食べている」「食塩を控えている」「ゆっくり時間をかけて食べるようにしている」と回答した者の割合は、全体的に低い。今後も参加者数を増やす工夫や内容の検討を行っていく必要がある。 ・乳幼児健診やこどもの健康相談で食生活の指導を行っているが、生活リズムが整わず離乳食が進みにくい、ベビーフードに頼ってしまい味覚が広がりにくい子が増えてきている。今後も個々の生活に合わせて助言指導を行っていく必要がある。また、就学後も食育の重要性について関係機関と連携を取りながら実施していく必要がある。 ・みかん農作業体験や山椒料理教室など、こども自身の体験を伴う活動は、保護者にも伝わりやすく、家庭でも食について考えるきっかけに繋がると考える。今後も継続して取り組んでいく。

	事業実績	現状と課題
こころの健康づくり	【こころの健康づくり・ストレスについて】 ・町広報誌「健康みちしるべ」に睡眠やメンタルヘルス等こころの健康に関する情報を年1～2回掲載してきた。 ・ゲートキーパー養成講座（一般・職員）を年1～2回、フォローアップ研修会を年1回程度実施してきた。 ・精神疾患を持たれている方にデイケアや座談会、面談、訪問活動を実施。家族に対して、家族の集いや面談や訪問活動を実施してきた。 ≪H25～R4実績≫ デイケア：回数282回、延べ人数1,375人 座談会：回数15回、延べ人数27人 家族の集い：回数11回、延べ人数50人 【子育て支援について】 ・妊娠届出時に保健師による面談や乳幼児健診、こどもの健康相談、教室等で定期的に個々のニーズに合わせて助言指導を実施してきた。 ・平成29年度より、産前産後サポート事業を実施。妊娠中に助産師による電話相談、訪問を実施してきた。出産後も早期の訪問を行い、メンタル面のサポート、産後うつ対応等子育て支援を行ってきた。 【生きがい対策の推進】 ・地域包括支援センターが主体となり、介護予防を重点にウォーキング教室やフレイル予防、高齢者の集まりの場での出張介護予防講座等を実施してきた。 ・民生委員や社会福祉協議会と連携し、見守り活動を実施してきた。	・自殺による死亡率は以前に比べて低下している。今後もゲートキーパー養成を行い、適切なタイミングで専門家に繋げていく必要がある。 ・アンケート結果から「不安や悩みストレスを感じている者」は、男性は管内よりも高い。女性は管内よりも低い、男性よりも高い。また、「普段の睡眠で十分休養が取れている者」は、女性は管内よりも高いことから個人にあったストレス解消や休養の取り方等を広く周知していく必要がある。 ・自立支援医療受給者証、精神障害者保健福祉手帳の新規取得者は増加している。また年代で見ると40歳以上が7割を越えており精神疾患を患う本人やその家族も高齢化し、家族で支え合うことが困難になるケースが増加することが予想される。そのため、こころの不調を抱えている人が、相談しやすい環境や医療機関、関係機関と連携し家族も含めた支援が必要である。 ・子育てに悩みを抱えている保護者に対してニーズを把握し、生活背景や心配事、不安の内容を踏まえて適切な支援を行う必要がある。また、妊娠中から切れ目ない支援を受けて保護者が安心して地域で子育てできるように支援をしていく。 ・閉じこもりや認知症予防事業は今度も継続していく必要がある。
嗜好品（酒・たばこ）	【飲酒について】 ・町広報誌「健康みちしるべ」に未成年者の飲酒や健康に関する情報を掲載してきた。 ・妊娠届出時に、飲酒している妊婦に対して助言指導を行ってきた。 【たばこについて】 ・たばこの害についての講話を希望がある町内の小中学生に対して実施してきた。 ・町広報誌「健康みちしるべ」に喫煙に関する情報を年1回程度掲載してきた。 ・妊娠届出時や妊娠中に、喫煙している妊婦に対して助言指導を行ってきた。	・妊娠中の飲酒率は0%である。 ・アンケート結果より、喫煙率は有田川町の男性は管内よりも高くなっている。また、喫煙と病気の関係について「原因にならない」「分からない」と回答している者もいるため、今度も引き続きたばこの害について防煙教室や町広報誌等で正しい知識の普及啓発を行っていく必要がある。 ・妊娠中の喫煙率は3.5%である。今後も喫煙が母子の健康に与える影響について助言指導していく必要がある。

〈第3次計画の目標〉		
有田川町の健康指標からみる健康課題		
・20歳代で朝食を毎日とっている者の割合が低い。 ・食塩を控えている者の割合が低い。 ・ゆっくり時間をかけて食べている者の割合が低い。 ・特定健診、がん検診の受診率が低い。 ・睡眠で休息がとれている者の割合が低い。 ・運動習慣のある者の割合が低い。 ・喫煙が身体に及ぼす影響についての理解が低い。 ・小中学校の肥満者の割合が高い。 ・低栄養傾向の高齢者が多い。 ・生活習慣病のリスクを高める量の飲酒をしている女性の割合が高い。 ・妊娠中に喫煙している女性の割合が多い。		
健康目標	現状値	R17年度の目標値
☆20歳代の朝食を毎日とっている者の割合を増やす	47%(※1)	60%
☆食塩を控えている者の割合を増やす	35.3%(※1)	50%
☆ゆっくり時間をかけて食べている者の割合を増やす	29%(※1)	50%
☆特定健診の受診率を上げる	R4年度法定報告 34.5%	40%
☆がん検診の受診率を上げる ・胃がん ・大腸がん ・肺がん ・乳がん ・子宮頸がん	R4年度(※2) 9.6% 12.7% 9.9% 15.6% 27.6%	20% 20% 20% 30% 40%
☆「なんとなく、分からない」という理由で健診を受けない者の割合を減らす	20.8%(※1)	10%
☆「受ける必要を感じない」という理由で健診を受けない者の割合を減らす	9.1%(※1)	5%
☆睡眠で休憩がとれている者の割合を増やす	76.1%(※1)	90%
☆運動習慣者の割合を増やす	R4年度(※3) 35.5%	60%

健康目標	現状値	R17年度の目標値
☆喫煙が及ぼす身体への影響について正しい知識を普及する(胃潰瘍・歯周病)	胃潰瘍:29.1%(※1) 歯周病:36.5%(※1)	胃潰瘍:50% 歯周病:50%
☆運動やスポーツを習慣的に行っていないこどもの割合を減らす(小学5年生女子)	28.1%(※4)	20%
☆小中学生の肥満者の割合を減らす	小学生:9%(※5) 中学生:8.7%(※5)	5%
☆低栄養傾向の高齢者の割合を減らす (65歳以上、BMI 20以下)	21.4%(※6)	15%
☆生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している女性の割合を減らす	29.6%(※1)	20%
☆妊娠中の喫煙をなくす	3.5%(※7)	0%

※1 令和4年度のアンケート結果より

※2 令和4年度地域保健・健康増進事業報告より(暫定値) 対象年齢の全住民で算出

対象者は40～69歳(胃がん検診は50～69歳、子宮頸がん検診は20～69歳)

胃・子宮頸がん・乳がん検診の受診者数:(当該年度受診者数)+(前年度受診者)-(2年連続受診者)

※3 令和4年度特定健診問診表より

※4 令和4年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果より

※5 令和4年度学校保健統計調査方式による肥満度計算式により算出(20%以上の者)

※6 令和4年度国保データベース(KDB)システムから算出

身長、体重からBMI(Body Mass Index / ボディ・マス指数)を求めて判定【BMI=体重(kg)÷身長(m)²】

※7 令和3年度乳幼児健康診査問診回答状況より

有田川町の取組		
	個人の取組	社会の取組
健康管理	・年1回健診を受けます。 ・健診結果に基づき、日常生活を改善します。 ・適正体重を維持します。 ・運動等、身体を動かす機会を作ります。 ・定期的に歯科検診を受診します。 ・身近にある集まりの場に参加します。	・受診しやすい健診体制づくりに取り組みます。 ・健診を受ける必要性について周知します。 ・健診結果や個人の生活背景を聞き取り、その人にあった生活指導を行います。 ・運動を始めるきっかけに運動教室を実施します。 ・認知症の普及啓発に努めます。
栄養・食生活	・ゆっくり時間をかけて食べるようにします。 ・1日3食バランスの良い食事を心掛けます。 ・薄味を心掛けます。 ・こどもの頃からの食生活に気をつけます。 ・朝食を毎日とるようにします。 ・地元農産物を使うようにします。	・特定健診や健康相談等の機会を捉えて栄養指導を実施します。 ・食生活改善推進員をはじめ関係機関と連携し食育推進に努めます。 ・こどもの体験を伴う食育活動を行います。 ・農業士会の協力のもと、みかんの摘果・収穫体験等を通して、農業や地域の農産物の理解を促進します。 ・4Hクラブの協力のもと、摘果・収穫体験や出前授業等の実施により、食農教育を推進していきます。 ・町、教育委員会、農業士、4Hクラブが連携し、学校給食に地元産のみかんを提供していきます。 ・有田川町生活研究グループの協力のもと、給食センターへ手作り味噌の提供や、高校生を対象とした出前料理教室を実施し、郷土料理や伝統食、行事食等の食文化の伝承とともに、健全な食生活を実践するための知識や技術の取得を目的とした学習の機会を提供します。
こころの健康づくり	・こころのSOSに気づき、1人で悩まず相談機関や医療機関を受診します。 ・こころに不調を抱えている人がいたら、話を聞き適切な相談場所に繋ぎます。 ・自分に合ったストレス解消法を身につけます。	・ライフステージや心身の状態に合わせた仲間づくりの場等、安心して参加できる場を提供します。 ・ゲートキーパーを増やすことに努めます。 ・こころの相談場所のPRを行います。 ・本人や家族等と訪問や面談を行いサポートします。
嗜好品（酒・たばこ）	・適正飲酒、休肝日を心掛けます。 ・禁煙に努めます。 ・たばこやアルコールの害について正しい知識を身に付けます。 ・未成年が喫煙や飲酒をしていたらやめるように促します。	・健康推進員の協力を得て、健康に関する正しい知識を普及啓発します。 ・たばこやアルコールの害についての正しい知識を普及啓発します。 ・学校と連携し、防煙教室を実施します。

【ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり】

趣旨

ライフステージ（乳幼児期、青壮年期、高齢期等の人生における各段階）ごとに様々な健康課題があり、これまでは各ライフステージに応じた健康づくりの取組を進めてきた。

しかし、今後は以下の点を考慮し、人生を胎児期、乳幼児期、学齢期、成人期、高齢期まで繋げて連続して捉える健康づくり（ライフコースアプローチ）の観点を取り入れながら、生活習慣や生活環境等の影響にも着目し、健康づくりの施策展開をしていくことが重要である。

- ・幼少期からの生活習慣や健康状態が、大人になってからも大きく影響を与えること
- ・妊婦の健康がこどもの健康にも影響すること
- ・高齢期に至るまで健康を保持するためには、若年期からの健康への取組が重要であること
- ・女性では、ライフステージごとに女性ホルモンが劇的に変化すること

有田川町健康増進計画での健康課題と目標値

人生の各段階における健康課題の解決を図るため、特にこども、高齢者、女性に関する目標を以下のとおり設定する。

なお、ライフコースアプローチとして目標を設定していない就労世代や男性等について、健康づくりの取組を進めることも重要である。

《こども》

①運動やスポーツを習慣的に行っていないこどもの割合を減らす（再掲）

◆健康目標◆	第3次計画時の値			令和17年度の目標値	
★運動やスポーツを習慣的に行っていないこどもの割合を減らす（小学5年生）	女子（管内）	28.1% （18.6%）	令和4年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査	女子	20%
	参考男子（管内）	7.2% （8.6%）			

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

②小中学生の肥満者の割合を減らす（再掲）

◆健康目標◆	第3次計画時の値			令和17年度の目標値	
★小中学生の肥満者の割合を減らす	小学校（管内）	9.0% （10.1%）	令和4年度肥満度計算式により算出	小学生	5%
	中学校（管内）	8.7% （12.2%）		中学生	5%

学校保健統計調査方式による肥満度判定

6～14歳における肥満度は、年齢別、身長別標準体重から判定した。

肥満度（過体重度）＝〔実測体重（kg）－身長別標準体重（kg）〕／身長別標準体重×100（％）

「児童生徒の健康診断マニュアル（改訂版）」（平成18年3月財団法人日本学校保健会作成、文部科学省監修）により示された判定方法による肥満度が20％以上の者。

《高齢者》

①低栄養傾向の高齢者の割合を減らす(再掲)

◆健康目標◆	第3次計画時の値		令和17年度の目標値
★低栄養傾向の高齢者の割合を減らす	21.4% (管内:20.9%)	令和4年度国保データベース(KDB)システムから算出	15%

BMI20 以下の高齢者(65 歳以上)

身長、体重から BMI(Body Mass Index/ボディ・マス指数)を求め、判定した。【BMI=体重(kg)÷身長(m)²】

《女性》

①生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している女性の割合を減らす(再掲)

◆健康目標◆	第3次計画時の値		令和17年度の目標値
★生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している女性の割合を減らす (1 日当たりの純アルコール摂取量が 20g 以上)	29.6% (管内:33.4%)	令和4年度アンケート結果	20%

②妊娠中の喫煙をなくす(再掲)

◆健康目標◆	第3次計画時の値		令和17年度の目標値
★妊娠中の喫煙をなくす	3.5% (管内:3.8%)	令和3年度乳幼児健康診査問診回答状況	0%

③ 資 料

策 定 経 過

オレンジパワープランⅢ～2024～策定経過

開催場所は全て「湯浅保健所」

令和元年 12 月 24 日(火)

有田地方地域保健担当者会議を開催

(協議内容)

- ・「健康管理」分野における平成 29 年時点の健康指標について

令和 2 年 7 月 1 日(水)

- ・有田地方地域・職域・学域保健連携推進協議会委員に意見を伺った上、オレンジパワープランⅡへ「食育推進計画」を追加(各市町版のみ)。

令和 2 年 7 月 28 日(火)

有田地方地域保健担当者会議を開催

(協議内容)

- ・オレンジパワープランⅡの 1 年延長について
- ・オレンジパワープランⅡ最終評価について
- ・未成年の喫煙率及び飲酒率について

令和 3 年 6 月 22 日(火)

有田地方地域保健担当者会議を開催

(協議内容)

- ・オレンジパワープランⅡの 1 年延長について
- ・最終評価のためのアンケート調査について

令和 3 年 7 月 19 日(月)

有田地方地域保健担当者会議を開催

(決定事項)

- ・令和 4 年度にアンケート調査、令和 5 年度に最終評価と第 3 次計画策定を行うことが決定

令和 3 年 8 月 24 日(火)

有田地方地域保健担当者会議を開催

(決定事項)

- ・令和 4 年 7 月にアンケート調査を実施することが決定

令和 3 年 9 月 21 日(火)

有田地方地域保健担当者会議を開催

(協議内容)

- ・委託契約書(案)、仕様書(案)、アンケート調査票(案)について
- ・未成年者の喫煙率及び飲酒率の現状値について
- ・各市町と公立大学法人和歌山県立医科大学との委託契約について

令和 3 年 10 月 19 日(火)

有田地方地域保健担当者会議を開催

(協議事項)

- ・未成年者の喫煙率及び飲酒率の現状値について
- ・委託契約書、仕様書(案)及びアンケート調査票(案)について

令和 3 年 12 月 13 日(月)

有田地方地域保健担当者会議を開催

(協議事項)

- ・未成年者の喫煙率及び飲酒率の現状値について
- ・仕様書(案)、アンケート調査票(案)について

令和4年4月19日(火)

有田地方地域保健担当者会議を開催

(協議事項)

- ・アンケート調査のスケジュール、対象者数、配布・回収方法、仕様書(案)及びアンケート調査票(案)について

令和4年6月～8月

アンケート作成・送付・回収

令和4年11月24日(木)

有田地方地域保健担当者会議を開催

(協議事項)

- ・第3次計画策定に向けて

令和5年2月

「オレンジパワープランⅡに伴うアンケート調査の結果報告書」が完成

令和5年5月10日(水)

有田地方地域保健担当者会議を開催

(決定事項)

- ・「栄養・食生活」「こころの健康づくり」「嗜好品(酒・たばこ)」「健康管理」の4分野
- ・「策定委員会」「運営委員会」「ワーキング部会」の設置
- ・策定委員会構成員は、有田地方地域・職域・学域保健連携推進協議会委員に兼務を依頼
- ・ワーキング部会は、健康分野と同じ4部会
- ・各ワーキング部会アドバイザー
- ・運営委員長は、有田川町から選任
- ・公立大学法人和歌山県立医科大学医学部衛生学講座に運営委員会アドバイザーを依頼
- ・未成年の飲酒率と喫煙率は、現状値が把握できず、「判定不能」とする
- ・ライフステージに応じた現状値を追加
- ・第3次計画に食育推進計画を追加(各市町版のみ)
- ・各ワーキング構成員(住民代表2名、市町保健師4名、アドバイザー1名、保健所職員1名)

(協議事項)

- ・策定スケジュールについて
- ・策定委員会設置要綱、体制図等について

令和5年5月23日(火)～6月9日(金)

- ・各ワーキング部会アドバイザーに就任を依頼(就任期間:令和5年7月1日～令和6年3月31日)

令和5年6月20日(火)

○令和5年度有田地方地域・職域・学域保健連携推進協議会を開催

(決定事項)

- ・有田地方地域・職域・学域保健連携推進協議会委員の策定委員兼務が決定(各市町については、各市町健康づくり担当課長)

○第1回運営委員会を開催

(決定事項)

- ・運営委員会のアドバイザーが決定(就任期間:令和5年7月1日～令和6年3月31日)
- ・各ワーキング部会への職域又は学域代表1名の追加(学域代表:小・中学校の養護教諭、職域代表:ENEOS(株)和歌山製造所保健師と三菱電線工業(株)箕島製作所の看護師)

令和5年6月21日(水)

策定委員会設置要綱の一部改正

令和5年7月5日(水)

ワーキング全体会及び第1回ワーキング部会を開催

- ・ワーキング全体会:「オレンジパワープラン第1次計画及び第2次計画の説明」、「第3次計画策定について」、「策定スケジュール」、「4つの健康分野」、「策定委員会、運営委員会、ワーキング部会の設置体制及び構成員等について」
- ・第1回ワーキング部会:第3次計画策定に向けて

令和5年7月12日(水)

- ・策定委員会構成員に就任を依頼(就任期間:令和5年7月1日～令和6年3月31日)

令和5年8月2日(水)

第2回ワーキング部会を開催

「栄養・食生活」部会、「こころの健康づくり」部会

令和5年8月8日(火)

第2回ワーキング部会を開催

「嗜好品(酒・たばこ)」部会

令和5年8月23日(水)

第2回運営委員会議を開催

(協議事項)

- ・「オレンジパワープランⅢ」に係る中間評価について
- ・「ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり」について
- ・「オレンジパワープランⅡ」最終評価報告書について
- ・今後のスケジュールについて

令和5年8月30日(水)

第2回ワーキング部会を開催

「健康管理」部会

令和5年10月13日(金)

○第2回ワーキング全体会を開催

- ・第3次計画(案)の報告(圏域版)
- ・ライフコースアプローチを踏まえた健康づくりについて

○第3回運営委員会議を開催

(決定事項)

- ・「オレンジパワープランⅢ」の中間評価実施(令和10年度にアンケート調査、令和11年度に中間評価)
- ・表紙、裏表紙、各市町計画ページのイラスト

令和6年1月18日(木)

策定委員会を開催

- ・「オレンジパワープランⅢ」(案)の完成報告を行い、策定委員からの承認を得た

事 業 実 績
(平成25年度から令和4年度)

保 健 所
有 田 市
湯 浅 町
広 川 町
有 田 川 町

保 健 所

湯浅保健所【栄養・食生活】

○取組状況

各種団体と連携して、乳幼児期からの食育事業や地域住民への栄養改善事業等に積極的に取り組みました。

事業名	事業内容	対象者	実績
栄養改善事業	保健師や管理栄養士等の専門家による 栄養指導、運動指導	一般住民	平成25年度 栄養指導 延 355人 運動指導 延 34人
			平成26年度 栄養指導 延 365人
			平成27年度 栄養指導 延 58人 運動指導 延 416人
			平成28年度 栄養指導 延 459人 運動指導 延 155人
			平成29年度 栄養指導 延 506人 運動指導 延 155人
			平成30年度 栄養指導 延 102人
			令和元年度 栄養指導 延 6人
			令和2年度 栄養指導 延 1人 運動指導 延 32人
			令和3年度 栄養指導 延 1人 運動指導 延 32人
			令和4年度 運動指導 延 75人
栄養表示指導	○加工食品に栄養成分、熱量に関する 表示をする場合の相談・指導 ○健康増進法に基づく虚偽誇大表示の 禁止についての相談・指導	一般住民 事業所	平成25年度 15件
			平成26年度 8件
			平成27年度 32件
			平成28年度 14件
			平成29年度 2件
			平成30年度 1件
			令和元年度 2件
			令和2年度 23件 令和3年度 13件 令和4年度 2件
食育事業 (管内保育所・保育園等)	管内在宅栄養士が、食生活改善普及月 間(9月)や和歌山県食育推進月間(10 月)に実施するエプロンシアターや食育紙 芝居等	保育所・ 保育園等 の児童	平成25年度 6か所 353人
			平成26年度 5か所 361人
			平成27年度 実施なし
			平成28年度 5か所 360人
			平成29年度 5か所 350人
			平成30年度 5か所 285人
食育事業 (おやこ食育教室)	食生活改善推進員による「食育5つの 力」をテーマに「朝食と共食の大切さ」に 重点を置いた講習会や調理実習	年長から小学生 の親子	平成25年度 2回 親22人、子36人
			平成26年度 2回 親28人、子35人
			平成27年度 2回 親25人、子36人
			平成28年度 3回 親42人、子50人
			平成29年度 2回 親14人、子33人
			平成30年度 1回 親10人、子10人
			令和元年度 1回 親10人、子14人
			令和2年度 3回 30人
			令和3年度 1回 41人 令和4年度 1回 17人
食育事業 (地域・職域おやこ食育教室)	食生活改善推進員による育児期の親と こどもの適正な食習慣の定着を目的とし た講習会や調理実習	乳幼児期から 小学校低学年 の親子	平成25年度 6回 228人
			平成26年度 6回 265人
			平成27年度 6回 275人
			平成28年度 6回 222人
			平成29年度 6回 188人
			平成30年度 5回 179人
			令和元年度 5回 231人
			令和2年度 コロナにより中止
			令和3年度 令和4年度 3回 51人 家庭訪問 110軒
生涯骨太クッキング	食生活改善推進員による「メタボ予防か らフレイル予防への切り替え」をテーマに した講習会 ○成人では、肥満を防ぐための適正体重 維持の重要性を伝える ○高齢者では、低栄養予防に加え、フレ イル(虚弱な状態)予防のための「運動・ 身体活動」「社会参加」を推進する	成人・高齢者	平成25年度 2回 64人
			平成26年度 3回 60人
			平成27年度 1回 30人
			平成28年度 1回 30人
			平成29年度 1回 26人
			平成30年度 2回 35人
			令和元年度 1回 19人
			令和2年度 1回 60人
			令和3年度 1回 7人 令和4年度 1回 11人

事業名	事業内容	対象者	実 績		
男性のための料理教室	食生活改善推進員による男性の自立支援に向けた講習会と調理実習 また、男性の社会参加や仲間づくりの啓発を図る	一般住民 (男性)	平成25年度	講習会	1回 9人
			平成26年度	実施なし	
			平成27年度	講習会	1回 30人
			平成28年度	実施なし	
			平成29年度	講習会	1回 13人
			平成30年度	実施なし	
			令和元年度		
			令和2年度	家庭訪問 40軒	
			令和3年度		
			令和4年度	実施なし	
低栄養・認知症予防教室	食生活改善推進員による低栄養予防・ロコモティブシンドローム(運動器症候群)予防・認知症予防のための講習会と調理実習	成人・高齢者	平成26年度	1回	16人
シルバー・認知症予防教室			平成28年度	1回	33人
生活習慣病予防のための減塩推進スキルアップ事業	食生活改善推進員による朝食欠食、野菜摂取、減塩についての講習会と調理実習、家庭訪問等 特に、高齢者では、フレイル(虚弱な状態)の理解と低栄養への取組、孤食の改善を行う	高校生 成人・高齢者	平成28年度	講習会	1回 90人
				家庭訪問	13軒
			平成29年度	配布	912部
				講習会	2回 43人
TUNAGU(繋ぐ)パートナーシップ事業	食生活改善推進員による「減塩」と「野菜あとい皿(70g)の摂取」を重点テーマにした講習会や調理実習 家庭訪問による減塩チェック(減塩くん)を用いた味噌汁の塩分チェックの実施 野菜摂取の必要性についてのリーフレットを配布	一般住民 (40代～70代)	平成25年度	講習会	1回 40人
				配布	260部
			平成26年度	講習会	1回 24人
				家庭訪問	190軒
			平成27年度	配布	570部
				講習会	2回 38人
				家庭訪問	14軒
				配布	786部
世代別に取り組む生活習慣病予防のためのスキルアップ事業	食生活改善推進員による「若者世代」「働き世代」「高齢世代」の三世代別の生活習慣病予防のための講習会と調理実習 ○若者世代では、朝食欠食の生活習慣病への影響や栄養バランスの大切さ等を伝える ○働き世代では、適正体重の維持、減塩の大切さを伝え、生活習慣の見直しを推進する ○高齢世代では、低栄養、フレイル(虚弱な状態)、ロコモティブシンドローム(運動器症候群)、認知症の予防等を伝えるとともに孤立解消を図る	高校生・大学生 就労者 高齢者	平成30年度	若者世代	1回 29人
				働き世代	1回 20人
				高齢世代	1回 9人
			令和元年度	高齢世代	1回 23人
			令和2年度	高齢世代	講習会 1回 14人
					家庭訪問 30軒
全世代に広げよう健康寿命延伸プロジェクト	食生活改善推進員による「若者世代」「働き世代」「高齢世代」の三世代別の健康づくりのプレーヤーとなる「ヘルスサポーター」を育成するための講習会や調理実習	高校生・大学生 就労者 高齢者	令和3年度	働き世代	1回 25人
				高齢世代	1回 12人
			令和4年度	働き世代	1回 60人
				高齢世代	2回 31人
伝達講習会	食生活改善推進員が実施する各種事業について、推進員代表が事前に知識や技術を習得し、他の推進員へ伝達する	食生活改善推進員	平成25年度	2回	
すこやかパーティー(すこやか懇親会)	管内食生活改善推進協議会の会員が一堂に会し、食生活改善のための新しい知識の習得や、会員相互の情報交換と親睦を図る	食生活改善推進員	平成25年度	1回	61人
			平成26年度	1回	74人
			平成27年度	1回	59人
			平成28年度	1回	50人
			平成29年度	1回	37人
			平成30年度	1回	44人
			令和元年度	1回	45人
			令和2年度	コロナにより中止	
			令和3年度		
			令和4年度	1回	39人
栄養リーダー研修会	より高度な健康教育・健康相談に対応できるように、市町や在宅栄養士の資質向上を図る研修会	管内市町栄養士 在宅栄養士	平成25年度	延	63人
			平成26年度	延	54人
			平成27年度	延	62人
			平成28年度	延	47人
			平成29年度	延	56人

事業名	事業内容	対象者	実 績	
育児期の親が集まる場を利用したワークショップ	乳幼児の親や妊婦が集まる場(ベビーマッサージ講習会、ヒーリングヨガ教室、マタニティヨガ教室、産後ヨガ等)を活用して、食育及び生活習慣病予防についての実践的な学習の機会を提供	乳幼児の保護者 妊婦	平成25年度	6回 延 115組
			平成26年度	8回 延 140組
			平成27年度	8回 延 126組
			平成28年度	8回 延 108組
			平成29年度	7回 延 80組
			平成30年度	7回 延 77組 1回 妊婦 5人
			令和元年度	6回 延 71組 1回 妊婦 4人
			令和2年度	7回 延 34組 1回 妊婦 4人
			令和3年度	4回 延 26組 1回 妊婦 1人
			令和4年度	4回 延 44組 1回 妊婦 3人 1回 母親 5人
野菜摂取量向上に係る啓発	講習会等の様々な機会を通じて、「野菜もう一皿運動」啓発用のウェットティッシュやチラシを配布し、野菜摂取量向上を目指す	一般住民	平成27年度	平成27年度から 毎年度実施している
			平成28年度	
			平成29年度	
			平成30年度	
			令和元年度	
			令和2年度	
			令和3年度	
			令和4年度	

湯浅保健所【こころの健康づくり】

○取組状況

専門家による健康相談の実施や自殺やストレス対策としての研修会の開催、普及啓発等に積極的に取り組みました。

事業名	事業内容	対象者	実 績		
こころの健康相談	○精神神経科を受診できずにお悩みの方やその家族の方、認知症でお悩みの方に対する精神科嘱託医師による相談 ○状況に応じて家庭訪問	心に悩みのある方やその家族の方	平成25年度	第1木曜日	延 36件
			平成26年度	第2火曜日 第3水曜日	延 44件
			平成27年度	第1木曜日 第2水曜日 第3水曜日	延 38件
			平成28年度	第2金曜日 第4火曜日	延 27件
			平成29年度	第2木曜日 第4火曜日	不明
			平成30年度		延 12件
			令和元年度		延 9件
			令和2年度		延 19件
			令和3年度		延 25件
			令和4年度		延 17件
精神デイケア教室	調理実習、スポーツ、ハイキング、施設見学等	心に悩みのある方	平成25年度	第1金曜日	12回
			平成26年度		12回
			平成27年度		6回
家族教室	専門医師や臨床心理士、その他関連部門の講師による病気の成り立ちや支援の仕方についての学習会や講演会	心に悩みのある方やその家族の方	平成25年度	2回	延 51人
			平成26年度	2回	延 50人
			平成27年度	1回	16人
			平成28年度	1回	25人
			平成29年度	1回	25人
			平成30年度	1回	22人
			令和元年度	1回	60人
			令和2年度	1回	38人
			令和3年度	コロナにより中止	
			令和4年度	1回	17人
メンタルヘルスセミナー (メンタルヘルス教室)	メンタルヘルスの正しい知識とストレスの対処方法等を習得するための講習会を開催	企業・事業所従業員 一般住民	平成25年度	2回	延 128人
			平成26年度	1回	67人
			平成27年度	1回	92人
			平成28年度	実施なし	
			平成29年度	1回	82人
			平成30年度	1回	22人
			令和元年度	1回	69人
			令和2年度	1回	25人
			令和3年度	コロナにより中止	
			令和4年度	1回	24人
ゲートキーパー育成研修	ゲートキーパー※としての役割を担ってもらう人材の育成及び地域における見守り体制の強化を目的に研修会を開催 ※悩んでいる人に気付き、必要な支援につなげ、見守る人	民生児童委員 一般住民	平成26年度	2回	延 106人
自殺対策研修 (講演会)	自殺の現状を知ってもらい、悩んでいる人のそばにいる周囲の支援力を高めるための講演会	一般住民	平成26年度	1回	85人
			平成27年度	1回	50人
自殺対策強化月間に係る啓発	自殺者数が多くなる3月に、悩んでいる人が支えられ、つながることができる社会を目指して、街頭啓発を実施	一般住民	平成26年度	3か所で実施	
			平成27年度	3か所で実施	
当事者研究会	自律的に自分の抱える生きづらさの意味とメカニズムを研究し、自分の助け方を仲間と共に見出すことを目的にしたミーティングを開催	地域のデイケア教室 及び施設利用者	令和2年度	12回	延 44人
			令和3年度	12回	延 44人
社会参加促進事業	精神保健福祉に関する普及啓発として講演会を開催	医療福祉関係者 一般住民	令和元年度	1回	31名
			令和2年度	1回	31名

湯浅保健所【嗜好品（酒・たばこ）】

○取組状況

小・中学生や高校生の未成年を対象とした防煙（喫煙防止）教室・アルコール予防教室の開催、普及啓発等に積極的に取り組めました。

事業名	事業内容	対象者	実 績	
禁煙指導	保健師や管理栄養士等の専門家による禁煙指導	一般住民	平成25年度	延 1,430人
			平成26年度	延 8人
			平成27年度	実施なし
			平成28年度	
			平成29年度	延 453人
			平成30年度	
			令和元年度	延 319人
			令和2年度	延 337人
			令和3年度	延 337人
			令和4年度	延 190人
防煙（喫煙防止）教室	○小・中学生、高校生を対象に、保健所職員や有田薬剤師会会員が講師として実施するたばこの健康への影響についての教育指導 ○防煙（喫煙防止）のための啓発	小・中学生 高校生 保護者	平成25年度	7回 延 1,509人
			平成26年度	実施なし
			平成27年度	
			平成28年度	4回 延 304人
			平成29年度	
			平成30年度	7回 延 149人
			令和元年度	7回 延 319人
			令和2年度	7回 延 337人
			令和3年度	8回 延 298人
			令和4年度	6回 延 190人
禁煙啓発	食生活改善推進員が中心となって、毎年5/31の世界禁煙デーに街頭啓発を行い、禁煙啓発用のティッシュやマグネット等を配布	一般住民	毎年度実施している	
受動喫煙防止啓発	各種事業参加者や来所者に対して、受動喫煙防止用のウェットティッシュを配布	一般住民	毎年度実施している	
喫煙防止対策指導者研修会	地域で喫煙防止教育を指導する者へのスキルアップのための研修会	地域や企業、学校等で喫煙防止教育に携わる者	平成26年度	1回 8人
			平成27年度	1回 5人
アルコール予防教室	小・中学生を対象に、保健所職員が講師として実施するアルコールについての教育指導（講義やアルコールパッチテスト）	小・中学生	平成29年度	1回 中1 10人
			平成30年度	1回 中2 10人
			令和元年度	7回 206人
			令和2年度	1回 中2 12人
			令和3年度	1回 中2 9人
			令和4年度	1回 中2 13人
COPD認知度向上に係る啓発	COPDの認知度向上を目指して、 ○管内商工会にCOPD啓発用リーフレット、絆創膏を配布 ○講習会や防煙（喫煙防止）教室等の様々な機会を通じ、COPD啓発用リーフレット、絆創膏を配布	企業・事業所 小・中学生の保護者 一般住民	平成27年度	毎年度実施している
			平成28年度	
			平成29年度	
			平成30年度	
			令和元年度	
			令和2年度	
			令和3年度	
			令和4年度	

湯浅保健所【健康管理】

○取組状況

運動指導から生活習慣病予防、がん検診受診率向上、歯科保健対策と幅広く健康づくりの推進に取り組みました。

事業名	事業内容	対象者	実 績	
紀の国わかやま 1万人リレーウォーク	○循環器疾患のリスクとなる 肥満、脂質異常等を予防し、運 動習慣を身に付けるために、 日常で気軽に取り組める ウォーキングによる健康づくり を推進 ○健康運動指導士による運動 講座とウォーキング	一般住民	平成25年度	4回 延 136人
			平成26年度	4回 延 287人
			平成27年度	4回 延 227人
			平成28年度	1回 126人
運動習慣定着事業			平成29年度	1回 114人
地域・職域出前講座	有田地方地域・職域・学域保 健連携推進協議会のメンバー が講師として、管内企業・事業 所に出向いて実施する生活習 慣病予防等についての講演会	企業・事業所従業員 一般住民	平成25年度	6回 延 215人
			平成26年度	実施なし
			平成27年度	2回 延 183人
			平成28年度	実施なし
			平成29年度	
			平成30年度	
			令和元年度	2回 延 36人
			令和2年度	コロナにより中止
			令和3年度	実施なし
			令和4年度	
健康推進員 養成講習会	「健康長寿日本ーわかやま」を 目指すため、地域の健康づくり の草の根運動の中核を担う人 材の育成を目的とした講習会	一般住民 (市町から推薦された者)	平成26年度	2クール 73人
			平成27年度	2クール 54人
			平成28年度	2クール 48人
			平成29年度	2クール 39人
			平成30年度	2クール 47人
			令和元年度	2クール 42人
			令和2年度	2クール 32人
			令和3年度	コロナにより中止
			令和4年度	1クール 26人
健康推進員 フォローアップ研修会	健康推進員養成講習会修了 後概ね1年を経過した者に対す るブラッシュアップのための研 修会	健康推進員	平成27年度	1回 33人
			平成28年度	1回 29人
			平成29年度	1回 32人
			平成30年度	1回 38人
			令和元年度	1回 53人
			令和2年度	1回 40人
			令和3年度	コロナにより中止
健康推進員事業 情報交換会	健康推進員、行政担当者による 活動内容等についての情報交 換会	健康推進員 市町健康推進員担当職員 保健所担当職員	平成27年度	3回 21人
健康推進員 担当者会議	健康推進員養成講習会及び フォローアップ研修会実施に向 け、保健所と市町担当者として 実施内容を協議	市町健康推進員担当職員 保健所担当職員	平成27年度	2回 延 12人
			平成28年度	2回 延 12人
			平成29年度	2回 延 13人
			平成30年度	2回 延 14人
			令和元年度	1回 9人
			令和2年度	1回 8人
			令和3年度	1回 7人
			令和4年度	1回 9人
健康ハイキング	管内地域でウォーキングによる 健康づくりを推進	食生活改善推進員	平成25年度	1回 61人
			平成26年度	1回 39人
			平成27年度	1回 53人
			平成28年度	天候により中止
			平成29年度	1回 34人
			平成30年度	1回 48人
			令和元年度	1回 39人
がん検診受診率 向上への取組	がん検診受診率向上を目指 し、がん検診啓発用リーフレッ ト、絆創膏等をイベントや研修 会等で配布	一般住民	平成25年度	毎年度実施している
			平成26年度	
			平成27年度	
			平成28年度	
			平成29年度	
			平成30年度	
			令和元年度	
			令和2年度	
			令和3年度	
			令和4年度	

事業名	事業内容	対象者	実 績	
職域リーダー 養成講習	企業内・職域の健康づくりを中心となって実践する者を養成するための講習会	企業等の 健康管理担当者	平成25年度	1回 38人
			平成26年度	1回 40人
			平成27年度	実施なし
			平成28年度	
			平成29年度	
			平成30年度	1回 38人
			令和元年度	2回 延 55人
			令和2年度	コロナにより中止
			令和3年度	1回 23人
			令和4年度	1回 25人
健康づくり運動 ポイント事業 (個人型)	楽しみながらの運動習慣定着を目的として、ウォーキング等の運動にポイントを付与し、獲得ポイント数によりランキングする	一般住民	平成29年度	82人
			平成30年度	311人
			令和元年度	492人
			令和2年度	570人
			令和3年度	643人
			令和4年度	665人
歯と口の健康づくり のための啓発	歯と口の健康づくりについて、防煙(喫煙防止)教室等の機会を通じて、啓発用パンフレットを配布	小・中学生 高校生 保護者	平成30年度から 毎年度実施している	

有 田 市

有田市【健康管理】

事業名	事業内容	対象者	実 績		
			年度	回数	受診率
特定健診	特定健診 生活習慣病の早期発見及び早期治療を目的とした健診(集団・個別) (実施回数・期間) 集団:15回/年(R4年度以降は14回/年) 個別:4月下旬ごろ～3月末	40歳～74歳(国保)	H25	1回/年	25.1
			H26		27.4
			H27		31.1
			H28		30.9
			H29		32.8
			H30		38.3
			R1		36.2
			R2		36.6
			R3		37.2
			R4		39.7
がん検診	胃がん検診 胃がんの早期発見・早期治療を目的とした検診で、胃エックス線検診・内視鏡検診を実施(集団・個別) (実施回数・期間) 集団・個別とも特定健診と同じ	(胃エックス線検診:40歳以上) (内視鏡検診:50歳以上) ※受診率は、50～69歳の受診率を算定 ※(対象者数算出法) H25～H26年度はH22年度の 国勢調査に基づく推計人数。 H27以降は、各年度の実人数 ※H28年度以降、受診者数に胃内視鏡検査を含む。 ※R4年度の受診率は、暫定値	H25	胃エックス線 検診 (1回/年) 内視鏡検診 (1回/2年)	7.5
			H26		6.9
			H27		4.1
			H28		17.8
			H29		15.5
			H30		16.9
			R1		20.2
			R2		18.9
			R3		18.3
			R4		18.4
	肺がん検診 肺がんの早期発見・早期治療を目的とした検診でエックス線検査を実施(集団・個別) (実施回数・期間) 集団・個別とも特定健診と同じ	40歳以上 ※受診率は、40～69歳の受診率を算定 ※(対象者数算出法) 胃がん検診と同じ ※R4年度の受診率は、暫定値	H25	1回/年	11.4
			H26		10.5
			H27		8.3
			H28		7.2
			H29		7.4
			H30		8.0
			R1		7.3
			R2		10.5
	大腸がん検診 大腸がんの早期発見・早期治療を目的とした検診で便潜血検査を実施(集団・個別) (実施回数・期間) 集団・個別とも特定健診と同じ	40歳以上 ※受診率は、40～69歳の受診率を算定 ※(対象者数算出法) 胃がん検診と同じ ※R4年度の受診率は、暫定値	H25	1回/年	10.7
			H26		9.9
			H27		13.5
			H28		12.0
			H29		10.4
			H30		11.2
			R1		10.6
			R2		10.6
	子宮頸がん検診 子宮頸がんの早期発見・早期治療を目的に子宮頸部の細胞診検査を実施(個別) (実施期間) 4月下旬ごろ～3月末	20歳以上の女性 ※受診率は、20～69歳の受診率を算定 ※(対象者数算出法) 胃がん検診と同じ ※R4年度の受診率は、暫定値	H25	1回/2年	25.1
			H26		27.2
			H27		27.8
			H28		29.5
			H29		26.2
			H30		21.9
			R1		23.3
			R2		21.2
	乳がん検診 乳がんの早期発見・早期治療を目的とした検診でマンモグラフィー検査を実施(集団・個別) (実施回数・期間) 集団・個別とも特定健診と同じ	40歳以上の女性 ※受診率は、40～69歳の受診率を算定 ※(対象者数算出法) 胃がん検診と同じ ※R4年度の受診率は、暫定値	H25	1回/2年	16.9
			H26		16.9
			H27		20.8
			H28		24.1
			H29		21.8
			H30		18.0
			R1		18.9
			R2		16.1
			R3		15.7
			R4		14.4

有田市【健康管理】

事業名	事業内容	対象者	実 績		
			年度	回数	受診率
特定保健指導	特定健診で保健指導対象者に該当した方へ保健師や栄養士による保健指導を実施	40歳～74歳(国保)の 特定保健指導対象者 ※保健指導実施率は保健指導終了者数で算定	H25	1回/年	17.9
			H26		11.9
			H27		14.9
			H28		18.9
			H29		27.6
			H30		20.6
			R1		12.8
			R2		21.5
			R3		20.4
			R4		37.9
歯周疾患検診	歯周疾患の早期発見を目的とした検診で問診と歯周組織検査を実施	満40歳・50歳・60歳・70歳の市民	H25	1回	1.6
			H26		2.3
			H27		4.6
			H28		0.6
			H29		2.4
			H30		9.2
			R1		9.8
			R2		6.9
			R3		7.6
			R4		9.0
事業名	事業内容	対象者	実績		
			年度	回数	人数
妊婦歯科健診	有田市内の歯科医院(歯科医師会加入医療機関)にて歯科健診を実施	妊婦	R3	1回	28
			R4		47
肝炎ウイルス検診	B型及びC型肝炎の早期発見早期治療を目的とした検診。 B型(HBs抗原)及びC型(HCV抗体)の血液検査を実施	40歳以上で肝炎ウイルス検診未受診者	H25	B型	302
				C型	299
			H26	B・C型同数	206
			H27		262
			H28		150
			H29		116
			H30		73
			R1		59
			R2		341
			R3		318
R4	245				
健診受診勧奨	健診未受診者へ電話勧奨	健診未受診者	H25	市勧奨数	2,342
				連合会委託 勧奨数	567
			H26	市勧奨数	2,480
			H27	市勧奨数	2,126
			H28	市勧奨数	1,136
			H29	市勧奨数	1,242
			H30	市勧奨数	1,785
			R1	連合会委託 勧奨数	577
			R2	連合会委託 勧奨数	609
			R3	連合会委託 勧奨数	411
			R4	連合会委託 勧奨数	499
	過去受診歴・問診内容から対象者に応じた受診 勧奨はがきを送付 (特定健診)	特定健診未受診者	H30	2	5,308
			R1	2	5,180
			R2	2	8,766
			R3	2	6,725
			R4	2	6,496
	40歳～44歳の誕生月に特定健診勧奨通知		H29	12	401
			H30	12	355
	40歳の誕生月に肝炎ウイルス検診・歯周疾患 検診・がん検診の勧奨はがきを送付	40歳誕生日を迎えた方	H30	12	290
			R1	12	327
			R2	12	276
			R3	12	256
R4			12	244	
がん検診未受診勧奨	ナッジ理論に基づく受診勧奨はがきを送付	大腸がん検診未受診者	R4	1	5,612
	精密検査受診勧奨はがきを送付	大腸がん精密検査未受診者	R4	1	50

有田市【健康管理】

事業名	事業内容	対象者	実績		
			年度	回数等	人数
虫歯予防教室	保育園児に虫歯予防の話 講師：保健師	保育園児	H25	1	36
			H26	1	65
			H27	1	60
			H28	1	50
			H29	1	45
			H30	1	44
			R1	1	40
健康づくり推進員 養成講座	健康推進員養成講座（県主催）後、委嘱後有田市の健康づくりについて講話	健康推進員養成講座（県主催）修了者	H26	1	23
			H27	1	13
			H28	1	10
			H29	1	6
			H30	1	10
			R1	1	7
			R2	1	7
健康づくり推進員 （フォローアップ研修）	食生活についての講演や運動教室等	健康推進員	R4	1	10
			H27	1	16
			H28	3	実20延72
			H29	2	31
			H30	1	25
			R1	1	26
			R2	1	30
健診啓発	健康推進員による街頭啓発 （市内のスーパー4か所）	一般市民 ※H30市内保育所保護者へ啓発含む ※R1市内小学校音楽会参加の保護者 及び保育所保護者へ啓発含む	R3	2	17
			R4	2	49
			H25	2	500
			H26	2	500
			H27	2	500
			H28	2	500
			H29	2	1,000
健康ポイント事業	健診や運動教室、イベント参加により健康ポイントをため、インセンティブを実施	40歳以上の市民	H30	2	800
			H30	7	263
			R1	2	800
			R1	7	1,400
			R1	7	600
			H30	2	439
			R1	応募者数	145
健康アプリ事業	ウォーキング・健診受診等でポイントが付与されるスマホアプリを活用し、インセンティブを実施	20歳以上の市民	R2		227
			R3	応募者数	417
健康フェア	ヨガ教室・健康チェックコーナー等実施	一般市民	R4		847
	講演会・健康チェックコーナー等実施 （有田市立病院と共催）	一般市民	H28	子ども/大人	150/250
	講演会・学校給食体験・子ども絵展示等実施	一般市民と子ども	H29	保セ/市立	220/349
消防フェスティバル	健康チェックコーナー開催	一般市民	H30	子ども/大人	100/217
			H27	大人	70
			H30		233
みかんの里フェスティバル	健康チェックコーナー開催	一般市民	R1		376
			H29	子ども/大人	30/219
健康フェスタ （有田市立病院）	健康チェックコーナー開催	一般市民	H30	大人	100
	健康クイズ・がん検診啓発	一般市民	H28	子ども/大人	50/100
	健康クイズ・がん検診啓発	一般市民	H30	大人	80
			R1	大人	193

有田市【食生活・運動】

事業名	事業内容	対象者	実績		
			年度	回数等	人数
健康・栄養相談	健康・栄養に関する相談を保健師、栄養士が個別実施	乳幼児期から成人期	H25	12	164
			H26	12	159
			H27	12	141
			H28	12	129
			H29	12	79
			H30	12	74
			R1	12	139
			R2	12	137
			R3	12	128
			R4	12	135
おはなし相談室	4か月児健診では保育士による個別相談 10か月児健診、1歳8か月児健診、3歳6か月児健診では栄養士による個別相談	4か月児 10か月児 1歳8か月児 3歳6か月児 の保護者	H29	48	651
			H30	48	620
			R1	48	576
			R2	48	559
			R3	48	507
			R4	48	482
離乳食教室	保健師による個別相談、栄養士による離乳食の実際の作り方を実演しながら栄養指導を実施(集団及び個別相談)	6か月児とその保護者	H25	12	330
			H26	12	310
			H27	12	330
			H28	12	316
			H29	12	250
			H30	12	256
			R1	12	248
			R2	12	238
			R3	12	258
			R4	12	202
生活習慣病予防教室	高血圧・糖尿病・脂質異常症について、保健師や栄養士による講話と調理実習や運動教室を実施	国保対象者	H25	2	29
			H26	3	47
			H27	5	55
			H28	4	75
			H29	4	64
		一般(特定健診で異常値の方への参加勧奨も実施)	H30	5	76
			R1	4	46
			R2	4	44
			R3	4	39
			R4	4	35
	バランス食について(グループワーク) 作って食べよう! バランス食!	国保対象者	H25	1	23
			H26	1	12
				4	79
	H27		4	113	
	H28		6	101	
	H29		6	37	
	糖尿病重症化予防事業		健診結果や受療内容から対象者を抽出し、案内通知や医療機関からの勧奨により参加者を募り、食事や生活の保健指導を実施(面接2回と電話10回)	健診結果や受療内容から保健指導が必要と判断された方(国保)	H26
H29		12			3
H30		12			5
R1		12			5
R2		12			3
R3		12			3
R4		12			5
健康教室	デトックスdeアンチエイジング講座	一般市民	H29	2	36
食推事業 男性料理教室	男性の自立支援に向けた講習会と調理実習を実施	一般市民	H25	1	10
			H27	1	16
			H29	1	13
食推事業 生涯骨太クッキング事業	メタボ予防から低栄養予防に加えフレイル予防のための講習会と調理実習を実施	一般市民	H25	1	15
			H26	2	46
			H27	1	19
			H28	1	20
			H30	1	13
			R2	1	60

有田市【食生活・運動】

事業名	事業内容	対象者	実績				
			年度	回数	人数		
食推事業 地域・職域おやこの教室	食育事業として、育児期の親とこどもの適正な食習慣の定着を目的とした講習会を実施	親子教室参加者	H25	2	26		
			H26	2	67		
			H27	2	62		
			H28	2	21		
			H29	2	20		
			H30	1	12		
			R1	1	28		
			R4	1	14		
食推事業 親子料理教室	食育事業として「食育5つの力」をテーマに「朝食共食の大切さ」に重点においた講習会と調理実習を実施	小学生と保護者	H25	1	35		
			H26	1	2		
			H27	1	21		
			H28	1	27		
			H29	1	17		
			H30	1	19		
			R1	1	24		
食推事業 幼稚園・保育所	食育についての紙芝居や手遊びを実施し、生鮮野菜に触れる体験を実施	幼稚園・保育所に通う児	H25	1	37		
			H26	1	36		
			H27	1	37		
			H28	1	39		
			H29	1	59		
			H30	1	30		
			R1	1	133		
食生活改善推進員 養成講座	「きらっとマイスター養成講座(H25)」 「食育マイスター養成講座(H30)」 (食事や運動の講座、調理実習等)	一般市民	H25	7	延128		
			H30	6	延86		
運動教室	すらっとスマート運動教室、ステップ健康教室	20～74歳の市民	H25	24	640		
			H26	24	542		
			H27	24	530		
			H28	26	490		
	すらっとスマート運動教室、ステップ健康教室、タラソウォーキング、姿勢改善・エクササイズ、脂肪燃焼・エクササイズ教室、インド式ヨガ		H29	28	496		
			H30	20	386		
				16	360		
	1			26			
	朝・昼・夜のエクササイズ (エクササイズ、筋トレ、体幹トレーニング、インド式ヨガ、ウォーキング、)		R1	朝12/夜14	185/253		
			R2	朝3/夜4	24/65		
	朝・夜のエクササイズ(エクササイズ、体幹トレーニング、ウォーキング等)		R3	12	実46(延151)		
			R4	12	実50(延181)		
夜の運動教室(エクササイズ)	R2	15	実16(延174)				
	R3	15	実12(延161)				
	R4	15	実16(延224)				
	すっきりボディチャレンジ in えみくる ARIDA	30～74歳の市民で、肥満傾向(BMI25以上)にある方	R2	1	26		
R3			1	23			
R4			1	12			
健康ウォーキング教室			一般市民	H29	1	38	
	H30	1		33			
	R1	1		27			
	R2	1		24			
	R3	1		17			
	R4	1		12			
親子ヨガ教室	市内の小学生と保護者	R1	2	35			
		R2	1	8			
		R3	9	77			
		R4	6	22			
ママと赤ちゃんが 笑顔になる講座	産後のママを対象に、骨盤ケア講座を行う	生後10か月までの赤ちゃんとも母親	H26	1	60		
			H27	1	60		
			H28	3	52		
			H29	2	96		
			H30	2	66		
骨盤教室	良い姿勢を保つため体操教室	小学生	R3	1	9		
				1	12		
				成人期 更年期の女性	R3	1	9
						1	12

有田市【食生活・運動】

事業名	事業内容	対象者	実績		
			年度	回数	人数
運動教室	健康運動指導士によるエクササイズ フィットネスウォーキング・エアロ・10分間エクササイズ等(朝コース・夜コース)	国保対象者	H25	18	473
			H26	18	217
			H27	18	257
			H28	18	195
			H29	20	251
いきいき体操	シニアエクササイズ(令和5年度13か所) (ステップ運動・ストレッチ・筋トレ)	65歳以上の市民	H25	134	2,419
			H26	159	2,474
			H27	162	2,092
			H28	144	1,982
			H29	149	1,801
			H30	138	7,030
			R1	643	6,342
			R2	128	4,121
			R3	487	3,248
			R4	517	3,946
いきいき百歳体操	ダンベル等を使った自主グループによる体操 (R5年度現在28か所)	65歳以上の市民	H28	5	50
			H29	88	1,000
			H30	281	2,467
			R1	447	4,810
			R2	120	3,855
			R3	544	4,455
高齢者サロン	軽い身体ほぐし運動・レクリエーション (R5年度現在6か所)	65歳以上の市民	R4	695	9,456
			H25	48	627
			H26	60	812
			H27	57	758
			H28	60	767
			H29	83	845
			H30	84	934
			R1	76	844
			R2	61	464
			R3	65	456
やわら元気体操	柔道整復師によるストレッチ・軽い筋トレ (R5年度現在12か所)	65歳以上の市民	R4	71	625
			H25	315	6,200
			H26	360	6,968
			H27	396	7,011
			H28	432	6,690
			H29	432	6,230
			H30	432	6,049
			R1	422	5,791
			R2	430	4,847
			R3	432	4,476
			R4	432	4,602

有田市【こころの健康づくり】

事業名	事業内容	対象者	実 績		
			年度	回数	人数
精神家族会 (はなまる会)	精神疾患患者をもつ家族の集い (1回/月)	精神疾患患者の家族	H25	12	実17(延111)
			H26	12	実24(延115)
			H27	12	実22(延115)
			H28	12	実10(延81)
			H29	12	実13(延86)
			H30	12	実11(延74)
			R1	12	実15(延77)
			R2	9	実11(延38)
			R3	10	実12(延55)
			R4	12	実10(延50)
精神当事者の会 (いっぽ)	精神疾患患者当事者の集い (1回/月)	精神疾患患者当事者	H26	3	実10(延27)
			H27	12	実17(延80)
			H28	12	実14(延60)
			H29	12	実9(延42)
			H30	12	実13(延47)
			R1	12	実8(延38)
			R2	9	実6(延24)
			R3	10	実6(延20)
こころの健康相談	精神神経科受診をできずにお悩みの方やその家族、認知症でお悩みの方に対する精神科委託医師による相談、状況に応じて家庭訪問を実施	一般市民	H25	11	11
			H26	8	8
			H27	3	3
			H28	5	5
			H29	1	1
			R1	2	2
			R2	1	1
			R3	4	4
ゲートキーパー養成講座	ゲートキーパー※としての役割を担ってもらう人材育成のための講座 ※自死を防ぐため、悩んでいる人に気づき、必要な支援につなげ見守る人	職員	R1	1	131
		一般市民	R2	1	28
		職員		1	19
		一般市民	R3	1	43
		職員		1	20
		一般市民	R4	1	63
		職員		1	20
ひきこもりサポート事業	ひきこもり居場所 (ヴィダ・リブレアリダ)	一般市民	R3	43	実7(延82)
			R4	96	実9(延285)
	ひきこもり専門相談	一般市民	R3	6	実11(延15)
			R4	12	実15(延41)
	ひきこもり講演会	一般市民	R3	1	33
			R4	1	61
思春期教室	助産師と保健師による命の大切さについての講演と赤ちゃん人形で抱っこ体験を実施	中学生	H27	2	115
			H28	3	121
			H29	5	184
			H30	4	189
			R1	3	98
			R2	3	111
			R3	2	105
			R4	2	85
いのちの授業		小学生4・5年生	R4	2	38
精神保健講演会	壮年期以降のうつと認知症の予防	一般市民	H25	1	80
	なくしたものとつながる生き方	中学生	H26	1	340
認知症サポーター養成講座	認知症・認知症患者への理解を深めるためのサポーター養成講座(H22～実施) ※H22年～延べ2,530人参加 ※H25～R4年度延べ2,447人	一般市民	H25	1	24
		小中学生・市民・老人クラブ・警察官	H26	10	284
		市民・小学生・議員・企業	H27	4	110
		小学生・市職員・病院職員	H28	19	469
		小中学生・市職員・病院職員・企業	H29	24	484
		企業・郵便局・病院職員	H30	16	408
		市職員・小中学生・企業・市民	R1	17	337
		市民・小学生・市職員	R2	5	75
		小中学生・市職員・郵便局	R3	8	170
		小中学生・市職員・市民・企業	R4	5	86
認知症カフェ	認知症の患者や家族、地域の方による集い (H28～開始) ※R2～R4コロナにより中止	市内事業所3か所	H28	13	235
		市内事業所4か所	H29	34	1,279
		市内事業所4か所	H30	34	1,422
		市内事業所4か所	R1	26	961

有田市【嗜好品(酒・たばこ)】

事業名	事業内容	対象者	実 績		
			年度	回数	人数
防煙教室	小中学校で防煙に関する講演を実施	小中学生	H25	7	292
		小中学生	H26	7	280
		小中学生	H27	7	354
		小中学生	H28	4	173
		小中学生	H29	6	321
		小中学生	H30	6	226
		小学生	R1	1	11
		小学生	R3	3	81
		小学生	R4	7	166

湯 浅 町

湯浅町【栄養・食生活】【こころの健康づくり】

事業名	事業内容	対象者	実 績		
			年度	回数	人数(延)
生活習慣病予防事業健康相談	町民の個別性に合わせた、生活習慣病を予防、疾病の重症化予防のための健康相談、生活改善指導の実施	20歳以上の町民	H27	毎週水曜日	238
			H28		228
			H29		228
			H30		339
			H31		277
			R2		132
			R3		85
			R4		99
乳幼児健康相談	乳幼児期から生活習慣病を予防するために健康相談、生活改善指導	乳幼児と保護者	H25	第1・3水曜日	257
			H26		232
			H27		169
			H28		176
			H29		157
			H30		145
			H31		168
			R2		122
R3	79				
R4	107				
栄養教室	町民の生活習慣病の予防、疾病の重症化予防を図るために必要な専門的な知識について管理栄養士等の指導	20歳以上の町民	H28	14	54
			H29	10	38
			H30	11	26
			H31	11	59
			R2	11	39
			R3	9	23
			R4	11	37
特定健診保健指導 動機付け支援	内臓脂肪に着目した上で、個々の生活習慣の改善のための保健指導	特定保健指導終了者	H25		18
			H26		16
			H27		12
			H28		11
			H29		1
			H30		16
			H31		11
			R2		22
R3			29		
R4			39		
特定健診保健指導 積極的支援			H25		7
			H26		5
			H27		3
			H28		4
			H29		2
			H30		4
	H31	3			
	R2	1			
R3	1				
R4	0				
精神デイケア	社会との交流、居場所・仲間づくりのための支援	精神疾患をもつ住民	H25	12	52
			H26	12	35
			H27	12	24
			H28	12	26
			H29	12	25
			H30	12	27
			H31	10	31
			R2	10	21
R3	4	11			
R4	11	21			

湯浅町【嗜好品】【健康管理】

事業名	事業内容	対象者	実績		
			年度	回数	人数(延)
防煙教室 (対象の小・中学校 各1回)	児童に対して防煙についての健康教室	小中学生	H25		94
			H26		112
			H27		153
			H28		85
			H29		79
			H30	実施なし	
			H31		
			R2		
			R3		
			R4		22
禁煙啓発	集団健診受診者及び保健指導対象者に禁煙啓発グッズを配布	一般住民	毎年度実施		
事業名	事業内容	対象者	実績		
			年度	回数	受診率
特定健診		40～74歳の 国民健康保険 加入者	H25		31.4
			H26		27.4
			H27		29.1
			H28		26.8
			H29		28.5
			H30		28.6
			H31		26.6
			R2		29.1
			R3		32.8
			R4		32.6
各種がん検診	生活習慣病、がん等の早期発見及び早期治療のための事業 各種がん検診のR4年度は暫定値	40歳以上の住民 (子宮頸がん検診は 20歳以上)	H28	胃	21.4
			H29		18.2
			H30		18.6
			H31		20.3
			R2		19.3
			R3		15.8
			R4		13.7
			H28	大腸	12.2
			H29		11.9
			H30		11.6
			H31		10.2
		受診率は 胃がん50～69歳 子宮頸がん20～69歳 それ以外は40～69歳	R2	肺	9.5
			R3		11.7
			R4		11.7
			H28		12.5
			H29	肺	12.1
			H30		11.4
			H31		10.6
			R2		9.3
			R3	子宮頸	11.6
			R4		12.1
			H28		40.8
			H29	子宮頸	36.9
			H30		30.6
			H31		31.2
			R2		33.8
			R3	乳房	31.7
			R4		31.3
			H28		28.5
			H29	乳房	26.6
			H30		26.3
			H31		24.6
			R2		23.6
			R3	乳房	24.4
			R4		24.4

湯浅町【健康管理】

事業名	事業内容	対象者	実 績		
			年度	回数	人数(延)
保育所での歯科健康教育	幼児期からの歯の病気と歯の磨き方に関する知識の普及	4・5歳児とその保護者	H25	3	94
			H26	3	98
			H27	3	101
			H28	3	102
			H29	3	93
			H30	3	81
			H31	3	82
			R2	コロナにより中止	
			R3		
			R4	1	8
保育所でのフッ素洗口	幼児期からの歯周疾患を予防するための支援	4・5歳児	H25	4	147
			H26	4	146
			H27	4	144
			H28	4	149
			H29	4	139
			H30	4	127
			H31	4	130
			R2	コロナにより中止	
			R3		
			R4		
健康まつりでのフッ素塗布	幼児・学童期のこどもたちの歯周疾患を予防するための支援	幼児・学童児	H25	1	132
			H26	1	110
			H27	1	127
			H28	1	139
			H29	雨天中止	
			H30	1	95
			H31	1	90
			R2	コロナにより中止	
			R3		
			R4		
歯周疾患検診	定期的に歯周疾患検診を行うことによる歯周疾患予防するための支援	40・50・60・70歳の住民	H25		91
			H26		98
			H27		58
			H28		63
			H29		98
			H30		95
			H31		83
			R2		66
			R3		60
			R4		73
ウォーキング教室	運動できる機会・方法の提供、運動する習慣の形成、生活習慣の改善に対する支援	一般住民	H25	実施なし	
			H26		
			H27		
			H28	6	26
			H29	7	13
			H30	7	36
			H31	4	16
			R2	5	55
			R3	3	19
			R4	7	68
筋力トレーニング教室 (約週2回 2か所)	高齢者向けの運動方法の提供、運動機能低下予防と生活習慣の改善に対する支援	65歳以上の住民	H31		139
			R2		117
			R3		118
			R4		302
お元気体操教室 (7か所)	高齢者向けの運動方法の提供、運動機能低下予防と生活習慣の改善に対する支援	65歳以上の住民	H30		74
			H31		95
			R2		105
			R3		105
			R4		184

湯浅町【健康管理】

事業名	事業内容	対象者	実 績		
			年度	回数	実人数
エアロビクス教室 (週1回 1か所)	運動できる機会・方法の提供と支援や、 運動する習慣の形成、生活習慣の改善 に対する支援	一般住民	H25	72	63
			H26	84	46
			H27	42	29
			H28	43	34
			H29	43	36
			H30	41	22
			H31	38	18
			R2	30	8
			R3	33	8
ヨガ (週1回 2か所)	運動できる機会・方法の提供と支援や、 運動する習慣の形成、生活習慣の改善 に対する支援	一般住民	R4	42	12
			H25	72	62
			H26	84	51
			H27	42	59
			H28	86	47
			H29	86	64
			H30	82	44
			H31	76	36
			R2	58	28
			R3	66	26
			R4	84	25

広 川 町

広川町【健康管理】

事業名	事業内容	対象者	実 績		
			年度	受診率(%)	
特定健診・ 各種がん検診	特定健診、胃・大腸・肺がん検診の同時実施(年15回各公民館) 特定健診、胃・大腸・肺がん、子宮頸・乳がん検診の休日同時実施(年3回実施) 特定健診、大腸・肺がん、子宮頸・乳がん検診の同時実施(年2回実施) 大腸がん・子宮頸がん・乳がん検診の同時実施(年2回実施)	特定健診:40歳以上75歳未満 国保被保険者 ※1.R4年度は速報値 後期:75歳以上後期高齢者医療被保険者 胃がん・肺がん・大腸がん:40歳以上の一般住民 乳がん:40歳以上の女性 子宮頸がん:20歳以上の女性 R4年度のがん検診受診率は暫定値 受診率は 胃がん:50～69歳(H28年度以降) 子宮頸がん:20～69歳 それ以外:40～69歳	特定健診	H27	30
				H28	31.2
				H29	35.6
				H30	36.8
				H31	35
				R2	30.7
				R3	33.3
				R4	37.8(※1)
			胃がん検診	H27	13.4
				H28	26.7
				H29	24.7
				H30	25.3
				H31	23.1
				R2	20.1
				R3	18.8
				R4	17.7
			肺がん検診	H27	17.2
				H28	15.2
				H29	15.7
				H30	15.6
				H31	13.7
				R2	12.3
				R3	12.9
				R4	13.2
			大腸がん検診	H27	18.7
				H28	17.0
				H29	16.4
				H30	15.4
				H31	14.5
				R2	13.2
				R3	13.0
				R4	13.4
			子宮頸がん検診	H27	31.8
				H28	32.1
				H29	26.9
				H30	26.3
				H31	27.1
				R2	26.2
				R3	24.8
				R4	24.8
			乳がん検診	H27	21.7
				H28	23.9
				H29	23.6
				H30	22.8
				H31	23.5
				R2	21.7
				R3	22.0
				R4	24.9
事業名	事業内容	対象者	実 績		
特定保健指導	特定健診受診者中で特定保健指導該当者に保健師・管理栄養士によるその人の生活行動を把握した上で個別の生活指導及び栄養指導	一般住民 (特定健診受診者中、特定保健指導該当者)	年度	回数	延人数(人)
			H27	23	26
			H28	19	22
			H29	22	25
			H30	34	37
			H31	36	39
			R2	34	37
			R3	24	26
			R4	12	15

事業名	事業内容	対象者	実 績		
			年度	回数	人数(人)
健康相談	血圧測定・尿検査と共に、保健師・管理栄養士による相談・個別指導(月2回保健センター、2か月に1回文化会館、月1回津木地区各公民館にて実施。R5年度より岩渕集会場での健康相談廃止)	一般住民	H27	45	569
			H28	54	363
			H29	24	144
			H30	60	600
			H31	66	222
			R2	15	125
			R3	39	574
			R4	47	447
個別訪問	保健師や看護師が個別訪問し、健診結果について説明・医療機関への受診勧奨を行う	一般住民 (特定健診の結果が「要医療」「要精検」の者、がん検診で要精検の者)	通年実施		
運動教室	運動指導士等によるエアロビクス運動を取り入れた運動教室や、マットを用いた運動教室を毎週火・木曜日に実施している	一般住民	年度	回数	人数
			H25	87	1,666
			H26	91	1,468
			H27	91	1,558
			H28	89	1,263
			H29	92	1,815
			H30	97	1,829
			H31	87	1,713
			R2	82	1,312
			R3	46	643
			R4	66	894

広川町【嗜好品(たばこ)】

事業名	事業内容	対象者	実 績		
庁舎内禁煙	喫煙室を設けて完全分煙	庁舎内勤務者 一般住民	令和2年度より屋内禁煙となった。		
防煙教室	湯浅保健所の協力を得て、町内小・中学校において児童・生徒への防煙についての健康教育	町内小・中学校 児童・生徒	年度	回数	人数
			R4	1	37

有 田 川 町

事業名	事業内容	対象者	実 績		
特定健診	生活習慣病の早期発見及び早期治療を目的とした健診	40～74歳の国民健康保険加入者	年度	受診率(%)	
			H25	30.6	
			H26	31.5	
			H27	33.6	
			H28	33.2	
			H29	33.7	
			H30	38.1	
			H31(R1)	36.3	
			R2	31.4	
			R3	32	
R4	34.5				
がん検診	がんの早期発見及び早期治療を目的とした検診	胃がん・肺がん・大腸がんは、40歳以上 乳がんは、40歳以上の女性 子宮頸がんは、20歳以上の女性 ※地域保健・健康増進事業報告より ※受診率は、胃がん50～69歳(H28年度以降) 子宮頸がん20～69歳 それ以外は40～69歳 で算出 ※対象者は、対象年齢の全住民で算出 ※令和4年度の受診率は暫定値	年度	部位	受診率(%)
			H27	胃	9.3
			H28		14
			H29		13.4
			H30		12.7
			H31(R1)		12.2
			R2		10.9
			R3		9.8
			R4		9.6
			H27	大腸	12.3
			H28		11.2
			H29		15.8
			H30		14.5
			H31(R1)		13.8
			R2		12.2
			R3		11.1
			R4		12.7
			H27	肺	13.1
			H28		12.5
			H29		12
			H30		11.6
			H31(R1)		11
			R2		9.3
			R3		8.3
			R4		9.9
			H27	乳	23.7
			H28		23.2
			H29		23.3
			H30		22.4
			H31(R1)		22.3
			R2		20.6
			R3		18.7
			R4		15.6
			H27	子宮頸	29
			H28		28.4
			H29		28.2
			H30		28
			H31(R1)		28.6
			R2		28.4
			R3		28.3
			R4		27.6
歯周疾患検診	歯周疾患の予防、早期発見、早期治療を目的とした検診	満40歳 50歳 60歳 70歳の住民	年度	受診率(%)	
			H27	11.3	
			H28	10.6	
			H29	9.8	
			H30	12.4	
			H31(R1)	11.0	
			R2	11.1	
			R3	11.4	
			R4	18.9	
特定保健指導	特定健診の結果において、生活習慣病の発症リスクが高い方(積極的支援者と動機付け支援者)に対し、保健指導を実施する	有田川町国民健康保険の加入者で40～75歳未満の方で、特定保健指導対象者	年度	実施率(%)	
			H25	36.3	
			H26	36.4	
			H27	37.8	
			H28	32.1	
			H29	48.9	
			H30	32.2	
			H31(R1)	35.3	
			R2	25.3	
			R3	36.1	
R4	19.9				

事業名	事業内容	対象者	実 績		
			年度	回数	人数(延べ)
結果説明会(健康づくり講座)	集団健診を受けた方や特定健診を受けた方などに対し健診結果の見方や生活習慣病について医師や保健師、栄養士、歯科衛生士、運動指導士、野菜ソムリエ等からの講話や実技、試食を通し健康づくりのきっかけにする	集団健診受検者 及び 住民	H26	1	12
			H27	4	162
			H28	7	175
			H29	9	261
			H30	12	261
			H31(R1)	11	116
			R2	7	77
			R3	9	92
			R4	9	54
運動教室	運動指導士による運動	20歳以上の住民	年度	回数	人数(延べ)
			H25	50	510
			H26	47	533
			H27	49	485
			H28	46	435
			H29	28	299
			H30	28	279
			H31(R1)	23	300
			R2	15	157
			R3	18	164
			R4	18	110
骨密度測定	骨密度測定と骨についての講話	町内の小中学生	年度	回数	人数(延べ)
			H25	2	169
			H26	9	202
			H27	5	191
			H28	5	193
			H29	5	183
			H30	4	160
			H31(R1)	4	151
			R2	4	136
			R3	4	108
			R4	3	89
	健康相談	20歳以上の住民	年度	回数	人数(延べ)
			H25	4	15
			H26	14	69
			H27	7	24
			H28	8	41
			H29	10	53
			H30	11	8
			H31(R1)	11	11
			R2	11	22
			R3	6	45
			R4	8	105
	福祉まつり	来場者	年度	回数	人数(延べ)
			H25	1	63
			H26	1	94
	どんどん祭り	来場者	年度	回数	人数(延べ)
			H25	1	133
			H26	1	50
			H27	1	254
			H28	1	265
			H29	1	91
	ふるさと祭り	来場者	年度	回数	人数(延べ)
			H25	1	25
			H26	1	117
			H27	1	144
			H28	1	120
			H29	1	91
			H30	1	111
			H31(R1)	1	133
			R2		
			R3		
			R4	1	142
	ふれあい祭り	来場者	年度	回数	人数(延べ)
			H25	1	85
			H26	1	37
			H27	1	58
			H28	1	33

事業名	事業内容	対象者	実 績		
			年度	回数	人数(延べ)
健康相談	保健師による個別相談	20歳以上の住民	H25	30	141
			H26	20	234
			H27	19	27
			H28	23	100
			H29	14	110
			H30	11	45
			H31(R1)	10	42
			R2	11	44
			R3	10	71
			R4	11	138
地区懇談会	公民館に出向き、健康教育を行う	住民	年度	人数(延べ)	
			H25		
			H26	108	
			H27	152	
			H28		
			H29	24	
健康推進員	町実施のフォローアップ教室 内容 R1: 食中毒の話といき百 R4: 骨密度測定・ロコモチェック・塩分 チェックなど	健康推進員	年度	回数	人数(延べ)
			H28	1	23
			H29	1	17
			H30	1	15
			H31(R1)	1	11
			R2		
			R3		
介護予防教室	ウォーキング教室等を開催	概ね65歳以上の住民	年度	回数	人数
			H25		
			H26		
			H27		
			H28		
			H29		
			H30		
			H31(R1)		
			R2		
			R3		
地域リハビリテーション活動支援事業	リハビリ職(PT・OT)が地域や家庭に訪問し、介護予防に関する技術的支援を実施	概ね65歳以上の住民	R4	4	実15人、延19人
			H25		
			H26		
			H27		
			H28		
			H29	12	未把握
			H30	3	実6人、延6人
			H31(R1)	8	実106人、延106人
			R2	3	実3人、延3人
			R3	2	実6人、延6人
運動自主グループ	いきいき百歳体操や和歌山シニアエクササイズの自主グループ	概ね65歳以上の住民	R4	12	実140人、延140人
			H25		実381人
			H26		実546人
			H27		実598人
			H28		実598人
			H29		実1,130人
			H30		実1,340人
			H31(R1)		実1,276人
			R2		実1,273人
			R3		実1,024人
			R4		実1,021人

有田川町【食生活】

事業名	事業内容	対象者	実 績		
			年度	回数	人数
食生活改善推進員養成研修事業 (すこやか教室)	食生活改善推進員養成	住民	H25	1	8
食生活改善推進員活動	親子に対し食育教室	親とこども	H25	2	37
			H26	3	100
			H27	2	90
			H28	3	102
			H29	2	53
			H30	2	69
			H31(R1)	3	11
			R2	3	33
	生活習慣病予防スキルアップ教室 若者対象 減塩料理教室	高校生	R4	1	30
			H29	1	24
	高血圧予防教室	住民	H30	1	7
			H26	1	8
			H29	1	26
			H25	1	11
			H26	2	24
			H27	1	23
H29			1	26	
R3			1	11	
R4			1	30	
男性の料理教室			住民(男性)	H25	1
一般料理教室	住民	H28	1	6	
		H30	1	7	
高齢期の食生活	住民(高齢者)	H26	1	5	
		H28	1	33	
健康相談	栄養士による栄養指導	20歳以上の住民	年度	回数	人数(延べ)
			H25	30	18
			H26	20	24
			H27	19	40
			H28	23	12
			H29	10	30
			H30	11	22
			H31(R1)	12	31
			R2	13	16
			R3	12	34
			R4	13	42
結果説明会	管理栄養士(栄養士)、保健師からの実技や講話	住民	年度	回数	人数(延べ)
			H29	3	261
H30			5	261	
H31(R1)			8	116	
R2			3	30	
R3			3	35	
健康づくり講座			R4	1	3
栄養教室	栄養士からの話・調理実習	住民	年度	回数	人数(延べ)
			H25	20	179
			H26	4	132
			H27	7	80
			H28	4	24
			H29	2	34
	タニタ食堂による健康セミナー・調理実習	住民	H26	2	154
こどもの健康相談(栄養相談)	保健師、栄養士、保育士による乳幼児の発育発達及び育児等に関する相談	乳幼児とその保護者	年度	回数	人数(延べ)
			H25	59	不明
			H26	57	461人
			H27	59	480人
			H28	56	449人
			H29	58	448人
			H30	57	328人
			H31(R1)	55	322人
			R2	48	280人
			R3	48	294人
R4	47	247人			

有田川町【嗜好品】

事業名	事業内容	対象者	実 績		
			年度	回数	人数
防煙教室	たばこの害について講話	町内の小中学生	H25	2	125
			H26	3	167
			H27	2	157
			H28	2	157
			H29	1	21
			H30	1	138
			H31(R1)	10	42
			R2		
			R3	4	108
			R4	6	171

有田川町【こころ】

事業名	事業内容	対象者	実 績		
			年度	回数	人数
健康相談	こころの健康について	住民	R3	1	3
			R4	1	10
家族の集い	精神疾患等を持つ者の家族の集まり	精神疾患等を持つ者の家族	H25	1	3
			H26	2	11
			H27		
			H28	4	25
			H29		
			H30		
			H31(R1)	1	3
			R2	1	3
			R3	1	3
			R4	1	2
座談会 ※吉備、金屋地区は『デイケア』から『座談会』に名称を変更して実施	精神疾患を持つ本人の集まり	精神疾患等を持つ者	年度	回数	人数(延べ)
			R1	4	17
			R2	3	6
			R3	3	7
			R4	9	14
デイケア	精神疾患を持つ本人の集まり	精神疾患等を持つ者	年度	回数	人数(延べ)
			H25	65	301
			H26	66	359
			H27	53	274
			H28	28	131
			H29	15	79
			H30	12	61
			H31(R1)	11	48
			R2	10	41
			R3	10	40
家庭訪問	自立支援医療受給者証・精神福祉手帳 精神障害者に対し継続訪問等	自立支援医療受給者証・精神福祉手帳 の取得者	年度	回数	人数
			H25		実172人延410人
			H26		実278人延535人
			H27		実262人延515人
			H28		実242人延523人
			H29		実240人延415人
			H30		実188人延279人
			H31(R1)		実183人延275人
			R2		実163人延247人
			R3		実119人延167人
ゲートキーパー養成講座	ゲートキーパー※としての役割を担ってもらう 人材育成のための講座 ※自死を防ぐため、悩んでいる人に気づき、 必要な支援につなげ見守る人	住民	年度	回数	人数
			H25	1	50
			H26	2	50
			H27	1	47
			H28	1	47
			H29	1	26
			H30	1	26
			H31(R1)	1	20
			R2		
			R3	1	17
ゲートキーパーフォローアップ研修会	ゲートキーパーに対し、知識の普及や 啓発活動に活かしてもらう ゲートキーパー同士の交流、意見交換	住民 (ゲートキーパー)	年度	回数	人数
			H25		
			H26		
			H27	1	12
			H28	1	20
			H29	1	21
			H30	1	20
			H31(R1)	1	34
			R2		
			R3		
			R4	1	20

事業名	事業内容	対象者	実 績		
			年度	回数	人数
かるがも教室	保育士、保健師による母子通所教室	1～2歳児のこどもとその保護者	H25	44	実42人、延442人
			H26	45	実50人、延455人
			H27	45	実42人、延374人
			H28	47	実38人、延500人
			H29	45	実42人、延407人
			H30	44	実37人、延361人
			H31(R1)	44	実28人、延290人
			R2	39	実26人、延258人
			R3	34	実28人、延208人
			R4	39	実27人、延259人
こどもの健康相談	保健師、栄養士、保育士による乳幼児の発育発達及び育児等に関する相談	乳幼児とその保護者	年度	回数	人数
			H25	59	延840人
			H26	57	延840人
			H27	59	延863人
			H28	56	延747人
			H29	58	延697人
			H30	57	延573人
			H31(R1)	55	延673人
			R2	48	延499人
			R3	48	延595人
乳幼児家庭訪問	保健師や栄養士等による発育発達確認及び育児支援のための訪問	乳幼児とその保護者	年度	回数	人数
			H25	216	実189人、延216人
			H26	293	実257人、延293人
			H27	258	実245人、延258人
			H28	260	実207人、延260人
			H29	245	実232人、延245人
			H30	260	実207人、延260人
			H31(R1)	341	実260人、延341人
			R2	364	実244人、延364人
			R3	434	実244人、延434人
産前産後サポート事業	助産師による電話や訪問での支援 ※平成29年10月より開始	妊婦、産婦とそのパートナー、子	年度	同意者数	妊婦訪問/産婦訪問
			H29	136	実68人/実26人
			H30	198	実134人/実156人
			H31(R1)	221	実144人/実163人
			R2	193	実119人/実164人
			R3	179	実118人/実118人
両親学級	妊娠や育児についての講習や妊婦同士の交流を通じ、安心して出産子育てができるための交流	妊婦とパートナー	年度	回数	人数
			H25		
			H26	1	延8人
			H27	2	延6人
			H28	2	延7人
			H29		
			H30		
			H31(R1)		
			R2		
			R3		
妊婦教室	妊婦を対象としたヨガ教室	妊婦	年度	回数	人数(延べ)
			H25	3	延18人
			H26	4	延29人
			H27	4	延23人
			H28	4	延16人
			H29	4	延18人
			H30	4	延15人
			H31(R1)	3	延24人
			R2	3	延23人
			R3	3	延10人
BP	初めて出産した母親とそのこどものためのプログラム	第1子とその母親	年度	回数	人数
			H25		
			H26	1	実20人、延92人
			H27	4	実36人、延152人
			H28	4	実34人、延125人
			H29	4	実34人、延113人
			H30	4	実36人、延134人
			H31(R1)	4	実36人、延123人
			R2	4	実35人、延120人
			R3	3	実22人、延76人
			R4	4	実25人、延88人

事業名	事業内容	対象者	実 績		
			年度	回数	人数
トリプルP	子育て支援に関するプログラム	子育て中の方及び こどもに関わる方	H25	1	実15人、延73人
			H26	2	実14人、延181人
			H27	1	実10人、延47人
			H28		
			H29		
			H30		
			H31(R1)	1	8人
			R2		
			R3	1	10人
			R4	1	14人
CSP	子育て支援に関するプログラム	子育て中の方及び こどもに関わる方	※R1.R3.R4年度は講演会のみ実施		
			年度	回数	人数
			H28	2	実24人、延121人
			H29	1	実7人、延32人
			H30	1	実6人、延26人
介護予防教室	高齢者の集まりの場(運動自主グループ・サロン・老人クラブ)への出張介護予防講座	概ね65歳以上の住民	※R1年度は講演会のみ実施		
			H25	49	実765人、延765人
			H26	62	実796人、延796人
			H27	59	実697人、延697人
			H28	27	実552人、延552人
			H29	16	実392人、延392人
			H30	25	実435人、延435人
			H31(R1)	22	実309人、延309人
			R2	12	実134人、延134人
			R3	13	実124人、延124人
			R4	12	実123人、延123人
フレイルチェック	地域の集まりの場でフレイルチェックを実施	概ね65歳以上の住民	H25		
			H26		
			H27		
			H28		
			H29		
			H30		
			H31(R1)		
			R2		
			R3	9	実68人、延68人
いきいき脳のフォローアップ教室	脳トレの自主グループで、手芸や押し花などを実施	概ね65歳以上の住民	R4	12	実82人、延82人
			H25		
			H26	12	実23人、延118人
			H27	12	実16人、延90人
			H28	24	実15人、延180人
			H29	24	実15人、延180人
			H30	23	実15人、延175人
			H31(R1)	20	実35人、延164人
			R2	0	実0人、延0人
			R3	5	実10人、延50人
見守り訪問	高齢者を対象とした地域の見守り訪問(社会福祉協議会に委託)	概ね65歳以上の住民	R4	12	実10人、延120人
			H25		実10人、延120人
			H26		実11人、延132人
			H27		実11人、延132人
			H28		実10人、延120人
			H29		実14人、延168人
			H30		実15人、延180人
			H31(R1)		実15人、延180人
			R2		実13人、延156人
			R3		実2人、延24人
			R4		実4人、延48人

管内の健康指標・健康課題

湯浅保健所管内の健康指標

1. 平均寿命

令和 2 年の平均寿命を平成 27 年(令和 2 年と同方法で算出)と比較すると、全国・県・各市町全てにおいて長くなっている。令和 2 年の各市町をみると、男性では、有田川町が全国と同じ 81.5 歳で最も長く、県よりも長い。

また、女性では、有田市の 87.8 歳が最も長く、全国や県よりも長い。

(歳)

平均寿命	平成22年		平成27年		平成27年 (令和2年と同方法で算出)		令和2年	
	男	女	男	女	男	女	男	女
全国	79.6	86.4	80.8	87.0	80.8	87.0	81.5	87.6
県	79.1	85.7	79.9	86.5	79.9	86.5	81.0	87.4
有田市	78.3	86.0	79.9	86.3	79.9	86.3	81.0	87.8
湯浅町	78.2	85.3	79.4	85.9	79.4	86.0	80.9	87.5
広川町	78.7	85.5	79.6	86.2	79.6	86.3	81.1	87.4
有田川町	79.2	86.3	80.1	87.4	80.1	87.4	81.5	87.7

(参考)厚生労働省人口動態・保健社会統計室「市区町村別生命表」

※令和2年から95歳以上の定常人口の計算方法が95歳未満と統一された。(全年齢の計算方法が統一された。)

2. 健康寿命

令和 2 年の健康寿命を平成 27 年と比較すると、全国・県・各市町全てにおいて長くなっている。

令和 2 年の各市町をみると、男女ともに有田川町が最も長く、男性で 80.34 歳、女性で 84.75 歳である。

また、全国よりも健康寿命が長いのは、男性は有田川町、女性は広川町と有田川町である。

(歳)

健康寿命	平成22年		平成27年		令和2年	
	男	女	男	女	男	女
全国	78.13	83.08	79.27	83.73	80.09	84.41
県	77.55	82.27	78.34	82.97	79.61	84.08
有田市	77.13	82.79	78.25	82.68	79.45	84.04
湯浅町	77.05	82.53	78.03	83.27	79.52	84.39
広川町	77.29	82.69	77.93	83.05	79.47	84.46
有田川町	77.74	83.23	78.64	84.03	80.34	84.75

(参考)健康推進課「市町村別健康寿命の状況」

※日常生活動作が自立している期間の平均(介護保険の要介護データ使用)

3. 管内人口

平成 25 年から令和3年における湯浅保健所管内(以下、管内という)の人口は、県と同様に年々減少してきており、管内では 8 年間で 7,438 人減少している。

平成 25 年から令和 3 年全てにおいて、管内の出生率は県よりも低く、管内の死亡率は県よりも高い。

管内の高齢化率は、平成 25 年度から令和 3 年度全てにおいて、県よりも高くなっており、令和 3 年度の有田圏域の高齢化率(34.3%)は、県内7圏域の中で、4 番目に高い状況である。

管内の動向	人口(人)		出生率(千対)		死亡率(千対)		高齢化率(%)	
	県	管内	県	管内	県	管内	県	管内
平成25年(度)	979,354	76,140	7.3	6.7	13.1	14.8	28.6	29.3
平成26年(度)	970,903	75,346	7.4	7.3	13.0	13.4	29.5	30.3
平成27年(度)	963,579	74,255	7.3	7.0	13.1	14.6	30.3	31.0
平成28年(度)	953,924	73,227	7.0	6.7	13.3	15.1	30.9	31.6
平成29年(度)	944,320	72,202	6.9	6.2	13.6	15.2	31.5	32.1
平成30年(度)	934,051	71,104	6.5	5.6	14.1	15.1	32.0	32.7
令和元年(度)	923,721	69,988	6.4	5.9	14.0	14.7	32.4	33.3
令和2年(度)	922,584	69,699	6.3	6.2	13.8	14.9	32.8	33.8
令和3年(度)	913,523	68,702	6.1	5.5	14.3	15.0	33.2	34.3

(参考)人口:県調査統計課「和歌山県推計人口」各年10月1日現在※平成27年と令和2年は国勢調査

出生率、死亡率:医務課「和歌山県の人口動態統計(確定数)の概況」

高齢化率:長寿社会課「和歌山県における高齢化の状況」*各年3月31日現在のため年度で記載

人口総数、0～14 歳(年少人口)、15～64 歳(生産年齢人口)及び 65 歳以上(老年人口)は、それぞれ令和 12 年にかけて減少すると推計されている。

また、人口割合についてみると、年少人口割合及び生産年齢人口割合は、令和 12 年にかけて減少していくが、老年人口割合は令和 12 年にかけて増加していくと推計され、令和 12 年には 38.1%と 4 割弱となる。

令和2年(2020基準)	管内	有田市	湯浅町	広川町	有田川町
総数(人)	69,699	26,538	11,122	6,781	25,258
0～14歳(人)	8,045	2,769	1,185	818	3,273
年少人口割合(%)	11.5	10.4	10.7	12.1	13.0
15～64歳(人)	37,197	14,289	5,766	3,521	13,621
生産年齢人口割合(%)	53.4	53.8	51.8	51.9	53.9
65歳以上(人)	24,097	9,270	4,089	2,413	8,325
老年人口割合(%)	34.6	34.9	36.8	35.6	33.0

(参考)県調査統計課「令和2年国勢調査結果」令和2年10月1日現在

令和7年(2025推計)	管内	有田市	湯浅町	広川町	有田川町
総数(人)	65,308	24,131	10,116	6,228	24,833
0～14歳(人)	7,176	2,294	1,070	681	3,131
年少人口割合(%)	11.0	9.5	10.6	10.9	12.6
15～64歳(人)	34,312	12,906	5,162	3,137	13,107
生産年齢人口割合(%)	52.5	53.5	51.0	50.4	52.8
65歳以上(人)	23,820	8,931	3,884	2,410	8,595
老年人口割合(%)	36.5	37.0	38.4	38.7	34.6

(参考)国立社会保障・人口問題研究所「日本の地域別将来推計人口」

令和12年(2030推計)	管内	有田市	湯浅町	広川町	有田川町
総数(人)	60,884	21,970	9,128	5,703	24,083
0～14歳(人)	6,478	1,976	918	579	3,005
年少人口割合(%)	10.6	9.0	10.1	10.2	12.5
15～64歳(人)	31,226	11,365	4,561	2,747	12,553
生産年齢人口割合(%)	51.3	51.7	50.0	48.2	52.1
65歳以上(人)	23,180	8,629	3,649	2,377	8,525
老年人口割合(%)	38.1	39.3	40.0	41.7	35.4

(参考) 国立社会保障・人口問題研究所「日本の地域別将来推計人口」

4. 死因別死亡数の推移(平成 25 年～令和 3 年)

平成 25 年から令和 3 年までの 9 年間の管内死因別死亡数をみると、悪性新生物と心疾患が多く、次いで肺炎、老衰、脳血管疾患となっている。令和 3 年の内訳をみると、3 大死因(悪性新生物・心疾患・脳血管疾患)で、全体の 53%を占めている。

	平成25年	平成26年	平成27年	平成28年	平成29年	平成30年	令和元年	令和2年	令和3年	合 計	内訳(%)
悪性新生物	252	229	280	254	253	246	236	239	260	2,249	23
心疾患	244	212	204	225	255	243	299	261	261	2,204	23
脳血管疾患	99	92	81	69	68	55	64	66	55	649	7
肺炎	147	99	102	120	95	100	81	58	55	857	9
不慮の事故	35	29	40	25	37	36	28	23	31	284	3
老衰	62	79	97	95	90	81	86	96	82	768	8
自殺	25	21	14	14	9	18	10	9	20	140	1
糖尿病	5	12	16	13	9	9	11	4	4	83	1
腎不全	26	24	24	33	19	24	16	20	30	216	2
慢性閉塞性肺疾患	26	20	14	22	22	17	13	13	9	156	2
その他の死因	205	193	206	236	240	248	186	246	222	1,982	21

(参考) 医務課「和歌山県の人口動態統計(確定数)の概況」

5. 3大死因の標準化死亡比(SMR)(平成29年～令和3年)

〔悪性新生物〕

悪性新生物のSMRは、男性では、有田市と湯浅町で100を超えており、特に湯浅町は120.3と高い。女性では、湯浅町で100を超えているが、他の市町では100を下回っている。

〔心疾患〕

心疾患のSMRは、男女ともに管内全市町において100を超えており、男性では湯浅町と広川町、女性では湯浅町、広川町と有田川町で200を超えている。

〔脳血管疾患〕

脳血管疾患のSMRは、男性では、全市町で100を下回っており、特に広川町は50.9と低い。女性では、広川町で100を超えているが、他の市町では100を下回っている。

悪性新生物	男性					女性				
	SMR	95%信頼区間		全国に比べて		SMR	95%信頼区間		全国に比べて	
		下限	上限	有意に高い	有意に低い		下限	上限	有意に高い	有意に低い
県	106.2	104.1	108.3	○		97.5	95.2	99.9		○
管内	102.8	95.5	110.2			88.2	80.4	96.1		○
有田市	107.9	95.6	120.3			90.0	77.1	102.9		
湯浅町	120.3	100.8	139.8	○		100.2	79.7	120.7		
広川町	97.2	73.7	120.6			75.9	51.8	100.1		
有田川町	91.1	79.6	102.5			83.9	71.3	96.6		○

心疾患	男性					女性				
	SMR	95%信頼区間		全国に比べて		SMR	95%信頼区間		全国に比べて	
		下限	上限	有意に高い	有意に低い		下限	上限	有意に高い	有意に低い
県	121.0	117.7	124.4	○		118.5	115.4	121.5	○	
管内	173.9	159.7	188.1	○		183.6	170.4	196.8	○	
有田市	128.9	108.7	149.1	○		125.3	107.3	143.2	○	
湯浅町	237.2	196.2	278.1	○		246.3	208.3	284.2	○	
広川町	209.5	157.8	261.3	○		218.6	169.8	267.5	○	
有田川町	181.5	157.9	205.1	○		205.1	182.6	227.7	○	

脳血管疾患	男性					女性				
	SMR	95%信頼区間		全国に比べて		SMR	95%信頼区間		全国に比べて	
		下限	上限	有意に高い	有意に低い		下限	上限	有意に高い	有意に低い
県	87.0	83.1	90.9		○	89.8	86.1	93.6		○
管内	79.5	66.2	92.8		○	85.1	72.3	97.8		○
有田市	83.7	61.2	106.2			74.0	54.5	93.6		○
湯浅町	73.9	42.3	105.5			70.3	41.6	99.0		○
広川町	50.9	15.6	86.2		○	102.4	55.1	149.7		
有田川町	84.7	62.3	107.1			98.2	76.0	120.4		

(参考)政府統計e-statによる「人口推計」「国勢調査」「人口動態統計」から算出

6. 特定健康診査・各がん検診の受診率

〔特定健康診査実施率〕

管内と県の実施率を比較すると、平成 30 年度と令和 2 年度は、管内が県を上回っているが、それ以外の年度では、管内が県を下回っている。令和 4 年度をみると、市町で実施率に差がみられるが、平成 25 年度との比較では、全市町で増加している。

(%)

	県	管内	有田市	湯浅町	広川町	有田川町
平成25年度	30.3	28.3	25.1	31.4	28.3	30.6
平成26年度	30.7	28.9	27.4	27.4	28.7	31.5
平成27年度	31.8	31.5	31.1	29.1	30.0	33.6
平成28年度	32.8	31.0	30.9	26.8	31.2	33.2
平成29年度	33.6	32.7	32.8	28.5	35.6	33.7
平成30年度	35.5	36.4	38.3	28.6	36.8	38.1
令和元年度	36.3	34.5	36.2	26.6	35.0	36.3
令和2年度	31.8	32.9	36.6	29.1	30.7	31.4
令和3年度	35.5	34.2	37.2	32.8	33.3	32.0
令和4年度	36.8	36.4	39.7	32.6	37.8	34.5

(参考)和歌山県国民健康保険課「特定健康診査(市町村国保)」、令和4年度は「速報値」

〔特定保健指導実施率〕

管内と県の実施率を比較すると、平成 29 年度、令和 2 年度から令和 4 年度は、管内が県を上回っているが、それ以外の年度では、管内が県を下回っている。市町格差が大きく、令和 4 年度では、最も高い湯浅町 42.5%と最も低い広川町 6.5%とで、36 ポイントの差がある。

(%)

	県	管内	有田市	湯浅町	広川町	有田川町
平成25年度	28.2	26.3	17.9	23.6	25.4	36.3
平成26年度	28.5	24.3	11.9	22.8	33.3	36.4
平成27年度	29.6	24.7	14.9	15.8	27.8	37.8
平成28年度	29.8	23.7	18.9	19.0	16.0	32.1
平成29年度	30.9	31.6	27.6	3.8	19.4	48.9
平成30年度	32.4	26.2	20.6	26.3	29.3	32.2
令和元年度	30.9	24.0	12.8	18.2	40.0	35.3
令和2年度	20.0	22.1	21.5	28.0	7.3	25.3
令和3年度	20.7	28.0	20.4	33.0	25.0	36.1
令和4年度	27.4	29.0	37.9	42.5	6.5	19.9

(参考)和歌山県国民健康保険課「特定保健指導(市町村国保)」、令和4年度は「速報値」

〔胃がん検診受診率〕

平成 27 年度から令和 3 年度の全ての年度において、管内受診率は、県受診率を上回っている。

各市町をみると、全ての年度で市町格差が大きく、令和 3 年度では、最も高い広川町 18.8%と最も低い有田川町 9.8%では、9 ポイントの差がある。

(%)

	県	管内	有田市	湯浅町	広川町	有田川町
平成27年度	4.3	8.0	4.1	11.3	13.4	9.3
平成28年度	11.4	18.1	17.8	21.4	26.7	14.0
平成29年度	11.5	16.2	15.5	18.2	24.7	13.4
平成30年度	12.8	16.6	16.9	18.6	25.3	12.7
令和元年度	12.6	17.7	20.2	20.3	23.1	12.2
令和2年度	10.6	16.3	18.9	19.3	20.1	10.9
令和3年度	9.6	14.9	18.3	15.8	18.8	9.8

(参考)厚生労働省「地域保健・健康増進事業報告」

〔胃がん精密検査受診率〕

平成 27 年度から令和 2 年度までの県と管内の受診率をみると、令和 2 年度は、管内は県よりも低いが、それ以外の年度では、管内は県よりも高い。

各市町をみると、全ての年度で市町格差が大きく、令和 2 年度では、最も高い有田市 97.7%と最も低い湯浅町 77.3%では、20.4 ポイントの差がある。

(%)

	県	管内	有田市	湯浅町	広川町	有田川町
平成27年度	78.3	82.7	78.1	77.6	83.8	86.9
平成28年度	84.2	90.1	93.8	89.5	77.4	85.7
平成29年度	84.2	89.0	93.4	100.0	81.1	83.3
平成30年度	91.7	93.9	98.8	—	64.3	88.9
令和元年度	92.4	93.2	95.6	—	75.0	96.2
令和2年度	95.3	93.1	97.7	77.3	88.9	93.8

(参考)厚生労働省「地域保健・健康増進事業報告」

〔肺がん検診受診率〕

平成 27 年度から令和 3 年度の全ての年度において、管内受診率は、県受診率を上回っている。

市町で格差がみられ、令和 3 年度では、最も高い有田市 11.8%と最も低い有田川町 8.3%では、3.5 ポイントの差がある。

また、令和 3 年度の管内受診率(10.7%)は、各種がん検診の同年度管内受診率の中で、最も低い。

(%)

	県	管内	有田市	湯浅町	広川町	有田川町
平成27年度	10.0	11.7	8.3	13.7	17.2	13.1
平成28年度	10.4	10.7	7.2	12.5	15.2	12.5
平成29年度	9.9	10.6	7.4	12.1	15.7	12.0
平成30年度	9.7	10.5	8.0	11.4	15.6	11.6
令和元年度	9.3	9.8	7.3	10.6	13.7	11.0
令和2年度	7.1	10.1	10.5	9.3	12.3	9.3
令和3年度	8.4	10.7	11.8	11.6	12.9	8.3

(参考)厚生労働省「地域保健・健康増進事業報告」

〔肺がん精密検査受診率〕

平成 27 年度から令和 2 年度までの県と管内の受診率をみると、令和元年度は、管内は県よりも低いが、それ以外の年度では管内は県よりも高い。

各市町をみると、全ての年度で市町格差が大きく、令和 2 年度では、最も高い広川町 100%と最も低い湯浅町 73.3%では、26.7 ポイントの差がある。

(%)

	県	管内	有田市	湯浅町	広川町	有田川町
平成27年度	74.2	92.9	100.0	84.6	100.0	90.0
平成28年度	72.3	92.1	87.5	100.0	80.0	100.0
平成29年度	73.4	85.7	66.7	81.8	100.0	91.7
平成30年度	77.0	97.7	100.0	100.0	100.0	93.3
令和元年度	78.7	77.8	80.0	100.0	100.0	55.6
令和2年度	84.1	90.8	97.0	73.3	100.0	93.3

(参考)厚生労働省「地域保健・健康増進事業報告」

〔大腸がん検診受診率〕

平成 27 年度から令和3年度の全ての年度において、管内受診率は、県受診率を上回っている。

市町で格差がみられ、令和 3 年度では、最も高い広川町 13.0%と最も低い有田市 9.6%では、3.4 ポイントの差がある。

また、令和 3 年度の管内受診率(10.8%)は、各種がん検診の同年度管内受診率の中で、肺がんに次いで低い。

(%)

	県	管内	有田市	湯浅町	広川町	有田川町
平成27年度	11.0	13.7	13.5	13.8	18.7	12.3
平成28年度	10.4	12.3	12.0	12.2	17.0	11.2
平成29年度	10.1	13.1	10.4	11.9	16.4	15.8
平成30年度	9.8	12.8	11.2	11.6	15.4	14.5
令和元年度	9.5	12.0	10.6	10.2	14.5	13.8
令和2年度	7.1	11.2	10.6	9.5	13.2	12.2
令和3年度	8.4	10.8	9.6	11.7	13.0	11.1

(参考)厚生労働省「地域保健・健康増進事業報告」

〔大腸がん精密検査受診率〕

平成 27 年度から令和 2 年度の全ての年度において、管内受診率は、県受診率を上回っている。

また、令和 2 年度の各市町受診率をみると、他の精密検査受診率と比較して、市町格差が小さい。

令和 2 年度の管内受診率(74.1%)は、各種がん精密検査の同年度管内受診率の中で、最も低い。

(%)

	県	管内	有田市	湯浅町	広川町	有田川町
平成27年度	60.8	72.2	63.7	71.2	70.5	87.3
平成28年度	57.6	74.6	70.1	90.5	71.4	77.1
平成29年度	59.8	75.1	79.2	75.6	71.4	72.3
平成30年度	64.2	76.1	75.0	75.0	77.8	76.9
令和元年度	66.3	79.1	76.7	80.0	86.4	79.3
令和2年度	67.1	74.1	72.2	72.2	72.0	79.1

(参考)厚生労働省「地域保健・健康増進事業報告」

〔子宮頸がん検診受診率〕

平成 27 年度から令和 3 年度の全ての年度において、管内受診率は、県受診率を上回っている。

市町で格差が大きく、令和 3 年度では、最も高い湯浅町 31.7%と最も低い有田市 22.4%では、9.3 ポイントの差がある。

また、令和 3 年度の管内受診率(26.3%)は、各種がん検診の同年度受診率の中で、最も高い。

(%)

	県	管内	有田市	湯浅町	広川町	有田川町
平成27年度	20.3	30.9	27.8	41.3	31.8	29.0
平成28年度	21.5	31.2	29.5	40.8	32.1	28.4
平成29年度	20.9	28.8	26.2	36.9	26.9	28.2
平成30年度	20.6	26.0	21.9	30.6	26.3	28.0
令和元年度	19.9	26.9	23.3	31.2	27.1	28.6
令和2年度	19.4	26.3	21.2	33.8	26.2	28.4
令和3年度	19.1	26.3	22.4	31.7	24.8	28.3

(参考)厚生労働省「地域保健・健康増進事業報告」

〔子宮頸がん精密検査受診率〕

平成 27 年度から令和 2 年度までの県と管内の受診率をみると、平成 28 年度は、管内は県よりも低い、それ以外の年度では管内は県よりも高い。

市町で格差がみられ、令和 2 年度では、最も高い有田市、有田川町 100%と最も低い広川町 88.9%では、11.1 ポイントの差がある。

(%)

	県	管内	有田市	湯浅町	広川町	有田川町
平成27年度	80.6	94.5	100.0	84.2	75.0	97.1
平成28年度	68.7	51.2	88.5	81.8	100.0	92.5
平成29年度	81.7	89.7	100.0	86.7	75.0	91.2
平成30年度	68.1	93.9	96.7	93.8	77.8	95.3
令和元年度	81.0	89.2	100.0	66.7	83.3	91.4
令和2年度	82.7	97.4	100.0	92.9	88.9	100.0

(参考)厚生労働省「地域保健・健康増進事業報告」

〔乳がん検診受診率〕

平成 27 年度から令和 3 年度の全ての年度において、管内受診率は、県受診率を上回っている。

市町で格差がみられ、令和 3 年度では、最も高い湯浅町 24.4%と最も低い有田市 15.7%では、8.7 ポイントの差がある。

また、令和 3 年度の管内受診率(21.1%)は、各種がん検診の同年度管内受診率の中で、子宮頸がんに次いで高い。

(%)

	県	管内	有田市	湯浅町	広川町	有田川町
平成27年度	19.1	22.9	20.8	27.0	21.7	23.7
平成28年度	21.5	24.5	24.1	28.5	23.9	23.2
平成29年度	20.6	23.3	21.8	26.6	23.6	23.3
平成30年度	20.2	21.4	18.0	26.3	22.8	22.4
令和元年度	19.7	21.5	18.9	24.6	23.5	22.3
令和2年度	17.6	19.5	16.1	23.6	21.7	20.6
令和3年度	16.6	21.1	15.7	24.4	22.0	18.7

(参考)厚生労働省「地域保健・健康増進事業報告」

〔乳がん精密検査受診率〕

平成 27 年度から令和 2 年度の全ての年度において、管内受診率は、県受診率を上回っており、全年度において受診率が 90%を超えている。

各市町をみると、全ての年度で市町格差がみられ、令和 2 年度では、最も高い有田川町 100%と最も低い湯浅町 76.9%では、23.1 ポイントと差が大きい。

(%)

	県	管内	有田市	湯浅町	広川町	有田川町
平成27年度	86.5	94.0	93.6	100.0	87.5	92.3
平成28年度	86.6	96.0	94.2	100.0	100.0	94.7
平成29年度	89.2	97.8	95.7	97.9	100.0	98.7
平成30年度	88.7	95.6	98.8	93.3	90.9	93.7
令和元年度	89.9	92.5	94.6	89.5	92.3	93.1
令和2年度	88.3	92.6	96.4	76.9	93.3	100.0

(参考)厚生労働省「地域保健・健康増進事業報告」

※各がん検診受診率について

- ・対象者数は、平成 27 年度から「推計対象者数」から「対象年齢の全住民」に変更された。
- ・受診率の算定にあたっては、40～69 歳(胃がん検診は平成 28 年度以降 50～69 歳、子宮頸がん検診は 20～69 歳)を対象として算出している。
- ・胃、子宮及び乳がんの受診者数(胃がんは平成 28 年度以降)
(当該年度受診者数)+(前年度受診者数)-(2 年連続受診者数)

7. 一人あたりの国保医療費

平成 25 年度から令和元年度までの県の一人あたりの国保医療費をみると、年々増加傾向であり、各市町については、年度によって増減があるが、平成 25 年度と令和元年度との比較では、全市町で増加している。

(円)

	県	有田市	湯浅町	広川町	有田川町
平成25年度	276,338	269,958	266,421	274,779	257,102
平成26年度	276,338	281,390	262,311	278,182	262,867
平成27年度	283,384	283,276	270,740	267,914	261,244
平成28年度	290,535	293,428	265,236	257,467	294,071
平成29年度	293,615	300,654	257,805	282,992	281,544
平成30年度	297,257	298,875	282,944	290,823	287,191
令和元年度	310,248	326,137	291,513	289,068	289,583

(参考) 県国民健康保険課 国民健康保険事業状況「紀州の国保」 一般＋退職

8. 湯浅保健所管内の健康課題

- ① 県に比べて、出生率が低く、死亡率が高い。
- ② こどもや若者の人口が減少してきている。
- ③ 高齢者(65 歳以上)の割合が増え、高齢化が進んでいる。
- ④ 死因別死亡では、3 大死因(悪性新生物、心疾患、脳血管疾患)で 5 割を超えている。
- ⑤ 男女とも心疾患で死亡する割合が高い。
- ⑥ 特定健康診査受診率は、県の受診率よりも低い。
- ⑦ 子宮頸がんと乳がんの受診率が高く、肺がんと大腸がんの受診率が低い。
- ⑧ がん検診受診率では、市町で格差が大きい。
- ⑨ 一人あたりの国保医療費は、年々増加傾向である。

アンケート調査結果の概要・アンケート票

I. 調査方法

1. 調査対象

湯浅保健所管内の4市町に在住する20歳以上の住民を対象とし、平成27年国勢調査の人口による市町別年代別人口に抽出率8.0%(広川町10%)を乗じて、計5,040人を調査対象として調査票を送付した。

2. 調査方法

質問紙によるアンケート調査票を作成し、郵送にて配布・回収を行った(※アンケート調査票は資料を参照)。

3. 調査項目

アンケート調査は、基本的に前回調査(平成25年実施)と同じ項目(食事、運動、飲酒、喫煙、歯科保健、休養、検診、健康づくりなど)について尋ねた。なお今回、該当市町村の依頼を受け、前回調査項目に加えて健康知識やいわゆる新型タバコなどに関する項目を新たに加えた。

- ① 対象者特性：性・年齢、世帯構成、主な就労、労働時間、農作業従事時間、身長・体重を尋ねた。
- ② 食事(問1～2)：朝食の摂取、ふだんの食生活の状況を尋ねた。
- ③ 運動(問3～8)：健康の維持・増進のために意識的な運動の実施、運動の内容、スポーツや運動・体操の1回あたり時間、運動継続期間、1日の歩行時間、ロコモティブシンドロームの周知状況を尋ねた。
- ④ 飲酒(問9～12)：飲酒習慣、1日の飲酒量、1日の飲酒適量上限、アルコール関連疾患に関する知識を尋ねた。
- ⑤ タバコ(問13～15)：喫煙状況、喫煙本数、いわゆる新型タバコ(加熱式たばこ、電子タバコなど)を含むたばこ製品の使用状況、喫煙関連疾患に関する知識を尋ねた。
- ⑥ 歯科保健(問16～17)：歯の本数、歯の健康維持のために心がけていることを尋ねた。
- ⑦ 休養(問18～27)：休日などの自由な時間、休日などの自由な時間をどのように過ごしたいか、生活での不満や悩み・ストレス、笑い、喜びや感動、おっくう(抑うつ)、地域活動への参加状況、ふだんの睡眠時間、ふだんの睡眠時間による休養、眠りを助けるために行っていることを尋ねた。
- ⑧ 検診(問28～32)：特定健診やがん検診の受診状況、これらの健診・検診を受けなかった理由、この1年間の治療中の病気、高血圧の原因、血中LDLコレステロール(悪玉コレステロール)を上げる食品を尋ねた。
- ⑨ 健康づくり(問33～34、ほか)：現在の健康度・希望する健康度、今後取り組み始めたい・継続していきたいことを尋ねた。体格指数(BMI)を算出し「やせすぎ」、「肥満」の割合を算出した。

4. 調査時期

令和4年6月～8月に行った。

5. 調査回収率

調査対象者5,040人のうち、2,066人から期日内に回答が得られた。したがって回収率は41.0%であった。

6. 解析実施者

和歌山県立医科大学医学部衛生学講座

藤吉 朗(教授)、東山 綾(准教授)、竹村重輝(助教)、鈴木春満(助教)

Ⅱ. 調査結果の概要

1. 対象者特性

一人暮らし(単独)世帯は、男性 10.0%、女性 13.8%であった。「夫婦のみ」の世帯は、男性 33.5%、女性 24.9%であった。

主な就労は、男性では「会社勤め」「仕事はしていない」が共に 23.1%で最も多く、女性では「専業主婦」が 20.5%と最も多かった。1 週間当たりの労働時間では、男性では 40～49 時間が 22.1%と最も多く、女性では 10 時間未満が 15.1%と最も多かった。

2. 食事

朝食欠食状況では朝食を「毎日とっている」者の割合は、男性 85.9%、女性 89.7%であった。一方、「ほとんどとらない」者の割合(欠食率)は男性 7.2%、女性 3.9%であった。ふだんの食生活で「主食、主菜、副菜をそろえて食べている」者は男性 51.8%、女性 59.9%であった。「緑黄色野菜を毎日食べている」者、「食塩を控えている」者は男女ともに 30%台であった。

3. 運動

健康の維持・増進のために「ほとんど毎日」運動している者の割合は、男女ともに 26.1%であった。一方で、運動を「以前はしていたが、現在はしていない」「まったくしたことがない」者の割合は、男性で 34.7%、女性で 33.0%であった。

運動の実施について、現在、「月に1～2回以上運動している」と回答した男性 578 名、女性 673 名のうち、男性では「できるだけ歩くようにしている」者が最も多く、女性では「仕事や家事等で、普段からよく身体を動かしている」者が最も多かった。

運動内容として「スポーツや運動・体操をしている」と回答した男女性のうち、1 回当たりの運動時間が「2 時間以上」は男性 13.6%、女性 7.4%であった。運動実施時間が 30 分以上の割合が男性 65.2%、女性 55.4%であった。運動を「1 年以上」継続している者は、男性 67.0%、女性 56.1%であった。一日の歩行時間が「1 時間以上」の者は男性 28.1%、女性 31.0%であった。

ロコモティブシンドロームについて「言葉も意味も知らなかった」者は男女とも割合が高く、全体で 64.3%であった。

4. 飲酒

「現在飲酒する習慣(週 3 日以上)がある」者は、男性 47.0%、女性 18.9%であった。現在飲酒習慣があると回答した男女のうち、男性 53.4%、女性 67.7%が 1 日あたり「1 合」を適量と理解していた。また男性では「3 合」が 3.7%、「5 合」以上が 0.2%みられ、女性では「3 合」が 2.5%、「4 合」を適量とするものが 1.0%みられた。

飲酒と病気に関する知識は、「肝臓病」で男女とも約 70%であり、「妊婦への悪影響、未熟児など」で男性 53.7%、女性 68.0%であった。一方、「がん(食道・大腸・乳)」「心臓病」では男女とも 30%未満であった。

5. タバコ

喫煙者の割合は、男性 18.4%、女性 4.8%であった。「現在喫煙している」と回答した男女のうち、1 日に 20 本未満の者は、男性 44.4%、女性 70.6%であった。現在喫煙していると回答した男女のうち、使用しているたばこ製品は、男女とも「紙巻きたばこ」が一番多く、男性 72.2%、女性 68.6%であった。次いで「加熱式たばこ」で、男性 25.4%、女性 31.4%であった。

喫煙と病気に関する知識は、「肺がん」で男女とも約 80%であり、ついで「妊婦への悪影響、未熟児など」で男性 63.9%、女性 74.3%であった。

6. 歯科保健

歯の平均本数(自己申告)は、男女とも高齢者ほど少なかった。80歳台で歯が20本以上残っている者の割合は男性8.2%、女性9.4%であった。歯の健康維持のために心がけていることとして最も多かったのは、「時間をかけて歯を磨き、毎食後に歯磨き」で、男性44.5%、女性58.6%であった。「定期的に歯科検診を受けている」者は、男性27.6%、女性40.8%であった。

7. 休養

自由な時間が「十分ある」者は、男性53.3%、女性43.8%であった。「まあまあある」者を合わせると、男性86.3%、女性80.5%であった。休日などの自由時間をどのように過ごしたいか、に関して男女とも「テレビ・ビデオを見たり、音楽を聴いたりする」が最も多く、それぞれ58.8%、65.1%であった。

生活の中で不満や悩み、ストレスが「大いにあった」者と「多少あった」者とを合わせると、男性52.0%、女性64.8%であった。日常生活で心の底から笑えることが「よくあった」者と「時々あった」者とを合わせると、男性59.2%、女性71.1%であった。喜びや感動が「よくあった」者と「時々あった」者とを合わせると、男性58.2%、女性71.9%であった。生活の中で外に出たり人に会ったりするのがおっくうになることが「よくあった」または「時々あった」者は、男性24.1%、女性28.9%であった。

自治会などの地域活動に「よく」または「ときどき」参加している者は、男性42.6%、女性28.3%で男女ともに最も多かった。

ふだんの睡眠時間は「5～7時間」と回答した者が男性59.7%、女性64.5%であった。「5時間未満」を合わせた、睡眠時間が7時間未満の者は、男性68.8%、女性75.3%であった。ふだんの睡眠により休養が「十分とれている」者は、男性22.9%、女性21.2%であった。眠りを助けるために行うことで、「常にある」「よくある」を合わせると、「寝室の灯り・温度を調整する」が男女とも40%を超えていた。

8. 検診

特定健診の受診率は男女とも約60%であったが、がん検診の受診率は男性で40%未満、女性で概ね30%未満であった。特定健診やがん検診のいずれか1つでも「受けていない」と回答した男女のうち特定健診やがん検診を受けなかった理由として、男女とも25%以上が「すでに医者にかかっている」、「なんとなく・わからない」を挙げている。

この1年間で治療中の病気として「高血圧」は男性37.0%、女性27.7%、「むし歯・歯周病・その他の歯科疾患」は男性27.0%、女性33.6%であり、男性では「高血圧」が最も多く、女性では「むし歯・歯周病・その他の歯科疾患」が最も多かった。

高血圧の原因と考えられるものとして、男女とも約8割が「塩分の摂り過ぎ」、約7割が「肥満」を挙げている。血液中のLDLコレステロール(悪玉コレステロール)を上げる食品として、男女とも約7割が「脂身の多い肉」を挙げている。

9. 健康づくり

健康度を0(最悪)～100(最良)であらわした場合、今の自覚的健康度の中央値は、身体から見た健康度、精神から見た健康度、環境から見た健康度のいずれにおいても、男女とも70だった。やせ(BMI 18.5 kg/m²未満)の者の割合は、男性4.0%、女性11.4%だった。一方、肥満(BMI 25 kg/m²以上)の者の割合は、男性23.9%、女性13.3%だった。

オレンジパワープランに伴うアンケート調査（2022 確定版）

記入方法：あてはまる番号に○印をつけてください。

【 】には適当な語句や数字を記入してください。

《食事》

問1 朝食をとっていますか。あてはまるものを1つ選んで番号に○印をつけてください。

- 1 毎日とっている
- 2 ときどきとっている
- 3 ほとんどとらない

問2 ふだんの食生活の状況はどのようなですか。

あてはまるものをすべて選んで番号に○印をつけてください。

- | |
|--|
| <ol style="list-style-type: none">1 あなた自身にとって適切な内容、量を食べている2 主食、主菜、副菜をそろえて食べている3 緑黄色野菜（にんじん・ほうれん草・ピーマンなど）を毎日食べている4 牛乳・乳製品を毎日食べている5 果物類をほぼ毎日食べている6 食塩を控えている7 ゆっくり時間をかけて食べるようにしている8 食事は決まった時間にとるようにしている9 1日1回は、家族などと2人以上で楽しく食事をしている10 食品添加物や食品の安全に気をつけている11 市販食品の購入や外食の際に栄養成分表示を参考にしている12 上記のいずれもしていない |
|--|

《運動》

問3 日常生活の中で健康の維持・増進のために意識的に運動をしていますか。

あてはまるものを1つ選んで番号に○印をつけてください。

- 1 ほとんど毎日している
- 2 週に2～3回くらいしている
- 3 週に1回くらいしている
- 4 月に1～2回くらいしている
- 5 以前はしていたが、現在はしていない（問7へお進みください）
- 6 まったくしたことがない（問7へお進みください）

問4 【問3で「1～4」と回答された方にお伺いします】

どのような運動をしていますか。

あてはまるものをすべて選んで番号に○印をつけてください。

- | |
|--|
| <ol style="list-style-type: none">1 スポーツや運動・体操をしている2 できるだけ歩くようにしている → 1日あたり【 】分程度3 車を少なくして、自転車にしている4 仕事や家事等で、普段からよく身体を動かしている5 その他【 】 |
|--|

1に○印が付いていない方は問7へお進みください

問5 【問4で「1」と回答された方にお伺いします。】
スポーツや運動・体操の1回あたりの運動時間（平均）はどのくらいですか。
あてはまるものを1つ選んで番号に○印をつけてください。

- 1 10分くらい
- 2 20分くらい
- 3 30分くらい
- 4 1時間くらい
- 5 2時間以上

問6 【問4で「1」と回答された方にお伺いします。】
その運動を、どのくらい続けていますか。
あてはまるものを1つ選んで番号に○印をつけてください。

- 1 半月未満
- 2 半月以上～1か月未満
- 3 1か月以上～半年未満
- 4 半年以上～1年未満
- 5 1年以上

問7 1日の歩行時間を合計するとどのくらいですか。
あてはまるものを1つ選んで番号に○印をつけてください。

- 1 ほとんど歩かない
- 2 1分以上～30分未満
- 3 30分以上～1時間未満
- 4 1時間以上

問8 ロコモティブシンドローム（運動器症候群）を知っていましたか。
あてはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。

- 1 言葉も意味もよく知っていた
- 2 言葉を知っていたし、意味も大体知っていた
- 3 言葉は知っていたが、意味はあまり知らなかった
- 4 言葉は聞いたことがあるが、意味は知らなかった
- 5 言葉も意味も知らなかった

ロコモティブシンドローム とは、骨、関節、筋肉などの 運動器の障害により、介護 になるリスクの高い状態に なることです。
--

《飲酒》

問9 ビール、日本酒、ウイスキーなどのお酒類を飲みますか。
あてはまるものを1つ選んで番号に○印をつけてください。

- 1 現在飲酒する習慣（週3日以上）がある
- 2 飲酒の習慣はない（問12へお進みください）

問 1 0 【問 9 で「1」と回答された方にお伺いします】

1 日の飲酒量は、日本酒に換算して平均どのくらいですか。
あてはまるものを 1 つ選んで番号に○印をつけてください。

- 1 1 合未満
- 2 1 合以上～2 合未満
- 3 2 合以上～3 合未満
- 4 3 合以上～4 合未満
- 5 4 合以上

【参考】お酒の量の考え方（日本酒 1 合量）
ビール : 中びん 1 本（5 0 0 m l）
焼酎 : お湯割り 1 杯
ウイスキー : ダブル（6 0 m l）1 杯
ワイン : グラス（1 2 0 m l）2 杯

問 1 1 【問 9 で「1」と回答された方にお伺いします】

成人の 1 日の飲酒の適量の上限は日本酒に換算してどのくらいだと思いますか。
あてはまるものを 1 つ選んで番号に○印をつけてください。

- 1 1 合
- 2 2 合
- 3 3 合
- 4 4 合
- 5 5 合以上

問 1 2 アルコールを飲むことは次のような病気の原因になると思いますか。

あてはまるものをそれぞれ 1 つ選んで番号に○印をつけてください。

	原因になる	どちらとも いえない	原因には ならない	わからない
①肝臓病	1	2	3	4
②こころの病気（アルコール依存症）	1	2	3	4
③がん（食道・大腸・乳）	1	2	3	4
④心臓病	1	2	3	4
⑤妊婦への悪影響、未熟児など	1	2	3	4
⑥脳疾患（アルコール性認知症）	1	2	3	4

《タバコ》

問 1 3 現在たばこを吸っていますか。

あてはまるものを 1 つ選んで番号に○印をつけてください。

- 1 吸っている → 吸い始めた年齢【 】歳、現在の本数 1 日【 】本
- 2 以前吸っていたがやめた → 吸い始めた年齢【 】歳、やめた年齢【 】歳
- 3 全く吸ったことがない

問14 【問13で「1」と回答された方にお伺いします】

あなたが吸っているたばこ製品について、あてはまる番号をすべて選んで○印をつけてください。

- 1 紙巻きたばこ
- 2 加熱式たばこ（プルーム、アイコス、グロー、リル ハイブリッドなど）
- 3 電子たばこ（日本で販売されている商品名：VSTICK、ドクターベープ、スモースビップ、ドクタースティック、フレヴォ、ビタフル、パフシー、ビタシグ、イーリーフなど。これらはすべてニコチンを含まない。）
- 4 電子たばこ（ニコチン入り。日本では個人輸入でのみ入手可能）
- 5 その他（ ）

問15 たばこの煙を吸うことは次のような病気の原因になると思いますか。

あてはまるものをそれぞれ1つ選んで番号に○印をつけてください。

	原因になる	どちらとも いえない	原因には ならない	わからない
①COPD（慢性閉塞性肺疾患）	1	2	3	4
②肺がん	1	2	3	4
③ぜんそく	1	2	3	4
④気管支炎	1	2	3	4
⑤心臓病	1	2	3	4
⑥脳血管疾患（脳卒中）	1	2	3	4
⑦胃かいよう	1	2	3	4
⑧妊婦への悪影響、未熟児など	1	2	3	4
⑨歯周病（歯槽膿漏）	1	2	3	4

《歯科保健》

問16 あなた自身の歯は、何本ありますか。（入れ歯や差し歯は除く） 【 】本

問17 自分の歯の健康維持のために心がけていることがありますか。

あてはまるものをすべて選んで番号に○印をつけてください。

- 1 時間をかけて歯を磨いたり、毎食後に歯を磨いたりうがいをしたりする
- 2 デンタルフロス（糸ようじ）や歯間ブラシを使う
- 3 フッ素入りの歯みがき剤を使う
- 4 食事の内容・食べ方に気をつける
- 5 時々、自分で歯や歯ぐきを点検する
- 6 定期的に歯科検診を受ける
- 7 その他【 】
- 8 特にない

《休養》

問 18 休日などの自由な時間がありますか。

あてはまるものを1つ選んで番号に○印をつけてください。

- 1 十分ある
2 まあまあある
3 あまりない
4 まったくない

問19 今後休日などの自由時間をどのように過ごしたいですか。

あてはまるものをすべて選んで番号に○印をつけてください。

- 1 何もしないでのんびりする
- 2 テレビ・ビデオを見たり、音楽を聴いたりする
- 3 新聞、雑誌、書籍などを読む
- 4 工作・手芸・料理などの趣味を楽しむ
- 5 楽器の演奏・工芸・絵画などを楽しむ
- 6 インターネットを楽しむ
- 7 仕事に役立つ学習をする
- 8 スポーツをする
- 9 釣り・山歩きなどのアウトドア活動をする
- 10 買い物や散歩、ドライブなどをする
- 11 映画・コンサートなどへ行く
- 12 温泉などで保養・休養をする
- 13 その他【
- 14 特にない

問20 最近1か月間に、仕事や日常生活の中で不満や悩み、ストレスがありましたか。

あてはまるものを1つ選んで番号に○印をつけてください。

- 1 大いにあった
- 2 多少あった
- 3 あまりなかった
- 4 まったくなかった

問 2 1 最近 1 か月間に、日常生活の中で心の底から笑えることがありましたか。

あてはまるものを1つ選んで番号に○印をつけてください。

- 1 よくあった
- 2 時々あった
- 3 あまりなかった
- 4 まったくなかった

問 2 2 最近1か月間に、日常生活の中で喜びや感動がありましたか。

あてはまるものを1つ選んで番号に○印をつけてください。

- 1 よくあった
- 2 時々あった
- 3 あまりなかった
- 4 まったくなかった

問 2 3 最近1か月間に、日常生活の中で外に出たり人に会ったりするのが、おっくうになることがありましたか。あてはまるものを1つ選んで番号に○印をつけてください。

- 1 よくあった
- 2 時々あった
- 3 あまりなかった
- 4 まったくなかった

問 2 4 次のような地域活動に参加していますか。

あてはまるものをそれぞれ1つ選んで番号に○印をつけてください。

	よく 参加している	ときどき 参加している	まったく 参加しない
①ボランティア活動	1	2	3
②環境保護、教育問題など社会活動	1	2	3
③自治会などの地域活動	1	2	3
④スポーツ活動	1	2	3
⑤工芸・楽器演奏などの趣味活動	1	2	3
⑥文化・教養などの学習活動	1	2	3
⑦音楽・美術などの創作活動	1	2	3
⑧体操など、健康づくり活動	1	2	3
⑨J A等の経済団体活動	1	2	3
⑩地域文化の継承活動	1	2	3
⑪その他【 】	1	2	3

問 2 5 ふだんの睡眠時間はどのくらいですか。

あてはまるものを1つ選んで番号に○印をつけてください。

- 1 5時間未満
2 5時間以上～7時間未満
3 7時間以上～9時間未満
4 9時間以上

問 26 ふだんの睡眠時間で休養が十分とれていますか。

あてはまるものを1つ選んで番号に○印をつけてください。

- 1 十分とれている
- 2 まあまあとれている
- 3 あまりとれていない
- 4 まったくとれていない

問 2 7 眠りを助けるために次のようなことをしますか。

あてはまるものをそれぞれ 1 つ選んで番号に○印をつけてください。

	まったく ない	めったに ない	時々ある	よくある	常にある
①枕や寝具を選ぶ	1	2	3	4	5
②寝室の灯り・温度を調整する	1	2	3	4	5
③読書をする	1	2	3	4	5
④軽い体操で緊張をほぐす	1	2	3	4	5
⑤アルコールを飲む	1	2	3	4	5
⑥安定剤・睡眠剤を飲む	1	2	3	4	5

《検診》

問 2 8 この 1 年間に、特定健診（血液・尿検査、診察等）やがん検診を受けましたか。

あてはまるものをそれぞれ 1 つ選んで番号に○印をつけてください。

		市町の 検診	勤務先	自費で 医療機関	その他	受けて いない
①特定健診		1	2	3	4	5
がん 検診	②胃がん	1	2	3	4	5
	③肺がん	1	2	3	4	5
	④大腸がん	1	2	3	4	5
	⑤乳がん（女性のみ）	1	2	3	4	5
	⑥子宮がん（女性のみ）	1	2	3	4	5

問 2 9 【問 2 8 の①～⑥のいずれかの健診・検診で「5」と回答された方にお伺いします。】

この 1 年間に、特定健診やがん検診を受けなかった理由は何ですか。

あてはまるものをすべて選んで番号に○印をつけてください。

1 特定健診やがん検診があるのを知らなかったから 2 健康に自信があり、受ける必要を感じなかったから 3 特定健診やがん検診の当日に他にやりたい事があったから 4 仕事などのため都合がつかなかったから 5 異常や病気などが発見されるのがいやだったから 6 特定健診やがん検診の効果が期待できないと思ったから 7 受診場所が遠かったから 8 受診場所へ行くのがめんどろだったから 9 すでに医者にかかっているから 10 なんとなく・わからない

問 30 この1年間に、医療機関で治療を受けている病気がありますか。
あてはまるものをすべて選んで番号に○印をつけてください。

- 1 糖尿病
- 2 脂質異常症（高脂血症）
- 3 脳血管疾患（脳卒中）
- 4 高血圧
- 5 狭心症・心筋梗塞・心不全
- 6 肝炎・肝硬変・その他の肝臓病
- 7 腎炎・腎不全・その他の腎臓病
- 8 むし歯・歯周病・その他の歯科疾患
- 9 その他【 】
- 10 医療機関の治療を受けたことはない

問 3 1 高血圧の原因として正しいと思われるものをすべて選んで番号に○印をつけてください。

- 1 睡眠不足
- 2 喫煙
- 3 お酒の飲み過ぎ
- 4 緑茶の飲み過ぎ
- 5 食物繊維の摂取不足
- 6 牛乳の飲み過ぎ
- 7 野菜や果物の不足
- 8 塩分の摂り過ぎ
- 9 肥満
- 10 運動不足

問 3 2 血液中の LDL コレステロール（悪玉コレステロール）を上げる食品として、正しいと思うものすべて選んで番号に○印をつけてください。

- 1 脂身の多い肉
- 2 鶏肉の皮
- 3 レバーやモツなどの内臓類
- 4 青背の魚
- 5 バター
- 6 プロセスチーズ
- 7 普通牛乳（低脂肪ではないもの）
- 8 油揚げ
- 9 豆腐
- 10 きのこ
- 11 鶏卵
- 12 魚卵
- 13 海藻
- 14 チョコレート
- 15 大福もち
- 16 ショートケーキ

問 3 3 現在の健康度はどのくらいですか。

例：今の状況 62 めざしたい状況 88

- 今の状況 ・ めざしたい状況

- 今の状況 ・ めざしたい状況

- 今の状況 ・ めざしたい状況

あてはまるものをすべて選んで番号に○印をつけてください。

- 10 特にな

あなたのことについて記入してください。

- ③世帯構成
- | | |
|---|-------------|
| 1 | 一人暮らし |
| 2 | 夫婦のみ |
| 3 | 親と子の2世代世帯 |
| 4 | 親と子と孫の3世代世帯 |
| 5 | その他【 |

- ④主な就労
- | | | | |
|----|-----------|---|----------|
| 1 | 会社勤め | 2 | 公務員 |
| 3 | 自営業 | 4 | 農業・漁業・林業 |
| 5 | 自由業 | 6 | 日雇い |
| 7 | パート・アルバイト | 8 | その他【 |
| 9 | 専業主婦 | | 】 |
| 10 | 仕事はしていない | | |

⑤労働時間 1週間あたり【】時間

⑥農作業従事時間 1週間あたり【】時間

⑦身長【】c m

⑧体重【】k g

- ⑨お住まい
- | | |
|---|------|
| 1 | 旧吉備町 |
| 2 | 旧金屋町 |
| 3 | 旧清水町 |

最後に、健康づくりに関するご意見やご要望、ご自身が行っている健康づくりの方法、今後やってみたい健康づくりなどがございましたら、ご自由にお書きください。

以上です。ご協力ありがとうございました。

ワーキング部会活動

オレンジパワープランⅢ ワーキング部会活動

目 的

各市町の住民代表が主体となって健康について話し合い、主体性のある行動計画を作成する。

部 会

- ・栄養・食生活
- ・こころの健康づくり
- ・嗜好品(酒・たばこ)
- ・健康管理

ワーキング内容

- 現在の健康問題(良い点、悪い点、思っていること等)について語り合う。
そして12年後の望ましい姿を想像する(どうなっているか、どうなってほしいか等)。
- 個人の取組をまとめる。
『12年後に向けてわたし(個人)ができることを考えよう』
- 社会(行政)の取組をまとめる。
『12年後に向けて社会・行政ができること、社会・行政に望むことを考えよう』
- 健康課題について語り合う。
- 次の12年後に向けて(第3次計画)の課題目標の見直しと新たな目標値を設定する。
- 各部会のテーマを決める。

ワーキングメンバーと役割

- 各部会は、各市町住民代表2名、各市町保健師4名、保健所職員1名、職域又は学域代表1名、アドバイザー1名の9名で構成し、各部会にはそれぞれ1名のリーダーを置く。
- 各市町住民代表:活発に意見を出し合う。
- 各市町保健師:専門職としての意見を積極的に述べる。
- 保健所職員:発言内容の記録、リーダーとのワーキング内容の調整等を行う。
- 職域又は学域代表:職域又は学域からの意見を述べる。
- アドバイザー:ワーキングで出た意見について、専門職としてのアドバイスを行う。
- リ ー ダ ー:部会の進行役や日程調整等を行い、必要に応じてアドバイザーに助言を求める。

ワーキング開催日と参加人数

部 会	第 1 回		第 2 回	
	月 日	人 数	月 日	人 数
栄養・食生活	7/5	8	8/2	8
こころの健康づくり	7/5	9	8/2	8
嗜好品(酒・たばこ)	7/5	7	8/8	6
健康管理	7/5	8	8/30	8

※ワーキング全体会は、2回(7/5、10/13)開催

ワーキング部会の活動報告

別紙各ワーキング部会記録参照

【 栄 養 ・ 食 生 活 】 部 会

テーマ： ちゃんと食えること、身体づくりの基本です

現 在 の 健 康 問 題 に つ い て

（良い点）

- ・朝食欠食率が減少している。
- ・緑黄色野菜を毎日食べる男性の割合、食塩を控える男性の割合が増加している。
- ・牛乳・乳製品を毎日食べる者の割合が増加している。 ・40代男性肥満者の割合が減少している。
- ・ゆっくり食べる者の割合が増加している。 ・骨密度に関心のある人が多い。
- ・保育所等の「食育」において、実際に野菜に触れたり、切り口を見たりすることで、野菜に興味を持つこどもがいる。
- ・自ら野菜を育てることにより、野菜嫌いのこどもが野菜を食べるようになる。
- ・スーパー等は品揃えが豊富で、何でも買うことができる。
- ・インターネットで何でも調べることができる。
- ・こどもと大人の味付けを分けて調理することで、同じ料理でも一緒に作ることができ、調理の効率化を図ることができる。

（悪い点）

- ・栄養バランスが悪い。
- ・コロナの影響で、料理教室が開催できていない。 ・栄養講座の参加者が少ない。
- ・味が単調になりやすい市販ベビーフードに頼ることで、味覚形成ができにくい。
- ・糖分の多いイオン飲料を大量に飲ませ過ぎることで、ミルクを飲まなかったり、偏食になったりする。
- ・こどもに泣かれるとついつい与え過ぎてしまう親がいる。 ・親の知識不足。
- ・偏食や野菜嫌いのこどもが多い。
- ・野菜嫌いのこどもの親が、残す理由から野菜を提供しない。 ・揚げ物が多く、付け合わせの野菜が少ない。
- ・1日分の野菜摂取目標量（350g）を知らない人が多い。
- ・お茶を飲まないため、お茶に砂糖を入れて甘くしてから飲ませる親がいる。
- ・独居の場合、作り過ぎてしまうので、食事内容が偏ってしまう。
- ・小中学生の肥満が増加している（10人に1人くらい）。また、高学年程、肥満が増加する傾向があり、高度肥満のこどももいる。
- ・こどもの噛む力が弱くなっており、給食を食べるのに時間がかかる。
- ・テレビや携帯を見ながらの「ながら食べ」をしている。 ・孤食が増えている。
- ・インターネットの情報に頼りきっている。
- ・個人差があることを伝えてもマニュアル通りにする親がいる。
- ・仕事が忙しいため、家庭よりも保育所の食事が主となっている。
- ・忙しいため、食事に時間をかけられない。

1 2 年 後 の 望 ま し い 姿 を 想 像 す る

- ・野菜を食べる者の割合が増える。
- ・こども達が自分達で野菜を育てて食べることで、野菜の摂取量が増加する。
- ・また、野菜の旬が分かる。
- ・色々な食材に触れる機会が増える。
- ・1日3回バランス良く食べる。
- ・惣菜だけではなく、手作りの料理を提供する機会を増やす。
- ・薄味の惣菜や低カロリーの食品が増える。
- ・楽しい雰囲気でする。

1 2 年 後 に 向 け て 私 が で き る こ と （ 個 人 の 取 組 ）

- ・バランスの良い食事を1日3食きちんと食べる。
- ・フレイル予防のためにたんぱく質摂取を意識する。
- ・野菜の旬を知る。
- ・スポーツドリンクや清涼飲料水の摂り過ぎに気を付ける。
- ・だし本来の味を知り、薄味で素材の味を大切に作る。
- ・乳幼児期からの食習慣に気を付ける。
- ・軟らかい食事だけでなく、硬い物も食べる。
- ・栄養成分表示を見る力、見る機会を作る。
- ・ゆっくり、よく噛んで食べる。
- ・1日の野菜摂取目標量350gを知る。
- ・腹八分目にする。

1 2 年 後 に 向 け て 社 会 ・ 行 政 が で き る こ と 、 求 め る こ と （ 社 会 の 取 組 ）

- ・ライフステージに合わせた必要な栄養バランスについて、普及・啓発をする。
- ・減塩や低脂肪等について、啓発する場を設ける。（スーパーマーケットや薬局等）
- ・栄養成分表示について学ぶ機会を提供し、栄養成分表示を見る力を高める。
- ・保育所、幼稚園、学校教育などと連携し、小さい時からの心身の健康づくり「食育」に努める。
- ・こども達が食に関心を持つきっかけを作る。
- ・親とこどもに食事についての正しい知識を提供する。
- ・こどもから高齢者までが楽しく交流しながら食事できる場を提供する。

【 こころの健康づくり 】部 会

テーマ： 自分なりのストレス解消法で、こころに栄養と休養を！

現 在 の 健 康 問 題 に つ い て	
(良い点) ・ 毎日笑えているのが幸せ。毎日家族と食事できている。 ・ 大家族で心配、悩み事も多いが、孫もいて一緒に暮らせて幸せ。 ・ 地域とのつながりがある(地域に活動の場がある)。 ・ 集える場所がある。 ・ ストレスを感じた時の発散方法を持っている。 ・ 趣味を持っている。 ・ 相談できる相手や場所がある。 ・ ネットと繋がることでストレス解消できているかもしれない。	(悪い点) ・ 人によってストレスの感じ方、種類が違う。 ・ 家族間や地域との関係が希薄。(近所同士の交流がない) ・ 地域住民が集まる機会が減少し、関係構築がしにくい。 ・ 共働き、子育てで時間的余裕がない。関係希薄を感じてない。 ・ 20代～40代のストレス減らすのは、経済的環境的に難しい。 ・ 地域とのつながりを持つことにストレスを感じている。 ・ コロナの影響もあり、集まりに消極的。 ・ 「しないとといけない」義務感はストレスになる。 ・ こころの健康は個人差があるので難しい。 ・ 親子で寝る前にスマホを見て、睡眠の質を悪くしている。 ・ ワークライフバランスは実際は難しい。 ・ 離職率が高い。 ・ 孤立感がある。
1 2 年 後 の 望 ま し い 姿 を 想 像 す る	
(睡眠) ・ 短くても良い睡眠を。 (ストレス) ・ 人によってストレスの種類・感じ方に違いがあり、自身に合った解消法を見つけることが必要。 ・ ネガティブ思考をポジティブ思考に変える。 (地域社会) ・ こどもが小さい頃から近所や関係機関と繋がっておくことが必要。 ・ 単身者、高齢者が笑える機会を。月1回でも心の底から笑える機会を。 ・ 交流の場を作り、あとは選択の自由。 ・ 地域で、ボランティアとして色々と活動してもらえるのは有難い。 ・ つながりやすい地域づくり。地域を引っ張ってくれる人が必要。	
1 2 年 後 に 向 け て 私 が で き る こ と (個 人 の 取 組)	
・ 良質な睡眠をとる(自分に合った睡眠のスタイルを見つける)。 ・ 楽しめる趣味を持つ。 ・ 1日1回笑顔になる。 ・ 朝日を浴びる。 ・ コミュニケーションをこころがける(家庭、職場、近所など)。 ・ 規則正しい生活リズムをこころがけ、何事(食事、睡眠、運動)も自分の適量を守る。 ・ 自分に合った社会活動に参加する。 ・ こころがしんどくなれば、相談機関や専門医にかかる。 ・ 自己肯定感を高める。 ・ こころの拠り所を見つける。 ・ 自分・他人の良い所を見つけ、褒める。 ・ 適切にSNSを利用する。	
1 2 年 後 に 向 け て 社 会 ・ 行 政 が で き る こ と 、 求 め る こ と (社 会 の 取 組)	
・ 身近なこころの健康相談窓口を広く周知する。 ・ ストレス対策や、睡眠や休養の確保についての健康教育を推進する。 ・ こころの健康について正しい知識を普及・啓発する。 ・ ゲートキーパー等の人材育成に取り組む。 ・ 地域における仲間づくりを支援する。 ・ あいさつ、声掛け、誘いあい運動を推進する。 ・ ボランティア活動を支援する。 ・ 安心して外出できる環境作り(公園の整備、遊歩道の設置等)を推進する。 ・ 子育て世帯、高齢者世帯、ひきこもり等の見守りを支援する。 ・ 用途に応じた居場所づくりを支援する。 ・ 様々な世代への国の動向を見守り、こころの健康ネットワークづくりを推進する。 ・ 正しいSNSの活用方法について学ぶ機会を設けていく。	

【 嗜好品（酒・たばこ） 】 部 会

テーマ： 防煙！禁煙！適正飲酒！

現在の健康問題について

（良い点）

【酒】

- ・みんなで飲むことは楽しい。
- ・完全に飲酒をやめる必要はない。節度を守って楽しみとして飲むことは、場合によっては心の健康のためにもなる。
- ・昔は「飲んだらたばこ」のイメージが強いが、若い人でそういう人は少ないのでは。
- ・中学生で飲酒に興味のある人は少ない印象。

【たばこ】

- ・値上がりしたことが禁煙のきっかけとなった人がいる。1か月に4万円ほどするという。
- ・体調が悪くなつてはじめて禁煙した経験がある（禁煙外来利用なし）。喫煙している時は、咳や痰、えずくこともあるが、その程度では禁煙に至らない。
- ・禁煙外来がある。（県立こころの医療センターにも令和4年12月まであった。そこでは、精神科に通院している人は、ついでに受診するイメージ。外部から禁煙外来目的で受診する人は少なかった。）
- ・「飲んだら吸いたくなる」という人が減ったのでは。
- ・最近喫煙している人は少ない。
- ・「どこでも吸え」なくなった。喫煙所を見かけなくなった。
- ・煙の出ないものに替えたという人もいる。
- ・中学生でたばこに興味のある人はあまりいない。話題にのぼらない。
- ・行政が行う防煙教室では、「勧められたらきちんと断れる」という反応がみられる。
- ・アメリカのたばこのパッケージには害がはっきりと明記されている。

（悪い点）

【酒】

- ・飲んでいる人とそうでない人で飲酒量の差が激しいように思う。
- ・実際に飲んでいる量（純アルコール量）は、適正量とっているよりも多い。
- ・なんとなく知っているだけで、そのギャップは大きい。
- ・コロナによる影響か、検診データを経年的に見ても数値は悪化しているように思う。
- ・コロナ禍で、宅飲みが増えた。ストレス発散のために飲んでしまう量が増えるのではないか。
- ・コロナが第五類感染症に移行した今、集まって飲む機会も増えた。
- ・飲み会では、その誘いやお酌を断ることが申し訳ないと思ってしまう。
- ・コンビニなどで気軽に購入できる。
- ・病院にアルコール依存症で入院した人は、喫煙していることが多い。
- ・夜に多量飲酒すると、アルコールが朝まで残っていることもしばしば。飲酒運転につながる。
- ・和歌山県の飲酒運転での検挙率が高い。条例もできた。
- ・「禁煙はできた」という声は聞かぬが、「お酒をすっきりやめた」という声はあまり聞かない。
- ・祭等で勧められて飲酒した学生もいる。
- ・子どもが飲酒するきっかけとして、周りの大人（親や親せきなど）からの勧めが大きいのでは。「陰で飲むなら親と一緒に」の思考。周りの大人も飲んで大丈夫と思っている。飲酒による害を理解していない。
- ・酒に限らないが、最近だとエナジードリンクも簡単に入手できる。
- ・学生で、それを多飲していることをSNSにアップしている様子もみられる（自慢のように）。

【たばこ】

- ・コンビニなどで気軽に購入できる。
- ・40、50代の喘息が増えている。
- ・においで吸っていることが周りに分かる。
- ・禁煙はつらい。
- ・吸える場所は減っても、禁煙できず吸っている人は職場にもいる。
- ・女性で運転中に吸っている人をよく見かける。
- ・学校卒業後、SNSに喫煙シーンをアップし、指導を受ける人はいる。
- ・小さい子どものそばで喫煙する人がいる。子どもへの悪影響が心配。
- ・子どもは吸わないという意識があっても、家で大人が吸っている。
- ・実際、子どもが大人に「やめて」と伝えて、大人が禁煙できるか。
- ・ネットで、海外の小学生が喫煙しているのを見かけた。

12年後の望ましい姿を想像する

- ・教育の場では毎年必ず防煙についての教室を行うが、親も一緒に学べる機会があればよいのでは。
- ・行政が大人に関わるのは検診から。
- ・その間になにか支援できることがあればよい。
- ・正しい知識を持っている人が増えて、その上で喫煙・飲酒するかは自分で決めればよい。時と場合によって飲酒などで楽しむことは、心の健康を保つ手段となる。
- ・喫煙・飲酒する最初のきっかけを防げるとよい（大人からの勧め）。

12年後に向けて私ができること（個人の取組）

- ・飲みに行っても、二日酔いにならないように、アルコールが残っていないように、出来事を覚えておけるように心がけたい。
- ・自分の飲酒適量を知る。
- ・「未成年に飲ませた」等の、好ましくない出来事について又聞きすることがあるが、うまく注意できるようになる。
- ・妊婦と同居している喫煙者がいる場合、副流煙から妊婦を守るためには家族や同居者の協力が必要。

12年後に向けて社会・行政ができること、求めること（社会の取組）

- ・飲酒、喫煙ともに、それを始めることになったきっかけをなくす。
- ・行政が成人に関わるのは特定健診の時からなので、学校卒業以降、行政が関わるまでの間に、何らかのアプローチできる機会を作る。
- ・未成年を対象に行う防煙教室を継続する。また、大人（保護者）も一緒に学べるような機会を作る。

【 健康 管理 】 部 会

テーマ：未来の自分に、家族に、社会に、健康貯金！

現 在 の 健 康 問 題 に つ い て

（良い点）

＜運動＞

- ・スケジュールを工夫して運動する人が増えている。
- ・アプリの普及により、自分のスタイルに合わせた運動方法を選択できるようになってきている。

＜栄養＞

- ・男性の一人暮らし高齢者も食生活に興味を持ち栄養教室に参加している。
- ・コンビニで健康を意識した商品（低糖質高たんぱく）が充実しており、調理が苦手な人でも生活に取り入れやすくなっている。

＜健（検）診＞

- ・毎年継続してがん検診を受診している人が増えている。
- ・健（検）診を受けて特典がもらえることがある。
- ・セット健（検）診や人間ドックで総合的に検査ができる。
- ・休日健（検）診や医療機関で個別健（検）診が受けられる。

＜歯科・口腔＞

- ・幼児・学童期の取組で歯磨き習慣がこどものころからついている。
- ・市販の歯科用品（歯間ブラシや電動歯ブラシ等）が充実してきた。
- ・治療方法が増えてきている（インプラント等）。

＜その他＞

- ・スマートフォンの活用で情報収集や記録ができる。
- ・you tubeで著名な専門家が情報が得られる。
- ・健康推進員、食生活改善推進員、母子保健推進員など住民の方の協力体制がある。

（悪い点）

＜運動＞

- ・運動意識がある人はよいが、意識がない人は取組に繋がらない。
- ・女性が運動や体操に参加しているが、男性は少ない。
- ・一人では継続的に続かない。

＜健（検）診＞

- ・婦人科系の検診は、医師や検査技師が男性だと受けづらい。
- ・待ち時間が長い。
- ・かかりつけ医受診中や忙しいという理由で健（検）診を受けない人がいる。
- ・健（検）診を受けても、その後の治療や改善に繋がらない人がいる。
- ・希望する日時や医療機関で受けられないことがある。
- ・歯科は治療時のみ行くという認識が一般的で検診という意識は低い。

＜各種教室＞

- ・コロナ禍が3年あまり続き、活動が制限された。
- ・平日日中の開催が多いので、自営等の方は仕事で参加できない。
- ・移動手段が確保できないため、場所によっては、参加したくてもできないことがある。

＜その他＞

- ・健康について無関心な人がいる。
- ・スマートフォンやインターネットが使えない人は、情報が少ない場合がある。
- ・長時間のVDT作業や寝る前のスマートフォンの使用で、脳が十分に休めていない人が増えている。

1 2 年 後 の 望 ま し い 姿 を 想 像 す る

＜運動＞

- ・運動ができる施設や環境が整備される。
- ・自身で健康について考え、運動などの行動をすることができる。
- ・自分にあった運動を仲間と実施する。
- ・自分にあった運動習慣が身に付き、運動を続けることで健康意識を高め、HDLコレステロールの数値の改善に繋げることができる。
- ・ロコモティブシンドローム予防の大切さを知り、できるだけ長く自分自身で活動し、生き生きと過ごすことができる。

＜栄養＞

- ・添加物の摂取量を減らし、旬のものをなるべく食べて、健やかな身体を作る。
- ・独居や同居に関係なく、皆が楽しく料理・食事をすることができる。

＜健（検）診＞

- ・健（検）診を生活の中に位置づけ、毎年自分の体の状態を知る。
- ・圏域に専門医があり、健（検）診後の精密検査の受診や治療が受けやすくなる。

＜健康＞

- ・一人ひとりの身体状況やライフスタイルに合った方法で、健康に対する意識を高め、健康的な生活を継続する。
- ・スマホやITを活用し、健康管理を行う。
- ・年を重ねても動ける身体づくり、健康的で豊かな生活の時間が確保できる。
- ・社会全体が「病」「老」に目を向け、共同で助けられる人がたくさんいる社会。
- ・地域と交流を持つことができる。
- ・趣味を見つけて、ストレスを溜め込まずに過ごすことができる。

1 2 年 後 に 向 け て 私 が で き る こ と （ 個 人 の 取 組 ）

＜運動＞

- ・実現可能な運動を無理なく継続する。
- ・ラジオ体操を習慣的に行う。
- ・隙間時間を見つけ運動する。
- ・家族や友人と楽しく運動する。
- ・車で移動しがちなため、徒歩圏内ではできるだけ歩く。

＜栄養＞

- ・生活リズムに注意して、適切な睡眠や食事をとる。
- ・食事の栄養素のバランスや添加物を意識する。

＜健（検）診＞

- ・毎年健（検）診を受け、自身の健康状態を知る。
- ・かかりつけ医を持ち、専門職に相談して必要時に適切な受診をする。
- ・健（検）診を受ける際、周囲の人にも健（検）診を受けようと声をかける。

＜歯科・口腔＞

- ・歯科検診や歯の手入れによって、残存歯を大切に、おいしく食事ができるように努める。
- ・定期的に歯医者を受診し、自身の歯の特徴（汚れがたまりやすい箇所等）を知り、ポイントをおさえたいブラッシングをする（歯ブラシだけでなく、フロスも活用）。
- ・異常に気付いたら、放置せず早めに受診する。
- ・歯科トラブルは予防が大切であることを知る。

＜健康＞

- ・こどもの頃から健康について関心を持つ。
- ・笑いを日常に取り入れて、心身ともに健康になる。

＜その他＞

- ・まずは、家族と健康について話合う機会を持ち、健康について伝える機会を徐々に社会全体に広げていく。
- ・病院や自治体が開催する健康イベントに参加し、気軽にボディチェックや医療相談の機会を持つ。

1 2 年 後 に 向 け て 社 会 ・ 行 政 が で き る こ と 、 求 め る こ と （ 社 会 の 取 組 ）

- ・より良い生活習慣獲得のために、こどもの頃から健康管理教育の充実を図る。
- ・健（検）診に行きやすい体制の工夫（休日健（検）診の実施、健（検）診＋αの企画開催で行きたくする工夫）をし、受診率向上に取り組む。
- ・無料や特権を検討し、受けたい、参加したいと思ってもらえる体制強化。
- ・ITの活用等、時代に合った健康管理に取り組む。
- ・利用者のニーズに応じた運動教室の開催。（運動レベル：初級～上級 等）
- ・運動施設の整備等、健康づくりの行動ができる環境整備。
- ・それぞれの身体状況やライフステージに合った体操やダンスができる機会や環境の確保。
- ・アプリなどを提供し、健康状態の見える化で自分に合った食事療法や運動を習慣化できるようにする。
- ・ベジチェック、骨密度、筋力等手軽にチェックできる体制をつくる。
- ・自然と歩きたくなるような市町の環境整備。（例）主要な地点までの消費カロリー掲示、安全に歩ける道路整備、地元の散歩コースの紹介
- ・職場や学校などで、仮眠時間を推奨し、適切な仮眠による能率アップや疲労回復効果についても一緒に説明する。
- ・歯科検診の啓発と共に、歯の健康と全身疾患との関連についての知識の普及。
- ・活動だけではなく、心身の効果的な休め方についての知識の普及。

策 定 委 員 会

設置要綱

体制図

策定委員名簿

運営委員名簿

ワーキングメンバー名簿

健康日本２１有田保健医療圏域計画・市町健康増進計画策定委員会設置要綱

（目的）

第１条 ヘルスプロモーションの理念に基づく住民の健康づくりを積極的に推進し、健康で楽しく生活できる有田地方（有田地方とは、有田市、湯浅町、広川町、有田川町の有田圏域及び各市町のことをいう。）を実現するため「健康日本２１有田保健医療圏域計画・市町健康増進計画策定委員会」（以下「策定委員会」という。）を設置する。

（任務）

第２条 策定委員会は、下記事項の検討と助言を行う。

- （１）健康に関する調査、分析に関すること
- （２）健康指標の設定に関すること
- （３）計画策定に関すること
- （４）その他必要な事項

（組織）

第３条 委員は、次に掲げる者をもって組織する。

- １）健康づくり関係団体、もしくはそれに準ずる者
 - ２）その他必要と認める者
- ２ 委員の任期は、前条に規定する事項に関する協議が終了するまでとする。

（会長及び副会長）

第４条 策定委員会に会長１人、副会長２人を置く。

- ２ 会長、副会長は委員の互選により定める。
- ３ 会長は、委員会を代表し、会務を総理する。
- ４ 副会長は、会長を補佐し、会長に事故等があった場合は、その職務を代理する。

（会議）

第５条 策定委員会の会議は会長が招集する。

- ２ 策定委員会は必要に応じ、次条に規定する運営委員会、ワーキング部会、その他関係者から意見を聴取することができる。

（運営委員会、ワーキング部会の設置）

第６条 策定委員会に計画策定に関する具体的検討及び作業を行うために、運営委員会及びワーキング部会を設置する。

（事務局）

第７条 委員会の事務局は、湯浅保健所保健課に置く。

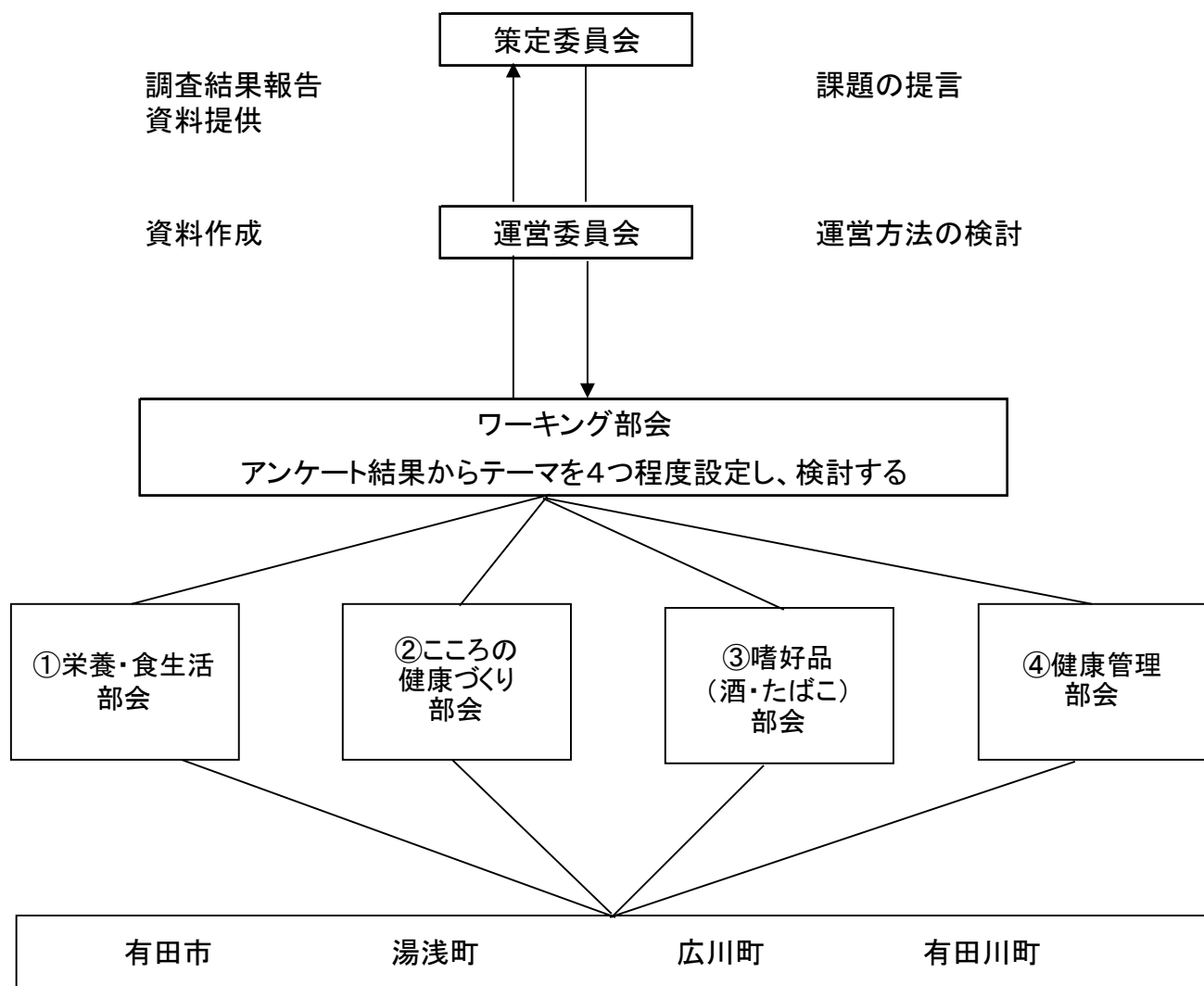
（その他）

第８条 この要綱に定めるものの他、委員会の運営に関し必要な事項は、会長が別に定める。

付則

- １ この要綱は、平成１５年５月１３日から施行する。
（平成２５年１１月 １日一部改正）
（令和 ５年 ６月２１日一部改正）
- ２ 第５条１項の規定にかかわらず、最初の委員会は、湯浅保健所長が招集する。

健康日本21有田保健医療圏域計画・市町健康増進計画策定にあたっての体制図



「オレンジパワープランⅢ」策定委員名簿

（順不同、敬称略）

団 体 名	所 属 等	職種・職名	氏 名
有田市医師会		理 事	栗 原 良 次
		理 事	山 下 理一郎
		理 事	垣 本 哲 宏
有田医師会		理 事	児 島 謙 作
		理 事	楠 林 秀 紀
		理 事	坊 岡 進 一
有田歯科医師会		会 長	長 谷 晋 作
有田薬剤師会		会 長	抜 井 久 司
和歌山県看護協会有田地区支部	有田市立病院	看 護 師	御 前 有 美
和歌山県栄養士会	地域活動部会	管理栄養士	濱 圭 子
有田食生活改善推進協議会		会 長	坂 上 キヨ子
和歌山県母と子の健康づくり運動協会有田支部		支 部 長	上 田 八 恵
ENEOS(株)和歌山製造所	総務グループ	保 健 師	井 口 めぐみ
三菱電線工業(株)箕島製作所	総務課	副 長	吉 岡 大 介
		看 護 師	梅 田 郁 子
紀州有田商工会議所	指導課	経営指導員	北 又 一 樹
湯浅町商工会		経営指導員	後 藤 佑 樹
広川町商工会		事 務 局 長	川 嶋 教 夫
有田川町商工会		事 務 局 長	丹 田 祥 史
有田市教育委員会	糸我小学校	養 護 教 諭	前久保 和 泉
湯浅町教育委員会	田栖川小学校	養 護 教 諭	諏 訪 加 那
広川町教育委員会	津木小学校	養 護 教 諭	南 出 佑 希
有田川町教育委員会	石垣小学校	養 護 教 諭	間佐古 紀 子
全国健康保険協会和歌山支部	保健グループ	保健専門職	青 木 美 恵
有田市	健康推進課	課 長	吉 野 有 美
湯浅町	健康推進課	課 長	出 來 健 司
広川町	保健福祉課	課 長	大 西 伸 英
有田川町	健康推進課	課 長	穂 芝 豊 和
湯浅保健所		所 長	北 内 京 子

※各委員は、有田地方地域・職域・学域保健連携推進協議会の委員を兼ねている（各市町の委員を除く）。

なお、市町については、健康づくり担当課の課長が策定委員となる。

運 営 委 員 名 簿

運営委員長	有田川町 健康推進課 班長	鈴木 ゆかり
運営委員	有田市 健康推進課 係長	田中 育美
〃	有田市 健康推進課 保健師	濱口 佐保子
〃	湯浅町 健康推進課 係長	中本 麻美
〃	湯浅町 健康推進課 保健師	大西 佑佳
〃	広川町 保健福祉課 保健師長	柏原 理香
〃	広川町 保健福祉課 保健師	玉井 大華
〃	有田川町 健康推進課 保健師	東 有加
〃	有田川町 健康推進課 保健師	谷本 由香理
〃	湯浅保健所 保健課 課長	平井 佳津
〃	湯浅保健所 保健課 主査	栗生 知佐子
〃	湯浅保健所 保健課 副主査	松下 仁美
アドバイザー	公立大学法人 和歌山県立医科大学 医学部衛生学講座 准教授	東山 綾

オレンジパワープランⅢ ワーキングメンバー名簿

栄養・食生活	1	木村 洋子	有田市住民	嗜好品（酒・たばこ）	1	西原 裕子	湯浅町住民
	2	畠中 眞澄	広川町住民		2	佐々木 勝	有田川町住民
	3 ^L	濱口 佐保子	有田市保健師		3	玉置 那希	有田市保健師
	4	太田 華奈	湯浅町保健師		4 ^L	中本 麻美	湯浅町保健師
	5	花野 志麻	広川町保健師		5	柏原 理香	広川町保健師
	6	谷本 由香理	有田川町保健師		6	東 有加	有田川町保健師
	7 [*]	田又 厚子	在宅栄養士		7 [*]	大原 弘之	こころの医療センター
	8	松本 和泉	藤並小学校養護教諭		8	巽 雅美	耐久中学校養護教諭
	9	栗生 知佐子	湯浅保健所・記録		9	田中 茜	湯浅保健所・記録
こころの健康づくり	1	上田 八恵	有田市住民	健康管理	1	山崎 安子	湯浅町住民
	2	笠谷 修芳	広川町住民		2	野田 ひろ子	有田川町住民
	3	石井 理恵	有田市保健師		3	仁科 紗奈	有田市保健師
	4	中本 三奈	湯浅町保健師		4	大西 佑佳	湯浅町保健師
	5 ^L	西川 美和	広川町保健師		5	玉井 大華	広川町保健師
	6	栗山 敦子	有田川町保健師		6 ^L	川岸 洋子	有田川町保健師
	7 [*]	澄田 一志	有田地域生活支援センターつくし		7 [*]	杉山 智子	済生会有田病院
	8	井口 めぐみ	ENEOS(株) 和歌山製造所		8	梅田 郁子	三菱電線工業(株) 箕島製作所
	9	熊本 恭則	湯浅保健所・記録		9	松下 仁美	湯浅保健所・記録

L: ワーキングリーダー

*: アドバイザー

健康日本21有田保健医療圏域計画

市町健康増進計画

発 行 令和6年3月
和歌山県有田振興局健康福祉部(湯浅保健所)
有田市・湯浅町・広川町・有田川町

連絡先 和歌山県有田振興局健康福祉部(湯浅保健所)
〒643-0004 和歌山県有田郡湯浅町湯浅 2355-1
TEL 0737-64-1294
FAX 0737-64-1290

