

第4章 施策の展開

1 第3期いきいき健康大分市民21における具体的な取組

(1) 個人の行動と健康状態の改善

① 栄養・食生活

栄養・食生活は、こどもが健やかに成長し、人々が健康で幸せな生活を送るために欠くことのできない営みであり、多くの生活習慣病の予防・重症化予防のほか、特に高齢者においては、生活機能の維持・向上の観点からも重要です。

個人の行動と健康状態の改善を促すため、食に関する正しい知識の普及啓発を行い、市民が生涯を通じて望ましい食生活を実践できるよう、「大分市食育推進計画」とともに取組を推進します。

市民の目指す姿	取組の方向性	行政の具体的な取組
バランスのよい食事 をしている	・ バランスのとれた食生活の普及啓発 ・ 幼児教育・保育施設や学校等における食を通じたこどもの健全育成 ・ バランスのとれた食を支える環境の整備 ・ 食を通じたコミュニケーションの推進	・ 健康教育や各種イベント等の実施 ・ ホームページ等による情報発信 ・ 幼児教育・保育施設における食事提供の支援 ・ 小中学校の食に関する指導の充実及び家庭への情報発信 ・ バランスのとれた食事の提供に係る支援 ・ 調理実習の実施等共食の機会の提供
食生活に気を付けて 生活習慣病予防や改 善に努めている	・ 望ましい食習慣と適切な栄養摂取についての普及啓発 ・ 健康的な食生活を支える環境の整備	・ 健康教育や各種イベント等の実施 ・ ホームページ等による情報発信 ・ 給食等を通じた生活習慣病予防等につながる健康的な食事の提供に係る支援 ・ 食生活改善推進員等の食を支える人材の育成と支援 ・ 適切な栄養成分表示に関する指導

評価指標	現状値 2023(R5)年度	目標値 2034(R16)年度
主食・主菜・副菜をそろえた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている人の割合	34.4%	45%
自分の体重を正しく理解できている人の割合	78.7%	82%
食塩を摂り過ぎないように努める人の割合	38.4%	42%
野菜をたくさん食べるように努める人の割合	36.7%	40%

② 身体活動・運動

身体活動量の減少は肥満や生活習慣病発症の危険因子であることから、身体活動・運動の意義と重要性を広く周知し、健康増進につなげていくことが重要です。

また高齢者では、身体活動・運動量の不足が自立度低下やフレイル(虚弱)につながるリスクとなることから、転倒・骨折予防の観点からも身体活動・運動量の不足を解消し、健康の維持増進につなげていくことが重要です。

日常生活における歩数や運動習慣のある人の割合が減少傾向にあることから、市民が日常生活の中で身体活動を活発化し、運動習慣を身につけることができるよう、取組を推進します。

市民の目指す姿	取組の方向性	行政の具体的な取組
日常生活で意識的に体を動かし、自分に合った無理のない運動を行う	・ 身体活動や運動の必要性・効果・実践方法についての普及啓発 ・ 市民への運動習慣の定着のための支援	・ 健康教室や健康相談等による保健指導の実施 ・ ホームページやSNSを活用した情報発信 ・ 地区組織や関係団体との連携
	・ 全ての世代が運動に気軽に取り組める環境づくり	・ 健康アプリ活用による健康づくりに関するイベントの情報発信 ・ 運動に取り組むための環境整備

評価指標	現状値		目標値	
	2023(R5)年度		2034(R16)年度	
日常生活における歩数 (20～64歳)	男性	5,873歩	男性	8,000歩
	女性	5,111歩	女性	8,000歩
日常生活における歩数 (65歳以上)	男性	4,149歩	男性	6,000歩
	女性	3,902歩	女性	6,000歩
運動習慣者の割合 (20～64歳)	男性	37.1%	男性	50%
	女性	29.5%	女性	50%
運動習慣者の割合 (65歳以上)	男性	45.7%	男性	60%
	女性	50.2%	女性	60%

③ 休養・こころの健康

睡眠不足を含む睡眠の問題は、肥満、高血圧症、糖尿病、心疾患や脳血管障害の発症リスク上昇と症状悪化に関連し、死亡率の上昇にも関係することが明らかになっています。近年、20～59歳の6時間未満の睡眠、60歳以上の8時間以上の睡眠(寝床で過ごす時間)が寿命短縮に影響することも分かってきました。また、日々の生活において、十分な睡眠や休養を取りながらストレスと上手につきあうことは、こころの健康に欠かせない要素です。

こころの健康の不調は誰にでも起こり得ることから、こころの健康づくりのための正しい知識やストレス対処法等の普及とともに相談・支援体制を充実させ、広く周知を図ります。

市民の目指す姿	取組の方向性	行政の具体的な取組
睡眠や余暇を取り入れた日常生活習慣を確立する 悩みやストレスに対する対処の方法を理解し実践する	・ 十分な睡眠時間の確保に関する普及啓発 ・ ストレス対処行動の普及啓発 ・ こころの健康に関する相談先の周知	・ 適切な睡眠時間に関する正しい知識の情報発信 ・ ストレス対処に関する健康教室や健康相談等による保健指導の実施 ・ こころの健康に関する相談先の広報活動・情報提供
	・ 関係機関との連携による自殺対策の推進	・ 関係者間での自殺対策に係る現状と課題の共有・取組について協議 ・ 地域の関係団体や事業所、医療機関との連携

評価指標	現状値 2023(R5)年度	目標値 2034(R16)年度
睡眠時間が十分に確保できている人の割合	20～59歳(6－9時間) 55.6% 60歳以上(6－8時間) 55.2%	60%
ストレスを解消できる方法のある人の割合	86.0%	増加
ストレスや悩みを相談したいと思ったときに相談できる人の割合	97.2%	増加

④ 飲酒

アルコールは様々な健康障害との関連が指摘されており、特にアルコール性肝障害、膵炎等の臓器障害、高血圧症、心血管障害、がん等に深く関連します。これに加え、不安やうつ、自殺、事故等のリスクにも関連しています。また、若年期からのアルコール摂取や日常的なアルコールの過量摂取は、重大な健康障害であるアルコール依存症とも大きく関係しています。

生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人の割合が増加傾向にあることから、アルコールの健康への影響について知識の普及に取り組みます。

また、次世代の心身の健康を阻害する要因となる、20歳未満及び妊娠中の飲酒をなくす取組を進めます。

市民の目指す姿	取組の方向性	行政の具体的な取組
飲酒が及ぼす健康への影響を知り、適正飲酒ができる	・ 20歳以上の人を対象とした適正飲酒に関する啓発	・ 飲酒者へアルコールが及ぼす影響に関する保健指導の実施 ・ アルコール健康障害に関する情報発信
アルコールにより心身の健康を損なわない	・ 20歳未満の人の飲酒をなくすための啓発 ・ 妊娠中の飲酒をなくすための啓発	・ 20歳未満の人への飲酒に関する正しい知識の情報発信 ・ 妊婦への飲酒に関する正しい知識の情報発信

評価指標	現状値 2023(R5)年度	目標値 2034(R16)年度
生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人の割合	男性 28.7% 女性 39.7%	男性 22.9% 女性 33.0%
20歳未満の人の飲酒割合	男性 0% 女性 2.3%	男性 0% 女性 0%
妊娠中の飲酒割合	0.3%	0%

⑤ 喫煙

喫煙と受動喫煙は、いずれも多く多くの疾患との因果関係が十分であると推定されています。

喫煙率の減少は、喫煙による健康被害を確実に減少させる最善の解決策であり、多くの疾患の発症や死亡を減少させることにつながるため、喫煙率の減少を目指し、対策を進めます。

また、受動喫煙については、2018(平成30)年の改正健康増進法により敷地内禁煙とされた行政機関、医療機関と比べ、飲食店における受動喫煙の機会を有する人の割合が高かったことから、飲食店や多くの人が利用する施設に対し、受動喫煙対策に対する理解及び協力を求めるとともに、家庭や職場においても受動喫煙の機会を減らすための啓発活動に取り組みます。

市民の目指す姿	取組の方向性	行政の具体的な取組
喫煙と受動喫煙が及ぼす健康影響を理解し、喫煙をしない 望まない受動喫煙の機会が減る	・ 喫煙と受動喫煙が及ぼす健康への影響について、ライフコースアプローチを踏まえた普及啓発	・ 20歳未満の人への喫煙に関する正しい知識の情報発信 ・ 妊婦への喫煙に関する正しい知識の情報発信 ・ 健康相談等の機会を捉えた啓発・保健指導 ・ 市民や地区組織活動者等を対象に健康教育・研修等の実施 ・ 「世界禁煙デー」「禁煙週間」を中心に、既存の保健事業やメディアを活用した情報発信
	・ 多くの人が利用する飲食店や家庭や職場における受動喫煙防止の取組	・ 飲食店に対する普及啓発 ・ 家庭に向けた普及啓発 ・ 事業者に対する普及啓発

評価指標	現状値		目標値	
	2023(R5)年度		2034(R16)年度	
喫煙している人の割合	20歳以上	15.8%	20歳以上	12%
	20歳未満	1.4%	20歳未満	0%
	妊娠中	1.2%	妊娠中	0%
望まない受動喫煙の機会	飲食店	37.6%	飲食店	18%
	家庭	10.9%	家庭	5%
	職場	21.7%	職場	0%

⑥ 歯・口腔の健康

歯・口腔の健康は、口から食べる喜び、話す楽しみを保つ上で重要であり、身体的な健康のみならず、精神的、社会的な健康にも大きく関係します。また、歯周病は歯の喪失の主な原因であるとともに、糖尿病や循環器病等の全身疾患の重症化リスクでもあります。

自分の歯でよく噛んで味わって食べるために、ライフステージの特性に応じた口腔機能の獲得・維持向上、むし歯や歯周病の予防は重要な取組です。

市民が歯と口腔の健康づくりを通して、むし歯や歯周病を予防し、自分の歯でよく噛んで食べることができるよう、歯科保健に関する情報提供や普及啓発に取り組みます。

市民の目指す姿	取組の方向性	行政の具体的な取組
歯・口腔の健康に関心を持ち、年代に応じた適切なケアを行うことで、歯科疾患を予防し、口腔機能の獲得・維持・向上に努める	・ 歯・口腔の健康づくりについて、ライフコースアプローチを踏まえた普及啓発	・ 妊産婦及びこどもの歯・口腔の健康を保つための保健指導 ・ 適切な生活習慣の確立による口腔機能の獲得、むし歯・歯周病予防に関する情報発信 ・ 歯科疾患、歯の喪失やオーラルフレイルの予防に関する情報発信
よく噛んで食べている	・ 食生活を支える歯・口腔の健康づくりの推進	・ 食と歯に関する食育の推進 ・ 歯と口の健康づくりに関する食の指導の実施
かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科を受診する	・ かかりつけ歯科医での定期的な健診受診行動の定着	・ 定期的な歯科健診受診の必要性に関する普及啓発

評価指標	現状値 2023(R5)年度	目標値 2034(R16)年度
よく噛んで食べることができる人の割合 (50歳以上)	75.8%	80%
歯周病を有する人の割合(40歳以上)	33.9%	30%
定期的(1年以内)に歯科健診を受ける人の割合	45.8%	65%

(2) 生活習慣病の発症予防と重症化予防

① がん

生活習慣の改善等によるがん予防や検診受診率の向上等によるがんの早期発見の取組を推進することは、がんによる死亡数の増加を抑えるために重要です。

また、がんの早期発見と適切な対応が予後を左右することから、要精密検査となった場合には確実に精密検査を受けることが重要です。

本市のがん検診の受診率は全体的に低い状況であることから、がんに関する正しい知識の普及啓発とがん検診の受診率向上に向けて、市民が受診しやすい環境の整備や、がん検診及び確実な精密検査の受診勧奨に取り組めます。

市民の目指す姿	取組の方向性	行政の具体的な取組
がんのリスク因子について知り、自らの生活習慣を見直し、改善する	・がんのリスク因子やがんを予防する生活習慣等に関する普及啓発 ・早期発見・早期治療の重要性についての普及啓発	・健康教育や健康相談等での普及啓発 ・市報、自治会回覧、ホームページ、広告等を活用した情報発信
定期的ながん検診を受診し、結果が「要精密検査」となった場合は確実に早期受診を行う	・検診受診行動の定着に向けた取組 ・検診受診しやすい環境づくり	・検診に関する普及啓発 ・地区組織や関係機関との連携による受診勧奨 ・特定健診等他の検診との同日実施
	・精密検査未受診者に対する受診勧奨	・精密検査の受診勧奨

評価指標	現状値 2023(R5)年度	目標値 2034(R16)年度
75歳未満のがんの年齢調整死亡率 (人口10万人当たり)	108.83 (R4年度)	減少
がん検診の受診率	胃がん (男性) 2.5% (女性) 4.7% 肺がん (男性) 2.8% (女性) 8.0% 大腸がん(男性) 2.4% (女性) 7.3% 子宮頸がん 13.6% 乳がん 15.2%	胃がん (男性) 増加 (女性) 増加 肺がん (男性) 4.4% (女性) 13.1% 大腸がん(男性) 3.8% (女性) 12.0% 子宮頸がん 増加 乳がん 増加
がん検診精密検査の受診率	胃がん(X線) 92.2% 胃がん(内視鏡) 91.7% 肺がん 89.7% 大腸がん 84.7% 子宮頸がん 89.8% 乳がん 96.3% (R4年度)	増加

② 循環器病

脳血管疾患や虚血性心疾患等の循環器病は、がんと共に日本人の主要な死因であり、介護が必要になる主な原因疾患の一つでもあります。

循環器病の予防には、高血圧の改善や脂質異常症の減少等に向けた取組が重要であることから、健康的な生活習慣を身につけることや循環器病予防のための正しい知識の普及啓発に取り組めます。

また、メタボリックシンドロームは、動脈硬化を進行させて循環器病の発症リスクを高めることが報告されています。本市では、メタボリックシンドローム該当者の割合が増加していることから、特定健診や特定保健指導を活用し、生活習慣の改善に向けた支援を行う等、メタボリックシンドローム該当者および予備群の減少に向けて取り組めます。

市民の目指す姿	取組の方向性	行政の具体的な取組
循環器病予防のための健康的な生活習慣の確立に努める	・ ライフコースアプローチを踏まえた、循環器病の危険因子とその予防に関する正しい知識の普及啓発	・ ホームページ等による情報発信 ・ 健康教育・健康相談の実施
毎年の健診で自身の健康状態を確認し、健診結果に応じた対応をする	・ 健診受診行動の定着に向けた取組 ・ 健診受診しやすい環境づくり	・ 健診受診に関する普及啓発 ・ 健診未受診者への受診勧奨 ・ 特定健診とがん検診等の同日実施
適切な医療を受ける	・ メタボリックシンドローム該当者および予備群等への行動変容を促す支援 ・ 地域・職域連携による健康課題の共有と効果的な保健事業の検討	・ 健診結果に基づいた保健指導および受診勧奨の実施 ・ 関係者間で健康課題の共有・取組について協議 ・ 地域の関係団体や事業所、医療機関との連携

評価指標	現状値 2022(R4)年度		目標値 2034(R16)年度	
脳血管疾患の年齢調整死亡率 (人口10万人当たり)	男性	83.09	男性	減少
	女性	54.12	女性	減少
虚血性心疾患の年齢調整死亡率 (人口10万人当たり)	男性	58.23	男性	減少
	女性	25.27	女性	減少
メタボリックシンドローム該当者および 予備群の割合	男性	47.8%	男性	44.1%
	女性	16.9%	女性	15.6%
LDLコレステロール160mg/dl以上の人の 割合	男性	8.4%	男性	7.3%
	女性	12.1%	女性	10.6%
収縮期血圧130mmHg以上の人の割合	男性	53.3%	男性	減少
	女性	49.2%	女性	減少

③ CKD(慢性腎臓病)

CKDは進行すると腎不全に至り、人工透析や腎移植が必要になるだけでなく、循環器病のリスクを高めます。CKDの発症や重症化には、肥満、メタボリックシンドローム、糖尿病や高血圧症等の生活習慣病が関与しているため、CKDに関する正しい知識を啓発し、食事や運動等の生活習慣を改善することや、定期的な健診受診により早期発見につなげることが重要です。

また、CKD発症リスクを発見できても適切な医療を受けなければ重症化するおそれがあることから、健診後の受診勧奨や、かかりつけ医と腎専門医の連携による重症化予防の取組を推進していきます。

市民の目指す姿	取組の方向性	行政の具体的な取組
CKDに関する正しい知識を得て、腎臓を守るための生活習慣の確立に努める 毎年の健診で自身の健康状態を確認し、健診結果に応じた対応をする 適切な医療を受ける	・ CKDや腎臓を守るための生活習慣等に関する普及啓発	・ イベント開催による啓発 ・ ホームページ等による情報発信 ・ 健康教育・健康相談の実施
	・ CKD発症リスクの早期発見	・ 健診受診に関する普及啓発 ・ 健診未受診者への受診勧奨 ・ 特定健診での血清クレアチニン検査の実施
	・ CKD重症化予防の取組	・ かかりつけ医と腎専門医の連携による重症化予防の推進 ・ 健診結果に基づいた保健指導および受診勧奨の実施
	・ 地域・職域連携による健康課題の共有と効果的な保健事業の検討	・ 関係者間で健康課題の共有・取組について協議 ・ かかりつけ医と腎専門医の連携システムの運用

評価指標	現状値 2022(R4)年度	目標値 2034(R16)年度
新規透析患者率	0.12%	0.10%以下 (R11年度)
e-GFR45未満の人の割合	男性 4.3% 女性 2.0%	男性 減少 女性 減少

④ 糖尿病

糖尿病は、循環器病や認知症、大腸がん等の発症リスクを高めることが報告されているほか、重症化すると神経障害や網膜症、腎症、足病変といった合併症を引き起こします。特に、透析導入の最大の原因疾患であるとともに、成人の中途失明の主な要因でもあり、生活の質の低下に大きく影響します。

糖尿病の発症を予防するためには、食生活の乱れや身体活動量の低下、喫煙、飲酒等の生活習慣の改善が重要です。また、生活習慣の改善に取り組むことは、治療開始後も良好な血糖コントロール状態を維持するために重要であり、肥満や他の生活習慣病を併せ持つ場合は、総合的に管理していくことが、糖尿病による合併症の発症や重症化予防につながります。

こうしたことから、糖尿病予防に関する正しい知識の普及啓発のほか、糖尿病の未治療者・治療中断者に対する受診勧奨や関係機関と連携した支援により、糖尿病の発症及び重症化予防に取り組めます。

市民の目指す姿	取組の方向性	行政の具体的な取組
糖尿病予防のための健康的な生活習慣の確立に努める 毎年の健診で自身の健康状態を確認し、健診結果に応じた対応をする 適切な医療を受ける	・ 糖尿病やその予防に関する普及啓発	・ ホームページ等による情報発信 ・ 健康教育・健康相談の実施
	・ 糖尿病発症リスクの早期発見	・ 健診受診に関する普及啓発 ・ 健診未受診者への受診勧奨 ・ 特定健診でのHbA1c検査の実施
	・ 糖尿病の発症予防、重症化予防の取組	・ 健診結果に応じた保健指導および受診勧奨の実施 ・ 未治療者および治療中断者への受診勧奨
	・ 関係機関との連携体制の構築	・ 地域の関係団体・事業所、医療機関等との連携 ・ 関係者間で健康課題の共有・取組について協議

評価指標	現状値 2022(R4)年度	目標値 2034(R16)年度
血糖コントロール不良者(HbA1c8.0%以上)の割合	1.1%	0.8% (R11年度)
糖尿病有病率	13.4% (5月診療分)	減 少
HbA1c6.5%以上の人割合	男性 13.9% 女性 7.0%	男性 13.2% 女性 6.7%
糖尿病性腎症の年間新規透析導入患者数 (国民健康保険加入者10万人当たり)	31.9人	29.7人

⑤ COPD(慢性閉塞性肺疾患)

COPDは、咳・痰・息切れを主な症状として緩やかに呼吸障害が進行する肺の炎症性疾患です。喫煙が最大の発症要因であるため、禁煙による予防が効果的であるとともに、早期発見や治療等の介入によって重症化を防ぐことが大切です。

COPDについての認知度が低いことから、その原因や病態等に関する知識を広め、早期受診・早期発見につなげるための取組を推進します。

市民の目指す姿	取組の方向性	行政の具体的な取組
COPDについての知識を持ち、予防行動や早期受診ができる	・ COPDに関する知識の普及啓発	・ COPDハイリスク者に対する啓発 ・ 市民や地区組織活動者等を対象とした健康教育・研修会の実施 ・ メディア等を利用した普及啓発

評価指標	現状値 2023(R5)年度	目標値 2034(R16)年度
COPDについて意味を知っている人の割合	22.5%	40%

(3) 健康を支え、守るための社会環境の整備

健康寿命の延伸のためには、個人の行動と健康状態の改善に加え、個人を取り巻く社会環境の整備を図ることが必要です。社会とのつながりを持つことは健康に良い影響を与えることから、就労、ボランティア、通いの場等社会活動への参加を推進していくとともに、地域とのつながりを持つことができるよう環境を整えることが重要です。

さらに、健康な食環境や身体活動・運動を促す環境をはじめとする、健康につながる環境づくりの取組が重要なことから、健康に関心の薄い市民を含む幅広い対象に向けた健康づくりを進めます。

市民の目指す姿	取組の方向性	行政の具体的な取組
心身ともにすこやかな生活を送るため、社会とのつながりを持ち、積極的に健康づくりに取り組む	・ 社会活動に参加する機会等の創出 ・ 健康づくりに関する情報提供の充実 ・ 地域で健康づくりを担う人材の育成と支援	・ 健康教室、健康相談会の開催 ・ ホームページやSNSを活用した健康づくりに関する情報発信 ・ 健康づくりをサポートするボランティア等の養成、活動支援
	・ バランスのとれた食を支える環境の整備 ・ 健康的な食生活を支える環境の整備	44ページ ① 栄養・食生活 参照
	・ 全ての世代が運動に気軽に取り組める環境づくり	46ページ ② 身体活動・運動 参照
	・ 多くの人が利用する飲食店や家庭や職場における受動喫煙防止の取組	49ページ ⑤ 喫煙 参照

評価指標	現状値 2023(R5)年度	目標値 2034(R16)年度
自分と地域のつながりが強い方だと思う人の割合	19.9%	25%
いずれかの社会活動(就労・就学を含む)を行っている人の割合	80.5%	85%

2 第4期大分市食育推進計画における具体的な取組

(1) 健康でいきいきとした生活を送るための食の支援の充実

健全な食生活に関する情報発信や環境の整備を行い、健康寿命の延伸につながる食生活を実践する市民を増やすための食育を推進します。

市民の目指す姿	取組の方向性	行政の具体的な取組
バランスのよい食事をしている	・ バランスのとれた食生活の普及啓発 ・ 幼児教育・保育施設や学校等における食を通じたこどもの健全育成 ・ バランスのとれた食を支える環境の整備 ・ 食を通じたコミュニケーションの推進	44ページ ① 栄養・食生活 参照
食生活に気を付けて生活習慣病予防や改善に努めている	・ 望ましい食習慣と適切な栄養摂取についての普及啓発 ・ 健康的な食生活を支える環境の整備	44ページ ① 栄養・食生活 参照
よく噛んで食べている	・ 食生活を支える歯・口腔の健康づくりの推進	50ページ ⑥ 歯・口腔の健康 参照

評価指標	現状値 2023(R5)年度	目標値 2034(R16)年度
主食・主菜・副菜をそろえた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている人の割合	34.4%	45%
自分の体重を正しく理解できている人の割合	78.7%	82%
食塩を摂り過ぎないように努める人の割合	38.4%	42%
野菜をたくさん食べるように努める人の割合	36.7%	40%
よく噛んで食べることができる人の割合 (50歳以上)	75.8%	80%

(2) 大分の食材や食文化に関心を持ち、心豊かに暮らすための食育の推進

大分の食材や食文化を通じ、食への関心や農林漁業の果たしている役割について理解を深め、食べ物や生産者等への感謝の気持ちや大分のよさ(大分でとれる食材や料理、その背景となる風土等)を大切にする市民を増やすための食育を推進します。

市民の目指す姿	取組の方向性	行政の具体的な取組
郷土料理や行事食を作ったり食べたりする機会がある	・ 食に関する伝統文化の継承	・ 伝統料理に触れる機会の提供(給食での提供や地域での実習等)
大分市産のものを積極的に使うよう心がける	・ 地産地消の推進と食の魅力発信	・ 大分市産農林水産物を使用した加工品を作る事業者への支援及び販路拡大 ・ 地産地消に関する情報発信 ・ 大分市産農林水産物の活用推進
	・ 農林漁業体験や生産者との交流活動の推進	・ 地元生産者と消費者の交流促進 ・ イベント等における農林水産物のPRの機会の提供 ・ 農業体験の機会の創出

評価指標	現状値 2023(R5)年度	目標値 2034(R16)年度
郷土料理や行事食を作ったり食べたりする機会がある人の割合	36.2%	40%
市内産の農産物等を意識して購入する人の割合	6.1%	16%

(3) 環境に配慮し、安心して食生活を送るための食育の推進

環境への配慮や食の安全、災害時における備えといった食を取り巻く情勢への関心や理解を深め、自らの判断で適切な食の選択ができる市民を増やすための食育を推進します。

市民の目指す姿	取組の方向性	行政の具体的な取組
食品ロス削減に取り組む	・食品ロス削減に向けた知識の普及啓発 ・食品ロス削減につながる取組の推進	・イベントやSNS等を活用した情報発信 ・食品や食材の廃棄を少なくする取組
食中毒を起こさないよう食品の取り扱いに注意する	・食の安全に関する知識の普及啓発 ・食の安全確保に関する取組の推進	・食の安全安心に関する情報発信 ・給食施設等への衛生指導 ・生産・販売・消費に至る衛生管理等の指導
災害時もバランスに配慮した食生活を実践するための対応力がある	・災害時の食に関する取組の推進	・家庭における食品の備蓄に関する知識の普及 ・災害時における栄養バランスへの配慮や調理工夫についての情報発信

評価指標	現状値 2023(R5)年度	目標値 2034(R16)年度
食品ロスに関する認知度	92.9%	95%
食中毒を予防するために行動している人の割合	55.8%	60%
災害時にもバランスに配慮した食生活を実践するための対応力がある人の割合	41.1%	47%

3 評価指標一覧

第3期いきいき健康大分市民21 評価指標一覧

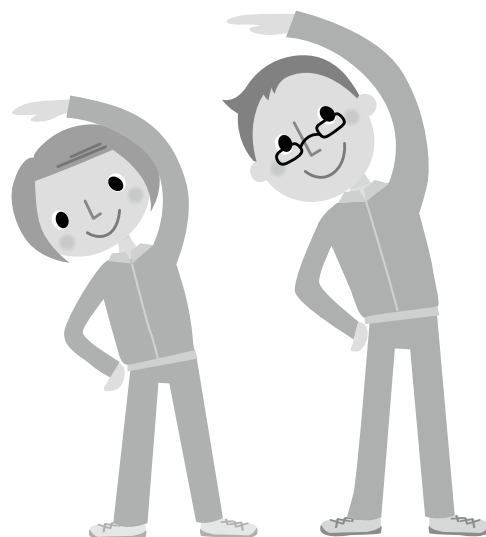
評価指標			現状値 2023(R5)年度		目標値 2034(R16)年度	データの根拠	
全体	日常生活に制限のない期間の平均	男性	80.82年	増加	平均寿命の増加分 を上回る健康寿命 の増加	大分県健康指標計算システムにて 算出(お達者年齢H30～R4年の平 均値) 平均寿命:男性82.42年 女性88.25年	
		女性	84.84年	増加			
個人の行動と健康状態の改善	栄養・食生活	主食・主菜・副菜をそろえた食事を1日2回 以上ほとんど毎日食べている人の割合		34.4%	増加	45%	R5年度 「健康」と「食」に関する実 態調査
		自分の体重を正しく理解できている人の割合		78.7%	増加	82%	
		食塩を摂り過ぎないように努める人の割合		38.4%	増加	42%	
		野菜をたくさん食べるように努める人の割合		36.7%	増加	40%	
	身体活動・運動	日常生活における歩数(20～64歳)	男性	5,873歩	増加	8,000歩	R5年度 「健康」と「食」に関する実 態調査
			女性	5,111歩	増加	8,000歩	
		日常生活における歩数(65歳以上)	男性	4,149歩	増加	6,000歩	
			女性	3,902歩	増加	6,000歩	
		運動習慣者の割合(20～64歳)	男性	37.1%	増加	50%	
			女性	29.5%	増加	50%	
		運動習慣者の割合(65歳以上)	男性	45.7%	増加	60%	
			女性	50.2%	増加	60%	
	休養・こころの健康	睡眠時間が十分に確保できている人の割合 (20～59歳) 6～9時間		55.6%	増加	60%	R5年度 「健康」と「食」に関する実 態調査
		睡眠時間が十分に確保できている人の割合 (60歳以上) 6～8時間		55.2%	増加	60%	
		ストレスを解消できる方法のある人の割合		86.0%	増加	増加	R5年度 こころの健康についての 大分市民意識調査
		ストレスや悩みを相談したいと思ったとき に相談できる人の割合		97.2%	増加	増加	
	飲酒	生活習慣病のリスクを高める量を 飲酒している人の割合	男性	28.7%	減少	22.9%	R5年度 「健康」と「食」に関する実 態調査
			女性	39.7%	減少	33.0%	
		20歳未満の人の飲酒割合	男性	0.0%	減少	0%	
			女性	2.3%	減少	0%	
		妊娠中の飲酒割合		0.3%	減少	0%	R5年度 健やか親子21アンケー ト(乳児)
	喫煙	喫煙している人の割合	20歳 以上	15.8%	減少	12%	R5年度 「健康」と「食」に関する実 態調査
			20歳 未満	1.4%	減少	0%	
			妊娠中	1.2%	減少	0%	
		望まない受動喫煙の機会	飲食店	37.6%	減少	18%	R5年度 「健康」と「食」に関する実 態調査
			家庭	10.9%	減少	5%	
			職場	21.7%	減少	0%	

		評価指標	現状値 2023(R5)年度		目標値 2034(R16)年度	データの根拠
個人の行動と健康状態の改善	歯・口腔の健康	よく噛んで食べることができる人の割合 (50歳以上)	75.8%	増加	80%	R5年度 「健康」と「食」に関する実態調査
		歯周病を有する人の割合(40歳以上)	33.9%	減少	30%	
		定期的(1年以内)に歯科健診を受ける人の割合	45.8%	増加	65%	
生活習慣病の発症予防と重症化予防	がん	75歳未満のがんの年齢調整死亡率 (人口10万人当たり)	全体 108.83 (R4年)	減少	減少	人口動態統計よりR4年の数値から直接法にて算出 * 基準人口: H27年モデル人口
		がん検診の受診率 (胃がん)	男性 2.50%	増加	増加	
			女性 4.70%	増加	増加	
		がん検診の受診率 (肺がん)	男性 2.80%	増加	4.4%	
			女性 8.00%	増加	13.1%	
		がん検診の受診率 (大腸がん)	男性 2.40%	増加	3.8%	
			女性 7.30%	増加	12.0%	
		がん検診の受診率 (子宮頸がん)	13.60%	増加	増加	
		がん検診の受診率 (乳がん)	15.20%	増加	増加	
		がん検診精密検査の受診率 (胃がん・X線)	92.2% (R4年度)	増加	増加	
		がん検診精密検査の受診率 (胃がん・内視鏡)	91.7% (R4年度)	増加	増加	
		がん検診精密検査の受診率 (肺がん)	89.7% (R4年度)	増加	増加	
		がん検診精密検査の受診率 (大腸がん)	84.7% (R4年度)	増加	増加	
		がん検診精密検査の受診率 (子宮頸がん)	89.8% (R4年度)	増加	増加	
		がん検診精密検査の受診率 (乳がん)	96.3% (R4年度)	増加	増加	
	循環器病	脳血管疾患の年齢調整死亡率 (人口10万人当たり)	男性 83.09 (R4年)	減少	減少	人口動態統計よりR4年の数値から直接法にて算出 * 基準人口: H27年モデル人口
			女性 54.12 (R4年)	減少	減少	
		虚血性心疾患の年齢調整死亡率 (人口10万人当たり)	男性 58.23 (R4年)	減少	減少	
			女性 25.27 (R4年)	減少	減少	
		メタボリックシンドローム該当者 および予備群の割合	男性 47.8% (R4年度)	減少	44.1%	R4年度 特定健康診査(大分市国保分)
			女性 16.9% (R4年度)	減少	15.6%	
		LDLコレステロール160mg/dl以上の人の割合	男性 8.4% (R4年度)	減少	7.3%	
			女性 12.1% (R4年度)	減少	10.6%	
		収縮期血圧130mmHg以上の人の割合	男性 53.3% (R4年度)	減少	減少	
			女性 49.2% (R4年度)	減少	減少	

		評価指標	現状値 2023(R5)年度		目標値 2034(R16)年度	データの根拠
生活習慣病の発症予防と重症化予防	CKD(慢性腎臓病)	新規透析患者率	0.12% (R4年度)	減少	0.10%以下 (R11年度)	大分県国民健康保険団体連合会 MAP・統計情報システム 新とよ助
		e-GFR45未満の人の割合 男性	4.3% (R4年度)	減少	減少	R4年度 特定健康診査(大分市国 保分)
		e-GFR45未満の人の割合 女性	2.0% (R4年度)	減少	減少	R4年度 特定健康診査(大分市国 保分)
	糖尿病	血糖コントロール不良者(HbA1c8.0%以上)の割合	1.1% (R4年度)	減少	0.8% (R11年度)	R4年度 特定健康診査(大分市国 保分)
		糖尿病有病率(5月診療分)	13.4% (R4年度)	減少	減少	国保データベースシステム
		HbA1c6.5%以上の人の割合	13.9% (R4年度)	減少	13.2%	R4年度 特定健康診査(大分市国 保分)
			7% (R4年度)	減少	6.7%	
		糖尿病性腎症の年間新規透析導入患者数 (国民健康保険加入者10万人当たり)	31.9人 (R4年度)	減少	29.7人	大分県国民健康保険団体連合会 MAP・統計情報システム 新とよ助
	COPD	COPDについて意味を知っている人の割合	22.5%	増加	40%	R5年度 「健康」と「食」に関する実 態調査
会守健康 環境を 支え、 のめ整の 備社	自分と地域のつながりが強い方だと思う人の割合		19.9%	増加	25%	R5年度 「健康」と「食」に関する実 態調査
	いずれかの社会活動(就労・就学を含む)を行っている人の割合		80.5%	増加	85%	

第4期大分市食育推進計画 評価指標一覧

	評価指標	現状値 2023(R5)年度		目標値 2034(R16)年度	データの根拠
健康でいきいきとした生活を送るための食の支援の充実	主食・主菜・副菜をそろえた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている人の割合	34.4%	増加	45%	R5年度 「健康」と「食」に関する実態調査
	自分の体重を正しく理解できている人の割合	78.7%	増加	82%	
	食塩を摂り過ぎないように努める人の割合	38.4%	増加	42%	
	野菜をたくさん食べるように努める人の割合	36.7%	増加	40%	
	よく噛んで食べることができる人の割合(50歳以上)	75.8%	増加	80%	
大分の食文化や食生活に関する食育の推進	郷土料理や行事食を作ったり食べたりする機会がある人の割合	36.2%	増加	40%	R5年度 「健康」と「食」に関する実態調査
	市内産の農産物等を意識して購入する人の割合	6.1%	増加	16%	
環境に配慮し、安心して食生活を送るための食育の推進	食品ロスに関する認知度	92.9%	増加	95%	R5年度 大分市「ごみ減量・リサイクル」及び「家庭ごみ有料化制度」に関する市民意識調査
	食中毒を予防するために行動している人の割合	55.8%	増加	60%	R5年度 「健康」と「食」に関する実態調査
	災害時にもバランスに配慮した食生活を実践するための対応力がある人の割合	41.1%	増加	47%	



4 ライフコースアプローチを踏まえた取組

第3期いきいき健康大分市民21

		具体的事業 2025(R7)年3月末現在	乳幼児期	学童期 思春期	成年期	壮年期	高齢期
			0～5歳	6～18歳	19～39歳	40～64歳	65歳以上
個人の行動と健康状態の改善	栄養・食生活	離乳食講習会					
		幼児健診等における普及啓発					
		保育所給食見学会					
		子育て教室「クッキング」					
		調理担当者研修会・保育所等職員研修					
		次世代食育応援事業					
		献立会議					
		学校における食に関する指導の実施					
		給食だよりを活用した家庭への情報提供					
		栄養教諭・学校栄養職員研修会					
		大分市公設地方卸売市場における料理教室					
		食の自立支援事業					
		成人保健指導・特定保健指導					
		高齢者食生活改善事業					
		食べていきいき教室(介護予防普及啓発事業)					
		食育の日普及啓発事業					
		豊っ子学校給食試食会					
		健康教育・健康相談					
		地域や地区公民館での教室・講座					
		ホームページ等を利用した情報発信					
	身体活動・運動	給食施設指導					
		給食研究会					
		食生活改善推進員の養成					
		食生活改善推進協議会活動支援					
		健康教育・健康相談					
		成人保健指導・特定保健指導					
		中高年、青少年スポーツ教室					
		地区公民館での教室・講座					
		スポーツ推進委員への研修会の開催					
		健康づくり運動教室(介護予防活動支援事業)					
	休養・こころの健康	健康アプリ「おおいた歩得」の推進					
		自転車走行空間ネットワーク整備事業					
		サイクルフェスの開催					
		健康器具設置事業(公園整備事業)					
		健康教育・健康相談					
		こころの健康に関する保健指導					
		精神保健福祉相談(嘱託医による相談)					
		心の健康講演会					
		心のサポーターの養成					
		ゲートキーパー養成研修会					
	飲酒	自殺対策普及啓発事業					
		子ども家庭支援センターにおける各種相談					
		子育て交流センターにおける子育て支援活動及び育児相談					
		地域子育て相談機関としてこどもルームにおける育児相談					
		児童生徒、保護者及び教職員に対する相談活動					
		「大分市民のこころといのちを守る自殺対策行動計画」策定推進検討委員会					
		健康教育・健康相談					
		特定保健指導時の適正飲酒指導					
		心の健康教室・講演会(中学生・一般向)					
		喫煙、飲酒、薬物乱用防止教育					
		青少年補導員による20歳未満の飲酒防止指導					
		妊産婦への保健指導					

		具体的事業 2025(R7)年3月末現在	乳幼児期 0～5歳	学童期 思春期 6～18歳	成年期 19～39歳	壮年期 40～64歳	高齢期 65歳以上
個人の行動と健康状態の改善	喫煙	健康づくり支援講座(事業所対象)					
		喫煙、飲酒、薬物乱用防止教育					
		青少年補導員による20歳未満の喫煙防止指導					
		世界禁煙デーキャンペーン					
		市報・チラシ等を利用した啓発					
		特定保健指導時の禁煙指導					
		妊産婦への保健指導					
		食品衛生講習会における啓発					
	歯・口腔の健康	歯科保健に関する健康教育・普及啓発事業					
		歯科保健に関する健診・相談事業					
		子と妊産婦の歯の健康チェック					
		歯周病健診					
		歯科保健におけるフッ化物塗布事業					
		歯と口の健康づくり事業					
生活習慣病の発症予防と重症化予防	がん	がん検診事業					
		健康教育・健康相談					
		健康づくり支援講座(事業所対象)					
		がんに関する正しい知識の普及啓発					
		ハガキ・チラシ・広報誌等による受診勧奨					
		女性のためのがん検診無料クーポン券による受診勧奨					
		健康診断補助事業					
		精密検査未受診者に対する受診勧奨					
	循環器病	特定健康診査事業					
		特定健康診査受診率向上事業					
		健康診断補助事業					
		健康教育・健康相談					
	CKD(慢性腎臓病)	健康づくり支援講座(事業所対象)					
		すこやか検診・すこやか教室					
		特定保健指導事業					
		ハイリスク者訪問事業					
	糖尿病	糖尿病等重症化予防事業					
		高齢者の保健事業と介護予防事業の一体的実施事業					
		大分市CKD病診連携システム					
		大分市生活習慣病対策推進協議会					
	COPD	世界腎臓デーイベント					
		健康教育・健康相談					
		COPDハイリスク者に対する啓発					
健康を支え、 社会環境の整備 のための		市報・チラシ等を利用した啓発					
		健康教育・健康相談					
		健康推進員地域活動事業					
		食生活改善推進員養成講座					
		心のサポーターの養成					
		ゲートキーパー養成研修会					
		ファミリーサポートセンター事業					
		援農かつせ隊活動推進事業					
		森林セラピー魅力創出事業					
		多様な通いの場の把握及びホームページ掲載					

第4期大分市食育推進計画

	具体的事業 2025(R7)年3月末現在	乳幼児期	学童期 思春期	成年期	壮年期	高齢期
		0～5歳	6～18歳	19～39歳	40～64歳	65歳以上
健康でいきいきとした生活を送るための食の支援の充実	離乳食講習会					
	幼児健診等における普及啓発					
	保育所給食見学会					
	子育て教室「クッキング」					
	調理担当者研修会・保育所等職員研修					
	次世代食育応援事業					
	献立会議					
	学校における食に関する指導の実施					
	給食だよりを活用した家庭への情報提供					
	栄養教諭・学校栄養職員研修会					
	大分市公設地方卸売市場における料理教室					
	食の自立支援事業					
	成人保健指導・特定保健指導等					
	高齢者食生活改善事業					
	食べていきいき教室(介護予防普及啓発事業)					
	食育の日普及啓発事業					
	豊っ子学校給食試食会					
	健康教育・健康相談					
	地域や地区公民館での教室・講座					
	ホームページ等を利用した情報発信					
	給食施設指導					
	給食研究会					
	食生活改善推進員の養成					
	食生活改善推進協議会活動支援					
	子と妊産婦の歯の健康チェック					
	歯周病健診					
	お口の健康教室(介護予防普及啓発事業)					
大分の食文化に関する食育の推進	学校給食での郷土料理や行事食の提供					
	地域まちづくり活性化事業					
	地域や公民館等での教室・講座					
	「おおいたの幸」ブランド化支援事業					
	大分市ブランド認証制度(Oita Birth)					
	サポーター通信の発信・配布(地産地消推進事業)					
	おおいた産給(サンキュー)の日の取組					
	大分市米粉料理インストラクターによる米粉料理教室(おおいた米粉利用促進事業)					
	市立小中学校給食米粉パン供給促進事業(おおいた米粉利用促進事業)					
	大分市公設地方卸売市場市民感謝デー					
	生産者との交流給食(地産地消推進事業)					
	専門学校との連携による地産地消授業・産地見学会(地産地消推進事業)					
	食イベント等開催・支援(関あじ関さばまつり)					
	おおいたマルシェ(イベント開催によるPR)					
環境に配慮し、安心して食生活を送るための食育の推進	おおいたマルシェ(地産地消料理教室・魚のさばき方教室)					
	援農かせ隊活動推進事業					
	市民農園関連事業					
	ごみ減量リサイクル推進事業					
	4R推進事業					
	3きり運動推進事業					
	一日食品衛生監視員					
	夏休み親子食品衛生教室					
	市民食品衛生講座					
	各種衛生研修会					
	給食施設巡回指導					
	食品の収去検査・各種立入調査					
	ホームページ・市報等による啓発					
	防災訓練・防災講話による啓発					
	健康教育等での食品備蓄に関する情報発信					