

第2章 本市の現状

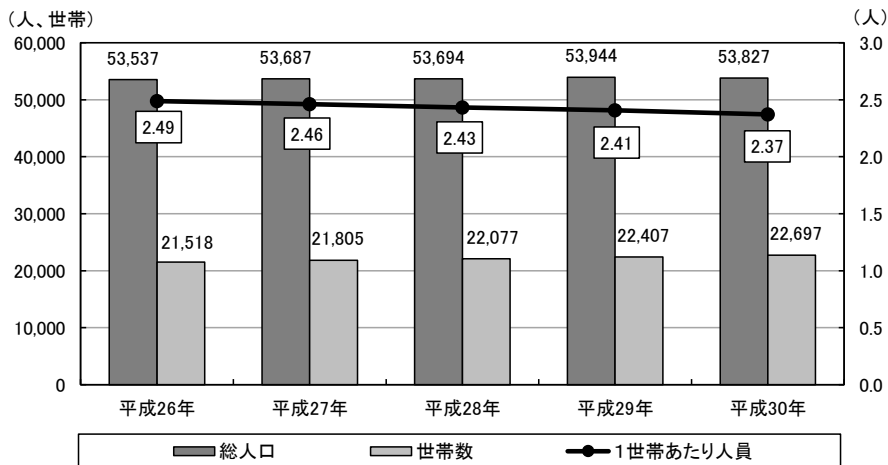
1. 統計データ

(1) 人口の推移

総人口は平成29年までゆるやかに増加していましたが、平成29年から平成30年にかけてはやや減少しています。世帯数は平成26年以降増加し続けていますが、1世帯あたり人員は年々減少しています。

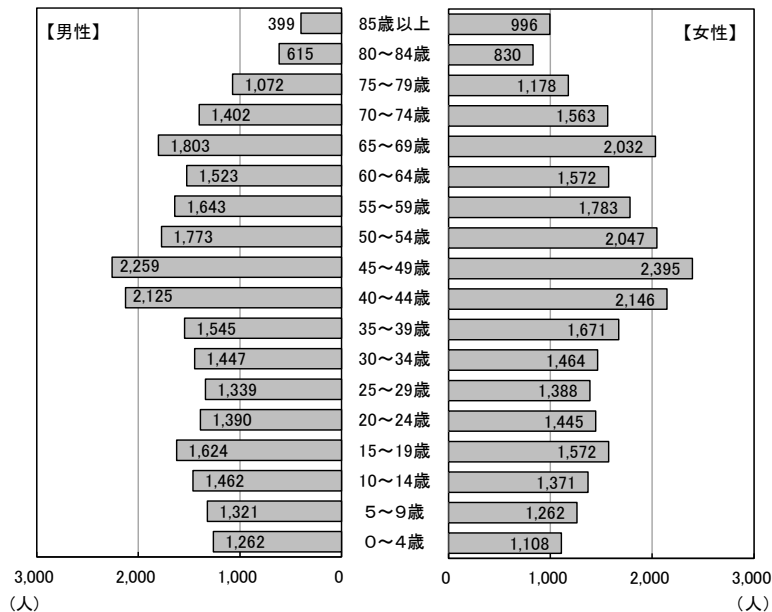
平成30年の人口ピラミッドをみると、男女ともに45～49歳で最も多くなっています。また、男女の40～49歳、女性の50～54歳と65～69歳で2,000人を超えています。

■総人口・世帯数・1世帯あたり人員の推移

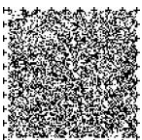


資料：住民基本台帳（各年3月末現在）

■人口ピラミッド



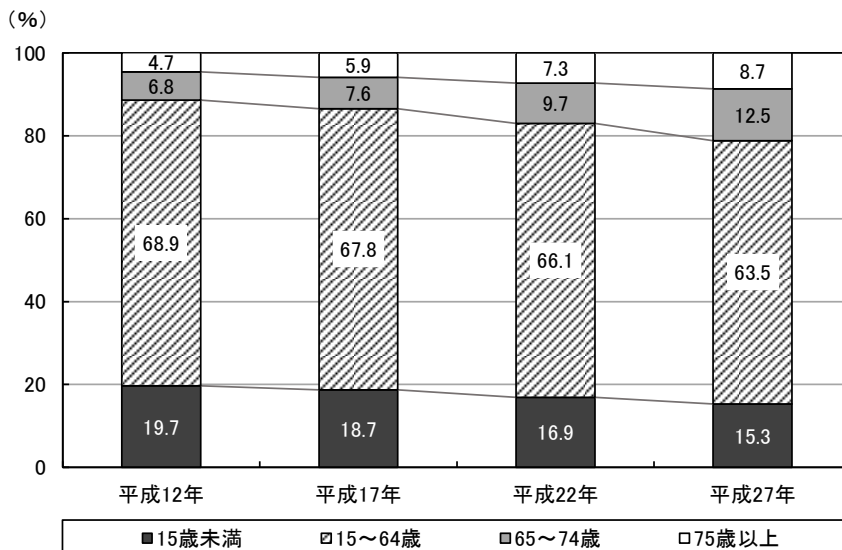
資料：住民基本台帳（平成30年3月末現在）



(2) 人口構成割合の推移

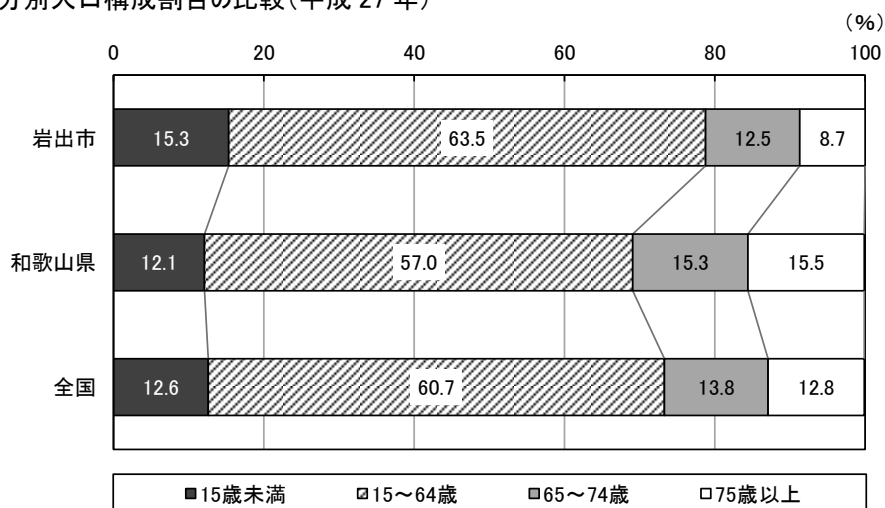
年齢4区分別人口構成割合をみると、平成12年以降、64歳以下の割合は減少、65歳以上の割合は増加しています。また、国・県と比較すると、64歳以下は国・県よりも割合が高く、65歳以上は低くなっています。

■年齢4区分別人口構成割合の推移

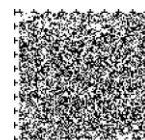


資料：国勢調査

■年齢4区分別人口構成割合の比較(平成27年)



資料：国勢調査

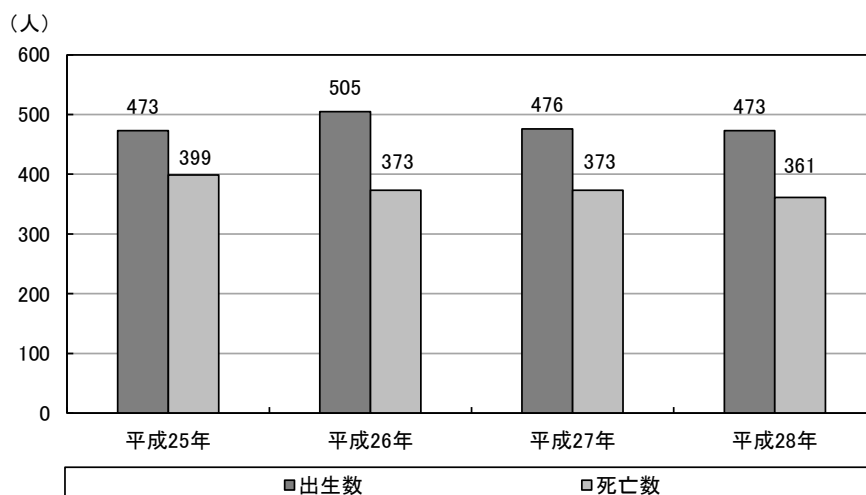


(3) 出生・死亡の状況

出生数と死亡数の推移をみると、いずれの年も出生数が死亡数を約80～130人上回っています。

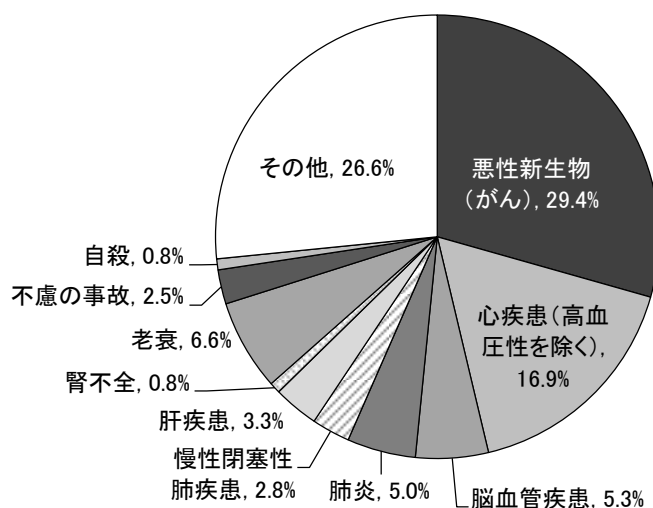
平成28年における死因別死亡割合をみると、悪性新生物(がん)が29.4%で最も高く、次いで心疾患(高血圧性を除く)が16.9%となっています。また、死因別死亡割合のうち、生活習慣病※の占める割合は58.5%となっています。

■出生数・死亡数の推移



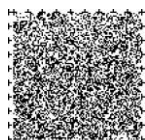
資料：和歌山県の人口動態統計(確定数)の概況

■死因別死亡割合(平成28年)



資料：和歌山県の人口動態統計(確定数)の概況

※生活習慣病は本グラフでは悪性新生物(がん)、心疾患(高血圧性を除く)、脳血管疾患、慢性閉塞性肺疾患、肝疾患、腎不全を指します。



(4) 平均寿命と健康寿命

平均寿命をみると、男性は80.9歳、女性は87.2歳となっており、国・県より高くなっています。

健康寿命をみると、男性は77.9歳、女性は82.1歳となっており、男性は県より高く、女性は県と同じとなっています。

■平均寿命(平成27年)

	岩出市(歳)	県内順位	和歌山県(歳)	全国(歳)
男性	80.9	1位	79.9	80.8
女性	87.2	2位	86.5	87.0

資料:市区町村別生命表

■健康寿命(日常生活動作が自立している期間の平均)(平成25年)

	岩出市(歳)	県内順位	和歌山県(歳)
男性	77.9	3位	77.3
女性	82.1	21位	82.1

資料:健康わかやま推進提言書

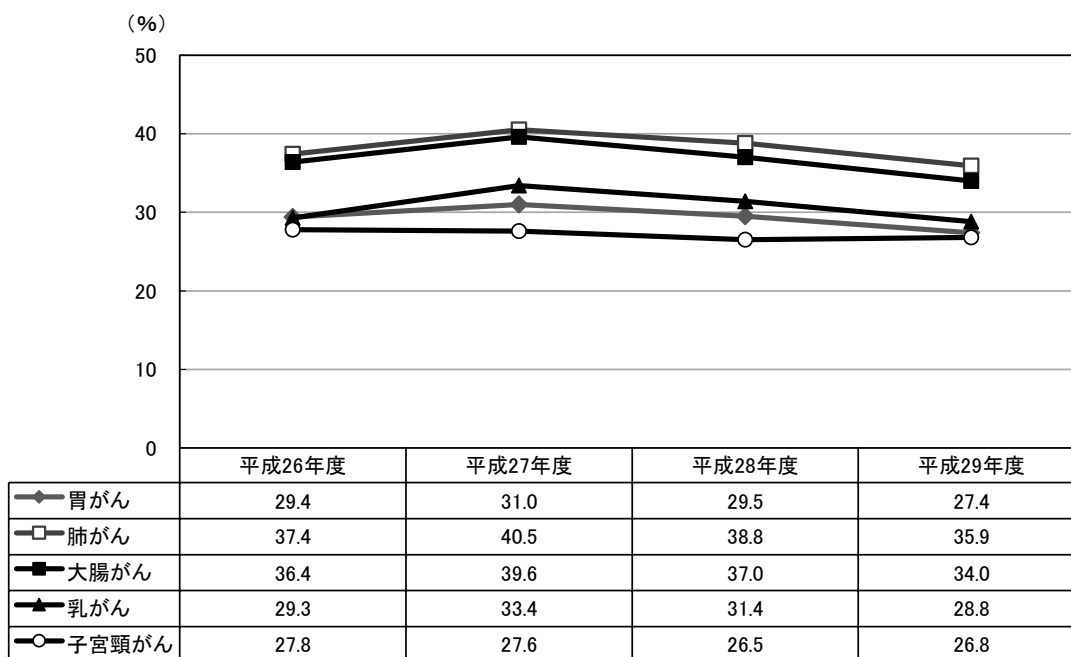


(5) 検（健）診の状況

各種がん検診受診率の推移をみると、平成27年度から平成29年度にかけてやや減少傾向となっています。また、肺がん、大腸がん検診の受診率は、他のがん検診の受診率に比べて高くなっています。

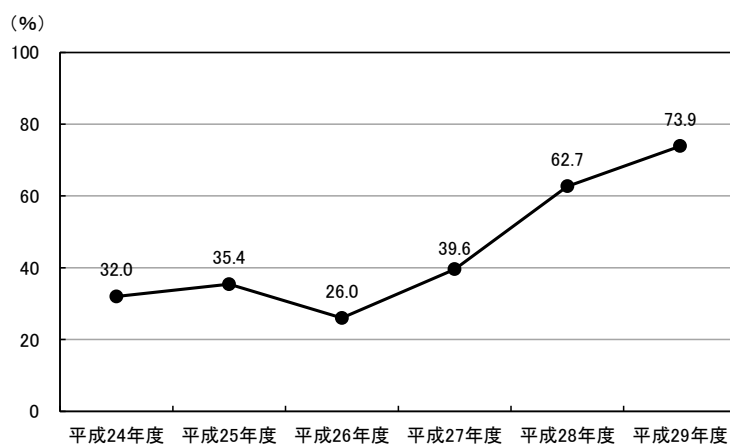
歯周疾患検診受診者における進行した歯周疾患を有する60歳の割合をみると、平成26年度から平成29年度にかけて増加しています。

■がん検診受診率の推移

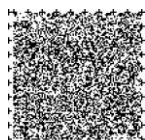


資料：保健事業実績概要

■歯周疾患検診受診者における進行した歯周疾患を有する60歳の割合の推移



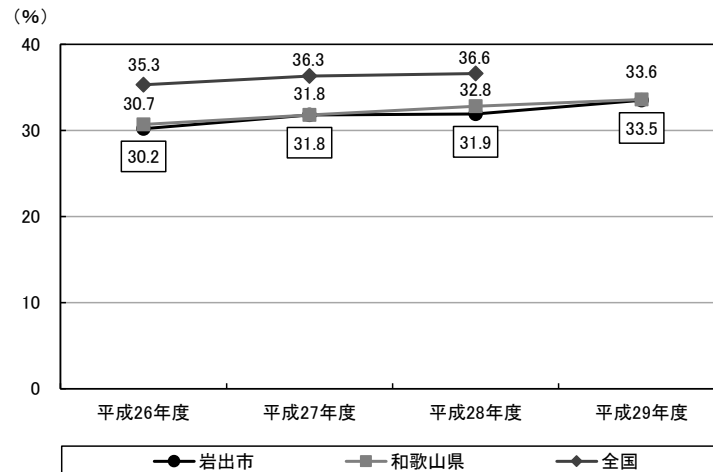
資料：岩出市歯周疾患検診結果



特定健康診査※受診率は、年々増加していますが、国・県より概ね低くなっています。平成 29 年度の受診率は 33.5%となっています。

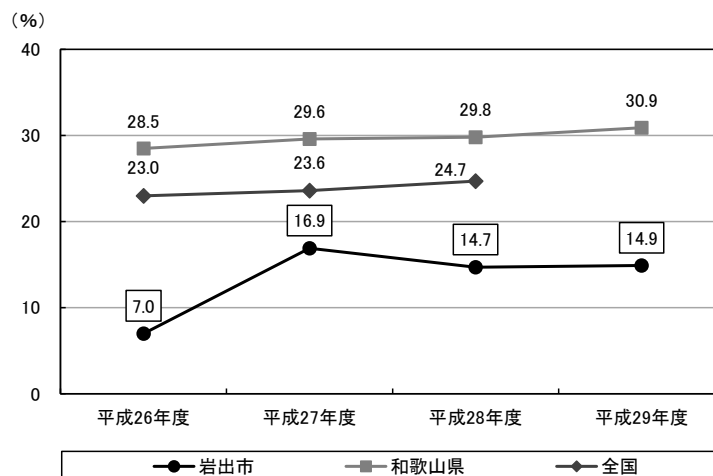
特定保健指導※実施率は、増加傾向にあるものの、国・県より低くなっています。平成 29 年度の実施率は 14.9%となっています。

■特定健康診査受診率の推移



資料：特定健康診査・保健指導実施状況（法定報告値）
 ※平成 29 年度の国の数値は公表されていないため、未掲載

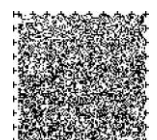
■特定保健指導実施率の推移



資料：特定健康診査・保健指導実施状況（法定報告値）
 ※平成 29 年度の国の数値は公表されていないため、未掲載

※特定健康診査・特定保健指導

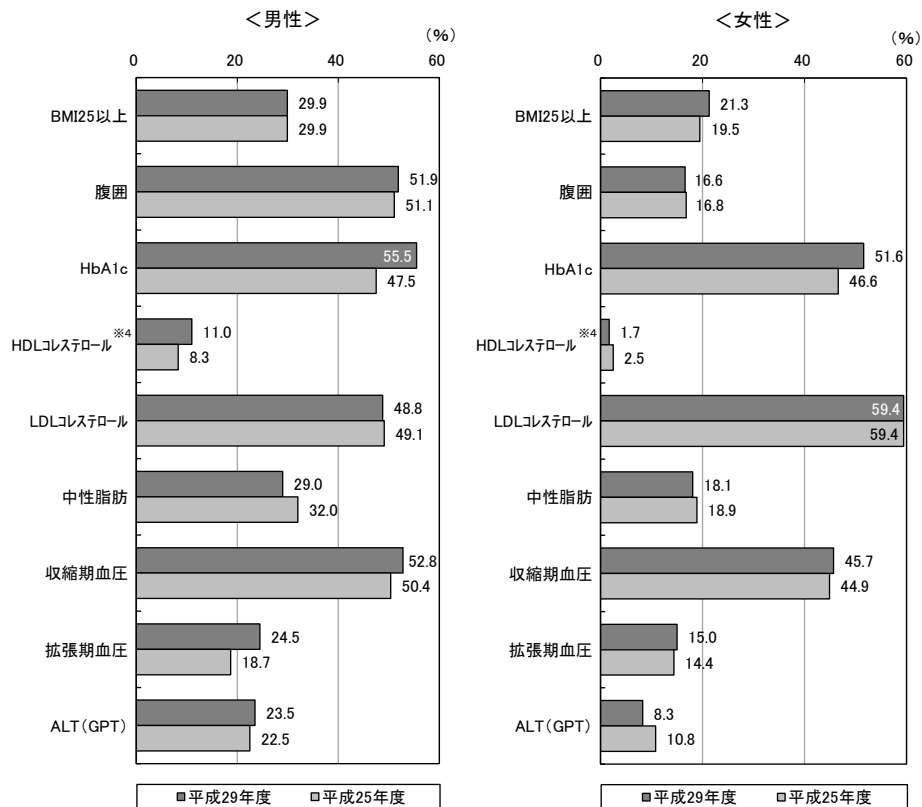
特定健康診査は、40～74 歳までの公的医療保険加入者を対象として、生活習慣病予防のために行う健康診査です。特定健康診査の結果を基に、生活習慣病の発症リスクをもつ受診者に対し、保健師や管理栄養士等の専門スタッフが特定保健指導を行い、生活習慣の見直しをサポートします。特定保健指導実施率は、特定保健指導対象者のうち特定保健指導を終了した人の割合を示しています。



平成 29 年度の特定健診における有所見者^{※1}の割合は、男性では HbA1c^{※2}、女性では LDL コレステロール^{※3}が最も高くなっています。平成 25 年度と比較すると、最も割合が増加している項目は男女ともに HbA1c となっており、男性では 8.0 ポイント、女性では 5.0 ポイント増加しています。

また、LDL コレステロール以外の項目において、男性は女性に比べて有所見者の割合が高くなっています。

■ 特定健診における有所見者の割合



資料:KDB システム

※1 有所見者

健診の項目において、異常がみられた者を指します。

※2 HbA1c (ヘモグロビンエーワンシー)

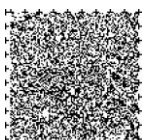
検査前の食事や飲酒等の影響を受けず、過去1~2か月の血糖値を反映した値が出るため、血糖値をどのくらいコントロールできているかの指標となります。検査においては、糖尿病の指標とされています。

※3 LDL コレステロール (悪玉コレステロール)

肝臓から全身にコレステロールを運ぶ役割を担っていますが、必要以上に増え過ぎると、コレステロールが血管壁に入り込んで蓄積していき、動脈硬化の原因となります。

※4 HDL コレステロール (善玉コレステロール)

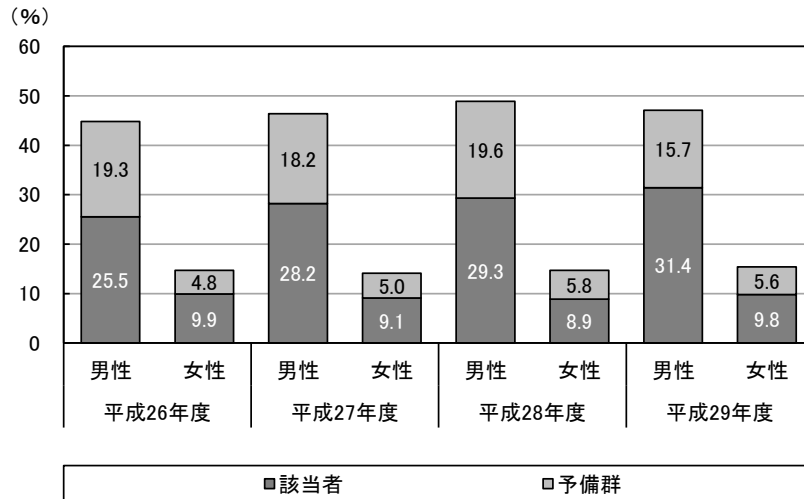
血液中の余分なコレステロールを回収し、肝臓に運ぶ役割を担っています。



メタボリックシンドローム該当者^{※1}の割合は、男性では年々増加しており、女性ではほぼ横ばいで推移しています。メタボリックシンドローム予備群^{※2}の割合は、男性の割合が減少傾向、女性が増加傾向となっています。

また、該当者・予備群ともに、男性の割合が女性の割合を大きく上回っています。

■メタボリックシンドローム該当者・予備群の推移



資料：特定健診等データ管理システム(法定報告値)

※1 メタボリックシンドローム該当者

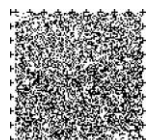
腹囲が男性 85cm 以上、女性 90cm 以上かつ、3つの判定項目（血中脂質、血圧、血糖）のうち2つ以上該当する者を指します。

※2 メタボリックシンドローム予備群

腹囲が男性 85cm 以上、女性 90cm 以上かつ、3つの判定項目（血中脂質、血圧、血糖）のうち1つでも該当する者を指します。

■メタボリックシンドロームの判定項目

血中脂質	中性脂肪 150mg/dl 以上 HDL コレステロール 40mg/dl 未満 (いずれか、または両方)
血圧	収縮期血圧(最高血圧) 130mmHg 以上 拡張期血圧(最低血圧) 85mmHg 以上 (いずれか、または両方)
血糖	空腹時血糖 110mg/dl 以上 または、HbA1c6.0 以上



(6) 子どもの状況

乳幼児健康診査の実施状況をみると、平成 29 年度の受診率は概ね 95%以上となっていますが、3歳6か月健康診査については 95%を下回っています。

岩出市で、今後も子育てをしていきたいと思う親の割合をみると、「そう思う」が 65.2%、「どちらかといえばそう思う」が 28.3%となっています。

■乳幼児健康診査の実施状況(平成 29 年度)

	該当者数(人)	受診者数(人)	受診率(%)
4か月健康診査	473	460	97.3
7か月健康診査	495	481	97.2
10か月健康相談	495	475	96.0
1歳8か月健康診査	448	427	95.3
2歳6か月健康相談	497	491	98.8
3歳6か月健康診査	493	464	94.1

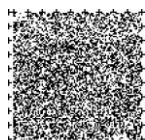
資料:保健事業実績概要

■この地域で、今後も子育てをしていきたいと思う親の割合(平成 29 年度)

設問	選択肢	回答数(件)	割合(%)
この地域で、 今後も子育てをし ていきたいですか	そう思う	860	65.2
	どちらかといえばそう思う	373	28.3
	どちらかといえばそう思わない	66	5.0
	そう思わない	20	1.5

資料:乳幼児健康診査アンケート

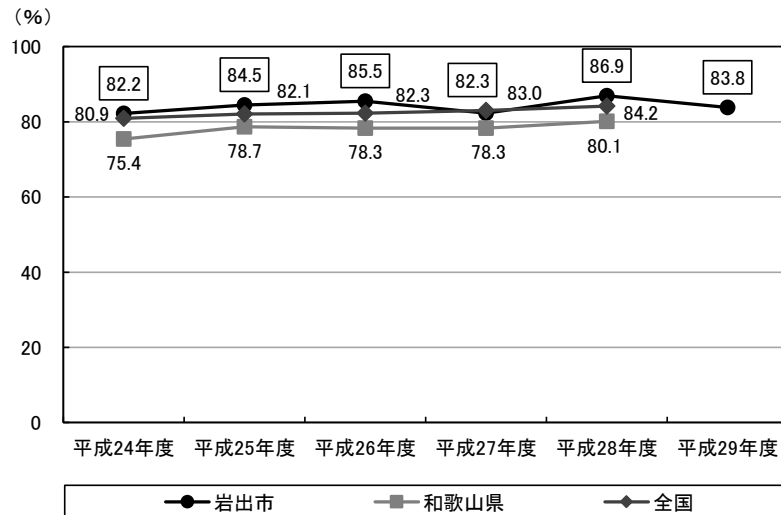
※不明・無回答を除く



子どもの歯の状況についてみると、3歳児でむし歯のない子どもの割合は、平成27年度を除き、国・県より高くなっており、平成29年度は83.8%となっています。

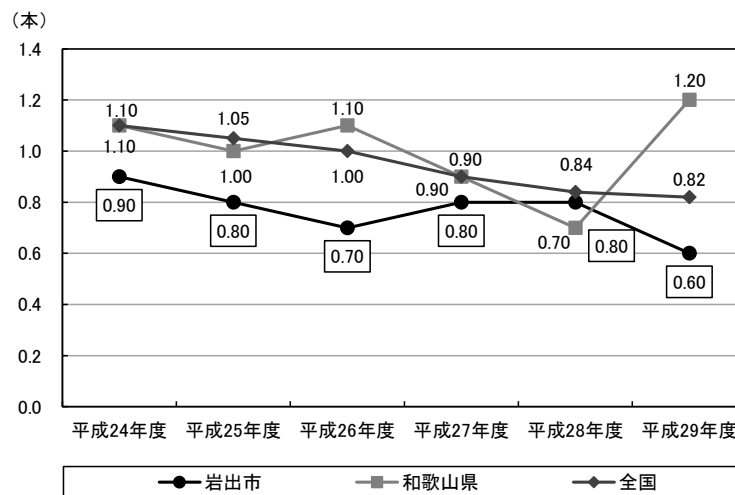
12歳児の1人平均むし歯数は、1本未満で推移しており、平成28年度を除き、国・県の数値を下回っています。

■むし歯のない子どもの割合の推移(3歳児)

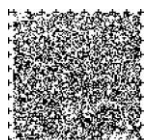


資料：(市)3歳6か月健康診査、
 (国・県)和歌山県歯と口腔の健康づくり計画 中間見直し
 ※平成29年度の国・県の数値は公表されていないため、未掲載

■1人平均むし歯数の推移(12歳児)



資料：(市)歯科保健結果集計表(受診者平均)、
 (国・県)学校保健統計調査

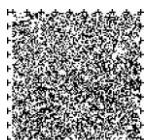


2. アンケート調査結果

本計画の策定にあたり、市民の健康状態や生活習慣に関する現状把握を目的として平成 29 年度にアンケート調査を実施しました。調査結果について、前計画の行動計画における5分野（「栄養・食生活」、「身体活動・運動」、「休養・こころの健康づくり」、「子どもの健康」、「がん」）ごとに結果の整理を行いました。

<グラフ・表の見方>

- 回答結果の割合「%」は有効サンプル数に対して、それぞれの回答数の割合を小数点以下第2位で四捨五入したものです。そのため、単数回答であっても合計値が 100.0%にならない場合があります。
- 複数回答の設問の場合、回答は選択肢ごとの有効回答数に対して、それぞれの割合を示しています。そのため、合計が 100.0%を超える場合があります。
- 図表中において、「不明・無回答」とあるものは、回答が示されていない、または回答の判別が著しく困難なものです。
- グラフ及び表の「N数 (number of case)」は、有効標本数（集計対象者総数）を表しています。

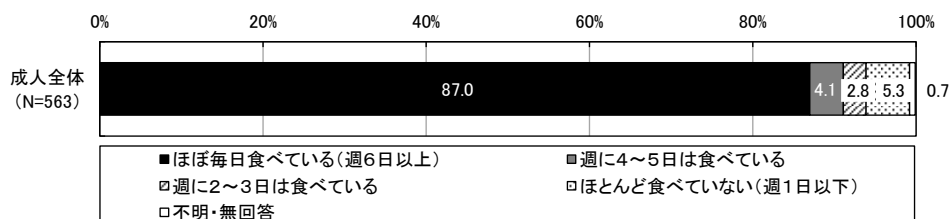


(1) 栄養・食生活

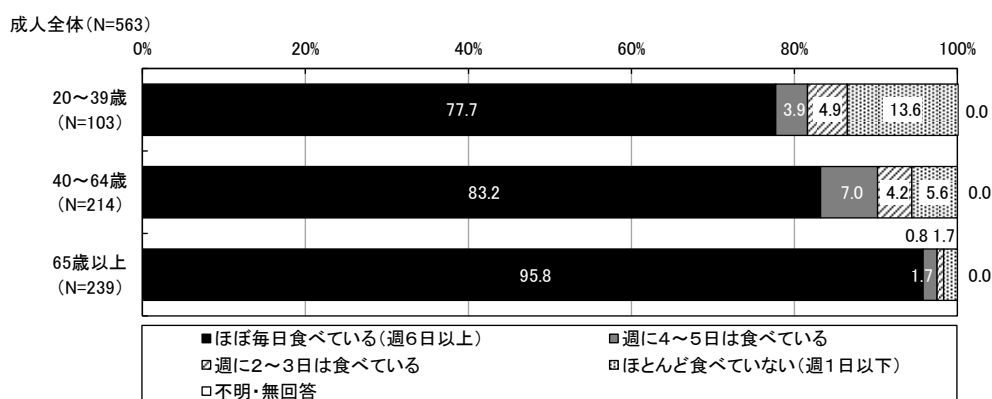
朝食を「ほぼ毎日食べている(週6日以上)」は、成人全体で87.0%、20~39歳で77.7%、40~64歳で83.2%、65歳以上で95.8%となっています。「ほとんど食べていない(週1日以下)」は20~39歳が他の年齢層に比べて高くなっています。また、朝食を「ほぼ毎日食べている(週6日以上)」は、年少児で94.6%、小学生で86.2%、中学生で81.6%となっています。

■朝食を食べる頻度(成人)

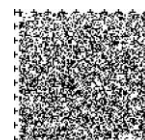
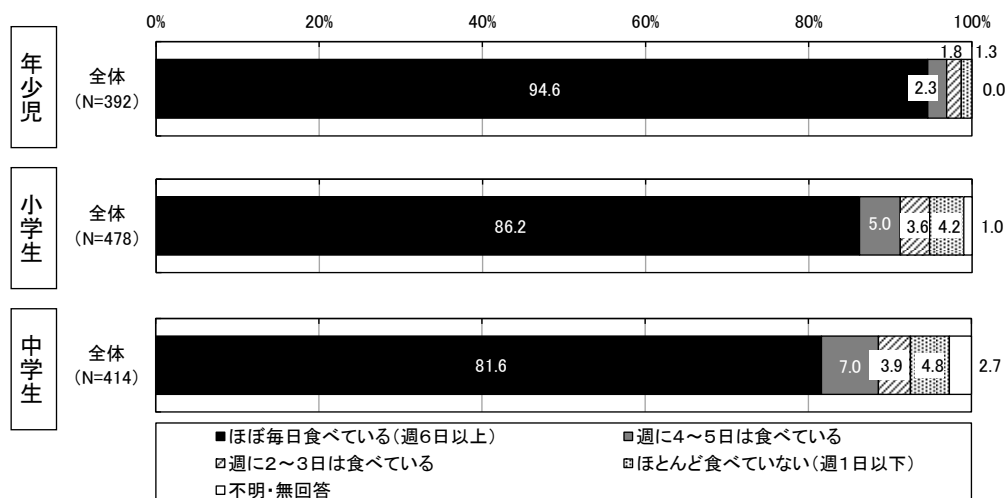
【全体】



【年齢3区分別】

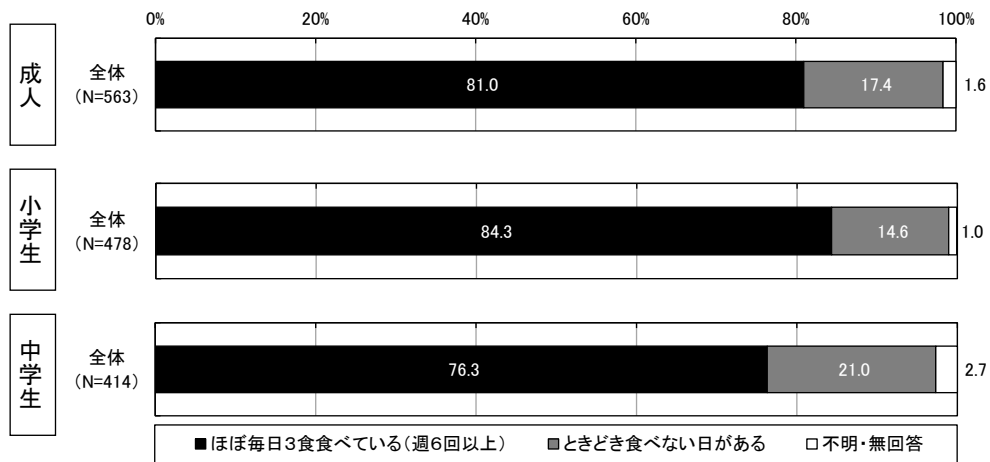


■朝食を食べる頻度(年少児保護者・小学生・中学生)



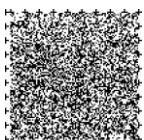
食事を「ほぼ毎日3食食べている（週6回以上）」は、成人で81.0%、小学生で84.3%、中学生で76.3%となっています。

■ほぼ毎日3食食べているか(成人・小学生・中学生)



【参考】県の現状値

項目	現状値
朝・昼・夕の三食を必ず食べることに気を付けている児童の割合 (小学5年生)	88.3% (平成28年度)

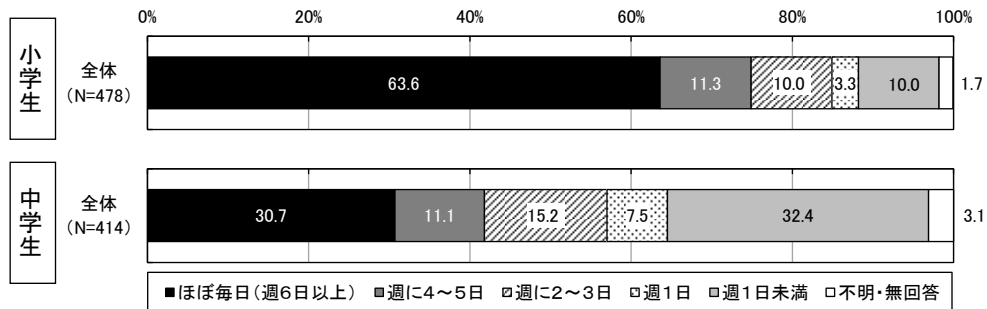


朝食を誰かと一緒に「ほぼ毎日（週6日以上）」食べている小学生は63.6%、中学生は30.7%となっています。また、「週1日未満」は小学生で10.0%、中学生で32.4%となっています。

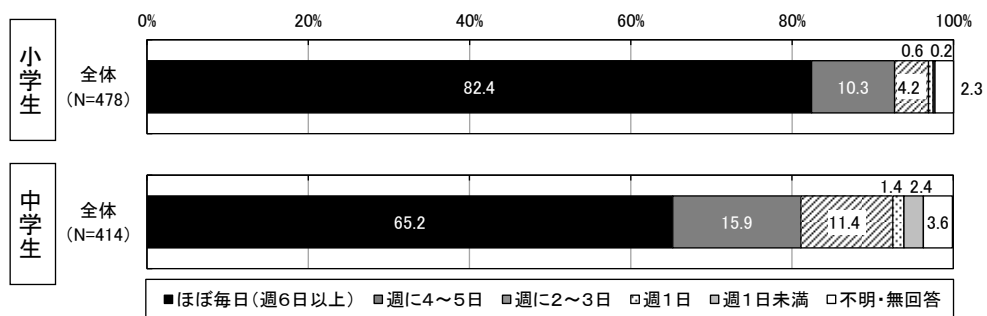
夕食を誰かと一緒に「ほぼ毎日（週6日以上）」食べている小学生は82.4%、中学生は65.2%となっています。また、「週1日未満」は小学生で0.2%、中学生で2.4%となっています。

■食事を誰かと一緒に食べる頻度（小学生・中学生）

【朝食】

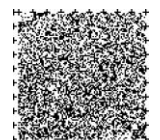


【夕食】



【参考】国・県の現状値

項目	現状値		
	食事を1人で食べる子どもの割合	朝食	国
県			小学生 24.5% 中学生 43.1% (平成28年度)
夕食		国	小学生 1.9% 中学生 7.1% (平成26年)
		県	小学生 3.6% 中学生 7.8% (平成28年度)

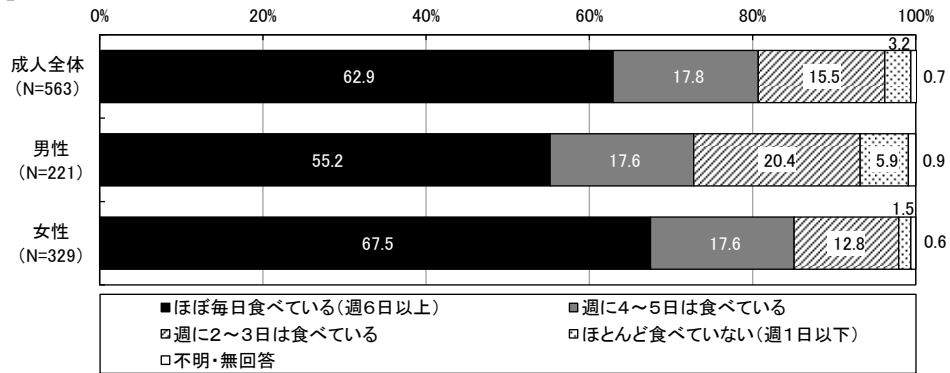


野菜を「ほぼ毎日食べている（週6日以上）」は、男性で55.2%、女性で67.5%となっています。また、年齢層別では20～39歳で55.3%、40～64歳で62.1%、65歳以上で66.1%となっています。

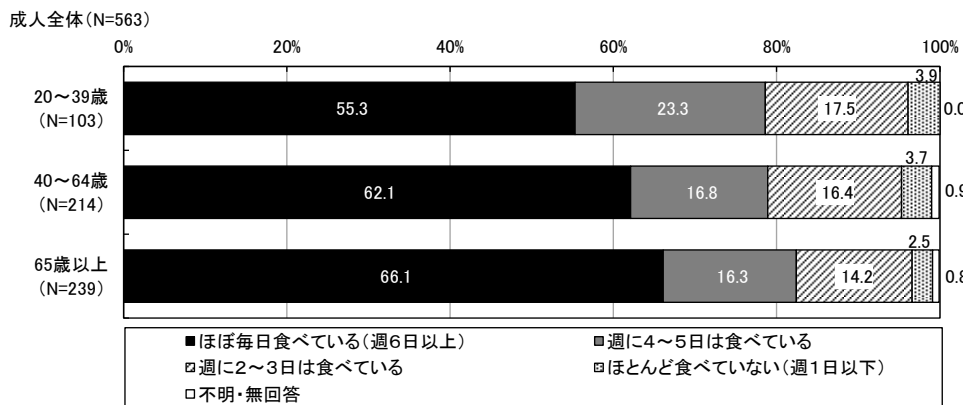
年少児、小学生では約7割、中学生では約6割となっています。

■野菜を食べる頻度(成人)

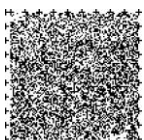
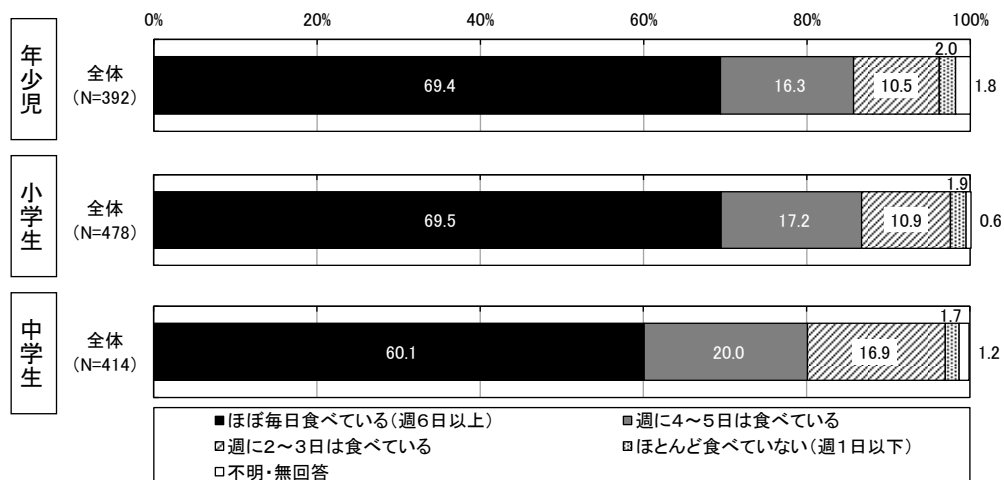
【全体・性別】



【年齢3区分別】

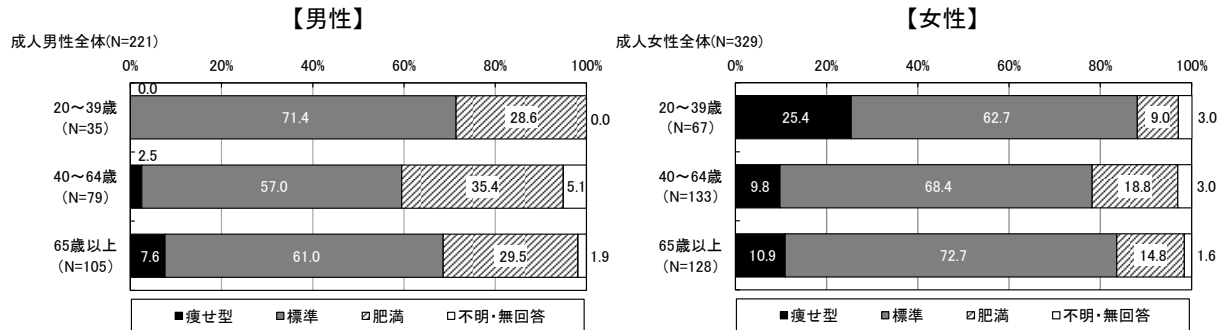


■野菜を食べる頻度(年少児保護者・小学生・中学生)



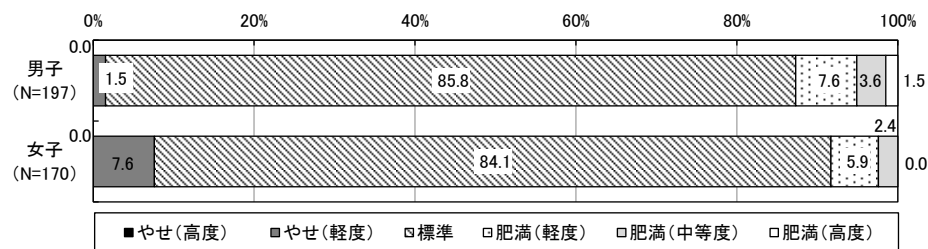
肥満度についてみると、男女ともに40～64歳の「肥満」(BMI25以上)が他の年齢層に比べて高くなっています。また、男性は65歳以上、女性は20～39歳の「痩せ型」(BMI18.5未満)が他の年齢層に比べて高くなっています。

■肥満度(成人)



小学生の中等度・高度肥満傾向児*の割合についてみると、男子では5.1%、女子では2.4%となっています。

■肥満度(小学生)

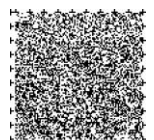


※不明・無回答除く

※肥満傾向児

学校保健統計の調査方式による下記計算式から肥満度を算出し、肥満度が20%以上の児童・生徒を指します。また、肥満傾向児の中でも肥満度が20%以上30%未満を軽度肥満、30%以上50%未満を中等度肥満、50%以上を高度肥満としています。

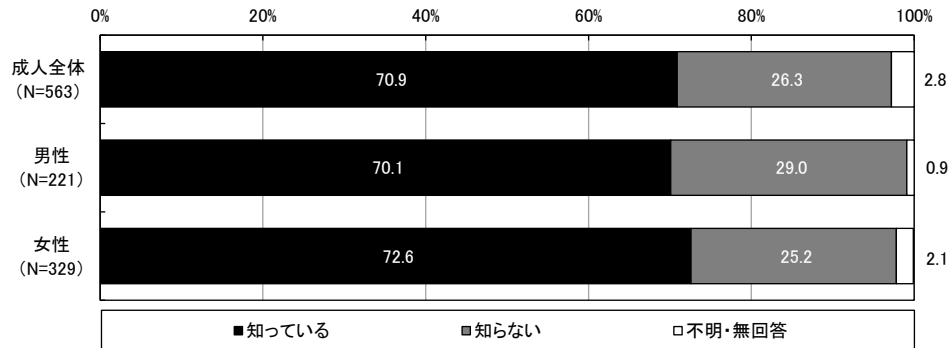
$$\text{肥満度} = \frac{[\text{実測体重 (kg)} - \text{身長別標準体重 (kg)}]}{\text{身長別標準体重 (kg)}} \times 100 (\%)$$



自分の適正体重を「知っている」は全体で 70.9%、男性で 70.1%、女性で 72.6%となっています。

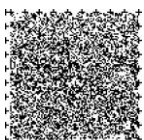
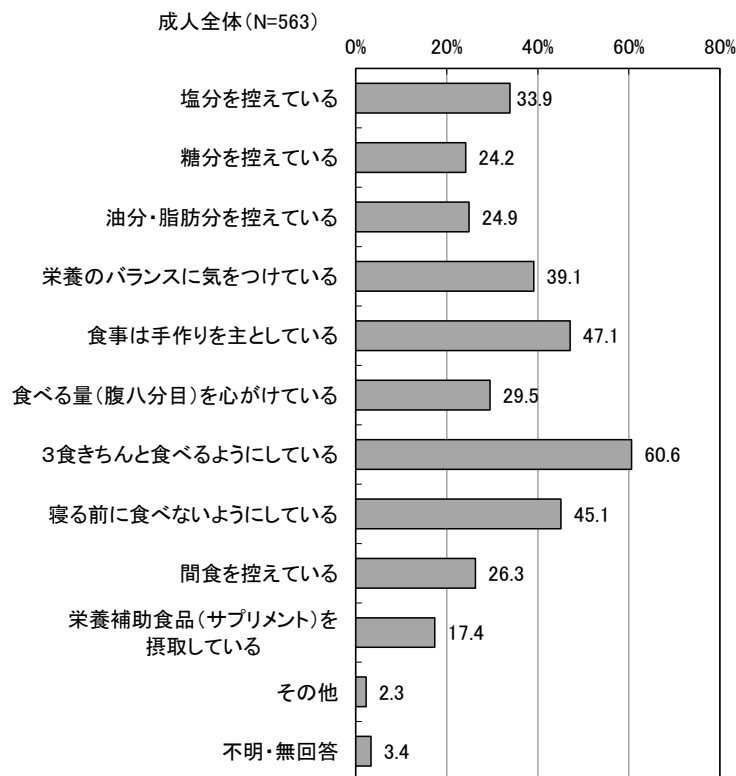
■ 自分の適正体重を知っているか(成人)

【全体・性別】



日頃の食生活の状況は、「3食きちんと食べるようにしている」が 60.6%と最も高く、次いで「食事は手作りを主としている」が 47.1%、「寝る前に食べないようにしている」が 45.1%となっています。

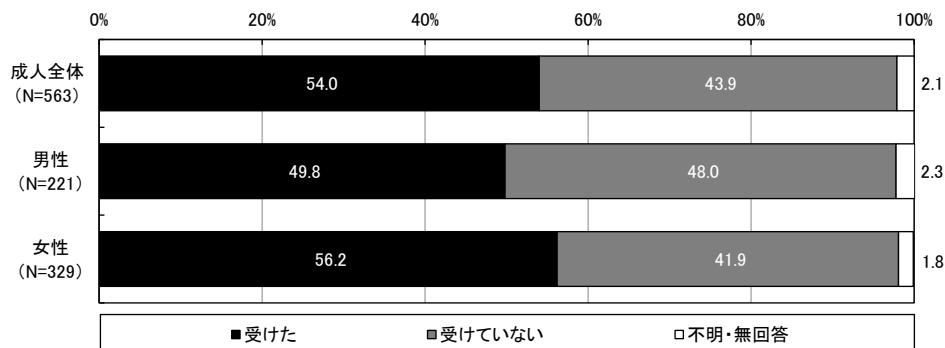
■ 日頃の食生活の状況(成人)



過去1年間に歯科検診を「受けた」は全体で54.0%、「受けていない」は全体で43.9%となっており、約4割の人が過去1年間に歯科検診を受けていない状態です。

■過去1年間に歯科検診を受診したか(成人)

【全体・性別】

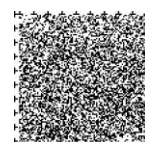
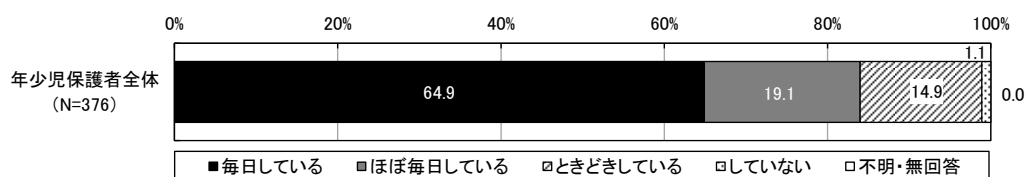


【参考】国の現状値

項目	現状値
過去1年間に歯科検診を受診した者の割合	52.9% (平成28年)

子どもに仕上げ磨きを「毎日している」と「ほぼ毎日している」の合計は84.0%となっています。

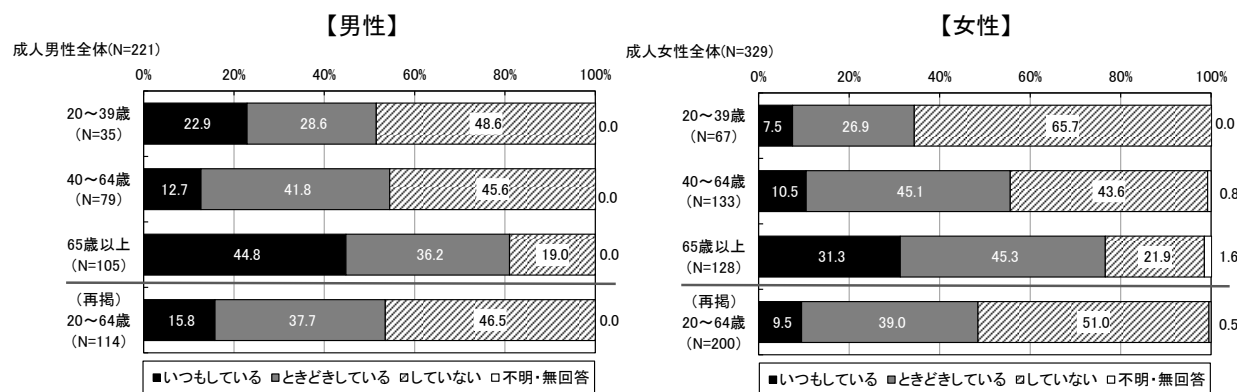
■(子どもが歯磨きをしている人)子どもに仕上げ磨きをしているか(年少児保護者)



(2) 身体活動・運動

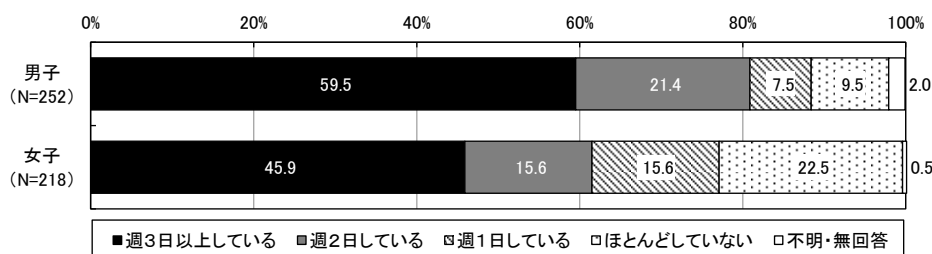
成人について、日常生活の中で意識的に身体を動かすなどの運動を「していない」は男性より女性が高く、年齢が若いほど高くなっています。また、「いつもしている」は男性で40～64歳、女性で20～39歳が最も低くなっています。

■日常生活の中で意識的に身体を動かすなどの運動をしているか(成人)



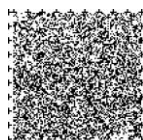
小学生について、日頃から運動を「ほとんどしていない」は男子より女子が高くなっています。また、「週3日以上している」は男子が59.5%、女子が45.9%となっています。

■日頃から身体を動かすなどの運動をしているか(小学生)



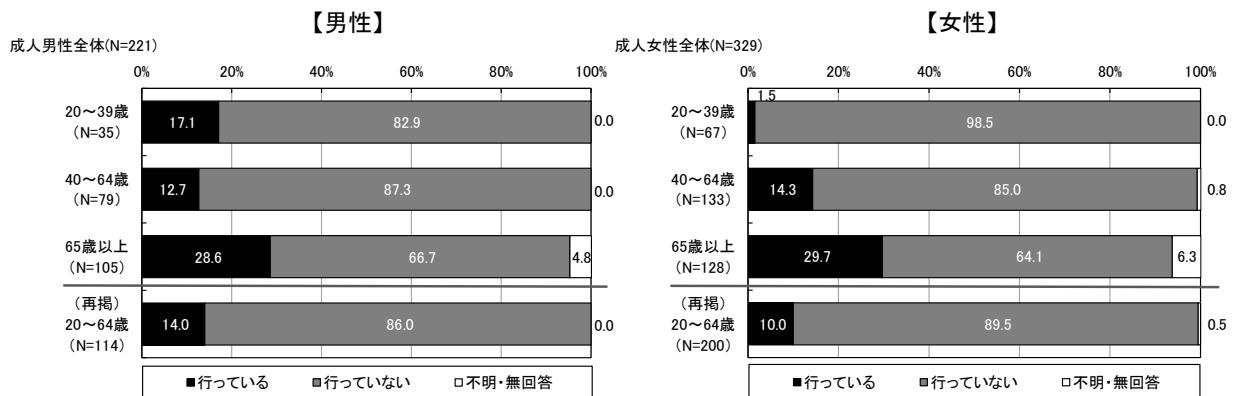
【参考】国・県の現状値

	項目	現状値
国	運動やスポーツを習慣的に(週3日以上)している子どもの割合	男子 59.2% 女子 33.6% (平成25年)
県	授業以外で週3日以上運動・スポーツを実施している子どもの割合	男子 58.6% 女子 34.7% (平成28年度)



1回30分以上の運動を週2回以上、1年以上「行っている」は男女ともに64歳以下は約1割、65歳以上は約3割となっています。

■1回30分以上の運動を週2回以上、1年以上行っているか(成人)

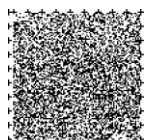
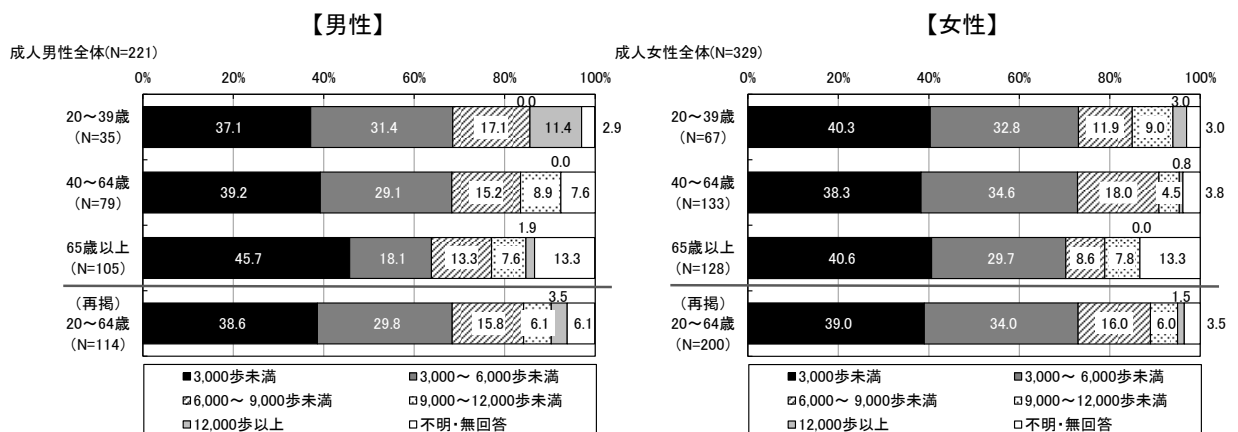


【参考】国・県の現状値

項目	現状値	
運動習慣者の割合 (1回30分以上の運動を週2回以上、1年以上行っている人)	国	20～64歳男性 23.9%、20～64歳女性 19.0%
		65歳以上男性 46.5%、65歳以上女性 38.0% (平成28年)
	県	20～64歳男性 19.4%、20～64歳女性 15.2%
		65歳以上男性 40.5%、65歳以上女性 28.7% (平成28年)

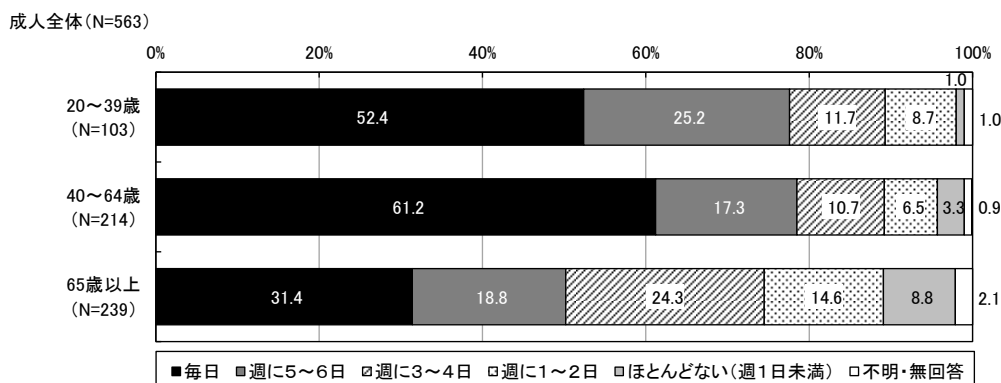
1日の歩数は、すべての年齢層で「3,000歩未満」が最も高くなっており、次いで「3,000～6,000歩未満」となっています。

■1日の歩数(成人)



1週間のうち、外出をする頻度が「毎日」と「週に5～6日」を合わせると、64歳以下は約8割となっていますが、65歳以上では約5割となっています。

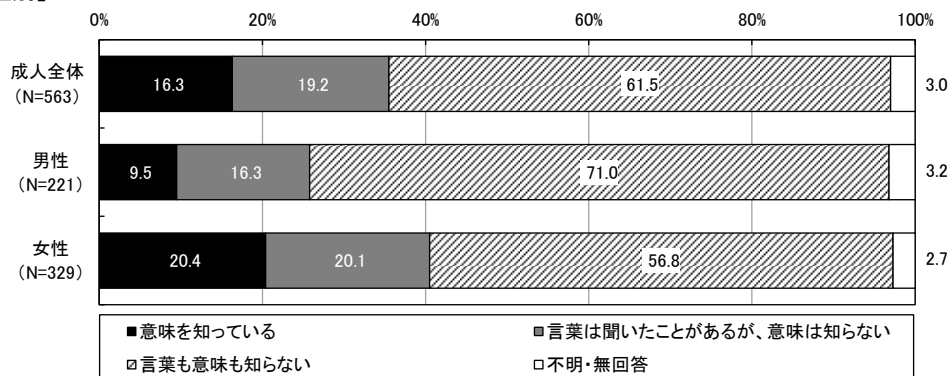
■ 1週間のうち、外出をする頻度(成人)



ロコモティブシンドローム※の「意味を知っている」は、全体で16.3%となっており、「言葉は聞いたことがあるが、意味は知らない」と合わせると35.5%となっています。

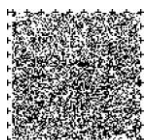
■ ロコモティブシンドロームを知っているか(成人)

【全体・性別】



※ロコモティブシンドローム

骨や関節、筋肉等の運動器の衰えが原因で、移動機能(「立つ」、「歩く」といった機能)が低下している状態を指します。

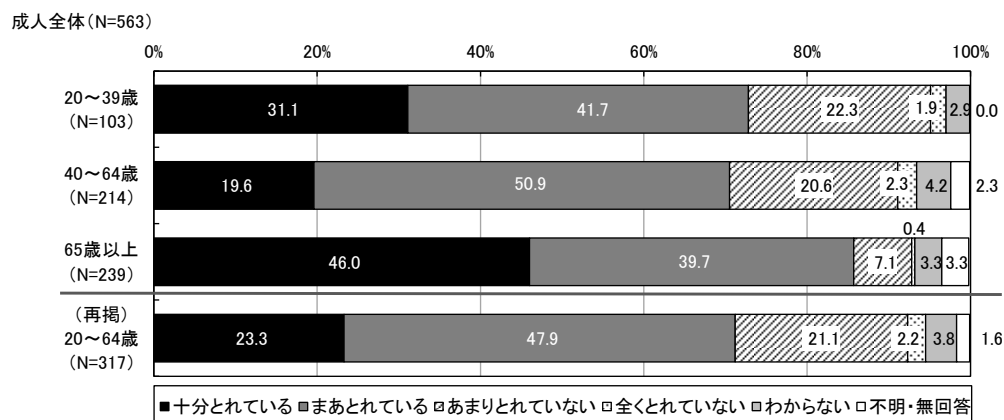


(3) 休養・こころの健康づくり

平日に睡眠で休養がとれているかについてみると、64歳以下は「まあとれている」が、65歳以上は「十分とれている」が最も高くなっています。「あまりとれていない」と「全くとれていない」を合わせると、64歳以下が23.3%、65歳以上が7.5%となっています。

■平日に睡眠で休養がとれているか(成人)

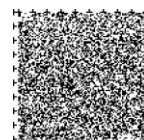
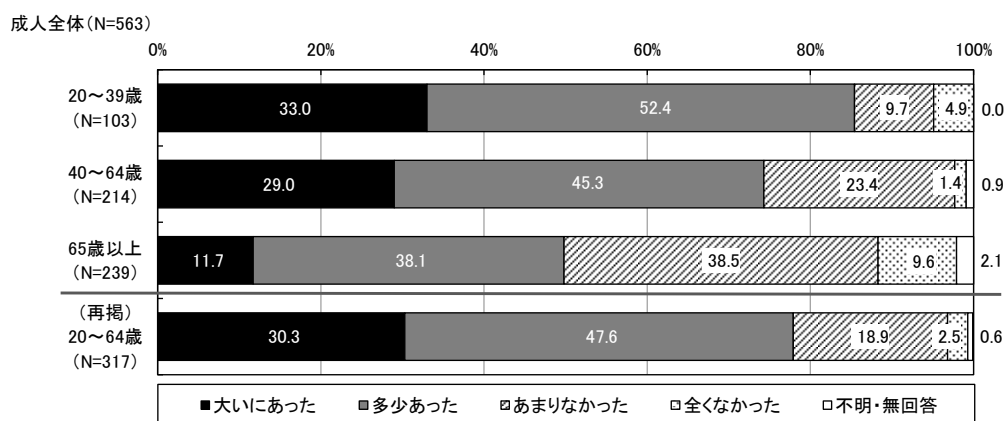
【年齢3区分別】



ストレス等が「大いにあった」と「多少あった」の合計は、年齢が若いほど高くなっています。

■この1か月間で不満、悩み、苦勞、ストレス等があったか(成人)

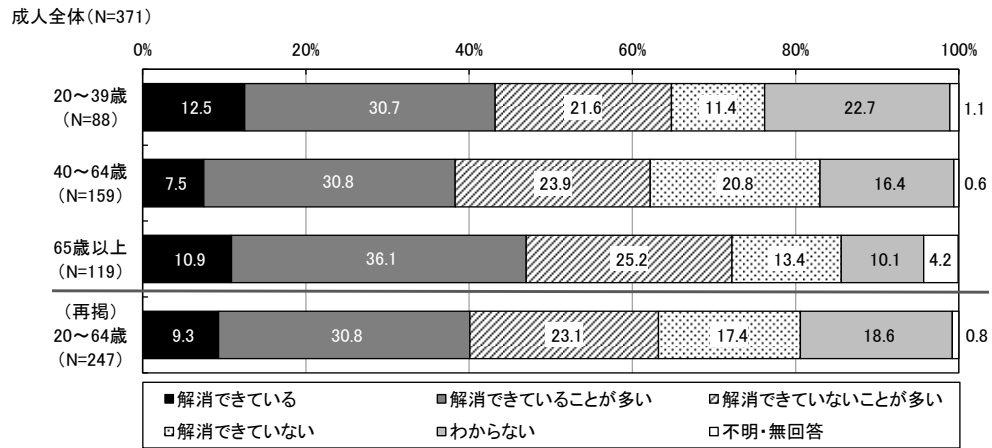
【年齢3区分別】



ストレスを「解消できていない」は、40～64歳が約2割となっており、他の年齢層に比べて高くなっています。

■(ストレス等があったと回答した人)ストレスをうまく解消できているか(成人)

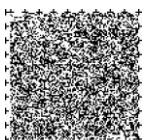
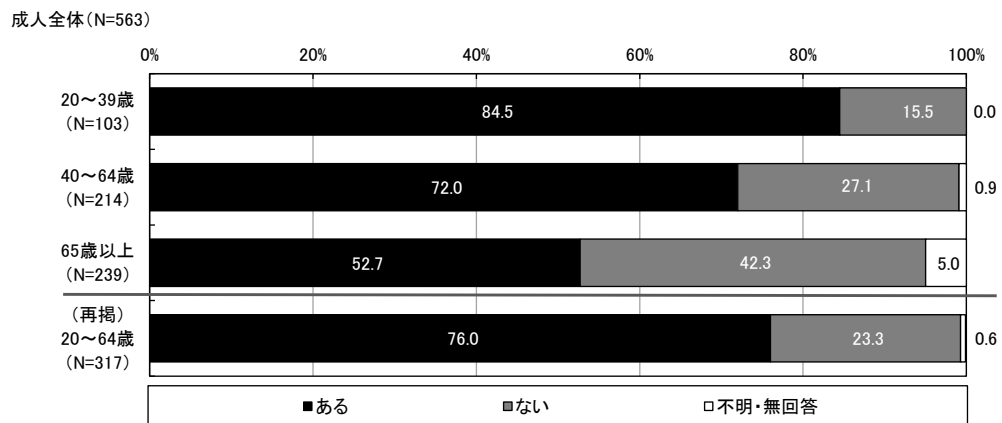
【年齢3区分別】



悩みやストレスの相談先が「ない」は、年齢が上がるほど高くなっています。

■悩みやストレスの相談先はあるか(成人)

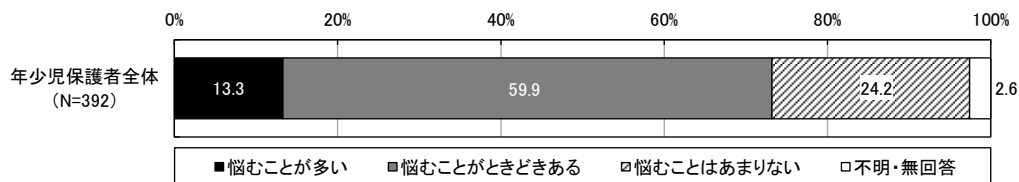
【年齢3区分別】



(4) 子どもの健康

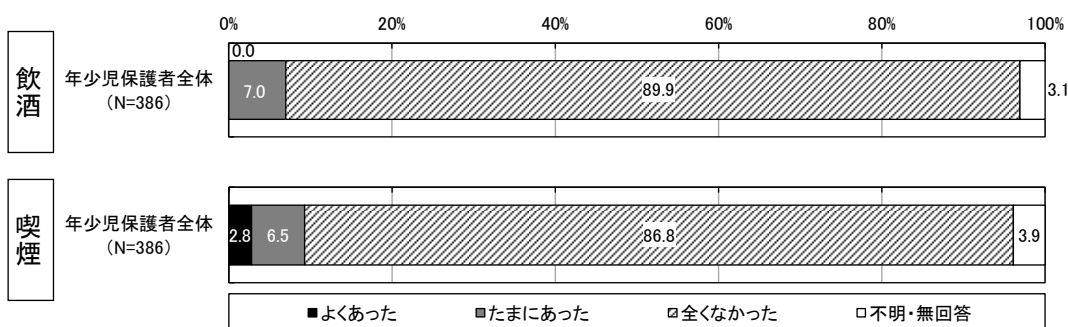
育児に「悩むことが多い」と「悩むことがときどきある」の合計は73.2%となっています。

■ 育児に悩むことがあるか(年少児保護者)



妊娠中に飲酒が「よくあった」と「たまにあった」の合計は7.0%、妊娠中の喫煙が「よくあった」と「たまにあった」の合計は9.3%となっています。

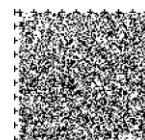
■ 妊娠中に飲酒・喫煙をしたことはあるか(年少児保護者)



【参考】国・県の現状値

項目	現状値	
妊娠中の飲酒率	国	4.3% (平成25年)
	県	1.1% (平成28年度)

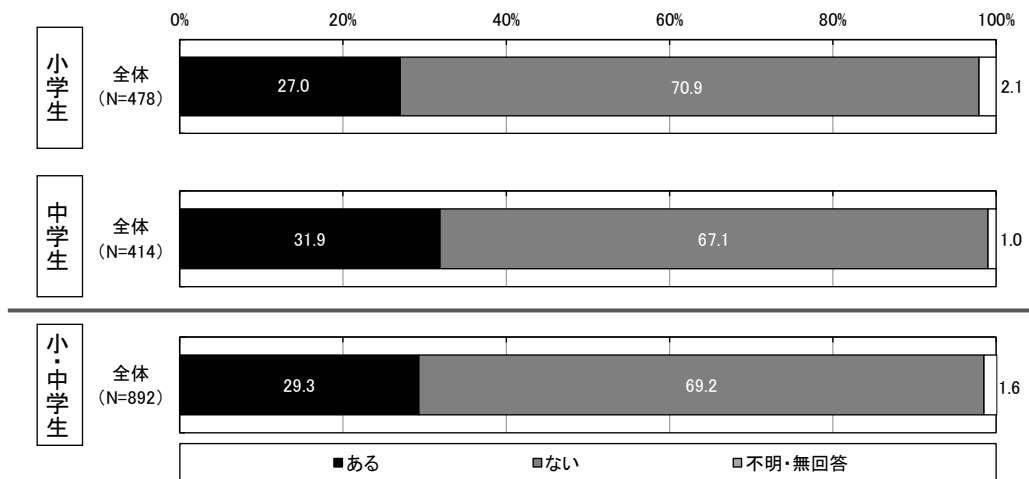
項目	現状値	
妊娠中の喫煙率	国	3.8% (平成25年)
	県	4.2% (平成28年度)



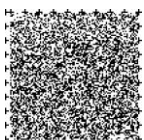
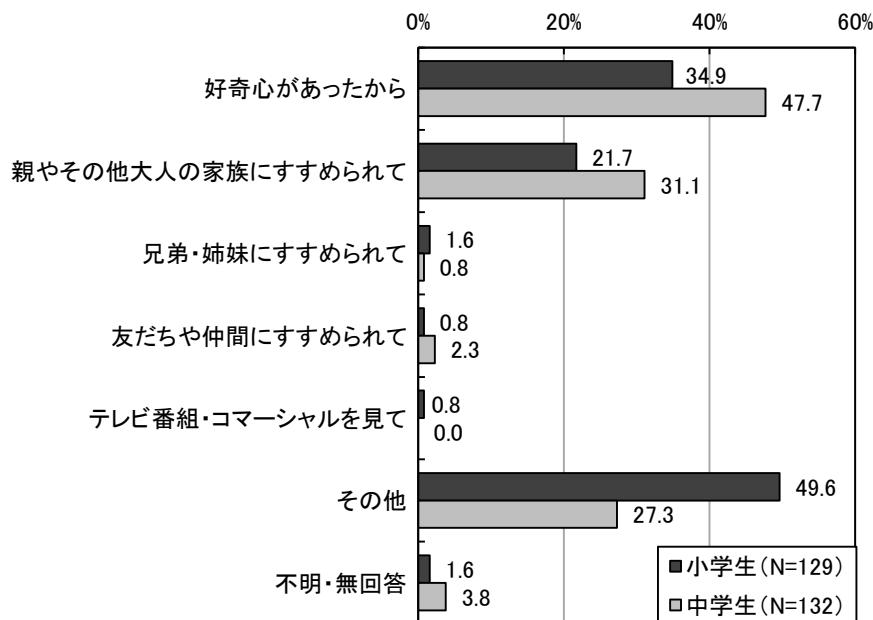
未成年で飲酒をしたことが「ある」は、小学生で27.0%、中学生で31.9%となっています。

また、初めて飲酒をしたきっかけは、小学生で「好奇心があったから」が34.9%（45件）と最も高くなっています。また、「その他」の49.6%（64件）の主な内訳は「ジュースなどと間違えて飲んだ」が26件、「お正月のお屠蘇」が12件などとなっています。中学生では「好奇心があったから」が47.7%と最も高く、次いで「親やその他大人の家族にすすめられて」が31.1%となっています。

■飲酒をしたことがあるか(小学生・中学生)

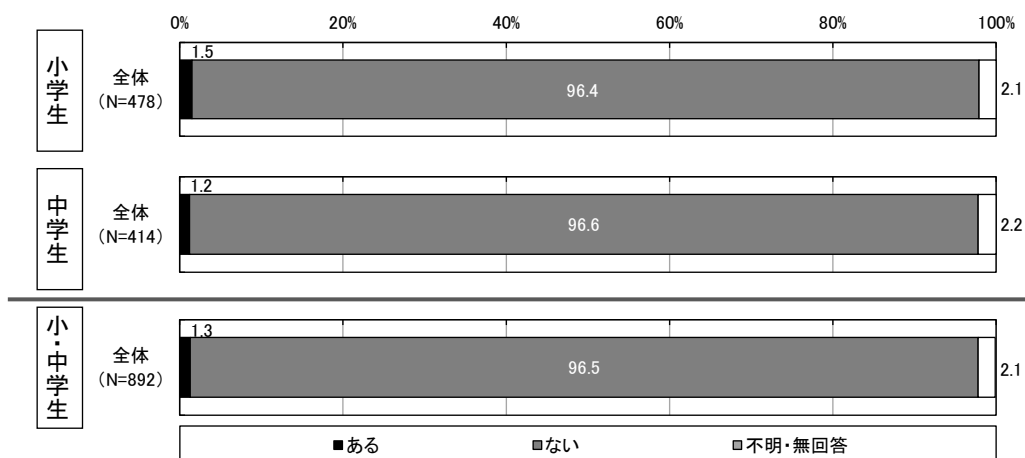


■初めて飲酒をしたきっかけ(小学生・中学生)



未成年でたばこを吸ったことが「ある」は、小学生で 1.5%、中学生で 1.2%となっています。

■喫煙をしたことがあるか(小学生・中学生)

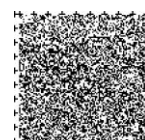


テレビ等の利用時間は、年少児・小学生・中学生ともに平日では「1～2時間未満」が最も高く、休日では「3時間以上」が最も高くなっています。

■1日のテレビ等の利用時間(年少児保護者・小学生・中学生)

		1時間未満	1～2時間未満	2～3時間未満	3時間以上
年少児 平日 (N=378) 休日 (N=387)	平日	14.6%	36.8%	26.2%	18.0%
	休日	6.5%	18.1%	24.8%	42.9%
小学生 (N=478)	平日	23.6%	31.0%	19.9%	24.3%
	休日	11.9%	23.6%	19.7%	42.3%
中学生 (N=414)	平日	33.8%	29.7%	19.1%	16.7%
	休日	20.5%	16.9%	21.0%	39.4%

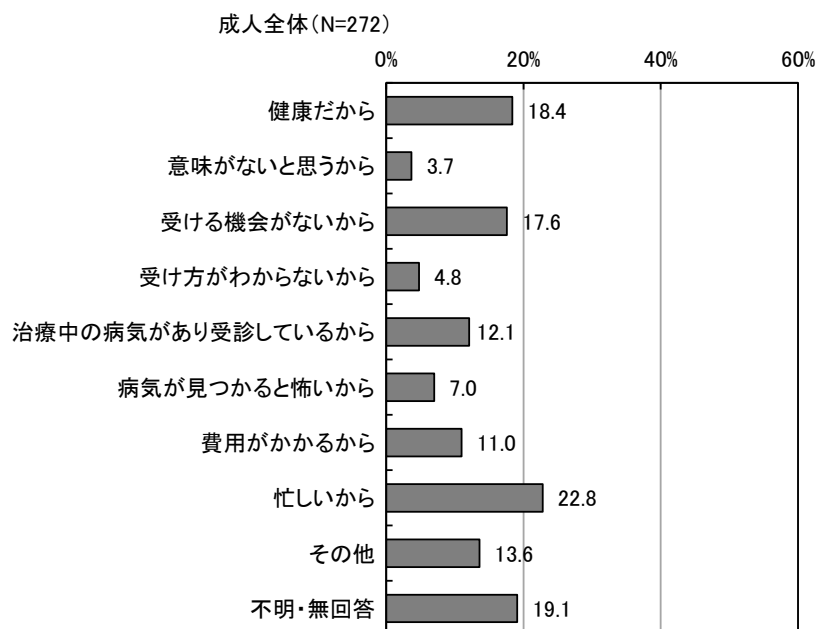
※年少児保護者については、数値換算できない回答を除外しています。



(5) がん

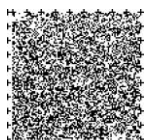
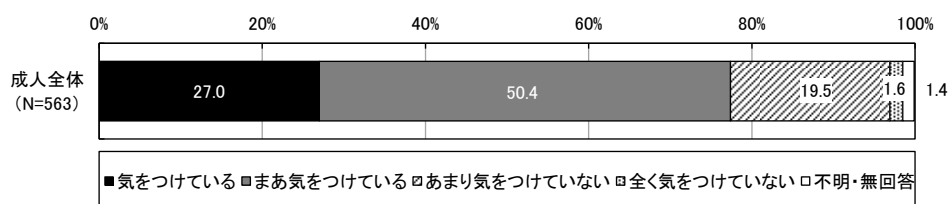
がん検診を受けていない理由は、「忙しいから」が22.8%と最も高く、次いで「健康だから」が18.4%、「受ける機会がないから」が17.6%となっています。

■がん検診を受けていない理由(成人)



日頃、健康に「気をつけている」が27.0%、「まあ気をつけている」が50.4%となっています。

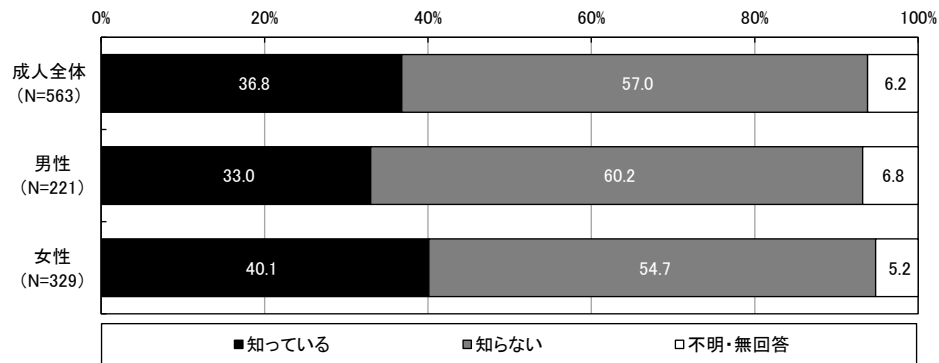
■日頃、健康に気をつけているか(成人)



「節度ある適度な飲酒」の量を「知っている」は、全体で 36.8%、男性で 33.0%、女性で 40.1% となっており、男性より女性が高くなっています。

■「節度ある適度な飲酒」の量を知っているか(成人)

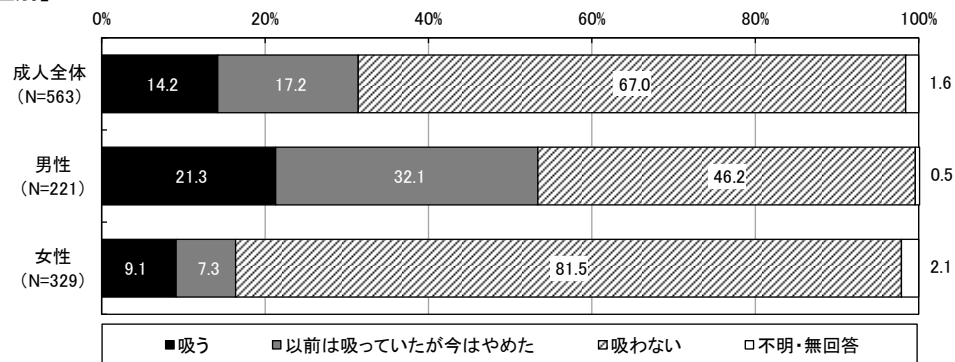
【全体・性別】



たばこ（電子たばこを含む）を「吸う」は、全体で 14.2%、男性で 21.3%、女性で 9.1% となっています。

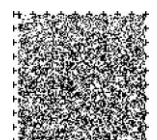
■たばこ（電子たばこを含む）を吸っているか(成人)

【全体・性別】



【参考】国・県の現状値

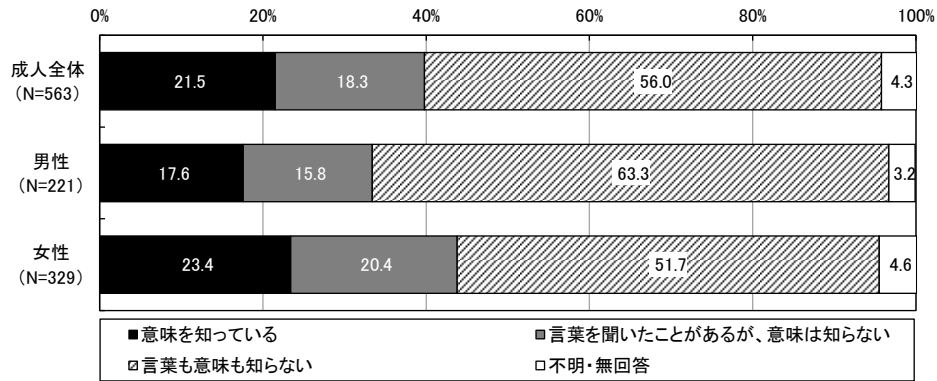
項目	現状値	
	成人の喫煙率	国
	県	男性 27.9% 女性 5.5% (平成 28 年)



COPD（慢性閉塞性肺疾患）の「意味を知っている」と「言葉を聞いたことがあるが、意味は知らない」の合計は、全体で39.8%、男性で33.4%、女性で43.8%となっています。

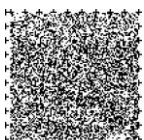
■COPD(慢性閉塞性肺疾患)を知っているか(成人)

【全体・性別】



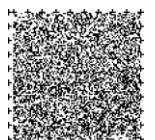
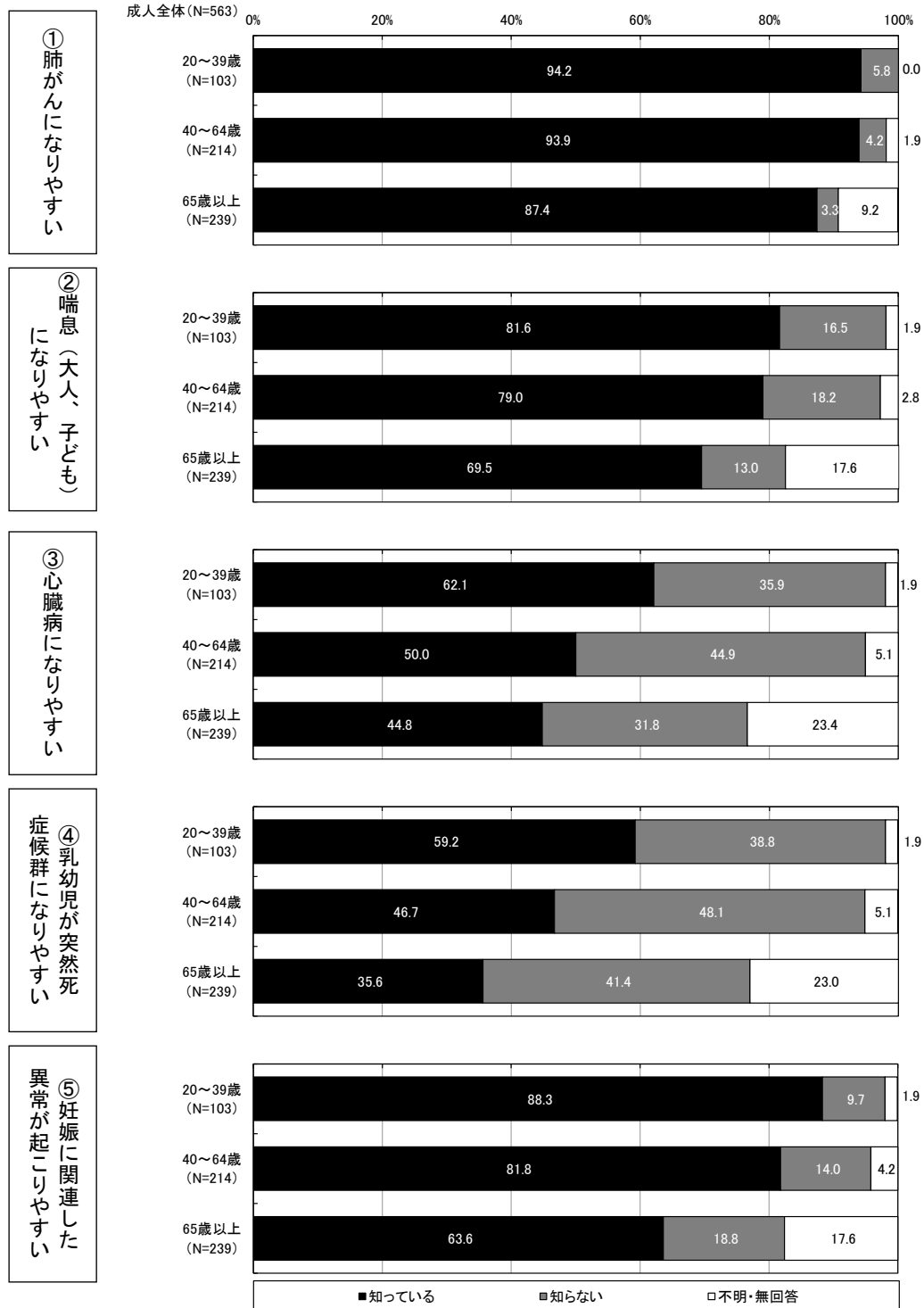
【参考】国・県の現状値

項目	現状値	
COPD の認知度	国	25.0% (平成 28 年)
	県	25.0% (平成 28 年)



たばこの煙が周りの人の健康に及ぼす影響を「知っている」は、それぞれの項目で年齢が上がるほど低くなっています。また、肺がんになりやすいことは多くの人知っているのに対し、乳幼児が突然死症候群になりやすいことはあまり知られていないなど、各項目で認知度に差がみられます。

■たばこの煙が周りの人の健康に及ぼす影響を知っているか(成人)



3. 主な事業の取り組み状況

庁内ヒアリングを基に、前計画の行動計画における5分野（「栄養・食生活」、「身体活動・運動」、「休養・こころの健康づくり」、「子どもの健康」、「がん」）ごとに主な事業の取り組み状況を整理しました。

◆保健推進課の取り組み ○関係課の取り組み

栄養・食生活	<ul style="list-style-type: none"> ◆げんきアップ教室※¹での栄養講座の実施 ◆集団歯周疾患検診でのブラッシング指導の実施 ◆ふれあいまつりにおける歯科健診の実施 ◆乳幼児健診における歯科検診・歯科健康相談の実施 ○学校・職場等での健康診査の実施 ○給食試食会における学校給食及び食育・地場産物の活用等についての講話の実施 ○学年に応じた食育の推進及び資料提供の実施 ○給食巡回の実施による児童・生徒の嗜好や給食の量等の状況把握 ○子どもへの正しい食生活や食習慣の啓発「元気な体づくり」 <ul style="list-style-type: none"> ・正しい食習慣やバランスのとれた食事に関する知識の普及・啓発、食事マナーの指導 ・おなか元気教室（出前講座）、咀嚼力をつける指導（月1回） ・献立表、給食だより、楽しく食べようニュースの配布 ・未満児健康カード※²による家庭との連携、家庭での食事メニューのチェック ○子どもへの食育の推進「たのしくたべよう」 <ul style="list-style-type: none"> ・菜園活動や収穫野菜を使ったクッキング、行事食の提供、食を通じた地域交流 ・食育遊び（食育カルタ、食べ物絵合わせ、エプロンシアター、食べ物クイズ等） ・栄養士・調理師による献立会 ○歯と口の健康についての啓発活動「歯を磨こう」 <ul style="list-style-type: none"> ・子どもに対し、歯科検診（年1回）、歯磨き指導、仕上げ磨き、ポスター・紙芝居・絵本を見る、歯磨き遊び、歯磨きの絵を描く、歌・手遊び ・保護者に対し、ほけんニュース、歯科検診結果の配付 ○栄養改善や低栄養予防を目的とした元気はつらつ栄養教室※³（栄養改善教室）の実施 ○岩上げんき体操での口腔衛生指導、健口体操指導
--------	---

※1 げんきアップ教室

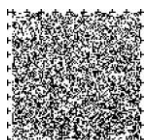
生活習慣病予防や健康増進を目的とし、健康についての講座と運動を行う教室です。

※2 未満児健康カード

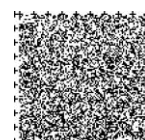
本市の保育所に登園時提出するカードです。記載内容は、朝夕食の内容、入浴の有無、排便の有無、検温結果となっており、併せて自由記載欄も設けられています。

※3 元気はつらつ栄養教室

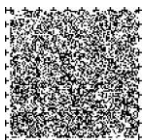
介護予防を目的とし、管理栄養士による栄養改善や低栄養予防、バランスのとれた食事についての講義や調理実習を行う教室です。



<p style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: upright;">身体活動・運動</p>	<ul style="list-style-type: none"> ◆げんきアップ教室の実施 ○シニアエクササイズ教室（運動機能向上教室）の実施 ○国保3cmスリム教室（運動セミナー）の実施 ○岩出げんき体操応援講座の実施 ○子どもの運動について「元気な体づくり」 <ul style="list-style-type: none"> ・運動遊びのメニューの作成：走る、跳ぶ、投げるなどを取り入れた遊び、運動遊具を使った遊び（エス棒、なわとび、ボール、フープ・平均台、ケンステップ、網等） ・毎月の体操、チャレンジタイム（毎朝継続）、体力測定の実施、小運動会、運動会、散歩、プール、鬼ごっこ、ドッジボール ・いわでアスリートクラブの実施 ○スポーツ少年団等への助成事業の実施 ○スポーツ施設運営事業（フリー開放等）の実施 ○スポーツ教室及びニュースポーツ教室の開催 ○市民運動会、マラソン大会の実施 ○岩出げんき体操自主グループ活動の支援 ○シニアエクササイズ教室卒業生による自主グループ活動の支援
<p style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: upright;">休養・こころの健康づくり</p>	<ul style="list-style-type: none"> ◆乳幼児健康診査・健康相談の実施 ◆げんきアップ教室の実施 ◆妊娠中の方を対象としたパパママ教室の実施 ◆健康講座（こころの健康）の実施 ◆保健所、医療機関の紹介 ○高齢者交流事業（ゆったりカフェ）の実施 ○自殺予防対策のパンフレット等の窓口設置 ○こころの健康、うつ病等に関する正しい知識の普及・啓発の一環として、自殺予防映画上映会の開催 ○自殺対策連絡協議会の設置 ○民生委員児童委員と地域見守り協力員を対象としたゲートキーパー養成研修の開催



<p style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: upright;">子どもの健康</p>	<ul style="list-style-type: none"> ◆妊婦歯科健診の実施 ◆妊娠中の方を対象としたパパママ教室の実施 ◆乳児及び乳幼児訪問指導の実施 ◆乳幼児健康診査・健康相談の実施 ◆乳幼児健診後のフォローアップとして子育て教室、親子教室の実施 ◆健康講座（こころの健康について）の実施 ◆乳幼児サークル等の周知啓発 ◆乳幼児発達相談の実施 ◆関係機関（子育て支援課、児童相談所）、他機関（岩出市地域子育て支援センター、公立・私立保育所、療育施設）等との連携 ◆市内すべての小学校で思春期講座「いのちの大切さを知る授業」の実施
<p style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: upright;">がん</p>	<ul style="list-style-type: none"> ◆がん検診の啓発 ◆がん検診未受診者への受診勧奨、電話による精密検査の受診勧奨の実施 ◆がんに関する健康講座の実施 ◆げんきアップ教室（栄養講座）の実施 ◆がん対策推進企業協定の締結 <ul style="list-style-type: none"> ・住友生命保険会社（平成 27 年 3 月） ・JA 紀の里（平成 27 年 5 月） ・朝日生命保険相互会社（平成 28 年 11 月） ・明治安田生命保険相互会社和歌山支社（平成 30 年 11 月）

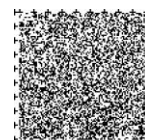


4. 前計画の評価と今後の課題

各分野の現状から、前計画の評価及び評価できる点と課題である点をまとめ、第二次計画に向けた課題を示しました。

◇栄養・食生活

前計画の評価
<p>目標1 バランスのよい食事にこころがけましょう</p> <p>約7割の人が自分の適正体重を知っている一方、若い世代ほどほぼ毎日野菜を食べる人が少ない、男性の肥満割合が高いなどの課題がみられます。市ではバランスのよい食事等、正しい食生活の実現に向けた様々な取り組みや健診等を通じた適正体重の周知・啓発を行ってきました。引き続き、市民へ適正体重の周知・啓発や、適正体重の維持に向けた取り組みを推進するとともに、今後は20～30代の若い世代に対してバランスのとれた食生活の実践に向けた働きかけが必要です。</p>
<p>目標2 食事を楽しみながらゆっくりと食べましょう</p> <p>共食について、朝食や夕食を一人で食べている子どもの割合は県を下回っています。市では学校で食育等の授業を通じて、共食の大切さを啓発してきました。引き続き、家族や仲間と一緒に食卓を囲むことの大切さを伝えていくことが重要です。</p>
<p>目標3 歯と口の健康に気をつけましょう</p> <p>60歳の歯周疾患の割合が増加しているなどの課題がみられます。市では生涯を通じた歯と口の健康の実現を目指し、集団歯周疾患検診でのブラッシング指導に取り組んできました。引き続き、年齢に応じた歯・口腔ケアの指導等に取り組む必要があります。また、幼少・学童期において歯と口の健康を保つことは重要であるため、学校等と連携した取り組みを推進します。</p>

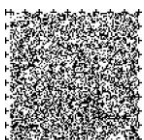


評価できる点	課題である点
<ul style="list-style-type: none"> ・ 3歳児でむし歯のない子どもの割合は国・県より高く、12歳児の平均むし歯数は、国・県より低い。(統計データ) ・ 食事を1人で食べる子どもの割合(週1回未満)は小学生、中学生ともに国・県より低い。(アンケート調査) ・ 年少児、小学生、高齢者の約7割がほぼ毎日野菜を食べている。(アンケート調査) ・ 全体の約7割の人が自分の適正体重を知っている。(アンケート調査) ・ 過去1年間に歯科検診を受けた割合は国より高い。(アンケート調査) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 60歳における進行した歯周疾患を有する人の割合は近年増加している。(統計データ) ・ 年齢が若いほど、朝食をほとんど食べていない人が多い。(アンケート調査) ・ 毎日3食食べている子どもの割合は県より低い。(アンケート調査) ・ ほぼ毎日野菜を食べている割合は、女性より男性が低い。年齢別では20～39歳が低い。(アンケート調査) ・ 男性の肥満割合が高く、年齢別では40～64歳の割合が高い。(アンケート調査) ・ よく噛んで食べることの必要性・重要性の周知・啓発があまりできていない。(庁内ヒアリング)



<第二次計画に向けた課題>

- 若い世代の食生活の乱れや男性の肥満傾向がみられるため、生活習慣病予防の観点からバランスのとれた食生活実践への働きかけや適正体重の周知とコントロール方法のさらなる啓発等が必要です。
- 生涯を通じた歯・口の健康の保持は正しい食生活の実現にもつながることから、歯・口の健康保持のため、定期的な歯科検診受診の啓発、むし歯・歯周疾患予防のさらなる推進が必要です。



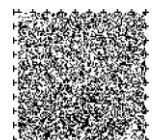
◇身体活動・運動

前計画の評価
<p>目標1 運動する習慣を身につけましょう</p> <p>運動に関する事業の参加者の減少傾向や、実際に運動を行っている人はまだまだ少ないこと等の課題がみられます。市では運動のきっかけづくりやウォーキングを広めることを目標とした事業や岩上げんき体操やシニアエクササイズ教室の実施、自主グループの育成を支援する取り組み等を行ってきました。引き続き、様々な年代の人が運動を始めるきっかけづくりや、日常的に身体を動かし、習慣づけていける取り組みを推進していく必要があります。</p>

評価できる点	課題である点
<ul style="list-style-type: none"> ・ 運動・スポーツを習慣的（週3回以上）行っている小学5年生の割合は男女ともに国・県より高い。（アンケート調査） ・ げんきアップ教室の実参加人数、いわでアスリートクラブの登録者数は増加傾向である。（庁内ヒアリング） ・ 岩上げんき体操の自主グループ数は、平成28年度は2団体、平成29年度は8団体であり、増加した。（庁内ヒアリング） 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 年齢が若いほど、日常生活の中で意識的に運動をしていない割合が高い。一方で外出の頻度は、若い世代で高く、65歳以上で低い。（アンケート調査） ・ 1日の歩数は3,000歩未満である者が男女ともに最も多い。（アンケート調査） ・ 約6割がロコモティブシンドロームの言葉も意味も知らない。（アンケート調査） ・ ウォーキングに関する事業の参加者は減少傾向である。（庁内ヒアリング）

<第二次計画に向けた課題>

- 日常における身体活動を増やせるよう、周知・啓発や年代に合わせた取り組みのさらなる推進が必要です。
- 市民が自主的に運動を行い、運動習慣を身につけるため、きっかけづくりや自主グループの支援等の強化が必要です。



◇休養・こころの健康づくり

前計画の評価

目標1 ストレスを上手に解消しましょう

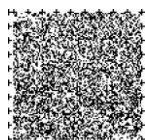
年齢が若いほど、ストレスを感じている人の割合が高く、その中でもストレスを解消できていない人の割合は40～64歳が他の年齢層より高いです。市ではこころの健康に関するパンフレットの配布によるリラックス法や相談窓口の周知、各種相談事業に取り組んできました。引き続き、相談窓口の周知や各種相談事業に取り組むとともに、今後は若い世代に向けたストレス解消法等の周知・啓発を推進することが重要です。

目標2 十分な睡眠・休養をとりましょう

平日に睡眠で休養がとれていない人の割合は若い世代で高いです。市ではこころの健康に関するパンフレットでの快眠法の周知や、健康診査・相談での母子の生活リズムの把握に取り組んできました。今後は若い世代を含む広い世代に向けた周知・啓発を推進することが重要です。

目標3 こころの病気を理解できるよう知識を深めましょう

悩みやストレスの相談先がない人の割合は年齢が上がるほど高いです。市ではこころの病気に関する正しい知識の普及や、高齢者交流事業に取り組んできました。引き続き、市民のこころの健康に対する理解が深まるよう啓発やこころの病気に関する相談窓口の周知に取り組むとともに、今後は交流事業等による人と人とのつながりづくりに取り組めます。



評価できる点	課題である点
<ul style="list-style-type: none"> ・ ころの健康に関する健康講座の実施、思春期教室として市内全小学校での「いのちの大切さを知る授業」を開催した。(庁内ヒアリング) ・ 妊娠や子育て、健康に関する相談事業を各課・各相談窓口で実施してきた。(庁内ヒアリング) ・ 民生委員児童委員と地域見守り協力員を対象としたゲートキーパー※養成研修を平成30年度に開催した。(庁内ヒアリング) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 平日に睡眠で休養がとれていない割合は、若い世代で高い。(アンケート調査) ・ 年齢が若いほど、ストレスを感じている割合が高い。また、ストレスを解消できていない人は40~64歳で約2割おり、他の年齢層に比べて高い。(アンケート調査) ・ 年齢が高いほど、悩みやストレスの相談先がない割合が高い。(アンケート調査)

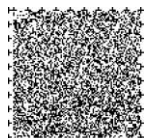


<第二次計画に向けた課題>

- ストレスを解消できていないと答えた人が一定数いるため、ころの健康について正しい知識の周知・啓発をさらに行い、自分に合ったストレス解消を促すとともに、相談窓口・相談機関のさらなる周知が必要です。
- 休養ところの健康には密接な関係があるため、質・量ともに十分な睡眠をとることの重要性についてさらなる啓発が必要です。
- 気軽に相談できる場づくりのため、周囲の人とのつながりや仲間づくりのきっかけとなる取り組みを推進します。

※ゲートキーパー

自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応（悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る）を図ることができる人のことを指します。



◇子どもの健康

前計画の評価

目標1 保護者が楽しく、主体的に子育てに参加しましょう

育児に悩みを抱える人は約7割おり、保護者のもつ悩みは各家庭に応じて様々です。市では保護者の様々な悩みに対して相談事業や各種教室を実施してきました。引き続き、保護者に対する相談事業や各種教室を実施するとともに、今後は関係機関との連携強化による相談体制・支援体制の充実等を進めていく必要があります。

目標2 健康について関心をもって行動できる子どもを増やしましょう

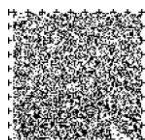
むし歯の状況は国・県と比べて良好である一方、毎日3食食べている子どもの割合は県より低く、未成年の飲酒・喫煙もなくなっていないなどの課題がみられます。特に飲酒率は小学生が2割台、中学生が3割台と高くなっています。市では正しい食習慣の定着やむし歯予防、飲酒・喫煙・薬物の害等の周知・啓発を関係機関と連携し、取り組みを推進してきました。また、「いのちの大切さを知る授業」を通じて生命の大切さを伝えるなどの取り組みも実施してきました。引き続き、学校等の関係機関と連携し、様々な健康に関する内容について子どもが関心を持ち、行動に移せるよう各種講座や教室を開催します。

目標3 地域ぐるみで子育てを支える環境づくりに努めましょう

保護者の子育て支援や子どもの健やかな成長を目的とした子育て教室の参加率は増加しています。市では子育て教室・親子教室の実施や育児サークル等の支援を行い、子どもが地域で健やかに成長できるような支援や親同士、子ども同士の交流促進を行ってきました。引き続き、地域で子育てを見守り支える環境づくりに努めるとともに、今後は子どもが健やかに育つための取り組みをさらに進めていくことが必要です。

目標4 メディア漬けの子育てを見直しましょう

休日の乳幼児のテレビ等の利用時間は3時間以上が最も高くなっています。市では乳幼児健康診査・健康相談で子育てとテレビの視聴時間についての説明を行ってきました。引き続き、子育てとテレビの視聴に関する知識を保護者に直接啓発するとともに、今後は広報等を利用し、広く子育て時のメディア利用に関する注意点等を周知・啓発する必要があります。

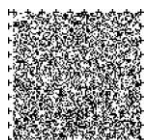


評価できる点	課題である点
<ul style="list-style-type: none"> ・(再掲) 3歳児でむし歯のない子どもの割合は国・県より高く、12歳児の平均むし歯数は、国・県より低い。(統計データ) ・(再掲) 思春期教室として市内全小学校での「いのちの大切さを知る授業」を開催した。(庁内ヒアリング) ・子育て教室の参加率は増加傾向である。(庁内ヒアリング) 	<ul style="list-style-type: none"> ・(再掲) 毎日3食食べている子どもの割合は県より低い。(アンケート調査) ・約7割の人が育児に悩んでいる。(アンケート調査) ・妊娠中の飲酒・喫煙率が国・県より高い。(アンケート調査) ・未成年の飲酒率は小学生が2割台、中学生が3割台で、理由としては「好奇心」、「親やその他大人の家族にすすめられて」が多い。(アンケート調査) ・休日の子どものテレビ等の利用時間は「3時間以上」が最も高い。(アンケート調査)

<第二次計画に向けた課題>

- 安心して子育てができるよう、相談体制・支援体制の充実に努めることや、親同士、子ども同士が交流し、仲間づくりができるような支援のさらなる推進が重要です。
- 子どもの健全な成長のために、正しい生活習慣・食習慣の実践、飲酒・喫煙や薬物の害に対する知識のさらなる周知・啓発が必要です。また、親に対する啓発も重要です。

※「子どもの健康」分野については、親子の健康に関する現状も併せて整理し、課題を示しました。



◇がん

前計画の評価

目標1 年に1回はがん検診を受けましょう

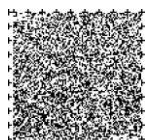
がん検診の受診率はやや減少傾向です。市ではがん検診未受診者への受診勧奨等や職域と連携したがん検診の受診勧奨等を実施しています。引き続き対象者への個別の受診勧奨、職域と連携した受診勧奨に加え、今後は定期的に検診を受診することの重要性を広報等を通じて広く周知していくことが重要です。

目標2 がんを予防する生活習慣を身につけましょう

女性の喫煙率が高いなど、がんの原因となる生活習慣に関して課題がみられます。市ではがん予防に関する健康講座を実施するなど、がん予防と生活習慣の関連性について普及・啓発を行っています。引き続き原因となる生活習慣の改善に向け、正しい生活習慣を身につけられるような講座や教室を幅広い世代に向けて開催するとともに、今後は、生活習慣に関して課題がみられる年齢層にターゲットを絞った取り組みも必要です。

目標3 がんに対する知識を深めましょう

がん検診を受けていない理由として、「忙しいから」に次いで「健康だから」が高く、がんに対する正しい知識・理解について課題がみられます。市では健康講座等を通じて、がんに関する知識の普及・啓発を行っています。自己判断をせず、検診を定期的に受診する重要性やがんの発症には生活習慣が大きく影響していることなど、がんに対する知識について、広報等の活用や出前講座の実施、職域との連携により普及・啓発を行うことが重要です。



評価できる点	課題である点
<ul style="list-style-type: none"> ・ 男性の喫煙率は国・県より低い。(アンケート調査) ・ COPD (慢性閉塞性肺疾患) の認知度は国・県より高い。(アンケート調査) ・ 4 企業とがん対策推進企業協定を結び、地域と連携したがん対策を推進した。(庁内ヒアリング) ・ 未受診者への受診勧奨を個別に実施した。(庁内ヒアリング) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 死因はがんが最も多い。(統計データ) ・ 女性の喫煙率が国・県より高い。(アンケート調査) ・ 年齢が上がるほど、たばこが周囲に与える影響を知らない人が多い。また、影響の内容によっても認知度にばらつきがある。(アンケート調査) ・ 「健康だから」という理由でがん検診を受診していない人が多い。(アンケート調査・庁内ヒアリング) ・ がん検診受診率はやや減少傾向である。(統計データ・庁内ヒアリング)



(その他健康管理に関する現状)

評価できる点	課題である点
<ul style="list-style-type: none"> ・ 男女ともに平均寿命が国・県より高く、県内でも上位である。(統計データ) ・ 男性の健康寿命は県より高く、県内でも上位である。(統計データ) ・ 特定健診受診率は、国・県より低いですが、経年でみると増加傾向。(統計データ) ・ 特定健診未受診者への電話やハガキ、医療機関と連携した受診勧奨や取り組みを実施した。(庁内ヒアリング) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ HbA1c 有所見者割合は男女ともに 50%を超えており、平成 25 年度と比べて増加している。(統計データ) ・ 男性のメタボリックシンドローム該当者は増加している。(統計データ) ・ 特定健診受診率は国・県より低く、健康管理のために健診を利用できていない人が多い。(統計データ・庁内ヒアリング)

< 第二次計画に向けた課題 > (がんとその他健康管理)

○若いうちからのがん予防や早期発見、生活習慣病の発症予防には、がん検診や特定健診を受けて自身の健康をチェックすることが大切です。受診率の向上に向けて、定期的な検(健)診受診の重要性の周知・啓発や受診勧奨が重要です。

○がん等の生活習慣病の発症予防には普段からの生活習慣が重要であるため、生活習慣病予防に関する正しい知識のさらなる普及・啓発が必要です。

※「がん」分野については、その他の生活習慣病の発症予防を含めて、がん以外の健康管理に関する現状も併せて整理し、課題を示しました。

