

第2章 第2次計画(後期計画)の評価

第2章 第2次計画（後期計画）の評価

1. 第2次計画（後期計画）の経過

平成18年度に原村健康増進計画「健康はらむら21（第1次）」を策定し、基本方針に「一次予防」の重視をかけた取り組みで来ました。

平成25年4月に原村健康増進計画（第2次）「健康はらむら21」を策定しました。引き続き、生活習慣病の一次予防に重点を置くとともに、この計画では社会経済変化、人口構成(少子高齢化)の変化により、健康に関する価値観は多様であることを考慮し、住民と行政が一緒になって健康施策をつくり一緒に展開していく「こうすべき型」から、「こうありたい型」への健康づくりが必要であると転換を図りました。なかでも全ての住民を対象とし、対等な立場で多様な意見交換を行える場として“ずくだせカフェ(地域円卓会議)”を開催し、住民からでたアイデアを原村地域包括医療推進協議会において検討し健康教室や研修会など地域へフィードバックをして来ました。

また、一人ひとりの生活の状態や能力、ライフステージに応じた主体的な取り組みを重視して健康増進を図ることを基本とし、行政は住民の活動を支えながら、個人の理解や考えが深まり、確かな自己管理能力が身につくために支援を行って来ました。

これまでの取り組みの評価、および新たな健康課題などを踏まえ、今後も健康増進に取り組めます。

2. 数値目標の評価

評価指標

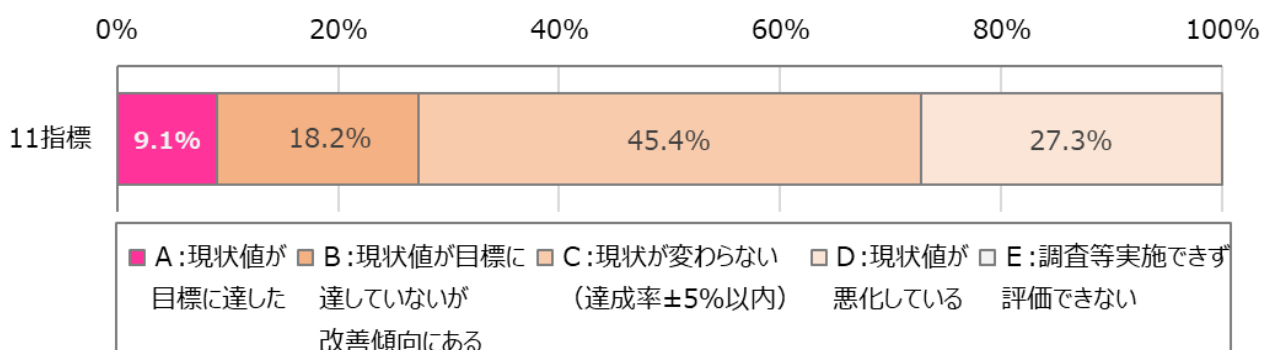
- A：目標を達成した
- B：目標を達成していないが改善傾向にある
- C：変わらない
- D：悪化している
- E：評価困難

(1) 栄養・食生活

① 10代（3歳児、5歳児を含む）

11指標数のうち、C評価の「現状維持」が5指標の45.4%と多く、A評価の「目標達成」は1指標、B評価の「改善傾向」は2指標でした。

項目	指標数	A	B	C	D	E
栄養・食生活（10代）	11	1	2	5	3	0
		9.1%	18.2%	45.4%	27.3%	0.0%



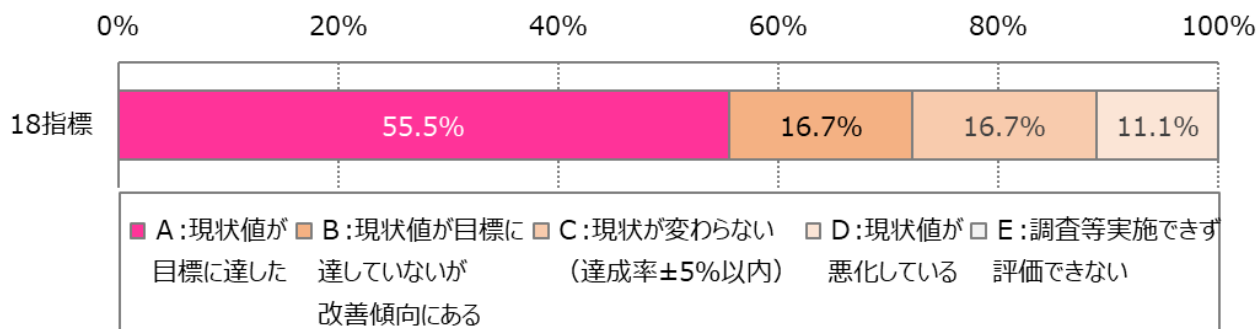
指標	平成29年度	令和5年度 (2023年度) 実績・見込値	令和5年度 (2023年度) 目標値	事業評価
朝食を食べている人の増加				
毎日食べる 3歳	95%	93%	100%	C
5歳	98%	98%	100%	C
小学生	95%	96%	100%	C
中学生	87%	92%	95%	B
1人で朝食を食べる子どもの減少	小学生12%	18%	減少*	D
	中学生40%	44%	減少*	C

指標	平成29年度	令和5年度 (2023年度) 実績・見込値	令和5年度 (2023年度) 目標値	事業評価
朝食を食べている人の増加 ◆ほぼ毎日とる人	85.3%	87.0%	90.0%	B
朝食を食べない人の減少 ◆食べない人	0%	0%	現状維持	A
朝食で野菜を食べる人の増加 ◆野菜をとる人（サラダ・ゆで野菜）	66.7%	30.8%	増加	D
6つの食品群を意識した食事をこころがける				
◆6つの食品群を覚えている人	79.4%	78.3%	増加	C
◆6つの食品群を意識した食事をする人	32.4%	17.4%	増加	D

② 成人

18 指標のうち、A 評価の「目標達成」が 10 指標の 55.5%、「改善傾向」が 3 指標の 16.7%と多く、半数が目標を達成していますが、「現状値の悪化」も 2 指標の 11.1%ありました。

項目	指標数	A	B	C	D	E
栄養・食生活（成人）	18	10	3	3	2	0
		55.5%	16.7%	16.7%	11.1%	0.0%



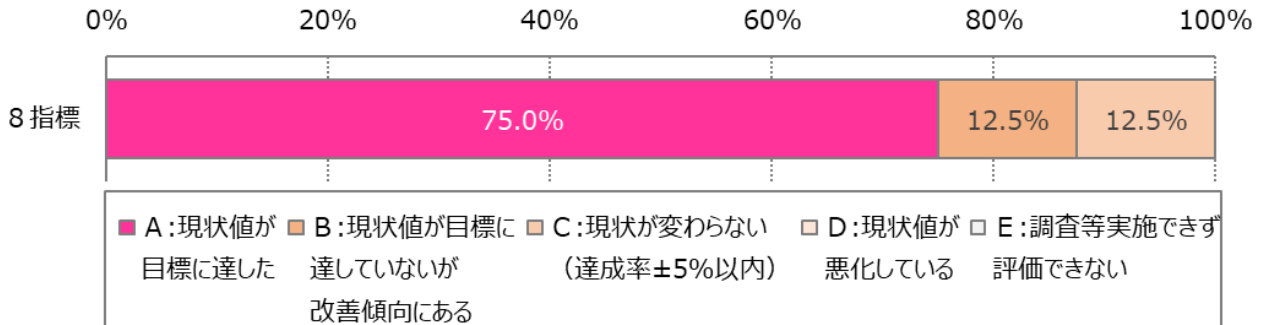
指 標	平成29年度	令和5年度	令和5年度	事業評価
		(2023年度)実績・見込値	(2023年度)目標値	
朝食を食べている人の増加 ◆ほぼ毎日とる人	90.4%	91.9%	増加	A
朝食を食べない人の減少 ◆食べない人	4.4%	1.7%	減少	A
朝食で野菜を食べる人の増加 ◆野菜をとる人（サラダ・ゆで野菜）	65.0%	70.9%	増加	A
規則正しく食事をする人の増加 ◆規則正しく食事を食べている人	58.7%	64.7%	増加	A
家族・友人と楽しく食事をしている人の増加 ◆家族・友人と食事をしている人	58.6%	56.6%	現状維持*	C
食事をする時、栄養のバランスに気を付けている人 ◆栄養のバランスに気を付けている人	42.9%	52.8%	60%	B
野菜を多く食べる ◆野菜を多く食べる人	50.4%	57.4%	70%	B
塩分のとり過ぎに注意する人の増加 ◆注意している人	40.7%	48.4%	60%	B
油・脂肪分のとり過ぎに注意する人の増加 ◆注意している人	27.1%	29.7%	60%	C
間食に甘い飲み物を摂取している人の減少 ○摂取している人	1.3%	7.5%	減少	D
LDLコレステロール高値者の減少 ◆数値160mg/dl以上の人（40代～）	(H27)	(R4)		
	男性12.2%	7.1%	男性11%	A
	女性22.2%	16.3%	女性20%	A
中性脂肪高値者の減少 ◆数値150mg/dl以上の人（40代～）	(H27)	(R4)		
	男性25.2%	24.1%	減少	A
	女性14.2%	14.1%		A

指 標	平成29年度	令和5年度	令和5年度	事業評価
		(2023年度) 実績・見込値	(2023年度) 目標値	
HbA1c高値者の減少 ◆数値 5.6%以上の人(40代～)	(H27)	(R4)		
	男性54.7%	59.5%	減少	C
	女性61.5%	58.4%		A
低栄養傾向の高齢者の減少(65歳以上 BMI20以下)	(H28 県)	(R4)		
	男性10.3%	9.4%	現状維持*	A
	女性23.6%	36.0%	22%*	D

(2) 身体活動・運動

8指標のうち、A評価の「目標達成」が6指標の75.0%と多く、おおむね評価できる状況で推移しており、今後も継続していきます。

項目	指標数	A	B	C	D	E
身体活動・運動	8	6	1	1	0	0
		75.0%	12.5%	12.5%	0.0%	0.0%

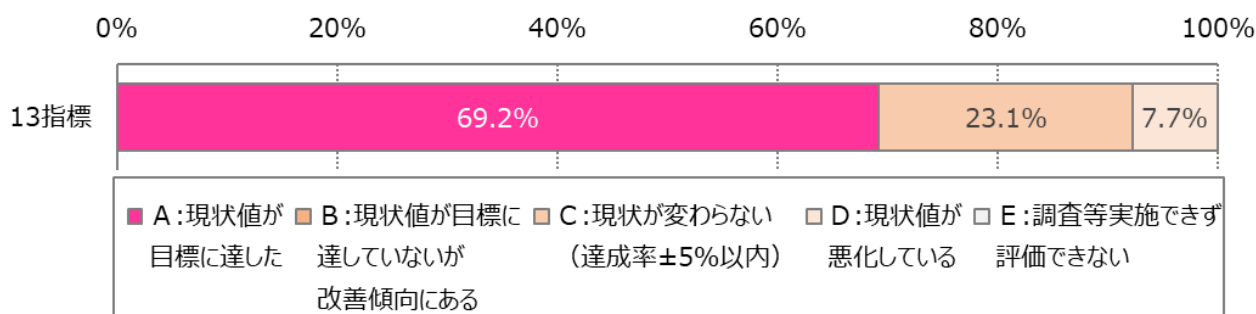


指 標	平成29年度	令和5年度	令和5年度	事業評価
		(2023年度) 実績・見込値	(2023年度) 目標値	
適正体重を維持している者の割合	(H28)	(R4)		
BMI 25.0以上(40～74歳)	男性23.0%	24.4%	男性20%	C
	女性16.9%	16.5%	女性15%	B
運動習慣のある者の割合	(H28)	(R4)		
日常生活で身体活動を1日1時間以上実施する者の割合	男性58.8%	62.6%	増加	A
	女性63.9%	74.0%		A
1年以上前から1回30分以上の運動を週2日以上行っている者の割合	(H28)	(R4)		
	男性29.7%	41.6%	増加	A
	女性29.0%	33.6%		A
意識して体を動かすよう心がけている者の割合	男性44.4%	55.7%	男性50%	A
	女性44.4%	53.8%	女性50%	A
備考 意識して体を動かすよう心がけている者の割合 国(第2次)10年後で10%増 県(第1次)5年後で5%増 本計画6年後5%増				

(3) こころの健康

13 指標のうち、A 評価の「目標達成」が 9 指標の 69.2%と多くありますが、「現状維持」と「現状悪化」が合わせて 4 指標と、今後も「改善」に向けての対策が必要です。

項目	指標数	A	B	C	D	E
休養・こころの健康づくり	13	9	0	3	1	0
		69.2%	0.0%	23.1%	7.7%	0.0%

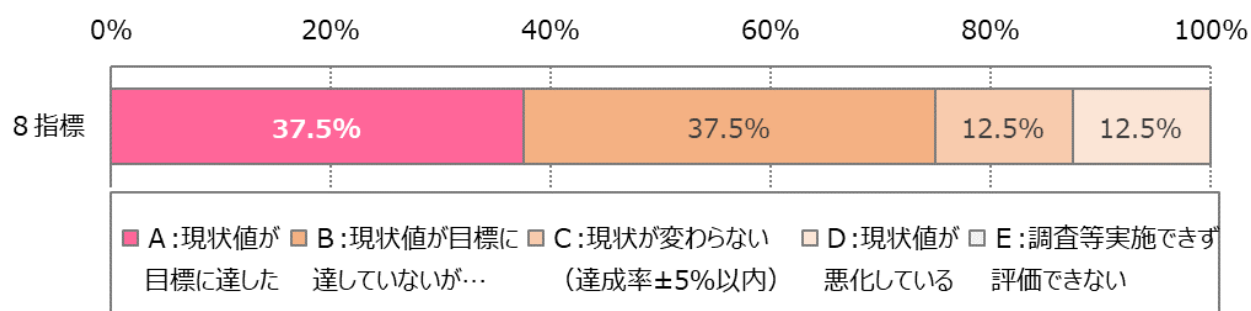


指 標	平成29年度	令和5年度 (2023年度) 実績・見込値	令和5年度 (2023年度) 目標値	事業評価
自殺者数	(H28) 2人	(R3) 0人	0人	A
非常にストレスを感じている	11.3%	11.2%	減少	A
ストレス解消する対処法が「ない」	9.8%	9.8%	減少	C
ストレス対処法				
◆「人と話す」	48.5%	54.1%	増加	A
◆「趣味の活動」	54.6%	66.8%		A
充実した生活を「おこなっていない」	5.8%	4.9%	減少	A
睡眠不足を感じている	36.7%	38.4%	減少	C
とても疲れている				
◆小学生	17.9%	0.0%	減少	A
◆中学生	38.7%	0.0%		A
睡眠を助ける為に薬やアルコールを使う	12.9%	13.1%	減少	C
学習会の機会 (メンタルヘルス講演会)	60人/回	49人/回	70人/回	D
精神保健相談会の開催	4回/年	4回/年	4回以上/年	A
ゲートキーパー養成講座の開催	0回/年	1回/年	1回/年	A
	H30年	R1年	R2年	R3年
長野県自殺者数	313人	350人	352人	325人
原村自殺者数	1人	0人	0人	0人

(4) 歯・口腔の健康

8指標のうち、「目標達成」が3指標の37.5%、「改善傾向」も3指標の37.5%と、おおむね評価できる状況で、今後も継続していきます。

項目	指標数	A	B	C	D	E
歯・口腔の健康	8	3	3	1	1	0
		37.5%	37.5%	12.5%	12.5%	0.0%

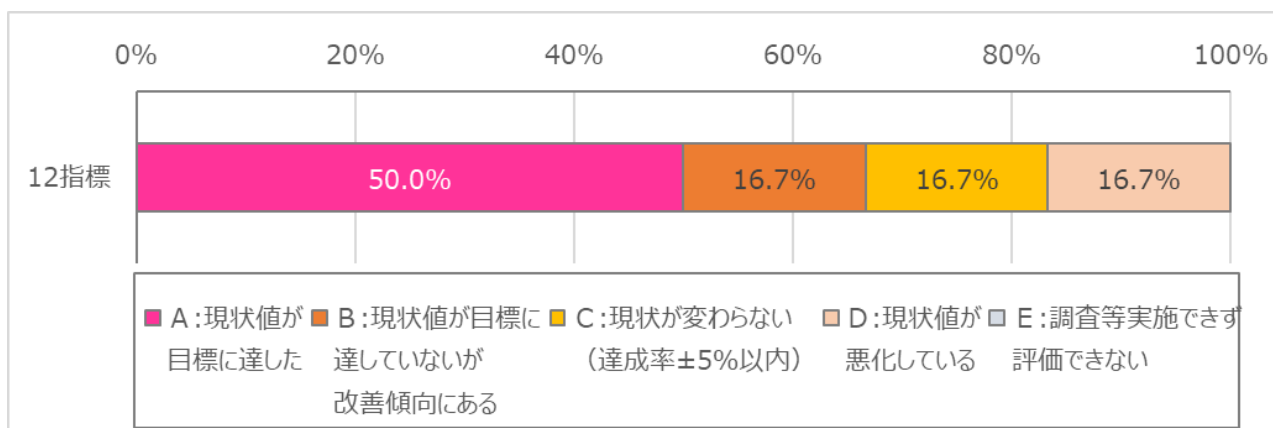


指標	平成29年度	令和5年度 (2023年度) 実績・見込値	令和5年度 (2023年度) 目標値	事業評価
1歳半健診(検診)時のむし歯のない子どもの増加	100%	100% (R4)	現状維持	A
3歳児健診(検診)時のむし歯のない子どもの増加	81.7%	89% (R4)	90% *	B
12歳児のむし歯本数の減少	0.2本	0.15本	0本	B
12歳でむし歯のない生徒の割合	53.7%	86.7%	70% *	A
40歳の歯科検診受診率	22.1%	17.5% (R4)	増加	D
50歳の歯科検診受診率	10.2%	14.4% (R4)	増加	A
60歳で24本以上自分の歯を有する者	(H28県) 85%	(H28県) 85%	90% *	C
毎年定期的に歯科検診を受ける者	23.8%	31.9%	52.9% *	B

(5) 喫煙

12 指標のうち、「目標達成」が 6 指標の 50.0%、「改善傾向」も 2 指標 16.7%とおおむね評価できる状況ですが、「悪化」も 2 指標の 16.7%ありました。

項目	指標数	A	B	C	D	E
喫煙	12	6	2	2	2	0
		50.0%	16.7%	16.7%	16.7%	0.0%

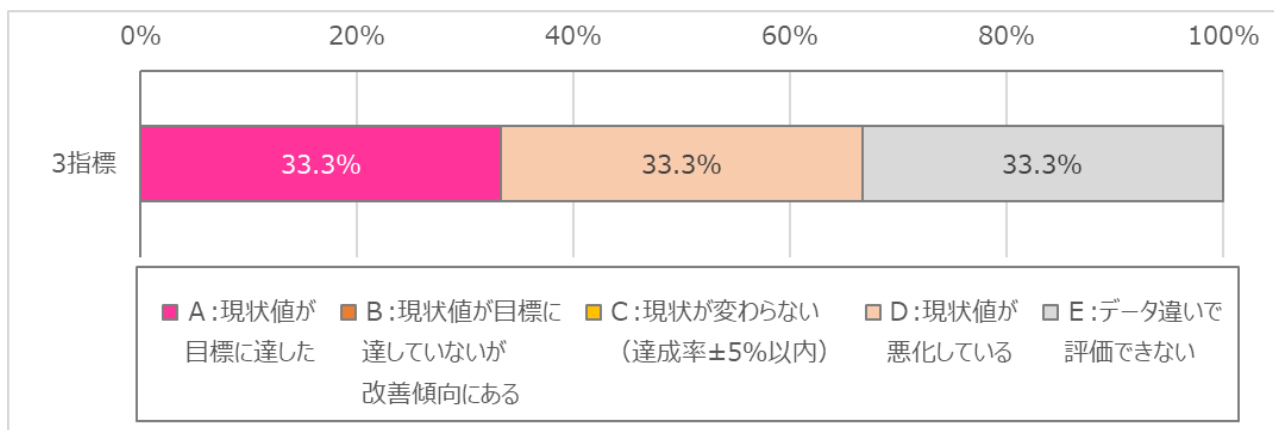


指 標	平成29年度	令和5年度 (2023年度) 実績・見込値	令和5年度 (2023年度) 目標値	事業評価
喫煙する者の割合	男性 24.2%	19.9%	減少	A
	女性 3.3%	4.0%		D
未成年で喫煙する者の割合	0%	0%	現状維持	A
受動喫煙の健康被害を理解し分煙の認識できる人を増やす				
◆公共の場所や病院等の禁煙を進めること	62.4%	65.7%	70%	B
◆歩行中の喫煙をやめること	69.3%	66.2%	70%	C
◆職場では喫煙場所以外は原則禁煙とする	53.6%	58.6%	70%	B
◆公共の場所や病院・飲食店等における分煙を徹底すること	55.3%	52.8%	70%	C
禁煙(卒煙)希望者を増やす				
◆禁煙しようと思わない人	37.9%	31.1%	減少	A
◆禁煙希望者	17.2%	22.2%	増加	A
妊婦の喫煙をなくす (28年度)				
◆妊娠前喫煙していた人 初産婦	6.9%	0.0%	減少	A
◆妊娠前喫煙していた人 経産婦	0%	6%	現状維持	D
「おいしい空気の施設」認定施設の増加 ※国の健康増進法改正(2020.4.1)に伴い屋内全面禁煙となり認定施設の制度廃止	5か所	18か所(R3)	7か所	A

(6) アルコール

3指標のうち、「目標達成」が1指標の33.3%、「悪化」が1指標、データの違いによる評価困難が1指標でした。

項目	指標数	A	B	C	D	E
アルコール	3	1	0	0	1	1
		33.3%	0.0%	0.0%	33.3%	33.3%



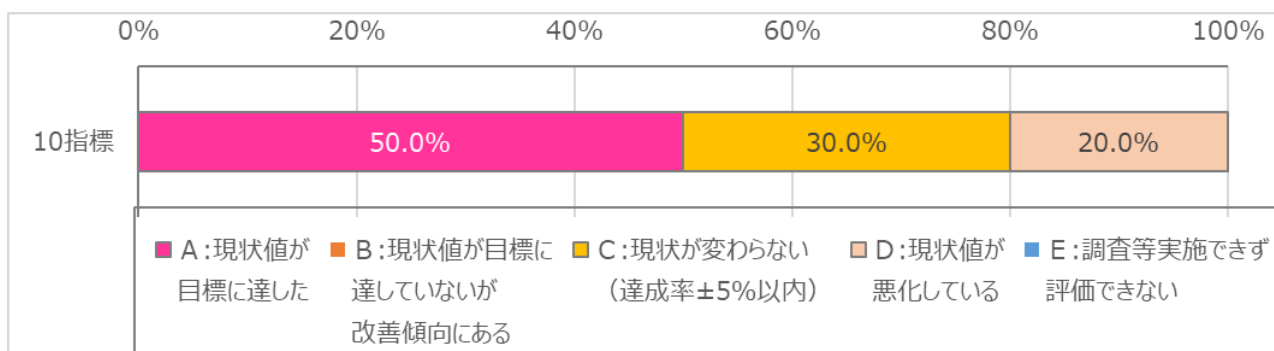
指標	平成29年度	令和5年度(2023年度)実績・見込値	令和5年度(2023年度)目標値	事業評価
国保におけるアルコールに関する肝炎の医療費	211,640円	475,900	減少	E
未成年者の飲酒者を減らす(10代)	17.6%	17.3%	減少	A
節度ある適度な飲酒に関する知識を持つ者を増やす	33.1%	30.7%	増加	D



(7) 生活習慣病

10 指標のうち、「目標達成」が 5 指標の 50.0%、「現状維持」3 指標の 30.0%、「悪化」が 2 指標の 20.0%と改善の必要な指標も 5 割ありました。

項目	指標数	A	B	C	D	E
生活習慣病	10	5	0	3	2	0
		50.0%	0.0%	30.0%	20.0%	0.0%



指 標	平成29年度	令和5年度 (2023年度) 実績・見込値	令和5年度 (2023年度) 目標値	事業評価
	メタボリックシンドロームが強く疑われる者・予備軍の割合 (40～74歳)	男性19.4% 女性 6.3%	16.5% 7.8%	
収縮期血圧高値130mmhg以上の者の割合(40代～)	男性50.7% 女性42.8%	44.7% 43.0%	減少	A C
拡張期血圧高値80mmhg以上の者の割合(40代～)	男性39.7% 女性25.2%	55.2% 42.0%	減少	D D
糖尿病性腎症による透析導入患者数	0.6%	0.5%	減少	A
特定健診受診率	42%	39.3%	60%*	C
特定保健指導終了率	32%	57.1%	45%*	A
未治療者率の減少	7.4%	6.9%	減少	A

3. 評価別の指標状況

全体の83指標のうち41指標（49.4%）がA評価「目標達成」、11指標（13.3%）がB評価「改善傾向」と6割以上が成果を出していますが、12指標（14.5%）がD評価「悪化」がみられました。

評価区分	該当指標数（割合）
A：目標を達成した	41指標（49.4%）
B：目標を達成していないが改善傾向にある	11指標（13.3%）
C：変わらない	18指標（21.7%）
D：悪化している	12指標（14.5%）
E：評価困難	1指標（1.2%）
合計	83指標（100.0%）

4. まとめ

栄養・食生活について、成人の朝食喫食率が増加する中、10代では朝食での「個食」が増加しています。家庭全体で生活リズムを整えることが必要です。全体の食事では、「油、脂肪過多」、「間食に甘い飲料」が増加しています。「野菜摂取」、「減塩」に加え「脂質」、「間食」など生活習慣病予防のための知識を広く普及し、今後もLDLや中性脂肪等の数値に注意をしていきます。

身体活動・運動は、意識・行動共に改善し75%が目標を達成しました。ただし、「肥満」は40代以降男性で増加、女性は微減との結果でした。身体活動・運動が習慣化し体重などの結果につながるよう、今後も事業を継続していきます。

こころの健康は、69.2%が目標を達成しました。ただし、ストレスフルの現代社会でストレス対処法がなく、睡眠不足・アルコール等に頼った睡眠があることが大きな課題です。今後も自殺対策推進計画の中で啓発活動を継続し、自殺者0人を目指します。

歯・口腔の健康は、「むし歯のない子ども」が増加しています。一方で、「成人の歯科検診」は40代の受診率が減少しています。働き盛りの方でも受診しやすい検診を目指すとともに、歯・口腔の健康の重要性を周知することで受診率の向上に努めます。

喫煙は、未成年者の喫煙はおらず、「受動喫煙」や「健康被害」はおおむね理解されています。また、喫煙者は減少していますが、今後も健康被害の知識を普及すると共に、禁煙（卒煙）の支援・指導の充実が重要です。

アルコールは、未成年者の「禁酒」や成人の「節度ある適度な飲酒」が目標を達成しました。今後も飲酒の正しい知識を普及すると共に、一人一人が自分に合った飲酒量を知り、健康に配慮した飲酒ができることを目指し取り組みを進めます。

生活習慣病は、「メタボリックシンドローム」を疑われる人・「血圧」の増加率は成人女性の方が大きくなっています。また、「特定健康診査」の受診率が低い現状です。生活習慣病の予防・早期発見・早期治療のために健診（検診）の受診勧奨および特定保健指導の充実が重要です。