

## 第 6 章 計画推進のために



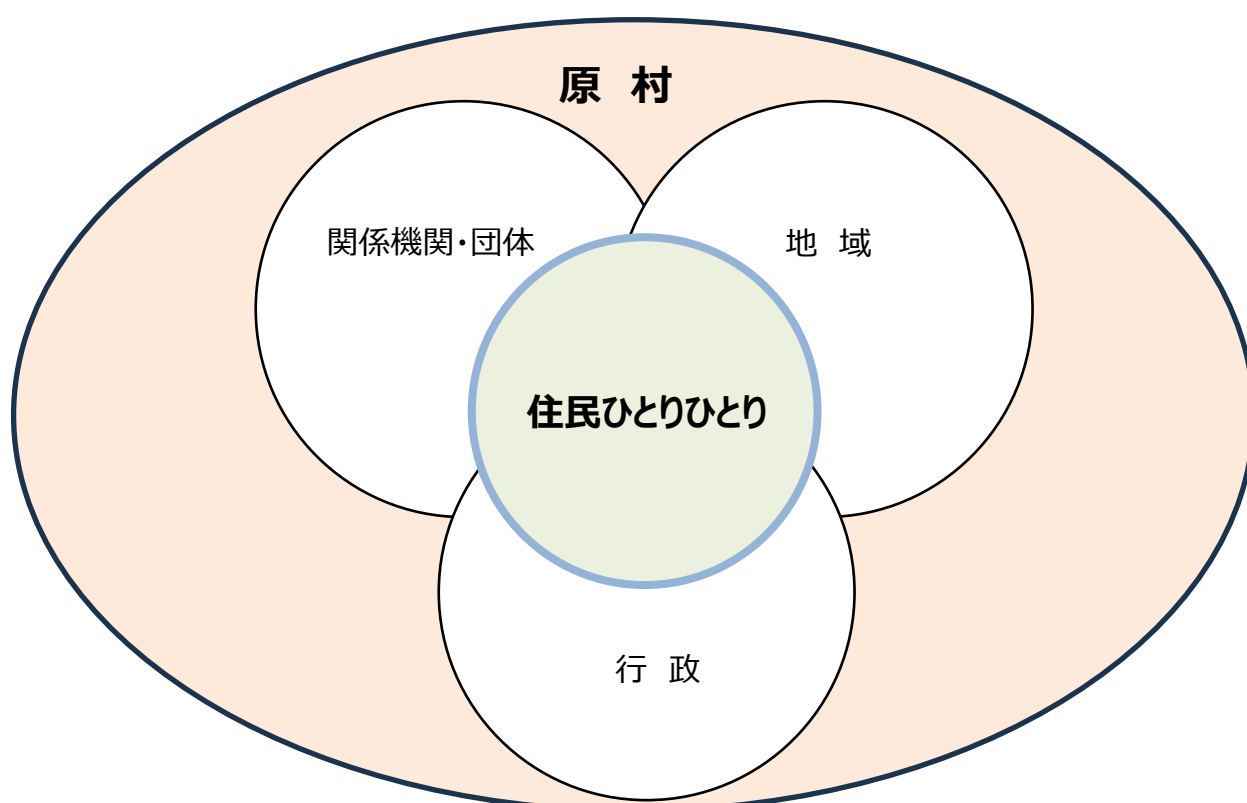
## 第6章 計画推進のために

### 1. 健康づくりの推進体制

計画を推進していくためには行政が主体となるだけでなく、「住民ひとりひとり」が取り組むことが大切です。住民ひとりひとりが集まった、地域としての取り組みも必要です。

行政は「住民・地域と協働」し、また「各種関係団体と連携」するなど多様な形で取り組みます。

～住民ひとりひとりと地域、関係機関、関係団体、行政が協働して  
健康増進の取り組みを進めていきます。～



#### 《関係機関・団体》

保健福祉事務所・医師会・歯科医師会・薬剤師会  
諏訪中央病院・富士見高原医療福祉センター  
原村国民健康保険直営診療所・原村スポーツ推進委員会  
信州諏訪農業協同組合・原村区長会・原村社会福祉協議会  
原村教育委員会・原村議会・原村国民健康保険運営協議会  
原村保健衛生自治推進協議会  
(環境衛生部会・母子愛育部会・食生活改善部会・保健補導員部会)  
民生児童委員・地域包括支援センター

## 2. 計画の進行管理と評価

健康づくりは、住民一人ひとりが健康状態を自覚し、より健康的な生活習慣を獲得して主体的に進めていくことが必要です。そのためには、それぞれの健康観に基づいて、自分自身に合った健康づくりを実践し、一人より二人、家庭や学校、職場や地域の中で互いに支え合いながら健康づくりや地域づくりを進めていくことも大切です。

本計画を推進するため、住民の生涯を通じた主体的な健康づくりとともに、健康づくりを支える環境整備の両輪で施策を進めていきます。そのためには、地域の健康課題や社会資源の情報収集、分析を行い提供します。

また、住民一人ひとりの健康的な生活習慣の実践や行動変容に向けて、普及啓発を行うとともに、地域の健康づくり活動の機会や体制の充実など住民の健康づくりを支える環境の整備を併せて行います。

推進体制と進行管理は、9つの指標の目標達成に向け、医師会や歯科医師会、薬剤師会などに加え、地域包括医療推進協議会の構成団体等とも十分な連携を図りながら、指標の評価等を関係機関、関係団体、行政等が協働して進めていきます。



PDCAとは、**Plan (計画)**、**Do (実施)**、**Check (評価)**、**Action (改善)**の4つのプロセスを繰り返し、業務効率を改善するフレームワークです。

PDCAの最後のステップ、Actionが終了したら、また最初のPlanに戻って、プロセスを循環させることから、PDCAサイクルとも呼ばれます。

### 3. 計画指標の設定

#### 1. 生活習慣の改善

##### (1) 食生活・栄養

| 目標   | 策定時値(R5)             | 目標値(R17) |
|--|----------------------|----------|
| ① 適正体重を維持している者の増加<br>(肥満、若年女性のやせ、低栄養傾向の高齢者の減少) | 72.4% * <sup>1</sup> | 増加       |
| ② 児童・生徒における肥満傾向児の減少                            | 0.0% * <sup>8</sup>  | 維持       |
| ③ バランスの良い食事を摂っている者の増加                          | 52.8% * <sup>8</sup> | 増加       |
| ④ 野菜摂取量の増加                                     | 57.4% * <sup>8</sup> | 増加       |
| ⑤ 果物摂取量の改善                                     | 16.8% * <sup>8</sup> | 改善       |
| ⑥ 食塩摂取量の減少                                     | 48.4% * <sup>8</sup> | 減少       |

##### (2) 身体活動・運動

| 目標                                  | 策定時値(R5)                | 目標値(R17) |
|-------------------------------------|-------------------------|----------|
| ① 日常生活における歩数の増加<br>(1日1時間以上の運動習慣あり) | 68.4%(R4)* <sup>2</sup> | 70%      |
| ② 運動習慣者の増加<br>(1回30分以上の運動を週2日以上)    | 38.5%(R4)* <sup>2</sup> | 40%      |
| ③ 運動やスポーツを習慣的に行っていない子どもの減少          | 47.8%* <sup>8</sup>     | 減少       |

##### (3) 休養・睡眠

| 目標                    | 策定時値(R5)            | 目標値(R17) |
|-----------------------|---------------------|----------|
| ① 睡眠で休養がとれている者の増加     | 59.9%* <sup>8</sup> | 80%      |
| ② 睡眠時間が十分に確保できている者の増加 | 36.5%* <sup>8</sup> | 60%      |

##### (4) 飲酒

| 目標   | 策定時値(R5)                | 目標値(R17) |
|--|-------------------------|----------|
| ① 生活習慣病(NCDs)のリスクを高める量を飲酒している者の減少(1日飲酒量2合以上) | 43.9%(R4)* <sup>2</sup> | 減少       |
| ② 20歳未満の者の飲酒をなくす                             | 17.4%* <sup>8</sup>     | 0%       |

## (5) 喫煙

| 目標                     | 策定時値(R5)            | 目標値(R17) |
|------------------------|---------------------|----------|
| ① 喫煙率の減少（喫煙をやめたい者がやめる） | 22.2%* <sub>8</sub> | 12%      |
| ② 20歳未満の者の喫煙をなくす       | 0.0%* <sub>8</sub>  | 0%       |
| ③ 妊娠中の喫煙をなくす           | 0.0% * <sub>3</sub> | 0%       |

## (6) 歯・口腔の健康

| 目標                                  | 策定時値(R5)                | 目標値(R17) |
|-------------------------------------|-------------------------|----------|
| ① よく噛んで食べることができる者の増加<br>（咀嚼：何でも噛める） | 82.4%(R4)* <sub>2</sub> | 増加       |
| ② 歯科検診の受診者の増加                       | 21.1%(R4)* <sub>4</sub> | 増加       |

## 2. 生活習慣病（NCDs）の発症予防・重症化予防

### (1) がん

| 目標            | 策定時値(R5)               | 目標値(R17) |
|---------------|------------------------|----------|
| ① がんの死亡者数     | 36件(R3)* <sub>5</sub>  | 減少       |
| ② がん検診の受診率の向上 | 9.7%(R4)* <sub>4</sub> | 増加       |

### (2) 循環器

| 目標                                    | 策定時値(R5)                         | 目標値(R17) |
|---------------------------------------|----------------------------------|----------|
| ① 脳血管疾患・心疾患の死亡者数                      | 21件(R3)* <sub>5</sub>            | 減少       |
| ② 高血圧の改善（収縮期血圧の平均値の減少）                | 129.0mmHg<br>(R4) * <sub>1</sub> | 減少       |
| ③ 脂質（LDLコレステロール）高値の者の減少<br>160mg/dl以上 | 11.7%(R4)* <sub>1</sub>          | 減少       |
| ④ メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少            | 27.5%(R4)* <sub>6</sub>          | 減少       |
| ⑤ 特定健康診査の実施率の向上                       | 39.3%(R4)* <sub>6</sub>          | 増加       |
| ⑥ 特定保健指導の実施率の向上                       | 57.1%(R4)* <sub>6</sub>          | 増加       |

### (3) 糖尿病

| 目標                           | 策定時値(R5)               | 目標値(R17) |
|------------------------------|------------------------|----------|
| ① 糖尿病の合併症の減少（年間新規透析導入患者数）    | 2人(R4)* <sub>7</sub>   | 0人       |
| ② 血糖コントロール不良者の減少（HbA1c8.0以上） | 0.5%(R4)* <sub>1</sub> | 減少       |
| ③ 糖尿病有病者の増加の抑制               | 7.6% * <sub>2</sub>    | 維持       |

(4) COPD (慢性閉塞性肺炎)

| 目標                   | 策定時値(R5) | 目標値 (R17) |
|----------------------|----------|-----------|
| COPDの死亡率の減少 (認知率の増加) | 24.8%*8  | 増加        |

3. 生活機能の維持向上

| 目標             | 策定時値(R5)    | 目標値(R17) |
|----------------|-------------|----------|
| ① 骨粗鬆症検診受診率の向上 | 18.4%(R4)*4 | 増加       |

4. 社会環境の質の向上に関する目標

(1) 社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上

| 目標                      | 策定時値(R5) | 目標値(R17) |
|-------------------------|----------|----------|
| ① 地域の人々とのつながりが強いと思う者の増加 | 15.6% *8 | 増加       |
| ② 社会活動を行っている者の増加        | 10.5% *8 | 増加       |
| ③ 地域等で共食している者の増加        | 20.9% *8 | 増加       |

(2) 自然に健康になれる環境づくり

| 目標                    | 策定時値(R5) | 目標値(R17)         |
|-----------------------|----------|------------------|
| ① 望まない受動喫煙の機会を有する者の減少 | 61.3% *8 | 望まない受動喫煙のない社会の実現 |

5. ライフコースアプローチを踏まえた健康づくりに関する目標

(1) こども

| 目標                              | 策定時値(R5) | 目標値(R17) |
|---------------------------------|----------|----------|
| ① 運動やスポーツを習慣的に行っていないこどもの減少 (再掲) | 47.8% *8 | 減少       |
| ② 児童・生徒における肥満傾向児の減少 (再掲)        | 0.0% *8  | 減少       |
| ③ 20歳未満の者の飲酒をなくす (再掲)           | 17.4% *8 | 0%       |
| ④ 20歳未満の者の喫煙をなくす (再掲)           | 0.0% *8  | 0%       |

## (2) 高齢者

| 目標   | 策定時値(R5) | 目標値(R17) |
|--|----------|----------|
| ① 低栄養傾向の高齢者の減少（適正体重を維持している者の増加の一部を再掲）（65歳以上 BMI18.5以下） | 7.9% *1  | 減少       |
| ② 社会活動を行っている高齢者の増加（社会活動を行っている者の増加の一部を再掲）               | 10.2% *8 | 増加       |

v

## (3) 女性

| 目標   | 策定時値(R5)    | 目標値(R17) |
|--|-------------|----------|
| ① 若年女性のやせの減少（適正体重を維持している者の増加の一部を再掲）（39歳以下 BMI18.5以下） | 21.2%(R4)*1 | 減少       |
| ② 骨粗鬆症検診受診率の向上（再掲）                                   | 18.4%（R4）   | 増加       |
| ③ 生活習慣病（NCDs）のリスクを高める量を飲酒している（1日飲酒量2合以上）             | 43.9%（R4）   | 減少       |
| ④ 妊娠中の喫煙をなくす(再掲)                                     | 0%          | 0%       |

\*1：KDBシステム

（厚生労働省様式出力→様式5-2 健診有所見者状況→保険者数（総数）CSV出力より抽出）

\*2：KDBシステム（地域の全体像の把握）

\*3：母子保健担当

\*4：地域保健報告（担当者確認）

\*5：総務課企画振興係

\*6：データ管理システム

\*7：保険者ネットワーク

\*8：アンケート調査