

# 寝屋川市健康増進計画

## 評価報告書

寝屋川市保健所 保健総務課

令和4年10月

# 寝屋川市健康増進計画 評価報告書

## 目次

### 数値目標に対する評価

---

1	評価の概要	1
2	評価に対しての留意点	2
3	評価結果	2
4	次期健康増進計画に向けて	4

### 分野別取組に対する評価

---

1	健康意識の向上に関する取組の現況・評価	
1	栄養・食生活	5
2	運動・身体活動	7
3	休養・睡眠	8
4	たばこ	8
5	アルコール	9
6	歯と口の健康	10
2	社会環境の改善に関する取組の現況・評価	
1	健康事業への参加	11
2	社会参加の促進	12
3	地域活動の促進	13
3	生活習慣病の予防に関する取組の現況・評価	
1	がん	14
2	循環器病	15
3	糖尿病	16
4	COPD(慢性閉塞性肺疾患)	17
5	骨粗しょう症	18
4	こころの健康に関する取組の現況・評価	
1	自殺対策	19
2	依存症対策	20

# 数値目標に対する評価

## ① 評価の概要

「寝屋川市健康増進計画」では、健康日本21、大阪府健康増進計画、これまでの市の事業実績等に基づき、分野別取組ごとに4分野36項目の数値目標を設定しました。

計画の期間が終期を迎えるにあたり、平成30(2018)年3月の計画策定時における調査値(策定時値)及び目標値と、令和3(2021)年7月から8月にかけて実施したアンケート調査の結果、近年の各種保健事業の実施状況等から把握した現状値を時系列的に比較し、それらの結果を総合的に勘案して評価を行いました。

評価の区分と基準は以下のとおりです。

区分	基準
A	すでに目標値に達した、または計画終了時点で目標値に達すると見込まれる
B	策定時値と比較して改善傾向にあるものの、計画終了時点で目標値に達するには今後さらなる取組の強化が必要
C	策定時値と同程度で、明確な改善傾向も悪化傾向も見られない
D	策定時値よりも悪化している
—	策定時以降数値が更新されていない等の理由により評価ができない

設定した4分野36項目の数値目標のうち、『A 目標に到達(見込み)』が4項目、『B 改善傾向』が6項目、『C 策定時値と同程度』が3項目、『D 策定時値より悪化』が21項目、「— 評価できず」が2項目となり、計画策定時の状況と比べて改善していないものが過半数を占める結果となりました。特に「3 生活習慣病の予防に関する取組」において策定時値より悪化したものが多く見られます。

計画/取組	指標数	A	B	C	D	—
構成比	100%	11.1%	16.7%	8.3%	55.6%	8.3%
<b>寝屋川市健康増進計画</b>	36	4	6	3	20	3
1 健康意識の向上に関する取組	12	2	4	1	5	0
2 社会環境の改善に関する取組	4	0	0	0	1	3
3 生活習慣病の予防に関する取組	16	2	2	1	11	0
4 こころの健康に関する取組	4	0	0	1	3	0

『A 目標に到達（見込み）』『B 改善傾向』となっている指標は引き続きその状況の維持に努めるとともに、『C 策定時値と同程度』『D 策定時値より悪化』となっている指標については取組内容の見直しを図り、目標達成に向けて努めていく必要があります。

## ② 評価に際しての留意点

現状値として採用している、各種保健事業の実施状況は主に令和3年度のものであります。また現状値を把握する方法の一つである市民アンケートは、令和3年7月から8月にかけて実施しました。この時期は、新型コロナウイルス感染症の第5波（デルタ株の流行）のピークに向かい、緊急事態措置が適用された一方で、東京オリンピックが開催された時期でした。不要不急の外出自粛、飲食店一部施設への休業要請等もあり、生活様式の大きな変更を余儀なくされた人も少なくありません。また、爆発的に感染者数が増え、自宅療養を希望する人や濃厚接触者として自宅待機をする人も増加しました。このような状況によって、好ましい保健行動が抑制されたり、逆に不健康な行動が強まった可能性があると考えられます。

また、市が例年実施する各種保健事業についても、縮小・延期・中止となったものがこの時期は数多くありました。

本報告では、現状値として把握した数値が策定時より悪化している項目が多く、数値変化に基づく評価は『D 策定時値より悪化』が多くなっています。しかし、上記のような状況下での調査であり、平常時と比較して保健行動を取りにくい社会的背景があったことを踏まえ、数値の変化の意味合いを考慮する必要があります。

なお、特に新型コロナウイルス感染症の影響等について考慮が必要な指標については、「分野別取組に関する評価」において考察を記載しています。

## ③ 評価結果

項目	策定時値 (2018)	目標値	現状値	評価
1 健康意識の向上に関する取組				
(1) 栄養・食生活				
「かみかみの日」の言葉も意味も知っている人の割合	14.5%	36%	13.6%(R3)	D
1日3食をほぼ毎日食べている人の割合	79.0%	85%	67.4%(R3)	D
野菜の摂取や減塩など、栄養バランスを考えて食事をしている人の割合	60.9%	70%	32.8%(R3)	D
(2) 運動・身体活動				
1回30分以上の運動・スポーツを週2回以上、1年以上継続している人の割合	33.4%	39%	35.7%(R3)	B
(3) 休養・睡眠				
睡眠による休養が十分とれている人の割合	19.1%	現状以上	23.7%(R3)	A

項目	策定時値 (2018)	目標値	現状値	評価
(4) たばこ				
喫煙率	15.0%	12%	15.5%(R3)	C
(5) アルコール				
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(性別に再計算値)	男性 22.1% 女性 23.8%	—※1	男性 26.5%(R3) 女性 24.7%(R3)	D
(6) 歯と口の健康				
むし歯のない(治療歯もない)子どもの割合	3歳6か月児 81.7% 小学6年生 81.0%	3歳6か月児 82% 小学6年生 現状以上	3歳6か月児 89.3%(R3) 小学6年生 76.5%(R3)	B
成人歯科健康診査の受診率	8.8%	11%	10.15%(R3)	B
成人歯科健康診査における歯周炎(歯周ポケット6mm以上)にかかっている人の割合	15.8%	現状未満	26.3%(R3)	D
8020を達成している市民の割合	3.1%	現状以上	4.7%(R3)	A
定期的に歯科を受診している人の割合	33.2%	48%	39.3%(R3)	B
2 社会環境の改善に関する取組				
(1) 健康事業への参加				
ワガヤネヤガワ健康ポイント事業の応募者数	685人	3,000人	事業廃止	—
健康教室の参加者数	1,116人	1,400人	54人(R3)	D
(2) 社会参加の促進				
門真スポーツセンタープール利用補助事業の延べ人数	4,092人	4,700人	事業廃止	—
(3) 地域活動の促進				
出前講座の実施回数	12回	36回	事業廃止	—
3 生活習慣病の予防に関する取組				
(1) がん				
胃がん検診受診率	2.36%	3%	2.20%(R3)	D
肺がん検診受診率	2.99%	4%	3.86%(R3)	B
大腸がん検診受診率	4.82%	6%	4.67%(R3)	D
乳がん検診受診率	4.16%	6%	マンモ 5.21%(R3) エコー 4.40%(R3)	B
子宮がん検診受診率	5.22%	7%	5.21%(R3)	C

項目	策定時値 (2018)	目標値	現状値	評価
<b>(2) 循環器病</b>				
特定健診受診率	36.5%	56%	34.8%(R3)	D
特定保健指導の実施率	21.4%	55%	18.3%(R3)	D
メタボリックシンドロームの該当者	19.4%※2	現状未滿	21.7%(R2)	D
高血圧Ⅱ度以上に該当する人(服薬者を除く)の割合	2.34%	現状未滿	3.5%(R2)	D
<b>(3) 糖尿病</b>				
特定健診受診率	36.5%	56%	34.8%(R3)	D
特定保健指導の実施率	21.4%	55%	18.3%(R3)	D
メタボリックシンドロームの該当者	19.4%※1	現状未滿	21.7%(R2)	D
血糖高値者(HbA1c6.5%以上、服薬者を除く)の割合	2.83%	現状未滿	2.2%(R2)	A
<b>(4) COPD(慢性閉塞性肺疾患)</b>				
COPDの言葉も意味も知っている人の割合	22.3%	45%	18.1%(R3)	D
<b>(5) 骨粗しょう症</b>				
骨密度検診受診者	2,711人	3,500人	2,636人(R3)	D
加齢に伴う骨密度の低下率(女性60歳平均値)	20.2%	20%未滿	15.00%(R3)	A
<b>4 こころの健康に関する取組</b>				
<b>(1) 自殺対策</b>				
自殺死亡率(人口10万人あたりの年間自殺者数)	15.89人	9人	17.89人(R2)	D
ゲートキーパーの言葉も意味も知っている人の割合	9.7%	23%	8.8%(R3)	D
ストレスを常に感じている人の割合	8.7%	現状未滿	8.5%(R3)	C
<b>(2) 依存症対策</b>				
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(性別に再計算値)	男性 22.1% 女性 23.8%	—※1	男性 26.5%(R3) 女性 24.7%(R3)	D

※1 指標を性別に再設定したため割愛  
 ※2 指標を該当者数から割合に再計算

#### ④ 次期健康増進計画策定に向けて

今後のポストコロナの状況を見据えつつ、必要な感染対策を講じながら各種事業を開催できるよう、新たな取組を着実に推進していく必要があります。

次期健康増進計画策定においては、本報告の評価がコロナ禍の影響を受けたものとなっていることを考慮し、評価指標や目標値を検討し設定します。

# 分野別取組に対する評価

## 1 健康意識の向上に関する取組の現況・評価

### ① 栄養・食生活

#### 【数値目標の達成状況】

3指標で計画目標値が未達成となっており、いずれも策定時より悪化しています。

指 標	策定時値	目標値	現状値	評価
「かみかみの日」の言葉も意味も知っている人の割合	14.5%	36%	13.6%(R3)	D
1日3食をほぼ毎日食べている人の割合	79.0%	85%	67.4%(R3)	D
野菜の摂取や減塩など、栄養バランスを考えて食事をしている人の割合	60.9%	70%	32.8%(R3)	D

#### 【評価に関する考察】

新型コロナウイルス感染症の感染拡大がもたらした様々な制限が食事内容に影響を与えたことが、1日3食をほぼ毎日食べている人の割合、および栄養バランスを考えて食事をしている人の割合の減少原因のひとつだと考えられます。

#### 【これまでの取組】

◆令和元年度から令和3年度については新型コロナウイルス感染症の感染拡大の影響により、規模を縮小して実施、または中止した取組があります。

◆乳幼児期からの健全な食生活を実践できるように、保育所において食育・健康について年間計画に沿った話し合い・指導を行ったり、保健だよりに健康、栄養、生活習慣等について掲載したり、保護者への「食」に関する周知・啓発に取り組んだほか、給食の献立材料を写真や絵等を用いて三色分けし、食材の栄養や体への働きかけについて学ぶなど、発達段階に応じて食生活に対する正しい知識と望ましい食習慣を身に付けることができるよう、食育の推進を図りました。

【主な事業等】 「離乳食だより・給食だより・食育だより・保健だより」「自己配膳」「三色分け」「公立小・中学校における食指導」「離乳食のトリセツ」「給食試食会」「食育の講演会の弁当参観」など

◆「かみかみの日」の周知・啓発に向け、保育園や小中学校の給食献立で季節の食材を使用したり、行事食やかみかみ献立を毎月実施するなど、噛むことの効用や大切さを知らせてきました。

【主な事業等】 「かみかみの日」「かみかみデー」「学校給食」など

◆適塩（食塩の適量摂取）を始めとした健康的な食生活の実践に必要な知識を身に付けられるように、食育推進教室や適塩レシピの紹介、市内飲食店等とのコラボによる料理動画配信等を実施してきました。また、適塩生活アンケートの実施や適塩啓発グッズを配布するなど、市民の食生活の把握と啓発に取り組みました。



〔主な事業等〕 「食選科（食育推進教室）」 「適塩推進事業」 など

◆令和3年度に入り、乳幼児や保護者向けの保健指導・教室などは新型コロナウイルス感染症拡大の影響により落ち込んでいた実績が回復しつつあります。

適塩推進事業（食塩の適量摂取の推進）

「塩対応」をキャッチフレーズに、適塩レシピ紹介や料理動画配信をしています。また、市広報やホームページ等を活用した情報発信により、幅広い世代へ適塩（食塩の適量摂取）を啓発しています。

主な取り組み	取組内容
レシピ紹介	市広報・ホームページへの適塩レシピの掲載及び市公式アプリ、SNS等での情報発信（10回）
料理動画配信	市内飲食店店主による料理レシピ動画の市公式YouTubeでの配信（全3回）
健康セミナー	管理栄養士による健康セミナーの実施（会場及びWEB開催）

○適塩レシピの情報発信

簡単に作れて、おいしく適塩な料理のレシピを掲載しています。レシピの詳細はQRコードからご覧いただけます。



○料理レシピ動画の配信

市内飲食店店主による適塩料理の調理動画を市公式YouTubeで配信しています。詳細はQRコードからご覧いただけます。



**トピックス** 大切なお知らせ

**02 寝屋川市オリジナルの適塩メニューを作ってみよう!**  
おうちdeクッキング 保健給食課 (0829-7771)

適塩推進事業の一環として、市オリジナルの適塩メニューを作りました。メニューは、府のコンテストで受賞した「ゴマジェットカフェキッチン」が考案し、市の管理栄養士が監修しました。簡単に作れて、しかも適塩。調理動画を市公式YouTubeで配信しますのでぜひ作ってみてください。

**第1回目**

- 押し麦ごはん
- あじの味噌マヨ焼き
- 小松菜のにげたし
- かぼちゃとレーズンのカレーサラダ
- デザート

2月15日(日)から配信 全3回配信予定

おうちdeクッキング

ゴマジェットカフェキッチン (東大井町)

【おすすめのが政府ヘルシーメニュー2019!人気コンテストのヘルシー弁当部門で受賞賞を受賞。

**寝屋川市オリジナルの適塩メニューを作ってみよう!**

適塩推進事業の一環として、市オリジナルの適塩メニューを作りました。メニューは、府下のコンテストで受賞した「ゴマジェットカフェキッチン」が考案し、市の管理栄養士が監修しました。簡単に作れて、しかも適塩。調理動画を市公式YouTubeで配信しますのでぜひ作ってみてください。

**第2回目** 3月1日(日)から配信

- 押し麦ごはん
- ほうれん草の白和え
- きこのマリネ
- デザート

**第3回目** 3月15日(日)から配信

- 押し麦ごはん
- タンリーチキン
- パプリカのおかか和え
- 小松菜のナムル
- デザート

デザートは動画を見てお楽しみ!



## ② 運動・身体活動

### 【数値目標の達成状況】

運動習慣のある人の割合は計画目標値を達成していませんが、策定時値より改善となっており、改善傾向が見られます。

指 標	策定時値	目標値	現状値	評価
1回30分以上の運動・スポーツを週2回以上、1年以上継続している人の割合	33.4%	39%	35.7%(R3)	B

### 【これまでの取組】

◆寝屋川ハーフマラソンやエンジョイフェスタ in ねやがわといった、市民・市民団体・行政が協働しながら開催してきた取組において、子どもから高齢者まで幅広い層の健康増進や地域コミュニティの活性化を図ってきましたが、令和元年度から令和3年度については新型コロナウイルス感染症の感染拡大の影響により中止となっています。

【主な事業等】 「寝屋川ハーフマラソン」「エンジョイフェスタ in ねやがわ」など

◆市民ウォーキングにおいても新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため開催を中止しましたが、打上川治水緑地でのウォークラリー形式で実施するなど、コロナ禍に対応した工夫を行いました。

【主な事業等】 「市民ウォーキング」

◆ねやがわ元気向上計画や元気アップ体操塾などの介護予防につながる体験型の取組については、新型コロナウイルス感染症の感染予防の観点から集団で集まることが難しく、今中止となっています。

◆令和3年度に入り、元気アップ体操塾などは新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止に留意しつつ再開することで、実績を回復しつつあります。

### ③ 休養・睡眠

#### 【数値目標の達成状況】

睡眠によって休養を取れている人の割合は計画目標を達成しており、策定時より4.6ポイントの改善が見られます。

指 標	策定時値	目標値	現状値	評価
睡眠による休養が十分とれている人の割合	19.1%	現状以上	23.7%(R3)	A

#### 【これまでの取組】

- ◆市立小・中学校などの教育機関と連携し、睡眠・休養の大切さを伝えることでその重要性を啓発するために、保健指導の際に養護教諭による指導やほけんだよりを通じて健康づくりに関する内容を掲載するなど、周知・啓発に努めてきました。

【主な事業等】 「保健指導」「ほけんだより発行」など

### ④ たばこ

#### 【数値目標の達成状況】

喫煙率は計画目標値からわずかに悪化していますが、概ね策定時から同程度で改善傾向も悪化傾向も見られない結果となっています。

指 標	策定時値	目標値	現状値	評価
喫煙率	15.0%	12%	15.5%(R3)	C

#### 【これまでの取組】

- ◆受動喫煙を防止するため、健康増進法及び大阪府受動喫煙防止条例に基づき、対象の公共施設の喫煙所を廃止し、敷地内全面禁煙としました。

【主な事業等】 「受動喫煙防止対策事業」

- ◆市子どもの健やかな成長のための受動喫煙防止条例に基づき、学校・幼稚園・保育所等の敷地の外周の道路、通学路、公園など子どもが多く往来する場所での喫煙を制限するとともに、路上喫煙禁止区域内に喫煙所を設置するなど、受動喫煙の防止に努めました。また、市立小学校4年生を対象としたコチニン値測定を実施し、保護者への禁煙の啓発及び家庭内での受動喫煙に関する意識の高揚を図りました。

【主な事業等】 「子どもの受動喫煙対策」など

- ◆市内の小・中学校や養護教諭部会と連携し喫煙防止教育についての相談や教育媒体の貸出を行うことでたばこの危険性を周知・啓発し、未成年者及び小さな子どもがいる家庭内での喫煙防止を図りました。また、寝屋川市域の事業所等へ、受動喫煙が健康に及ぼす影響について周知・啓発を行いました。

【主な事業等】 「健康づくり啓発事業」など

## ⑤ アルコール

### 【数値目標の達成状況】

指標を性別とするために飲酒率を再計算したことにより目標値が未設定となりましたが、策定時値より男女ともに悪化する結果となっています。

指 標	策定時値	目 標 値	現 状 値	評 価
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 (性別に再計算値)	男性 22.1% 女性 23.8%	— ※	男性 26.5%(R3) 女性 24.7%(R3)	D

※指標を性別に再設定したため割愛

### 【評価に関する考察】

新型コロナウイルス感染症の感染拡大がもたらした様々な行動制限が、家庭内などでの適正量を超えた飲酒をしている人の割合が増加した誘因のひとつだと考えられます。

### 【これまでの取組】

◆過度の飲酒は生活習慣病のリスクを高めるため、生活習慣病予防のための適切な飲酒について、健康相談や保健指導等を実施しています。

**【主な事業等】**「健康相談」「特定保健指導事業」「重症化予防事業」など

◆様々な機会を通じて、アルコールが及ぼす健康への悪影響について周知・啓発を行うとともに、医薬品への理解を深めるため、薬と健康について体験学習できるイベントを市と寝屋川市薬剤師会の共催で実施してきましたが、令和元年度、令和2年度については新型コロナウイルス感染症の感染拡大の影響により中止となっています。

**【主な事業等】**「すてきに生きる くすりと健康展」など

◆こころの健康相談においてアルコールや薬物などの依存症相談を実施するとともに、精神保健家族教室やO A Cミニフォーラム（依存症に関する交流会）など本人だけでなくその家族も対象に支援を実施しました。また、適切な支援の実施と支援者育成のために支援者向け研修を実施しました。

**【主な事業等】**「精神保健福祉業務」など

## ⑥ 歯と口の健康

### 【数値目標の達成状況】

むし歯のない子どもの割合は3歳6か月児では計画目標値を達成していますが、小学6年生で悪化しています。

成人歯科健康診査の受診率と定期的に歯科を受診している人の割合については計画目標値を達成していませんが策定時値より改善傾向が見られます。8020を達成している市民の割合については計画目標を達成しています。

成人歯科健康診査における歯周炎の状況については、策定時より10.5ポイント悪化しています。

指 標	策定時値	目標値	現状値	評価
むし歯のない（治療歯もない）子どもの割合	3歳6か月児 81.7% 小学6年生 81.0%	3歳6か月児 82% 小学6年生 現状以上	3歳6か月児 89.3%(R3) 小学6年生 76.5%(R3)	B
成人歯科健康診査の受診率	8.8%	11%	10.15%(R3)	B
成人歯科健康診査における歯周炎（歯周ポケット6mm以上）にかかっている人の割合	15.8%	現状未満	26.3%(R3)	D
8020を達成している市民の割合	3.1%	現状以上	4.7%(R3)	A
定期的に歯科を受診している人の割合	33.2%	48%	39.3%(R3)	B

### 【これまでの取組】

◆ライフステージに応じた歯の健康教育、歯科口腔対策の推進に向け取り組んできました。0歳からのむし歯予防教室や歯の親子教室といった乳幼児期からの口腔衛生に関する健診や指導、ブラッシング指導といった早期からの指導・啓発や、成人の歯の喪失につながる歯周疾患の早期発見・早期治療を促進するため、対象者に歯科健診受診券の発行、介護予防教室等における高齢者向け講座内での啓発を図りました。

【主な事業等】 「歯科検診 歯みがき指導 ほけん指導」「乳幼児保健歯科教室開催事業」「成人歯科健康診査事業」「みんなで介護予防教室」など

◆歯の健康展・市民の集いや虫歯予防デーなどといったイベント型・体験型の取組においては、新型コロナウイルス感染症の感染予防の観点から中止や縮小になったものが多く、今後は感染対策を講じながら開催する予定です。

◆令和3年度に入り、歯科教室や歯科検診などは新型コロナウイルス感染症の感染拡大の影響により落ち込んでいた実績が回復しつつあります。

## 2 社会環境の改善に関する取組の現況・評価

### ① 健康事業への参加

#### 【数値目標の達成状況】

健康教室の参加者数は計画策定時値から悪化し目標値を大きく下回る結果となりました。

ワガヤネヤガワ健康ポイント事業については事業が廃止されました。

指 標	策定時値	目標値	現状値	評価
ワガヤネヤガワ健康ポイント事業の応募者数	685人	3,000人	事業廃止	—
健康教室の参加者数	1,116人	1,400人	54人(R3)	D

#### 【評価に関する考察】

健康教室の参加者数が大幅に減少していますが、新型コロナウイルス感染症の感染拡大に伴う教室開催の中止や、感染拡大防止の観点から教室の定員を削減し積極的な勧奨を控えたこと、さらに、教室の主な参加者層である高齢者に対する外出制限等の影響によるものと考えられます。

#### 【これまでの取組】

◆生活習慣病予防等の知識を得ることができる健康教室の拡充や、心身の状態を把握する健（検）診を受診しやすい環境を拡充しました。

【主な事業等】 「健康相談」「ヘルスアップ教室」など

◆子どもやその保護者に向けての保健指導に取り組んできました。

【主な事業等】 「ほけんだより発行」など

◆年間を通じ健康づくりに親しみ、気軽に取り組むことができるように、情報提供されたレシピを市ホームページで公表し、食品廃棄を減らすことを目的とした啓発を行いました。

【主な事業等】 「エコ・クッキング」など

◆ワガヤネヤガワ健康ポイント事業は健康事業単独でのポイント事業ではその効果が限定的であるため令和元年度で廃止されました。また、健康教室については新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、定員を削減しての開催となり、今後の展開が課題となっています。

## ② 社会参加の促進

### 【数値目標の達成状況】

門真スポーツセンタープール利用補助事業については事業が廃止されました。

指 標	策定時値	目標値	現状値	評価
門真スポーツセンタープール利用補助事業の延べ人数	4,092人	4,700人	事業廃止	—

### 【これまでの取組】

- ◆門真スポーツセンタープール利用補助事業は利用者数が伸び悩んでいたことと、余暇の観点では「ねやがわプールズ」が好評であることから事業が廃止されました。
- ◆高齢者の社会参加活動を通じた介護予防の取組を支援することで地域の介護力を高め、趣味や社会活動への参加を促進するために、登録サポーターとして市内の介護保険施設、保育園などでのボランティア活動実績に応じたポイント付与を行いました。また、高齢者の外出を促し閉じこもり防止を図ることを目的とし、交通系ＩＣカードの購入又はチャージに係る費用への補助金を交付しました。  
【主な事業等】 「元気アップ介護予防ポイント事業」「高齢者交通系ＩＣカード購入補助事業」など
- ◆様々な活動に参加するきっかけづくりを推進するために、クリーンセンターの施設見学時に、ごみの発生抑制行動の一つとして食材購入時における適量購入や食べ残しのないライフスタイルについて説明を行いました。  
【主な事業等】 「施設見学」など
- ◆令和３年度に入り、新型コロナウイルス感染症の感染拡大の影響により落ち込んでいた元気アップ介護予防ポイント事業における登録サポーターのボランティア活動の実績が回復しつつあります。

### ③ 地域活動の促進

#### 【数値目標の達成状況】

出前講座については、事業が廃止されました。

指 標	策定時値	目標値	現状値	評価
出前講座の実施回数	12回	36回	事業廃止	—

#### 【これまでの取組】

◆出前講座等を通じて、地域における健康づくりを推進してきましたが、新型コロナウイルス感染症の感染予防の観点から中止や規模が縮小されたものが多くありました。なお、出前講座としての事業は令和元年度で廃止されましたが、市民からの要望に応じて講師派遣として健康教育を行い、地域活動を継続しています。

◆幼稚園児とその保護者に対して、地域の特色を生かした活動として野菜作りの指導や畑の見学、収穫などに取り組みました。野菜作り見学と収穫については令和3年度は実施回数を倍増させ実施しました。

【主な事業等】 「野菜作り見学と収穫」「野菜の栽培活動」など

◆令和3年度から後期高齢者医療広域連合からの事業委託を受け、地域の健康課題に合わせた健康教育及び健康相談を開始しています。

【主な事業等】 「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業」



### 3 生活習慣病の予防に関する取組の現況・評価

#### ① がん

##### 【数値目標の達成状況】

肺がん、乳がんの2指標において検診受診率は計画目標値を達成していませんが策定時値より改善傾向が見られます。

残りの3指標ではいずれも策定時より悪化しています。

指 標	策定時値	目標値	現状値	評価
胃がん検診受診率	2.36%	3%	2.20%(R3)	D
肺がん検診受診率	2.99%	4%	3.86%(R3)	B
大腸がん検診受診率	4.82%	6%	4.67%(R3)	D
乳がん検診受診率	4.16%	6%	マンモ 5.21%(R3) エコー 4.40%(R3)	B
子宮がん検診受診率	5.22%	7%	5.21%(R3)	C

##### 【評価に関する考察】

新型コロナウイルス感染症の感染拡大に伴い外出自粛が求められたことが、受診率低下の原因のひとつだと考えられます。

##### 【これまでの取組】

◆がん検診を受診しやすい環境整備を進め、市立保健福祉センター及び市内の検診取扱医療機関において各種がん検診等を実施するとともに、個別検診勧奨ポスターを掲示することで受診勧奨を行いました。

【主な事業等】 「各種健（検）診の実施」「レディース検診」「休日・出張検診」など

◆医療技術の進展によって乳がん等のように早期発見、早期治療することで高い確率で治癒するものも多くなってきていることから、特定の年齢に達した対象者に乳がん、子宮頸がんに関する検診費用が無料となるがん検診無料クーポン券及び検診手帳を送付しがん検診の受診促進を図るとともに、がんの早期発見と正しい健康意識の普及啓発に取り組みました。

【主な事業等】 「がん検診推進事業」「ヘルスアップ教室」など

## ② 循環器病

### 【数値目標の達成状況】

4 指標で計画目標値が未達成となっており、いずれも策定時より悪化しています。

指 標	策定時値	目標値	現状値	評価
特定健診受診率	36.5%	56%	34.8%(R3)	D
特定保健指導の実施率	21.4%	55%	18.3%(R3)	D
メタボリックシンドロームの該当者	19.4%※	現状未満	21.7%(R2)	D
高血圧Ⅱ度以上に該当する人（服薬者を除く）の割合	2.34%	現状未満	3.5%(R2)	D

※指標を該当者数から割合に再計算

### 【評価に関する考察】

新型コロナウイルス感染症の感染拡大に伴い外出自粛が求められたことが、受診率低下の原因のひとつだと考えられます。また、そのような期間に健診を受診した者は健康意識が高く、日常的により健康的な行動をとっている人の割合が高いことが考えられ、保健指導の必要性を感じていなかった者が策定時の受診者に比べて多くいたことが推察されます。

### 【これまでの取組】

◆循環器病は自覚症状のないまま進行することから、発症及び重症化を予防するため、定期的な健康診査の受診、保健指導を積極的に受けることが重要であり、特定健診の結果、生活習慣病のリスクが高く生活習慣の改善で予防効果が期待できる方に対して特定保健指導を行っています。

【主な事業等】 「特定健診事業」「特定保健指導事業」「重症化予防事業」など

◆若いうちから正しい生活習慣の実践に向け、生活習慣病予防をテーマに適塩の食事について学ぶための教室を実施してきました。

【主な事業等】 「自分で健康プロデュース～適塩生活、始めませんか～」など

◆健康意識の高揚や生活習慣の改善志向を踏まえ、健康長生塾を市と寝屋川市医師会の共催で開催してきましたが、令和元年度、令和2年度については新型コロナウイルス感染症の感染拡大の影響により中止となっており、今後の展開が課題となっています。

【主な事業等】 「健康長生塾」など

### ③ 糖尿病

#### 【数値目標の達成状況】

血糖高値者の割合については計画目標を達成しています。

残りの3指標ではいずれも策定時より悪化しています。

指 標	策定時値	目標値	現状値	評価
特定健診受診率	36.5%	56%	34.8%(R3)	D
特定保健指導の実施率	21.4%	55%	18.3%(R3)	D
メタボリックシンドロームの該当者	19.4%※	現状未満	21.7%(R2)	D
血糖高値者（HbA1c6.5%以上、服薬者を除く）の割合	2.83%	現状未満	2.2%(R2)	A

※指標を該当者数から割合に再計算

#### 【評価に関する考察】

新型コロナウイルス感染症の感染拡大に伴い外出自粛が求められたことが、受診率低下の原因のひとつだと考えられます。また、そのような期間に健診を受診した人は健康意識が高く、日常的により健康的な行動をとっている人の割合が高く、保健指導の必要性を感じなかった人が策定時の受診者に比べて多くいたことが推察されます。

#### 【これまでの取組】

◆糖尿病は発症すると治癒することが非常に困難なことから、発症及び重症化を予防するため、定期的な健康診査の受診、保健指導を積極的に受けることが重要であり、特定健診の結果、生活習慣病のリスクが高く生活習慣の改善で予防効果が期待できる方に対して特定保健指導を行っています。

【主な事業等】 「特定健診事業」「特定保健指導事業」「重症化予防事業」など

◆生活習慣と糖尿病の因果関係等について啓発を行うため、糖尿病予防をテーマにした正しい食事や運動について学ぶ教室の実施や、生活習慣病の予防及び改善や健康増進に関する正しい情報の活用法の普及を図るための健康教室を実施しました。

【主な事業等】 「自分で健康プロデュース～今が始め時！ずっと糖尿病知らず講座～」 「ヘルスアップ教室」 など

#### ④ COPD（慢性閉塞性肺疾患）

##### 【数値目標の達成状況】

COPDの言葉も意味も知っている人の割合は策定時より悪化しています。

指 標	策定時値	目標値	現状値	評価
COPDの言葉も意味も知っている人の割合	22.3%	45%	18.1%(R3)	D

##### 【これまでの取組】

- ◆COPDの主な原因はたばこの煙と言われていることから、受動喫煙を含め喫煙が健康に及ぼす影響についての周知・啓発に取り組みました。

【主な事業等】 「健康相談」など

## ⑤ 骨粗しょう症

### 【数値目標の達成状況】

加齢に伴う骨密度の低下率については計画目標を達成しています。

骨密度検診受診者については策定時より減少しています。

指 標	策定時値	目標値	現状値	評価
骨密度検診受診者	2,711人	3,500人	2,636人(R3)	D
加齢に伴う骨密度の低下率（女性60歳平均値）	20.2%	20%未満	15.00%(R3)	A

### 【評価に関する考察】

新型コロナウイルス感染症の感染拡大に伴い外出自粛が求められたことが、受診者減少の原因のひとつと考えられます。また、そのような期間に健診を受診した人は健康意識が高く、骨密度低下に対する予防的な行動をとれている人の割合が、策定時の受診者に比べて多くいたことが推察されます。

### 【これまでの取組】

◆骨密度は加齢だけではなく生活習慣等によっても低下することから、栄養バランスのとれた規則正しい食生活の重要性や、骨粗しょう症が健康や日常生活に及ぼす影響について啓発するとともに、市立保健福祉センターにおいて検診等を実施しました。

【主な事業等】 「各種健（検）診の実施」「ほけんだより発行」など

◆特に女性は、閉経後に骨密度の低下が加速して骨折しやすい状態に移行することから、20歳以上の女性を対象に、骨粗しょう症の病態を知り予防に必要な食事及び運動の知識を普及する教室を実施しました。また、骨粗しょう症予防には若年期からの生活習慣も重要であることから、子育て世代の女性が集まる場にて、若年層を対象とした健康教育を令和3年度から開始しています。

【主な事業等】 「骨粗しょう症予防教室～骨からキレイになる講座～」など

## 4 こころの健康に関する取組の現況・評価

### ① 自殺対策

#### 【数値目標の達成状況】

自殺死亡率、ゲートキーパーの言葉も意味も知っている人の割合の2指標はいずれも策定時より悪化しています。

ストレスを常に感じている人の割合については、計画策定時値よりわずかに改善は見られますが、概ね策定時から同程度となっています。

指 標	策定時値	目標値	現状値	評価
自殺死亡率（人口10万人あたりの年間自殺者数）	15.89人	9人	17,79人(R3)	D
ゲートキーパーの言葉も意味も知っている人の割合	9.7%	23%	8.8%(R3)	D
ストレスを常に感じている人の割合	8.7%	現状未満	8.5%(R3)	C

#### 【評価に関する考察】

自殺死亡率増加の背景には、新型コロナウイルス感染症による生活様式の変化、社会や経済、雇用情勢などの影響が考えられます。

#### 【これまでの取組】

- ◆ゲートキーパー養成研修は、地域で身近な支え手となるゲートキーパーを増やしていくことで、孤立を防ぎ、自殺予防につなげることを目的に、民生委員、市民、市職員等の、地域の方から相談を受ける機会が多い人を対象に行ってきました。

**【主な事業等】**「ゲートキーパー養成研修」

- ◆家庭での問題、職場の人間関係、生き方などに悩んでいる人に、それぞれの悩みによって保健師、精神保健福祉士、カウンセラーなどが相談に応じ、問題解決できるよう支援してきました。また、市のホームページなど、インターネットへのアクセスが難しい市民の方や、増加傾向にある、若年層や女性に手に取っていただきやすいよう、相談先一覧のリーフレットを作成しました。

**【主な事業等】**「精神保健福祉相談」「人権相談」

「相談員による心の悩み相談（カウンセリング）」など

- ◆18歳未満の子どもやその保護者の様々な問題や悩みについて、窓口での相談対応や電話での相談対応を実施するとともに、児童虐待相談については通告受理機関の一つとして虐待通報があった場合に他機関とも連携し対応してきました。また、子どもや保護者からの相談を受ける中で自殺企図の相談等があればその都度個別に対応を行っています。

**【主な事業等】**「こども相談事業（児童虐待の防止）」「子ども食堂支援事業」など

## ② 依存症対策

### 【数値目標の達成状況】

性別に分けて飲酒率を再計算したことにより目標値が未設定となりましたが、策定時値より男女ともに悪化する結果となっています。

指 標	策定時値	目 標 値	現 状 値	評 価
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 (性別に再計算値)	男性 22.1% 女性 23.8%	— ※	男性 26.5%(R3) 女性 24.7%(R3)	D

※指標を性別に再設定したため割愛

### 【評価に関する考察】

新型コロナウイルス感染症の感染拡大がもたらした様々な制限が、適正量を超えた飲酒をしている人の割合の増加原因のひとつだと考えられます。

### 【これまでの取組】

- ◆ 依存症について啓発を進めるとともに、依存症は本人の意志では特定の物質や行為をやめたり減らしたりできなくなるため、早めに行政を始めとする適切な関係機関による相談窓口につながるよう周知に努めました。

【主な事業等】 「精神保健福祉相談」など

- ◆ 様々な機会を通じて、アルコールが及ぼす健康への悪影響について周知・啓発を行うとともに、医薬品への理解を深めるため、薬と健康について体験学習できるイベントを市と寝屋川市薬剤師会の共催で実施してきましたが、令和元年度、令和2年度については新型コロナウイルス感染症の感染拡大の影響により中止となっており、今後の展開が課題となっています。

【主な事業等】 「すてきに生きる くすりと健康展」など

- ◆ 精神保健家族教室やO A Cミニフォーラム（依存症に関する交流会）など本人だけでなくその家族も対象に支援を実施しました。また、適切な支援の実施と支援者育成のために支援者向け研修を実施しました。

【主な事業等】 「精神保健福祉業務」など