

健康日本21(第3次)【国】

前計画【寝屋川市】

次期計画【寝屋川市第二次健康増進計画】 資料③

別表第一 健康寿命の延伸と健康格差の縮小に関する目標

目標	指標	目標値
健康寿命の延伸	日常生活に制限のない期間の平均	平均寿命の増加分以上回る健康寿命の増加(令和14年度)
健康格差の縮小	日常生活に制限のない期間の平均の下位4分の1の都道府県の平均	日常生活に制限のない期間の平均の下位4分の1の都道府県の平均の増加(令和14年度)

基本目標

目標	目標値
大阪府市町村10位の健康寿命	男性79.974歳 女性83.602歳

基本目標

目標	指標	指標データソース	現状値	目標値
健康寿命の延伸	日常生活に制限のない期間(要介護2以上になるまでの期間)の平均	国保データベース(KDB)システム(大阪府調べ)	男性79.1歳 女性83.6歳	R2 ベースライン値より増加

別表第二 個人の行動と健康状態の改善に関する目標

目標	指標	目標値
適正体重を維持している者の増加(肥満、若年女性のやせ、低栄養傾向の高齢者の減少)	BMI18.5以上25未満(65歳以上はBMI20未満)の者の割合	66%(令和14年度)
児童・生徒における肥満傾向児の減少	児童・生徒における肥満傾向児の割合	令和5年度から開始する第2次成育医療等の提供に関する施策の総合的な推進に関する基本的な方針(以下「第2次成育医療等基本方針」といふ。)に合わせて設定
バランスの良い食事を摂っている者の増加	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の者の割合	50%(令和14年度)
野菜摂取量の増加	野菜摂取量の平均値	350g(令和14年度)
果物摂取量の改善	果物摂取量の平均値	200g(令和14年度)
食塩摂取量の減少	食塩摂取量の平均値	7g(令和14年度)
日常生活における歩数の増加	1日の歩数の平均値	7,100歩(令和14年度)
運動習慣者の増加	運動習慣者の割合	40%(令和14年度)
運動やスポーツを習慣的に行っていないこどもの減少	1週間の総運動時間(体育授業を除く。)が60分未満の児童の割合	第2次成育医療等基本方針に合わせて設定

目標	目標値
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	70%
「かみかみの日」の言葉も意味も知っている人の割合	36%
1日3食をほぼ毎日食べている人の割合	85%
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	39%

基本方針に沿った取組

目標	指標	指標データソース	現状値	目標値	目標値設定の考え方
①適正体重を維持している者の増加	BMI18.5以上25未満(65歳以上はBMI20を超え25未満)	市民アンケート	67.5%	R3	現状値は年齢を加味していないが、今回の計画から厚生労働省指針に合わせて65歳以上とそれ以下で基準値を分けており、そうした場合の現状値は左記よりも減少すると考えられるため、健康日本21(第3次)の目標値を採用
	BMI20以下の高齢者(75歳以上)の割合	後期高齢者健診	21.5%	R3	減少 令和3年度後期高齢者医療健診結果を勘案し設定
	BMI18.5未満の20歳～30歳代女性の割合	市民アンケート	13.1%	R3	※目標値は設定しないものの、引き続き指標のモニタリングを行う。
②小・中学生における肥満傾向児の減少	小・中学生における肥満傾向児の割合	学校定期健康診断	13.6%	R4	減少 令和5年度から開始する第2次成育医療等の提供に関する施策の総合的な推進に関する基本的な方針(以下「第2次成育医療等基本方針」といふ。)に合わせて設定
③バランスの良い食事を摂っている者の増加	1日2回以上バランスの良い食事(主食・主菜・副菜を揃えた食事のこと)を食べる者の割合	市民アンケート	70.1%	R3	増加 国【健康日本21(第3次)】と府【第3次大阪府食育推進計画】は50%以上を目標としており、寝屋川市は現状値が70%で、国と府の目標値を既に達成している。参考指標がないため、社会経済的要因による格差も考慮し、現状値以上を目標とする。
④野菜摂取量の増加	野菜をしっかり食べると答えた者の割合	市民アンケート	44.2%	R3	50% 国【健康日本21(第3次)】と府【第3次大阪府食育推進計画】は1日350g以上を目標としており、参考指標がないため、社会経済的要因による格差も考慮し、50%(現状値+5%)を目標とする。
⑤食塩摂取量の減少	食塩を多く含む食品を控えるようにしている者の割合	市民アンケート	58.9%	R3	65% 国【健康日本21(第3次)】と府【第3次大阪府食育推進計画】は1日7g以下を目標としており、参考指標がないため、65%(現状値+5%)を目標とする。
⑥朝食を欠食する者の減少	朝食を欠食する者の割合	市民アンケート	11.1%	R3	ベースライン値より減少 国【第4次食育推進基本計画】と府【第3次大阪府食育推進計画】は15%以下を目標としており、寝屋川市は現状値が11.1%であり、国と府の目標値を既に達成している。就業状況(出勤前の時間が十分に取れない)等を考慮し、現状値より減少を目標とする。
⑦共食している者の増加	朝食か夕食を誰かと一緒に食べている者の割合	市民アンケート	朝食55.3% 夕食76.9%	R3	80% 国【第4次食育推進基本計画】と府【第3次大阪府食育推進計画】は週11回以上を目標としており、国と府は家族との共食、地域等での共食と区分を分けているが、寝屋川市は区分を分けていない(誰かと食べている)。参考指標がないため、80%(割合が高い夕食の現状+5%)を目標とする。
⑧日常生活における歩数の増加	1日の歩数の平均値	市民アンケート	なし		7,100歩 健康日本21(第3次)の目標値を採用
⑨運動習慣者の増加	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者の割合	市民アンケート	35.7%	R3	40% 健康日本21(第3次)の目標値を採用

別表第三 社会環境の質の向上に関する目標

	目標	指標	目標値
休養・睡眠	睡眠で休養がとれている者の増加	睡眠で休養がとれている者の割合	80% (令和14年度)
	睡眠時間が十分に確保できている者の増加	睡眠時間が6~9時間(60歳以上については、6~8時間)の者の割合	60% (令和14年度)
	週労働時間60時間以上の雇用者の減少	週労働時間40時間以上の雇用者のうち、週労働時間60時間以上の雇用者の割合	5% (令和7年)
喫煙	喫煙率の減少(喫煙をやめたい者がやめる)	20歳以上の者の喫煙率	12% (令和14年度)
	20歳未満の者の喫煙をなくす	中学生・高校生の喫煙者の割合	0% (令和14年度)
	妊娠中の喫煙をなくす	妊婦の喫煙率	第2次成育医療等基本方針に合わせて設定
飲酒	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日当たりの純アルコール摂取量が男性40g以上、女性20g以上の者の割合	10% (令和14年度)
	20歳未満の者の飲酒をなくす	中学生・高校生の飲酒者の割合	0% (令和14年度)
生活習慣の改善	歯周病を有する者の減少	40歳以上における歯周炎を有する者の割合	40% (令和14年度)
	よく噛んで食べることができる者の増加	50歳以上における咀嚼良好者の割合	80% (令和14年度)
	歯科検診の受診者の増加	過去1年間に歯科検診を受診した者の割合	95% (令和14年度)
歯・口腔の健康			
生活機能の維持・向上	ロコモティブシンドロームの減少	足腰に痛みのある高齢者の人数(人口千人当たり)(65歳以上)	210人 (令和14年度)
	骨粗鬆症検診受診率の向上	骨粗鬆症検診受診率	15% (令和14年度)
	心理的苦痛を感じている者の減少	K6(こころの状態を評価する指標)の合計得点が10点以上の者の割合	9.4% (令和14年度)

	目標	目標値
休養・睡眠	睡眠による休養が十分とれている人の割合	現状以上
たばこ	喫煙率	12%
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	9%
健康意識の向上に関する取組	成人歯科健康診査における歯周炎(歯周ポケット6mm以上)にかかっている者の割合	現状未満
	成人歯科健康診査の受診率	11%
	定期的に歯科を受診している人の割合	48%
	むし歯のない(治療歯もない)子どもの割合	3歳6か月児 92% 小学6年生 現状以上
	8020を達成している市民の割合	現状以上
骨粗しょう症	骨密度検診受診者	3,500人
	加齢に伴う骨密度の低下率(女性80歳平均値)	20%未満

基本方針に沿った取組

	目標	指標	指標データソース	現状値	目標値	目標値設定の考え方
休養・睡眠	⑩睡眠で休養がとれている者の増加	睡眠による休養が十分とれている者の割合	市民アンケート	74.3% R3	80%	健康日本21(第3次)の目標値を採用
たばこ	⑪喫煙率の減少	20歳以上の喫煙率	市民アンケート	男性26.3% 女性7.7% R3	男性21.0% 女性6.5%	現状値において、喫煙者のうち半数が禁煙を希望していることと、禁煙成功率を勘案し、男女別に目標値を設定
	⑫妊娠中の喫煙をなくす	妊婦の喫煙率	4か月児健診	3.6% R4	3.20%	4か月児健診で実施している「健やか親子21(第二次)」における調査結果ではR4度は3.6%であり、これを参考に目標値を設定
アルコール	⑬生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の減少	生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合	市民アンケート	25.6% R3	23.8%	国が男女平均の1.8%減を目標としているため、現状値25.6%から1.8%減じたものを目標値とする。
生活習慣の改善・フレイル対策	⑭歯周病を有する者の減少	成人歯科健康診査における歯周炎(歯周ポケット6mm以上)にかかっている者の割合	成人歯科健診結果	26.3% R3	26%	第2次大阪府歯科口腔計画の目標値を現状満たしているため、現状維持とする。
	⑮よく噛んで食べることができる者の増加	よく噛んで食べることができる者と答えた者の割合	市民アンケート	なし	75% (ベースライン値より増加)	第2次大阪府歯科口腔計画に合わせて設定
	⑯歯科検診の受診者の増加	成人歯科健康診査の受診率	成人歯科健診結果	10.15%	12%	過去の健診受診率を勘案し設定
		後期高齢者歯科健診の受診率	後期高齢者歯科健診の結果			※目標値は設定しないものの、引き続き指標のモニタリングを行う。
	⑰う蝕を有する乳幼児の減少	3歳でむし歯のない(治療歯もない)子どもの割合	3歳6か月児健診	3歳6か月児 89.3% R3	91.1%	これまでの減少ベースを勘案し設定
	⑱う蝕を有する児童・生徒の減少	12歳でむし歯のない(治療歯もない)子どもの割合	学校歯科健診	小学6年生 76.5% R3	小学6年生 80%	毎年0.5%増加するとして目標を設定
	⑲歯の損失の防止	60歳で24本以上の歯を有する者の割合	成人歯科健診結果	91.6% R3	95%	健康日本21(第3次)及び第2次大阪府歯科口腔計画を勘案し設定
生活機能	⑳骨粗鬆症検診受診率の向上	骨密度検診受診率	地域保健・健康増進事業報告	2.93% R3	3%	レディース検診が始まった時の受診率を目標値とする。

別表第三 社会環境の質の向上に関する目標

目標	指標	目標値	
がんの年齢調整罹患率の減少	がんの年齢調整罹患率(人口10万人当たり)	減少(令和10年度)	
	がんの年齢調整死亡率の減少	がんの年齢調整死亡率(人口10万人当たり)	減少(令和10年度)
がん検診の受診率の向上	がん検診の受診率	60%(令和10年度)	
	脳血管疾患・心疾患の年齢調整死亡率の減少	減少(令和10年度)	
	高血圧の改善	収縮期血圧の平均値(40歳以上、内服加療中の者を含む。)	ベースライン値から5mmHgの低下(令和14年度)
	脂質(LDLコレステロール)高値の者の減少	LDLコレステロール160mg/dl以上の者の割合(40歳以上、内服加療中の者を含む。)	ベースライン値から25%の減少(令和14年度)
	メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少	メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の人数	令和6年度から開始する第4期医療費適正化計画(以下「第4期医療費適正化計画」という。))に合わせて設定
特定健康診査の実施率の向上	特定健康診査の実施率	第4期医療費適正化計画に合わせて設定	
特定保健指導の実施率の向上	特定保健指導の実施率	第4期医療費適正化計画に合わせて設定	

目標	目標値	
がん	胃がん検診受診率	3%
	肺がん検診受診率	4%
	大腸がん検診受診率	6%
	乳がん検診受診率	6%
	子宮がん検診受診率	7%
	高血圧Ⅱ度以上に該当する人(服薬者を除く)の割合	現状未滿
循環器病	メタボリックシンドロームに該当する人の割合	現状未滿
	特定健診受診率	56%
	特定保健指導の実施率	55%

基本方針に沿った取組

目標	指標	指標データソース	現状値	目標値	目標値設定の考え方		
がん	①がん検診の受診率の向上	胃がん検診受診率	地域保健・健康増進事業報告	2.20%	R3	2.39%	新型コロナウイルス感染症の流行前である。令和元年度受診率を目標とする。
		肺がん検診受診率	地域保健・健康増進事業報告	3.86%	R3	4.33%	令和2年から令和3年で受診率0.08%増加。0.08%の増加を7年間継続するため、令和4年度受診率3.77%に0.56%を加える。
		大腸がん検診受診率	地域保健・健康増進事業報告	4.67%	R3	5.87%	令和3年から令和4年で受診率0.15%増加。0.15%の増加を7年間継続するため、令和4年度受診率4.82%に1.05%を加える。
		乳がん検診受診率	地域保健・健康増進事業報告	マンモ 5.21% エコー 4.40%	R3	マンモ 5.59% エコー 4.40%	マンモ:乳がん検診受診率向上対策事業を開始した令和2年度の受診率を目標とする。 エコー:レディース検診を開始した令和3年度受診率を目標とする。
		子宮がん検診受診率	地域保健・健康増進事業報告	5.21%	R3	5.38%	令和2年から令和3年で受診率0.17%増加。令和3年度受診率5.21%に0.17%を加える。
		循環器病・糖尿病	②高血圧の改善	高血圧Ⅱ度以上に該当する者の割合	KDBデータ	7.0%	R3
③メタボリックシンドロームの該当者の減少	メタボリックシンドロームの該当者及び予備群に該当する者の割合			特定健康診査等の実施状況に関する結果	33.3%	R3	22.8%
④特定健康診査の受診率の向上	特定健診受診率		特定健康診査等の実施状況に関する結果	34.8%	R3	60%	国の特定健康診査等基本方針を勘案し設定
	⑤特定保健指導の実施率の向上		特定保健指導の実施率	特定健康診査等の実施状況に関する結果	18.3%	R3	60%

別表第三 社会環境の質の向上に関する目標

目標	指標	目標値	
生活習慣病(NCDs)の発症予防・重症化予防	糖尿病の合併症(糖尿病腎症)の減少	糖尿病腎症の年間新規透析導入患者数	12,000人(令和14年度)
	治療継続者の増加	治療継続者の割合	75%(令和14年度)
	血糖コントロール不良者の減少	HbA1c6.0%以上の者の割合	1%(令和14年度)
	糖尿病有病者の増加の抑制	糖尿病有病者数(糖尿病が強く疑われる者)の推計値	1,350万人(令和14年度)
	メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少(再掲)	メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の人数	第4期医療費適正化計画に合わせて設定
	特定健康診査の実施率の向上(再掲)	特定健康診査の実施率	第4期医療費適正化計画に合わせて設定
	特定保健指導の実施率の向上(再掲)	特定保健指導の実施率	第4期医療費適正化計画に合わせて設定
COPD	COPDの死亡率の減少	COPDの死亡率(人口10万人当たり)	10(令和14年度)

目標	目標値
生活習慣病の予防に関する取組	
糖尿病	
血糖高値者(HbA1c6.5%以上、糖尿病患者を除く)の割合	現状未滿
メタボリックシンドロームに該当する人の割合	現状未滿
特定健診受診率	56%
特定保健指導の実施率	55%
COPD(慢性閉塞性肺疾患)	
COPDの言葉も意味も知っている人の割合	45%

基本方針に沿った取組

目標	指標	指標データソース	現状値	目標値	目標値設定の考え方		
生活習慣病の発症予防・重症化予防	②⑥血糖高値者の減少	血糖高値者(HbA1c6.5%以上)の割合	KDBデータ	10.1%	R3	減少	第2次寝屋川市データヘルス計画を勘案し設定
		⑦COPDの死亡率の減少	COPDの死亡率(人口10万人当たり)	人口動態調査	13.8%	R2	10%

別表第三 社会環境の質の向上に関する目標

目標	指標	目標値
地域の人々とのつながりが強いと思う者の増加	地域の人々とのつながりが強いと思う者の割合	45%(令和14年度)
社会活動を行っている者の増加	いずれかの社会活動(就労・就学を含む。)を行っている者の割合	ベースライン値から5%の増加(令和14年度)
地域等で共食している者の増加	地域等で共食している者の割合	30%(令和14年度)
メンタルヘルス対策に取り組む事業場の増加	メンタルヘルス対策に取り組む事業場の割合	80%(令和9年度)
心のサポーター数の増加	心のサポーター数	100万人(令和15年度)
「健康的で持続可能な食環境づくりのための戦略的イニシアチブ」の推進	「健康的で持続可能な食環境づくりのための戦略的イニシアチブ」に登録されている都道府県数	47都道府県(令和14年度)
「悪心地在が良くなる」(まちなかづくり)に取り組み、市町村数の増加	滞在快適性等向上区域(まちなかウォークアップ区域)を設定している市町村数	100市町村(令和7年度)
望まない受動喫煙の機会を有する者の減少	望まない受動喫煙(家庭・職場・飲食店)の機会を有する者の割合	望まない受動喫煙のない社会の実現(令和14年度)

目標	目標値
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 4,700人
地域活動の促進	出前講座の実施回数 36回
自殺対策	ゲートキーパーの言葉も意味も知っている人の割合 23%
	ストレスを常に感じている人の割合 現状未測
	自殺死亡率(人口10万人あたりの年間自殺者数) 9人

社会環境の改善に関する取組

基本方針に沿った取組

目標	指標	指標データソース	現状値	目標値	目標値設定の考え方
社会活動を行っている者の増加	いずれかの社会活動(就労・就学を含む。)を行っている者の割合 ※社会活動を行っている高齢者(75歳以上)の割合も検討	市民アンケート	なし	ベースライン値より増加	現状値の把握ができないため、R6のベースライン値より増加を目標とする。
地域等で共食している者の増加	地域等で共食したいと思う人が共食する割合	市民アンケート	なし	ベースライン値より増加	現状値の把握ができないため、R6のベースライン値より増加を目標とする。
ゲートキーパー数の増加	ゲートキーパー研修の受講者数	ゲートキーパー養成研修	702人	H27～R4 毎年100人	現状では、平均88人/年であるが、コロナで実施が減っている期間も含まれているため、増加を見込んで毎年100人と設定
心理的苦痛を感じている者の減少	K6(こころの状態を評価する指標)の合計得点が10点以上の者の割合	市民アンケート	12.2%	R3 ベースライン値より減少	国が現状値から約1%減としていること、R3の現状値はコロナの影響を受けていることを鑑み、R6のベースライン値を基準とした。
自殺者の減少	自殺死亡率(人口10万人あたりの年間自殺者数)	地域における自殺の基礎資料	17.79人	R3 ベースライン値より減少	
ストレス軽減のための行動をとれている者の増加	ストレス軽減のための行動をとれている者の割合	市民アンケート	58.0%	R3 70%	コロナの影響を受ける前の、第一次計画策定時のアンケート(H29年10月)で「ストレス解消法がある」と回答した者の割合が71.3%のため、その数字に近づける。
悩み事を相談することができる支援機関を知っている者の増加	悩み事を相談することができる支援機関を知っている者の割合	市民アンケート	なし	ベースライン値より増加	
ヘルシーメニューを提供する飲食店等の増加	「うちのお店も健康づくり応援団の店」協力店舗数(累積店舗数)	大阪ヘルシー外食推進協議会事業報告	476店舗	R4 490店舗	毎年2店舗増加を目標とする。
受動喫煙の機会を有する者の減少	過去一カ月以内で、屋内における望まない受動喫煙にさらされる機会のある者の割合	市民アンケート	なし	ベースライン値より年2%減少	
家庭内で受動喫煙にさらされる子どもの割合の減少	家庭内で日常的に受動喫煙にさらされる機会のある子どもの割合	市民アンケート	なし	ベースライン値より減少	

誰もが自然に健康になれるまちづくり

自然に健康になれる環境づくり

別表第三 社会環境の質の向上に関する目標

	目標	指標	目標値		目標	目標値
誰もが アクセス できる 健康増進 のための 基盤の 整備	スマートライフ・プロジェクト活動企業・団体の増加	スマートライフ・プロジェクトへ参加し活動している企業・団体数	1,500団体(令和14年度)	社会環境の改善に関する取組		
	健康経営の推進	保険者とともに健康経営に取り組む企業数	10万社(令和7年度)			
	利用者に応じた食事提供をしている特定給食施設の増加	管理栄養士・栄養士を配置している施設(病院、介護老人保健施設、介護医療院を除く。)の割合	75%(令和14年度)			
	必要な産業保健サービスを提供している事業場の増加	各事業場において必要な産業保健サービスを提供している事業場の割合	80%(令和9年度)			
				へ健康事業参加者数	3,000人	
				健康教室の参加者数	1,400人	

基本方針に沿った取組

	目標	指標	指標データソース	現状値	目標値	目標値設定の考え方
誰もが 自然に 健康に なれる まちづくり						
	⑧働く人の健康づくりを意識する企業の増加	地域・職域連携推進会議のワーキンググループの「働く人の健康づくり会議」に参加する企業数	会議に参加した企業数	8社	R4	増加 令和4年度参加企業数8社のため、当該年度以上を目標とする。