

飯島町健康づくり計画(第5次)【概要版】

計画策定の趣旨

町では平成 14 年度に健康づくり計画を策定し、様々な健康づくりのための事業を推進してきました。平成 30 年策定、健康づくり計画(第4次)(平成 30 年度～令和 5 年度)では心と体の健康づくりと病気を早期から予防する一次予防を重視し、壮年期死亡の減少及び生活の質の向上及び健康寿命の延伸を図るための健康づくり施策に取り組んできました。

健康づくり計画(第4次)期間が終了を迎え、これまでの取り組みを評価し、成果と課題を踏まえ国・県の計画に基づき健康づくりに関する施策を総合的に推進するため飯島町健康づくり計画(第5次)を策定します。

また、この計画から健康づくりの出発点でもある母子保健計画を包含し、一体的な計画策定を行います。

計画の期間

令和 6 年度から令和 11 年度

基本理念

誰もが健康で居場所と出番があり共に支え合える地域づくり
～生涯を通じて、健康で充実した生活を実現する～

対象者

妊婦・乳幼児期から高齢期まで全ての町民・・・ライフステージに応じた取り組み

現状と課題

- ・平均寿命 令和 4 年 男 83.2 歳(県 82.5 歳)・女 88.7 歳(県 88.3 歳)
- ・健康寿命 令和 4 年 男 81.9 歳(県 81.1 歳)・女 85.7 歳(県 85.2 歳)
- ・死亡原因 平成 28 年～令和 2 年 がん 32.7%、心疾患 20.9%・脳血管疾患 11.5%
脳血管疾患の標準化死亡比が国と比べて高い
- ・介護保険 認定率は国・県と比べて低い
要介護認定者の原因疾患は「脳の病気」が 46%、「筋骨格系疾患」が 22%占めている
- ・健康づくり 運動習慣のある人が国・県と比べて少ない
睡眠不足と感じている人が増えている
血圧・血糖値の高い人が増えている
- ・母子保健 乳幼児健診受診率…1 歳 6 か月児 100%、3 歳児 100%を維持している
夜 22 時以降に寝る児の割合が多い
育児期の両親の喫煙率が高い

目標に関する取り組み

基本理念を実現するために 5 つの分野を設定し、各分野目標値を設定しました。
各目標値と取り組みを記載します。

1 健康な生活習慣の普及

1) 栄養・食生活

目標項目	現状値	目標値	備考
適正体重を維持している人を増やす	64.1%	66.0%	40～64 歳 BMI18.5～24.9
朝食を毎日食べる人を増やす※各年代	35.3～94.3%	90%以上	「毎日食べる」と回答した人
野菜の摂取量を増やす	29.0%	35.0%	1日3食食べる
減塩を実践している人を増やす	50.0%	60%以上	

2) 身体活動・運動

目標項目	現状値	目標値	備考
運動習慣のある人を増やす	32.1%	35.0%	運動習慣のある者の割合

3) アルコール

目標項目	現状値	目標値	備考
過剰な飲酒をしている人を減らす	37.0%	30.0%以下	1日1合以上飲酒している者

4) 歯・口腔の健康

目標項目	現状値	目標値	備考
定期的に歯科健診を受けている人を増やす	妊婦：24.3% 成人：14.3%	妊婦：30.0% 成人：20.0%	
乳幼児のむし歯のない人を増やす（3歳児）	96.9%	97.5%	むし歯がないの計算式 [100 - むし歯保有率(%)]
学童のむし歯のない人を増やす（12歳児）	男子：81.8% 女子：82.6%	82.5%	むし歯がないの計算式 [100 - むし歯保有率(%)]

5) たばこ

目標項目	現状値	目標値	備考
成人の喫煙率を減らす	11.7%	10.0%	

6) 出前講座・健康教室の実施

目標項目	現状値	目標値	備考
出前講座・健康教室参加者を増やす	359人	450人	1年間の人数

取り組み

実践

- ・飯島町食育推進計画（第3次）に基づく食育活動の展開…食育推進ネットワークを中心に実施
- ・バランスの良い食事・ライフステージごとの推進 ・個別食事・食生活相談・支援
- ・肥満者への体重減少プランと支援
- ・運動を中心とした健康づくり教室実施 ・こりすの会・つばさの会・介護予防教室実施
- ・適正飲酒に関する啓発・個別支援
- ・乳幼児健診歯科指導の充実 ・幼児期・学齢期の歯科健診及び口腔衛生指導実施
- ・妊婦歯科健診・成人歯科健診実施 ・たばこによる健康被害啓発 ・受動喫煙防止対策 ・禁煙支援
- ・保健師・管理栄養士による健康講話、歯科衛生士、健康運動指導士等専門職による健康講話や実践指導
- ・飯島町健康づくり運動団体活動補助金を継続し健康づくりに取り組む団体等の支援の実施

2 生きいきと生活するための心身機能の維持・向上

1) 休養・こころの健康

目標項目	現状値	目標値	備考
睡眠不足と感じている人を減らす	26.0%	20.0%	
自殺者を減らす（単位：人口10万対）	32.3	20.0	単位：人口10万対

実践

取り組み

- ・飯島町のち支える自殺対策推進計画(第2次)に基づく事業の展開
- ・睡眠の重要性関する啓発活動

3 生活習慣病の予防及び重症化の予防

1) がん

目標項目	現状値	目標値	備考
がん検診を受ける人を増やす	胃：20.7% 肺：34.1% 大腸：25.5% 子宮頸：44.0% 乳：41.2%	胃・肺・大腸 35.0% 子宮頸・乳 50%	
がん検診精密検査を受ける人を増やす	84.7%	100.0%	未把握+未受診/要精検者

2) 生活習慣病

目標項目	現状値	目標値	備考
脳血管疾患による死亡者を減らす	H25-29 男性:124.0 女性:119.4	H30-R4 100.0 以下	標準化死亡比
心疾患による死亡者を減らす	H25-29 男性:85.2 女性:92.8	H30-R4 100.0 以下	標準化死亡比
生活習慣病の リスクの高い 人を減らす	高血圧者の減少	32.7%	32.0% 140/90 mm Hg 以上
	脂質異常者の減少	51.2%	50.0% LDL コレステロール 160 mg/dl 以上
	高血糖者の減少	60.0%	59.0% HbA1c5.6%以上
生活習慣病の重症化による人工透析になる人を減らす	0人	0人	糖尿病性腎症によるもの (74歳以下)

実践

取り組み

- ・がん検診実施
- ・精密検査受診勧奨、追跡
- ・がんに関する知識の普及啓発
- ・循環器健診・特定健診実施
- ・健診後、保健師・管理栄養士による個別支援
- ・生活習慣病予防に関する普及啓発

4 後期高齢者の健康づくり

1) 生活習慣病重症化予防

目標項目	現状値	目標値	備考
生活習慣病重症化による医療費の増加を防ぐ	73.8万円/年	維持	1人当たり医療費
健診を受ける人を増やす	25.1%	28.0%	後期高齢者循環器健診受診率
生活習慣病のリスクを高い人を減らす	2.7%	2.5%	Ⅱ度高血圧者

取り組み

実践

- ・後期高齢者循環器健診実施
- ・健診後、適切な受診勧奨や保健師・管理栄養士による個別支援
- ・生活習慣病予防や健康な生活習慣に関する啓発
- ・「高齢者の保健事業と介護予防等の一体的な実施」事業の実施

5 母子保健対策の実施（飯島町母子保健計画）

1) 妊娠期～出産期

目標項目	現状値	目標値	備考
妊娠・出産に満足している人を増やす	92.7%	94.0%	
プレママの会の出席率を増やす	27.9%	30.0%	1～3回目の平均出席率

2) 乳幼児期～学童・思春期

目標項目	現状値	目標値	備考
全数児が1歳6か月児・3歳児健診を受ける	100.0%	100.0%	
夜22時以降に寝る児の割合を減らす	20.7%	12.0%	
保育園年長児の肥満・やせの割合を減らす	7.0%	6.5%	3歳児
思春期の肥満度異常の割合を減らす	男子:20.0% 女子:8.6%	男子:10.0% 女子:7.0%	
育児期の両親の喫煙率を減らす	父親:34.9% 母親:7.8%	父親:33.0% 母親:5.0%	中学2年生

3) 親子が生きいきと心豊かに生活できる

目標項目	現状値	目標値	備考
乳児期に体罰や暴言・ネグレクト等によらない子育てをしている親の割合を増やす	67.2%	75.0%	3歳児健診時アンケート
積極的に育児をしている父親の割合を増やす	70.5%	75.0%	

取り組み

実践

- ・母子健康手帳交付時、保健師・管理栄養士全数面接
- ・胎児期からの健康づくり支援
- ・健診での健康づくりに関する集団及び個別支援
- ・妊娠期から子育て期にわたる切れ目ない支援、関係機関と連携し個に応じた支援の実施

計画の推進

- ・飯島町健康長寿のまちづくり推進会議において、計画の見直しに関する事項を協議します。
- ・国・県・関係機関、町内関係部署と連携を図り、計画を推進します。
- ・町民一人ひとりの主体的な健康づくりを支援するために地区・自治会・町民グループ等とともに考えともに実践します。