

令和5年度 第3回 上越市健康づくり推進協議会

と き 令和5年8月30日(水)

ところ 上越市役所木田第1庁舎401会議室

令和5年度第3回上越市健康づくり推進協議会次第

と き 令和5年8月30日(水) 午後7時～8時30分
と ころ 上越市役所木田第1庁舎 401会議室

1 開 会

2 あいさつ

3 議 題

(1) 上越市健康増進計画の目標・指標項目一覧について

(2) その他

4 閉 会

上越市健康増進計画における指標の設定について

※ 7月12日 第2回健康づくり推進協議会にて協議実施

【継】 現計画で指標となっているもの
 【新】 次期計画で新たに指標とするもの
 【国】 関連計画で国が指標としているもの

項目	基本的な考え方・視点	取組みの方向性
(1)栄養・食生活	生活習慣病予防のための適正体重の維持	<ul style="list-style-type: none"> ・乳幼児期から学童期での成長曲線の活用 ・適切な質と量の食事を自ら選択できるための支援 ・野菜摂取量の増加や食塩摂取量の減少等の啓発
(2)身体活動・運動	健康増進のための運動習慣の定着	<ul style="list-style-type: none"> ・エネルギー消費量増加や筋力維持のための運動の啓発
(3)休養・睡眠	十分な休養と睡眠による心身の健康の確保	<ul style="list-style-type: none"> ・適切な休養と睡眠を取り入れた生活習慣の啓発
(4)飲酒	適正飲酒による生活習慣病リスクの低減	<ul style="list-style-type: none"> ・飲酒のリスクに関する啓発
(5)喫煙	成人の喫煙率の減少	<ul style="list-style-type: none"> ・喫煙のリスクに関する啓発
(6)歯・口腔の健康	※「上越市歯科保健計画」を領域別計画と位置づけ、上越市歯科保健計画策定委員会にて検討する。	

目標達成に向けた指標設定の考え方	指標	
	ライフコースアプローチ	
	妊娠期、乳幼児期、学童・思春期	成人期、高齢期
<ul style="list-style-type: none"> ○妊婦の肥満・やせがともに増加しているため、妊娠中や産後、適正体重維持への支援を行う。 ○生活習慣病の発症を予防するため、増加している乳幼児期から学童・成人期の肥満対策を行う。 	<ul style="list-style-type: none"> 【新】 妊娠届出時の肥満の減少 【継】 妊娠届出時のやせの減少 【継】 低出生体重児の減少 【継】 肥満度15%以上の幼児の減少 【継・国】 肥満度20%以上の小中学生の減少 	<ul style="list-style-type: none"> 【継・国】 肥満（BMI25以上）の減少 【新】 肥満（BMI25以上）の高齢者の減少 【継・国】 メタボ該当者・予備群の減少 【継・国】 やせ（BMI20未満）の高齢者の減少
<ul style="list-style-type: none"> ○各世代を通じて、肥満が課題となっており、生活習慣病の発症につながらないように、子どもの頃から運動が習慣化するように啓発を行う。 ○加齢による筋力低下が原因で要介護状態とならないよう、生涯を通じて身体活動・運動量の増加について啓発を行う。 	<ul style="list-style-type: none"> 【継・国】 運動に積極的に取り組む小中学生の増加 	<ul style="list-style-type: none"> 【継・国】 身体活動及び運動習慣のある者の増加 【新】 筋骨格系疾患が原因で要介護状態になる人の減少
<ul style="list-style-type: none"> ○学童から成人期において睡眠が十分にとれていないため、休養と睡眠の重要性について啓発を行う。 	<ul style="list-style-type: none"> 【新】 小中学生の平均睡眠時間の増加 	<ul style="list-style-type: none"> 【継・国】 睡眠を十分にとれていないと感じている人の減少
<ul style="list-style-type: none"> ○過度な飲酒が生活習慣病の発症・重症化につながらないように、適正な飲酒についての啓発を行う。 		<ul style="list-style-type: none"> 【継・国】 生活習慣病リスクを高める量を飲酒している人の減少
<ul style="list-style-type: none"> ○将来の健康への影響を避けるため、たばこ健康について正確な知識を普及する。 		<ul style="list-style-type: none"> 【継・国】 成人の喫煙率の減少
※「上越市歯科保健計画」を領域別計画と位置づけ、上越市歯科保健計画策定委員会にて検討する。		

【継】 現計画で指標となっているもの
 【新】 次期計画で新たに指標とするもの
 【国】 関連計画で国が指標としているもの

※ 7月12日 第2回健康づくり推進協議会にて協議実施

項目		基本的な考え方・視点	取組みの方向性	目標達成に向けた指標の考え方	指標	
					ライフコースアプローチ	
					妊娠期、乳幼児期、学童・思春期	成人期、高齢期
生活習慣病の発症・重症化予防	(1)-1循環器疾患	脳血管疾患発症による要介護状態の予防	・脳血管疾患発症のリスクが高い対象者を優先した保健指導	○妊娠高血圧症候群の基準に該当する人が増加しているため、ハイリスク者に対する指導を強化する。 ○循環器疾患を予防するため、小中学生に対し血液検査を行い、子どもの頃からの肥満や高血圧対策を行う。 ○肥満や高血圧、糖尿病等から脳血管疾患等の発症を予防するため、健診結果に合わせた生活を選択、実行するための支援を行う。 ○脳血管疾患発症リスクの高い対象者に保健指導を行い、脳血管疾患等による介護が必要な状態になることを予防する。	【新】 妊娠高血圧症候群の基準に該当する妊婦の減少 【継】 血液検査有所見率の減少	【新】 市民健診の受診率向上 【継・国】 特定健診の受診率、特定保健指導実施率の向上 【継】 II度高血圧（160/100）以上者および未治療者の減少 【継・国】 LDLコレステロール160以上の減少 【継】 介護保険第2号被保険者の要介護認定率の減少 【継】 介護保険第1号被保険者のうち中重度（要介護3～5）者の減少 【新】 平均自立期間の延伸
	(1)-2糖尿病	糖尿病性腎症の重症化による人工透析の予防	・糖尿病性腎症重症化予防プログラムに基づき、合併症予防や治療継続を目指した保健指導	○糖尿病性腎症の重症化による人工透析を予防するため、健診結果に応じた生活習慣の改善や適切な治療継続を支援する。		【継】 HbA1c6.5以上の未治療・治療中断の減少 【新・国】 HbA1c8.0以上の減少 【継】 糖尿病性腎症による新規透析導入者数の減少
	(2)がん	早期発見、早期治療につなぐための受診率の向上	・各種がん検診の受診勧奨 ・学習指導要領に基づくがん教育 ・子宮頸がんワクチンの接種	○がんの早期発見・早期治療のため、がん検診の受診率向上に向けた取組と精密検査対象者の受診勧奨を行い、がんによる死亡を防ぐ。		【継・国】 がん検診受診率の増加 【継・国】 がん死亡者数の減少

【継】 現計画で指標となっているもの
 【新】 次期計画で新たに指標とするもの
 【国】 関連計画で国が指標としているもの

※ 7月12日 第2回健康づくり推進協議会にて協議実施

項目		基本的な考え方・視点	取組みの方向性
社会環境の質の向上	こころの健康	※「上越市自殺予防対策推進計画」を領域別計画と位置づけ、上越市自殺予防対策連携会議専門部会にて検討する。	
	健康になれる環境づくり	自ら健康づくりに取り組むことができる市民の増加	<ul style="list-style-type: none"> ・ 取組みたい市民が減塩等に取り組むための食環境整備 ・ ICTを活用した健康管理の推進
	地域ぐるみで取り組む基盤整備	地域や職域等で様々な主体が健康づくりに取り組める環境整備	<ul style="list-style-type: none"> ・ 地区組織との連携による地域での健康づくりの推進 ・ 企業等との連携による働き盛り世代の健康づくりの推進 ・ 民間団体等との連携による広く市民を対象とした健康づくりの推進



目標達成に向けた指標の考え方	指標	
	ライフコースアプローチ	
	妊娠期、乳幼児期、学童・思春期	成人期、高齢期
※「上越市自殺予防対策推進計画」を領域別計画と位置づけ、上越市自殺予防対策連携会議専門部会にて検討する。		
<ul style="list-style-type: none"> ○ 市民が自ら健康づくりに取り組むことができるよう環境づくり（自助・共助）を推進する。 ○ 自分の体の状態に合わせた生活習慣の選択・実行のため、ICTを活用した個人の健康情報の見える化、減塩商品等、科学的根拠に基づいた健康情報の入手ができるよう環境整備や周知啓発を行う。 		<ul style="list-style-type: none"> 【新】 健康づくりポイント事業参加者数の増加 【新】 日本高血圧学会認証の減塩商品を取り扱う店舗の増加
<ul style="list-style-type: none"> ○ 生涯を通じた健康づくりを推進していくため、企業、民間団体、保育園、学校等と連携して健康づくりに取り組む。 ○ 年間を通して、継続的に健康づくりに取り組めるよう、地域の既存の関係団体と連携し、取り組む。 	<ul style="list-style-type: none"> 【新】 保育園等での健康講座実施施設の増加 【新】 市内の総合型地域スポーツクラブ、スポーツ協会会員数の人口に対する割合 	<ul style="list-style-type: none"> 【新】 地域および企業等での健康講座実施回数の増加

上越市健康増進計画 評価指標(案)

ライフコースアプローチ		一生使う体の基礎づくりをする特別な時期		次世代を生き育てる体づくりをする時期		体の維持・機能の低下予防が大事な時期	
		妊娠(胎児)期	乳幼児期	学童・思春期	成人期	高齢期	
		0~3歳	4~6歳	7歳~	18歳 20歳	40歳	65歳
		大人の生活習慣が子どもの生活習慣をつくる		自分で生活習慣を選択する力をつける	自分で生活習慣を選択し、実行する		
取組の方向性		<p>【生涯を通じた健康づくりのための3つの重点】</p> <p>○肥満予防: 全世代において肥満が増加している実態から、将来の生活習慣病予防のため、ライフコースの早期から切れ目なく肥満対策に取り組む。</p> <p>○働き盛り世代の健康づくり: 健康診査の受診勧奨と健診結果の確認、事業所、保健所等との連携等を通して、働き盛り世代の健康実態の把握と生活習慣病予防に努める。</p> <p>○高血圧予防: 主に健診結果をもとに、重症化・介護予防のため、減塩などの生活習慣の見直しや適切な受診について働きかける。</p>					
	項目	目標					
生活習慣の改善	(1)栄養・食生活	適正体重の維持	<input type="checkbox"/> 妊娠届出時の肥満の減少 <input type="checkbox"/> 妊娠届出時のやせの減少 <input type="checkbox"/> 低出生体重児(2,500g未満)の割合の減少	<input type="checkbox"/> 肥満度15%以上の幼児の減少 <input type="checkbox"/> 肥満度20%以上の小中学生の減少	<input type="checkbox"/> 肥満(BMI25以上)の減少 <input type="checkbox"/> メタボ該当者・予備群の減少	<input type="checkbox"/> 肥満(BMI25以上)の減少 <input type="checkbox"/> やせ(BMI20未満)の減少	
	(2)身体活動・運動	運動習慣の定着		<input type="checkbox"/> 運動に積極的に取り組む小中学生の増加 <input type="checkbox"/> 身体活動及び運動習慣のある人の増加		<input type="checkbox"/> 筋骨格系疾患が原因で要介護状態になる人の減少	
	(3)休養・睡眠	心身の健康の確保		<input type="checkbox"/> 小中学生の平均睡眠時間の増加	<input type="checkbox"/> 睡眠を十分にとれていないと感じている人の減少		
	(4)飲酒	適正飲酒			<input type="checkbox"/> 生活習慣病リスクを高める量を飲酒している人の減少		
	(5)喫煙	喫煙率の減少			<input type="checkbox"/> 成人の喫煙率の減少		
	(6)歯・口腔の健康	口腔機能の維持・向上	<input type="checkbox"/> 3歳児の虫歯有病率の減少	<input type="checkbox"/> 12歳児の虫歯有病率の減少 <input type="checkbox"/> 中学生の歯周病判定率の減少	<input type="checkbox"/> 40代で進行した歯周病を有する人の減少 <input type="checkbox"/> 過去1年間に歯科健診を受診した人の増加		
生活習慣病の発症・重症化予防	(1)-1循環器疾患	脳血管疾患による要介護状態の予防	<input type="checkbox"/> 妊娠高血圧症候群の基準に該当する妊婦の減少	<input type="checkbox"/> 血液検査有所見率の減少 <input type="checkbox"/> 市民健診受診率の向上	<input type="checkbox"/> 特定健診受診率、特定保健指導実施率の向上 <input type="checkbox"/> Ⅱ度高血圧(160/100)以上者の減少 <input type="checkbox"/> Ⅱ度高血圧(160/100)以上者の未治療者の減少 <input type="checkbox"/> LDLコレステロール160以上者の減少 <input type="checkbox"/> 介護保険第2号被保険者介護認定率の減少 <input type="checkbox"/> 第1号被保険者のうち中重度(要介護3~5)者の減少 <input type="checkbox"/> 平均自立期間の延伸		
	(1)-2糖尿病	糖尿病性腎症による人工透析の予防			<input type="checkbox"/> HbA1c6.5以上未治療・治療中断者の減少 <input type="checkbox"/> HbA1c8.0以上の人の減少 <input type="checkbox"/> 糖尿病性腎症による新規透析導入者数の減少		
	(2)がん	早期発見と早期治療			<input type="checkbox"/> がん検診受診率の増加 <input type="checkbox"/> がん死亡者数の減少		
社会環境の向上	こころの健康	自殺死亡率の減少		<input type="checkbox"/> 自殺死亡率の減少			
	健康になれる環境づくり	自ら健康づくりに取り組む市民の増加		<input type="checkbox"/> 健康づくりポイント事業参加者数の増加 <input type="checkbox"/> 日本高血圧学会認証の減塩商品を取り扱う店舗の増加			
	地域ぐるみで取り組む基盤整備	地域や職域で健康づくりに取り組む環境整備	<input type="checkbox"/> 保育園等健康講座実施施設の増加 <input type="checkbox"/> 総合型地域スポーツクラブ、スポーツ協会会員数の人口に対する割合	<input type="checkbox"/> 企業等での健康講座実施回数の増加 <input type="checkbox"/> 地域での健康講座実施回数の増加			

自分のことが自分でできる自立した生活を目指して

【目標】健康寿命の延伸と健康格差の縮小