

### ● 健康寿命の推移

健康寿命は、男性はやや上昇していますが、女性はやや低下傾向がみられます。

	H22年度	H27年度
男性	79.40歳	79.91歳
女性	83.67歳	83.52歳

### ● 健康目標値の達成状況

分野別に改善状況に偏りがあり、全体としては十分な改善が見られていない状況です。

	目標値達成(◎)	改善あり(○)	改善傾向または横ばい(△)	悪化(×)	判定不可	計
栄養・食生活	1	2	7	4	0	14
身体活動・運動	0	0	3	1	4	8
休養・こころの健康	3	1	1	3	0	8
喫煙	3	8	15	3	7	36
飲酒	0	1	2	6	7	16
歯・口腔の健康	3	2	2	3	2	12
糖尿病	1	0	4	10	0	15
循環器疾患	4	1	12	6	0	23
がん	0	0	2	4	0	6
計	15	15	48	40	20	138
	10.9%	10.9%	34.8%	29.0%	14.5%	100.0%

### ① 栄養・食生活

#### 現状(抜粋)

- 20～30代の朝食欠食率、食事バランスは改善傾向
- 20～30代の野菜摂取状況、成人男性の肥満割合は悪化傾向

#### 今後の取り組み(抜粋)

- 子どもの頃からの健康的な食習慣の確立  
→ 保育園、幼稚園、学校等における食育推等
- 働く世代への働きかけ  
→ 給食施設への指導、職域連携の推進等
- 民間と連携した食環境の整備

### ② 身体活動・運動

#### 現状(抜粋)

- 20～50代の2人に1人は、ほとんど運動していない
- 歩行時間が60分未満の人の割合は3割以上

#### 今後の取り組み(抜粋)

- 働く世代への働きかけ  
→ イベント等での親子参加の促進、職域連携の推進等
- 日々の歩数、活動量を増やすきっかけづくり
- 目的や健康状態に合わせ運動指導が受けられる体制整備

### ③ 休養・こころの健康

#### 現状(抜粋)

- 睡眠による休養を十分にとれていない人の割合が増加
- 若い年代でストレスを感じる割合が高く、ストレスの原因として最も多い理由は「仕事」
- 自殺者数は減少傾向だが、特徴として30代男性の自殺者が多い

#### 今後の取り組み(抜粋)

- 働く世代への働きかけ  
→ 職場におけるメンタルヘルス対策の推進  
→ 相談窓口情報のわかりやすい発信、相談体制の充実
- 子育て中の親子の孤立防止、安心して子育てできる相談体制の充実
- 柏市の特性を踏まえた自殺予防対策の推進

### ④ 喫煙

#### 現状(抜粋)

- 男性の喫煙率は改善傾向だが、女性の喫煙率が上昇
- 受動喫煙の機会を有する人の割合は「飲食店」「職場」が多い

#### 今後の取り組み(抜粋)

- 女性の喫煙率低下に向け、母子保健事業や保育園、幼稚園、学校等と連携した啓発の強化
- 禁煙支援情報の周知推進
- 職域等と連携した、受動喫煙対策の推進

### ⑤ 飲酒

#### 現状(抜粋)

- 「生活習慣病のリスクを高める飲酒量」の認識率が低い
- 多量飲酒する人の割合が増加

#### 今後の取り組み(抜粋)

- 適正飲酒に関する知識の普及
- アルコールに関する相談窓口の周知啓発の強化

### ⑥ 歯・口腔の健康

#### 現状(抜粋)

- 幼児・児童・生徒に係る指標は概ね改善傾向
- 進行した歯肉炎を有する成人の割合が増加

#### 今後の取り組み(抜粋)

- 働く世代に向けた歯・口腔の健康づくりの普及啓発及びかかりつけ歯科医の推進の強化  
→ 職域連携の推進  
→ 母子保健事業における保護者への啓発推進

### ⑦ 糖尿病/⑧ 循環器疾患

#### 現状(抜粋)

- 糖尿病、循環器疾患の指摘を受けた人の割合が増加傾向
- メタボリックシンドローム該当者の割合が男女ともに増加
- 特定健診受診率、特定保健指導実施率の目標達成率が低い

#### 今後の取り組み(抜粋)

- データヘルス計画に基づく特定健診受診率向上、特定保健指導実施率向上への取り組みの推進(柏市国保)
- 地域栄養相談システムの効果的な運用
- 慢性腎臓病対策として、かかりつけ医と腎専門医による病診連携システムの体制整備

### ⑨ がん

#### 現状(抜粋)

- がん検診受診率は、一部改善がみられるものの全体的に達成率は低い状況

#### 今後の取り組み(抜粋)

- 民間企業、学校等と連携したがん予防の啓発推進
- 受診しやすいがん検診の体制整備

## 計画推進の方向性

- ❖ 健康づくりに係る各施策の更なる効果的な推進
- ❖ 地域団体、教育関係機関、企業、保健医療関係機関等との連携により、市民の健康づくりを支援する環境整備の推進

