

「第4次健幸おおの21」の評価と課題

(1) 評価方法

計画の評価指標については、第4次策定当初値（令和2年度）と現状値（令和7年度）を比較し、以下の基準により判定を行いました。

判定	内容
A	目標値を達成している
B	改善しているものの目標未達成
C	変動なしまたは悪化傾向
－	評価困難

(2) 「第4次健幸おおの21」の達成状況

第4次健幸おおの21策定時に定めた指標は、合計19指標です。総括的な状況を整理すると、「A」評価が4指標、「B」評価が6指標で、約5割の指標が改善傾向となっています。

一方、「C」評価は計8指標で42.1%となっています。中でも身体活動や栄養・食生活、休養・こころにて「C」評価が多く、引き続き、自分のライフスタイルにあった運動の実施や野菜の摂取、減塩、バランスのよい食事の重要性について周知啓発していく必要があります。また、ストレスの発散方法や悩みがあるときは相談する先があることを周知し、取組を推進していく必要があります。

分野		A	B	C	－	計
身体活動	指標数	0	3	3	0	6
	割合	0.0	50.0	50.0	0.0	100.0
栄養・食生活	指標数	1	1	2	0	4
	割合	25.0	25.0	50.0	0.0	100.0
たばこ・アルコール	指標数	1	1	1	0	3
	割合	33.3	33.3	33.3	0.0	100.0
休養・こころの健康	指標数	1	0	2	0	3
	割合	33.3	0.0	66.6	0.0	100.0
歯・口腔の健康	指標数	1	1	0	1	3
	割合	33.3	33.3	0.0	33.3	100.0
計	実数	4	6	8	1	19
	割合	21.1	31.6	42.1	5.3	100.0

※ 判定割合は、四捨五入しているため、合計が100%とならない場合があります。

分野	目標指標		策定当初値	現状値	目標値	出典	評価
			令和2年度	令和7年度	令和8年度		
身体活動	週1回以上「運動」する人を増やす 数値：週に1回以上「運動」している人の割合		40.6%	37.4%	45%以上	市民アンケート調査結果	C
	適正体重の人を増やす 数値：BMIが25以上の人の割合	男	29.2%	28.0%	25%以下		B
		女	16.3%	16.0%	12%以下		B
	20歳代～30歳代の女性のやせの人を減らす 数値：BMIが18.5以下の人の割合		22.6%	38.4%	20%以下		C
	1日あたりの歩数を1,000歩増やす (新)	男	平均4,935歩	平均5,728歩	6,600歩以上		B
女		平均5,584歩	平均4,942歩	6,000歩以上	C		
栄養・食生活	塩分摂取量を減らす 数値：塩分を多く含む食品を摂る人の割合		16.6%	12.7%	15%以下		A
	甘い飲食物を多く摂る人を減らす 数値：甘い飲食物を多く摂る人の割合		34.1%	32.9%	30%以下		B
	緑黄色野菜を毎日食べる人を増やす 数値：緑黄色野菜を毎日食べる人の割合		42.2%	34.9%	55%以上		C
	バランスなどに配慮した食生活を送っている人を増やす 数値：栄養バランスに配慮した人の割合		29.1%	27.4%	65%以上		C
たばこ・アルコール	成人の喫煙率を下げる 数値：成人の喫煙者の割合	男	27.1%	28.5%	15%以下	C	
		女	6.6%	5.5%	4%以下	B	
	毎日飲酒する人の中で（日本酒換算） 2合以上飲酒する人の割合を減らす（新）		43.0%	34.4%	40%以下	A	
健康 休養・こころの健康	最近1か月でストレスを感じた人を減らす 数値：ストレスを感じた人の割合		38.9%	39.1%	35%以下	C	
	こころの健康に関する講座の啓発回数を増やす 数値：講座の啓発回数（新）		4回 (市が実施した回数)	1回 (市が実施した回数)	2回以上	担当課実施	C
	事業所ストレスチェックの周知・啓発をする（新）		0回	1回	1回以上		A
歯・口腔の健康	55～64歳で残存歯が24本以上ある人を増やす 数値：歯が24本以上ある人の割合		60.3%	64.2%	65%以上	市民アンケート調査結果	B
	専門家による支援と定期管理を受けている人の割合を増やす ※数値：定期的に通院している人の割合		30.1%	50.6%	35%以上	市民アンケート調査結果	—
	3歳児でむし歯がない者の割合を増やす 数値：3歳児歯科検診の結果、むし歯がない者の割合（新）		82.7%	87.5%	85%以上	3歳児健診結果	A

※市民アンケート調査での設問内容を変更しているため、評価困難としています。

(2) 分野別のこれまでの取組と評価・課題

① 身体活動

■目標指標の評価状況

適正体重の人の割合は男女ともに改善（B評価）したものの、「週1回以上運動する人の割合」や「1日あたりの歩数（女性）」、および「20～30歳代女性のやせの人の割合」が悪化（C評価）しています。

■これまでの取組

学校や老人クラブ等において、ラジオ体操や外遊びなどの活動が定着し、高い達成度を示しました。これにより、フレイル予防の推進や、活動を通じた市民の交流促進に効果が出ています。

■現状の評価と課題

アンケート結果から、運動を「全くしていない」人の割合が42.2%と最も高く、前回調査よりも運動習慣の低下が見られます。運動習慣がない理由としては「仕事等で時間がない」（43.4%）が多く挙げられており、関係団体からも冬期の運動継続や、参加者の固定化・高齢化が課題として挙げられています。今後は、働き盛り世代でもレクリエーション的に手軽に参加できるような機会の提供や、悪化が顕著な若年女性（22.6%から38.4%に増加）に対する適正体重の認識をはじめとした健康づくりの啓発が必要です。

② 栄養・食生活

■目標指標の評価状況

「塩分を多く含む食品を摂る人の割合」が減少し（16.6%から12.7%）、目標を達成（A評価）しました。一方で、「緑黄色野菜を毎日食べる人の割合」や「栄養バランスに配慮した食生活を送る人の割合」が減少し、悪化（C評価）しています。

■これまでの取組

食生活改善推進員や学校での調理実習等の体験活動が高い達成度を示しました。これらの活動は、地場産物への関心向上や、共食を通じた孤立防止に大きく寄与しています。

■現状の評価と課題

塩分摂取に対する意識の向上は見られるものの、洋菓子や菓子パン類を週2回以上食べる割合が高い状況です。また、朝食については「ほぼ毎日食べる」割合が高い一方で、20歳代女性では「ときどき食べない日がある」割合が高く、食生活の乱れが見られます。関係団体からは、イベント参加者の固定化による新規層の開拓の難しさや、若者世代の興味を引くことの難さが指摘されています。全世代を通じた野菜摂取・バランスの良い食事の推進とともに、若年層に向けた食育啓発が今後の課題です。

③ たばこ・アルコール

■目標指標の評価状況

女性の喫煙率の低下（B評価）や、毎日飲酒する人の中で多量飲酒（2合以上）をする人の割合の減少（A評価）が見られました。しかし、男性の喫煙率は目標に反して増加（C評価）しています。

■これまでの取組

商工会議所等において敷地内禁煙や検診が徹底され、高い達成度を示しました。このような環境整備は、環境浄化や若年層の有害性理解・意識向上に有効に働いています。

■現状の評価と課題

喫煙者の中で「1日21本以上」吸う人の割合が増加し、重度喫煙化の傾向が見られます。また、加熱式たばこの普及も進んでいます。関係団体からは、自力でやめられるという思い込みや禁煙補助剤への理解不足により、個人の行動変容が難しいことが指摘されています。飲酒に関しても、年齢とともに毎日飲酒する頻度が高くなっています。個人の節酒・禁煙を促すため、正しい知識の普及や健康被害に対する適切なアプローチと啓発が求められます。

④ 休養・こころの健康

■目標指標の評価状況

事業所でのストレスチェックの周知・啓発は目標を達成（A評価）しました。しかし、「最近1ヶ月でストレスを感じた人の割合」の増加（C評価）や、「こころの健康に関する講座の啓発回数」の減少（C評価）が課題となっています。

■これまでの取組

医師会によるメンタルヘルスの相談対応や、JA女性部等による趣味・交流の場づくりが高実績を上げました。これらは早期の悩み把握や、高齢者の孤立防止・生きがい創出に繋がりました。

■現状の評価と課題

アンケートにおいて「この1ヶ月にストレスを感じたことがある」割合が最も高く、前回調査よりも「朝起きたときでも疲れを感じる人が多い」割合が増加しており、市民の疲労蓄積がうかがえます。また、男性40代で相談できる人・場所が「いない（ない）」割合が高く、関係団体からも、働く世代向けの研修・相談会への参加者が少ないことが課題として挙げられています。働く世代をはじめ、誰もが相談しやすい環境づくりと継続的な啓発が必要です。

⑤ 歯・口腔の健康

■目標指標の評価状況

「3歳児でむし歯がない者の割合」が増加し目標達成（A評価）したほか、「55～64歳で歯が24本以上ある人の割合」も改善（B評価）しています。

■これまでの取組

関係団体による歯磨き粉等の共同購入や学校での指導が順調に進み、子どもや特定層における口腔ケア習慣の定着や関心向上に効果が見られました。

■現状の評価と課題

デンタルフロス等を用いた歯間部の清掃割合が増加し、1年間の歯科健診受診率も50.6%と前回より増加するなど、全体的な口腔ケア意識の向上は見られます。一方で、男性20歳代で健診を受けていない割合が高く、関係団体からも「一般成人の関心が低い」ことが課題とされており、効果が子どもなどの特定層に留まっています。今後は、若年層への受診勧奨や、認知度がまだ低い「オーラルフレイル（言葉も内容も知らないが約60%）」を含めた、全世代への幅広い歯科保健対策が求められます。

