

第1章 計画の改定にあたって

1 計画の改定の背景

(1) 計画改定の背景

本市は、平成 16 年 3 月に「健康増進法」に基づき、健康づくりを総合的に推進するため、「健康ひた 21 計画」を策定しました。

平成 21 年の中間見直しでは、生活習慣病予防対策(特定健診・特定保健指導)や乳幼児期、学童思春期、青壮年期、高齢期の各期のライフステージごとの目標を新たに追加しました。さらに、平成 24 年度に生活習慣実態調査を、翌年 25 年度には健康づくり団体への聞き取り調査を行い、地域の健康課題を明らかにしながら取り組みを推進してきました。

また、日田市食育推進計画は平成 17 年に制定された「食育基本法」に基づき、本市では平成 21 年 3 月に策定し、平成 24 年の食育に関する意識調査を踏まえながら保育施設や学校、地域、食生活改善推進協議会などの各種団体と連携し、事業を展開してきました。

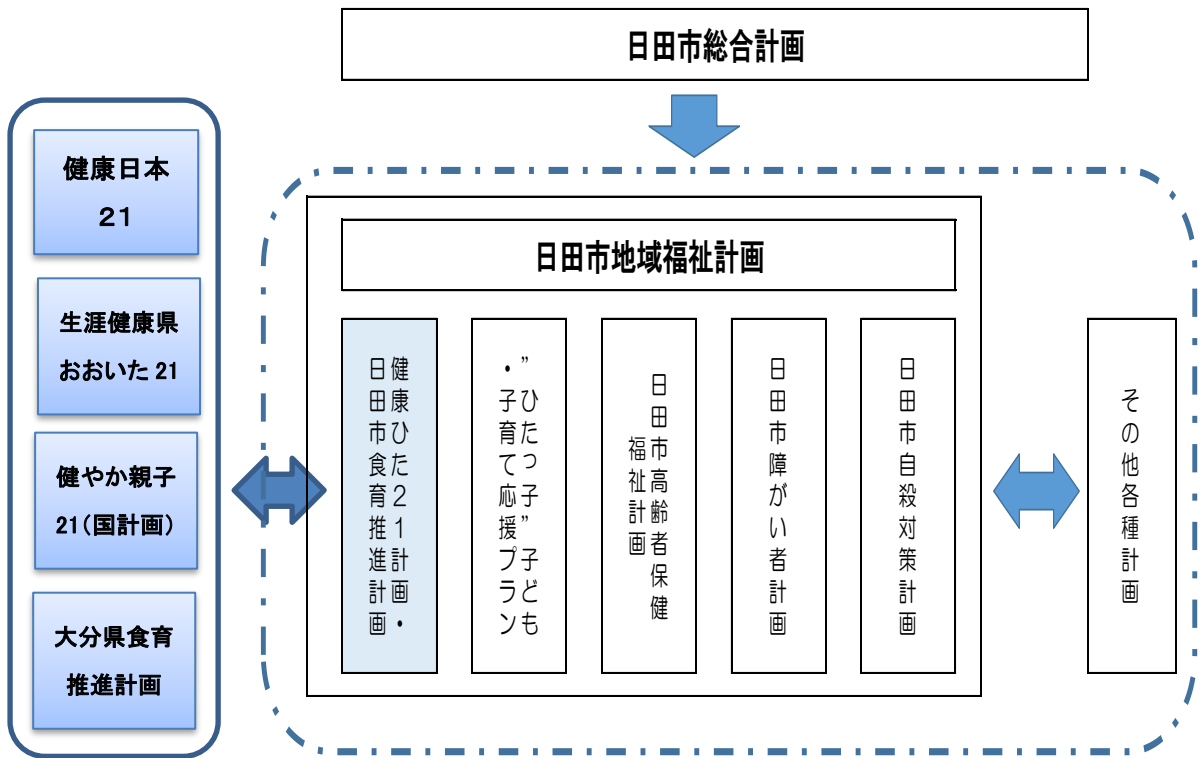
今回の計画にあたっては、日田市健康づくり推進協議会や平成 30 年度に市民を対象に行った生活習慣実態調査、食生活改善推進協議会や健康運動リーダーの会など各種団体等の意見をもとにこれまでの取り組みを評価し、乳幼児期のむし歯の保有者は年々減少傾向にあるものの県の平均より高い傾向にあることや、高血圧や糖尿病など生活習慣病の有病者が年々増加傾向にあることが分かり、これまで以上に効果的かつ効率的な保健事業の推進が必要であることが課題として見えてきました。

今後、更なる市民の健康増進を図るためには、保有しているデータを分析・活用し、市民の生活状況に添いながら、一次予防から重症化予防まで様々な角度から保健事業に取り組むことが必要です。

令和 2 年度からの計画においては、「健康」と「食育」の相互の相乗効果が生み出されるよう、「健康ひた 21 計画」と「日田市食育推進計画」を一体的に策定し、大分県や庁内関係部局、また、市が養成するボランティア団体等と密に連携を図りながら、引き続き、安心して子どもを産み育てられる環境づくりや市民の健康寿命の延伸を目指して、妊娠期から高齢期まで各ライフステージに応じたさまざまな健康づくりの取り組みを推進していきます。

(2) 計画の位置づけ

本計画の推進にあたっては、本市の「日田市総合計画」を上位計画とし、保健事業の効率的な実施を図るため、日田市地域福祉計画、“ひたっ子”子ども・子育て応援プラン、日田市高齢者保健福祉計画、日田市障がい者計画、日田市自殺対策計画等と整合性を図り推進します。また、国の健康日本 21(第二次)や健やか親子 21(第 2 次)、第二次生涯健康県おおい 21、第 3 期大分県食育推進計画とも整合性を図り、市のまちづくりの将来像である「ともにつくる 一人ひとり主役のひた」の実現に向け推進に努めます。



(3) 計画の期間

計画の期間は令和2年度から令和6年度までの5年間とします。

2 これまでの取り組み（★は市食育推進計画）

(1) 栄養・食生活分野

① 食育の推進

★「食育の日」の広報ひたでの周知、食育健康料理教室等の開催

② 栄養改善の推進(ライフステージ*1ごとに)

★乳幼児健康診査や離乳食教室、子育てサロンで推進

★子ども料理教室や青壮年世代に対する健康教室で推進

★高齢者の集いの場や健康づくり教室で、低栄養予防に関する講話

③ 食育推進や栄養改善のための環境整備

★食生活改善推進員の養成及び活動支援

★様々な組織、団体との連携(保育施設、学校、公民館、自治会など)

④ その他

・ベジプラスワン(「1日1皿野菜を多く取りましょう」)の普及啓発

★食生活改善推進員による中学生や地域住民への郷土料理教室の開催

★インターネット等を活用したレシピの配信

★広報ひたによる食や栄養に関する情報提供

(2) 運動・身体活動分野

- ① 運動・身体活動の啓発、継続支援
 - ・ウォーキング・スロージョギング[®]*2教室の開催
 - ・ステップ運動*3地域教室の開催(市内 18 か所)
- ② 生活不活発病への取り組み
 - ・高齢者の集まる場で、生活不活発病予防のための運動の推進
- ③ 運動に取り組みやすい環境の整備
 - ・運動ボランティア(ひた健康運動リーダー*4・ステップ運動リーダー*5)の養成及び活動支援
- ④ その他
 - ・ひた市民健康活動応援事業の推進(H30 年度登録者数 1,217 名)

(3) 歯・口腔の健康分野

- ① 適切な歯科保健行動の普及
 - ・1歳6か月児や3歳児健康診査時のフッ化物塗布*6の実施
 - ・乳幼児や保護者、高齢者の集いの場で、正しい歯磨きの方法や歯間清掃用具の使い方などを紹介
- ② 歯科健康診査の普及
 - ・母子健康手帳交付時に妊婦等に対し、妊娠中の歯科検診受診を勧奨
 - ・青壮年期から高齢期を対象とした歯周疾患検診の実施
- ③ 歯科口腔保健体制の整備
 - ・妊娠中からの歯科保健行動を H27 年度から調査中。調査結果をまとめ、今後の歯科保健体制の整備に活用
- ④ その他
 - ・親と子のよい歯のコンクールや市民健康福祉まつりで歯科検診やフッ化物塗布の実施
 - ・保育施設や学校関係者、歯科医師会、歯科衛生士会等歯科保健関係者との研修会の開催

(4) 保健医療・喫煙分野

- ① 毎年の特定健診、がん検診の推進
 - ・リーフレットやはがきによる未受診者に対する受診勧奨
 - ・保健師、看護師等による未受診者の訪問勧奨
 - ・健診を受診しやすくするための環境整備(午後健診の実施、委託医療機関の拡大)
- ② 特定健診、がん検診後の適切な健康管理
 - ・健診受診後の保健師、栄養士等による保健指導の実施
 - ・要精密者への医療機関受診勧奨
 - ・糖尿病重症化予防の取り組み(人工透析前の高血糖患者に対する個別支援)

- ③ 生活習慣病予防につながる健康習慣の形成
 - ・糖尿病予防教室や脱メタボ教室*7の開催
 - ・健康に関する情報について広報ひたに掲載(毎月1回)
- ④ 健康づくりを支える環境の整備
 - ・糖尿病重症化予防の取り組み(糖尿病による人工透析予防のための医療機関等関係者との連携会議の開催)

(5)こころの健康分野

- ① こころの健康のための正しい知識の普及啓発
 - ・休養やこころの健康に対する正しい知識の普及啓発(広報ひたへの掲載や相談窓口のチラシを配布、ゲートキーパー*8養成研修会の開催)
- ② こころの健康を支援するための体制整備
 - ・保健・医療・福祉の各関係機関と連携した精神医療保健福祉連携会議の開催
 - ・自殺対策推進のため関係機関と連携し、協議検討する委員会の開催

(6)健康づくり支援のための環境整備

- ① 育児支援の連携
 - ・関係機関と連携した、必要なケースへの個別育児支援
- ② 関係団体と連携し、情報の提供や研修会の開催
 - ・3組織(食生活改善推進員、ひた健康運動リーダー、ステップ運動リーダー)合同研修会の開催(年1回)
- ③ 3組織への活動支援
 - ・定期的な研修会や役員会の開催

<3組織の地域での活動内容>

- ★食生活改善推進員:地区公民館等で栄養改善伝達料理講習の開催、広報ひたでの「おすすめレシピ」の掲載
- ・ひた健康運動リーダー:地区公民館等で行われているミニデイサービスや高齢者サロン等で介護予防のための運動指導の実施
- ・ステップ運動リーダー:公民館で行うステップ運動地域教室で生活習慣病予防、介護予防を目的とした運動指導や教室の運営支援

3 計画の評価と指標の達成状況

(1)平成 30 年度生活習慣実態調査の実施状況

各計画を評価するため乳幼児期から高齢期までの対象者に対し、平成 30 年度に生活習慣実態調査を行った。

区分	対象者	配布数	回収数	回収率
乳幼児期	7 か月児・1 歳 6 か月児・3 歳児	468	402	85.9%
学童思春期	小学 6 年、中学 2 年、高校 2 年	695	667	96.0%
青壮年期	20 歳～64 歳	925	676	73.1%
高齢期	65 歳以上	230	230	100.0%
合 計		2,318	1,975	85.2%

(2)生活習慣実態調査結果

上記の実態調査の集計結果と各種保健医療の統計データを、平成 24 年度と同調査等と比較し、その結果を A～E の 5 段階で評価した。

評 価		栄養・ 食生活	運動・ 身体活動	歯・口腔 の健康	保健医療 ・喫煙	こころ の健康	全 体
A	目標達成	2	4	7	5	4	22
B	目標に達していないが改善傾向にある	6	3	4	3	3	19
C	変わらない	3	0	0	0	1	4
D	悪化している	10	4	5	8	1	28
E	策定時に値を把握できなかった又は算定方法が異なるため評価が困難等	1	0	0	6	0	7

「目標達成(A)」及び「目標に達していないが改善傾向にある(B)」は全項目(80 項目)のうち 41 項目で、約半数を占めている。

(3) 計画における指標の達成状況

① 健康ひた21計画における指標の達成状況 (★は食育推進計画の数値目標)

分野		指 標	目標値 (H31)	策定値 (H24)	評価時 (H30)	評価	備考
(1) 栄養・ 生活分野	1	おやつを決めている親の割合の増加(3歳)	60.0%	52.0%	46.5%	D	
	2	毎日朝食を食べている割合の増加(1歳6か月、3歳)	98.0%	94.3%	93.5%	C	
	3	毎日朝食を食べている割合の増加(小学校6年生)	98.0%	90.6%	88.6%	C	★
	4	毎日朝食を食べている割合の増加(中学校2年生)	96.0%	85.3%	85.1%	C	
	5	毎日朝食を食べている割合の増加(高校1年生)	94.0%	91.5%	92.0%	B	
	6	夕食の時間が楽しい人の割合の増加(小学生)	60.0%	54.9%	46.9%	D	★
	7	毎日家族そろって食事をしている人の割合の増加(小学生)	80.0%	54.0%	43.9%	D	★
	8	ほとんど毎食、主食・主菜・副菜のそろった食事をする割合の増加(高校生)	50.0%	41.0%	62.6%	A	★
	9	朝食を食べている割合の増加(20歳代男性)	85.0%	32.1%	61.5%	B	★
	10	朝食を食べている割合の増加(30歳代男性)	85.0%	77.4%	60.0%	D	★
	11	バランスよく食品を選んだり、食事を準備できたりすることができる割合の増加(男性)	40.0%	28.7%	30.9%	B	★
	12	バランスよく食品を選んだり、食事を準備できたりすることができる割合の増加(女性)	80.0%	76.2%	61.1%	D	★
	13	バランスガイド*9を知っている人の割合の増加	60.0%	36.6%	-	E	
	14	弁当や惣菜などを購入する時にカロリーやメニューなど成分表示を参考にして購入している人の割合の増加(男性)	40.0%	8.5%	6.3%	D	
	15	弁当や惣菜などを購入する時にカロリーやメニューなど成分表示を参考にして購入している人の割合の増加(女性)	60.0%	22.3%	9.3%	D	
	16	夕食後に間食(3食以外の夜食)をとることが週に3回以上ある人の割合の減少(40歳男性)	20.0%	51.4%	28.8%	B	
	17	夕食後に間食(3食以外の夜食)をとることが週に3回以上ある人の割合の減少(50歳女性)	20.0%	26.9%	41.7%	D	
	18	三度の食事を規則正しく食べている割合の増加(65~74歳)	90.0%	88.8%	80.3%	D	
	19	三度の食事を規則正しく食べている割合の増加(75歳以上)	98.0%	96.7%	82.8%	D	
	20	バランスよく食品を選んだり、食事を準備できたりすることができる割合の増加(65~74歳)	70.0%	61.9%	78.7%	A	
	21	バランスよく食品を選んだり、食事を準備できたりすることができる割合の増加(75歳以上)	80.0%	65.6%	78.1%	B	
	22	食生活改善推進員の増加	240人	179人	186人	B	★
(2) 運動・ 身体活動分野	23	運動不足だと思う人の割合の減少(青壮年期)	74.0%	77.9%	82.4%	D	
	24	運動しようと思うとき、一緒に運動する仲間がいる人の割合の増加	40.0%	35.3%	45.3%	A	
	25	健康や気分転換のために1日30分以上の運動を週3回以上を行っている人の割合(ウォーキングを含む)の増加(青壮年期)	22.0%	19.4%	15.1%	D	
	26	運動不足だと思う人の割合の減少(65~74歳)	50.0%	55.2%	54.1%	B	
	27	運動不足だと思う人の割合の減少(75歳以上)	50.0%	55.6%	49.7%	A	
	28	運動しようと思うとき、一緒に運動する仲間がいる人の割合の増加(65~74歳)	45.0%	40.3%	42.6%	B	
	29	運動しようと思うとき、一緒に運動する仲間がいる人の割合の増加(75歳以上)	35.0%	30.0%	34.3%	B	
	30	健康や気分転換のために1日30分以上の運動を週3回以上を行っている人の割合(ウォーキングを含む)の増加(65~74歳)	50.0%	44.0%	39.3%	D	
	31	健康や気分転換のために1日30分以上の運動を週3回以上を行っている人の割合(ウォーキングを含む)の増加(75歳以上)	50.0%	50.0%	34.9%	D	
	32	生活不活発病*10について知っている人の割合の増加(65~74歳)	20.0%	データなし	31.1%	A	
	33	生活不活発病について知っている人の割合の増加(75歳以上)	20.0%	データなし	29.0%	A	

(3) 歯・口腔 の健康分野	34	妊娠中に歯科検診を受けた人の割合の増加	35.0%	27.7%	24.5%	D		
	35	むし歯になりにくいおやつを選び方をしている親の割合の増加	25.0%	14.0%	17.6%	B		
	36	仕上げ磨きをしている親の割合の増加	75.0%	67.0%	74.3%	B		
	37	定期的に歯科健康診査を受けている子どもの割合の増加	45.0%	34.1%	27.2%	D		
	38	1歳6か月児のむし歯保有率の減少	3.2%(県平均)	4.1%	2.3%	A		
	39	3歳児のむし歯保有率の減少	30.5%(県平均)	33.7%	22.9%	A		
	40	1人あたりのむし歯本数の減少(12歳児)	1.83本(県平均)	2.16本	1.02本	A		
	41	定期的に歯科検診を受けている人の割合の増加(青壮年)	30.0%	22.8%	23.5%	B		
	42	かかりつけの歯科医院などがある人の割合の増加(青壮年)	80.0%	71.0%	47.0%	D		
	43	歯間清掃用具を使用する人の割合の増加(青壮年)	60.0%	49.0%	34.8%	D		
	44	現在の歯の数の増加(65～74歳)	20本	17.4本	15.9本	D		
	45	現在の歯の数の増加(75歳以上)	現状維持	12.0本	12.1本	A		
	46	定期的に歯科検診を受けている人の割合の増加(65～74歳)	35.0%	28.4%	41.0%	A		
	47	定期的に歯科検診を受けている人の割合の増加(75歳以上)	現状維持	25.6%	36.1%	A		
	48	歯間清掃用具を使用する人の割合の増加(65～74歳)	50.0%	41.8%	42.6%	B		
	49	歯間清掃用具を使用する人の割合の増加(75歳以上)	現状維持	30.0%	48.5%	A		
	(4) 保健医療・喫煙分野	50	特定健康診査受診率(※国民健康保険加入者)	60.0%	32.6%	36.1%	B	H29実績
		51	特定健康診査を毎年継続して受診している人の割合	73.6%	68.2%	45.3%	A	
		52	がん受診率の上昇 胃	40.0%	22.9%	10.7%	E	H27年度 から受診 率の算定 方法が変更
53		肺	40.0%	26.2%	13.7%	E		
54		大腸	50.0%	23.9%	12.9%	E		
55		子宮頸	50.0%	31.7%	15.4%	E		
56		乳	50.0%	26.1%	13.6%	E		
57		COPD(慢性閉塞性肺疾患)の認知度の向上	80.0%	—	—	E		
58		喫煙している人の減少(男性)	15.3%	25.8%	23.7%	B	H29実績	
59		喫煙している人の減少(女性)	3.7%	3.1%	3.6%	D	H29実績	
60		妊娠中の喫煙をなくす	0.0%	5.4%	2.6%	B		
61		妊娠中、禁煙に協力してくれる家族の増加	100.0%	94.0%	90.0%	D		
62		メタボリックシンドローム*11予備群・該当者増加の抑制(40～59歳男性)	34.8%	34.8%	34.7%	A	H29実績	
63		メタボリックシンドローム予備群・該当者増加の抑制(40～59歳女性)	10.7%	10.7%	11.3%	D		
64		糖尿病予備群増加の抑制(40～59歳男性)	8.2%	8.2%	7.6%	A		
65		糖尿病予備群増加の抑制(40～59歳女性)	5.6%	5.6%	7.3%	D		
66		糖尿病有病者増加の抑制(40～59歳男性)	8.0%	8.0%	8.9%	D		
67	糖尿病有病者増加の抑制(40～59歳女性)	3.2%	3.2%	4.5%	D			
68	脂質異常症該当者増加の抑制(40～59歳男性)	54.2%	54.2%	56.9%	D			
69	脂質異常症該当者増加の抑制(40～59歳女性)	42.6%	42.6%	38.7%	A			
70	血圧自己測定をしている者の増加(40～70歳の国保加入者、39歳以下)	45.0%	39.7%	51.3%	A			
71	定期的に体重測定している者の増加(40～70歳の国保加入者、39歳以下)	75.0%	69.7%	63.3%	D			

(5) こころの健康分野	72	困ったことや悩みの相談をしたいとき、相談できる親の割合(乳児)	95.0%	91.1%	99.3%	A	
	73	困ったことや悩みの相談をしたいとき、相談できる親の割合(幼児)	95.0%	98.6%	99.6%	A	
	74	睡眠時間が6時間以下の人の割合(小学生)	1.0%	1.4%	4.5%	D	
	75	睡眠時間が6時間以下の人の割合(中学生)	10.0%	11.9%	10.4%	B	
	76	睡眠時間が6時間以下の人の割合(高校生)	50.0%	52.1%	29.4%	A	
	77	休養が必要と感じたとき休養を取っている人の割合(青壮年)	75.0%	69.9%	70.8%	B	
	78	趣味やボランティア活動など「こころの張りがある」と答えた人の割合(65～74歳)	70.0%	56.0%	73.8%	A	
	79	趣味やボランティア活動など「こころの張りがある」と答えた人の割合(75歳以上)	70.0%	57.8%	58.0%	B	
	80	自殺死亡率(人口10万対)の減少(全世代)	19人	22.3人	16.2人	C	H29実績

② 食育推進計画における指標の達成状況

	指 標	策定値 (H24)	評価時 (H30)	評価	備考
1	食育に関心を持っている人の割合	72.3%	54.4%	D	
2	「食育の日」*12を知っている人の割合	—	4.5%	E	
3	朝食を欠食する人の割合(小学生)	2.8%	3.7%	C	
4	朝食を欠食する人の割合(20代男性)	35.7%	20.0%	A	
5	朝食を欠食する人の割合(30代男性)	16.1%	27.1%	D	
6	メタボリックシンドロームを認知している人の割合	54.7%	—	E	
7	食育ボランティア(食生活改善推進員)の数	179人	186人	C	
8	夕食の時間が楽しいと答える人の割合(小学生)	54.9%	46.9%	D	
9	ほとんど毎日家族そろって食事をする人の割合(小学生)	54.0%	43.9%	D	
10	ほとんど毎食、主食・主菜・副菜のそろった食事をする人の割合(高校生)	41.0%	62.6%	A	
11	自分でバランスよく食品を選んだり、食事を準備することができる人の割合(男性)	28.7%	30.9%	C	
12	自分でバランスよく食品を選んだり、食事を準備することができる人の割合(女性)	76.2%	61.1%	D	

【評価判定】 A:目標達成 B:目標に達していないが改善傾向にある C:変わらない
D:悪化している E:評価困難