

**第3次弥富市健康増進計画
弥富市食育推進計画
(案)**

令和7年12月

弥富市

目 次

| | |
|--------------------------|----|
| 第1章 計画の概要 | 1 |
| 1 計画のあらまし | 1 |
| 2 計画の位置づけ | 3 |
| 3 計画の期間 | 4 |
| 4 SDGsの推進 | 4 |
| 5 計画の推進体制 | 5 |
| 第2章 弥富市の健康を取り巻く現状 | 6 |
| 1 統計からみた健康状況 | 6 |
| (1) 人口の推移と推計 | 6 |
| (2) 世帯の状況 | 8 |
| (3) 出生と死亡の状況 | 8 |
| (4) がん検診の受診状況 | 12 |
| (5) 健康診査の受診状況 | 13 |
| (6) 医療・介護の状況 | 15 |
| (7) 生活習慣の状況 | 18 |
| (8) こころの状況 | 20 |
| (9) 歯と口の健康の状況 | 22 |
| (10) 喫煙の状況 | 24 |
| 2 アンケート調査結果からみえる状況 | 25 |
| (1) 調査概要 | 25 |
| (2) 調査結果（一部抜粋） | 26 |
| 3 第2次計画の最終評価 | 37 |
| (1) 指標の評価について | 37 |
| (2) 取組の概要 | 38 |
| 4 弥富市の課題 | 43 |
| 第3章 第3次健康増進計画 | 45 |
| 1 基本理念 | 45 |
| 2 方針（視点） | 45 |
| 3 計画の体系 | 47 |
| 第4章 取組 | 48 |
| 生活習慣病の発症予防および重症化予防 | 49 |
| がん対策 | 49 |
| 疾病対策 | 51 |

| | |
|------------------------|-----------|
| 生活習慣の見直し..... | 52 |
| 食事・栄養..... | 52 |
| 運動..... | 54 |
| 睡眠・こころの健康..... | 55 |
| 歯および口腔の健康..... | 57 |
| 飲酒・たばこ..... | 59 |
| みんなで支える健康づくり..... | 61 |
| 地域での健康づくり..... | 61 |
| 食育（食育推進計画）..... | 62 |
| 資料編..... | 63 |
| 関係団体調査結果..... | 63 |
| （1）調査概要..... | 63 |
| （2）調査結果（一部抜粋）..... | 63 |
| 学校・保育所等調査結果..... | 65 |
| （1）調査概要..... | 65 |
| （2）調査結果（一部抜粋）..... | 65 |
| ワーキング結果..... | 67 |
| 計画の策定経過..... | 68 |
| 弥富市保健対策推進協議会 委員名簿..... | 69 |
| 弥富市保健対策推進協議会要綱..... | 70 |
| 各種調査票..... | 72 |

第1章 計画の概要

1 計画のあらまし

本市では、平成19年度に「第1次弥富市健康増進計画『生涯健康のまちづくり』」(以下「第1次計画」という。)、平成27年度に「第2次弥富市健康増進計画」(以下「第2次計画」という。)を策定し、市民すべてが元気で生き生き暮らせるまちづくりを目指し、健康づくりを推進してきました。

「第3次弥富市健康増進計画」(以下「本計画」という。)は、これまでの取り組みを見直し、近年の動向や課題を踏まえ、さらなる健康づくりを推進するため策定しました。

また食育について、本計画より弥富市食育推進計画を作成し、ともに推進していきます。

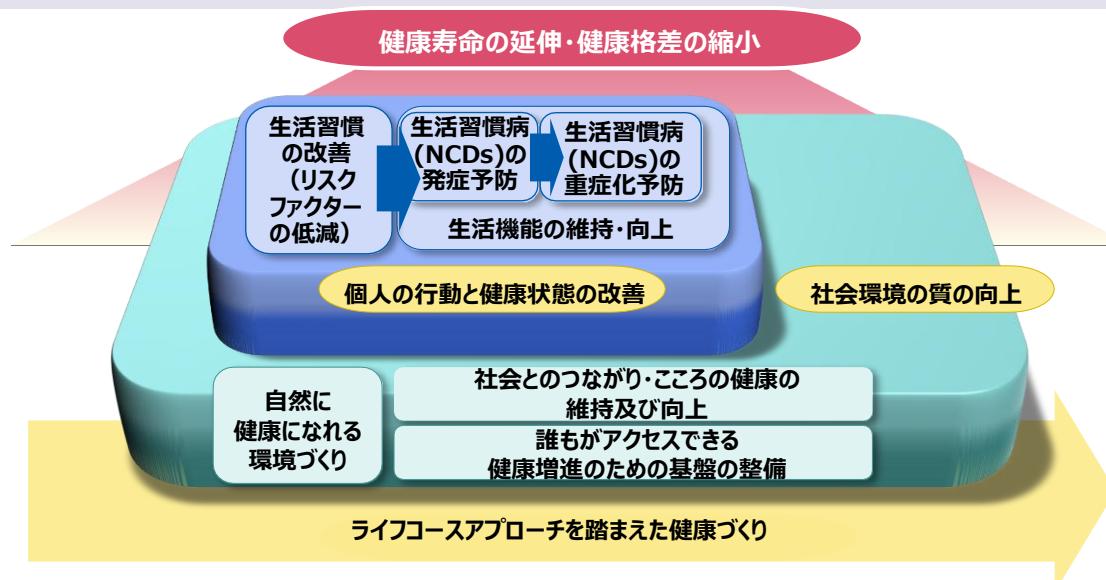
■国の動向

国は、健康増進に係る取り組みとして、昭和53年から「国民健康づくり対策」を数次にわたり展開してきました。令和6年度から開始された第5次国民健康づくり対策『21世紀における第三次国民健康づくり運動（健康日本21（第三次））』では、「すべての国民が健やかで心豊かに生活できる持続可能な社会の実現」をビジョンとし、「健康寿命の延伸・健康格差の縮小」「個人の行動と健康状態の改善」「社会環境の質の向上」「ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり」の4つの基本方針が示されています。

また、食育に関しては、平成17年に食育基本法が施行され、平成18年3月に「食育推進基本計画」を策定しました。令和3年3月には「第4次食育推進基本計画」(計画期間令和4年度～令和8年度)を策定し、『生涯を通じた心身の健康を支える食育』、『持続可能な食を支える食育の推進』、『「新たな日常」や社会のデジタル化に対応した食育』の推進を重点事項として位置付けています。

<『21世紀における第三次国民健康づくり運動（健康日本21（第三次））』 概念図>

全ての国民が健やかで心豊かに生活できる持続可能な社会の実現のために、以下に示す方向性で健康づくりを進める



第2章 弥富市の健康を取り巻く現状

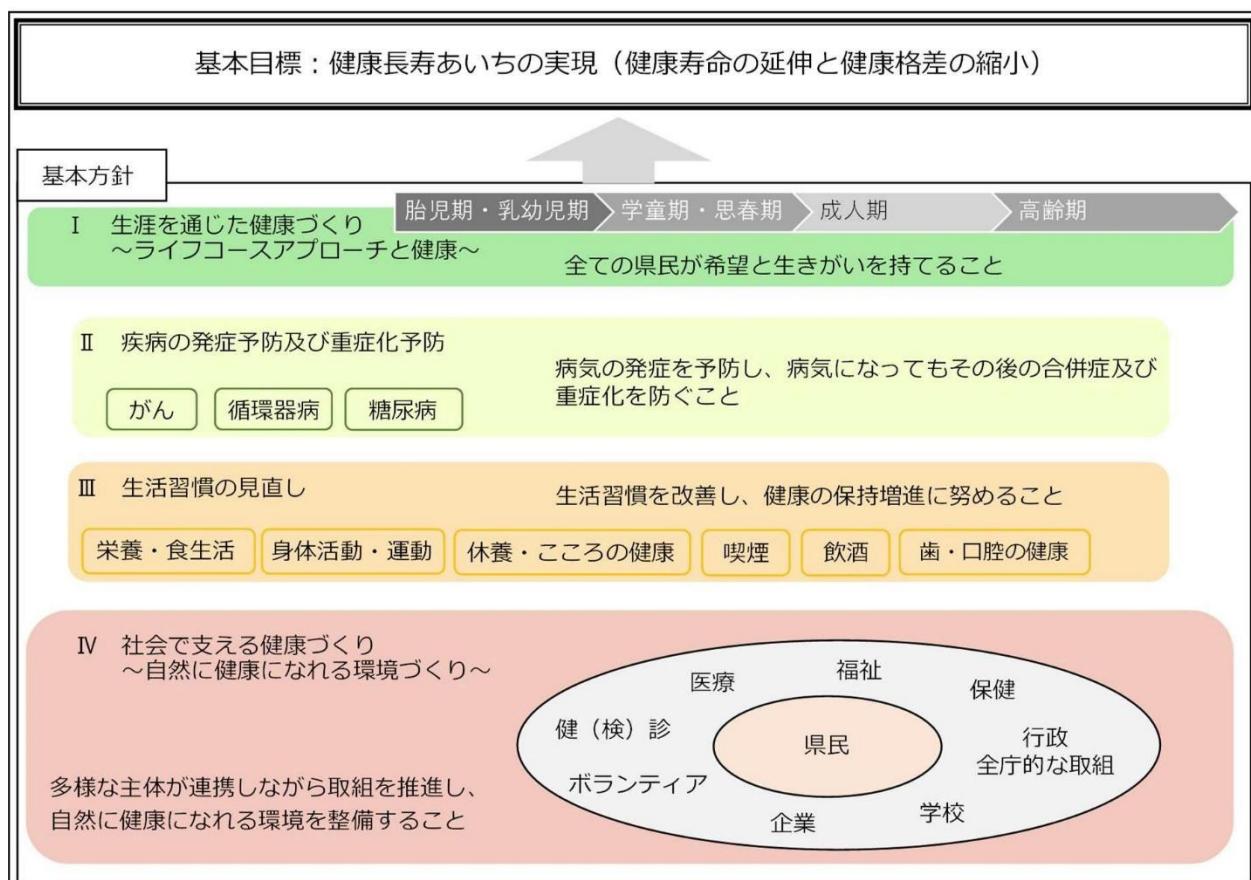
■県の動向

国の健康日本21を受け、県は平成13年3月に「健康日本21あいち計画」を策定し、健康寿命の延伸をめざした取り組みを推進しています。平成18年3月には「健康長寿あいち宣言」を発表し、健康長寿の実現に向けた取り組みも進めています。

令和6年3月に策定した「第3期健康日本21あいち計画」では、「人の生涯を経時的に捉えたライフコースアプローチ」や「自然に健康になれる環境づくり」といった新たな視点を加え、県の健康づくり施策の進むべき方向と主要な取り組みについて示しています。

また、食育に関しては、平成19年に「あいち食育いきいきプラン」を策定し、食育を県民運動として推進してきました。令和3年に策定した「あいち食育いきいきプラン2025」では、食を通じて「健康な体をつくること」「豊かな心を育むこと」「環境に優しい暮らしを築くこと」の3つに加え、これらを「支える」取組を推進し、健康で活力ある社会の実現を目指しています。

<「第3期健康日本21あいち計画 2024-2035 概念図>



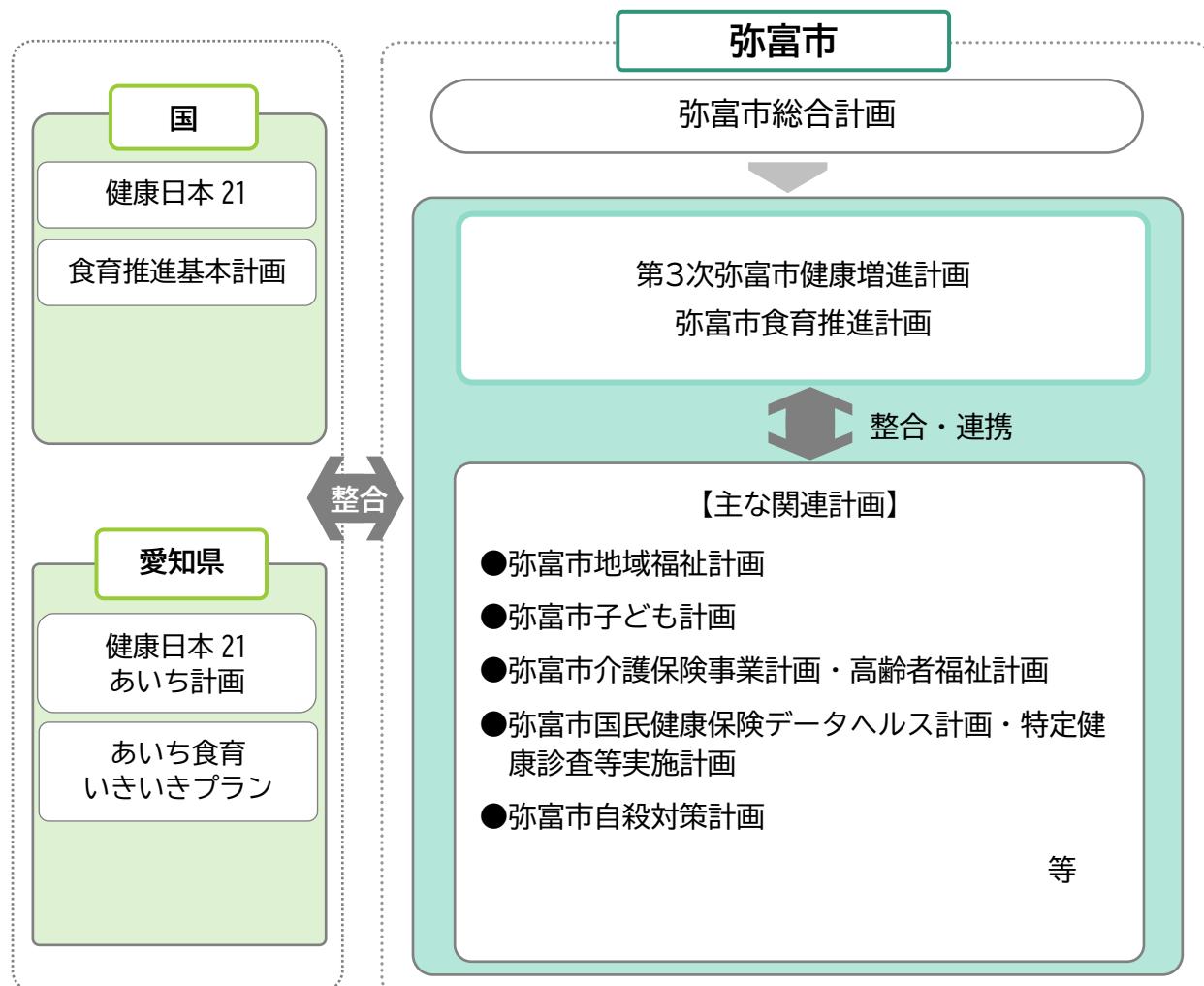
2 計画の位置づけ

健康増進法第8条第2項の規定に基づく、市町村健康増進計画に位置付けるとともに、国の「健康日本21（第三次）」、県の「第3期健康日本21あいち計画」を踏まえ策定します。

「健康増進計画」は、市民すべてが元気で生き生き暮らせるまちづくりを目指すため、市民が取り組む目標と、その実現に必要な施策の方針を掲げるものです。

この計画は、本市の総合計画や関連計画との整合性を確保しています。

また食育基本法第18条に基づく、弥富市食育推進計画を策定し、健康増進計画とともに推進していきます。



3 計画の期間

本計画の期間は、令和8年度から令和19年度までの12年間とします。

6年を経過した令和13年度に計画の中間評価を行い、必要に応じて内容の見直しを行います。

| 年度 | R5 | R6 | R7 | R8 | R9 | R10 | R11 | R12 | R13 | R14 | R15 | R16 | R17 | R18 | R19 | R20 |
|-----|-----|-----------------|------------------------|----|----|-----|-----|-----|------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|------|
| 弥富市 | 第2次 | | 第3次弥富市健康増進計画・弥富市食育推進計画 | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | 中間評価 | | | | | | | 最終評価 |
| 国 | 第2次 | 健康日本21（第三次） | | | | | | | | | | | | | | |
| 愛知県 | 第2期 | 第3期健康日本21 あいち計画 | | | | | | | | | | | | | | |

4 SDGsの推進

平成27年の国連サミットにおいて、“持続可能な開発目標（SDGs：Sustainable Development Goals）”が採択されました。その中には、貧困や飢餓、さらには気候変動や平和などの広範な分野にわたって令和12（2030）年までの17のゴール（開発目標）と169のターゲットが掲げられています。

その理念は“誰一人取り残さない”社会の実現を目指し、開発途上国のみならず先進国も含め全ての国や関係者の役割を重視し、経済・社会・環境をめぐる課題に統合的に取り組むこととして合意されたものです。

本計画では、第4章の取組における各施策にて、以下の関連する目標の実現を目指していきます。

本計画に関連するSDGsは、
「3 すべての人に健康と福祉を」
が該当します。



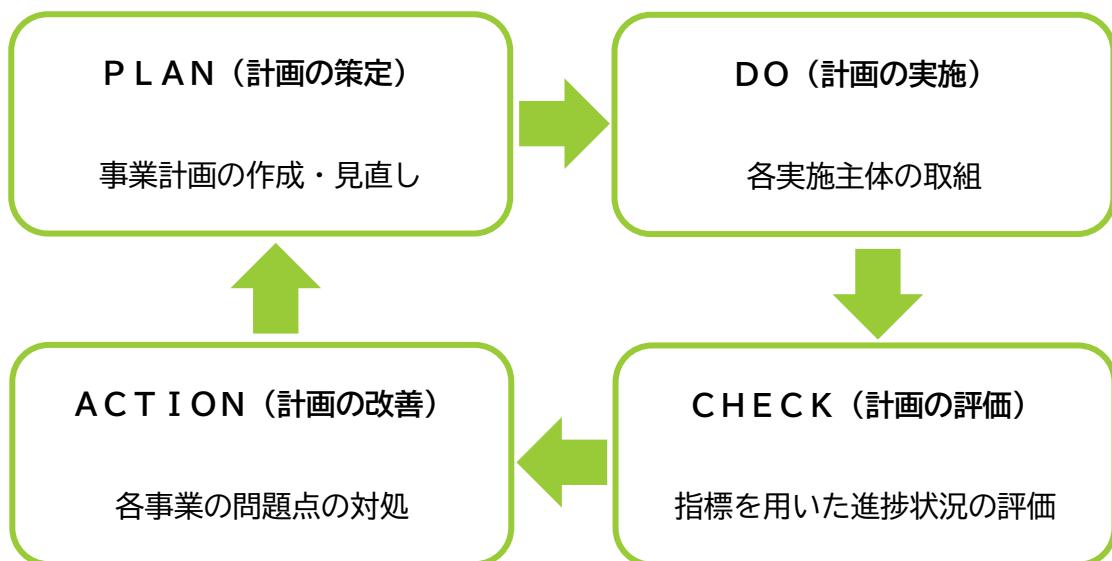
5 計画の推進体制

市民一人ひとりが主体的に健康づくりに取り組むことができるよう、健康を支える環境を整備します。また、医療機関や歯科医院、ボランティア、関係団体と連携して計画を推進します。

本計画に基づく取り組みや課題については保健対策推進協議会において継続的に進捗状況を評価します。

本計画で設定した数値目標については、計画の中間年度と最終年度に評価を実施し、各目標値の達成度を把握します。「PLAN（計画の策定）」「DO（計画の実施）」「CHECK（計画の評価）」「(ACTION) 計画の改善」に基づくPDCAサイクルを基本に、進捗管理を行います。

【PDCAサイクル】



第2章 弥富市の健康を取り巻く現状

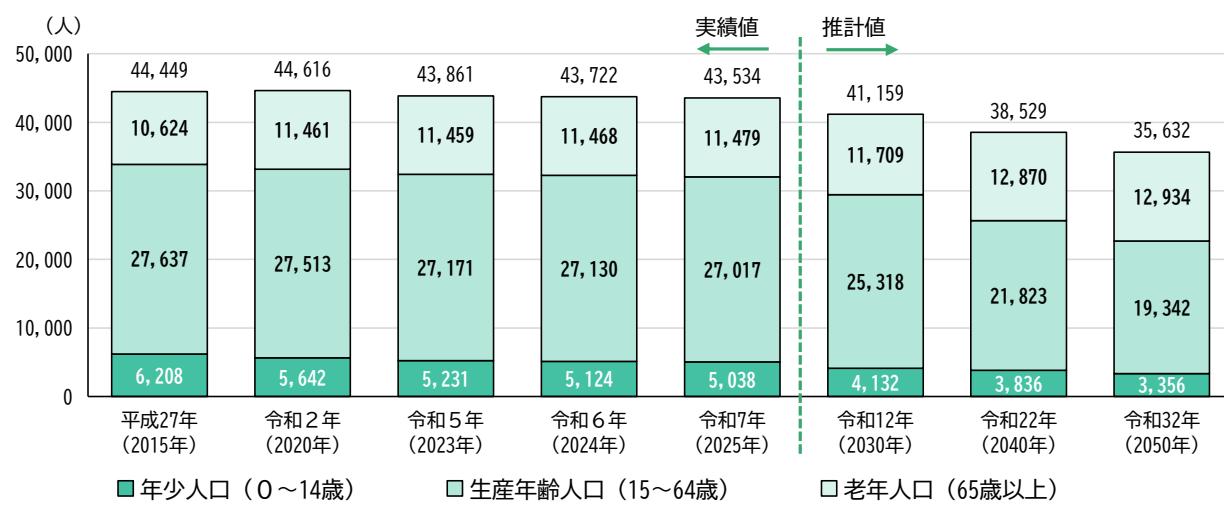
1 統計からみた健康状況

(1) 人口の推移と推計

本市の人口は、減少傾向で推移しており、令和7年で43,534人となっています。

年齢別人口推移をみると、0～14歳の年少人口は減少し、65歳以上の老人人口は増加しています。本市でも年少人口と老人人口の割合の差が開きつつあり、推計値をみると、人口は減少していくと想定されます。

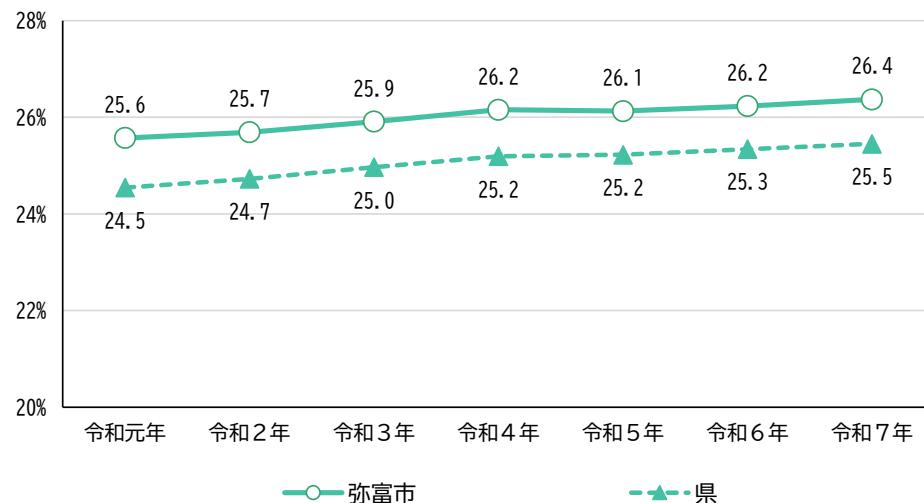
図1 人口の推移（各年1月1日時点）



資料：総務省「住民基本台帳に基づく人口、人口動態及び世帯数」（令和7年）
国立社会保障・人口問題研究所「日本の地域別将来推計人口」（令和5年推計）

本市の高齢化率(65歳以上の割合)は増加傾向にあり、県の高齢化率よりも高くなっています。

図2 高齢化率

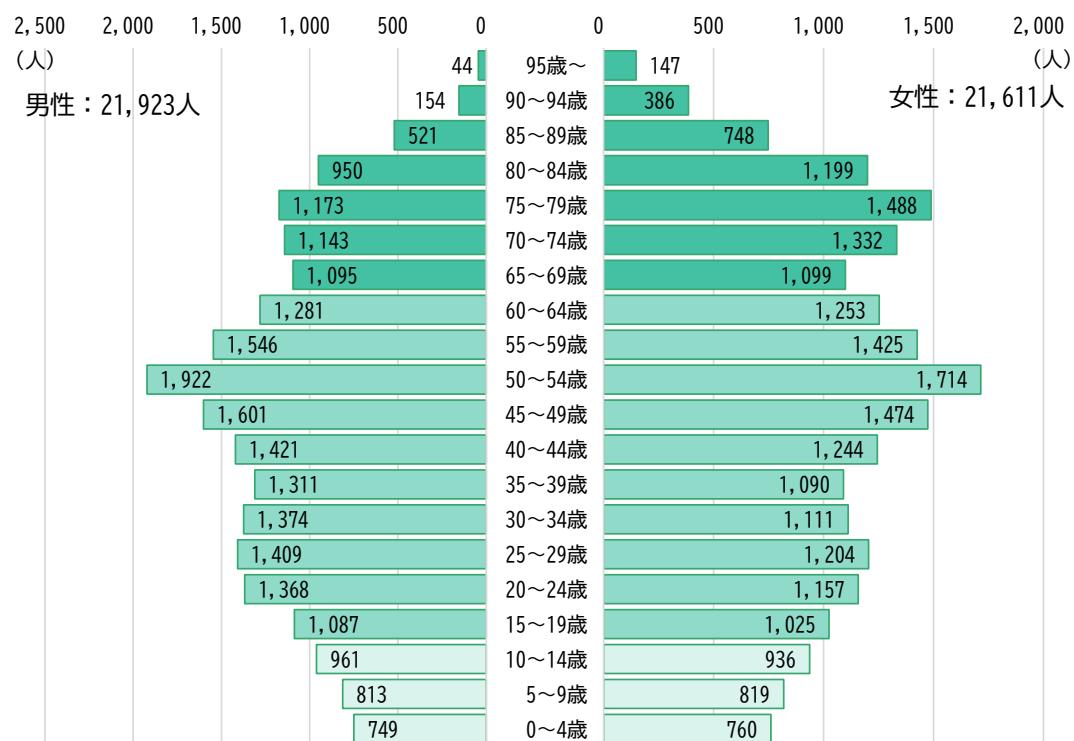


資料：総務省「住民基本台帳に基づく人口、人口動態及び世帯数」（令和7年）

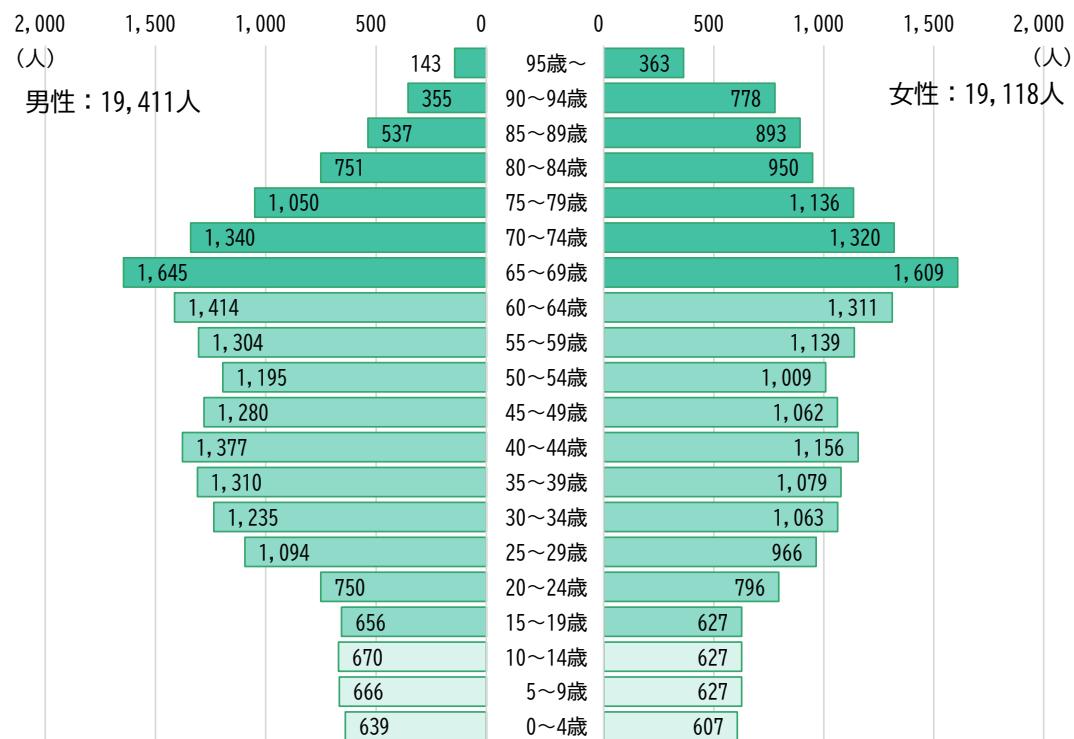
人口分布をみると、令和7年からの15年で65歳以上の老齢人口が大きく増加すると予測されています。

図3 年齢別人口分布

▽令和7年実績値



▽令和22年推計値



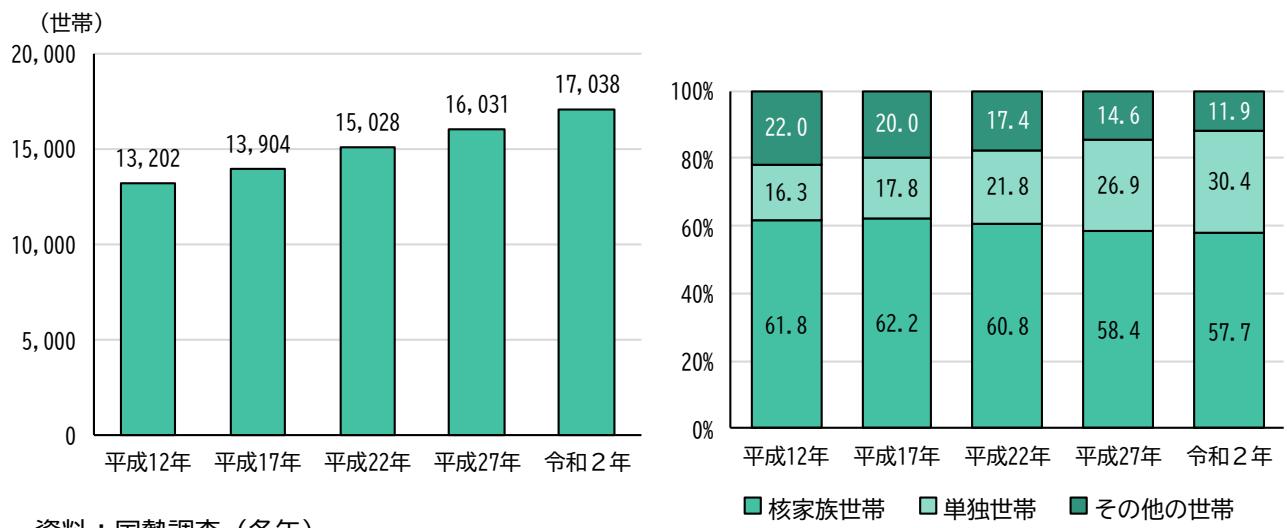
資料：総務省「住民基本台帳に基づく人口、人口動態及び世帯数」(令和7年)
国立社会保障・人口問題研究所「日本の地域別将来推計人口」(令和5年推計)

第2章 弥富市の健康を取り巻く現状

(2) 世帯の状況

本市の一般世帯数は増加傾向で推移しており、令和2年で17,038世帯となっています。単独世帯が増加しており、平成12年では全体の16%でしたが令和2年度では30%を占めています。

図4 世帯の状況

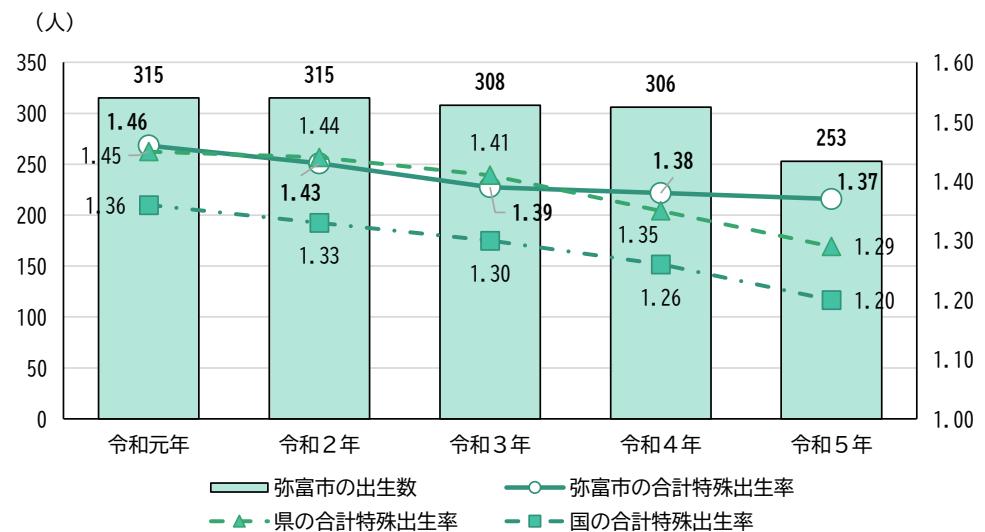


資料：国勢調査（各年）

(3) 出生と死亡の状況

本市の出生数は、令和4年までは300人以上で推移していますが、令和5年では253人と減少しています。合計特殊出生率^{*1}は令和4年から国、県よりも高い水準で推移しています。

図5 出生数と合計特殊出生率

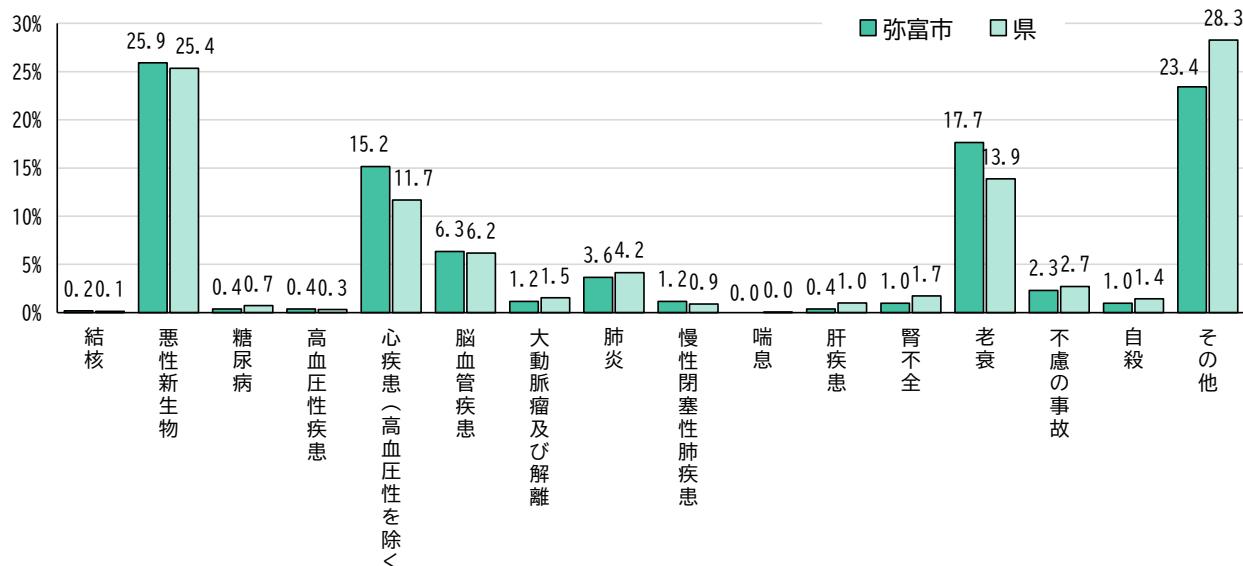


資料：愛知県衛生年報、厚生労働省「人口動態統計」（各年）

*1 合計特殊出生率：「15～49歳までの女性の年齢別出生率を合計したもの」で、一人の女性がその年齢別出生率で一生の間に生むとしたときの子どもの数を表す指標の一つです。

本市（令和5年）の主な死因は悪性新生物が25.9%と最も多く、老衰、心疾患、脳血管疾患、肺炎と続きます。県と比較すると、老衰、心疾患、悪性新生物で割合が高くなっています。

図6 主な死因別死亡割合

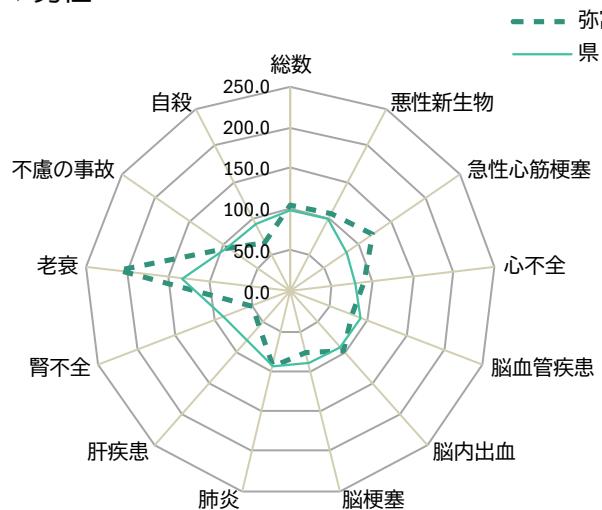


資料：愛知県衛生年報（令和5年）

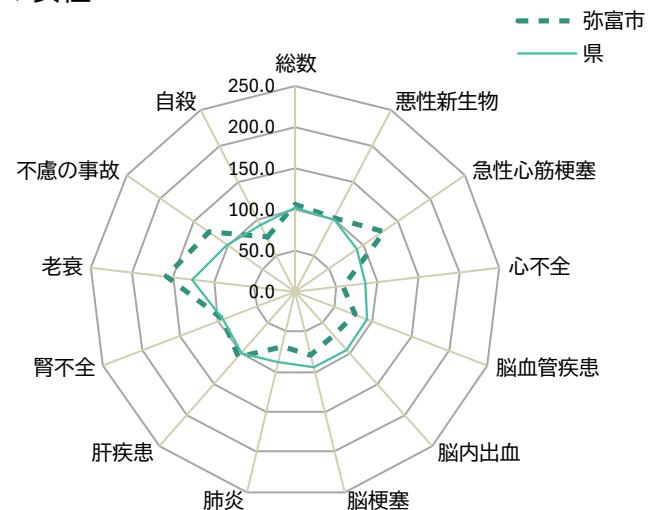
本市の標準化死亡比^{*2}をみると、国の基準を100とした場合、老衰を除くと、男性では「急性心筋梗塞」「悪性新生物」、女性では「急性心筋梗塞」「不慮の事故」「肝疾患」「悪性新生物」で100を超えてています。

図7 標準化死亡比

▽男性



▽女性



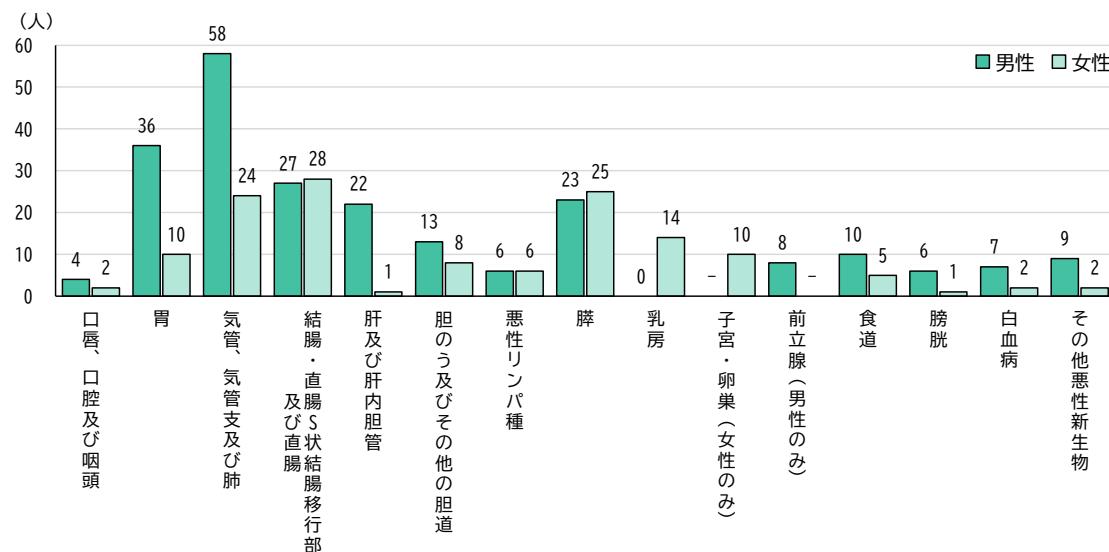
資料：厚生労働省「人口動態調査」（令和元～5年（2019～2023）の5年間死亡数）

^{*2} 標準化死亡比：年齢層が異なる地域間でも公平に比較できるよう、全国の平均を100として計算した死亡比です。100より大きければ全国平均より死亡率が高く、100より小さければ死亡率が低いことを示します。

第2章 弥富市の健康を取り巻く現状

本市の部位別がん死亡数（令和3年～5年の合計）をみると、男性では「気管、気管支及び肺」が最も多い、「胃」「結腸・直腸S状結腸移行部及び直腸」が続いています。女性では「結腸・直腸S状結腸移行部及び直腸」が最も多い、「肺」「気管、気管支及び肺」が続いています。

図 8 部位別がん死亡数

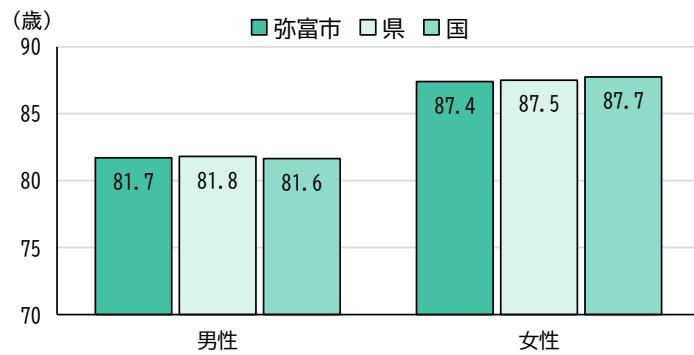


資料：愛知県衛生年報（令和3～5年の合計）

本市の平均寿命は、令和2年で男性 81.7 歳、女性 87.4 歳となっています。国や県と比較すると、あまり差がありません。

平均寿命と健康寿命との差をみると、市は男で 1.8 歳、女性で 4.2 歳と国や県より差が大きいです。

図 9 平均寿命



資料：厚生労働省 生命表（令和2年）

図 10 健康寿命



資料：弥富市「厚生労働科学研究「健康寿命の算定プログラム 2010-2023 年」」

国・県「令和3年度 厚生労働行政推進調査事業費補助金（循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業）「健康日本 21（第二次）の総合的評価と次期健康づくり運動に向けた研究」分担研究報告書 「健康寿命の算定・評価と延伸可能性の予測に関する研究」」

※健康寿命の算定方法について

【日常生活動作が自立している期間の平均】性別・年齢階級別死亡率と要介護割合（介護保険の要介護2～5）を基礎資料として算定しました。生存期間について日常生活に介護を要しない期間と介護を要する期間に分け、それぞれを自立期間と要介護期間と呼びます。本市は日常生活動作が自立している期間の平均を健康寿命としています。一般的に公表されている全国や愛知県の健康寿命の値は、国民生活基礎調査を基に算出した値で、今回の値の算出方法と異なっています。

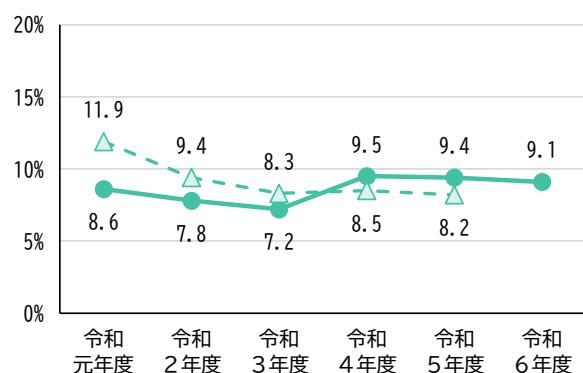
(4) がん検診の受診状況

令和6年度のがん検診受診率は、胃がん検診、肺がん検診が低下しました。大腸がん検診は横ばいです。子宮頸がん検診、乳がん検診は増加しました。

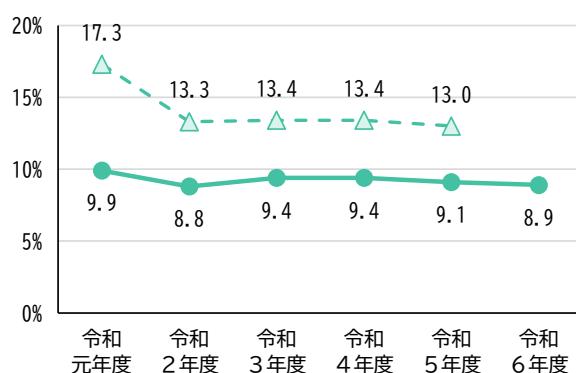
県と比較すると、胃がん検診、子宮頸がん検診で高く、肺がん検診、大腸がん検診、乳がん検診は低くなっています。

図 11 がん検診受診率

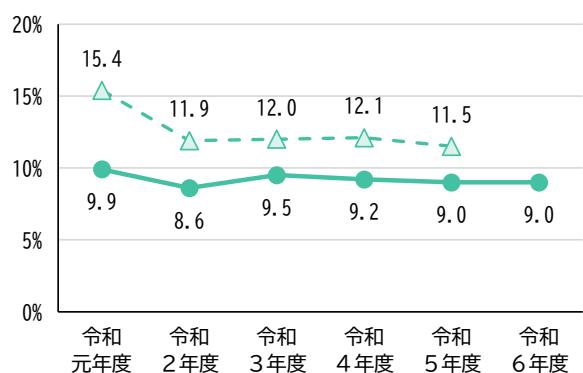
▽胃がん（胃部X線検査40歳以上及び胃内視鏡検査50歳以上）



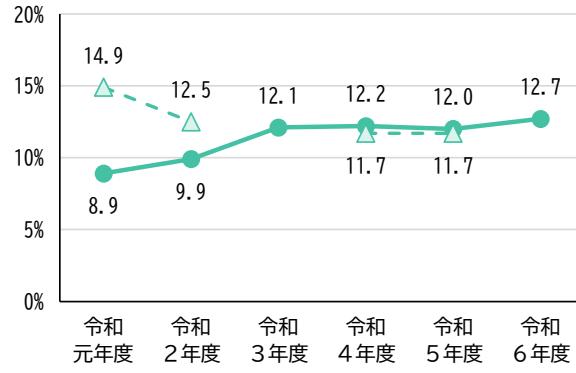
▽肺がん



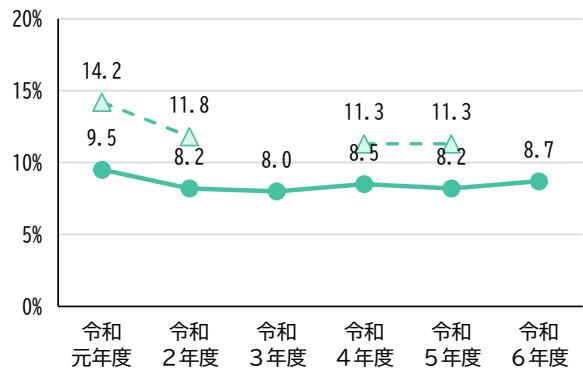
▽大腸がん



▽子宮頸がん（妊婦含む）



▽乳がん（マンモグラフィ40歳以上）



● 弥富市

-△- 県

資料：がん検診結果報告及び歯周疾患（歯周病）検診実施状況報告（各年）全人口対象受診率

胃がん・子宮頸がん・乳がん検診は隔年受診率

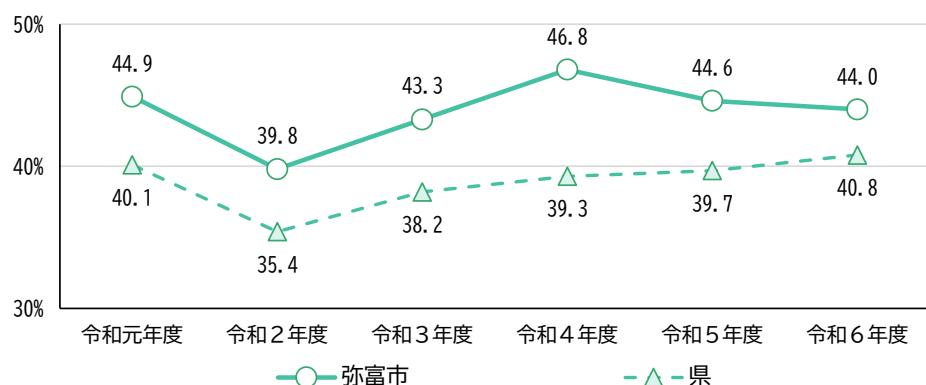
愛知県「がん検診結果報告 調査結果」（令和3年度子宮頸がん・乳がん、令和6年度は未公表）

(5) 健康診査の受診状況

①特定健康診査について

特定健康診査の受診率は、令和2年度に新型コロナウイルス感染症の影響で減少しました。その後、徐々に受診率が改善しましたが、令和5年度より減少傾向となっています。県と比較すると高い値となっています。

図 12 特定健康診査受診率

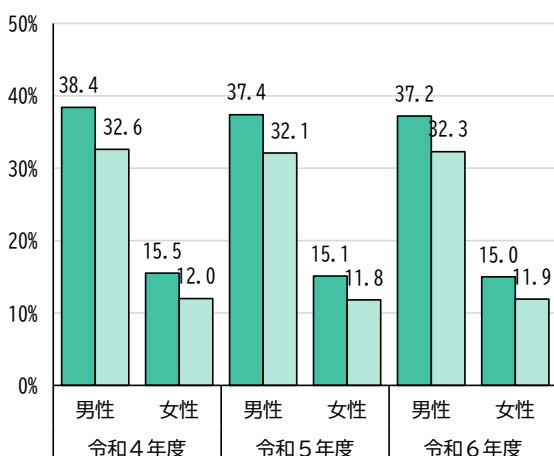


資料：AI Cube 保健事業をサポートするポータルサイト（各年度）

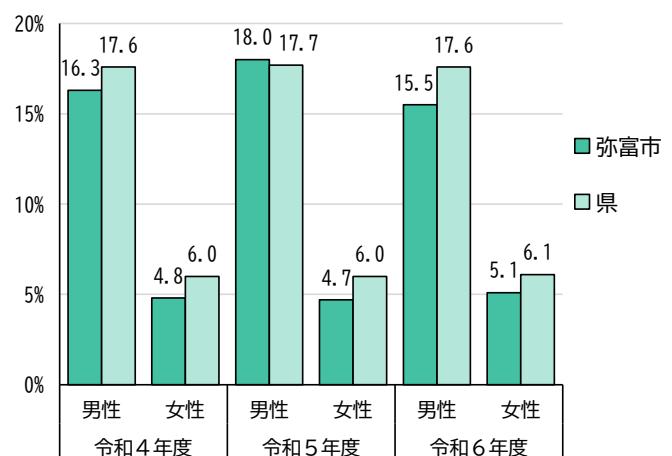
本市のメタボリックシンドローム^{*3}該当者および予備群を見ると、県と比較してメタボリックシンドローム予備群は少なく、メタボリックシンドローム該当者は多くなっています。

図 13 メタボリックシンドロームの状況

▽メタボリックシンドローム該当者



▽メタボリックシンドローム予備群



資料：国保データベース（KDB）システム（各年度）

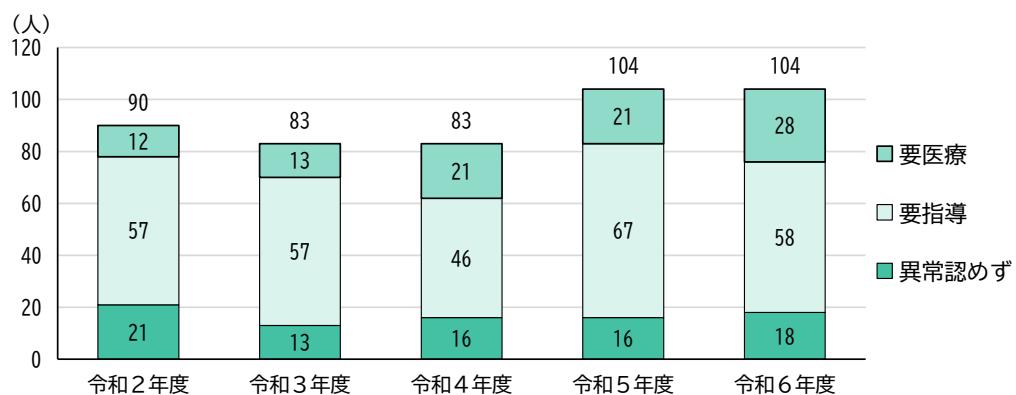
*3 メタボリックシンドローム：内臓脂肪の蓄積（内臓肥満）を土台に、高血圧・高血糖・脂質異常といった複数のリスクが重なり、将来的に心筋梗塞や脳卒中などの重大な病気のリスクが高まる状態をいいます。

第2章 弥富市の健康を取り巻く現状

②30代健康診査について

30代の健診受診者は、令和2年度と比較して増加しています。健診結果については、要医療が増加傾向となっています。

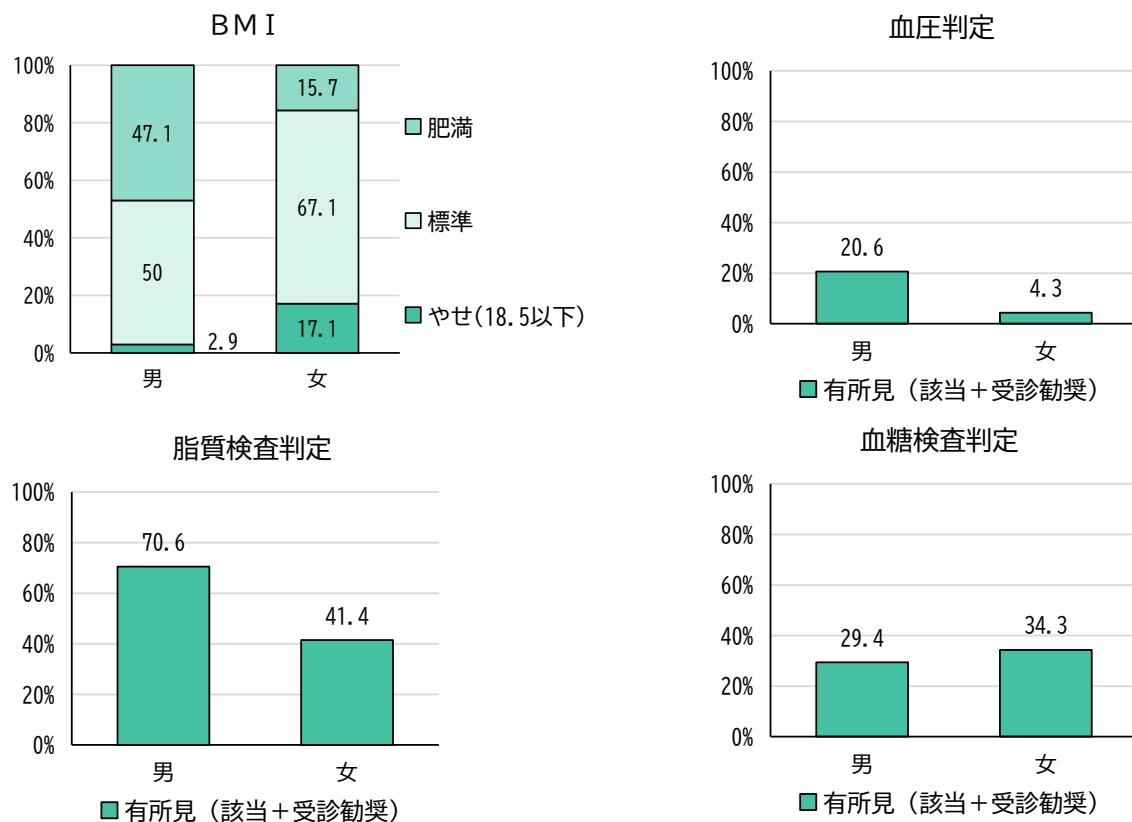
図 14 30代健診受診者



資料：健康推進課 弥富の保健（各年度）

30代健診の有所見率では、男性は肥満、脂質、女性は脂質、血糖が多いです。

図 15 30代健診の有所見率



資料：健康かるて 30代健診結果（令和6年度）

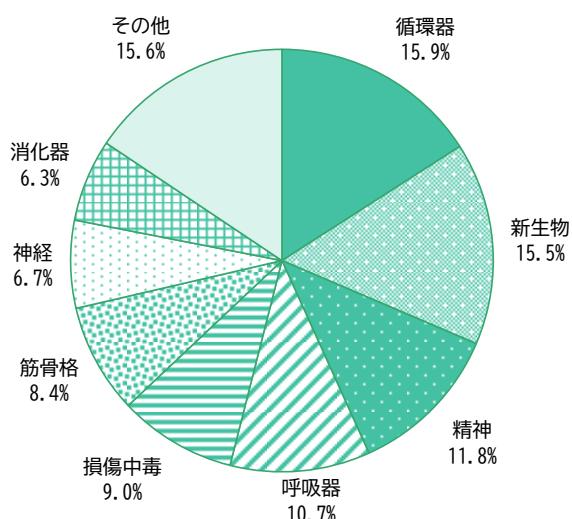
(6) 医療・介護の状況

①医療費について

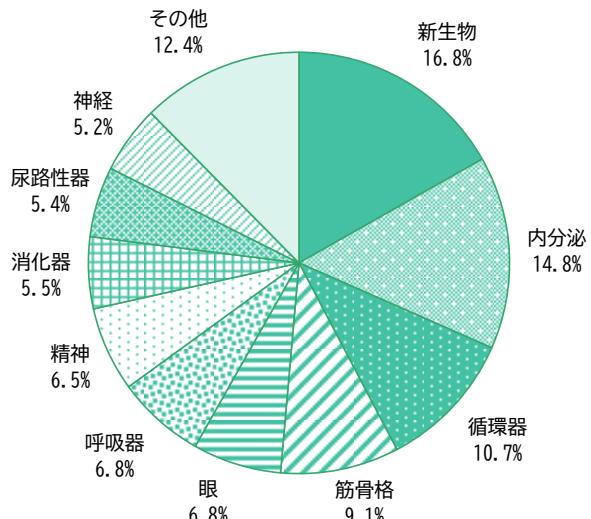
医療費は、入院では循環器、新生物の順で多く、入院外では新生物、内分泌の順で多くなっています。

図 16 疾病大分類別医療費割合

▽入院



▽入院外



資料：国保データベース（KDB）システム（令和6年度）

疾病細小分類別医療費の推移をみると、令和2年度から糖尿病が1位で、令和4年度以降はうつ病、関節疾患が続いている。

表 1 疾病細小分類別医療費の推移（入院・外来）（上位5位）

| | 令和2年度 | 令和3年度 | 令和4年度 | 令和5年度 | 令和6年度 |
|----|-------|-------|-------|-------|-------|
| 1位 | 糖尿病 | 糖尿病 | 糖尿病 | 糖尿病 | 糖尿病 |
| 2位 | 高血圧症 | 高血圧症 | うつ病 | うつ病 | うつ病 |
| 3位 | 統合失調症 | 関節疾患 | 関節疾患 | 関節疾患 | 関節疾患 |
| 4位 | うつ病 | うつ病 | 高血圧症 | 高血圧症 | 肺がん |
| 5位 | 脂質異常症 | 統合失調症 | 肺がん | 統合失調症 | 不整脈 |

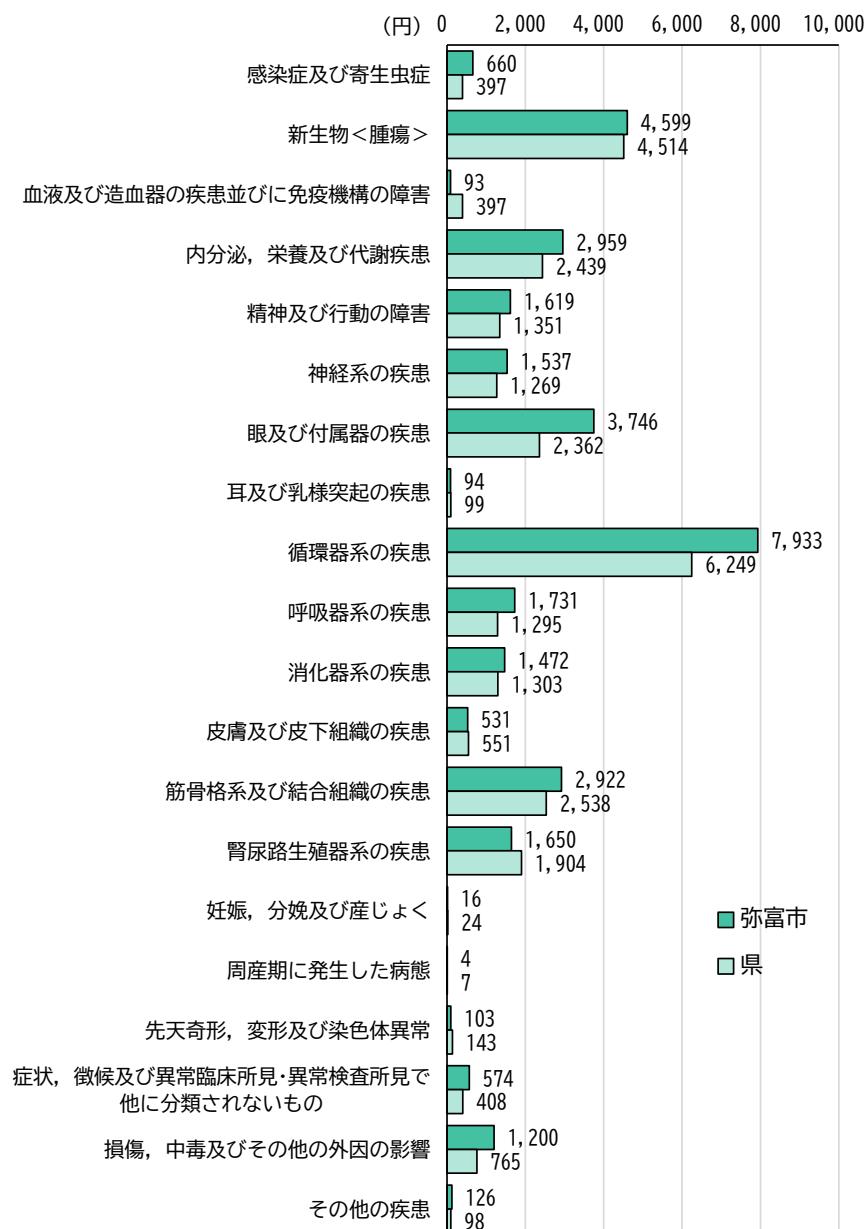
資料：国保データベース（KDB）システム（各年度）

第2章 弥富市の健康を取り巻く現状

疾病分類別の1人当たりの医療費は、循環器系の疾患が最も高く、次に新生物、眼及び付属器の疾患、内分泌、栄養及び代謝疾患の順となっています。

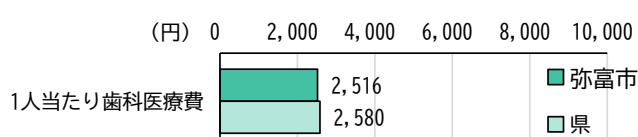
また、歯科医療費について、県と比較してもあまり差がありません。

図 17 疾病分類別1人当たり医療費（大分類）



資料：AI Cube 保健事業をサポートするポータルサイト（令和6年度）

図 18 1人当たりの歯科医療費



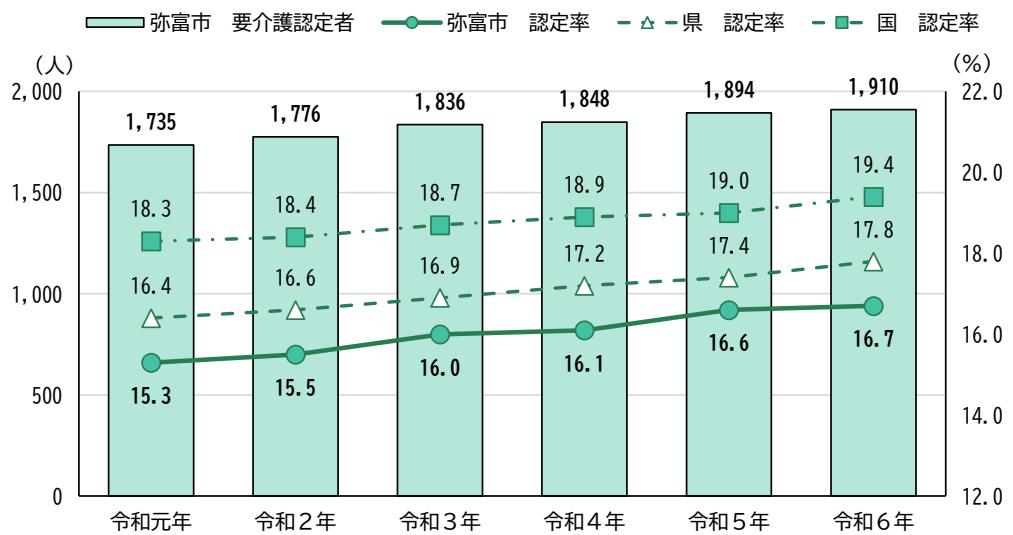
資料：国保データベース（KDB）システム（令和6年度）

②要介護認定者の状況について

要介護認定者は増加傾向にありますが、認定率^{*4}は国、県と比較して低く推移しています。

国民基礎調査によると、要介護の原因になるのは認知症や骨折が多いです。

図 19 要介護認定者と認定率



資料：見える化システム（各年3月末）

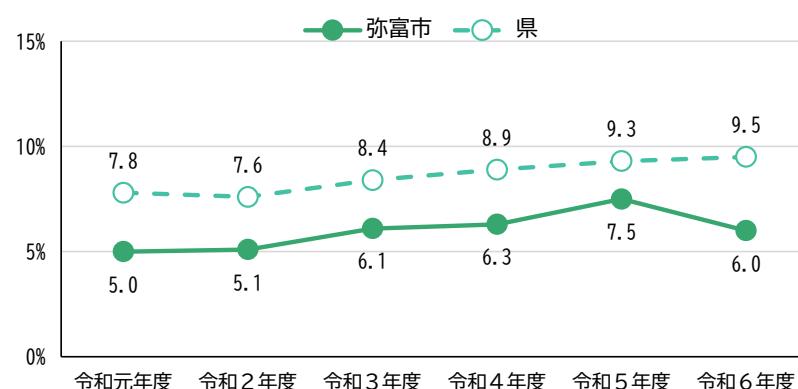
*4 認定率：第1号被保険者に対する要介護認定者数の割合のことをいいます。

(7) 生活習慣の状況

①食生活について

朝食を欠食することが週3回以上ある者の割合は、6.0%です。県と比較すると、低くなっています。

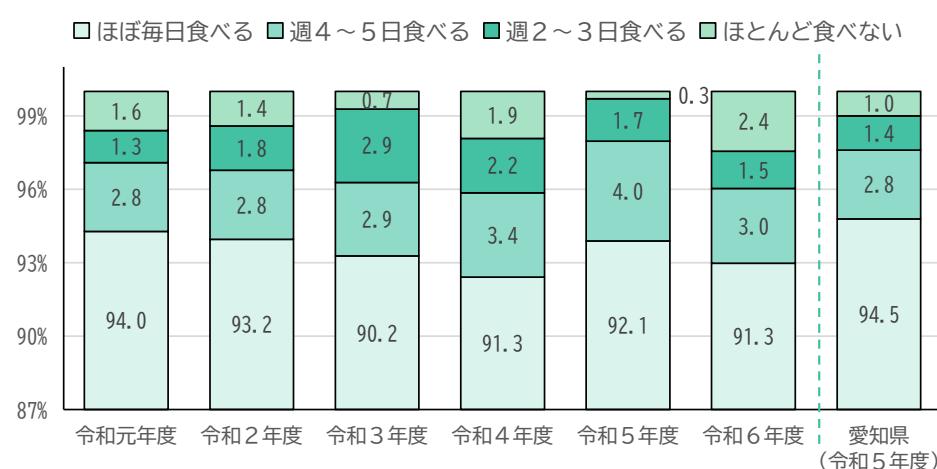
図 20 朝食を抜くことが週3回以上ある



資料：国保データベース（KDB）システム（各年度）

朝食をほぼ毎日食べている幼児の割合は、91.3%で、ほとんど食べない児は2.4%です。
令和5年度で県と比較すると毎日食べる割合、ほとんど食べない割合ともに低くなっています。

図 21 朝食を食べている幼児の割合

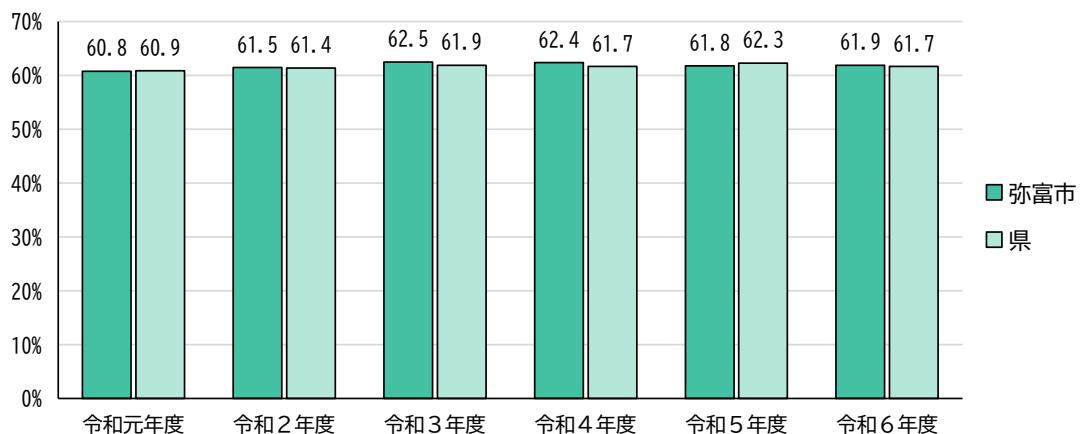


資料：健康推進課 3歳児健康診査問診票（各年度）

②運動習慣について

1日 30分以上の運動を週2回以上、1年以上実施していない者の割合は、およそ6割で推移しています。県と比較しても大きな差はみられません。

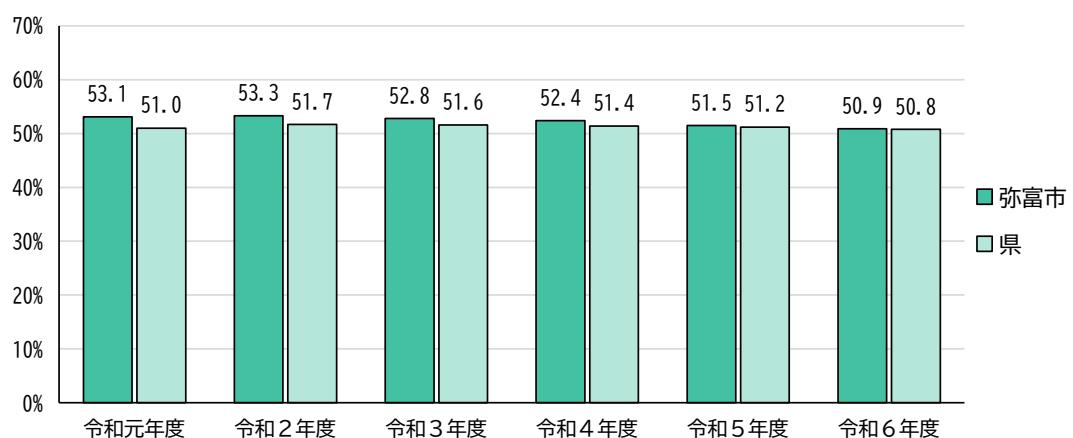
図 22 1日 30分以上の運動を週2回以上、1年以上実施していない者



資料：国保データベース（KDB）システム（各年度）

身体活動を1日1時間以上していない者の割合は、およそ5割で、令和2年度以降減少傾向となっています。県と比較すると、わずかに割合が上回っているもののその差は縮まっています。

図 23 身体活動を1日1時間以上していない者



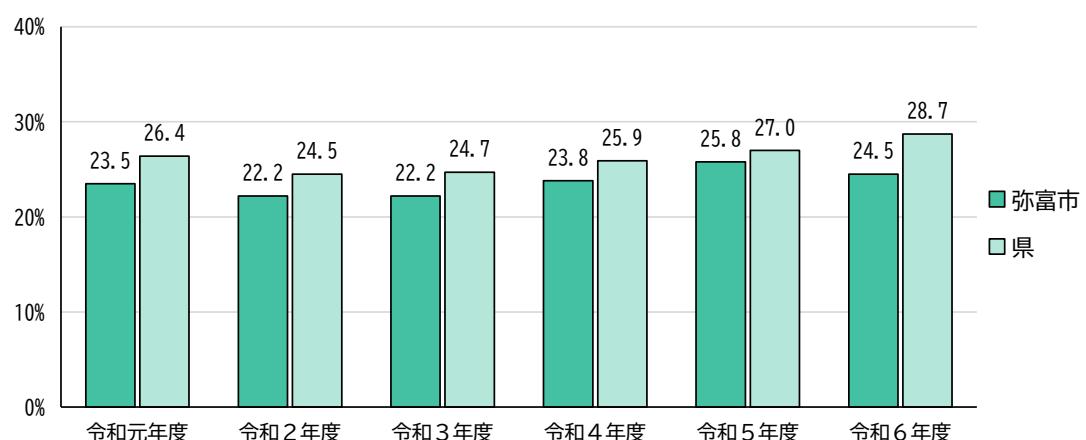
資料：国保データベース（KDB）システム（各年度）

(8) こころの状況

①睡眠について

睡眠で十分に休養がとれていない者の割合は、令和2年度から令和5年度まで増加していましたが、令和6年度には減少となっています。県と比較すると、各年度ともに県より低く推移しています。令和5年度では県との差は1.2ポイントとなっていましたが、令和6年度では更に3ポイント減少しその差は4.2ポイントとなっています。

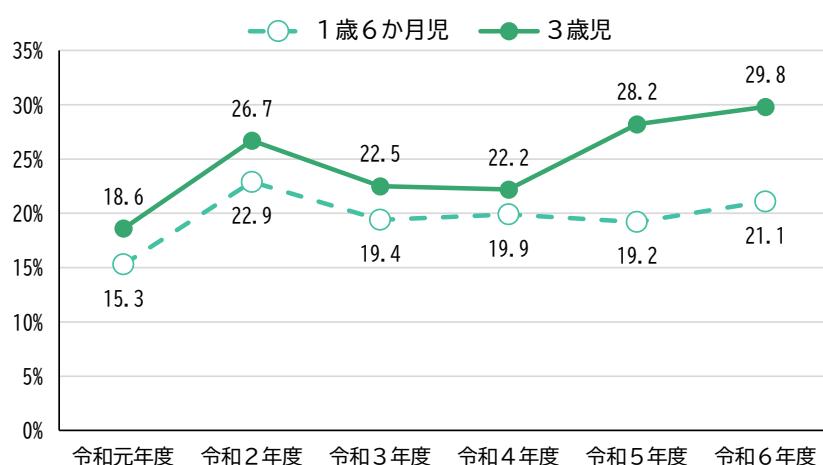
図 24 睡眠で十分に休養がとれていない者の割合



資料：国保データベース（KDB）システム（各年度）

夜22時以降に寝る児の割合は、1歳6か月児で21.1%、3歳児で29.8%と増加傾向です。

図 25 夜22時以降に寝る児の割合

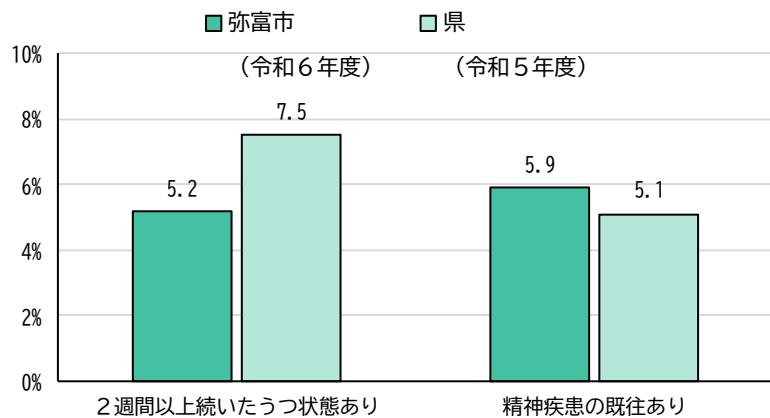


資料：健康推進課 1歳6か月児・3歳児健康診査問診票（各年度）

②妊婦・母親について

2週間以上続いたうつ状態のある妊婦は、県より低い割合となっており、精神疾患の既往ありでは県よりも高い割合となっています

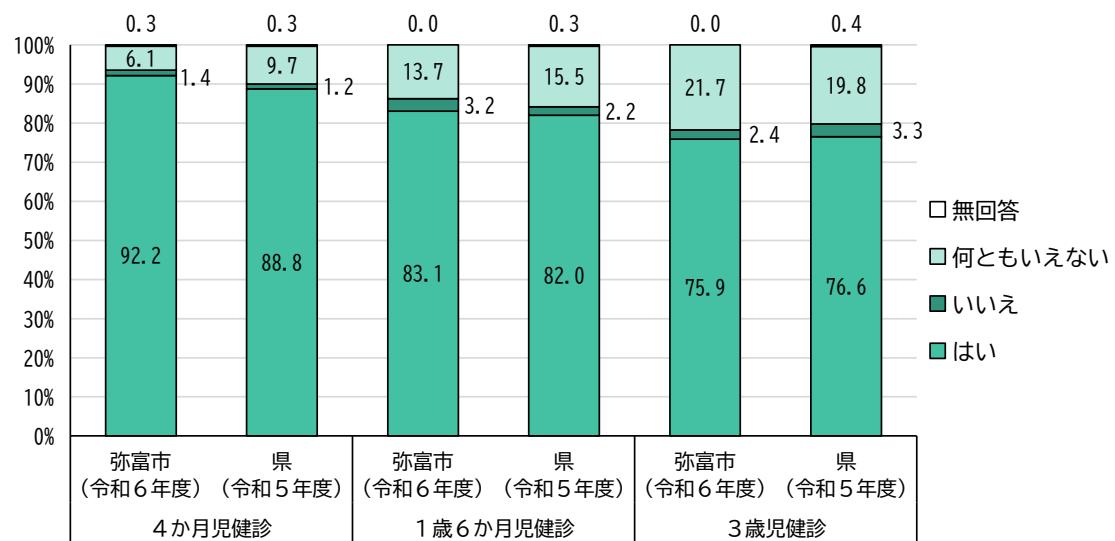
図 26 妊婦の心の状況



資料：健康推進課 母子手帳交付時アンケート

ゆったりした気分で子どもと過ごす時間がある母の割合は、県と比較すると3歳児では低くなっています。

図 27 ゆったりした気分で子どもと過ごす時間がある母の割合

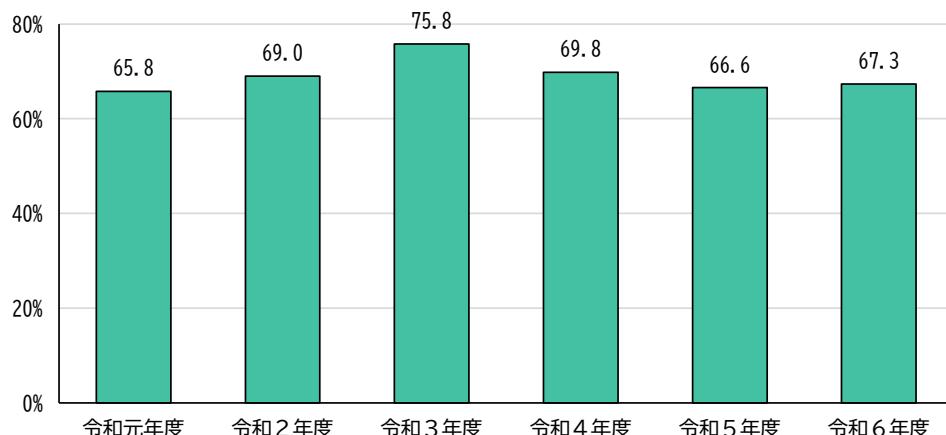


資料：健康推進課 1歳6か月児・3歳児健康診査問診票

(9) 歯と口の健康の状況

仕上げみがきをする親（子どもがみがいた後に保護者がみがくこと）の割合は、令和3年度まで増加し、以降は減少、令和6年度で再び増加となっています。

図 28 仕上げみがきをする親の割合

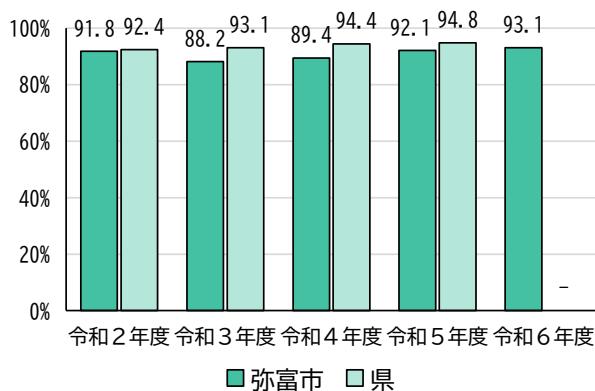


資料：健康推進課 1歳6か月児健康診査問診票（各年度）

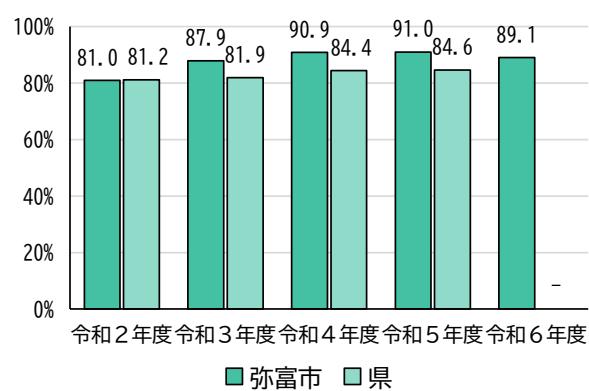
むし歯のない児の割合は、県と比較すると3歳児は低く、12歳児は高い傾向です。

図 29 むし歯のない児の割合

▽3歳児



▽12歳児

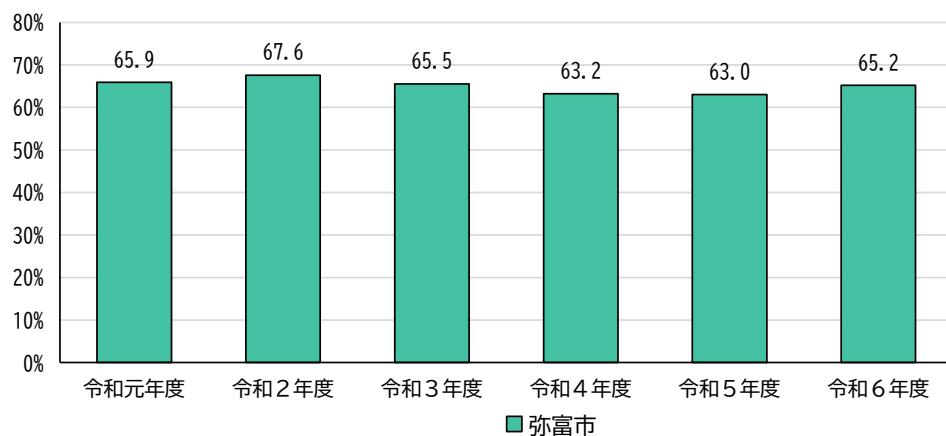


資料：3歳児：愛知県 「愛知県の歯科保健事業実施報告」（令和6年度は未公表）、
健康推進課 「3歳児健康診査問診票」（各年度）

12歳児：「愛知県の歯科保健事業実施報告」（令和6年度は未公表）

年1回以上歯科健診を受けている者の割合は、令和2年度以降減少し、令和6年度に再び増加となっています。

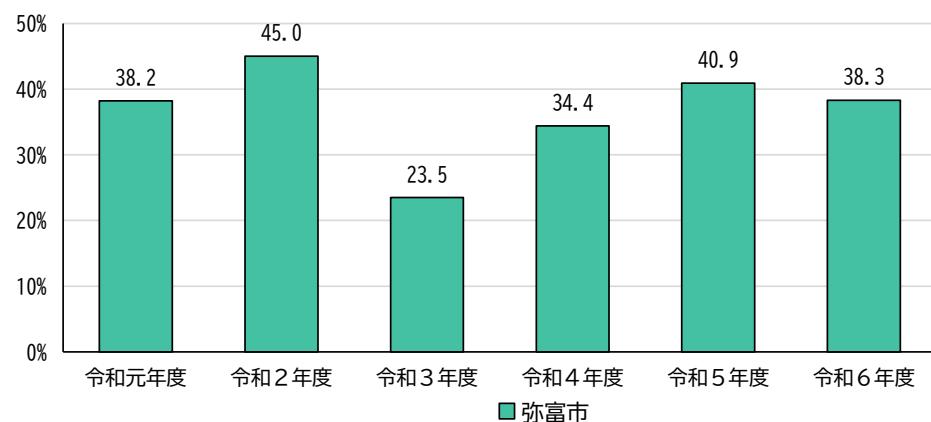
図 30 年1回以上歯科健診を受けている者の割合



資料：健康推進課 歯周病検診結果（各年度）・お口のアンケート結果（各年度）

40歳代の歯周炎を有する者の割合は、令和3年度に減少しましたが、その後増加傾向となっています。

図 31 40歳代の歯周炎を有する者の割合



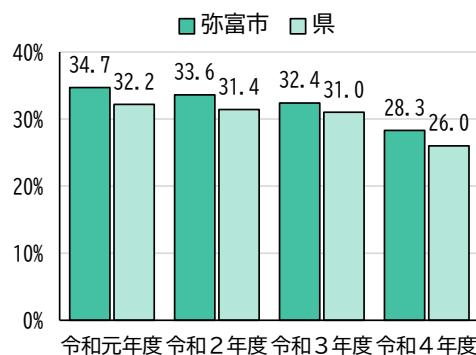
資料：健康推進課 歯周病検診結果（各年度）

(10) 喫煙の状況

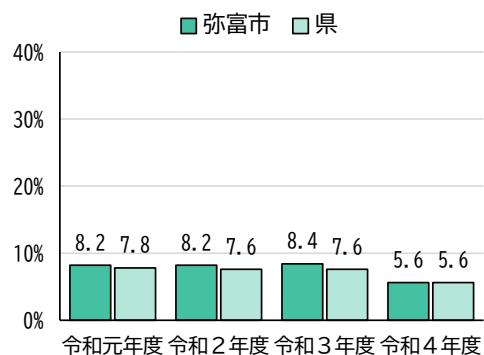
成人の喫煙率は、男性、女性ともに県と比較して高い割合ですが、経年にみると減少しています。

図 32 成人喫煙率

▽男性成人



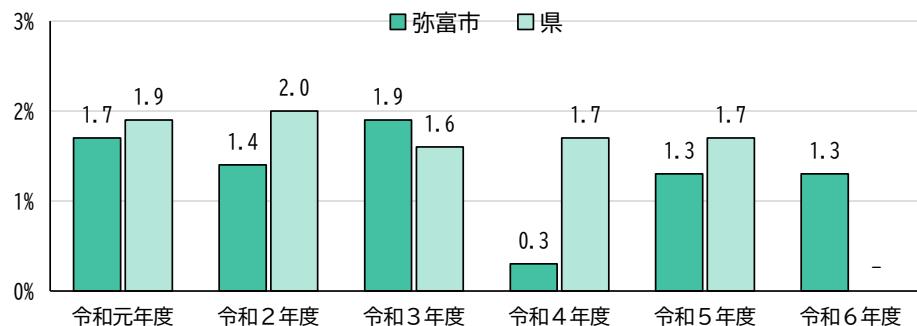
▽女性成人



資料：愛知県特定健診・特定保健指導情報データを活用したデータ分析・評価（各年度）

妊婦の喫煙率は、年度により差がありますが、2%以下となっています。

図 33 妊婦喫煙率



※令和6年の県のデータについては未発表。

資料：健康推進課 弥富の保健（各年度）

2 アンケート調査結果からみえる状況

(1) 調査概要

「第3次弥富市健康増進計画」の策定にあたり、市民の皆様の健康意識や生活習慣などを把握するとともに、計画の策定および今後の健康づくり施策に活かすために実施しました。

■調査対象及び調査方法

| | 一般 | 中学生以下の保護者 |
|--------|-------------------------------|----------------|
| 調査対象者 | 市内在住の満16歳以上の男女 | 市内在住の中学生以下の保護者 |
| 調査票配布数 | 2,000人 | 600人 |
| 調査期間 | 令和7年7月24日～令和7年8月20日 | |
| 調査方法 | 無作為抽出による郵送配布、回収は郵送方式及びWEB回答方式 | |

■回収結果

| | 配布数 | 回収数 | 有効回収数 | 有効回収率 |
|-----------|-------|-----|-------|-------|
| 一般 | 2,000 | 785 | 785 | 39.3% |
| 中学生以下の保護者 | 600 | 235 | 235 | 39.2% |

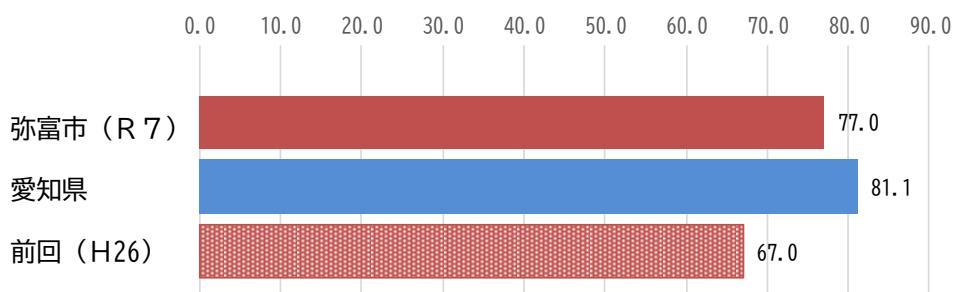
- ・グラフ中の「n」はアンケートの回収数を示しています。
- ・比率はすべて百分率(%)で表し、小数点第2位を四捨五入して算出しています。従って、合計が100.0%にならない場合もあります。
- ・複数回答の場合、回答の合計比率が100.0%を超える場合があります。
- ・グラフとして示したもののうち、回答数が0の場合は表示を省略しています。
- ・10歳代は回答が得られなかつたため、集計は20歳以上で行っています。
- ・愛知県の結果は「令和4年度愛知県生活習慣関連調査」から抜粋しています。

(2) 調査結果（一部抜粋）

最近1～2年の間に健康診査やがん検査を受けましたか？（アンケート問12より）

■健康診査を受けた者の割合

健康診査を受けた者の割合は弥富市で77.0%、愛知県で81.1%、前回調査で67.0%となっています。前回調査よりは増加しましたが、愛知県よりは低いです。

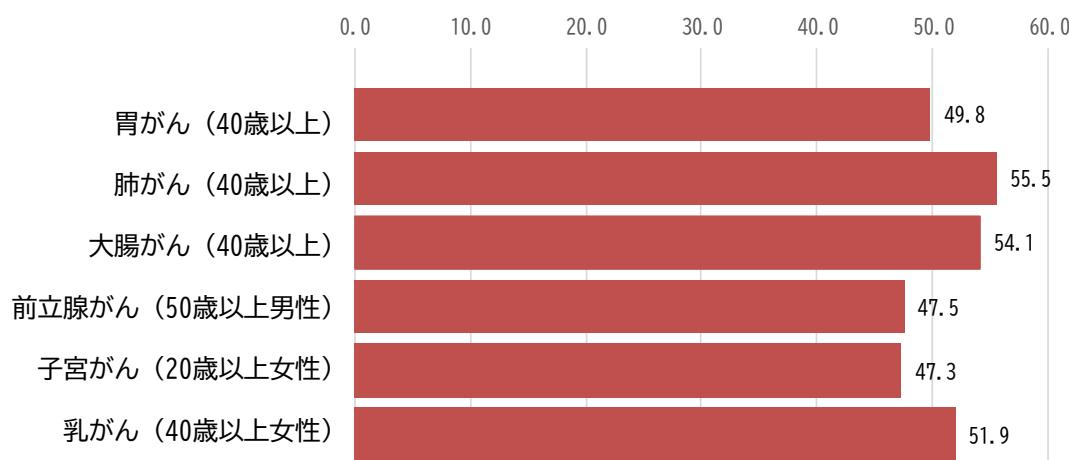


■健康診査を受けなかった理由（健康診査を受けなかった者）

健康診査を受けていない理由は「気になる症状がない」「検診に行くのが面倒くさい」がそれぞれ21.6%となっています。

■がん検査を受けた者の割合

各がん検査とも「受けた」が約5割となっています。

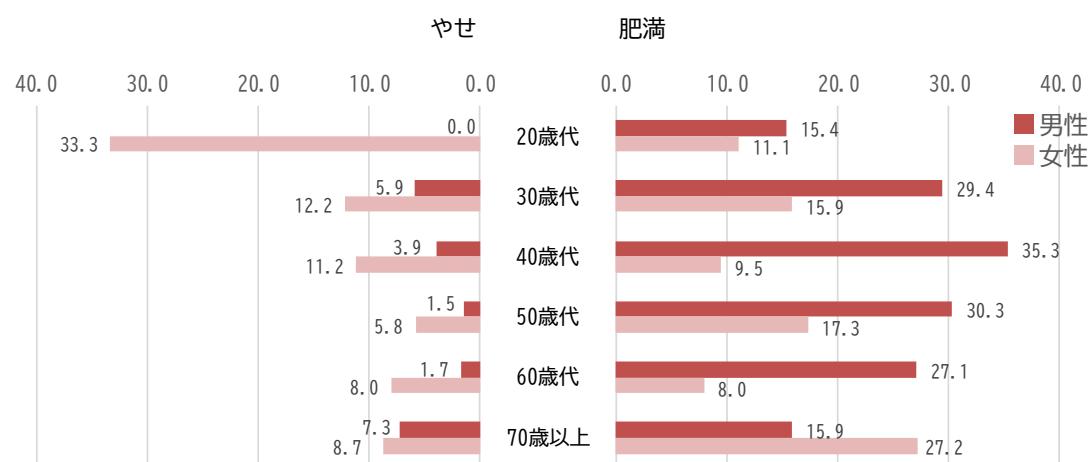
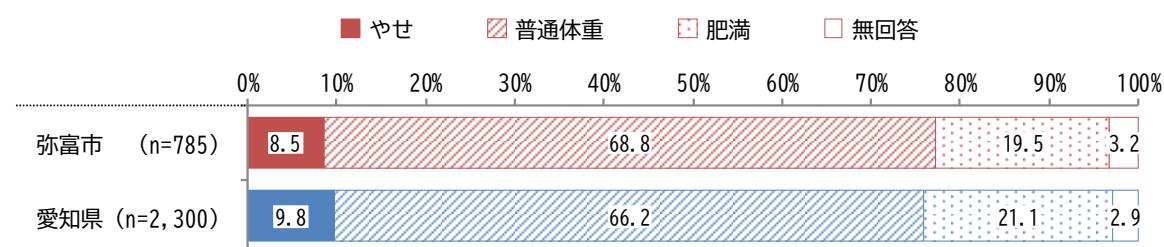


あなたの身長と体重を教えてください。(アンケート問10より)

■ BMI

性・年代でみると、各年代で男性よりも女性のほうが「やせ」が多くなっています。特に20代女性では33.3%と他の年代よりも多いです。30~50代男性では「肥満」が約3割と多くなっています。

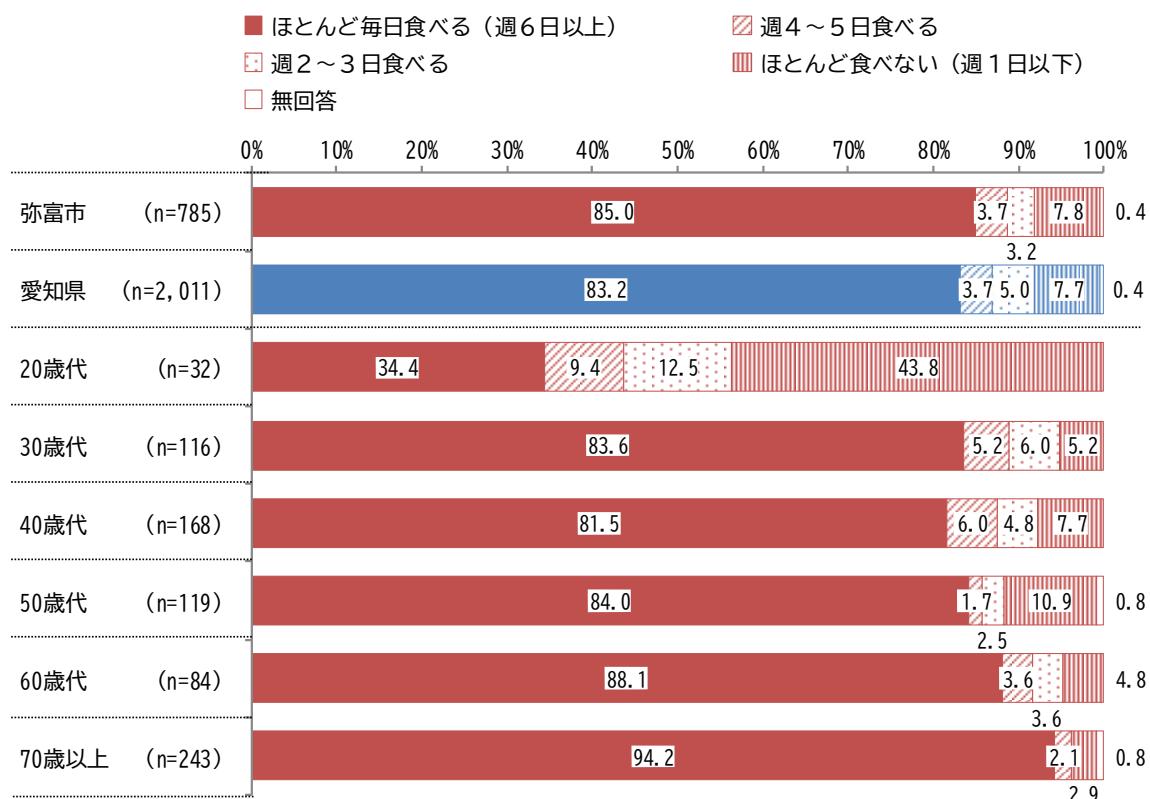
愛知県と比較すると、20歳代の「やせ」の割合が県では21.6%、弥富市では33.3%と高くなっています。



第2章 弥富市の健康を取り巻く現状

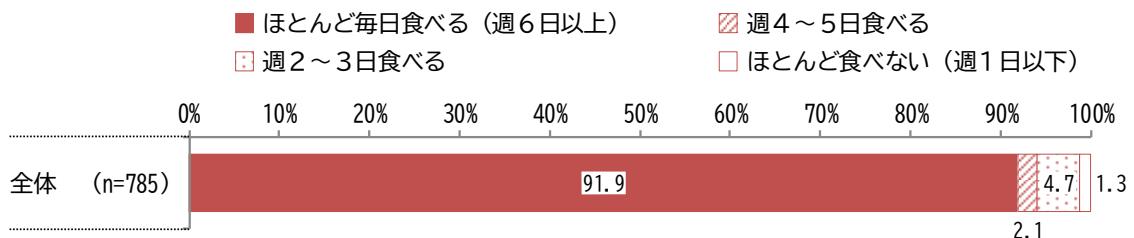
あなたは、ふだん朝食を食べますか？（アンケート問15より）

全体では、「ほとんど毎日食べる（週6日以上）」が85.0%、「ほとんど食べない（週1日以下）」が7.8%となっています。20代では「ほとんど毎日食べる（週6日以上）」が34.4%と他の年代に比べ低いです。愛知県と比較すると、「ほとんど毎日食べる（週6日以上）」の割合は県では83.2%、弥富市では85.0%となっています。



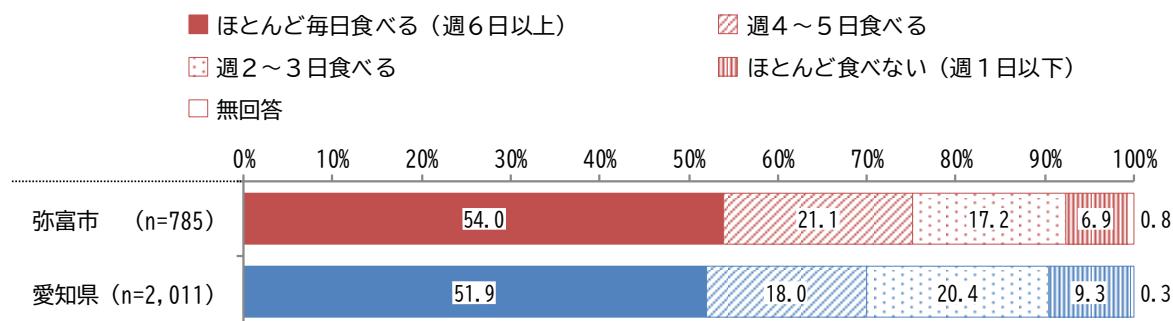
お子さんは、朝ごはんを食べていますか？（保護者アンケート問5より）

「ほとんど毎日食べる（週6日以上）」が91.9%、「週2～3日食べる」が4.7%となっています。

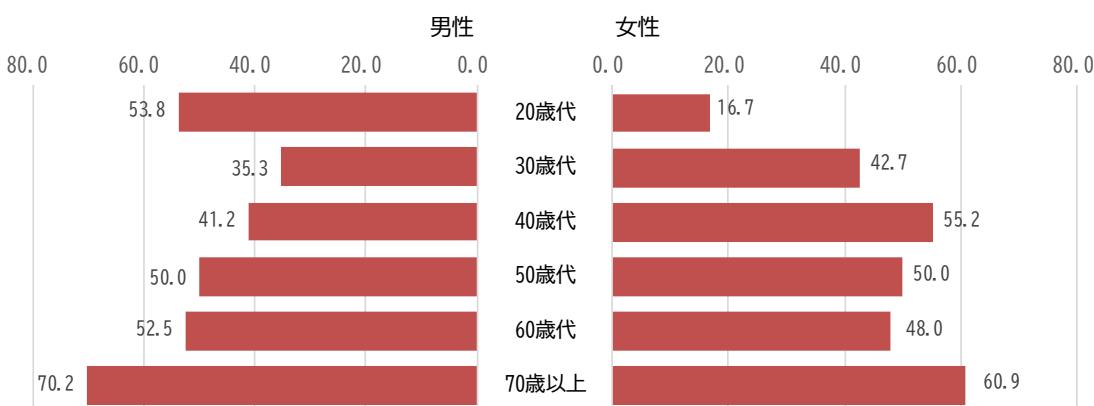


1日2回以上主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることが、週に何日ありますか？（アンケート問17より）

「ほとんど毎日食べる（週6日以上）」が54.0%、「週4～5日食べる」が21.1%となって います。愛知県と比較すると、「ほとんど毎日食べる（週6日以上）」51.9%（令和4年）で、 弥富市が高いです。20代女性は「ほとんど毎日食べる（週6日以上）」16.7%で特に低いです。



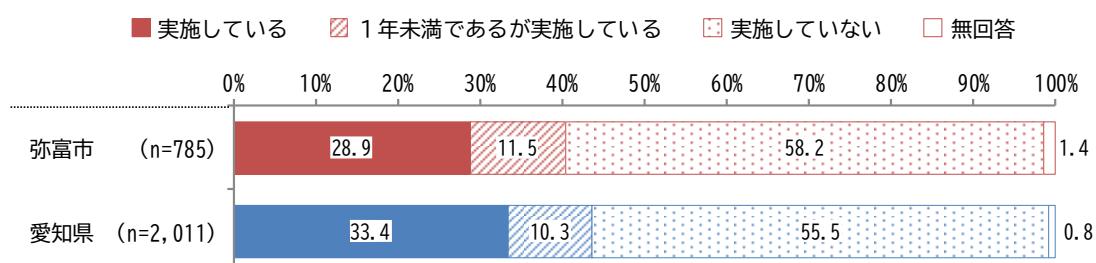
■ 「ほとんど毎日食べる（週6日以上）」と答えた者の割合（性・年代別）



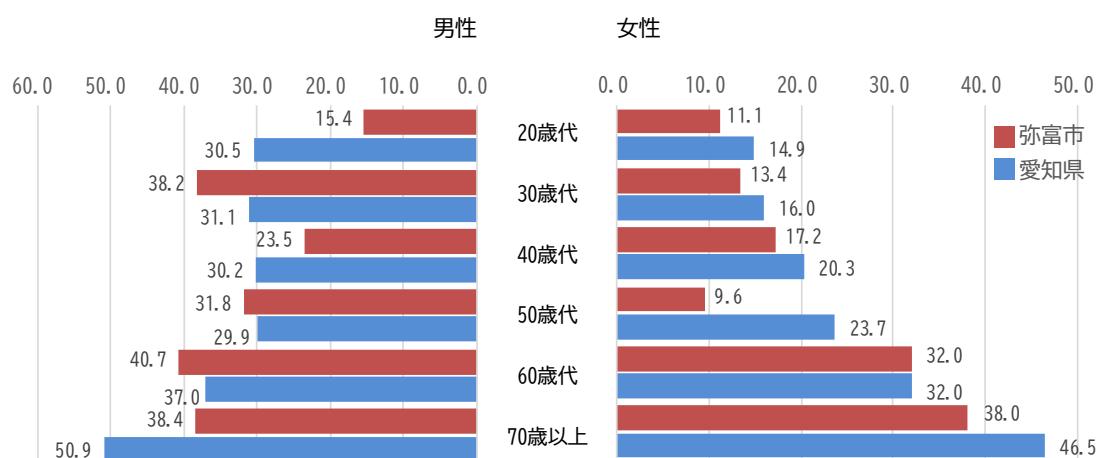
第2章 弥富市の健康を取り巻く現状

あなたは、1回 30 分以上かつ週2回以上の運動を1年以上続けていますか？(アンケート問 24 より)

1回 30 分以上かつ週2回以上の運動を1年以上続けている者の割合は弥富市で 28.9%、愛知県で 33.4% となっています。特に 20~50 代の女性で運動習慣がある人は3割以下です。



■ 「実施している」と答えた者の割合

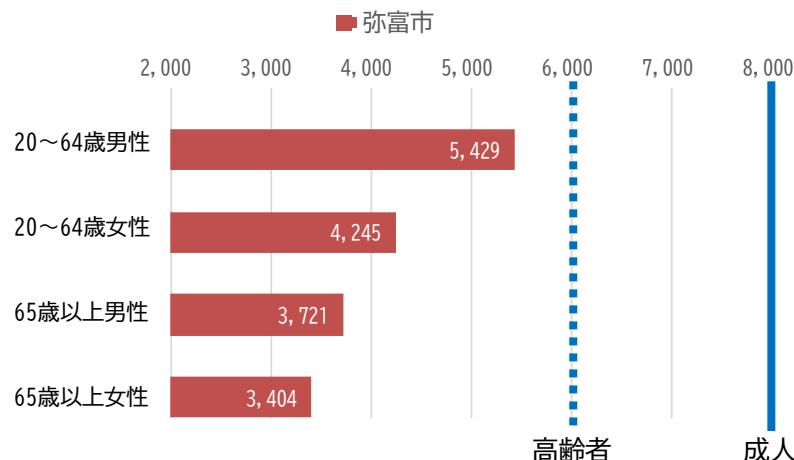


あなたは、1日平均何歩くらい歩きますか？(アンケート問 25 より)

平均歩数は 20~64 歳男性で約 5,429 歩、20~64 歳女性で約 4,245 歩、65 歳以上男性で約 3,721 歩、65 歳以上女性で約 3,404 歩となっており、「健康づくりのための身体・運動ガイド 2023」の推奨である成人で 1 日 8000 歩、高齢者で 1 日 6000 歩に達していません。

参考として、愛知県の歩数計を所持している人の平均歩数は 20~64 歳男性で 8,308 歩、20~64 歳女性で 6,950 歩、65 歳以上男性で 5,839 歩、65 歳以上女性で 5,141 歩となっています。

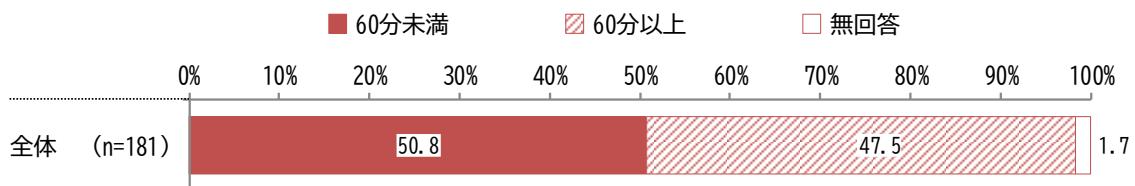
■ 平均歩数



小学生以上のお子さん

お子さんは、体育の授業以外で、1週間にどれくらい運動（外遊び）をしますか？（保護者アンケート問12より）

「60分未満」が50.8%、「60分以上」が47.5%となっています。

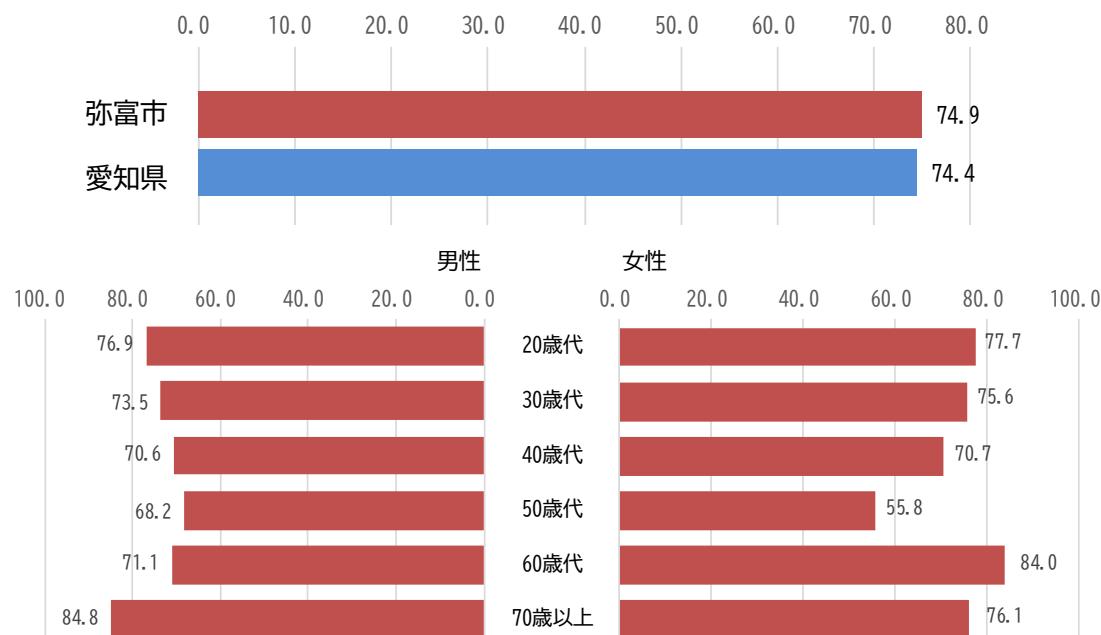


あなたはここ1か月、睡眠で休養が十分にとれていますか？（アンケート問27より）

睡眠で休養がとれている者の割合は弥富市で74.9%、愛知県で74.4%となっています。

50代女性が他の年代に比べ低いです。

■ 「十分にとれている」と答えた者の割合

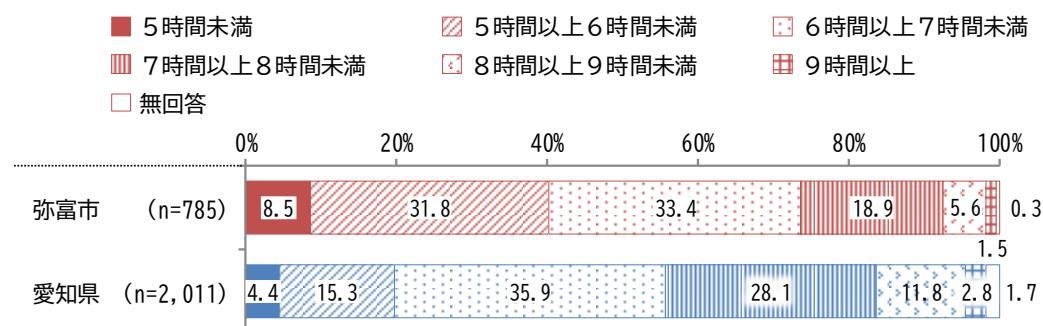


第2章 弥富市の健康を取り巻く現状

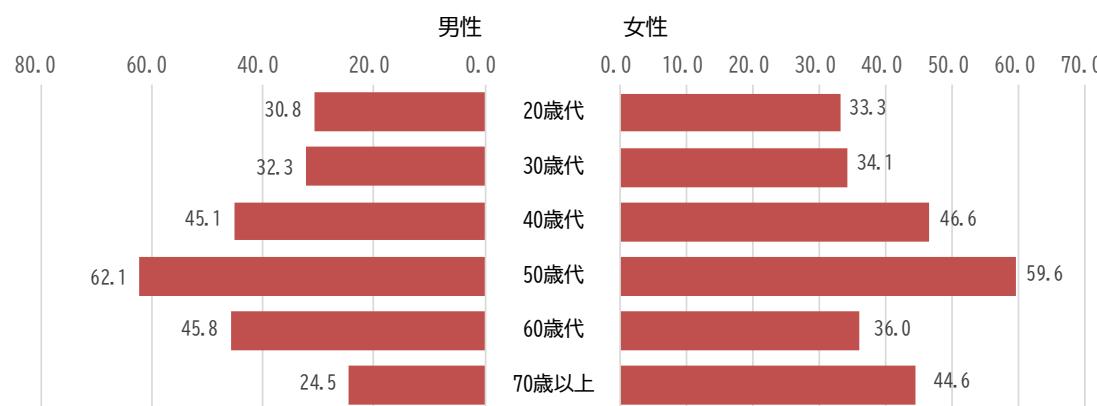
ここ1か月間、あなたの1日の平均睡眠時間は、何時間くらいですか？（アンケート問28より）

平均睡眠時間が6時間未満の者の割合は弥富市で40.3%、愛知県で19.7%となっています。

50代女性で59.6%と特に低いです。



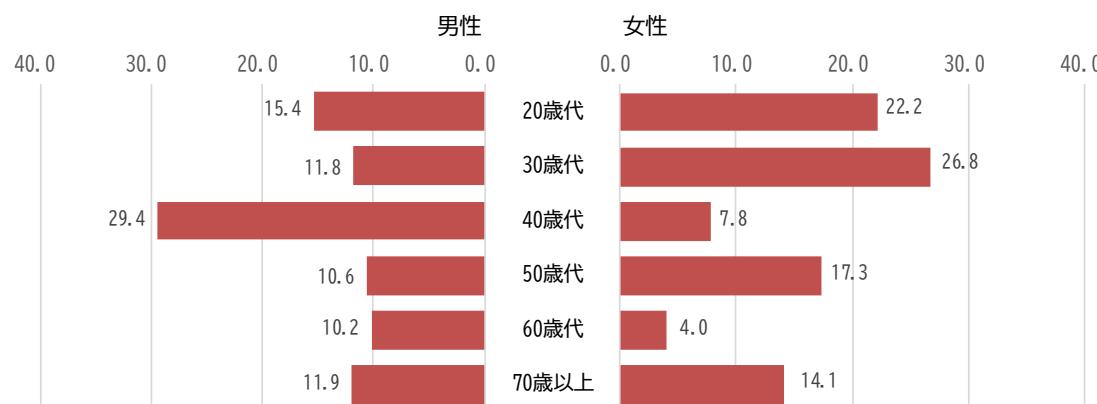
■平均睡眠時間が6時間未満の者の割合



過去1ヶ月のこころの健康状態はどのようでしたか？（アンケート問30より）

■K 6^{*5}（心理的ストレス指標【要注意】）

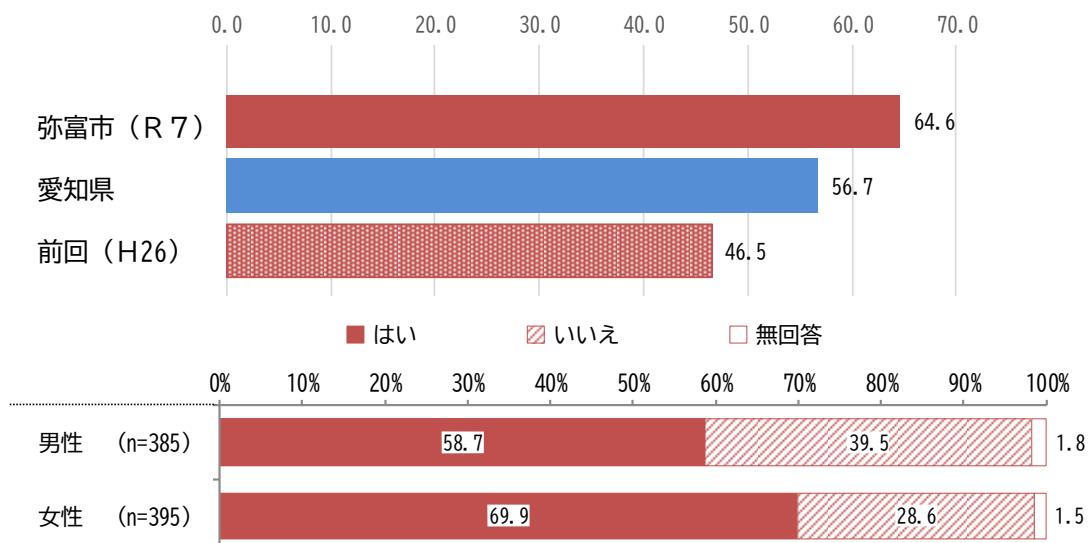
「要注意」の割合をみると、男性では40代が29.4%、女性では30代が26.8%となっています。



*5 K 6（心理的ストレス指標）：心理的ストレスを含む何らかの精神的な問題の程度を表す指標のことを行います。6つの質問について、「全くない」(0点)、「少しだけ」(1点)、「ときどき」(2点)、「たいてい」(3点)、「いつも」(4点)で点数化し、合計点数が5点未満は「問題なし」、5～10点未満は「要観察」、10点以上は「要注意」として判定し、合計点数が高いほど精神的な問題がより重い可能性があるとされています。

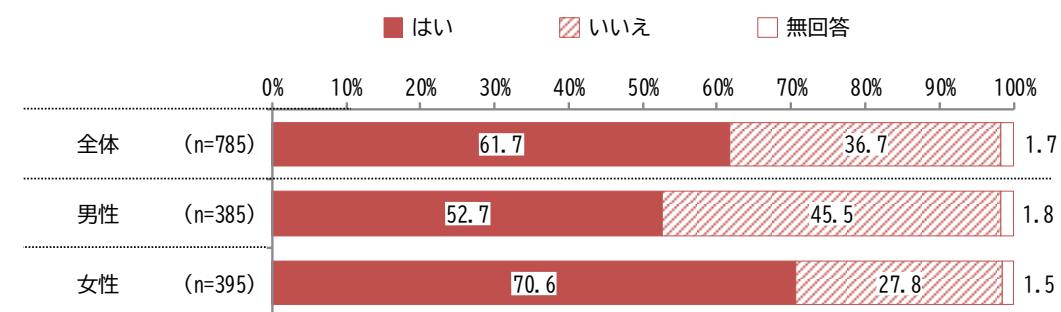
年1回以上歯の検診を受けていますか？（アンケート問40-⑨より）

年1回以上歯の検診を受けている者の割合は弥富市で64.6%、愛知県で56.7%、前回調査で46.5%となっています。また、男性で58.7%、女性で69.9%となっています。



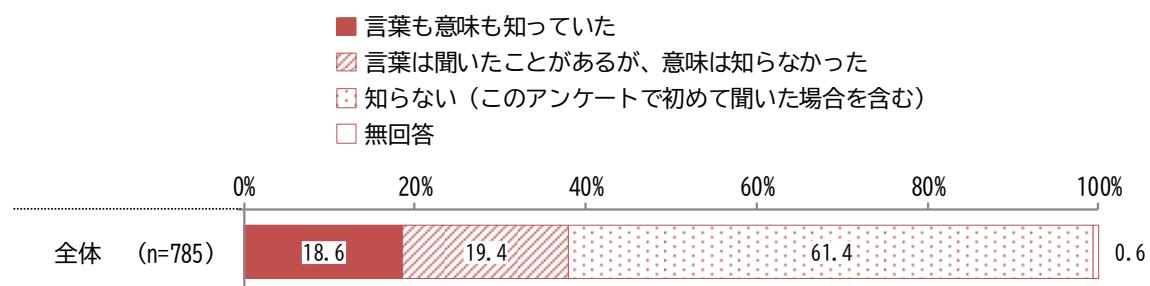
デンタルフロス、歯間ブラシなどの歯の間を清掃する器具を使用していますか？（アンケート問40-⑩より）

デンタルフロス、歯間ブラシなどの歯の間を清掃する器具を使用している者の割合は全体で61.7%、男性で52.7%、女性で70.6%となっています。



あなたは、「オーラルフレイル」について知っていますか？（アンケート問44より）

「オーラルフレイル」について言葉も意味も知っている者の割合は18.6%となっています。

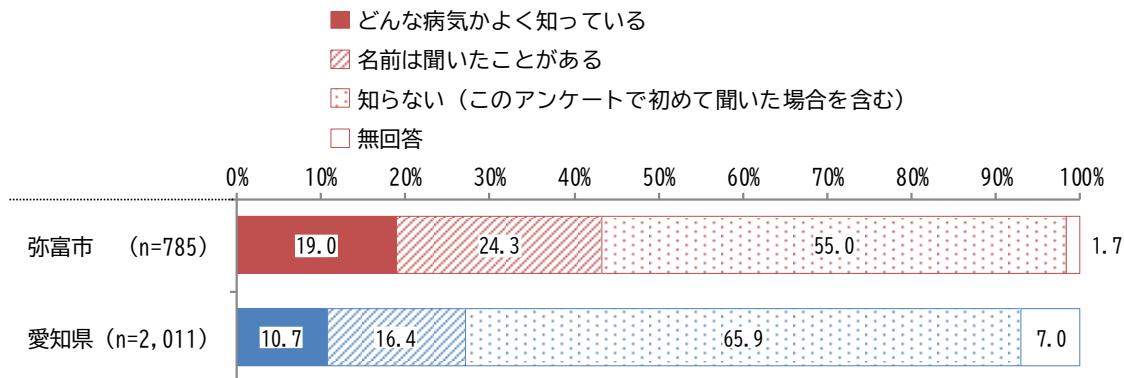


第2章 弥富市の健康を取り巻く現状

あなたは、「COPD（慢性閉塞性肺疾患）^{*6}」を知っていますか？（アンケート問36より）

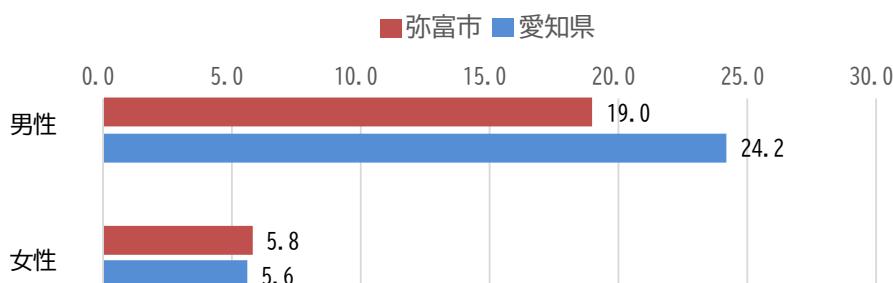
COPD（慢性閉塞性肺疾患）を「知らない（このアンケートで初めて聞いた場合を含む）」が55.0%、「名前は聞いたことがある」が24.3%となっています。

愛知県と比較すると「どんな病気かよく知っている」の割合が高いです。



あなたはたばこを吸いますか？（アンケート問34より）

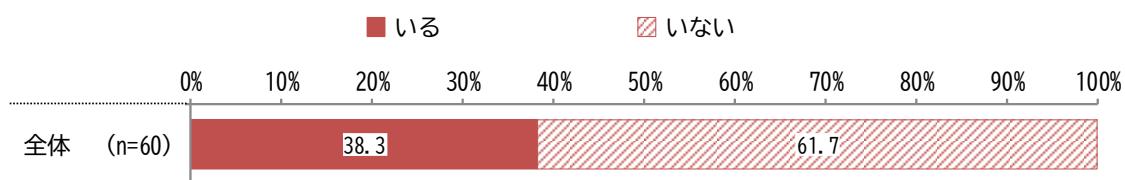
たばこを吸う者の割合は男性で19.0%、女性で5.8%となっています。愛知県と比較すると、男性で24.2%、女性で5.6%となっています。国保データベースシステム（40～75歳対象）のデータでは、男女ともに愛知県より高いですが、アンケート（16歳以上対象）では、男性の喫煙率が愛知県より低いです。



同居家族に喫煙者がいる家庭

お子さんがいるところでたばこを吸う人はいますか？（保護者アンケート問9より）

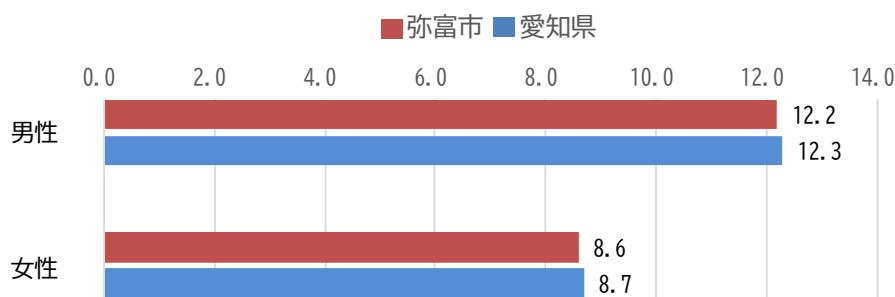
「いない」が61.7%、「いる」が38.3%となっています。



*6 COPD（慢性閉塞性肺疾患）：主に長年の喫煙習慣や肺の成長障害が原因となって、徐々に呼吸機能が低下していく肺の病気です。COPDになると、肺の機能は健常の老化よりも急速に低下していくことが多いので、早期に診断して適切な治療を受けることが重要です。

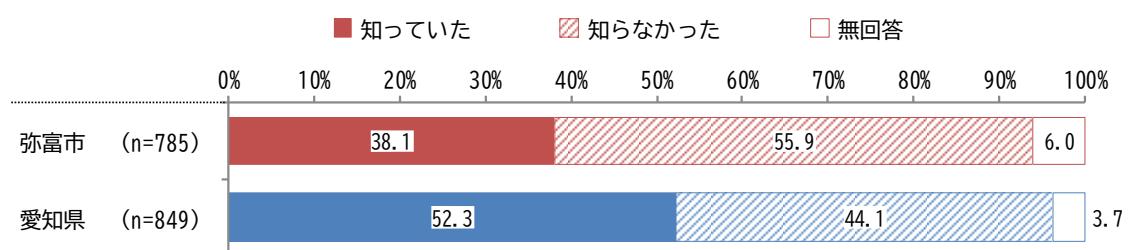
あなたは、お酒をどのくらいの頻度・量で飲みますか？（アンケート問37、38より）

生活習慣病のリスクを高める量^{*7}を飲酒している割合は弥富市で男性12.2%、女性8.6%、愛知県で男性12.3%、女性8.7%あまり差がありません。



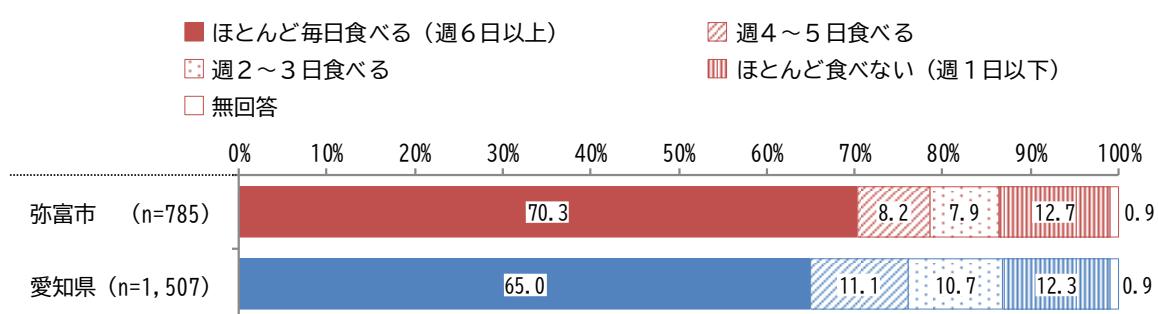
「節度ある適度な飲酒」とは、1日平均ビール中瓶1本程度（純アルコールで約20g）とされていますが、あなたはこのことを知っていましたか？（アンケート問39より）

「知らなかった」が55.9%、「知っていた」が38.1%となっています。愛知県と比較すると、「知っていた」が52.3%で、弥富市が低いです。



誰かと一緒に食事をとることが1日1回以上ある日は、週に何日ありますか？（アンケート問16より）

「ほとんど毎日食べる（週6日以上）」が70.3%、「ほとんど食べない（週1日以下）」が12.7%となっています。愛知県と比較すると、「ほとんど毎日食べる（週6日以上）」が65.0%（令和5年）で、弥富市が高いです。



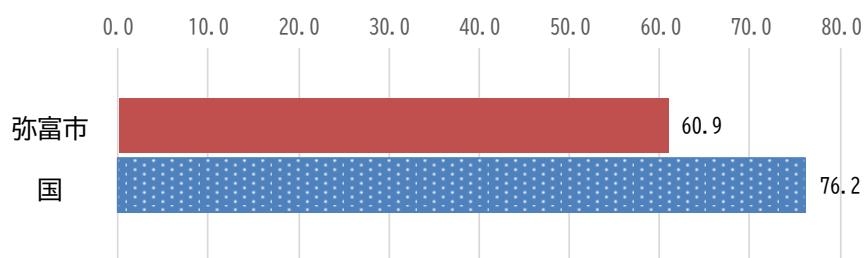
^{*7} 生活習慣病のリスクを高める飲酒量：男性では飲酒量が44g/日程度以上、女性では22g/日程度になると生活習慣病のリスクが高まることがわかっています。そのため、厚生労働省では生活習慣病のリスクを高める飲酒量（1日あたりの平均純アルコール摂取量）を、男性では40g以上、女性では20g以上としています。

第2章 弥富市の健康を取り巻く現状

食育に関する意識調査

「関心がある」が 60.9%、「関心がない」が 35.8% となっています。国（農林水産省「食育に関する意識調査」）と比較すると、「関心がある」が 76.2%（令和元年）で、弥富市が低いです。

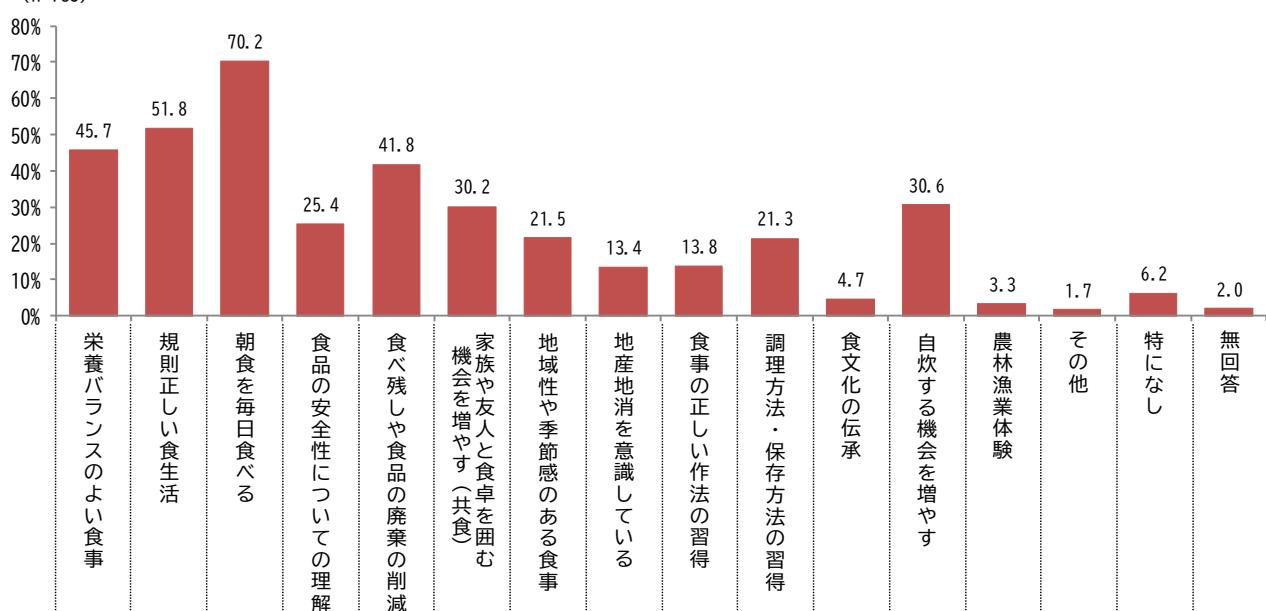
■ 「関心がある」と答えた者の割合



実践している食育の取り組み

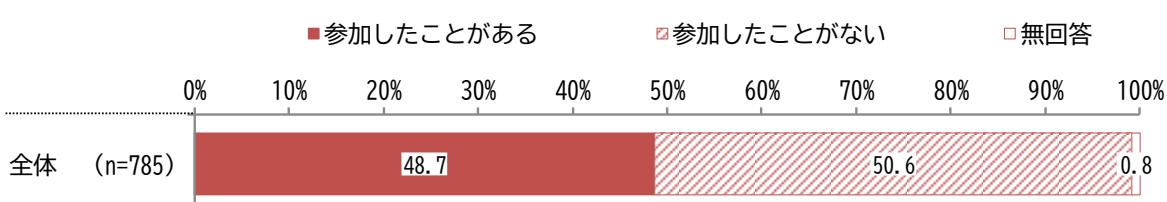
「朝食を毎日食べる」が 70.2% で最も多く、次いで「規則正しい食生活」が 51.8%、「栄養バランスのよい食事」が 45.7% となっています。

(n=785)



地域活動への参加

「参加したことがある」が 48.7%、「参加したことがない」が 50.6% となっています。



3 第2次計画の最終評価

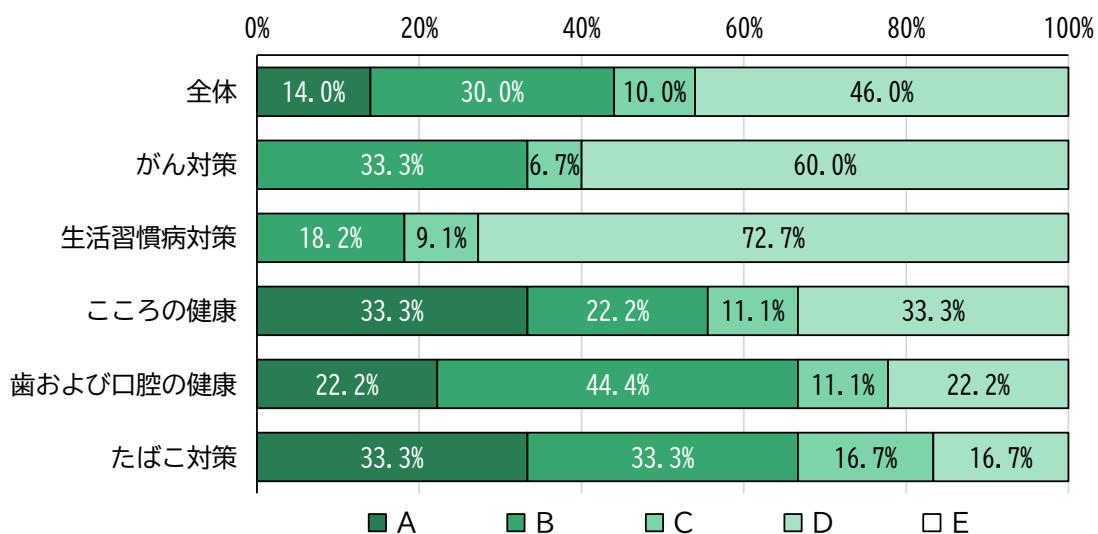
(1) 指標の評価について

「目標を達成（A判定）」及び「策定時よりも改善（B判定）」とした指標が 22 指標（44.0%）となっているものの、「策定時よりも悪化（D判定）」とした指標が 23 指標（46.0%）となつており、「変化なし（C判定）」とした指標の 5 指標（10.0%）を含めて、今後の課題となっています。

| 判定区分 | 判定基準 | 判定結果 | |
|------|----------------------------|------|--------|
| | | 指標数 | 割合 |
| A | 目標を達成（達成率 100%以上） | 7 | 14.0% |
| B | 策定時よりも改善（達成率 10%以上 100%未満） | 15 | 30.0% |
| C | 変化なし（達成率 -10%以上 10%未満） | 5 | 10.0% |
| D | 策定時よりも悪化（達成率 -10%未満） | 23 | 46.0% |
| E | 判定ができない | 0 | 0.0% |
| 合計 | | 50 | 100.0% |

$$\text{達成率} (\%) = \frac{\text{直近値} - \text{ベースライン値}}{\text{目標値} - \text{ベースライン値}} \times 100$$

図 34 各分野の目標達成状況



(2) 取組の概要

①がん対策

がん対策では、15 指標を設定しています。このうち、策定時よりも改善したのは5指標、変化なしが1指標、策定時よりも悪化したのは9指標となっています。

本市では、平成 29 年度からがん検診等受診券（現在はがん検診・歯周病検診等受診券）を個別で送付し、がん検診の受診の勧奨を行いました。令和 2 年度からは集団検診、令和 7 年度からは総合がん検診のウェブ予約を導入し、申込のしやすさに配慮しました。また、広報・チラシ（全戸配布）・市のホームページで周知しました。精密検査未受診者には、個別に通知を行うなどして受診の勧奨を行いました。

【指標一覧】

| 指標 | | | 対象 | 基準値 | | 現状値 | | 目標値 | | 判定 | 出典 | |
|----------|----------------|-----|--|------|---|------|---|-----|---|----|-------------------------------------|--|
| 受診率の向上 | 胃がん検診 | 推 計 | 40 歳以上 ※胃内視鏡 は 50 歳以上 (隔年受診) | 13.9 | % | 19.6 | % | 40 | % | B | がん検診結果報告及び 歯周疾患(歯周病) 検診実施状況報告 | |
| | | 全人口 | | 6.2 | % | 9.1 | % | 18 | % | B | | |
| | 肺がん検診 | 推 計 | | 21.9 | % | 19.2 | % | 40 | % | D | | |
| | | 全人口 | | 9.8 | % | 8.9 | % | 18 | % | D | | |
| | 大腸がん検診 | 推 計 | | 24.8 | % | 19.5 | % | 40 | % | D | | |
| | | 全人口 | | 11.1 | % | 9.0 | % | 18 | % | D | | |
| | 子宮がん検診 | 推 計 | 20 歳以上 女性 (隔年受診) | 22.3 | % | 26.3 | % | 50 | % | B | | |
| | | 全人口 | | 9.8 | % | 12.7 | % | 23 | % | B | | |
| | 乳がん検診 (マンモ) | 推 計 | 40 歳以上 女性 (隔年受診) | 24.5 | % | 16.8 | % | 50 | % | D | | |
| | | 全人口 | | 14.7 | % | 9.1 | % | 23 | % | D | | |
| 精検受診率の向上 | 胃がん検診 | | 各がん検診 の精検受診 者の割合 | 84.1 | % | 89.2 | % | 100 | % | B | | |
| | 肺がん検診 | | | 95 | % | 85.7 | % | 100 | % | D | | |
| | 大腸がん検診 | | | 81.2 | % | 75.0 | % | 100 | % | D | | |
| | 子宮がん検診 | | | 100 | % | 80.8 | % | 100 | % | D | | |
| | 乳がん検診 (マンモ) | | | 92.5 | % | 93.0 | % | 100 | % | C | | |

②生活習慣病対策

生活習慣病対策では、11指標を設定しています。このうち、策定時よりも改善したのは2指標、変化なしが1指標、策定時よりも悪化したのは8指標となっています。

本市では、30代健診や特定健康診査の受診勧奨、特定保健指導の実施、また糖尿病や高血圧予防といった生活習慣病予防教室や、健康づくりをテーマにしたやとみ健康セミナーを開催しました。また、愛知県のあいち健康マイレージ事業に基づき、弥富市においても平成27年度よりやとみ健康マイレージを開始しました。

【指標一覧】

| 指標 | 対象 | | 基準値 | | 現状値 | | 目標値 | | 判定 | 出典 | |
|---------------------------|-------------------|---|------|-----|------|-----|-----|-----|-----|------------|--|
| 30代健診受診者数の増加 | 30～39歳 | | | 184 | 人 | 104 | 人 | 200 | 人以上 | D | 弥富の保健 国保連合会 特定健診等 データ管理 システム |
| メタボリックシンドローム該当者及び予備群の率の低下 | 特定健診受診者 <該当者> | 男 | 31.1 | % | 37.2 | % | 25 | %以下 | D | | |
| | | 女 | 12.9 | % | 15.0 | % | 10 | %以下 | D | | |
| | 特定健診受診者 <予備群> | 男 | 16.0 | % | 15.5 | % | 14 | %以下 | B | | |
| | | 女 | 4.2 | % | 5.1 | % | 4 | %以下 | D | | |
| 肥満者（BMI25以上）の割合の減少 | 特定健診受診者 | 男 | 31.9 | % | 34.6 | % | 29 | %以下 | D | 特定健康診査問診 | |
| | | 女 | 21.8 | % | 24.6 | % | 19 | %以下 | D | | |
| 1日30分以上の運動習慣のない者の割合の減少 | 特定健診受診者 | | 56.1 | % | 61.9 | % | 50 | %以下 | D | | |
| | | | 47.8 | % | 50.9 | % | 45 | %以下 | D | | |
| 朝食を欠食する3歳児の割合の減少 | 3歳児 | | 6.0 | % | 2.4 | % | 0 | % | C | 乳幼児健康診査問診票 | |
| やとみ健康マイレージ参加者数の増加 | 弥富市在住・在勤・在学で小学生以上 | | 274 | 人 | 328 | 人 | 350 | 人以上 | B | 弥富の保健 | |

第2章 弥富市の健康を取り巻く現状

③こころの健康

こころの健康対策では、9指標を設定しています。このうち、目標を達成したのは3指標、策定時よりも改善したのは2指標、変化なしが1指標、策定時よりも悪化したのは3指標となっています。

本市では、こころの状態を把握してもらうための「こころの体温計」を平成28年度より導入しました。また若年層への相談窓口周知を目的に、小中学生や高校生を対象に相談先の一覧を配布しました。また、自殺対策強化事業としてゲートキーパー^{*8}養成講座の実施やこころの健康に関する健康教育を実施しました。

【指標一覧】

| 指標 | 対象 | 基準値 | | 現状値 | | 目標値 | | 判定 | 出典 |
|--------------------------------|----------------|------|---|------|---|-----|--------|----|------------|
| こんにちは赤ちゃん訪問実施率の向上 | 4か月までの乳児 | 98 | % | 97.8 | % | 98 | % | C | 弥富の保健 |
| 夜10時以降に就寝する児の割合の減少 | 1歳6か月児 | 15.7 | % | 21.1 | % | 11 | %以下 | D | 乳幼児健康診査問診票 |
| | 3歳児 | 26.9 | % | 29.8 | % | 18 | %以下 | D | |
| ゆったりとした気分で子どもと接する時間のある母親の割合の増加 | 4か月児 | 88.3 | % | 92.2 | % | 90 | %以上 | A | 乳幼児健康診査問診票 |
| | 1歳6か月児 | 81.3 | % | 83.1 | % | 85 | %以上 | B | |
| | 3歳児 | 71.6 | % | 76 | % | 75 | %以上 | A | |
| 睡眠で十分に休養がとれていない者の割合の減少 | 特定健診受診者 | 21 | % | 24.5 | % | 17 | %以下 | D | 特定健康診査問診 |
| ゲートキーパー養成研修受講者数 | ゲートキーパー養成講座受講者 | 20 | 人 | 36 | 人 | 年25 | 人以上 | A | 弥富の保健 |
| こころの健康に関する健康教育の実施回数 | 弥富市民 | 1 | 回 | 2 | 回 | 年1回 | 延10回以上 | B | |

*8 ゲートキーパー：自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応（悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る）を図ることができる人のことで、言わば「命の門番」とも位置付けられる人のことをいいます。

④歯および口腔の健康

歯および口腔の健康対策では、9指標を設定しています。このうち、目標を達成したのは2指標、策定時よりも改善したのは4指標、変化なしが1指標、策定時よりも悪化したのは2指標となっています。

本市では、妊娠期から高齢期までライフステージに応じた歯科健診や保健指導を実施しました。乳幼児期は、むし歯予防と仕上げみがきの指導、成人期は歯周病検診の周知、高齢期はオーラルフレイル^{*9}対策に取り組みました。

【指標一覧】

| 指標 | 対象 | 基準値 | | 現状値 | | 目標値 | | 判定 | 出典 |
|----------------------------|------------------|------|---|-------|---|-----|-----|----|---------------------------|
| 保護者による仕上げみがきがされていない児の割合の減少 | 1歳6か月児 | 30.4 | % | 32.7 | % | 25 | %以下 | D | 1歳6か月児健診問診票 |
| むし歯のない児の割合の増加 | 3歳児 | 85.7 | % | 93.1 | % | 95 | %以上 | B | 愛知県の歯科保健事業実施報告 |
| | 12歳児(中1) | 83.6 | % | 89.1 | % | 85 | %以上 | A | |
| 歯肉炎を有する者の割合の減少 | 14歳児(中3) | 6.9 | % | 5.7 | % | 5 | %以下 | B | |
| 年1回以上歯科健診を受けている者の割合の増加 | 20歳以上 | 61.6 | % | 65.2 | % | 70 | %以上 | B | 歯周病検診結果および問診票 お口のアンケート |
| 歯間清掃用具を使用している者の割合の増加 | | 60.4 | % | 64.8 | % | 75 | %以上 | B | |
| 歯周炎を有する者の割合の減少 | 40歳代 | 22.9 | % | 38.3 | % | 25 | %以下 | D | |
| 40歳で喪失歯のない者の割合の増加 | 40歳 | 85 | % | 100.0 | % | 90 | %以上 | A | 愛知県の歯科保健事業実施報告 |
| オーラルフレイル傾向の者の割合の減少 | 80歳 (75歳~84歳) | 7.2 | % | 7.2 | % | 5 | %以下 | C | 後期高齢者健診問診票 |

^{*9} オーラルフレイル：加齢などによる「噛む・飲み込む・話す」といった口腔機能のささいな衰え（むせる、滑舌が悪くなる、硬い物が食べにくいなど）のことをいいます。

第2章 弥富市の健康を取り巻く現状

⑤たばこ対策

たばこ対策では、6指標を設定しています。このうち、目標を達成したのは2指標、策定時よりも改善したのは2指標、変化なしが1指標、策定時よりも悪化したのは1指標となっています。

本市では、母子手帳交付時や乳幼児健康診査などの禁煙指導や、保育所・幼稚園の年長児への防煙教室、COPDの啓発などを行いました。

【指標一覧】

| 指標 | 対象 | 基準値 | | 現状値 | | 目標値 | | 判定 | 出典 |
|-------------------------|---------|------|---|--------------|---|-----|-----|----|--------------------------------|
| 成人男性の喫煙率の低下 | 成人男性 | 35.4 | % | 28.3 (R4) | % | 30 | %以下 | A | 愛知県特定健診・特定保健指導データを活用したデータ分析・評価 |
| 成人女性の喫煙率の低下 | 成人女性 | 5.8 | % | 5.6 (R4) | % | 4 | %以下 | B | |
| 妊娠喫煙率の低下 (母子健康手帳交付時) | 妊婦 | 1.7 | % | 1.3 | % | 0.0 | % | B | 妊娠届アンケート |
| 子育て中の家庭における両親の喫煙率の低下 | 父親 | 31.7 | % | 24.3 | % | 25 | %以下 | A | 乳幼児健康診査問診票 |
| | 母親 | 4.7 | % | 4.8 | % | 4 | %以下 | C | |
| COPD認知度の向上 | 集団検診受診者 | 62 | % | 56.3 | % | 80 | %以上 | D | COPDアンケート |

4 弥富市の課題

| 分野 | 課題 |
|----------|--|
| がん対策 | <ul style="list-style-type: none">・ 悪性新生物の死亡率が県と比較して高い。部位別では「肺」「大腸」が多い【統計 P9・10】・ 入院外の医療費割合でも悪性新生物が 16.8%と最も多い【統計 P15】・ がん検診を受けない理由では「気になる症状がない」が最も多い【アンケート P26】・ 肺がん・大腸がん・乳がん検診の受診率が 2 次計画策定時よりも悪化しており、県と比較して低い【統計 P12】【2次最終評価 P38】・ 肺がん、大腸がん、子宮がん検診で精密検査受診率が悪化している。乳がん以外の精密検査受診率は9割を下回っている【2次最終評価 P38】 |
| 疾病 | <ul style="list-style-type: none">・ 男女ともに急性心筋梗塞の死亡率が国や県と比較して高い【統計 P9】・ メタボリックシンドローム該当者の割合が県より高い状況が続いている【統計 P13】【2次最終評価 P39】・ 30 代健診で要医療となる者が増加傾向【統計 P14】・ 医療費割合の入院では循環器疾患、入院外では内分泌疾患が悪性新生物の次に多い【統計 P15】・ 医療費割合は、糖尿病、うつ病、関節疾患が上位 3 位を占めている【統計 P15】 |
| 生活習慣(栄養) | <ul style="list-style-type: none">・ 20 代女性のやせの割合が 33.3%と高い【アンケート P27】・ 30~50 代男性の肥満の割合が 3 割と他の年代に比べ高い【アンケート P27】・ 肥満の割合が 2 次計画策定時より悪化している【2次最終評価 P39】・ 20 代の朝食を欠食する者の割合が 43.8%と高い【アンケート P28】・ 20 代女性の 1 日 2 回以上主食・主菜・副菜を 3 つそろえて食べる者の割合が 16.7%と低い【アンケート P29】 |
| 生活習慣(運動) | <ul style="list-style-type: none">・ 運動習慣のない者の割合が 2 次計画策定時より悪化しており、県と比較しても高い【統計 P19】【2次最終評価 P39】・ 20~50 代女性では運動習慣のある者の割合が 3 割以下と特に低い【アンケート P30】・ 平均歩数が国の推奨歩数に達していない【アンケート P30】・ 1 週間に 60 分以上運動している小中学生の割合が 5 割未満と低い【アンケート P31】 |

第2章 弥富市の健康を取り巻く現状

| | |
|-----------|---|
| こころの健康 | <ul style="list-style-type: none"> 医療費割合は、うつ病が2位で推移【統計 P15】 50代女性で睡眠で休養が十分にとれている者の割合が他の年代に比べ低い【アンケート P31】 睡眠時間が6時間未満の者の割合が4割と高い。50代女性で59.6%と特に高い【アンケート P32】 40代男性のK6(心理的ストレス指標)要注意の割合が約3割と高い【アンケート P32】 3歳児、1歳6か月児で夜22時以降に寝る児の割合が2次計画策定時より悪化している【2次最終評価 P40】 |
| 歯および口腔の健康 | <ul style="list-style-type: none"> 年1回以上歯科健診を受けている者は全体で64.6%だが、男女比だと男性が低い【アンケート P33】 男性の歯間ブラシなどの使用率が低い【アンケート P33】 オーラルフレイルについて言葉も意味も知っている人が18.6%と低い【アンケート P33】 40代の歯周炎を有する人の割合が2次計画策定時より悪化している【2次最終評価 P41】 |
| たばこ・飲酒 | <ul style="list-style-type: none"> 男女ともに喫煙率が2次計画策定時より低下したが、県と比較して高い【統計 P24】【2次最終評価 P42】 COPDの認知度が県と比較すると高いが、2次中間評価時より低下している【アンケート P34】【2次最終評価 P42】 喫煙者がいる家庭で子どもがいるところでたばこを吸う者の割合が38.3%いる【アンケート P34】 節度ある飲酒量の認知度が県と比較して低い【アンケート P35】 |
| 地域との関わり | <ul style="list-style-type: none"> 単独、核家族世帯が増加している【統計 P8】 地域の活動に参加したことがある者の割合は約半数【アンケート P36】 |
| 食育 | <ul style="list-style-type: none"> ほぼ毎日誰かと一緒に食事をとる者の割合は全体で70.3%【アンケート P35】 食育に関心のある者の割合が国と比較して低い【アンケート P36】 |

第3章 第3次健康増進計画

1 基本理念

市民すべてがいきいき暮らせるまちづくり 健康寿命の延伸

少子高齢化の進行や生活習慣の多様化、地域のつながりの希薄化など、健康を取り巻く環境は大きく変化しています。こうした中で、単に病気を予防するだけでなく、日常生活の中で「生きがい」や「社会参加」を感じながら心身ともに健康に暮らすことがますます重要になっています。

そのため、「市民すべてがいきいき暮らせるまちづくり 健康寿命の延伸」を基本理念とし、市民一人ひとりが主体的に健康づくりに取り組むとともに、地域や関係機関が協働して支え合いながら、心身の健康と生活の質の向上を図ります。

2 方針（視点）

本計画では、本市の健康づくりを効果的に進めるため、全体を方向づける「基本方針」と、重点的に取り組む方向を示す「取組方針」を定めます。

基本
方針

生涯を通じた健康づくり～ライフコースアプローチ～

健康は日々の生活の積み重ねによって築かれます。現在の生活習慣や健康状態は将来の心身の健康に大きく影響します。特に若い世代は、将来のライフプランを考えながら生活や健康に向き合うこと（プレコンセプションケア）が大切です。また、親の生活習慣や価値観は次の世代の健康にも影響を及ぼします。このため、本市では、妊娠期から高齢期に至るまでの生涯を経時的にとらえた「ライフコースアプローチ」を取り入れて健康づくりを推進し、生涯を通じていきいきと暮らせるまちをめざします。

取組
方針
①

生活習慣病の発症予防および重症化予防

病気の発症や重症化を防ぐことは、個人の健康を守るだけでなく、家族や地域全体の安心にも直結します。健康を損なう前にリスクを把握し、早い段階からケアすることで、疾病の重症化予防を図るとともに、正しい知識と情報の普及・啓発により疾病の発症予防にも取り組みます。

取組
方針
②

生活習慣の見直し

市民1人ひとりが、自分の生活を見つめ直し、よりよい生活習慣を身につけることが、人生の質の向上と健康寿命の延伸に不可欠です。また生活習慣を整えることは、病気を防ぐだけでなく、心の安定や社会的な活力にもつながります。

このため、「食事・栄養」、「運動」、「睡眠・こころの健康」、「歯および口腔の健康」「たばこ・飲酒」の5分野についての知識や情報の普及・啓発等を行い、健康づくりを推進していきます。

取組
方針
③

みんなで支える健康づくり

健康は個人の努力だけでなく、社会全体の関わりによって支えられるものです。人とのつながりや地域での支え合いは、孤立や心の不調を防ぎ、生きる意欲を育みます。また健康日本21では、「自然に健康になれる仕組みづくり」を基盤としており、本計画でも、地域のボランティアや関係団体等と連携し、健康になれる地域づくりを目指します。また食育を通じて、人や地域とのつながりを強化できるよう取り組みます。

3 計画の体系

基本理念

基本方針

取組方針

市民すべてがいきいき暮らせるまちづくり 健康寿命の延伸

生涯を通じた健康づくり～ライフコースアプローチ～

生活習慣病の発症予防および重症化予防

がん対策

疾病対策

生活習慣の見直し

食事・栄養

運動

睡眠・こころの健康

歯および口腔の健康

たばこ・飲酒

みんなで支える健康づくり

地域での健康づくり

食育（食育推進計画）

第4章 取組

第4章では、取組方針とその分野ごとに、「課題・方向性」、「取組」、「指標」を記載しています。各項目には、以下のような内容を記載しています。

【課題・方向性】

第2章「弥富市の健康を取り巻く状況」に記載している統計データやアンケート調査結果、第2次計画の最終評価を用いて、その分野における現状と課題を記載しています。また、今後の健康づくり施策を効果的に推進するために、必要な取組の方向性を示しています。

【取組】

「市民・地域」「市」の取組を示しています。

| | |
|-------|--|
| 市民・地域 | 市民一人ひとりに実践してほしい取組 地域の団体等の活動を通じて取り組んでほしい内容 |
| 市 | 本市が市民の健康づくりをサポートするために取り組む内容 |

妊娠期から高齢期に至るまでの生涯を経時にとらえた「ライフコースアプローチ」を取り入れて健康づくりを推進するため、妊娠期、乳幼児期（出生～就学前）、学齢期（小学生～高校生）、成人期（18～64歳）、高齢期（65歳以上）に区分し、取組を記載しています。

【指標】

基本理念の実現を目指すため、指標と目標値を設定しています。

現状値は令和6年度の値で設定しています。

中間評価は令和12年度、最終評価は令和18年度の数値で評価します。

中間目標の「-」は、中間評価時には評価せず、最終評価時のみ評価します。

「↗」は、現状値より増加することを目指します

「↘」は、現状値より減少することを目指します

生活習慣病の発症予防および重症化予防

がん対策

【課題・方向性】

本市の標準化死亡比では「悪性新生物」は男女ともに 100 を超えており、部位別では特に「肺」「大腸」が多くなっています。肺がん・大腸がん・乳がんの検診受診率は第2次計画時よりも悪化しており、精密検査受診率も肺がん・大腸がん・子宮がん検診で悪化しています。検診を受診していない理由は、どの種別においても「気になる症状がない」が最も多くなっています。がんは早期発見、早期治療が重要であるため、「症状がなくても受診が必要であること」を啓発し、受診率向上に取り組む必要があります。

【取組】

| | |
|-------|--|
| 市民・地域 | <ul style="list-style-type: none">・がん予防のための生活習慣について正しい知識をもち、よりよい生活習慣をおくりましょう。・がん検診を受診する重要性を理解しましょう。・定期的にがん検診を受けましょう。・検診結果を把握し、必要に応じて精密検査・治療を受けましょう。 |
| 市 | <ul style="list-style-type: none">・がん予防のための生活習慣について周知・啓発します。・がん検診受診率向上をはかるために、周知・啓発します。・精密検査の必要性を伝え、早期の受診勧奨を行います。・関係機関や職域と連携し、受診しやすい体制を作ります。 |

第4章 取組

【指標】

| 項目 | | 指標 | 出典 | 単位 | 現状値 | 中間目標 | 最終目標 | |
|----------|----------------|--------------------|--|----|------|------|------|--|
| 受診率の向上 | 胃がん検診 | 市ののみ ^{※1} | 上段：がん検診結果報告及び歯周疾患（歯周病）検診実施状況報告 下段：住民アンケート | % | 9.1 | ↗ | 13.0 | |
| | | 全体 ^{※2} | | % | 49.8 | — | 60.0 | |
| | 肺がん検診 | 市ののみ | | % | 8.9 | ↗ | 13.0 | |
| | | 全体 | | % | 55.6 | — | 60.0 | |
| | 大腸がん検診 | 市ののみ | | % | 9.0 | ↗ | 13.0 | |
| | | 全体 | | % | 54.0 | — | 60.0 | |
| | 子宮がん検診（妊婦子宮含む） | 市ののみ | | % | 12.7 | ↗ | 16.0 | |
| | | 全体 | | % | 47.3 | — | 60.0 | |
| | 乳がん検診（マンモグラフィ） | 市ののみ | | % | 9.1 | ↗ | 14.0 | |
| | | 全体 | | % | 51.9 | — | 60.0 | |
| 精検受診率の向上 | 胃がん検診 | | がん検診結果報告及び歯周疾患（歯周病）検診実施状況報告 | % | 89.2 | ↗ | 100 | |
| | 肺がん検診 | | | % | 85.7 | ↗ | 100 | |
| | 大腸がん検診 | | | % | 75.0 | ↗ | 100 | |
| | 子宮がん検診 | | | % | 80.8 | ↗ | 100 | |
| | 乳がん検診（マンモグラフィ） | | | % | 93.0 | ↗ | 100 | |

※1 市のがん検診受診者

※2 市のがん検診、職場の検診、医療機関の有料検診の受診者

疾病対策

【課題・方向性】

特定健診受診率は県よりも高い値ですが、5割未満となっています。メタボリックシンドローム該当者は男女ともに県と比べて高い状況が続いています。医療費でみると、糖尿病や関節疾患で高い状況が続いています。また、死亡率でみると急性心筋梗塞が、国や県と比べて男女ともに高い状況です。そのため、健診による早期発見とより良い生活習慣による発症予防が重要です。

【取組】

| | |
|-------|---|
| 市民・地域 | <ul style="list-style-type: none">・生活習慣病について正しい知識を身につけましょう。・体重や血圧を測定し、自分の健康状態を把握しましょう。・毎年、30代健診や特定健診、後期高齢者健診を受けましょう。・健診結果を把握し、必要に応じて精密検査・治療を受けましょう。・健診結果から、日々の生活習慣を見直しましょう。 |
| 市 | <ul style="list-style-type: none">・健診受診の重要性を周知・啓発します。・関係機関や職域と連携し、健診を受診しやすい体制を作ります。・健診の結果、精密検査が必要になった人に対し、受診の必要性を伝え、早期発見・早期治療につなげます。・メタボリックシンドロームや糖尿病・高血圧などの生活習慣病に関する正しい知識を周知・啓発します。 |

【指標】

| 指標 | 指標 | 出典 | 単位 | 現状値 | 中間目標 | 最終目標 |
|--------------------|-----------------------|--------------|----|------|------|------|
| 30代健診受診者数の増加 | 30代健診を受けた人数 | 弥富の保健 | 人 | 104 | ↗ | 130 |
| メタボリックシンドローム該当者の減少 | メタボリックシンドローム該当者の男性の割合 | 国保データベースシステム | % | 37.2 | ↘ | 30.0 |
| | メタボリックシンドローム該当者の女性の割合 | | % | 15.0 | ↘ | 10.0 |
| メタボリックシンドローム予備群の減少 | メタボリックシンドローム予備群の男性の割合 | 国保データベースシステム | % | 15.5 | ↘ | 14.0 |
| | メタボリックシンドローム予備群の女性の割合 | | % | 5.1 | ↘ | 4.0 |
| 骨粗しょう症検診受診者数の増加 | 骨粗しょう症検診を受けた人數 | 弥富の保健 | 人 | 139 | ↗ | 150 |

生活習慣の見直し

食事・栄養

【課題・方向性】

◆ 栄養バランスのとれた食生活

朝食を毎日食べる人の割合や主食・主菜・副菜をそろえて食べる人の割合は特に20代で低くなっています。規則正しく、栄養バランスのとれた食生活の重要性を周知していく必要があります。

◆ 適正体重の把握と維持

20代女性では「やせ」の割合が高い一方、30~50代男性では肥満の割合が高くなっています。そのため、自分の適正体重を知り、自分に適した食事をとることが重要です。

【取組】

| | | |
|-------|---|----------|
| 市民・地域 | 妊娠期 | 乳幼児期・学齢期 |
| | <ul style="list-style-type: none"> ・規則正しい食生活（1日3食食べる・バランスのとれた食事）を身につけましょう。 | |
| 市 | 妊娠期 | 乳幼児期・学齢期 |
| | <ul style="list-style-type: none"> ・乳幼児期から生活習慣や食生活の大切さを周知します。 ・栄養について相談できる場を設けます。 | |

| | | |
|----------------|---|----------|
| 妊娠期 | 成人期・高齢期 | |
| | <ul style="list-style-type: none"> ・食に関する正しい知識（1日3食食べる・バランスのとれた食事・減塩・野菜の摂取）を身につけましょう。 ・自分の身体と健康に関心を持ち、自分に適した量と栄養に配慮した食事をしましょう。 ・関係団体を通じて正しい食生活・栄養の知識を身につけましょう。 | |
| 成人期・高齢期 | 妊娠期 | 乳幼児期・学齢期 |
| | <ul style="list-style-type: none"> ・食習慣の改善に向け、肥満や女性のやせ、朝食の大切さ、バランスのとれた食事、減塩、野菜の摂取について正しい知識を啓発します。 ・栄養について相談できる場を設けます。 ・オリーブ協議会（食に関するボランティア団体）の活動を支援します。 | |

【指標】

| 項目 | 指標 | 出典 | 単位 | 現状値 | 中間目標 | 最終目標 |
|-------------------|---|--------------|----|------|------|------|
| 朝食を欠食する者の減少 | 朝食をほとんど食べない3歳児の割合 | 乳幼児健診問診票 | % | 2.4 | ➡ | 0.0 |
| | 朝食をほとんど食べない児の割合 | 保護者アンケート | % | 1.3 | — | 0.0 |
| | 朝食をほとんど食べない（週1回以下）者の割合 | 住民アンケート | % | 7.8 | — | 5.0 |
| | 朝食を抜くことが週に3回以上ある者の割合 | KDB | % | 6.0 | ➡ | 5.0 |
| バランスのとれた食事をする者の増加 | 1日2回以上主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることがほとんど毎日（週6日以上）の者の割合 | 住民アンケート | % | 54.0 | — | 56.0 |
| 若年女性のやせの減少 | 20～30代女性のやせの者の割合（BMI18.5未満） | 住民アンケート | % | 16.0 | — | 15.0 |
| 肥満者の減少 | 特定健診を受診した男性の肥満者の割合（BMI25以上） | 国保データベースシステム | % | 34.6 | ➡ | 30.0 |
| | 特定健診を受診した女性の肥満者の割合（BMI25以上） | | % | 24.6 | ➡ | 20.0 |
| | 30代健診を受診した男性の肥満者の割合（BMI25以上） | 30代健診結果 | % | 47.1 | ➡ | 40.0 |
| | 30代健診を受診した女性の肥満者の割合（BMI25以上） | 30代健診結果 | % | 15.7 | ➡ | 15.0 |

運動

【課題・方向性】

◆ 日々の運動習慣

運動習慣のある者の割合が低く、特に20～50代の女性では3割以下となっています。また、1週間に60分以上運動している小中学生の割合は5割未満と低くなっています。そのため日々の生活の中で実践できる運動を見つけ、継続していくことが重要です。

◆ 1日の歩数

1日の平均歩数はすべての年代で国の推奨歩数（成人8000歩/日、高齢者6000歩/日）に達していません。歩行は日常生活で取り入れやすい運動であるため、今より歩数を増やすことを意識することが重要です。

【取組】

| | |
|-------|--|
| 市民・地域 | <p>乳幼児期・学齢期</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体を動かすことを楽しみましょう。 <p>成人期・高齢期 妊娠期</p> <ul style="list-style-type: none"> ・日々の生活の中で、徒歩や自転車の利用や階段を使うなど、意識してこまめに体を動かしましょう。 ・1日の歩数を把握し、継続できる運動習慣を持ちましょう。 ・関係団体を通じて正しい運動習慣の知識を身につけたりイベントに参加しましょう。 ・妊娠期は体調をみながら無理のない範囲で体を動かしましょう。 |
| 市 | <p>乳幼児期・学齢期</p> <ul style="list-style-type: none"> ・からだを使った遊びや外遊びの大切さを伝えます。 <p>成人期・高齢期 妊娠期</p> <ul style="list-style-type: none"> ・やとみ健康マイレージを活用し、無理のない範囲で、自主的に運動に取り組みやすい環境づくりします。 ・「健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023」に基づき、正しい知識を普及します。 |

【指標】

| 項目 | 指標 | 出典 | 単位 | 現状値 | 中間目標 | 最終目標 |
|-------------|--------------------------------|-------------------------|----|--------------|--------|--------------|
| 運動習慣のない者の減少 | 1日30分以上かつ週2回以上の運動を実施していない者の割合 | 国保データベースシステム 住民アンケート | % | 61.9 58.2 | → — | 55.0 52.0 |
| | 体育の授業以外で1週間の運動（外遊び）が60分未満の児の割合 | 保護者アンケート | % | 50.8 | — | 45.0 |
| | 20～64歳男性の1日の平均歩数 | 住民アンケート | 歩 | 5,429 | — | 6,000 |
| 平均歩数の増加 | 20～64歳女性の1日の平均歩数 | | | 4,245 | | |
| | 65歳以上男性の1日の平均歩数 | | | 3,721 | — | 5,000 |
| | 65歳以上女性の1日の平均歩数 | | | 3,404 | | |

睡眠・こころの健康

【課題・方向性】

◆ 睡眠による休養

睡眠で休養が十分にとれていない割合は約2割、睡眠時間が6時間未満の割合は約4割となっています。性年代別では特に50代女性で低くなっています。また、夜22時以降に寝る幼児の割合は第2次計画策定時よりも悪化しています。睡眠の大切さを理解し、生活リズムを整えることが重要です。

◆ こころの健康

うつ病は医療費割合で2位であり、アンケートからはK6(心理的ストレス指標)が「要注意」は7人に1人となっています。特に40代男性では「要観察」+「要注意」の割合が半数を超えています。こころの健康を維持するためには、十分な休養やストレス解消法を身につけることが重要です。

【取組】

| | |
|-------|--|
| 市民・地域 | <p>乳幼児期・学齢期</p> <ul style="list-style-type: none">・早寝早起きをし、規則正しい生活習慣を身につけましょう。・就寝前はデジタル機器を触らないよう心がけましょう。・困ったときや悩みがあるときは誰かに伝えましょう。 <p>成人期・高齢期 妊娠期</p> <ul style="list-style-type: none">・睡眠の量と質を意識しましょう。・規則正しい生活習慣を心がけ、十分な休養や睡眠をとれるようにしましょう。・自分に合った趣味やストレス解消法を見つけましょう。・一人で悩まず、相談できる人を作りましょう。・こころの不調について、心配が続く時は専門機関に相談しましょう。・周りの人のこころの不調に気づいたら、声をかけ、必要に応じて専門機関につなげましょう。・関係団体を通じて高齢者の交流の場に参加しましょう。 |
| 市 | <p>乳幼児期・学齢期</p> <ul style="list-style-type: none">・乳幼児期から睡眠の大切さを周知します。・若年層へ相談先の情報を提供します。 <p>成人期・高齢期 妊娠期</p> <ul style="list-style-type: none">・「健康づくりのための睡眠ガイド2023」に基づき正しい知識を普及・啓発します。・関係機関と連携し、相談などの支援を実施します。また、相談先の情報を提供します。・妊娠期から母親の精神面を確認し、面接相談などで支援を実施します。 |

第4章 取組

【指標】

| 項目 | 指標 | 出典 | 単位 | 現状値 | 中間目標 | 最終目標 |
|-------------------|----------------------------------|--------------|----|------|------|------|
| 夜 10 時以降に就寝する児の減少 | 夜 10 時以降に就寝する 1 歳 6 か月児の割合 | 乳幼児健診問診票 | % | 21.1 | ➡ | 16.0 |
| | 夜 10 時以降に就寝する 3 歳児の割合 | 乳幼児健診問診票 | % | 29.8 | ➡ | 25.0 |
| 睡眠で休養がとれていない者の減少 | 睡眠で休養が十分にとれていない者の割合 | 国保データベースシステム | % | 24.5 | ➡ | 21.0 |
| | 睡眠で休養が「あまりとれていない」「全くとれていな」い者」の割合 | 住民アンケート | % | 24.8 | — | 21.0 |
| 睡眠時間が 6 時間以下の者の減少 | 1 日の平均睡眠時間が 6 時間未満の者の割合 | 住民アンケート | % | 40.3 | — | 35.0 |
| 心理的苦痛を感じている者の減少 | K6（心理的ストレス指標）が 10 点以上の者の割合 | 住民アンケート | % | 14.3 | — | 10.0 |

歯および口腔の健康

【課題・方向性】

◆ 歯の健康に関する意識

年1回以上歯科健診を受けている割合は女性が69.9%、男性が58.7%、デンタルフロスや歯間ブラシの使用率は女性が70.6%、男性が52.7%と男女で差が出ています。1歳6か月で仕上げみがきをする保護者の割合は、減少傾向となっています。歯や口腔に関する意識を高めるため、家族向けに啓発していくことが重要です。

◆ オーラルフレイル（お口の機能の衰え）の認知度

オーラルフレイルについて言葉も意味も知っている割合は18.6%と低いため、20～30歳代の若い世代を含めて認知度を上げる必要があります。

【取組】

| | | |
|-------|----------------|--|
| 市民・地域 | 妊娠期 | 乳幼児期・学齢期 |
| | | <ul style="list-style-type: none">・定期的に歯科健診を受け、むし歯や歯周病を早期に発見・治療しましょう。・毎日の歯みがきやデンタルフロスの使用、フッ化物の活用など正しい口腔ケア習慣を身につけましょう。・口を閉じ、姿勢を正して、よく噛んで食べましょう。 |
| 市 | 妊娠期 | 乳幼児期・学齢期 |
| | | <ul style="list-style-type: none">・妊娠婦歯科健診が受けやすいよう体制を整備します。・保護者による仕上げみがきの重要性を周知します。・乳幼児健診や保育所、学校での歯科保健指導を実施します。 |
| | 成人期・高齢期 | 妊娠期 |
| | | <ul style="list-style-type: none">・歯周病検診やオーラルフレイル健診が受けやすいよう体制を整備します。・地域や家庭において口腔の健康づくりの推進に向け、周知・啓発を強化します。・口腔機能の低下を早期に予防し、オーラルフレイル対策を推進します。 |

第4章 取組

【指標】

| 項目 | 指標 | 出典 | 単位 | 現状値 | 中間目標 | 最終目標 |
|-----------------------|---------------------------|---------------------------|----|------|------|------|
| 保護者が仕上げみがきをしている割合の増加 | 保護者が仕上げみがきをしている1歳6か月児の割合 | 1歳6か月児健診問診票 | % | 67.3 | ↗ | 95.0 |
| むし歯のない児の増加 | むし歯のない3歳児の割合 | 3歳児歯科健診結果 | % | 93.1 | ↗ | 95.0 |
| | むし歯のない12歳児（中1）の割合 | 愛知県の歯科保健事業実施報告 | % | 89.1 | ↗ | 90.0 |
| 歯肉炎を有する児の減少 | 14歳児（中3）で歯肉炎を有する児の割合 | 愛知県の歯科保健事業実施報告 | % | 5.7 | ↘ | 3.0 |
| 年1回以上歯科健診を受けている者の増加 | 20歳以上で年1回以上歯科健診を受けている者の割合 | 歯周病検診結果および問診票 お口のアンケート | % | 65.2 | ↗ | 70.0 |
| 歯間清掃用具を使用している者の増加 | 20歳以上で歯間清掃用具を使用している者の割合 | | % | 64.8 | ↗ | 70.0 |
| 歯周炎を有する者の減少 | 40歳代で歯周炎該当者の割合 | 歯周病検診結果 | % | 38.3 | ↘ | 30.0 |
| オーラルフレイルについて知っている者の増加 | オーラルフレイルの言葉も意味も知っている者の割合 | 住民アンケート | % | 18.6 | - | 30.0 |
| オーラルフレイル健診受診率の増加 | 76歳でオーラルフレイル健診を受診した者の割合 | オーラルフレイル健診結果 | % | - | ↗ | 30.0 |

※オーラルフレイル健診は令和7年度から開始

飲酒・たばこ

【課題・方向性】

◆ 節度ある適切な飲酒量

生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している割合は、男性では12.2%、女性では8.6%となっています。また、節度ある飲酒量の認知度は県より低くなっています。過剰な飲酒は様々な健康障害との関連が指摘されているため、節度ある適度な飲酒を心がけることが重要です。

◆ 喫煙習慣

喫煙率は男女ともに経年的にみると減少傾向ですが、県と比べて高い数値となっています。喫煙者のいる家庭で、子どもがいるところで喫煙する人の割合は約4割となっています。また、COPD の認知度は第2次計画策定時よりも低下しています。たばこが身体に及ぼす影響を理解するとともに、望まない受動喫煙を減らすことが重要です。

【取組】

| | |
|-------|---|
| 市民・地域 | <p>妊娠期　乳幼児期・学齢期</p> <ul style="list-style-type: none">・妊娠中は喫煙・飲酒はやめましょう。・20歳未満は喫煙・飲酒をしません。・飲酒やたばこについて正しい知識を身につけましょう。 <p>成人期・高齢期</p> <ul style="list-style-type: none">・自分の飲酒量を把握し、適正飲酒を心がけましょう。・喫煙による影響を理解し、禁煙に取り組みましょう。・たばこが周囲に及ぼす影響を理解し、受動喫煙防止に取り組みましょう。・COPDについて正しく理解しましょう。 |
| 市 | <p>妊娠期　乳幼児期・学齢期</p> <ul style="list-style-type: none">・飲酒やたばこについて正しい知識を周知します。 <p>成人期・高齢期</p> <ul style="list-style-type: none">・「健康に配慮した飲酒に関するガイドライン」に基づき、適正な飲酒方法について普及啓発します。・たばこが身体に及ぼす影響や受動喫煙（喫煙マナー）について広く周知します。・COPDに対する正しい知識や予防のための情報を周知・啓発します。・禁煙に関しての相談支援などを関係機関と連携して実施します。 |

第4章 取組

【指標】

| 項目 | 指標 | 出典 | 単位 | 現状値 | 中間目標 | 最終目標 |
|----------------------|-----------------------|--------------------------------|----|---------------|------|------|
| 節度ある飲酒量の認知度の増加 | 節度ある適切な飲酒量を知っていた者の割合 | 住民アンケート | % | 38.1 | - | 43.0 |
| 喫煙率の減少 | 成人男性喫煙率 | 愛知県特定健診・特定保健指導データを活用したデータ分析・評価 | % | 28.3 (R 4) | ➡ | 23.0 |
| | 成人女性喫煙率 | | % | 5.6 (R 4) | ➡ | 3.5 |
| 子育て中の家庭における両親の喫煙率の減少 | 喫煙している父親の割合 | 乳幼児健診問診票 | % | 24.3 | ➡ | 20.0 |
| | 喫煙している母親の割合 | | % | 4.8 | ➡ | 3.5 |
| COPD の認知度の増加 | COPD がどんな病気か知っている者の割合 | 住民アンケート | % | 19.0 | - | 30.0 |

みんなで支える健康づくり

地域での健康づくり

【課題・方向性】

自治会・町内会や地域活動に参加したことがある人の割合は約半数となっています。また、誰かと一緒に食事をとる人の割合は約7割です。人や地域とのつながりを持ちながら、市民自身が主体的に健康づくりに取り組むことが重要です。

【取組】

| | |
|-----------|---|
| 市民・ 地域 | <ul style="list-style-type: none">家族や友人と一緒に食事をする機会を作りましょう。地域活動に積極的に参加し、地域の人々と交流しましょう。やとみ健康マイレージに参加して、健康づくりを実践しましょう。 |
| 市 | <ul style="list-style-type: none">広報やホームページなどを利用して健康づくりについて周知・啓発します。健康マイレージ事業を実施し、健康づくりに取り組めるよう支援します。職域と連携して、健康づくりを推進します。 |

【指標】

| 項目 | 指標 | 出典 | 単位 | 現状値 | 中間目標 | 最終目標 |
|-----------------------|---|-------------|----|------|------|------|
| やとみ健康マイレー ジ参加者数の増加 | やとみ健康マイレージ参加に した人数 | 弥富の保健 | 人 | 328 | ↗ | 増加 |
| 地域活動に参加して いる者の増加 | 自治会・町内会や地域活動、 ボランティア活動、趣味など のグループ活動に参加したこ とがある者の割合 | 住民 アンケート | % | 48.7 | - | 50.0 |

第4章 取組

食育（食育推進計画）

【課題・方向性】

◆ 共食

誰かと一緒に食事する（共食）ことがほとんどない者の割合は全体では約1割となっています。特に、70歳以上では2割と高くなっています。誰かとともに食事をとることは、栄養バランスのいい食生活や規則正しい生活リズムにつながると言われていることから、単独世帯の人も誰かと一緒に食事をとる機会を設けることが重要です。

◆ 食品ロスや地産地消

食育に関心のある人は6割となっています。食育の実践内容については、朝食を毎日吃ることや規則正しい食生活といった栄養面での内容は5割以上となっている一方で、食の安全、地産地消、食文化の継承は3割未満であり、栄養面以外の食育を今後周知していくことが必要です。

【取組】

| | |
|-------|--|
| 市民・地域 | 乳幼児期・学齢期 |
| | <ul style="list-style-type: none">・家族や友達と食事を楽しみましょう。・食べ物の大切さ、地元食材や食文化に触れ、興味をもちましょう。・食品ロスや食の安全を学ぶ基礎を養いましょう。 |
| 市 | 成人期・高齢期 妊娠期 |
| | <ul style="list-style-type: none">・日々の生活で家族・仲間との共食を意識しましょう。・食品ロス削減、地産地消への理解を深め、実践しましょう。・食の安全や地域の食文化に関心を持ち、家庭で子ども・次世代へ伝えましょう。 |
| | 乳幼児期・学齢期 |
| | <ul style="list-style-type: none">・学校等と連携し、子どもたちが地域の食文化に触れる機会をつくります。 |
| | 成人期・高齢期 妊娠期 |
| | <ul style="list-style-type: none">・食育に関する情報を発信します。・関係機関と連携し、食品ロス削減、地産地消、共食の普及啓発します。 |

【指標】

| 項目 | 指標 | 出典 | 単位 | 現状値 | 中間目標 | 最終目標 |
|----------------|---|---------|----|------|------|------|
| 食育に関心のある者の増加 | 食育に関心がある者の割合 | 住民アンケート | % | 60.9 | - | 65.0 |
| 共食していない者の割合の減少 | 誰かと一緒に食事をとることが1日1回以上ある日がほとんどない（週1日以下）者の割合 | 住民アンケート | % | 12.7 | - | 10.0 |

資料編

関係団体調査結果

(1) 調査概要

「第3次弥富市健康増進計画」の策定にあたり、関係団体での健康に関する取組などを把握するとともに、計画の策定および今後の健康づくり施策に活かすために実施しました。

■調査対象及び調査方法

| | 関係団体 |
|--------|-----------------------|
| 調査対象者 | 健康に関連する市内の関係団体・機関 |
| 調査票配布数 | 14 団体(機関) |
| 回収数 | 10 団体(機関) |
| 調査期間 | 令和7年7月2日～令和7年7月 31日 |
| 調査方法 | 直接配布、回収は郵送方式及びWEB回答方式 |

(2) 調査結果（一部抜粋）

現在の活動・取組内容を教えてください。

【海部医師会弥富班】

- ・予防接種、特定健診、がん検診などへの参加
- ・保健医療事業についての詳細（変更点など）の説明会
- ・生活習慣病についての講演会

【弥富市歯科部会】

- ・策定された事業計画に沿った活動

【津島海部薬剤師会】

- ・妊娠授乳サポート教室
- ・毎月会員向け研修会
- ・市町村主催の防災訓練への参加
- ・老人クラブでのおくすり健康サポート教室
- ・市町村及び基幹病院主催の健康まつりへの参加

【弥富市社会福祉協議会】

- ・各種地域福祉事業
- ・障がい児者相談支援
- ・地域活動支援センター
- ・ホームヘルプサービス
- ・生活困窮者自立支援事業
- ・ケアマネ事業
- ・就労支援B型

資料編

【福寿会 かおるヶ丘ことぶき会】

- | | | |
|----------------|-------------|---------------|
| ・忘年会 | ・教養研修会（年2回） | ・軽スポーツ大会（年2回） |
| ・市バスによる研修（年2回） | ・餅つき大会 | ・ラジオ体操（週3回） |

【弥富市女性の会】

- | | |
|----------------------------|------------|
| ・公園東屋清掃 | ・福祉施設での手伝い |
| ・市民参加による女性のつどい(コンサート、映画鑑賞) | |

【健康づくりはつらつ会】

- | | | |
|-----------|------|---------------|
| ・元気塾のサポート | ・研修会 | ・サロンでの軽い体操の指導 |
|-----------|------|---------------|

【弥富市スポーツ協会】

- | | |
|---------------------|-------------|
| ・ラジオ体操講習会 | ・8103 ラジオ体操 |
| ・YATOMI スポーツフェスティバル | ・歩け歩け大会 |
| ・市民向けのスポーツ参加型健康増進活動 | |

【オリーブ協議会】

- | | |
|------------|----------------------|
| ・出前講座 | ・ボランティア養成講座（講話、調理実習） |
| ・やとみ健康セミナー | |

【愛西断酒会 弥富支部】

- | | |
|-----------------------|------------------|
| ・記念研修会（1年毎）、記念大会（5年毎） | ・講師を呼んでワークショップ開催 |
|-----------------------|------------------|

活動を行う中での困っていることや課題はありますか？

- ・会員の減少、高齢化
- ・会と行政の意見のすり合わせ
- ・物価高騰による経費の増加、資金不足

地域の健康課題を教えてください。

【健診・検診】

- ・健診や再検査の受診率が悪い
- ・かかりつけ歯科医への受診勧奨等
- ・検診への取組みは手厚いが、それ以前の予防に関する体力増進や、健康増進への取組が少ない

【高齢者の健康】

- ・一人住まい高齢者の健康増進
- ・高齢化による外出不足

【その他】

- ・高齢者と女性のアルコール依存症が増大している。複数の援助者の密接な連携（情報共有）が必要。働き盛りのアルコール依存症もいると思われるが、表面化しない。

学校・保育所等調査結果

(1) 調査概要

「第3次弥富市健康増進計画」の策定にあたり、学校や保育所等などの健康に関する取組を把握するとともに、計画の策定および今後の健康づくり施策に活かすために実施しました。

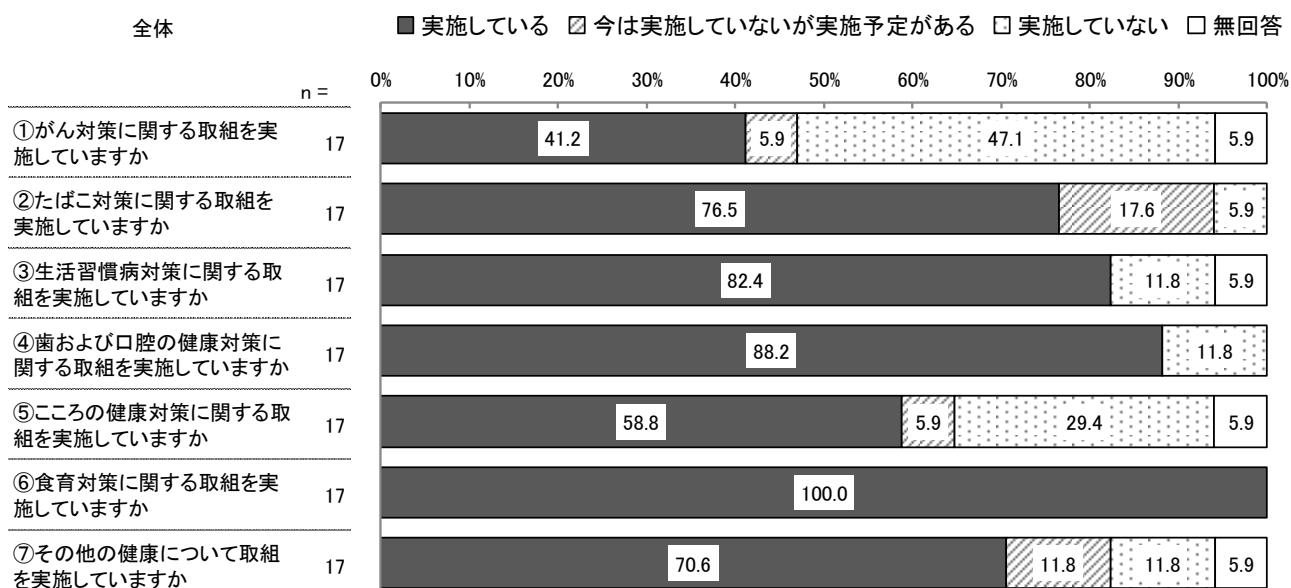
■調査対象及び調査方法

| | 関係団体 |
|--------|---------------------|
| 調査対象者 | 健康に関連する市内の関係団体・機関 |
| 調査票配布数 | 22校(所・園) |
| 回収数 | 17校(所・園) |
| 調査期間 | 令和7年7月14日～令和7年7月31日 |
| 調査方法 | 直接配布、回収はメール回答方式 |

(2) 調査結果（一部抜粋）

健康に関する事業の実施状況

各分野の取組実施状況について、食育対策はすべての学校・保育所等で実施されています。その他としては、薬物乱用や性教育、感染症予防対策の取組が実施されています。



資料編

事業の主な内容と課題

| 分野 | 主な内容 | 課題 |
|------------|---|--|
| ①がん対策 | <ul style="list-style-type: none"> ・総合学習の中で外部講師を呼んで講話 ・保健体育の授業の中で実施 ・保健だよりによる啓発 ・保健師による保護者向け女性のがん検診啓発など | <ul style="list-style-type: none"> ・がんで家族を亡くしている生徒への配慮 ・園児向けへの内容が分からない ・講師の確保ができない |
| ②たばこ対策 | <ul style="list-style-type: none"> ・保健体育授業や外部講師（警察・薬剤師）による薬物乱用防止教室の実施 ・保健師による防煙教室、敷地内禁煙など | <ul style="list-style-type: none"> ・日本語のわからない生徒への対応 |
| ③生活習慣病対策 | <ul style="list-style-type: none"> ・保健だよりなどでの啓発 ・アンケートやチェックリストの実施 ・ストレッチや運動遊びの実施 | <ul style="list-style-type: none"> ・スマホ・メディアの利用で睡眠時間が短い生徒が多い ・朝食欠食児や生活習慣の乱れが気になる児がいる（外国人含む） |
| ④歯および口腔の健康 | <ul style="list-style-type: none"> ・染め出し・ブラッシング指導、歯みがきの実施、歯科指導 ・歯みがき大会への参加・フッ化物洗口、歯科健診、健康推進課のお口の教室など | <ul style="list-style-type: none"> ・歯垢の付着や歯肉の状態が悪い児がいる ・外国人のむし歯率が高い ・歯みがき時間が作れない ・運動部中心に食事回数が増えむし歯ができるやすい環境である |
| ⑤こころの健康 | <ul style="list-style-type: none"> ・外部講師による講話 ・アンケートの実施 ・カウンセラーの配置 ・生徒・保護者にむけて健康教育、睡眠の大切さの啓発など | <ul style="list-style-type: none"> ・コミュニケーションが苦手、不登校、友だちとのトラブル、メディアとの付き合い方などの問題を抱える子が多い。 |
| ⑥食育 | <ul style="list-style-type: none"> ・外部講師（栄養学大学教授）や栄養教諭や栄養士からの食事指導や食生活の指導・講話 ・地元野菜や郷土料理、行事の給食 ・給食員会による残菜ゼロの取組 ・給食放送による食の啓発 ・野菜を栽培し収穫したものを給食で食べる | <ul style="list-style-type: none"> ・食物アレルギー児童の対応 ・宗教上の理由への対応 ・給食時に極端に量を減らしたり、食欲がないからと給食を全く食べない生徒がいる |
| ⑦その他 | <ul style="list-style-type: none"> ・薬物乱用防止 ・性教育（月経、プライバートゾーンなど） | <ul style="list-style-type: none"> ・性教育について ・PMS（月経前症候群）とみられる症状の低年齢化 ・鎮痛薬の服用児童の増加 ・薬についての知識が必要 |

ワーキング結果

オリーブ協議会定例会にて意見交換しました。

| | | | |
|--|--|---------------|-------------|
| 話し合った 内容 | ●1. 個人として、どんなことに取り組んでいこうと思いますか？ | | |
| | (取り組んでいますか？) | | |
| | ・規則正しい生活 | ・日光に当たる | ・牛乳を飲む |
| | ・季節の野菜を食べる | ・白米でなく雑穀米を食べる | |
| | ・薄味の食事 | ・間食を控える | ・朝食食べる |
| | ・品目の多い食事 | ・家族で食事をとる | ・野菜や旬のもの |
| | ・運動 | ・散歩 | ・ながら運動 |
| | ・多くの人と話す | ・ストレス解消 | ・早寝早起き |
| | ・スマホは夜遅くは見ない | | ・健康診断を受ける |
| | ・体重や血圧、体温測定 | | ・心拍や酸素飽和度測定 |
| | ・がん検診受診 | ・歯科検診 | ・健康診断受診 |
| | ・体重血圧脈拍測定 | | |
| ●2. オリーブ協議会の今後の活動について、取り組めることは？ | | | |
| | ・料理教室の実施、広報やセミナーでの簡単レシピ（カルシウム）の啓発。 | | |
| | ・ひとこと健康情報をメモにする。 | | |
| | ・バランスのいい食事の啓発。 | | |
| | ・オリーブの活動を情報発信する。 | | |
| | ・簡単朝食の提案をユーチューブなどSNSで発信していく。 | | |
| | ・小中学校へのアプローチ、外国の料理の紹介など。 | | |

福寿会 かおるヶ丘ことぶき会にて意見交換しました。

| | | | |
|-------------|-------------------------------------|--------------|--------|
| 話し合った 内容 | ◆健康づくりのため日頃気を付けていることは何ですか？ | | |
| | ◆健康寿命を延ばすためにどんなことが必要だと思いますか？ | | |
| | ・散歩を週4回 | ・転ばないようにしている | |
| | ・毎日ラジオ体操 | ・週4回グランドゴルフ | |
| | ・タンパク質をとる | | |
| | ・よく寝る | ・人とのふれあい | ・検診・健診 |
| | ・体力・距離別ウォーキングコースがあるといい | | |

計画の策定経過

| 年月日 | 内容 |
|-----------------|--|
| 令和7年7月1日 | 産業振興課と打合せ |
| 令和7年7月2日 | 第1回保健対策推進協議会 ・内 容：計画の概要 アンケート調査票（案）の承認 アンケート（関係団体向け）依頼 |
| 令和7年7月2日～31日 | アンケート（関係団体向け）の実施 |
| 令和7年7月14日～31日 | 第3次健康増進計画策定に係る取組状況調査（学校・保育所等向け）の実施 |
| 令和7年7月24日～8月20日 | 第3次健康増進計画策定ためのアンケートの実施 |
| 令和7年8月10日 | 計画策定のためのワーキング実施 ・対 象：福寿会（かおるヶ丘ことぶき会） ・テーマ：健康寿命を延ばすためにできること |
| 令和7年11月4日 | 津島保健所より骨子作成に向けた助言 |
| 令和7年11月17日 | 計画策定のためのワーキング実施 ・対 象：オリーブ協議会 ・テーマ：健康寿命の延伸のため個人・オリーブ協議会としてできること |
| 令和7年11月19日 | 第2回保健対策推進協議会 ・内 容：アンケート調査結果報告 計画の骨子について |
| 令和8年1月5日～30日 | パブリックコメントの実施 |
| 令和8年2月19日 | 第3回保健対策推進協議会 ・内容：パブリックコメントの結果報告 第3次弥富市健康増進計画（案）の承認 |

弥富市保健対策推進協議会 委員名簿

任期：令和7年4月1日～令和9年3月31日

| 役職名 | 備考 |
|-----|--------------|
| 委員長 | 病院代表 |
| 委員 | 津島保健所代表 |
| 委員 | 区長会代表 |
| 委員 | 医師会代表 |
| 委員 | 歯科医師会代表 |
| 委員 | 薬剤師会代表 |
| 委員 | 社会福祉協議会会长 |
| 委員 | 福寿会連合会会长 |
| 委員 | 女性の会代表 |
| 委員 | 健康づくりはつらつ会会长 |
| 委員 | スポーツ協会代表 |
| 委員 | スポーツ推進委員会代表 |
| 委員 | オリーブ協議会会长 |
| 委員 | 保健センター管理者 |
| 委員 | 市代表 |

| 行政側 |
|---------------|
| 市長 |
| 健康推進課 |
| 産業振興課農業振興グループ |
| 保険年金課特定健診グループ |

弥富市保健対策推進協議会要綱

平成 17 年 3 月 31 日

(設置)

第1条 市民の健康管理思想の普及並びに健康増進及び保健事業の円滑な運営を図るため、弥富市保健対策推進協議会（以下「協議会」という。）を置く。

(所掌事項)

第2条 協議会は、次に掲げる事項を審議する。

- (1) 保健事業の計画の立案に関する事項
- (2) 保健事業の執行に関する指導及び連絡調整に関する事項
- (3) 保健事業の円滑な運営及び普及に関する事項
- (4) 前3号に掲げるもののほか、必要な事項

(組織)

第3条 協議会は、委員 15 人以内で組織する。

2 委員は、次に掲げる者のうちから、市長が委嘱し、又は任命する。

- (1) 愛知県の行政機関の職員
- (2) 弥富市区長会の代表者
- (3) 弥富市医師会、歯科医師会及び薬剤師会の代表者
- (4) 弥富市社会福祉協議会の代表者
- (5) 弥富市福寿会連合会の代表者
- (6) 前各号に掲げるもののほか、市内関係諸団体の代表者
- (7) 保健センター管理者
- (8) 弥富市の職員

3 委員の任期は、2年とする。ただし、補欠の委員の任期は、前任者の残任期間とする。

4 委員は、再任されることができる。

(会長)

第4条 協議会に会長を置き、委員の互選より定める。

2 会長は、会務を総理する。

3 会長に事故があるとき、又は会長が欠けたときは、あらかじめその指名する委員がその職務を代理する。

(会議)

第5条 協議会は、必要に応じて会長が招集する。

2 協議会においては、会長が議長となる。

3 協議会は、会長（会長に事故があるとき、又は会長が欠けたときは、その職務を代理する者）及び半数以上の委員が出席しなければ、会議を開き、議決をすることができない。

4 協議会の議事は、出席した委員の過半数で決し、可否同数のときは、議長の決するところに

よる。

(庶務)

第6条 協議会の庶務は、健康福祉部健康推進課において処理する。

(雑則)

第7条 この要綱に定めるもののほか、協議会の運営に関し必要な事項は、会長が協議会に諮つて定める。

附 則

この要綱は、平成17年4月1日から施行する。

附 則

この要綱は、平成19年4月1日から施行する。

附 則

この要綱は、平成26年5月1日から施行する。

附 則（令和2年3月31日）

この要綱は、令和2年4月1日から施行する。

問8. 健康のために気をつけていることはありますか？（あてはまる番号1つに○）

1. ある
2. ない

【問8. で「1. ある」と回答した方におうかがいします。】

問9. どんなことに気をつけていますか？（あてはまる番号すべてに○）

- 1. 食事・栄養バランス・おやつ
- 2. 睡眠
- 3. 適度な運動
- 4. 休養、ストレス解消
- 5. 体重
- 6. 定期健診
- 7. お酒の飲み方、禁酒
- 8. タバコの吸い方、禁煙
- 9. 口の中の清潔（歯みがきなど）
- 10. 規則正しい生活
- 11. 周囲の人とのコミュニケーション
- 12. その他（ ）

問10. あなたの身長と体重を教えてください。

身長（ ）cm 体重（ ）kg

問11. 自分の体型についてどう思いますか？（あてはまる番号1つに○）

- 1. 太っている
- 2. やや太っている
- 3. 普通
- 4. やや痩せている
- 5. 瘦せている

問12. 最近1～2年の間に健康診査やがん検診を受けましたか？

(①～⑦それぞれあてはまる番号1つに○)

| | | | | | | | | |
|-------------------------------------|--------------------|------------------------------|---|---|--|--|--|--|
| 1. ある | 2. ない | | | | | | | |
| 市内の健（検）診を受けた | 受けていない ・当てはまらない | | | | | | | |
| 受職場や学校の健（検）診を受けた | | の人にドックなど医療機関 の骨科健（検）診を受けた | | | | | | |
| ① 健康診断・特定健康診査・後期 高齢者健診 | 1 | 2 | 3 | 4 | | | | |
| ② 胃がん検診 胃部X線検査（バリウム検査）や 内視鏡検査 | 1 | 2 | 3 | 4 | | | | |
| ③ 肺がん検診 胸部X線検査や喀痰細胞検査 | 1 | 2 | 3 | 4 | | | | |
| ④ 大腸がん検診 便潜血検査 | 1 | 2 | 3 | 4 | | | | |
| ⑤ 【男性のみ】前立腺がん検診 PSA検査（血漿検査） | 1 | 2 | 3 | 4 | | | | |
| ⑥ 【女性のみ】子宮がん検診 細胞診やHPV検査 | 1 | 2 | 3 | 4 | | | | |
| ⑦ 【女性のみ】乳がん検診 超音波検査やマンモグラフィ撮影 | 1 | 2 | 3 | 4 | | | | |

【健（検）診を受けていない理由】

- 1. すでに治療・通院中のため
- 2. 受け方・申込方法が分からぬい
- 3. 費用かかる
- 4. 気になる症状がない
- 5. 異常があつたら怖い
- 6. 検診に行くのが面倒くさい
- 7. 検査に抵抗がある（恥ずかしい、痛いなど）
- 8. まだ対象の年齢でないから
- 9. その他（具体的に： ）

- 問14. 健康増進計画を知っていますか？（あてはまる番号1つに○）
1. 知っている
 2. 聞いたことはある
 3. 知らない（このアンケートで初めて聞いた場合を含む）

あなたの食生活についてお聞きします。

- 問15. あなたは、ふだん朝食を食べますか？（あてはまる番号1つに○）

1. ほとんど毎日食べる（週6日以上）
2. 週4～5日食べる
3. 週2～3日食べる
4. ほとんど食べない（週1日以下）

- 問16. 誰かと一緒に食事をとることが1日1回以上ある日は、週に何日あります？
（あてはまる番号1つに○）
1. ほとんど毎日食べる（週6日以上）
 2. 週4～5日食べる
 3. 週2～3日食べる
 4. ほとんど食べない（週1日以下）

- 問17. 1日2回以上主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることが、週に何日ありますか？（あてはまる番号1つに○）
- 【参考】主食：ごはん、めん類、パンなどの料理
主菜：魚介類、肉類、卵類、大豆・大豆製品を主材料にした料理
副菜：野菜類、海藻類、きのこ類を主材料にした料理

1. ほとんど毎日食べる（週6日以上）
2. 週4～5日食べる
3. 週2～3日食べる
4. ほとんど食べない（週1日以下）

- 問18. 野菜を主材料とした料理を食べることが1日に1回以上ある日は、週に何日ありますか？（あてはまる番号1つに○）

1. ほとんど毎日食べる（週6日以上）
2. 週4～5日食べる
3. 週2～3日食べる
4. ほとんど食べない（週1日以下）

- 問19. 減塩を心がけていますか？（あてはまる番号1つに○）

1. いつも心がけている
2. 時々心がけている
3. あまり心がけていない
4. まったく心がけていない

【問19で「1. いつも心がけている」または「2. 時々心がけている」と回答した方に
おうかがいします。】

- 問20. 具体的にどんなことをしていますか？（あてはまる番号すべてに○）

1. 減塩食品・調味料を使用する
2. 塩分の多い食事を選ける（漬物、練り製品、あじの開きや塩鮭、ハムやソーセージなど）
3. うどんやラーメンの汁を残す
4. 外食やお惣菜・コンビニ弁当などの利用を減らす
5. 薄味を心がける
6. その他（ ）

- 問21. あなたは、外食や食品を購入するとき、カロリーなどの栄養成分表示を参考にしますか？（あてはまる番号1つに○）

1. 参考にしている
2. 参考にすることもある
3. 参考にしていない

- 問22. 食育に関心がありますか？（あてはまる番号1つに○）
- 【参考】食育：様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てるること。

1. 関心がある
2. 関心がない

- 問23. 以下の食育に関することで、あなたが実践しているもののはありますか？
（あてはまる番号すべてに○）

1. 栄養バランスのよい食事
2. 規則正しい食生活
3. 朝食を毎日食べる
4. 食品の安全性についての理解
5. 食べ残しや食品の廃棄の削減
6. 家族や友人と食卓を囲む機会を増やす（共食）
7. 地域性や季節感のある食事
8. 地産地消を意識している
9. 食事の正しい作法の習得
10. 調理方法・保存方法の習得
11. 食文化の伝承
12. 自炊する機会を増やす
13. 農林漁業体験
14. その他（ ）
15. 特になし

あなたの運動習慣についてお聞きします。

問 24. あなたは、1回30分以上かつ週2回以上の運動を1年以上続けていますか？
(あてはまる番号1つに○)

- 1. 実施している
- 2. 1年未満であるが実施している
- 3. 実施していない

問 25. あなたは、1日平均何歩くらい歩きますか？

[歩数の目安] ウォーキング10分=600~700m=約1000歩

歩

問 26. あなたは、「ロコモティブ・シンドローム（運動器症候群）」を知っていますか？
(あてはまる番号1つに○)

[参考] ロコモティブ・シンドローム（運動器症候群）：

骨・靭帯・筋肉などの運動器の痛みにより、日常生活での自立度が低下し、要介護になる可能性の高い状態をいいます。歩行速度が遅い高齢者ほど、要介護状態になりやすいことがあります。

- 1. 言葉も意味も知っていた
- 2. 言葉は聞いたことがあるが、意味は知らないかった
- 3. 知らない（このアンケートで初めて聞いた場合を含む）

あなたのこころの健康についてお聞きします。

問 27. あなたはここ1か月、睡眠で休養が十分にとれていますか？
(あてはまる番号1つに○)

- 1. 十分にとれている
- 2. まあまあとれている
- 3. あまりとれていない
- 4. 全くとれていない

問 28. ここ1か月間、あなたの1日の平均睡眠時間は、何時間くらいですか？
(あてはまる番号1つに○)

- 1. 5時間未満
- 2. 5時間以上6時間未満
- 3. 6時間以上7時間未満
- 4. 7時間以上8時間未満
- 5. 8時間以上9時間未満
- 6. 9時間以上

問 29. 1日にテレビ、パソコン、スマートフォンなどの画面を見る時間は合計で何時間くらいですか？(仕事中にパソコン画面等を見る時間も含めます。
(あてはまる番号1つに○)

- 1. 1時間未満
- 2. 1時間以上2時間未満
- 3. 2時間以上4時間未満
- 4. 4時間以上6時間未満
- 5. 6時間以上

問 30. 過去1ヶ月のこころの健康状態はどうでしたか？
(①から⑥それそれあてはまる番号1つに○)

| | いつも | たいてい | ときどき | 少しだけ | 全くない |
|----------------------------------|-----|------|------|------|------|
| ①神経過敏に感じましたか | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| ②绝望的だと感じましたか | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| ③そわそわ、落ち着かなく感じましたか | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| ④気分が沈みこんで、何が起こっても気が晴れないふうに感じましたか | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| ⑤何をするにも骨折り（面倒）だと感じましたか | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| ⑥自分は価値のない人間だと感じましたか | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

問 31. この1年間に、あなたは、自治会・町内会や地域活動、ボランティア活動、趣味などのグループ活動に参加したことありますか？(あてはまる番号1つに○)

- 1. 参加したことがある
- 2. 参加したことがない

問 32. あなたは次の①から④の人と、どの程度の交流がありますか？
 (①から④それぞれあてはまる番号1つに○)

| | 日常的にある | ときどきある | めったにない |
|--------|--------|--------|--------|
| ①ご近所の方 | 1 | 2 | 3 |
| ②友人・知人 | 1 | 2 | 3 |
| ③親戚・親類 | 1 | 2 | 3 |
| ④家族 | 1 | 2 | 3 |

問 33. あなたのお住まいの地域について、どのように感じていますか？
 (①から④それぞれあてはまる番号1つに○)

| | どちらか とう思 う | どちらか といふと そう思 う | どちらか といふは そう思 わ ない | どちらか といふは そう思 わ ない |
|------------------------|------------------|--------------------------|--------------------------------|--------------------------------|
| ①お互いに助け合っている | 1 | 2 | 3 | 4 |
| ②信頼できる | 1 | 2 | 3 | 4 |
| ③お互いにあいさつを している | 1 | 2 | 3 | 4 |
| ④人々が力を合わせて解決 しようとする | 1 | 2 | 3 | 4 |

あなたの喫煙習慣についてお聞きします。

問 34. あなたは、たばこを吸いますか？
 (あてはまる番号1つに○をつけ、()内に記入)

| | |
|------------------|-------------------|
| 「1. 吸う」 | →1日約()本、喫煙年数()年 |
| 2. 以前は吸っていたが、やめた | →()年前にやめた |
| 3. 吸わない | |

→【問 34で「1. 吸う」と回答した方にお聞きします。】

問 35. あなたは、禁煙したいと思いますか？(あてはまる番号1つに○)

- 1. 禁煙したい
- 2. 本数を減らしたい
- 3. 禁煙したくない
- 4. わからない

問 36. あなたは、「COPD（慢性閉塞性肺疾患）」※を知っていますか？

(あてはまる番号1つに○)

【参考】COPD（慢性閉塞性肺疾患）：

おもに長期の喫煙による肺の炎症疾患で、咳・痰・息切れなどの症状があり、緩やかに呼吸障害が進行する、「肺気腫」、「慢性気管支炎」と呼ばれた往事です。

- 1. どんな病気かよく知っている
- 2. 名前は聞いたことがある
- 3. 知らない（このアンケートで初めて聞いた場合を含む）

あなたの飲酒習慣についてお聞きします。

問 37. あなたは、お酒をどのくらいの割合で飲みますか？(あてはまる番号1つに○)

| | | |
|---------------|----------------|-----------|
| 1. 毎日 | 2. 過5～6回 | 3. 週3～4回 |
| 4. 過1～2回 | 5. 月に1～2回 | |
| 6. (ほとんど飲まない) | 7. 以前飲んできたがやめた | |
| | | 8. 全く飲まない |

→【問 37で1～5に○をつけた方にお聞きがいします。】

問 38. お酒を飲む量はどのくらいですか？(あてはまる番号1つに○)

※【参考】の表を目安に清酒に換算してお答えください。

| お酒の種類 | ビール | ワイン |
|-----------------------|-----------------|------------------------|
| 清酒1合(180ml) と同等のもの | 中瓶1本 (500ml) | タブル (35度) (90ml) |

| | |
|--------------------|--------------------|
| 1. 1合(180ml)未満 | 2. 1合以上2合(360ml)未満 |
| 3. 2合以上3合(540ml)未満 | 4. 3合以上4合(720ml)未満 |
| 5. 4合以上5合(900ml)未満 | 6. 5合(900ml)以上 |

問 39. 「節度ある適度な飲酒」とは、1日平均ビール中瓶1本程度（純アルコールで約20g）*とされていますが、あなたはこのことを知っていますか？（あてはまる番号1つに○）

*：純アルコール約20gの自安は問38の【参考】をご覧ください。

1. 知っていた 2. 知らなかった

あなたの歯と口の健康についてお聞きします。

問 40. 次の14項目の質問について、それぞれ「1（はい）」または「2（いいえ）」を選択し、その番号に○印をつけてください。

| 項目 | はい | いいえ |
|--------------------------------------|----|-----|
| ①歯ぐきが腫れることがありますか | 1 | 2 |
| ②歯がしみることがありますか | 1 | 2 |
| ③間食をよくしますか | 1 | 2 |
| ④かかりつけの歯医者さんはいますか | 1 | 2 |
| ⑤歯の治療は早めに受けようにしていましたか | 1 | 2 |
| ⑥歯ぐきから血が出ることがありますか | 1 | 2 |
| ⑦歯磨きを1日2回以上していますか | 1 | 2 |
| ⑧何でも噛んで食べることができますか | 1 | 2 |
| ⑨年1回以上歯の検診を受けていますか | 1 | 2 |
| ⑩デンタルフロス、歯間ブラシなどの歯の間を清掃する器具を使用していますか | 1 | 2 |
| ⑪半年前に比べて固いものが食べにくになりましたか | 1 | 2 |
| ⑫お茶や汁物等でむせることがありますか | 1 | 2 |
| ⑬お口の悪さが気になりますか | 1 | 2 |
| ⑭お口やお顔の体操をしていますか | 1 | 2 |

問 41. あなたは、この1年間に歯科医院へ受診しましたか？（あてはまる番号1つに○）

1. 受診した 2. 受診していない

【問 41で「1. 受診した」と回答した方におうかがいします。】

問 42. ののようなことで受診しましたか？（あてはまる番号すべてに○）

- 1. むし歯や歯周病の治療
- 2. 歯石の除去
- 3. 歯面清掃
- 4. 歯科の健診
- 5. その他（ ）

問 43. あなたは、「8020（ハチマルニイマル）運動」を知っていますか？（あてはまる番号1つに○）

【参考】8020運動：

食べ物をよく噛み、食生活を豊かにし、全身の健康を維持するため、80歳になんでも20本以上の自分の歯を保つという運動です。

1. 言葉も意味も知っていました

2. 言葉は聞いたことがあるが、意味は知らないかった

3. 知らない（このアンケートで初めて聞いた場合を含む）

問 44. あなたは、「オーラルフレイル」について知っていますか？（あてはまる番号1つに○）

- 【参考】オーラルフレイル：
お口に残す小さな寝えを放置したり、適切な対応を行わないままにしたりすることで、口の機能低下、食べる機能の障害、さらには心身の機能低下までつながる負の連鎖が生じてしまうことに対して警鐘を鳴らした概念をいいます。

1. 言葉も意味も知っていました

2. 言葉は聞いたことがあるが、意味は知らないかった

3. 知らない（このアンケートで初めて聞いた場合を含む）

アンケートは以上です。ご協力ありがとうございました。

ご記入いただいた調査票は、無記名のまま同封の送用封筒に入れて、

令和7年8月20日（水）までにポストへ入れてください（切手は不要です）。

【未就学児・小中学生保護者用】

未就学児・小中学生
保護者用

第3次弥富市健康増進計画策定のためのアンケート

ご協力のお願い

市民の皆様には、日ごろから市政にご理解をいただき、厚くお礼申し上げます。本市では、平成27年度にすべての市民がいきいきと暮らせる弥富市をめざして「第2次弥富市健康増進計画」を策定し、健診づくりを推進しています。今年度、計画期間の最終年度を迎えるにあたり、食育推進計画を含有する「第3次弥富市健康増進計画」を策定することになりました。市民の皆様の健康意識や生活習慣などを把握するとともに、計画の策定および今後の健康づくり施策に対する実施します。なお、この調査は、本市にお住いの中学生以下約600名（無作為抽出）を対象に実施します。お忙しいところ大変恐縮ですが、調査の趣旨をご理解いただき、ご協力いただけますようお願い申し上げます。ご回答の内容は、すべて統計的に処理し、調査目的以外には使用いたしません。

令和7年7月 弥富市長 安藤 正明

お問い合わせ

ご回答にあたつてのお願い

- ◆ このアンケートには、宛名のお子さんの保護者がお答えください。
- ◆ 答は、選択肢の中から、あてはまるものの番号を、指定の歯印○で埋んでください。
- ◆ 「その他」を選ばれた場合は、() 内にその内容を具体的にご記入ください。
- ◆ この調査は、調査票の郵送またはインターネットで回答していただくことができます。

郵送回答の場合

ご記入いただいた調査票を、同封した返信用封筒に入れて、ポストへご投函ください。
(切手は不要です。)

インターネット回答の場合

以下のURLまたは二次元コードよりアクセスし、IDとパスワードを入力してご回答ください。(調査票の郵送は不要です。)

<https://src.webcast.net/form/pub/src/23235kc>

 ログインID  パスワード 

◆ 調査の回答期限は令和7年8月20日(水)です。

◆ 調査の所要時間は3分程度です。

【調査票についてのお問い合わせ】

弥富市健康福祉部 健康推進課 成人保健グループ
電話：0567-65-1111（内線315・316） 8:30～17:15

※宛名のお子さんについてお答えください。

問1. お子さんの性別をお答えください。（あてはまる番号1つに○）

1. 男性 2. 女性 3. その他・答えたくない

問2. お子さんの所属をお答えください。（あてはまる番号1つに○）

- | | | | |
|------------------|------------------|--------|-----------|
| 1. 未就園 | 2. 保育所（園） | 3. 幼稚園 | 4. 認定こども園 |
| 5. 小学校低学年（1～3年生） | 6. 小学校高学年（4～6年生） | | |
| 7. 中学生 | | | |

問3. お子さんの身長と体重をお答えください。（ ）内に記入

身長（ ）cm 体重（ ）kg

問4. お子さんの健康状態いかがですか？（あてはまる番号1つに○）

1. よい 2. まあよい 3. ふつう 4. あまりよくない
5. よくない

問5. お子さんは、朝ごはんを食べていますか？（あてはまる番号1つに○）

1. ほとんど毎日食べる（週6日以上） 2. 週4～5日食べる
3. 週2～3日食べる 4. ほとんど食べない（週1日以下）

問6. お子さんは、誰と食べていますか？（あてはまる番号1つに○）

- 朝食 1. 家族全員で食べることが多い 2. 兄弟姉妹だけで食べることが多い
3. 家族の大人のだけと食べることが多い 4. 自分ひとりで食べることが多い
5. その他（ ）

- 夕食 1. 家族全員で食べることが多い 2. 兄弟姉妹だけで食べることが多い
3. 家族の大人のだけと食べることが多い 4. 自分ひとりで食べることが多い
5. その他（ ）

問7. お子さんの平日の就寝時間は何時ですか？（あてはまる番号1つに○）

| | | | |
|---------|---------|---------|----------|
| 1. 21時前 | 2. 21時台 | 3. 22時台 | 4. 23時以降 |
|---------|---------|---------|----------|

問8. お子さんが、1日にテレビ、パソコン、スマートフォンなどの画面を見る時間は合計で何時間くらいですか？（あてはまる番号1つに○）

| | | |
|---------------|---------------|---------------|
| 1. 1時間未満 | 2. 1時間以上2時間未満 | 3. 2時間以上4時間未満 |
| 4. 4時間以上6時間未満 | 5. 6時間以上 | |

問9. お子さんの同居家族にたばこを吸う方はいますか？
(あてはまる番号すべてに○)

| | | | | | |
|------|------|-------|-------|---------------|--------|
| 1. 母 | 2. 父 | 3. 祖母 | 4. 祖父 | 5. その他（_____） | 6. いない |
|------|------|-------|-------|---------------|--------|

【問9で1～5と回答した方におうかがいします。】

問10. その中で、お子さんがいるところでたばこを吸う人はいますか？
(あてはまる番号1つに○)

| | |
|-------|--------|
| 1. いる | 2. いない |
|-------|--------|

問11. お子さんは、デンタルフロスを使用して歯と歯の間を清掃していますか？
(あてはまる番号1つに○)

| | | | |
|-------------|----------|------------|------------|
| 1. 每日使用している | 2. 週1回以上 | 3. 月1～3回程度 | 4. 使用していない |
|-------------|----------|------------|------------|

【小学生以上のお子さんの保護者の方にお聞きします】

問12. お子さんは、体育の授業以外で、1週間にどれくらい運動（外遊び）をしますか？
(あてはまる番号1つに○)

| | |
|----------|----------|
| 1. 60分未満 | 2. 60分以上 |
|----------|----------|

アンケートは以上です。ご協力ありがとうございました。

同封しています一般用調査票にもご協力をお願いいたします。