

「第2章 健康寿命の延伸への取り組み」現状・目標値一覧

目標の達成状況と目標設定の考え方

「第2章 健康寿命の延伸への取り組み」の7分野では、策定時に133項目の目標を掲げました。このうち現状として達成率が50%以上を示した目標は32項目、全体の24.1%でありました。また、このうちの4項目については、策定時の目標を達成できたので、伸び率などを勘案し新たな目標値設定を行いました。

目標に対して達成率が表れている項目（達成率0%以上）は、97項目で全体の72.9%を占めています。一方、目標に対して達成率が表れていない項目（達成率0%未満）は、36項目で全体の27.1%となっています。また、国・県が法整備や制度改正などにより新たな目標を定めたものについては、市としても上位計画に合わせて目標を追加・削除あるいは変更しています。策定時の目標に現状では到達していない121項目については、原則として目標値を変更せずに引き続き取り組みを進めていくことにしています。

今回の中間見直しにより、目標の総数は142項目となりました。

以下に示した表では、

「市 策定時の状況」…平成14年度に実施した「市民健康意識調査」、または保健事業の実績による

「市 現状」…平成18年度に実施した「市民健康意識調査」、または保健事業の実績による

「市 目標」…計画期間の最終年度にあたる平成24年度の目標

「成人」…市民健康意識調査の対象となった19歳以上の市民 を指す。

1. おいしくたのしくバランスよく食べたい〔栄養・食生活〕

1. 適正体重を知り、維持することができる		市 策定時の状況	市 現状	市 目標
・自分の適正体重を認識している人の増加	成人男性	72.6%	70.6%	90%以上
	成人女性	61.3%	70.5%	90%以上
	高校生	49.7%	59.4%	80%以上
・適正体重を維持している人の増加	肥満者（成人）	28.5%	27.3%	20%以下
	20～60代男性 やせの者（成人） 20代女性	20.9%	22.9%	15%以下
2. 1日3回規則正しく食事を摂ることができる		市 策定時の状況	市 現状	市 目標
・朝食の欠食率の低下	30代男性	25.5%	32.2%	15%以下
	女性（成人）	8.6%	7.9%	6%以下
	中・高校生	12.9%	12.8%	6%以下
・夜遅い時間の食事や飲酒をひかえる人の増加	控えている成人	58.0%	64.9%	増加
3. 栄養のことを考えて食事を摂ることができる		市 策定時の状況	市 現状	市 目標
・健康づくりのために、栄養や食事について考えて食べる人の増加	成人	63.2%	66.4%	78%以上
	中学生	33.7%	48.4%	53%以上
	高校生	38.1%	39.1%	48%以上
4. メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）を認知できる		市 策定時の状況	市 現状	市 目標
・メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）を認知している人の増加	成人			80%以上

県 策定時の状況 現状 目標				国 策定時の状況 現状 目標			
適正体重を認識し、体重コントロールを実践する者の割合				15歳以上男性 62.6% 60.2% 90%以上			
46.7% 61.6% 80%以上				15歳以上女性 80.1% 70.3% 90%以上			
成人肥満者の割合				20～60代男性 24.3% 29.0% 15%以下			
20～60代男性 30.2% 29.9% 20%以下							
20代女性のやせの者の割合				23.3% 21.4% 15%以下			
32.6% 20.0% 15.0%以下							
県 策定時の状況 現状 目標				国 策定時の状況 現状 目標			
20代男性 20.6% 44.8% 15%以下				20代男性 32.9% 34.3% 15%以下			
30代男性 17.1% 37.3% 15%以下				30代男性 20.5% 25.9% 15%以下			
15～19歳 18.8% 男子22.7% なくす				中学・高校生 6.0% 6.2% なくす			
18.8% 女子 4.2% なくす							
中学生 6.0% 10.6% なくす							
(佐倉市独自の目標)							
県 策定時の状況 現状 目標				国 策定時の状況 現状 目標			
主食・副菜・主菜を組み合わせ食べている者の割合を増加				(設定なし)			
15歳以上男性 - 57.1% 80%以上							
15歳以上女性 - 61.3% 80%以上							
県 策定時の状況 現状 目標				国 策定時の状況 現状 目標			
メタボリックシンドロームの概念を知っている人の割合				全国平均(20歳以上) 80%以上			
- 76.6% 80%							

2. 楽しくからだを動かして、いつまでもはつらつとすごしたい〔身体活動・運動〕

1. 運動の効果について理解し、生活の中に運動を取り入れる		市 策定時の状況	市 現状	市 目標
・健康のために意識して体を動かす人の増加	「いつも」「ときどき」している人 成人男性 成人女性	64.2% 60.7%	67.5% 68.1%	74%以上 71%以上
・運動を実施している人の増加	成人男性 成人女性	31.7% 30.1%	29.1% 29.8%	40%以上 41%以上
2. 高齢者の体力低下をふせぐ		市 策定時の状況	市 現状	市 目標
・積極的に外出する高齢者の増加	60歳以上男性	62.5%	62.2%	74%以上
	60歳以上女性	57.2%	60.1%	70%以上

3. いつも元気なところでいたい〔休養・こころの健康づくり〕

1. 十分な睡眠、休養をとったり、相談することによりストレスを解消する		市 策定時の状況	市 現状	市 目標
・ストレスを感じている人の減少	成人 中・高校生	66.0% 66.2%	65.0% 72.4%	59%以下 59%以下
・ストレスを解消できている人の増加	成人 中・高校生	51.0% 47.8%	54.8% 44.2%	57%以上 53%以上
・睡眠がとれていない人の減少	成人	22.9%	22.3%	20%以下
2. 年代にあった規則正しい生活リズムが送れるようにする		市 策定時の状況	市 現状	市 目標
・夜10時までに就寝する幼児・小学生の増加	幼児 小学生	84.2% 88.5%	91.4% 87.4%	増加
3. 家族みんなでコミュニケーションをとることにより子どもがこころ豊かに育つ		市 策定時の状況	市 現状	市 目標
・父親や母親と「よく話したり遊んだりしている」小学生の増加	小学生男子 父親 母親	53.5% 77.1%	59.4% 88.4%	増加
	小学生女子 父親 母親	51.9% 85.3%	52.3% 89.2%	
・「あまり家族とは話さない・話す機会がない」という中・高校生の減少	中学生男子	21.2%	12.5%	減少
	中学生女子	10.6%	11.8%	
	高校生男子	17.1%	18.0%	
	高校生女子	12.6%	12.9%	
4. 学校や家庭を楽しみと感じることで、ストレスを解消できる		市 策定時の状況	市 現状	市 目標
・学校や家庭を楽しみと感じる中・高校生の増加	家族と過ごすのが楽しい 中学生 高校生	74.1% 74.7%	77.2% 78.6%	増加
	学校に楽しく通っている 中学生 高校生	46.4% 37.8%	60.5% 38.3%	
5. うつ病に関して正しい知識を持つことができる		市 策定時の状況	市 現状	市 目標
一生のうちにうつ病になる頻度を知っている人の増加	成人		54.8%	増加

県 策定時の状況 現状 目標	国 策定時の状況 現状 目標
日頃から日常生活の中で健康の維持、増進のために意識的に体を動かすなどの運動をしている人の増加	
男性 64.2% 64.6% 74%以上 女性 63.2% 65% 74%以上	男性 51.8% 54.2% 63%以上 女性 53.1% 55.5% 63%以上
運動習慣のある者の割合の増加	
男性 36.4% 31.2% 46%以上 女性 26.5% 28.9% 36%以上	男性 28.6% 30.9% 39%以上 女性 24.6% 25.8% 35%以上
県 策定時の状況 現状 目標	国 策定時の状況 現状 目標
日常生活の中で買物や散歩など含めた外出について「自分から積極的に外出する方である」とする者	
60歳以上男性 63.1% 51.6% 74%以上 60歳以上女性 56.7% 50.8% 70%以上	60歳以上男性 59.8% 51.8% 70%以上 60歳以上女性 59.0% 51.4% 70%以上

県 策定時の状況 現状 目標	国 策定時の状況 現状 目標
最近1ヶ月間にストレスを感じた人の割合の減少	
たくさんある 20.3% 20.7% 設定なし 多少ある 48.8% 47.6% 設定なし	54.6% 62.2% 49%以下
ストレスを処理できる人の増加	(設定なし)
十分できている 2.4% 4.5% 12.4% なんとかできている 57.8% 60.4% 67.8%	
睡眠による休養が不足している者の割合の減少	
あまりとれていない 23.6% 24.7% 設定なし まったくとれていない 2.1% 2.1% 設定なし	23.1% 21.2% 21%以下

県 策定時の状況 現状 目標	国 策定時の状況 現状 目標
(佐倉市独自の目標)	
県 策定時の状況 現状 目標	国 策定時の状況 現状 目標
(佐倉市独自の目標)	
(佐倉市独自の目標)	
県 策定時の状況 現状 目標	国 策定時の状況 現状 目標
(佐倉市独自の目標)	
県 策定時の状況 現状 目標	国 策定時の状況 現状 目標
(佐倉市独自の目標)	

4. たばこについて知り、みんなで考え、取り組んでいきたい〔たばこ〕

1. たばこが自分や他人の体に及ぼす影響について正しく理解できる		市 策定時の状況	市 現状	市 目標
・喫煙が影響する病気について知っている人の増加	肺がん 成人	92.3%	94.8%	100%
	中・高校生	97.0%	96.9%	
	ぜんそく 成人	45.8%	52.4%	
	中・高校生	36.8%	42.7%	
	気管支炎 成人	56.1%	63.6%	
	中・高校生	46.2%	54.3%	
	心臓病 成人	39.3%	47.0%	
	中・高校生	21.2%	32.0%	
	脳卒中 成人	29.7%	46.1%	
	中・高校生	18.8%	30.4%	
	胃かいよう 成人	19.3%	26.7%	
中・高校生	14.5%	16.9%		
妊娠への影響 成人	56.9%	64.8%		
中・高校生	70.1%	70.0%		
歯周病 成人	16.4%	29.1%		
中・高校生	33.0%	33.7%		
子どもへの影響 成人	42.8%	53.1%		
中・高校生	57.3%	60.0%		
・子どもや妊婦の前でたばこを吸う人の減少	子どもの前で吸う人	37.3%	23.9%	減少
	幼児の保護者			
	小学生の保護者	56.8%	45.5%	
	妊娠中の母親の前で吸っていた家族	36.8%	21.3%	
幼児の保護者				
小学生の保護者	41.7%	38.7%		
・たばこをやめたい人の増加	成人「やめたい」	27.2%	33.3%	増加
・未成年者の喫煙をなくす	喫煙経験あり	14.5%	6.4%	なくす
	中学生			
	高校生	27.8%	16.7%	
2. 喫煙者が自分や周りの人の健康に関心をもち禁煙行動をとることができる		市 策定時の状況	市 現状	市 目標
・喫煙率の減少（特に妊娠中の喫煙をなくす）	男性20～40代	53.1%	35.1%	32%以下
	女性20～40代	17.5%	15.4%	14%以下
	妊娠中に喫煙していた幼児・小学生の母親	6.1%	5.9%	なくす
・各種健（検）診を受診することを心がける喫煙者の増加	定期健診	43.2%	37.9%	50%以上
	がん・婦人科検診	4.4%	4.3%	24%以上

県 策定時の状況 現状 目標				国 策定時の状況 現状 目標			
肺がん	95.2%	95.5%		肺がん	84.5%	87.5%	
ぜんそく	45.1%	69.3%		ぜんそく	59.9%	63.4%	
気管支炎	62.1%	71.9%		気管支炎	65.5%	65.6%	
心臓病	38.8%	51.4%		心臓病	40.5%	45.8%	
脳卒中	28.7%	47.6%		脳卒中	35.1%	43.6%	
胃かいよう	20.5%	27.7%		胃かいよう	34.1%	33.5%	
妊娠への影響	65.8%	65.6%		妊娠への影響	79.6%	83.2%	
歯周病	21.2%	30.4%		歯周病	27.3%	35.9%	
すべて100%				すべて100%			
(佐倉市独自の目標)							
(佐倉市独自の目標)							
中学1年	15%	-	0%	中1男子	7.5%	3.2%	0%
高校2年	51%	7.2%	0%	女子	3.8%	2.4%	0%
中学生	17%	-	0%	高3男子	36.9%	21.7%	0%
高校生	41%	-	0%	女子	15.6%	9.7%	0%
県 策定時の状況 現状 目標				国 策定時の状況 現状 目標			
<u>喫煙する者の割合の減少</u>							
男性	43.5%	34.8%	26%以下	妊娠中の喫煙率 10.0% 7.3%、7.9%、8.3% なくす (3ヶ月児、1歳6ヶ月児、3歳児健診の割合)			
女性	12.3%	10.8%	6%以下				
(佐倉市独自の目標)							

5. 毎日を楽しんでくれるお酒と上手につきあいたい〔アルコール〕

1. 適正飲酒量が理解できる		市 策定時の 状況	市 現状	市 目標
・適正飲酒量を認識している人の増加	1合程度と答えた成人	64.2%	64.3%	100%
・多量飲酒者の減少	1回に3合以上飲む成人 男性 女性 ほぼ毎日3合以上飲む成人	12.9% 4.9% 13.0%	12.2% 4.6% 12.6%	10%以下 3%以下 10%以下
2. アルコールが心身に及ぼす影響について理解できる		市 策定時の 状況	市 現状	市 目標
・妊娠中に飲酒していた人の減少	妊娠中に飲酒していた幼児・小学生の母親	21.6%	18.6%	減少
・アルコールが妊娠/胎児へ影響することを理解している人の増加	成人 中・高校生	39.7% 39.1%	45.9% 51.3%	100% 100%
・アルコールと疾病の関係を認識できる人の増加	肝臓病 成人 中・高校生 依存・中毒 成人 中・高校生 糖尿病 成人 中・高校生 脳卒中 成人 中・高校生 動脈硬 成人 中・高校生 子どもへの影響 成人 中・高校生 がん 成人 中・高校生 心臓病 成人 中・高校生 歯周病 成人 中・高校生	89.3% 63.3% 77.5% 94.9% 44.6% 32.7% 29.2% 21.3% 28.0% 29.3% 24.5% 29.7% 21.3% 23.0% 20.5% 15.4% 4.6% 6.8%	88.6% 64.7% 82.5% 94.3% 52.2% 29.4% 36.6% 27.4% 35.0% 39.0% 32.7% 35.3% 24.5% 30.5% 28.1% 25.2% 7.6% 9.4%	100%
3. 子ども(未成年)も大人も、子どもが飲酒することの害が理解できる		市 策定時の 状況	市 現状	市 目標
・中・高校生の飲酒をなくす	「飲んだことがある」 中学生男子 女子 高校生男子 女子	64.6% 58.1% 84.0% 81.7%	47.5% 45.6% 59.1% 60.9%	なくす
子ども(未成年)に飲酒を勧める人をなくす	「子どもにすすめたことがある」成人 未成年の飲酒のきっかけ 「成人にすすめられた」 中学生男子 中学生女子 高校生男子 高校生女子 未成年の飲酒のきっかけ 「成人していない人からすすめられた」 中学生男子 中学生女子 高校生男子 高校生女子	12.9% 28.7% 37.6% 37.4% 42.0% 4.1% 3.2% 19.0% 23.8%	7.6% 41.3% 36.8% 39.9% 44.4% 0.0% 5.3% 15.2% 10.6%	なくす

県 策定時の状況 現状 目標				国 策定時の状況 現状 目標			
1合程度と答えた者 67.0% 68.4% 100%				「節度ある適度な飲酒」の知識の普及（知っている人の割合） 男性 50.3% 48.6% 100% 女性 47.3% 49.7% 100%			
1日に平均純アルコールで約60gを超え多量に飲酒する人の減少 男性 7.6% 5.7% 4.6%以下 女性 1.4% 1.0% 0.8%以下				男性 4.1% 5.4% 3.2%以下 女性 0.3% 0.7% 0.2%以下			
県 策定時の状況 現状 目標				国 策定時の状況 現状 目標			
飲酒していた者19.6% 15.0% なくす				妊娠中の飲酒率 18.1% 14.9%、16.6%、16.7% なくす (3ヶ月児、1歳6ヶ月児、3歳児健診の割合)			
(佐倉市独自の目標)							
(佐倉市独自の目標)							
県 策定時の状況 現状 目標				国 策定時の状況 現状 目標			
未成年の飲酒をなくす - - 0.0%				10代の飲酒率 中学3年 男子 25.4% 26.0% 16.7% 中学3年 女子 17.2% 16.9% 14.7% 高校3年 男子 51.5% 53.1% 38.4% 高校3年 女子 35.9% 36.1% 32.0% なくす			
(佐倉市独自の目標)							

6. いつまでも自分の歯で、おいしく食べたい〔歯の健康〕

1. むし歯や歯肉炎を予防する		市 策定時の 状況	市 現状	市 目標
・ むし歯のない3歳児の増加		72.3%	75.3%	80%以上
・ 12歳児の1人平均むし歯数の減少		1.57歯	1.03歯	1 歯以下
・ 中学生の歯肉炎を有する人の減少		27.6%	35.8%	20%以下
・ フッ素入り歯磨き剤を 使う人の増加	3歳児	46.9%	66.5%	90%以上
	小学生	45.3%	40.7%	90%以上
・ おやつを1日3回以上食 べている幼児の減少	3歳児	16.6%	10.8%	減少
2. 歯の喪失を防ぐ		市 策定時の 状況	市 現状	市 目標
・ 6024・8020達 成率の維持	6024	58.7%	61.7%	64%以上
	8020	21.1%	31.4%	33%以上
・ 定期歯科健診を受けて いる人の増加	20歳以上	21.3%	31.6%	40%以上
・ 成人歯科健診を知って いる人の増加	30歳以上	48.9%	57.6%	80%以上
・ 歯間部清掃用具を使う 人の増加	35～44歳	25.4%	33.3%	50%以上
	45～54歳	27.9%	34.2%	50%以上
3. 生活習慣（喫煙・食生活など）と歯科疾患の関係 についての知識を得る		市 策定時の 状況	市 現状	市 目標
・ 喫煙で歯周病にかかり やすくなると思う人の増 加（「たばこ」分野の再 掲）	成人	16.4%	29.1%	100%

県 策定時の状況 現状 目標	国 策定時の状況 現状 目標
3歳児におけるう歯のない者の割合	
60.1% 71.0% 80%以上	59.5% 68.7% 80%以上
2.3歯 1.75歯 1歯以下	2.9歯 1.9歯 1歯以下
(佐倉市独自の目標)	
小学1年 52.2% 67.0% 小学4年 21.0% 41.0% 中学1年 21.0% 28.1% 高校1年 21.4% 24.4% 20歳以上 51.9% 40.4 90%以上	学齢期児童 45.6% 52.5% 90%以上
間食として甘味食品・飲料を頻回飲食する習慣のある幼児の減少	
1歳6ヶ月児 14.9% 11.0% 減少	1歳6ヶ月児 29.9% 22.6% 15%以下
県 策定時の状況 現状 目標	国 策定時の状況 現状 目標
6024 39.8% 43.1% 50%以上 8020 15.6% 15.4% 20%以上	6024 44.1% 60.2% 50%以上 8020 11.5% 25.0% 20%以上
20歳以上 38.8% 31.1% 60%以上	過去1年間に受けた者 55~64歳 16.4% 35.7% 30%以上
(佐倉市独自の目標)	
20~24歳 34.6% 35.6% 30~34歳 42.1% 44.7% 40~44歳 42.6% 52.8% 50~54歳 43.8% 54.5% 60~64歳 40.6% 59.1% 20~64歳 60%以上	35~44歳 19.3% 39.0% 50%以上 45~54歳 17.8% 40.8% 50%以上
県 策定時の状況 現状 目標	国 策定時の状況 現状 目標
21.2% 30.4% 100%	27.3% 35.9% 100%

7. 自己チェックと健診・検診で、自分のからだを守りたい〔生活習慣病〕

1. 自分や自分の家族の健康に関心を持ち、自己チェックを行ったり健康診断を受けることができる		市 策定時の状況	市 現状	市 目標
・健康に関心を持つ人の増加	中学生以上	66.0%	62.8%	90%以上
・健康診断を受ける人の増加	成人	46.6%	36.9%	52%以上
・健康に関する自己チェックをする人の増加 (体重測定、血圧測定など)	体重・身長チェック	35.1%	32.3%	50%以上
	血圧測定	27.3%	33.7%	
・特定健診を受ける人の増加				65%以上
・がん検診を受ける人の増加	胃がん検診	26.4%	19.9%	50%以上
	子宮がん検診	31.3%	20.1%	
	乳がん検診	29.2%	12.8%	
	肺がん検診	33.2%	24.5%	
	大腸がん検診	23.7%	20.2%	
2. 生活習慣病予防に関する知識を得られる		市 策定時の状況	市 現状	市 目標
・健康づくりや生活習慣病予防のための教室・相談等の利用者の増加	集団健康教育 健康相談	5276人 5189人	3154人 760人	増加 増加
3. 健康診断の結果、異常があったら、保健指導を受けたり早期受診等の対応ができる		市 策定時の状況	市 現状	市 目標
・健康診断の結果、異常があったら、定期的な医療受診等の対応ができる人の増加	「医療機関の受診等」をしている人			
	高血糖	61.6%	57.3%	100%
	高血圧	70.7%	69.6%	100%
	高コレステロール	38.4%	39.0%	62%以上
・特定保健指導を受ける人の増加				45%以上
・メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少(平成20年度より10%減らす)				10%減少
・がん検診の精密検査を受ける人の増加	胃がん検診	87.5%	86.4%	90%以上
	子宮がん検診	73.2%	78.4%	90%以上
	乳がん検診	84.6%	90.1%	95%以上
	肺がん検診	80.9%	74.6%	90%以上
	大腸がん検診	75.3%	81.9%	90%以上

県 策定時の状況 現状 目標				国 策定時の状況 現状 目標			
(佐倉市独自の目標)							
548,000人 705,000人 822,000人				4,573万人 5,850万人 6,860万人以上			
(佐倉市独自の目標)							
健診実施率 - 65.3% 70%				特定健康診査の実施率 健診実施率 - - 70/80% (平成24/27年)			
				(参考値)			
胃がん検診	-	39.5%	50%以上	胃がん検診	1,401万人	1,777万人	2,100万人以上
子宮がん検診	-	45.3%	50%以上	子宮がん検診	1,241万人	1,056万人	1,860万人以上
乳がん検診	-	37.2%	50%以上	乳がん検診	1,064万人	842万人	1,600万人以上
肺がん検診	-	36.2%	50%以上	肺がん検診	1,023万人	1,100万人	1,540万人以上
大腸がん検診	-	35.4%	50%以上	大腸がん検診	1,231万人	1,432万人	1,850万人以上
県 策定時の状況 現状 目標				国 策定時の状況 現状 目標			
(佐倉市独自の目標)							
県 策定時の状況 現状 目標				国 策定時の状況 現状 目標			
糖尿病検診における異常所見者の事後指導の徹底				糖尿病診断後に事後指導を受ける必要のある人のうち、実際に受けている人の割合			
男性	76.4%	78.7%	100%	男性	66.7%	74.2%	100%
女性	81.5%	83.2%	100%	女性	74.6%	75.0%	100%
保健指導実施率 - - 45%				特定保健指導の実施率 保健指導実施率 - 45/60% (平成24/27年)			
メタボリックシンドロームの予備群の推定数				メタボの該当者・予備群の人数			
男性(40~74歳)	-	303千人	279千人	男性	1,400万人	10/25%以上の減少(平成24/27年)	
男性(40~64歳)	-	234千人	202千人	女性	560万人	10/25%以上の減少(平成24/27年)	
女性(40~74歳)	-	127千人	119千人				
女性(40~64歳)	-	96千人	85千人				
メタボリックシンドロームの該当者の推定数							
男性(40~74歳)	-	232千人	217千人				
男性(40~64歳)	-	177千人	154千人				
女性(40~74歳)	-	102千人	95千人				
女性(40~64歳)	-	70千人	60千人				
メタボリックシンドロームの新規該当者の推定数							
男性(40~74歳)	}						
男性(40~64歳)		- 20年度健診データ					
女性(40~74歳)		20年度以降策定					
女性(40~64歳)							
(佐倉市独自の目標)							