

# 第2次ばんどう健康プラン21【中間評価報告書】の概要

## 基本理念

《自分がつくる みんなでつくる 笑顔・健康・坂東》

### 【3つの基本目標】

- 生涯にわたる健康維持・増進
- 健康づくりを通して、生活の質の向上
- 豊かな食とふれあい、食を楽しむ

## 第1章 基本的な考え方

### 「第2次ばんどう健康プラン21」（平成30年度から平成9年度まで）

- 以下の内容を包含し、市民の健康の維持・増進に努める計画

『健康増進計画』健康増進法第8条第2項に基づく市町村健康増進計画

『食育推進計画』食育基本法第18条に基づく市町村食育推進計画

『歯科口腔保健計画』歯科口腔保健の推進に関する法律並びに「茨城県歯と口腔の健康づくり 8020・6424 推進条例」に基づく計画

### 【中間評価】令和4年度に中間評価を実施

- アンケート調査（市民、小中学生、乳幼児保護者）
- 市の取組状況調査 ○健康づくりに関するデータ等

## 第2章 現状と課題

### ① バランスのもと ～栄養・食生活～

- ・女性の肥満者の割合と朝食を欠食する人の割合は改善していますが、男性の肥満者の割合と塩分を控えた食事は後退傾向です。

### ② 活力のもと ～身体活動・運動～

- ・意識的に運動を心がけている女性の割合は改善していますが、全体として運動習慣者の割合は後退傾向です。

### ③ リフレッシュのもと ～休養・こころの健康づくり～

- ・睡眠による休養は改善していますが、ストレスや心理的苦痛は後退傾向です。

### ④ ストップのもと ～たばこ・アルコール等～

- ・リスクを高める飲酒の状況や、成人や妊娠中の喫煙率が改善しています。

### ⑤ ピカピカ笑顔のもと ～歯の健康～

- ・乳幼児や児童のむし歯の状況ならびに成人の歯の健康は改善傾向です。

### ⑥ 予防のもと ～生活習慣病の予防～

- ・メタボリックシンドロームの予備軍や該当者の割合や、がん検診受診率などが後退しています。

### ⑦ 「おいしいな」のもと ～食育の推進～

- ・朝晩の食事について、中学3年生の孤食は改善傾向ですが小学6年生は後退しています。また、食育計画を作成し評価する取り組みは達成しています。

## 第3章 中間評価結果

アンケート調査、市の取組み状況調査、健康づくりに関するデータ等から指標・目標に照らし合わせて中間評価を実施

### （1）生活習慣病の予防について

- ・たばこ・アルコール等の項目や特定保健指導の実施率など目標達成
- ・新型コロナウイルス感染症拡大の影響等で特定健康診査の受診率や健康指標、がん検診受診率は計画策定時よりも悪化
- ・運動習慣者の割合やストレス、心理的苦痛を感じている人の割合も悪化
- ・女性は意識的に運動している人や肥満者の割合が改善
- ・朝食を欠食する人の割合、睡眠による休養なども改善

### （2）むし歯・歯周病予防について

- ・乳幼児健診やむし歯予防教室、よりよい食事のとり方の講話など、乳幼児期から歯の健康づくりに積極的に取り組み、アンケート結果では多くの項目で改善傾向
- ・また、成人の歯の本数や歯みがき等の習慣、かかりつけ歯科医がいる人も増加

### （3）栄養・食生活、食育の推進について

- ・コロナ禍の中で、「食」に関わる事業やイベントの見合わせや中止となる中でも、乳幼児健診や個別相談、学校での給食だよりや献立の配布などを通じて食育の意識向上に尽力
- ・中間評価では達成や改善の項目が多くみられた
- ・しかし、朝食を欠食する子どもの割合や小学6年生の孤食の状況は悪化
- ・保育園や幼稚園、認定こども園、小中学校において食育の取り組みを行っているが成果が表れていない項目もある

中間評価結果を踏まえ取り組みを推進

## 第4章 第2次ばんどう健康プラン21の取り組み

### ① バランスのもと ～栄養・食生活～

- 生活習慣病予防食など、啓発
- 市民一人ひとりが食の重要性を知る
- “バランス”のとれた食生活の実践 等

### ② 活力のもと ～身体活動・運動～

- 遊びなど通じて、楽しみながら体を動かす機会
- スポーツ等を通じて健康への関心や意欲を高める
- 運動習慣を身に付けられる取り組み 等

### ③ リフレッシュのもと ～休養・こころの健康づくり～

- ストレスを感じた時に、相談できる場所を知る
- 妊娠期から子育て期にわたり、切れ目ないきめ細かな取り組み
- 十分な睡眠や休養、ストレスの対処法を身に付ける 等

### ④ ストップのもと ～たばこ・アルコール等～

- 20歳未満の喫煙防止、受動喫煙の防止、禁煙
- 適正な飲酒量を知って、行動に結び付ける
- 喫煙や多量飲酒による体への影響を正しく知る 等

### ⑤ ピカピカ笑顔のもと ～歯の健康～

- 乳幼児期における口腔ケアの重要性を知る
- 児童・生徒に対して、むし歯等の早期発見と早期治療の徹底
- 定期的に歯科検診を受け、自分の歯の健康を維持 等

### ⑥ 予防のもと ～生活習慣病の予防～

- 規則正しい生活習慣を身に付けられる取り組み
- 地域活動に参加して、いきいきとした生活を送る
- 健診で自分の健康状態を知って、生活習慣病予防に取り組む 等

### ⑦ 「おいしいな」のもと ～食育の推進～

- 毎日3食を基本とした生活習慣を身に付ける
- 各家庭において、食育の意識を高め実践していく
- 体験活動等を通じて食への関心や地産地消を学ぶ 等

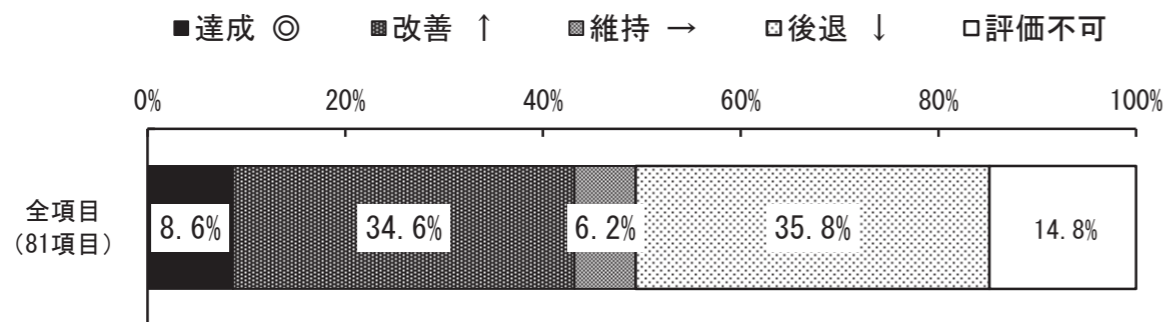
歯科口腔保健計画

食育推進計画



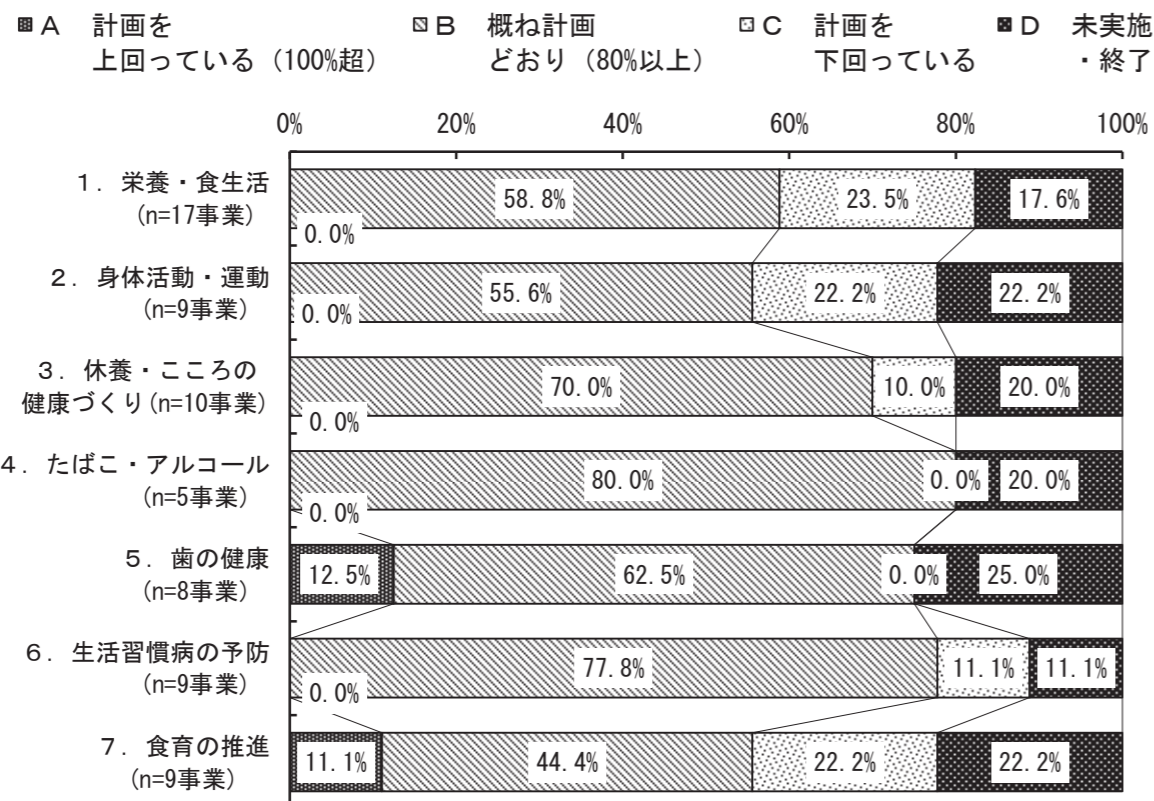
■第2次ばら健康プランの中間評価

アンケート結果や健診結果等から、全指標 81 項目（1 指標に目標値が複数ある場合がある）の中間評価の結果は以下のとおりでした。



■市担当課における 67 事業の取組状況（令和3年度）

市担当課における 67 事業のうち「概ね計画どおり（80%以上）」が 42 事業となっています。また、「計画を下回っている」とした 10 事業は、栄養教室や食生活改善推進員を対象とした中央研修会、各種スポーツ教室といったものがあげられます。



目標指標（一部例）

今回の中間評価結果を踏まえ、目標指標の一部を見直しました。

項目	実績値		目標 令和9年度
	平成28年度	令和4年度	
栄養・食生活	朝食を欠食する人の割合（週3日以上）		減少
	朝食を欠食する児童生徒の割合	小学6年生	減少
		中学3年生	減少
	ふだんの食事で、塩分を控える人の割合		増加
ふだんの食事で、栄養バランスのとれた食事をする人の割合	男性	増加	
	女性	増加	
身体活動	意識的に運動を心がけている人の割合		増加
	女性	増加	
ロコモティブシンドロームの認知度【新規】		増加	
休養・こころ	睡眠による休養を十分とれていない人の割合		減少
	不安や悩みごとがあった時に、相談できる人（相談先）がある人の割合		増加
	ゲートキーパーの認知度【新規】		増加
たばこ・アルコール等	妊娠中の飲酒率		0%
	成人の喫煙率		減少
	妊娠中の喫煙率		0%
	たばこの害をよく知っている児童生徒の割合	小学6年生	100%
		中学3年生	100%
COPDの認知度【新規】		増加	
歯の健康	むし歯のない子どもの割合		増加
	12歳児	増加	
かかりつけ歯科医がある人の割合		増加	
生活習慣病の予防	自分の健康に気をつけている人の割合		増加
	地域活動（ボランティア活動・趣味サークルなど）に参加している人の割合【新規】		増加
	特定健康診査の受診率		60%以上
	メタボリックシンドローム予備群の割合		減少
	メタボリックシンドローム該当者の割合		減少
	母子保健推進員の認知度【新規】		増加
食育の推進	『食育』に関心がある人の割合【新規】	男性	増加
		女性	増加
		乳幼児	増加
	地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている人の割合		増加
食生活改善推進員の認知度		増加	

注）平成28年度の（-）は、数値が把握できないもの