

健康いとまん21計画

～第3次健康増進計画・第2次食育計画～

(令和7～18年度)



令和7年3月

沖縄県糸満市

は じ め に

近年、ライフスタイルなどの変化に伴う栄養バランスの偏り、身体活動の減少、ストレスの増加により、がんや循環器疾患などの生活習慣病が増加し、疾病構造は大きく変化してきました。

本市におきましても、生活習慣病による医療費の増加、医療や介護に係る負担は、増加傾向となっています。また、今後加速していく高齢化率の上昇により、それらの負担は益々増えていくと予想されます。そのため、生活習慣病の予防や疾病の重症化予防、介護予防は、健康づくりにおける大きな課題となっております。

これを踏まえ、平成 14 年 3 月に策定し、推進してきた「健康いとまん21」を刷新し、令和 7 年度から 12 年間を計画期間とする「健康いとまん 21(第3次)」を策定いたしました。本計画は、上位計画となる「健康日本 21(第3次)」及び「健康おきなわ 21」との整合性を図り、令和 18 年度までの目標を設定し、ライフステージ及び地域の実情に応じた計画としました。

また、食育のさらなる充実と発展、食育と健康増進の互いの補完・補強を目指し、「食育計画」と「健康増進計画」を一体的に策定することとしました。

本市の住民が引き続き、生活習慣病の予防や重症化予防に取り組み、健康を保持増進していくためには、個人の努力だけでなく周囲の人たちと協力し、そして、行政は関係機関と連携しながら社会環境の整備などあらゆる分野の政策に“健康”という視点を取り入れ、ともに一体となって健康づくりに取り組んでいかなければなりません。今後、「健康いとまん 21」計画を推進し、健康づくりを展開してまいります。

結びに、本計画の策定にあたり、多くの貴重なご意見、ご支援をいただきました健康いとまん21計画策定委員の皆様、そして関係者の皆様方に心より感謝するとともに、今後の「健康いとまん 21」の推進につきましても引き続き、ご支援ご協力のほどよろしくお願いいたします。

令和 7 年3月

糸満市長 とうめ しんえい
當 銘 眞 栄



目 次

第1章 健康いとまん21計画(第3次)

第1節 計画の策定にあたって.....	P1
1. 計画策定の趣旨.....	P1
2. 計画の位置づけ.....	
3. 計画の目的.....	P2
4. 計画の期間.....	
第2節 市の健康に関する特徴.....	P3
1. 本市の現状.....	P3
2. 前計画の評価.....	P8
第3節 計画の基本的な考え方.....	P10
第4節 健康づくりの推進.....	P13
1. 健康寿命の延伸と早世予防.....	P13
2. 個人の行動と健康状態の改善.....	P14
2.1 生活習慣病の発症予防・重症化予防.....	P14
(1)がん.....	P14
(2)循環器疾患.....	P16
(3)糖尿病.....	P20
(4)慢性閉塞性肺疾患(COPD).....	P23
2.2 生活習慣の改善.....	P24
(1)栄養・食生活.....	P24
(2)身体活動・運動.....	P29
(3)飲酒.....	P31
(4)喫煙.....	P33
(5)歯・口腔の健康.....	P35
(6)休養・睡眠.....	P39

3. こころの健康・社会とのつながり	P41
--------------------------	-----

第2章 食育推進計画(第2次)

第1節 計画の策定にあたって.....	P47
1. 計画改定の背景および趣旨	P47
2. 計画の目標	
第2節 基本的な考え方.....	P48
第3節 前計画の評価.....	P49
第4節 食の現状と課題.....	P50
1. 次世代を担う子ども達の心身の健康を支える食育の推進	P50
2. 健康長寿の維持・支える食育の推進	P54
3. 社会・環境・文化の視点	P56

第3章 計画の推進に向けて

第1節 計画の推進体制.....	P58
第2節 計画の進捗管理・評価	P58

資料	P59
----------	-----

○健康いとまん21計画策定委員会設置要綱

○健康いとまん21計画策定委員会名簿

第1章 健康いとまん21計画(第3次)

第1節 計画の策定にあたって

1. 計画策定の趣旨

平成25年度から「21世紀における第二次国民健康づくり運動(健康日本21(第2次))」として少子高齢化や疾病構造の変化が進む中で、生活習慣病にかかる医療費や介護費が増大していくと捉え、生活習慣病も一次予防に重点をおくとともに発症予防や重症化予防を重視した取組を推進してきました。

今回、令和6(2024)年度から令和17(2035)年度までの「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3次))」では、「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」というビジョン実現のため、下記の4つの基本的な方向が示されました。

- (1) 健康寿命の延伸・健康格差の縮小
- (2) 個人の行動と健康状態の改善
- (3) 社会環境の質の向上
- (4) ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり

本市においては、平成30(2018)年3月に「健康いとまん21(第2次)」を策定し、取組を推進してきました。今回、これまでの取組の評価、及び新たな健康課題などを踏まえ、健康いとまん21(第3次)を策定します。

2. 計画の位置づけ

本計画は、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」及び食育基本法第18条の規定に基づく「市町村食育推進計画」を一体的に策定した計画です。市民の健康増進・食育推進を図るための基本的な事項を示すとともに、本市における「健康づくりの指針」として、市民の総合的な健康づくりを推進するためのものです。

国の「健康日本21(第3次)」、「第4次食育推進基本計画」並びに県の「健康おきなわ21(第3次)」、「食育おきなわ うまんちゅプラン(第4次)」の方針・目標を勘案しつつ、市の「第5次糸満市総合計画」をはじめ、医療・保健・福祉分野をはじめとした、関連する各種計画との十分な整合性を図るものとします。

3.計画の目的

『第5次糸満市総合計画』では、「市民みんなが心身ともにすこやかに暮らす糸満市」を基本構想として掲げ、市民が心身ともに健康で、だれもが生き生きと地域で暮らせるよう、健康への関心を高め、ライフステージに応じた健康増進を推進していきます。

本計画では、健康いとまん21の基本理念である「市民が健やかに心豊かで活力あるみどりのまち糸満」の実現にむけて、市民や関係団体の皆様と一緒に取り組んでいきます。

4. 計画の期間

計画期間は、令和 7(2025)年度から令和 18(2036)年度までの 12 年間とします。なお、中間年である令和 12(2030)年度において評価を行い、必要に応じて計画の見直しを行います。

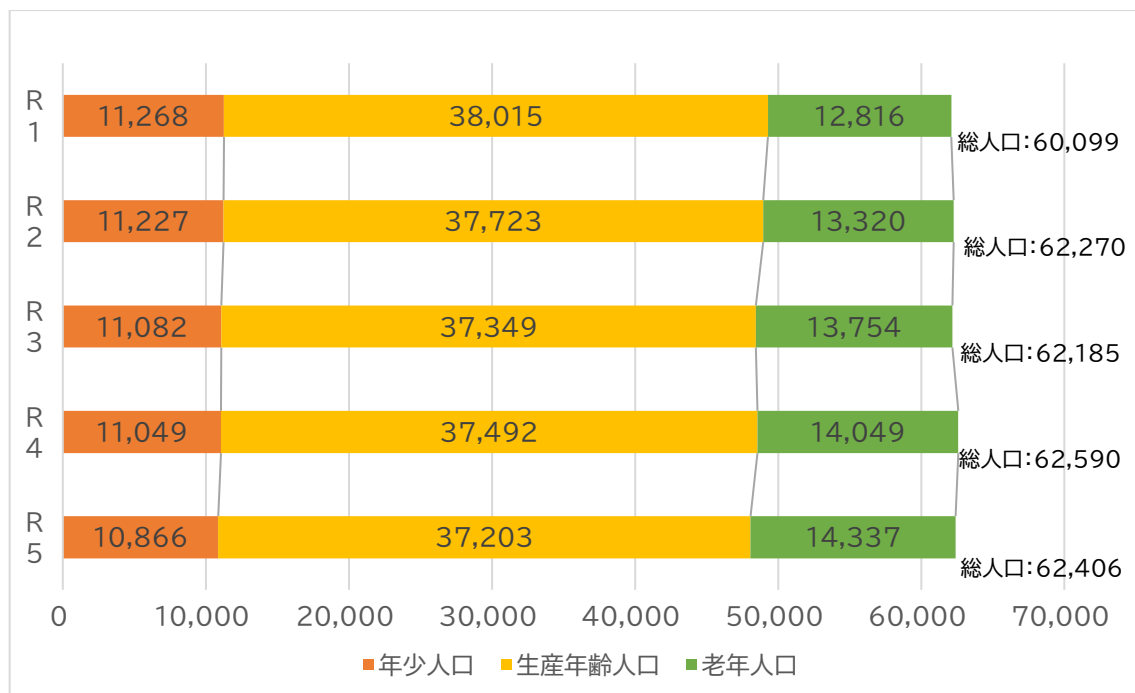
		2021 R3	2022 R4	2023 R5	2024 R6	2025 R7	2026 R8	2027 R9	2028 R10	2029 R11	2030 R12	2031 R13	2032 R14	2033 R15	2034 R16	2035 R17	2036 R18	
国	健康日本21				第3次													
	食育推進基本計画	第4次				おおむね5年ごとに見直し												
県	健康おきなわ21				第3次													
	食育推進計画			第4次														
市	総合振興計画	基本計画				後期基本計画												
	健康増進計画	第2次			第3次健康増進計画・第2次食育推進計画													
	食育推進計画	第1次										中間 評価						
	保健事業計画 (データヘルス計画)	第2期		第3期						第4期予定								

第 2 節 市の健康に関する特徴

1. 本市の現状

人口動態

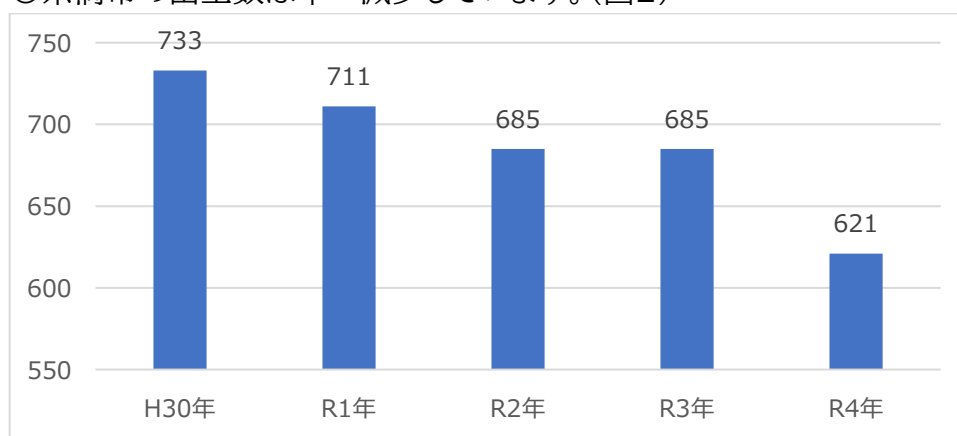
○糸満市では老年人口(65 歳以上)が増加する一方、年少人口(0 歳～14 歳)・生産年齢人口(15 歳～64 歳)は減少しています。(図 1)



(図1) 糸満市の人口推移

出典:各年住民基本台帳人口(9 月末現在)

○糸満市の出生数は年々減少しています。(図2)



(図2) 糸満市の出生数(人)

出典:衛生統計年報(人口動態編)

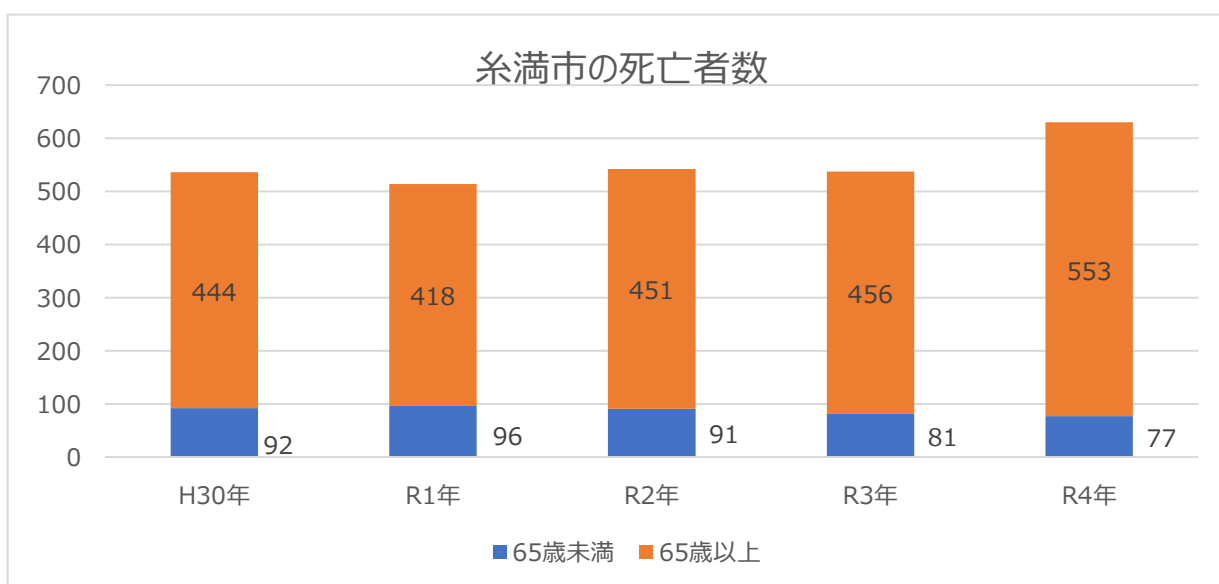
○糸満市の死因の1位、2位は「悪性新生物(がん)」、「循環器疾患」となっています。(表1)

(表1) 糸満市の死因

H30年		R1年		R2年		R3年		R4年	
循環器疾患	24.8%	悪性新生物	23.2%	悪性新生物	25.3%	悪性新生物	26.4%	悪性新生物	24.9%
悪性新生物	23.9%	循環器疾患	20.6%	循環器疾患	20.1%	循環器疾患	23.6%	循環器疾患	18.3%
呼吸器疾患	15.5%	呼吸器疾患	14.8%	呼吸器疾患	11.4%	呼吸器疾患	8.6%	老衰	15.9%
消化器系疾患	8.6%	老衰	11.1%	老衰	8.5%	老衰	8.2%	呼吸器疾患	9.7%
老衰	7.8%	消化器系疾患	7.2%	消化器系疾患	6.8%	消化器系疾患	7.6%	消化器系疾患	6.0%

出典:衛生統計年報(人口動態編)

○糸満市の死亡者数の中でも65歳未満死亡者数は毎年1割以上となっています。(図3)

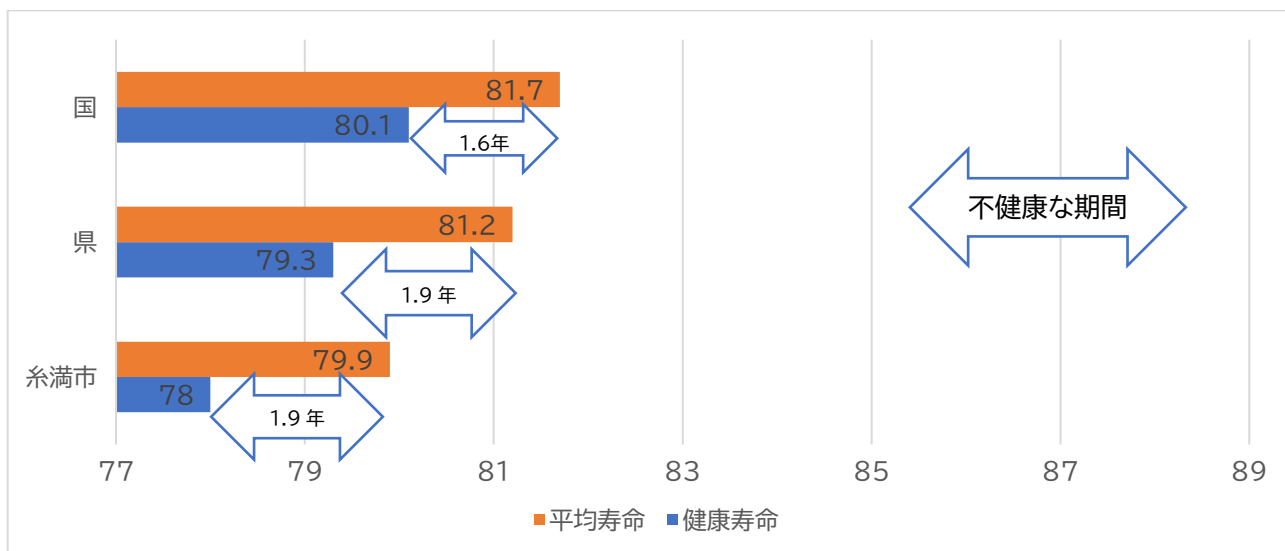


(図3) 糸満市の死亡者数(人)

出典:衛生統計年報(人口動態編)

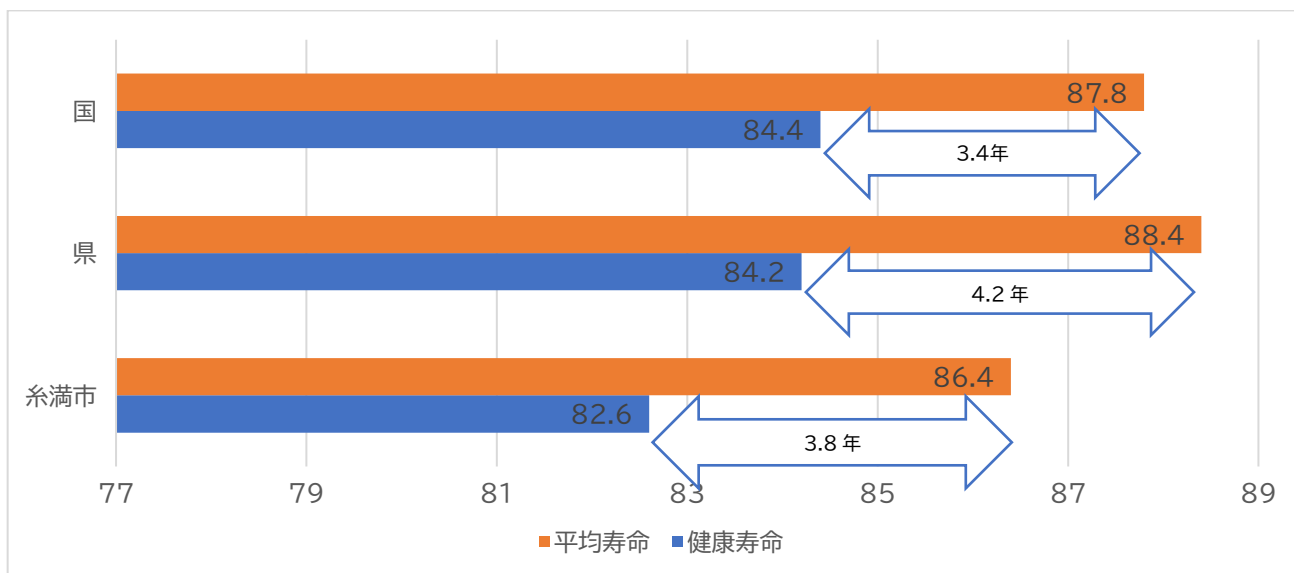
平均寿命と健康寿命

- 健康寿命とは健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間を意味しており、具体的には介護保険の要介護度が、要介護2から5を不健康(要介護)な状態とし、それ以外を健康(自立)な状態としています。
- 糸満市では令和4(2022)年度の平均寿命と健康寿命の差は男性で1.9年、女性で3.8年となっており、国と比べると健康寿命が低い状況になっています。(図表4、5)



(図4) 平均寿命と健康長寿の比較(男性)

出典:国保データベースシステム(KDB)



(図5) 平均寿命と健康寿命の比較(女性)

出典:国保データベースシステム(KDB)

介護認定の状況

○令和 5(2023)年度の要介護認定者数は、2,403 人でそのうち第1号被保険者が 2,337 人(97.3%)、第 2 号被保険者が 66 人(2.7%)となっています。年齢層を見ると、約 8 割が後期高齢者で、約 2 割が前期高齢者となっています。(表 2)

(表 2) 要介護認定者数の推移

		H30年度	R 1 年度	R2年度	R3年度	R4年度	R5年度
人数 (人)	認定者数	2,341	2,299	2,351	2,427	2,397	2,403
	第1号被保険者	2,252	2,221	2,279	2,360	2,331	2,337
	前期高齢者	305	321	351	389	386	407
	後期高齢者	1,947	1,900	1,928	1,971	1,945	1,930
	第2号被保険者	89	78	72	67	66	66
構成比 (%)	前期高齢者	13.5%	14.5%	15.4%	16.5%	16.6%	17.4%
	後期高齢者	86.5%	85.5%	84.6%	83.5%	83.4%	82.6%
	認定率 (第1号被保険者)	18.2%	17.4%	17.2%	17.2%	16.7%	16.3%
	前期高齢者	4.6%	4.6%	4.7%	4.9%	4.8%	5.0%
	後期高齢者	33.6%	32.6%	33.1%	34.2%	32.4%	31.0%

出典：「介護保険事業状況報告」各年10月

医療費の状況

○糸満市の令和 4(2022)年度の医療費は、国保加入者が減少しているにもかかわらず総医療費は増加しています。また、入院医療費の件数の割合は、わずか 4%程度ですが、医療費で見ると全体の約 50%を占めており、この割合は同規模市町村、県、国と比べて高い割合となっています。(表 3)

(表3) 医療費の推移

		糸満市		同規模	県	国
		H30年度	R4年度	R4年度	R4年度	R4年度
被保険者数(人)		16,317人	15,570人	--	--	--
	前期高齢者割合	4,367人 (26.8%)	5,018人 (32.2%)	--		
総医療費		53億3748万円	57億9235万円	--	--	--
一人あたり医療費(円)		327,112 県内9位 同規模123位	372,020 県内7位 同規模92位	366,294	318,310	339,680
入院	1件あたり費用額(円)	526,640	612,320	610,160	634,340	617,950
	費用の割合	49.8	49.9	40.5	46.4	39.6
	件数の割合	4.6	4.3	2.7	3.4	2.5
外来	1件あたり費用額	25,600	27,650	24,470	25,820	24,220
	費用の割合	50.2	50.1	59.5	53.6	60.4
	件数の割合	95.4	95.7	97.3	96.6	97.5
受診率		552.843	576.478	739.503	560.174	705.439

出典：糸満市保健事業計画(データヘルス計画)より抜粋

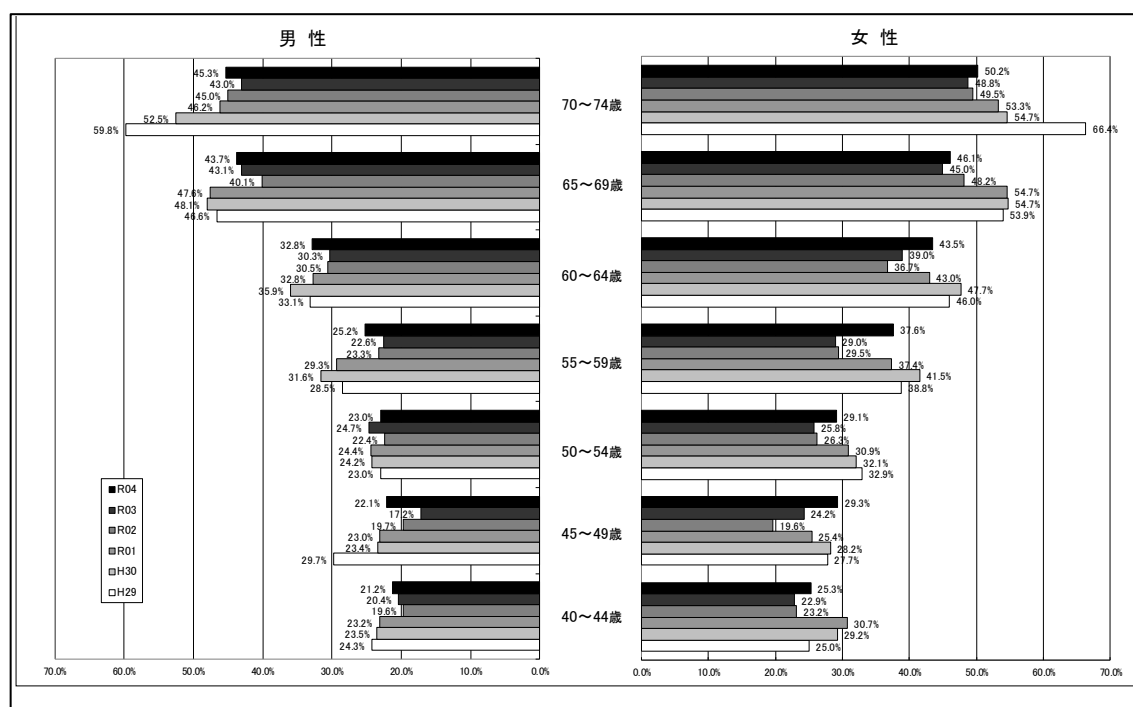
健診の状況

○本市の特定健診受診率は、平成 30(2018)年度には 39.2%まで上昇しましたが、新型コロナウイルス感染症の影響で、令和元(2019)年度以降は受診率が低迷しており、第 3 期特定健診等実施計画の目標(60%)を達成できていません。年代別の受診率では、40～50 代は特に低い状況が続いています。(表 4、図 6)

(表 4) 特定健診・特定保健指導の推移

		H30 年度	R1 年度	R2 年度	R3 年度	R4 年度
特定健診	受診者数	3,686	3,517	3,211	3,253	3,287
	受診率	39.2%	37.5%	33.8%	33.8%	35.6%
特定保健指導	該当者数	543	506	443	450	455
	割合	14.7%	14.4%	13.8%	13.8%	13.8%
	実施者数	392	351	293	280	329
	実施率	72.2%	69.4%	66.1%	62.2%	72.3%

出典：糸満市保健事業計画(データヘルス計画)より抜粋



(図6) 年代別特定健診受診率の推移

出典：糸満市保健事業計画(データヘルス計画)より抜粋

2 前計画の評価

第2次計画の目標項目について、達成状況の評価を行いました。

達成項目は10項目、未達成が19項目となり、達成状況は31%となっています。

未達成の19項目のうち、特に、目標値を下回る、『がん検診受診率』、『メタボリックシンドロームの該当者・予備軍の減少』、『特定健康診査の実施率』、『糖尿病の血糖コントロール指標におけるコントロール不良者の割合の減少』、『20～60歳代男性の肥満者の割合の減少』、『40～60歳代女性の肥満者の割合の減少』、『生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合の減少』、『成人の喫煙率の減少』の8項目については課題だと考えます。

糸満市は肥満者割合が高い特徴があります。肥満(メタボリックシンドローム)は糖尿病や高血圧を引き起こし、心疾患、脳血管疾患などの循環器病の発症要因といわれており、生活習慣病の発症・重症化予防の取り組みは重要になります。そして、過度な飲酒、喫煙はがんのリスクを高める要因でもあることから、市民が自身のからだの状態を知り、健康行動に繋げる必要があるため、健診受診率及びがん検診受診率の向上に取り組んでいく必要があります(表5)

(表5)

第2次健康いとまん21後期計画の目標と達成状況

分野	項目	計画策定時 H28年度	R5年度	目標値	評価	備考
	①65歳未満の死亡率の減少(総数)	18.4%	12.2%	11.0%	未達成	
がん	①がん検診の受診率の向上					計画策定時は全市民を対象とした数値だが、H30年以降は国民健康保険対象者を対象として進捗管理している。(他の保険での健診機会があるため)
	・胃がん	男性 6.6% 女性 8.0%	男性 13.7% 女性 15.8%			
	・肺がん	男性 9.8% 女性 11.5%	男性 15.2% 女性 16.2%	40%	未達成	
	・大腸がん	男性 8.9% 女性 11.6%	男性 14.6% 女性 16.1%			
	・子宮頸がん	28.7%	16.8%	50%	未達成	
	・乳がん	22.4%	17.3%			
循環器疾患	①脳血管疾患・虚血性心疾患の死亡率の減少(10万人当たり)					
	・脳血管疾患	男性 61.6% 女性 68.7%	男性 56.0% 女性 29.8%	男性 41.6% 女性 24.7%	未達成	
	・虚血性心疾患	男性 65.1% 女性 37.7%	男性 65.9% 女性 33.1%	男性 31.8% 女性 13.7%	未達成	
	②高血圧の改善(140/90mmHg以上の者の割合)	30.5%	29.6%	減少傾向へ	達成	
	③脂質異常症の減少					
	・総コレステロール240mg/dl以上の者の割合	13.6%	12.3%	13%	達成	
	・LDLコレステロール160mg/dl以上の者の割合	8.9%	8.9%	7.5%	未達成	
	④メタボリックシンドロームの該当者・予備軍の減少	40.7%	42.1%	減少傾向へ	未達成	
	⑤特定健康診査・特定保健指導の実施率の向上					
	・特定健康診査の実施率	37.6%	37.1%	60.0%	未達成	
糖尿病	・特定保健指導の終了率	69.2%	70.3%	60.0%	達成	
	①合併症(糖尿病腎症による年間透析導入患者数)の現状	8人	3人	減少	達成	
	②治療継続者の割合の増加	70.3%	68.6%	75%	未達成	
	③血糖コントロール指標におけるコントロール不良者の割合の減少 (HbA1cがNGSP値8.4%以上の者の割合の減少)	0.3%	1.1%	0.3%	未達成	
	④糖尿病有病者の増加の抑制(HbA1c6.5%以上の者の割合)	11.1%	10.1%	現状維持 又は減少	達成	

分野	項目	計画策定時 H28年度	R 5 年度	目標値	評価	備考
歯・口腔の健康	①乳幼児・学齢期のむし歯のない者の増加					
	・3歳児でむし歯がない者の割合の増加	73.3%	85.5%	80%以上	達成	
	・12歳児の一人平均むし歯数の減少	1.74歯	1.43歯	1.0歯未満	未達成	
	②過去1年間に歯科検診を受診した者の増加 (歯周疾患検診受診者数)	－	174人 (5.3%)	実施に向け検討	達成	H30年から歯周疾患健診実施
栄養・食生活	①適正体重を維持している者の増加（肥満、痩せの減少）					
	・20歳代女性のやせの者の割合の減少 (妊娠時のやせの者の割合)	22.0%	20.1%	20%	未達成	
	・全出生数中の低出生体重児の割合の減少	12.3%	12.9%	11.0%	未達成	
	・肥満傾向にある子どもの割合の減少 (小学5年生の中等度・高度肥満傾向児の割合)	男子 7.49 % 女子 5.69%	男子 16.3% 女子 12.7%	減少傾向へ	未達成	R5年の数値は軽度肥満も含む
	・20～60歳代男性の肥満者の割合の減少	40.8%	41.2%	28%	未達成	
	・40～60歳代女性の肥満者の割合の減少	33.7%	30.2%	19%	未達成	
身体活動	①運動習慣者の割合の増加	男性 25.4% 女性 20.9%	男性 28.2% 女性 26.2%	増加傾向へ	達成	
	②1件あたりの介護給付費の減少	69,689円	73,402円	減少傾向へ	未達成	
飲酒	①生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合の低減 (一日当たりの飲酒量が2合以上の者)	男性 25.3% 女性 7.1%	男性 26.7% 女性 8.9%	減少傾向へ	未達成	
喫煙	①成人の喫煙率の減少	男性 23.6% 女性 5.7%	男性 24.2% 女性 5.9%	減少傾向へ	未達成	
休養	①睡眠による休養を十分に取れていない者の割合の減少	33.2%	30.6%	現状維持 又は減少	達成	
健康の	①自殺者の減少(人口10万人あたり)	11.60%	11.19%	13%	達成	

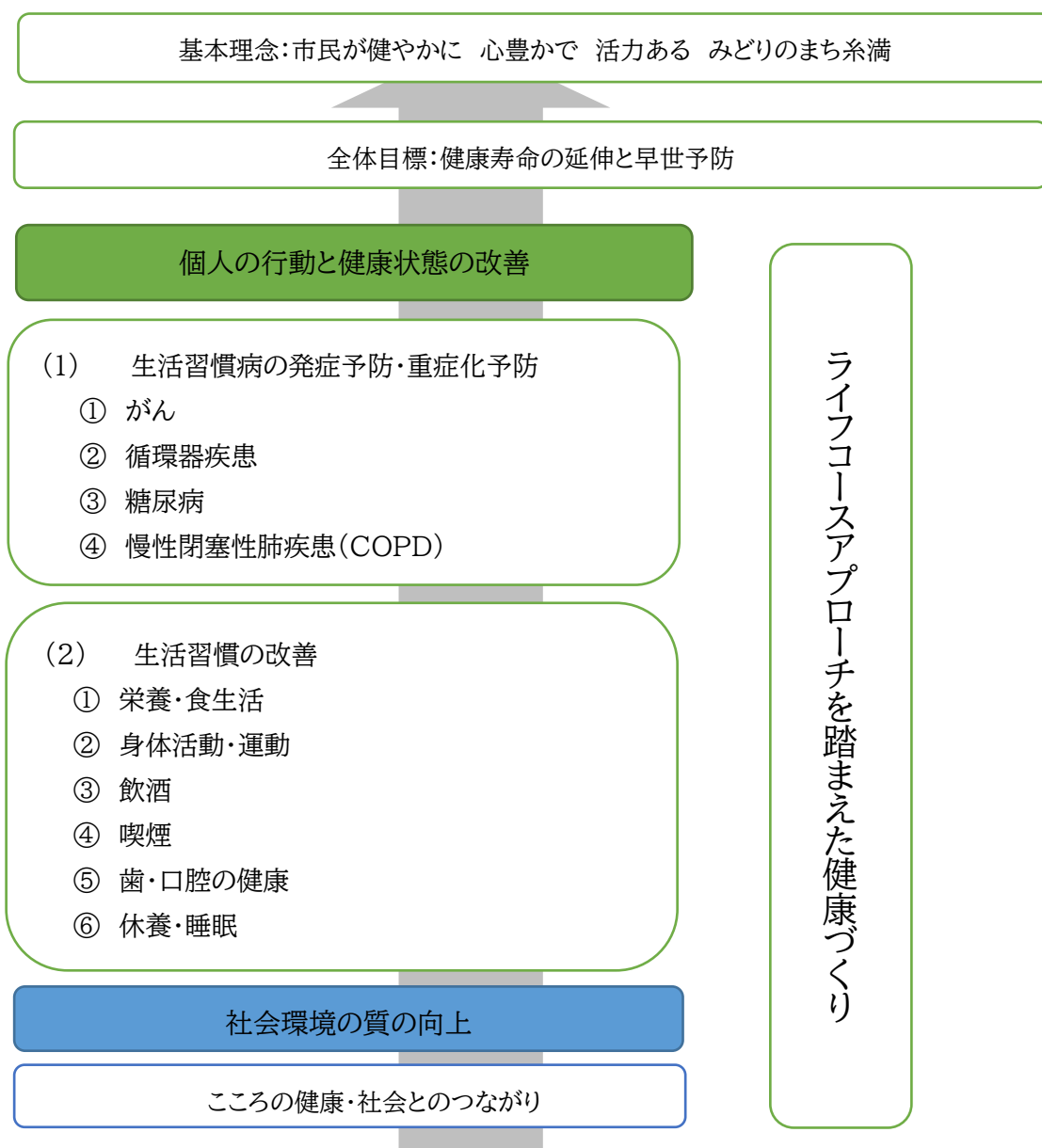
全29項目 達成10項目
未達成19項目

第3節 計画の基本的な考え方

「市民が健やかに 心豊かで 活力ある みどりのまち糸満」を基本理念とし、健康寿命の延伸と早世予防の全体目標の達成を目指し以下のとおり、糸満市の目指す健康づくりの基本的方向を定めます。

「個人の行動と健康状態の改善」、「社会環境の質の向上」、「社会のつながりところの健康」を基本的理念とし、各ライフステージに応じた健康づくりを引き続き推進します。

また、現在の健康状態は、これまでの自らの生活習慣や社会環境等の影響を受ける可能性や次世代の健康に影響を及ぼす可能性があることから、胎児期から高齢期に至るまでの人の生涯を経時的にとらえた健康づくりを意味する「ライフコースアプローチ」の考え方を踏まえて、健康づくりに関連する計画等とも連携し取り組みます。



全体目標

健康寿命の延伸

早世予防

ライフコースアプローチを踏まえた健康づくりに関する市民の取り組みと市の取り組み

ライフステージ			妊娠期(胎児期)	乳幼児期・学齢期 (0～18 歳)	青年期 (19～39 歳)	壮年期・前期高齢者 (40～74 歳)	後期高齢者 (75 歳以上)
生活習慣病の発症予防・重症化予防	がん	評価指標			がん検診受診率の向上		
		市民の取組	妊婦健診を受診し、健康状態を把握します		健診(検診)を受けて、健康状態を把握します		
		市の取組	妊婦健康診査の受診勧奨に取り組みます	各種健診の実施と受診勧奨	各種がん検診の実施と受診勧奨に努めます がん等の疾患に関する知識の普及啓発に努めます		がん検診の受診状況を確認し、 受診勧奨を行います
	循環器疾患	評価指標			特定健診・特定保健指導率の向上 脳血管・虚血性心疾患の医療費割合の維持 高血圧・脂質異常症の改善		
		市民の取組	妊娠中、産後の血圧に留意します	乳幼児健診や学校健診を受診し、 健康状態を確認します	健診を毎年受診し、健康状態を確認します		長寿健診を受診し、健康状態を 確認します
		市の取組	妊娠期・産後の栄養指導・保健 指導を実施していきます	乳幼児健診を実施します 毎年、学校医等によって学校健診を 実施します	各種健診の機会を提供し、疾患の早期発見に努めます。各種健診の 受診勧奨に努めます		長寿健診結果より生活習慣病ハイ リスク者を訪問し、保健・栄養指導、 フレイル予防指導を実施します
	糖尿病	評価指標			糖尿病有病者・血糖コントロール不良者の減少 糖尿病性腎症による透析者導入の減少		
		市民の取組	妊娠中、産後の血糖値に 留意します	乳幼児健診や学校健診を受診し、 健康状態を確認します	健診を毎年受診し、健康状態を把握します。生活習慣を見直すことで 生活習慣病の発症予防・重症化予防をします		長寿健診を受診し、健康状態を 確認します
		市の取組	妊娠期・産後の栄養指導・保健 指導を実施していきます	乳幼児健診を実施します 毎年、学校医等によって 学校健診を実施します	各種健診の機会を提供し、疾患の早期発見に努めます。各種健診の 受診勧奨に努めます		長寿健診結果より生活習慣病 ハイリスク者を訪問し、保健・栄養指 導、フレイル予防指導を実施します
	慢性閉塞性肺 疾患(COPD)	評価指標			成人の喫煙率の減少		
		市民の取組	タバコの害から赤ちゃんを 守ります	タバコの身体への影響を理解し、 未成年で喫煙はしません	タバコを吸わないようにします		
		市の取組	妊娠をきっかけとした禁煙を 推進します	保健の授業でタバコの害について 学習していきます	禁煙デーなどタバコの害についての普及啓発に取り組みます		禁煙に関する相談指導等に取り 組めます
生活習慣の改善	栄養・食生活	評価指標	若年女性のやせの減少 低出生体重児の減少	肥満傾向にある子どもの割合 の減少	肥満者の減少		低栄養傾向の高齢者の減少 肥満傾向の高齢者の減少
		市民の取組	妊娠期の望ましい体重増加量を 理解し、バランスの良い食生活を します	規則正しい食習慣が身に 付くよう、親子で取り組みます	食事バランスを意識して、適正体重を維持するよう心がけます		食事バランスを意識して、肥満や 低栄養にならないようにします
		市の取組	親子健康手帳交付時に全数 栄養指導を実施します	乳幼児健診で全数栄養指導を 行い、正しい食生活、習慣の普及に 努めます	健診受診者への生活習慣病(特に栄養・食生活)に関する正しい知識を 周知します		通いの場等において高齢期の食事 について相談業務等を行います

ライフステージ			妊娠期(胎児期)	乳幼児期・学齢期 (0～18 歳)	青年期 (19～39 歳)	壮年期・前期高齢者 (40～74 歳)	後期高齢者 (75 歳以上)
生活習慣の改善	身体活動・運動	評価指標			運動習慣者の増加		運動機能の改善
		市民の取組		身体を動かす習慣づくりに努めます	自分に合った運動習慣を身につけます		生活に適度な運動を取り入れます
		市の取組		身体活動・運動に関する正しい知識の普及啓発に努めます	身体活動・運動に関する正しい知識の普及啓発に努めます		介護予防・日常生活支援総合事業、一般介護予防事業を実施し心身機能の維持向上に取り組みます
	飲酒	評価指標	妊娠中の飲酒をなくす		生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の減少		
		市民の取組	アルコールの害から赤ちゃんを守ります	お酒の身体への影響を理解し、未成年での飲酒はしません	お酒は節度をもって適度を楽しみます(男性 1 日 2 合未満、女性 1 日 1 合未満。休肝日を設ける)		
		市の取組	妊娠期の禁酒の推進	保健の授業で飲酒の影響について学習していきます	適正飲酒量の普及啓発に努めます		飲 酒 に 関 す る 相 談 指 導 等 に 取 り 組 み ま す
	喫煙	評価指標	妊娠中の喫煙をなくす		成人の喫煙率の減少(再掲)		
		市民の取組	タバコの害から赤ちゃんを守ります	タバコの害から子どもを守ります	タバコは吸わず、受動喫煙をしない・させないようにします		
		市の取組	妊娠をきっかけとした禁煙の推進	乳幼児健診で喫煙の影響について普及啓発していきます	タバコの害についての啓発活動、禁煙を推進します		禁 煙 に 関 す る 相 談 指 導 等 に 取 り 組 み ま す
	歯・口腔の健康	評価指標		乳 幼 児 ・ 学 齢 期 の う 歯 の な い も の の 増 加	歯周病健診の受診者増加 食後の歯磨き習慣のあるものの増加		咀嚼良好な高齢者の増加
		市民の取組	妊娠中に歯科健診を受けます	食べたら歯をみがくを習慣化します	定期的に歯科検診を受けることで、自分の口腔の状態を把握します		高齢になってもきちんと噛めるように必要な治療に努めます
		市の取組	妊娠期の歯科保健の正しい知識の普及啓発に努めます	乳幼児健診での歯科保健指導、フッ素塗布を実施します	歯周病検診の実施、歯科保健指導等の充実に努めます		口腔フレイルについて講話及び相談業務を行っています
	休養・睡眠	評価指標		就寝時間の遅いこどもの減少		睡眠で休養取れている者の増加	
		市民の取組		早寝早起きを親子で心がけます		睡眠による休養をしっかりとります	
		市の取組		乳幼児健診を通じて規則正しい生活リズムを推奨していきます		睡眠時間と健康リスクの関係性の正しい知識の普及啓発に努めます	
こころの健康・社会とのつながり		評価指標	自殺率の低下				週 1 回以上外出している高齢者の割合
		市民の取組	一人で抱え込まずに周囲の人や専門機関に相談します	心配事や悩みがあったら身近な大人に相談します	仕事や子育ての不安や悩みは、一人で悩まず周囲の人や専門の機関に相談します		いろいろな人とのつながりを大切に積極的に社会参加します
		市の取組	安心して妊娠・出産期を過ごせるよう支援します	いのちの大切さ等の教育を行えるよう、教職員の資質向上のための研修に取り組みます	こころの健康相談を実施し、窓口の周知に努めます		通いの場等におけるフレイル予防教室にて、高齢者の社会参加を促進します

第4節 健康づくりの推進

1.健康寿命の延伸と早世予防

【現状と課題】

○健康寿命とは健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間を意味しており、個人の生活の質の低下を防ぐだけでなく、医療費や介護給付費の軽減等も期待できることから、健康寿命を延ばすことを全体目標と掲げます。

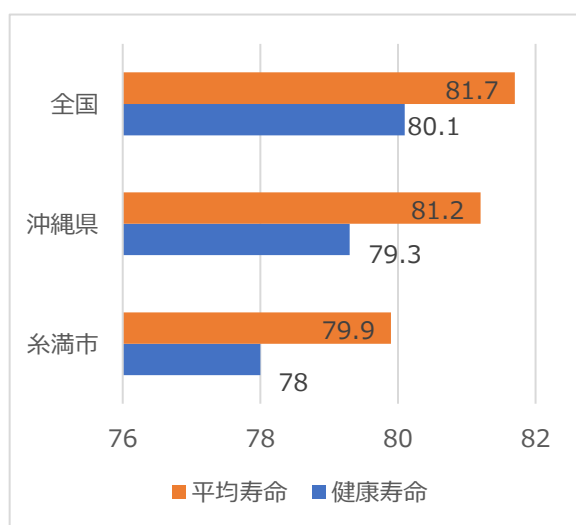
○糸満市の健康寿命は令和4(2022)年度には男女ともに全国に比べて2歳程度の差があり、短い状況になっています。(表6)

○糸満市では令和4(2022)年度の平均寿命と健康寿命の差は男性で1.9年、女性で3.8年となっており、全国と比べると差が大きい状況です。(図7、8)

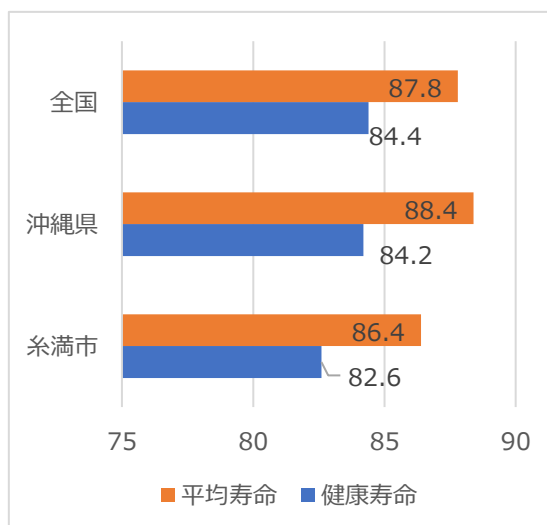
(表6)健康寿命の推移

		R1年	R2年	R3年	R4年
男性	全 国	79.6 歳	79.8 歳	79.9 歳	80.1 歳
	沖縄県	78.6 歳	79.3 歳	79.0 歳	79.3 歳
	糸満市	77.3 歳	78.1 歳	78.0 歳	78.0 歳
女性	全 国	84.0 歳	84.0 歳	84.2 歳	84.4 歳
	沖縄県	83.8 歳	83.6 歳	84.1 歳	84.2 歳
	糸満市	83.0 歳	82.7 歳	82.7 歳	82.6 歳

出典:国保データベースシステム(KDB)



(図7)平均寿命と健康寿命の比較(男性)



(図8)平均寿命と健康寿命の比較(女性)

出典:国保データベースシステム(KDB)

○沖縄県は 65 歳未満の働き盛り世代の死亡率が全国一高いことが課題とされていますが、糸満市も県と同様に 65 歳未満の死亡率、特に男性の死亡割合が高い状況となっています。(表 7)

(表 7)65 歳未満の死亡の割合

		H30 年度	R1年度	R2 年度	R3 年度	R4 年度
	全 国	12.2%	11.9%	11.7%	11.2%	10.6%
男性	沖縄県	20.5%	19.2%	19.0%	18.3%	16.8%
	糸満市	22.3%	23.9%	23.4%	18.3%	17.4%
	全 国	6.6%	6.4%	6.4%	6.0%	5.7%
女性	沖縄県	10.8%	10.6%	10.5%	9.4%	9.0%
	糸満市	11.8%	12.4%	8.4%	11.3%	6.4%

出典：人口動態統計

【指標及び目標値】

指標	ベースライン(R4)	目標値	データソース
健康寿命の延伸	男性 78.0 歳 女性 82.6 歳	延伸	KDBシステム
65 歳未満死亡者数の割合	男性 17.4% 女性 6.4%	県平均以下	人口動態統計

2.個人の行動と健康状態の改善

2.1 生活習慣病の発症予防・重症化予防

(1)がん

【現状と課題】

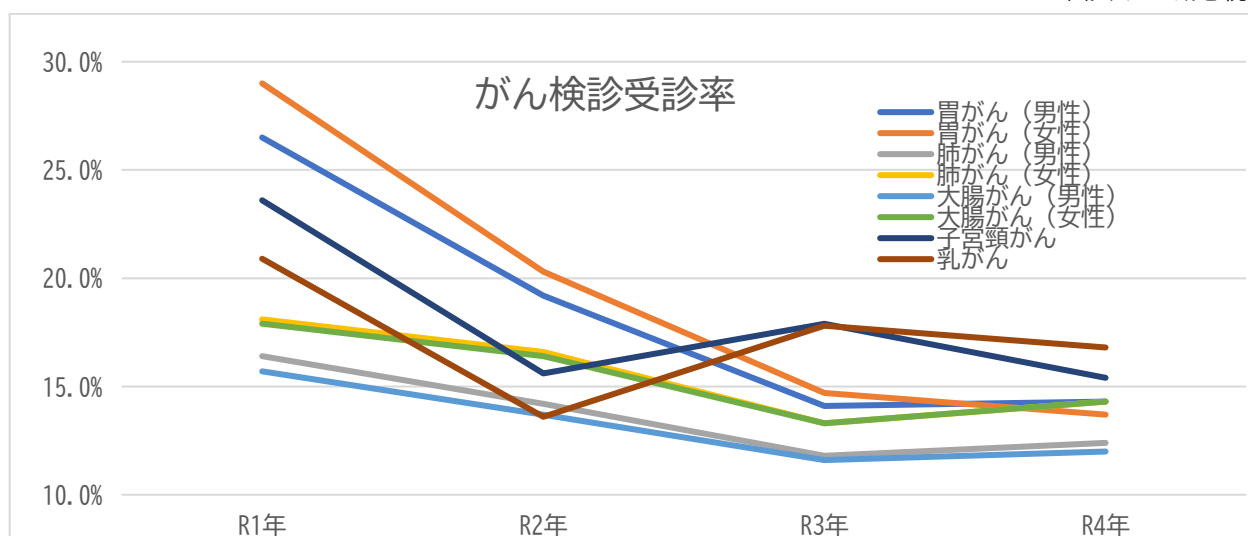
○糸満市の悪性新生物(がん)による死亡率は全死亡の約4分の1を占めており、糸満市の死亡原因の1～2位となっている状況です。(表 8)

○市で検診を実施している胃がん・肺がん・大腸がん・子宮がん・乳がんの5つのがんはこれまでの研究で、罹患率や死亡率が高い一方で検診を行うことで死亡率を下げる効果があることが確認されています。がんによる死亡、治療などによる生活の質の低下を減らすには早期発見・早期治療が重要で、がん検診はそのカギを握りますが、糸満市のがん検診の受診率はコロナ禍の影響もあり令和 2(2020)年に向けて減少し、その後は横ばいとなっています。(図 9)

(表 8)糸満市の死因

H30 年度		R1年度		R2 年度		R3 年度		R4 年度	
循環器疾患	24.8%	悪性新生物	23.2%	悪性新生物	25.3%	悪性新生物	26.4%	悪性新生物	24.9%
悪性新生物	23.9%	循環器疾患	20.6%	循環器疾患	20.1%	循環器疾患	23.6%	循環器疾患	18.3%
呼吸器疾患	15.5%	呼吸器疾患	14.8%	呼吸器疾患	11.4%	その他	9.5%	その他	16.3%
その他	8.8%	その他	12.1%	その他	9.6%	呼吸器疾患	8.6%	老衰	15.9%
消化器系疾患	8.6%	老衰	11.1%	老衰	8.5%	老衰	8.2%	呼吸器疾患	9.7%

出典:人口動態統計



(図 9)がん検診受診率

出典:地域保健・健康増進事業報告

【指標及び目標値】

指標	ベースライン(R4)	目標値	データソース
がん検診の受診率	胃がん(男性) 14.3%	25%	地域保健・健康増進事業報告
	胃がん(女性) 13.7%		
	肺がん(男性) 12.4%		
	肺がん(女性) 14.3%		
	大腸がん(男性) 12.0%		
	大腸がん(女性) 14.3%		
	子宮がん 15.4%		
	乳がん 16.8%		

【取組】

■市民の取組

- ・妊婦健診を受診し、健康状態を把握します。
- ・健診(検診)を受けて、健康状態を把握します。

■市の取組

妊娠期(胎児期)

- ・妊婦健康診査の受診勧奨に努めます。(健康推進課)

乳幼児期・学齢期

- ・予防接種の機会の提供に努めます。(健康推進課)
- ・ポスター、チラシを関係施設への掲示、設置します。(保育こども園課)
- ・子育て支援センターにて、ポスター等の掲示による事業の啓発活動を継続して取り組み、利用者対応時に、検診受診を促すよう引き続き努めます。(こども未来課)
- ・たばこの害等について非行防止教室で周知を行います。(学校教育課)
- ・「病気の予防」についての学習を保健体育の授業にて実施します。(学校教育課)

青年期・壮年期・前期高齢者

- ・がん等の疾患に関する知識の普及に努めます。(健康推進課)
- ・各種がん検診の実施と受診勧奨に努めます。(健康推進課)
- ・健康推進課と連携し、各団体への検診受診勧奨の調整協力を行います。(障害福祉課)
- ・手続き時検診事業についてチラシを用い周知します。(国民健康保険課)
- ・保健指導員が被保護者に対し、面談、電話、訪問を通し検診受診勧奨を行います。特に、健康状態が不透明である者や前年度未受診の者、何かしらの症状がある者を優先にして取り組みます。重症化予防が必要な者については、理解を深めてもらうようパンフレットを用いて説明し、また、他関連部署とも連携を図ります。(社会福祉課)
- ・各種スポーツイベント等(ヨガ、ウエイトトレーニング教室等)を通して、がん及び検診受診の周知(健診パンフレットの配布)を図ります。(観光・スポーツ振興課)

後期高齢者

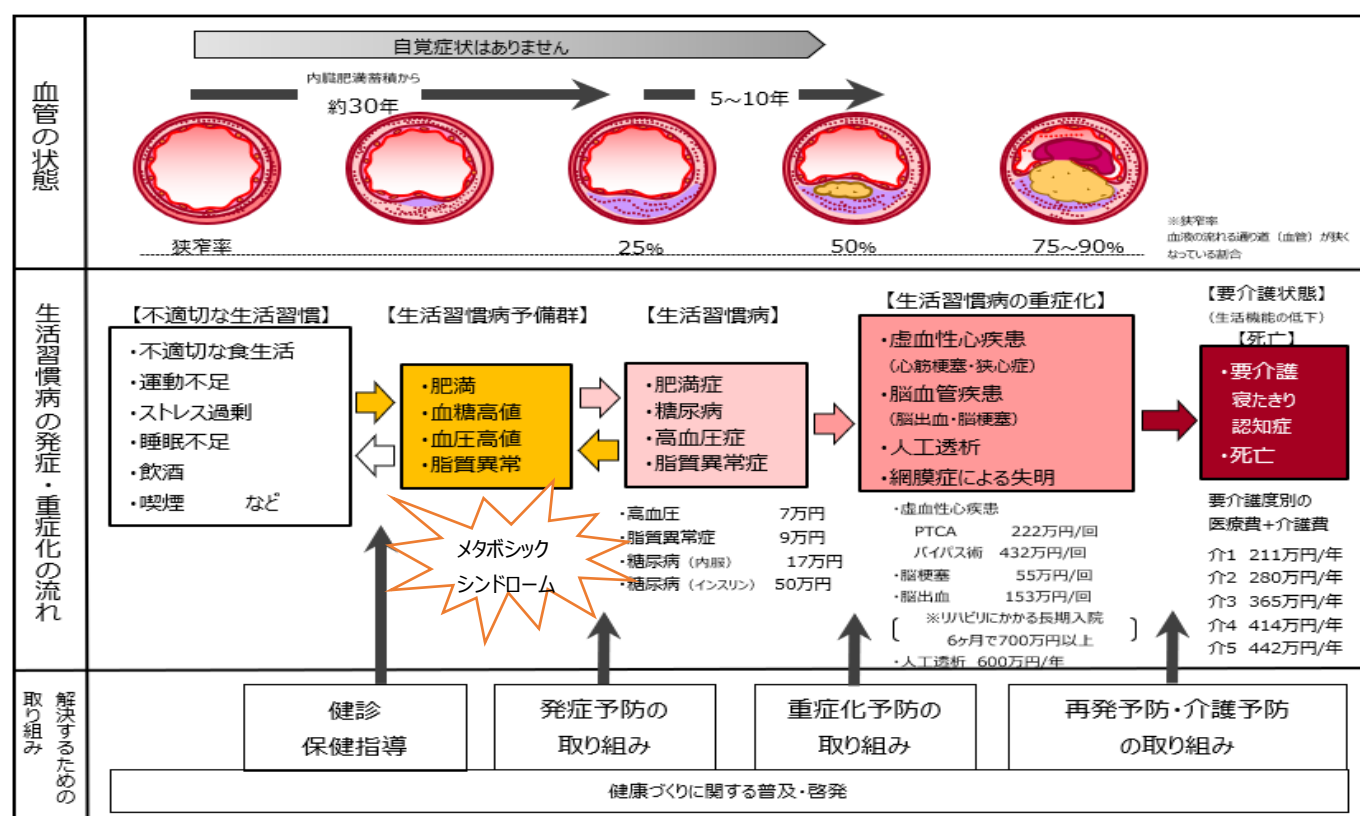
- ・保健指導、栄養指導の実施時、また通いの場等におけるフレイル予防教室をとおして検診の受診状況を確認し、受診勧奨を行っていきます。(介護長寿課)

(2)循環器疾患

【現状と課題】

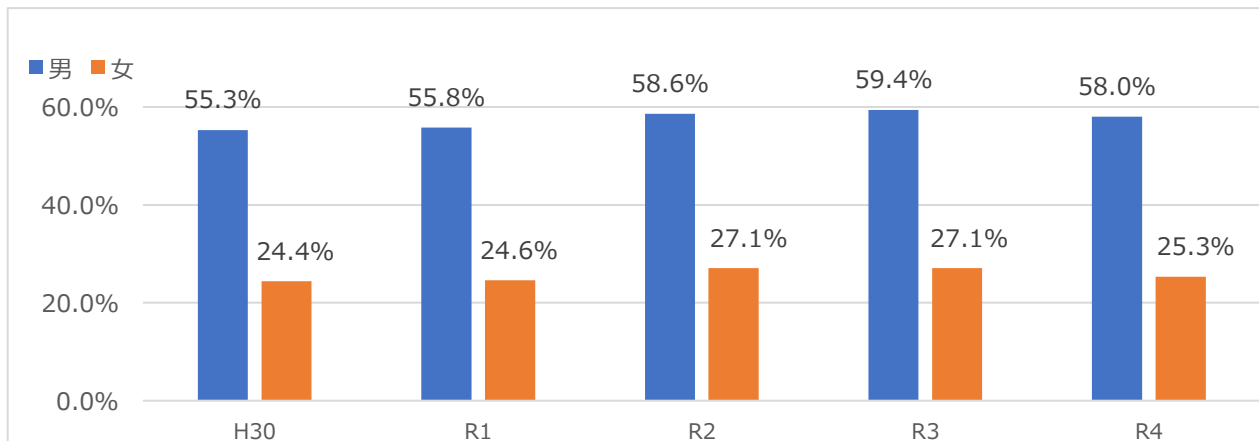
- 糸満市の令和4(2022)年度の死因第2位は心疾患や脳血管疾患等の循環器疾患です。
(表8)

- 循環器疾患等は内臓肥満に高血圧・高血糖・脂質代謝異常が組み合わさるメタボリックシンドロームがあると引き起こされやすくなります。メタボリックシンドロームは生活習慣の積み重ねによるものです。生活習慣の改善を促すためには、特定健診を受診し、市民自身が自分の健康課題を把握することが必要になりますが、本市の特定健診の受診率は国の目標値である 60％に対して、令和4(2022)年度の健診受診率は35.6％と低い状態となっています。(表 4、図 10)
- 健診受診者の中で、メタボリックシンドローム該当者及び予備軍の割合は男性で 50％を超え、女性も25％を超える状況です。(図 11)
- 循環器疾患の危険因子である高血圧の者のうちⅡ度高血圧(収縮期血圧 160mmHg 以上、もしくは拡張期血圧 100mmHg以上)の者は健診受診者の 5～6％ほどになっています。LDL コレステロール値 160mg/dl 以上の者の割合は平成 30(2018)年から徐々に減少してきています。(図 12、13)
- 医療費が高額となる疾患、6 か月以上の長期入院となる疾患、人工透析となる疾患及び介護認定者の有病状況の多い脳血管疾患及び虚血性心疾患、慢性腎不全の総医療費を抑えることを糸満市保健事業実施計画で目標としていますが、本計画でも同様の目標を設定します。高齢化に伴い、脳、心臓、腎臓の 3 つの臓器の血管も傷みやすくなり、医療費の抑制が困難であることから医療費の伸びを抑制し、最低限維持することを目標とします。(表 9)

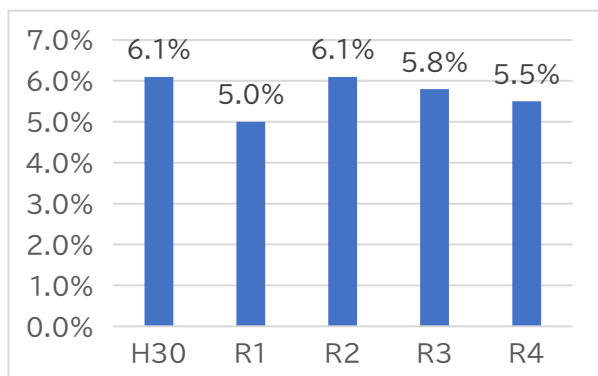


(図 10) 生活習慣病の発症と重症化予防の流れ

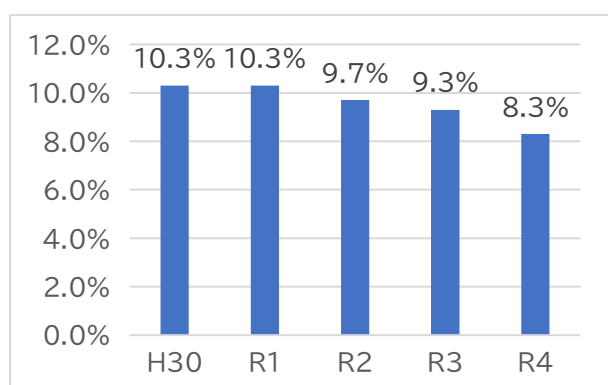
出典：糸満市保健事業実施計画（データヘルス計画）より抜粋



(図 11)健診受診者のメタボリックシンドローム該当者及び予備軍



(図 12)健診受診者のⅡ度高血圧以上の者



(図13)健診受診者の診受診者のLDL160mg/dl以上

出典：糸満市保健事業実施計画(データヘルス計画)より抜粋

(表 9)医療費の推移

		糸満市		同規模	県	国
		H30年度	R4年度	R4年度	R4年度	R4年度
被保険者数(人)		16,317人	15,570人	--	--	--
	前期高齢者割合	4,367人 (26.8%)	5,018人 (32.2%)	--	--	--
総医療費		53億3748万円	57億9235万円	--	--	--
一人あたり医療費(円)		327,112 県内9位 同規模123位	372,020 県内7位 同規模92位	366,294	318,310	339,680
入院	1件あたり費用額(円)	526,640	612,320	610,160	634,340	617,950
	費用の割合	49.8	49.9	40.5	46.4	39.6
	件数の割合	4.6	4.3	2.7	3.4	2.5
外来	1件あたり費用額	25,600	27,650	24,470	25,820	24,220
	費用の割合	50.2	50.1	59.5	53.6	60.4
	件数の割合	95.4	95.7	97.3	96.6	97.5
受診率		552.843	576.478	739.503	560.174	705.439

出典：糸満市保健事業実施計画(データヘルス計画)より抜粋

【指標及び目標値】

指標	現状値(R4)	目標値	データソース
特定健診受診率	35.6%	60%	法定報告値
特定保健指導実施率	72.3%	60%	法定報告値
メタボリックシンドローム予備軍・該当者の減少	41.7%	減少	特定健診結果 (保険者データヘルス支援システム)
Ⅱ度高血圧(160mmHg/100mmHg以上の者)の割合	5.5%	減少	特定健診結果 (保険者データヘルス支援システム)
脂質異常症(LDL コレステロール160mg/dl以上の者)の割合	8.4%	減少	特定健診結果 (保険者データヘルス支援システム)
脳血管疾患の総医療費に占める割合	2.34%	維持	KDBシステム
虚血性心疾患の総医療費に占める割合	1.24%	維持	KDBシステム

【取組】

■市民の取組

- ・妊娠中、産後の血圧に留意します。
- ・乳幼児健診や学校健診を受診し、健康状態を確認します。
- ・健診を毎年受診し、健康状態を確認します。
- ・長寿健診を受診し、健康状態を確認します。

■市の取組

妊娠期(胎児期)

- ・妊娠期・産後の栄養指導・保健指導を実施していきます。(健康推進課)

乳幼児期・学齢期

- ・公立こども園、法人こども園、法人保育園において、毎年園医による健診を実施していきます。(保育こども園課)
- ・子育て支援センターにて、健診受診率向上に関する広報活動を継続して取り組んでいきます。また、利用者対応時に、健診受診を促すよう努めていきます。(こども未来課)
- ・市立小中学校で学校保健委員会を開催し、地域保健関係者(保健師や管理栄養士)等と情報共有を図ります。(学校教育課)
- ・毎年、学校医等によって学校健診を実施します。(学校教育課)

青年期・壮年期・前期高齢者

- ・各種健診の機会を提供し、疾患の早期発見に努めます。受診勧奨も継続的に取り組んでいきます。(健康推進課)
- ・生活習慣病に関する正しい知識の普及啓発に努めます。(健康推進課)
- ・重症化予防のために継続した保健指導を実施します。(健康推進課)
- ・健康推進課と連携し、各団体への健診受診勧奨の調整協力を行います。(障害福祉課)

- ・手続き時健診事業についてチラシを用い周知します。(国民健康保険課)
- ・保健指導員が被保護者に対し、面談、電話、訪問を通し受診勧奨を行います。特に、健康状態が不明である者や前年度未受診の者、何かしらの症状がある者を優先にして取り組みます。重症化予防が必要な者については、理解を深めてもらうようパンフレットを用いて説明します。また、他関連部署とも連携を図ります。(社会福祉課)

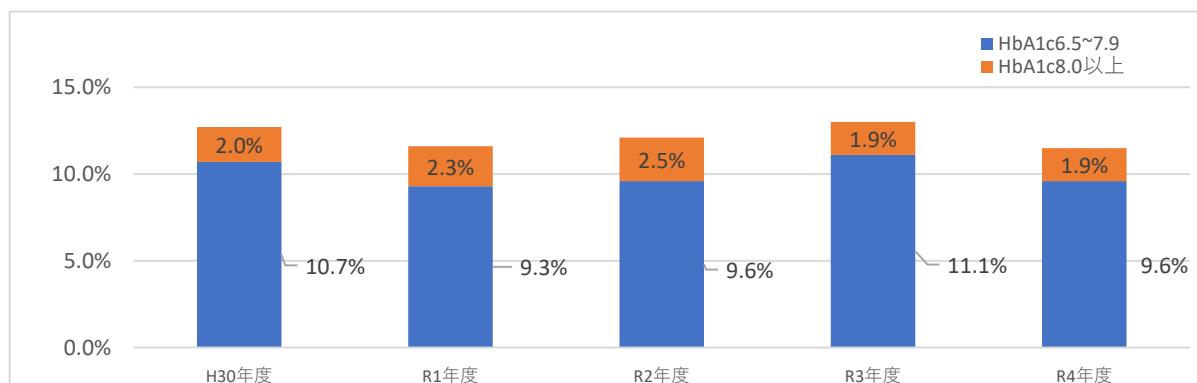
後期高齢者

- ・長寿健診の結果より生活習慣病ハイリスク者を抽出して訪問し、保健指導、栄養指導、フレイル予防指導を実施し、直近 1 年以内に医療保険、介護保険サービスの利用がなく長寿健診未受診の方へアウトリーチ支援を行い、必要に応じて地域包括支援センターや医療機関等につなげています。また、他関連部署とも連携を図ります。(介護長寿課)

(3)糖尿病

【現状と課題】

- 糖尿病はインスリンの働きが不足し血糖が高い状態が続く疾病で、重症化すると人工透析が必要になったり、失明、足の壊疽による下肢切断が必要になったりするなど重篤な合併症を引き起こす場合があります。また、脳卒中や急性心筋梗塞などの発症リスクも高くなります。糖尿病は食生活や運動、飲酒などの生活習慣の改善により発症の予防ができ、たとえ発症したとしても医療機関を受診し適切にコントロールを行うことで進行や合併症を予防することができます。合併症予防の観点から HbA1c の目標値は 7%未満が望ましいとされていますが、低血糖などの副作用、その他の理由で治療の強化が難しい場合は 8%未満を目指すこととなっています。
- 糸満市の健診受診者のうち、HbA1c6.5%以上の者は令和4年度で 11.5%となっています。沖縄県は令和4(2022)年度で 8.3%、全国は 7.3%(厚生労働省NDBオープンデータ)となっていることから、全国や沖縄県に比べて高いことがわかります。また、HbA1c8.0%以上のコントロール不良者は毎年 2%前後と横ばい傾向が続いています。(図 14)
- 糖尿性腎症の新規透析導入者は横ばいで推移しています。生活習慣の改善により透析導入をできるだけ遅らせることが重要です。(表 10)



(図14)健診受診者の HbA1c6.5%以上の者

(表 10)新規人工透析患者数

		H30年度	R1年度	R2年度	R3年度	R4年度
新規透析導入者数	人(a)	9	8	10	7	9
腎炎・その他	人(b)	1	5	4	4	4
	(b/a)	11.1%	62.5%	40.0%	57.1%	44.4%
糖尿病	人(c)	8	3	6	3	5
	(c/a)	88.9%	37.5%	60.0%	42.9%	55.6%
うち糖尿病性腎症	人(d)	3	2	1	3	3
	(d/a)	33.3%	25.0%	10.0%	42.9%	33.3%

出典：糸満市保健事業実施計画(データヘルス計画)より抜粋

○今まで糖尿病を指摘されたことがなく、妊娠中に初めて指摘された糖代謝異常を妊娠糖尿病と言います。妊娠糖尿病は、もともとの遺伝的な素因に加え、過食・肥満・運動不足等の生活習慣等が影響し、発症のリスクを高めると言われています。糸満市においては県の割合を下回っているものの、令和元(2019)年から5年間で2倍と増加している状況です。妊娠糖尿病の既往がある人は、将来2型糖尿病を発症しやすい素因を持っているので、妊娠期からの生活習慣改善への取り組みが必要となります。(表 11)

(表11)糸満市の妊娠糖尿病の割合

	R1 年度	R2 年度	R3 年度	R4 年度	R5 年度
糸満市	1.0%	1.0%	1.1%	1.4%	2.1%
沖縄県	1.7%	1.8%	1.8%	2.0%	2.5%

出典：妊婦健康診査結果

【指標及び目標値】

指標	ベースライン(R4)	目標値	データソース
糖尿病有病者(HbA1c6.5%以上の者)の割合	11.5%	減少	健診結果 (保険者データヘルス支援システム)
血糖コントロール不良者(HbA1c8.0%以上の者)の割合	1.9%	減少	健診結果 (保険者データヘルス支援システム)
糖尿病性腎症による新規透析導入者の割合	33.3%	減少	レセプト情報

【取組】

■市民の取組

- ・妊娠中、産後の血糖値に留意します。
- ・乳幼児健診や学校健診を受診し、健康状態を確認します。

- ・健診を毎年受診し、健康状態を把握します。生活習慣を見直すことで生活習慣病の発症予防・重症化予防をします。
- ・長寿健診を受診し、健康状態を確認します。

■市の取組

妊娠期(胎児期)

- ・親子健康手帳交付時の全数面談実施。妊娠糖尿病の発症予防に向けた栄養指導及び保健指導を行います。(健康推進課)
- ・マタニティ教室で妊婦健診の経過を基に体重管理や食生活等、生活習慣改善に対する保健指導を行います。(健康推進課)
- ・ハイリスク妊婦については個別での栄養指導、保健指導を実施します。(健康推進課)
- ・こんにちは赤ちゃん訪問等で、糖尿病発症予防について食生活や適性体重等の保健指導を行います。(健康推進課)

乳幼児期・学齢期

- ・子育て支援センターにて、健診受診率向上に関する広報活動を継続して取り組んでいきます。また、利用者対応時に、健診受診を促すよう努めていきます。(こども未来課)
- ・公立こども園、法人こども園、法人保育園において、毎年園医による健診を実施します。(保育こども園課)
- ・市立小中学校で学校保健委員会を開催し、地域保健関係者(保健師や管理栄養士)等と情報共有を図ります。(学校教育課)
- ・毎年、学校医等によって学校健診を実施します。(学校教育課)

青年期・壮年期・前期高齢者

- ・各種健診の機会を提供し、疾患の早期発見に努めます。受診勧奨も継続的に取り組んでいきます。(健康推進課)
- ・生活習慣病に関する正しい知識の普及啓発に努めます。(健康推進課)
- ・重症化予防のために継続した保健指導を実施します。(健康推進課)
- ・健康推進課と連携し、各団体への健診受診勧奨の調整協力を行います。(障害福祉課)
- ・手続き時健診事業についてチラシを用い周知します。(国民健康保険課)
- ・保健指導員が被保護者に対し、面談、電話、訪問を通し受診勧奨を行います。特に、健康状態が不明である者や前年度未受診の者、何かしらの症状がある者を優先にして取り組みます。重症化予防が必要な者については、理解を深めてもらうようパンフレットを用いて説明します。また、他関連部署とも連携を図ります。(社会福祉課)

後期高齢者

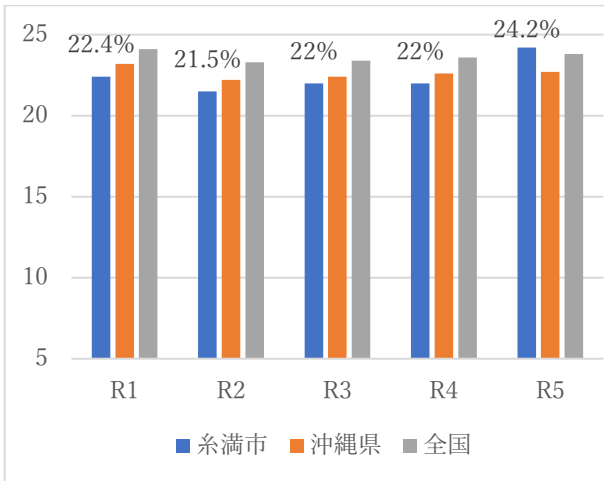
- ・長寿健診の結果より生活習慣病ハイリスク者を抽出して訪問し、保健指導、栄養指導、フレイル予防指導を実施します。直近 1 年以内に医療保険、介護保険サービスの利用がなく長寿健診未受診の方へアウトリーチ支援を行い、必要に応じて地域包括支援センターや医療機関等につなぎまた、他関連部署とも連携を図ります。(介護長寿課)

(4)慢性閉塞性肺疾患（COPD）

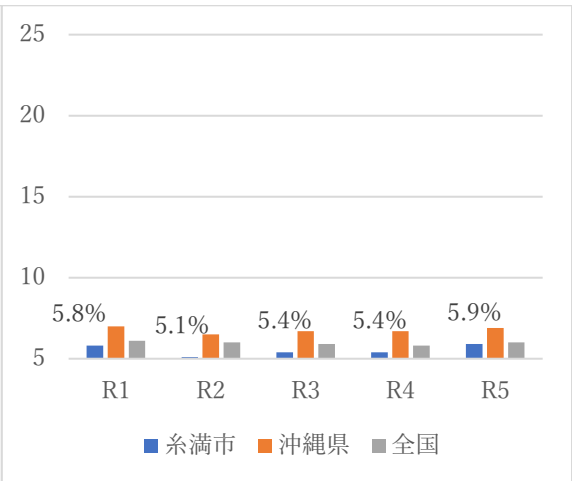
【現状と課題】

○慢性閉塞性肺疾患(COPD)とは、たばこの煙などの有害物質を習慣的に吸い込むことにより、肺に持続的な炎症が生じる病気です。主な症状として咳・痰・息切れ、重症化すると酸素療法が必要となり、循環器疾患や骨粗鬆症、うつ病との合併や栄養障害によるサルコペニアからフレイルを引き起こすことがあることから予防が必要です。慢性閉塞性肺疾患(COPD)の原因の多くは喫煙です。「禁煙」によって発症を予防し、また進行を阻止することができる病気です。

○糸満市の喫煙率は横ばいで経過しています。女性と男性を比べると、男性の喫煙率が高い状態が続いており、今後も喫煙対策や禁煙への取り組みが必要です。(図 15、16)



(図 15) 喫煙している割合(男性)



(図16) 喫煙している割合(女性)

出典:国保データベースシステム(KDB)

【指標及び目標値】

指標	ベースライン(R4)	目標値	データソース
喫煙している割合	男性 24.2%	男性 20%	KDB システム
	女性 5.9%	女性 4%	

【取組】

■市民の取組

- ・タバコの害から赤ちゃんを守ります。
- ・タバコの身体への影響を理解し、未成年での喫煙はしません。
- ・タバコを吸わないようにします。

■市の取組

妊娠期(胎児期)

- ・妊娠をきっかけとした禁煙を推進していきます。(健康推進課)
- ・タバコの害についての普及啓発、禁煙の推進に努めます。(健康推進課)

乳幼児期・学齢期

- ・中学校で「喫煙・飲酒・薬物乱用と健康」について保健の授業で学習し、正しい知識の普及啓発に努めます。(学校教育課)
- ・青少年センターにおいて、夜間パトロールを実施し、喫煙させない環境の整備に努めます。(学校教育課)

青年期・壮年期・前期高齢者

- ・禁煙デーなどの機会を利用し、タバコの害についての普及啓発活動に取り組んでいきます。(健康推進課)
- ・保健事業の様々な場面での禁煙の推進に努めます。(健康推進課)
- ・禁煙に関するポスターの掲示を行います。(障害福祉課)
- ・国保の掲示板に、禁煙に関するポスターを掲示します。(国民健康保険課)
- ・被保護者の喫煙者に対して、一日の喫煙量、喫煙年数、禁煙に取り組んだことがあるかを確認し、喫煙が及ぼす影響について、パンフレットを用いて説明します。また、希望があれば健康推進課と連携し禁煙外来の情報提供を行います。(社会福祉課)

後期高齢者

- ・各種事業の実施をととして、禁煙に関する相談指導等に取り組めます。(介護長寿課)

2.2 生活習慣の改善

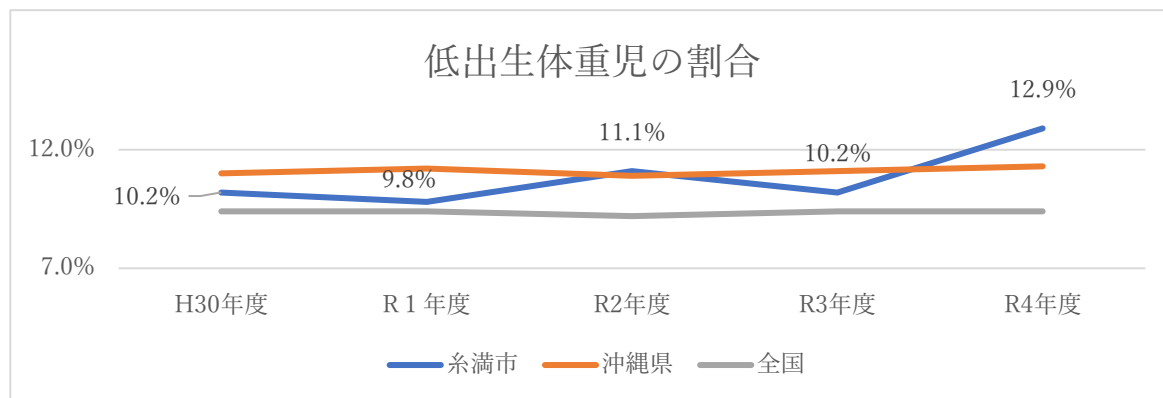
(1)栄養・食生活

【現状と課題】

- 低体重による出生は心血管疾患や生活習慣病リスクを増加させると言われています。低出生体重児が生まれる原因はさまざまです。母体側に妊娠高血圧症候群、常位胎盤早期剥離、子宮頸管無力症、前置胎盤、絨毛膜羊膜炎のような感染症などがあげられます。またやせすぎも危険因子となると言われているため適正体重を維持することが大切です。妊娠中の生活習慣との関連も指摘され、妊娠中に喫煙していると低出生体重児になるリスクを増加させると言われています。本市の低出生体重児の割合は年度によってばらつきがありますが、全国に比べて高い傾向が続いています。(図 17)
- 妊娠 20 週以降に初めて高血圧症を発症したものを妊娠高血圧症と言い、重症化すると胎児発育不全や胎盤機能不全等、母体や胎児に様々な影響を及ぼす恐れがあります。糸満市における割合は、ほぼ横ばいとなっています。(表 12)

○親子健康手帳交付時のBMIを見ると、やせが12～15%の一方で、肥満も13～18%存在します。(図18)

○糸満市の20代、30代の女性のやせは令和4(2022)年度19.0%で、沖縄県の16.7%(国保連合会健診データ)よりも高い数値となっています。(図19、20)



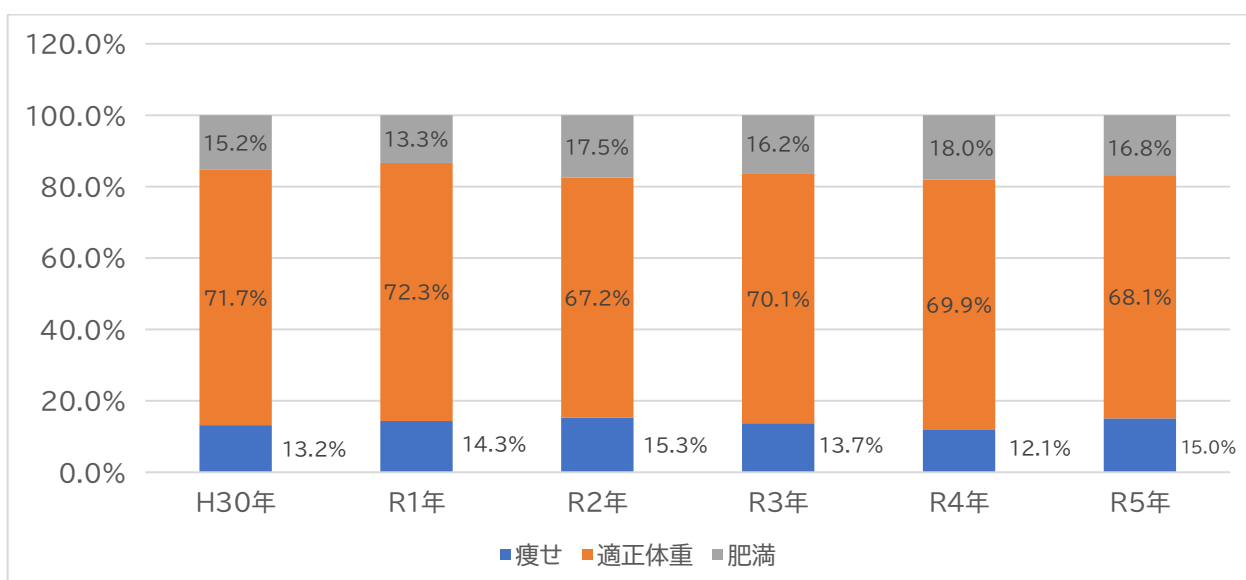
(図17) 低出生体重児の割合

出典:人口動態統計

(表12)妊娠高血圧症の割合

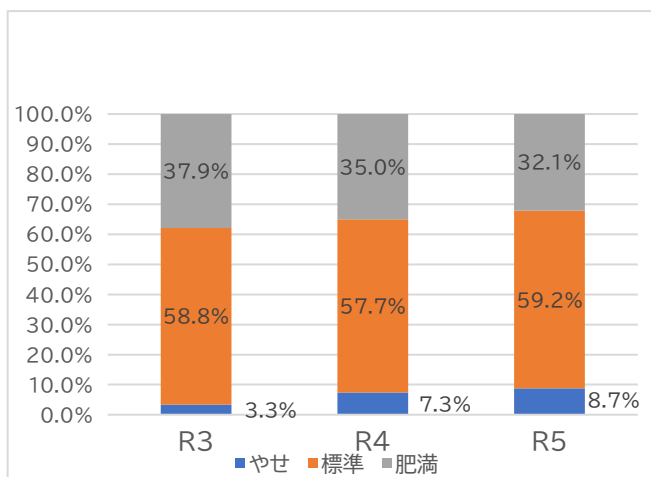
	R1 年度	R2 年度	R3 年度	R4 年度	R5 年度
糸満市	0.1%	0.1%	0.1%	0.3%	0.2%
沖縄県	0.2%	0.2%	0.2%	0.2%	0.2%

出典:妊婦健康診査結果

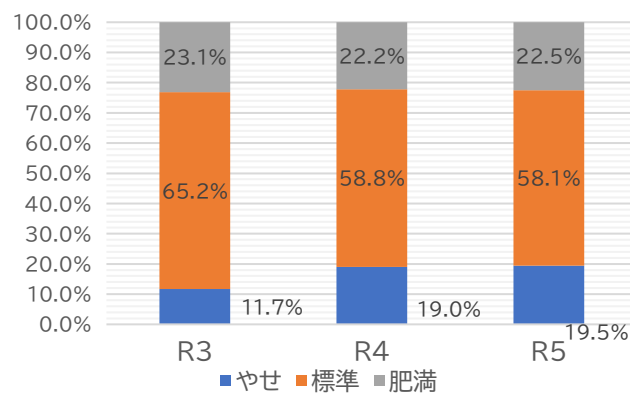


(図18) 親子健康手帳発行時のBMI

出典:親子手帳問診票アンケート



(図 19) 20・30 代健診結果(男性)



(図 20) 20・30 代健診結果(女性)

出典:糸満市一般健診

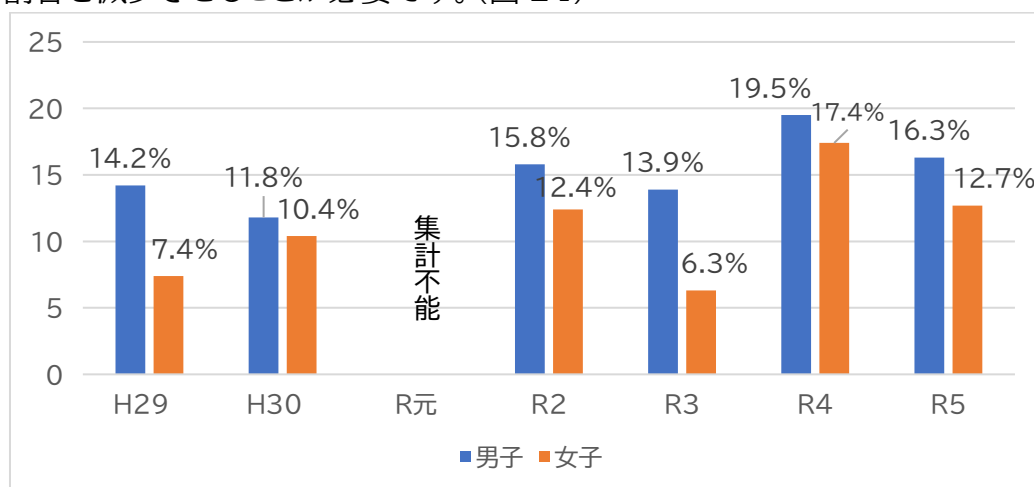
○肥満はメタボリックシンドロームを引き起こし、生活習慣病のリスクとなり、糖尿病や心筋梗塞、脳卒中等の生活習慣病を引き起こす重大なリスクとなります。

肥満傾向にある子どもの割合は、小学5年生においては男女とも令和3(2021)年度から令和4(2022)年度は増加し令和5(2023)年度はやや減少したものの高い数値となっています。将来の生活習慣病予防に向け、乳幼児の保護者に対して食生活や生活習慣病の指導を行うことが必要です。(図 21)

○20・30代の40歳未満の肥満者は男性で32.1%、女性で22.5%と若年層からの肥満も多い状況です。(図 19、20)

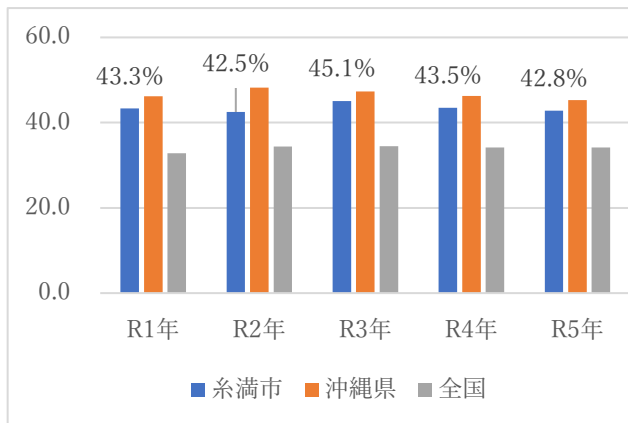
○40歳から74歳の肥満者の割合については、男女ともに減少傾向にあり、沖縄県においても減少していますが、全国に比べるとまだ高い傾向にあります。(図 22、23)

○低栄養傾向の高齢者の割合は横ばいで推移、肥満(BMI25以上)の高齢者割合は減少傾向にあります。高齢者にとって低体重は様々な健康障害に直結する危険性や虚弱(フレイル)状態となり要介護に至る可能性が高くなります。また肥満については生活習慣病発症予防のためにも割合を減少させることが必要です。(図 24)

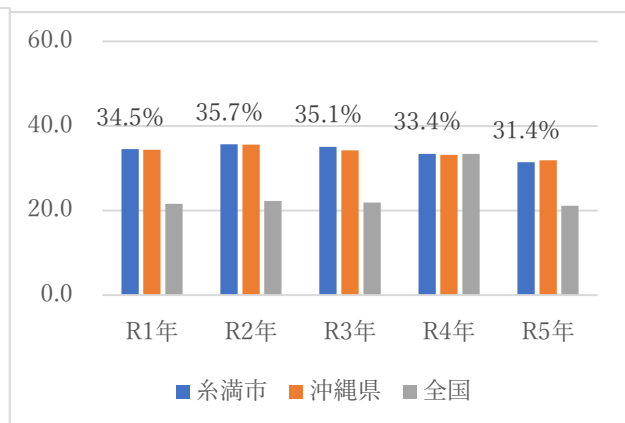


(図 21) 肥満度 20%以上の割合(小5)

出典:市内児童生徒の健康状態

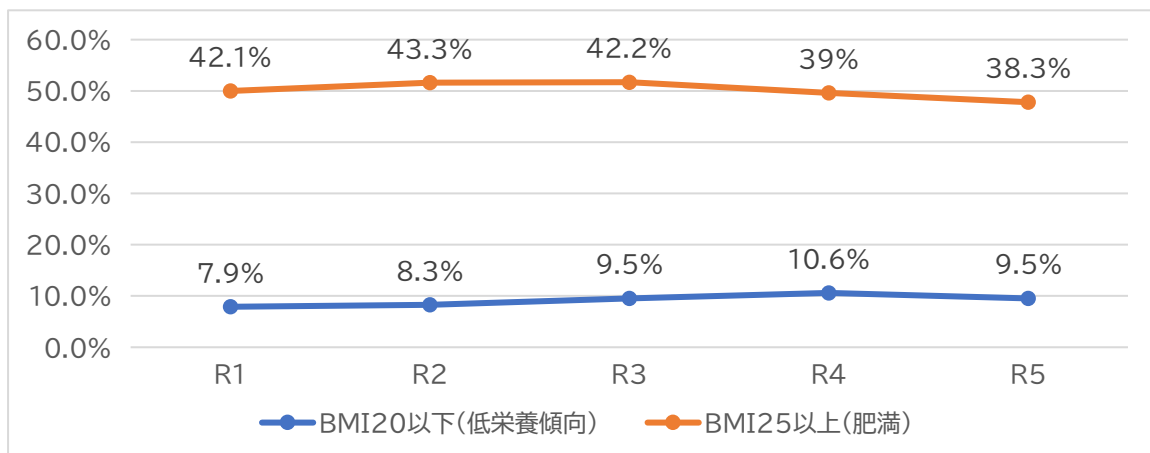


(図 22) 肥満者の割合(40～74歳男性)



(図23) 肥満者の割合(40～74 歳女性)

出典:国保データベースシステム(KDB)



(図24) 高齢者の体格(肥満・低栄養)割合

出典:国保・後期データベースシステム(KDB)

【指標及び目標値】

指標	ベースライン(R5)	目標値	データソース
低出生体重児の割合	12.9%(R4)	減少	人口動態統計
若年女性のやせ(BMI18.5 未満)の割合	19.5%	15%	糸満市一般健診結果
肥満傾向にある子ども割合(小5)	男子 16.3% 女子 12.7%	減少	糸満市内児童生徒健康状態(市内養護教諭研究会)
20～39 歳の肥満者の割合	男性 32.1% 女性 22.5%	男性 22% 女性 16%	糸満市一般健診結果
40～74 歳の肥満者の割合	男性 42.8% 女性 31.4%	男性 35% 女性 25%	KDBシステム
低栄養傾向(BMI20 以下)の高齢者(75 歳以上)の割合	9.5%	7.5%	KDB システム
肥満(BMI25 以上)の高齢者(75 歳以上)の割合	38.3%	34.3%	KDB システム

【取組】

■市民の取組

- ・妊娠期の望ましい体重増加量を理解し、バランスの良い食生活をします。
- ・規則正しい食習慣が身に付くよう、親子で取り組みます。
- ・食事バランスを意識して、肥満にならないように気を付けます。
- ・食事バランスを意識して、肥満や低栄養にならないようにします。

■市の取組

妊娠期(胎児期)

- ・親子健康手帳交付時に全数面談を実施し、妊娠高血圧症や妊娠糖尿病の発症予防に向けた栄養指導及び保健指導を行います。(健康推進課)
- ・マタニティ教室で妊婦健診の経過を基に、体重管理や食生活等、生活習慣改善に対する保健指導を行います。(健康推進課)
- ・ハイリスク妊婦については、個別での栄養指導、保健指導を実施します。(健康推進課)
- ・こんにちは赤ちゃん訪問等で、糖尿病発症予防についての食生活や適正体重等の保健指導を行います。(健康推進課)

乳幼児期・学齢期

- ・乳幼児健診で全数栄養指導を行い、正しい食生活・食習慣の普及に努めます。(健康推進課)
- ・子育て支援センターにて、健康推進課と連携し、離乳食講座を行い、「食」に関する学びの場、そして食事・健康に関する相談ができる機会を提供します。また、沖縄県歯科衛生士会による「歯と口の健康講座」も行い、乳児期から口内環境について考える機会も提供します(こども未来課)
- ・食事計画を作成し、成長に合わせた給食の提供をします。保護者面談や毎日の登降園の送迎時、連絡等を通じて家庭での食事の状況を把握、食を通した保護者への支援を行います。(給食展示、給食だよりの発行、食育講演会など)。(保育こども園課)
- ・栄養教職員による食育授業を実施していきます。(学校教育課)

青年期・壮年期・前期高齢者

- ・健診受診者への生活習慣病(特に栄養・食生活)に関する正しい知識の周知に努めます。(健康推進課)
- ・沖縄県後期高齢者医療広域連合より事業を受託している「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業」の適正執行に向け、介護長寿課と相互の情報提供を行い、連携を図ります。(国民健康保険課)

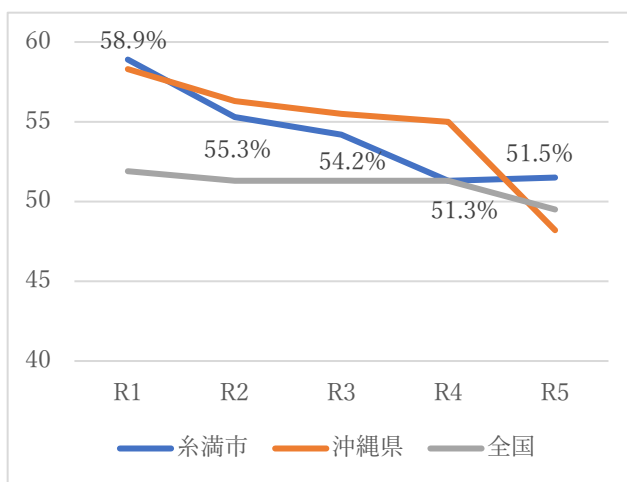
後期高齢者

- ・長寿健診の結果及び後期高齢者の質問票より低栄養や生活習慣病のハイリスク者を抽出し、訪問による生活実態の把握及びパンフレットを使用し栄養指導を実施します。また、通いの場等において高齢期の食事についての講話、相談業務を行っていきます。(介護長寿課)

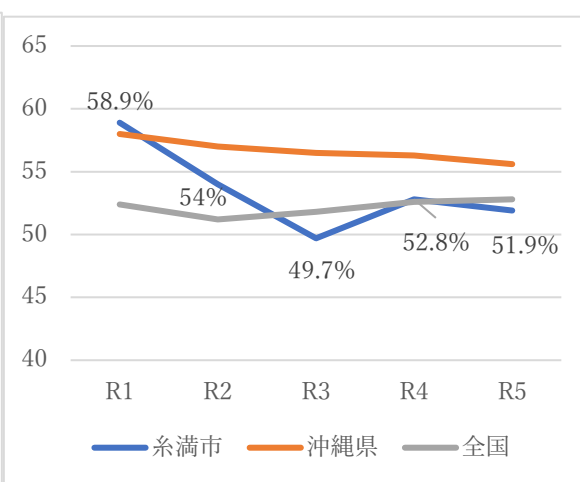
(2) 身体活動・運動

【現状と課題】

- 身体活動量を増やすことは、生活習慣病の発症や加齢に伴う生活機能の低下(ロコモティブシンドロームや認知症等)のリスクを下げることに繋がります。また、気分転換やストレス解消になることでメンタルヘルス不調の一次予防としても効果があります。
- 糸満市の特定健診受診者の問診票から「日常生活において1日1時間以上の歩行、または同等の運動をしている者の割合」「1回30分以上の運動を週2日以上、1年以上実施している者の割合」を見ると、特に男性で年々低下していることがわかります。(図25、26)
- 近年、児童・生徒の体力・運動能力の低下が大きな課題となっています。体力・運動能力の低下傾向に歯止めはかかりつつあるものの、体力水準が高かった昭和60年代と比較すると依然として低い水準に留まっており、日常的にスポーツに取り組む子どもとスポーツに全く取り組んでいない子どもの二極化も進んでいるといわれています。
そのため、子どもたちが多種多様なスポーツ・運動に親しむ機会の提供が必要と思われます。

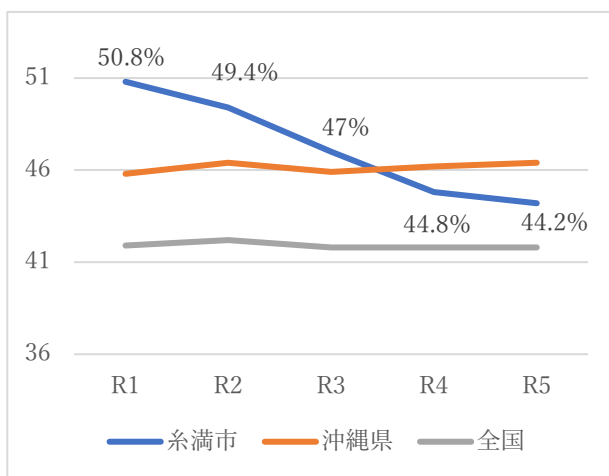


(図25) 日常生活において1日1時間以上歩いている者の割合(男性)

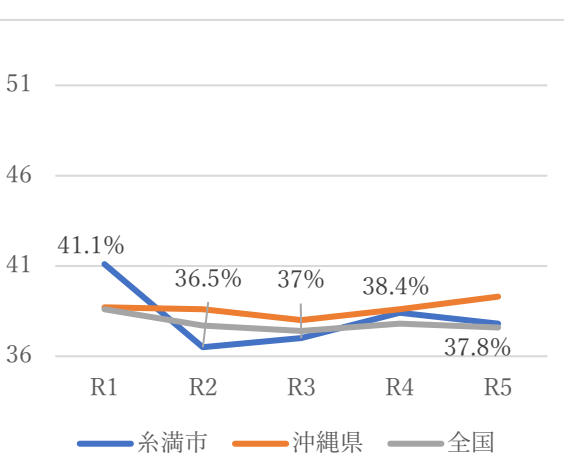


(図26) 日常生活において1日1時間以上歩いている者の割合(女性)

出典:国保データベースシステム(KDB)



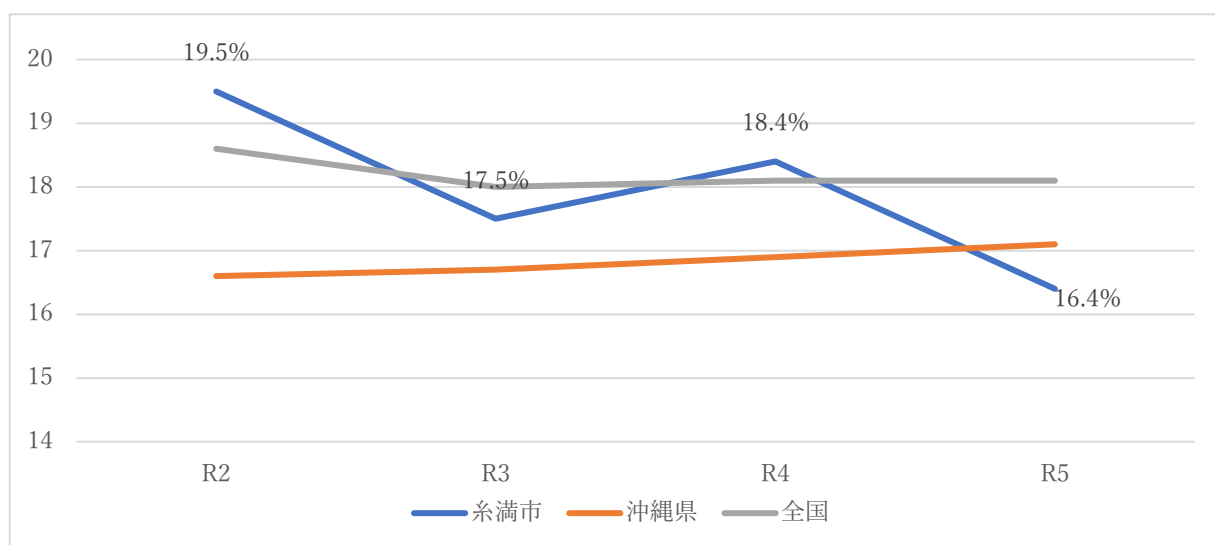
(図27) 運動習慣者の割合(男性)



(図28) 運動習慣者の割合(女性)

出典:国保データベースシステム(KDB)

- 高齢期には、複数の慢性疾患への罹患や加齢による身体の衰え、認知機能の低下等により、フレイルに陥りやすく、認知症の発症も懸念されます。
- 高齢者の足腰の痛みは、活動量の低下や運動機能の低下をきたし、ロコモティブシンドロームの発症や悪化をもたらします。
- 糸満市では1年間に転んだことのある高齢者の割合は横ばいで推移していましたが、令和 5（2023）年度に関しては県や全国と比較しても低い割合になっています。今後も関節症の発症や進行の危険因子である肥満や生活習慣病予防、運動機能低下予防も含めた健康づくり・介護予防が必要となります。（図 29）



（図 29） この1年間に転んだことのある高齢者の割合（75歳以上）

出典：国保データベースシステム（KDB）

【指標及び目標値】

指標	ベースライン(R5)	目標値	データソース
日常生活において1日1時間以上歩いている者の割合	男性 51.5% 女性 51.9%	60%	KDBシステム
運動習慣者(1回30分以上の運動を週2日以上、1年以上実施)の割合	男性 44.2% 女性 37.8%	50%	KDBシステム
「全国体力・運動能力、生活習慣等調査」における総合評価(小学生)(※1)	A(R3)	A	全国体力・運動能力、生活習慣等調査
「全国体力・運動能力、生活習慣等調査」における総合評価(中学生)(※1)	C(R3)	B	全国体力・運動能力、生活習慣等調査
この1年間に転んだことのある高齢者の割合	16.4%	減少	KDBシステム

※1 「全国体力・運動能力、生活習慣等調査」における総合評価：

全国平均との比較...A：全国平均以上/B：マイナス5ポイント以内/C：マイナス5ポイント超

【取組】

■市民の取組

- ・身体を動かす習慣づくりに努めます。
- ・自分に合った運動習慣を身につけます。
- ・生活に適度な運動を取り入れます。

■市の取組

乳幼児期・学齢期

- ・身体活動・運動に関する正しい知識の普及啓発に努めます。(健康推進課)
- ・学習指導要領に基づき、児童・生徒の発達段階に応じた体育、保健体育授業に取り組みます。(学校教育課)

青年期・壮年期・前期高齢者

- ・身体活動・運動に関する正しい知識の普及啓発に努めます。(健康推進課)
- ・保健指導にて運動の重要性について伝えていきます。(健康推進課)
- ・障がい者の健康増進となるよう障がい者が参加できるスポーツ大会への参加促進の支援を行います。(障害福祉課)
- ・幼児から障がい者とライフステージに合った運動・スポーツの習慣化を図ります。(観光・スポーツ振興課)
- ・被保護者又はケースワーカーから保健指導員へ運動教室等に関する情報に関する相談があった場合は、健康推進課と連携し、情報提供をします。(社会福祉課)

後期高齢者

- ・介護予防・日常生活支援総合事業、一般介護予防事業を実施し、各提供事業所と連携しながら、疾患管理と心身機能の維持向上に取り組みます。また、長寿健診の結果及び後期高齢者の質問票より身体フレイルのハイリスク者を抽出し訪問を実施、通いの場等でフレイル予防講話を実施していきます。(介護長寿課)

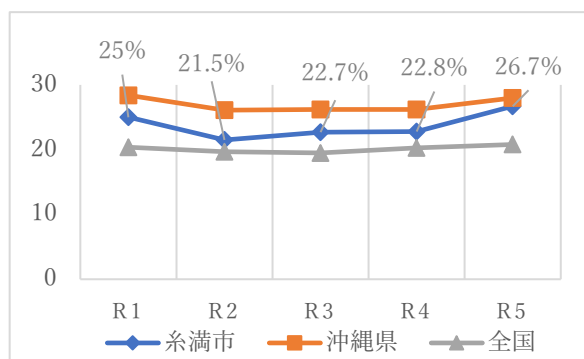
(3) 飲酒

【現状と課題】

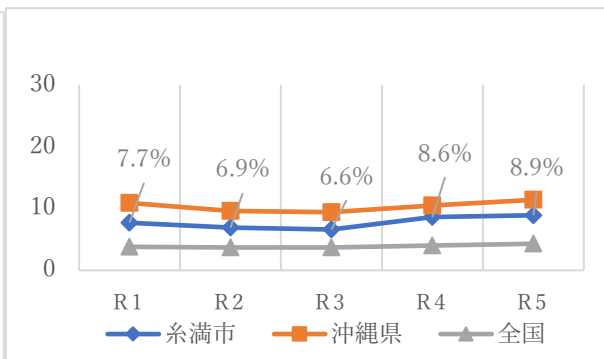
- アルコールは様々な健康障害との関連が指摘されており、アルコール性肝障害、膵炎等の臓器障害、高血圧、心血管障害、がん等に深く関連します。加えて、不安やうつ、自殺、事故といったリスクとも関連が報告されています。
- 健康日本 21 では「生活習慣病のリスクを高める量」を1日の平均純アルコール摂取量が男性で 40g以上、女性で 20g以上と定義しており飲酒に関連する多くの健康問題の危険性は1日平均飲酒量とともにほぼ直線的に上昇すること、生活習慣病を防ぐためには飲酒量は低ければ低いほど良いことが示されています。今後も、生活習慣病予防に努めるため飲酒による健康障害などの情報提供を行い、割合を減少させていく必要があります。

○糸満市の1日の飲酒量が2合以上の者の割合は横ばいで推移していますが、男性の2合以上の飲酒割合は全国と比べ高い傾向にあります。(図 30、31)

○妊娠中の飲酒は、種々の奇形や胎児発育遅延が生じるリスクが高まります。糸満市では令和4(2022)年度からは妊娠中の飲酒割合は0%となっています。(表 13)



(図 30) 1日の飲酒量が2合以上の者の割合(男性)



(図 31) 1日の飲酒量が2合以上の者の割合(女性)

出典: 国保データベースシステム(KDB)

(表 13) 妊娠中の飲酒割合

H30 年度	R1年度	R2年度	R3年度	R4年度	R5年度
0.3%	0.4%	0.1%	0.6%	0%	0%

出典: 親子手帳問診アンケート

【指標及び目標値】

指標	ベースライン(R5)	目標値	データソース
妊娠中に飲酒している者の割合	0%	0%	親子手帳問診アンケート
1日の飲酒量が2合以上の者の割合	男性 26.7% 女性 8.9%	男性 20% 女性 6%	KDB システム

【取組】

■市民の取組

- ・アルコールの害から赤ちゃんを守ります。
- ・お酒の身体への影響を理解し、未成年での飲酒はしません。
- ・お酒は節度をもって適度に楽しみます。(男性 1 日 2 合未満、女性 1 日1合未満。休肝日を設ける)

■市の取組

妊娠期(胎児期)

- ・妊娠期の禁酒の推進に取り組みます。(健康推進課)

乳幼児期・学齢期

- ・中学校で「喫煙・飲酒・薬物乱用と健康」について保健の授業で学習し、正しい知識の普及啓発に努めます。(学校教育課)
- ・青少年センターにおいて、夜間パトロールを実施し、飲酒させない環境の整備に努めます。(学校教育課)

青年期・壮年期・前期高齢者

- ・適正な飲酒量の知識普及に努めます。(健康推進課)
- ・適正飲酒量等の相談があった場合は、保健指導員が面談を行い飲酒量及び体調を確認します。また、必要時には医療機関と連携を図ります。(社会福祉課)

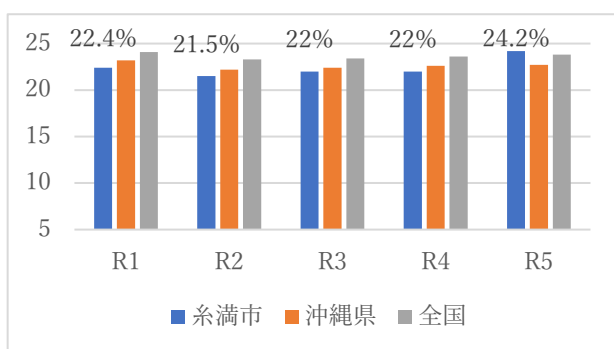
後期高齢者

- ・各種事業の実施をととして、飲酒に関する相談指導等に取り組みます。(介護長寿課)

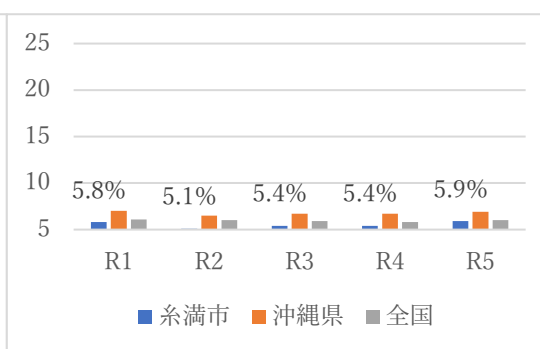
(4) 喫煙

【現状と課題】

- 喫煙は肺がん以外にも各種がんや COPD、生活習慣病の発症を高める要因となっています。
- 成人喫煙率は令和4(2022)年度まで横ばいで経過していましたが令和5(2023)年度には増加しています。(図 32、33)
- 喫煙率を減少させるためには、禁煙希望者を禁煙外来につなげるとともに、加熱式たばこを含む喫煙や受動喫煙が健康に与える影響についての情報提供や啓発が必要です。
- 妊娠中の喫煙や受動喫煙は、早産や低出生体重児として生まれる危険性や、出産後の乳幼児突然死症候群(SIDS)、発育発達障害、慢性疾患(喘息など)の一因となることが示唆されています。本市の妊婦喫煙率はやや減少傾向にありますが、依然として喫煙者がいるのが現状です。(図 34)
- 3歳児健診での同居家族の喫煙率は、沖縄県よりも高い割合となっています。(図 35、36)

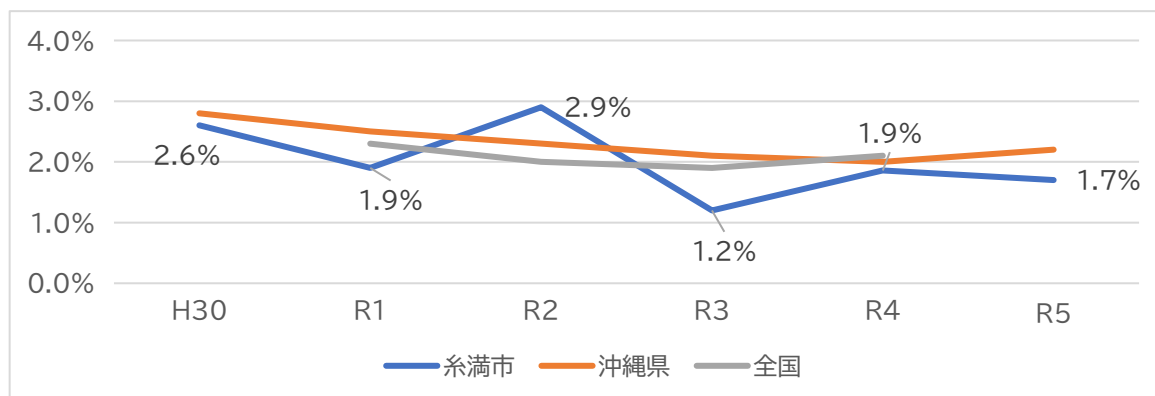


(図 32) 喫煙している割合(男性)



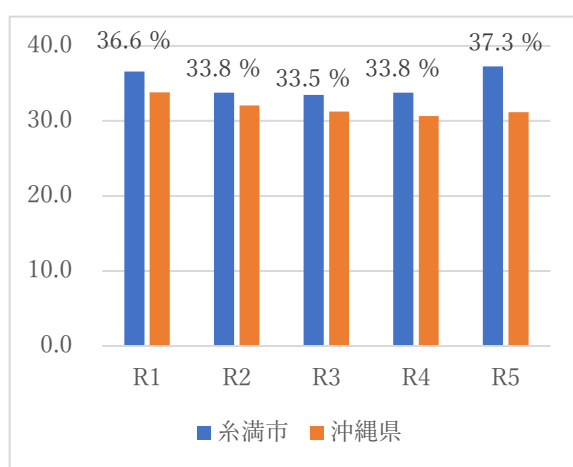
(図 33) 喫煙している割合(女性)

出典: 国保データベースシステム(KDB)

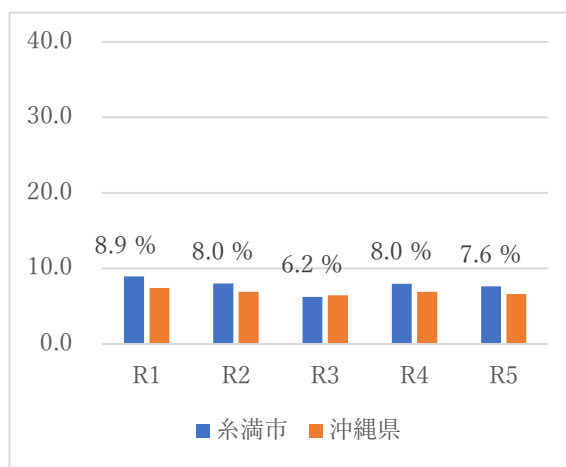


(図 34) 妊娠中の喫煙者の割合

出典:乳幼児健康診査報告書



(図 35) 3 歳児健診での父親の喫煙割合



(図 36) 3 歳児健診での母親の喫煙割合

出典:乳幼児健康診査報告書

【指標及び目標値】

指標	ベースライン(R5)	目標値	データソース
喫煙している割合 (再掲)	男性 24.2% 女性 5.9%	男性 20% 女性 4%	KDBシステム
妊娠中の喫煙率減少	1.9%	0%	乳幼児健康診査報告書
両親の喫煙率 (3 歳児健診)	父親 37.3% 母親 7.6%	父親 30% 母親 5%	乳幼児健康診査報告書

【取組】

■市民の取組

- ・タバコの害から赤ちゃんを守ります。
- ・タバコの害から子どもを守ります。
- ・タバコは吸わず、受動喫煙をしない・させないようにします。

■市の取組

妊娠期(胎児期)

- ・妊娠をきっかけとした禁煙(妊婦・パートナー)を推進します。(健康推進課)
- ・タバコの害(喫煙・受動喫煙)についての普及啓発、禁煙の推進に努めます。(健康推進課)

乳幼児期・学齢期

- ・乳幼児健診でのタバコの害(副流煙等の受動喫煙)についての知識の普及啓発、禁煙の推進に努めます。(健康推進課)
- ・中学校で「喫煙・飲酒・薬物乱用と健康」について保健の授業で学習し、正しい知識の普及啓発に努めます。(学校教育課)
- ・青少年センターにおいて、夜間パトロールを実施し、喫煙させない環境の整備に努めます。(学校教育課)

青年期・壮年期・前期高齢者

- ・禁煙デーなどの機会を利用し加熱式タバコを含むタバコの害(喫煙・受動喫煙)についての啓発活動に取り組みます(健康推進課)
- ・保健事業の様々な機会において禁煙の推進・受動喫煙の防止に努めます。(健康推進課)
- ・国保の掲示板に、禁煙に関するポスターを掲示します。(国民健康保険課)
- ・被保護者の喫煙者に対して、一日の喫煙量、喫煙年数、禁煙に取り組んだことがあるかを確認します。喫煙が及ぼす影響について、パンフレットを用いて説明します。また、希望があれば健康推進課と連携し、禁煙外来の情報提供を行います。(社会福祉課)

後期高齢者

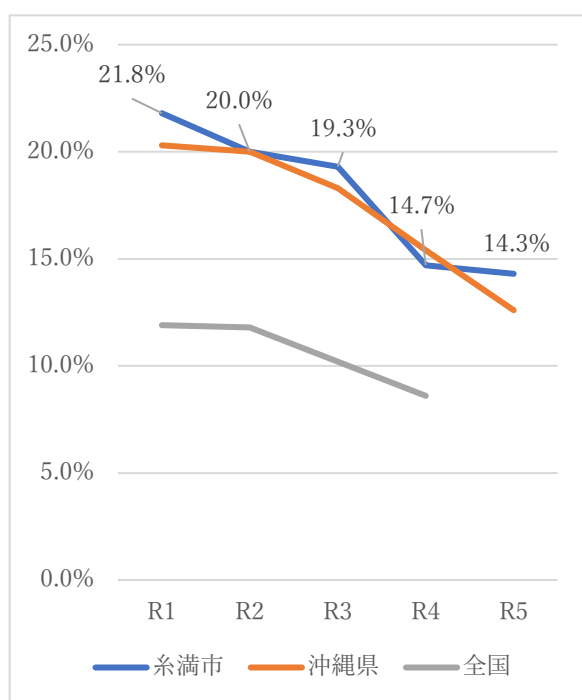
- ・各種事業の実施をとおして、禁煙に関する相談指導等に取り組んでいきます。(介護長寿課)

(5)歯・口腔の健康

【現状と課題】

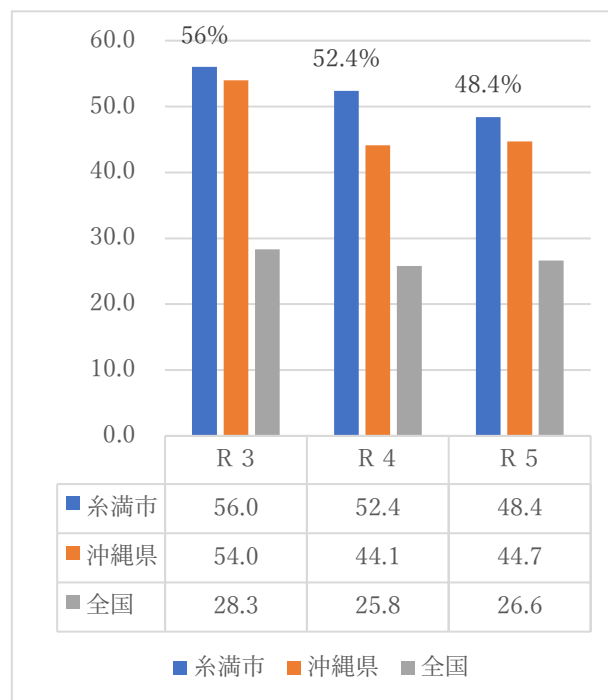
- 咀嚼機能が低下する最大の要因は歯の喪失です。歯の喪失はう歯と歯周病によるものが全体の9割を占めるといわれるため幼少期からの適切な歯磨きや定期的な歯科検診受診の勧め等、歯の喪失防止や知識啓発に努める必要があります。妊娠期の歯周病は、低出生体重児のリスクとなるなど、どのライフステージにおいても、歯・口腔の健康は重要となります。
- 糸満市の3歳児健診においてむし歯のある者は年々減少していますが、全国に比べると高い割合が続いています。(図37)
- 糸満市の12歳児でむし歯のある者の割合については減少傾向にあります。(図38)
- う歯のある者についての要因は家庭環境等が大きく関係しています。児童生徒がむし歯や歯周病予防につながる正しい知識を習得し、適切な歯みがきやかかりつけ歯科医で定期的な歯科検診受診等を習慣化することが必要です。

- フッ化物洗口に取り組んでいる保育施設の割合は、令和元年度については実施校 12 園あったものの、令和 2(2020)年度からはコロナ禍の影響で減少しています。う歯を予防するには、歯みがきの他に歯の質を強くするためにフッ素利用があります。そのためフッ素洗口の推進に取り組む必要があります。(表 14)
- 18 歳以上の市民に行った市民意識調査より、食後の歯みがき習慣のある者の割合は令和 4(2022)年度と比べわずかに減少しています。(図 39)
- 40 歳、50 歳、60 歳、70 歳に対しての歯周病検診は平成30(2018)年度から実施していますが、受診率は5～7%の低い値で推移しています。(表 15)
- 高齢者にとって、良好な咀嚼機能は豊かな食生活を支えるものであり、全身の健康状態や QOL の向上に及ぼす影響は大きいといわれます。糸満市では「半年前に比べて固いものが食べにくい高齢者」の割合が年々増加傾向にあります。(図 40)



(図 37)3 歳児健診でむし歯のある者の割合

出典:乳幼児健康診査報告書



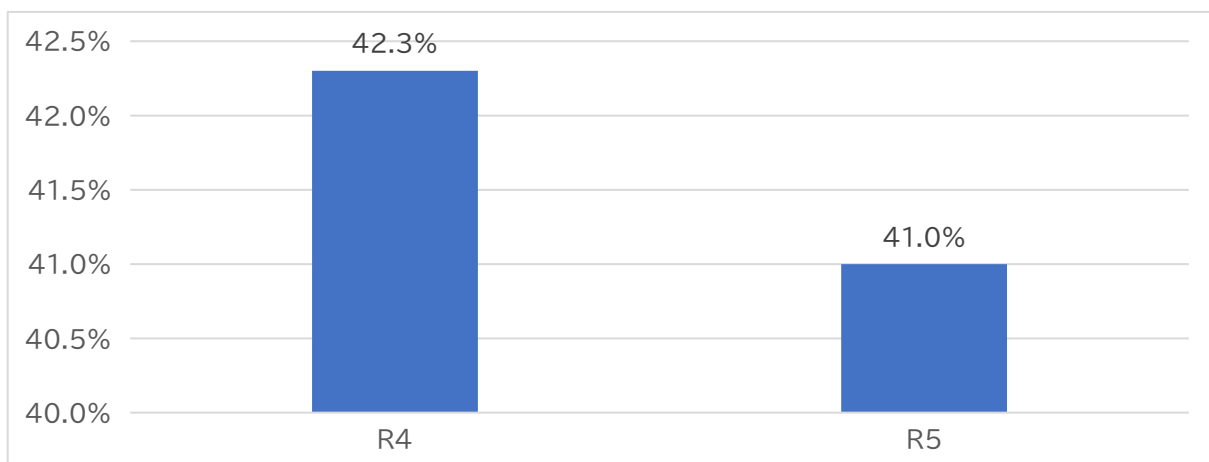
(図 38)12 歳児でむし歯のある者の割合

出典:糸満市児童生徒健康状態

(表 14)フッ化物洗口実施保育施設(施設数)

	R1 年度	R2 年度	R3 年度	R4 年度	R5 年度
施設数(園)	51	52	55	58	59
実施施設(園)	12	9	8	8	8

出典:保育こども園課集計



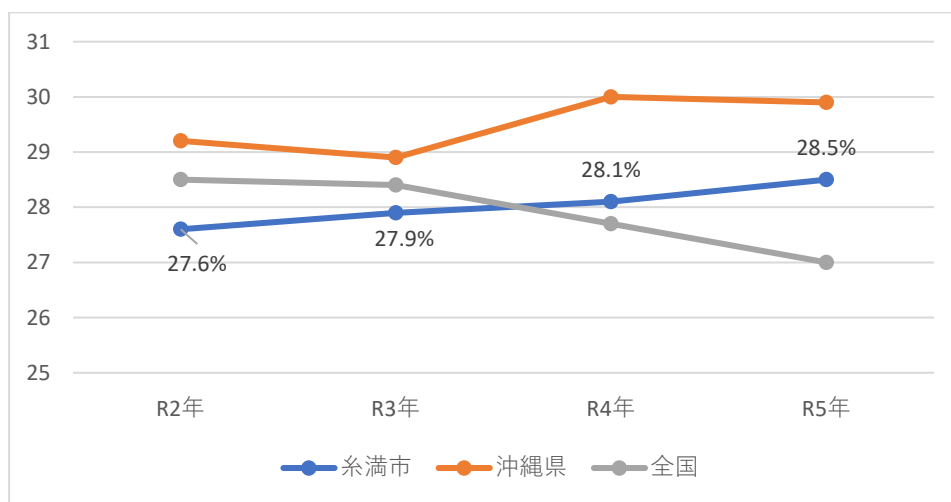
(図 39)食後の歯磨き習慣のある者の割合

出典:市民意識調査(市)

(表 15)歯周病健診の受診率

※H30 年度	R1 年度	R2 年度	R3 年度	R4 年度	R5 年度
6.4%	6.3%	6.5%	6.4%	5.3%	5.3%

出典:健康推進課集計(H30 年度から歯周病健診開始。H30 の対象は国保加入者)



(図 40)半年前に比べて固いものが食べにくい高齢者の割合

出典:国保データベースシステム(KDB)

【指標及び目標値】

指標	ベースライン(R5)	目標値	データソース
3 歳児健診でむし歯のある者の割合	14.3%	10%	乳幼児健康診査報告書
12 歳のむし歯のある者の割合	48.4%	40%	糸満市児童生徒健康状態より (糸満養護教諭研究会)
フッ化物洗口に取り組んでいる 施設の割合(保育・子ども園)	8園	10 園	保育こども園課集計
食後の歯みがき習慣の あるものの割合	41.0%	51%	市民意識調査(市)
歯周病検診の受診率	5.3%	7.5%	健康推進課
半年前に比べて固いものが 食べにくい高齢者の割合	29.9%	27%	KDB システム

【取組】

■市民の取組

- ・妊娠中は歯周病になりやすいため、歯科健診を受けます。
- ・食べたらみがくを習慣化します。
- ・定期的に歯科検診を受けることで、自分の口腔の状態を把握します。
- ・高齢になってもきちんと噛めるように必要な治療に努めます。

■市の取組

妊娠期(胎児期)

- ・妊娠期の歯科保健の正しい知識の普及啓発に努めます。(健康推進課)

乳幼児期・学齢期

- ・乳幼児健診での歯科保健指導やフッ素塗布を継続して実施します。(健康推進課)
- ・公立こども園、法人こども園、法人保育園において年 2 回歯科検診を実施。認可外保育施設に歯科検診の助成を実施。虫歯予防、歯磨き習慣、フッ化物洗口等の必要な情報提供をします。(保育こども園課)
- ・歯科検診を実施。いい歯の日などの機会を利用し知識の普及啓発に取り組みます。(学校教育課)

青年期・壮年期・前期高齢者

- ・歯周病検診の実施、歯科保健指導等の充実に努めます。(健康推進課)
- ・障害によって歯科受診が難しい方を対象に県口腔衛生センターで診療ができる案内を「障害福祉のしおり」及びホームページに掲載し、周知を図ります。(障害福祉課)

- ・広報・ホームページにて歯周病検診の周知を行います。(国民健康保険課)
- ・被保護者又はケースワーカーから保健指導員へ相談があった場合は、状態を確認し医療機関の情報提供を行います。必要に応じてパンフレット等を用いて実施し、他関連部署とも連携を図り、啓発していきます。(社会福祉課)

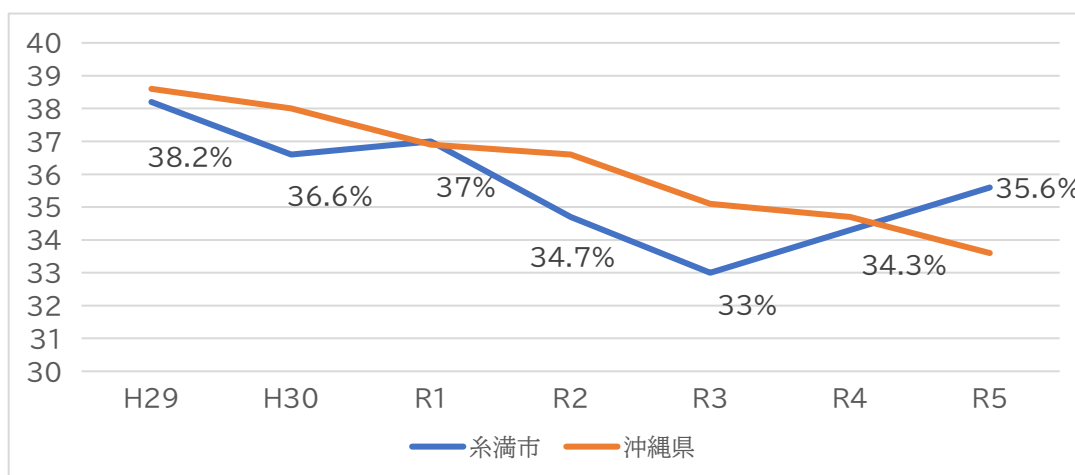
後期高齢者

- ・長寿健診の結果、後期高齢者の質問票より低栄養のハイリスク者を抽出し、訪問による生活実態の把握及び必要に応じて栄養指導を実施します。また、通いの場等において高齢期の食事、口腔フレイルについて講話及び相談業務を行っていきます。(介護長寿課)

(6)休養・睡眠

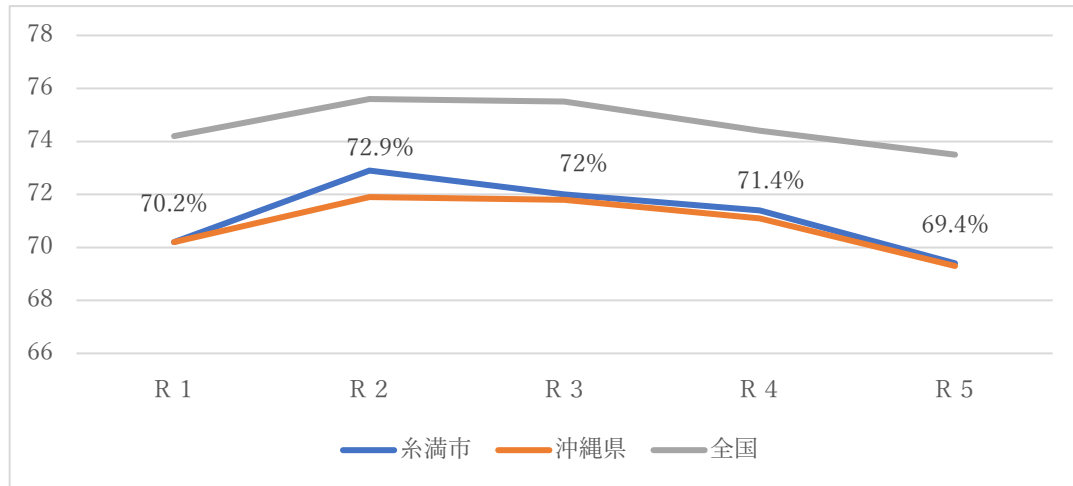
【現状と課題】

- 乳幼児期には体や脳の成長発達の基礎作りとして、生活リズムを整えることが重要です。そのため、睡眠を適切に取り入れた規則正しい生活習慣の確立が必要です。本市では 3 歳児健診にて 22 時以降に就寝する児は一旦減少に転じた後、増加傾向にあり、依然として30%以上の値となっています。(図 41)
- 十分な休養や睡眠は心身の疲労回復やこころの健康を保つために欠かすことのできないものです。睡眠不足は生活の質に大きく影響し、睡眠不足、睡眠障害が肥満、高血圧、糖尿病等の生活習慣病の発症・重症化要因であることも知られており、心疾患、脳血管障害の予防においても重要なものと捉えられています。本市の睡眠で休養が取れている者の割合は全国や沖縄県と同様に令和 2(2020)年度をピークにその後は減少傾向にあります。しかし、全国平均の割合とは 4%程度差があり、睡眠、生活習慣ともに改善の必要があります。(図 42)



(図 41) 22時以降に就寝する 3 歳児の割合

出典:乳幼児健康診査報告書



(図42)睡眠で休養が取れている者の割合

出典:国保データベースシステム(KDB)

【指標及び目標値】

指標	ベースライン(R5)	目標値	データソース
就寝時間の遅いこどもの割合	35.6%	25%	乳幼児健康診査報告書
睡眠で休養が取れている者の割合	69.4%	80%	KDBシステム

【取組】

■市民の取組

- ・早めに就寝するように親子で心がけます。
- ・睡眠による休養をしっかりとります。

■市の取組

乳幼児期・学齢期

- ・乳幼児健診を通して規則正しい生活リズムについて推奨していきます。(健康推進課)
- ・保護者へ生活習慣の大切さを便りや講話等を通じて周知し、「早寝早起き・朝ごはん」のリズムが出来るよう必要に応じて助言等を行っていきます。生活リズムに関するポスターの掲示。発達相談等で生活リズムを把握し、必要に応じて生活習慣の大切さについての助言を行います。(保育こども園課)

- ・「睡眠」に関する育児相談が多いことから、講師を招聘し「睡眠」に関する育児講座を行います。
また、活動中に、休息や気分転換に関する情報提供、情報交換の機会を作り、静と動のバランスについて考える機会を提供します。(こども未来課)
- ・望ましい生活習慣の確立に向けて、「早寝・早起き・朝ごはん」を推進し、生活習慣の確立に取り組みます。(学校教育課)
- ・保健体育において、生活習慣の確立や生活習慣病の予防について基本的な知識の普及啓発に努めます。(学校教育課)

青年期・壮年期・前期高齢者

- ・睡眠時間と健康リスクの関係性について正しい知識の普及啓発に取り組みます。(健康推進課)

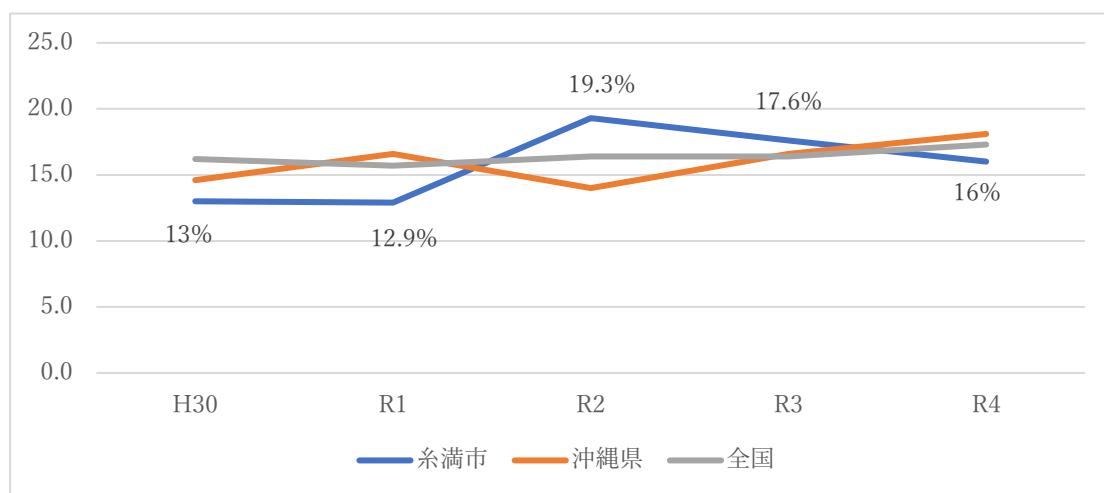
後期高齢者

- ・各種事業の実施をととして、睡眠に関する相談指導等に取り組みます。(介護長寿課)

3. こころの健康・社会とのつながり

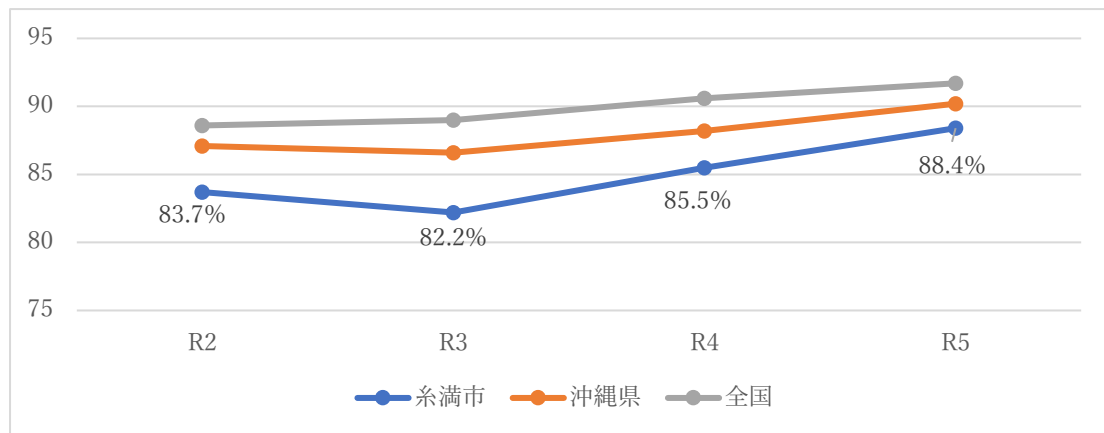
【現状と課題】

- メンタルヘルスの不調等を含む、健康問題は自殺の原因の上位となっています。本市においての自殺率は令和 2(2020)年に増加に転じた後、減少し続け、現在は全国及び沖縄県と比べ低い傾向となっています。(図 43)糸満市では令和 6(2024)年『いのち支える糸満市自殺対策計画』を策定し、全庁体制で自殺対策に取り組んでいます。
- 社会とのつながりが希薄になってきている中、高齢者の孤立や孤独を防ぐためにも、社会参加活動など「人と人とが関わり合う機会」が必要とされます。
- 糸満市において週に 1 回以上外出している高齢者の割合は年々増加しているものの沖縄県や全国と比べると低い割合となっています。(図 44)



(図43)人口 10 万人当たりの自殺死亡者の推移

出典:地域自殺対策プロファイル



(図 44)週に1回以上は外出している高齢者の割合

出典:国保データベースシステム(KDB)

【指標及び目標値】

指標	ベースライン(R5)	目標値	データソース
自殺率の低下(人口 10 万人あたり)	16.0%	11.2%	地域自殺対策プロフィール
週に1回以上は外出している高齢者の割合	88.4%	増加	KDB システム

【取組】

■市民の取組

- ・一人で抱え込まずに周囲の人や専門機関に相談します。
- ・心配事や悩みがあったら身近な大人に相談します。
- ・仕事や子育ての不安や悩みは、一人で悩まず周囲の人や専門の機関に相談をします。
- ・いろいろな人とのつながりを大切に積極的に社会参加します。

■市の取組

妊娠期(胎児期)

- ・安心して妊娠・出産期を過ごせるよう支援します。(健康推進課)

乳幼児期・学齢期

- ・いのちの大切さ等の教育を行えるよう、教職員の資質向上のための研修に取り組みます。(学校教育課)

青年期・壮年期・前期高齢者

- ・悩みに対して気軽に相談できるよう、窓口の周知啓発に努めます。(健康推進課)
- ・被保護者又はケースワーカーから相談があった場合は健康相談員で面談を行います。受診の希望があった場合は、医療機関の情報提供を行います。必要に応じて定期訪問を行い、体調を確認しながら受診勧奨を行います。(社会福祉課)

後期高齢者

- ・通いの場等におけるフレイル予防教室にて、高齢者の社会参加促進を行っていきます。
- ・相談事業等で把握した相談内容について、各種関係機関と調整しながら改善に向けて対応します。(介護長寿課)

第3次健康いとまん21指標一覧(全41項目)

		指標	ベースライン(R5)	目標値	データソース
1	全体目標	健康寿命の延伸	男性 78.0 歳(R4) 女性 82.6 歳(R4)	延伸	KDBシステム
2		65 歳未満死亡者数の割合	男性 17.4%(R4) 女性 6.4%(R4)	県平均以下	人口動態統計
3	がん	がん検診の受診率	胃がん(男性) 14.3%(R4) 胃がん(女性) 13.7%(R4) 肺がん(男性) 12.4%(R4) 肺がん(女性) 14.3%(R4) 大腸がん(男性) 12.0%(R4) 大腸がん(女性) 14.3%(R4) 子宮がん 15.4%(R4) 乳がん 16.8%(R4)	25%	地域保健・健康増進事業報告
4	循環器疾患	特定健診受診率	35.6%(R4)	60%	法定報告値
5		特定保健指導実施率	72.3%(R4)	60%	法定報告値
6		メタボリックシンドローム予備軍・該当者の減少	41.7%(R4)	減少	特定健診結果 (保険者データヘルス支援システム)
7		Ⅱ 度 高 血 圧 (160mmHg/100mmHg 以上の者)の割合	5.5%(R4)	減少	特定健診結果 (保険者データヘルス支援システム)
8		脂質異常症(LDL コレステロール160mg/dl 以上の者)の割合	8.4%(R4)	減少	特定健診結果 (保険者データヘルス支援システム)
9		脳血管疾患の総医療費に占める割合	2.34%(R4)	維持	KDBシステム
10	糖尿病	虚血性心疾患の総医療費に占める割合	1.24%(R4)	維持	KDBシステム
11		糖 尿 病 有 病 者 (HbA1c6.5%以上の者)の割合	11.5%(R4)	減少	健診結果(保険者データヘルス支援システム)
12		血糖コントロール不良者 (HbA1c8.0%以上の者)の割合	1.9%(R4)	減少	健診結果(保険者データヘルス支援システム)
13		糖尿病性腎症による新規透析導入者の割合	33.3%(R4)	減少	レセプト情報

		指標	ベースライン(R5)	目標値	データソース
14	慢性閉塞性肺疾患	喫煙している割合	男性 24.2%(R4) 女性 5.9%(R4)	男性 20% 女性 4%	KDB システム
15	栄養・食生活	低出生体重児の割合	12.9%(R4)	減少	人口動態統計
16		若 年 女 性 の や せ (BMI18.5 未満)の割合	19.5%	15%	糸満市一般健診 結果
17		肥満傾向にある子ども割合 (小5)	男子 16.3% 女子 12.7%	減少	糸満市内児童生徒 健康状態(市内養 護教諭研究会)
18		20～39 歳の肥満者の割合	男性 32.1% 女性 22.5%	男性 22% 女性 16%	糸満市一般健診 結果
19		40～74 歳の肥満者の割合	男性 42.8% 女性 31.4%	男性 35% 女性 25%	KDBシステム
20		低栄養傾向(BMI20 以下)の 高齢者(75 歳以上)の割合	9.5%	7.5%	KDB システム
21		肥 満 (BMI25 以 上) の 高齢者(75 歳以上)の割合	38.3%	34.3%	KDB システム
22	身体活動・運動	日常生活において1日1時間 以上歩いている者の割合	男性 51.5% 女性 51.9%	60%	KDBシステム
23		運動習慣者(1 回 30 分以上 の運動を週 2 日以上、1 年以 上実施)の割合	男性 44.2% 女性 37.8%	50%	KDBシステム
24		「全国体力・運動能力、生活 習慣等調査」における総合 評価(小学生)(※1)	A(R3)	A	全国体力・運動 能力、生活習慣 等調査
25		「全国体力・運動能力、生活 習慣等調査」における総合 評価(中学生)(※1)	C(R3)	B	全国体力・運動 能力、生活習慣 等 調査
26		この1年間に転んだことの ある高齢者の割合	市全体 16.4%	減少	KDB システム
27	飲酒	妊娠中に飲酒している者の割合	0%	0%	親子手帳問診票 アンケート
28		1日の飲酒量が2合以上の者 の割合	男性 26.7% 女性 8.9%	男性 20% 女性 6%	KDB システム
29	喫煙	喫煙している割合(再掲)	男性 24.2% 女性 5.9%	男性 20% 女性 4%	KDB システム

		指標	ベースライン(R5)	目標値	データソース
30		妊娠中の喫煙率減少	1.9%	0%	乳幼児健康診査報告書
31		同居家族の喫煙率 (3歳児健診)	父親 37.3% 母親 7.6%	父親 30% 母親 5%	乳幼児健康診査報告書
32	歯・口腔の健康	3歳児健診でむし歯のある者の割合	14.3%	10%	乳幼児健康診査報告書
33		12歳のむし歯のある者の割合	48.4%	40%	糸満市児童生徒健康状態(糸満養護教諭研究会)
34		フッ化物洗口に取り組んでいる施設の割合(保育・こども園)	8園	10園	保育こども園課集計
35		食後の歯みがき習慣のあるものの割合	41.0%	51%	市民意識調査(市)
36		歯周病健診の受診率	5.3%	7.5%	健康推進課
37		半年前に比べて固いものが食べにくい高齢者の割合	29.9%	27%	KDBシステム
38	休養・睡眠	就寝時間の遅いこどもの割合	35.6%	25%	乳幼児健康診査報告書
39		睡眠で休養が取れている者の割合	69.4%	80%	KDBシステム
40	こころの健康・社会とのつながり	自殺率の低下(人口10万人あたり)	16.0%	11.2%(R10)	地域自殺対策プロファイル
41		週に1回以上は外出している高齢者の割合	88.4%	増加	KDBシステム

※1 「全国体力・運動能力、生活習慣等調査」における総合評価

: 全国平均との比較...A: 全国平均以上/B: マイナス5ポイント以内/C: マイナス5ポイント超

第2章 食育推進計画(第2次)

第1節 計画の策定にあたって

1. 計画改定の背景および趣旨

食育基本法の中で「食育」とは生きる上での基本であり、知育、徳育、体育の基礎となるべきものであり、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ことと説明されています。

本市では、食育に関わる関係者が共通の目標に向かって効果的に取り組めるよう、平成29年3月に市食育推進・地産地消計画「糸満市食育推進・地産地消促進計画」(計画期間:平成29(2017)年～令和6(2024)年)が策定され、健康づくりに関する食育・地産地消に取り組んできました。その結果、全世代においての食育推進の取組の充実が必要だということが見えてきました。

一方、健康づくりにおいては食が要因となる肥満や生活習慣病等が大きな課題となっています。

このことから、今回、食育のさらなる充実と発展、食育と健康増進の互いの補完・補強を目指し、「糸満市食育計画」と「健康増進計画」を統合することとしました。現行の保健事業に加えて、食育においても積極的な取組が必要です。今後は本計画に基づき、市民への食育推進に向けて取り組んでいきます。

2. 計画の目標

食べることは生きていく上で必要不可欠なものです。食は生活の一部であり、食習慣は健康づくりにつながり、また子どもにとっては将来の体づくり(体だけではなく、心や脳の成長も含めて)にもつながっています。そしてその過程では生活習慣が大きく影響してきます。

『第5次糸満市総合計画』では、「市民みんなが心身ともにすこやかに暮らす糸満市」を1つの方向性として掲げています。そのため市民が心身ともに健康で、だれもが生き生きと地域で暮らせるよう、健康への関心を高め、ライフサイクルに応じた食育を推進していきます。

本計画では、『できることからはじめよう、みんながつながる食育の「わ」』の実現にむけて、市民や関係団体の皆様と一緒に取り組んでいきます。

第2節 基本的な考え方

○「食」の大切さを一人ひとりが意識し、「できることから始めよう」を合言葉に、市民や家族、地域、保育所、学校、行政がそれぞれの施策に取り組みそれがつながり、そしてゆくゆくは、大きな「わ」となり広がっていくことを願い、基本施策を推進していきます。

基本理念：できることから始めよう、みんながつながる食育の「わ」

基本施策1 次世代を担う子ども達の心身の健康を支える食育の推進

○子どもへの食育の推進

- ・妊娠期及び乳幼児期の栄養相談・指導の充実
- ・保育施設等における食育の推進
- ・児童生徒における食育の推進
- ・ライフサイクルに合わせた食育講話

基本施策2 健康長寿の維持・支える食育の推進

○おとなへの食育推進

- ・健診や保健指導での個別の栄養指導
- ・生活習慣病予防に関する知識の普及
- ・高齢者への食育・栄養指導の実施
- ・ライフサイクルに合わせた食育講話

基本施策3 社会・環境・文化の視点

○食文化の伝承と地産地消

第3節 前計画の評価

第1次食育推進・地産地消促進計画の評価です。目標項目 27項目のうち達成 14項目・未達成 13項目となっており、地産地消分野においてはほとんどの目標を達成できております。次期計画においては食育推進のみ健康いとまん21と一体的に策定します。

今回、第1次食育計画を推進するにあたり、子どもの頃からの生活習慣や食育指導が将来の生活習慣病に関係することが再認識できました。また、教育関係の食育の取組について継続的に実施されていることを確認できたため、乳幼児期からの食育については、成長発達段階に合わせ、引き続き実施していきたいと考えています。

未達成の13項目のうち、「朝食を食べている小中学生の割合」「乳幼児期や学齢期の歯科」「メタボリックシンドローム、血糖有所見者の割合」については糸満市としての大きな課題であると考えています。成人期以降の食育についてもより一層の推進が必要です。

達成できた項目については、今後も関係課と連携しながら取り組んで行きます。(表16)

(表16)前計画の評価

目標指標一覧		27項目 【達成 14項目・未達成 13項目】					
計画	目標	項目	担当課等	現状 平成27年度	令和5年度	最終目標	評価
食育推進編	1.子ども	① 保育施設等における年間指導計画の作成済み施設数	保育こども園課	14ヶ所	52ヶ所 (全59ヶ所)	全施設	未達成
		② 子育て支援センター等での食育講話	こども未来課	1回/年	9回	3回/年	達成
		③ 小中学校における食に関する指導 (食育全体計画・年間指導計画)策定数	学校教育課	15校 (全16校)	全校	全校	達成
		④ 小学生における農漁業体験	学校教育課	1校	3校	5校	未達成
		⑤ 「子どもが作る弁当の日」実施校	学校教育課	2校	1校	4校	未達成
		⑥ 朝食を食べている小中学生の割合	小学校5年生 中学校2年生	85.1%	83.5% (参考値)	100%	未達成
				82.6%	81% (参考値)		未達成
		⑦ アレルギー研修会の実施(エビベン使用法、医師講話等)	学校教育課	1回/年	5	2回/年	達成
		⑧ 3歳児健診におけるむし歯有病者割合	健康推進課	35.8%	14.30%	32%	達成
		⑨ 保育施設等におけるフツ化物洗口実施数	保育こども園課	6園	7園(全59園)	10園	未達成
		⑩ 小学生のう歯未処置歯のある者割合	学校教育課	42.9%	32.3%	25.0%	未達成
		⑪ 中学生のう歯未処置歯のある者割合	学校教育課	38.8%	23.2%	18.2%	未達成
	2.おとな	⑫ メタボリックの割合	健康推進課	23.0%	26.3%	21.2%	未達成
		⑬ 血糖の有所見者の割合	健康推進課	32.1%	29.9%	27.3%	未達成
		⑭ 地域デイスサービス等での栄養講話数	健康推進課/介護長寿課	4回	13回	6回	達成
	3.人材の確保・育成等	⑮ 食生活改善推進員数	健康推進課	28人	46人	40人	達成
地産地消促進編	1.地産地消の普及・啓発	⑯ 地場産品フェア等の開催	商工水産課/農政課	1回/年	1回/年	継続	達成
		⑰ 毎月19日(食育の日)開催イベント	農政課	実施中	12回	継続	達成
		⑱ 農業体験(収穫体験)	農政課	2件	4件	4件	達成
		⑲ 魚の解体見学もしくは漁業体験	商工水産課	3件	1件	4件	未達成
	2.給食での地場産物の利用促進	⑳ 農産物	給食センター	11.70%	19.10%	増加	達成
		㉑ 水産物	給食センター	0.40%	21.46%	増加	達成
	3.生産拡大、流通ルート確保や開拓	㉒ 拠点産地認定品目数(延べ数)農業	農政課	6品目	8品目	8品目	達成
		㉓ 拠点産地認定品目数(延べ数)漁業	商工水産課	1品目 (ソディカ)	2品目	3品目	未達成
		㉔ 担い手農家数	農政課	284人	477	394人	達成
		㉕ 漁業就業者	商工水産課	104人	97	125人	未達成
		㉖ 地場産品開発件数(延べ件数)	商工水産課	10件	.30件	25件	達成

第 4 節 食の現状と課題

1. 次世代を担う子ども達の心身の健康を支える食育の推進

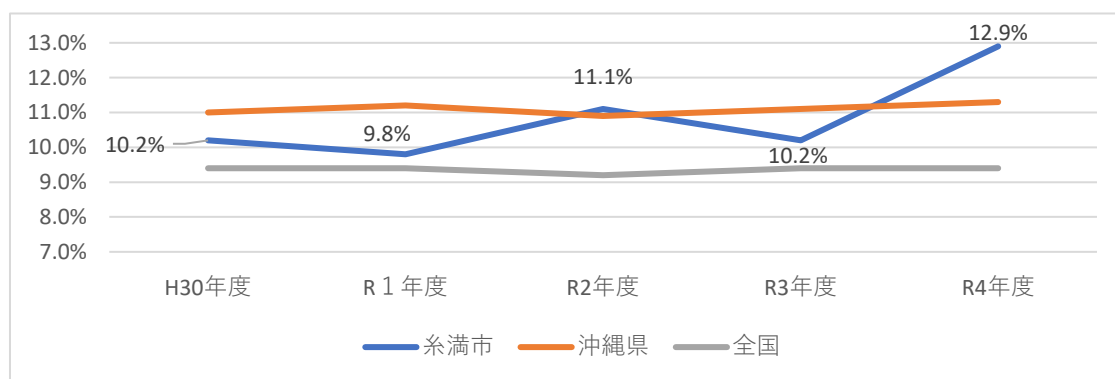
1 低出生体重児の割合

低出生体重による出生は心血管疾患や生活習慣病リスクを増加されると言われています。低出生体重児が生まれる原因はさまざまです。母体側に妊娠高血圧症候群、常位胎盤早期剥離、子宮頸管無力症、前置胎盤、絨毛膜羊膜炎のような母体の感染などがあげられます。またやせすぎも危険因子とも言われているため適正体重を維持することが大切です。妊娠中の生活習慣との関連も指摘され、妊娠中に喫煙していると低出生体重児のリスクを増加させると言われています。本市の低出生体重児は年度によってばらつきがありますが、全国に比べて高い傾向が続いています。(図 17)また、妊娠 20 週以降に初めて高血圧症を発症する割合はほぼ横ばいとなっています。(表 12)

親子健康手帳交付時のBMI(体重kg÷身長m÷身長m)を見ると、やせが 12～15%の一方で、肥満も 13～18%存在します。

20 代、30 代の女性のやせは令和 4(2022)年度 19.2%で、沖縄県の 16.7%(国保連合会健診データ)よりも高い数値となっています。(図 18)

妊娠前、妊娠中から適切な体重管理を行い、「健全な食習慣」を実践できるような支援が必要です。



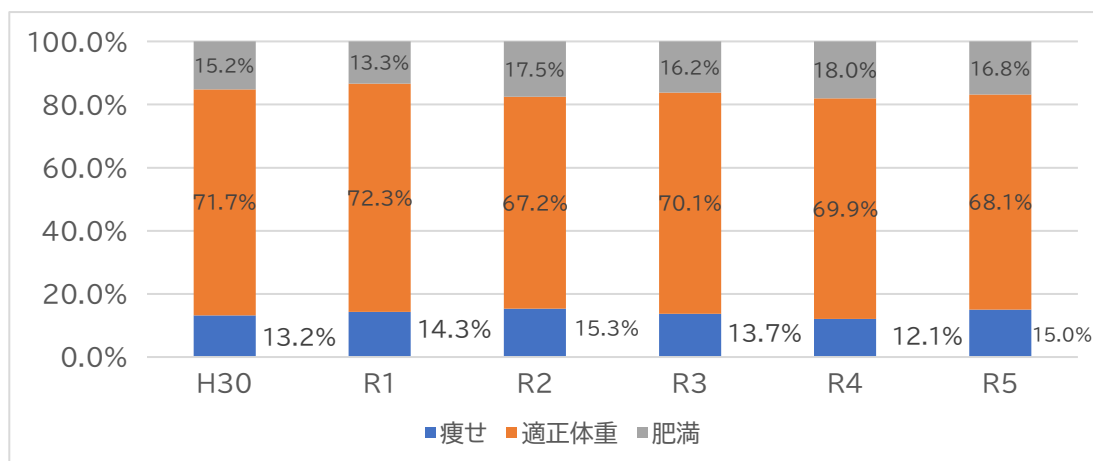
(図 17) 低出生体重児の割合

(再掲) 出典: 人口動態統計

(表 12) 妊娠高血圧症の割合(再掲)

	R1 年度	R2 年度	R3 年度	R4 年度	R5 年度
糸満市	0.1%	0.1%	0.1%	0.3%	0.2%
沖縄県	0.2%	0.2%	0.2%	0.2%	0.2%

出典: 妊娠健康診査結果



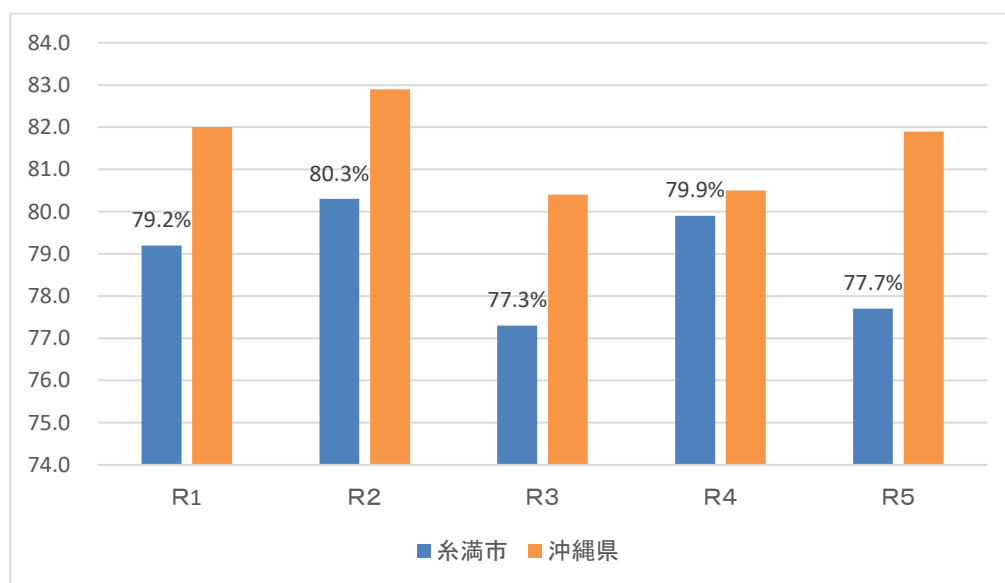
(図18)親子健康発行時のBMI

(再掲)出典:親子手帳問診票アンケート

2 おやつや食事の時間が規則正しい幼児(3 歳児)

食事やおやつの時間が不規則になると、う歯になるリスクも上昇します。本市の3歳児健診受診者における、食事やおやつの時間が決まっている者の割合は沖縄県については令和4(2022)年度よりも割合は増加していますが市は減少しています。(図45)

子どもの生活リズムを向上させるためには、就寝・起床時間の確保、おやつの時間を決めて与えるなど、基本的な食生活習慣を育成することに加えて、乳幼児健診等、母子保健活動の充実強化が重要となっています。



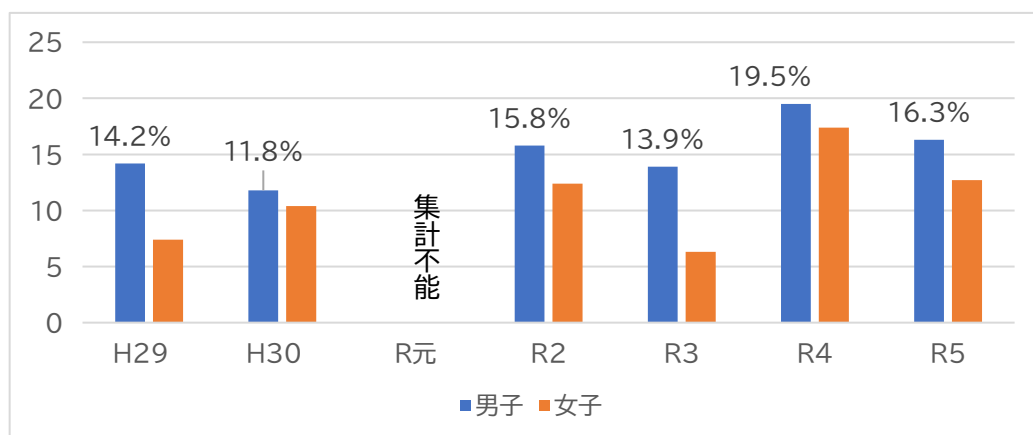
(図45)食事やおやつの時間が決まっている者の割合

出典:乳幼児健康診査報告書

3 肥満傾向にある子ども(肥満傾向児)の割合

肥満はメタボリックシンドロームを引き起こし、生活習慣病のリスクとなり、糖尿病や心筋梗塞、脳卒中等の生活習慣病を引き起こす重大なリスクとなります。

肥満傾向にある子どもの割合は、小学5年生においては男女とも令和3(2021)年度から令和4(2022)年度は増加し、令和5(2023)年度はやや減少したものの高い数値となっています。将来の生活習慣病予防に向け、乳幼児から保護者に対して食生活や生活習慣の指導を行うことが必要です。(図 21)

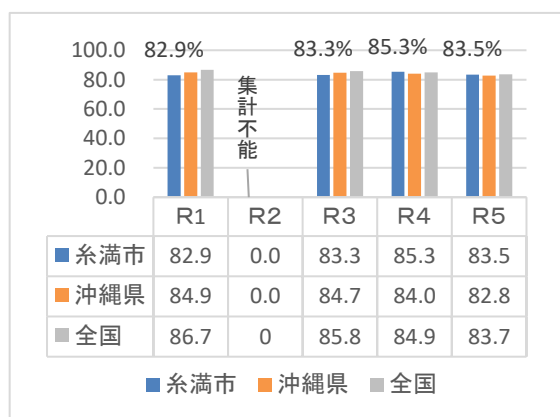


(図 21) 肥満度20%以上の割合(小5)(再掲)

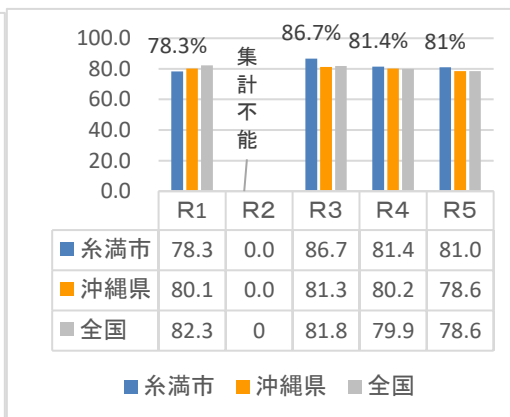
出典:市内児童生徒の健康状態

4 朝食を食べる児童生徒の割合

朝食は1日のスタート、始めの食事であり、規則正しくとることで体内時計がリセットされ、内臓が眠りから覚めて効果的に活動を始めてくれます。本市の朝食を食べる児童生徒の割合は小学6年について令和5(2023)年度は令和4(2022)年度に比べ若干減少していて、(図46)中学3年については、令和4(2022)年度とほぼ変わらない割合となっています。(図47)朝食をしっかり食べる児童生徒の割合増加のためにも、学校、家庭、関係団体が連携して効果的な食育の推進に努める必要があります。



(図46)朝食を食べる児童生徒の割合(小学6年)



(図47)朝食を食べる児童生徒の割合(中学3年)

出典:全国学力・学習状況調査

【指標及び目標値】

指標	現状値(R5)	目標値	データソース
【再掲】 低出生体重児の割合	12.9%(R4)	減少	人口動態統計
【再掲】 若年女性のやせ(BMI18.5未満)の割合	19.5%	15%	糸満市一般健診結果
食事やおやつの時間が決まっている者の割合(3歳児)	市 77.8% 県 91.9%	増加	乳幼児健康診査報告書
【再掲】 肥満傾向にある子ども割合(小5)	男子 16.3% 女子 12.7%	減少	糸満市内児童生徒健康状態(市内養護教諭研究会)
朝食を食べる児童生徒の割合	小6 83.5% 中3 81.0%	増加	全国学力・学習状況調査
食育関連講話	15回	20回	健康推進課

(再掲) 健康いとまん21の栄養食生活の指標

【取組】

■市民の取組

- ・生活のリズム(食事やおやつ)や朝食の大切さについて興味をもちます。

■市の取組

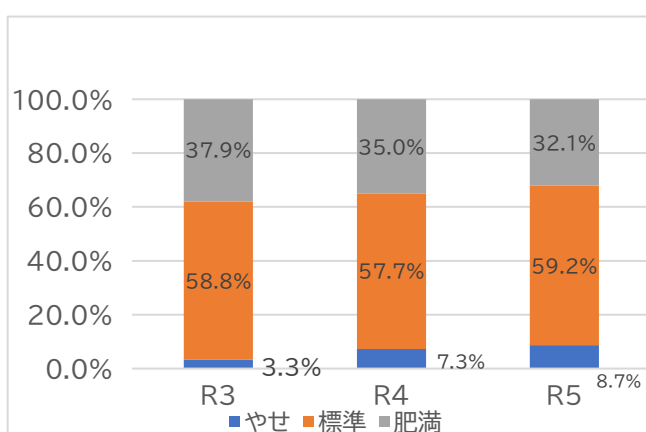
- ・3歳児健診にて生活リズムとむし歯の観点よりおやつの時間や内容について栄養相談を引き続き実施します。(健康推進課)
- ・マタニティ期からの朝食の大切さを伝え、乳幼児健診等にて栄養指導を引き続き実施します。(健康推進課)
- ・マタニティ期から子育て世代の保護者に対して食育に関する講話等を実施します。(健康推進課)
- ・給食だより、保育参観時の講話にて生活リズム、朝食の大切さについて話します。給食だより、献立表、保育参観でのレシピ集の配布を継続実施します。(保育こども園課)
- ・保健体育において、生活習慣の確立や生活習慣病の予防について基本的な知識の普及啓発に努めます。(学校教育課)
- ・望ましい生活習慣の確立に向けて、「早寝・早起き・朝ごはん」を推進し、生活習慣の確立に取り組めます。(学校教育課)
- ・市内小学生に、栄養教職員による食育指導(朝ごはんをしっかりと食べよう)を継続実施します。(給食センター)

2. 健康長寿の維持・支える食育の推進

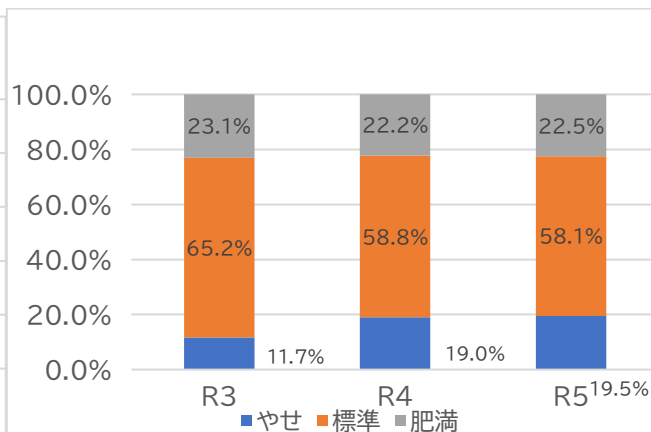
1 肥満の割合

肥満はメタボリックシンドロームを引き起こし、生活習慣病のリスクとなり、糖尿病や心筋梗塞、脳卒中等の生活習慣病を引き起こす重大なリスクとなります。

40 歳から 74 歳の肥満者の割合については、男女ともに減少傾向にあり、県においても減少していますが、国に比べるとまだ高い傾向にあります。(図 22、23)また、20、30 代の 40 歳未満の肥満者は男性で 32.1%、女性で 22.5%と若年層からの肥満も多い状況です。(図 19、20)

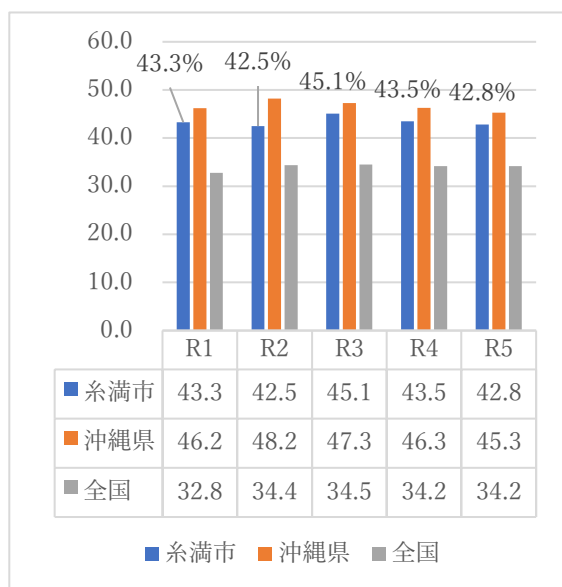


(図19)20・30代健診結果(男性) (再掲)



(図 20)20・30代健診結果(女性) (再掲)

出典:糸満市一般健診



(図 22)肥満者の割合(40～74歳男性)(再掲)



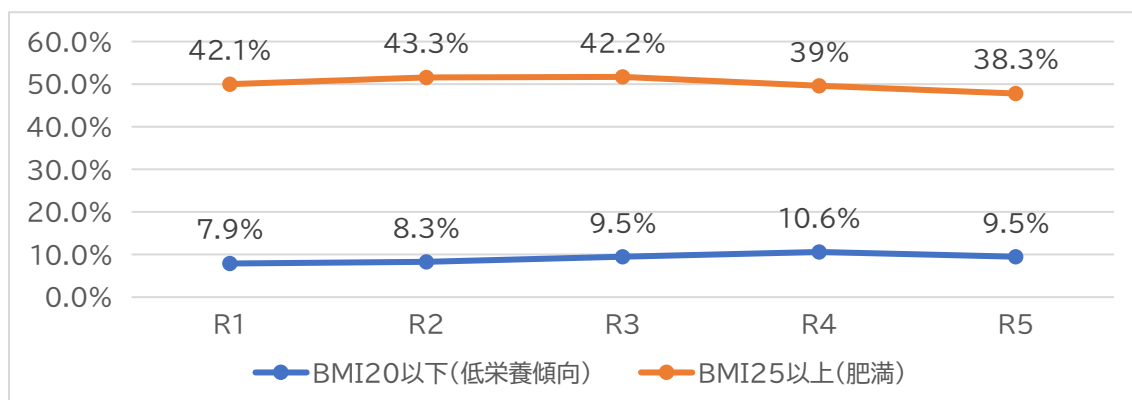
(図23)肥満者の割合(40～74歳女性)(再掲)

出典:国保データベースシステム(KDB)

2 低栄養傾向の高齢者の割合

高齢者における低栄養は各種フレイル(虚弱)状態を誘発し、要介護のリスクが高くなります。

本市における低栄養傾向の高齢者の割合は横ばいで推移、肥満(BMI25 以上)の高齢者割合は減少傾向にあります。(図 24)高齢者の保健事業と介護予防の一体的事業を通して、関係各課、関係団体が密に連携し、地域の高齢者に対して効果的にアプローチすることが望めます。



(図24) 高齢者の体格(肥満・低栄養)割合(再掲)

※出典:国保データベースシステム(KDB)

指標	現状値(R5)	目標値	データソース
【再掲】20～39歳の肥満者の割合	男性 32.1% 女性 22.5%	男性 22% 女性 16%	糸満市一般健診結果
【再掲】40～74歳の肥満者の割合	男性:42.8% 女性:31.4%	男性 35% 女性 25%	KDBシステム
【再掲】低栄養傾向(BMI20 以下)の高齢者(75 歳以上)の割合	9.5%	7.5%	KDBシステム
【再掲】肥満(BMI25 以下)の高齢者(75 歳以上)の割合	38.3%	34.3%	KDB システム
【再掲】食育関連講話	15 回	20 回	健康推進課

【再掲】:健康いとまん21の栄養食生活の指標

青年期・壮年期・前期高齢者

- ・健診受診者への生活習慣病(特に栄養・食生活)に関する正しい知識の周知に努めます。(健康推進課)
- ・沖縄県後期高齢者医療広域連合より事業を受託している「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業」の適正執行に向け、介護長寿課と相互の情報提供を行い、連携を図ります。(国民健康保険課)

後期高齢者

・長寿健診の結果及び後期高齢者の質問票より低栄養のハイリスク者を抽出し、訪問による生活実態の把握及びパンフレットを使用し栄養指導を実施します。また、通いの場等において高齢期の食事についての講話、相談業務を行っています。（介護長寿課）

3. 社会・環境・文化の視点

食文化の伝承と地産地消

近年は核家族化や地域のコミュニティの希薄化から、地域や家庭で継承されてきた地域の特色ある料理や調理方法等の食文化が失われつつあります。学校や団体等を中心に、子どもたちが伝統食や行事食に触れる機会の提供を進め、地域において市民自身が市の食文化を守っていくことが重要です。

また、沖縄県において古くから食されてきた伝統的農産物（島野菜）を周知するとともに調理方法等に関し普及啓発に努める必要があります。

地域でとれた農産物を地域で消費する地産地消の考え方は新鮮で安全な食材を手に入れられることに加え、地域の特産物を再認識して市への誇りや愛着につながるため食育の一環として推進していきます。

【取組】

■市民の取組

・伝統食や行事食を知る機会を増やします。

■市の取組

- ・食生活改善推進員等を中心に島野菜などの地場産品を利用した食にふれる機会の提供を実施します。（健康推進課）
- ・島野菜や地場産物等を利用し、地産地消を推進していきます。（健康推進課）
- ・保育所給食にて島野菜や地場産物を利用した郷土料理や行事食にふれる機会の提供を継続実施します。（保育こども園課）
- ・学校給食にて島野菜や地場産物を利用した郷土料理や行事食にふれる機会の提供を継続実施します。（給食センター）

第2次糸満市食育計画指標一覧(全 10 項目)

		指標	ベースライン (R5)	目標値	データソース
1	子ども	【再掲】低出生体重児の割合	12.9% (R4)	減少	人口動態統計
2		【再掲】若年女性のやせ(BMI 18.5 未満)の割合	19.5%	15%	糸満市一般健診結果
3		食事やおやつの時間が決まっている者の割合(3 歳児)	市 77.8% 県 91.9%	増加	乳幼児健康診査報告書
4		【再掲】肥満傾向にある子ども割合(小5)	男子 16.3% 女子 12.7%	減少	糸満市内児童生徒健康状態(市内養護教諭研究会)
5		朝食を食べる児童生徒の割合	小6 83.5% 中3 81.0%	増加	全国学力・学習状況調査
6		食育関連講話	15 回	20 回	健康推進課
7	健康長寿	【再掲】20～39 歳の肥満者の割合	男性 32.1% 女性 22.5%	男性 22% 女性 16%	糸満市一般健診結果
8		【再掲】40～74 歳の肥満者の割合	男性 42.8% 女性 31.4%	男性 35% 女性 25%	KDBシステム
9		【再掲】低栄養傾向(BMI20 以下)の高齢者(75 歳以上)の割合	9.5%	7.5%	KDB システム
10		【再掲】肥満(BMI25 以上)の高齢者(75 歳以上)の割合	38.3%	34.3%	KDB システム

第3章 計画の推進に向けて

第1節 計画の推進体制

健康増進法は、第2条において各個人が生活習慣への関心と理解を深め、自らの健康状態を自覚し、生涯にわたって健康増進に努めなければならないことを、国民の責務とし、第8条において、自治体はその取り組みを支援するものとして、計画を位置づけています。

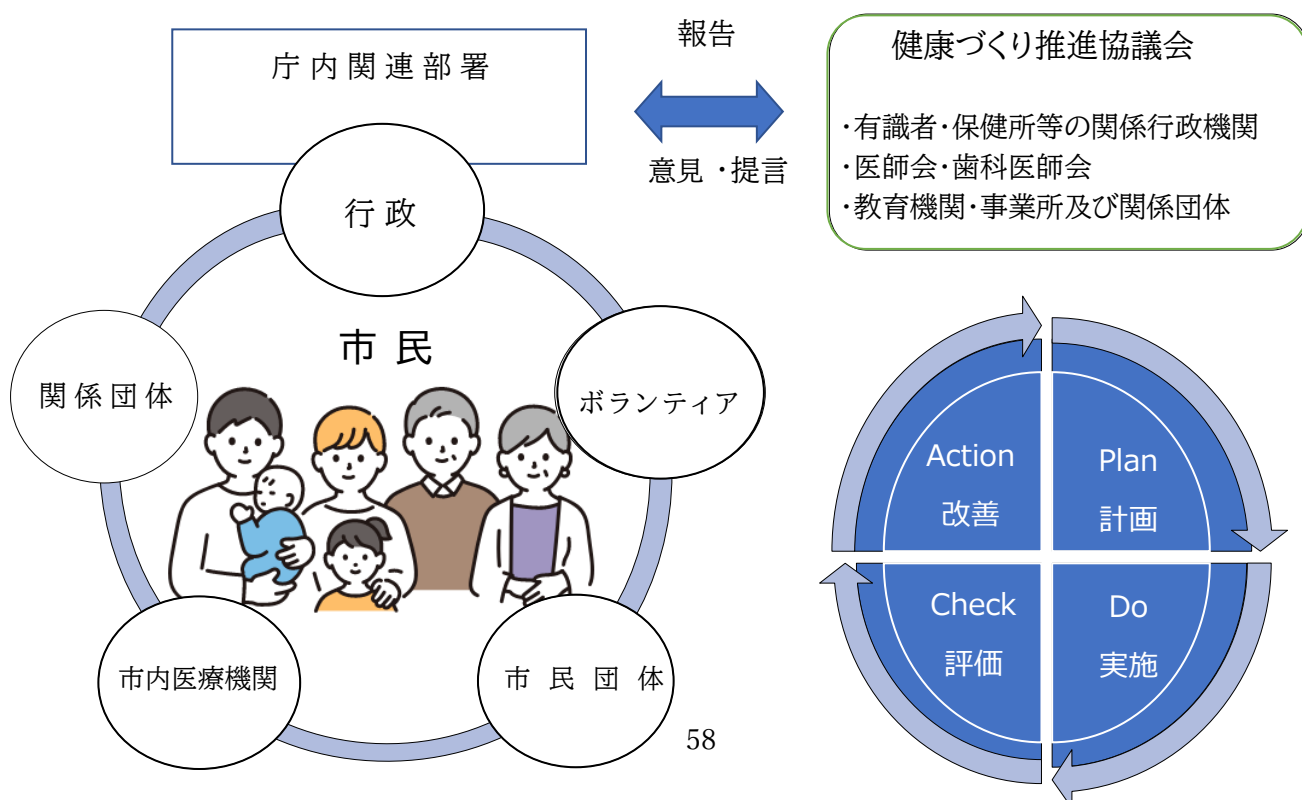
市民の健康増進を図ることは、今後高齢化が進む糸満市にとって、市民にとって重要な課題です。そのため、健康いとまん21の推進においては、市民の健康に関する各種指標を活用し、取り組みを推進してまいります。

取り組みを進めるため、自身のからだの状態を確認するための入り口として健康診査を受けてもらい、ライフステージに応じた個々の生活習慣、職業などの生活背景を考慮しながら、健康増進を図ることが基本となります。

糸満市としては、個々の考え方や理解を大事にし、個人の状態に応じて科学的な根拠をもとに、市民が主体的に健康づくりに取り組めるよう推進していきます。

第2節 計画の進捗管理・評価

本計画の推進にあたっては、必要に応じて計画の点検や評価を行い、また、変更がある場合には十分協議し検討します。分野別の施策の展開に沿って、分野ごとに設定した指標により、取組状況の評価を行い、その結果をもとに事業等を見直し、今後取り組むべき課題を明らかにします。進行管理について、進捗状況や指標の達成状況を関係課においてPDCAサイクルに基づきながら点検と評価を行い、健康づくり推進協議会で図っていきます。



【資料】

○健康いとまん21計画策定委員会設置要綱

令和6年4月25日

告示第80号

（設置）

第1条 健康増進法（平成14年法律第103号）第8条第2項の規定に基づく健康増進計画及び食育基本法（平成17年法律第63号）第18条第1項の規定に基づく食育推進計画を一体的にした計画（以下「健康いとまん21計画」という。）を策定するため、健康いとまん21計画策定委員会（以下「委員会」という。）を設置する。

（所掌事務）

第2条 委員会は、次に掲げる事項について審議する。

- （1）健康いとまん21計画の策定に関すること。
- （2）健康いとまん21計画の策定に必要な資料の収集及び分析に関すること。
- （3）その他健康いとまん21計画の策定に関し必要と認められること。

（組織）

第3条 委員会は、委員10人以内で組織する。

2 委員は、次に掲げる者のうちから、市長が委嘱する。

- （1）保健所等の関係行政機関の職員
- （2）医師会等の保健医療関係団体の医師
- （3）地域の事業所又は関係団体に属している者
- （4）その他市長が適当と認める者

（任期）

第4条 委員の任期は1年以内とする。ただし、委員が欠けた場合における補欠委員の任期は、前任者の残任期間とする。

（委員長及び副委員長）

第5条 委員会に委員長及び副委員長を置く。

2 委員長及び副委員長は、委員の互選によりこれを定める。

3 委員長は、委員会を代表し、会務を総理する。

4 副委員長は、委員長を補佐し、委員長に事故があるとき、又は委員長が欠けたときは、その職務を代理する。

（会議）

第6条 委員会の会議は、委員長が招集し、委員長が議長となる。

2 委員長は、必要があると認めるときは、会議に委員以外の者の出席を求めて意見若しくは説明を聴き、又は必要な資料の提出を求めることができる。

(幹事会)

第7条 委員会は、健康いとまん21計画素案の作成に関する業務を行うため、健康いとまん21計画策定委員会幹事会(以下「幹事会」という。)を置く。

2 幹事会は、会長、副会長及び会員をもって組織する。

3 会長は市民健康部長、副会長は健康推進課長をもって充てる。

4 会長は幹事会の事務を掌理し、幹事会を代表する。

5 副会長は、会長を補佐し、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。

6 会員は、別表に掲げる職をもって充てる。

7 幹事会は、作業部会を置くことができる。

8 会長は、必要があると認めるときは、会議に会員以外の者を出席させ、意見又は資料の提出を求めることができる。

(庶務)

第8条 委員会及び幹事会の庶務は、市民健康部健康推進課において処理する。

(雑則)

第9条 この告示に定めるもののほか、委員会の運営に関し必要な事項は、委員長が委員会に諮って定める。

附 則

(施行期日)

1 この告示は、令和6年5月1日から施行する。

(この告示の失効)

2 この告示は、令和7年3月31日限り、その効力を失う。

別表(第7条関係)

行政経営課長

国民健康保険課長

社会福祉課長

障害福祉課長

保育こども園課長

こども未来課長

介護長寿課長

学校教育課長

給食センター所長

観光・スポーツ振興課長

健康推進課予防係長

健康推進課保健指導係長

健康推進課母子保健係長

○健康いともん21計画策定委員会 名簿

	名前	役職	所属
1	前川 美紀子	教 授	公立大学法人名桜大学
2	知念 久美子	医 師	医療法人以和貴会 ウェルネス西崎病院
3	大城 健	歯科医師	ZEN DENTAL CLINIC
4	大城 敦	代 表	NPO 法人沖縄県健康づくり協会 ダブルピース
5	渡名喜 洋子	会 長	糸満市食生活改善推進協議会
6	森近 省吾	所 長	南部保健所
7	伊敷 尚也	指導監	糸満市教育委員会教育部
8	金城 美香	部 長	糸満市福祉部
9	真栄田 由美子	部 長	糸満市こども未来部
10	山内 昌直	部 長	糸満市市民健康部