

第二次防府市健康増進計画  
健やかほうふ21計画  
(第二次)

中間評価・見直し(案)

～みんなでつながり思いやる健やかなまち「ほうふ」～



山口県防府市

2021年3月



## 目次

第1章 防府市健康増進計画中間評価について	1
1 中間評価・見直しの趣旨	3
2 計画推進の概要	3
3 計画の位置付け	5
4 計画の期間	6
5 中間評価のための市民アンケートの実施について	7
第2章 統計からみた市民の現状	9
第3章 これまでの現状と課題	15
第4章 計画推進の評価	21
1 各分野の評価方法	23
2 各分野の中間評価・今後の課題	24
(1) 栄養・食育	24
(2) 歯と口の健康	32
(3) 身体活動・運動	36
(4) 日頃の健康管理	41
(5) 喫煙	45
(6) こころの健康	49
(7) 地域のつながり	58
3 庁内関係各課の主な取組	60
第5章 今後の施策の展開	61
1 各分野の今後5年間の具体的取組と見直し後の評価指標	62
2 ライフステージに応じた今後5年間の取組ポイント	79
第6章 計画の実現に向けて	81
1 計画の推進体制	
2 個人・家庭・地域・行政の基本的な役割	
3 財政上の措置	
4 計画の進行管理	
資料 健やかほうふ21計画（第二次）推進委員会設置要綱	87
健やかほうふ21計画（第二次）推進庁内委員会設置要綱	89
健やかほうふ21計画（第二次）推進委員名簿	91
用語説明	92



# 第 1 章 防府市健康増進計画中間評価について



## 第1章 防府市健康増進計画中間評価について

### 1 中間評価・見直しの趣旨

本市では、国や山口県の健康づくりや食育を取り巻く現状や課題等を十分に踏まえ、市民一人ひとりが主体的・継続的かつ一体的に、健康づくりや食育に取り組むことができるよう、防府市健康増進計画「健やかほうふ21計画（第二次）」を策定しました。

この計画は、平成28年（2016年）度から令和7年（2025年）度の10年間を計画期間とし、本計画の基本理念である「みんなでつながり思いやる健やかなまち「ほうふ」」を目指し、家庭・地域・学校・職域・行政等が一体となって協働し、市全体での健康づくりを行うものです。

計画の中間年である本年、より効果的に市民の健康増進の取組を図るため、昨年度実施した市民アンケートや国の保健統計をもとに、これまでの取組の評価を行い、最終年度に向けた計画の見直し、施策の展開の修正を行いました。

なお、本年は新型コロナウイルス感染症が世界的に大流行（パンデミック）し、市民の健康づくりを取り巻く環境は大きく変化しています。今後は、その状況も踏まえた取組みも必要になると考えられ、適時取組の修正を行う予定です。

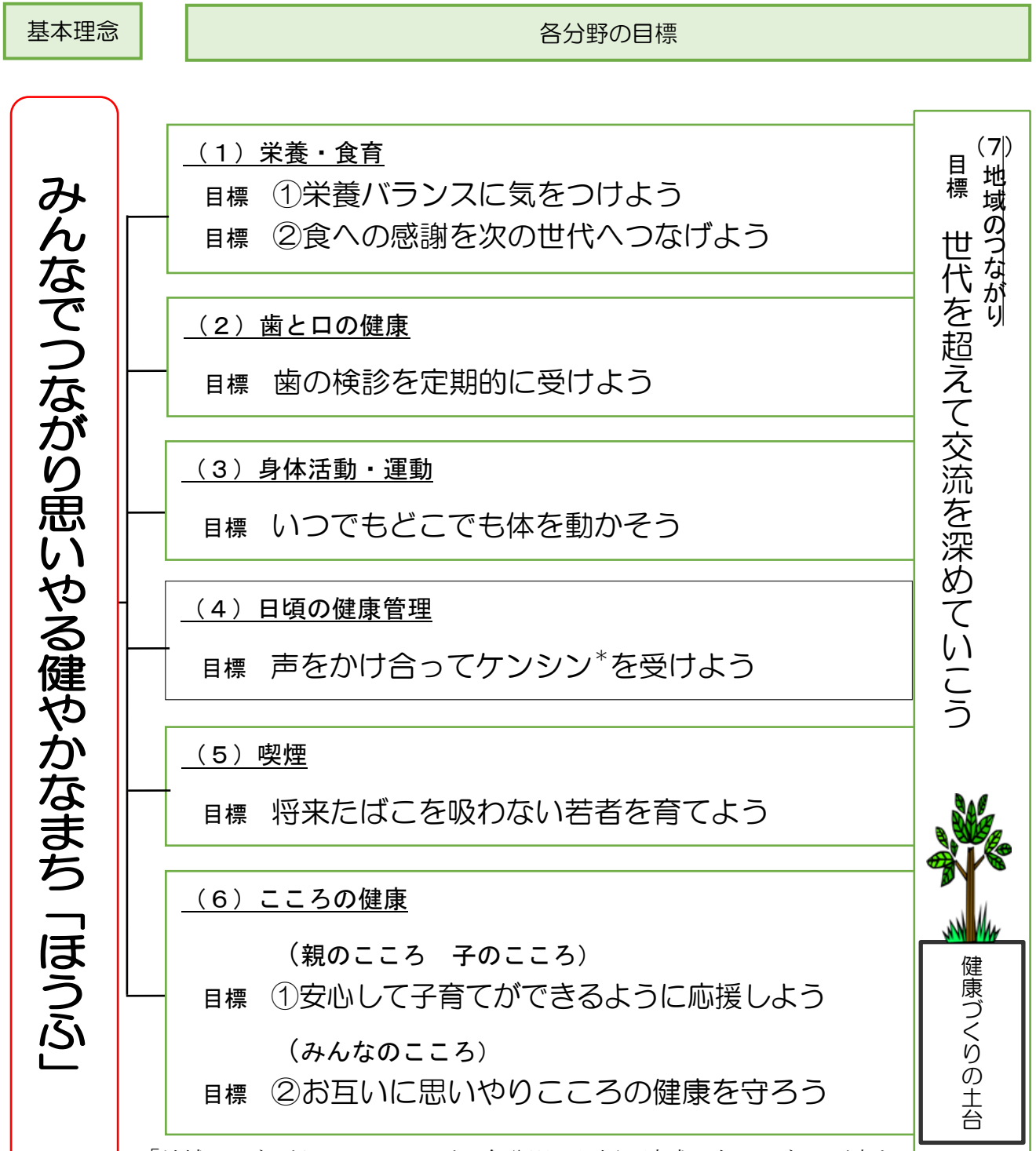
また、持続可能な社会の実現に向けてSDGsの取組が進められており、将来にわたり持続可能なまちづくりを進めるため、SDGsの精神を踏まえた計画とします。

### 2 計画推進の概要

基本理念である「みんなでつながり思いやる健やかなまち「ほうふ」」を目指し、健康づくりを7分野「①栄養・食育②歯と口の健康③身体活動・運動④日頃の健康管理⑤喫煙⑥こころの健康⑦地域のつながり」でとらえ、各分野の目標に向かって、「健やかほうふ21計画（第二次）推進委員会」を年2回開催し、取組を推進してきました。

各分野を世代ごとに現状を把握し、課題を共有し、各団体、市民が計画について知り、日々の活動においてできるところから、健康づくりの取組を推進してきました。

基本理念と各分野の目標



「地域のつながり」についてが、各分野の目標の達成に欠かせない要素となります。各分野の取組を実施することで、地域のつながりの目標が達成できると考えます。

\* ケンシン：防府市では、血液検査等を行う「健康診査」と各種の「がん検診」を示します。

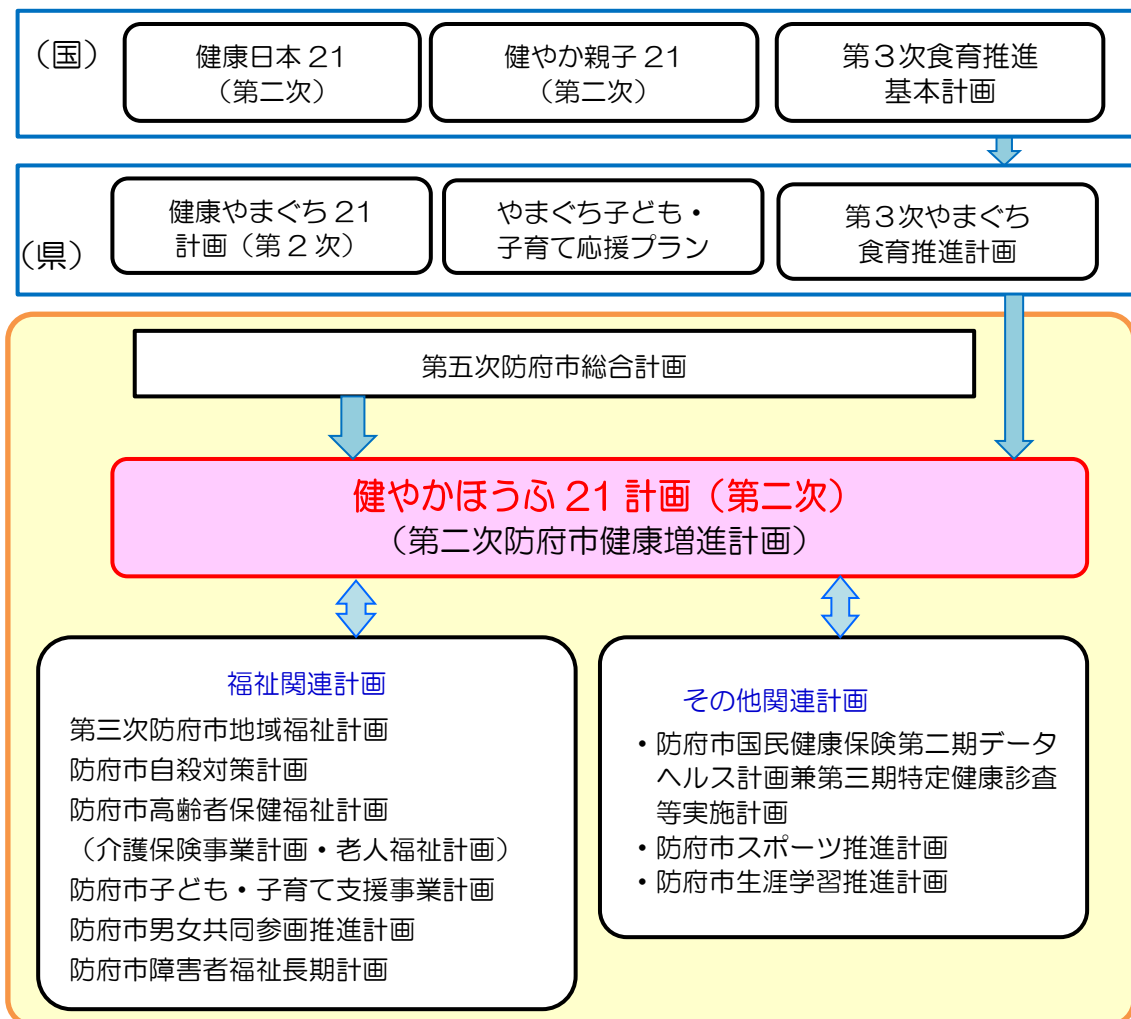


### 3 計画の位置付け

本計画は、健康増進法第8条に基づく「市町村健康増進計画」と「健やか親子21計画」、食育基本法第18条の「市町村食育推進計画」とを統合した計画で、各世代に応じた健康づくりと食育を一体的に取り組むことが出来る「健やかほうふ21計画（第二次）」として位置づけます。

また、本計画は、国の「健康日本21（第二次）」、「健やか親子21（第二次）」、「第3次食育推進基本計画」、山口県の「健康やまぐち21計画（第2次）」、「やまぐち子ども・子育て応援プラン」、「第3次やまぐち食育推進計画」等の趣旨に沿って策定しています。

「第五次防府市総合計画」を踏まえ、「第三次防府市地域福祉計画」、「防府市自殺対策計画」、「第九次防府市高齢者保健福祉計画」「第2期防府市子ども・子育て支援事業計画」「第五次防府市障害者福祉長期計画」「防府市国民健康保険第二期データヘルス計画兼第三期特定健康診査等実施計画」「防府市スポーツ推進計画」等との整合・連携を図ります。

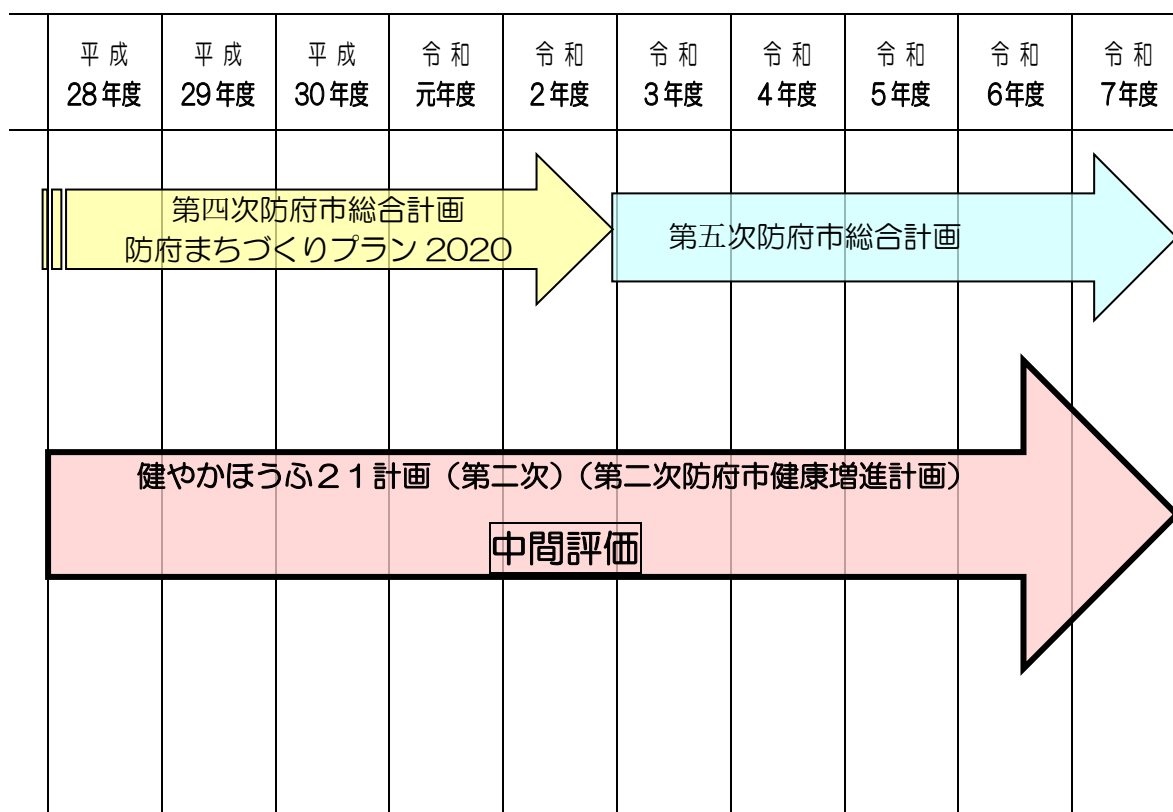


## 4 計画の期間

本計画は、平成28年（2016年）度から令和7年（2025年）度の10年間を計画期間とします。

社会情勢や法制度、関連する取組の状況の評価するとともに、本市を取り巻く状況の変化等を考慮し、中間年となる令和2年度に「中間評価・見直し」を行います。

そして、その評価・見直しの結果を市民の健康づくりの継続的な取組を反映させることにより、令和7年（2025年）度の計画の最終評価における目標達成を目指します。



## 5 中間評価のための市民アンケートの実施について

市民の健康づくりに対する現状の把握と、本計画の分野ごとの指標について評価し、「健やかほうふ21計画（第二次）」中間評価のための基礎資料とするために、アンケートを実施しました。

### (1) 調査期間

令和元年7月4日～令和元年8月30日

### (2) アンケートの概要

アンケートの種類	設問数	配布方法	調査対象者	対象者件数	回収数	有効回収数	有効回収率
健康づくりに関するアンケート	12	妊娠届	妊婦	127	110	110	86.6
子育てと健康づくりに関するアンケート	24	郵送	乳児保護者	121	72	72	59.5
	22	健診会場	1歳6か月児保護者	155	149	149	96.1
	23	健診会場	3歳児保護者	149	141	141	94.6
	25	園を通じて	年長児保護者	1,096	915	913	83.3
健康づくりに関するアンケート	13	学校を通じて	小学5年生	993	932	930	93.7
	13	学校を通じて	中学2年生	915	852	852	93.1
	17	学校を通じて	高校2年生	1,145	1,097	1,092	95.4
健康づくりアンケート	33	郵送	成人 (20～70歳代)	1,200	469	469	39.1
合計				5,901	4,737	4,728	80.1

## 第1章 防府市健康増進計画中間評価について

## 第2章 統計から見た市民の現状

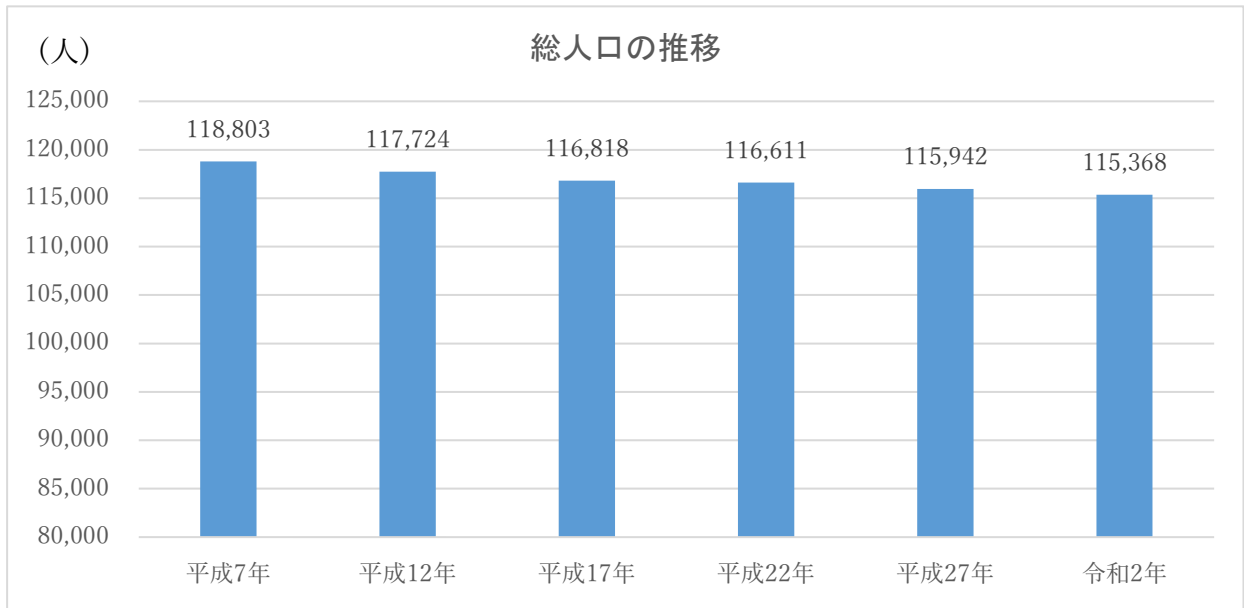


## 第2章 統計からみた市民の現状

### 1 人口の状況

#### (1) 人口

本市の総人口は、緩やかに減少しています。



資料：国勢調査、令和2年は住民基本台帳

※令和2年は3月末時点

## (2) 年齢3区分人口

本市の年齢3区分人口は、平成7年から平成27年までの間で、年少人口（0～14歳）が3.1ポイント減少、生産年齢人口（15～64歳）が9.2ポイント減少しているのに対し、老年人口（65歳以上）は12ポイント増加しています。

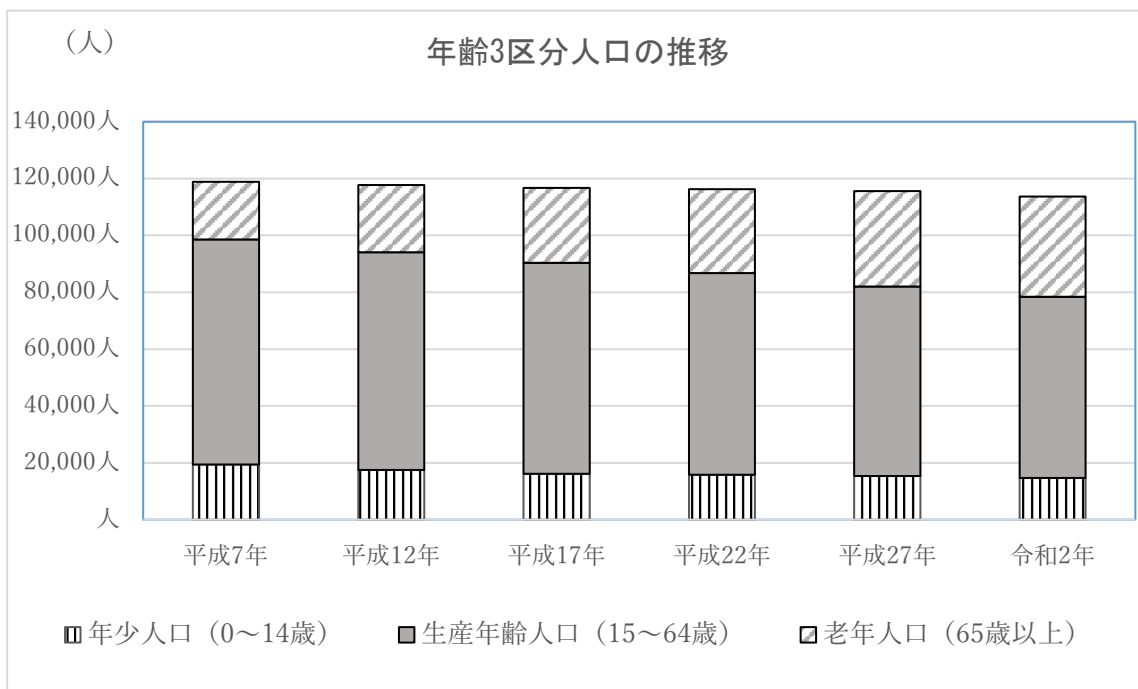
令和2年度においても、年少人口及び生産年齢人口は減少、老年人口は増加傾向にあり、少子高齢化は進行しています。

年齢3区分人口の推移

区分	年	平成7年	平成12年	平成17年	平成22年	平成27年	令和2年
総人口		118,803人	117,724人	116,818人	116,611人	115,942人	113,659人
年少人口 (0～14歳)		19,408人	17,545人	16,144人	15,771人	15,331人	14,678人
	割合	16.3%	14.9%	13.8%	13.5%	13.2%	12.9%
生産年齢人口 (15～64歳)		79,178人	76,568人	74,202人	71,042人	66,700人	63,741人
	割合	66.7%	65.0%	63.6%	61.1%	57.5%	56.1%
老年人口 (65歳以上)		20,217人	23,610人	26,387人	29,506人	33,582人	35,240人
	割合	17.0%	20.1%	22.6%	25.4%	29.0%	31.0%

※総人口は、年齢不詳を含むため合計は必ずしも一致しない。

資料：国勢調査、令和2年は防府市人口ビジョン





## 2 出生の状況

本市の出生数は、平成7年に1,036人でしたが、令和元年では877人と減少しています。

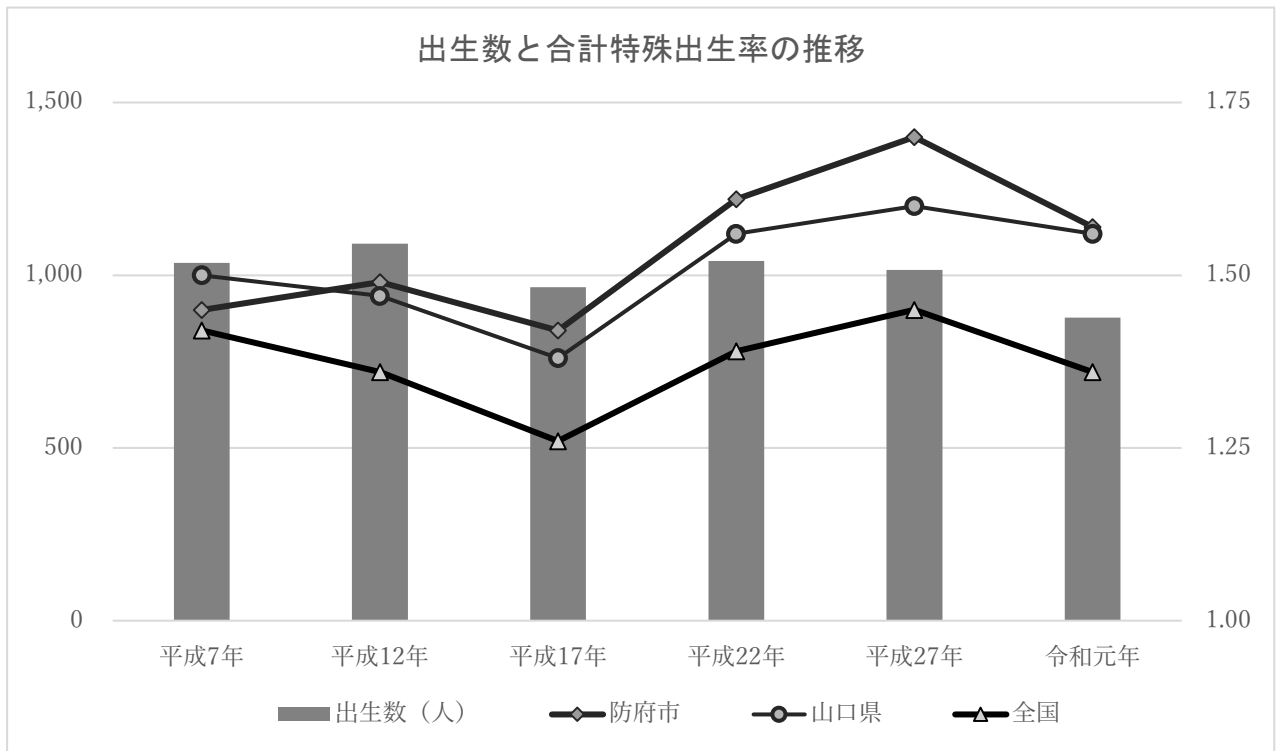
合計特殊出生率\*は、令和元年は1.57で全国平均と山口県平均を上回っていますが、現在の人口を維持するのに必要とされる2.07を大きく下回っています。

出生数と合計特殊出生率の推移

		平成7年	平成12年	平成17年	平成22年	平成27年	令和元年
出生数（人）		1,036	1,091	965	1,041	1,015	877
合計特殊出生率	防府市	1.45	1.49	1.42	1.61	1.70	1.57
	山口県	1.50	1.47	1.38	1.56	1.60	1.56
	全 国	1.42	1.36	1.26	1.39	1.45	1.36

資料：出生数は住民基本台帳に基づく人口、人口動態及び世帯数（総務省）

合計特殊出生率は、防府市は国勢調査、市町年齢別推計人口（山口県）、人口動態調査から算出  
全国、山口県は人口動態調査

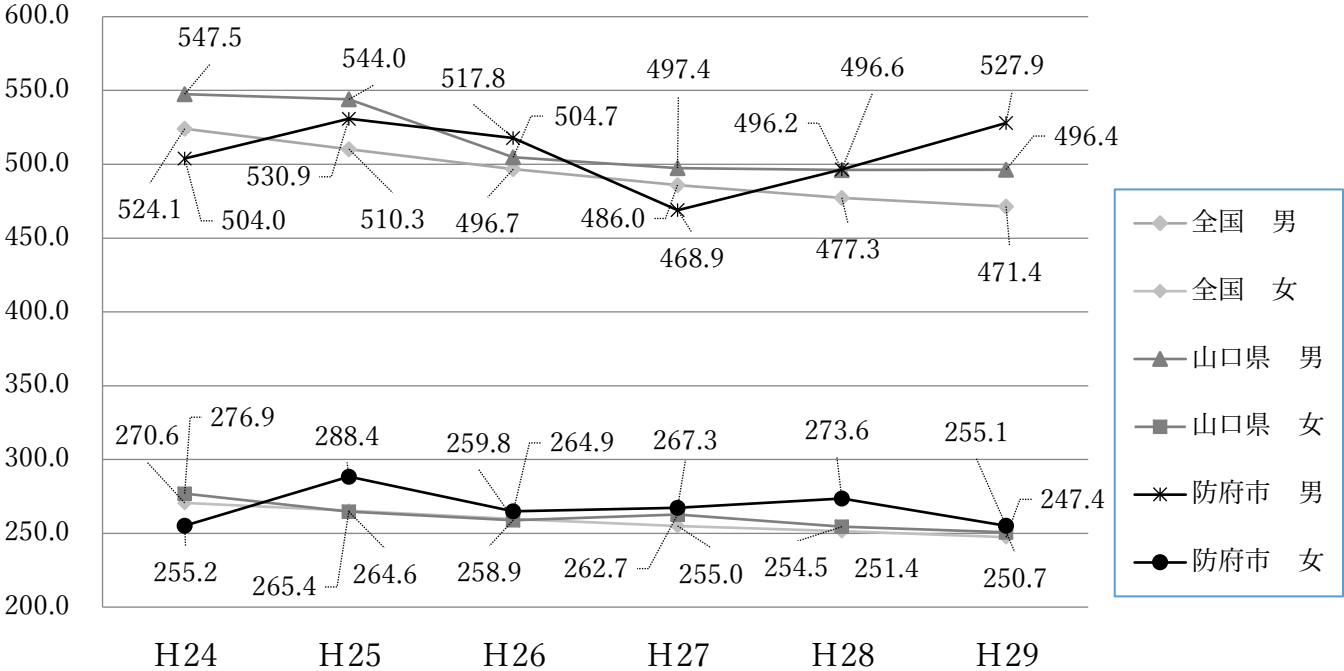


### 3 死亡の状況

#### (1) 年齢調整死亡率\*の推移(人口10万対)

本市の年齢調整死亡率は、全国・山口県とほぼ同率で推移しています。

年齢調整死亡率の推移 (人口10万対)

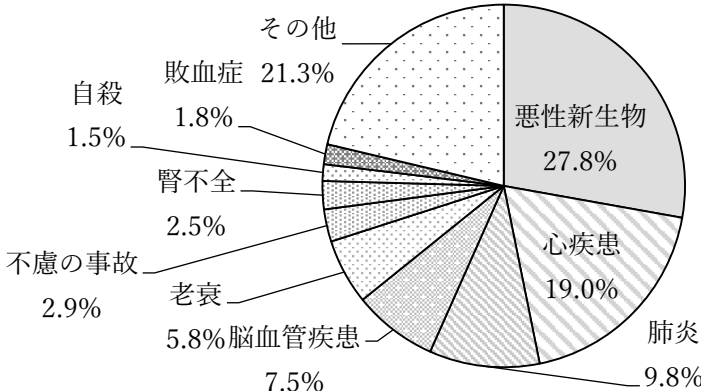


資料： 全国は e-Stat 政府統計の総合窓口  
山口県、防府市はやまぐち健康マップ

#### (2) 死因別死亡割合

本市の死因第1位は悪性新生物、2位は心疾患、3位は肺炎となっています。三大生活習慣病（悪性新生物・心疾患・脳血管疾患）が50%強を占めています。

死因別死亡割合



資料：平成30年山口県保健統計年報

### 第3章 これまでの現状と課題



## 第3章 これまでの現状と課題

計画策定時からこれまでの5年間で見えてきた各分野、各世代における現状を、健やかほうふ21計画（第二次）推進委員会で共有し、それぞれの立場でできる取組や、日頃感じている市民の健康づくりの課題等について検討を行い、連携を図りながら、取組を進めてきました。

### 1 策定時からの課題のまとめ

- 子どもの頃は、家庭や学校で健康的な生活を送り実践する力を学んできましたが、20歳代ではどの分野も気になる現状がありました。子どもの頃に身につけた健康的な生活を20歳代で実践できるようになるために、家庭や学校・地域が連携して子ども世代や子育て世代へ働きかけるとともに、20歳代が学び直しができるよう様々な機会を設け働きかけることが必要です。
- 健康寿命の延伸のためには、生活習慣病の予防やこころの健康を保つことが大切です。働く世代が日ごろの生活の中で健康を意識し、楽しく健康づくりに取り組めるよう、職域と連携した取組が更に必要です。

### 2 これまでの主な取組（概要）

#### 推進委員会での意見

- ・健康づくりの大切さについて、それぞれの立場で市民の人に、伝えていきたい。
- ・健康づくりを進めるためには「継続」と「繰り返し」が必要で、いろいろなところで健康づくりの情報を伝えていきたい。

#### 【このような思いから取り組んだこと】

- (1) 市広報における「連載 健やかほうふ21計画（第二次）」の掲載  
市民一人ひとりや関係機関、団体に対して計画について周知を図り、健康づくりについて考えるきっかけとして、各推進委員や市民の皆様からの協力をいただきながら、2年間の連載を行いました。
- (2) 関係機関、団体への周知  
推進委員から、所属団体や周りの市民に、健康づくりを広めるために、各推進委員の協力により、各団体でこの計画について伝え、各団体での活動に健康づくりを取り入れられるように、市民の健康づくりの課題や取組のポイントを伝えました（別紙1）。

● 市広報における連載（一部）

### 市広報(H31.2.1号)



### 市広報(H31.1.1号)



市広報 (R2.4.1号)

## みんなでつながり思いやる健やかなまち「ほうふ」を目指して・・・

～健やかほうふ 21 計画推進委員会委員から一言メッセージ!～





連載『健やかほうふ21計画(第二次)』のバックナンバーは、市ホームページで公開しています。



健やかほうふ 21 計画 (第二次) 推進委員会事務局【市保健センター・☎ 24-2161】

### 推進委員会での意見

- ・現在の市民の現状を知り、特に、若い世代、働く世代の健康づくりが心配であることがわかった。食生活や運動、タバコ、ケンシン受診などについて、お互いに連携をして働きかけをしていきたい。

### 【このような思いから取り組んだこと】

(1) 働く世代の健康づくりをより一層強化するため、商工会議所と連携し、ゲートキーパー\*養成講座の開催や健康情報の発信を行いました。また、全国健康保険協会山口支部と包括連携協定を締結しました。



- (2) レノファ山口とワークショップを開催し、若者世代や無関心層への効果的な啓発活動について意見交換を行いました。
- (3) 幼稚園、保育園との連携により、保健師、栄養士から若い世代の親への健康についての情報提供を、園だより等を活用して開始しました。
- (4) 事業所で行われる職員研修の場や、地域での会合等に保健師、栄養士が出向き、健やかほうふ21計画（第二次）と健康づくりについて講話を行いました。
- (5) 推進委員会でのつながりから、民生委員や各自治会の集まり等の地域の集まりや幼稚園に、保健師や栄養士、医療専門職が出向き、講話を行いました。

●レノファ山口とのワークショップ



●健康づくりについて山口県農業協同組合にて講話



	妊婦・乳幼児とその保護者	小・中学生とその保護者	高校生とその保護者	20~30歳代	40~50歳代	60歳以上
<b>目指す姿</b>	愛情いっぱい 基本的な生活習慣の基礎を身につけよう	自分を大切に 基本的な生活習慣を学び実践しよう	自分も友人も家族も大切に 自立に向けた健康的な生活を送る力を身につけよう	楽しい人生のために 健康を意識した生活を送ろう (早く気づいて20歳代)	お互いを大切に 体と心の状態をチェックし、健康的な生活を習慣づけよう (まだまだ間に合う40、50歳代)	家族・仲間、地域と共に 健康習慣を維持し、次世代へ生活習慣の基礎を伝えよう
<b>食べよう部会</b>	栄養・食育 早寝早起き朝ごはん！ 朝食を食べている子ども 約9割(年齢があがるほど、食べなくなる) 栄養バランスを考え実践している妊婦 約3割		朝ごはんを食べよう	主食・主菜・副菜のそろった食事をしよう 20歳代は毎日朝食を食べている人は6~7割、野菜の摂取量も少ない。バランスのとれた食事を実践している人も2~3割		家族や仲間と一緒に食事を楽しもう 朝食を食べている人 約9割
	健康 虫歯にならないための生活習慣 3歳児のむし歯 約2割(国・県より低い)	1日3回歯をみがこう 中学生のむし歯 約6割(国・県より高くなる)			歯科検診を定期的に行こう 40~50歳代男性で毎日朝食を食べている人は7割。1日の野菜摂取量も、全世代の中で最も少ない。 歯科検診を受けている人 約5割	
<b>動こう部会</b>	身体活動・運動 家族や友人と楽しく体を動かそう	友人等と運動を楽しもう スポーツをしている男子6割 女子3割		生活の中で意識して体を動かそう 20~40歳代女性で、運動習慣がある人は1割以下	体力チェック・ロコモチェックをして、自分の体の状態を知ろう 女性は40歳代、男性は50歳代で2割がロコモチェックに該当 60歳代になると、運動する人が増加	家族や仲間と楽しく体を動かそう
	健康管理 ケンシンの大切さについて学ぼう 乳幼児健診受診率約95%以上 妊婦健診受診率ほぼ100%		学校の健診 受診率ほぼ100%	体重測定等やケンシンを受けて、自分の体の状態を知ろう 健診受診率 20歳代は30~40%	定期的にケンシンを受けて、生活を改善しよう 家族や友人にケンシンの大切さを伝えよう 60歳代は健診受診率が低下 がん検診受診率(県内13市中) 肺がん12位、大腸がん13位	
<b>守ろう部会</b>	喫煙 子どもをたばこの害から守ろう 乳幼児期の親の喫煙 父親:4~5割、母親:約1割	たばこの害について学び、喫煙の誘いを断わる方法を身につけよう たばこの害を知っている子どもは成長と共に増加するが、「将来たばこを吸いたくない」と思う子どもは、成長と共に減少		たばこを吸わないようにしましょう 喫煙者の割合	周りの人にたばこの害や禁煙の大切さを伝えよう 禁煙をしよう 男性は県内で1番高い(ワースト1位)、女性は4番目に高い	
	こころの健康 子どもの声に耳を傾けよう 言葉で愛情を伝えよう 困った時は身近な大人に相談しよう 相談できる人や場所を持つよう		困った時に相談できる人がいない中高生 男子3割、女子2割	自分にあったストレス対応方法を見つけよう 働く世代でストレスがある人 7~8割	自分の心の状態をチェックしよう 40~50歳代男性は、相談できる人がいない割合が他の世代より高い 相談できる窓口を知っている人は約4割以下	日頃から周りの人とコミュニケーションをとろう
<b>働きかけ部会</b>	各団体が20~30歳代には	子どもの親でもある 子どもに関わる団体(母推、園や学校、PTA等)	子どもの親でもある 企業、医師会、薬剤師会等	企業にとっては、従業員であり、その配偶者である	日頃の活動で出会う地域の人たち 地域の団体(自治会、民生委員、老人クラブ、社協、食推等)	子どもを通じて、保護者の健康について、伝えることができる！
				企業が従業員へ、産業医が従業員へ、従業員同士のコミュニケーションの中で、伝えていける！	日頃の付き合い、地区の活動で出会った人に、健康習慣を維持する事を伝えていける！	



## 第4章 計画推進の評価



## 第4章 計画推進の評価

### 1 各分野の評価方法

分野ごとに指標としている項目について、計画策定時の値と現状値を比較し、その達成状況により、下表のとおり5段階（A, B, C, D, E）で評価しました。また、指標以外の項目や、関連する調査・アンケートのデータの動向も踏まえ、分析・評価しました。

評価を踏まえ、今後重点的に取り組むべき課題を検討し、見直しを実施しました。

評価区分	策定時の値と現状値の比較
A	目標に達している
B	改善しているが、目標に達していない
C	変わらない (策定時と現状値の達成率が+5%~-5%)
D	悪化している
E	数値が出ていない、または把握方法が異なるため評価困難

※ 達成率 = (計画策定時の値 - 現状値) / (計画策定時の値 - 目標値)

## 2 各分野の中間評価・今後の課題

### (1) 栄養・食育

#### (1)-1 栄養

##### 【目標①：栄養バランスに気をつけよう

～くるくる回そう！食事バランスコマ\*～】

##### 市民の目標

まずは「栄養バランスに関心をもとう」

次に「バランスのよい食生活を実践しよう」

さらに「バランスのよい食生活をみんなに広げていこう」

##### 計画策定時からの主な取組

###### ●地域の取組

- ・バランスのよい食生活を意識し実践できるよう、地域や関連団体が、チラシ、ポスター等を利用し、普及・啓発を行いました。
- ・認定こども園・幼稚園・保育所、学校、公民館の教室や子育てサークル等で、すべての年代に「早寝早起き朝ごはん」の大切さや栄養バランスについて学ぶ機会を提供しました。
- ・健康教室や地域行事、文化祭では、主食・主菜・副菜をそろえる食事の大切さについて、食事バランスコマ等を用いて継続して啓発しました。
- ・認定こども園・幼稚園・保育所、学校の給食は、バランスのとれた食事の良い見本であり、献立表や食育だよりで家庭への情報発信を行いました。
- ・関係団体が協力し、働く世代の食生活の改善を図るため、職域・地域において、調理実習や講話を行いました。

###### ●市の取組

- ・乳幼児期から壮年期に対して、ラジオや市広報等あらゆる機会を捉えて、「早寝早起き朝ごはん」、バランスのよい食生活、野菜料理の紹介等、普及・啓発しました。
- ・高齢者に対しては、低栄養予防のための食生活の実践について普及・啓発しました。
- ・地域で、正しい食生活や食育について啓発活動を行う食生活改善推進員・母子保健推進員を育成し、活動についての専門的な助言を実施しました。

中間評価
------

<評価指標の達成状況>

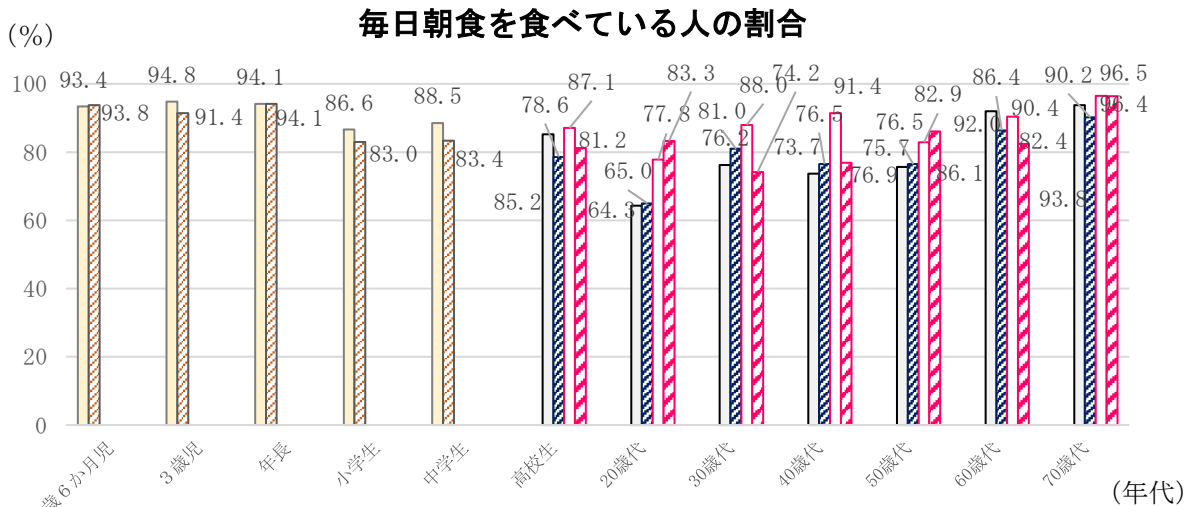
チェック項目（評価指標）		策定時 （平成26年度）	現状値 （令和元年度）	目標値 （令和7年度）	中間 評価	
1 朝食の摂取率の増加	小学5年生	86.6%	83.0%	100%	D	
	中学2年生	88.5%	83.4%		D	
	20歳代男性	64.3%	65.0%	80%	C	
	20歳代女性	77.8%	83.3%		A	
2 栄養バランス等に配慮した食生活を送っている人の割合の増加	20歳代男性	71.4%	15.0%	75%	D	
	20歳代女性	29.6%	25.0%		50%	D
	40歳代男性	21.1%	41.2%			B
	50歳代男性	21.6%	32.4%		B	
3 主食・主菜・副菜のそろった食事を1日2回以上食べる日が週に6日以上ある人の割合の増加	20歳代男性	35.7%	15.0%	40%	D	
	20歳代女性	22.2%	25.0%		B	
	40歳代男性	26.3%	35.3%		B	
	50歳代男性	43.2%	41.2%	50%	D	
4 1日に野菜を3皿以上食べる人の割合の増加	20歳代男性	35.7%	55.0%	40%	A	
	20歳代女性	29.6%	45.8%		A	
	40歳代男性	31.6%	32.4%		B	
	50歳代男性	18.9%	38.2%		B	
5 やまぐち健康応援団に登録している店舗・施設・事業所の増加	食と栄養によるまちづくりの分野の登録施設数	11施設 (H27.7.23)	15施設	20施設	B	

- \*1～4は、平成26年度健やかほうふ21計画（第二次）策定のためのアンケート、  
令和元年度健やかほうふ21計画（第二次）中間評価のためのアンケート  
1の小学5年生、中学2年生は学校教育課資料（平成26年度、令和元年度アンケート）  
\*5は 山口県健康増進課調査

【評価ごと達成割合】

評価	項目数	割合
A（目標に達している）	3	17.7%
B（改善しているが、目標に達していない）	7	41.2%
C（変わらない）	1	5.9%
D（悪化している）	6	35.3%
E（設定した目標又は把握方法が異なるため評価困難）	0	—

<その他関連する市民の現状>

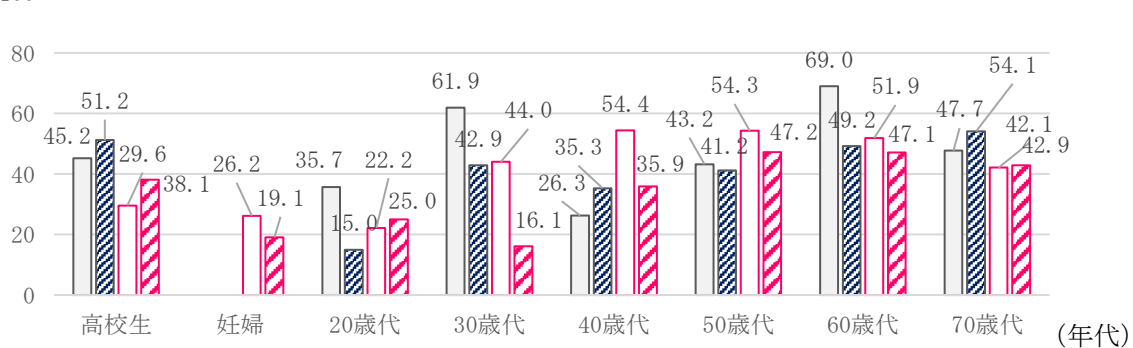


□平成26年度 ■令和元年度 □男性 ■平成26年度 ■男性 ■令和元年度 □女性 ■平成26年度 ■女性 ■令和元年度

資料：1歳6か月児・3歳児健康診査受診票、学校教育課資料（食生活に関するアンケート）  
平成26年度健やかほうふ21計画（第二次）策定のためのアンケート、  
令和元年度健やかほうふ21計画（第二次）中間評価のためのアンケート

（%）

**主食・主菜・副菜のそろった食事を1日2回以上食べる日が週に6日以上ある人の割合**



□男性 ■平成26年度 ■男性 ■令和元年度 □女性 ■平成26年度 ■女性 ■令和元年度

資料：平成26年度健やかほうふ21計画（第二次）策定のためのアンケート、  
令和元年度健やかほうふ21計画（第二次）中間評価のためのアンケート

## <分析>

### 【改善傾向】

- ・〔指標〕朝食の摂取率の割合は、20歳代女性は増加し、目標値に達しています。
- ・〔指標〕栄養バランス等に配慮した食生活を送っている人の割合について、40歳代50歳代男性は増加しました。
- ・〔指標〕主食・主菜・副菜のそろった食事を1日に2回以上食べている人の割合は、20歳代女性、40歳代男性は増加しています。
- ・〔指標〕1日に野菜を3皿以上食べる人の割合は、すべての世代で増加し、20歳代男女は目標に達しています。

### 【維持または悪化傾向】

- ・〔指標〕朝食の摂取率について、子ども世代はやや減少し、目標の100%には至っていません。
- ・〔指標〕20歳代男性の朝食摂取率はほぼ変わらず、目標値とは大きく差があります。
- ・〔グラフ〕30歳代女性、40歳代女性の朝食摂取率は減少しています。
- ・〔グラフ〕主食・主菜・副菜のそろった食事を1日に2回以上食べている人の割合は、20歳代男性、妊婦、30歳代～60歳代女性で減少しています。また、全世代の中で男性では20歳代、女性では30歳代の値が一番低くなっています。

### 今後取り組むべき課題

- ・各団体が行ってきた食の取組は、今後も継続が必要です。
- ・30～40歳代女性は、自らの食事に目を向けにくい世代のようです。各団体に関わる世代へ向けた情報発信が、その家族やつながる方々までに届くような働きかけが必要です。
- ・20～30歳代は、子どもの頃に家庭や学校で学んだ知識や技術を学び直し、実践力を身に付けられるよう働きかけを考えます。
- ・元気な高齢期を迎えるために、40～50歳代へは、企業や各団体と連携した働きかけが必要です。

### 指標の見直し

- ・栄養バランス等に配慮した食生活を送っている人について、20歳代男性については他の世代の目標値と合わせます。

## (1)-2 食育

### 【目標②：食への感謝を次の世代へつなげよう】

#### 市民の目標

まずは「感謝の気持ちを込めて食事のあいさつをしよう」  
次に「家族や仲間と一緒に食事を楽しもう」  
そして「地元の旬の食材を食卓に取り入れよう」  
さらに「食に関する生産体験活動进行しよう」

#### 計画策定時からの主な取組

##### ●地域の取組

- ・食育に関心を持てるよう、地域や関連団体で、すべての世代にあらゆる機会を活用して、チラシ、ポスター等を利用した普及・啓発を行いました。
- ・認定こども園・幼稚園・保育所、学校では、食の生産活動体験や食の大切さについて学ぶ機会があり、継続して学習しています。毎日の給食は、食育の生きた教材であり、献立表や食育だよりを通じて家庭への情報発信も行いました。
- ・学校給食では、学校給食週間、地場産給食の日、委員会活動の取組において、旬の農産物や生産者の紹介等を行いました。
- ・地域の公民館活動や関係団体による調理体験、農漁業体験等を通して、食の大切さ、地産地消のすすめ、郷土料理の伝承を行いました。
- ・関係団体が連携して、地元の食材を使ったレシピの作成や勉強会を開催し、地産地消について普及啓発に取り組みました。
- ・地域の行事やサロンを通して、食育について学ぶ機会や仲間と一緒に楽しく食事する機会の提供を行いました。

##### ●市の取組

- ・ラジオや市広報等で「食育の日（毎月19日）」「食育月間（6月）」を周知し、食事のマナーや楽しく食事をする事について啓発を行いました。
- ・健康教育や相談、各種教室の中で、食への感謝の心を持つことや共食することの大切さを伝え、家族や仲間と一緒に食事をする中で、親から子へ、次の世代へ食育がつながることを普及・啓発しました。
- ・食中毒予防方法や食品表示の見方等、食の安心・安全に関する正しい情報をリーフレットを活用して発信しました。
- ・地域で、正しい食生活や食育について啓発活動を行う食生活改善推進員・母子保健推進員を育成し、活動についての専門的な助言を実施しました。



## 中間評価

## ＜評価指標の達成状況＞

チェック項目（評価指標）		策定時 （平成26年度）	現状値 （令和元年度）	目標値 （令和7年度）	中間 評価
1 ほとんど毎日共食する人の割合（朝食）の増加	20歳代男性	25.0%	25.0%	35%	C
	30歳代男性	44.4%	9.5%		D
	40歳代男性	52.9%	32.4%		D
	50歳代男性	43.8%	35.3%		D
2 ほとんど毎日共食する人の割合（夕食）の増加	20歳代男性	55.6%	45.0%	65%	D
	30歳代男性	62.5%	38.1%		D
	40歳代男性	43.8%	55.9%	50%	A
	50歳代男性	41.9%	26.5%		D
3 食育に関心がある人の割合の増加	20歳代男性	57.1%	85.0%	70%	A
	20歳代女性	60.0%	83.3%		A
	30歳代男性	53.8%	81.0%		A
4 よくかんで味わって食べるなどの食べ方に関心のある人の割合の増加	成人	65.8%	63.8%	80%	D
5 地域の郷土料理を食べたり、地場産物を活用することを心がけている人の割合（いつも・ときどき）の増加	成人男性	40.6%	33.7%	50%	D
	成人女性	58.8%	51.9%	70%	D
6 「いただきます」、「ごちそうさま」のあいさつを心がけている人の割合（いつも・ときどき）の増加	20歳代男性	72.4%	53.8%	80%	D
	20歳代女性	70.6%	87.9%		A
	30歳代男性	71.9%	80.6%		A
7 箸の正しい持ち方を教えている人の割合の増加	年長児の保護者	84.6%	87.7%	95%	B

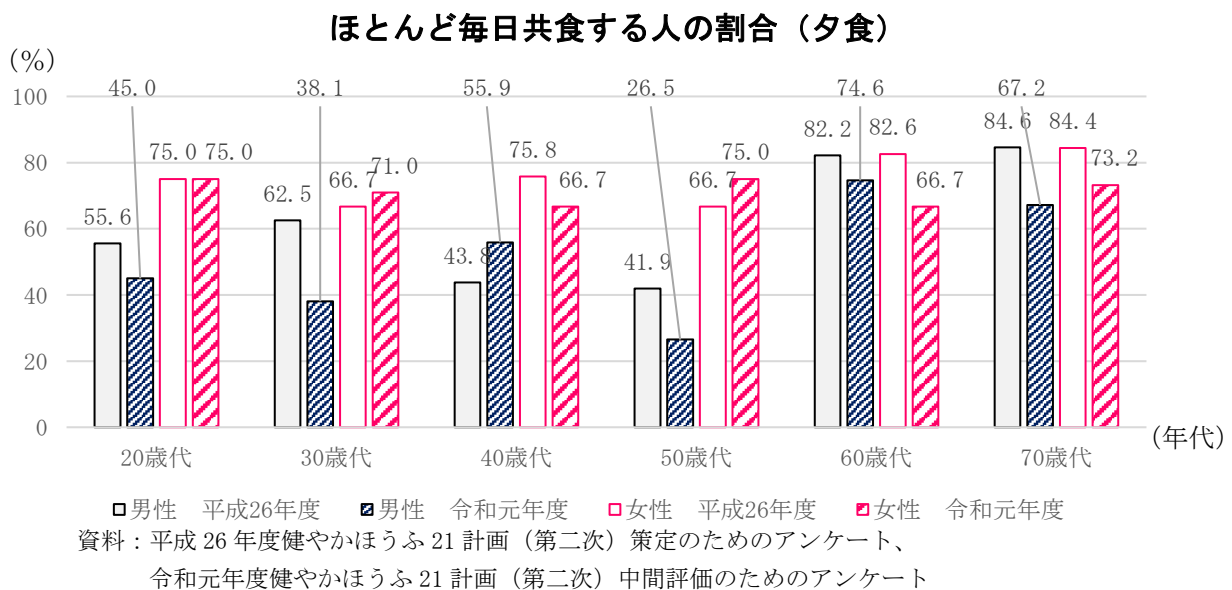
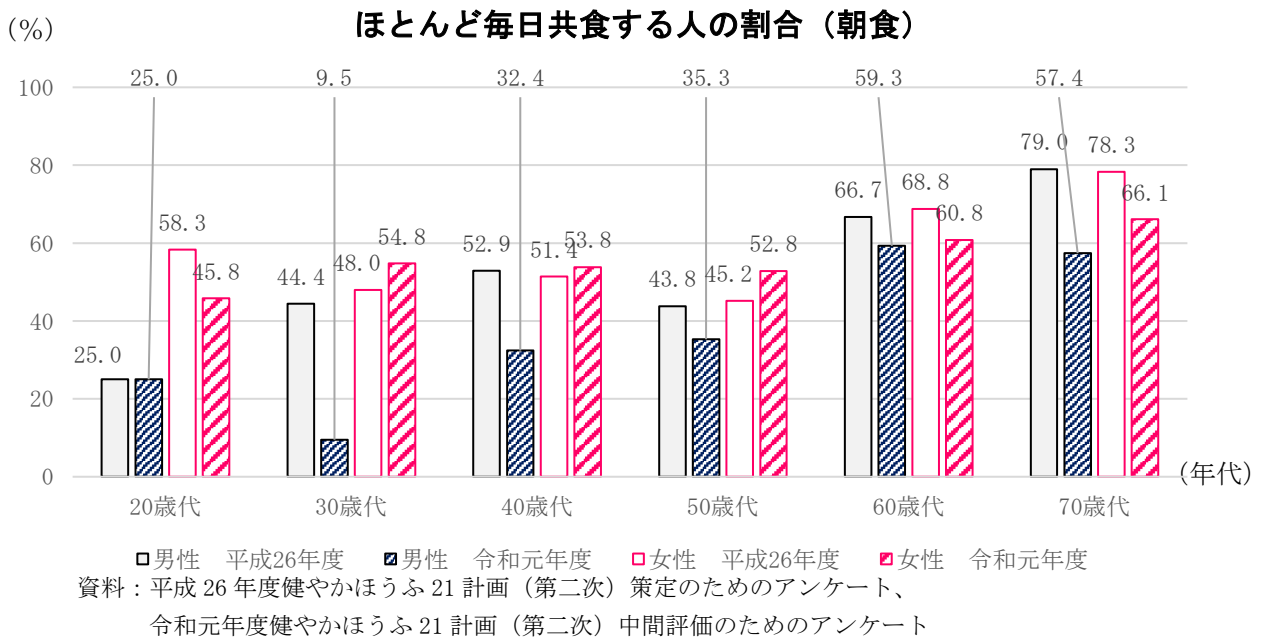
\*1～4・7は、平成26年度健やかほうふ21計画（第二次）策定のためのアンケート、  
令和元年度健やかほうふ21計画（第二次）中間評価のためのアンケート

\*5・6は、平成26年度、平成29年度健康づくりに関する県民意識調査

【評価ごと達成割合】

評価	項目数	割合
A (目標に達している)	6	33.3%
B (改善しているが、目標に達していない)	1	5.6%
C (変わらない)	1	5.6%
D (悪化している)	10	55.6%
E (設定した目標又は把握方法が異なるため評価困難)	0	—

<その他関連する市民の現状>



## <分析>

### 【改善傾向】

- ・〔指標〕ほとんど毎日共食する人の割合（夕食）では、40歳代男性が策定時より増加し、目標に達しています。
- ・〔指標〕食育に関心がある人の割合は、20歳代男女、30歳代男性で80%以上となり、目標に達しています。
- ・〔指標〕「いただきます」、「ごちそうさま」のあいさつを心がけている人の割合（いつも・ときどき）は、20歳代女性、30歳代男性で増加し、目標に達しています。

### 【維持または悪化傾向】

- ・〔グラフ〕ほとんど毎日共食する人（朝食）（夕食）の割合は、策定時より全体的に低下しており、ほぼすべての年代で男性は女性より割合が低くなっています。
- ・〔グラフ〕ほとんど毎日共食する人の割合（朝食）をみると、特に30歳代男性の割合が大幅に減少しています。
- ・〔指標〕よくかんで味わって食べるなどの食べ方に関心のある人の割合は、やや減少しました。

### 今後取り組むべき課題

- ・各団体が行ってきた食の取組は、今後も継続が必要です。それらを、親から子へ、次の世代へと伝えていくことの必要性を普及・啓発していきます。
- ・「食への感謝」や「あいさつ」「はしの持ち方」等は、家族や仲間と一緒に食事し、繰り返し行うことで身につくことから、コミュニケーションを図り楽しく食卓を囲むことをさらに啓発する必要があります。
- ・子育て中の親世代に対しては、家庭の中で子から親へと波及する効果を期待し、子どもに食育の大切さを伝えていく必要があります。

### 指標の見直し

- ・特に必要なし

## (2) 歯と口の健康

### 【目標：歯の検診を定期的に受けよう】

#### 市民の目標

まずは「歯と口の健康に関心をもとう」  
次に「正しい歯みがき習慣を身につけよう」  
そして「歯の検診を定期的に受けよう」

#### 計画策定時からの主な取組

##### ●地域の取組

- ・子育てサークル等で、歯と口の健康に関心がもてるよう、エプロンシアター等を活用した普及啓発を行いました。
- ・認定こども園・幼稚園・保育所、学校では、歯科検診にあわせ、保健だより等で知識の普及を行いました。
- ・小学校で、希望者に対してフッ素洗口を行いました。
- ・成人期における歯周病予防対策のため、一部の事業所では無料の歯科検診の機会を設け、歯科検診の受診を推進してきました。
- ・歯科医師会では、歯と口の健康週間に無料検診を実施しました。
- ・やまぐち健康経営認定企業<sup>\*</sup>において、歯科保健の取組項目を設けました。

##### ●市の取組

- ・乳幼児期の健診において、かかりつけの歯科医をもつことの普及を行いました。
- ・乳幼児相談や健診において、歯科衛生士による歯磨き指導を実施しました。
- ・乳幼児相談において、子育て世代の母親に、自身の歯の健康に関心をもってもらおう、お母さんのための健康チェック（隔月）を行いました。
- ・母子手帳交付時に、歯の健康についての指導を強化しました。
- ・ラジオや市広報で歯科検診や歯磨きの大切さの普及啓発を行いました。

### 中間評価

#### <評価指標の達成状況>

チェック項目（評価指標）		策定時 (平成 26 年度)	現状値 (令和元年度)	目標値 (令和 7 年度)	中間 評価
1 むし歯(う歯)のある人の割合(処置完了者を含む。)の減少 ※策定値は平成 25 年度	1 歳 6 か月児	1.2%	1.3%	0%	D
	3 歳児	18.2%	14.1%	10%	B
	小学生	51.2%	43.9%	40%	B
	中学生	58.7%	36.4%	48%	A
2 歯ぐきが赤く腫れてぶよぶよしたり、歯を磨いた時に血が出ることもある人の割合の減少	小学生	2.0%	3.0%	0%	D
	中学生	7.6%	2.2%	5%	A
	高校生	6.8%	5.5%		B
	20 歳代	9.8%	9.1%		B
	40 歳代	13.0%	11.0%	10%	B
	60 歳代	7.8%	8.2%	5%	D
3 過去 1 年間に歯科検診を受診した人の割合の増加	妊婦	47.0%	34.7%	65%	D
	成人	48.8%	52.8%		B
4 そしゃく良好者(食事のとき何でもかめる人)の割合の増加	60 歳代	57.8%	59.1%	70%	B

\*1 の 1 歳 6 か月児・3 歳児は、平成 25 年度、平成 30 年度「山口県の母子保健」

\*1 の小・中学生、2 の小・中学生は、平成 25 年度、令和元年度「防府市児童生徒のからだ」

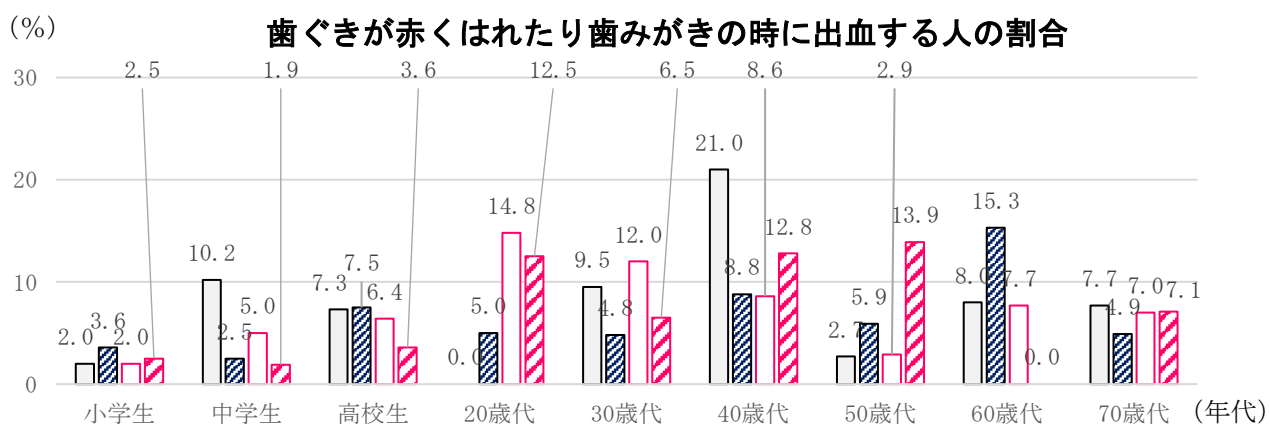
\*2 の高校生～60 歳代、3 の妊婦、4 は、平成 26 年度健やかほうふ 21 計画(第二次)策定のためのアンケート、令和元年度健やかほうふ 21 計画(第二次)中間評価のためのアンケート

\*3 の成人は、平成 26 年度、平成 29 年度健康づくりに関する県民意識調査

【評価ごと達成割合】

評価	項目数	割合
A (目標に達している)	2	15.4%
B (改善しているが、目標に達していない)	7	53.9%
C (変わらない)	0	0 %
D (悪化している)	4	30.8%
E (設定した目標又は把握方法が異なるため評価困難)	0	—

<その他関連する市民の現状>

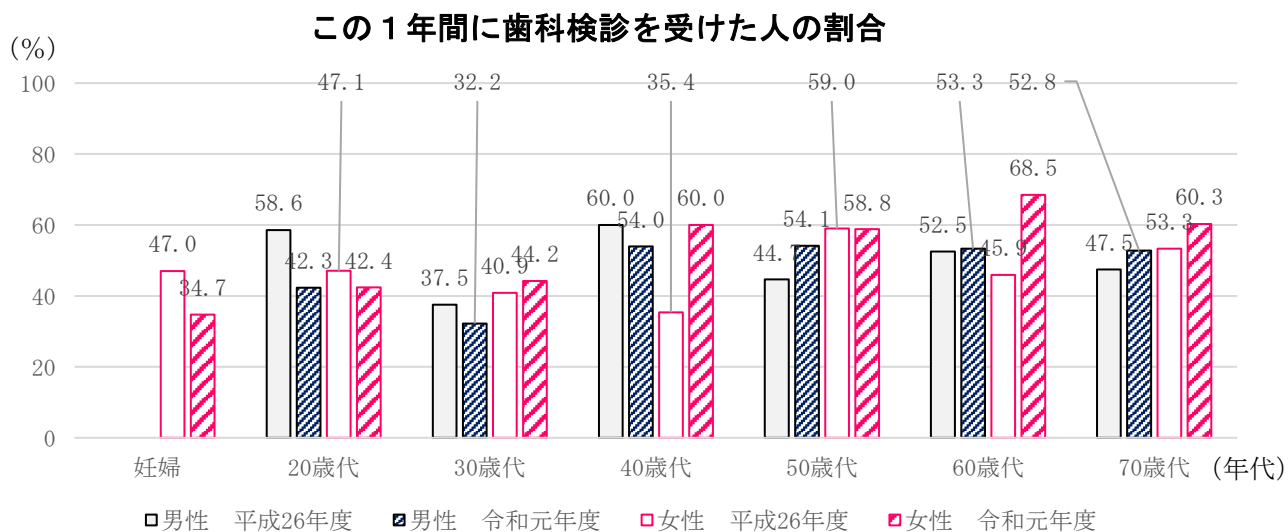


□男性 平成26年度    ■男性 令和元年度    □女性 平成26年度    ■女性 令和元年度

資料：平成26年度、平成元年度防府市児童生徒のからだ

平成26年度健やかほうふ21計画（第二次）策定のためのアンケート、

令和元年度健やかほうふ21計画（第二次）中間評価のためのアンケート



□男性 平成26年度    ■男性 令和元年度    □女性 平成26年度    ■女性 令和元年度

資料：平成26年度健やかほうふ21計画（第二次）策定のためのアンケート、

令和元年度健やかほうふ21計画（第二次）中間評価のためのアンケート

## <分析>

### 【改善傾向】

- ・〔指標〕中学生は、むし歯（う歯）のある人の割合と歯ぐきが赤く腫れてぶよぶよしたり、歯を磨いた時に血が出る人がいる人の割合ともに減少し、目標にも達しています。
- ・〔指標・グラフ〕過去1年間に歯科検診を受診した人の割合をみると、成人全体の歯科受診した人の割合は増加しました。中でも40歳代女性と、60歳代女性については、大幅に増加しています。

### 【維持または悪化傾向】

- ・〔グラフ〕歯ぐきが赤く腫れてぶよぶよしたり、歯を磨いた時に血が出る人がいる人の割合をみると、20歳代男性、40～50歳代女性、60歳代男性は増加しています。
- ・〔グラフ〕過去1年間に歯科検診を受診した人の割合をみると、妊婦、20歳代男女、30～40歳代の男性で減少しています。

### 今後取り組むべき課題

- ・妊婦、働く世代の歯科検診率の増加へ向けた取組が必要です。歯科検診の機会がない世代（妊婦、働く世代、子育て世代）が、自分で歯の健康を意識するため、関係団体で実施している歯に関する取組を周知する等働きかけが大切です。

### 指標の見直し

- ・特に必要なし

### (3)身体活動・運動

#### 【目標：いつでもどこでも体を動かそう】

##### 市民の目標

まずは「体を動かすことの大切さを知ろう」  
次に「生活の中で、体を動かすように心かけよう」  
さらに「仲間や家族と一緒に体を動かそう」

##### 計画策定時からの主な取組

###### ●地域の取組

- ・各関係団体が、地域の活動や集いの場で、各世代に応じて、楽しく体を動かすとともに、運動の大切さを伝えました。
- ・地域の行事や集いの場で、簡単にできる体操を取り入れました。
- ・ウォーキング大会を開催し、体を動かす機会を提供しました。
- ・市や関係団体が、世代に応じた運動・スポーツ(グラウンドゴルフやペタンク、バレーボール、キックベースボール等)のイベントを開催しました。
- ・各関係団体や事業所等が、山口県公式ウォーキングアプリやまぐち健幸アプリを活用し、仲間とともに楽しく体を動かす機会を提供しました。
- ・親子で楽しく体を動かせる体操を考え、場や機会を提供しました。

###### ●市の取組

- ・市広報やホームページ、ラジオ、各種保健事業の場を通して、運動の効果や、気軽に取組める体操についての情報提供や、日常生活の中で体を動かすことの大切さについて普及啓発を行いました。
- ・運動やスポーツに関心を持ち、継続的に取り組んでもらうため、各種スポーツイベントや運動に関する教室を開催しました。
- ・山口県公式ウォーキングアプリやまぐち健幸アプリを活用し、市民が仲間と楽しく運動に取り組めるよう普及啓発に努めました。



**中間評価**

＜評価指標の達成状況＞

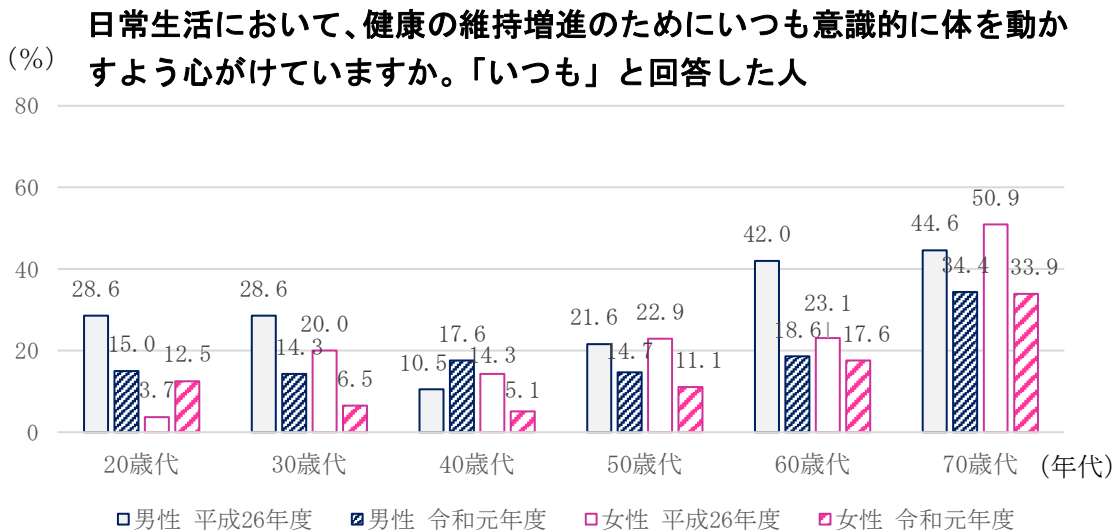
チェック項目（評価指標）		策定時 （平成26年度）	現状値 （令和元年度）	目標値 （令和7年度）	中間 評価
1 普段運動不足を感じている人の割合の減少	20歳代女性	77.8%	79.2%	60%	D
	30歳代女性	76.0%	77.4%		D
	40歳代男性	68.4%	67.6%		B
	40歳代女性	85.7%	76.9%		B
	50歳代男性	73.0%	61.8%		B
2 日常生活において、健康の維持・増進のためにいつも意識的に体を動かすように心がけている人の割合の増加	20歳代女性	3.7%	12.5%	50%	B
	30歳代女性	20.0%	12.5%		D
	40歳代男性	10.5%	11.6%		C
	40歳代女性	14.3%	5.1%		D
	50歳代男性	21.6%	14.7%		D
3 1日30分以上の、軽く汗をかく運動を週2回以上、1年以上継続して実施している人の割合の増加	20歳代女性	3.7%	12.5%	20%	B
	30歳代女性	8.0%	12.9%		B
	40歳代男性	31.6%	23.5%	40%	D
	40歳代女性	5.7%	10.3%	15%	B
	50歳代男性	35.1%	26.5%	45%	D
4 ロコモ該当者の割合の減少	40歳代男性	13.3%	10.8%	10%	B
	40歳代女性	22.9%	15.0%	15%	A
	50歳代男性	21.1%	29.7%		D
	50歳代女性	21.3%	27.5%	D	
	60歳代男性	27.1%	17.8%	20%	A
	60歳代女性	26.2%	35.2%		D
	70歳代男性	41.0%	49.1%	35%	D
	70歳代女性	54.7%	54.4%	50%	B
5 やまぐち健康応援団に登録している店舗・施設・事業所の増加	身体活動・運動による健康のまちづくりの分野の登録施設数	0施設 （平成27年7月23日現在）	0施設	3施設	C

- \*1～3 は、平成26年度健やかほうふ21計画（第二次）策定のためのアンケート  
令和元年度健やかほうふ21計画（第二次）中間評価のためのアンケート
- \*4 は、平成26年度、平成29年度健康づくりに関する県民意識調査
- \*5 は、県健康増進課調査

【評価ごと達成割合】

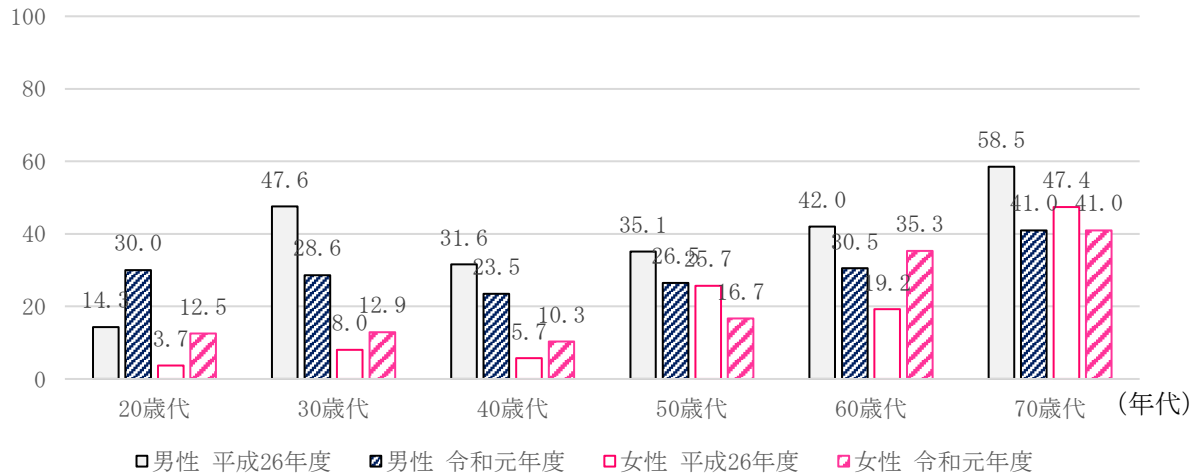
評価	項目数	割合
A（目標に達している）	2	8.3%
B（改善しているが、目標に達していない）	9	37.5%
C（変わらない）	2	8.3%
D（悪化している）	11	45.8%
E（設定した目標又は把握方法が異なるため評価困難）	0	—

<その他関連する市民の現状>



資料：平成26年度健やかほうふ21計画（第二次）策定のためのアンケート  
令和元年度健やかほうふ21計画（第二次）中間評価のためのアンケート

**1日30分以上の、軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上継続して実施している人の割合**



資料：平成26年度健やかほうふ21計画（第二次）策定のためのアンケート  
令和元年度健やかほうふ21計画（第二次）中間評価のためのアンケート

**<分析>**

**【改善傾向】**

- ・〔指標〕 普段運動不足を感じている人の割合をみると、40歳代男女、50歳代男性で減少しています。
- ・〔指標〕 日常生活において、健康の維持・増進のためにいつも意識的に体を動かすように心がけている人の割合は、20歳代女性で増加しています。
- ・〔指標〕 1日30分以上の、軽く汗をかく運動を週2回以上、1年以上継続して実施している人の割合は、20～40歳代女性で増加しています。

**【維持または悪化傾向】**

- ・〔指標〕 普段運動不足を感じている人の割合は20歳代女性、30歳代女性で増加しました。
- ・〔グラフ〕 日常生活において、健康の維持・増進のためにいつも意識的に体を動かすように心がけている人の割合は、20歳代女性、40歳代男性以外、すべての世代・男女ともに減少しました。
- ・〔グラフ〕 1日30分以上の、軽く汗をかく運動を週2回以上、1年以上継続して実施している人の割合は、30～70歳代までのすべての世代の男性で減少しました。女性は50歳代が減少しています。

#### 今後取り組むべき課題

仕事や子育てで忙しい世代が、日常生活において意識的に体を動かすことができるよう、環境整備やしかけ作り等様々な取組を検討していく必要があります。また、地域や職場で仲間と一緒に取組めるよう、関係機関や職域との連携が大切です。

#### 指標の見直し

- ・「山口県公式ウォーキングアプリやまぐち健幸アプリ」の登録者数、企業登録数を追加します。

## (4)日頃の健康管理

### 【目標：声をかけ合ってケンシンを受けよう】

#### 市民の目標

- まずは「日頃の自分の体の状態を知ろう」
- 次に「定期的にケンシンを受けよう」
- そして「ケンシンの結果をいかそう」
- さらに「家族や友人に、ケンシンの大切さを伝えよう」

#### 計画策定時からの主な取組

##### ●地域の取組

- ・公民館、医療関係機関、市内のスーパー、関係団体では、ケンシンに関するチラシ・ポスターにて、普及・啓発を行いました。
- ・医師会、歯科医師会、薬剤師会主催による三師会フォーラムでがんをテーマに取り上げ、がん検診の普及・啓発を行いました。
- ・薬剤師会主催による薬と健康フェアを開催し、自分の体の状態を知る機会の提供を行いました。
- ・認定こども園・幼稚園・保育所、学校では、自分の体を知ることや、ケンシンの大切さについて学ぶ機会を提供しました。
- ・学校では、学校保健委員会等を通じて、子どもと保護者に対して健康について学ぶ場を提供しました。
- ・推進委員自身がケンシンの必要性について知り、自らケンシンを受け、地域や所属団体・職場において検診に関する話題の提供や、ケンシン受診について声かけを行いました。

##### ●市の取組

- ・市広報やホームページ、ラジオ等様々な機会を利用して、自分の体の状態を知ることの大切さや、ケンシンの必要性について普及・啓発を行いました。
- ・地域における健康教育や保健事業の中で、血圧測定や骨密度測定、体力チェック等を実施し、自分の体の状態を知る機会を設けました。
- ・乳幼児相談で、希望者に母親の健康チェックを実施しました。
- ・複数のがん検診を同時に受けることができる総合がん検診を実施し、がん検診を受けやすい体制を整備しました。
- ・総合がん検診では、全国健康保険協会山口支部や保険年金課と連携し、健康診査とがん検診を同時に受けられる機会を提供しました。
- ・健康マイレージ事業\*を導入し、楽しみながら検診を受けることができるよう

に内容の充実に努めました。

**中間評価**

**<評価指標の達成状況>**

チェック項目（評価指標）		策定時 （平成 26 年度）	現状値 （令和元年度）	目標値 （令和 7 年度）	中間 評価
1 健康診査受診率の向上	60 歳代男性	68.0%	74.6%	80%	B
	60 歳代女性	46.2%	56.9%	80%	B
2 特定健康診査*受診率の向上		29.0% (5,736 人) (平成 25 年度)	28.9% (5,018 人) (平成 30 年度)	60%	C
3 特定保健指導*実施率の向上		3.5% (平成 25 年度)	11.5% (平成 30 年度)	60%	B
4 各種がん検診の受診率 （全世代）の向上	胃がん検診 （胃エックス線） （胃内視鏡）	4% (1,413 人)	3.5% 胃エックス線 (1,001 人) 胃内視鏡 (336 人)	20%	E
	肺がん検診	5.7% (2,019 人)	2.7% (1,913 人)	20%	E
	大腸がん検診	6.3% (2,230 人)	3.5% (2,490 人)	20%	E
	子宮がん検診	24.8% (3,393 人)	14.1% (3,671 人)	40%	E
	乳がん検診	18.4% (2,327 人)	10.3% (2,055 人)	40%	E

\*1 は、平成 26 年度健やかほうふ 21 計画（第二次）策定のためのアンケート  
令和元年度健やかほうふ 21 計画（第 2 次）中間評価のためのアンケート

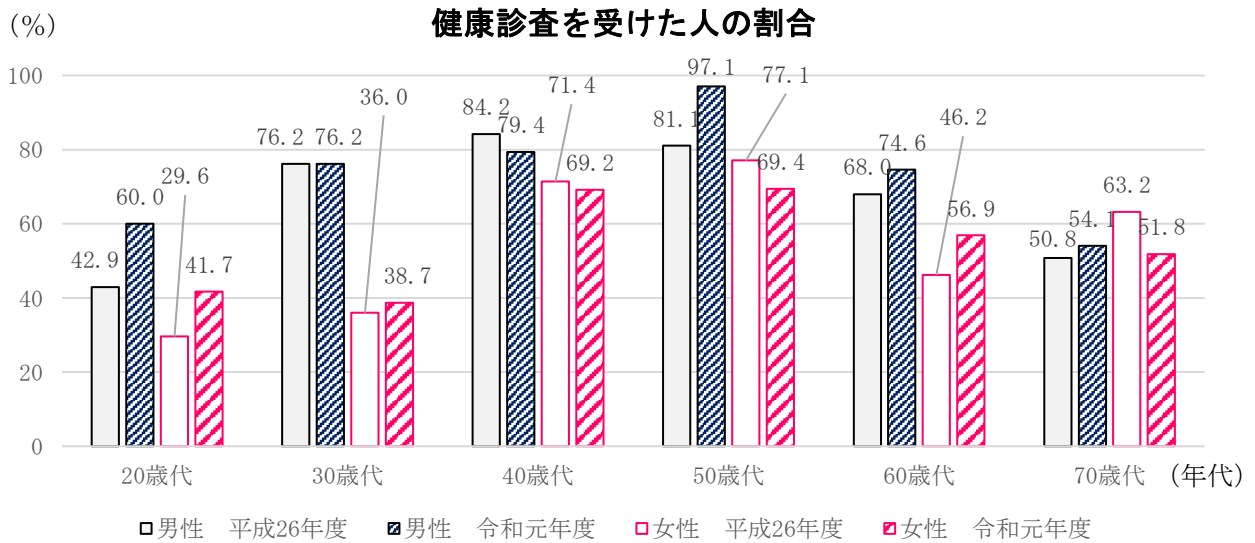
\*2、3 は特定健診等データ管理システム

\*4 は、平成 26 年度、平成 30 年度度地域保健・健康増進事業報告

**【評価ごとの達成割合】**

評価	項目数	割合
A（目標に達している）	0	—
B（改善しているが、目標に達していない）	3	33.3%
C（変わらない）	1	11.1%
D（悪化している）	0	—
E（設定した目標又は把握方法が異なるため評価困難）	5	55.0%

<その他関連する市民の現状>



資料：平成26年度健やかほうふ21計画（第二次）策定のためのアンケート  
令和元年度健やかほうふ21計画（第二次）中間評価のためのアンケート

<分析>

**【改善傾向】**

- ・〔グラフ〕 健診を受けた人の割合は、20歳代男女、30歳代女性、60歳代女性、50～70歳代男性で増加しています。
- ・〔指標〕 特定保健指導実施率は増加していますが、目標には達していません。

**【維持または悪化傾向】**

- ・〔指標〕 特定保健指導実施率はほぼ変わらず、目標値とは大きく差があります。
- ・〔指標〕 各種がん検診の受診率は、国の算出方法が変更になったため比較できません。受診者数でみると、大腸がん検診、子宮がん検診は増加しているものの、それ以外は減少しています。
- ・〔グラフ〕 健診を受けた人の割合を全世代の中でみると、40～50歳代に比べ、20歳代男女、30歳代女性、60歳代女性、70歳代男女が、低くなっています。

**今後取り組むべき課題**

- ・生活習慣病予防のため、特定健康診査受診率、さらに特定保健指導実施率を向上させる取組を積極的に行う必要があります。
- ・各種がん検診受診率が低いため、今後もケンシン受診の機会を周知し、受診のきっかけをつくる取組を行う必要があります。
- ・ケンシンの機会が減る20～30歳代と60～70歳代が、日ごろから自分の体の状態を知ったり、ケンシンを受診する大切さやその方法について意識づくで

きるよう、様々な機会を捉えて伝えていきます。全国健康保険協会山口支部や各企業の健康保険組合との連携も大切です。

- ・市民が健康マイレージ事業や山口県公式ウォーキングアプリ健幸アプリを活用し、健康管理に取り組むことができるよう、さらに内容の充実や推進を図る必要があります。

#### **指標の見直し**

- ・がん検診の受診率については、国の算出方法が変更になったため、今回は受診率では評価できませんでした。また、目標値も変更します。



## (5)喫煙

### 【目標：将来たばこを吸わない若者を育てよう】

#### 市民の目標

まずは「たばこの害を理解しよう」  
次に「自分自身、周り人のために禁煙しよう」  
さらに「周りの人にもたばこの害を伝えよう」

#### 計画策定時からの主な取組

##### ●地域の取組

- ・学校、学校薬剤師会が連携し、学校教育において子どもたちへたばこの害について伝えました。将来、喫煙の誘いがあった場合に断る方法についても具体的に伝えました。
- ・防府医師会、歯科医師会、薬剤師会主催による三師会フォーラムで禁煙をテーマとして開催し、市民にたばこの害と禁煙方法についての周知を行いました。
- ・職場や地域で、受動喫煙防止のための環境を整えました。
- ・医療機関において、禁煙外来による支援を行いました。

##### ●市の取組

- ・正しい知識の普及・啓発を行うため、市広報、ラジオ等で広く市民に周知しました。また、ポスターやパンフレットを公民館や市役所に設置し、周知しました。
- ・妊婦やそのパートナーに対しては妊娠届出時、子育て世代に対しては乳幼児相談や、幼児健診の際に、たばこの害に関する正しい知識の普及・啓発を行いました。

**中間評価**

＜評価指標の達成状況＞

チェック項目（評価指標）		策定時 （平成26年度）	現状値 （令和元年度）	目標値 （令和7年度）	中間 評価
1 たばこの害を知っている人の割合の増加	小学5年生	78.4%	75.5%	100%	D
	中学2年生	93.1%	93.9%		B
	高校2年生	96.5%	97.6%		B
2 将来たばこを吸いたいと思う人の割合の減少	小学5年生	10.2%	9.8%	0%	C
	中学2年生	19.1%	6.9%	10%	A
	高校2年生	15.6%	5.3%	5%	B
3 喫煙したことがある人の割合の減少	中学2年生	3.1%		0%	E
	高校2年生	3.6%			E
4 現在たばこを吸っている人の割合（毎日・時々吸う）	男性	32.9%	30.0%	15%	B
	女性	8.4%	7.6%	2%	B
5 妊娠中に喫煙している人の割合の減少	妊婦	3.3%	3.4%	0%	C
6 禁煙したいと思う人の割合の増加	成人	21.7%	26.2%	30%	B
7 最近1か月の間に受動喫煙の機会があった人の割合減少	職場	10.3%	14.8%	0%	D
	家庭	10.0%	7.6%	3%	B
	飲食店	1.6%	1.1%	1%	B
8 COPD※を知っている人の割合の増加	成人	15.6%	18.5%	50%	B
9 やまぐち健康応援団に登録している店舗・施設・事業所の増加	社会環境の整備による健康のまちづくりの分野・たばこ対策の実施の登録施設数	51施設 (平成27年7月23日現在)	57施設	70施設	B

\*1,2は、平成26年度健やかほうふ21計画（第2次）策定のためのアンケート  
令和元年度健やかほうふ21計画（第2次）中間評価のためのアンケート

3,4,6～8は、平成26年度、平成29年度健康づくりに関する県民意識調査

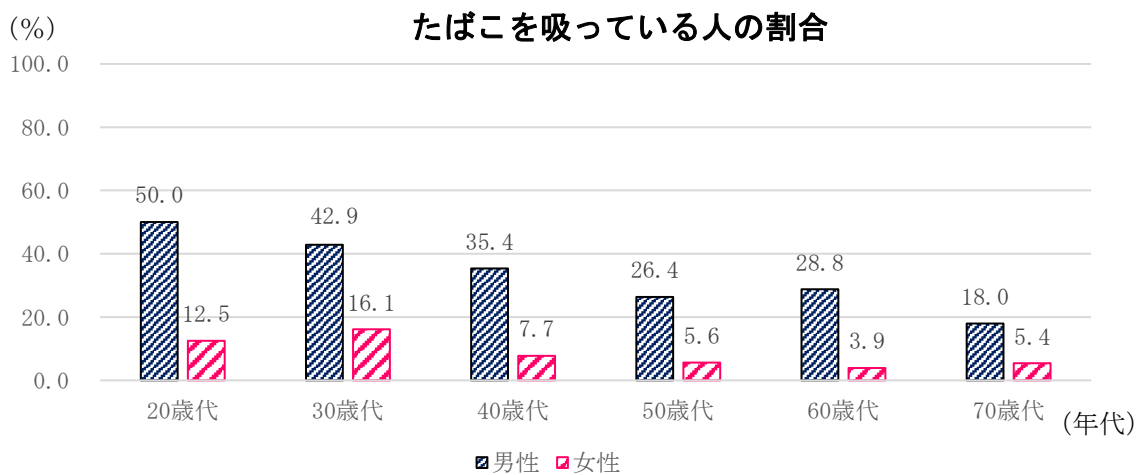
5は、防府市妊娠届出書

9は、県健康増進課調査

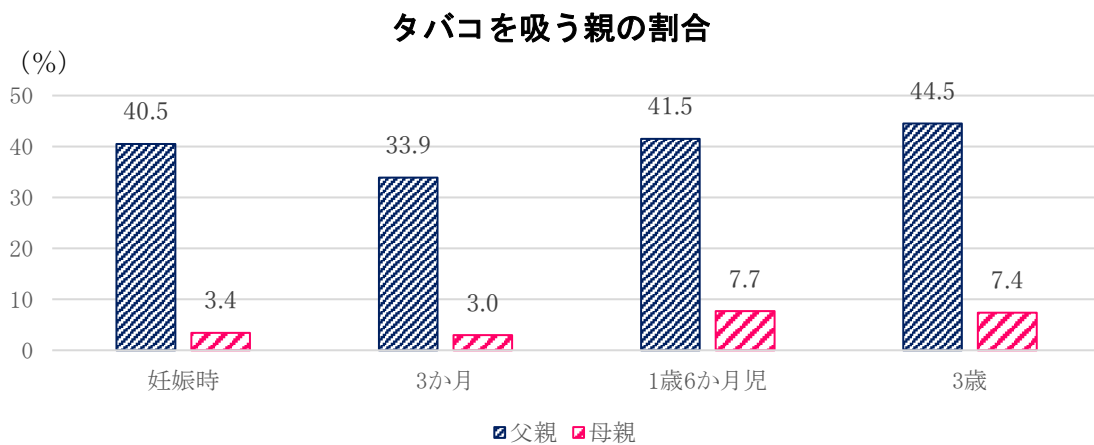
【評価ごとの達成割合】

評価	項目数	割合
A（目標に達している）	1	5.9%
B（改善しているが、目標に達していない）	10	58.9%
C（変わらない）	2	11.8%
D（悪化している）	2	11.8%
E（設定した目標又は把握方法が異なるため評価困難）	2	11.8%

<その他関連する市民の現状>



資料：令和元年度健やかほうふ21計画（第二次）中間評価のためのアンケート



資料：平成元年度妊娠届、乳児健診票、1歳6か月児健康診査票、3歳児健康診査票

## <分析>

### 【改善傾向】

- ・〔指標〕 たばこの害を知っている人の割合は、策定時に比べ、中・高校生ではやや増加しています。
- ・〔指標〕 将来たばこを吸いたいと思う人の割合は、中・高校生では約10ポイント減少し、中学生では目標を達成、高校生では目標に大きく近づいています。
- ・〔指標〕 喫煙している人で、禁煙したいと思っている人の割合は増加しています。

### 【維持または悪化傾向】

- ・〔指標〕 小学生においては、たばこの害を知っている人の割合は減少し、将来たばこを吸いたいと思う人の割合は依然として1割程度います。
- ・〔指標〕 妊娠中にたばこを吸っている人の割合は、ほぼ変わりません。
- ・〔指標〕 受動喫煙の機会があった人の割合は、職場では増加しています。
- ・〔グラフ〕 たばこを吸っている人の割合をみると、20歳代男性が50.0%と一番高いです。
- ・〔グラフ〕 子育て中の親の喫煙率は高く、4割程度の父親がたばこを吸っています。

### 今後取り組むべき課題

- ・発達段階に応じた子どもへの喫煙防止教育は引き続き実施する必要性があり、その際大人になって誘いを断る方法についても引き続き教える必要があります。
- ・妊婦の喫煙率は変わらず、子育て世代の親の喫煙率は高いことから、妊娠期から、たばこの害や禁煙方法、禁煙外来の利用について等、具体的な情報提供をし、禁煙の促進に努める必要があります。
- ・健康増進法に基づき、望まない受動喫煙の防止に関する取り組みを周知し、職場等各施設の受動喫煙防止対策の実施を推進する必要があります。

### 指標の見直し

- ・中高生の喫煙率については削除します。
- ・健診時の両親の喫煙率についての指標を追加します。

## (6)こころの健康

### (6)-1 親のこころ、子のこころ

【目標：安心して子育てができるように応援しよう】

#### 市民の目標

まずは「こどもの声に耳を傾けよう」

次に「子育てについて相談できる人や場所を持とう」

さらに「地域や家族で支え合って子育てしよう」

#### これまでの主な取組

##### ●地域の取組

- ・母子保健推進員や民生委員が、地域で親子を見守る活動を行い、相談窓口の普及・啓発を行いました。
- ・各団体が、子育てサークルやサロン、子育て支援センター等親子で集える場への参加を呼びかけました。
- ・認定こども園・幼稚園・保育所、子育て支援センターでは、園庭開放やサロンを開催し、子育て中の親子を孤立させない場の提供を行いました。
- ・認定こども園・幼稚園・保育所、学校において、保護者の子育てに関わる相談支援を行いました。

##### ●市の取組

- ・市広報やホームページ、子育て応援サイト、子育て情報マップ等で子育てに関する様々な情報の提供を行いました。
- ・子育てサークルや乳幼児相談、家庭教育学級や就学时子育て相談会、健康教育等で、親子のコミュニケーションの大切さや愛情を伝えることの必要性を普及・啓発しました。
- ・妊娠届出時の面接や乳幼児相談、幼児健診、家庭訪問、電話相談により、不安や悩みを聴き、支援しました。
- ・子育て世代包括支援センター「子育て応援室まんまるほうふ」を開設し、妊娠期から子育て期にわたる切れ目のない支援体制を整備しました。
- ・子育てに関わる医療機関や保育園・幼稚園・学校、子育て支援センター等と連携し、地域で育児しやすい環境づくりに努めました。
- ・仕事と育児の調和がとれるよう事業所と連携し、地域で育児しやすい環境づくりに努めました。

**評価指標の達成状況**

チェック項目（評価指標）		策定時 （平成26年度）	現状値 （令和元年度）	目標値 （令和7年度）	中間評価
1 主体的に育児に関わっている父親の割合の増加（父親が回答）	乳児の父親	65.1%	62.5%	70%	D
	年長児の父親	50.6%	52.5%		B
2 家族みんなで過ごす時間を持つように心がけている父親の割合の増加（父親が回答）	乳児の父親	86.7%	80.6%	90%	D
	年長児の父親	69.3%	73.8%		B
3 子どもを感情的に怒ってしまうことがある母親の割合の減少※「よくある」と回答した人	1歳6か月児の母親	9.8%	1.3%	5%	A
	年長児の母親	15.4%	13.6%		B
4 子どもを虐待していると思うことがある親の割合の減少	3歳児の親	4.1%	3.5%	0%	B
	年長児の親	4.8%	5.3%		D
5 子どもに育てにくさを感じたときに相談先を知っているなどの、解決方法を知っている母親の割合の増加	乳児の母親	100.0%	70.0%	100%	D
	3歳児の母親	83.7%	90.0%		B
	年長児の母親	78.8%	85.4%		B
6 必要時に子どもを預かってくれる人がいる母親の割合の増加	乳児の母親	86.7%	90.3%	90%	A
	3歳児の母親	86.5%	83.7%		D
	年長児の母親	85.7%	85.7%		C
7 今後もこの地域で子育てをしていきたいと思う母親の割合（そう思う、どちらかといえばそう思う）の増加	乳児の母親	92.8%	94.4%	95%	B
	3歳児の母親	92.6%	92.2%		D
	年長児の母親	93.1%	93.9%		B

\*平成26年度健やかほうふ21計画（第二次）策定のためのアンケート

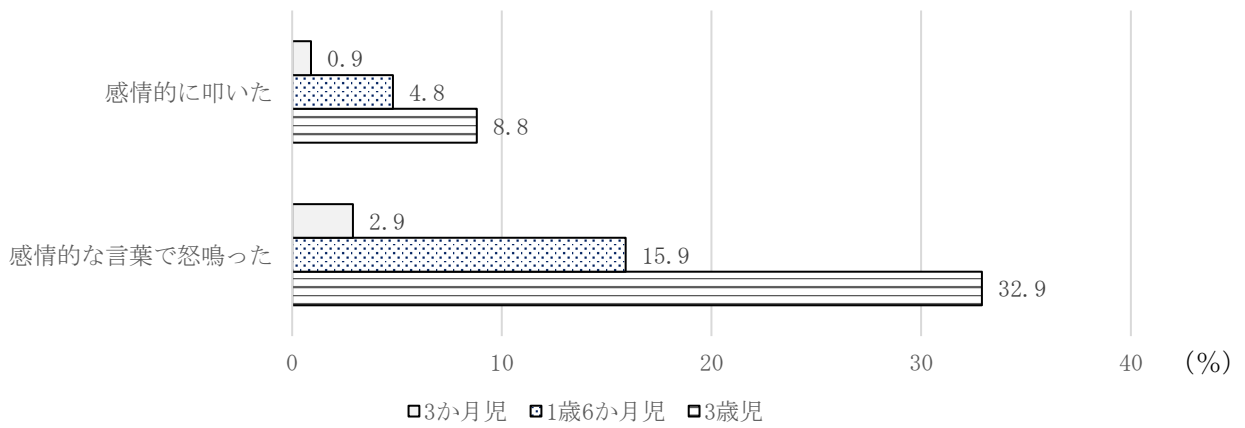
令和元年度健やかほうふ21計画（第二次）中間評価のためのアンケート

【評価ごとの達成割合】

評価	項目数	割合
A (目標に達している)	2	11.8 %
B (改善しているが、目標に達していない)	8	47.1 %
C (変わらない)	1	5.9 %
D (悪化している)	6	35.3 %
E (設定した目標又は把握方法が異なるため評価困難)	0	—

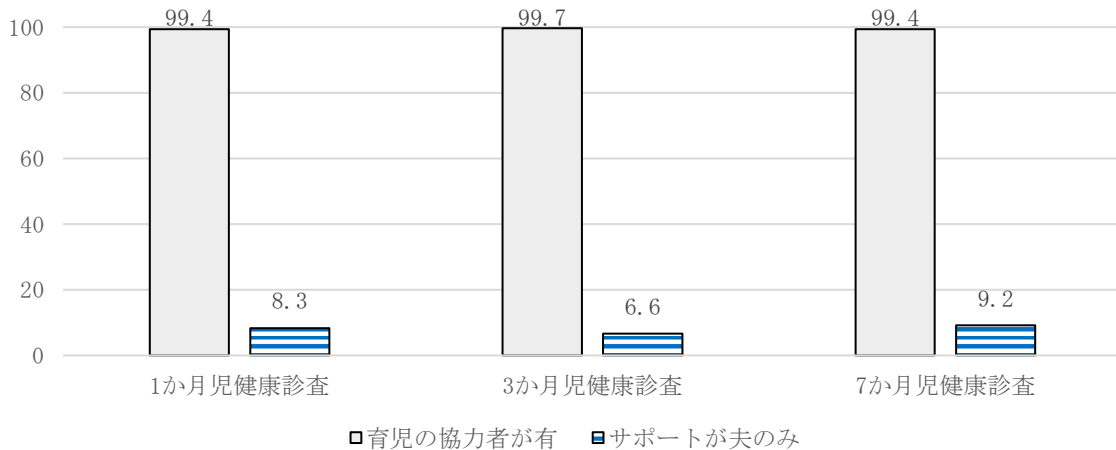
<その他関連する市民の現状>

感情的に叩く、怒鳴ると答えた母親の割合



資料：3か月児健康診査票、1歳6か月児健康診査受診票、3歳児健康診査受診票

育児の協力者の有無



資料：1か月児健康診査票、3か月児健康診査票、7か月児健康診査票

## <分析>

### 【改善傾向】

- ・〔指標〕感情的に怒ってしまうことがある母親の割合は、1歳6か月児、年長児ともに減少しており、1歳6か月児は目標に達しています。
- ・〔指標〕子どもに育てにくさを感じたときに相談先を知っているなどの、解決方法を知っている母親の割合は、3歳児の母親、年長児の母親で増加しています。
- ・〔指標〕必要時に子どもを預かってくれる人がいる母親の割合は、乳児の母親で増加し、目標に達しています。

### 【維持または悪化傾向】

- ・〔指標〕主体的に育児に関わっていると思う父親と家族みんなで過ごす時間を持つように心がけている父親の割合は、乳児の父親で減少しました。
- ・〔指標〕子どもを虐待していると思うことがある親の割合は、年長児の親で増加しました。
- ・〔指標〕子どもに育てにくさを感じたときに相談先を知っているなどの、解決方法を知っている母親の割合は、乳児の母親で減少しています。
- ・〔指標〕必要時に子どもを預かってくれる人がいる母親の割合は、3歳児の母親で減少し、年長児の母親では横ばいでした。
- ・〔グラフ〕感情的に叩いた、感情的な言葉で怒鳴ったと答えた母親の割合は、子どもの年齢が上がるにつれて増加しています。

### 今後取り組むべき課題

- ・防府市は転出入者が多く、知らない土地での子育ては不安・ストレス共に高まる可能性があります。子育て中の親が孤立せず、安心して子育てができるように、妊娠中から機会をとらえ、相談機関や地域の社会資源について、さらに普及・啓発していきます。
- ・子どもとの具体的な関わり方等を、あらゆる機会をとらえて伝えていく必要があります。

### 指標の見直し

- ・5については、同じ項目で、より現状に近い状態の把握が可能である乳幼児健診の問診へ、出典を変更します。ほぼ全数の把握が可能である乳幼児健診の問診より数を抽出します。
- ・相談場所の利用状況を示すため、健康増進課での「妊娠中から子育て中の親等からの相談件数」を追加します。



## (6)ー2 みんなのころ

### 【目標：お互いに思いやりころの健康を守ろう】

#### 市民の目標

まずは「自分の心の状態をチェックしよう」

次に「自分に合うストレスへの対応方法を見つけよう」

そして「相談できる人や場所を持ちましょう」

さらに「悩みを抱えている人に“気づき”“声かけ”をしてみましょう」

#### 計画策定時からの主な取組

##### ●地域の取組

- ・働く世代への取組として、商工会議所が市と連携し、ゲートキーパー養成講座を開催しました。
- ・社会福祉協議会が経済的に困窮し生活に困っている人への自立支援を行う、「防府市自立相談支援センター」を開設しました。
- ・従業員の健康を最大の財産と捉え、健康経営を実践する企業の増加により、メンタルヘルスへの取組が推進されています。

##### ●市の取組

- ・一般市民や各関係団体、小中学校教員を対象に、ゲートキーパー養成講座を開催しました。
- ・学校や職域と連携し、講演会を行いました。
- ・9月の自殺予防週間、3月の自殺対策強化月間にあわせて、市広報やホームページ、ラジオで、心の健康に関する普及・啓発を行いました。
- ・各関係機関の窓口等に啓発用カードやリーフレット、ポケットティッシュを設置し、相談機関の情報や心の健康について、普及・啓発を行いました。
- ・関係各課・関係機関と連携し、社会問題となっている自殺を予防するため、防府市自殺対策計画を策定しました。

**中間評価**

**<評価指標の達成状況>**

チェック項目（評価指標）			策定時 (平成 26 年度)	現状値 (令和元年度)	目標値 (令和 7 年度)	中間 評価
1 自分なりのストレス 解消法を持っている 人の割合の増加	20 歳代	男性	86.2%	85.0%	90%	D
	20 歳代	女性	76.5%	83.3%	80%	A
	30 歳代	男性	87.5%	71.4%	90%	D
	30 歳代	女性	59.1%	61.3%	70%	B
	40 歳代	男性	56.7%	82.4%	70%	A
	40 歳代	女性	75.0%	64.1%	80%	D
	50 歳代	男性	68.4%	73.5%	80%	B
	50 歳代	女性	77.0%	77.8%		B
2 困った時に相談でき る人のいる割合の 増加（男性）	中学生		71.4%	72.3%	80%	B
	高校生		68.9%	67.5%		D
	40 歳代		68.4%	73.5%		B
	50 歳代		67.6%	61.8%		D
3 心の悩みについて相 談できる窓口を知 っている人の割合 の増加	成人		31.6%	28.8%	50%	D
4 自分のことが好き、 まあまあ好きな人の 割合の増加	中学生	男子	53.0%	61.5%	60%	A
	中学生	女子	47.8%	49.7%	60%	B
	高校生	男子	52.9%	49.8%	60%	D
	高校生	女子	35.4%	42.2%	45%	B
5 ゲートキーパー（コ コロぽっとサポータ ー）を養成している ことを知っている人 の割合の増加	成人		8.7%	8.3%	50%	C
6 ゲートキーパー（ココロぽっとサポータ ー）養成講座を受講した人の増加			320 人	1,075 人	1,000 人	A
			（平成 23～26 年度累計）	（令和元年 12 月末）		

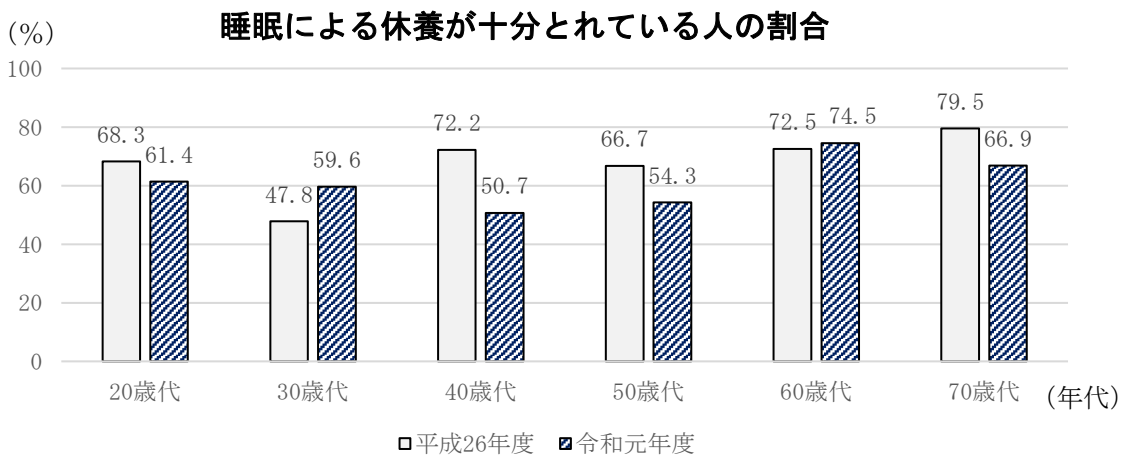
\*1～5 は平成 26 年度健やかほうふ 21 計画（第二次）策定のためのアンケート、  
令和元年度健やかほうふ 21 計画（第二次）中間評価のためのアンケート

\*6 は、市健康増進課調査

【評価ごと達成割合】

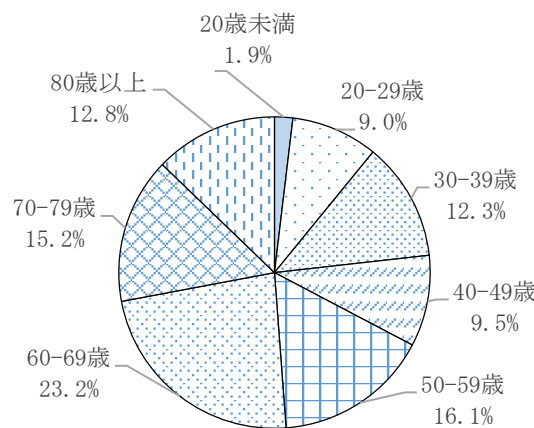
評価	項目数	割合
A（目標達成）	4	21.1%
B（改善しているが、目標に達していない）	7	36.8%
C（変わらない）	1	5.3%
D（悪化している）	7	36.8%
E（設定した目標又は把握方法が異なるため評価困難）	0	—

<その他関連する市民の現状>



資料：平成26年度健やかほうふ21計画（第2次）策定のためのアンケート  
令和元年度健やかほうふ21計画（第二次）中間評価のためのアンケート

**防府市の自殺死亡者の年代別割合（平成21年～平成29年）**



資料：厚生労働省 地域における自殺の基礎資料  
平成21年～平成29年 防府市の自殺者の合計

## <分析>

### 【改善傾向】

- ・〔指標〕自分なりのストレス解消法を持っている人の割合は、20歳代女性、40歳代男性が目標に達しています。
- ・〔指標〕自分のことが好き、まあまあ好きな人の割合は、高校生の男子を除いて増加しており、中学生男子は目標に達しています。
- ・〔指標〕ゲートキーパー養成講座を受講した人は、目標に達しています。

### 【維持または悪化傾向】

- ・〔指標〕自分なりのストレス解消法を持っている人の割合は、20～30歳代男性、40歳代女性が減少しています。各年代を比べると、30～40歳代女性が他の世代に比べ低くなっています。
- ・〔指標〕困った時に相談できる人の割合（男性）は、高校生と50歳代で減少しています。
- ・〔グラフ〕睡眠による休養が十分にとれている人の割合は、20歳代、40～50歳代、70歳代で減少しています。
- ・〔指標〕心の悩みについて相談できる窓口を知っている人の割合は、減少しています。
- ・〔グラフ〕自殺死亡者の年代別割合をみると、60歳以上の高齢世代が51.2%と半数を占めています。また、30～50歳代の働く世代も37.9%と4割程度を占めています。

### 今後取り組むべき課題

- ・働く世代は悩みやストレスを抱える世代であり、職域と連携し、自分の心の状態をチェックし、自分に合ったストレスへの対処方法を見つけられる取り組みが引き続き必要です。また、身近な人の心の不調に気づくための取組が必要です。
- ・自殺者数が多い高齢者世代へは、関係課や関係機関の見守り体制を強化することが必要です。
- ・中・高校生が困ったときに相談できるよう、関係機関が連携し、体制を強化することが大切です。
- ・ゲートキーパー養成講座を受講した人の数は目標を達成しましたが、今後も関係各課や関係機関と連携し継続して取り組む必要があります。

### 指標の見直し

- ・「困った時に相談できる人の割合の増加（男性）」に自殺死亡者年代別割合の高

い60～70歳代を追加します。

- 心の不調と関連がある睡眠は、市民の心の健康の状態を知る指標となるため、「睡眠による休養が十分とれている人の割合」を追加します。年代は課題である40歳代、50歳代とします。
- ゲートキーパー（ココロぽっとサポーター）養成講座を受講した人の人数は目標値に達し、今後も講座を開催するため、目標値を変更します。

## (7)地域のつながり

### 【目標：世代を超えて交流を深めていこう】

#### 市民の目標

まずは「みんなであいさつしよう」

次に「地域で“おたがいさま”の関係をつくろう」

さらに「地域で見守る目を持とう」

#### 計画策定時からの主な取組

##### ● 地域・市の取組

- ・地域のつながりは、健康づくりの土台です。そのため、各分野で、各関係機関が、地域で世代を超えて取組を推進しました。
- ・あらゆる機会を通じて、健康づくりの推進には地域のつながりが欠かせないことを、周知しました。

#### 中間評価

##### <評価指標の達成状況>

チェック項目（評価指標）		策定時 (平成 26 年度)	現状値 (令和元年度)	目標値 (令和 7 年度)	中間 評価
1 地域の人とのつながりが強いと感じる人の割合の増加	妊婦	20.7%	23.6%	40%	B
	乳児の保護者	25.3%	27.8%		B
	年長児の保護者	35.0%	33.8%	50%	D
	成人	32.8%	27.1%		D
2 近所との関係づくりが必要と感じる人の割合の増加	妊婦	83.3%	83.6%	90%	C
	乳児の保護者	85.5%	75.0%		D
	年長児の保護者	83.3%	76.3%		D
	成人	78.5%	70.6%		D
3 就労、ボランティア活動、地域活動、趣味・おけいこ事をしていない人の割合の減少	成人 男性	15.8%	20.1%	10%	D
	成人 女性	20.1%	24.8%		D

\*1、2は、平成26年度健やかほうふ21計画（第二次）策定のためのアンケート  
令和元年度健やかほうふ21計画（第二次）中間評価のためのアンケート

\*3は、平成26年度、平成29年度健康づくりに関する県民意識調査

## 【評価ごと達成割合】

評価	項目数	割合
A（目標に達している）	0	0%
B（改善しているが、目標に達していない）	2	20.0%
C（変わらない）	1	10.0%
D（悪化している）	7	70.7%
E（設定した目標又は把握方法が異なるため評価困難）	0	—

## &lt;分析&gt;

## 【改善傾向】

- ・〔指標〕 地域の人とのつながりが強いと感じる人の割合は、妊婦と乳児の保護者で増加しています。

## 【維持または悪化傾向】

- ・〔指標〕 地域の人とのつながりが強いと感じる人の割合は、年長児の保護者と成人で減少しました。
- ・〔指標〕 近所との関係づくりが必要と感じる人の割合は、子育て中の乳児の保護者と年長児の保護者、成人で減少しています。
- ・〔指標〕 策定時と同様に、近所との関係づくりが必要と感じる人の割合より、実際に地域の人とのつながりが強いと感じる人の割合は低い現状にあります。

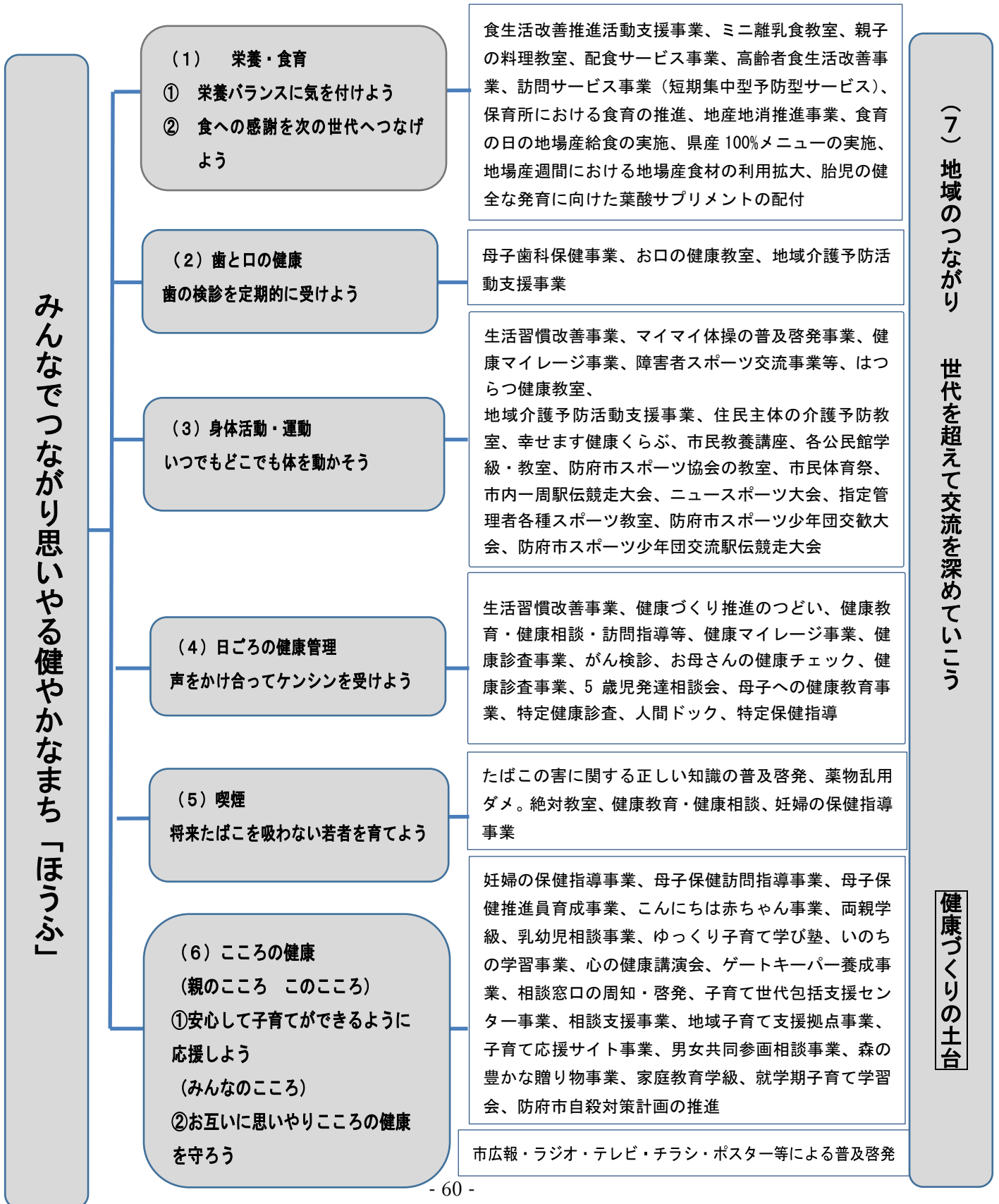
## 【今後取り組むべき課題】

- ・乳児の保護者、年長児の保護者において、近所との関係づくりが必要と感じる人の割合が減少しているため、世代や時代に応じたアプローチ方法を検討していく必要があります。
- ・各分野の取組を推進する中で、地域のつながりは健康づくりの土台であるということを、さらに伝えていく必要があります。

## 【指標の見直し】

- ・特に必要なし

### 3 庁内関係各課の主な取組





## 第5章 今後の施策の展開

## 1 各分野の今後5年間の具体的取組と見直し後の評価指標

各分野の課題を改善し、健康づくりを推進するために、家庭、地域、学校、職域、行政等が連携を図りながら、これまでの取組の継続、充実を図ります。

### (1) 栄養・食育

#### (1)－1 栄養

##### 【目標①：栄養バランスに気をつけよう

～くるくる回そう！食事バランスコマ～】

20～30 歳代は、子どもの頃に家庭や学校で学んだ「栄養」に関する知識や技術を学び直し、実践力を身に付けられるよう働きかけを考える必要があります。40～50 歳代は、生活習慣病予防のために、企業や各団体と連携して働きかけを考える必要があります。

##### 今後5年間の市民の目標

【妊婦・乳児期から中学生とその保護者】

- “早寝早起き朝ごはん”を身につけよう

【高校生とその保護者】

- 毎日朝ごはんを食べることを実践しよう

【20歳代以降の世代】

- 主食・主菜・副菜のそろった食事をしよう

##### 具体的な取組（行政・関係機関・地域）

- ・ 乳幼児相談や子育てサークル等で、子どもの成長の段階に応じた食に関する情報を提供し、早寝早起き朝ごはんの大切さについても引き続き普及啓発します。
- ・ 子どもの頃から、栄養バランスのとれた食事や「栄養」に関する実践力を身につける大切さを伝えるために、庁内関係課や関係機関との連携を密にして食に関する取組を推進します。
- ・ 20～30 歳代は、職域と連携し、「栄養」に関する実践力を身につけられる場（調理技術やバランスのとれた食事を選択できる力を身につける料理教室等）を提供します。
- ・ 食生活改善推進員が、各世代の課題に沿った活動ができるよう支援を行います。特に親子料理教室等の地区活動を通して、保護者世代への効果的な働き

かけができるよう支援します。

- ・ 世代ごとに、特性や傾向に応じた簡単にできるレシピを作成し、市ホームページに掲載する等、効果的に情報発信をします。

<見直し後の評価指標> ■…目標値の変更

チェック項目（評価指標）		策定時 （平成26年度）	現状値 （令和元年度）	目標値 （令和7年度）
1 朝食の摂取率の増加	小学5年生	86.6%	83.0%	100%
	中学2年生	88.5%	83.4%	
	20歳代男性	64.3%	65.0%	80%
	20歳代女性	77.8%	83.3%	
2 栄養バランス等に配慮した食生活を送っている人の割合の増加	20歳代男性	71.4%	15.0%	50%
	20歳代女性	29.6%	25.0%	50%
	40歳代男性	21.1%	41.2%	
	50歳代男性	21.6%	32.4%	
3 主食・主菜・副菜のそろった食事を1日2回以上食べる日が週に6日以上ある人の割合の増加	20歳代男性	35.7%	15.0%	40%
	20歳代女性	22.2%	25.0%	
	40歳代男性	26.3%	35.3%	50%
	50歳代男性	43.2%	41.2%	
4 1日に野菜を3皿以上食べる人の割合の増加	20歳代男性	35.7%	55.0%	40%
	20歳代女性	29.6%	45.8%	
	40歳代男性	31.6%	32.4%	
	50歳代男性	18.9%	38.2%	
5 やまぐち健康応援団に登録している店舗・施設・事業所の増加	食と栄養によるまちづくりの分野の登録施設数	11施設	15施設	20施設

## (1)－2 食育

### 【目標②：食への感謝を次の世代へつなげよう】

各関係機関が行ってきた食への取組は、今後も継続が必要です。「食への感謝」「あいさつ」「はしの持ち方」等は、家族や仲間と一緒に食事し、繰り返し行うことで身につくことから、コミュニケーションを図り楽しく食卓を囲むことをさらに啓発する必要があります。

#### 今後5年間の市民の目標

##### 【妊婦】

- “食”に関心をもち、家族で食事を楽しもう

##### 【乳幼児から高校生とその保護者】

- 家族や仲間と共食し、食事の楽しみや大切さを親から子へと伝えよう

##### 【20歳代以降の世代】

- 家族や仲間と一緒に食事を楽しもう

#### 具体的な取組（行政・関係機関・地域）

- ・ 妊娠期という自分や家族の食生活を見直す時期に、地元食材に触れ、地産地消を推進するため、希望する妊婦に対して「妊産婦健康サポート事業」※を実施し、生産者団体等と連携して地元食材を届けます。
- ・ 子どもの頃から「食」を楽しむ習慣をつけるため、庁内関係課や生産者団体を始めとした関係機関との連携を密にして食育に関する取組を推進します。
- ・ 認定こども園・幼稚園・保育所、学校では、年齢に応じた食育活動を行い、年間を通じた指導を今後も継続します。
- ・ 子育て中の親世代に対しては、家庭の中で子から親へと波及する効果を期待し、子どもに食育の大切さを伝えていきます。
- ・ 「健康づくり推進のつどい」を開催し、食育推進を継続します。
- ・ 地区公民館やサロン等の地区活動では、家族や仲間と楽しく食事をする機会を提供し、食育への関心を深めます。
- ・ 生産者団体や消費者団体と連携し、親子郷土料理教室や地産地消料理研究会等を実施し、地元農林水産物の消費拡大を図ります。

## ＜見直し後の評価指標＞

チェック項目（評価指標）		策定時 （平成26年度）	現状値 （令和元年度）	目標値 （令和7年度）
1 ほとんど毎日共食する人の割合（朝食）の増加	20歳代男性	25.0%	25.0%	35%
	30歳代男性	44.4%	9.5%	
	40歳代男性	52.9%	32.4%	
	50歳代男性	43.8%	35.3%	
2 ほとんど毎日共食する人の割合（夕食）の増加	20歳代男性	55.6%	45.0%	65%
	30歳代男性	62.5%	38.1%	
	40歳代男性	43.8%	55.9%	50%
	50歳代男性	41.9%	26.5%	
3 食育に関心がある人の割合の増加	20歳代男性	57.1%	85.0%	70%
	20歳代女性	60.0%	83.3%	
	30歳代男性	53.8%	81.0%	
4 よくかんで味わって食べるなどの食べ方に関心のある人の割合の増加	成人	65.8%	63.8%	80%
5 地域の郷土料理を食べたり、地場産物を活用することを心がけている人の割合（いつも・ときどき）の増加	成人男性	40.6%	33.7%	50%
	成人女性	58.8%	51.9%	70%
6 「いただきます」、「ごちそうさま」のあいさつを心がけている人の割合（いつも・ときどき）の増加	20歳代男性	72.4%	53.8%	80%
	20歳代女性	70.6%	87.9%	
	30歳代男性	71.9%	80.6%	
7 箸の正しい持ち方を教えている人の割合の増加	年長児の保護者	84.6%	87.7%	95%

## (2) 歯と口の健康

### 【目標：歯の検診を定期的に受けよう】

妊婦、働く世代の歯科検診受診率の増加に向け、歯科検診の機会がない世代（妊婦、働く世代、子育て中の親世代）が、自分で歯の健康を意識するような取組が必要です。

#### 今後5年間の市民の目標

【妊婦・乳幼児から高校生とその保護者】

● 歯科検診を定期的に受け、虫歯にならないための生活習慣を身につけよう

【20歳代以降の世代】

● 歯と口の健康に関心をもち、歯科検診を定期的に受けよう

#### 具体的な取組（行政・関係機関・地域）

- ・ 妊婦の歯科検診受診率を向上させるため、検診受診の大切さを伝える媒体を用いて妊娠届出時等に啓発します。
- ・ 乳幼児相談では歯科衛生士の相談を引続き実施し、歯磨き指導や虫歯にならない生活習慣について保護者へ伝えます。
- ・ 乳幼児健診時に親子の歯の健康に関する正しい知識を普及します。また、親子でかかりつけ歯科医をもち、定期的に検診を受けることを啓発します。
- ・ 学校等子どもにかかわる機関が、歯と口の健康に関する健康教育を実施し、子どもの頃から歯の健康についての意識づけを行います。
- ・ 虫歯や歯周病予防を推進するために、かかりつけ歯科医をもち定期的に歯科検診を受けることについて、歯科医師会と連携を図り普及活動を行います。
- ・ 歯と口の健康週間（6月4日～10日）及び歯・口腔の健康づくり推進週間（11月8日～14日）の取り組みである、無料歯科健診の機会を、積極的にPRします。

## ＜見直し後の評価指標＞

チェック項目（評価指標）		策定時 （平成 26 年度）	現状値 （令和元年度）	目標値 （令和 7 年度）
1 むし歯（う歯）のある人の割合（処置完了者を含む。）の減少 ※策定値は平成 25 年度	1 歳 6 か月児	1. 2%	1. 3%	0%
	3 歳児	18. 2%	14. 1%	10%
	小学生	51. 2%	43. 9%	40%
	中学生	58. 7%	36. 4%	48%
2 歯ぐきが赤く腫れてぶよぶよしたり、歯を磨いた時に血が出ることもある人の割合の減少	小学生	2. 0%	3. 0%	5%
	中学生	7. 6%	2. 2%	
	高校生	6. 8%	5. 5%	
	20 歳代	9. 8%	9. 1%	10%
	40 歳代	13. 0%	11. 0%	5%
3 過去 1 年間に歯科検診を受診した人の割合の増加	妊婦	47. 0%	34. 7%	65%
	成人	48. 8%	52. 8%	
4 そしゃく良好者（食事のとき何でもかめる人）の割合の増加	60 歳代	57. 8%	59. 1%	70%

### (3)身体活動・運動

#### 【目標：いつでもどこでも体を動かそう】

仕事や子育てで忙しい世代が、日常生活において意識的に体を動かすことができるよう、環境整備やしかけ作り等様々な取組をしていく必要があります。また、地域や職場で仲間と一緒に取り組めるよう、関係機関や職域との連携が大切です。

#### 今後5年間の市民の目標

【妊婦・乳幼児から高校生とその保護者】

- 家族や友人と楽しく体を動かそう

【20歳代以降の世代】

- 生活の中で意識して体を動かそう
- 1日30分以上、軽く汗をかく運動を週2回は取り入れよう

#### 具体的な取組（行政・関係機関・地域）

- ・ 身体活動や運動の重要性を啓発します。
- ・ グループ等で楽しく活用できる「山口県公式ウォーキングアプリ やまぐち健幸アプリ」を周知します。
- ・ 子どもの頃から運動を楽しむ習慣をつけるため、様々なスポーツの機会を提供します。
- ・ 家族や仲間と楽しく体を動かすきっかけとして、食育も含めた「健康づくり推進のつどい」を開催します。
- ・ 手軽に運動に取り組み、継続できるよう、既存の体操を活用し、普及に努めます。
- ・ 国が推進している「+10（プラステン）※今より10分多く体を動かそう」を活用し、生活の中で意識して体を動かすことを普及啓発します。



<見直し後の評価指標> ...追加項目

チェック項目（評価指標）		策定時 (平成 26 年度)	現状値 (令和元年度)	目標値 (令和 7 年度)
1 普段運動不足を感じている人の割合の減少	20 歳代女性	77.8%	79.2%	60%
	30 歳代女性	76.0%	77.4%	
	40 歳代男性	68.4%	67.6%	
	40 歳代女性	85.7%	76.9%	
	50 歳代男性	73.0%	61.8%	
2 日常生活において、健康の維持・増進のためにいつも意識的に体を動かすように心がけている人の割合の増加	20 歳代女性	3.7%	12.5%	50%
	30 歳代女性	20.0%	12.5%	
	40 歳代男性	10.5%	11.6%	
	40 歳代女性	14.3%	5.1%	
	50 歳代男性	21.6%	14.7%	
3 1日30分以上の、軽く汗をかく運動を週2回以上、1年以上継続して実施している人の割合の増加	20 歳代女性	3.7%	12.5%	20%
	30 歳代女性	8.0%	12.9%	
	40 歳代男性	31.6%	23.5%	40%
	40 歳代女性	5.7%	10.3%	15%
	50 歳代男性	35.1%	26.5%	45%
4 ロコモ該当者の割合の減少	40 歳代男性	13.3%	10.8%	10%
	40 歳代女性	22.9%	15.0%	15%
	50 歳代男性	21.1%	29.7%	
	50 歳代女性	21.3%	27.5%	
	60 歳代男性	27.1%	17.8%	20%
	60 歳代女性	26.2%	35.2%	
	70 歳代男性	41.0%	49.1%	35%
	70 歳代女性	54.7%	54.4%	50%
5 やまぐち健康応援団に登録している店舗・施設・事業所の増加	身体活動・運動による健康のまちづくりの分野の登録施設数	0 施設 (平成 27 年 7 月 23 日現在)	0 施設	3 施設
6 「やまぐち健幸アプリ」の登録者数、企業登録数	地域を防府市で登録		登録者 2,338 人 企業 11 施設 (令和 2 年 7 月 8 日現在)	4,000 人 企業 50 施設

## (4)日頃の健康管理

### 【目標：声をかけ合ってケンシンを受けよう】

今後もケンシン受診の機会を周知し、受診のきっかけをつくる取組を行う必要があります。特に、ケンシンの機会が減る20～30歳代と60～70歳代が、日頃から自分の体の状態を知ったり、ケンシンを受診する大切さやその方法について意識づけできるよう、様々な機会を捉えて伝える必要があります。

#### 今後5年間の市民の目標

【妊婦・乳幼児から高校生とその保護者】

●自分の体を知り、健康について関心をもとう

【20～30歳代】

●自分の健康に関心をもち、積極的にケンシンを受けよう

【40歳代以降】

●定期的にケンシンを受け、生活を改善しよう

●家族や友人にケンシンの大切さを伝えよう

#### 具体的な取組（行政・関係機関・地域）

- ・健康に関する正しい知識を普及啓発するために、医師や保健師・栄養士等による健康講座を開催します。
- ・定期的ながん検診の必要性について、市広報やホームページなどで普及啓発を行います。
- ・学校や職域等と連携し、がんに関する正しい知識やケンシンの大切さについて学ぶ場を提供します。
- ・商工会議所や企業、全国健康保険協会山口支部と連携し、がん検診や特定健診の受診率向上に向けた周知を行います。
- ・土曜日に複数のがん検診を同時に実施できる総合がん検診の継続実施や、県がおこなう休日・平日夜間がん検診実施医療機関（9月～12月）の周知等、働く世代が受診しやすい体制を整備します。
- ・総合がん検診では、国民健康保険・後期高齢者医療保険・協会けんぽの特定健診との合同実施を継続し、引き続き市民が受けやすい体制を整備します。
- ・託児つきのがん検診等、女性がケンシンを受けやすい体制を整備します。
- ・生活習慣病の早期発見や予防のため、AI（人工知能）を活用した特定健康診査の受診勧奨を行います。

- ・特定保健指導実施率向上に向け、電話や訪問等で該当者への勧奨を確実に実施し、効果的な保健指導に努めます。
- ・市民が健康マイレージ事業、山口県公式ウォーキングアプリやまぐち健幸アプリを活用し、健康管理に取り組むことができるよう、さらに内容の充実や推進を図ります。

<見直し後の評価指標>

チェック項目（評価指標）		策定時 （平成26年度）	現状値 （令和元年度）	目標値 （令和7年度）
1 健康診査受診率の 向上	60歳代男性	68.0%	74.6%	80%
	60歳代女性	46.2%	56.9%	80%
2 特定健康診査受診率の向上		29.0% (5,736人) (平成25年度)	28.9% (5,018人) (平成30年度)	60%
3 特定保健指導実施率の向上		3.5% (平成25年度)	11.5% (平成30年度)	60%
4 各種がん検診の受診 率（全世代）の向上	胃がん検診 （胃エックス） （胃内視鏡）	4% <b>(1,413人)</b>	3.5% 胃エックス線 <b>(1,001人)</b> 胃内視鏡 <b>(336人)</b>	20%
	肺がん検診	5.7% <b>(2,019人)</b>	2.7% <b>(1,913人)</b>	20%
	大腸がん検診	6.3% <b>(2,230人)</b>	3.5% <b>(2,490人)</b>	20%
	子宮がん検診	24.8% <b>(3,393人)</b>	14.1% <b>(3,671人)</b>	40%
	乳がん検診	18.4% <b>(2,327人)</b>	10.3% <b>(2,055人)</b>	40%

## (5)喫煙

### 【目標：将来たばこを吸わない若者を育てよう】

子育て中の親世代、若者世代の喫煙率が高いため、子どもへの喫煙防止教育は引き続き実施し、その際大人になって喫煙の誘いを断る方法についても教える必要があります。また、すべての世代に対し、たばこの害や禁煙方法、禁煙外来の利用について等、具体的な情報提供をし、禁煙の促進に努める必要があります。

#### 今後5年間の市民の目標

【妊婦・乳幼児とその保護者】

- 子どもをたばこの害から守ろう

【小学生から高校生とその保護者】

- たばこの害について学び、喫煙の誘いを断る方法を身につけよう

【20歳代以降の世代】

- たばこを吸わないようにしよう
- 周りの人にたばこの害や禁煙の大切さを伝えよう
- 禁煙をしよう

#### 具体的な取組（行政・関係機関・地域）

- ・ 妊娠届出時や乳幼児健診の機会に、喫煙者に対し、たばこの害や禁煙方法、禁煙外来等を周知し、禁煙をサポートします。
- ・ 学校で、たばこの害や喫煙の誘いを断る方法を学ぶ教育を継続して実施します。
- ・ 働く世代（特に20～30歳代）に、たばこの害について周知するため、職域と連携して取り組みます。
- ・ 受動喫煙の防止に関する健康増進法の改正を踏まえ、関係機関、団体等と連携し、周知や実施体制の整備に努めます。

<見直し後の評価指標>  …追加項目

チェック項目（評価指標）		策定時 （平成26年度）	現状値 （令和元年度）	目標値 （令和7年度）
1 たばこの害を知っている人の割合の増加	小学5年生	78.4%	75.5%	100%
	中学2年生	93.1%	93.9%	
	高校2年生	96.5%	97.6%	
2 将来たばこを吸いたいと思う人の割合の減少	小学5年生	10.2%	9.8%	0%
	中学2年生	19.1%	6.9%	10%
	高校2年生	15.6%	5.3%	5%
3 現在たばこを吸っている人の割合（毎日・時々吸うと答えた人）の減少	男性	32.9%	30.0%	15%
	女性	8.4%	7.6%	2%
4 妊娠中に喫煙している人の割合の減少	妊娠届出時の妊婦	3.3%	3.4%	0%
5 喫煙している子育て中の親	1歳6か月健診の父親		41.5	30%
	3歳健診来所者の父親		44.5	30%
6 禁煙したいと思う人の割合の増加	成人	21.7%	26.2%	30%
7 最近1か月の間に受動喫煙の機会があった人の割合減少	職場	10.3%	14.8%	0%
	家庭	10.0%	7.6%	3%
	飲食店	1.6%	1.1%	1%
8 COPDを知っている人の割合の増加	成人	15.6%	18.5%	50%
9 やまぐち健康応援団に登録している店舗・施設・事業所の増加	社会環境の整備による健康のまちづくりの分野・たばこ対策の実施の登録施設数	51施設 （平成27年7月23日現在）	57施設	70施設

## (6)こころの健康

### (6)-1 親のこころ、子のこころ

#### 【目標：安心して子育てができるように応援しよう】

子育て中の親が孤立せず、安心して子育てができるように、妊娠中から機会をとらえ、相談機関や地域の社会資源について、さらに普及・啓発していきます。また、子どもとの具体的ななかかわり等をあらゆる機会をとらえて伝えていく必要があります。

#### 今後5年間の市民の目標

【妊婦・乳幼児から高校生とその保護者】

- 子どもの声に耳を傾けよう
- 言葉で愛情を伝えよう

【子育て中の親世代】

- 自分のこころの状態を知ろう
- 相談できる人や場所をもとう
- 悩みを抱えている人に“気づき”“声かけ”をしよう

#### 具体的な取組（行政・関係機関・地域）

- ・保健センター、子育て世代包括支援センター「子育て応援室まんまるほうふ」、子ども総合支援拠点<sup>※</sup>を中心として、妊娠期から子育て期の切れ目ない支援を行い、連携を密にして、支援体制の充実を図ります。
- ・産前サポート事業「プレママまんまるサロン」<sup>※</sup>や「両親学級」を通して、子育てについて学ぶとともに、妊婦やパートナー同士の情報交換、交流の場の提供に努めます。
- ・育児の不安が強く、精神的に不安定な状況にある産婦に対し、保健師や助産師の家庭訪問や臨床心理士によるカウンセリング、産婦人科等で産後のケアを行う「産後ケア事業」<sup>※</sup>の利用等の施策を充実させ、産後の不安軽減や精神の安定を図ります。
- ・医療機関との連携を密にし、産後のうつ状態等にある産婦を早期に把握し、必要な支援に努めます。
- ・地域において、妊娠期から子育て中の親を温かく見守っていくため、引き続き母子保健推進員等地域のボランティア組織の研修、活動支援を推進していきます。
- ・認定こども園・幼稚園・保育所、学校、地域子育て支援拠点（子育て支援セン

- ター)、子ども総合支援拠点等、子育てに関わる機関と連携し、子育て中の親に対して子どもとの具体的な関わり方等についてわかりやく伝えていきます。
- ・子どもとの関わり方、しつけの仕方に悩む親を対象に、子どもとの関わり方を学び、子育て等の悩みを話し合うことでストレスや不安の軽減につながるような講座を継続して実施します。

<見直し後の評価指標>     …追加項目

チェック項目（評価指標）		策定時 (平成 26 年度)	現状値 (令和元年度)	目標値 (令和 7 年度)
1 主体的に育児に関わっている父親の割合の増加（父親が回答）	乳児の父親	65.1%	62.5%	70%
	年長児の父親	50.6%	52.5%	
2 家族みんなで過ごす時間を持つように心がけている父親の割合の増加（父親が回答）	乳児の父親	86.7%	80.6%	90%
	年長児の父親	69.3%	73.8%	
3 子どもを感情的に怒ってしまうことがある母親の割合の減少※「よくある」と回答した人	1歳6か月児の母親	9.8%	1.3%	5%
	3歳児健診の母親	15.4	13.6%	
4 子どもを虐待していると思うことがある親の割合の減少	1歳6か月児の母親	4.1	3.5%	0%
	3歳児健診の母親	4.8	5.3%	
5 子どもに育てにくさを感じたときに相談先を知っているなどの、解決方法を知っている母親の割合の増加	乳児の母親	100.0%	70.0%	100%
	3歳児の母親	83.7%	90.0%	
	年長児の母親	78.8%	85.4%	
6 必要時に子どもを預かってくれる人がいる母親の割合の増加	乳児の母親	86.7%	90.3%	90%
	3歳児の母親	86.5%	83.7%	
	年長児の母親	85.7%	85.7%	
7 今後もこの地域で子育てをしていきたいと思う母親の割合（そう思う、どちらかといえばそう思う）の増加	乳児の母親	92.8%	94.4%	95%
	3歳児の母親	92.6%	92.2%	
	年長児の母親	93.1%	93.9%	
8 妊娠期から子育て中の親等からの相談件数			2,817件	増やす

## (6)－2 みんなのこころ

### 【目標：お互いに思いやりこころの健康を守ろう】

中・高校生では、困ったときに相談できるよう、関係機関が連携し、体制を整える必要があります。

働く世代に対しては、職域と連携し、自分のこころの状態をチェックし、自分に合ったストレスへの対処方法を見つけられる取組が引き続き必要です。

年代別自殺死亡割合が高い60歳代以上に対しては、庁内各課や関係機関による見守り体制を強化する必要があります。

#### 今後5年間の市民の目標

【小学生から高校生とその保護者】

●困った時は、身近な大人に相談しよう

【20～50歳代】

●自分にあったストレス対応方法を見つけよう

【60歳代以上】

●日頃から周りの人とコミュニケーションを取ろう

【すべての世代】

●自分のこころの状態を知ろう

●相談できる人や場所をもとう

●悩みを抱えている人に“気づき”“声かけ”しよう

#### 具体的な取組（行政・関係機関・地域）

- ・庁内各課が関わる市民のこころの状態を意識し、声をかけ、必要な支援につなげます。
- ・様々な悩みごとに関する相談窓口のリーフレットや、こころの相談窓口を掲載したカードを作成し、学校や関係機関、企業等と連携し配布します。
- ・「睡眠による休養が十分に取れている人」の割合が増加するよう、休養やストレス対応方法についての普及啓発をしていきます。
- ・学校や関係各課と連携し、子どもに対して、命の大切さやSOSの出し方等について具体的に伝えていきます。
- ・自殺を予防する取組として、悩みを抱えている人に早期に気づき、声かけや見守り、必要な支援につなぐ役割のあるゲートキーパーの養成を、関係機関や関係各課と連携を図り積極的に取組みます。



<見直し後の評価指標> 2,6 …追加項目 7 …目標値の変更

チェック項目（評価指標）			策定時 （平成26年度）	現状値 （令和元年度）	目標値 （令和7年度）
1 自分なりのストレス解消法を持っている人の割合の増加	20歳代	男性	86.2%	85.0%	90%
	20歳代	女性	76.5%	83.3%	80%
	30歳代	男性	87.5%	71.4%	90%
	30歳代	女性	59.1%	61.3%	70%
	40歳代	男性	56.7%	82.4%	70%
	40歳代	女性	75.0%	64.1%	80%
	50歳代	男性	68.4%	73.5%	80%
	50歳代	女性	77.0%	77.8%	
2 困った時に相談できる人のいる割合の増加（男性）	中学生		71.4%	72.3%	80%
	高校生		68.9%	67.5%	
	40歳代		68.4%	73.5%	
	50歳代		67.6%	61.8%	
	60歳代		78.0%	78.0%	
	70歳代以上		70.8%	72.1%	
3 心の悩みについて相談できる窓口を知っている人の割合の増加	成人		31.6%	28.8%	50%
4 自分のことが好き、まあまあ好きな人の割合の増加	中学生	男子	53.0%	61.5%	60%
	中学生	女子	47.8%	49.7%	60%
	高校生	男子	52.9%	49.8%	60%
	高校生	女子	35.4%	42.2%	45%
5 ゲートキーパー（ココロぽっとサポーター）を養成していることを知っている人の割合の増加	成人		8.7%	8.3%	50%
6 睡眠による休養が十分とれている人の割合	40歳代		72.2%	50.7%	70%
	50歳代		66.7%	54.3%	
7 ゲートキーパー（ココロぽっとサポーター）養成講座を受講した人の増加			320人	1,075人	1,300人

## (7)地域のつながり

### 【目標：世代を超えて交流を深めよう】

各分野の取組を推進する中で、地域のつながりは健康づくりの土台であることをさらに伝えていく必要があります。

#### 今後5年間の市民の目標

##### 【すべての世代】

- あいさつをしよう
- 声をかけあおう
- 世代を超えて交流を深めよう

#### 具体的な取組（行政・関係機関・地域）

- ・各分野の取組を推進する中で、市民に対し、地域のつながりが健康づくりの土台であるということを伝えていきます。
- ・地域のつながりが深まるよう、お互いにあいさつや声かけを地域で実施していきます。

#### <見直し後の評価指標>

チェック項目（評価指標）		策定時 （平成26年度）	現状値 （令和元年度）	目標値 （令和7年度）
1 地域の人とのつながりが強いと感じる人の割合の増加	妊婦	20.7%	23.6%	40%
	乳児の保護者	25.3%	27.8%	
	年長児の保護者	35.0%	33.8%	50%
	成人	32.8%	27.1%	
2 近所との関係づくりが必要と感じる人の割合の増加	妊婦	83.3%	83.6%	90%
	乳児の保護者	85.5%	75.0%	
	年長児の保護者	83.3%	76.3%	
	成人	78.5%	70.6%	
3 就労、ボランティア活動、地域活動、趣味・おけいこ事をしていない人の割合の減少	成人 男性	15.8%	20.1%	10%
	成人 女性	20.1%	24.8%	

## 2 ライフステージに応じた今後5年間の取組ポイント

家庭、地域、学校、職域、行政と連携を図りながら、ライフステージに応じた課題への取組の充実を図ります。(別紙2)

### 妊婦・乳幼児

乳幼児期は、これからの健康づくりを見据えた上で、とても重要な時期となります。

妊娠中から家族そろって生活習慣を見直し、親になった後、乳児期からの規則正しい生活習慣につなげることが大切です。各機関はあらゆる機会を通して、妊婦や乳幼児、保護者に健康的な生活習慣の大切さを伝えると共に、ケンシンの受診や喫煙、運動習慣等、親自身の健康づくりの実践にむけての声かけをしていきましょう。

また、子どもの豊かな心を育み、保護者が愛情いっぱいに見守るためには、周囲が温かく見守り、支援することが必要です。親子が孤立しないように、あらゆる関係機関が連携し、温かく見守りを継続していきます。

### 小学生・中学生

この時期は、生活習慣の基礎が定着する時期です。自分の身体に関心を持ち、健康の大切さを学ぶと共に、現在も行っている、食生活や運動習慣等の、健康的な生活習慣を身につける取組を、今後も、家庭や学校、PTA、地域、職域、行政等が連携して行っていきます。

また、喫煙等の課題の解決にむけて、小中学生の頃から、正しい知識を伝えること、悩みがあるときは周りの大人に話をすること等を、学校や地域の関係機関が連携して伝えていきます。

### 高校生

この時期は、心身ともに子どもから大人に向かって発達する時期であり、大学等への進学や就職により、卒業後の環境の変化を見据え、自分自身が健康的な生活習慣を実践できる力を身につけることが大切です。

また、勉強や友人関係等、心の悩みを感じやすく、自己肯定感が低くなる時期でもあります。家庭や学校など、周りの大人が、日々の変化に気づき、声をかけられるように取り組んでいきます。

### 20～30歳代

この時期は、仕事や子育て等で生活が充実する一方、自分自身の健康について関心が薄くなりがちな世代と考えられますが、生活習慣病の予防や、子どもの健やかな成長を見据えると、ライフステージを通じて、とても大切な時期と言えます。

食生活や運動習慣、喫煙等、気になるこの時期に、自分の身体に関心をもち、健康的な生活習慣を送れるよう、家庭、地域、学校、職域、行政等が一体となり、健康的な生活習慣の学びなおしの機会を提供していきます。

### 40～50歳代

身体機能の低下が徐々に始まり、生活習慣病やストレスが増加し、健康が気になり始める時期です。しかし、仕事や家庭での役割が大きくなり、健康については後回しになりがちです。運動やケンシン、食生活、心の問題など様々な課題を抱えるこの世代に対しては、職域からのアプローチが重要です。元気な高齢期を迎えるために、今後、学校や地域、行政、医療機関、職域が連携を図り、課題解決にむけて取組の一層の強化が必要です。

### 60歳代以上

退職等により時間的な余裕ができ、健康意識が高まり、食生活や運動習慣が改善される人が増えてきます。しかし、身体機能の低下や疾病、親しい人の喪失体験など、これまでの環境の変化が大きい時期でもあります。

高齢期になっても、自分らしい自立した生活を過ごすために、日常生活の機能を維持する健康づくりや介護予防が大切で、ふれあいいきいきサロンなど集いの場を活用した啓発と、地域の中でお互いに声をかけあう地域づくりが大切です。

また、この世代には、これまでに培った豊かな経験や知恵を次世代へ伝える重要な役割があります。地域や行政が連携し、健康づくりについて次世代への伝承ができるように支援します。

		妊婦・乳幼児とその保護者	小・中学生とその保護者	高校生とその保護者	20～30歳代	40～50歳代	60歳以上
目指す姿	世代ごと	愛情いっぱい 基本的な生活習慣の基礎を身につけよう	自分を大切に 基本的な生活習慣を学び実践しよう	自分も友人も家族も大切に 自立に向けた健康的な生活を送る力を身につけよう	楽しい人生のために 健康に関して実践力を身につけよう (早く気づいて20歳代)	お互いを大切に 体と心の状態をチェックし、健康的な生活を習慣づけよう (まだまだ間に合う40、50歳代)	家族・仲間、地域と共に 健康習慣を維持し、次世代へ生活習慣の基礎を伝えよう
		“早寝早起き朝ごはん”を身につけよう		朝ごはんを食べることを実践しよう		主食・主菜・副菜のそろった食事をしよう	
食べよう部会	栄養・食育	【朝食摂取率】 小・中学校でやや減少 8割程度		【朝食摂取率】全世代の中で男性は20歳代男性、女性30歳代が最も低い。		【主食・主菜・副菜のそろった食事を1日2回以上している人】 20歳代男性、妊婦、30～60歳代女性で減少 一番低いのは男性は20歳代、女性30歳代で 15～16%割程度	
	歯と口の健康	“食”に関心を持ち、家族で食事を楽しもう		家族や仲間と共食し、食事の楽しみや大切さを親から子へと伝えよう		家族や仲間と一緒に食事を楽しもう	
動こう部会	身体活動・運動	歯科検診を定期的に受け、虫歯にならないための生活習慣を身につけよう 妊婦の歯科検診受診率が減少 (47.0%が34.7%に減少)		歯と口の健康に関心を持ち、歯科検診を定期的に受けよう		【共食】 ほぼすべての世代で減少 特に、30歳代男性が大幅に減少	
	健康管理	家族や友人と楽しく体を動かそう		生活の中で意識して体を動かそう 1日30分、軽く汗をかく運動を、週に2回は取り入れよう		【生活の中で意識して体を動かしている人】 ほぼすべての世代の男女で減少 【運動習慣がある人】 男性はほぼすべての世代で減少 女性は50歳代で減少	
守ろう部会	健康管理	自分の体を知り、健康について関心をもとう		自分の健康に関心を持ち、健診を受けよう		定期的にケンシンを受けて、生活を改善しよう 家族や友人にケンシンの大切さを伝えよう	
	喫煙	子どもをたばこの害から守ろう 乳幼児期の親の喫煙率が高い 父親: 4～5割、 母親: 約1割	たばこの害について学び、喫煙の誘いを断わる方法を身につけよう たばこの害を知っている小学生 やや減少 将来たばこを吸いたいと思う小学生 1割程度いる	たばこを吸わないようにしよう	禁煙をしよう	【健診受診率】 健診の機会が減る20歳代、30歳代や60歳代で減少 市がん検診受診率(県内19市町中) 胃がん17位、肺がん18位、大腸がん19位	
楽しもう部会	こころの健康	子どもの声に耳を傾けよう	言葉で愛情を伝えよう	自分にあったストレス対応方法を見つけよう		日頃から周りの人とコミュニケーションをとろう	
	つながり	困った時は身近な大人に相談しよう	自分の心の状態を知ろう 相談できる人や場所をもとう	【自分なりのストレス解消方法を持っている人】 20～30歳代男性、40歳代女性は減少 全世代で30～40歳代女性が低く 6割		【睡眠による休養が十分に取れている人】 40～40歳代で減少し、約5割 【防府市の自殺者】 60歳以上の高齢世代が半数を占める	

つながり

あいさつをしよう

声をかけあおう

世代を超えて交流しよう



## 第6章 計画の実現に向けて



## 第6章 計画の実現に向けて

### 1 計画の推進体制

健康寿命の延伸を目的とし、計画の理念である「みんなでつながり思いやる健やかなまちほうふ」を目指して、個人、家庭、地域、行政が相互に連携し、積極的かつ効果的に取り組んでいく必要があります。

これまでと同様に、「健やかほうふ21計画(第二次)推進委員会」において、現状や課題を共有し、それぞれの役割の進捗状況を確認しながら、計画に掲げた取組を推進していきます。

### 2 個人・家庭・地域・行政の基本的な役割

#### (1) 個人の役割

自分の身体に関心をもち、健康について考えると共に、家族や周りの人と声をかけあって、つながりを大切にし、食生活の見直しや、ケンシン受診、意識して体を動かすこと等、具体的な健康づくりに取り組みます。

#### (2) 家庭の役割

家庭は、親から子へ、健康的な生活習慣や思いやりの心、愛情を伝え育てていく場です。親も自分の健康に目をむけ、家族そろって健康的な生活習慣を身につけ、健康づくりに取り組んでいくことが大切です。

#### (3) 地域の役割

地域には、健康づくりを支える様々な資源(各種団体や組織等)があります。地域全体で「健やかなまちほうふ」を実現するためには、市民一人ひとりの健康についての現状を共有し、行政と連携を図りながら取り組むことが大切です。

また、地域のつながりは、個人の健康に影響を与えるものです。日頃からお互いに声をかけあい、地域で支え合い、つながりを大切にしていける必要があります。

#### (4) 行政

本計画の達成を目指し、市民一人ひとりが思いやりを持ち、人と人とのつながりを意識し、健康づくりを楽しみながら実践、継続していけるよう、健康づくりを支援する環境整備を行います。また、健康づくりに関わる部署だけでなく、庁内で市民の健康に関する課題等を共有し、P. 60 に示す各課が行う事業が、健康づくりにつながることを認識し、継続していきます。県や関係団体と連携を図り健康づくりを推進します。



### 3 財政上の措置

本計画の各分野の目標達成に向けて、各取組を継続的に進めるため、必要な財政上の措置を講じるように努めます。また、国や県等の支援体制を積極的に活用します。

### 4 計画の進行管理

本計画に基づき施策の実現が図られるように、毎年度、施策の進捗状況について点検を実施すると共に、令和7年度(2025年度)の最終年度には、市民アンケートを実施し、この計画の評価を行います。

また、この結果については、市ホームページに掲載する等、市民との情報共有を図ります。

資料編



健やかほうふ21計画（第2次）推進委員会設置要綱

平成28年4月1日制定

（目的及び設置）

第1条 「健やかほうふ21計画（第2次）」（以下「計画」という。）に基づき、市民の健康づくりの活動を推進するため、「健やかほうふ21計画（第2次）推進委員会」（以下「委員会」という。）を設置する。

（協議事項）

第2条 委員会は、次に掲げる事項を協議する。

- （1）乳幼児期から高齢期までのそれぞれのライフステージにおいて、健やかに暮らせる地域づくりを目的に、健康課題の解決や目標達成に向けた具体的な取組に関する事項。
- （2）生活習慣病の予防等を通じて、健康寿命の延伸や地域格差の縮小に向けた取組に関する事項。
- （3）行動計画策定や評価等に関する事項。
- （4）その他計画を推進するために必要な事項。

（組織）

第3条 委員会は、委員25人以内をもって組織し、委員は、次の各号に掲げる者の内から、市長が委嘱する。

- （1）学識経験者
- （2）民間団体等の代表者
- （3）行政機関関係者
- （4）公募による者

（任期）

第4条 委員の任期は、2年とする。ただし、欠員が生じ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。

2 委員は、再任されることができる。

（会長及び副会長）

第5条 委員会の会長及び副会長は、委員の互選により定める。

2 会長は、委員会を代表し、会務を総理する。

3 副会長は、会長を補佐し、会長に事故あるときは、その職務を代理する。  
(会議)

第6条 委員会は、会長が招集し、その議長となる。

2 会長は、必要と認める場合において、委員以外の者の委員会への出席を求め、意見又は説明を聴くことができる。

(専門部会)

第7条 委員会は、必要があると認めるときは、専門部会を置くことができる。

2 専門部会は、委員で構成される。

(庶務)

第8条 委員会の庶務は、健康福祉部健康増進課が行う。

(その他)

第9条 この要綱に定めるもののほか、委員会の運営その他必要な事項は、会長が会議に諮って定める。

附 則

この要綱は、平成28年4月1日から施行する。

附 則

この要綱は、平成30年4月1日から施行する。

健やかほうふ21計画（第2次）推進庁内委員会設置要綱

平成28年8月1日制定

（設置）

第1条 健やかほうふ21計画（第2次）（以下「計画」という。）を推進するため、健やかほうふ21計画（第2次）推進庁内委員会（以下「委員会」という。）を設置する。

（所掌事務）

第2条 委員会は、次の各号の掲げる事項について調査及び検討を行う。

- （1）計画の推進に関する事項
- （2）その他必要な事項

（組織）

第3条 委員会は、別表に掲げる職員をもって組織する。

- 2 委員長は健康福祉部次長の職にある者をもって充てる。

（職務）

第4条 委員長は委員会を総理する。

- 2 委員長に事故があるときは、委員長があらかじめ指名する委員が、その職務を代理する。

（任期）

第5条 委員の任期は計画の推進が終了した時までとする。

（会議）

第6条 委員会の会議は、必要に応じて委員長がこれを招集する。

- 2 会議の議長は、委員長がこれを努める。
- 3 委員長は、必要と認める場合において、会議に委員以外の者を出席させ、説明又は意見を求めることができる。

（事務局）

第7条 委員会の事務局は、健康福祉部健康増進課に置く。

（その他）

第8条 この要綱に定めるもののほか、委員会の運営に関して必要な事項は、委員長が定める。

## 附 則

この要綱は、平成28年8月1日から施行する。

## 附 則

この要綱は、令和2年4月1日から施行する。

## 別表

## 健やかほうふ21計画（第2次）推進庁内委員会

区 分	職 名
委員長	健康福祉部次長
委員	文化・スポーツ課長
委員	生活安全課長
委員	保険年金課長
委員	農林水産振興課長
委員	農林漁港整備課長
委員	商工振興課長
委員	学校教育課長
委員	生涯学習課長
委員	高齢福祉課長
委員	障害福祉課長
委員	子育て支援課長
委員	社会福祉課長
委員	健康増進課長

## 健やかほうふ21計画（第二次）推進委員会

任期：令和2年7月～2年間

		団 体 名	氏 名
1	学識経験者	学識経験者 (山口県立大学看護栄養学部)	藤村 孝枝
2	民間団体等の 代表者	防府医師会	山本 一成
3		防府歯科医師会	深野 剛史
4		防府薬剤師会	椎木 康之
5		防府市自治会連合会	椎木 幸成
6		防府市民生委員・児童委員協議会	松田 孝子
7		防府市老人クラブ連合会	長尾 隆治
8		防府市社会福祉協議会	山本 亨
9		防府商工会議所	中村 多美子
10		株式会社 丸久	小林 教昭
11		防府市保育協会	島田 律子
12		防府市幼稚園連盟	清水 博道
13		防府市中学校PTA連合会	橋本 康弘
14		山口県漁業協同組合	末廣 真美
15		山口県農業協同組合防府とくち総括本部	田中 基康
16		防府市食生活改善推進協議会	松野 真理子
17		防府市母子保健推進協議会	池永 悦子
18		防府市リハビリテーション専門職協議会	古谷 正登
19		行政機関関係者	防府市小学校教育研究会養護教諭部会
20	山口県山口健康福祉センター		辻下 淳子
21	公募市民 委員	公募委員	深光 日出男
22		公募委員	荒瀬 香恵
23		公募委員	井田 智会



## ＜用語説明＞

	用 語	説 明
か行	やまぐち健康経営 認定企業	県が、全国健康保険協会山口支部などの保険者と協働して、「健康経営」に取り組む企業を認定する制度です。 *「健康経営」とは、従業員の健康管理を、経営的な視点から収益性を高める投資と考え、戦略的に実践することです。
	健康マイレージ事業	健診（検診）受診や、健康づくりの教室への参加、生活改善の取組をすることでポイントをためて、市内の登録店舗で特典が受けられる事業です。楽しみながら健康づくりに取り組むことができます。
	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、「命の番人」とも位置付けられます。
	合計特殊出生率	一人の女性が、生涯のうちに生む子どもの平均数を示しています。人口を維持するのに必要な合計特殊出生率は2.08とされています。
	子ども総合支援拠点	子ども（18歳未満）のいる家庭や妊婦などに対して、地域での育児支援体制を強化するための拠点を運営し、家庭の実態の把握や、社会資源の情報提供、相談、関係機関との連絡調整等の支援を一体的に行います。
さ行	産前サポート事業 （プレママまんまるサロン）	安心して妊娠・出産・育児ができるよう支援するため、妊婦同士が交流するサロンを開催しています。
	産後ケア事業	出産後、支援が必要な産婦が医療機関等で、心身のケアや育児の支援等を受けることができます。また、育児不安やうつ状態にある産婦が、臨床心理士と面接することができます。
	COPD	慢性閉塞性肺疾患のことです。たばこの煙を主とする有害物質を長期間吸入することで生じる肺の炎症による病気です。別名「肺の生活習慣病」とも呼ばれます。

さ行	食事バランスコマ	1日に「何を」「どれだけ」食べたらよいのかの目安をわかりやすくコマのイラストで示したものです。
た行	特定健康診査	生活習慣病を予防するためにメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目した健診です。対象年齢は40～74歳で血液検査や尿検査、医師の診察等を行います。
	特定保健指導	特定健康診査の結果から、生活習慣病になるリスクが高く、生活習慣の改善により生活習慣病の予防効果が期待できる人に対して行う支援のことです。医師・保健師・管理栄養士等が実践的なアドバイスを行い、6か月後に評価します。
な行	妊産婦サポート事業	妊産婦さんへの健康サポート事業です。旬の地元食材をお届けします。
	年齢調整死亡率	年齢構成の異なる地域間で死亡状況の比較ができるように、年齢構成を調整した死亡率のことです。
は行	+10(プラステン)	厚生労働省が、「健康づくりのための身体活動指針(アクティブガイド)」で推奨しており、今よりも10分多く体を動かすことを呼びかけています。
や行	やまぐち健幸アプリ	山口県公式のウォーキングアプリです。日々の歩数や体重・血圧などを記録して「見える化」したり、ランキングを競ったり、ポイントを貯めて楽しんだりします。



健やかほうふ21計画（第二次）  
中間評価・見直し

発行日：令和3年3月

発行：防府市

編集：防府市健康増進課

〒747-0805

山口県防府市鞠生町12番1号

TEL (0835)24-2161

FAX (0835)25-4963