

★ 健やかほうふ21計画(第2次) ★

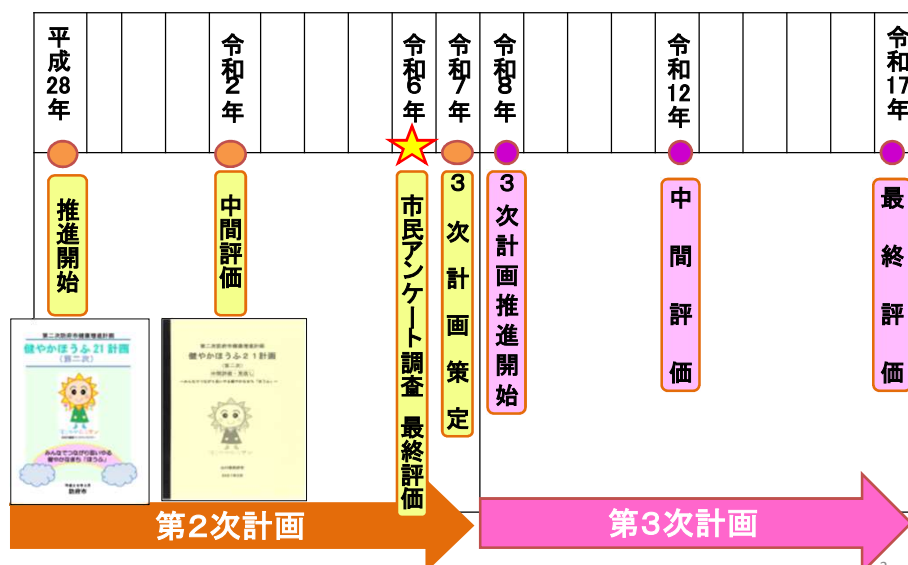
分野別目標に関する市民の現状

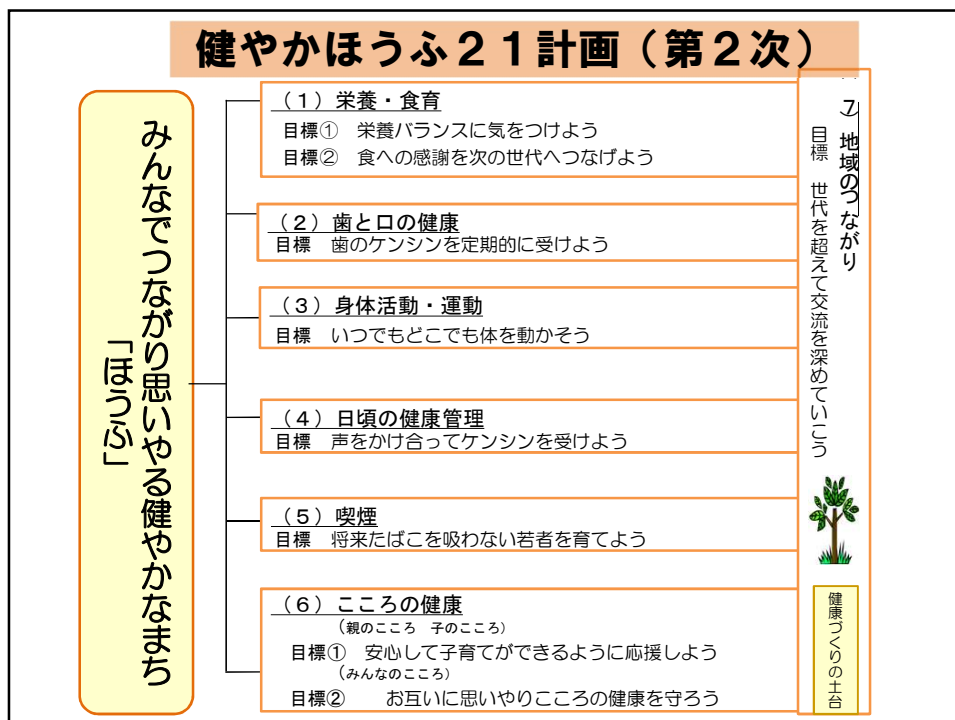
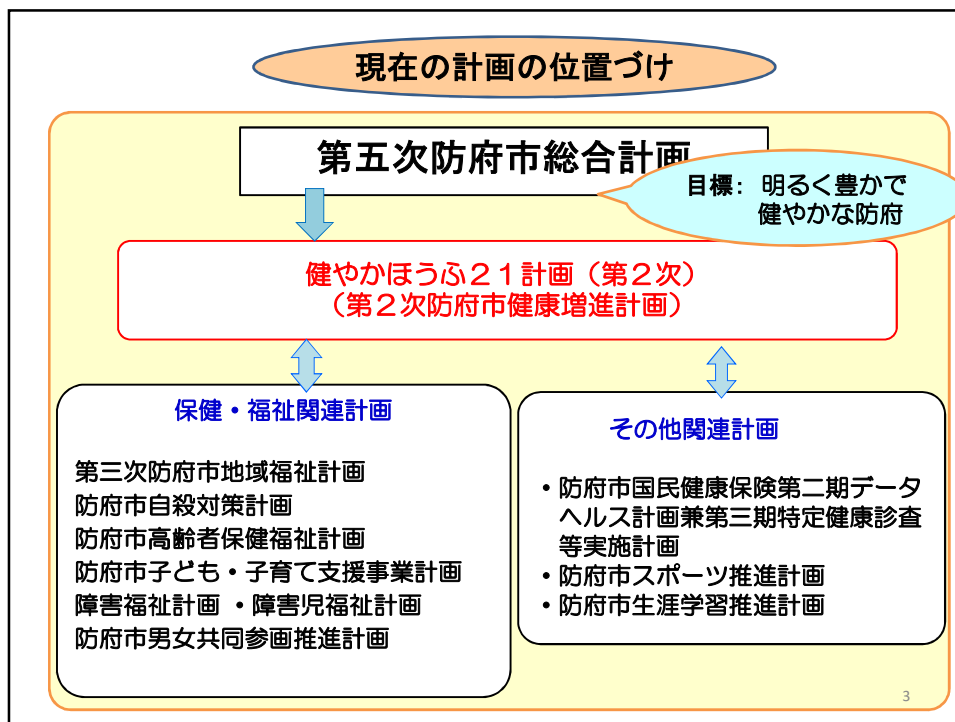
(市民アンケート結果等より)



令和7年1月30日(木)
防府市健康増進課
(保健センター)

健やかほうふ21計画策定・推進年表





本日委員の皆様に頂きたいご意見



今からお示しする結果について、

- ・皆様の団体・個人の活動とのつながり
- ・要因
- ・考えられる社会背景

について教えてください。

※今日ご発言いただくか、別紙1に御記入
いただくと、幸いです。

※いただいた御意見は、第3次の計画策定に
取り入れます。

5

(1) 栄養・食育

目標：栄養バランスに気をつけよう

食への感謝を次の世代へつなげよう

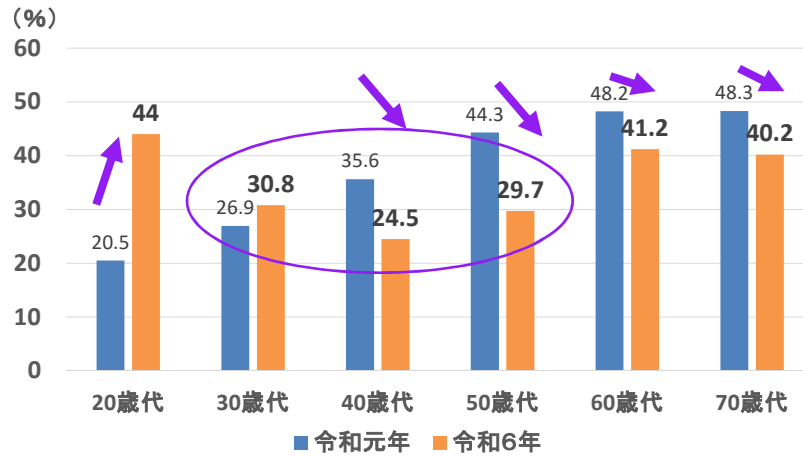
評価指標

- ・朝食摂取率
- ・栄養バランスに配慮した食生活を送っている人の割合
- ・主食・主菜・副菜のそろった食事を実践している人の割合
- ・野菜を1日3皿以上食べている人の割合
- ・やまぐち健康応援団に登録している施設数

- ・共食する人の割合
- ・食育に関心がある人の割合
- ・食べ方に関心がある人の割合
- ・郷土料理、地場産物の活用を心がけている人の割合
- ・あいさつを心がけている人の割合
- ・箸の正しい持ち方を教えている人の割合

6

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



- ・ 令和元年に比べ、40歳代以降で悪化した
- ・ 全世代の中で、30歳代から50歳代が低い

健やかほうふ21計画(第二次)市民アンケートより

(1) 今後の取組

栄養・食育は生活習慣病の予防や重症化予防、やせや低栄養の予防など健康寿命を延ばすために、不可欠。
今後も、主食・主菜・副菜のそろった食事を摂ること等健全な食生活を実行できる人を増やすために、市全体で食育に取り組む必要があります！



(2) 「歯と口の健康」

目標：歯の検診を定期的に受けよう

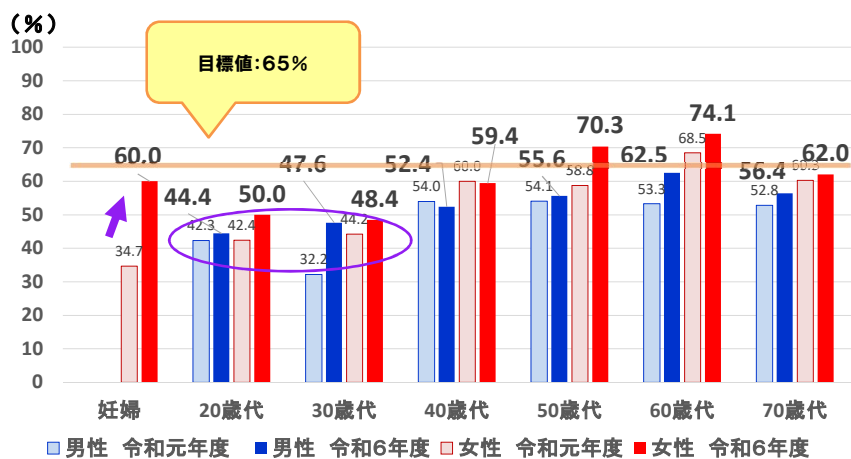


評価指標

- ・虫歯のある人の割合
- ・歯周病と思われる症状がある人の割合
- ・**歯科検診を受診した人の割合**
- ・咀嚼良好者の割合

9

過去1年間に歯科検診を受診した人の割合



- ・全世代の中で、20歳代、30歳代の受診割合が低い
- ・令和元年に比べ、全体的に増加している。特に妊婦が増加している。

R1の20歳代から70歳代はH29健康づくりに関する県民意識調査、
R1の妊婦とR6は健やかほうふ21計画(第二次)市民アンケートより

10

(2) 今後の取組

歯と口の健康は全身の健康に関係し、健康で質の高い生活を営むうえで重要です。引き続き、生涯を通じて歯と口の健康に関する知識の普及に努める必要があります。



11

12

(3) 身体活動・運動

目標：いつでもどこでも体を動かそう

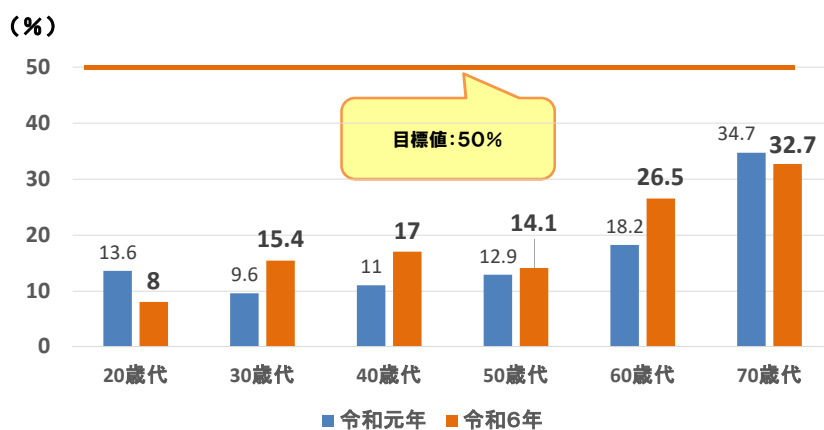
評価指標



- ・運動不足を感じている人の割合
- ・意識的に体を動かすように心がけている人の割合
- ・1日30分以上の軽く汗をかく運動を週に2日以上、1年以上継続して実施している人の割合
- ・ロコモ該当者の割合
- ・やまぐち健康応援団に登録している施設数
- ・やまぐち健康アプリの登録者数

13

日常生活において、健康の維持増進のために意識的に体を動かすよう心がけている人の割合(いつも)



- ・令和元年に比べ、30歳代から60歳代は増加し、改善している。
- ・全世代、目標値にはまだまだ到達しない。

健やかほうふ21計画(第二次)市民アンケートより

14

(3) 今後の取組

「身体活動・運動ガイド2023」でも、健康のためにはより多く体を動かすことが大切と示されています。このガイドや「やまぐち健康アプリ」等を活用し、幅広い世代に情報が届くよう、効果的な情報提供や周知に努める必要があります。



15

16

(4) 日ごろの健康管理

目標：声をかけ合ってケンシンを受けよう

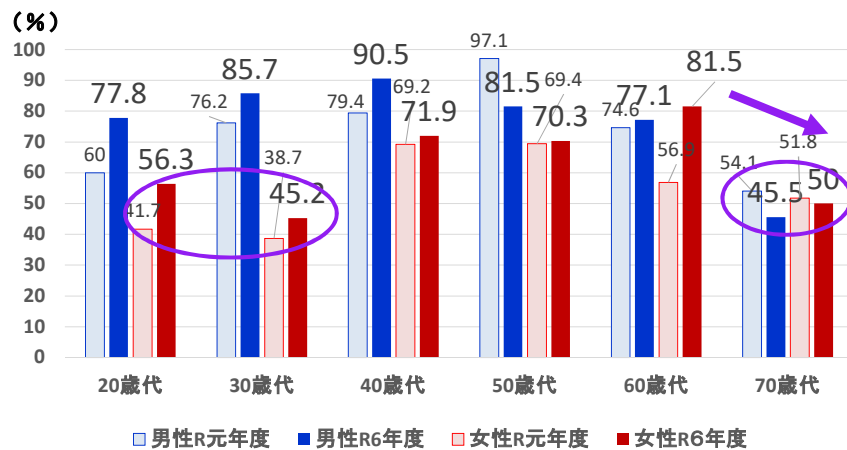


評価指標

- ・健康診査受診率
- ・特定健康診査受診率
- ・特定保健指導実施率
- ・各種がん検診の受診率

17

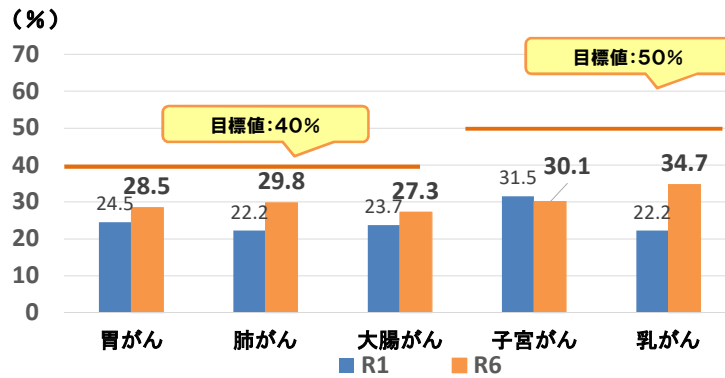
この1年間に健診等(健康診断、健康診査及び人間ドック)を受けた人の割合



- ・令和元年に比べ、女性はほぼ全ての年代で増加し、改善している。
- ・全世代でみると、20歳代30歳代女性、70歳代男女が低い。

健やかほうふ21計画(第二次)市民アンケートより 18

この1年間(乳・子宮がん検診は2年間)に がん検診を受けた人の割合



健やかほうふ21計画(第二次)市民アンケートより

- ・令和元年に比べ、子宮がん検診以外は増加している。
- ・目標値にはまだまだ到達しない。

19

(4) 今後の取組

ケンシンは健康づくりの基本で、大切。更にケンシンを受けやすい環境づくりに取り組み、家庭や地域でケンシンの大切さを伝えていく必要があります！



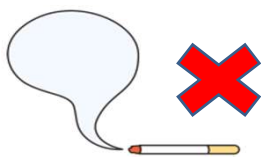
20

(5) 喫煙

目標：将来たばこを吸わない若者を育てよう

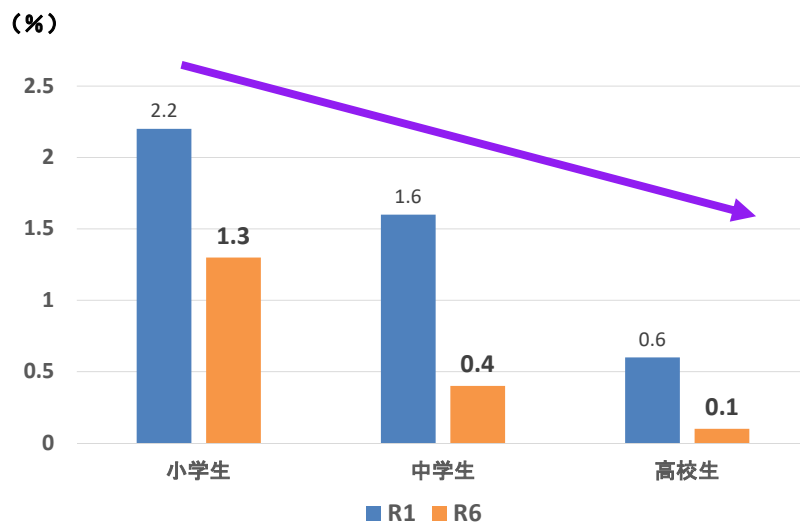
評価指標

- ・タバコの害を知っている人の割合
- ・将来たばこを吸いたいと思う人の割合
- ・現在タバコを吸っている人の割合
- ・禁煙したいと思う人の割合
- ・受動喫煙の機会があった人の割合
- ・COPDを知っている人の割合
- ・やまぐち健康応援団に登録している施設数



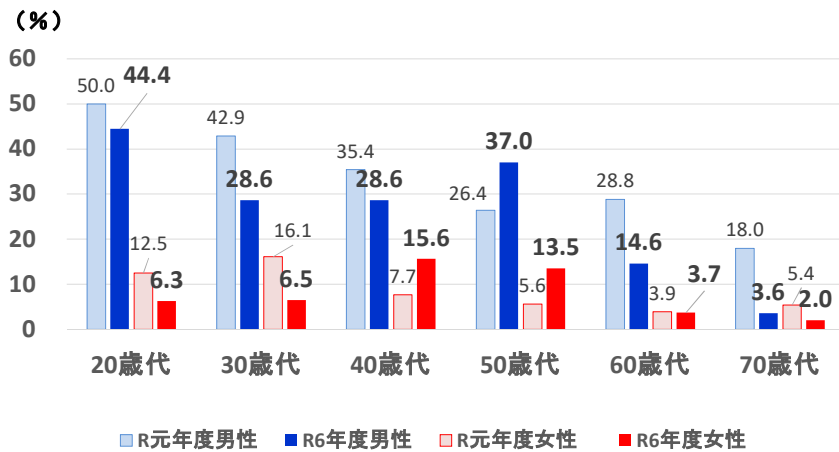
21

将来、たばこを吸いたいと思いますか(はい)



健やかほうふ21計画(第二次)市民アンケートより 22

現在タバコを吸っていますか（毎日、時々）



- ・全世代の中で、男性は20歳代、女性は40歳～50歳代の喫煙率が高い。
- ・令和元年に比べ、減少している世代が多い。

健やかほうふ21計画（第二次）市民アンケートより

23

（5）今後の取組

引き続き、喫煙防止、禁煙支援・
受動喫煙防止のための取組を
行っていく必要があります！



24

(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

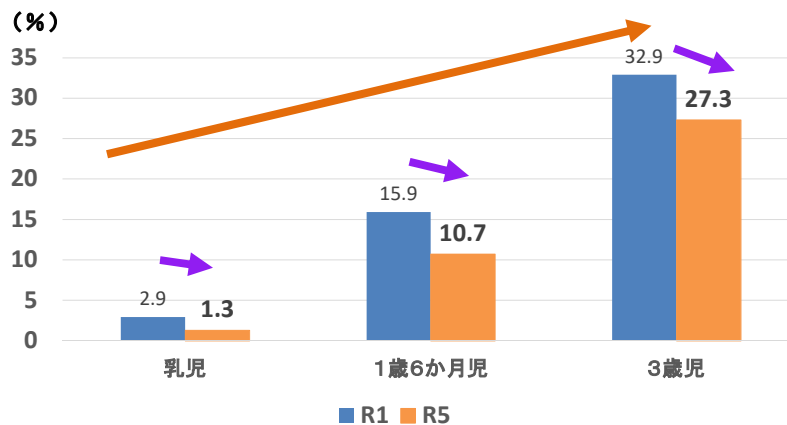
評価指標

- ・主体的に育児に関わっている父親の割合
- ・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
- ・子どもを感情的に怒ってしまうことがある親の割合
- ・子供を虐待していると思うことがある親の割合
- ・困った時に相談先を知っているなど、解決方法を知っている親の割合
- ・今後もこの地域で子育てをしていきたいと思う親の割合



25

感情的な言葉で怒鳴ったと答えた親の割合

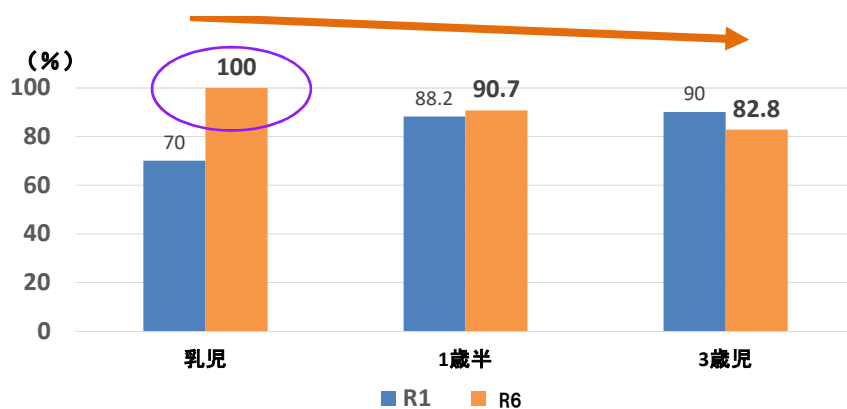


- ・子どもの年齢が上がるにつれ、割合は増える。
- ・令和元年に比べ、減少している。

3か月児健康診査受診票、1歳6か月児健康診査受診票、3歳児健康診査受診票より

26

育てにくさを感じた時に、相談先を知っているなど、何らかの解決方法を知っている親の割合



- ・令和元年に比べ、乳児、1歳半の保護者で改善。3歳児の保護者は悪化。
- ・子どもの年齢が上がるにつれ、減少している。

健やかほうふ21計画(第二次)市民アンケートより

27

(6) - 1 今後の取組

引き続き、こども家庭センター、関係機関、地域が連携し、親子の支援をしていく必要があります！



28

(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

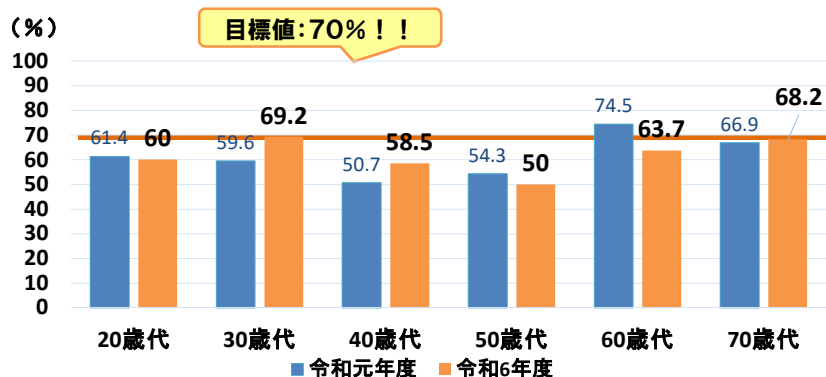
評価指標



- ・自分なりのストレス解消方法を持っている人の割合
- ・困った時に相談できる人のいる割合
- ・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
- ・ゲートキーパーを養成していることを知っている人の割合
- ・睡眠による休養が十分とれている人の割合
- ・ゲートキーパー養成講座を受講した人の割合

29

睡眠による休養が十分とれている人の割合

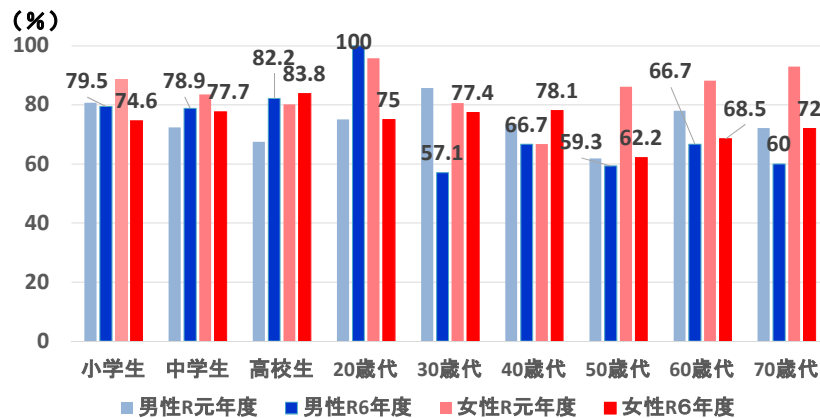


- ・どの世代も目標に達していなかった。
- ・全世代の中で、50歳代が一番低い。

健やか(ほうふ)21計画(第二次)市民アンケートより

30

困った時に相談できる人がいる人の割合



- ・いると答えた人の割合は、小、中学生では7～8割、高校生では8割強。
- ・全世代の中で、30歳代男性が一番低い。50歳代も低い。

健やかほうふ21計画(第二次)市民アンケートより

31

(6) - 2 今後の取組

引き続き、悩んだ時の相談先の周知、悩んでいる人の心の健康を守る「ゲートキーパー」の知識を広く普及していく必要があります！
睡眠についても、「健康づくりのための睡眠ガイド2023」を活用して支援する必要があります。



32

(7) 地域のつながり

目標：世代を超えて交流を深めよう

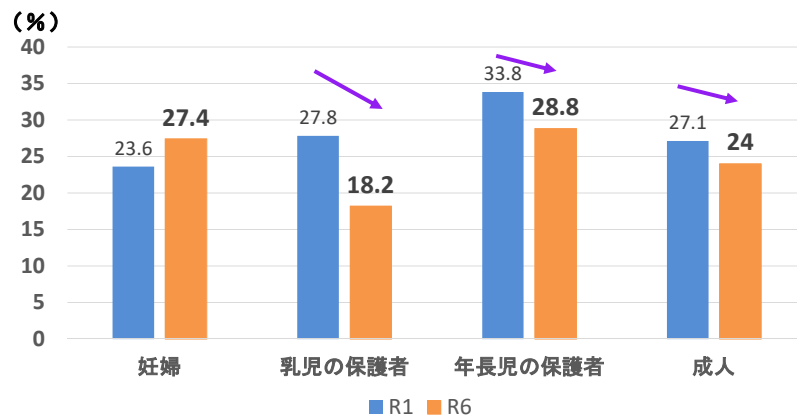


評価指標

- ・地域の人とのつながりが強いと思う人の割合
- ・近所との関係づくりが必要と感じる人の割合
- ・就労、ボランティア、地域活動、趣味・おけいこ事をしていない人の割合

33

地域の人とのつながりが強いと思う人の割合



・妊婦以外は減少している。☹

健やか(ほうふ)21計画(第二次)市民アンケートより

34

(7) 地域のつながりの今後の取組

地域とのつながりが豊かな人は、健康状態が良いとされています。改めて、共食や地域活動の機会の提供などを通じて、つながりを強化していく必要があります。

