



資料編

資料編

健康づくりの目標一覧表

健康寿命の延伸

指標	現状値	目標値	出典
健康寿命の延伸	男性 80.02 歳 女性 84.11 歳	健康寿命の増加	山口県健康増進課資料 (R2 年度)

(1) 栄養・食生活

指標	現状値	目標値	出典
1 主食・主菜・副菜がそろった食事が 1 日 2 回以上の日がほぼ毎日の人の 割合	35.6%	50%	アンケート 調査
2 食塩の多い料理を控えることを心 がけている人の割合(「いつも」「とき どき」と答えた人)	64.3%	増加させる	健康づくりに 関する県 民意識調査 (R 4 年度)
3 1 日に野菜を 3 皿以上食べる人の割 合	51.7%	増加させる	アンケート 調査
4 適正体重を維持している人の割合	65.3%	増加させる	アンケート 調査
(成人肥満者、若年女性のやせ、低栄養 傾向の高齢者の割合) ※アンケート調査による集計値であ り、特に 20~30 歳代女性は回答数が 少ないため参考値とする。	20~30 歳代 女性のやせ 17.0% 20~60 歳代 男性の肥満 33.3% 40~60 歳代 女性の肥満 15.4% 60 歳代以上の 低栄養 19.1%		
5 肥満傾向児(小学 5 年生男女)の割 合	男子 12.4% 女子 8.0%	男子 9.0% 女子 6.0%	学校保健 統計調査 (R 6 年度)

6 地域等で共食している人の割合	22.5%	30%	アンケート調査
7 朝食または夕食を共食することがほとんどない人の割合	朝食 32.4% 夕食 16.6%	減少させる 減少させる	アンケート調査
8 朝食を食べる若い世代の割合 (小学生・中学生・20～30 歳代)	小学生 86.1% 中学生 83.9%	100% 100%	学校保健統計調査 (R6 年度)
	20～30 歳代 75.3%	85%	アンケート調査
9 食育に関心をもっている人の割合	69.1%	90%	アンケート調査
10 郷土料理を食べたり、地場産物を活用したりすることを心がける人の割合	44.8%	増加させる	アンケート調査
11 学校給食における地場産食材を使用する割合 (地産地消導入率)	75.4%	72%以上を維持	第3次防府市教育振興基本計画 (R6 年度)
12 食育の推進に関わるボランティア数	132 名	現状値より減少させない	市食生活改善推進協議会事務局データ (R7 年度)

(2) 歯と口の健康

評価指標		現状値	目標値	出典
1 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	成人	41.3%	減少させる	アンケート調査
2 咀嚼良好者(食事のとき何でも噛める人)の割合	50 歳以上	54.5%	65%	アンケート調査
3 過去1年間に歯科検診を受診した人の割合	成人	59.9%	95%	アンケート調査

(3) 身体活動・運動

評価指標	現状値	目標値	出典
1 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 (「いつも」「ときどき」と答えた人)	69.3%	増加させる	アンケート調査
2 1回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	20～50歳代 男性 32.1% 女性 22.4% 60歳代以上 男性 41.7% 女性 49.0%	20～50歳代 男性 35% 女性 35% 60歳以上 男性 55% 女性 55%	アンケート調査
3 運動やスポーツを習慣的に行っていないこどもの割合 (1週間の総運動時間(体育授業を除く)が60分未満の児童の割合) ※小学5年生	男子 9.6% 女子 19.1%	減少させる	全国体力・運動能力、運動習慣等調査 (R5年度)
4 ロコモティブシンドロームに該当する人の割合(60歳代以上)	45.5%	41.1%	アンケート調査

(4) 喫煙

評価指標	現状値	目標値	出典
1 喫煙率(20歳以上の人の喫煙率) ※「毎日吸う」「時々吸う」を選択したもの	男性 19.4% 女性 7.3%	減少させる	アンケート調査
2 妊婦の喫煙率	2.0%	0%	3ヶ月児健康診査表 (R6年度)
3 最近1か月の間に受動喫煙の機会があった人の割合 ※「ほぼ毎日」「週に数回程度」「週に1回程度」「月に1回程度」を選択したもの	家庭 17.8% 職場 15.4% 飲食店 12.2%	減少させる	アンケート調査 健康づくりアンケート

4 COPD の死亡率 (人口 10 万人あたり)		15.6	10.0	やまぐち健康マップ (R4 年度)
5 COPD を知っている人の割合 ※「どんな病気か知っている」「言葉は聞いたことがある」と回答	成人	44.1%	50%	アンケート調査

(5) 飲酒

評価指標	現状値	目標値	出典
1 1 日の純アルコール摂取量が男性 40g 以上、女性 20g 以上の人の割合	男性 13.3% 女性 8.6%	減少させる	アンケート調査

(6) 休養・睡眠・こころの健康

評価指標	現状値	目標値	出典
1 睡眠による休養が十分にとれている人の割合	62.4% 20～59 歳 58.8% 60 歳以上 66.0%	67% 20～59 歳 64% 60 歳以上 75%	アンケート調査
2 睡眠時間が十分に確保できている人の割合 (睡眠時間 6～9 時間 (60 歳以上については、6～8 時間) の人の割合)	49.1%	60%	アンケート調査
3 睡眠時間が十分に確保できている児童生徒の割合 (小学生は 9 時間以上、中学生は 8 時間以上の睡眠)	小学生 男子 40.6% 女子 38.2% 中学生 男子 27.5% 女子 19.5%	増加させる	全国体力・運動能力、運動習慣等調査 (R5 年度)
4 自分なりのストレス解消法をもっている人の割合	66.1%	増加させる	アンケート調査
5 こころの悩みについて相談できる窓口を知っている人の割合	47.5%	増加させる	アンケート調査

6 ゲートキーパーについて聞いたことがある人の割合	21.8%	増加させる	アンケート調査
---------------------------	-------	-------	---------

(7) ケンシン

評価指標	現状値	目標値	出典
1 がんの年齢調整死亡率 (人口 10 万人あたり)	男性 407.2 女性 222.5	減少させる	やまぐち健康マップ (令和 4 年)
2 各種がん検診の受診率 (全世代) ・胃は 50~69 歳 ・大腸・肺・乳は 40 歳~69 歳 ・子宮は 20 歳~69 歳	胃がん 総数 31.9% 男性 38.7% 女性 26.4% 大腸がん 総数 28.8% 男性 29.2% 女性 28.5% 肺がん 総数 33.3% 男性 34.4% 女性 32.5% 乳がん 42.3% 子宮がん 36.5%	60%	アンケート調査
3 脳血管疾患・心疾患の年齢調整死亡率 (10 万人あたり)	脳血管疾患 男性 107.9 女性 69.8 心疾患 男性 219.5 女性 172.0	減少させる	やまぐち健康マップ (令和 4 年)
4 収縮期血圧 140mmHg 以上の人の割合	男性 24.8% 女性 22.2%	男性 20% 女性 18%	国保データベース (KDB) システム
5 LDL コレステロール 160mg/dl 以上の割合	男性 8.8% 女性 12.7%	男性 6.6% 女性 9.5%	国保データベース (KDB) システム
6 メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の割合	31.5%	20.8%	国保データベース (KDB) システム
7 特定健康診査実施率 (国民健康保険特定健康診査)	33.2%	50% ※データへ	防府市国民健康保険 第 3 期データヘルス計画

		ルス計画による目標値 (R11 年)	兼 第 4 期特定 健康診査等実施 計画
8 特定保健指導の実施率	8.0%	20% ※データヘルス計画による目標値 (R11 年度)	防府市国民健康 保険 第 3 期デ ータヘルス計画 兼 第 4 期特定 健康診査等実施 計画
9 糖尿病有病者の割合 (HbA1c6.5 以上の者の割合)	6.7%	現状値より増加させない	国保データベ ース(KDB) システム
10 血糖コントロール不良者の割合 (HbA1c8.0 以上の者の割合)	2.1%	1.58%	国保データベ ース (KDB) システム
11 糖尿病未治療者の割合 (HbA1c6.5 以上の者のうち、糖 尿病のレセプトがない者の割 合)	0.08%	0% ※データヘルス計画による目標値 (R11 年度)	防府市国民健康 保険 第 3 期デ ータヘルス計画 兼 第 4 期特定 健康診査等実施 計画

(8) 自然に健康になれる環境づくり・社会のつながり

評価指標	現状値	目標値	出典
1 やまぐち健康応援団に登録をしている防府市店舗・施設・事業所数	72 件	増加させる	県健康増進課より (R7 年 5 月)
2 健康経営に取り組む企業数	114 社	200 社	県健康増進課より (R7 年 4 月)
3 地域の人たちとのつながりが強いと思う人の割合	24.0%	増加させる	アンケート調査
4 ボランティア活動や各種の地域活動等に参加する人の割合	75.7%	80.7%	アンケート調査
5 地域等で共食している人の割合【再掲】	22.5%	30%	アンケート調査

健やかほうふ２１計画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」（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）計画策定や評価、見直し等に関する事項。
- （２）計画に基づく市民の健康づくり推進に関する事項。
- （３）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年以内とする。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、保健こども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。

附 則

この要綱は、令和6年4月1日から施行する。

附 則

この要綱は、令和6年12月1日から施行する。

健やかほうふ21計画推進委員会 委員名簿

		団 体 名	
1	民間団体等の 代表者	防府医師会	山本 一成
2		防府歯科医師会	竹田津 和稔
3		防府薬剤師会	山内 裕之
4		防府市自治会連合会	藤井 孝造
5		防府市民生委員・児童委員協議会	吉富 美津恵
6		防府市社会福祉協議会	松田 崇伸
7		防府商工会議所	山本 憲司
8		株式会社 丸久	西丸 朋子
9		防府市保育協会	島田 律子
10		防府市幼稚園連盟	椿 千栄子
11		防府市中学校PTA連合会	横田 さおり
12		山口県漁業協同組合	末廣 真美
13		山口県農業協同組合防府とくち統括本部	久門 浩之
14		防府市食生活改善推進協議会	松野 真理子
15		防府市母子保健推進協議会	宮岡 園子
16		防府市リハビリテーション専門職協議会	古谷 正登
17		山口県公認心理師協会	山野上 典子
18	行政機関関係者	防府市小学校教育研究会養護教諭部会	目代 実穂子
19		山口県山口健康福祉センター	岡田 浩代
20	公募市民 委員	公募委員	大本 学司
21		公募委員	古賀 瞳
22	学識経験者	学識経験者 (山口県立大学看護栄養学部)	横田 恵

健やかほうふ２１計画推進庁内委員会設置要綱

平成２８年８月１日制定

（目的及び設置）

第１条 健やかほうふ２１計画（以下「計画」という。）に基づき、市民の健康づくりを推進するため、健やかほうふ２１計画推進庁内委員会（以下「委員会」という。）を設置する。

（所掌事務）

第２条 委員会は、次に掲げる事項を所掌する。

- （１） 計画の策定や推進、評価等に関する事項
- （２） その他必要な事項

（組織）

第３条 委員会の委員は、別表に掲げる職にある者とする。

- ２ 委員会に委員長を置く。
- ３ 委員長は保健こども部次長の職にある者をもって充てる。

（職務）

第４条 委員長は委員会を代表し会務を総理する。

- 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。

（会議）

第５条 委員会は、委員長が必要に応じて招集し、その議長となる。

- ２ 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の委員会への出席又は資料等の提出を求めることができる。

（庶務）

第６条 委員会の庶務は、保健こども部健康増進課において処理する。

（その他）

第７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。

附 則

この要綱は、令和５年４月１日から施行する。

附 則

この要綱は、令和６年４月１日から施行する。

附 則

この要綱は、令和７年４月１日から施行する。

別表

健やかほうふ２１計画推進庁内委員会

総務部	収納課長	
総合政策部	地域振興課長	
文化スポーツ観光交流部	スポーツ振興課長	
生活環境部	くらし安全課長	
福祉部	福祉総務課長	生活支援課長
	高齢福祉課長	障害福祉課長
保健子ども部	子育て推進課長	こども相談支援課長
	保険年金課長	
産業振興部	農林水産振興課長	商工振興課長
土木都市建設部	都市計画課長	建築課長
消防本部	警防課長	
教育委員会教育部	学校教育課長	生涯学習課長

用語解説

【あ行】

用語	説明
アルコール関連問題啓発週間	アルコール健康障害対策基本法では、国民の間に広くアルコール関連問題に関する関心と理解を深めるため、11月10日から16日までをアルコール関連問題啓発週間と定めている。
エシカル消費	地域の活性化や雇用なども含む、人や社会・環境に配慮した消費行動。
オーラルフレイル	うまく噛めない、むせる等の、歯と口の機能のささいな衰えのこと。

【か行】

用語	説明
通いの場	地域の住民同士が気軽に集い、一緒に活動内容を企画し、ふれあいを通して「生きがいづくり」「仲間づくり」の輪を広げる場所であり、地域の介護予防の拠点となる場所でもある。
共食	家族や友人、親戚など、誰かと一緒に食卓を囲んで、共に食事をとること。
ゲートキーパー	悩んでいる人に気づき、声をかけてあげられる人のこと。特別な研修や資格ではなく、誰でもゲートキーパーになることができる。
健康教育	健康教育とは、心身の健康の保持増進を図るために必要な知識及び態度の修得に関する教育。殊に学校においては、自他の生命を尊重し社会の変化に対応して、生涯を通じて健康で充実した生活を送るためには、教科「体育」、「保健体育」において児童生徒に心身の健康・安全全般についての知識を学習させるとともに、保健指導、安全指導、学校給食指導など、特別活動や日常的指導を通じて健康な生活に関する態度を習得させるなど、学校の教育活動全体を通じて行う必要がある。

健康経営	従業員等の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に実践すること。企業理念に基づき、従業員等への健康投資を行うことは、従業員の活力向上や生産性の向上等の組織の活性化をもたらし、結果的に業績向上や株価向上につながることを期待される。健康経営は、日本再興戦略、未来投資戦略に位置付けられた「国民の健康寿命の延伸」に関する取り組みの一つ。
健康寿命	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。
健康日本 21（第三次）	国が、国民の健康の増進の総合的な推進を図るため、令和 6 年度からの新たな国民健康づくり運動に当たり策定した基本的な方針。
ケンシン	全身の健康状態をチェックする目的で行われる健診とある特定の疾患を発見するために行う検診を合わせてケンシンと表現する。
口腔機能	噛む・飲み込むという食べる機能や、話したり、表情をつくったりする口の働きのこと。
誤嚥性肺炎	本来気管に入ってはいけない物が気管に入り（誤嚥）、そのために生じた肺炎。老化や脳血管障害の後遺症などによって、飲み込む機能（嚥下機能）や咳をする力が弱くなると、口腔内の細菌、食べかす、逆流した胃液などが誤って気管に入りやすくなり、その結果、発症するもの。
こども食堂	こども達が気軽にいくことができる無料、または、低額の食堂。

【さ行】

用語	説明
幸せますケンシンまつり	令和 6 年度に防府市で開催されたケンシンの重要性や必要性を市民に知ってもらうことを目的としたイベント。医師やがん経験者の講演会、検診車乗車体験、健康チェック、相談コーナーなど防府市と

	関係団体が連携して開催した。
自殺総合対策大綱	自殺対策基本法に基づき、政府が推進すべき自殺対策の指針として定めるものであり、おおむね 5 年を目途に見直すこととされている。平成 19 年 6 月に策定された。
自殺予防週間・自殺対策強化月間	日本では、自殺対策基本法に基づき、毎年 9 月 10 日から 16 日を「自殺予防週間」、毎年 3 月を「自殺対策強化月間」と定めて、国、地方公共団体、関係団体等が連携して「いのち支える自殺対策」という理念を前面に打ち出した啓発活動を推進している。
循環器病（循環器疾患）	循環器病は、脳血管疾患と心疾患を含む疾患であり、我が国の主要な死因の 1 つ。
食生活改善推進員	子どもから高齢者まで、健全な食生活を実践することのできる食育活動に取り組み、地産地消・郷土料理や行事食、食文化の継承などという大きな視点から食育を捉え、健康づくり活動を進めている。
身体活動	安静にしている状態より多くのエネルギーを消費するすべての動作。
生活習慣病	食事や運動・喫煙・飲酒・ストレスなどの生活習慣が原因で起こる疾患の総称。以前は「成人病」と呼ばれていたが、成人であっても生活習慣の改善により予防可能で、成人でなくても発症可能性があることから、1996 年に当時の厚生省が「生活習慣病」と改称することを提唱した。
世界禁煙デー・禁煙週間	世界保健機構（WHO）が、平成元年に 5 月 31 日を「世界禁煙デー」と定め、喫煙しないことが一般的な社会習慣になることを目指した「たばこか健康かに関する活動計画」を開始した。厚生労働省においても、平成 4 年から、世界禁煙デーに始まる 1 週間を「禁煙週間」と定め、各種の施策を講じている。
総合がん検診	国が推奨する 5 つのがん検診である胃がん検診・肺がん検診・大腸がん検診・乳がん検診・子宮頸がん

	検診が同日に一つの会場で受けられる防府市でのがん検診のこと。
咀嚼（そしゃく）	食物を食べるために噛み砕き、すりつぶして細かくして飲み込める状態にすること。

【た行】

用語	説明
地域自殺実態プロファイル	地方公共団体の地域自殺対策計画の策定を支援するため、国が自殺総合対策推進センターにおいて、既存の官庁統計をもとに、全ての都道府県、市町村のそれぞれの自殺の実態を分析したもの。
地産・地消	地域で生産された農林水産物を、その地域内において消費する取組のこと。
低栄養	低栄養とは食欲の低下や、噛む力が弱くなるなどの口腔機能の低下により食事が食べにくくなるといった理由から徐々に食事量が減り、身体を動かすために必要なエネルギーや、筋肉、皮膚、内臓など体をつくるたんぱく質などの栄養が不足している状態のこと。

【な行】

用語	説明
年齢調整死亡率	年齢構成の異なる地域間や年次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。

【は行】

用語	説明
肥満傾向児	性別・年齢別・身長別標準体重から肥満度を求めた肥満度が 20%以上の人。
標準化死亡比	人口構成の違いを除去して死亡率を比較するための指標。ある集団の死亡率が基準となる集団と比べてどのくらい高いかを示す。値が 100 より大きいと基準集団より死亡率が高く、100 より小さい場合は基準集団より死亡率が低いことを意味する。

ファミリーサポートセンター	育児の援助を受けたい人と、行いたい人が会員となり、育児を助け合う会員組織。
フレイル	加齢とともに筋力や精神面が衰える状態のことで、健康な状態と日常生活でサポートが必要な介護状態の中間のこと。
母子・父子自立支援員	配偶者のないこどもを育てる人の相談に応じ、自立に必要な情報提供や指導を行うとともに職業能力の向上、求職活動に関する支援を行う。
母子保健推進員	市から依頼を受け、子育てしている家庭と行政のパイプ役となり、母子保健サービスの紹介や同じ地域に暮らす身近な存在として子育ての相談に応じている。
P D C A サイクル	「P l a n (計画) → D o (実行) → C h e c k (評価) → A c t i o n (改善)」という一連のプロセスを繰り返し行うことで、業務などの改善や効率化を図る考え方の一つ。

【や行】

用語	説明
やまぐち健幸アプリ	2019 年度（令和元年度）から配信を開始した山口県公式のウォーキングアプリ。スマートフォンをもって歩くだけで、歩数や消費カロリーが自動的に記録されるほか、体重や血圧などの健康状態を記録する機能もついている。
やまぐち健康応援団	県民を対象に、食生活や運動など健康づくりの各分野で主体的な取組を行う事業所・団体等を登録する制度のこと。
要支援・要介護	「要支援状態」とは、身体上若しくは精神上の障害があるために入浴、排せつ、食事等の日常生活における基本的な動作の全部若しくは一部について一定期間にわたり継続して常時介護を要する状態の軽減若しくは悪化の防止に特に資する支援を要すると見込まれ、又は身体上若しくは精神上の障害が

	あるために一定期間にわたり継続して日常生活を営むのに支障があると見込まれる状態をいい、市の要支援認定を受けた人を要支援認定者という。 「要介護状態」とは、身体上又は精神上の障害があるために、入浴、排せつ、食事等の日常生活における基本的な動作の全部又は一部について、一定期間にわたり継続して、常時介護を要すると見込まれる状態をいい、市の要介護認定を受けた人を要介護認定者という。
--	--

【ら行】

用語	説明
ライフコースアプローチ	こどものころからの生活習慣や健康状態は、大人になってからの健康状態にも大きな影響を与えている。高齢期の健康をより良い状態にするためには、若い世代からの取組が必要である。このような考えを基本に、病気のリスクや健康状態を、胎児期・乳幼児期から高齢期までつなげて考え、働きかける（アプローチ）こと。
ロコモティブシンドローム（運動器症候群）	骨や関節、筋肉などの運動器の衰えや障害で介護を必要とする状態、又は必要となる可能性の高い状態のこと。

【わ行】

用語	説明
ワークライフバランス	就労により経済的自立が可能で、健康で豊かな生活のための時間が確保できるということ。