4　健康づくり

Ⅰ　これまでの取組

【目　的】

自分の健康に関心を持ち、健康の保持増進に努める。

【実施内容】

①　健康ポイント事業　　②　笑顔すこやか・ヘルスアップ事業

③　ウォーキング健康教室　　④　血糖（HbA1c）簡易測定事業

⑤　健康教育

〈対象者〉

①　市内に住所を有する者で、かつ 19 歳以上の者　　②　青年期から壮年期にあたる市民

③⑤　市内に住所を有する者　　④　市内に住所を有する 20 歳以上の者

〈実施内容〉

①　歩数によってポイントが付与され、継続して健康づくりに取り組むことを推進する

②　若い世代に保健事業を実施

③　効果的なウォーキングの方法・注意点の指導及び運動（ウォーキング・ストレッチ）実技を実施

④　血糖（HbA1c）簡易測定と健康相談

⑤　生活習慣病予防・健康維持増進・がん予防・寝たきり予防・歯周疾患予防等の集団健康教室を各地区公民館等で実施

Ⅱ　令和２年度の中間評価（実績）

主要な事業	指標	中間目標値（令和２年度）	実績値 平成 28 年度	平成 29 年度	平成 30 年度	令和元年度	評価
健康ポイント事業[9]※	登録者数				346 人	420 人	D
	達成率：上半期 ：下半期				88.4% 86.1%	76.2% 77.6%	
笑顔すこやか・ヘルスアップ事業※	実施回数		3 回	5 回	5 回	事業廃止	D
	参加者数		1078 人	1,115 人	437 人		
ウォーキング健康教室※	実施回数	2 回	4 回	4 回	3 回	3 回	B
	参加者数	37 人	185 人	170 人	94 人	64 人	
	運動継続率[10]	82.9%		68.8%	73.4%	85.5%	
血糖(HbA1c)簡易測定事業※	実施回数	2 回	3 回	5 回	5 回	2 回	B
	検査実施者数	53 人	240 人	369 人	229 人	128 人	
健康教育※	実施回数	308 回	734 回	706 回	699 回	792 回	A
	参加者数	4,364 人	16,505 人	16,434 人	16,490 人	21,201 人	

※計画策定時に成果指標としてなかった項目で、令和２年度の実績に基づき中間評価で新たに設定した数値、または計画策定時に設定した数値を実績に基づき変更したもの。

[9][10]：P.21 用語解説参照

【評価表から見える要因】

〈成功要因〉

❁事業を通して健康を考えるきっかけづくりとなっており、参加後も食事管理や運動などを継続している者が多い。

❁保健師が受け持ち地区の活動の一環として健康教育の実施ができている。

〈未達要因〉

❁インセンティブを活用した事業が平成 30 年度からの 2 年間の実証事業となっており終了しているため。

❁特定健診受診者への調査から、生活習慣改善意欲のない健康無関心層が多く存在すると考えられる。

❁令和 2 年度は新型コロナウイルス感染症の影響により、各種事業と多くの地域組織における会議やイベントが中止もしくは実施回数が制限されたため、健康教育の機会が失われた。

Ⅲ　目標実現に向けた見直しと取組

健康的な身体をつくるには栄養バランスのとれた食事、適度な運動、十分な睡眠が重要であるが、乱れた生活状態を長年続けると生活習慣病に繋がるリスクが高まる。人生 100 年時代において、できるだけ多くの被保険者が長く健康で活躍するためにも自身の健康づくりが重要となり、健康づくりに対する機運の醸成を図る必要がある。

実証事業である健康ポイント事業の評価と共に、令和元年 9 月に制定された「健康都市宣言」にある、「人」「地域」「まち」の健康づくりを市民一人ひとりが自身のこととして捉えられるよう、新規事業の構築と実施を図る。

❁感染症対策を行う中で、各地区で開催される健康教育を通して健康づくりの大切さを伝える。

❁広報での周知だけではなく、家庭訪問や健診等の被保険者と直接関わる機会を通して健康づくりに対する意識を高める。

Ⅳ　評価指標の追加

健康的な生活の心がけは生活習慣病のリスクを減らせるが、特に心掛けるポイントは「食事」、「運動」、「休息」である。これらを普段の生活の中でできるだけ多く取り入れられる対策を知り、1 つでも多く実践してもらうことが重要となるため、「1 回 30 分以上の運動習慣なしの人の割合」、「週 3 回以上就寝前の夕食をとる人の割合」、「生活習慣改善意欲なしの人の割合」を新たに追加し、メタボ対策と同様に数値を減らすことを評価する。また、健康づくりについて考える機会として「ウォーキング健康教室」「血糖(HbA1c)簡易測定事業」「健康教育」の実施回数・参加者数を評価する。

【今後の達成目標値（成果指標）】

指標	中間目標値（令和 2 年度）	目標値		
		令和 3 年度	令和 4 年度	令和 5 年度
1 回 30 分以上の運動習慣なしの人の割合※	62.3%	62.2%	62.1%	62.0%
週 3 回以上就寝前に夕食をとる人の割合※	13.3%	13.2%	13.1%	13.0%
生活習慣改善意欲なしの人の割合※	24.3%	24.2%	24.1%	24.0%

【目標値を達成するための取組】

主要な事業	指標	中間目標値（令和２年度）	目標値		
			令和３年度	令和４年度	令和５年度
ウォーキング健康教室	実施回数	２回	２回	２回	３回
	参加者数	37 人	40 人	50 人	70 人
	運動継続率	85.0%	85.0%	85.0%	85.0%
血糖（HbA1ｃ）簡易測定事業	実施回数	２回	２回	２回	２回
	検査実施者数	53 人	55 人	57 人	60 人
健康教育	実施回数	308 回	373 回	746 回	751 回
	参加者数	4,364 人	5,654 人	15,077 人	18,846 人

※中間目標値に基づき、令和３年度、４年度、５年度の目標値を設定し直す。

5　デンタルヘルス

Ⅰ　これまでの取組

【目　的】

「歯の健康」の大切さについて知り、むし歯を予防する。

【実施内容】

①　１歳６か月児健康診査　　②　２歳児歯科健康診査

③　３歳児健康診査　　④　成人歯周疾患健診（妊婦の歯科健診を含む）

⑤　口からはじまる健康づくり教室

⑥　４・５歳児すくすく発育歯科健診

〈対象者〉

①　１歳６か月児とその保護者　　②　２歳６か月児とその保護者

③　３歳６か月児とその保護者　　④　20～74 歳の者

⑤　幼稚園・保育園等に在籍している就学前児

⑥　満４・５歳児

〈実施内容〉

①～③　子どもの発育・発達・むし歯の有無の確認、育児や栄養についての相談

④　歯科医師による歯周ポケット等の歯周疾患の状況検査

⑤　歯科医師と歯科衛生士の話、口の中のチェックや歯磨き指導、歯科医師への個別相談

⑥　むし歯予防に加え、食べ物を噛んで飲み込む働きや言葉の発音など口腔機能全般を視野に入れた健診

Ⅱ　令和２年度の中間評価（実績）

主要な事業	指標	中間目標値（令和２年度）	実績値 平成 28 年度	平成 29 年度	平成 30 年度	令和元年度	評価
１歳６か月児健康診査※	健診受診率	99.8%	96.2%	96.0%	96.7%	95.8%	A
	むし歯なし率	98.6%	98.0%	99.1%	99.1%	99.0%	
２歳児歯科健康診査※	健診受診率	61.0%	90.1%	92.7%	93.2%	91.5%	A
	むし歯なし率	96.0%	91.1%	91.3%	93.0%	93.8%	
３歳児健康診査※	健診受診率	96.1%	92.1%	92.7%	94.0%	95.0%	A
	むし歯なし率	83.1%	79.1%	79.3%	80.4%	83.5%	
成人歯周疾患健診※	受診者数	709 人	未把握	430 人	778 人	869 人	A
	要精検者数（うち歯周病）			355 人（256 人）	627 人（411 人）	696 人（530 人）	
口からはじまる健康づくり教室※	実施回数	中止	３回	３回	３回	３回	B
	参加者数		99 人	111 人	171 人	169 人	
4・5 歳児すくすく発育歯科健診※	実施回数	24 回	24 回	24 回	24 回	24 回	C
	参加者数	25 人	50 人	33 人	25 人	25 人	

※計画策定時に成果指標としてなかった項目で、令和２年度の実績に基づき中間評価で新たに設定した数値、または計画策定時に設定した数値を実績に基づき変更したもの。

【評価表から見える要因】

〈成功要因〉

❁幼児健康診査は歯科健診も含めて実施しており、併せて歯科指導も実施しているため、むし歯予防への意識を高めることができている。

❁口からはじまる健康づくり教室は対象者に関心のあるプログラムが組まれている。

❁成人歯周疾患健診は妊婦も健診を受けられるようになったことで受診者が増えている。

〈未達要因〉

❁4・5 歳児すくすく歯科健診は 3 歳児健診から就学前健診の狭間を埋めることを目的としているものの、多くの園児が幼稚園や保育園等での歯科検診を受診しており利用者が少ない。

❁妊婦以外の成人は定期的な歯科健診受診の必要性について意識が低い。

Ⅲ　目標実現に向けた見直しと取組

歯と口の健康は全身の健康とも関わりがあることが分かってきており、生活の質を維持・向上させる点においても重要となる。口は歯の生え変わりなどのライフステージによって状況が変化しており、歯や口の病気を予防するためには生涯にわたって歯や口の健康づくりに取組むことが大切となる。

❁かかりつけ歯科医への定期検診を促し、むし歯・歯周疾患等の予防に努める働きかけを行う。

❁4・5 歳児すくすく健診では、味覚教育なども取り入れた魅力ある健診を行い参加者の増加を図る。

❁医療費削減には成人歯周疾患健診受診数を上げ、早期治療に繋がる取組を検討する。

Ⅳ　評価指標の追加、修正

むし歯や歯肉炎などの発症前から定期的に歯科検診を行うことは、痛みが出てから歯医者に行くのと比べ歯を健康に維持できる確率を大幅に上げることができる。また、歯周病は様々な全身の病気（糖尿病、心筋梗塞、高血圧症、脳梗塞、肺炎など）を引き起こすことや、早産、低体重児出産のリスクを高めることが分かっており、むし歯や歯周疾患の予防と早期発見と早期治療には定期的に歯科検診を受ける事が大切であるため、「歯科受診率」、「全体の医療費の中の歯科に係る医療費の割合」の項目を新たに追加し、メタボ予防と同様に数値を減らすことを評価する。

また、レセプト調査対象月は季節的な病気や住民の異動の少ない 5 月診療分としており、「毎年 5 月のレセプトに占める歯科の医療費の割合」としていたが、歯科のレセプトに占める歯科の医療費は月の変動が大きく異なるため「1 人当たりの歯科に係る医療費」に修正する。

【今後の達成目標値（成果指標）】

指標	中間目標値（令和 2 年度）	目標値		
		令和 3 年度	令和 4 年度	令和 5 年度
歯科に関する受診率※	14.8%	14.8%	14.8%	14.8%
1 人当たりの歯科に係る医療費※	1,888 円	1,885 円	1,880 円	1,875 円
全体の医療費の中の歯科に係る医療費の割合※	20.8%	20.7%	20.6%	20.5%

【目標値を達成するための取組】

主要な事業	指標	中間目標値（令和２年度）	目標値		
			令和３年度	令和４年度	令和５年度
１歳６か月児健康診査	健診受診率	99.8%	97.0%	97.1%	97.2%
	う歯なし率	98.6%	98.7%	98.7%	98.7%
２歳児歯科健康診査	健診受診率	61.0%	94.1%	94.4%	94.7%
	う歯なし率	96.0%	93.9%	93.9%	93.9%
３歳児健康診査	健診受診率	96.1%	96.1%	96.2%	96.3%
	う歯なし率	83.1%	83.2%	83.2%	83.2%
成人歯周疾患健診	受診者数	709 人	779 人	856 人	941 人
口からはじまる健康づくり教室	実施回数	３回	３回	３回	３回
	参加者数	90 人	90 人	90 人	90 人
４・５歳児すくすく発育歯科健診	実施回数	24 回	24 回	24 回	24 回
	参加者数	40 人	40 人	40 人	40 人

※中間目標値に基づき、令和３年度、４年度、５年度の目標値を設定し直す。