

杉並区健康づくり推進条例の規定に基づく目標及び指標

※現状値は令和4年5月末現在において確定している最新値

【資料3】
令和4年12月26日
第1回杉並区健康づくり推進協議会

○全体目標

健康寿命の延伸を図るためには、疾病及び要介護状態の予防が大切です。そのためには、健康的な生活習慣を身につけ、更なる健康増進を図ります。

また、健康づくりは、個人の力では思うように進まないこともあります。そのため、健康づくりを支えるハード、ソフト面を含めた社会環境の整備を進めていきます。

目標	指標	指標設定時の値(H26)	前回値	現状値	令和3年度の目標値	数値の出典
健康寿命の延伸	65歳健康寿命*1	男性 82.7歳 女性 85.7歳 (平成24年)*2	男性 83.6歳 女性 86.7歳 (令和元年)*2	男性 83.8歳 女性 86.9歳 (令和2年)*2	男性 84歳 女性 87歳	65歳健康寿命算出結果区市町村一覧(東京都集計)

*1：健康寿命(日常生活動作が自立している期間の平均)：65歳の人が要介護認定(要介護2以上)を受けるまでの期間の平均(東京保健所長会方式)

*2：()内は調査年

分野1-1 身体の健康 生活習慣病の予防

生活習慣病のうち「がん」、「メタボリックシンドローム」及び「糖尿病」の発症予防、重症化予防を進めていきます。また、増加が予想される「COPD」*3等について普及啓発を図り、原因となるたばこ対策を進めていきます。

*3：COPD：慢性閉塞性肺疾患

目標	指標	指標設定時の値(H26)	前回値	現状値	令和3年度の目標値	数値の出典
がんによる死亡を減らす	がんの75歳未満年齢調整死亡率(人口対10万人)	男性 102.1 女性 65.0 (平成24年)	男性 79.6 女性 52.6 (令和元年)	男性 73.3 女性 58.7 (令和2年)	男性 92.1 女性 51.4	人口動態調査(杉並区集計)
	がん検診受診率 ※指標対象年齢を40～69歳とする	胃がん(40～69歳) 30.1% 肺がん(40～69歳) 20.8% 子宮頸がん(20～69歳) 48.1% 乳がん(40～69歳) 57.2% 大腸がん(40～69歳) 30.6% (平成26年)	胃がん(40～69歳) 45.5% 肺がん(40～69歳) 26.6% 子宮頸がん(20～69歳) 53.0% 乳がん(40～69歳) 62.8% 大腸がん(40～69歳) 29.6% (令和2年)		胃がん(40～69歳) 50% 肺がん(40～69歳) 40% 子宮頸がん(20～69歳) 50% 乳がん(40～69歳) 60% 大腸がん(40～69歳) 60%	杉並区生活習慣行動調査(3年度毎実施)
メタボリックシンドロームの該当者を減らす	国保特定健診受診率	48.4% (平成25年度)	45.1% (令和元年度)	41.2% (令和2年度)	56%*4	法定報告
	国保特定保健指導利用率	8.4% (平成25年度)	10.9% (令和元年度)	7.6% (令和2年度)	35%*4	法定報告
	特定保健指導対象者割合の減少率(平成20年度比)	※指標を平成30年度から変更	24.8% (令和元年度)	25.5% (令和2年度)	25%以上	法定報告

目標	指標	指標設定時の値(H26)	前回値	現状値	令和3年度の目標値	数値の出典
糖尿病の重症化を予防する	国保糖尿病患者数/有病率	患者数 15,495人 有病率 10.9% (平成27年度)	患者数 13,746人 有病率 11.2% (令和元年度)	患者数 13,515人 有病率 11.3% (令和2年度)	増加を抑制する	生活習慣病の状況 (sucoyaka)
	国保新規人工透析患者数	42人 (平成25年度)	37人 (令和2年度)	17人 (令和3年度)	減らす	特定疾病療養受療証申請実績
	糖尿病性腎症に関する知識を有する者の割合	30.4% (平成26年)	28.0% (令和2年度)		80%	杉並区生活習慣行動調査(3年度毎実施)
COPDについて知っている人を増やす	喫煙による健康影響としてCOPDを知っている者の割合	37.6% (平成26年)	39.2% (令和2年度)		80%	杉並区生活習慣行動調査(3年度毎実施)

*4：杉並区国民健康保険第三期特定健康診査等実施計画数値

分野1-2 身体の健康 健康的な生活習慣の獲得

健康を意識した食習慣、運動、適正な飲酒、禁煙等の生活習慣を獲得するために、全世代を通じて取り組みます。

目標	指標	指標設定時の値(H26)	前回値	現状値	令和3年度の目標値	数値の出典
適正な質と量の食事をとる人を増やす	主食・主菜・副菜をそろえて食べる者の割合	52.2% (平成26年)	50.0% (令和2年)		80%	杉並区生活習慣行動調査(3年度毎実施)
	朝食の欠食率	小学5年 男子0.5%	小学5年 男子0.8%	新型コロナウイルス感染症の影響により調査未実施	0に近づける	東京都児童・生徒体力・運動能力、生活・運動習慣等調査
		小学5年 女子0.1%	小学5年 女子0.6%			
		中学2年 男子1.4%	中学2年 男子2.7%			
		中学2年 女子1.5% (平成25年度)	中学2年 女子2.2% (令和元年度)			
	20～30歳代 男性20.4%	20～30歳代 男性19.9%	20～30歳代 男性15%	杉並区生活習慣行動調査(3年度毎実施)		
		20歳代 女性20.7% (平成26年)			20歳代 女性21.1% (令和2年)	20歳代 女性15%
野菜の摂取量(1日当たり)350g(5皿)以上の者の割合(20歳以上)	7.9% (平成26年)	5.7% (令和2年)		20%	杉並区生活習慣行動調査(3年度毎実施)	
果物の摂取量(1日当たり)100g未満の者の割合(20歳以上)	44.4% (平成26年)	49.5% (令和2年)		30%	杉並区生活習慣行動調査(3年度毎実施)	
減塩を心がける者の割合	64.9% (平成26年)	60.3% (令和2年)		80%	杉並区生活習慣行動調査(3年度毎実施)	

目標	指標	指標設定時の値(H26)	前回値	現状値	令和3年度の目標値	数値の出典
適正な体重を維持している人を増やす	小学校5年生の肥満傾向の児童の割合	5.8%	6.9%	新型コロナウイルス感染症の影響により調査未実施	減らす	杉並区の学校保健統計
	小学校5年生のやせ傾向の児童の割合	4.0%	3.0%			
		(平成25年度)	(令和元年度)	(令和2年度)		
	20～60歳代男性の肥満者の割合	22.2%	26.3%	減らす	杉並区生活習慣行動調査(3年度毎実施)	
40～60歳代女性の肥満者の割合	9.8%	9.8%				
20歳代女性のやせの者の割合	19.0%	32.1%				
	(平成26年度)	(令和2年度)				
	低栄養傾向(BMI*5 20以下)の高齢者の割合	28.5%	21.3%		22%	杉並区生活習慣行動調査(3年度毎実施)
		(平成26年)	(令和2年)			
身体活動・運動を増やす	日常生活における歩数	(7000歩以上/日の割合)	(7000歩以上/日の割合)		増やす	杉並区生活習慣行動調査(3年度毎実施)
		20～64歳男性31.0%	20～64歳男性39.8%			
		20～64歳女性24.7%	20～64歳女性23.0%			
		65歳以上男性24.2%	65歳以上男性14.4%			
		65歳以上女性19.2%	65歳以上女性13.5%			
		(平成26年)	(令和2年)			
	習慣的に運動をしている者の割合	20～64歳男性31.3%	20～64歳男性39.5%		20～64歳男性41%	
		20～64歳女性18.9%	20～64歳女性30.0%		20～64歳女性29%	
		65歳以上男性44.0%	65歳以上男性46.1%		65歳以上男性54%	
		65歳以上女性37.1%	65歳以上女性42.9%		65歳以上女性47%	
		(平成26年)	(令和2年)			
習慣的に運動をしている子どもの割合	中学3年 77.7% (平成24年度)	中学3年 73.3% (令和元年度)	新型コロナウイルス感染症の影響により調査未実施	中学3年 85%	東京都児童・生徒体力・運動能力、生活・運動習慣等調査	
	中学2年 81.6% (平成24年度) <参考>	中学2年 81.2% (令和元年度)		---		
	(平成26年)	(令和2年)		80%	杉並区生活習慣行動調査(3年度毎実施)	
	ロコモティブシンドローム*6の認知度	34.1%	37.3%			
		(平成26年)	(令和2年)			

目標	指標	指標設定時の値	前回値	現状値	令和3年度の目標値	数値の出典
生活習慣病のリスクを高める飲酒をする人を減らす	生活習慣病のリスクを高める量の飲酒をしている者の割合	男性 22.2% 女性 12.8% (平成26年)	男性 20.8% 女性 14.3% (令和2年)		男性 20% 女性 10%	杉並区生活習慣行動調査(3年度毎実施)
	未成年者の飲酒経験の割合	中学3年 男子32.1% 中学3年 女子24.5% (平成25年)	中学2年 男子5.4% 中学2年 女子2.4% 高校2年 男子8.7% 高校2年 女子6.0% (令和2年)		0%	中学生の飲酒・喫煙・薬物に関する調査(3年度毎実施)
喫煙率を減らす	成人の喫煙率	男性 26.6% 女性 8.3% (平成26年)	男性 17.8% 女性 5.8% (令和2年)		男性 18.3% 女性 5.0%	杉並区生活習慣行動調査(3年度毎実施)
	未成年者の喫煙率	中学1年 男子3.8% 中学1年 女子1.8% (平成25年)	中学2年 男子0.3% 中学2年 女子0.0% 高校2年 男子0.8% 高校2年 女子0.7% (令和2年)		0%	中学生の飲酒・喫煙・薬物に関する調査(3年度毎実施)

*5 : BMI:Body Mass Index(肥満指数)の略で体重(kg)÷【身長(m)×身長(m)】で計算する

*6 : ロコモティブシンドローム : 「運動器の障害」により「要介護になる」リスクの高い状態になること

分野2 心の健康

うつ病などストレスが影響する心の病を予防するため、正しい知識を普及し、心の不調を感じた時は身近な人や専門機関への早期の相談を促すなど、心の健康づくりを進めていきます。

目標	指標	指標設定時の値(H26)	前回値	現状値	令和3年度の目標値	数値の出典
睡眠に障害を感じている人を減らす	睡眠が十分とれていない者の割合	29.4% (平成26年)	31.9% (令和2年)		25%	杉並区生活習慣行動調査(3年度毎実施)
ストレスを感じる人の割合を減らす	最近、1ヶ月間にストレスが大いにある者の割合	20.2% (平成26年)	23.7% (令和2年)		減らす	杉並区生活習慣行動調査(3年度毎実施)
	ストレスを感じて、相談した者の割合	68.5% (平成26年)	69.5% (令和2年)		増やす	
自殺者数を減らす	自殺の死亡率(人口対10万人)	18.6 (平成25年)	12.8 (令和元年)	13.6 (令和2年)	減らす	人口動態調査(杉並区集計)
	ゲートキーパー養成者数	493人 (平成26年度)	1,836人 (令和2年度)	2,009人 (令和3年度)	1,653人 (見込2,000人)	事業実績

分野3 歯と口腔(こうくう)の健康

全ての区民が歯と口腔の健康を保ち、健康寿命を延ばして豊かな生活ができるようにしていきます。

目標	指標	指標設定時の値(H26)	前回値	現状値	令和3年度の目標値	数値の出典
むし歯のない人を増やす	3歳のむし歯のない者の割合	88.7% (平成25年度)	94.1% (令和2年度)	95.2% (令和3年度)	92%	事業実績
	12歳児の永久歯一人平均う歯(むし歯)数	0.86本 (平成25年度)	0.37本 (令和2年度)	0.46本 (令和3年度)	0.5本	杉並区の学校保健統計
進行した歯周病がある人を減らす	40歳重度歯周病患者者率	45.0% (平成25年度)	53.5% (令和2年)	49.9% (令和3年)	25%	事業実績
	定期的な歯科健診を受けている者の割合	39.7% (平成26年)	45.8% (令和2年)		65%	杉並区生活習慣行動調査(3年度毎実施)
	糖尿病が歯周病のリスクであることを知っている者の割合	22.3% (平成26年)	21.4% (令和2年)		増やす	
	喫煙が歯周病のリスクであることを知っている者の割合	29.3% (平成26年)	32.3% (令和2年)		増やす	
何でもよく噛める者の割合(60歳代)	76.9% (平成26年)	77.7% (令和2年)		85%		
何でも噛んで食べることができる人を増やす	80歳で20本以上自分の歯を持つ者の割合	47.4% (平成24年) 杉並区健康長寿モニター	82.1% (令和2年度) 後期高齢者歯科健康診査	82.1% (令和3年度) 後期高齢者歯科健康診査	増やす	事業実績(後期高齢者歯科健康診査)

分野4 健康づくりを支える社会環境

健康な生活ができる環境を整備していくとともに、健康づくり活動を主体的に行う、区民、関係団体、企業等が増え、地域の健康水準を上げていきます。

目標	指標	指標設定時の値(H26)	前回値	現状値	令和3年度の目標値	数値の出典
健康な生活ができる環境を整える	ヘルシーメニュー推奨店数	792店 (平成25年度)	1,066店 (令和2年度)	1081店 (令和3年度)	1,200店	事業実績
	食中毒の発生件数	5件 (平成25年度)	2件 (令和2年度)	5件 (令和3年度)	減らす	事業実績
地域のつながりを醸成する	健康づくり活動に参加した者の割合	20.4% (平成26年)	17.2% (令和2年)		50%	杉並区生活習慣行動調査(3年度毎実施)
	社会活動に参加した者の割合	59.7% (平成26年)	61.0% (令和2年)	61.6% (令和3年)	増やす	杉並区区民意向調査
	スポーツボランティア活動をした者の割合	9.1% (平成26年)	7.9% (令和2年)	6.3% (令和3年)	35%	杉並区区民意向調査
目標	指標	指標設定時の値(H26)	前回値	現状値	令和3年度の目標値	数値の出典
高齢者の社会参加を増やす	長寿応援ポイント登録活動数(累計)	1,327件 (平成26年度)	1,415件 (令和2年度)	1,350件 (令和3年度)	1,870件 (令和元年度)*7	事業実績
	高齢者の外出頻度(週3~4日以上の割合)	65.4% (平成25年) ※集計を介護認定を受けていない人から高齢者全体に変更	68.1% (平成28年度) 同左 〔週2回以上〕 75.5% 〔週1回以上〕 89.8% (令和元年)		増やす	杉並区高齢者実態調査(3年度毎実施)

*7：杉並区実行計画(平成29~31年度)数値