

幸せ指数100%

すこやか白糠21

～健康で思いやりのある社会づくり～

(2014年度～2023年度)

中間評価

北海道白糠町

2019年3月

目 次

第1章	計画の概要	
1	計画改定の趣旨	1
2	計画の位置づけ	2
3	計画の期間	2
4	計画の対象	2
第2章	白糠町の現状	
1	白糠町の概要	3
2	介護保険	7
3	計画の中間評価	9
第3章	健康づくりの目標	
I	すこやか親子の推進	
1	妊娠・出産期	10
2	育児期	12
3	学童期	15
II	生活習慣改善の推進	
1	栄養・食生活（食育推進計画）	16
2	身体活動・運動	19
3	休養・こころの健康づくり	21
4	たばこ	23
5	アルコール	25
6	歯の健康	27
III	疾病予防の推進と重症化予防の徹底	
1	糖尿病	29
2	循環器	32
3	がん	36
4	COPD（慢性閉塞性肺疾患）	38
第4章	ライフステージに応じた健康づくり	40
参考資料		
資料1	白糠町健康増進計画 すこやか白糠21指標の進捗状況	42
資料2	「すこやか白糠21の中間評価」に関する意識調査結果	47
資料3	白糠町保健事業一覧	59

第1章

・ 計画の概要

1 計画改定の趣旨

平成 12 年度より展開されてきた国民健康づくり運動「健康日本 2 1」は、壮年期死亡の減少、健康寿命の延伸、生活の質の向上を目的として、健康を増進し発症を予防する「一次予防」を重視した取り組みが推進されてきました。

今回、平成 25 年度から平成 34 年度までの「二十一世紀における第二次国民健康づくり運動（健康日本 2 1（第 2 次））」では、21 世紀の日本を「急速な人口の高齢化や生活習慣の変化により、疾病構造が変化し、疾病全体に占めるがん、虚血性心疾患、脳血管疾患、糖尿病等の生活習慣病の割合が増加し、これら生活習慣病に係る医療費の国民医療費に占める割合が約 3 割となる中で、高齢化の進展によりますます病気や介護の負担は増え、これまでのような高い経済成長が望めないとするならば、疾病による負担が極めて大きな社会になる」と捉えています。その上で引き続き、生活習慣病の一次予防に重点を置くとともに、合併症の発症や症状進展などの重症化予防を重視した取り組みを推進するために、下記の 5 つの基本的な方向が示されました。

- (1) 健康寿命の延伸と健康格差の縮小
- (2) 生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底（NCD（非感染性疾患）の予防）
- (3) 社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上
- (4) 健康を支え、守るための社会環境の整備
- (5) 栄養・食生活、身体活動・運動、休養、喫煙、飲酒及び歯・口腔の健康に関する生活習慣および社会環境の整備

また、これらの基本的な方向を達成するため、77 項目について、現状の数値とおおむね 10 年後の目標値を掲げ、目標の達成に向けた取り組みがさらに強化されるよう、その結果を大臣告示として示されることになりました。

白糠町では、平成 17 年に健康増進計画「健康しらぬか 2 1」を策定し、「健康で思いやりのある社会づくり」を基本理念とし、「健康寿命の延伸」「QOL（生活の質）の向上」を基本目標に掲げ計画を展開してきました。

第 2 次計画は、第 1 次計画の基本理念および事業目標や関連する取り組みなどの評価を行い、今後の健康づくりにおける新たな課題に対して、なお一層の「健康寿命の延伸」「QOL の向上」に向け、一次予防の推進を図るための健康づくりに関する計画とし、「白糠町母子保健計画」と統合します。

また、生涯にわたって健全な食生活を実現する事を目的に、食育基本法に基づき、本計画の「栄養・食生活」分野を「食育推進計画」に位置づけ、両計画を一体とした計画を策定する事で、総合的な健康づくり施策を推進していくことができます。

2 計画の位置づけ

国の「21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21）」や道の「北海道健康増進計画すこやか北海道21」を踏まえ、生涯にわたる健康づくり推進のため、白糠町における健康づくりの方向性を定め、各種関連計画と整合性を図りながら推進するものとします。また、「すこやか親子21」における子どもを安心して産み育てる、子どもの健やかな成長発達を支援することにも視点をおいたものとします。さらに、中間評価より「食育推進計画」を包含したものととして作成します。

3 計画の期間

この計画は、平成26年度を初年度とし、平成30年度に中間評価を実施し、2023年度を最終目標年度とする10年間とします。

4 計画の対象

乳児期から高齢期まで、全町民を対象とします

第2章

・白糠町の現状

1 白糠町の概要

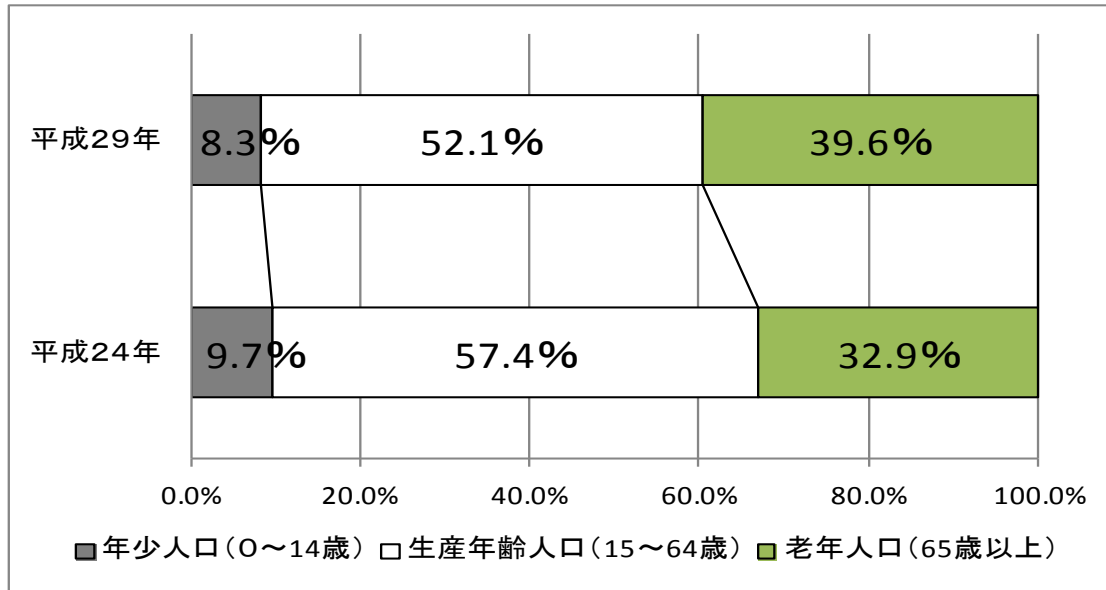
本町の人口は年々減少傾向にあり、出生数も減少しています。その一方で高齢化率は上昇し、死亡率も年によって変動はあるものの、全道と釧路管内で比較すると高くなっています。年間の死亡数は変動はありますが、ほぼ横ばいで推移しており、高齢になるほど死亡数が増えています。主要死因もここ数年同様であり、悪性新生物、心疾患、脳血管疾患が上位を占めており、平成23年はこの3大疾患が約65%となっています。標準化死亡比（SMR）で比較すると、男性は特に肺がん、膵臓がん、食道がん、心疾患、虚血性心疾患、腎不全、交通事故、自殺が有意に高くなっており、女性は心疾患、腎不全が有意に高くなっていました。医療費については、入院・外来ともにがんが一番多く、患者千人あたりの患者数は高血圧が一番多い状況です。平均寿命については、男女ともに全国や全道と比較すると短い結果となっていました。

表1 人口構成の推移

区分	単位	平成24年	平成29年
総人口	(人)	9,124	8,037
年少人口（0～14歳）	(人)	883	672
	(%)	9.7	8.3
生産年齢人口（15～64歳）	(人)	5,242	4,185
	(%)	57.4	52.1
高齢人口（65歳以上）	(人)	2,999	3,180
	(%)	32.9	39.6
全国高齢化率	(%)	24.1	27.7
後期高齢者人口（75歳以上）	(人)	1,565	1,648
	(%)	17.2	20.5
世帯数	(件)	4,369	4,167
1世帯当たり人口	(人)	2.09	1.93

(平成29年12月末 白糠町住民基本台帳)

図1 年齢（3区分）別割合の推移



(平成29年12月末 白糠町住民基本台帳)

表2 母子保健関連データ

単位：人

	白糠町		釧路管内	全道
	平成24年	平成27年	平成27年	平成27年
出生 (人口千対)	37 (4.2)	33 (4.1)	1,551 (6.6)	36,695 (6.8)
乳児死亡 (出生千対)	0 (-)	0 (-)	7 (4.5)	73 (2.0)
新生児死亡 (出生千対)	0 (-)	0 (-)	6 (3.9)	36 (1.0)
死産 (出産千対)	4 (97.6)	2 (57.1)	50 (31.2)	1,057 (28.0)
周産期死亡 (出産千対)	1 (27.0)	1 (29.4)	7 (4.5)	152 (4.1)
婚姻 (人口千対)	29 (3.3)	21 (2.6)	1,095 (4.6)	24,465 (4.8)
離婚 (人口千対)	13 (1.47)	14 (1.74)	504 (2.14)	11,211 (2.09)

(北海道保健統計年報)

表3 合計特殊出生率

	平成24年	平成27年
全道	1.26	1.28
管内	1.39	1.39
白糠町	1.41	1.41

(釧路・根室地域保健情報年報)

表4 死亡率（人口千対）

	平成24年	平成27年
全道	10.7	11.3
管内	11.6	12.5
白糠町	11.5	18.0

（北海道保健統計年報）

表5 死亡年齢別人数

年	総数	0～9歳	10～19歳	20～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60～69歳	70～79歳	80歳～
平成24年	140	0	0	1	1	4	6	17	36	75
平成27年	145	0	0	0	1	5	7	17	32	75

（北海道保健統計年報）

表6 主要死因順位

年（人数）	1位	2位	3位	4位	5位
平成24年 （140人）	悪性新生物 48人	心疾患 18人	肺炎 11人	脳血管疾患 不慮の事故 11人	老衰 7人
平成27年 （145人）	悪性新生物 56人	心疾患 31人	脳血管疾患 12人	肺炎 9人	老衰 5人

（北海道保健統計年報）

表7 標準化死亡比（SMR）

- ・平成18年～平成27年（10年間）のデータによる（全国を100とした場合の全道、白糠町の数値）
- ・不慮の事故は交通事故を除く
- ・*は有意水準5%、**は1%でSMRが有意に高い（つまり全国に比べ死亡することが有意に多い）ことを、-*は5%、-**は1%でSMRが有意に低い（全国に比べ死亡することが有意に少ない）ことをそれぞれ示す。

表7-1（男性）

男	悪性新生物計	胃がん	大腸がん	肺がん	肝臓がん	膵臓がん	食道がん	
全道	107.7	95.3	105.9	116.8	92.5	125.7	107.7	
白糠町	142.7(**)	127.8	99	142.0(**)	125	217.6(**)	191.6(**)	
男	心疾患	虚血性心疾患	脳血管疾患	肺炎	腎不全	不慮の事故	交通事故	自殺
全道	102.0	84.6	93.5	98.0	130.4	86.2	101.9	109.7
白糠町	152.9(**)	152.9(**)	125.6	129.3(*)	191.7(**)	82.9	219.5(**)	173.6(**)

表 7-2 (女性)

女	悪性 新生物計	胃がん	大腸がん	肺がん	乳がん	子宮がん	肝臓がん	膵臓がん	食道がん
全道	107.3	94.0	108.9	121.5	107.8	101.6	83.6	125.2	107.3
白糠町	123.2 (**)	79.6	114.1	135.8	120.8	116.0	137.9	104.5	60.1
女	心疾患	虚血性 心疾患	脳血管 疾患	肺炎	腎不全	不慮の事故	交通事故	自殺	
全道	101.2	84.5	89.8	92.4	128.7	74.0	91.9	103.1	
白糠町	151.9 (**)	114.6	124.6	138.4	185.3 (**)	119.5	153.1	143	

(北海道健康づくり財団:北海道における主要死因の概要 9)

図 2 入院医療費 (H29)

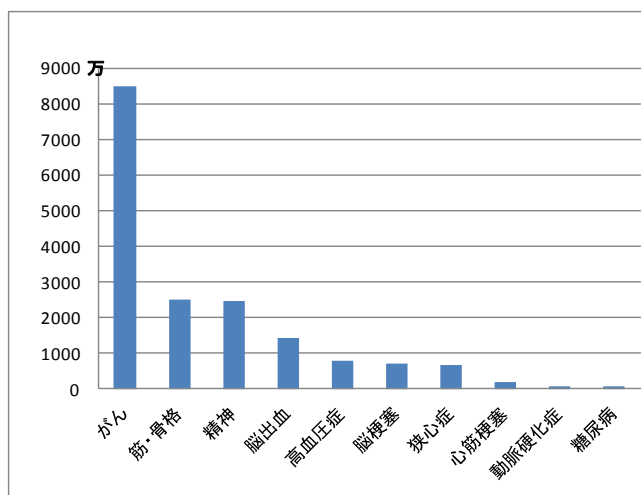


図 3 外来医療費 (H29)

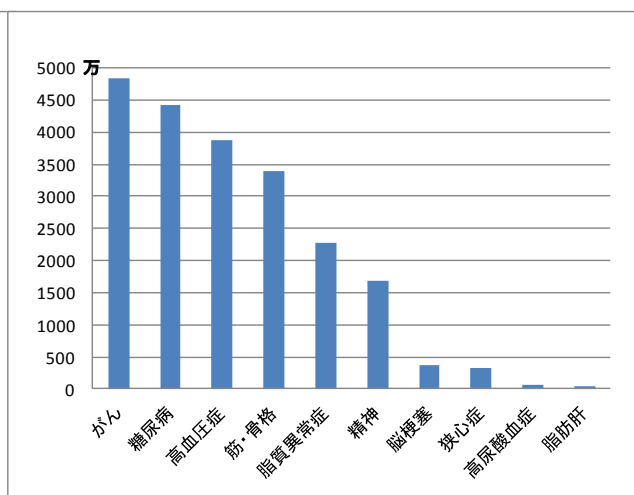
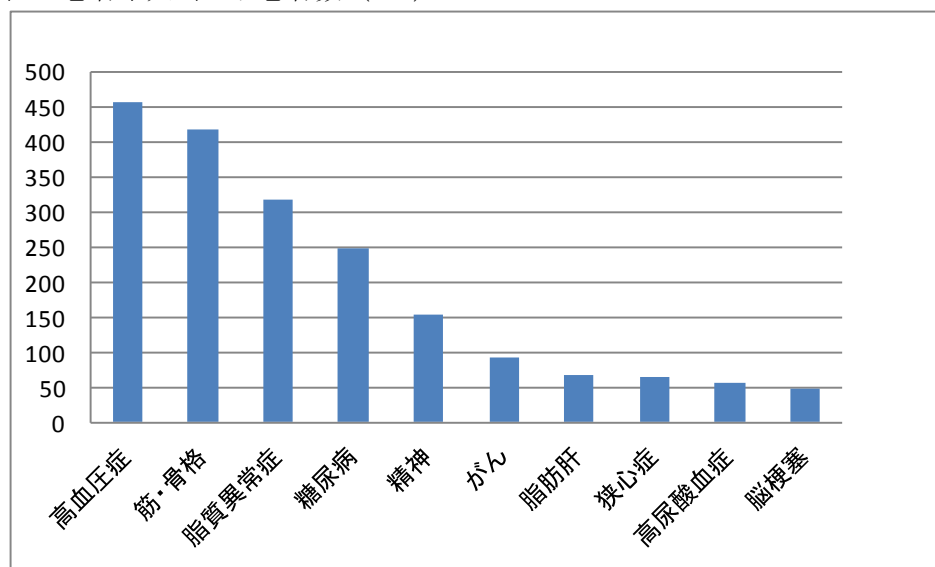
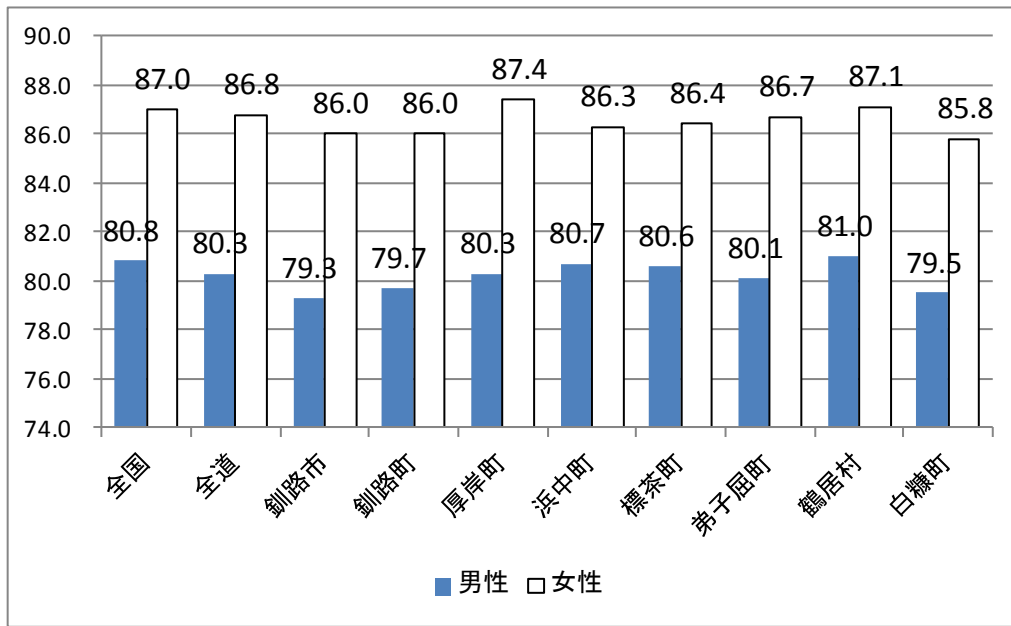


図 4 患者千人当たり患者数 (H29)



(KDB システム:平成 29 年度医療費分析 (1) 細小分類より)

図5 平均寿命比較



(厚生労働省：平成27年市町村別生命表)

2 介護保険

要介護認定者等の状況

(1) 表8 年次別の要介護認定者数の内訳

区分	H26年3月	H27年4月	H28年4月	H29年4月	H30年4月
総数	532	533	547	560	571
要支援(計)	100	105	101	88	101
要支援1	(45)	(44)	(44)	(37)	(56)
要支援2	(55)	(61)	(57)	(51)	(45)
要介護1	111	124	143	166	132
要介護2	94	89	86	78	109
要介護3	78	85	86	73	78
要介護4	78	62	70	80	75
要介護5	71	68	61	75	76

(介護保険事業状況報告から抜粋)

(2) 表9 要介護認定者の状況 <平成30年4月1日現在>

要介護度別人数と男女別と3段階区分(軽度・中度・重度)の状況

区分	総数	要支援1	要支援2	要介護1	要介護2	要介護3	要介護4	要介護5
人数	571	56	45	132	109	78	75	76
男性	172	12	11	50	26	25	29	19
女性	399	44	34	82	83	53	46	57
3段階	100%	(40.8%)			(32.8%)		(26.4%)	

(介護保険事業状況報告から抜粋)

(3) 表 10 主治医意見書第 1 診断名の状況
 診断名を大まかな分類に分けた状況 (平成 30 年 4 月 1 日現在)

順位	分類名	人数(人)	割合(%)	男性(人)	女性(人)
1	脳血管性疾患 (脳出血、脳梗塞等)	128	22.4	54	74
2	筋骨格系疾患 (関節症、骨折等)	125	21.9	19	106
3	認知症	118	20.6	32	86
4	循環器系疾患 (高血圧、心臓病等)	70	12.2	15	55
5	悪性新生物	31	5.4	14	17
6	精神疾患 (統合失調症、うつ等)	19	3.3	6	13
7	呼吸器系疾患 (肺気腫等)	17	3.0	6	11
8	その他 (難病、糖尿病等)	63	11.0	26	37
合計		571	100.0	172	399

男性 : 第 1 位 脳血管性疾患 第 2 位 認知症 第 3 位 筋骨格系 第 4 位 循環器系
 女性 : 第 1 位 筋骨格系 第 2 位 認知症 第 3 位 脳血管性疾患 第 4 位 循環器系

3 計画の中間評価

本計画では、計画期間を平成 26 年度から平成 35 年度までの 10 年間としています。

計画策定から 5 年が経過したため、母子事業、中間評価のアンケートや関係資料などを用い、77 項目の指標に関し、計画の策定時および中間評価時などの値を比較し、指標の達成状況の評価・分析を行いました。

その結果、77 項目の指標については、「目標値に達成した」は 16.9% (13 項目)、「改善傾向」は 1.3% (1 項目)、「変化なし」は 50.6% (39 項目)、「悪化傾向」は 7.8% (6 項目)、「評価困難」は 23.4% (18 項目) となっています。

「目標値に達した」項目については、その主なものは、「分煙を実施している家庭 (1 歳 6 ヶ月・3 歳)」「運動等を 1 日 1 時間以上実施している (男性)」等となっています。「改善傾向」の項目については「特定健康診査受診率」となっています。

「悪化傾向」の項目について、その主なものは「3 歳児健診のむし歯のない児の割合」「I 度高血圧以上の割合」等となっています。

計画策定時に指標が無いもの、計画策定から中間評価までの間に対象や評価方法が変わったもの等は評価困難としています。

また、中間評価で見直した結果、新たに指標が必要となったものについては、最終評価で比較していきます。

中間評価の結果の詳細については、本計画の巻末にとりまとめています。

表 1 1 「すこやか白糠 2 1」の領域全体の指標達成状況

策定時の値と現状値を比較	再掲項目を除く指標数	割合 (%)
目標値に達した	13	16.9
改善傾向	1	1.3
変化なし	39	50.6
悪化傾向	6	7.8
評価困難・評価対象外	18	23.4
計	77	100.0

第3章

・健康づくりの目標

I すこやか親子の推進

現代は、急速な少子化、核家族世帯、共働き世帯の増加等、社会情勢とともに育児環境も大きく変化しています。そのような中で、親が子どもの育てにくさを感じたり、育児不安の増大等、児童虐待につながることも予測されます。また、生活習慣の乱れから、将来的な生活習慣病につながることも、小さいときからの適切な生活習慣の確立も大切です。全ての子どもたちの健やかな成長、発達のために、妊娠、出産、育児を通じて、切れ目のない支援を行っていきます。

今回の中間評価から「1 妊娠・出産期」「2 育児期」「3 学童期」と分けて目標、指標を設定し、評価していきます。

1 妊娠・出産期

《現状と課題》

妊娠中の健康管理には、早期の妊娠届出と定期的な妊婦健診の受診が大変重要です。妊娠満11週以前の妊娠届出率は9割を超えており、早期の届出が定着しつつあります。今後も早期の妊娠届出を呼びかけ、妊婦の健康管理について支援していきます。妊婦の喫煙率は、今までの傾向では20%前後となっており、H29年度は減少して8.8%となっていますが、全国の2.9%、全道の6.3%と比較するとまだ高い状況です。妊婦の喫煙は低出生体重児や早産、流産等の原因となります。妊娠期からの禁煙、またその後の健康への影響も考え、禁煙を継続できるよう支援していくことが必要です。妊婦の飲酒については、すでに目標を達成していますが、これを維持できるよう努めます。低出生体重児の割合は、その年によってばらつきがありますが、H29年度は21.4%と過去5年間では1番高い割合となりました。低出生体重児の原因は、妊娠中の喫煙のほか妊婦の体格や妊娠高血圧症候群などの母体の合併症、妊娠中の生活習慣も考えられます。低出生体重児の出生を少しでも減らすために、妊娠中の保健指導にも努めていきます。出産直後は、ホルモンバランスの崩れも影響し、精神的に不安定になりやすい時期であり、専門職によるケアが重要です。妊娠期から切れ目のない支援を行い、妊産婦の不安軽減に努めます。

図6 白糠町の妊婦の喫煙率（5年間の推移）

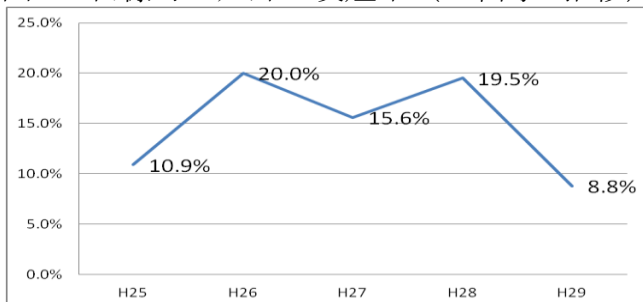
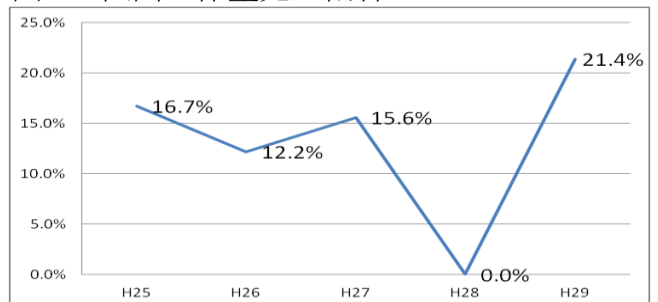


図7 低出生体重児の割合



《目標》

- ・安心・安全な妊娠・出産ができる

《指標》

指標	計画策定時 (H24)	現状値 (H29)	最終目標 (2023)
満 11 週以前の妊娠届出率	87.5%	94.1%	100.0%
妊婦の喫煙率	20.0%	8.8%	0.0%
妊婦の飲酒率	2.5%	0.0%	0.0%
低出生体重児の割合	8.8%	21.4%	減少

《今後の取組》

個人・家族が取り組むこと

- ・妊娠、出産について正しい情報を得るように努めましょう
- ・妊娠時は早期受診・届出をし、適切な相談を受けましょう

行政・関係機関が取り組むこと

- ・妊娠期の健康管理について、個別の状況に応じた相談・教育を実施します
- ・若い世代への喫煙防止や適正体重維持の必要性等、正しい知識の普及に努めます

《主な事業》

妊婦相談（妊婦へのアンケート、妊娠後期の相談含む）、家庭訪問（養育支援訪問含む）、養育支援システムの活用、ママ♥こっこ広場、両親学級、広報記事掲載、性の授業、乳児ふれあい体験学習、未成年喫煙防止講座、思春期講座、思春期リーフレット・青年期リーフレットの配布

2 育児期

《現状と課題》

出生数は年々減少していますが、継続した支援を必要とするケースは増加しており、育児不安や育児困難感を抱えている、育児環境が不適切等様々な背景を抱えています。身近な人から育児の協力が得られている人の割合、育児について相談できる人がいる割合はそれぞれ100%となっており、サポートは得られやすく、相談しやすい環境である一方、積極的に育児をしている父親の割合は53.5%となっており、全国の59.7%よりもやや低くなっています。引き続き父子健康手帳の活用や両親学級等を通して、父親の育児参加についても促していきます。育児疲れを上手に解消できている母親の割合は67.5%と計画策定時よりも低くなっており、ゆったりとした気分で子どもと過ごせる時間がある母親の割合は4ヶ月児、1歳6ヶ月児、3歳児健診を通して8割前後となっています。これらは、育児や家事、仕事に追われ、忙しい日々を送っている母親が多くなっていることが背景にあると思われます。子育て中の母親が孤立することなく、育児サービスを使いながら順調に育児をしていけるよう支援していきます。

子どもの月齢、年齢が上がるごとに、母の喫煙率は高くなり、分煙している家庭の割合は低くなっています。受動喫煙による子どもの健康への影響についても普及啓発し、母親の禁煙と分煙が定着するよう努めます。

また、年に数件は病院を受診しなければならない怪我につながっている事故が発生しており、予防行動をとれるよう支援が必要です。引き続き事故予防について啓発します。

健診受診率は、1歳6ヶ月児健診以外では100%となりました。定期的な健診受診は、成長発達の状況や育児状況を母子と専門職で確認し合える機会となるため、今後も全対象者が健診を受けられるよう体制を整えます。

虐待が疑われるケースには、関係機関と連携しながら、情報の共有と個別の支援にあたります。

《目標》

- ・地域での孤立化や育児不安の解消、虐待予防に努め、安心して育児ができる
- ・子どもが順調に成長、発達できる

《指標》

指標	計画策定時(H24)	現状値(H29)	最終目標(2023)
身近な人から育児の協力が得られている人の割合 (4ヶ月児)	88.1%	100.0%	100.0%
育児疲れを上手に解消できている母親の割合 (3歳児)	71.1%	67.5%	増加
育児について相談できる人がいる割合 (1歳6ヶ月児)	100.0%	100.0%	100.0%
乳幼児健診受診率(4ヶ月児)	95.2%	100.0%	100.0%
乳幼児健診受診率(9~10ヶ月児)	95.3%	100.0%	100.0%
乳幼児健診受診率(1歳6ヶ月児)	93.3%	87.1%	100.0%
乳幼児健診受診率(3歳児)	98.1%	100.0%	100.0%
乳幼児健診未受診フォロー率(4ヶ月児)	100.0%	—	100.0%

乳幼児健診未受診フォロー率 (9～10ヶ月児)	100.0%	—	100.0%
乳幼児健診未受診フォロー率 (1歳6ヶ月児)	100.0%	100.0%	100.0%
乳幼児健診未受診フォロー率 (3歳児)	100.0%	—	100.0%
育児中の母の喫煙率 (2ヶ月児)	10.0%	10.5%	0.0%
育児中の母の喫煙率 (1歳6ヶ月児)	23.8%	33.3%	0.0%
育児中の母の喫煙率 (3歳児)	33.3%	35.0%	0.0%
分煙を実施している家庭 (2ヶ月児)	64.7%	43.8%	100.0%
分煙を実施している家庭 (1歳6ヶ月児)	47.8%	90.5%	100.0%
分煙を実施している家庭 (3歳児)	35.5%	68.0%	100.0%
乳児家庭全戸訪問実施率	100.0%	100.0%	100.0%
虐待件数	2件	5件	0件
★虐待予防ケアマネジメントシステム事業 (要観察ケース)	3件	5件	減少
★虐待予防ケアマネジメントシステム事業 (要援助ケース)	0件	2件	減少
チャイルドシート装着率 (4ヶ月児)	100.0%	96.8%	100.0%
ケガ、事故既往の割合 (12ヶ月児)	2.5%	9.7%	0.0%
ケガ、事故既往の割合 (3歳児)	7.7%	7.5%	0.0%
仰向け寝を実施している割合 (2ヶ月児)	100.0%	100.0%	100.0%
★ゆったりとした気分で子どもと過ごせる時間がある母親の割合 (4ヶ月児)	—	83.9%	増加
★ゆったりとした気分で子どもと過ごせる時間がある母親の割合 (1歳6ヶ月児)	—	88.9%	増加
★ゆったりとした気分で子どもと過ごせる時間がある母親の割合 (3歳児)	—	78.9%	増加
★積極的に育児をしている父親の割合 (4ヶ月児、1歳6ヶ月児、3歳児の平均値)	—	53.5%	増加
★育てにくさを感じた時に対処できる親の割合 (4ヶ月児、1歳6ヶ月児、3歳児の平均値)	—	86.1%	95.0%以上

★新たに追加した指標

《今後の取組》

個人・家族が取り組むこと

- ・子育てに不安や悩みがある時は、一人で悩まず誰かに相談しましょう
- ・家族も積極的に育児や家事に参加しましょう
- ・家庭内での事故予防に努めましょう

行政・関係機関が取り組むこと

- ・乳幼児期の子育て支援サービスについて積極的に周知し、活用を促します
- ・健康教育の場を通して、家事や育児協力の必要性について周知します
- ・事故予防について、普及啓発します
- ・関係機関と連携し、虐待予防や虐待事例への支援を行います

《主な事業》

妊婦相談（妊婦へのアンケート、妊娠後期の相談含む）、家庭訪問（乳児全戸訪問、養育支援訪問含む）、ママ♥こっこ広場、両親学級、乳幼児相談、乳幼児健診、4ヶ月児健診での子育てアンケートの実施、養育支援システムの活用、性の授業、乳児ふれあい体験学習、子育て講演会

3 学童・思春期

《現状と課題》

学童期、思春期になると、心も身体も大きく成長します。この時期の生活習慣は、将来の健康維持のために非常に大切です。近年では、子どもの生活習慣病も問題となっており、当町も例外ではありません。自分の健康状態を知り、自分の健康を守るために、より良い生活習慣を身につけられるよう支援していきます。

性教育についても、各学校を対象に思春期リーフレット、青年期リーフレットを作成、配布し、知識の普及に取り組み、思春期講座や学校での性教育を行っています。また、乳児ふれあい体験学習では実際の母子との交流により、乳児の成長や育児、命の大切さを学ぶ場となっています。引き続き、それぞれが将来のライフプランについて考え、適切な行動に結びつくよう支援していきます。

《目標》

- ・適切な知識を身につけ、自ら健康行動をとることができる

《指標》

指標	計画策定時 (H24)	現状値 (H29)	最終目標 (2023)
小学6年生で毎日朝食を食べる人の割合	95.0%	87.5%	100.0%
小・中学生の肥満者の割合	【参考】*1 11.1%	10.8%	10.0%以下
★思春期講座や性教育の実施校	—	3校	現状維持
★思春期、青年期リーフレット配布校	—	町内全小中学校 白糠高校 二十歳のつどい	現状維持
★乳児ふれあい体験学習実施校	1校	2校	現状維持

★新たに追加した指標

【参考】*1：ローレル指数から肥満度に変更する

《今後の取組》

個人・家族が取り組むこと

- ・適切な生活習慣について学びましょう
- ・生活リズムを整え、規則正しい生活を送れるよう心がけましょう

行政・関係機関が取り組むこと

- ・健康教育を通して、適切な生活習慣を送れるよう支援します
- ・関係機関と実態について情報共有し、連携しながら正しい知識を普及啓発します

《主な事業》

児童館健康教育、養護教諭との交流会、性の授業、思春期講座、乳児ふれあい体験学習、思春期リーフレット・青年期リーフレットの配布

II 生活習慣改善の推進

1 栄養・食生活（食育推進計画）

《現状と課題》

朝食の欠食については、全体としては「変わりなし」の評価ですが、依然として、意識調査の結果から、20歳代（男性27.6%、女性16.7%）、30歳代（男性27.8%、女性13.0%）の欠食が他の年代に比べると高いです。小学6年生の欠食と合わせてみると家族での欠食や、小学生の時から欠食が成人になっても続いていると予測されます。また、中間評価としては「変わりなし」の評価ではありますが、野菜をよく食べる割合が特に男性で低い傾向が続いていたり、果物や牛乳の摂取も適正ではない人が多いのが現状です。これらが、生活習慣病等の罹患とも関係しているため、改善に向けてのポピュレーションアプローチが引き続き必要です。

肥満の指標については、計画策定時は40～60歳代でしたが、中間評価より男性は全国や全道と合わせてアンケート調査より20～60歳代、併せて女性もアンケート調査の回答を指標とします。その結果、肥満者の割合は男性49.0%（全国29.5%、全道39.6%）、女性23.3%（全国19.2%、全道26.7%）であり、男性肥満者の割合は全国・全道を大幅に上回っています。また、小中学生の肥満については、学校保健協議会で指標をローレル指数から肥満度に変更したので、本計画においても中間評価以降は肥満度で対象者の割合を比較していきます。体格については、非妊時および高齢者のやせと合わせて見ていき、適正体重の維持に向けより一層の対策が必要です。

食育推進計画の推進および生活習慣病の予防・改善の為に、適正な食習慣の情報提供を、全年代に対して教室等をとおして実施することが必要です。

《目標》

- ・適正体重を維持する人が増加する
- ・朝食を摂取する人が増加する
- ・食事内容の適正な人が増加する

《指標》

指標	計画策定時 (H24)	現状値 (H29)	最終目標 (2023)
朝食をほぼ毎日摂取する人の割合 (男性)	75.5%	76.2%	85.0%以上
朝食をほぼ毎日摂取する人の割合 (女性)	81.9%	82.3%	90.0%以上
再) 小学6年生で毎日朝食を食べる人の割合	95.0%	87.5%	100.0%
成人の肥満者の割合 (男性)	【参考】*2 32.3%	49.0%	30.0%以下
成人の肥満者の割合 (女性)	【参考】*2 31.8%	23.3%	20.0%以下
3歳児の肥満の割合	3.8%	5.8%	3.0%以下
再) 小・中学生の肥満者の割合	【参考】*1 11.1%	10.8%	10.0%以下
非妊時のやせの割合 (BMI18.5未満)	17.5%	14.7%	12.0%以下
再) 低出生体重児の割合 (2,500g未満)	8.8%	21.4%	減少
高齢期 (65歳以上) の低栄養傾向の割合 (BMI20.0未満)	10.9%	12.9%	10.0%以下
緑黄色野菜をよく食べる人の割合 (男性)	26.7%	36.3%	50.0%以上
緑黄色野菜をよく食べる人の割合 (女性)	51.2%	48.3%	70.0%以上
淡色野菜をよく食べる人の割合 (男性)	38.9%	31.2%	50.0%以上
淡色野菜をよく食べる人の割合 (女性)	53.5%	47.7%	70.0%以上
果物をあまり食べない人の割合 (男性)	67.8%	70.7%	50.0%以下
果物をあまり食べない人の割合 (女性)	52.0%	47.1%	40.0%以下
牛乳をよく飲む人の割合 (男性)	20.7%	16.9%	50.0%以上
牛乳をよく飲む人の割合 (女性)	20.5%	22.4%	50.0%以上
生後1ヶ月の母乳栄養の乳児の割合	50.0%	50.0%	増加
★食育を知っている人の割合	—	57.6%	80.0%以上
★食育に関心がある人の割合	—	76.3%	90.0%以上

★新たに追加した指標

【参考】*2 対象を特定健診受診者から男女ともにアンケート回答者にし、男性の年齢を40～60歳代から20～60歳代に変更する。(女性の年齢は変わらず40～60歳代)

《今後の取組》

個人・家族が取り組むこと

- ・家族みんなで、1日3回食事を食べる習慣をつけましょう
- ・家族みんなで主食・主菜・副菜を揃えたバランスの良い食事にしましょう
- ・自分に必要な食事量を覚えて、適正体重を維持しましょう

行政・関係機関が取り組むこと

- ・栄養・食生活に関する健康教育や相談を実施します
- ・保育園や子育て支援センター等と連携し食育を実施します
- ・教室等で食に関する知識の普及啓発を図ります
- ・食生活改善協議会とともに地域で教室を開催します

《主な事業》

健康相談、健康教育、家庭訪問、ママ♥こっこ広場、おやこ食育教室（保育園・子育て支援センター）、保育園・幼稚園・こども園栄養歯科教室、町立保育園等食育教室、町立保育園等給食献立指導、情報提供（わんぱく！げんき通信）、児童館食育教室、特定健診、特定保健指導、生活習慣改善教室、男性料理教室、介護予防教室、広報記事掲載、食生活改善推進員養成・育成、食生活改善協議会主催の教室、食と健康まつり

2 身体活動・運動

《現状と課題》

「意識的に運動を心がけている人の割合」については、男性は横ばい、女性はやや減少しています。「運動習慣の割合」については計画策定時と調査対象が違うため比較はできませんが、男性・女性ともに50%以上が運動習慣を持っています。多くは60～70歳代が運動習慣があると回答しており、若い世代では運動にかけられる時間がないことも考えられます。しかし、メタボリックシンドロームを含めた生活習慣病の予防・改善には運動を含む生活改善が効果的であり、少ない時間でも運動習慣を持つことが理想です。平成27年度には、白糠町内のウォーキングコースが健康づくり財団にすこやかロードの認定を受けています。今後もウォーキング講習会等を通し、町民に対してすこやかロードの普及を図ります。

要介護状態への予防に関しても運動習慣を持つことは重要です。表10より、平成30年4月現在の要介護認定者のうち、21.9%が筋骨格系疾患が原因で認定を受けています。特に女性の場合、男性の約5倍も多く、要介護原因の第1位を占めており、若いうちから筋力を維持することが介護予防につながります。

また、近年では、幼児の肥満が目立つようになってきました。ゲームやスマートフォンの普及により、外遊びをする幼児が減少しないよう、健診等の機会に普及啓発していきます。

《目標》

- ・運動習慣のある人の割合が増加する
- ・日常生活における身体活動が増加する

《指標》

指標	計画策定時 (H24)	現状値 (H29)	最終目標 (2023)
意識的に運動を心がけている人の割合(男性)	50.0%	51.3%	61.3%以上
意識的に運動を心がけている人の割合(女性)	50.6%	43.5%	60.6%以上
運動習慣者の割合(男性)	【参考】*3 31.3%	57.3%	67.3%以上
運動習慣者の割合(女性)	【参考】*3 26.6%	52.7%	62.7%以上
日常生活において歩行または同等の運動を1日1時間以上実施している人の割合(男性)	46.5%	53.9%	63.9%以上
日常生活において歩行または同等の運動を1日1時間以上実施している人の割合(女性)	44.1%	47.3%	57.3%以上
外遊びをする児の割合(3歳)	90.4%	95.0%	98.0%以上

【参考】*3 「意識的に運動を心がけている人」のうち運動習慣がある者を計上する。中間評価では、運動習慣がある者のみを計上したため、評価困難とする。

《今後の取組》

個人・家族が取り組むこと

- ・まずは歩くことから始めましょう
- ・体を動かす遊びを楽しみましょう
- ・仕事や家事など日常生活の中で積極的に体を動かしましょう
- ・スポーツのイベントに積極的に参加しましょう

行政・関係機関が取り組むこと

- ・歩くことを基本とした健康づくりを展開します
- ・すこやかロードの普及によりウォーキングに取り組むきっかけづくりをします
- ・町の体操を多くの町民に親しんでもらえるように普及啓発を継続します
- ・スポーツイベントや様々な方を対象にした運動教室を開催します

《主な事業》

健康教育、特定健診、特定保健指導、生活習慣改善教室、ウォーキングマップの普及啓発（すこやかロードの認定）、ウォーキング教室、タコ君とイカさんの恋問体操の普及啓発、ふまねっと、ストレッチクラブ・フラミンゴ塾の支援、介護予防事業、生活習慣病予防講演会、食と健康まつり

3 休養・こころの健康づくり

《現状と課題》

忙しい現代社会では、仕事や育児、病気や悩み等、様々な理由でどの年代も睡眠不足になりやすく、多忙な日々の中でストレスを上手に発散するのも難しい状況です。そのため、各自が睡眠時間の確保を心がけ、自分に合ったストレス解消法を見つけ、こころの病気を予防することが大切です。

自殺死亡率は全国の自殺死亡率 19.6 よりも低くなっており、さらに 30%以上の減少を目指します。

育児疲れを上手に解消できている母親の割合は減少していますが、育児について相談できる割合は維持しています。今後も安心して子育てできる環境や地域づくりが必要です。

表12 自殺者の推移

区 分		H24	H25	H26	H27	H28	H24～H28 合計 (人)
自殺者数	総数	1	2	0	2	2	7
男 性	合計	1	1	0	1	2	5
女 性	合計	0	1	0	1	0	2

表13 自殺死亡率

H24～H28 合計	白糠町	全国
	15.8	19.6

《目標》

- ・睡眠により休養を十分にとれる人の割合が増加する
- ・自殺者が減少する

《指標》

指標	計画策定時 (H24)	現状値 (H29)	最終目標 (2023)
睡眠により休養を十分にとれていない人の割合	【参考】*4 24.0%	37.6%	15.0%以下
自殺死亡率 (人口 10 万あたり)	【参考】*5 73.9 (H23)	15.8 (H24～H28)	11.06 以下
再) 育児疲れを上手に解消できている母親の割合 (3 歳)	71.1%	67.5%	増加
再) 育児について相談できる人がいる割合 (1.6 歳)	100.0%	100.0%	100.0%

【参考】*4 対象を特定健診受診者から男女ともにアンケート回答者にし、年齢を 40～60 歳代から 20～60 歳代に変更する。

【参考】*5 単年の死亡率から 5 年間の死亡率に変更する。

《今後の取組》

個人・家族が取り組むこと

- ・仕事の調整や睡眠により休養を確保しましょう
- ・自分に合ったストレス解消法を身につけましょう
- ・日ごろから相談相手を持ちましょう
- ・こころに変調をきたしたら、早めに相談、受診をしましょう
- ・講演会等に積極的に参加し、知識を身につけましょう

行政・関係機関が取り組むこと

- ・こころの相談窓口の周知、相談体制の整備に努めます
- ・こころの健康づくりに関する知識の普及啓発を図ります
- ・ゲートキーパーの養成等、自殺対策を推進します
- ・4ヶ月児健診で虐待予防のための子育てアンケートを行います
- ・新生児訪問等で産婦のメンタルヘルスを強化し、身体やこころの回復に努めます

《主な事業》

こころの相談、家庭訪問、健康相談、健康教育、乳幼児健診、ママ♥こっこ広場、講演会、ゲートキーパー養成研修、広報記事掲載、食と健康まつり

4 たばこ

《現状と課題》

成人の喫煙率は、計画策定時より男性はわずかに減少していますが、女性は横ばいでした。これは依然として、全国（H28 男性 31.1%、女性 9.5%）、全道（H28 男性 34.6%、女性 16.1%）と比較しても高い状況です。また、20～30代で男女ともに他の年代よりも喫煙率が高く、男性で約5割、女性では約3割となっています。

妊婦の喫煙率をみると8.8%と減少していますが、全国（H28 2.9%）、全道（H28 6.3%）と比較すると、割合は高くなっています。妊婦の喫煙は、妊娠合併症のリスクを高めるだけでなく、低体重児の原因となるとともに、出生後は乳幼児突然死症候群の原因となるなど、胎児や乳幼児に大きな影響を与えます。

さらに育児中の母親の喫煙率は、子どもの年齢が上がるにつれて高くなる傾向にあり、4ヶ月児、1歳6ヶ月児、3歳児健診での母親の喫煙率を集計した全国（H28 6.6%）の数値を参考に比較してみても、かなり高いと考えられます。分煙を実施している家庭は、1歳6ヶ月、3歳児健診で計画策定時よりも割合は高くなりましたが、2ヶ月児で最も割合が低いなど分煙が定着してきたとは言えません。

今後は、喫煙をやめたい人へのサポートや、妊娠期・育児期の喫煙をなくすこと、さらに未成年のうちから喫煙をしない選択ができるような働きかけが必要です。また、受動喫煙の機会が減少するような普及啓発が求められます。

図8 喫煙率の比較

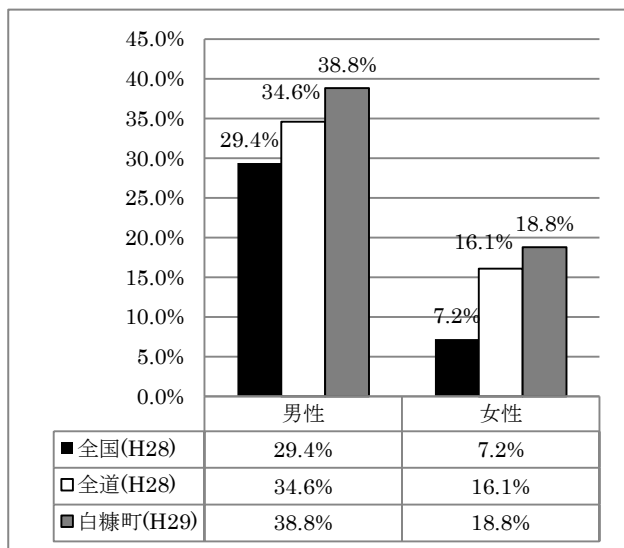
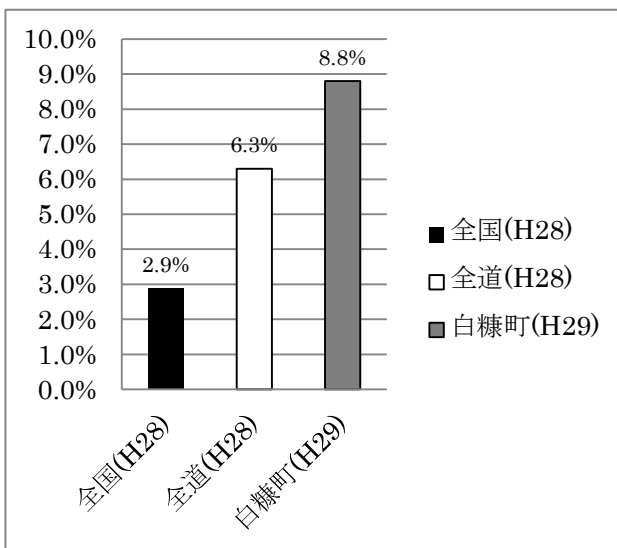


図9 妊婦の喫煙率の比較



《目標》

- ・成人の喫煙率が低下する
- ・妊婦の喫煙がなくなる
- ・育児期の母の喫煙率が低下する
- ・分煙を徹底し、受動喫煙の機会が減る

《指標》

指標	計画策定時 (H24)	現状値 (H29)	最終目標 (2023)
成人の喫煙率 (男性)	40.1%	38.8%	16.3%以上
成人の喫煙率 (女性)	17.8%	18.8%	7.9%以上
再) 妊婦の喫煙率	20.0%	8.8%	0%
再) 育児中の母の喫煙率 (2ヶ月児)	10.0%	10.5%	0%
再) 育児中の母の喫煙率 (1歳6ヶ月児)	23.8%	37.0%	0%
再) 育児中の母の喫煙率 (3歳児)	33.3%	37.5%	0%
再) 分煙を実施している家庭 (2ヶ月児)	64.7%	43.8%	100.0%
再) 分煙を実施している家庭 (1歳6ヶ月児)	47.8%	90.5%	100.0%
再) 分煙を実施している家庭 (3歳児)	35.5%	68.0%	100.0%

※分煙を実施している家庭とは、父または母が喫煙をしていて、かつ分煙ありの家庭の割合

《今後の取組》

個人・家族が取り組むこと

- ・喫煙が健康に及ぼす影響について知りましょう
- ・できるだけたばこは吸わないようにしましょう
- ・妊婦の喫煙はやめましょう
- ・たばこを吸う人は分煙を心がけましょう
- ・たばこを吸ってほしくないときは、意思表示をしましょう

行政・関係機関が取り組むこと

- ・喫煙が健康に及ぼす影響についての知識の普及啓発を図ります
- ・禁煙を希望する人への支援や情報提供を行います
- ・妊婦への禁煙指導を行います
- ・たばこを吸う人に対して、分煙についての普及啓発を図ります

《主な事業》

健康相談、健康教育、家庭訪問、特定健診・特定保健指導、未成年喫煙防止講座、児童館健康教育

5 アルコール

《現状と課題》

飲酒は、生活習慣病やうつ等の精神疾患等の健康障害のリスク要因となることに加え、未成年の飲酒や飲酒運転事故等の社会的な問題の要因となり得ます。

当町の生活習慣病のリスクを高める量を飲酒する人の割合は、男性 19.4%、女性 1.8% となっており、全国 (H28 男性 14.7%、女性 8.6%)、全道 (H28 男性 18.2%、女性 12.0%) と比較すると、男性は全国、全道よりも高く、女性は全国、全道よりも低い状況です。このため、適正な飲酒に関する知識の啓発や、生活習慣病等のリスクを高めるような飲酒習慣者に対しては、改善できるように個別の関わりが必要です。

妊婦の飲酒率は、0%と目標値を達成しており、引き続き普及啓発が求められます。

図 10 生活習慣病のリスクを高める量を飲酒する人の割合

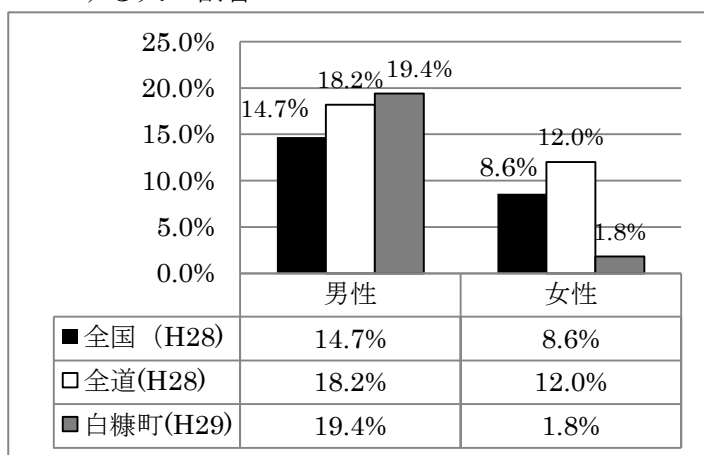
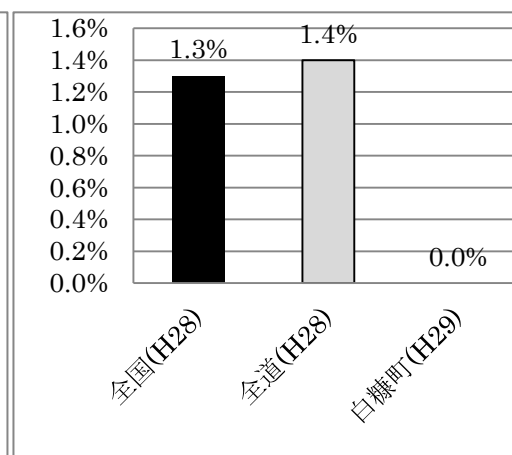


図 11 妊婦の飲酒率の比較



《目標》

- ・生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人の割合が減少する
- ・妊婦の飲酒がなくなる

《指標》

指標	計画策定時 (H24)	現状値 (H29)	最終目標 (2023)
生活習慣病のリスクを高める量を飲酒する人の割合 (男性)	【参考】*6 17.1%	19.4%	17.7%以下
生活習慣病のリスクを高める量を飲酒する人の割合 (女性)	【参考】*6 10.8%	1.8%	1.7%以下
妊婦の飲酒率	2.5%	0%	0%

【参考】*6 「週に3日以上かつ1日に純アルコール量60グラム以上飲む人=多量飲酒者」から、「生活習慣病のリスクを高める量を飲酒する人の割合」として「1日当たりの純アルコール摂取量が男性40グラム以上、女性20グラム以上の者」に変更する。

《今後の取組》

個人・家族が取り組むこと

- ・アルコールについて正しく理解しましょう
- ・週に1回は休肝日を作りましょう
- ・適度な量の飲酒を心がけましょう
- ・妊婦の飲酒はやめましょう

行政・関係機関が取り組むこと

- ・血液検査の結果と飲酒の関係を結び付けられるよう指導を行います
- ・アルコールの健康への影響について普及啓発を図ります

《主な事業》

健康相談、健康教育、家庭訪問、特定健診、特定保健指導、妊婦相談、こころの相談

6 歯の健康

《現状と課題》

成人期から高齢期における定期的な歯科健診の習慣のある者が、中間評価の調査で男性は50代以降、女性はその年代も3割を超えていました。平成28年度から歯周疾患検診事業が始まり、少しずつ歯科への関心は高まっており、受診行動にも繋がっています。

幼児期から学童のむし歯については、その年によって大きな変動があるため、引き続き予防に力を入れていく必要があります。

表14 1歳6ヶ月児、3歳児健診う歯有病状況

年度	1歳6ヶ月児健診う歯有病率	3歳児健診う歯有病率
H26	0.0%	27.9%
H27	2.4%	37.9%
H28	10.0%	29.7%
H29	3.7%	37.5%
管内平均 (H28)	2.3%	18.3%

表15 12歳児平均う歯保有本数

	H26年度	H27年度	H28年度	H29年度
全国	1.00本	0.90本	0.84本	0.82本
北海道	1.80本	1.30本	1.10本	1.50本
釧路管内	1.71本	1.66本	1.43本	1.36本
白糠町	3.58本	4.58本	5.20本	1.44本

《目標》

- ・1歳6ヶ月児健診、3歳児健診でのむし歯のない児の割合が増加する
- ・定期的（1年に1回以上）な歯科健診受診者が増加する

《指標》

指標	計画策定時 (H24)	現状値 (H29)	最終目標 (2023)
1歳6ヶ月児健診のむし歯のない児の割合	97.6%	96.3%	増加
3歳児健診のむし歯のない児の割合	67.3%	62.5%	増加
12歳の平均むし歯保有本数	2.66本	1.44本	現状維持
定期的（1年に1回以上）な歯科検診受診者の割合	11.9%	34.5%	40.0%以上

《今後の取組》

個人・家族が取り組むこと

- ・かかりつけ歯科医をもち、定期的な歯科検診や予防処置を受けます
- ・う歯や歯周病についての正しい知識を得るよう心がけます
- ・自分に合った口腔ケアを実践します

行政・関係機関が取り組むこと

- ・歯や口腔の健康について、普及啓発します
- ・歯周疾患検診を行い、歯の喪失を予防するとともに定期受診の必要性を周知します

《主な事業》

妊婦相談、7ヶ月児・12ヶ月児健康相談、1歳6ヶ月児健診、2歳児健康相談、3歳児健診、フッ素塗布の受診券交付（年4回）、保育園・幼稚園・こども園・小学校フッ化物洗口、保育園・幼稚園・こども園栄養歯科教室、児童館健康教育、生活習慣改善教室、健康相談、健康教育、家庭訪問、介護予防事業、歯周疾患検診、食と健康まつり、広報記事掲載

Ⅲ 疾病予防の推進と重症化予防の徹底

1 糖尿病

《現状と課題》

糖尿病が強く疑われる者（HbA1c6.5%以上）について40～74歳の男性は15.1%（H29全国18.1%、H28全道12.9%）、女性は7.6%（H29全国10.5%、H28全道8.4%）となっています。計画策定時と比べて「変化なし」の結果ではありますが、上昇傾向にあります。糖尿病未治療者と治療中断者については医療機関の受診、治療中の人は医療中断をしないことが重要となります。また、血糖コントロール不良者（HbA1c8.4%以上）のすべてが既に治療をしていますが、今後、人工透析等の重篤化にならないような支援も必要であると考えられ、医療との連携は必須です。

糖尿病重症化予防事業と連動し、特定健診受診者のうち、HbA1c6.5%以上で糖尿病で医療に罹っていない人すべてが受診できるように、また、すでに医療に罹っている人は重症化にならないよう、健康相談等をとおして支援を引き続き実施していきます。

図 12 糖尿病フローチャート（H29）

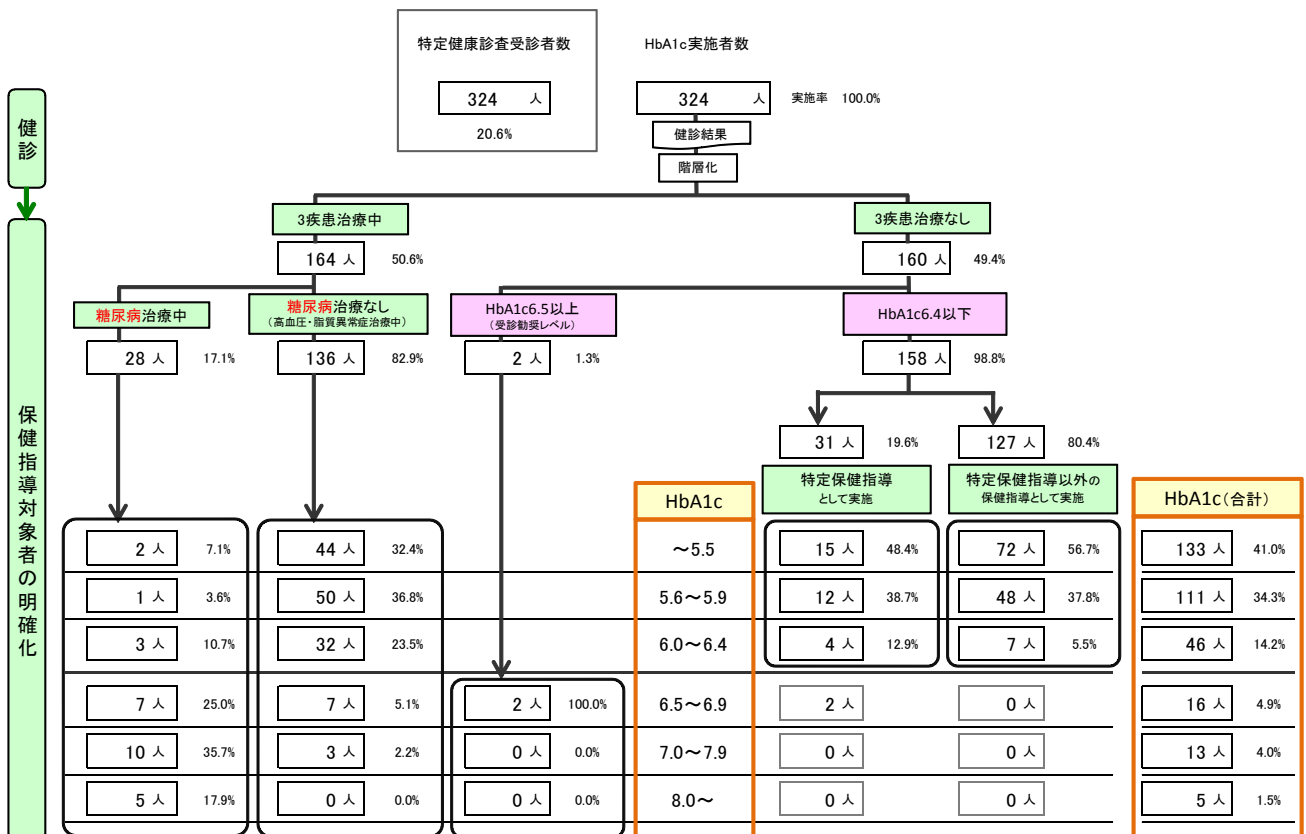
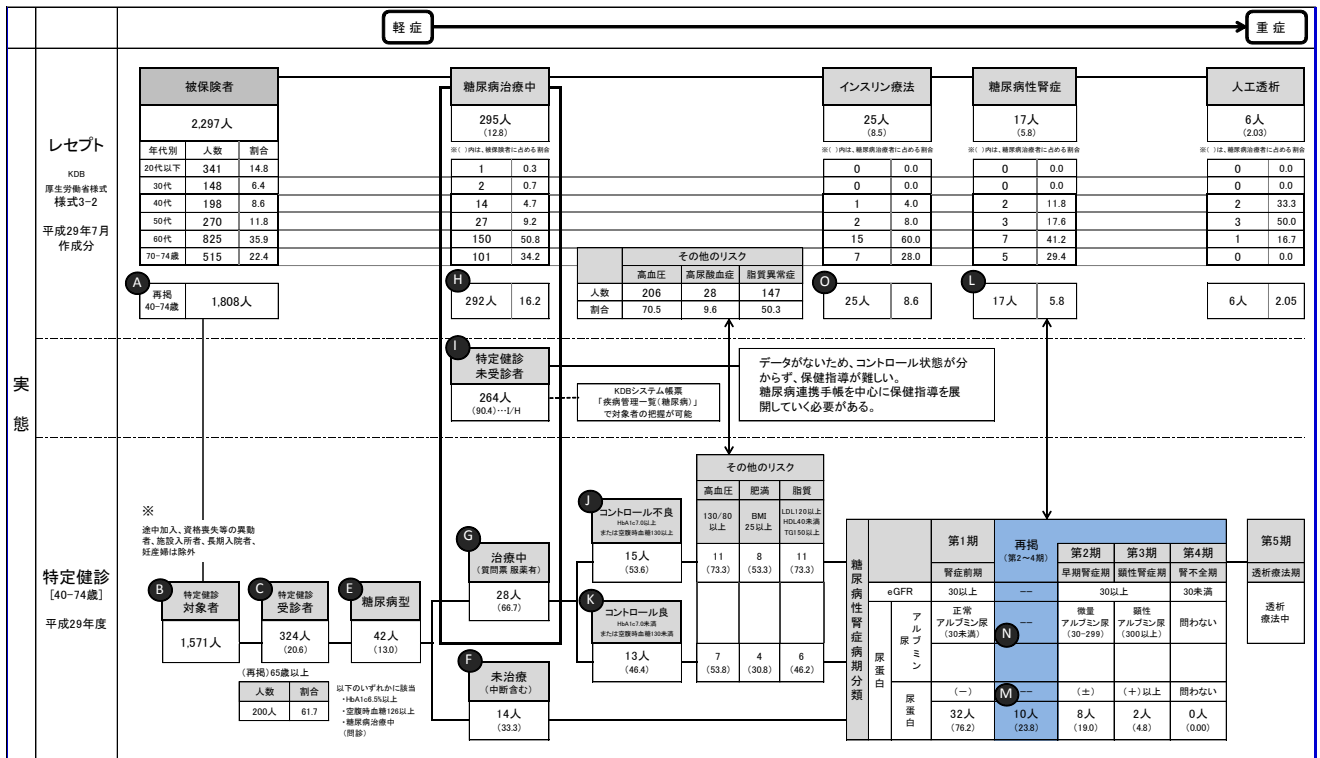


図 13 糖尿病重症化予防のためのレセプトと健診データの突合 (H29)



《目標》

- ・糖尿病および予備軍の増加を抑制する
- ・特定健康診査を受ける人が増加する
- ・糖尿病にならないような基本的な生活習慣を身に付けることができる人が増加する
～各分野の目標に準ずる～

《指標》

指標	計画策定時 (H24)	現状値 (H29)	最終目標 (2023)
糖尿病が強く疑われる者の割合 HbA1c が 6.5%以上の割合 (男性)	8.7%	15.1%	18.3%以下
糖尿病が強く疑われる者の割合 HbA1c が 6.5%以上の割合 (女性)	6.1%	7.6%	8.3%以下
血糖コントロール指標における不良者の割合 HbA1c が 8.4%以上の割合	0.8%	0.9%	0.7%以下
特定健康診査受診率	17.4%	21.1%	60.0%
再) 成人の肥満者の割合 (男性)	【参考】 * 2 32.3%	49.0%	30.0%以下
再) 成人の肥満者の割合 (女性)	【参考】 * 2 31.8%	23.3%	20.0%以下
再) 運動習慣者の割合 (男性)	【参考】 * 3 31.3%	57.3%	67.3%以上
再) 運動習慣者の割合 (女性)	【参考】 * 3 26.6%	52.7%	62.7%以上

《今後の取組》

個人・家族が取り組むこと

- ・ 特定健康診査を毎年受けましょう
- ・ 糖尿病に関する知識を積極的に得ましょう
- ・ 糖尿病を始めとした生活習慣病予防と悪化しないために、食事や運動等の生活に気を付けましょう
- ・ 糖尿病と診断された時は、定期的に受診をして悪化しないようにしましょう

行政・関係機関が取り組むこと

- ・ 特定健康診査を実施し、早期発見・早期治療が出来るようにします
- ・ 特定保健指導に基づいた保健指導を実施します
- ・ 教室や地域で糖尿病に関する健康教育を実施します

《主な事業》

健康相談、健康教育、家庭訪問、特定健診・特定保健指導、脳ドック、健診未受診者の受診勧奨、糖尿病重症化予防、生活習慣改善教室、講演会

2 循環器

《現状と課題》

本町は高血圧にかかる医療費が高く、町の健康課題のひとつであると言えます。I度以上高血圧の割合は増加、有意に悪化しています。レセプトの分析では、40～74歳の被保険者のうち、高血圧で治療中の人は29.8%、そのうち77.7%が特定健診未受診であり、コントロール状況が不明です。特定健診を受けた人の中で高血圧だった人の内訳をみると、56.7%が未治療、もしくは医療を中断している状況です。脂質異常症については、160以上の割合については変わらないと評価しますが微増しています。40～74歳の被保険者のうち、20.5%が治療中、特定健診を受けた人の中でLDLが160以上の人の内訳をみると、89.3%が未治療、もしくは医療を中断しています。

高血圧や脂質異常症は、動脈硬化を引き起こし、脳血管疾患や心疾患などの重大な病気の原因となります。表6より、本町の平成27年の死因は、第2位が心疾患、第3位が脳血管疾患と上位を占めており、SMRをみると計画策定時に比べ悪化、特に心疾患については全国に比べて有意差がみられました。また、介護認定者の主治医意見書第1診断名をみると、1位に脳血管疾患、4位に循環器疾患となっています。

これらの疾患を予防していくためには、動脈硬化を進行させないことが必須であり、その大きな要因である、高血圧や脂質異常症を改善することが大事です。特定健診の受診率が低いため、潜在している対象も多く、特定健診の受診率を上げることは急務です。また、特定健診受診者の中でも医療につながっていない人が多く存在し、これらのケースがきちんと医療にかかり、コントロールできるよう支援していく必要があります。

図14 高血圧フローチャート (H29)

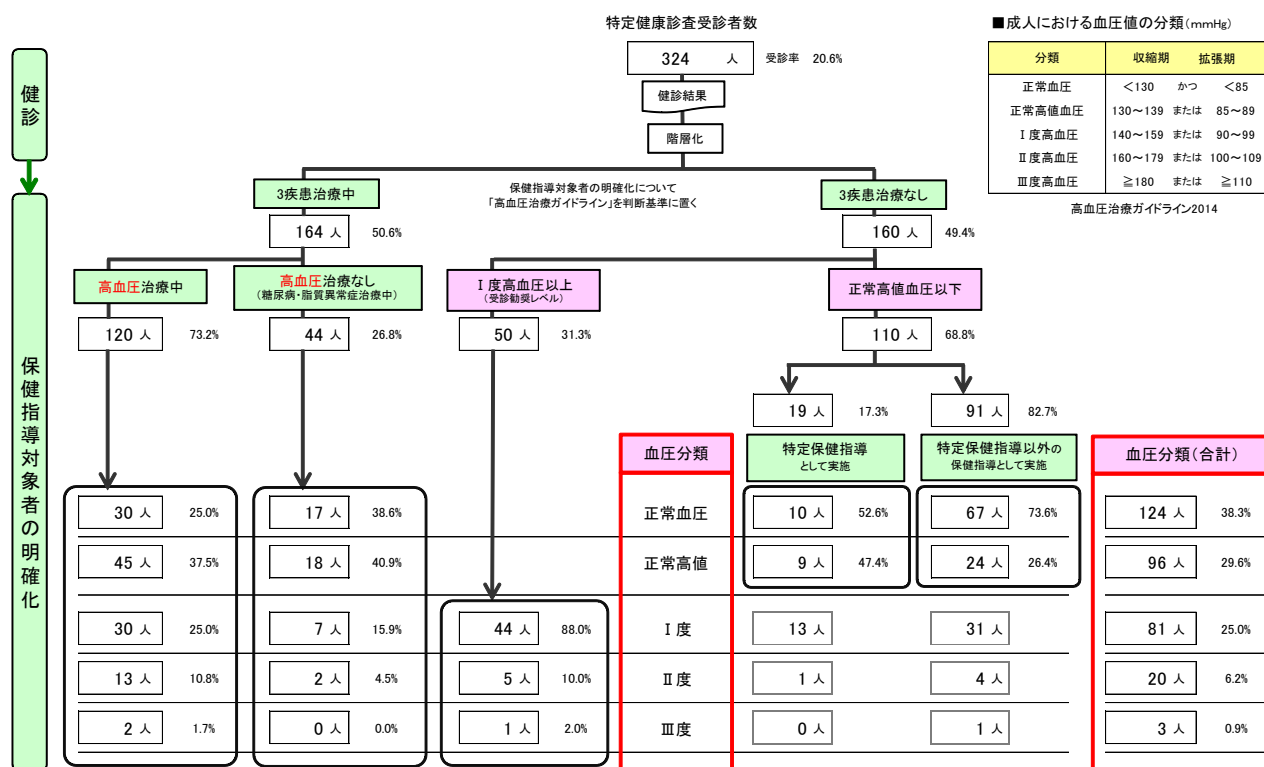


図 15 高血圧重症化予防のためのレセプトと健診データの突合 (H29)

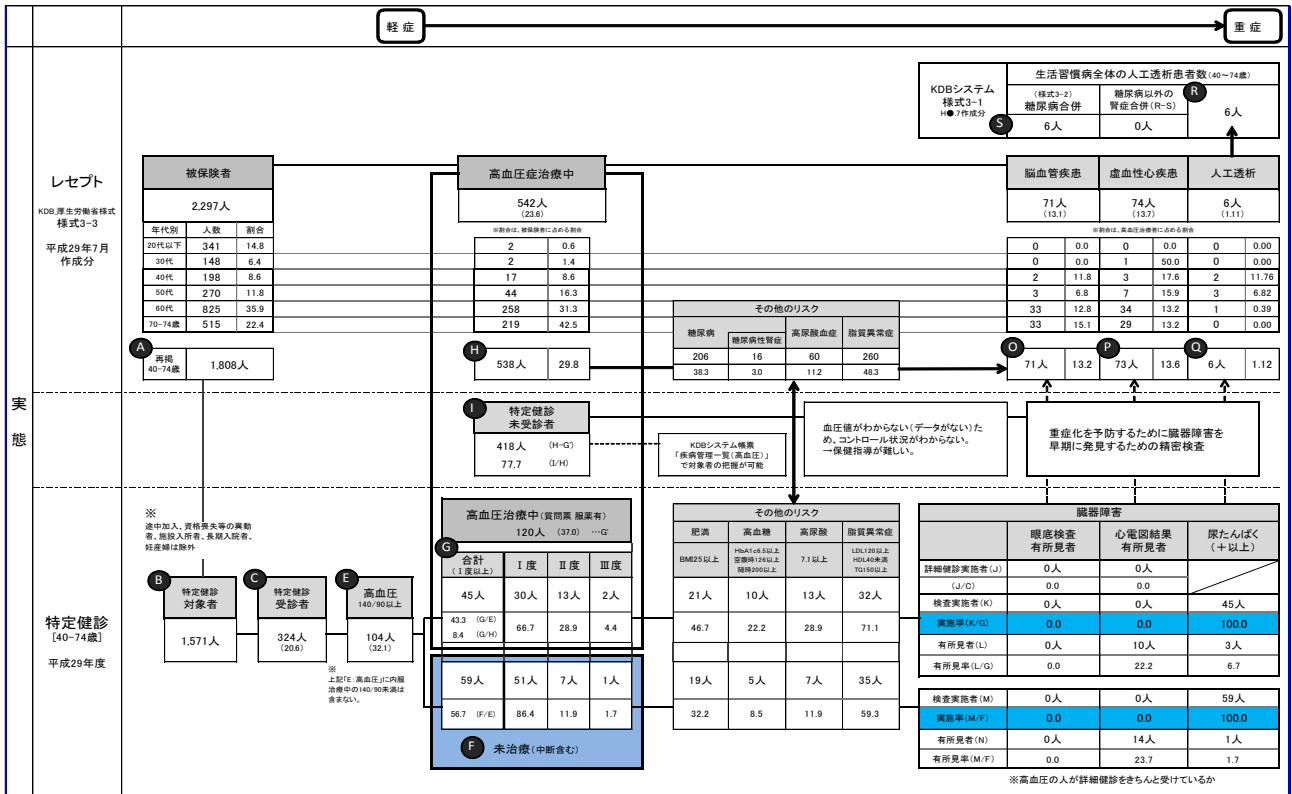


図 16 脂質異常フローチャート (H29)

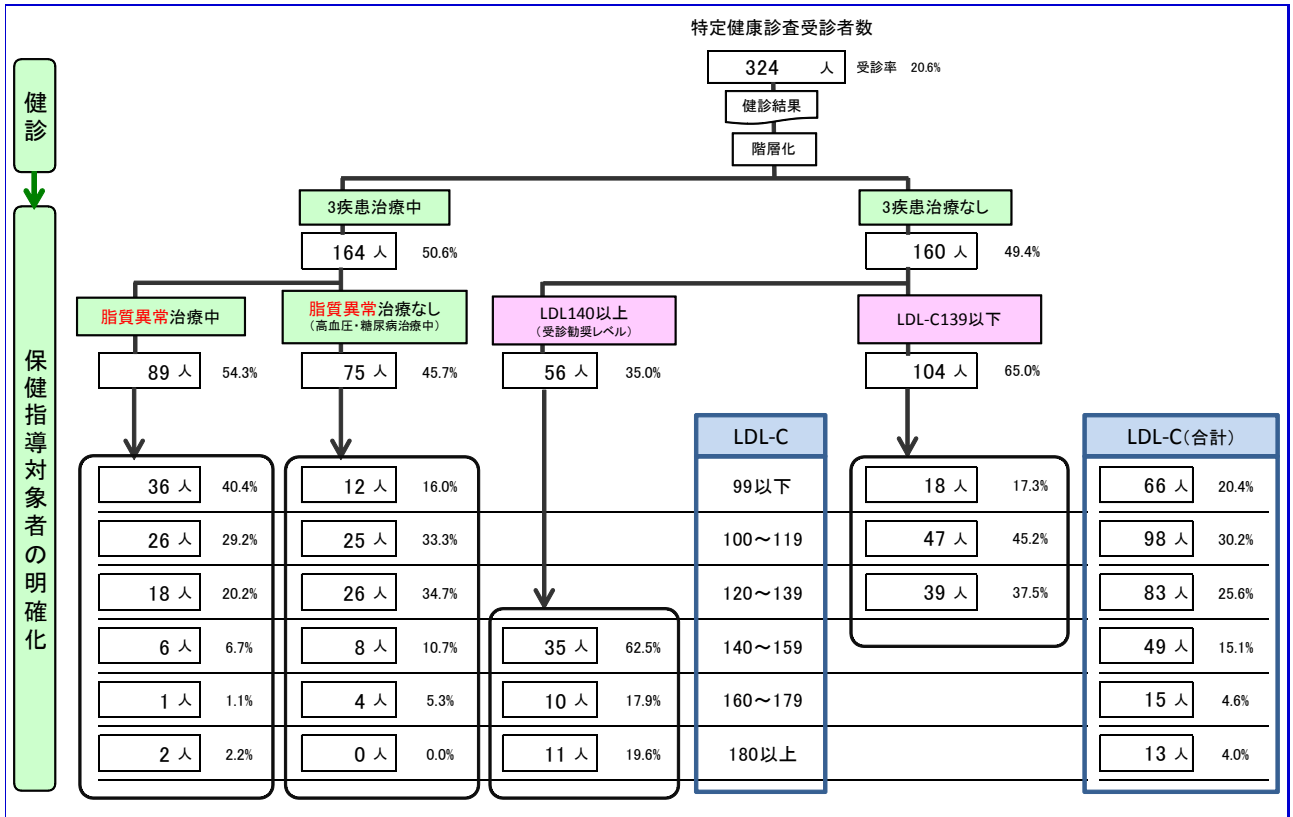
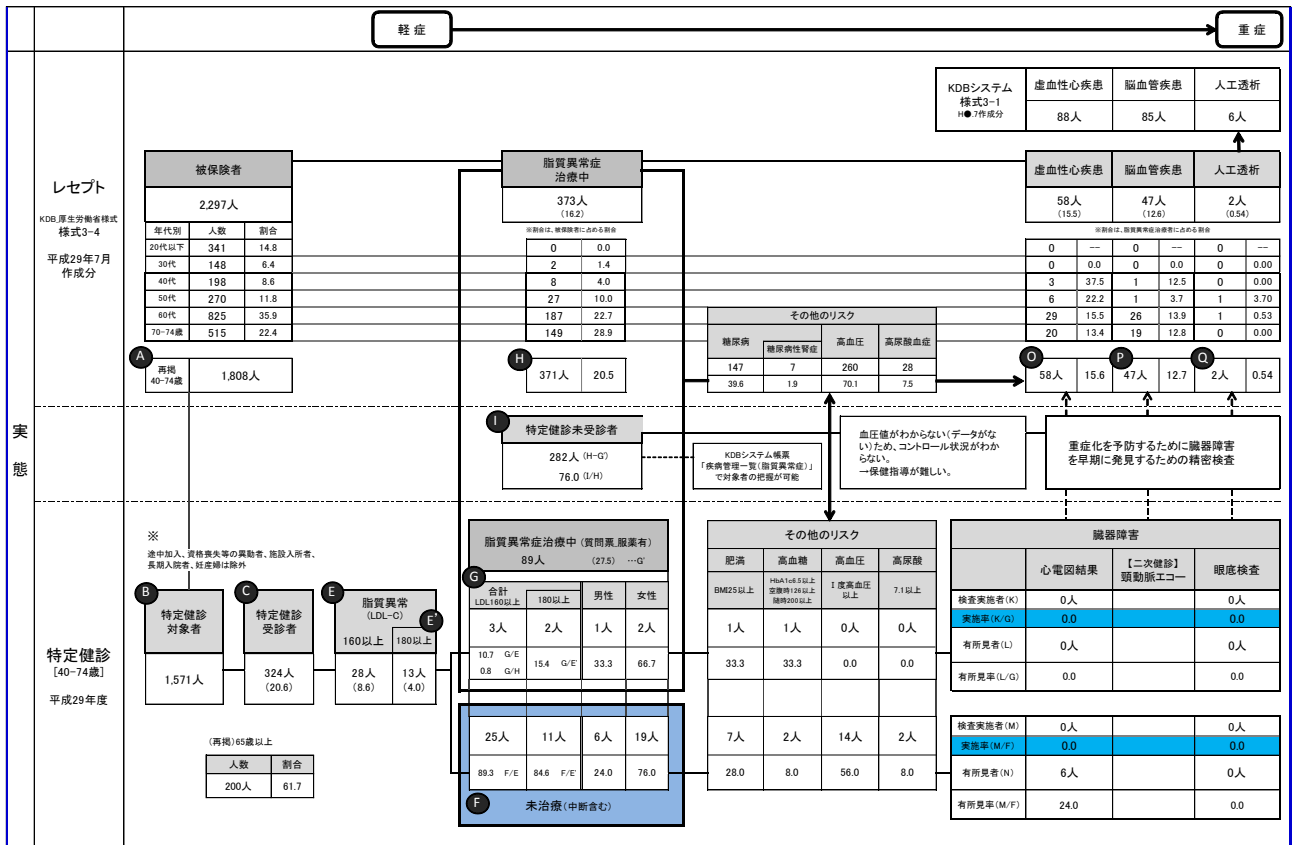


図 17 脂質異常重症化予防のためのレセプトと健診データの突合 (H29)



《目標》

- ・脳血管疾患、心疾患の標準化死亡比 (SMR) が減少する
- ・高血圧 (I 度以上) の人が増加しない
- ・LDL 高値の人が減少する
- ・特定健診受診者、特定保健指導利用者が増加する
- ・適切な生活習慣を送る人が増加する

《指標》

	計画策定時 (H24)	現状値 (H29)	最終目標 (2023)
I 度高血圧以上の割合	25.7%	32.1%	25.6%以下
LDL コレステロール 160 以上の割合	7.3%	8.6%	7.2%以下
脳血管疾患死亡率 (人口 10 万人あたり)	116.1 (H23)	142.2 (H27)	減少
心疾患死亡率 (人口 10 万人あたり)	316.7 (H23)	367.3 (H27)	減少
再) 特定健診受診率	17.4%	21.1%	60.0%
再) 成人の喫煙率 (男性)	40.1%	38.8%	16.3%以下
再) 成人の喫煙率 (女性)	17.8%	18.8%	7.9%以下
再) 肥満者の割合 (男性)	32.3%	39.5%	30.0%以下
再) 肥満者の割合 (女性)	31.8%	36.8%	20.0%以下
再) 運動習慣者の割合 (男性)	31.3%	57.3%	67.3%以上
再) 運動習慣者の割合 (女性)	26.6%	52.7%	52.7%以上

《今後の取組》

個人・家族が取り組むこと

- ・年に1回健診を受け、自分の体の状態を把握しましょう
- ・健診の結果で必要な場合には病院を受診しましょう
- ・受診や内服は自己中断しないようにしましょう
- ・生活習慣病に関する情報を積極的に知りましょう
- ・血圧測定を習慣化しましょう

行政・関係機関が取り組むこと

- ・町民が受診しやすいよう健診体制を整え、健診対象者に受診勧奨、未受診者対策を強化します
- ・生活習慣病に対する知識を普及します
- ・健診の事後指導を充実させます

《主な事業》

特定健診、特定保健指導、脳ドック、健診未受診者の受診勧奨、各種がん検診、健康相談、健康教育、家庭訪問、生活習慣改善教室、ウォーキング教室、生活習慣病予防講演会

3 がん

《現状と課題》

当町の平成 27 年のがんによる死亡者数は 56 名で、死亡者全体の 38.6%を占め、死因の第 1 位となっています。表 7 より、がんの SMR は男性 142.7、女性 123.2 となっており、どちらも全国よりも有意に高く、がんで死亡する人が多いことがわかります。

がん検診の受診率は、対象者数の算出の仕方が異なるため比較はできませんが、受診者数は年々少なくなっています。今後は、全国や全道と比較するために、40～69 歳（胃がんは 50～69 歳、子宮がんは 20～69 歳）の国民健康保険加入者を対象に受診率を算出します。早期発見、早期治療に向け、がん検診の受診率の向上が重要です。

がんの危険因子である喫煙について、平成 28 年の国民生活基礎調査によると喫煙率は、男性で全国 31.1%、全道 34.6%、女性で全国 9.5%、全道 16.1%となっており、白糠町の喫煙率は男女ともに高いことがわかります。喫煙率の低下のほか、受動喫煙の防止にも取り組んでいく必要があります。

《目標》

- ・がん健診受診率が向上する
- ・がんの死亡率が減少する
- ・がんの早期発見・早期治療

《指標》

指標		計画策定時 (H24)	現状値 (H29)	最終目標 (2023)
がん検診受診率	胃がん検診	【参考】*7 12.6%	9.2%	50.0%以上
	大腸がん検診	【参考】*7 16.8%	13.1%	50.0%以上
	肺がん検診	【参考】*7 15.0%	13.4%	50.0%以上
	子宮がん検診	【参考】*7 15.4%	4.6%	50.0%以上
	乳がん検診	【参考】*7 19.2%	6.4%	50.0%以上
悪性新生物死亡率（人口 10 万対）		411.7 (H23)	663.5 (H27)	減少
再) 成人の喫煙率（男性）		40.1%	38.8%	12.0%以下
再) 成人の喫煙率（女性）		17.8%	18.8%	12.0%以下

【参考】*7 全町民のがん検診受診者から、国民健康保険加入者のがん検診受診率へと変更する。
（胃がん 50～69 歳、大腸・肺 40～69 歳、子宮がん 20～69 歳女性、乳がん 40～69 歳女性）

《今後の取組》

個人・家族が取り組むこと

- ・対象年齢になったらがん検診を受けましょう
- ・たばこはやめましょう
- ・バランスの良い食生活を心がけましょう
- ・適度な運動を心がけましょう

行政・関係機関が取り組むこと

- ・がん検診の必要性の周知、受診勧奨を行います
- ・精密検査対象者がもれなく検査を受けられるように受診勧奨を行います
- ・がん検診を受けやすいよう費用を助成します
- ・がん予防のために望ましい生活習慣を学ぶ場を設けます

《主な事業》

健康相談、健康教育、がん検診、ピロリ菌検査、二十歳のつどいで子宮がんのリーフレット配布、家庭訪問、講演会、食と健康まつり

4 COPD（慢性閉塞性肺疾患）

《現状と課題》

表7より、COPDのSMRは男性67.6、女性104.4となっており、死亡数は国と比較しても多くありません。しかし、日本では40歳以上の8.6%、約530万人がCOPDに罹患し、そのうち治療につながっている人は1割にも満たないと言われており、当町も例外ではありません。

現時点では、COPDの認知度が45.7%で、国の25.5%（H29）、北海道の25.4%（H28）よりも高くなっていますが、目標値には届きません。また、COPDの認知度は「どんな病気かよく知っている」「名前は聞いたことがある」と回答した者の割合となっていますが、内訳を見てみると「どんな病気かよく知っている」が13.9%、「名前は聞いたことがある」が31.8%となっており、まだ疾患の詳細についてはあまり理解されていないのが現状です。疾患について理解を深めることも早期発見、早期治療につながるため、COPDの周知も行っていきます。

COPDの原因のほとんどは喫煙です。本町は喫煙率が高く、COPDに罹患している可能性、今後罹患する可能性がある者が増加すると予測されます。COPDに関する知識を普及啓発し、発症、進行予防に努めていくことが大切です。

《目標》

- ・COPDの認知を高める
- ・成人の喫煙率が低下する

《指標》

指標	計画策定時（H24）	現状値（H29）	最終目標（2023）
再）成人の喫煙率（男性）	40.1%	38.8%	16.3%以下
再）成人の喫煙率（女性）	17.8%	18.8%	7.9%以下
COPDの認知度	なし	45.7%	80.0%以上

《今後の取組》

個人・家族が取り組むこと

- ・COPDについて知りましょう
- ・喫煙が健康に及ぼす影響について知りましょう
- ・できるだけたばこは吸わないようにしましょう
- ・妊婦の喫煙はやめましょう
- ・たばこを吸う人は分煙を心がけましょう
- ・たばこを吸ってほしくないときは意思表示をしましょう

行政・関係機関が取り組むこと

- ・COPDについての知識を普及します
- ・喫煙が健康に及ぼす影響についての知識を普及します
- ・禁煙を希望する人への支援や情報提供を行います
- ・妊婦への禁煙指導を行います
- ・たばこを吸う人に対して分煙について周知します

《主な事業》

健康教育、健康相談、家庭訪問、特定健診・特定保健指導、広報記事掲載、母子健康相談、乳幼児健診

第4章

・ ライフステージに応じた健康づくり

①妊娠期・乳幼児期（0～5歳）

この時期は、新たに生まれてくる命と、生まれた子どもの健康を確保するために、母親が安心して安全に妊娠・出産を迎え、子育てを楽しむことが大切です。また、乳幼児期は人格や習慣を形成する時期であり、生涯を通じた健康づくりを行う上で最も重要な時期の一つです。近年、核家族化が進んでおり、身近な地域で妊娠・出産や子育てについて、不安を抱えながら子育てをしている人もいるため、母子への支援は重要です。

- ◇この時期における食生活は、将来の望ましい食習慣に大きく影響します。そのため、成長期にあわせた食事内容を心がける必要があります。また、乳幼児期には十分な睡眠が大切です。適切な就寝・起床時間と十分な睡眠が確保されるよう、家族全員の協力が必要です。
- ◇生え始めの乳歯は、歯質が弱く、むし歯になりやすいため、フッ素塗布・フッ化物洗口、歯磨きをしっかりとる、おやつの内容や量、回数に気をつけるなど、乳幼児期のむし歯予防が重要です。
- ◇この時期は家庭（両親）の影響が大きく、家庭における健康管理や周産期からの母子保健が重要です。

②学童期・思春期（6～19歳）

この時期は、心も身体も大きく成長する時期です。この時期の健康づくりは、元気な子ども時代を過ごすためだけでなく、将来の健康づくりに大きく影響します。また、この時期の後半は、いわゆる「思春期」にあたります。子どもたちが命や性の問題について正しい認識を持てるよう、適切な教育を行う必要があります。さらに、近年では、喫煙や飲酒、薬物に興味を持つ子どもが増えており、これらの有害性についても正しい教育を行わなければなりません。

- ◇正しい食習慣を身につけるため、家族みんなで食事をすることや運動習慣を身につけることなどが重要です。
- ◇学童期は、歯科ではむし歯等の増加がみられる時期です。生え始めの永久歯は歯質が弱く、むし歯になりやすいため、生え始めから歯質が強化されるまでの数年間が特に重要です。

③青年期・壮年前期（20～39歳）

この時期は、就職、結婚、出産など、めまぐるしい変化の中で社会人として独立する時期です。健康面では、食生活の乱れや、運動不足、睡眠不足、ストレスの増加など、問題が増える時期です。自分の生活習慣の乱れを認識しても、仕事等で多忙な時期であり、かつ、体力がまだ十分にあり無理が利くため、好ましくない生活習慣のまま生活している人が多くなっていることが考えられます。将来の健康のことを考え、適切な生活習慣を送ることが大切です。

- ◇学生生活や単身生活などでの生活習慣の乱れが壮年期以降の問題ある生活習慣や歯科疾患につながることも多くあります。
- ◇喫煙や飲酒の習慣がはじまる時期であり、喫煙や多量飲酒が健康に及ぼす影響を正しく理解する必要があります。
- ◇女性ではやせの人が増加しており、カルシウム不足や鉄欠乏のために、妊娠への悪影響や骨粗鬆症が心配されます。
- ◇この時期は人生の大きな選択の時期にあたり、精神的に不安定になりやすい時期です。さまざまなストレスへの対処能力の向上が求められます。

④壮年後期（40～64歳）

この時期は、家庭、仕事等の社会生活で重要な役割を担う時期、健康面では体力が徐々に低下し、生活習慣病の発症や死亡が増えだす時期です。また、社会的な責任が増すことにより、仕事のストレスや、子育てや介護の問題などの家庭生活の悩みも増える時期であり、心の健康づくりも重要な課題です。家庭や仕事で重要な役割を担っていることを認識し、また、来るべき老年期を元気で生活するためにも、「健康」について見直すことが大切です。

- ◇肥満や生活習慣病が増える年代です。長い間慣れ親しんできた生活習慣を振り返り、肥満やメタボリックシンドロームの予防・改善に努めることが重要です。定期的に健康診断やがん検診を受診し、自らの健康状態を把握することが大切です。
- ◇歯周病等の歯科疾患が増加する時期です。また、歯の喪失の増加がみられます。定期的に歯科検診を受けることで、口腔内の状態を把握することが大切です。
- ◇家庭でも職場でも責任のある立場に立つことから、個人にかかるストレスも大きく、不安や悩みを多く抱える時期です。そのため自ら悩みを口に出し相談すること、また周囲の人も心配な人に声をかけることが大切です。

⑤老年期（65歳～）

この時期は、人生の完成期です。健康面では、身体の老化が進み、病気や障害を持つ人が多くなります。多少の病気や障害があっても、それらをうまくコントロールし、病気や障害とともに生きることが大切です。また、この時期は、心の健康（生きがい）と身体の健康が密接に関係しており、生きがいを持つことが元気で長生きする秘訣であるといえます。心身ともにいきいきと楽しく豊かな生活を送るために、家族だけでなく、地域の友人等との交流を深め、趣味を持ったり、社会の中で何らかの役割を担うことが重要です。

- ◇自ら積極的に社会と交流する中で、地域社会との接点を維持し、孤立化を防ぐことが重要です。
- ◇適切な栄養状態の確保や、運動習慣の定着により、老化を予防する努力が必要です。
- ◇認知機能の低下もみられるようになりますが、運動・趣味の実践や、よく噛んで食べることなどにより、認知機能の低下を抑制することが重要です。
- ◇この時期における口腔機能の維持・向上は、低栄養の改善、誤嚥性肺炎の予防にもつながるもので、きわめて重要です。

資料 1

白糠町健康増進計画 すこやか白糠21指標の進捗状況

- ・すこやか白糠21(計画期間:平成26年～平成35年度)で設定した指標60個、77項目について、平成29年度の各調査を基に、計画策定時との値と比較し評価を行った
- ・評価は、「目標値に達した」「改善傾向」「変化なし」「悪化傾向」「評価困難」の5種類で整理した
- ・項目ごとの評価であり指標数とは一致しない
- ・中間評価時から新たに追加した項目については評価しない

	全体	割合	全体 (再掲除く)	割合
目標に達した	18	17.1%	14	18.2%
改善傾向	2	1.9%	1	1.3%
変化なし	52	49.5%	38	49.4%
悪化傾向	6	5.7%	6	7.8%
評価困難・評価対象外	27	25.7%	18	23.4%
項目合計	105	100.0%	77	100.0%

	指標 NO	指標名	計画策定時 (H24)	中間評価時 (H29)		新目標値 (2023年)	旧目標値	目標値設定の 考え方	出典	
			数値等	数値等	策定時との 変化					
I すこやか親子の 推進	1 妊 娠 期 ・ 出 産 期	1	満11週以前の妊娠届率	87.5%	94.1%	変化なし	100.0%	増加	妊娠届出	
		2	妊婦の喫煙率	20.0%	8.8%	変化なし	0.0%	0.0%	妊娠届出	
		3	妊婦の飲酒率	2.5%	0.0%	目標達成	0.0%	0.0%	妊娠届出	
		4	低出生体重児の割合	8.8%	21.4%	変化なし	減少	減少	出生届	
	2 育 児 期	5	身近な人から育児の協力が得られている人の割合 (4ヶ月児)	88.1%	100.0%	目標達成	100.0%	増加	すこやか親子 アンケート	
		6	育児疲れを上手に解消できている 母親の割合(3歳)	71.1%	67.5%	変化なし	増加	増加	すこやか親子 アンケート	
		7	育児について相談できる人がいる 割合(1歳6ヶ月児)	100.0%	100.0%	目標達成	100.0%	100.0%	すこやか親子 アンケート	
		8	乳幼児健診受診率							各種健診・ 健康相談
			4ヶ月児	95.2%	100.0%	目標達成	100.0%	増加		
			9～10ヶ月児	95.3%	100.0%	目標達成	100.0%	増加		
			1歳6ヶ月児	93.3%	87.1%	変化なし	100.0%	増加		
		3歳児	98.1%	100.0%	目標達成	100.0%	増加			
		9	乳幼児健診未受診フォロー率							各種健診・ 健康相談
			4ヶ月児	100.0%	—	評価対象外	100.0%	100.0%		
9～10ヶ月児	100.0%		—	評価対象外	100.0%	100.0%				
1歳6ヶ月児	100.0%		100.0%	目標達成	100.0%	100.0%				
3歳児	100.0%	—	評価対象外	100.0%	100.0%					
10	育児中の母の喫煙率							各種健診・ 健康相談		
	2ヶ月児	10.0%	10.5%	変化なし	0.0%	減少				
	1歳6ヶ月児	23.8%	33.3%	変化なし	0.0%	減少				
3歳児	33.3%	35.0%	変化なし	0.0%	減少					
11	分煙を実施している家庭							各種健診・ 健康相談		
	2ヶ月児	64.7%	43.8%	変化なし	100.0%	増加				
	1歳6ヶ月児	47.8%	90.5%	目標達成	100.0%	増加				
3歳児	35.5%	68.0%	目標達成	100.0%	増加					
12	乳児家庭全戸訪問実施率	100.0%	100.0%	目標達成	100.0%	100.0%	介護健康課			
13	虐待件数	2件	5件	悪化傾向	0件	0件	介護健康課			
14	★虐待予防ケアマネジメントシス テム事業(要観察ケース)	(3件) ※参考値として掲 載	5件	—	減少	—	4ヶ月子育て アンケート			

	指標NO	指標名	計画策定時 (H24)	中間評価時 (H29)		新目標値 (2023年)	旧目標値	目標値設定の 考え方	出典		
			数値等	数値等	策定時との 変化						
I 健やか親子の 推進	2 育児期	15	★虐待予防ケアマネジメントシステム事業(要援助ケース)	(0件) ※参考値として掲載	2件	—	減少	—	4ヶ月子育てアンケート		
		16	チャイルドシート装着率(4ヶ月児)	100.0%	96.8%	変化なし	100.0%	100.0%	4ヶ月児健診		
		17	ケガ・事故既往の割合 12ヶ月児 3歳児	2.5%	9.7%	変化なし	0.0%	減少	各種健診・健康相談		
				7.7%	7.5%	変化なし	0.0%	減少			
		18	仰向け寝を実施している割合(2ヶ月児)	100.0%	100.0%	目標達成	100.0%	100.0%	2ヶ月児健康相談		
		19	★ゆったりとした気分で子どもと過ごせる時間がある母親の割合 4ヶ月児 1歳6ヶ月児 3歳児	—	83.9%	—	増加	—	各種健診(すこやか親子アンケート)		
				—	88.9%	—	増加	—			
	—			78.9%	—	増加	—				
	20	★積極的に育児をしている父親の割合(4ヶ月児、1歳6ヶ月児、3歳児の合計)	—	53.5%	—	増加	—	各種健診(すこやか親子アンケート)			
	21	★育てにくさを感じた時に対処できる親の割合(4ヶ月児、1歳6ヶ月児、3歳児の合計)	—	86.1%	—	95.0%以上	—	国の健やか親子21と同様 各種健診(すこやか親子アンケート)			
	3 思春期	22	小学校6年生で毎日朝食を食べる人の割合	95.0%	87.5%	変化なし	100.0%	増加	教育委員会調査		
		23	小・中学生の肥満者の割合	[参考]*1 11.1%	10.8%	評価困難	10.0%以下	減少	学校保健協議会		
		24	★思春期講座や性教育の実施校	—	3校	—	現状維持	—	介護健康課		
		25	★思春期、青年期リーフレット配布校	—	町内全小中学校・白糠高校・二十歳のつどい	—	現状維持	—	介護健康課各学校		
		26	★乳児ふれあい体験学習実施校	(1校) ※参考値として掲載	2校	—	現状維持	—	介護健康課		
	II 生活習慣改善の 推進	1 栄養・食生活(食育推進計画)	27	朝食をほぼ毎日摂取する人の割合 男性 女性	75.5%	76.2%	変化なし	85.0%以上	増加	アンケート調査	
					81.9%	82.3%	変化なし	90.0%以上	増加		
			再	小学校6年生で毎日朝食を食べる人の割合	95.0%	87.5%	変化なし	100.0%	増加	教育委員会調査	
			28	成人の肥満者の割合 男性 女性	[参考]*2	32.3%	49.0%	評価困難	30.0%以下	減少	アンケート調査
					31.8%	23.3%	評価困難	20.0%以下	減少		
			29	3歳児の肥満者の割合	3.8%	5.8%	変化なし	3.0%以下	減少	3歳児健診	
再			小・中学生の肥満者の割合	[参考]*1 11.1%	10.8%	評価困難	10.0%以下	減少	学校保健協議会		
30			非妊時のやせの割合(BMI18.5未満)	17.5%	14.7%	変化なし	12.0%以下	減少	妊娠届出		
再			低出生体重児の割合(2,500g未満)	8.8%	21.4%	変化なし	減少	減少	出生届		
31	高齢期(65歳以上)の低栄養傾向の割合(BMI20.0未満)	10.9%	12.9%	変化なし	10.0%以下	減少	特定健診 後期高齢者健診				
32	緑黄色野菜をよく食べる人の割合 男性 女性	26.7%	36.3%	変化なし	50.0%以上	増加	アンケート調査				
		51.2%	48.3%	変化なし	70.0%以上	増加					

	指標NO	指標名	計画策定時 (H24)	中間評価時 (H29)		新目標値 (2023年)	旧目標値	目標値設定の 考え方	出典
			数値等	数値等	策定時との 変化				
II 生活習慣改善の推進	1 栄養・食生活	33 淡色野菜をよく食べる人の割合 男性 女性	38.9% 53.5%	31.2% 47.7%	変化なし 変化なし	50.0%以上 70.0%以上	増加 増加		アンケート調査
		34 果物をあまり食べない人の割合 男性 女性	67.8% 52.0%	70.7% 47.1%	変化なし 変化なし	50.0%以下 40.0%以下	減少 減少		アンケート調査
		35 牛乳をよく飲む人の割合 男性 女性	20.7% 20.5%	16.9% 22.4%	変化なし 変化なし	50.0%以下 50.0%以下	増加 増加		アンケート調査
		36 生後1ヶ月の母乳栄養の割合	50.0%	50.0%	変化なし	増加	増加		2ヶ月健康相談
		37 ★食育を知っている人の割合	—	57.6%	—	80.0%以上	—		アンケート調査
		38 ★食育に関心がある人の割合	—	76.3%	—	90.0%以上	—		アンケート調査
	2 身体活動・運動	39 意識的に運動を心がけている人の割合 男性 女性	50.0% 50.6%	51.3% 43.5%	変化なし 変化なし	61.3%以上 60.6%以上	増加 増加	運動習慣者の割合と同様に設定	アンケート調査
		40 運動習慣者の割合 男性 女性	[参考]*3 31.3% 26.6%	57.3% 52.7%	評価困難 評価困難	67.3%以上 62.7%以上	増加 増加	国と同様の増加率(10.0%の増加)を用い設定	アンケート調査
		41 日常生活において歩行または同等の運動を1日1時間以上実施している人の割合 男性 女性	46.5% 44.1%	53.9% 47.3%	目標達成 変化なし	63.9%以上 57.3%以上	増加 増加	運動習慣者の割合と同様に設定	アンケート調査
		42 外遊びをする児の割合(3歳)	90.4%	95.0%	変化なし	98.0%以上	増加		3歳児健診
		43 睡眠により休養を十分にとれていない人の割合	[参考]*4 24%(H23)	37.6%	評価困難	15%以下	減少	国・道と同様の値を設定	アンケート調査
	3 休養・こころの健康づくり	44 自殺死亡率(人口10万あたり)	[参考]*5 73.9(H23)	15.8 (H24~28)	評価困難	11.06以下	減少	白糠町自殺対策計画で30%以上の減少率を目指しているため同様に設定	自殺総合対策推進センターによる地域自殺実態プロファイル
		再 育児疲れを上手に解消できている母親の割合(3歳)	71.1%	67.5%	変化なし	増加	増加		3歳児健診
		再 育児について相談できる人がいる割合(1歳6ヶ月児)	100.0%	100.0%	目標達成	100.0%	100.0%		1歳6ヶ月児健診
	4 たばこ	45 成人の喫煙率 男性 女性	40.1% 17.8%	38.8% 18.8%	変化なし 変化なし	16.3%以下 7.9%以下	減少 減少	成人全体の喫煙率を国・道の目標12%に設定したときの減少率を男女それぞれの喫煙率に乘じて設定	アンケート調査
		再 妊婦の喫煙率	20.0%	8.8%	変化なし	0.0%	0.0%		妊娠届出
		再 育児中の母の喫煙率 2ヶ月児 1歳6ヶ月児 3歳児	10.0% 23.8% 33.3%	10.5% 33.3% 35.0%	変化なし 変化なし 変化なし	0.0% 0.0% 0.0%	減少 減少 減少		各種健診
		再 分煙を実施している家庭 2ヶ月児 1歳6ヶ月児 3歳児	64.7% 47.8% 35.5%	43.8% 90.5% 68.0%	変化なし 目標達成 目標達成	100.0% 100.0% 100.0%	減少 減少 減少		各種健診
		5 アルコール	46 生活習慣病を高める量を飲酒する人の割合 男性 女性	[参考]*6 17.1% 10.8%	19.4% 1.8%	評価困難 評価困難	17.7%以下 1.7%以下	減少 減少	・男性は道と同じ ・女性は道の目標値を下回っているため現状値より0.1%低く設定
	再 妊婦の飲酒率	2.5%	0.0%	目標達成	0.0%	0.0%		妊娠届出	

	指標NO	指標名	計画策定時 (H24)	中間評価時 (H29)		新目標値 (2023年)	旧目標値	目標値設定の 考え方	出典	
			数値等	数値等	策定時との 変化					
Ⅱ 生活習慣改善の推進	6 歯の健康	47	1歳6ヶ月児健診のむし菌のない児の割合	97.6%	96.3%	変化なし	増加	増加	1歳6ヶ月児健診	
		48	3歳児健診のむし菌のない児の割合	67.3%	62.5%	悪化傾向	増加	増加	3歳児健診	
		49	12歳の平均むし菌保有本数	2.66本	1.44本	目標達成	現状維持	減少	銚路歯科医師会	
		50	定期的(1年に1回以上)な歯科健診受診者の割合	11.9%(H23)	34.5%	目標達成	40%以上	増加	アンケート調査	
Ⅲ 疾病予防の推進と重症化予防の徹底	1 糖尿病	51	糖尿病が強く疑われる者の割合 HbA1cが6.5%以上の割合 男性 女性	8.7% 6.1%	15.1% 7.6%	変化なし 変化なし	18.3%以下 8.3%以下	増加の抑制 増加の抑制	策定時から中間評価までの増加率を半減させる(道の考え方と同様)	特定健診
		52	血糖コントロール指標における不良者の割合 HbA1cが8.4%以上の割合	0.8%	0.9%	変化なし	0.7%以下	減少	道・国と同様の減少率(策定時の15.0%)を用いる	特定健診
		53	特定健康診査受診率	17.4%	21.1%	改善傾向	60.0%	60.0%	データヘルス計画との調和を図る	特定健診
		再	成人の肥満者の割合 男性 女性	[参考]*2 32.3% 31.8%	49.0% 23.3%	評価困難 評価困難	30.0%以下 20.0%以下	減少 減少		アンケート調査
		再	運動習慣者の割合 男性 女性	[参考]*3 31.3% 26.6%	57.3% 52.7%	評価困難 評価困難	67.3%以上 62.7%以上	増加 増加	国と同様の増加率(10.0%の増加)を用い設定	アンケート調査
	2 循環器	54	I度高血圧以上の割合	25.7%	32.1%	悪化傾向	25.6%以下	減少	現状値より0.1%低く設定	特定健診
		55	LDLコレステロール160以上の割合	7.3%	8.6%	変化なし	7.2%以下	減少	現状値より0.1%低く設定	特定健診
		56	脳血管疾患死亡率 (人口10万人あたり)	116.1(H23)	142.2(H27)	悪化傾向	減少	減少		銚路根室地域保健情報年報
		57	心疾患死亡率 (人口10万人あたり)	316.7(H23)	367.3(H27)	悪化傾向	減少	減少		銚路根室地域保健情報年報
		再	特定健康診査受診率	17.4%	21.1%	改善傾向	60.0%	60.0%	データヘルス計画との調和を図る	特定健診
		再	成人の喫煙率 男性 女性	40.1% 17.8%	38.8% 18.8%	変化なし 変化なし	16.3%以下 7.9%以下	減少 減少	成人全体の喫煙率を国・道の目標12%に設定したときの減少率を男女それぞれの喫煙率に乗じて設定	アンケート調査
		再	成人の肥満者の割合 男性 女性	[参考]*2 32.3% 31.8%	49.0% 23.3%	評価困難 評価困難	30.0%以下 20.0%以下	減少 減少		アンケート調査
		再	運動習慣者の割合 男性 女性	[参考]*3 31.3% 26.6%	57.3% 52.7%	評価困難 評価困難	67.3%以上 62.7%以上	増加 増加	国と同様の増加率(10.0%の増加)を用い設定	アンケート調査
	3 がん	58	がん検診受診率 胃がん検診 大腸がん検診 肺がん検診 子宮がん検診 乳がん検診	[参考]*7 12.6% 16.8% 15.0% 15.4% 19.2%	9.2% 13.1% 13.4% 4.6% 6.4%	評価困難 評価困難 評価困難 評価困難 評価困難	50%以上 50%以上 50%以上 50%以上 50%以上	増加 増加 増加 増加 増加		がん検診
		59	悪性新生物死亡率 (人口10万人あたり)	411.7(H23)	663.5(H27)	悪化傾向	減少	減少		銚路根室地域保健情報年報
		再	成人の喫煙率 男性 女性	40.1% 17.8%	38.8% 18.8%	変化なし 変化なし	16.3%以下 7.9%以下	減少 減少	成人全体の喫煙率を国・道の目標12%に設定したときの減少率を男女それぞれの喫煙率に乗じて設定	アンケート調査

	指標NO	指標名	計画策定時 (H24)	中間評価時 (H29)		新目標値 (2023年)	旧目標値	目標値設定の 考え方	出典
			数値等	数値等	策定時との 変化				
Ⅲ 重 症 病 化 予 防 の 推 進 と 徹 底	4 C O P D	再	成人の喫煙率 男性 40.1% 女性 17.8%	38.8% 18.8%	変化なし 変化なし	16.3%以下 7.9%以下	減少 減少	成人全体の喫煙率を国・道の目標12%に設定したときの減少率を男女それぞれの喫煙率に乗じて設定	アンケート調査
		60	COPDの認知度	なし	45.8%	評価対象外	80.0%以上	80.0%以上	

★: 中間評価より新たに追加した指標

- * 1 ローレル指数から肥満度に変更する
- * 2 対象を特定健診受診者から男女ともアンケート回答者とし、男性の年齢を40～60歳代から20～60歳代に変更する（女性の年齢は変わらず40～60歳代）
- * 3 「意識的に運動を心がけている人」のうち、運動習慣がある者を計上する。中間評価では、運動習慣がある者のみを計上したため評価困難とする。
- * 4 対象を特定健診受診者から男女ともにアンケート回答者にし、年齢を40～60歳代から20～60歳代に変更する
- * 5 単年の死亡率から5年間の死亡率に変更する
- * 6 「週に3日以上かつ1日に純アルコール量60グラム以上飲む人＝多量飲酒者」から、「生活習慣病のリスクを高める量を飲酒する人の割合」として「1日あたりの純アルコール摂取量が男性40グラム以上、女性20グラム以上の者」に変更する
- * 7 全市民のがん検診受診者から、国民健康保険加入者のがん検診受診率へと変更する。
(胃がん50～69歳、大腸・肺40～69歳、子宮がん20～69歳、乳がん40～69歳)

「すこやか白糠 2 1 の中間評価」に関する意識調査結果

1. 調査の目的

すこやか白糠 2 1 の中間評価に向けて、白糠町民の生活習慣、健康状態などを明らかにするためアンケート調査を実施

2. 調査対象

- ① 町立の保育園、こども園に子どもが通園している保護者
- ② 白糠町役場に勤める 20 歳以上の町民
- ③ 白糠町民生委員児童委員協議会
- ④ 白糠町食生活改善推進員による調査

3. 調査方法

アンケート調査

4. 調査数および回収数

調査数 429人 回収数 330人 回収率 76.9%

	総数		20代		30代		40代		50代		60代		70代	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
男性	160	48.5%	29	54.7%	36	43.9%	40	58.8%	27	54.0%	13	37.1%	15	35.7%
女性	170	51.5%	24	45.3%	46	56.1%	28	41.2%	23	46.0%	22	62.9%	27	64.3%
合計	330	100.0%	53	100.0%	82	100.0%	68	100.0%	50	100.0%	35	100.0%	42	100.0%

1. 栄養・食生活

①自分の身長からみた適正体重を知っていますか

		総数		20代		30代		40代		50代		60代		70代	
		人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
はい	男性	118	73.8%	16	55.2%	21	58.3%	32	80.0%	23	85.2%	12	92.3%	14	93.3%
	女性	127	74.7%	14	58.3%	35	76.1%	21	75.0%	17	73.9%	19	86.4%	21	77.8%
	合計	245	74.2%	30	56.6%	56	68.3%	53	77.9%	40	80.0%	31	88.6%	35	83.3%
いいえ	男性	42	26.3%	13	44.8%	15	41.7%	8	20.0%	4	14.8%	1	7.7%	1	6.7%
	女性	43	25.3%	10	41.7%	11	23.9%	7	25.0%	6	26.1%	3	13.6%	6	22.2%
	合計	85	25.8%	23	43.4%	26	31.7%	15	22.1%	10	20.0%	4	11.4%	7	16.7%

適正体重と比べてどう思いますか

		総数		20代		30代		40代		50代		60代		70代	
		人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
多い	男性	74	62.7%	11	68.8%	13	61.9%	22	68.8%	14	60.9%	10	83.3%	4	28.6%
	女性	64	50.4%	6	42.9%	18	51.4%	10	47.6%	7	41.2%	12	63.2%	11	52.4%
	合計	138	56.3%	17	56.7%	31	55.4%	32	60.4%	21	52.5%	22	71.0%	15	42.9%
適正範囲	男性	33	28.0%	2	12.5%	8	38.1%	6	18.8%	5	21.7%	2	16.7%	10	71.4%
	女性	47	37.0%	4	28.6%	14	40.0%	8	38.1%	8	47.1%	4	21.1%	9	42.9%
	合計	80	32.7%	6	20.0%	22	39.3%	14	26.4%	13	32.5%	6	19.4%	19	54.3%
少ない	男性	8	6.8%	3	18.8%	0	0.0%	3	9.4%	2	8.7%	0	0.0%	0	0.0%
	女性	10	7.9%	2	14.3%	2	5.7%	2	9.5%	2	11.8%	1	5.3%	1	4.8%
	合計	18	7.3%	5	16.7%	2	3.6%	5	9.4%	4	10.0%	1	3.2%	1	2.9%
不明	男性	3	2.5%	0	0.0%	0	0.0%	1	3.1%	2	8.7%	0	0.0%	0	0.0%
	女性	6	4.7%	2	14.3%	1	2.9%	1	4.8%	0	0.0%	2	10.5%	0	0.0%
	合計	9	3.7%	2	6.7%	1	1.8%	2	3.8%	2	5.0%	2	6.5%	0	0.0%

適正体重維持のための食事量を知っていますか

		総数		20代		30代		40代		50代		60代		70代	
		人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
知っている	男性	12	10.2%	0	0.0%	3	14.3%	2	6.3%	4	17.4%	3	25.0%	0	0.0%
	女性	25	19.7%	6	42.9%	4	11.4%	1	4.8%	3	17.6%	3	15.8%	8	38.1%
	合計	37	15.1%	6	20.0%	7	12.5%	3	5.7%	7	17.5%	6	19.4%	8	22.9%
だいたい知っている	男性	49	41.5%	10	62.5%	5	23.8%	11	34.4%	10	43.5%	5	41.7%	8	57.1%
	女性	57	44.9%	3	21.4%	16	45.7%	11	52.4%	7	41.2%	11	57.9%	9	42.9%
	合計	106	43.3%	13	43.3%	21	37.5%	22	41.5%	17	42.5%	16	51.6%	17	48.6%
あまり知らない	男性	37	31.4%	3	18.8%	4	19.0%	15	46.9%	6	26.1%	3	25.0%	6	42.9%
	女性	28	22.0%	2	14.3%	12	34.3%	6	28.6%	5	29.4%	2	10.5%	1	4.8%
	合計	65	26.5%	5	16.7%	16	28.6%	21	39.6%	11	27.5%	5	16.1%	7	20.0%
知らない	男性	13	11.0%	3	18.8%	7	33.3%	2	6.3%	1	4.3%	0	0.0%	0	0.0%
	女性	6	4.7%	3	21.4%	1	2.9%	0	0.0%	1	5.9%	0	0.0%	1	4.8%
	合計	19	7.8%	6	20.0%	8	14.3%	2	3.8%	2	5.0%	0	0.0%	1	2.9%
不明	男性	7	5.9%	0	0.0%	2	9.5%	2	6.3%	2	8.7%	1	8.3%	0	0.0%
	女性	11	8.7%	0	0.0%	2	5.7%	3	14.3%	1	5.9%	3	15.8%	2	9.5%
	合計	18	7.3%	0	0.0%	4	7.1%	5	9.4%	3	7.5%	4	12.9%	2	5.7%

②食事について(朝食)

		総数		20代		30代		40代		50代		60代		70代	
		人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
毎日食べる	男性	113	70.6%	10	34.5%	21	58.3%	29	72.5%	25	92.6%	13	100.0%	15	100.0%
	女性	125	73.5%	9	37.5%	33	71.7%	17	60.7%	18	78.3%	22	100.0%	26	96.3%
	合計	238	72.1%	19	35.8%	54	65.9%	46	67.6%	43	86.0%	35	100.0%	41	97.6%
週5~6日食べる	男性	9	5.6%	3	10.3%	1	2.8%	3	7.5%	2	7.4%	0	0.0%	0	0.0%
	女性	15	8.8%	5	20.8%	3	6.5%	4	14.3%	2	8.7%	0	0.0%	1	3.7%
	合計	24	7.3%	8	15.1%	4	4.9%	7	10.3%	4	8.0%	0	0.0%	1	2.4%
週3~4日食べる	男性	6	3.8%	4	13.8%	1	2.8%	1	2.5%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	女性	14	8.2%	5	20.8%	4	8.7%	3	10.7%	2	8.7%	0	0.0%	0	0.0%
	合計	20	6.1%	9	17.0%	5	6.1%	4	5.9%	2	4.0%	0	0.0%	0	0.0%
週1~2日食べる	男性	10	6.3%	4	13.8%	3	8.3%	3	7.5%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	女性	2	1.2%	1	4.2%	0	0.0%	0	0.0%	1	4.3%	0	0.0%	0	0.0%
	合計	12	3.6%	5	9.4%	3	3.7%	3	4.4%	1	2.0%	0	0.0%	0	0.0%
ほとんど食べない	男性	22	13.8%	8	27.6%	10	27.8%	4	10.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	女性	13	7.6%	4	16.7%	6	13.0%	3	10.7%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	合計	35	10.6%	12	22.6%	16	19.5%	7	10.3%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
不明	男性	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	女性	1	0.6%	0	0.0%	0	0.0%	1	3.6%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	合計	1	0.3%	0	0.0%	0	0.0%	1	1.5%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%

(昼食)

		総数		20代		30代		40代		50代		60代		70代	
		人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
毎日食べる	男性	135	84.4%	22	75.9%	26	72.2%	33	82.5%	1	3.7%	0	0.0%	1	6.7%
	女性	139	81.8%	13	54.2%	43	93.5%	20	71.4%	2	8.7%	8	36.4%	10	37.0%
	合計	274	83.0%	35	66.0%	69	84.1%	53	77.9%	3	6.0%	8	22.9%	11	26.2%
週5～6日食べる	男性	18	11.3%	4	13.8%	7	19.4%	6	15.0%	1	3.7%	1	7.7%	0	0.0%
	女性	18	10.6%	5	20.8%	2	4.3%	6	21.4%	8	34.8%	2	9.1%	5	18.5%
	合計	36	10.9%	9	17.0%	9	11.0%	12	17.6%	9	18.0%	3	8.6%	5	11.9%
週3～4日食べる	男性	5	3.1%	2	6.9%	3	8.3%	0	0.0%	3	11.1%	5	38.5%	2	13.3%
	女性	8	4.7%	4	16.7%	0	0.0%	0	0.0%	2	8.7%	5	22.7%	5	18.5%
	合計	13	3.9%	6	11.3%	3	3.7%	0	0.0%	5	10.0%	10	28.6%	7	16.7%
週1～2日食べる	男性	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	6	22.2%	2	15.4%	4	26.7%
	女性	3	1.8%	1	4.2%	1	2.2%	1	3.6%	5	21.7%	4	18.2%	4	14.8%
	合計	3	0.9%	1	1.9%	1	1.2%	1	1.5%	11	22.0%	6	17.1%	8	19.0%
ほとんど食べない	男性	2	1.3%	1	3.4%	0	0.0%	1	2.5%	13	48.1%	5	38.5%	5	33.3%
	女性	1	0.6%	1	4.2%	0	0.0%	0	0.0%	5	21.7%	2	9.1%	2	7.4%
	合計	3	0.9%	2	3.8%	0	0.0%	1	1.5%	18	36.0%	7	20.0%	7	16.7%
不明	男性	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	3	11.1%	0	0.0%	3	20.0%
	女性	1	0.6%	0	0.0%	0	0.0%	1	3.6%	1	4.3%	1	4.5%	1	3.7%
	合計	1	0.3%	0	0.0%	0	0.0%	1	1.5%	4	8.0%	1	2.9%	4	9.5%

(夕食)

		総数		20代		30代		40代		50代		60代		70代	
		人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
毎日食べる	男性	141	88.1%	22	75.9%	30	83.3%	36	90.0%	25	92.6%	13	100.0%	15	100.0%
	女性	155	91.2%	21	87.5%	41	89.1%	24	85.7%	18	78.3%	22	100.0%	26	96.3%
	合計	296	89.7%	43	81.1%	71	86.6%	60	88.2%	43	86.0%	35	100.0%	41	97.6%
週5～6日食べる	男性	4	2.5%	2	6.9%	1	2.8%	1	2.5%	2	7.4%	0	0.0%	0	0.0%
	女性	3	1.8%	1	4.2%	1	2.2%	1	3.6%	2	8.7%	0	0.0%	1	3.7%
	合計	7	2.1%	3	5.7%	2	2.4%	2	2.9%	4	8.0%	0	0.0%	1	2.4%
週3～4日食べる	男性	3	1.9%	2	6.9%	1	2.8%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	女性	7	4.1%	2	8.3%	4	8.7%	0	0.0%	2	8.7%	0	0.0%	0	0.0%
	合計	10	3.0%	4	7.5%	5	6.1%	0	0.0%	2	4.0%	0	0.0%	0	0.0%
週1～2日食べる	男性	4	2.5%	2	6.9%	0	0.0%	2	5.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	女性	1	0.6%	0	0.0%	0	0.0%	1	3.6%	1	4.3%	0	0.0%	0	0.0%
	合計	5	1.5%	2	3.8%	0	0.0%	3	4.4%	1	2.0%	0	0.0%	0	0.0%
ほとんど食べない	男性	6	3.8%	1	3.4%	3	8.3%	1	2.5%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	女性	2	1.2%	0	0.0%	0	0.0%	1	3.6%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	合計	8	2.4%	1	1.9%	3	3.7%	2	2.9%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
不明	男性	2	1.3%	0	0.0%	1	2.8%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	女性	2	1.2%	0	0.0%	0	0.0%	1	3.6%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	合計	4	1.2%	0	0.0%	1	1.2%	1	1.5%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%

(間食)

		総数		20代		30代		40代		50代		60代		70代	
		人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
毎日食べる	男性	15	9.4%	2	6.9%	7	19.4%	33	82.5%	26	96.3%	13	100.0%	15	100.0%
	女性	49	28.8%	6	25.0%	15	32.6%	20	71.4%	19	82.6%	21	95.5%	23	85.2%
	合計	64	19.4%	8	15.1%	22	26.8%	53	77.9%	45	90.0%	34	97.1%	38	90.5%
週5～6日食べる	男性	7	4.4%	0	0.0%	2	5.6%	6	15.0%	1	3.7%	0	0.0%	0	0.0%
	女性	21	12.4%	2	8.3%	3	6.5%	6	21.4%	1	4.3%	1	4.5%	3	11.1%
	合計	28	8.5%	2	3.8%	5	6.1%	12	17.6%	2	4.0%	1	2.9%	3	7.1%
週3～4日食べる	男性	26	16.3%	5	17.2%	6	16.7%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	女性	34	20.0%	3	12.5%	14	30.4%	0	0.0%	3	13.0%	0	0.0%	1	3.7%
	合計	60	18.2%	8	15.1%	20	24.4%	0	0.0%	3	6.0%	0	0.0%	1	2.4%
週1～2日食べる	男性	40	25.0%	10	34.5%	9	25.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	女性	34	20.0%	7	29.2%	6	13.0%	1	3.6%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	合計	74	22.4%	17	32.1%	15	18.3%	1	1.5%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
ほとんど食べない	男性	59	36.9%	9	31.0%	10	27.8%	1	2.5%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	女性	24	14.1%	6	25.0%	5	10.9%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	合計	83	25.2%	15	28.3%	15	18.3%	1	1.5%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
不明	男性	13	8.1%	3	10.3%	2	5.6%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	女性	8	4.7%	0	0.0%	3	6.5%	1	3.6%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	合計	21	6.4%	3	5.7%	5	6.1%	1	1.5%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%

(夜食)

		総数		20代		30代		40代		50代		60代		70代	
		人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
毎日食べる	男性	7	4.4%	1	3.4%	3	8.3%	2	5.0%	0	0.0%	0	0.0%	1	6.7%
	女性	5	2.9%	0	0.0%	1	2.2%	0	0.0%	0	0.0%	2	9.1%	2	7.4%
	合計	12	3.6%	1	1.9%	4	4.9%	2	2.9%	0	0.0%	2	5.7%	3	7.1%
週5～6日食べる	男性	3	1.9%	0	0.0%	2	5.6%	0	0.0%	0	0.0%	1	7.7%	0	0.0%
	女性	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	合計	3	0.9%	0	0.0%	2	2.4%	0	0.0%	0	0.0%	1	2.9%	0	0.0%
週3～4日食べる	男性	7	4.4%	3	10.3%	4	11.1%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	女性	10	5.9%	3	12.5%	2	4.3%	1	3.6%	3	13.0%	0	0.0%	1	3.7%
	合計	17	5.2%	6	11.3%	6	7.3%	1	1.5%	3	6.0%	0	0.0%	1	2.4%
週1～2日食べる	男性	19	11.9%	6	20.7%	7	19.4%	4	10.0%	1	3.7%	1	7.7%	0	0.0%
	女性	5	2.9%	3	12.5%	2	4.3%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	合計	24	7.3%	9	17.0%	9	11.0%	4	5.9%	1	2.0%	1	2.9%	0	0.0%
ほとんど食べない	男性	108	67.5%	17	58.6%	17	47.2%	31	77.5%	23	85.2%	10	76.9%	10	66.7%
	女性	117	68.8%	16	66.7%	30	65.2%	24	85.7%	17	73.9%	15	68.2%	15	55.6%
	合計	225	68.2%	33	62.3%	47	57.3%	55	80.9%	40	80.0%	25	71.4%	25	59.5%
不明	男性	16	10.0%	2	6.9%	3	8.3%	3	7.5%	3	11.1%	1	7.7%	4	26.7%
	女性	33	19.4%	2	8.3%	11	23.9%	3	10.7%	3	13.0%	5	22.7%	9	33.3%
	合計	49	14.8%	4	7.5%	14	17.1%	6	8.8%	6	12.0%	6	17.1%	13	31.0%

③自分の食事について今後どのようにしたいと思っていますか

		総数		20代		30代		40代		50代		60代		70代	
		人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
今より良くしたい	男性	68	42.5%	17	58.6%	14	38.9%	16	40.0%	14	51.9%	4	30.8%	3	20.0%
	女性	101	59.4%	13	54.2%	29	63.0%	22	78.6%	12	52.2%	12	54.5%	13	48.1%
	合計	169	51.2%	30	56.6%	43	52.4%	38	55.9%	26	52.0%	16	45.7%	16	38.1%
今のままで良い	男性	64	40.0%	5	17.2%	13	36.1%	15	37.5%	11	40.7%	9	69.2%	11	73.3%
	女性	42	24.7%	6	25.0%	11	23.9%	5	17.9%	7	30.4%	5	22.7%	8	29.6%
	合計	106	32.1%	11	20.8%	24	29.3%	20	29.4%	18	36.0%	14	40.0%	19	45.2%
特に考えていない	男性	28	17.5%	7	24.1%	9	25.0%	9	22.5%	2	7.4%	0	0.0%	1	6.7%
	女性	24	14.1%	5	20.8%	6	13.0%	1	3.6%	4	17.4%	3	13.6%	5	18.5%
	合計	52	15.8%	12	22.6%	15	18.3%	10	14.7%	6	12.0%	3	8.6%	6	14.3%
不明	男性	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	女性	3	1.8%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	2	9.1%	1	3.7%
	合計	3	0.9%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	2	5.7%	1	2.4%

今より良くしたいこと

		総数		20代		30代		40代		50代		60代		70代	
		人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
食品の種類を増やす	男性	6	8.8%	2	11.8%	2	14.3%	0	0.0%	1	7.1%	1	25.0%	0	0.0%
	女性	27	26.7%	1	7.7%	12	41.4%	7	31.8%	3	25.0%	2	16.7%	2	15.4%
	合計	33	19.5%	3	10.0%	14	32.6%	7	18.4%	4	15.4%	3	18.8%	2	12.5%
食べる量を減らす	男性	42	61.8%	11	64.7%	7	50.0%	9	56.3%	10	71.4%	4	100.0%	1	33.3%
	女性	40	39.6%	4	30.8%	11	37.9%	9	40.9%	4	33.3%	7	58.3%	5	38.5%
	合計	82	48.5%	15	50.0%	18	41.9%	18	47.4%	14	53.8%	11	68.8%	6	37.5%
牛乳・乳製品・小魚類を増やす	男性	10	14.7%	3	17.6%	2	14.3%	0	0.0%	1	7.1%	2	50.0%	2	66.7%
	女性	30	29.7%	5	38.5%	8	27.6%	6	27.3%	2	16.7%	2	16.7%	7	53.8%
	合計	40	23.7%	8	26.7%	10	23.3%	6	15.8%	3	11.5%	4	25.0%	9	56.3%
緑黄色野菜を増やす	男性	33	48.5%	10	58.8%	8	57.1%	7	43.8%	5	35.7%	2	50.0%	1	33.3%
	女性	60	59.4%	8	61.5%	16	55.2%	14	63.6%	8	66.7%	6	50.0%	8	61.5%
	合計	93	55.0%	18	60.0%	24	55.8%	21	55.3%	13	50.0%	8	50.0%	9	56.3%
塩分を減らす	男性	39	57.4%	9	52.9%	7	50.0%	9	56.3%	11	78.6%	3	75.0%	0	0.0%
	女性	44	43.6%	3	23.1%	11	37.9%	12	54.5%	3	25.0%	7	58.3%	8	61.5%
	合計	83	49.1%	12	40.0%	18	41.9%	21	55.3%	14	53.8%	10	62.5%	8	50.0%
脂肪分を減らす	男性	27	39.7%	5	29.4%	7	50.0%	6	37.5%	7	50.0%	1	25.0%	1	33.3%
	女性	31	30.7%	4	30.8%	7	24.1%	8	36.4%	4	33.3%	5	41.7%	3	23.1%
	合計	58	34.3%	9	30.0%	14	32.6%	14	36.8%	11	42.3%	6	37.5%	4	25.0%
食物繊維の多い食品を増やす	男性	20	29.4%	5	29.4%	2	14.3%	4	25.0%	5	35.7%	2	50.0%	2	66.7%
	女性	43	42.6%	4	30.8%	17	58.6%	7	31.8%	5	41.7%	3	25.0%	7	53.8%
	合計	63	37.3%	9	30.0%	19	44.2%	11	28.9%	10	38.5%	5	31.3%	9	56.3%
果物を増やす	男性	10	14.7%	0	0.0%	4	28.6%	3	18.8%	2	14.3%	1	25.0%	0	0.0%
	女性	10	9.9%	3	23.1%	6	20.7%	1	4.5%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	合計	20	11.8%	3	10.0%	10	23.3%	4	10.5%	2	7.7%	1	6.3%	0	0.0%
その他	男性	5	7.4%	1	5.9%	1	7.1%	1	6.3%	2	14.3%	0	0.0%	0	0.0%
	女性	10	9.9%	4	30.8%	2	6.9%	3	13.6%	0	0.0%	1	8.3%	0	0.0%
	合計	15	8.9%	5	16.7%	3	7.0%	4	10.5%	2	7.7%	1	6.3%	0	0.0%

④それぞれの食品はどのくらいの頻度で食べますか

(穀類)

		総数		20代		30代		40代		50代		60代		70代	
		人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
ほぼ毎食	男性	82	51.3%	11	37.9%	19	52.8%	21	52.5%	11	40.7%	9	69.2%	11	73.3%
	女性	93	54.7%	9	37.5%	23	50.0%	12	42.9%	13	56.5%	18	81.8%	18	66.7%
	合計	175	53.0%	20	37.7%	42	51.2%	33	48.5%	24	48.0%	27	77.1%	29	69.0%
ほぼ毎日	男性	60	37.5%	12	41.4%	12	33.3%	17	42.5%	13	48.1%	3	23.1%	3	20.0%
	女性	59	34.7%	5	20.8%	20	43.5%	14	50.0%	9	39.1%	4	18.2%	7	25.9%
	合計	119	36.1%	17	32.1%	32	39.0%	31	45.6%	22	44.0%	7	20.0%	10	23.8%
週3～4日食べる	男性	9	5.6%	3	10.3%	3	8.3%	1	2.5%	1	3.7%	1	7.7%	0	0.0%
	女性	10	5.9%	7	29.2%	2	4.3%	1	3.6%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	合計	19	5.8%	10	18.9%	5	6.1%	2	2.9%	1	2.0%	1	2.9%	0	0.0%
週1～2日食べる	男性	5	3.1%	1	3.4%	2	5.6%	0	0.0%	2	7.4%	0	0.0%	0	0.0%
	女性	2	1.2%	0	0.0%	1	2.2%	1	3.6%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	合計	7	2.1%	1	1.9%	3	3.7%	1	1.5%	2	4.0%	0	0.0%	0	0.0%
あまり食べない	男性	1	0.6%	1	3.4%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	女性	3	1.8%	2	8.3%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	1	3.7%
	合計	4	1.2%	3	5.7%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	1	2.4%
不明	男性	3	1.9%	1	3.4%	0	0.0%	1	2.5%	0	0.0%	0	0.0%	1	6.7%
	女性	3	1.8%	1	4.2%	0	0.0%	0	0.0%	1	4.3%	0	0.0%	1	3.7%
	合計	6	1.8%	2	3.8%	0	0.0%	1	1.5%	1	2.0%	0	0.0%	2	4.8%

(肉類)

		総数		20代		30代		40代		50代		60代		70代	
		人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
ほぼ毎食	男性	15	9.4%	3	10.3%	6	16.7%	4	10.0%	0	0.0%	0	0.0%	2	13.3%
	女性	6	3.5%	4	16.7%	1	2.2%	1	3.6%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	合計	21	6.4%	7	13.2%	7	8.5%	5	7.4%	0	0.0%	0	0.0%	2	4.8%
ほぼ毎日	男性	52	32.5%	13	44.8%	13	36.1%	16	40.0%	6	22.2%	2	15.4%	2	13.3%
	女性	64	37.6%	9	37.5%	25	54.3%	16	57.1%	2	8.7%	7	31.8%	5	18.5%
	合計	116	35.2%	22	41.5%	38	46.3%	32	47.1%	8	16.0%	9	25.7%	7	16.7%
週3～4日食べる	男性	71	44.4%	10	34.5%	16	44.4%	17	42.5%	15	55.6%	7	53.8%	6	40.0%
	女性	80	47.1%	11	45.8%	18	39.1%	11	39.3%	16	69.6%	10	45.5%	14	51.9%
	合計	151	45.8%	21	39.6%	34	41.5%	28	41.2%	31	62.0%	17	48.6%	20	47.6%
週1～2日食べる	男性	18	11.3%	2	6.9%	1	2.8%	3	7.5%	6	22.2%	3	23.1%	3	20.0%
	女性	14	8.2%	0	0.0%	2	4.3%	0	0.0%	3	13.0%	3	13.6%	6	22.2%
	合計	32	9.7%	2	3.8%	3	3.7%	3	4.4%	9	18.0%	6	17.1%	9	21.4%
あまり食べない	男性	2	1.3%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	1	7.7%	1	6.7%
	女性	5	2.9%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	2	8.7%	2	9.1%	1	3.7%
	合計	7	2.1%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	2	4.0%	3	8.6%	2	4.8%
不明	男性	2	1.3%	1	3.4%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	1	6.7%
	女性	1	0.6%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	1	3.7%
	合計	3	0.9%	1	1.9%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	2	4.8%

(魚類)

		総数		20代		30代		40代		50代		60代		70代	
		人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
ほぼ毎食	男性	5	3.1%	0	0.0%	1	2.8%	1	2.5%	0	0.0%	0	0.0%	3	20.0%
	女性	7	4.1%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	2	9.1%	5	18.5%
	合計	12	3.6%	0	0.0%	1	1.2%	1	1.5%	0	0.0%	2	5.7%	8	19.0%
ほぼ毎日	男性	24	15.0%	3	10.3%	3	8.3%	5	12.5%	4	14.8%	3	23.1%	6	40.0%
	女性	32	18.8%	0	0.0%	7	15.2%	7	25.0%	1	4.3%	10	45.5%	7	25.9%
	合計	56	17.0%	3	5.7%	10	12.2%	12	17.6%	5	10.0%	13	37.1%	13	31.0%
週3～4日食べる	男性	73	45.6%	14	48.3%	19	52.8%	17	42.5%	10	37.0%	8	61.5%	5	33.3%
	女性	81	47.6%	14	58.3%	26	56.5%	10	35.7%	14	60.9%	8	36.4%	9	33.3%
	合計	154	46.7%	28	52.8%	45	54.9%	27	39.7%	24	48.0%	16	45.7%	14	33.3%
週1～2日食べる	男性	42	26.3%	9	31.0%	8	22.2%	13	32.5%	10	37.0%	2	15.4%	0	0.0%
	女性	38	22.4%	7	29.2%	11	23.9%	8	28.6%	8	34.8%	2	9.1%	2	7.4%
	合計	80	24.2%	16	30.2%	19	23.2%	21	30.9%	18	36.0%	4	11.4%	2	4.8%
あまり食べない	男性	14	8.8%	2	6.9%	5	13.9%	4	10.0%	3	11.1%	0	0.0%	0	0.0%
	女性	10	5.9%	3	12.5%	1	2.2%	3	10.7%	0	0.0%	0	0.0%	3	11.1%
	合計	24	7.3%	5	9.4%	6	7.3%	7	10.3%	3	6.0%	0	0.0%	3	7.1%
不明	男性	2	1.3%	1	3.4%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	1	6.7%
	女性	2	1.2%	0	0.0%	1	2.2%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	1	3.7%
	合計	4	1.2%	1	1.9%	1	1.2%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	2	4.8%

(たまご)

		総数		20代		30代		40代		50代		60代		70代	
		人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
ほぼ毎食	男性	13	8.1%	0	0.0%	2	5.6%	3	7.5%	3	11.1%	1	7.7%	4	26.7%
	女性	7	4.1%	1	4.2%	0	0.0%	0	0.0%	1	4.3%	1	4.5%	4	14.8%
	合計	20	6.1%	1	1.9%	2	2.4%	3	4.4%	4	8.0%	2	5.7%	8	19.0%
ほぼ毎日	男性	46	28.8%	11	37.9%	7	19.4%	14	35.0%	8	29.6%	3	23.1%	3	20.0%
	女性	56	32.9%	3	12.5%	16	34.8%	15	53.6%	8	34.8%	4	18.2%	10	37.0%
	合計	102	30.9%	14	26.4%	23	28.0%	29	42.6%	16	32.0%	7	20.0%	13	31.0%
週3～4日食べる	男性	56	35.0%	11	37.9%	15	41.7%	14	35.0%	8	29.6%	6	46.2%	2	13.3%
	女性	58	34.1%	13	54.2%	18	39.1%	8	28.6%	8	34.8%	9	40.9%	2	7.4%
	合計	114	34.5%	24	45.3%	33	40.2%	22	32.4%	16	32.0%	15	42.9%	4	9.5%
週1～2日食べる	男性	35	21.9%	5	17.2%	10	27.8%	8	20.0%	7	25.9%	3	23.1%	2	13.3%
	女性	36	21.2%	6	25.0%	11	23.9%	4	14.3%	6	26.1%	5	22.7%	4	14.8%
	合計	71	21.5%	11	20.8%	21	25.6%	12	17.6%	13	26.0%	8	22.9%	6	14.3%
あまり食べない	男性	7	4.4%	1	3.4%	2	5.6%	1	2.5%	1	3.7%	0	0.0%	2	13.3%
	女性	11	6.5%	1	4.2%	1	2.2%	1	3.6%	0	0.0%	3	13.6%	5	18.5%
	合計	18	5.5%	2	3.8%	3	3.7%	2	2.9%	1	2.0%	3	8.6%	7	16.7%
不明	男性	3	1.9%	1	3.4%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	2	13.3%
	女性	2	1.2%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	2	7.4%
	合計	5	1.5%	1	1.9%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	4	9.5%

(緑黄色野菜)

		総数		20代		30代		40代		50代		60代		70代	
		人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
ほぼ毎食	男性	12	7.5%	0	0.0%	3	8.3%	3	7.5%	2	7.4%	3	23.1%	4	26.7%
	女性	20	11.8%	1	4.2%	4	8.7%	4	14.3%	2	8.7%	5	22.7%	4	14.8%
	合計	32	9.7%	1	1.9%	7	8.5%	7	10.3%	4	8.0%	8	22.9%	8	19.0%
ほぼ毎日	男性	46	28.8%	8	27.6%	5	13.9%	11	27.5%	8	29.6%	8	61.5%	6	40.0%
	女性	62	36.5%	5	20.8%	17	37.0%	12	42.9%	7	30.4%	9	40.9%	12	44.4%
	合計	108	32.7%	13	24.5%	22	26.8%	23	33.8%	15	30.0%	17	48.6%	18	42.9%
週3～4日食べる	男性	53	33.1%	10	34.5%	16	44.4%	12	30.0%	11	40.7%	2	15.4%	2	13.3%
	女性	66	38.8%	12	50.0%	21	45.7%	8	28.6%	9	39.1%	7	31.8%	9	33.3%
	合計	119	36.1%	22	41.5%	37	45.1%	20	29.4%	20	40.0%	9	25.7%	11	26.2%
週1～2日食べる	男性	38	23.8%	9	31.0%	9	25.0%	13	32.5%	5	18.5%	0	0.0%	2	13.3%
	女性	17	10.0%	6	25.0%	3	6.5%	1	3.6%	5	21.7%	1	4.5%	1	3.7%
	合計	55	16.7%	15	28.3%	12	14.6%	14	20.6%	10	20.0%	1	2.9%	3	7.1%
あまり食べない	男性	6	3.8%	1	3.4%	3	8.3%	1	2.5%	1	3.7%	0	0.0%	0	0.0%
	女性	4	2.4%	0	0.0%	1	2.2%	3	10.7%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	合計	10	3.0%	1	1.9%	4	4.9%	4	5.9%	1	2.0%	0	0.0%	0	0.0%
不明	男性	2	1.3%	1	3.4%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	1	6.7%
	女性	1	0.6%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	1	3.7%
	合計	3	0.9%	1	1.9%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	2	4.8%

(淡色野菜)

		総数		20代		30代		40代		50代		60代		70代	
		人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
ほぼ毎食	男性	13	8.1%	0	0.0%	4	11.1%	3	7.5%	1	3.7%	3	23.1%	2	13.3%
	女性	21	12.4%	1	4.2%	4	8.7%	6	21.4%	2	8.7%	3	13.6%	5	18.5%
	合計	34	10.3%	1	1.9%	8	9.8%	9	13.2%	3	6.0%	6	17.1%	7	16.7%
ほぼ毎日	男性	37	23.1%	8	27.6%	5	13.9%	6	15.0%	6	22.2%	6	46.2%	6	40.0%
	女性	60	35.3%	5	20.8%	16	34.8%	10	35.7%	7	30.4%	11	50.0%	11	40.7%
	合計	97	29.4%	13	24.5%	21	25.6%	16	23.5%	13	26.0%	17	48.6%	17	40.5%
週3～4日食べる	男性	56	35.0%	12	41.4%	14	38.9%	13	32.5%	9	33.3%	4	30.8%	4	26.7%
	女性	64	37.6%	9	37.5%	24	52.2%	7	25.0%	9	39.1%	7	31.8%	8	29.6%
	合計	120	36.4%	21	39.6%	38	46.3%	20	29.4%	18	36.0%	11	31.4%	12	28.6%
週1～2日食べる	男性	43	26.9%	7	24.1%	10	27.8%	16	40.0%	8	29.6%	0	0.0%	2	13.3%
	女性	17	10.0%	6	25.0%	2	4.3%	1	3.6%	5	21.7%	1	4.5%	2	7.4%
	合計	60	18.2%	13	24.5%	12	14.6%	17	25.0%	13	26.0%	1	2.9%	4	9.5%
あまり食べない	男性	9	5.6%	1	3.4%	3	8.3%	2	5.0%	3	11.1%	0	0.0%	0	0.0%
	女性	7	4.1%	3	12.5%	0	0.0%	4	14.3%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	合計	16	4.8%	4	7.5%	3	3.7%	6	8.8%	3	6.0%	0	0.0%	0	0.0%
不明	男性	2	1.3%	1	3.4%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	1	6.7%
	女性	1	0.6%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	1	3.7%
	合計	3	0.9%	1	1.9%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	2	4.8%

(漬物)

		総数		20代		30代		40代		50代		60代		70代	
		人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
ほぼ毎食	男性	3	1.9%	0	0.0%	2	5.6%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	1	6.7%
	女性	6	3.5%	0	0.0%	1	2.2%	0	0.0%	1	4.3%	1	4.5%	3	11.1%
	合計	9	2.7%	0	0.0%	3	3.7%	0	0.0%	1	2.0%	1	2.9%	4	9.5%
ほぼ毎日	男性	16	10.0%	1	3.4%	2	5.6%	2	5.0%	3	11.1%	4	30.8%	4	26.7%
	女性	22	12.9%	2	8.3%	0	0.0%	1	3.6%	4	17.4%	5	22.7%	10	37.0%
	合計	38	11.5%	3	5.7%	2	2.4%	3	4.4%	7	14.0%	9	25.7%	14	33.3%
週3～4日食べる	男性	23	14.4%	3	10.3%	4	11.1%	5	12.5%	4	14.8%	3	23.1%	4	26.7%
	女性	26	15.3%	2	8.3%	5	10.9%	3	10.7%	2	8.7%	7	31.8%	7	25.9%
	合計	49	14.8%	5	9.4%	9	11.0%	8	11.8%	6	12.0%	10	28.6%	11	26.2%
週1～2日食べる	男性	40	25.0%	9	31.0%	6	16.7%	12	30.0%	10	37.0%	2	15.4%	1	6.7%
	女性	39	22.9%	8	33.3%	16	34.8%	7	25.0%	4	17.4%	2	9.1%	2	7.4%
	合計	79	23.9%	17	32.1%	22	26.8%	19	27.9%	14	28.0%	4	11.4%	3	7.1%
あまり食べない	男性	74	46.3%	15	51.7%	22	61.1%	21	52.5%	10	37.0%	2	15.4%	4	26.7%
	女性	74	43.5%	12	50.0%	24	52.2%	17	60.7%	12	52.2%	6	27.3%	3	11.1%
	合計	148	44.8%	27	50.9%	46	56.1%	38	55.9%	22	44.0%	8	22.9%	7	16.7%
不明	男性	4	2.5%	1	3.4%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	2	15.4%	1	6.7%
	女性	3	1.8%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	1	4.5%	2	7.4%
	合計	7	2.1%	1	1.9%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	3	8.6%	3	7.1%

(大豆製品)

		総数		20代		30代		40代		50代		60代		70代	
		人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
ほぼ毎食	男性	7	4.4%	0	0.0%	1	2.8%	1	2.5%	1	3.7%	2	15.4%	2	13.3%
	女性	9	5.3%	0	0.0%	2	4.3%	1	3.6%	0	0.0%	1	4.5%	5	18.5%
	合計	16	4.8%	0	0.0%	3	3.7%	2	2.9%	1	2.0%	3	8.6%	7	16.7%
ほぼ毎日	男性	27	16.9%	1	3.4%	4	11.1%	3	7.5%	8	29.6%	4	30.8%	7	46.7%
	女性	40	23.5%	2	8.3%	9	19.6%	7	25.0%	3	13.0%	10	45.5%	9	33.3%
	合計	67	20.3%	3	5.7%	13	15.9%	10	14.7%	11	22.0%	14	40.0%	16	38.1%
週3～4日食べる	男性	46	28.8%	9	31.0%	7	19.4%	13	32.5%	9	33.3%	6	46.2%	2	13.3%
	女性	58	34.1%	9	37.5%	18	39.1%	9	32.1%	9	39.1%	7	31.8%	6	22.2%
	合計	104	31.5%	18	34.0%	25	30.5%	22	32.4%	18	36.0%	13	37.1%	8	19.0%
週1～2日食べる	男性	61	38.1%	14	48.3%	20	55.6%	17	42.5%	8	29.6%	1	7.7%	1	6.7%
	女性	51	30.0%	9	37.5%	17	37.0%	6	21.4%	11	47.8%	3	13.6%	5	18.5%
	合計	112	33.9%	23	43.4%	37	45.1%	23	33.8%	19	38.0%	4	11.4%	6	14.3%
あまり食べない	男性	16	10.0%	4	13.8%	4	11.1%	6	15.0%	1	3.7%	0	0.0%	1	6.7%
	女性	11	6.5%	4	16.7%	0	0.0%	5	17.9%	0	0.0%	1	4.5%	1	3.7%
	合計	27	8.2%	8	15.1%	4	4.9%	11	16.2%	1	2.0%	1	2.9%	2	4.8%
不明	男性	3	1.9%	1	3.4%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	2	13.3%
	女性	1	0.6%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	1	3.7%
	合計	4	1.2%	1	1.9%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	3	7.1%

(油料理)

		総数		20代		30代		40代		50代		60代		70代	
		人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
ほぼ毎食	男性	10	6.3%	0	0.0%	4	11.1%	4	10.0%	0	0.0%	0	0.0%	2	13.3%
	女性	6	3.5%	1	4.2%	3	6.5%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	2	7.4%
	合計	16	4.8%	1	1.9%	7	8.5%	4	5.9%	0	0.0%	0	0.0%	4	9.5%
ほぼ毎日	男性	41	25.6%	8	27.6%	11	30.6%	11	27.5%	4	14.8%	3	23.1%	4	26.7%
	女性	61	35.9%	8	33.3%	19	41.3%	12	42.9%	6	26.1%	7	31.8%	9	33.3%
	合計	102	30.9%	16	30.2%	30	36.6%	23	33.8%	10	20.0%	10	28.6%	13	31.0%
週3～4日食べる	男性	65	40.6%	12	41.4%	10	27.8%	17	42.5%	14	51.9%	8	61.5%	4	26.7%
	女性	56	32.9%	8	33.3%	14	30.4%	10	35.7%	8	34.8%	8	36.4%	8	29.6%
	合計	121	36.7%	20	37.7%	24	29.3%	27	39.7%	22	44.0%	16	45.7%	12	28.6%
週1～2日食べる	男性	40	25.0%	8	27.6%	11	30.6%	7	17.5%	9	33.3%	2	15.4%	3	20.0%
	女性	38	22.4%	5	20.8%	9	19.6%	6	21.4%	7	30.4%	6	27.3%	5	18.5%
	合計	78	23.6%	13	24.5%	20	24.4%	13	19.1%	16	32.0%	8	22.9%	8	19.0%
あまり食べない	男性	2	1.3%	0	0.0%	0	0.0%	1	2.5%	0	0.0%	0	0.0%	1	6.7%
	女性	6	3.5%	2	8.3%	0	0.0%	0	0.0%	2	8.7%	1	4.5%	1	3.7%
	合計	8	2.4%	2	3.8%	0	0.0%	1	1.5%	2	4.0%	1	2.9%	2	4.8%
不明	男性	2	1.3%	1	3.4%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	1	6.7%
	女性	3	1.8%	0	0.0%	1	2.2%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	2	7.4%
	合計	5	1.5%	1	1.9%	1	1.2%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	3	7.1%

(果物)

	総数		20代		30代		40代		50代		60代		70代		
	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	
ほぼ毎食	男性	5	3.1%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	1	7.7%	4	26.7%
	女性	8	4.7%	0	0.0%	1	2.2%	2	7.1%	1	4.3%	1	4.5%	3	11.1%
	合計	13	3.9%	0	0.0%	1	1.2%	2	2.9%	1	2.0%	2	5.7%	7	16.7%
ほぼ毎日	男性	13	8.1%	0	0.0%	2	5.6%	3	7.5%	2	7.4%	3	23.1%	3	20.0%
	女性	29	17.1%	4	16.7%	4	8.7%	3	10.7%	5	21.7%	7	31.8%	6	22.2%
	合計	42	12.7%	4	7.5%	6	7.3%	6	8.8%	7	14.0%	10	28.6%	9	21.4%
週3～4日食べる	男性	27	16.9%	3	10.3%	2	5.6%	8	20.0%	6	22.2%	4	30.8%	4	26.7%
	女性	49	28.8%	6	25.0%	14	30.4%	5	17.9%	8	34.8%	7	31.8%	9	33.3%
	合計	76	23.0%	9	17.0%	16	19.5%	13	19.1%	14	28.0%	11	31.4%	13	31.0%
週1～2日食べる	男性	46	28.8%	10	34.5%	14	38.9%	9	22.5%	9	33.3%	2	15.4%	2	13.3%
	女性	43	25.3%	3	12.5%	16	34.8%	8	28.6%	7	30.4%	5	22.7%	4	14.8%
	合計	89	27.0%	13	24.5%	30	36.6%	17	25.0%	16	32.0%	7	20.0%	6	14.3%
あまり食べない	男性	67	41.9%	15	51.7%	18	50.0%	20	50.0%	10	37.0%	3	23.1%	1	6.7%
	女性	37	21.8%	11	45.8%	10	21.7%	10	35.7%	2	8.7%	2	9.1%	2	7.4%
	合計	104	31.5%	26	49.1%	28	34.1%	30	44.1%	12	24.0%	5	14.3%	3	7.1%
不明	男性	2	1.3%	1	3.4%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	1	6.7%
	女性	4	2.4%	0	0.0%	1	2.2%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	3	11.1%
	合計	6	1.8%	1	1.9%	1	1.2%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	4	9.5%

(牛乳)

	総数		20代		30代		40代		50代		60代		70代		
	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	
ほぼ毎食	男性	9	5.6%	0	0.0%	2	5.6%	1	2.5%	1	3.7%	1	7.7%	4	26.7%
	女性	15	8.8%	2	8.3%	1	2.2%	2	7.1%	3	13.0%	3	13.6%	4	14.8%
	合計	24	7.3%	2	3.8%	3	3.7%	3	4.4%	4	8.0%	4	11.4%	8	19.0%
ほぼ毎日	男性	27	16.9%	3	10.3%	4	11.1%	9	22.5%	5	18.5%	3	23.1%	3	20.0%
	女性	38	22.4%	5	20.8%	13	28.3%	5	17.9%	4	17.4%	4	18.2%	7	25.9%
	合計	65	19.7%	8	15.1%	17	20.7%	14	20.6%	9	18.0%	7	20.0%	10	23.8%
週3～4日食べる	男性	18	11.3%	4	13.8%	1	2.8%	5	12.5%	3	11.1%	1	7.7%	4	26.7%
	女性	34	20.0%	5	20.8%	7	15.2%	4	14.3%	6	26.1%	4	18.2%	8	29.6%
	合計	52	15.8%	9	17.0%	8	9.8%	9	13.2%	9	18.0%	5	14.3%	12	28.6%
週1～2日食べる	男性	29	18.1%	6	20.7%	10	27.8%	7	17.5%	3	11.1%	3	23.1%	0	0.0%
	女性	22	12.9%	2	8.3%	10	21.7%	4	14.3%	1	4.3%	2	9.1%	3	11.1%
	合計	51	15.5%	8	15.1%	20	24.4%	11	16.2%	4	8.0%	5	14.3%	3	7.1%
あまり食べない	男性	75	46.9%	15	51.7%	19	52.8%	18	45.0%	15	55.6%	5	38.5%	3	20.0%
	女性	59	34.7%	10	41.7%	15	32.6%	13	46.4%	9	39.1%	9	40.9%	3	11.1%
	合計	134	40.6%	25	47.2%	34	41.5%	31	45.6%	24	48.0%	14	40.0%	6	14.3%
不明	男性	2	1.3%	1	3.4%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	1	6.7%
	女性	2	1.2%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	2	7.4%
	合計	4	1.2%	1	1.9%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	3	7.1%

(乳製品)

	総数		20代		30代		40代		50代		60代		70代		
	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	
ほぼ毎食	男性	8	5.0%	0	0.0%	1	2.8%	0	0.0%	3	11.1%	1	7.7%	3	20.0%
	女性	9	5.3%	2	8.3%	0	0.0%	1	3.6%	2	8.7%	1	4.5%	3	11.1%
	合計	17	5.2%	2	3.8%	1	1.2%	1	1.5%	5	10.0%	2	5.7%	6	14.3%
ほぼ毎日	男性	23	14.4%	1	3.4%	3	8.3%	9	22.5%	7	25.9%	1	7.7%	2	13.3%
	女性	39	22.9%	3	12.5%	11	23.9%	6	21.4%	5	21.7%	7	31.8%	7	25.9%
	合計	62	18.8%	4	7.5%	14	17.1%	15	22.1%	12	24.0%	8	22.9%	9	21.4%
週3～4日食べる	男性	30	18.8%	5	17.2%	6	16.7%	8	20.0%	5	18.5%	4	30.8%	2	13.3%
	女性	52	30.6%	9	37.5%	12	26.1%	7	25.0%	9	39.1%	5	22.7%	10	37.0%
	合計	82	24.8%	14	26.4%	18	22.0%	15	22.1%	14	28.0%	9	25.7%	12	28.6%
週1～2日食べる	男性	52	32.5%	13	44.8%	11	30.6%	12	30.0%	7	25.9%	7	53.8%	2	13.3%
	女性	38	22.4%	6	25.0%	13	28.3%	8	28.6%	3	13.0%	5	22.7%	3	11.1%
	合計	90	27.3%	19	35.8%	24	29.3%	20	29.4%	10	20.0%	12	34.3%	5	11.9%
あまり食べない	男性	45	28.1%	9	31.0%	15	41.7%	11	27.5%	5	18.5%	0	0.0%	5	33.3%
	女性	31	18.2%	4	16.7%	10	21.7%	6	21.4%	4	17.4%	4	18.2%	3	11.1%
	合計	76	23.0%	13	24.5%	25	30.5%	17	25.0%	9	18.0%	4	11.4%	8	19.0%
不明	男性	2	1.3%	1	3.4%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	1	6.7%
	女性	1	0.6%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	1	3.7%
	合計	3	0.9%	1	1.9%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	2	4.8%

⑤「食育」を知っていますか

		総数		20代		30代		40代		50代		60代		70代	
		人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
言葉も意味も知っている	男性	89	55.6%	14	48.3%	16	44.4%	24	60.0%	19	70.4%	11	84.6%	5	33.3%
	女性	101	59.4%	13	54.2%	25	54.3%	18	64.3%	15	65.2%	16	72.7%	14	51.9%
	合計	190	57.6%	27	50.9%	41	50.0%	42	61.8%	34	68.0%	27	77.1%	19	45.2%
言葉は知っているが、意味は知らなかった	男性	57	35.6%	12	41.4%	13	36.1%	14	35.0%	7	25.9%	1	7.7%	10	66.7%
	女性	64	37.6%	9	37.5%	20	43.5%	10	35.7%	7	30.4%	5	22.7%	13	48.1%
	合計	121	36.7%	21	39.6%	33	40.2%	24	35.3%	14	28.0%	6	17.1%	23	54.8%
言葉も意味も知らなかった	男性	14	8.8%	3	10.3%	7	19.4%	2	5.0%	1	3.7%	1	7.7%	0	0.0%
	女性	4	2.4%	2	8.3%	1	2.2%	0	0.0%	1	4.3%	0	0.0%	0	0.0%
	合計	18	5.5%	5	9.4%	8	9.8%	2	2.9%	2	4.0%	1	2.9%	0	0.0%
不明	男性	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	女性	1	0.6%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	1	4.5%	0	0.0%
	合計	1	0.3%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	1	2.9%	0	0.0%

⑥「食育」に関心がありますか

		総数		20代		30代		40代		50代		60代		70代	
		人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
関心がある	男性	25	15.6%	4	13.8%	3	8.3%	3	7.5%	4	14.8%	7	53.8%	4	26.7%
	女性	49	28.8%	6	25.0%	9	19.6%	6	21.4%	6	26.1%	9	40.9%	13	48.1%
	合計	74	22.4%	10	18.9%	12	14.6%	9	13.2%	10	20.0%	16	45.7%	17	40.5%
どちらかといえば関心がある	男性	84	52.5%	20	69.0%	14	38.9%	21	52.5%	15	55.6%	5	38.5%	9	60.0%
	女性	94	55.3%	14	58.3%	32	69.6%	16	57.1%	10	43.5%	12	54.5%	10	37.0%
	合計	178	53.9%	34	64.2%	46	56.1%	37	54.4%	25	50.0%	17	48.6%	19	45.2%
どちらかといえば関心がない	男性	36	22.5%	2	6.9%	13	36.1%	12	30.0%	7	25.9%	0	0.0%	2	13.3%
	女性	26	15.3%	4	16.7%	5	10.9%	5	17.9%	7	30.4%	1	4.5%	4	14.8%
	合計	62	18.8%	6	11.3%	18	22.0%	17	25.0%	14	28.0%	1	2.9%	6	14.3%
関心がない	男性	15	9.4%	3	10.3%	6	16.7%	4	10.0%	1	3.7%	1	7.7%	0	0.0%
	女性	1	0.6%	0	0.0%	0	0.0%	1	3.6%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	合計	16	4.8%	3	5.7%	6	7.3%	5	7.4%	1	2.0%	1	2.9%	0	0.0%
不明	男性	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	女性	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	合計	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%

2.身体活動・運動

①意識的に運動を心がけていますか

		総数		20代		30代		40代		50代		60代		70代	
		人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
いつもしている	男性	27	16.9%	5	17.2%	0	0.0%	3	7.5%	6	22.2%	5	38.5%	8	53.3%
	女性	21	12.4%	1	4.2%	4	8.7%	1	3.6%	3	13.0%	4	18.2%	8	29.6%
	合計	48	14.5%	6	11.3%	4	4.9%	4	5.9%	9	18.0%	9	25.7%	16	38.1%
時々している	男性	55	34.4%	11	37.9%	7	19.4%	17	42.5%	8	29.6%	7	53.8%	5	33.3%
	女性	53	31.2%	6	25.0%	11	23.9%	7	25.0%	7	30.4%	9	40.9%	13	48.1%
	合計	108	32.7%	17	32.1%	18	22.0%	24	35.3%	15	30.0%	16	45.7%	18	42.9%
今はしていない	男性	59	36.9%	10	34.5%	18	50.0%	16	40.0%	12	44.4%	1	7.7%	2	13.3%
	女性	60	35.3%	11	45.8%	22	47.8%	13	46.4%	9	39.1%	4	18.2%	1	3.7%
	合計	119	36.1%	21	39.6%	40	48.8%	29	42.6%	21	42.0%	5	14.3%	3	7.1%
したことがない	男性	18	11.3%	3	10.3%	10	27.8%	4	10.0%	1	3.7%	0	0.0%	0	0.0%
	女性	32	18.8%	5	20.8%	9	19.6%	6	21.4%	4	17.4%	5	22.7%	3	11.1%
	合計	50	15.2%	8	15.1%	19	23.2%	10	14.7%	5	10.0%	5	14.3%	3	7.1%
不明	男性	1	0.6%	0	0.0%	1	2.8%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	女性	4	2.4%	1	4.2%	0	0.0%	1	3.6%	0	0.0%	0	0.0%	2	7.4%
	合計	5	1.5%	1	1.9%	1	1.2%	1	1.5%	0	0.0%	0	0.0%	2	4.8%

②日常生活で1回あたり30分以上の運動をしていますか

		総数		20代		30代		40代		50代		60代		70代	
		人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
ほとんど毎日	男性	16	19.5%	2	12.5%	1	14.3%	2	10.0%	2	14.3%	3	25.0%	6	46.2%
	女性	9	12.2%	0	0.0%	2	13.3%	1	12.5%	1	10.0%	2	15.4%	3	14.3%
	合計	25	16.0%	2	8.7%	3	13.6%	3	10.7%	3	12.5%	5	20.0%	9	26.5%
週4～5日	男性	15	18.3%	2	12.5%	1	14.3%	4	20.0%	4	28.6%	2	16.7%	2	15.4%
	女性	14	18.9%	2	28.6%	0	0.0%	2	25.0%	1	10.0%	3	23.1%	6	28.6%
	合計	29	18.6%	4	17.4%	1	4.5%	6	21.4%	5	20.8%	5	20.0%	8	23.5%
週2～3日	男性	25	30.5%	4	25.0%	3	42.9%	8	40.0%	3	21.4%	4	33.3%	3	23.1%
	女性	27	36.5%	1	14.3%	7	46.7%	4	50.0%	3	30.0%	5	38.5%	7	33.3%
	合計	52	33.3%	5	21.7%	10	45.5%	12	42.9%	6	25.0%	9	36.0%	10	29.4%
週1回程度	男性	16	19.5%	6	37.5%	2	28.6%	2	10.0%	3	21.4%	2	16.7%	1	7.7%
	女性	12	16.2%	1	14.3%	2	13.3%	0	0.0%	4	40.0%	1	7.7%	4	19.0%
	合計	28	17.9%	7	30.4%	4	18.2%	2	7.1%	7	29.2%	3	12.0%	5	14.7%
月1～2回	男性	7	8.5%	2	12.5%	0	0.0%	3	15.0%	1	7.1%	1	8.3%	0	0.0%
	女性	9	12.2%	2	28.6%	3	20.0%	1	12.5%	1	10.0%	1	7.7%	1	4.8%
	合計	16	10.3%	4	17.4%	3	13.6%	4	14.3%	2	8.3%	2	8.0%	1	2.9%
不明	男性	3	3.7%	0	0.0%	0	0.0%	1	5.0%	1	7.1%	0	0.0%	1	7.7%
	女性	3	4.1%	1	14.3%	1	6.7%	0	0.0%	0	0.0%	1	7.7%	0	0.0%
	合計	6	3.8%	1	4.3%	1	4.5%	1	3.6%	1	4.2%	1	4.0%	1	2.9%

③どのくらいの期間続けていますか

		総数		20代		30代		40代		50代		60代		70代	
		人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
1年未満	男性	10	12.2%	3	18.8%	0	0.0%	4	20.0%	1	7.1%	2	16.7%	0	0.0%
	女性	21	28.4%	6	85.7%	7	46.7%	3	37.5%	0	0.0%	3	23.1%	2	9.5%
	合計	31	19.9%	9	39.1%	7	31.8%	7	25.0%	1	4.2%	5	20.0%	2	5.9%
1年以上	男性	64	78.0%	12	75.0%	4	57.1%	16	80.0%	12	85.7%	9	75.0%	11	84.6%
	女性	48	64.9%	1	14.3%	7	46.7%	5	62.5%	9	90.0%	10	76.9%	16	76.2%
	合計	112	71.8%	13	56.5%	11	50.0%	21	75.0%	21	87.5%	19	76.0%	27	79.4%
不明	男性	8	9.8%	1	6.3%	3	42.9%	0	0.0%	1	7.1%	1	8.3%	2	15.4%
	女性	5	6.8%	0	0.0%	1	6.7%	0	0.0%	1	10.0%	0	0.0%	3	14.3%
	合計	13	8.3%	1	4.3%	4	18.2%	0	0.0%	2	8.3%	1	4.0%	5	14.7%

3.休養・こころの健康づくり

①睡眠で休養が十分に取れていますか

		総数		20代		30代		40代		50代		60代		70代	
		人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
はい	男性	108	67.5%	19	65.5%	24	66.7%	25	62.5%	16	59.3%	9	69.2%	15	100.0%
	女性	88	51.8%	9	37.5%	27	58.7%	15	53.6%	14	60.9%	9	40.9%	14	51.9%
	合計	196	59.4%	28	52.8%	51	62.2%	40	58.8%	30	60.0%	18	51.4%	29	69.0%
いいえ	男性	49	30.6%	10	34.5%	11	30.6%	14	35.0%	10	37.0%	4	30.8%	0	0.0%
	女性	75	44.1%	14	58.3%	18	39.1%	12	42.9%	9	39.1%	11	50.0%	11	40.7%
	合計	124	37.6%	24	45.3%	29	35.4%	26	38.2%	19	38.0%	15	42.9%	11	26.2%
不明	男性	3	1.9%	0	0.0%	1	2.8%	1	2.5%	1	3.7%	0	0.0%	0	0.0%
	女性	7	4.1%	1	4.2%	1	2.2%	1	3.6%	0	0.0%	2	9.1%	2	7.4%
	合計	10	3.0%	1	1.9%	2	2.4%	2	2.9%	1	2.0%	2	5.7%	2	4.8%

4.たばこ

①たばこを吸いますか

		総数		20代		30代		40代		50代		60代		70代	
		人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
吸う	男性	62	38.8%	16	55.2%	18	50.0%	18	45.0%	8	29.6%	1	7.7%	1	6.7%
	女性	32	18.8%	7	29.2%	12	26.1%	5	17.9%	5	21.7%	0	0.0%	3	11.1%
	合計	94	28.5%	23	43.4%	30	36.6%	23	33.8%	13	26.0%	1	2.9%	4	9.5%
以前は吸っていたが、今は吸わない	男性	53	33.1%	2	6.9%	10	27.8%	11	27.5%	14	51.9%	9	69.2%	7	46.7%
	女性	33	19.4%	6	25.0%	12	26.1%	6	21.4%	4	17.4%	4	18.2%	1	3.7%
	合計	86	26.1%	8	15.1%	22	26.8%	17	25.0%	18	36.0%	13	37.1%	8	19.0%
もともと吸わない	男性	44	27.5%	11	37.9%	7	19.4%	11	27.5%	5	18.5%	3	23.1%	7	46.7%
	女性	102	60.0%	11	45.8%	22	47.8%	16	57.1%	14	60.9%	17	77.3%	22	81.5%
	合計	146	44.2%	22	41.5%	29	35.4%	27	39.7%	19	38.0%	20	57.1%	29	69.0%
不明	男性	1	0.6%	0	0.0%	1	2.8%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	女性	3	1.8%	0	0.0%	0	0.0%	1	3.6%	0	0.0%	1	4.5%	1	3.7%
	合計	4	1.2%	0	0.0%	1	1.2%	1	1.5%	0	0.0%	1	2.9%	1	2.4%

5.アルコール

①アルコールを週に何日くらい飲みますか

		総数		20代		30代		40代		50代		60代		70代	
		人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
毎日	男性	38	23.8%	5	17.2%	10	27.8%	8	20.0%	9	33.3%	1	7.7%	5	33.3%
	女性	14	8.2%	1	4.2%	2	4.3%	7	25.0%	2	8.7%	0	0.0%	2	7.4%
	合計	52	15.8%	6	11.3%	12	14.6%	15	22.1%	11	22.0%	1	2.9%	7	16.7%
5～6日/週	男性	19	11.9%	4	13.8%	2	5.6%	3	7.5%	7	25.9%	2	15.4%	1	6.7%
	女性	7	4.1%	2	8.3%	2	4.3%	0	0.0%	1	4.3%	0	0.0%	2	7.4%
	合計	26	7.9%	6	11.3%	4	4.9%	3	4.4%	8	16.0%	2	5.7%	3	7.1%
3～4日/週	男性	15	9.4%	4	13.8%	3	8.3%	5	12.5%	1	3.7%	0	0.0%	2	13.3%
	女性	13	7.6%	1	4.2%	2	4.3%	3	10.7%	5	21.7%	1	4.5%	1	3.7%
	合計	28	8.5%	5	9.4%	5	6.1%	8	11.8%	6	12.0%	1	2.9%	3	7.1%
1～2日/週	男性	21	13.1%	6	20.7%	6	16.7%	5	12.5%	3	11.1%	1	7.7%	0	0.0%
	女性	12	7.1%	2	8.3%	5	10.9%	2	7.1%	2	8.7%	1	4.5%	0	0.0%
	合計	33	10.0%	8	15.1%	11	13.4%	7	10.3%	5	10.0%	2	5.7%	0	0.0%
月に1～3日	男性	31	19.4%	6	20.7%	7	19.4%	9	22.5%	3	11.1%	4	30.8%	2	13.3%
	女性	22	12.9%	5	20.8%	6	13.0%	2	7.1%	2	8.7%	5	22.7%	2	7.4%
	合計	53	16.1%	11	20.8%	13	15.9%	11	16.2%	5	10.0%	9	25.7%	4	9.5%
やめた(一年以上)	男性	3	1.9%	0	0.0%	0	0.0%	1	2.5%	1	3.7%	1	7.7%	0	0.0%
	女性	7	4.1%	0	0.0%	5	10.9%	2	7.1%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	合計	10	3.0%	0	0.0%	5	6.1%	3	4.4%	1	2.0%	1	2.9%	0	0.0%
ほとんど飲まない(飲めない)	男性	32	20.0%	4	13.8%	7	19.4%	9	22.5%	3	11.1%	4	30.8%	5	33.3%
	女性	93	54.7%	13	54.2%	24	52.2%	11	39.3%	11	47.8%	15	68.2%	19	70.4%
	合計	125	37.9%	17	32.1%	31	37.8%	20	29.4%	14	28.0%	19	54.3%	24	57.1%
不明	男性	1	0.6%	0	0.0%	1	2.8%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	女性	2	1.2%	0	0.0%	0	0.0%	1	3.6%	0	0.0%	0	0.0%	1	3.7%
	合計	3	0.9%	0	0.0%	1	1.2%	1	1.5%	0	0.0%	0	0.0%	1	2.4%

②1日に飲むアルコール量は、日本酒に換算して平均どのくらいですか

		総数		20代		30代		40代		50代		60代		70代	
		人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
1合未満	男性	33	26.6%	4	16.0%	9	32.1%	11	36.7%	4	17.4%	0	0.0%	5	50.0%
	女性	30	44.1%	3	27.3%	9	52.9%	4	28.6%	8	66.7%	4	57.1%	2	28.6%
	合計	63	32.8%	7	19.4%	18	40.0%	15	34.1%	12	34.3%	4	26.7%	7	41.2%
1～2合未満	男性	38	30.6%	9	36.0%	10	35.7%	5	16.7%	8	34.8%	2	25.0%	4	40.0%
	女性	29	42.6%	5	45.5%	6	35.3%	7	50.0%	4	33.3%	2	28.6%	5	71.4%
	合計	67	34.9%	14	38.9%	16	35.6%	12	27.3%	12	34.3%	4	26.7%	9	52.9%
2～3合未満	男性	27	21.8%	5	20.0%	3	10.7%	9	30.0%	7	30.4%	3	37.5%	0	0.0%
	女性	3	4.4%	0	0.0%	1	5.9%	2	14.3%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	合計	30	15.6%	5	13.9%	4	8.9%	11	25.0%	7	20.0%	3	20.0%	0	0.0%
3～4合未満	男性	12	9.7%	4	16.0%	2	7.1%	4	13.3%	1	4.3%	1	12.5%	0	0.0%
	女性	2	2.9%	0	0.0%	1	5.9%	1	7.1%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	合計	14	7.3%	4	11.1%	3	6.7%	5	11.4%	1	2.9%	1	6.7%	0	0.0%
4～5合未満	男性	7	5.6%	3	12.0%	1	3.6%	0	0.0%	1	4.3%	2	25.0%	0	0.0%
	女性	1	1.5%	1	9.1%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	合計	8	4.2%	4	11.1%	1	2.2%	0	0.0%	1	2.9%	2	13.3%	0	0.0%
5合以上	男性	5	4.0%	0	0.0%	2	7.1%	1	3.3%	2	8.7%	0	0.0%	0	0.0%
	女性	1	1.5%	1	9.1%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	合計	6	3.1%	1	2.8%	2	4.4%	1	2.3%	2	5.7%	0	0.0%	0	0.0%
不明	男性	2	1.6%	0	0.0%	1	3.6%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	1	10.0%
	女性	2	2.9%	1	9.1%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	1	14.3%	0	0.0%
	合計	4	2.1%	1	2.8%	1	2.2%	0	0.0%	0	0.0%	1	6.7%	1	5.9%

6. 歯の健康

①歯科医療機関等で、定期的(1年に1回以上)に歯科健康診査を受けていますか

		総数		20代		30代		40代		50代		60代		70代	
		人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
はい	男性	44	27.5%	5	17.2%	6	16.7%	10	25.0%	9	33.3%	7	53.8%	7	46.7%
	女性	70	41.2%	8	33.3%	15	32.6%	13	46.4%	8	34.8%	13	59.1%	13	48.1%
	合計	114	34.5%	13	24.5%	21	25.6%	23	33.8%	17	34.0%	20	57.1%	20	47.6%
いいえ	男性	115	71.9%	24	82.8%	29	80.6%	30	75.0%	18	66.7%	6	46.2%	8	53.3%
	女性	98	57.6%	16	66.7%	31	67.4%	15	53.6%	15	65.2%	9	40.9%	12	44.4%
	合計	213	64.5%	40	75.5%	60	73.2%	45	66.2%	33	66.0%	15	42.9%	20	47.6%
不明	男性	1	0.6%	0	0.0%	1	2.8%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	女性	2	1.2%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	2	7.4%
	合計	3	0.9%	0	0.0%	1	1.2%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	2	4.8%

7. COPD

①「COPD」という病気を知っていますか

		総数		20代		30代		40代		50代		60代		70代	
		人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
どんな病気かよく知っている	男性	14	8.8%	2	6.9%	2	5.6%	3	7.5%	2	7.4%	2	15.4%	3	20.0%
	女性	32	18.8%	1	4.2%	9	19.6%	7	25.0%	5	21.7%	4	18.2%	6	22.2%
	合計	46	13.9%	3	5.7%	11	13.4%	10	14.7%	7	14.0%	6	17.1%	9	21.4%
名前は聞いたことがある	男性	52	32.5%	9	31.0%	7	19.4%	12	30.0%	13	48.1%	7	53.8%	4	26.7%
	女性	53	31.2%	4	16.7%	13	28.3%	9	32.1%	10	43.5%	9	40.9%	8	29.6%
	合計	105	31.8%	13	24.5%	20	24.4%	21	30.9%	23	46.0%	16	45.7%	12	28.6%
知らない	男性	94	58.8%	18	62.1%	27	75.0%	25	62.5%	12	44.4%	4	30.8%	8	53.3%
	女性	84	49.4%	19	79.2%	24	52.2%	12	42.9%	8	34.8%	8	36.4%	13	48.1%
	合計	178	53.9%	37	69.8%	51	62.2%	37	54.4%	20	40.0%	12	34.3%	21	50.0%
不明	男性	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	女性	1	0.6%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	1	4.5%	0	0.0%
	合計	1	0.3%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	1	2.9%	0	0.0%

保健事業一覧

母子保健活動	成人・精神保健活動
不妊相談及び一般・特定不妊治療費助成 母子健康手帳交付・妊婦相談 父子健康手帳交付 両親学級 ママ♥こっこ広場♪ 新生児・低出生体重児訪問（乳児家庭全戸訪問） 出産祝い金支給 養育支援訪問事業 乳幼児用ごみ袋の配布 母子健康相談 4ヶ月児健診・9～10ヶ月児健診 1歳6ヶ月児健診・3歳児健診 2歳児健康相談 保育園・幼稚園・こども園栄養歯科教室 町立保育園・こども園食育教室 子育て支援センター栄養教室 町立保育園・こども園給食献立指導 フッ素塗布 保育園・こども園・幼稚園・小学校フッ化物洗 口事業 児童館食育・健康教室 子ども発達支援センター、児童相談所、養護学 校等関係機関との連携 未成年者喫煙防止講座 乳児ふれあい体験学習 児童虐待に関わる相談 養護教諭との交流会 学校保健協議会	特定健康診査・特定保健指導 脳ドック 糖尿病重症化予防 特定健診未受診者勧奨 後期高齢者健診 がん検診 歯周疾患検査 生活習慣改善教室 ウォーキング講座 高齢者栄養教室（男性料理教室、介護予防事業） 婦人部健康教育・健康相談 老人クラブ健康教育・健康相談 各種団体健康教育・健康相談 要指導者、介護家族、精神ケース等への訪問 自主組織（ストレッチクラブ・フラミンゴ塾・ がんばろう会）の支援 ふまねっと こころの相談事業 しらぬかサークル（社会復帰相談指導事業） ゲートキーパー養成研修 自殺予防対策 白糠町町民保健推進委員会 白糠町食生活改善協議会 食と健康まつり
≪随時≫ 家庭訪問、健康教育・健康相談、タコ君イカさんの恋問体操、各種講演会、救護活動	

「すこやか白糠21 中間評価」

発行

平成31年3月

編集発行

北海道白糠町（保健福祉部介護健康課）

〒088-0392

北海道白糠郡白糠町西1条南1丁目1-1

電話 01547-2-2171

FAX 01547-2-4659