

## 分野別目標及び目標値

### 基本施策1 個人の健康状態の改善

#### 領域1 生活習慣の改善

#### 分野1 栄養・食生活

| 目標                   | 指標                                      | 基準値      | 目標値                  | 目標値の考え方              |  |
|----------------------|---|----------|----------------------|----------------------|--|
| 適正体重を維持している人の増加      | 20～60歳代男性の肥満者の割合の減少                     | 令和4年度 1) | 38.0%                | 30%未満                | 国の指標を勘案（同様の目標値）                        |
|                      | 40～60歳代女性の肥満者の割合の減少                     |          | 18.6%                | 15%未満                |  |
|                      | 20～30歳代女性のやせの割合の減少                      |          | 17.2%                | 15%未満                |  |
|                      | 低栄養傾向（BMI20以下）の女性高齢者の割合の維持              | 令和4年度 2) | 10.5%                | 現状維持                 | 他調査の結果、50～64歳BMI20以下の者が多く、今後増加が見込まれるため |
|                      | 小学生（5年生）の肥満傾向児の減少                       | 令和4年度 3) | 2.12%                | 減少傾向へ                | 現状より改善を目指す                             |
| 栄養バランスのよい食事をしている人の増加 | 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の者の割合の増加 | 令和3年度 4) | 40.2%                | 50%以上                | 第4次旭川市食育推進計画の指標を勘案（同様の目標値）             |
|                      | 野菜摂取量の増加                                | 令和3年度 5) | 273g                 | 350g以上               |  |
|                      | 食塩摂取量の減少                                | 令和3年度 5) | 男性 14.8g<br>女性 11.9g | 男性 13g未満<br>女性 10g未満 |  |
| 朝食をとる人の増加            | 朝食を欠食する若い世代（20～30歳代）の割合の減少              | 令和3年度 4) | 39.3%                | 25%以下                | 第4次旭川市食育推進計画の指標を勘案（同様の目標値）             |
|                      | 朝食を欠食する小学生（5年生）の割合の減少                   | 令和2年度 6) | 6.8%                 | 5%以下                 |  |
|                      | 朝食を欠食する中学生（2年生）の割合の減少                   |          | 7.9%                 | 6%以下                 |  |

1) 健康日本21旭川計画アンケート調査, 2) 旭川市介護予防・日常生活圏域ニーズ調査, 3) 旭川市学校保健会 学校保健研究録, 4) 旭川市食育に関するアンケート調査, 5) 旭川市栄養調査, 6) 食生活調査

#### 分野2 身体活動・運動

| 目標                  | 指標  | 基準値        | 目標値                  | 目標値の考え方        |                 |   |
|---------------------|---|------------|----------------------|----------------|-----------------|---|
| 日常的に歩くことなど身体活動の増加   | ①日常生活における歩数の増加（1日歩数の平均値）                                    | 令和6年度 1)   | 日常生活における歩数（男性20～64歳） | 8,000歩         | 国の指標を勘案（同様の目標値） |   |
|                     |   |            | 日常生活における歩数（女性20～64歳） | 8,000歩         |                 |   |
|                     |   |            | 日常生活における歩数（男性65歳以上）  | 6,000歩         |                 |   |
|                     |   |            | 日常生活における歩数（女性65歳以上）  | 6,000歩         |                 |   |
| 運動やスポーツを習慣的に行う市民の増加 | ②運動習慣者の増加<br>(1回30分以上の運動を週2回以上実施し、1年以上継続している者の割合)           | 令和4年度 2)   | 運動習慣者（男性20～64歳）      | 17.3%          | 30%             | 国の数値を大きく下回っていることから現状値をもとに10%以上の増加を目指し、国の指標に近づける。      |
|                     |   |            | 運動習慣者（女性20～64歳）      | 8.1%           | 20%             |   |
|                     |   |            | 運動習慣者（男性65歳以上）       | 25.7%          | 40%             |   |
|                     |   |            | 運動習慣者（女性65歳以上）       | 12.9%          | 30%             |   |
|                     | ③運動やスポーツを習慣的に行っている子どもの増加<br>(1週間の総運動時間（学校の授業を除く。）が60分以上の割合) | 小学生<br>中学生 | 令和3年度 3)             | 87.9%<br>82.2% | 94%<br>91%      | スポーツ推進計画と同様の数値。目標値は令和9年度の目標値であるため、中間評価時に必要に応じて見直しを行う。 |

1) あさひかわ健幸アプリ利用者データ, 2) 健康日本21旭川計画アンケート調査, 3) 全国体力・運動能力、運動習慣等調査

#### 分野3 休養・睡眠

| 目標                   | 指標                   | 基準値       | 目標値      | 目標値の考え方 |                                      |
|----------------------|----------------------|-----------|----------|---------|--------------------------------------|
| 十分な睡眠や休養を確保できている人の増加 | ①睡眠による休養がとれている者の増加   | 令和4年度 1)  | 82.2%    | 85%以上   | 国の目標値を達成しており、評価時点で1%ずつの増加とした。        |
|                      | ②睡眠時間が十分に確保できている者の増加 | 令和11年度 2) | 中間評価時に算出 | 80%     | 国の指標を勘案（同様の目標値）                      |
|                      | ③週労働時間40時間を超える雇用者の減少 | 令和3年度 1)  | 11.1%    | 11%     | 現状値は過去の評価時点より10ポイント程度低下しており、現状維持とした。 |

1) 健康日本21旭川計画アンケート調査, 2) 旭川市労働基本調査

| 分野4 飲酒         |                               |                                      |                |                |                              |   |                 |
|----------------|-------------------------------|--------------------------------------|----------------|----------------|------------------------------|---|-----------------|
| 目標             | 指標                            | 基準値                                  | 目標値            | 目標値の考え方        |                              |   |                 |
| 飲酒の適量を知る人の増加   | ①節度ある適度な飲酒の知識の普及              | 男性<br>女性                             | 令和4年度 1)       | 65.4%<br>62.8% | 75%以上<br>75%以上               | 更なる知識の普及を目標に、10%の上昇とした。<br>男女とも、約1割減を目標とした。 |                 |
|                | ②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の減少 | 男性(1日当たり摂取量2合以上)<br>女性(1日当たり摂取量1合以上) | 令和4年度 1)       | 19.6%<br>18.3% | 18%以下<br>16%以下               |   |                 |
| 20歳未満の者の飲酒をなくす | ①20歳未満の者の飲酒をなくす               | 中学3年男子<br>中学3年女子<br>高校3年男子<br>高校3年女子 | すこやか北海道21(参考値) | 令和5年度 2)       | 0.6%<br>0.6%<br>5.3%<br>5.5% | 0%<br>0%<br>0%<br>0%                        | 国の指標を勘案(同様の目標値) |
|                |                               | ②妊娠中の飲酒をなくす                          |                | 妊娠中の妊婦の飲酒率     | 令和3年度 3)                     | 2.00%                                       |                 |

1) 健康日本21旭川計画アンケート調査, 2) すこやか北海道21(北海道), 3) 健やか親子21(2次)に基づく調査(旭川市)

| 分野5 喫煙             |                 |  |                |                |                              |  |
|--------------------|-----------------|--|----------------|----------------|------------------------------|--|
| 目標                 | 指標              | 基準値  | 目標値            | 目標値の考え方        |                              |  |
| 20歳以上の者の喫煙率の減少     | ①20歳以上の者の喫煙率の減少 | 男性<br>女性   | 令和4年度 1)       | 23.6%<br>15.2% | 17%以下<br>10%以下               | 総合評価時のアンケート調査において、喫煙をやめたいと回答した者がすべてやめた場合の喫煙率とした。<br>100%に近づけることを目標とし、現状値を勘案して90%以上とした。 |
|                    | ②受動喫煙の防止        | ・改正健康増進法により全ての施設が原則屋内禁煙となったことを知っている人の割合<br>・他人のたばこの煙を吸ってしまうことがある人の割合 | 令和4年度 1)       | 62.6%<br>31.5% | 90%以上<br>18%以下               |  |
| 妊娠中及び20歳未満の者の喫煙率ゼロ | ③妊娠中の喫煙率の減少     | 妊娠中の妊婦の喫煙率   | 令和4年度 2)       | 3.9%           | 0%                           | 国の指標を勘案(同様の目標値)  |
|                    | ④20歳未満の者の喫煙率の減少 | 中学3年男子<br>中学3年女子<br>高校3年男子<br>高校3年女子                                 | すこやか北海道21(参考値) | 令和5年度 3)       | 0.3%<br>0.1%<br>1.8%<br>0.4% | 0%   |

1) 健康日本21旭川計画アンケート調査, 2) 健やか親子21(2次)に基づく調査(旭川市), 3) すこやか北海道21(北海道)

| 分野6 歯・口腔の健康     |                 |                  |                             |          |         |   |
|-----------------|-----------------|------------------|-----------------------------|----------|---------|---|
| 目標              | 指標              | 基準値              | 目標値                         | 目標値の考え方  |         |   |
| むし歯や歯周病を有する人の減少 | ①むし歯を有する人の減少    | むし歯のない幼児(3歳児)    | 令和4年度 1)                    | 89.7%    | 基準値を上回る | 2次計画において目標値を上回っていることから、基準値の更なる改善を目標値とした         |
|                 |                 | 12歳児(中1)の一人平均むし歯 | 令和4年度 2)                    | 0.79歯    | 基準値を下回る |   |
| 口腔機能の維持・向上      | ②歯周病を有する人の減少    | 40歳以上で自覚症状を有する   | 令和4年度 3)                    | 36.9%    | 20%     | 国の指標を上回っていることから、国の低減率と同等の指標を設定した                |
|                 |                 | ③咀嚼機能低下者の減少      | 半年前に比べて固いものが食べにくくなった(50歳以上) | 令和4年度 3) | 23.4%   | 20%   |
| 歯科検診受診者の増加      | ④定期的な歯科検診受診者の増加 | 20歳以上で過去1年間に受診   | 令和4年度 3)                    | 43.2%    | 53%以上   | 国の数値を大きく下回っていることから現状値をもとに10%以上の増加を目指し、国の指標に近づける |

1) 市乳幼児健診, 2) 旭川市学校保健会 学校保健研究録, 3) 健康日本21旭川計画アンケート調査

## 領域2 生活習慣病の発症・重症化予防

| 分野1 がん                        |           |                                   |          |   |   |   |
|-------------------------------|-----------|-----------------------------------|----------|---|---|---|
| 目標                            | 指標        | 基準値                               | 目標値      | 目標値の考え方                                 |   |   |
| がん予防の正しい知識の普及・啓発<br>がん検診受診率向上 | ②がん検診の受診率 | 胃がん<br>肺がん<br>大腸がん<br>子宮がん<br>乳がん | 令和4年度 1) | 5.7%<br>8.0%<br>11.8%<br>28.0%<br>23.5% | 10%以上<br>11%以上<br>16%以上<br>34%以上<br>32%以上 | 国の目標値を大幅に下回っているため、増加分の比率で目標値を算出<br>算出した値が第2次計画より低くなった胃がん、肺がん、大腸がんについては、第2次の数値と同一とした |
|                               |           | ①悪性新生物SMR                         | 男性<br>女性 | 平成22年～令和元年 2)                           | 105.2<br>110.3                            | 減少傾向へ   |

1) 旭川市保健所資料, 2) 北海道健康づくり財団算出SMR

| 分野2 循環器病・糖尿病               |  |  |                                    |  |  |   |
|----------------------------|--|--|------------------------------------|--|--|---|
| 目標                         | 指標   | 基準値  | 目標値                                | 目標値の考え方                                |  |   |
| 生活習慣病の発症や重症化予防の正しい知識の普及・啓発 | ①旭川市国保特定健診受診率の向上   | 旭川市国保特定健診受診率   | 令和4年度 1) 29.5% (速報値)<br>令和5年11月に確定 | 60.0%                                  | 旭川市国民健康保険事業実施計画で定める目標値とする。当該計画の目標値は令和11年度の目標値であるため、中間評価時に必要に応じて見直しを行う。 |   |
|                            | ②特定保健指導実施率の向上  | 特定保健指導実施率  | 令和4年度 1) 令和5年11月に確定                | 60.0%                                  |  |   |
|                            | ③早期介入健診(35～39歳)受診率の向上  | 早期介入健診(35～39歳)受診率  | 令和4年度 1) 10.3%                     | 12.0%                                  |  |   |
|                            | ④メタボリックシンドローム該当者の減少  | メタボリックシンドローム該当者の割合   | 令和4年度 1) 20.5%                     | 18.50%                                 |  |   |
|                            | ⑤メタボリックシンドローム予備群の減少  | メタボリックシンドローム予備群の割合   | 令和4年度 1) 9.80%                     | 7.80%                                  |  |   |
| 生活習慣病の早期発見・重症化予防           | ⑥糖尿病未治療者のうちHbA1c 6.5以上又は空腹/随時血糖126mg/dl以上の者の割合の減少                  | 糖尿病未治療者のうちHbA1c 6.5以上又は空腹/随時血糖126mg/dl以上の者の割合                  | 令和4年度 1) 4.40%                     | 3.50%                                  |  |   |
|                            | ⑦高血圧未治療者のうちⅡ度高血圧(160/100mmHg)以上の者の割合の減少                            | 高血圧未治療者のうちⅡ度高血圧(160/100mmHg)以上の者の割合                            | 令和4年度 1) 5.90%                     | 4.40%                                  |  |   |
|                            | ⑧脂質異常症未治療者のうち、LDLコレステロール180mg/dl以上又は中性脂肪300mg/dl以上(食後を除く)の者の割合の減少  | 脂質異常症未治療者のうち、LDLコレステロール180mg/dl以上又は中性脂肪300mg/dl以上(食後を除く)の者の割合  | 令和4年度 1) 5.90%                     | 減少傾向へ                                  |  |   |
|                            | ⑨糖尿病治療中者のうち、HbA1c 7.0%以上の者の割合の減少                                   | 糖尿病治療中者のうち、HbA1c 7.0%以上の者の割合                                   | 令和4年度 1) 37.80%                    | 29.50%                                 |  |   |
|                            | ⑩高血圧治療中者のうちⅡ度高血圧(160/100mmHg)以上の者の割合の減少                            | 高血圧治療中者のうちⅡ度高血圧(160/100mmHg)以上の者の割合                            | 令和4年度 1) 7.10%                     | 4.80%                                  |  |   |
|                            | ⑪脂質異常症治療中者のうち、LDLコレステロール180mg/dl以上、又は中性脂肪300mg/dl以上(食後を除く)の者の割合の減少 | 脂質異常症治療中者のうち、LDLコレステロール180mg/dl以上、又は中性脂肪300mg/dl以上(食後を除く)の者の割合 | 令和4年度 1) 1.80%                     | 減少傾向へ                                  |  |   |
|                            | ⑫合併症(更生医療で人工透析を受けている人のうち、原傷名が糖尿病腎症・糖尿病等による人の減少)                    | 合併症(更生医療で人工透析を受けている人のうち、原傷名が糖尿病腎症・糖尿病等による人)                    | 令和5年3月末 2) 319人                    | 減少傾向へ                                  |  | 総合評価の時点で目標を達成しており、今回の基準値も目標を達成していることから、現状からの減少を目標とした。 |
|                            | ⑬脳血管疾患(SMR)の減少   | 脳血管疾患(SMR)   | 平成22年～令和元年 3) 92                   | 減少傾向へ                                  |  | 第2次計画の目標を達成していないことから、同様の減少傾向を目標とした。                   |
| ⑭虚血性心疾患(SMR)の減少            | 虚血性心疾患(SMR)  | 平成22年～令和元年 3) 137.5  | 100以下                              | 第2次計画の目標を達成しておらず、減少ではなく前回同様の100を目標とした。 |  |   |

1) 国保特定健診, 2) 市障害福祉課資料, 3) 北海道健康づくり財団算出SMR

### 基本施策2 誰もが健康づくりに取り組める環境の整備

#### 社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上

| 目標                        | 指標                           | 基準値   | 目標値             | 目標値の考え方       |   |
|---------------------------|------------------------------|---|-----------------|---------------|---|
| 社会とのつながりを持ち続けることができる環境の整備 | ①週1回以上地域での活動に参加している高齢者の割合の増加 | 令和4年度 1) 42.1%  | 47%             | 国と同様に5%の増加とした |   |
| ストレスと上手につき合える人の増加         | ②メンタルヘルス対策に取り組む事業場の増加        | 「健康経営」に取り組んでいると回答した事業所のうち、実践している内容として「メンタルヘルス対策」と回答した事業所の割合 | 令和3年度 2) 21.5%  | 30%           | 過去の調査にて、20%前半の数値が続いている。国の現状値を大きく下回っているため、現状を踏まえた目標値とした。 |
|                           | ③ゲートキーパーの増加                  |   | 令和5年3月末 3) 263名 | 1,500名        | 年125人の受講を目標とした  |
|                           | ④ストレス解消法を知っている人の割合の増加        |   | 令和4年度 4) 70.7%  | 90%           | 令和4年度以前は80%前後だったことを踏まえ、90%とした。                          |

1) 旭川市介護予防・日常生活圏域ニーズ調査, 2) 旭川市労働基本調査, 3) 市ゲートキーパー養成研修(市民受講者数), 4) 健康日本21旭川計画アンケート調査

#### 自然に健康になれる環境の整備

| 目標          | 指標                            | 基準値            | 目標値                               | 目標値の考え方  |
|-------------|-------------------------------|----------------|-----------------------------------|--|
| 健康に関する意識の向上 | ①ふだんから、健康のために何か取り組んでいる者の割合の増加 | 令和4年度 1) 48.6% | 60%                               | スマートウエルネスあさひかわプランの目標値(R7)を55%としており、更なる増加を目標とした |
|             | ②あさひかわ健幸アプリダウンロード者数           |                | 令和6年度 2) 運用開始となる令和6年度の利用者数を基準値とする | 15,000人以上<br>他市の状況を踏まえ、人口の約5%以上を目標とした          |

1) 旭川市民アンケート調査, 2) あさひかわ健幸アプリダウンロード者数