

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

○全体目標 健康寿命の延伸

指標 健康寿命(日常生活動作が自立している期間の平均)*1	
調査年 (平成28年)*2	目標値 (平成33年度)
男性 83.3歳 女性 86.3歳	男性 84歳 女性 87歳

*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

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。

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	現状値	平成33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 92.8 女性 62.5 (平成28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 (子宮頸がんは20~69歳)	胃がん 30.8% 肺がん 23.8% 子宮頸がん 48.2% 乳がん 57.1% 大腸がん 28.5% (平成29年)	胃がん 50% 肺がん 40% 子宮頸がん 50% 乳がん 60% 大腸がん 60%	杉並区生活習慣行動調査
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	48.2% (平成29年度)	56%*4	(法定報告値)特定健診
	国保特定保健指導利用率	8.1% (平成29年度)	35%*4	特定保健指導
	特定保健指導対象者割合の減少率(平成20年度比)	22.1% (平成29年度)	25%以上	事業実績

目標	指標	現状値	平成33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 25,846人 有病率 19.7% (平成29年度)	増加を抑制する	国保レセプトデータ
	国保新規人工透析患者数	33人 (平成29年度)	減らす	事業実績
	糖尿病腎症に関する知識を有する者の割合	31.2% (平成29年)	80%	杉並区生活習慣行動調査
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	38.3% (平成29年)	80%	杉並区生活習慣行動調査

* 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	現状値	平成33年度の目標値	数値の出典
適正な質と量の食事をする人を増やす	主食・主菜・副菜をそろえて食べる者の割合	54.0% (平成29年)	80%	杉並区生活習慣行動調査
	朝食の欠食率	小学5年 男子0.6% 小学5年 女子0.5% 中学2年 男子1.4% 中学2年 女子1.6% (平成29年度)	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
		20～30歳代 男性29.1% 20歳代 女性13.2% (平成29年)		
	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)	8.3% (平成29年)	20%	杉並区生活習慣行動調査
	果物の摂取量(1日当たり)100g未満の者の割合(20歳以上)	49.1% (平成29年)	30%	
	減塩を心がける者の割合	65.9% (平成29年)	80%	

目標	指標	現状値	平成33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	5.7%	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	3.4%		
	20～60歳代男性の肥満者の割合	19.9%	減らす	杉並区生活習慣行動調査
	40～60歳代女性の肥満者の割合	13.2%		
20歳代女性のやせの者の割合	32.1%			
	低栄養傾向 (BMI* ⁵ 20以下)の高齢者の割合	22.7% (平成29年)	22%	
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) 20～64歳 男性40.5% 20～64歳 女性31.3% 65歳以上 男性29.2% 65歳以上 女性18.3% (平成29年)	増やす	杉並区生活習慣行動調査
	習慣的に運動をしている者の割合	20～64歳 男性25.0% 20～64歳 女性23.0% 65歳以上 男性45.5% 65歳以上 女性42.6% (平成29年)		
	習慣的に運動をしている子どもの割合	中学3年 74.5% (平成29年度)	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
	ロコモティブシンドローム* ⁶ の認知度	38.2% (平成29年)	80%	杉並区生活習慣行動調査
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 22.4% 女性 11.1% (平成29年)	男性 20% 女性 10%	杉並区生活習慣行動調査
	未成年者の飲酒経験の割合	中学2年 男子8.6% 中学2年 女子5.9% 高校2年 男子16.6% 高校2年 女子11.6% (平成29年)	0%	中学生の飲酒・喫煙・薬物に関する調査

目標	指標	現状値	平成33年度の目標値	数値の出典
喫煙率を減らす	成人の喫煙率	男性 20.6% 女性 6.0% (平成29年)	男性 18.3% 女性 5.0%	杉並区生活習慣行動調査
	未成年者の喫煙率	中学2年 男子0.2% 中学2年 女子1.0% 高校2年 男子2.9% 高校2年 女子1.5% (平成29年)	0%	中学生の飲酒・喫煙・薬物に関する調査

* 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	現状値	平成33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	36.3% (平成29年)	25%	杉並区生活習慣行動調査
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	23.0% (平成29年)	減らす	杉並区生活習慣行動調査
	ストレスを感じて、相談した者の割合	67.1% (平成29年)	増やす	
自殺者数を減らす	自殺の死亡率(人口対10万人)	12.4 (平成29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	1073人 (平成29年度)	1,653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	現状値	平成33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	91.6% (平成29年度)	92%	事業実績
	12歳児の一人平均う歯(むし歯)数	0.67本 (平成29年度)	0.5本	杉並区の学校保健統計

目標	指標	現状値	平成33年度の目標値	数値の出典
進行した歯周病がある人を減らす	40歳重度歯周疾患有病者率	49.5% (平成29年度)	25%	事業実績
	定期的な歯科健診を受けている者の割合	45.6% (平成29年)	65%	杉並区生活習慣行動調査
	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	22.7% (平成29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	30.8% (平成29年)	増やす	
何でも噛んで食べることができる人を増やす	何でもよく噛める者の割合(60歳代)	78.9% (平成29年)	85%	杉並区生活習慣行動調査
	80歳で20本以上自分の歯を持つ者の割合	47.4% (平成24年)	増やす	杉並区健康長寿モニター事業初年度調査(郵送調査)

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	現状値	平成33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	895店 (平成29年度)	1,200店	事業実績
	食中毒の発生件数	6件 (平成29年度)	減らす	
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	16.8% (平成29年)	50%	杉並区生活習慣行動調査
	社会活動に参加した者の割合	61.7% (平成30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	9.4% (平成30年)	35%	
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)	1,474件 (平成29年度)	(平成31年度) ^{*7} 1,870件	事業実績
	高齢者の外出頻度(週3~4日以上)の割合	86.7% (平成28年度)	増やす	杉並区高齢者実態調査

*7 杉並区実行計画(平成29~31年度)数値