

第2章

第2期訓子府町健康増
進計画の評価

1. 第2期訓子府町健康増進計画の評価

第2期の評価指標に基づいて、町民アンケートや各種データから数値目標に対する評価をしました。

令和元年度に行った中間評価において、事業対象者や基準となる質問票項目の変更等の理由により、策定時98項目あった評価項目を見直しました。同時に自殺対策計画も健康増進計画に位置づけとなり、評価指標を追加し、今回は89項目を評価しました。

<分野別目標値の達成状況>

分野別	項目数	改善傾向 ○	変化なし △	悪化傾向 ×	評価困難 ＊
栄養・食生活	15	4	3	4	4
運動・身体活動	12	2	7	2	1
健康管理	30	12	2	16	0
休養・こころの健康	10	3	3	4	0
飲酒・喫煙	7	1	2	4	0
歯の健康	13	6	4	2	1
自殺対策	2	1	0	1	0
合 計	89	29	21	33	6
		32.6%	23.6%	37.1%	6.7%

<主な成果と課題>

分野	第2期健康増進計画の取組での成果	残された課題
栄養・食生活	□ よく噛んで食べる子どもの割合が増加しました。こども園への入園児も多いため、乳幼児健診では園の栄養士とも連携し、口腔の発達に合わせた食べ方などを支援しました。	■ 朝食を毎日食べている小中学生の割合は減少しており、目標値には達成していません。成人期においても朝食を欠食する人の割合が増加しています。
	□ 農林商工課や社会教育課、子ども未来課等と連携し、朝ごはん教室や親子クッキングなどの食育事業を実施しました。	■ 間食を控えている人の割合が増加しており、国・道と比較しても毎日間食をしている人の割合は高い状況です。
	□ 食生活における健康課題を住民とともに解決するため、「食のアドバイザー」の養成事業を行い、調理実習等を通して住民の学習の機会を作りました。	■ 野菜摂取量は、国の目標値の1日あたり350g には到達していません。
	□ 健康月間事業等のイベントで、推定野菜摂取量の測定を行い、レシピを配布するなど、野菜摂取の普及・啓発に取り組みました。	■ 保健指導では、「満腹になるまで食べる」などの食習慣が聞かれるほか、活動量を超える食事量をとっている人が多い状況です。
運動・身体活動	□ 百歳体操など地域で自主的に運動に取り組めるよう助めてきました。また、各団体にフレイルチェックと健康講話を実施し、フレイル予防の普及啓発に取り組みました。高齢期においては、週1回以上の運動に取り組む方が増えています。	■ 運動習慣のある人(週2回以上1年以上継続)の割合が国・道と比べて少ない状況です。

分野	第2期健康増進計画の取組での成果	残された課題
運動・身体活動	□ 平成31年4月に新スポーツセンターがオープンし、スポーツインストラクターが配置されたことで、通年で通えるストレッチや筋トレ教室、個別運動相談など運動事業が充実しました。スポーツセンター内にとどまらず、子育て支援センターやこども園、福祉保健課との連携を強化し全世代を網羅した運動事業を展開しました。 □ 特に働き盛り世代においては、対象者の選定やニーズなどを確認し、社会教育課との連携により男性向け・女性向けの運動事業が定着化しました。また健康月間事業では、身体を動かすきっかけづくりや習慣化を目的に月間チャレンジ事業などを開催しました。	■ 運動に興味関心の薄い人に関心を持ってもらえるような取組が必要です。 ■ 仕事等の影響から膝や腰の痛みを抱える方も多い状況です。
健康管理	□ 受診率向上支援共同事業や次年度予約、自己負担額の無料化の拡大により、特定健診の受診率が増加しました。また、後期高齢者健診、町民健診の受診率も増加しました。 □ 健診結果説明会や特定保健指導、生活習慣病重症化予防事業を実施し、生活指導や受診勧奨を行いました。LDL コレステロールの有所見者割合が減少しました。	■ 子どもの起床・就寝時間が遅くなっている傾向があります。 ■ BMI、腹囲の有所見者割合が増加しており、成人期の肥満が課題です。また、HbA1c の有所見者も増加しており、糖尿病も課題の一つです。 ■ 成人期の肥満とともに子どもの肥満についても今後実態調査が必要です。 ■ がん検診の受診率は目標値に到達していません。
休養・こころの健康	□ ストレス解消法がある人の割合が増加しています。ストレス対処方法などセルフケアに関する健康教育を行いました。	■ 睡眠による休養を十分にとれていない人の割合が増加しています。
喫煙・飲酒	□ 子どもがいる保護者の喫煙率は減少しています。	■ 喫煙率が国・道よりも高く、女性の喫煙率も高いことが特徴です。 ■ 適量飲酒を超えて飲酒する人の割合が高いです。
歯の健康	□ 乳幼児期から学齢期まで継続したむし歯予防対策を実施しており、乳幼児のむし歯有病率は改善傾向です。 □ 健診結果説明会時の個別歯科相談や歯周病検診、後期高齢者健診を実施しました。 □ デンタルフロスや歯間ブラシ等を使用している人や60歳以上で24本以上歯を保有する人の割合が増加しています。	■ 12歳児のむし歯本数は増加傾向です。 ■ 高齢期のフレイルチェックにおいて、口腔機能の低下リスクがある割合が高いです。
自殺対策	□ 広報やSNS、地区巡回講座で“こころの健康相談窓口”を周知しました。アンケートにおいて、相談する場所があることを知っている人の割合が増加しました。	■ 町の自殺の SMR が増加傾向にあります。コロナ禍以降、過去5年間の50歳以下の男性の自殺者数が増加しています。

2. 健康に関するアンケートやインタビューからみえる訓子府町の状況

① 健康意識・行動に関するアンケート調査について

訓子府町健康増進計画の見直し・推進にむけて、町民の健康意識・行動に関する実態を把握することを目的として実施しました。

調査対象: 令和5年度 集団特定健康診査・がん検診を受診した20歳以上の町民

調査方法: 特定健康診査の問診票に同封して配付、町民自身の自己記入方式で行い、健康診査当日に回収しました。

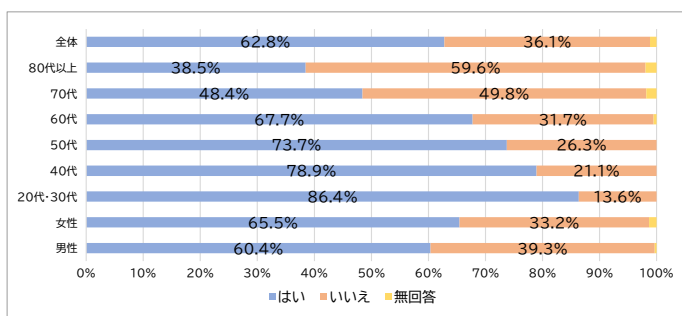
調査期間: 令和5年6月、7月、12月、令和6年1月

回収率: 84.0%

<主なアンケート結果>

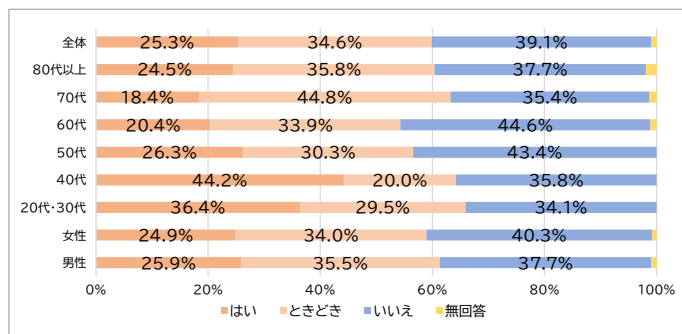
Q 運動不足だと思いますか。

運動不足だと感じると思う人の割合は、62.8%でした。半数以上の人は、運動不足と感じています。特に、年代が低くなるにつれて運動不足と感じている人が多いです。



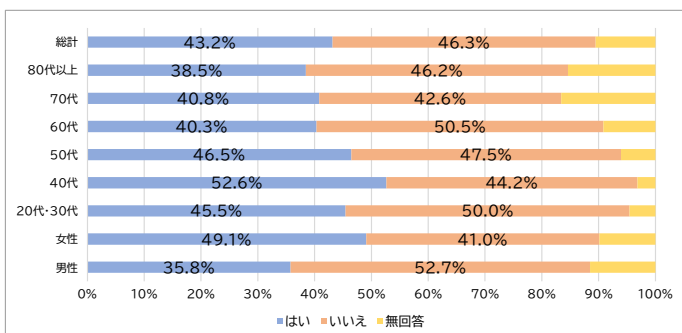
Q いつも満腹になるまで食べますか。

満腹になるまで食べる人の割合は全体で25.3%でした。ときどき満腹まで食べるという人は34.6%でした。



Q こころの健康について相談する場所があることを知っていますか。

相談する場所があることを知っている人の割合は43.2%でした。



② グループインタビューの実施について

グループインタビューでは、第2期健康増進計画の評価から抽出されたいくつかの健康課題における実態を把握するため、対象の団体ごとにテーマを設けて少人数のグループで自由に発言をしてもらうことで、住民の皆様から意見や情報を収集しました。

世代・職業などさまざまな計7団体の皆様にご協力いただきました。

	団体名	実施日	テーマ
1	訓子府町商工会理事	令和6年9月9日	・青壮年期の運動不足 ・喫煙率が高い ・1回の飲酒量が多い
2	訓子府町商工会女性部	令和6年9月25日	・食事量や間食の過剰摂取 ・野菜摂取量の不足 ・青壮年期の運動不足
3	訓子府町民生委員児童委員協議会	令和6年10月8日	・青壮年期の運動不足 ・喫煙率が高い
4	JA きたみらい女性部	令和6年10月21日	・野菜摂取量の不足 ・青壮年期の運動不足
5	JA きたみらい青年部	令和6年10月22日	・食事量や間食の過剰摂取 ・青壮年期の運動不足
6	健康推進員	令和6年10月29日	・食事量や間食の過剰摂取 ・野菜摂取量の不足 ・青壮年期の運動不足 ・肥満が多い
7	4Hクラブ、訓子府町青年連絡団体協議会、役場青年部	令和6年10月31日 (青年講座と同日開催)	・青壮年期の朝食の欠食 ・食事量や間食の過剰摂取 ・野菜摂取量の不足

