

## 数値目標の考え方

### 基本目標 1 生活習慣病の発症予防・重症化予防

#### 基本施策（1）がん検診の推進

- ・胃がん検診（X線検査）については、国の「がん予防重点健康教育及びがん検診実施のための指針」に基づき、40歳以上の受診率を指標として新規に設定しました。
- ・目標は国の「がん対策推進基本計画（第4期）」（令和5年3月）の目標値として、60.0%としました。

指標	対象	現計画		現状 (令和4年度)	目標 (令和11年度)	
		対象	目標値			
がん検診 受診率	胃がん検診 (X線検査)	40歳以上 <sup>※1</sup>	40歳以上	50.0%以上	2.0%	60.0% <sup>※2</sup>
	【新規】 胃がん検診 (内視鏡検査)	50歳以上	—	—	4.0%	
	肺がん検診	40歳以上	40歳以上	50.0%以上	1.5%	60.0% <sup>※2</sup>
	大腸がん検診	40歳以上	40歳以上	50.0%以上	13.0%	60.0% <sup>※2</sup>
	子宮頸がん 検診	20歳以上の 女性	20歳以上の 女性	50.0%以上	15.5%	60.0% <sup>※2</sup>
	乳がん検診	40歳以上の 女性	40歳以上の 女性	50.0%以上	16.3%	60.0% <sup>※2</sup>

※1 国の「がん予防重点健康教育及びがん検診実施のための指針」に基づき、40歳以上の受診率としました。

※2 国の「がん対策推進基本計画（第4期）」（令和5年3月）の目標値と同じ値としました。

#### 基本施策（2）糖尿病・メタボリックシンドローム対策の推進

- ・「第3期小金井市国民健康保険データヘルス計画」に基づき、目標値を設定しました。
- ・「糖尿病性腎症重症化予防事業による指導実施者数」の指標を新たに設定しました。

指標	対象	現計画		現状 (令和4年度)	目標 (令和11年度)
		対象	目標値		
特定健康診査の受診者の割合 (資料：保険年金課)	40～74歳 の市国民 健康保険 加入者	40～74歳 の市国民 健康保険 加入者	60.0%	51.5%	60.0% <sup>※</sup>
特定健康診査後の保健指導実 施率（資料；保険年金課）	40～74歳 の市国民 健康保険 加入者	40～74歳 の市国民 健康保険 加入者	60.0%	15.9%	60.0% <sup>※</sup>
【新規】 糖尿病性腎症重症化予防事業 による指導実施者数	40～74歳 の市国民 健康保険 加入者	—	—	12人	30人 <sup>※</sup>

※ 「第3期小金井市国民健康保険データヘルス計画」の「目標値」に基づき設定しました。

## 基本目標 2 生活習慣の改善

### 基本施策（1）栄養・食生活支援

- ・現計画では対象を男女別としていましたが、対象を18歳以上の市民とし、「第4次小金井市食育推進計画」の「取組の指標」に基づき目標値を設定しました。

指標	対象	現計画		現状 (令和4年度)	目標 (令和11年度)
		対象	目標値		
朝食を食べる人の割合 (資料：令和4年度アンケート)	18歳以上の市民	18歳以上の男性	100.0%に近づける	67.0%	100.0%*
		18歳以上の女性			
栄養のバランスを考えている人の割合 (資料：令和4年度アンケート)	18歳以上の市民	18歳以上の男性	増やす (60.0%以上)	47.9%	60.0%以上*
		18歳以上の女性			

※ 「第4次小金井市食育推進計画」の「取組の指標」に基づき設定しました。

### 基本施策（2）身体活動・運動支援

- ・現計画では対象を男女別としていましたが、対象を18歳以上の市民とし、「第2次小金井市スポーツ推進計画」の「評価指標」に基づき目標値を設定しました。

指標	対象	現計画		現状 (令和4年度)	目標 (令和11年度)
		対象	目標値		
日頃なんらかの運動をしている人の割合 (資料：令和4年度アンケート)	18歳以上の市民	18歳以上の男性	65.0%以上	58.9%	70.0%*
		18歳以上の女性			

※ 「第2次小金井市スポーツ推進計画」の「評価指標」に基づき設定しました。

### 基本施策（3）休養・こころの健康づくり

- ・現計画では男女別の目標値としていましたが、18歳以上の市民を対象とし、目標値については、達成できなかったため、現計画と同じ目標値としました。

指標	対象	現計画		現状 (令和4年度)	目標 (令和11年度)
		対象	目標値		
睡眠での休養が十分とれている人の割合 (資料：令和4年度アンケート)	18歳以上の市民	18歳以上の男性	30.0%	21.8%	30.0%
		18歳以上の女性	25.0%		

### 基本施策（4）飲酒対策

- ・指標は現計画と同じ項目とし、目標値を達成できなかったため、現計画と同じ目標値としました。

指標	対象	現計画		現状 (令和4年度)	目標 (令和11年度)
		対象	目標値		
お酒を毎日飲む（休肝日のない）人の割合（資料：令和4年度アンケート）	20歳以上の市民	20歳以上の市民	15.0%	15.1%	15.0%

### 基本施策（５）喫煙対策

- ・「たばこを吸っている人の割合」の指標は現計画の目標値を達成したため、新たな目標値を設定しました。
- ・「１年以内に受動喫煙を経験した人の割合」の指標を新たに設定しました。

指標	対象	現計画		現状 (令和４年度)	目標 (令和１１年度)
		対象	目標値		
たばこを吸っている人の割合 (資料：令和４年度アンケート)	20歳以上の市民	20歳以上の市民	12.0%	8.1%	6.0%
<b>【新規】</b> 1年以内に受動喫煙を経験した人の割合 (資料：令和４年度アンケート)	18歳以上の市民	—	—	51.6%	30.0%

### 基本施策（６）歯と口腔の健康づくり

- ・指標は現計画と同じ項目とし、目標値を達成できなかったため、現計画と同じ目標値しました。

指標	対象	現計画		現状 (令和４年度)	目標 (令和１１年度)
		対象	目標値		
自分の歯が「20本以上」ある人の割合 (資料：成人歯科健診受診者の結果)	80歳の市民	80歳の市民	85.0%	82.0%	85.0%

### 基本目標 3 健康を育む環境整備

#### 基本施策（1）医療体制の充実

- ・現計画では対象を 20 歳以上の市民としていましたが、対象を 18 歳以上の市民とし、「かかりつけ医がいる人の割合」の指標は現計画の目標値を達成できなかったため、現計画と同じ目標値としました。
- ・「かかりつけ歯科医がいる人の割合」については、「基本施策（6）歯と口腔の健康づくり」から移動し、現計画の目標値に近づいたため、新たな目標値を設定しました。
- ・「かかりつけ薬剤師がいる人の割合」の指標を新たに設定しました。

指標	対象	現計画		現状 (令和 4 年度)	目標 (令和 11 年度)
		対象	目標値		
かかりつけ医がいる人の割合 (資料：令和 4 年度アンケート)	18 歳以上の市民	20 歳以上の市民	65.0%	52.7%	65.0%
<b>【移動】</b> かかりつけ歯科医がいる人の割合 (資料：令和 4 年度アンケート)	18 歳以上の市民	18 歳以上の市民	60.0%	51.6%	60.0%
<b>【新規】</b> かかりつけ薬剤師がいる人の割合 (資料：令和 4 年度アンケート)	18 歳以上の市民	—	—	10.4%	15.0%

#### 基本施策（2）健康づくり環境の充実

- ・「市民体育祭など市が開催するスポーツイベントに参加したことがある人の割合」の指標を新たに設定しました。

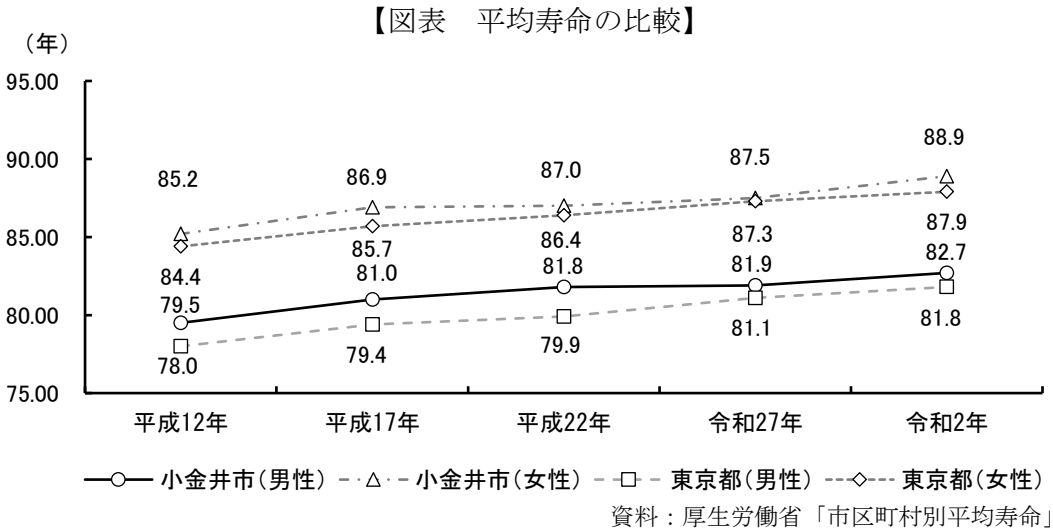
指標	対象	現計画		現状 (令和 4 年度)	目標 (令和 11 年度)
		対象	目標値		
<b>【新規】</b> 市民体育祭など市が開催するスポーツイベントに参加したことがある人の割合 (資料：令和 4 年度アンケート)	18 歳以上の市民	—	—	8.9%	25.0%

# 統計資料から見た市の現状

## (1) 平均寿命と健康寿命

### ① 平均寿命<sup>※1</sup>

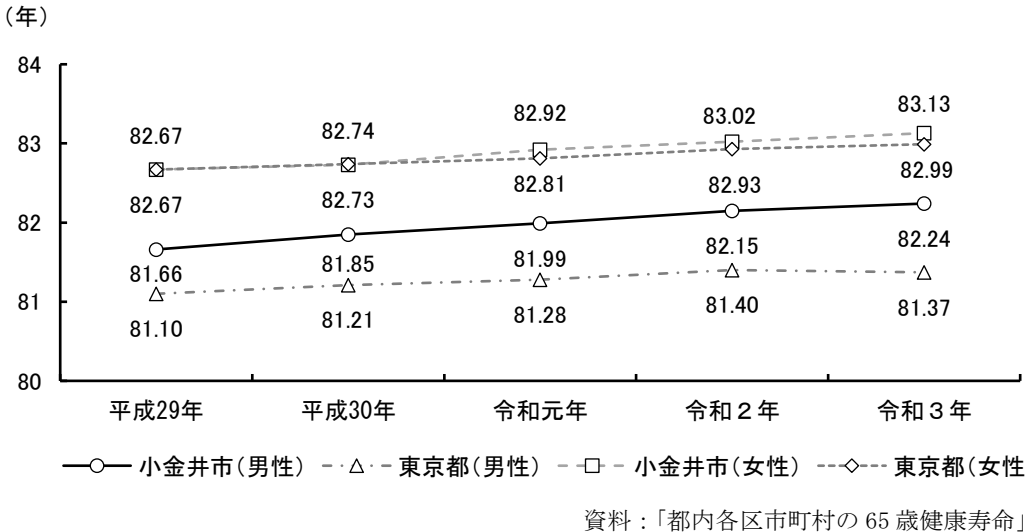
平均寿命は、男性に比べ女性で伸びています。また、東京都と比較すると、女性で平均寿命が大きく延伸しています。



### ② 65歳健康寿命<sup>※2</sup>

65歳健康寿命（要支援1以上）を見ると、令和3年では小金井市の男性が82.24歳、女性が83.13歳となっています。東京都と比べると、男性は毎年高く推移していますが、女性は平成27年からほぼ同じ水準で推移しています。

65歳健康寿命（要支援1以上）の推移における東京都との比較



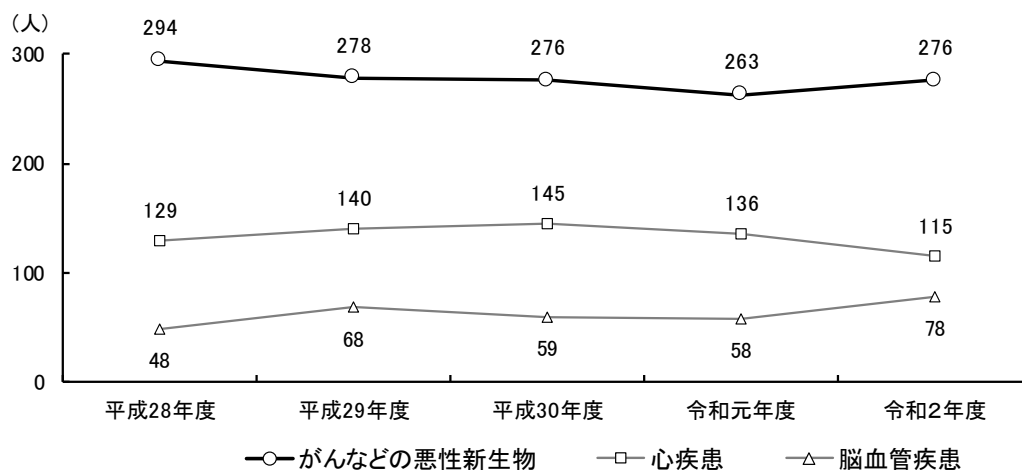
※1 平均寿命：0歳の人が今後何年生きられるか（0歳の人々の平均余命）の平均値

※2 65歳健康寿命：65歳の人が、健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間

## (2) 主要疾患別死亡の状況

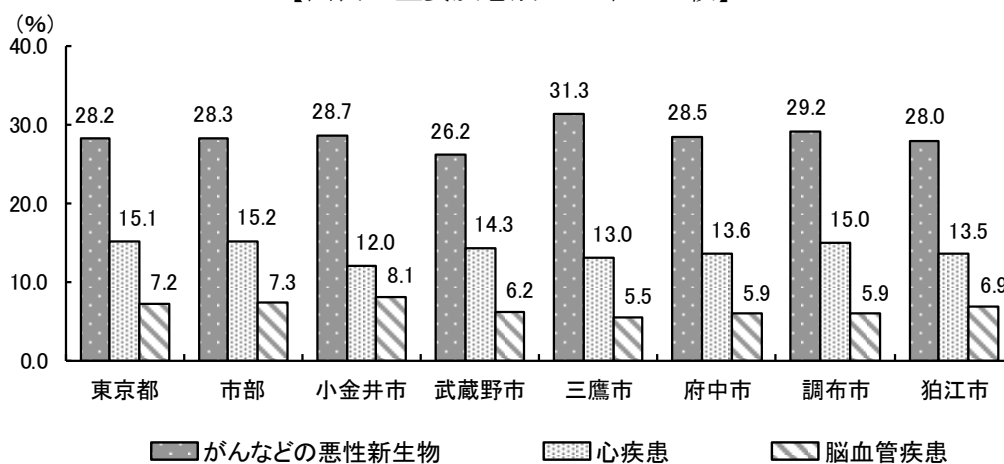
主要疾患別死亡数では、「がんなどの悪性新生物」が最も高く、死亡率においても最も高くなっています。主要疾患別死亡数の推移は、「脳血管疾患」は平成28年度以降増加傾向にあります。

【図表 主要疾患別死亡数の推移】



資料：「北多摩南部医療圏保健医療福祉データ集」（令和4年版）

【図表 主要疾患別死亡率の比較】



資料：「北多摩南部医療圏保健医療福祉データ集」（令和4年版）

### (3) 健康診査等の実施状況

特定健康診査・後期高齢者医療健康診査受診者は、令和2年度まで減少傾向にありますが、令和3年度ではわずかに増加しています。

フォロー健診受診者のうち、「40歳以上の小金井市国民健康保険加入者」の受診者はこの数年、減少傾向にあり、「後期高齢者医療保険加入者」と「40歳以上の上記以外の医療保険加入及び集団健診受診者」の受診者においても、令和元年度以降は減少傾向にありますが、令和3年度ではわずかに増加しています。

また、集団健康診査の受診状況は、「16歳から39歳の障がい者」は減少傾向にあります。

【図表 特定健康診査・後期高齢者医療健康診査、フォロー健康診査の受診状況】

(単位：人)

		平成29年度	平成30年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度*
特定健康診査・後期高齢者医療健康診査受診者		16,342	16,226	15,887	14,640	15,398	15,076
フォロー健診受診者	40歳以上の小金井市国民健康保険加入者	8,612	8,406	8,029	7,234	7,754	7,427
	後期高齢者医療保険加入者	7,366	7,506	7,466	7,154	7,362	7,405
	40歳以上の上記以外の医療保険加入及び集団健診受診者	893	844	826	752	765	772

資料：「小金井市の保健衛生」（令和4年度、5年度）

「特定健診・特定保健指導実施結果法定報告」（平成29年度～令和4年度）

【図表 集団健康診査の受診状況】

(単位：人)

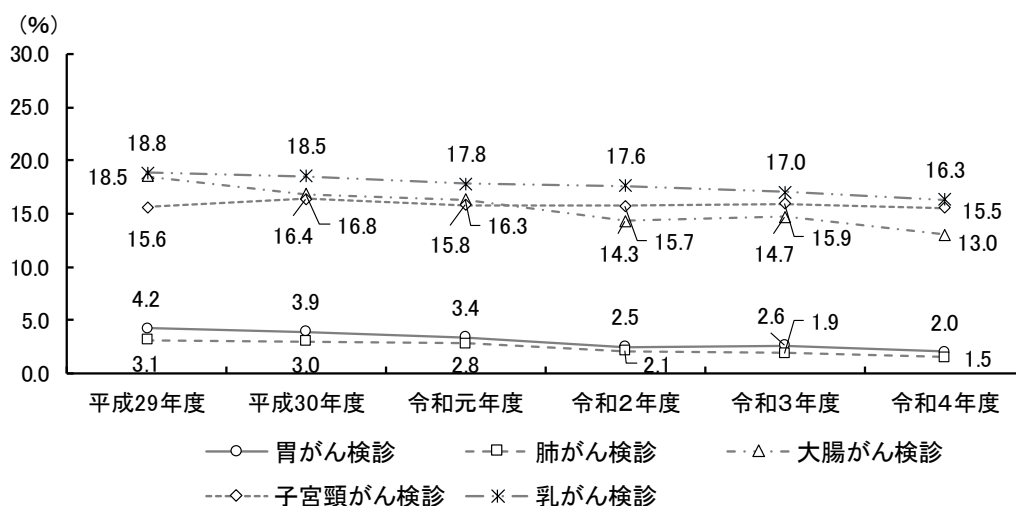
	平成29年度	平成30年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度*
35歳から39歳までの者	42	21	10	23	26	25
医療保険未加入者等	133	113	114	117	140	121
16歳から39歳の障がい者	49	50	52	47	44	33

資料：「小金井市の保健衛生」（令和4年度、5年度）

## (4) 各種がん検診の実施状況

各種がん検診の受診率をみると、「胃がん検診」「肺がん検診」「大腸がん検診」「乳がん検診」は、平成29年度以降、減少傾向にあります。

【図表 各種がん検診受診率の推移】

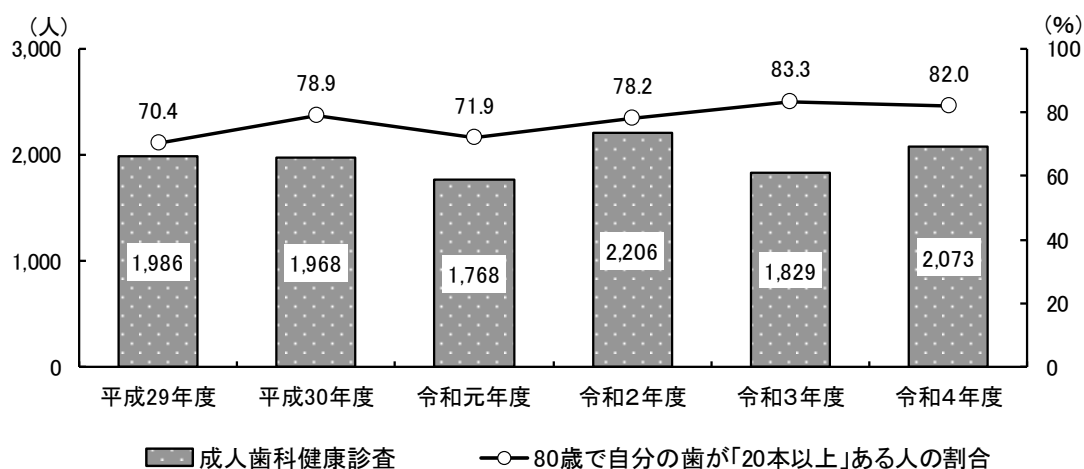


資料：「小金井市の保健衛生」（令和4年度、5年度）

## (5) 歯科健診の実施状況

成人歯科健康診査の受診者数は、令和3年度に減少しましたが、令和4年度では増加しています。また、一般歯科健康診査（妊婦）の受診者数においても、令和元年度に減少しましたが、令和2年度以降増加しています。

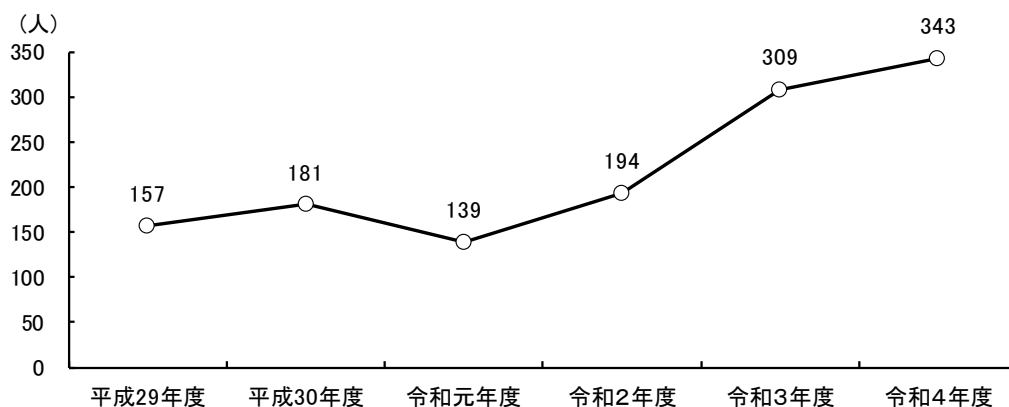
【図表 歯科健康診査（成人歯科健康診査）の受診者数および80歳で自分の歯が「20本以上」ある人の割合】



資料：「小金井市の保健衛生」（令和4年度、5年度）



【図表 歯科健康診査（一般歯科健康診査（妊婦））の受診者数】



資料：「小金井市の保健衛生」（令和4年度、5年度）

## （6）健康づくりフォローアップ教室・健康教育の実施状況

### ① 健康づくりフォローアップ指導

生活習慣病を予防するため、保健・栄養・運動・歯科などの講義及び実技指導を実施し、ライフステージに応じた生活習慣及び行動の定着と健康づくりの促進を目的し実施してきましたが、令和2年度以降、新型コロナウイルス感染症拡大の影響で、教室を中止したり参加者数が大きく減少しました。

【図表 集団健康教育の参加人数（実人数）】

（単位：人）

健康づくりフォローアップ指導	平成29年度	平成30年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度
糖尿病予防教室	42	52	39	14	19	19
糖尿病予防教室（復習会）	24	20	20	中止	中止	17
骨粗しょう症予防教室	44	27	27	中止	16	12
いきいき健康教室	35	35	35	15	13	18
血管若返り教室	17	20	20	8	中止	10
親子健康教室	33	18	18	中止	中止	9
体組成測定でボディメイク教室（旧女性、メタボ、20代含む）	56	41	41	15	18	16
合計	251	213	192	52	66	101

資料：「小金井市の保健衛生」（令和4年度、5年度）

(単位：人)

栄養集団指導	平成 29 年度	平成 30 年度	令和元 年度	令和 2 年度	令和 3 年度	令和 4 年度
栄養講習会	68	83	78	17	39	40

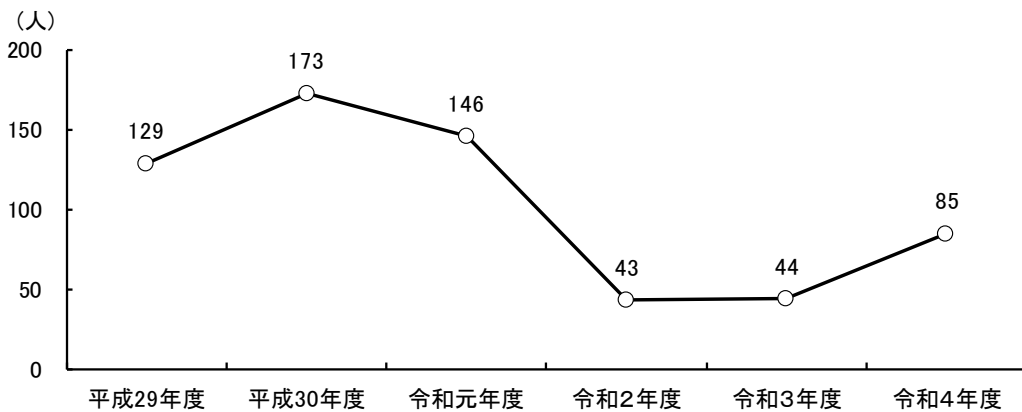
資料：「小金井市の保健衛生」（令和 4 年度、5 年度）

## ② 健康講演会

健康講演会の参加人数をみると、医科に関する分野は、新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、令和 2 年度以降、参加人数が落ち込みましたが、令和 4 年度では増加しています。

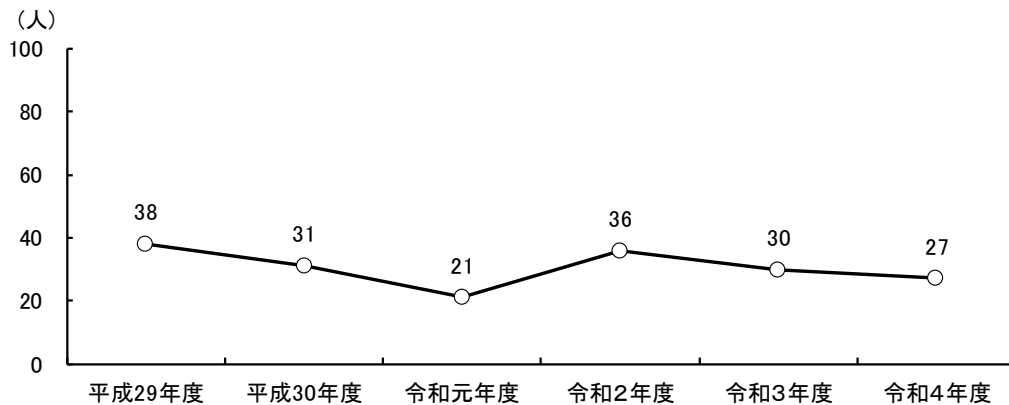
歯科に関する分野は、令和 2 年度に増加しましたが、令和 3 年度以降減少しました。

【図表 健康講演会（医科）の参加人数】



資料：「小金井市の保健衛生」（令和 4 年度、5 年度）

【図表 健康講演会（歯科）の参加人数】

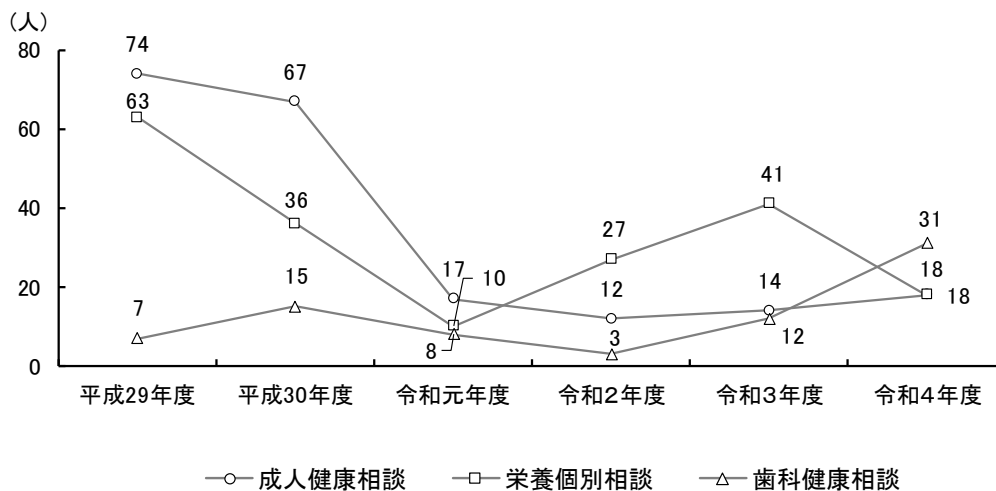


資料：「小金井市の保健衛生」（令和 4 年度、5 年度）

### ③ 健康相談

健康相談の実施状況をみると、新型コロナウイルス感染症拡大により、令和元年度で減少しています。栄養個別相談は、令和2年度から令和3年度にかけて増加しましたが、その後減少しました。

【図表 健康相談の実施状況】



資料：「小金井市の保健衛生」（令和4年度、5年度）

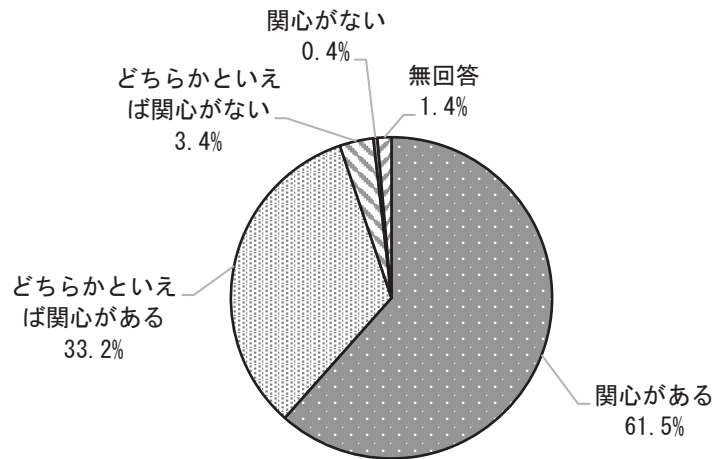
# アンケート調査の結果

## (1) 健診（検診）・生活習慣病予防等について

### ① 自分の健康に関心があるか

自分の健康に関心があるかについて、「関心がある」と「どちらかといえば関心がある」を合わせた“関心がある”の割合は94.7%と高くなっています。

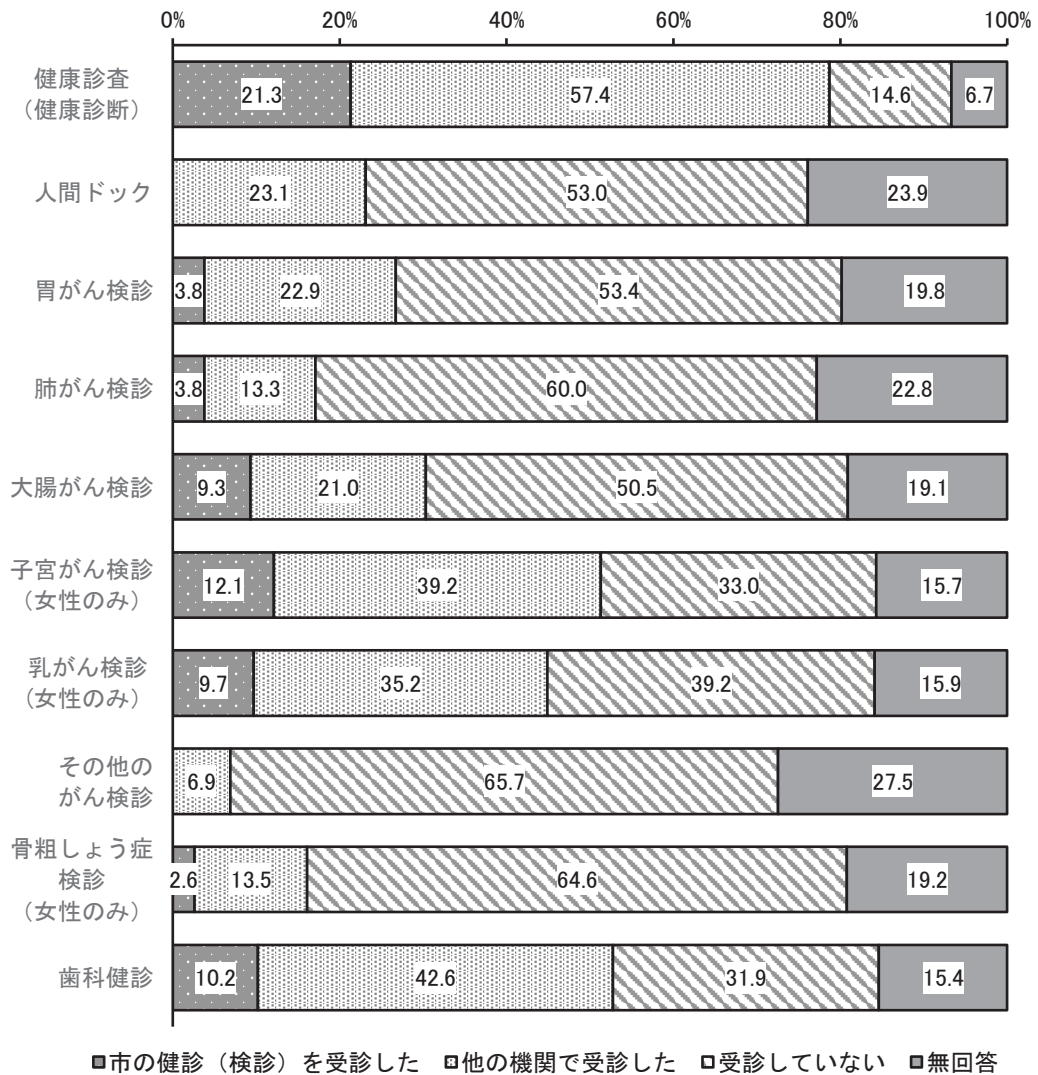
【図 自分の健康に関心があるか】



## ② 各種健診（検診）の受診状況について

健康に対し関心は高いものの、胃がん検診、肺がん検診、大腸がん検診、骨粗しょう症検診を「受診していない」の割合が高くなっています。

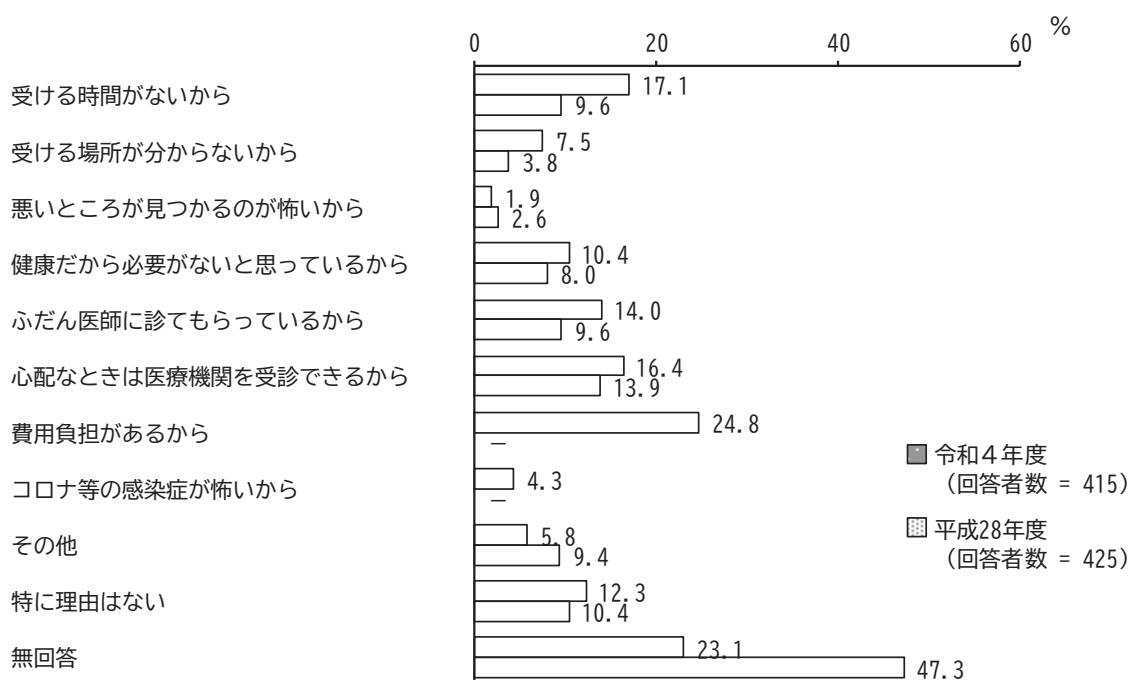
【図 各種健診（検診）の受診状況】



### ③ 健康診査、人間ドックを受けていない理由

健康診査、人間ドックを受けていない理由として、「費用負担があるから」の割合が高くなっています。一方で、各種健診（検診）の費用を自分で支払うことについては、「自分で支払う費用が発生するのはやむを得ない」の割合が高いことから、健診を受診している市民と、健診を受けていない市民とで、違いがあることがうかがえます。

【図 健康診査、人間ドックを受けていない理由】

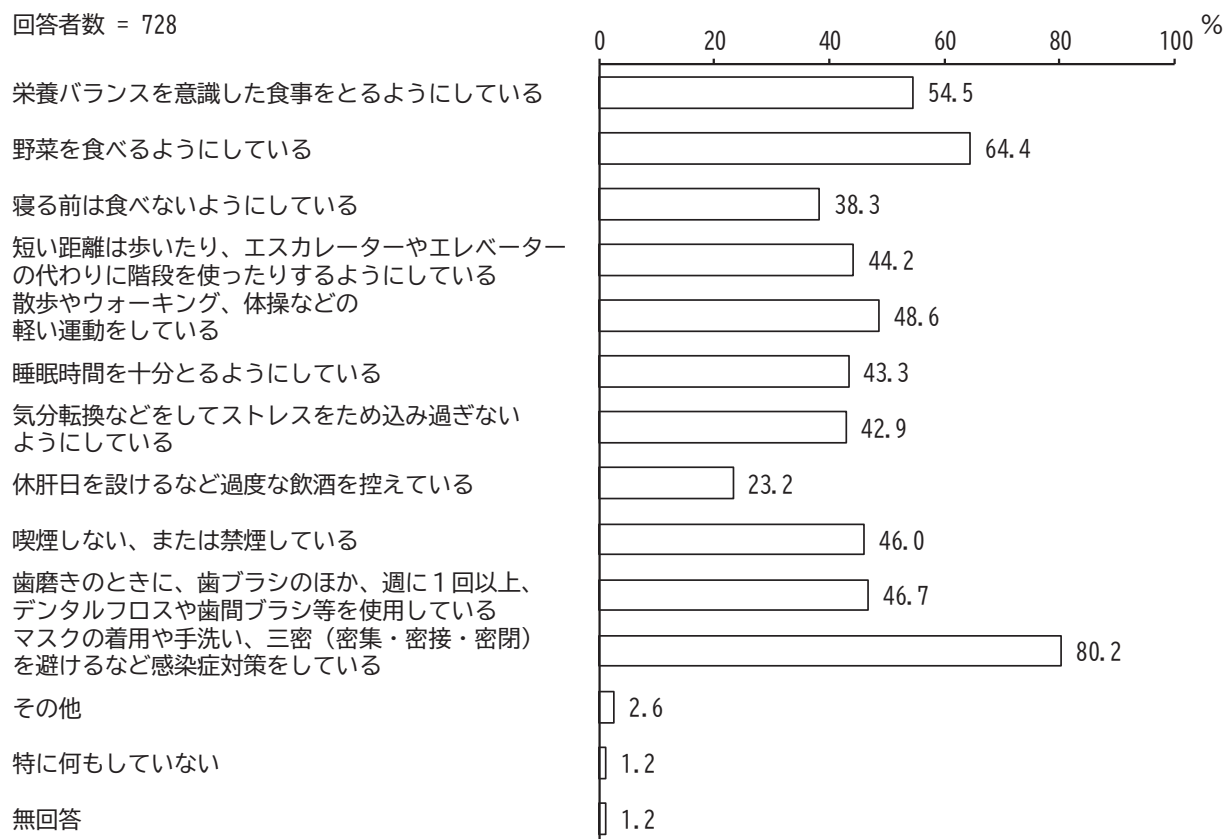


④ 毎日の生活のなかで実践していること

毎日の生活のなかで実践していることとしては、「マスクの着用や手洗い、三密（密集・密接・密閉）を避けるなど感染症対策をしている」の割合が80.2%と最も高くなっています。また、「野菜を食べるようにしている」、「栄養バランスを意識した食事をするようにしている」などの食生活について気を付けている市民が多いことがうかがえます。

【図 毎日の生活のなかで実践していること】

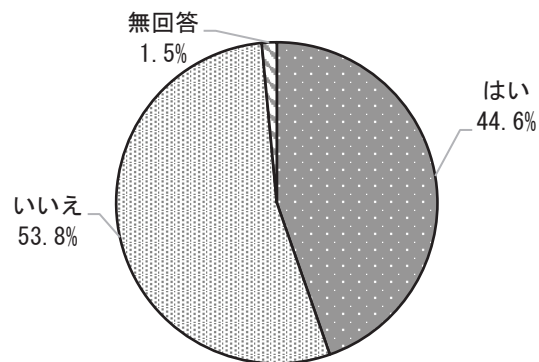
回答者数 = 728



⑤ 新型コロナウイルス感染症により、こころとからだの健康に影響の有無

新型コロナウイルス感染症の拡大により、こころとからだの健康に影響があった市民の割合は 44.6%となっており、「運動など体を動かす機会が減った」、「ストレスを感じるが増えた」、「地域の人との交流が減った」など、様々なところで影響がでていることがうかがえます。

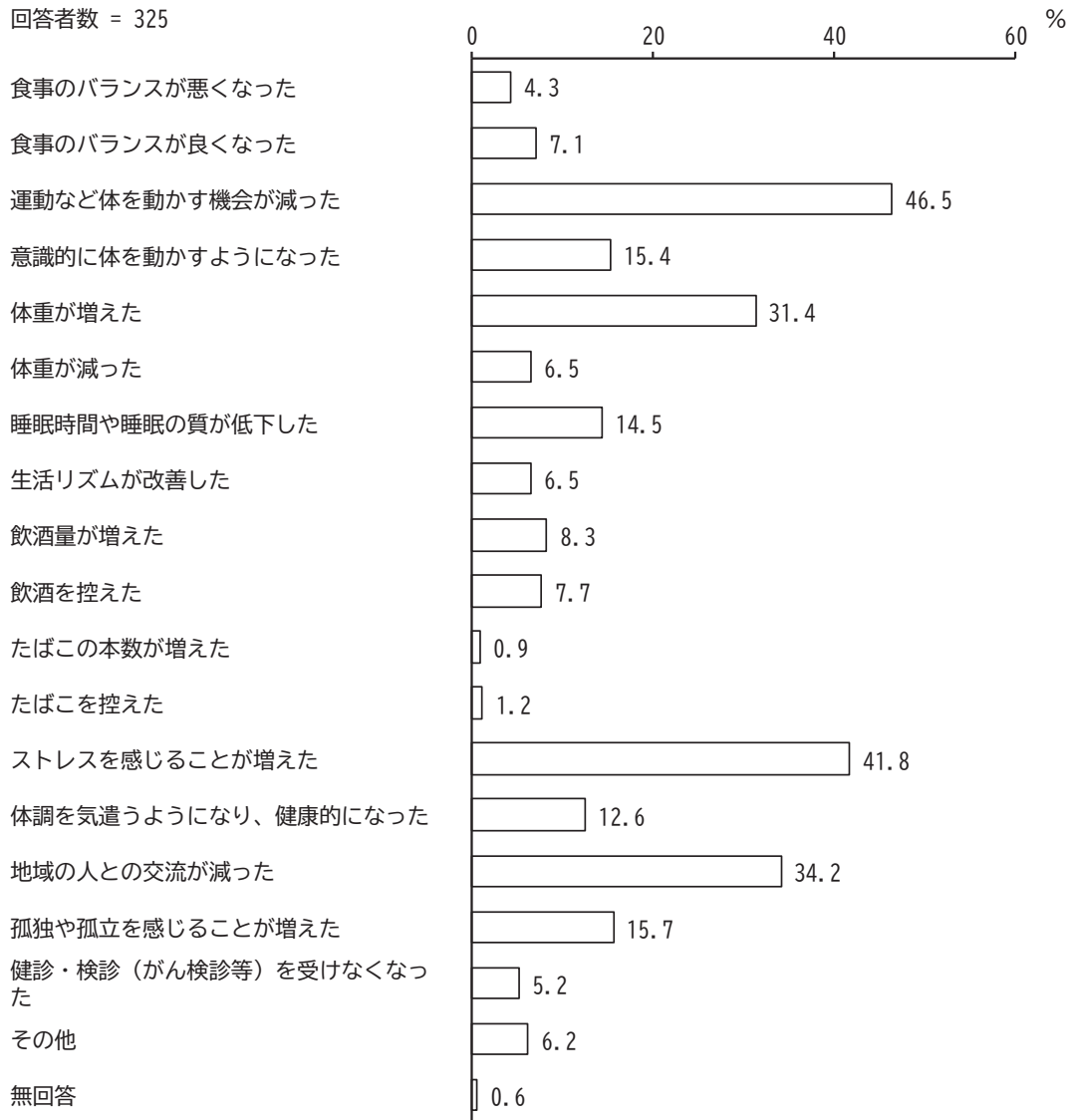
【図 新型コロナウイルス感染症により、こころとからだの健康に影響の有無】





【図 新型コロナウイルス感染症による影響の内容】

回答者数 = 325

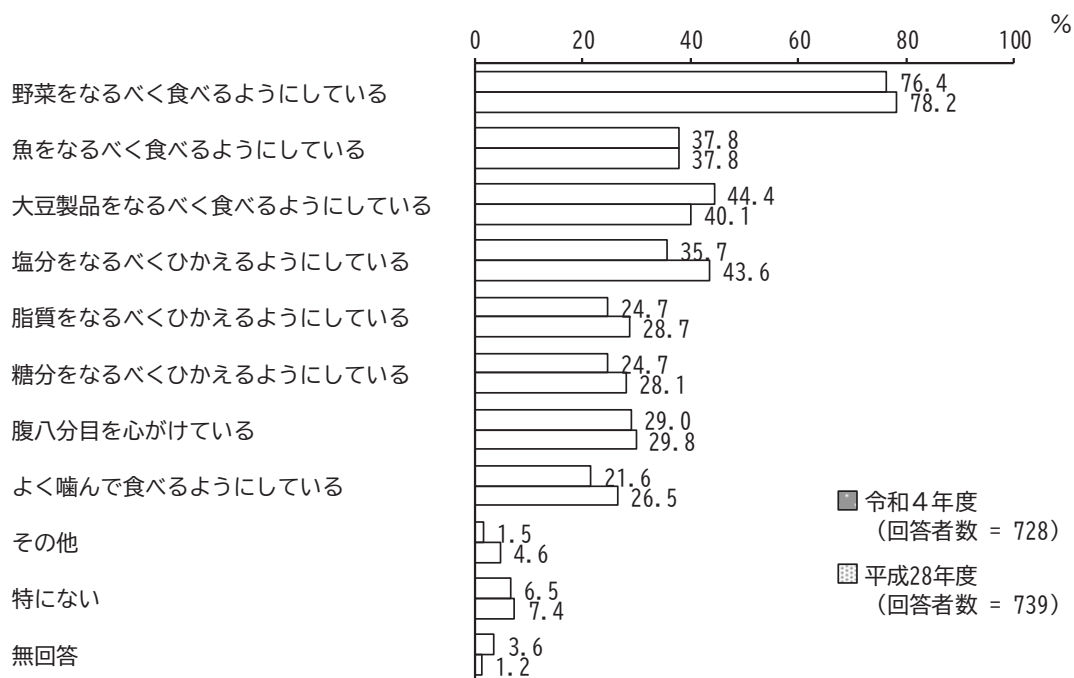


## (2) 栄養・食生活について

### ① 食生活に関して普段意識していること

普段、意識していることとして、「野菜をなるべく食べるようにしている」の割合が最も高く 76.4%となっていますが、普段、実施していることとして、「1日 350g（1日 5皿）以上の野菜を食べる」の割合は 9.8%となっており、なかなか野菜を摂取することが難しいことがうかがえます。

【図 食生活に関して普段意識していること】

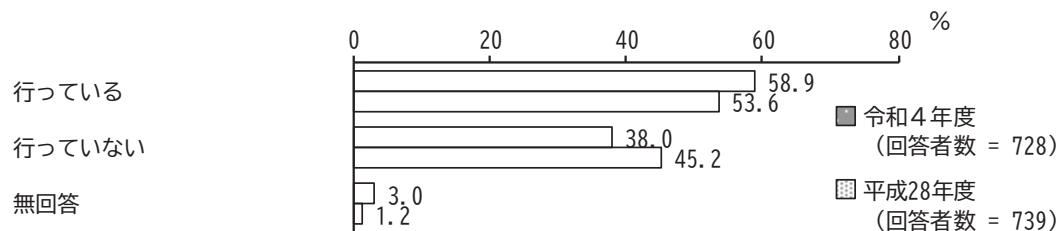


### (3) 運動について

#### ① 1日に30分以上、身体を動かすことを週2回以上行っているか

1日に30分以上、身体を動かすことを週2回以上「行っている」の割合は58.9%となっており、その多くが、2年間以上行っています。継続して運動をしており運動習慣が身に付いていることがうかがえます。

【図 1日に30分以上、身体を動かすことを週2回以上行っているか】



【表 1日に30分以上、身体を動かすことを週2回以上行っているか (年代別)】

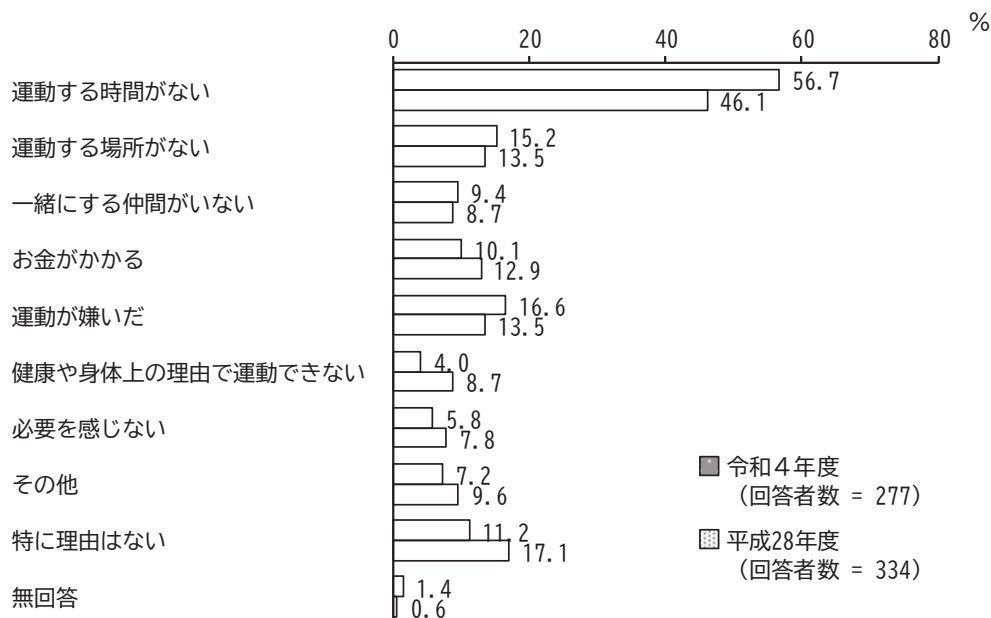
単位：%

区分	行っている	行っていない	無回答
全体	58.9	38.0	3.0
18～19歳	75.0	25.0	-
20～24歳	54.5	45.5	-
25～29歳	47.1	52.9	-
30～34歳	37.3	60.8	2.0
35～39歳	32.8	62.1	5.2
40～44歳	49.3	50.7	-
45～49歳	51.5	48.5	-
50～54歳	55.8	40.3	3.9
55～59歳	61.3	34.7	4.0
60～64歳	59.2	36.7	4.1
65～69歳	78.9	15.8	5.3
70～74歳	85.4	12.5	2.1
75～79歳	75.6	15.6	8.9
80歳以上	74.6	23.9	1.5

## ② 身体を動かしていない理由

身体を動かしていない理由について、「運動する時間がない」の割合が高くなっています。日常生活の中で、気軽に体を動かすこと（階段を使うなど）を周知していくことが重要です。

【図 身体を動かしていない理由】

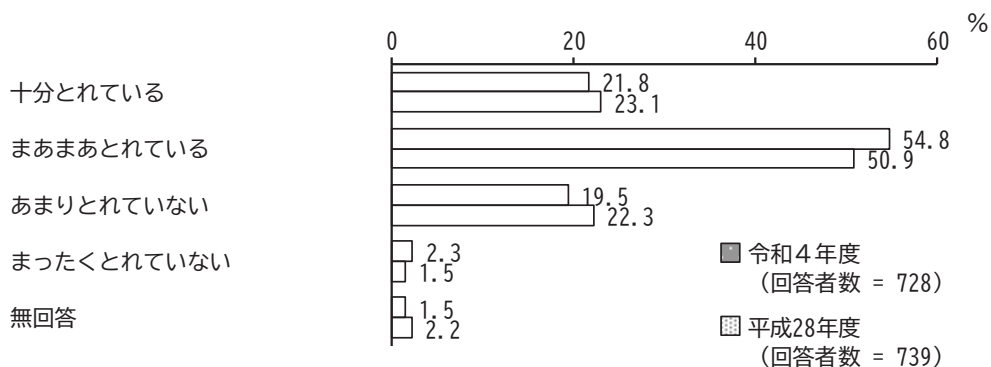


## (4) 休養・睡眠・こころの健康について

### ① 睡眠で休養が十分とれているか

睡眠で休養が十分とれているかについて、「十分とれている」と「まあまあとれている」を合わせた“とれている”の割合は76.6%、「あまりとれていない」と「まったくとれていない」を合わせた“とれていない”の割合は21.8%となっています。

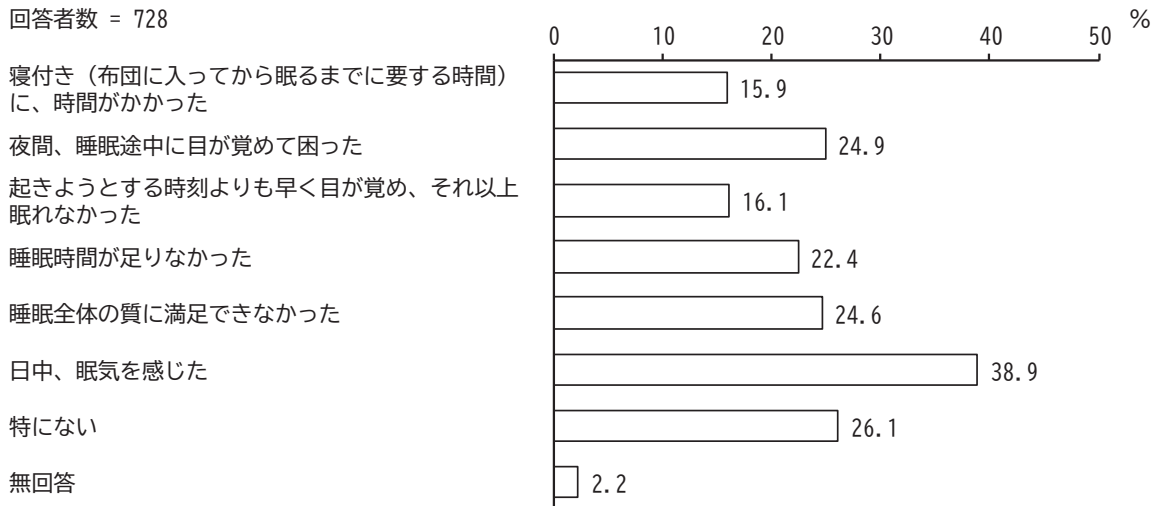
【図 睡眠で休養が十分とれているか】



② 睡眠の質について

睡眠の質について、この1か月間に「特にない」と回答した市民は26.1%となっており、4人に3人は、睡眠に対して、何らかの問題を抱えていることがうかがえます。

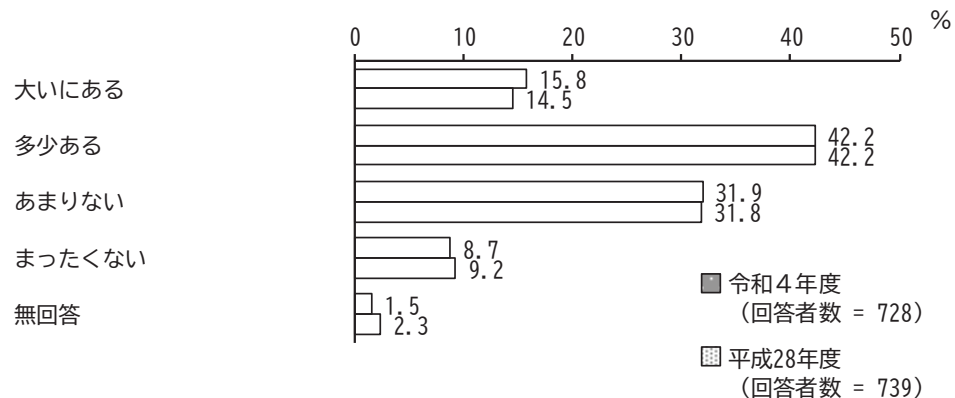
【図 睡眠の質について】



③ この1か月間のストレスの有無について

この1か月間のストレスの有無について、「大いにある」と「多少ある」を合わせた“ある”の割合が58.0%となっています。

【図 この1か月間のストレスの有無について】



【表 この1か月間のストレスの有無について（年代別）】

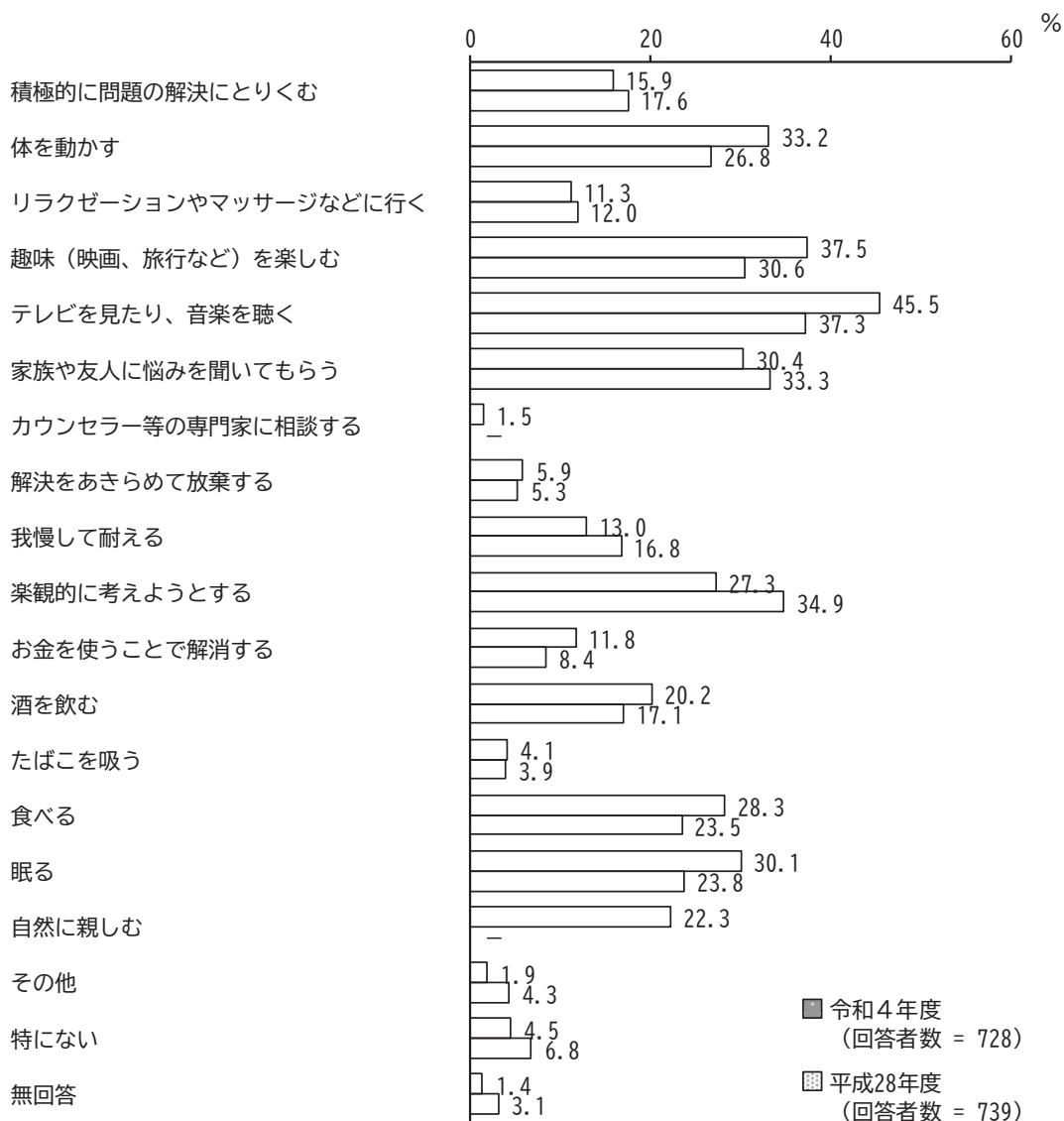
単位：%

区分	大いにある	多少ある	あまりない	まったくない	無回答
全 体	15.8	42.2	31.9	8.7	1.5
18～19 歳	-	25.0	75.0	-	-
20～24 歳	31.8	36.4	18.2	13.6	-
25～29 歳	23.5	35.3	32.4	8.8	-
30～34 歳	25.5	43.1	25.5	5.9	-
35～39 歳	15.5	50.0	27.6	6.9	-
40～44 歳	20.3	50.7	26.1	2.9	-
45～49 歳	20.6	44.1	26.5	8.8	-
50～54 歳	26.0	42.9	26.0	5.2	-
55～59 歳	13.3	48.0	33.3	5.3	-
60～64 歳	8.2	42.9	44.9	2.0	2.0
65～69 歳	14.0	35.1	36.8	10.5	3.5
70～74 歳	8.3	43.8	31.3	10.4	6.3
75～79 歳	4.4	40.0	42.2	11.1	2.2
80 歳以上	3.0	31.3	38.8	23.9	3.0

#### ④ ストレスの対処方法について

ストレスの対処方法について、ほとんどの人が何らかの対処方法を持っていますが、若干数ではあるが、「特にない」と回答した人もいます。また、悩みやストレスについて、「特に相談していない」と回答した人は、29.7%となっています。

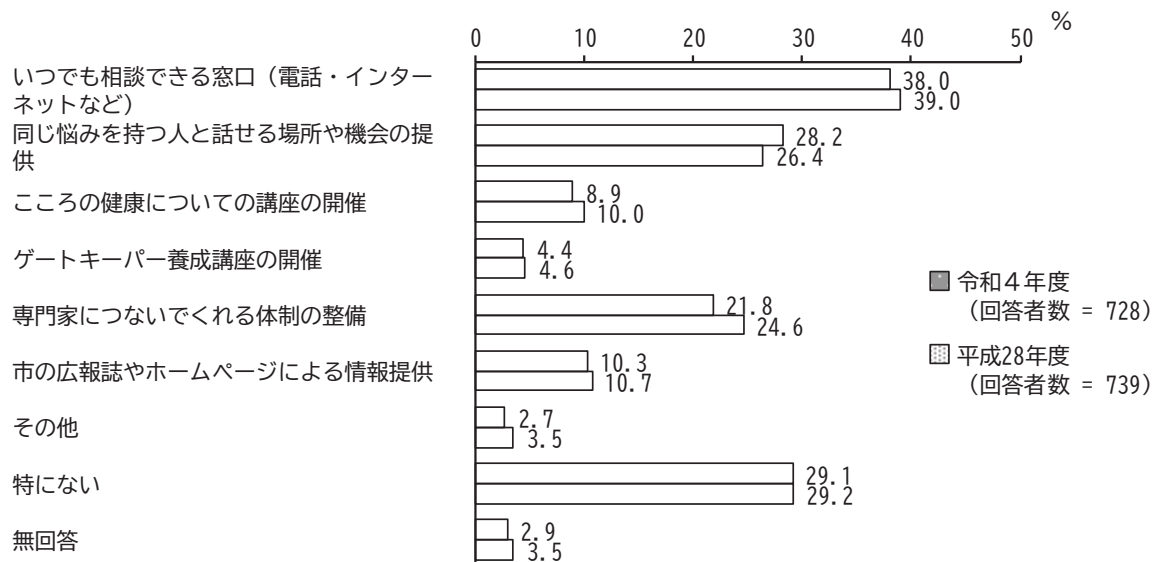
【図 ストレスの対処方法について】



⑤ こころの健康を保つためにどのような機関やしくみについて

こころの健康を保つためにどのような機関やしくみについて、「いつでも相談できる窓口（電話・インターネットなど）」の割合が高くなっています。

【図 こころの健康を保つためにどのような機関やしくみについて】

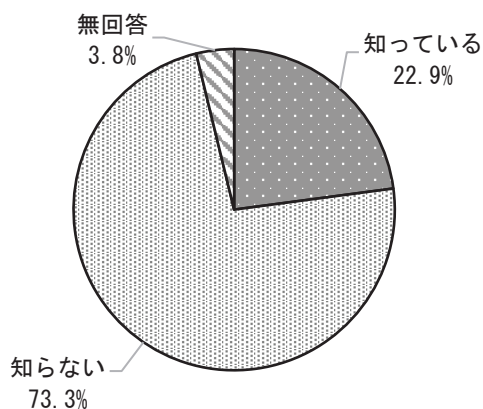


(5) 飲酒・喫煙について

① 適正飲酒量の認知度

適正飲酒量の認知度について、「知らない」の割合が 73.3%と高くなっています。

【図 適正飲酒量の認知度】

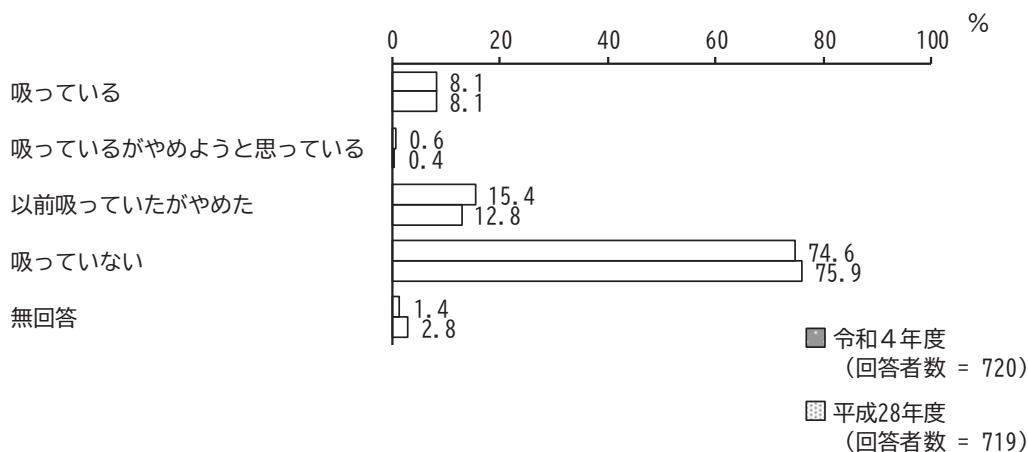




## ② たばこを現在、吸っている人

たばこを現在、吸っている人の割合は 8.1% となっています。現在、たばこを吸っている人の 86.2% は 10 年以上たばこを吸っていることがうかがえます。

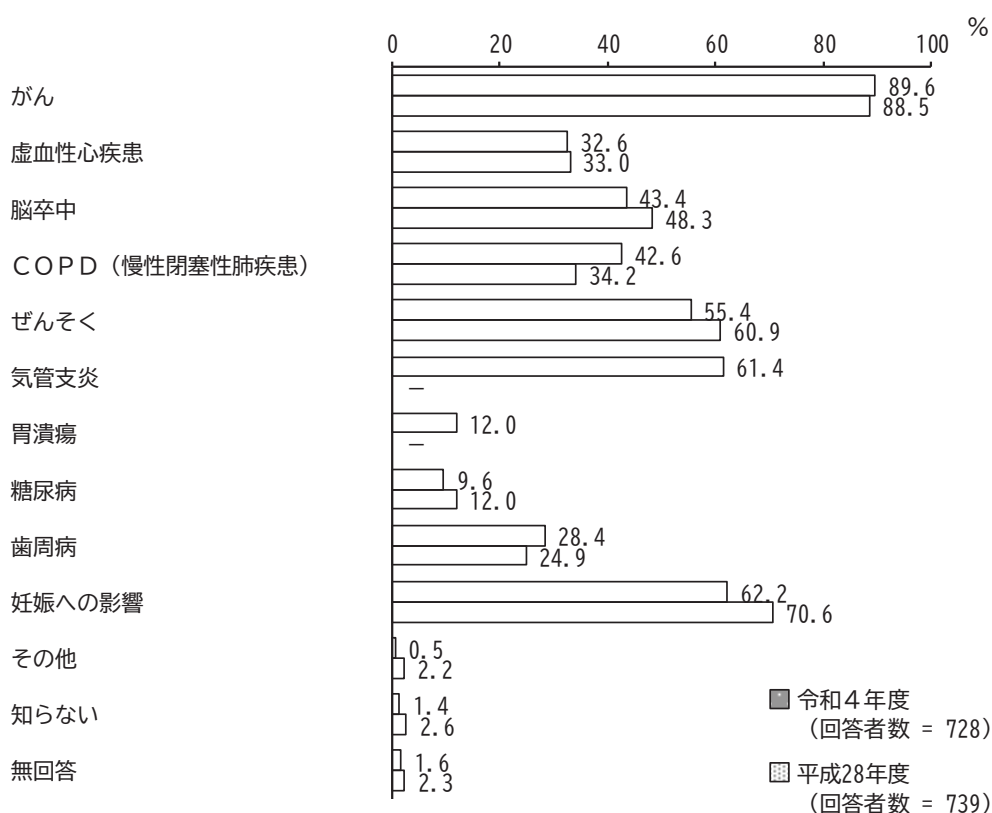
【図 たばこを現在、吸っている人】



## ③ 喫煙が健康に与える影響について

喫煙が健康に与える影響について、「がん」「妊娠への影響」「気管支炎」「ぜんそく」などの割合は高くなっているものの、「胃潰瘍」「糖尿病」「歯周病」などの割合は低くなっています。

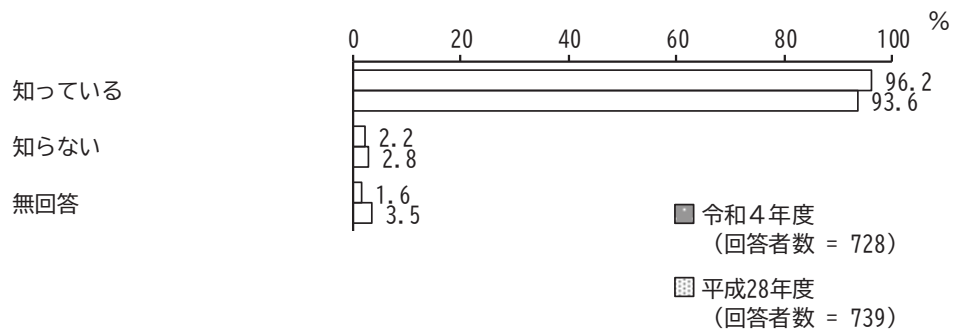
【図 喫煙が健康に与える影響について】



#### ④ 受動喫煙が健康に影響を与えることを知っている人

受動喫煙が健康に影響を与えることを知っている人の割合は 96.2%と高くなっていますが、この1年間で受動喫煙を経験した人の割合は 51.6%と高くなっており、経験した場所としては、「路上等」「飲食店（レストラン・喫茶店・居酒屋等）」などの割合が高くなっています。

【図 受動喫煙が健康に影響を与えることを知っている人】

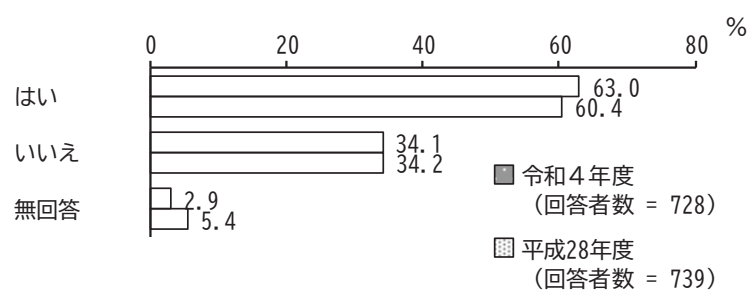


## (6) 歯と口腔の健康について

### ① 歯周病予防をしている人

歯周病予防をしている人は、63.0%、していない人は 34.1%となっています。

【図 歯周病予防をしている人】



【表 歯周病予防をしている人（男女別）】

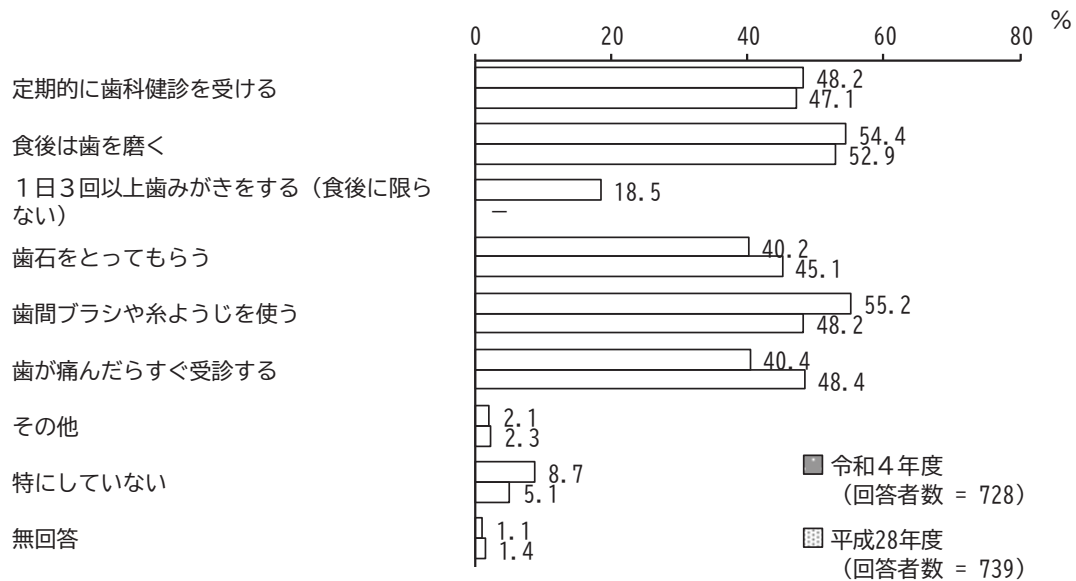
単位：％

区分	はい	いいえ	無回答
全 体	63.0	34.1	2.9
男性	53.0	44.7	2.3
女性	71.0	25.9	3.1
そのほか	-	100.0	-

② 歯や歯ぐきの健康のためにやっていること

歯や歯ぐきの健康のためにやっていることは、「歯間ブラシや糸ようじを使う」、「食後は歯を磨く」の割合が5割以上と高くなっており、また「定期的に歯科健診を受ける」の割合も48.2%となっています

【図 歯や歯ぐきの健康のためにやっていること】

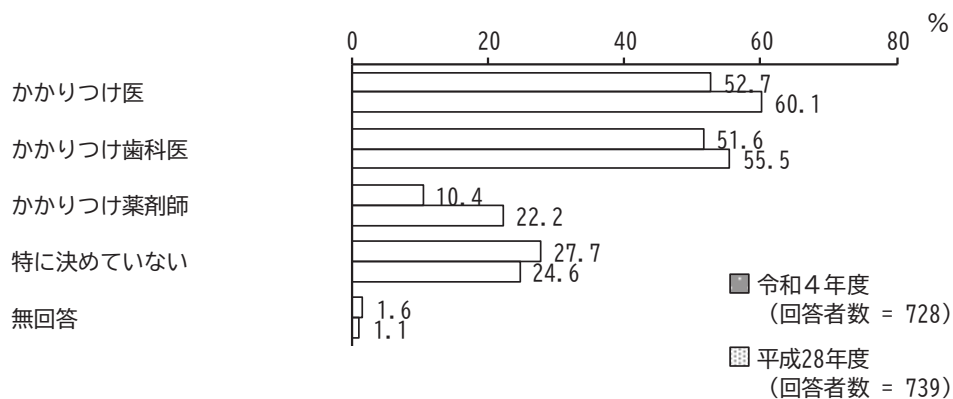


## (7) 医療体制について

### ① 「かかりつけ医」「かかりつけ歯科医」を決めている人

「かかりつけ医」「かかりつけ歯科医」を決めている人の割合は5割以上となっていますが、「かかりつけ薬剤師」を決めている人は1割と少なく、また「特に決めていない」人は約3割となっています。

【図 「かかりつけ医」「かかりつけ歯科医」を決めている人】

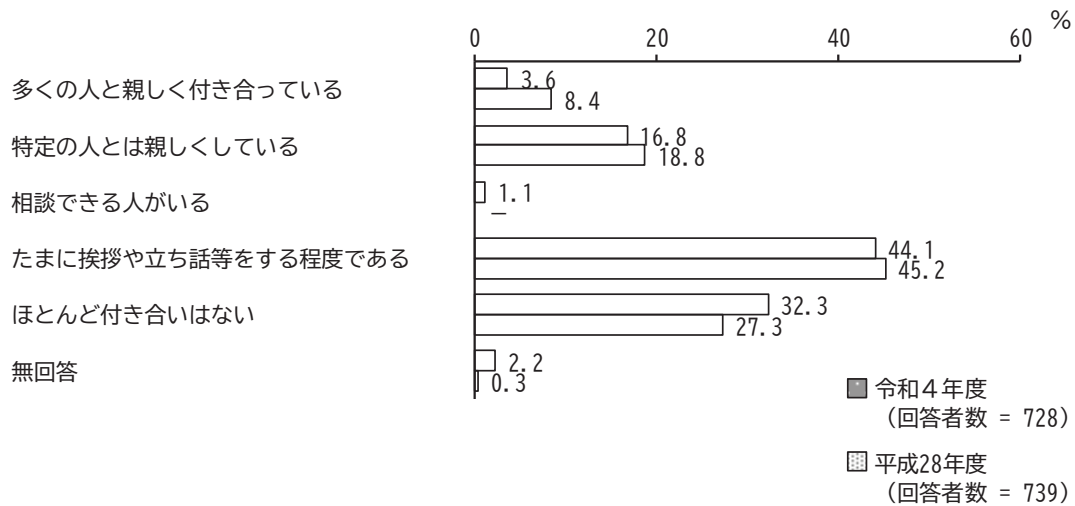


## (8) 地域活動について

### ① 隣近所の人との付き合いの程度

隣近所の人との付き合いの程度は、「たまに挨拶や立ち話等をする程度である」、「ほとんど付き合いはない」の割合が高く、近所付き合いの希薄化がうかがえます。

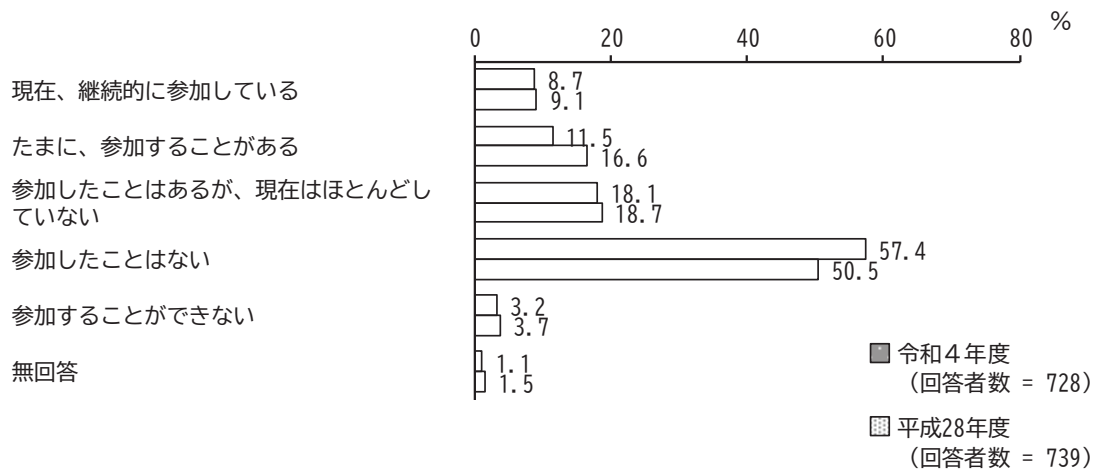
【図 隣近所の人との付き合いの程度】



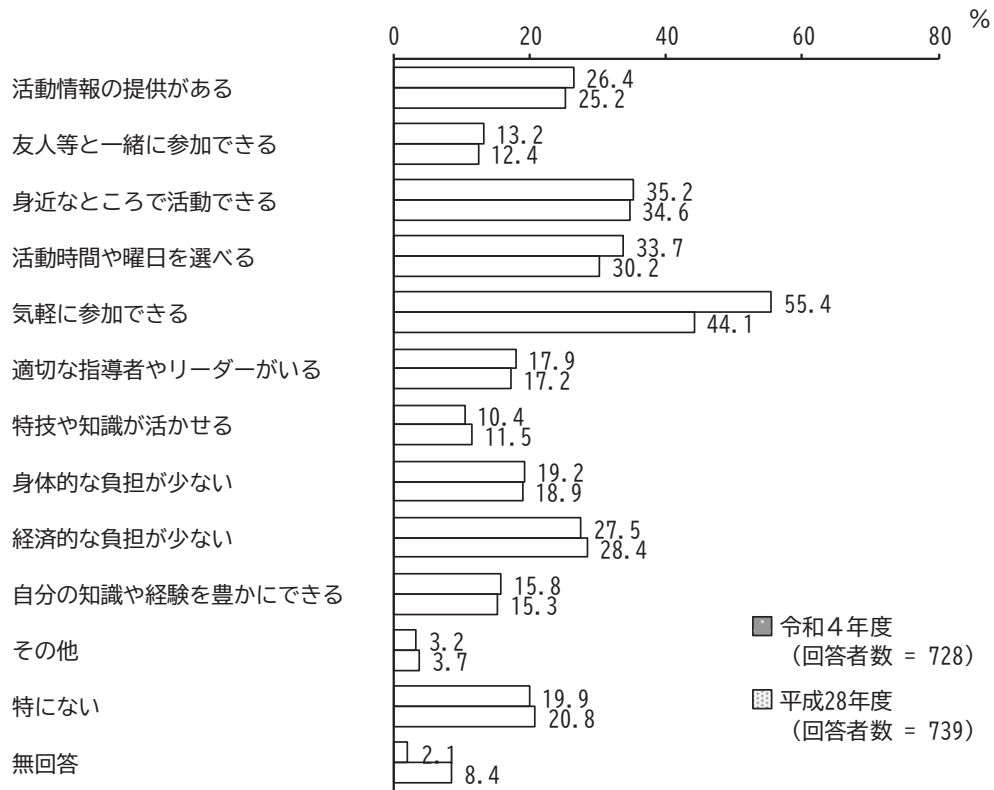
### ② 地域や住人による活動の参加状況と参加する条件

地域や住人による活動についても、「参加したことがない」の割合が約6割となっています。地域や住民による活動に参加する条件として、「気軽に参加できる」「身近なところで活動できる」の割合が高くなっています。

【図 地域や住人による活動の参加状況】



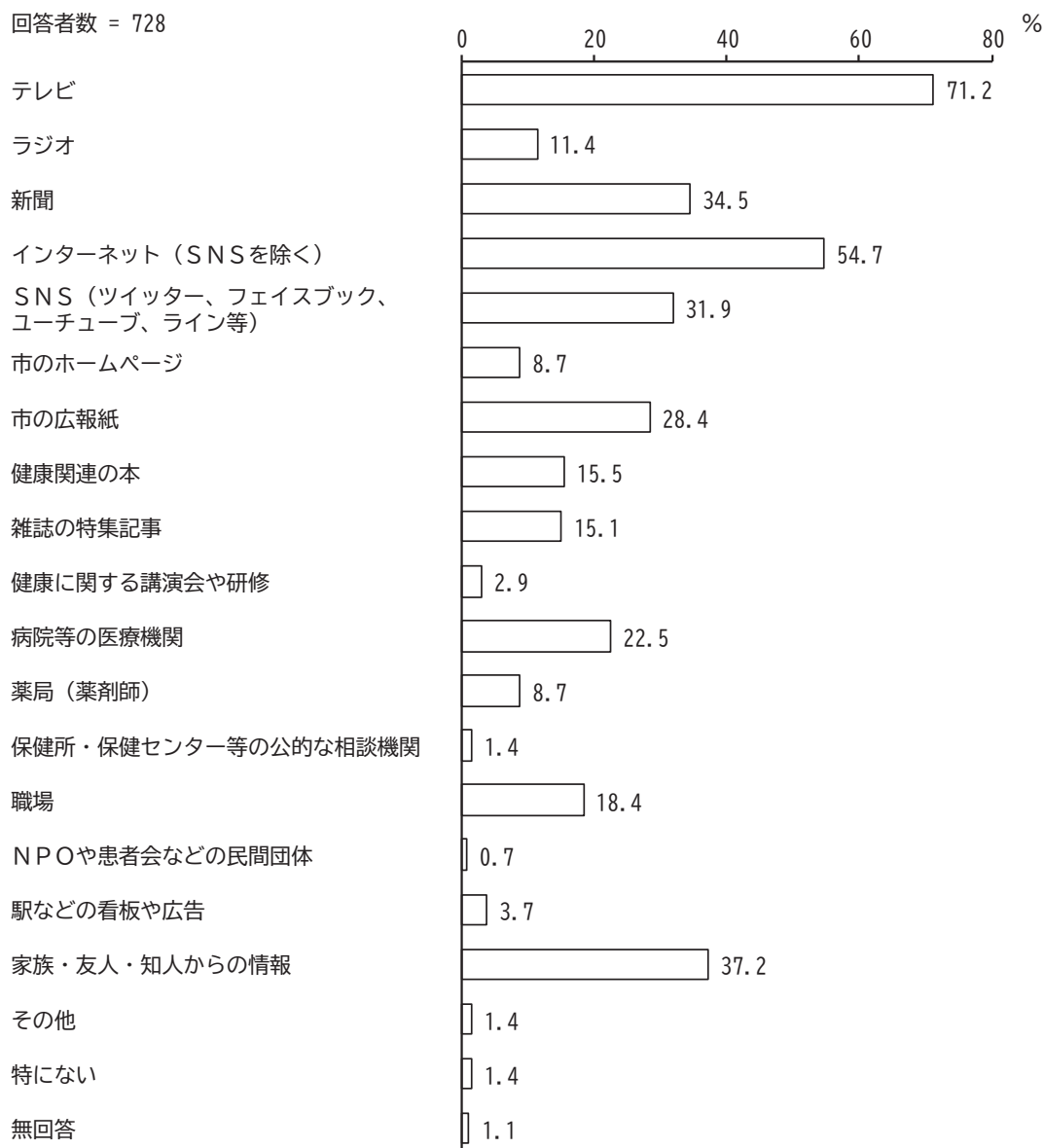
【図 地域や住民による活動に参加する条件】



### ③ 健康に関する情報の入手方法

健康に関する情報の入手方法について、「テレビ」の割合が71.2%と最も高く、次いで「インターネット（SNSを除く）」「家族・友人・知人からの情報」「新聞」などの割合も高くなっており、様々な媒体を活用した情報発信が重要であることがうかがえます。

【図 健康に関する情報の入手方法】

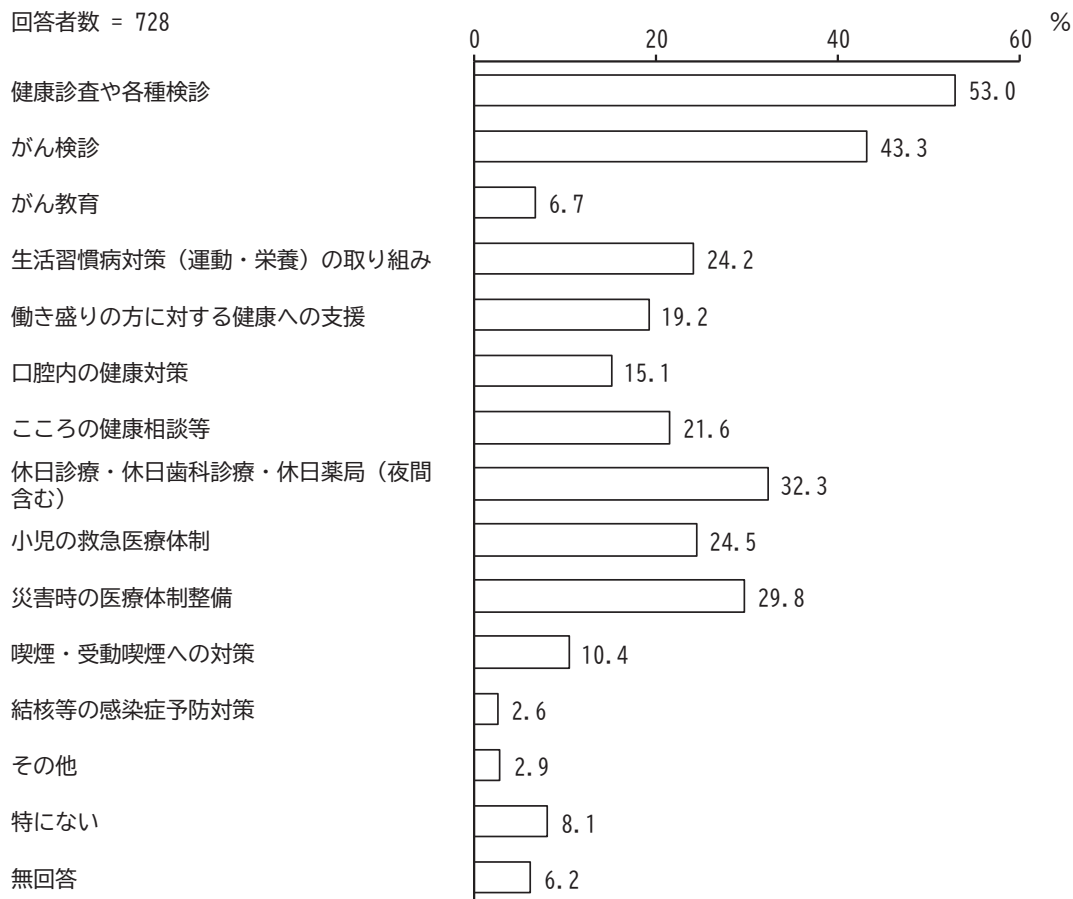




#### ④ 市の保健医療対策で充実していくべきこと

市の保健医療対策で充実していくべきこととして、「健康診査や各種検診」、「がん検診」の割合が高い。胃がん検診、肺がん検診、大腸がん検診、骨粗しょう症検診などを受診している市民が少ないことから、健診・検診の充実を行っていくことが重要であることがうかがえます。

【図 市の保健医療対策で充実していくべきこと】



成人歯科健診の受診状況 (過去5年間)

対象者	20歳～80歳の5歳刻みの節目年齢の市民（平成25年度から75歳・80歳を29年度から30歳を30年度から25歳令和元年度から20歳を拡大）
実施回数	年間1回
健診内容	歯周組織・口腔組織・顎関節・歯牙・義歯の診査・保健指導・総合判定・レントゲン（50歳・60歳）等
実施場所	市内契約歯科医療機関

実施状況及び検査結果

(単位：人)

		平成29年度	平成30年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度	
受診者		1,986	1,968	1,768	2,206	1,829	
総合判定結果	健康	187	676	609	817	669	
	要指導	276	512	497	647	525	
	要治療	う蝕	686	695	651	809	644
		歯周病	786	767	658	738	631
		義歯調整	160	90	82	82	82
	その他	237	33	34	20	13	
レントゲン撮影（50・60歳）		106	81	98	107	92	



# 計画策定の背景と目的

## 1 計画策定の背景

### (1) 国の主な動き

#### 【健康日本 21（第三次）】

国では、すべての国民が健やかで心豊かに生活できる活力ある社会の実現をめざし、平成 25 年度に「健康日本 21（第二次）」を施行し、「健康寿命の延伸と健康格差の縮小」「生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底」「社会全体として相互に支え合いながら健康を守る環境の整備」など 5 つの基本的方向性を新たに盛り込み、10 年間の健康づくりに関する取り組みを推進しています。令和 3 年 8 月には、関連する他の計画と計画期間を一致させるため、「健康日本 21（第二次）」の計画期間を 1 年延長し、令和 5 年度末までの 11 年間とし、令和 4 年 10 月に健康日本 21（第二次）の最終評価を行いました。また、令和元年度には「健康寿命延伸プラン」を策定し、健康無関心層へのアプローチの強化及び地域間・保険者間の格差の解消に向けた取り組みを推進しています。

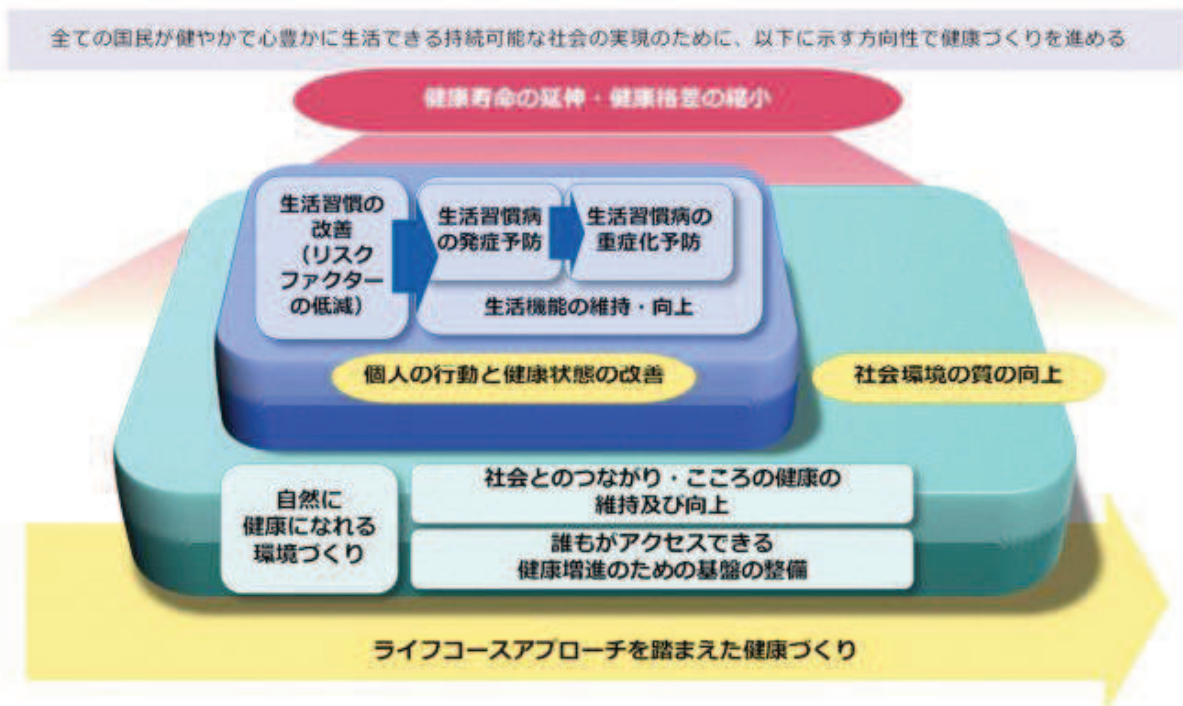
令和 5 年 5 月に令和 6 年度から令和 17 年度の 12 年間の計画期間とする次なる国民健康づくり運動である「21 世紀における第三次国民健康づくり運動（健康日本 21（第三次）」を推進するため、基本方針を公表し、厚生労働大臣名で告示されました。

健康日本 21（第三次）」は、人生 100 年時代を迎え、社会が多様化する中で、各人の健康課題も多様化しており、「誰一人取り残さない健康づくり」を推進するとともに、健康寿命は着実に延伸してきましたが、一部の指標が悪化しているなど、さらに生活習慣の改善を含め、個人の行動と健康状態の改善を促す必要があるため「より実効性をもつ取組の推進」に重点を置いています。

全ての国民が健やかで心豊かに生活できる持続可能な社会の実現」というビジョン実現のため、基本的な方向を①健康寿命の延伸・健康格差の縮小、②個人の行動と健康状態の改善、③社会環境の質の向上、④ライフコースアプローチを踏まえた健康づくりの 4 つとしています。

平成 12 年の健康日本 21 開始以来、基本的な法制度の整備や仕組みの構築、自治体、保険者、企業、教育機関、民間団体など多様な主体による予防・健康づくり、データヘルス・ICTの利活用、社会環境整備、ナッジ・インセンティブといった、当初はなかった新しい要素の取り込みがあり、こうした諸活動の成果により、健康寿命（健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間）は着実に延伸してきたと評価されています。

【健康日本 21（第三次）の概念図】



## (2) 都の主な動き

### 【東京都健康推進プラン 21（第三次）】

東京都は、平成 13 年 10 月に「東京都健康推進プラン 21」を策定し、都民の健康な長寿の実現を目指し、予防重視の生活習慣病対策や、健康づくり機運の醸成などに取り組んできました。

平成 25 年 3 月には、「東京都健康推進プラン 21（第二次）」を策定し、どこに住んでいても生涯にわたり健やかに心豊かに暮らせる社会を目指し、総合目標として「健康寿命の延伸」と「健康格差の縮小」を掲げ、これらを達成するために、生活習慣病の発症予防や生活習慣の改善を進めています。

国において、「国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針（平成 24 年厚生労働省告示第 430 号）」が改正され、健康日本 21（第二次）の計画期間が 1 年間延長となったことから、東京都においても、関連計画と調和の取れた指標設定及び施策展開を行うため、東京都健康推進プラン 21（第二次）の計画期間を 1 年延長し、「平成 25 年度から令和 5 年度まで」としました。

令和 6 年度から令和 17 年度を計画期間とする東京都健康推進プラン 21（第三次）においては、第二次の最終評価も踏まえ、総合目標として「健康寿命の延伸」と「健康格差の縮小」を掲げ、個人の行動と健康状態の改善、社会環境の質の向上、ライフコースアプローチを踏まえた健康づくりの 3 つの領域で取り組みを推進します。

## 2 計画策定の目的

本市では、健康増進法に基づく「小金井市健康増進計画（第 2 次）」を平成 30 年度に策定し、市民の主体的な健康づくりを地域社会全体で取り組めるよう推進してきました。

計画期間中には、新型コロナウイルス感染症が世界的に大流行し、感染拡大の影響により、外出自粛が求められるなど市民の日常生活が大きく変化し、活動量の低下や感染への恐れから受診控えなどがあり、心身の健康に影響をもたらしました。

このような中、令和 5 年度に、現行の「小金井市健康増進計画（第 2 次）」が最終年度を迎えることから、これまでの取り組みの実績や目標に対する最終評価、計画策定に先立って実施されたアンケート調査の結果などを踏まえ、本計画は、国や都の計画を踏まえながら、市民一人ひとりが生涯を通じて質の高い生活を送ることができるよう、今後更なる生活習慣病予防と健康づくりの推進を目指した「小金井市健康増進計画（第 3 次）」を策定いたします。

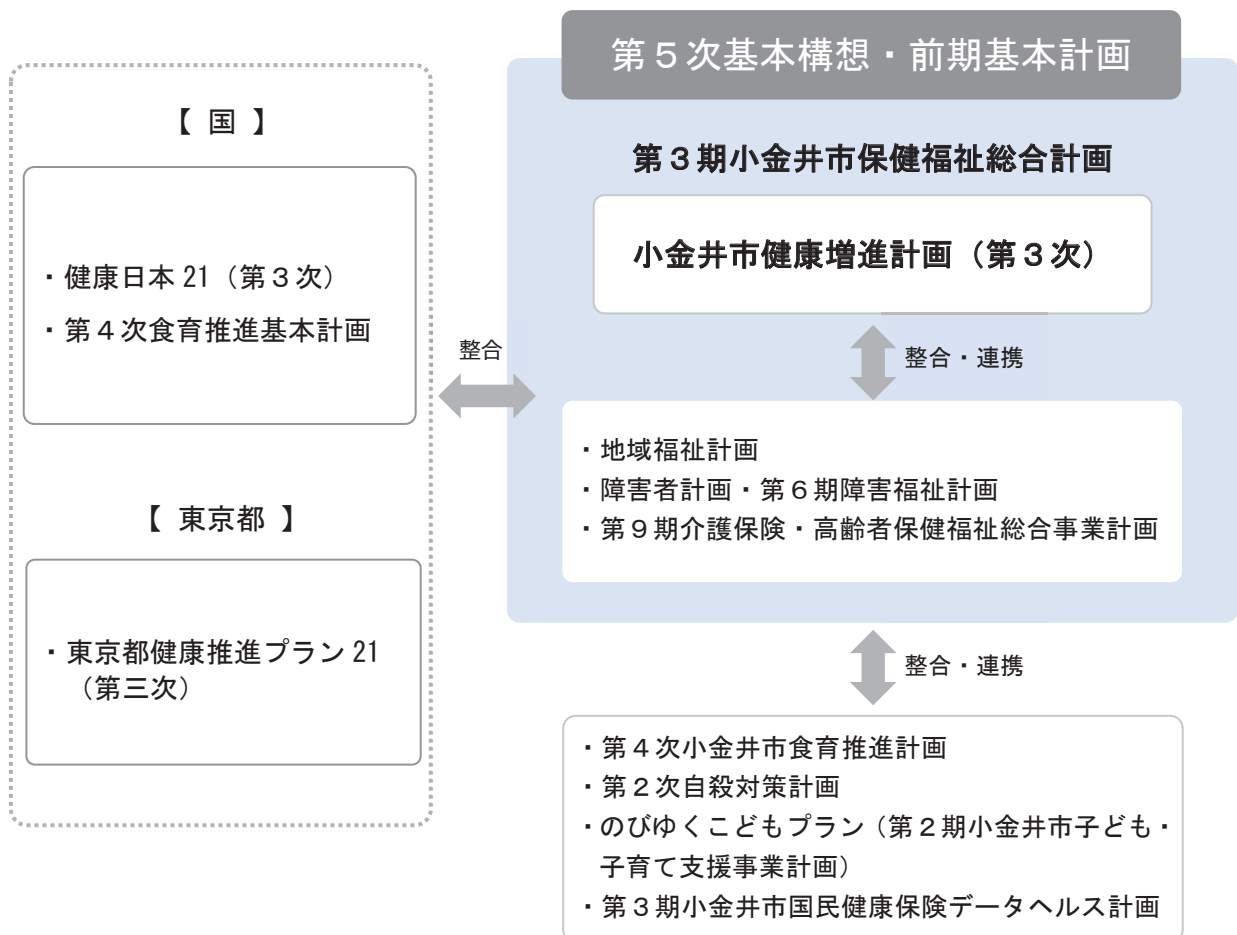
### 3

## 計画の位置づけ

本計画は、健康増進法第8条第2項に基づく「市町村健康増進計画」であり、健康の増進の総合的な推進に向けた取り組みの方向性を定めるものです。

また、本計画は、「第5次基本構想・前期基本計画」に基づく個別計画であり、健康増進に関する計画です。

「第3期小金井市保健福祉総合計画」に包含された「地域福祉計画」、「障害者計画・第6期障害福祉計画」、「第9期介護保険・高齢者保健福祉総合事業計画」のほか、「第4次小金井市食育推進計画」、「第2次自殺対策計画」、「のびゆくこどもプラン（第2期小金井市子ども・子育て支援事業計画）」「第3期小金井市国民健康保険データヘルス計画」等、関連分野計画等と連携する計画です。



## 4

## 計画の期間

本計画は、令和6年度から令和11年度までの6年間を計画期間とします。  
また、今後の社会情勢の変化に応じ、適宜見直しを行います。

		令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度	令和10年度	令和11年度	令和12年度	
国	健康日本21	健康日本21(第三次)(~令和17年度)							
東京都	健康推進 プラン 21	東京都健康推進プラン 21						次期計画	
小金井市	健康増進 計画)	小金井市健康増進計画(第3次)						次期計画	