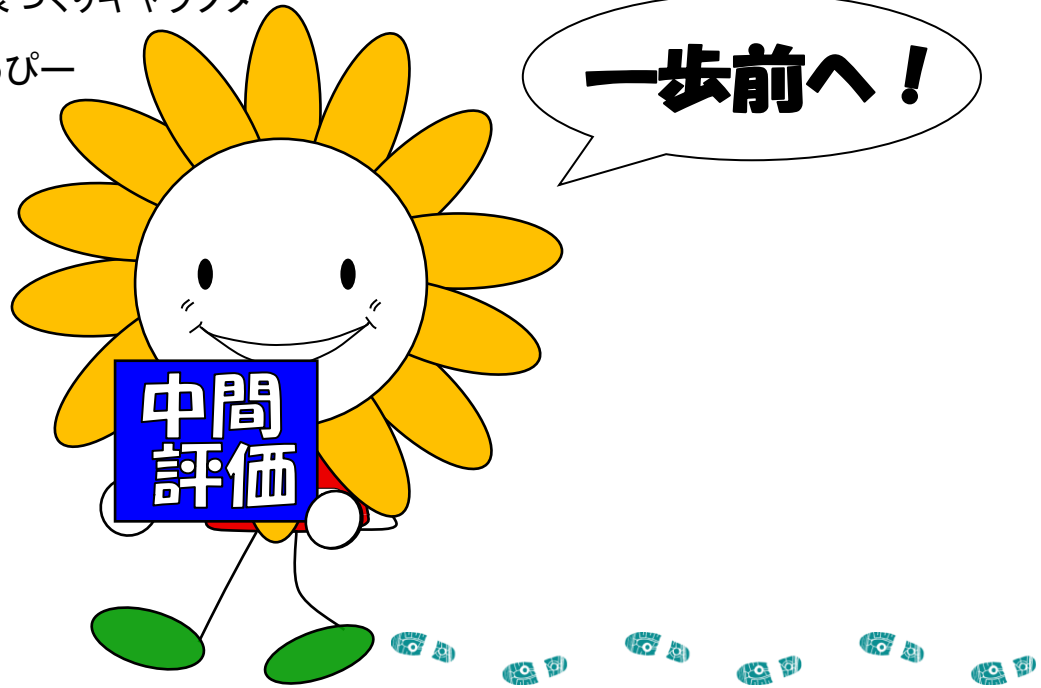


第2次 健康むらやま21計画

中間評価

健康づくりキャラクター

ぽっぴー



令和元年8月
村山市

目次

第1章 計画の中間評価にあたって

- 1、中間評価の趣旨 ----- 1
- 2、第2次健康むらやま21計画の概要・評価項目 ----- 1

第2章 村山市の現状

- 1、人口 ----- 3
- 2、出生と死亡 ----- 4
- 3、平均寿命と健康寿命 ----- 6
- 4、健康診査の状況 ----- 7
- 5、医療の状況 ----- 8

第3章 総論

- 1、中間評価の方法 ----- 9
- 2、大目標（3本の矢）に対する評価 ----- 9
- 3、各分野の目標達成状況 ----- 11

第4章 各論

- 1、健康寿命の延伸と健康格差の縮小 ----- 12
- 2、がん ----- 14
- 3、循環器疾患・糖尿病 ----- 17
- 4、COPD（慢性閉塞性肺疾患） ----- 20
- 5、こころの健康 ----- 22
- 6、次世代の健康 ----- 24
- 7、高齢者の健康 ----- 26
- 8、地域で支える ----- 28
- 9、栄養・食生活 ----- 30
- 10、飲酒 ----- 34
- 11、喫煙 ----- 36
- 12、休養 ----- 39
- 13、身体活動・運動 ----- 41
- 14、歯・口腔の健康 ----- 44

第5章 目標値一覧 ----- 47

資料編 ----- 51

第1章 計画の中間評価にあたって

1、中間評価の趣旨

第2次「健康むらやま21」計画は、国の「健康日本21(第二次)」を踏まえて平成26(2014)年に策定され、実践指針や具体的な目標を掲げて健康づくり事業に取り組んできました。この目標の達成状況を評価し、取り組みを見直すため、本計画の中間年である平成30(2018)年に市民健康調査を実施し、中間評価を行いました。

また、平成28(2016)年に第1期「村山市国民健康保険保健事業実施計画(データヘルス計画)」、平成30(2018)年には第2期を策定し、被保険者の健康増進及び将来の医療費の削減を目指して保健事業を展開しています。さらに、平成31(2019)年に「いのち支える村山市自殺対策計画」を策定し、生きることの包括的な支援として関連機関と連携して自殺対策を推進しています。

これらの計画とも整合性を図り、社会的な動向や新たな課題も踏まえ、後期にむけて取り組んでまいります。

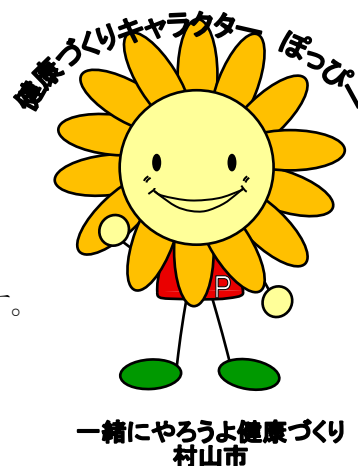
2、第2次健康むらやま21計画の概要・評価項目

理念目標

「一步前へ！ みんなでとりくむ 健康生活」

基本方針 以下の5つの方向に沿って計画を推進していきます。

- 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
- 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、飲酒、喫煙、および歯・口腔の健康に関する生活習慣及び社会環境の改善



大目標(3本の矢) 計画を推進するにあたり、以下の3つを大目標として掲げます。

1本目 早寝・早起き 元気を実感

2本目 うす味で 素材を楽しみ よく噛んで からだのチェックも忘れずに

3本目 ロコモ予防！なんでも運動 10分間(5分×2回)

評価項目

①健康寿命の延伸・健康格差の縮小

評価項目	
1	自分を健康だと思う人の割合の増加

②病気を予防する

分野	みんなの実践指針	評価項目
がん	<ul style="list-style-type: none"> ● 「市民のためのがん予防法6か条」を知ろう ● がん検診を受けよう 	1 市民のためのがん予防6か条を知っている人の割合の増加
		2 各種がん検診の受診率の増加
循環器疾患・糖尿病	<ul style="list-style-type: none"> ● 適正体重を目指そう ● 毎年健診を受け、自分の健康状態を確認しよう 	1 特定健診でBMI 18.5以上25未満の割合の増加
		2 特定健診でメタボリックシンドローム該当者の割合の減少
COPD	● COPDを知ろう	1 COPDを知っている人の割合の増加

③健康を見守る

のこ健康	<ul style="list-style-type: none"> ● こころのSOSに早めに気付こう ● 悩みがあったら相談しよう 	1 ストレスを処理できている人の割合の増加
		2 相談できる人がいる人の割合の増加
		3 自殺死亡者数の減少
次世代の健康	<ul style="list-style-type: none"> ● 子どものころから健康的な生活習慣を身につけよう 	1 適正体重（身体測定で標準）の子どもの割合の増加
		2 毎日朝ごはんを食べる子どもの割合の増加
		3 むし歯のない子どもの割合の増加
		4 よく噛んで食べる3歳児の割合の増加
健康の高齢者	<ul style="list-style-type: none"> ● しっかり食べてしっかり動こう 	1 健康のために、しっかり食べ積極的に体を動かすことを心がけている高齢者の割合の増加
		2 ロコモティブシンドロームを知っている人の割合の増加

④地域で支える

<ul style="list-style-type: none"> ● みんなで支えあい健康づくりに取り組もう 	1 地域での健康づくり・まちづくりに参加したい人の割合の増加
	2 普段から近所づきあいは大切だと思う人の割合の増加

⑤みんなで取り組む

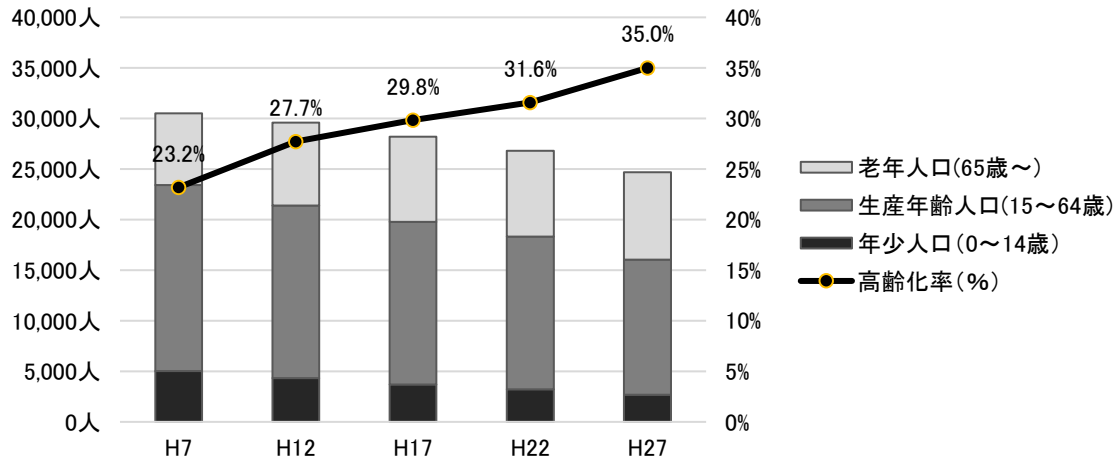
栄養・食生活	<ul style="list-style-type: none"> ● 朝ごはんを食べよう ● うす味でおいしく食べよう ● 一日野菜5皿食べよう ● 主食・主菜・副菜をそろえよう（定食型食事） 	1 毎日朝ご飯を食べる人（若い世代）の割合の増加
		2 うす味料理実行者の割合の増加
		3 毎日野菜を食べる人の増加
		4 定食型食事を1日2回以上食べる人の割合の増加
飲酒	<ul style="list-style-type: none"> ● 適正飲酒（男性2合・女性1合まで）を実行しよう 	1 飲酒習慣のある人のうち、適正な飲酒量を実行している人の割合の増加
		2 適正な飲酒量を知っている人の割合の増加
		3 妊婦の飲酒率の減少
喫煙	<ul style="list-style-type: none"> ● たばこの害から子どもを守ろう ● 禁煙に挑戦してみよう 	1 喫煙率の減少
		2 喫煙者のうち、たばこをやめたい・やめる方法をぜひ知りたいと思っている割合の増加
		3 たばこを吸わない家庭の割合の増加
		4 妊娠をきっかけに禁煙し、4か月児健診時までに再喫煙をする人の割合の減少
休養	<ul style="list-style-type: none"> ● ぐっすり眠って体も心も休めよう 	1 いつもの睡眠で休養が十分取れている人の割合の増加
身体活動	<ul style="list-style-type: none"> ● 運動習慣をもとう ● 今より10分多く体を動かそう 	1 週2回以上の運動習慣を持っている人の割合の増加
		2 週2回以上、1回あたり30分以上の運動習慣を持っている人の割合の増加
歯・口腔健康	<ul style="list-style-type: none"> ● かかりつけ歯科医をもとう ● 口の中を清潔に保とう 	1 定期的に歯科検診を受けている人の割合の増加
		2 6024達成者の割合の増加 7022達成者の割合の増加
		3 糸ようじや歯間ブラシ等を使う人の割合の増加
		4 夕食後または寝る前に歯みがきや義歯の手入れ、口すすぎをしている人の割合の増加

第2章 村山市の現状

1、人口

(1)年齢別人口

村山市の年齢3階級別人口(人)と高齢化率(%)



	H7年	H12年	H17年	H22年	H27年
年少人口(0～14歳)	5,027	4,341	3,702	3,232	2,675
生産年齢人口(15～64歳)	18,404	17,040	16,078	15,106	13,374
老年人口(65歳～)	7,075	8,205	8,412	8,472	8,628
総数(人)	30,506	29,586	28,192	26,811	24,684

資料:人口動態統計

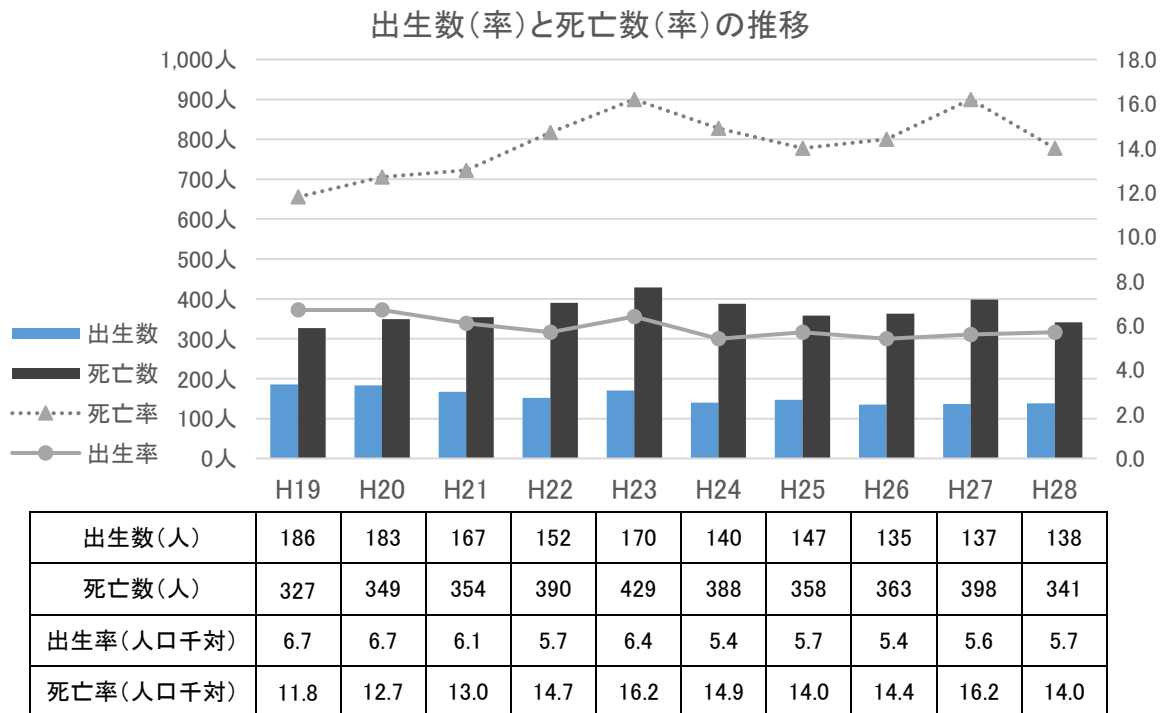
(2)地域別人口

	楯岡	西郷	大倉	大久保	富本	戸沢	袖崎	大高根	合計
男	4,815	1,669	662	969	889	1,467	678	731	11,880
女	5,346	1,724	666	999	947	1,481	696	822	12,681
総数	10,161	3,393	1,328	1,968	1,836	2,948	1,374	1,553	24,561

資料:H30.4.1 市民課調べ

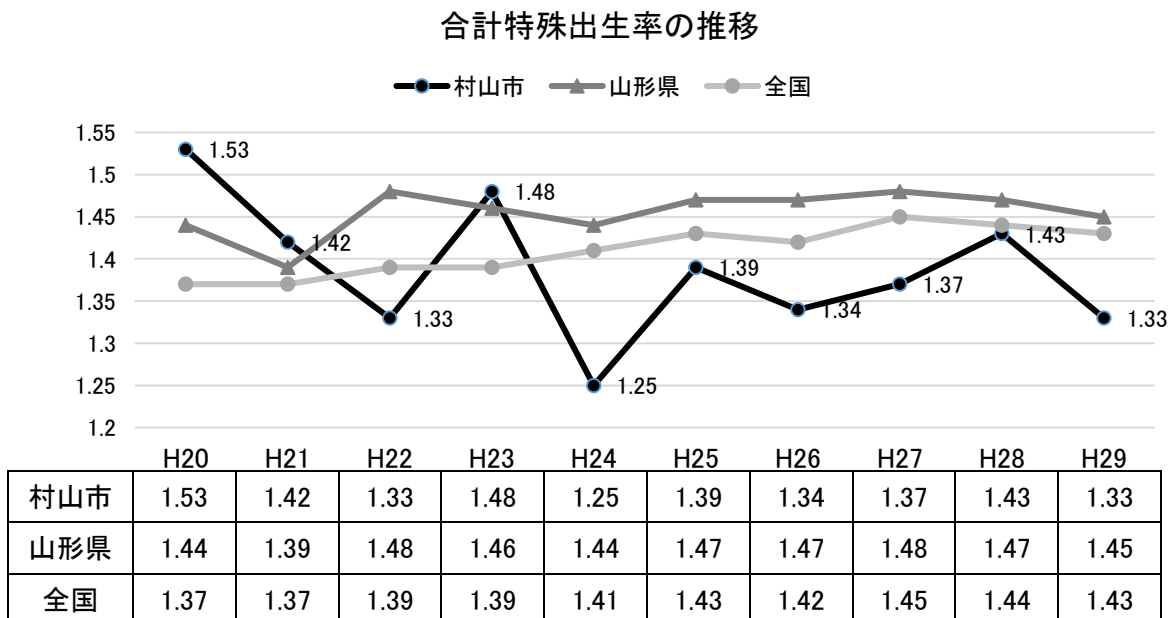
2、出生と死亡

(1) 出生数と死亡数の推移



資料: 人口動態統計

(2) 合計特殊出生率



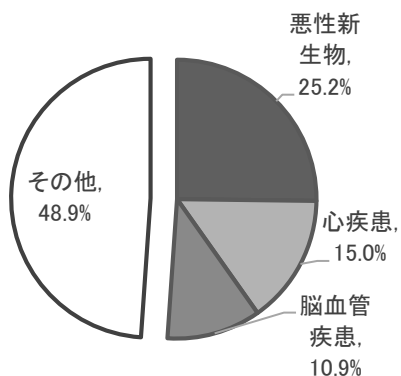
資料: 人口動態統計

※ 合計特殊出生率 一人の女性が一生の間に生む子どもの数に相当
(15～49歳までの女性の年齢別出生率の合計)

(3) 死因別死亡の状況

村山市死因別順位(平成 28 年)

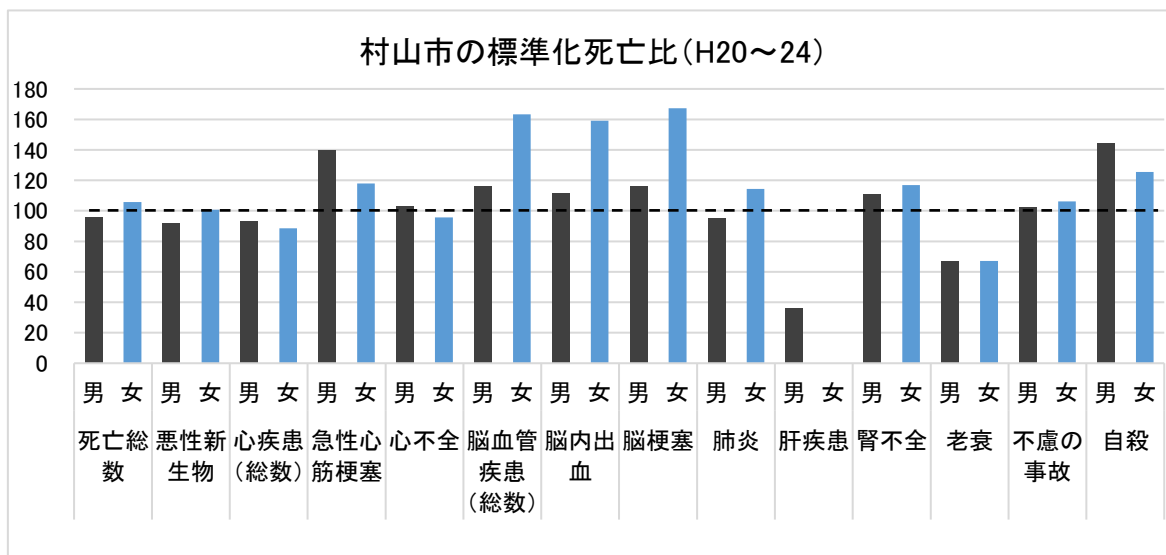
死因のうち
生活習慣病が占める割合



順位	死因	実数	%	山形県の死因別割合
村山市の平成 28 年死亡総数		429		
1 位	悪性新生物	86	25.2%	27.0%
2 位	心疾患(高血圧性除)	51	15.0%	15.3%
3 位	脳血管疾患	37	10.9%	10.1%
4 位	肺炎	28	8.2%	8.5%
5 位	老衰	24	7.0%	9.5%
6 位	不慮の事故	8	2.3%	2.8%
7 位	慢性閉塞性肺疾患 (COPD)	6	1.8%	1.1%
8 位	腎不全	5	1.5%	2.0%
9 位	自殺	4	1.2%	1.4%
10 位	高血圧性疾患	3	0.9%	0.4%
10 位	喘息	3	0.9%	0.1%

資料: 人口動態統計

(4) 標準化死亡比(SMR)



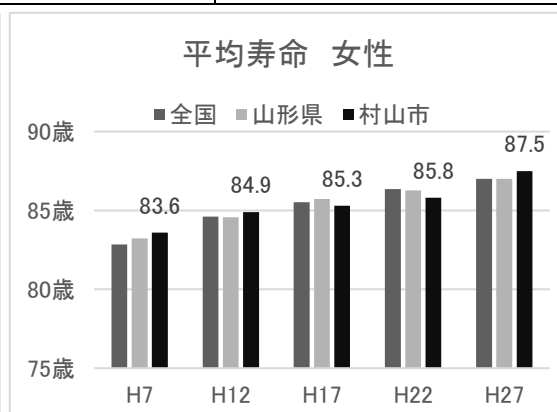
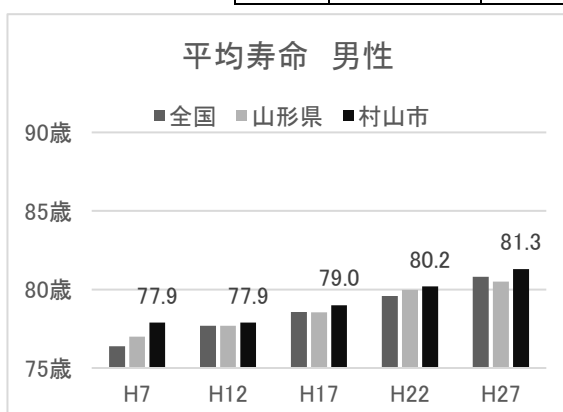
資料: 人口動態特殊統計

※ 標準化死亡比(SMR) 人口・年齢構成を考慮し、全国を 100 として比較。100 より大きいということは、その地域の死亡状況は全国より高いことを意味し、逆に小さければ全国より低いことを示す。

3、平均寿命と健康寿命

(1) 平均寿命

		平成 22 年平均寿命	平成 27 年平均寿命
男性	全国	79.59 歳	80.77 歳
	山形県	79.97 歳	80.52 歳
	村山市	80.2 歳	81.3 歳
女性	全国	86.35 歳	87.01 歳
	山形県	86.28 歳	86.96 歳
	村山市	85.8 歳	87.5 歳



資料:厚生労働省 H22・H27 市区町村別生命表より

(2) 健康寿命

		平成 22 年	平成 25 年	平成 28 年
男性	全国	70.42 歳	71.19 歳	72.14 歳
	山形県	70.78 歳	71.34 歳	72.61 歳
女性	全国	73.62 歳	74.21 歳	74.79 歳
	山形県	73.87 歳	74.27 歳	75.06 歳

資料:厚生労働省 第 11 回健康日本 21(第二次)推進 専門委員会(平成 30 年 3 月 19 日)の資料より

※健康寿命については 第 4 章 各論 健康寿命の延伸と健康格差の縮小 を参照

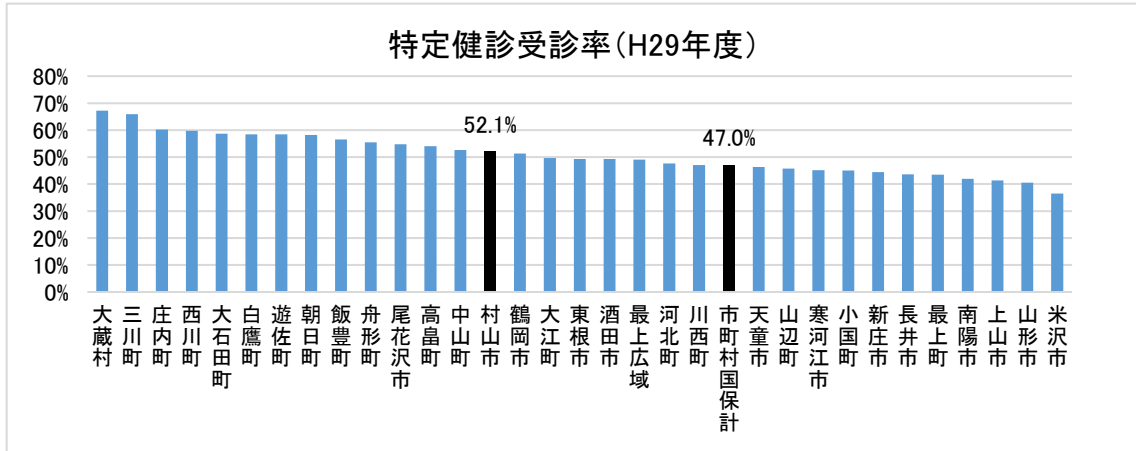
(3) 平均寿命と健康寿命の比較

		H22 平均寿命	H22 健康寿命	差			
					H27 平均寿命	H28 健康寿命	差
男性	全国	79.59	70.42	9.17	80.77	72.14	8.63
	山形県	79.97	70.78	9.19	80.52	72.61	7.91
	村山市	80.2	(70.78)	(9.42)	81.3	(72.61)	(8.69)
女性	全国	86.35	73.62	12.73	87.01	74.79	12.22
	山形県	86.28	73.87	12.41	86.96	75.06	11.9
	村山市	85.8	(73.87)	(11.93)	87.5	(75.06)	(12.44)

※平均寿命の直近(H27)値と、健康寿命については県と同程度として県の直近(H28)値を使用し、差を比較した。

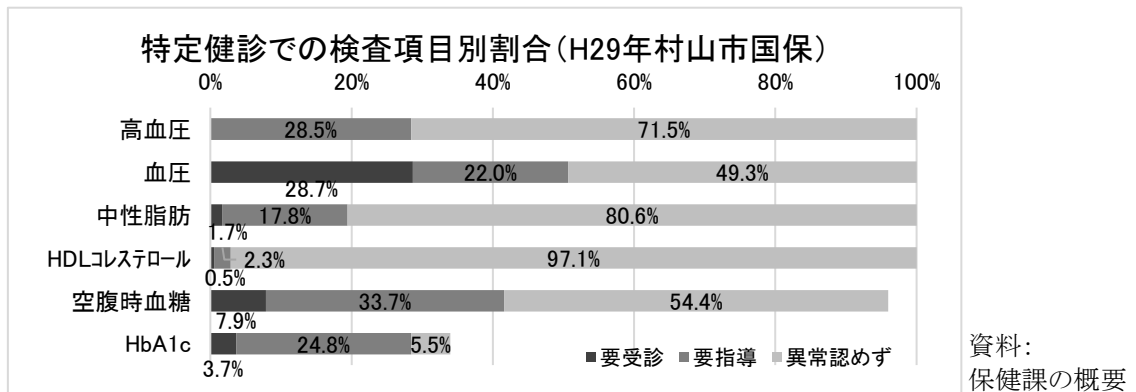
4、健康診査の状況

(1) 特定健診受診率の比較



資料：山形県国民健康保険団体連合会より提供

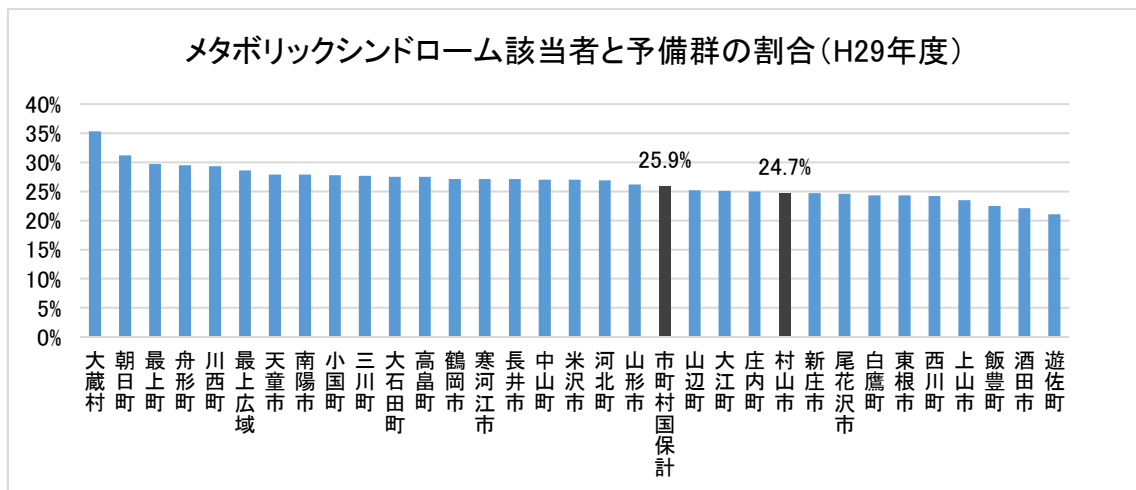
(2) 特定健診の検査項目別結果



資料：保健課の概要

※空腹時血糖とHbA1cについて、どちらか一方のみ実施の場合があるため受診者数と検査数が異なる(100%とはならない)。

(3) メタボリックシンドローム該当者と予備群の割合(予備群含む)の比較



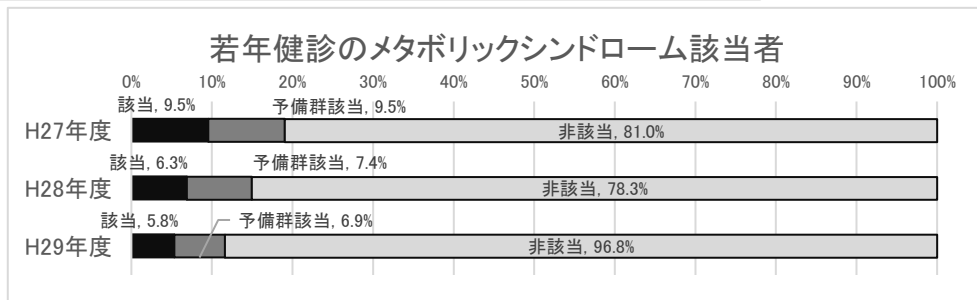
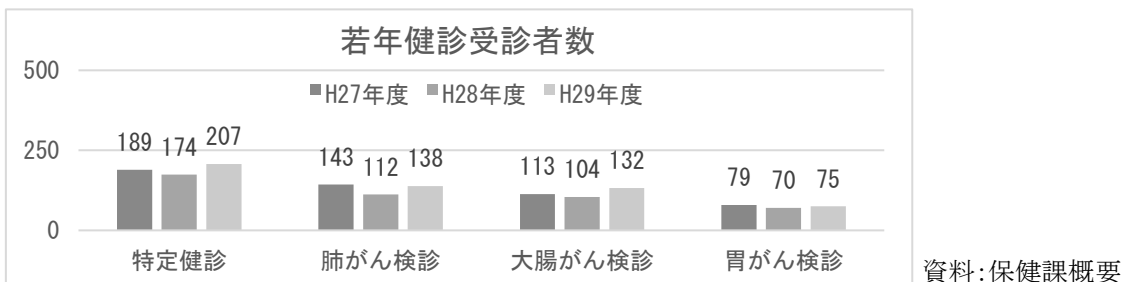
資料：山形県国民健康保険団体連合会より提供

(4) 若年健診受診率の推移(村山市国保のみ)

	H24 年度	H25 年度	H26 年度	H27 年度	H28 年度	H29 年度
対象者	264	257	260	452	391	370
受診者	44	55	61	102	81	89
受診率	16.7%	21.4%	23.5%	22.6%	20.7%	24.1%

※H24～26 年度の対象者は 35～39 歳、H27 年度から 30～39 歳に拡大

(5) 若年健診受診者の推移とメタボリックシンドローム判定(30～39 歳の市民)



5、医療の状況

(1) 村山市国保 疾病分類別医療費(H29 年度上位)

疾病分類名	入院 医療費(円)	割合(%)	疾病分類名	外来 医療費(円)	割合(%)
統合失調症	84,226,450	9.6	高血圧症	97,657,220	9
小児科	47,961,880	5.5	糖尿病	93,734,480	8.6
うつ病	41,038,900	4.7	脂質異常症	91,694,720	8.4
肺がん	32,016,770	3.7	慢性腎不全 (透析あり)	50,142,970	4.6
骨折	31,644,320	3.6	不整脈	36,899,600	3.4
脳梗塞	24,049,110	2.7	小児科	26,772,230	2.5
その他	613,951,090	70.2	その他	693,770,120	63.6

資料:KDB システム

(2) 身体障がい者手帳の新規交付件数

	H25 年度	H26 年度	H27 年度	H28 年度	H29 年度
じん臓機能障害(1 級)	3 件	4 件	3 件	10 件	7 件

資料:福祉課調べ

第3章 総論

1、中間評価の方法

評価のため、第2次「健康むらやま 21」計画の中間年である平成30年2月に「市民健康調査」を実施し、平成30年度に取りまとめと分析を行いました。また、各種統計、調査報告書等による健康に関する実態調査を実施しました。

大目標(3本の矢)は、指標となる評価項目の数値をふまえて評価を行いました。

各分野の目標の達成状況は、以下のとおり A、B、C、D、E の5段階で分類し、評価項目の評価と修正を行いました。

A	目標値に達した
B	目標値に達していないが改善傾向にある
C	変わらない
D	悪化している
E	評価困難

2、大目標(3本の矢)に対する評価

1本目)早寝・早起き 元気を実感

評価項目	計画策定時	中間評価時
自分を健康だと思う人の割合の増加(市民健康調査)	78.2%	78.9%
いつもの睡眠で休養が十分取れている人の割合の増加(市民健康調査)	75.3%	73.8%
早寝早起きの実行(22時前の入眠) 小学3年生	56.4%	-
(全国学力・学習状況調査) 中学3年生	8.6%	-

自分を健康だと思う人の割合はほぼ変わりませんでした。いつもの睡眠で休養が十分取れている人の割合は1.5%減少しました。

早寝早起きの実行について、全国学力・学習状況調査の調査項目が変更になったため、中間評価時の値が分かりませんでした。

健康的な生活習慣の基本は、しっかり食べて十分な休養をとり活動的に過ごすことです。そして子供から大人まで市民全員が健康を実感して生活してもらうことが健やかで心豊かな生活といえます。

2本目)うす味で 素材を楽しむ よく噛んで からだのチェックも忘れずに

評価項目	計画策定時	中間評価時
うす味料理実行者の割合の増加(市民健康調査)	34.3%	39.2%
7022 達成者の割合の増加(市民健康調査)	42.0%	46.0%
脳血管疾患関係データ (SMR H20～H24)	(男性 116.2) (女性 163.4)	- -
各種検診受診率		
特定健診	49.4%	52.1%
胃がん検診	37.9%	33.3%
大腸がん検診	50.1%	49.7%
肺がん検診	45.2%	71.8%
子宮頸がん検診	27.3%	26.1%
乳がん検診	33.5%	33.4%

うす味料理実行者の割合は 4.9%の増加となりました。7022 達成者は 4.0%の増加となりました。

SMR(標準化死亡比)は、直近の数値が平成 20～24 年のため、中間評価時(平成 29 年)の値は分かりませんでした。村山市では以前より脳血管疾患による死亡が男女ともに全国よりも多く、特に女性が多いという特徴があります。

各種検診受診率は、特定健診と肺がん検診が増加、大腸がん検診・子宮頸がん検診・乳がん検診が変わらず、胃がん検診が減少となりました。

村山市は高血圧にかかる医療費(外来)が最も多く、また、脳血管疾患による死亡が多いことから高血圧への対策と予防が重要です。それには減塩と肥満の改善が欠かせません。うす味の食事、よく噛んで食べること、さらには各種検診を受診して体のチェックを心がけ、生活習慣病全体の予防に取り組むことが大切です。

3本目)ロコモ予防！なんでも運動 10 分間

評価項目	計画策定時	中間評価時
ロコモティブシンドロームを知っている人の割合(市民健康調査)	(国 17.3%)	10.7%
【新規】健康のために、しっかり食べ積極的に体を動かすことを心がけている人の割合(市民健康調査)	-	46.1%

計画策定時(平成 24 年)の割合が不明なため、比較できませんでしたが、中間評価時でも「(ロコモティブシンドロームを)内容も含めて知っている」と答えた人の割合は 10.7%と低い結果でした。

ロコモティブシンドローム予防には、運動習慣を持ったり日常生活を活動的に過ごして筋肉を増やすこと、筋肉のもととなるたんぱく質や骨のもととなるカルシウムをしっかりとして低栄養

を予防すること、適正体重を保つことが大切です。そのため、評価指標として「健康のために、しっかり食べ積極的に体を動かすことを心がけている人の割合」を新規に追加します。

以上のことから、今後も第2次「健康むらやま21」計画を推進するために、前期計画と同様に後期計画もこれらの大目標(3本の矢)を掲げて健康づくりに取り組んでいきます。

3、各分野の目標達成状況

分野／評価	A	B	C	D	E
① 健康寿命の延伸・健康格差の縮小	1		1		
② 病気を予防する	1		3	3	2
がん	1		3	1	1
循環器疾患・糖尿病				2	
COPD					1
③ 健康を見守る	3	3	1	6	2
こころの健康	1		1	3	
次世代の健康	2	3		2	1
高齢者の健康				1	1
④ 地域で支える	1			1	
⑤ みんなで取り組む	4	10	1	14	2
栄養・食生活	2	3		3	
飲酒	1	2	1	1	
喫煙		1		6	1
休養				1	
身体活動・運動	1	1		2	
歯・口腔の健康		3		1	1
合 計	10	13	6	24	6

各分野の評価項目 59 のうち、A(目標値に達した)が 10、B(目標値に達していないが改善傾向にある)が 13、C(変わらない)が 6、D(悪化している)が 24、E(評価困難)が 6となりました。

