

第1章

計画の策定にあたって

第1章 計画の策定にあたって

第1節 計画の基本方針

1 計画策定の背景と趣旨

我が国では、生活習慣の変化により疾病全体に占める生活習慣病割合の増加など、疾病構造が著しく変化してきています。今後さらに、少子高齢化の進行に伴い、医療や介護の負担が一層増すと予想されています。

このような中、国では、平成12年3月に健康寿命の延伸と生活の質の向上を目的とした「健康日本21^{*1}」を策定し、国民が一体となった健康づくり運動を推進してきました。また、平成24年7月には「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」において、「健康日本21（第二次）」に向け、「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」など、国民の健康の増進に関する基本的な方向が示されました。

鳥取市では、これら国の動きをふまえ、平成18年3月に「一人ひとりが元気で楽しく暮らせるまち」をめざして「鳥取市新元気プラン」を、平成23年3月には「とっとり市民元気プラン2011」を、平成28年3月には「とっとり市民元気プラン2016」を策定し、市民と共に生涯を通じた健康づくりを推進してまいりました。

本計画は、前計画「とっとり市民元気プラン2016」の成果や市民の生活を取り巻く状況の変化をふまえ、健康づくりの課題を明らかにし、次の目標に向かって健康づくりを推進することにより、市民一人ひとりが生涯を通じて健やかに心豊かに生活していくことを目指しています。

2 計画の基本理念

『市民一人ひとりが生涯を通じて、その人らしく健康で豊かな人生を送れること』を基本理念とし、「生涯を通しての健康づくり」の目標と行動計画をつくり、一人ひとりが元気で楽しく暮らせるまちをめざします。

3 計画の期間

本計画は、令和3年度（2021年度）から令和7年度（2025年度）までの5年間を計画期間とします。なお、社会情勢の変化や制度等の改正に応じて必要な見直しを行います。

4 計画の特徴と位置づけ

（1）計画の特徴

- ①「健康づくりを語る会（3頁参照）」の皆様の声を形にしながら、市民参加を得て策定した計画です。
- ②生涯を通じた健康づくり計画です。
- ③市民一人ひとりが一次予防^{*2}に対する意識を高め、それぞれのライフステージにおいて主体的に健康づくりに取り組むことを促す計画です。

*1 健康日本21：21世紀における国民健康づくり運動。

*2 一次予防：生活習慣の改善等により、病気の発生そのものを予防すること。

(2) 計画の位置づけ

- ①本計画は、健康増進法^{*1}第8条第2項に定める市町村健康増進計画に基づく計画として、国の「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」の基本理念を十分に考慮するとともに、鳥取県の「健康づくり文化創造プラン（第三次）^{*2}」等とも整合性を図りながら策定しました。
- ②本計画は、「鳥取市総合計画」で示されたまちづくりの目標「誰もが自分らしく暮らし続けることができる、持続可能な地域共生のまち」の実現に向けて、本市の関連する各部門計画との整合性も図っていきます。

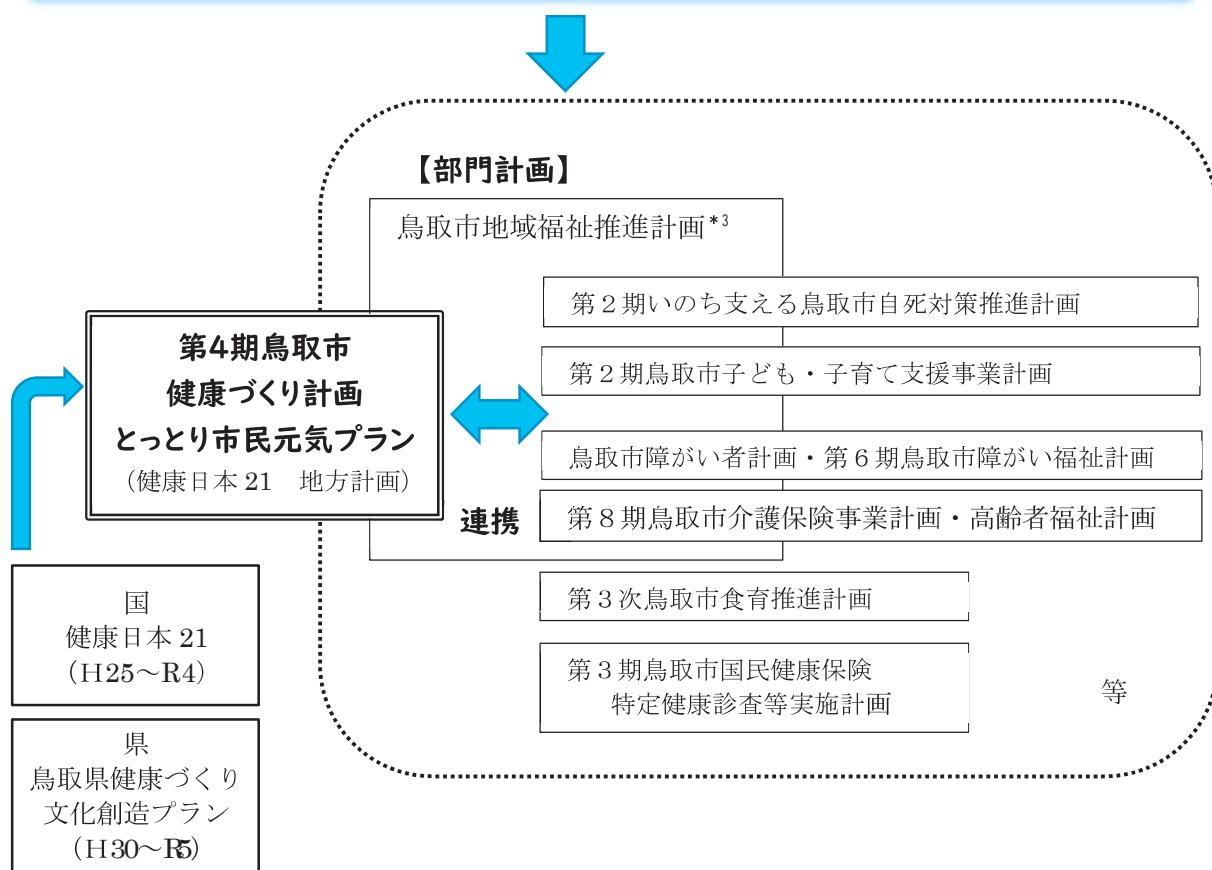
第11次鳥取市総合計画（基本構想 令和3年度～令和12年度）

【めざす将来像】

「いつまでも暮らしたい、誰もが暮らしたくなる、自信と誇り・夢と希望に満ちた鳥取市」

【まちづくりの目標】

- 1 誰もが自分らしく暮らし続けることができる、持続可能な地域共生のまち
- 2 人が行きかい、にぎわいあふれるまち
- 3 豊かな自然と調和して、安全・安心に暮らせるまち



*1 健康増進法：「健康日本21」を中心とする国民の健康づくり・疾病予防をさらに積極的に推進するために平成15年に施行された法律。

*2 鳥取県健康づくり文化創造プラン：健康日本21の鳥取県地方計画。

*3 鳥取市地域福祉推進計画：「地域福祉計画」と「地域福祉活動計画」を一体的に策定したもの。地域の様々な福祉課題を明らかにし、その解決に向けた施策や取り組みを体系的に取りまとめた計画と社会福祉協議会が主体となって策定する、福祉活動を担う地域住民やボランティアなどの自主的・自発的な取り組みについて体系化した、民間活動の自主的な行動計画が一体的に策定されている。

5 計画策定の経過

(1) 「鳥取市民健康づくり推進協議会」の開催

公募による市民・地区組織の代表、健康づくりに関係する機関の代表で構成する「鳥取市民健康づくり推進協議会」(以下、協議会という)において、市民の声を反映した内容の計画として取りまとめます。また、この協議会は計画の推進と進捗状況の確認、評価を行います。

(2) 「健康づくりを語る会」の開催

市民主体の計画づくりに向けて、関係団体などから選出された市民で構成されたワーキンググループです。語る会にはアドバイザーとして協議会委員も参加し、「一人ひとりが元気で楽しく暮らせるまち」をめざして、鳥取市の現状や健康課題をアンケート調査や実態を踏まえながら検討し、健康づくり対策を考え、協議会に提案しました。

(3) アンケート調査の実施

計画策定にあたり、市民の生活習慣や健康づくりの課題を把握し計画の基礎資料とするために、18歳以上の市民、小学生、乳幼児の保護者を対象にアンケート調査を実施しました。

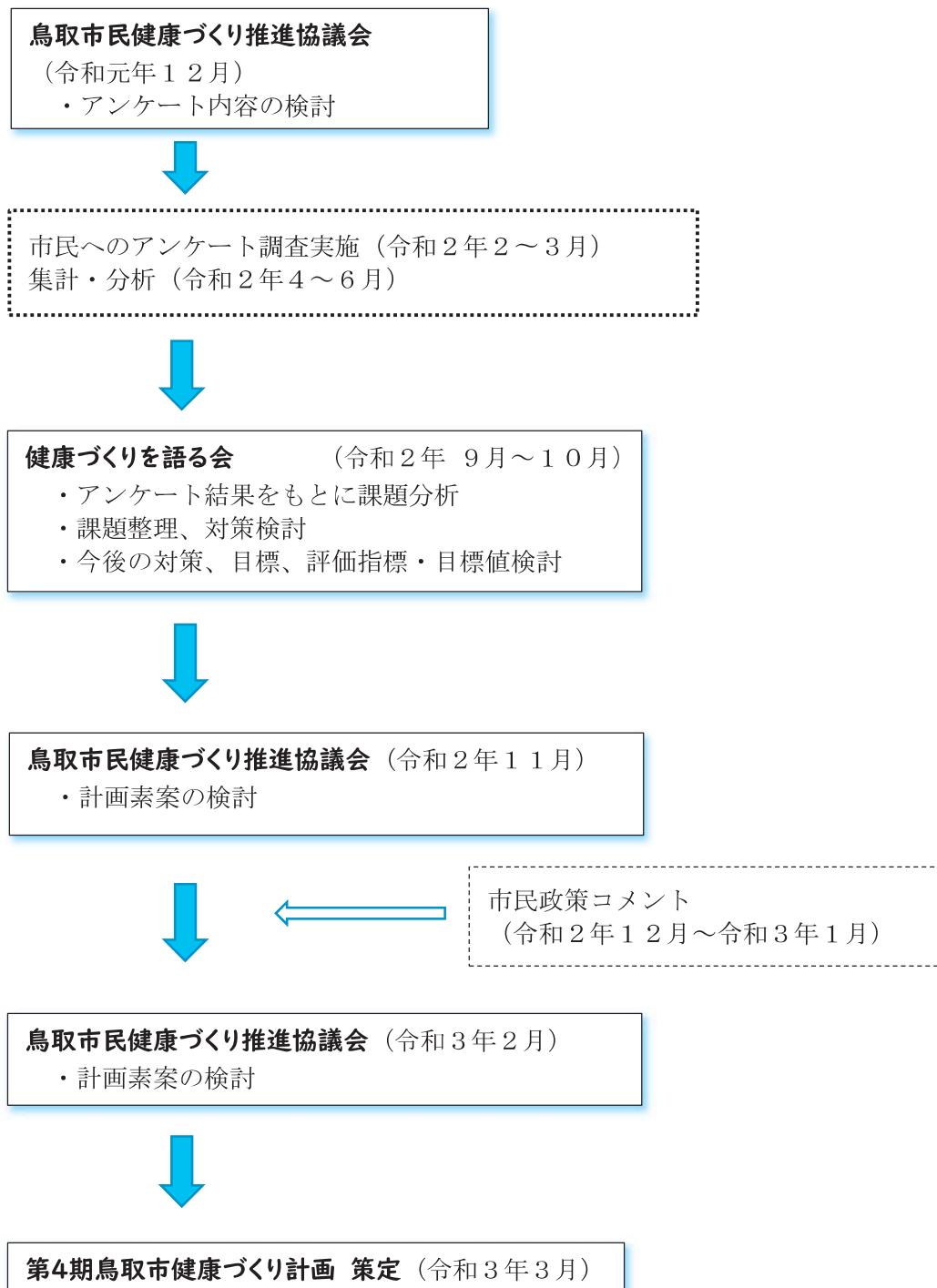
アンケート内容は、平成27年度に行った調査内容を参考に、とつとり市民元気プラン2016の評価指標や現在の健康課題等を考慮しながら、協議会で検討しました。

調査名	健康づくりに関するアンケート調査	3年生、4年生、5年生、6年生の皆さんへの健康生活アンケート調査	子育て・健康づくりに関するアンケート調査
対象者	市内在住の18歳以上の男女 2,995人 (無作為抽出)	小学生3、4、5、6年生 2,104人 (市内17校)	乳幼児の保護者 695人 (令和2年2月～3月の乳幼児健診対象)
調査方法	郵送による配布及び回収	各学校から該当学年の家庭へ配布及び回収	乳幼児健診通知に同封し、健診会場で回収
有効回答数	1,624 (54.2%)	1,863 (88.5%)	593 (85.3%)
調査期間	令和2年2月～3月	令和2年2月～3月	令和2年2月～3月

(4) 市民政策コメントの実施

令和2年12月から令和3年1月にかけて、「鳥取市民健康づくり推進協議会」で協議した計画素案を公表し意見を聴取する「市民政策コメント」を実施しました。

(5) 健康づくり計画ができるまでの経過



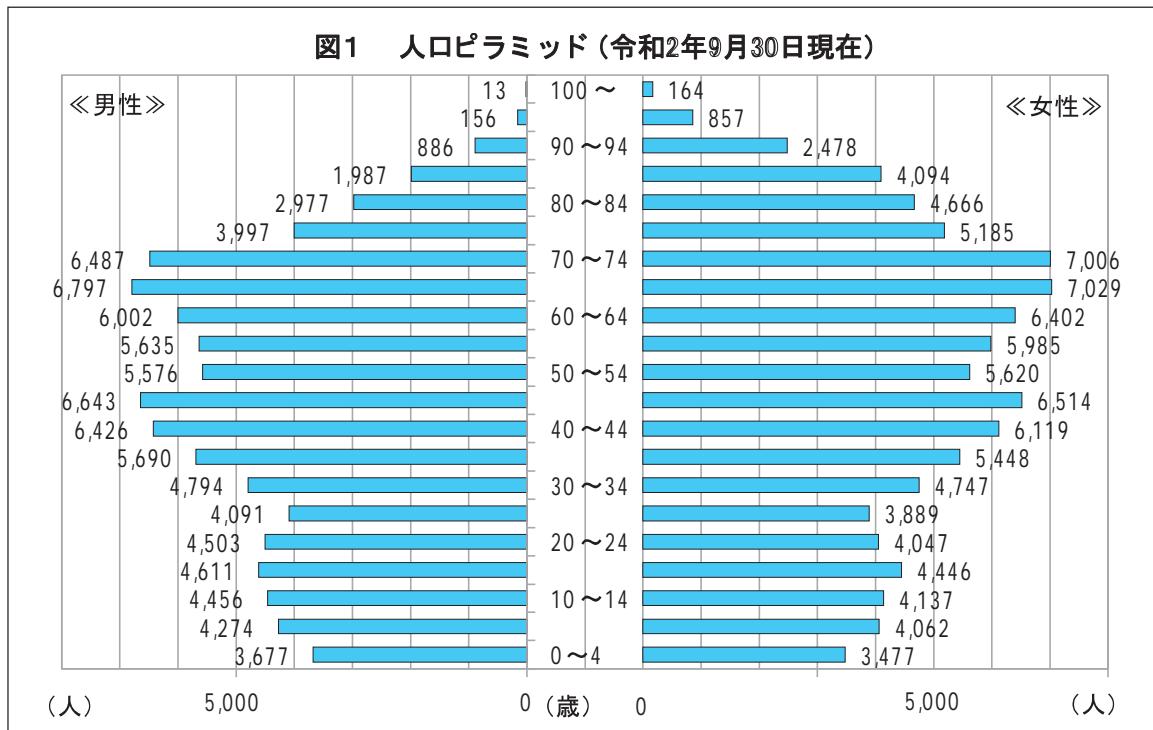
＊＊＊＊＊ 計画策定 公表 ＊＊＊＊＊

第2節 鳥取市のすがた

1 人口動態

(1) 総人口

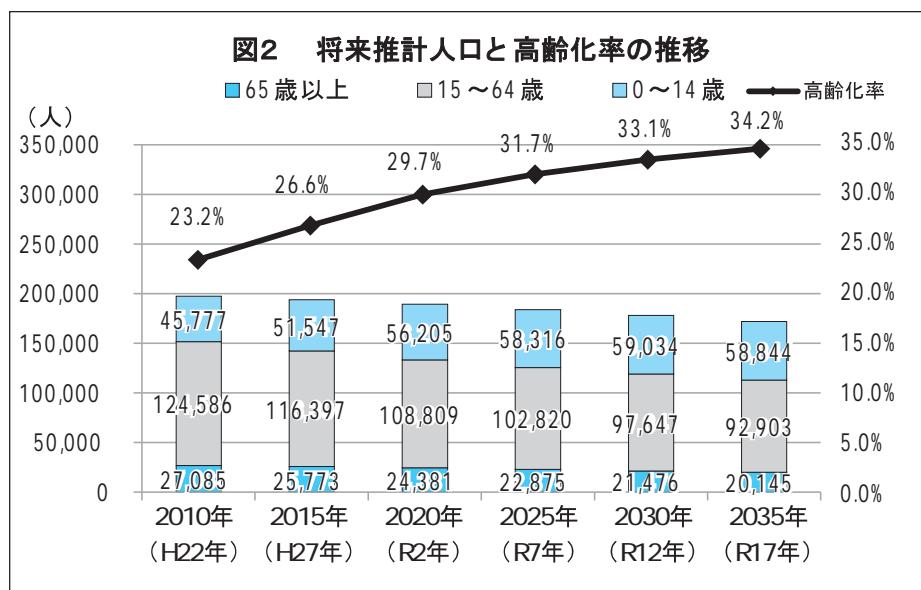
令和2年9月30日現在の鳥取市的人口は、186,050人（男性89,678人、女性96,372人）、世帯数は80,739世帯です。



資料：住民基本台帳

(2) 年齢別人口と高齢化率の年次推移(将来推計)

人口は、年々減少しており、今後さらに少子高齢化が進むと予想されます。

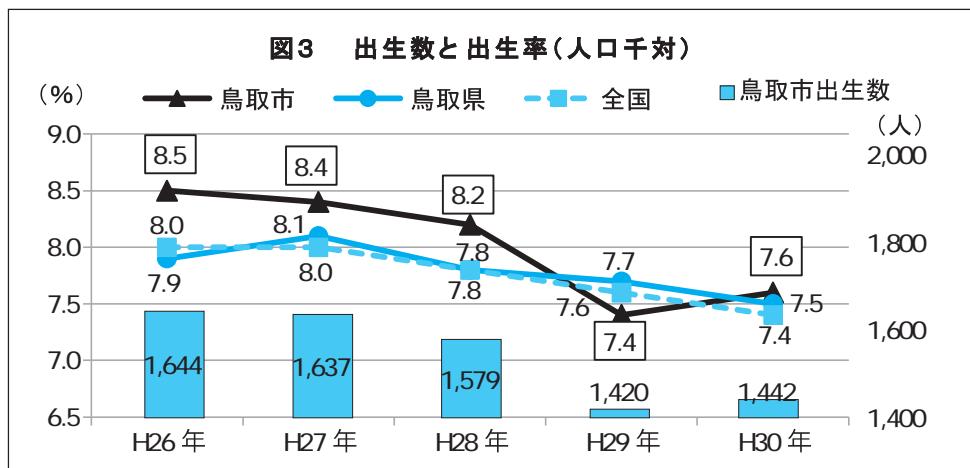


※将来人口は、国立社会保障・人口問題研究所の「日本の地域別将来推計人口」(平成30年3月推計)の男女・年齢(5歳)別の推計結果(都道府県別、市区町村編)の数値を使用して算定

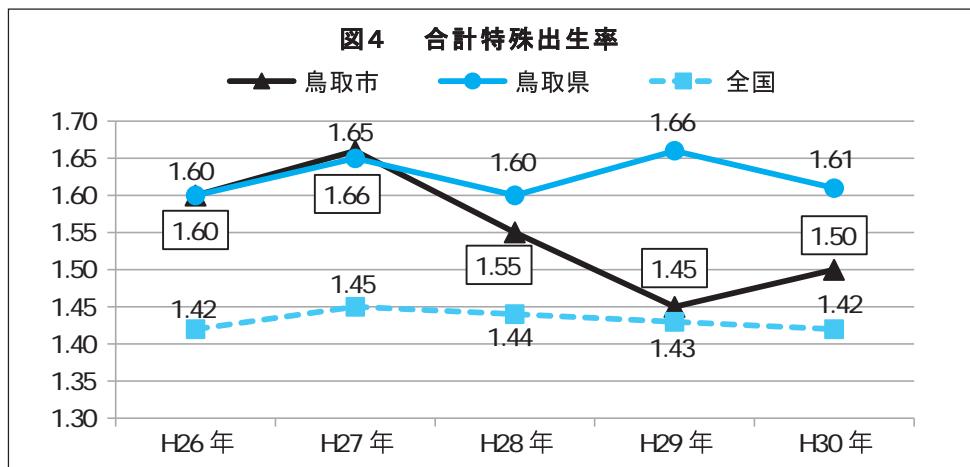
(3) 出生

①出生数と出生率

本市の出生数及び人口千人あたりの出生率は、年々減少しています。合計特殊出生率^{*1}は、全国よりは高いが、県より低く推移しています。



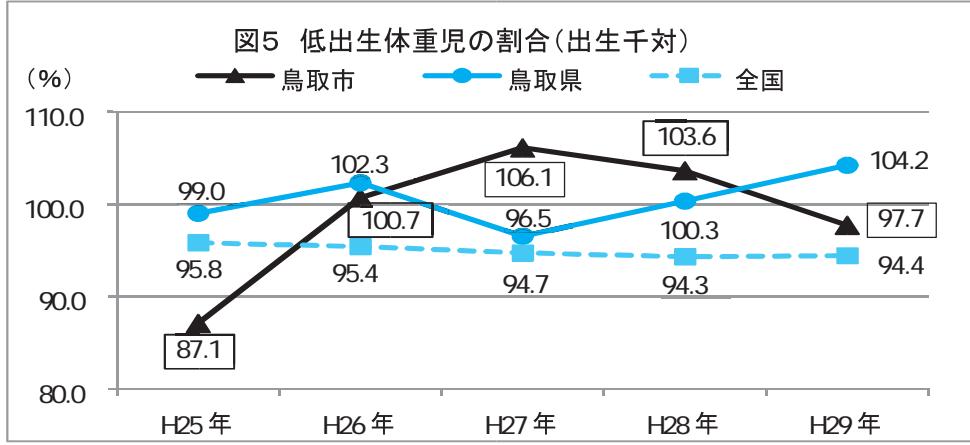
資料：鳥取県人口動態統計調査



資料：鳥取県人口動態統計調査

②低出生体重児

全出生数に占める低出生体重児（出生体重 2,500g 未満）の割合は、全国より高く推移しています。



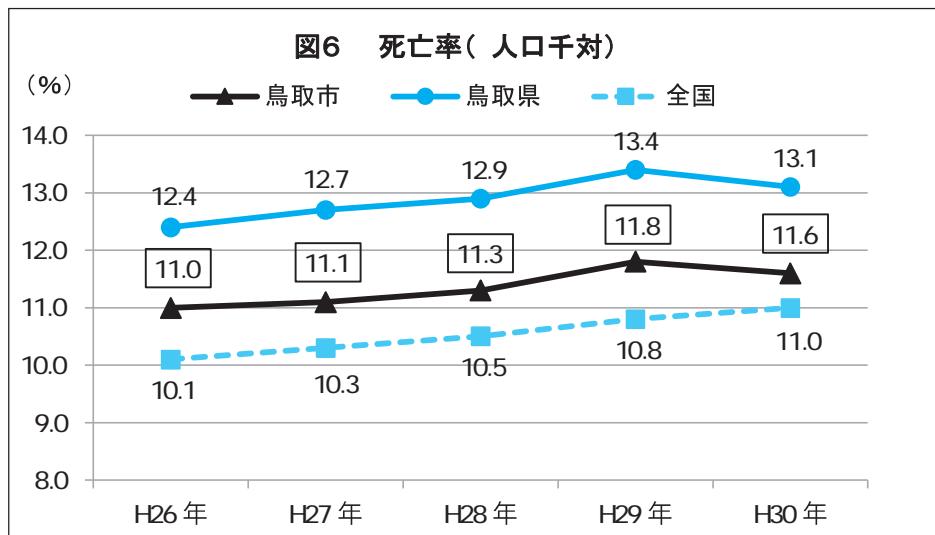
資料：鳥取県人口動態統計調査

*1 合計特殊出生率：女性の年齢別出生率の合計で、1人の女性がその年次の年齢別出生率で一生の間に生むとした時の子どもの数をいう。

(4) 死亡

①死亡率

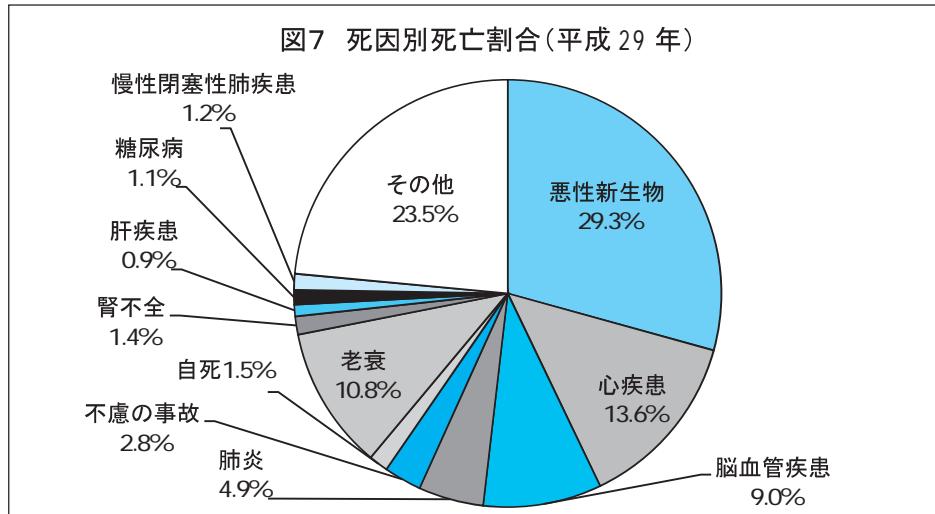
本市の死亡率は、ほぼ横ばいに推移しています。



資料：鳥取県人口動態統計調査

②死因

死亡率が最も高いのが「がん（悪性新生物）」で、全死亡の約3割をしめています。「がん（悪性新生物）」「心疾患」「脳血管疾患」の三大死因による死亡数をあわせると約5割となっています。



資料：鳥取県人口動態統計調査

年代別に10大死因の順位を3位までみると、20～39歳では「自死」が1位です。40歳からは「悪性新生物（がん）」が1位、「心疾患」が2位となっています。

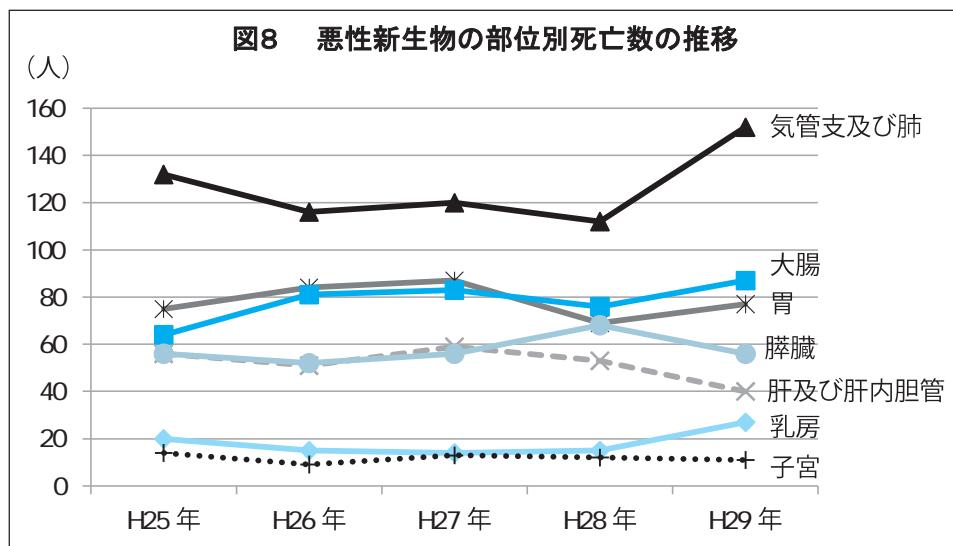
表1 10大死因の年代別死亡順位3位までの状況(平成29年)

	死因1位	死因2位	死因3位
20歳未満	不慮の事故	悪性新生物・自死	—
20～39歳	自死	悪性新生物	不慮の事故
40～64歳	悪性新生物	心疾患	自死
65歳以上	悪性新生物	心疾患	老衰

資料：鳥取県人口動態統計調査

③悪性新生物（がん）の部位別死亡数

悪性新生物（がん）の部位別死亡数では、多い順に「気管支及び肺」「大腸」「胃」「膵臓」「肝臓」「乳房」「子宮」となっています。



資料：鳥取県人口動態統計調査

表2 悪性新生物部位別順位（男女別）（平成29年）

順位	1位	2位	3位	4位	5位	6位
男	気管支及び肺	胃	大腸	肝臓	膵臓	—
女	大腸	気管支及び肺	膵臓	胃・乳房	子宮	肝臓

資料：鳥取県人口動態統計調査

④乳児死亡（生後1年未満の死亡）

乳児死亡は変動がありますが、平成27年以降は減少しています。

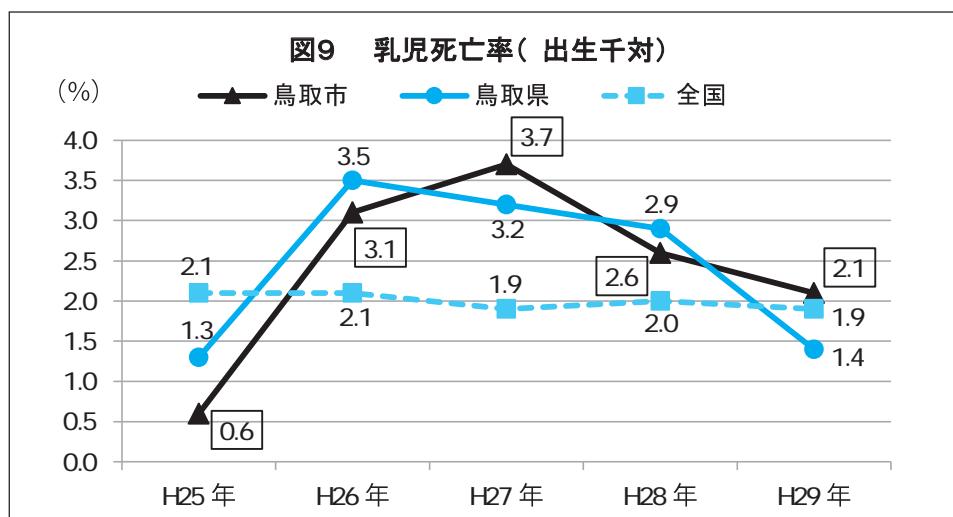


表3 乳児死亡数の推移

	平成25年	平成26年	平成27年	平成28年	平成29年
鳥取市(内新生児死亡)	1(1)	5(1)	6(4)	4(2)	3(2)
鳥取県	6	16	15	13	6
全国	2,185	2,080	1,916	1,928	1,761

資料：鳥取県人口動態統計調査

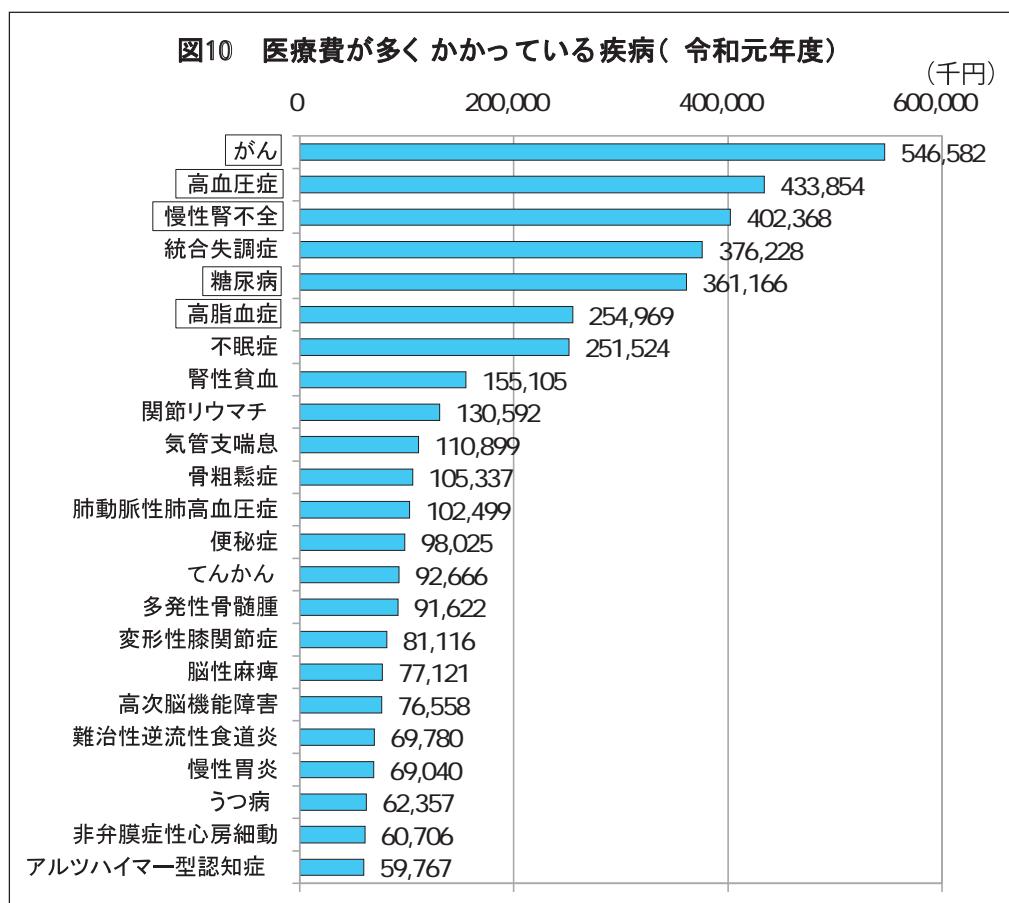
2 健康状況

(1) 鳥取市国民健康保険被保険者の状況

①国民健康保険医療費

令和元年度の鳥取市の国民健康保険医療費の総額は約 121 億 9,800 万円で、一人当たりの医療費は約 30 万円となっています。

医療費が多くかかっている疾病は、「がん」「高血圧症」「慢性腎不全」の順となっており、「糖尿病」「高脂血症」などの生活習慣病も高い医療費を生む原因疾患となっています。



※ □は生活習慣病とされる疾病

※ がんの内訳は、下葉肺癌（119,827 千円）、前立腺癌（104,914 千円）、上葉肺癌（101,790 千円）、直腸癌（85,537 千円）、S 状結腸癌（68,334 千円）、胃体部癌（66,180 千円）

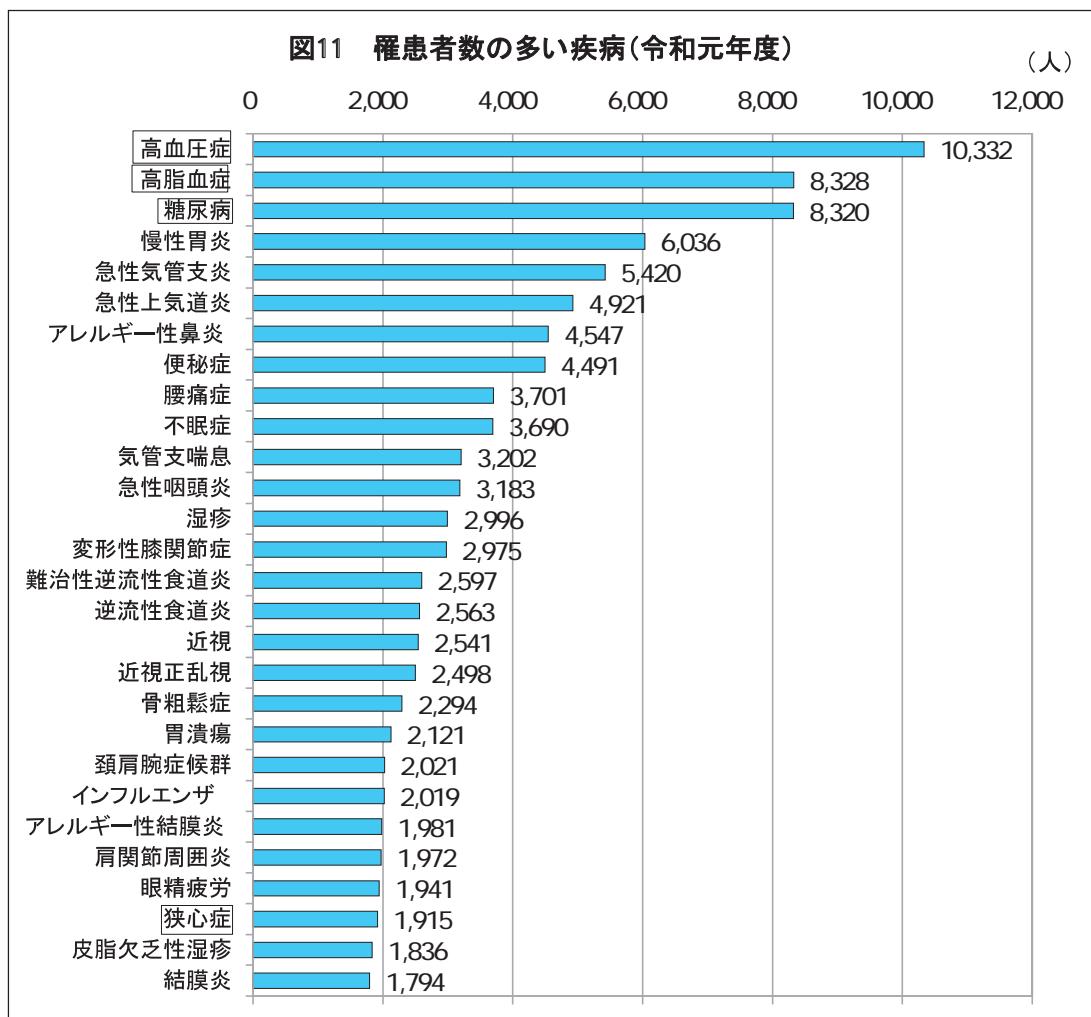
※ 糖尿病の内訳は、糖尿病（184,716 千円）、2型糖尿病（176,450 千円）

※ 高脂血症の内訳は、高コレステロール血症（180,251 千円）、高脂血症（74,718 千円）

資料：鳥取市国民健康保険疾病統計

②罹患者数の多い疾病（令和元年度診療の状況）

罹患者数が一番多いのが「高血圧症」で、次いで「高脂血症」「糖尿病」の順となっており、生活習慣病で治療している患者が上位をしめています。



※ □は生活習慣病とされる疾病

※ 高脂血症の内訳は、高コレステロール血症（5,588人）、高脂血症（2,740人）

※ 糖尿病の内訳は、糖尿病（5,408人）、2型糖尿病（2,912人）

資料：鳥取市国民健康保険疾病統計

③高額な医療費となる疾患

鳥取市国民健康保険の中で、1人で年間200万円を超える疾患としては、循環器系の疾患が大きな割合を占めていますが、「虚血性心疾患」「脳血管疾患」では、高血圧症や糖尿病などの生活習慣病を基礎疾患にしている割合が高くなっています。

また、人工透析についても同様の傾向が見られます。

表4 高額な医療費となる疾患と基礎疾患（令和元年度）

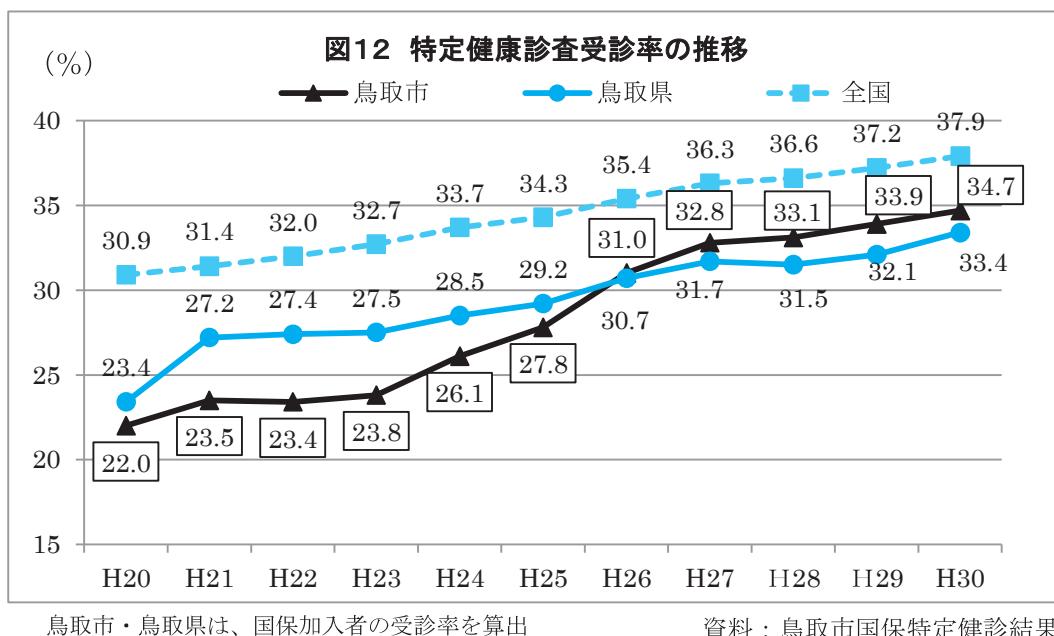
（単位：人、%）

疾患名	基礎疾患		
	高血圧症	脂質異常症	糖尿病
虚血性心疾患	81.7%	71.7%	60.0%
脳血管疾患	81.3%	50.5%	48.9%
人工透析	99.2%	52.5%	50.0%

資料：鳥取市国民健康保険疾病統計

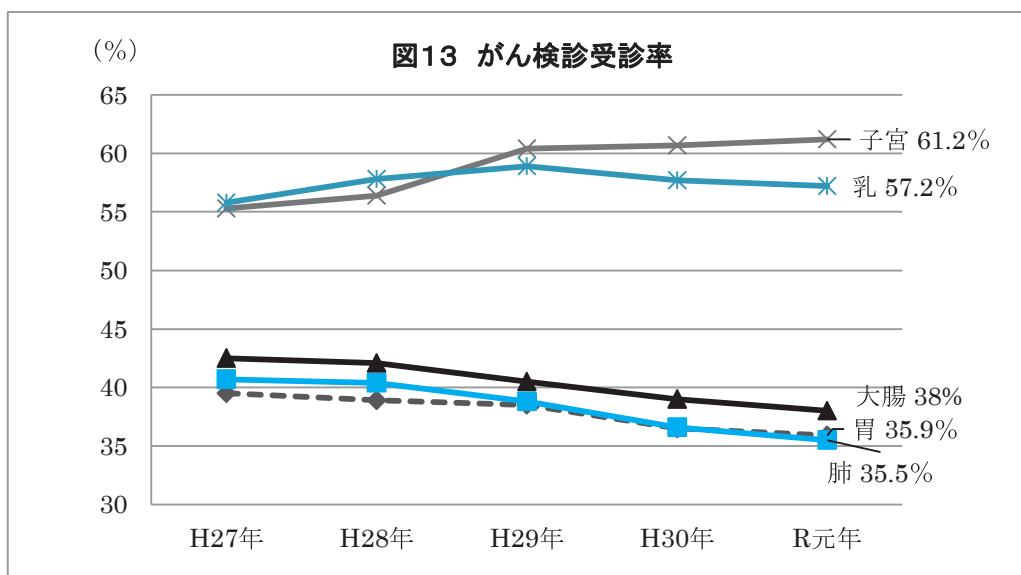
(2) 各種健（検）診結果

- ①鳥取市国民健康保険特定健康診査（以下、「国保特定健診」という）受診率の推移
国保特定健診の受診率は年々増加し、平成30年度の受診率は34.7%でした。



②がん検診受診率^{*1}の推移

令和元年度の受診率は、子宮頸がん検診61.2%、乳がん検診57.2%は増加傾向ですが、大腸がん検診38.0%、胃がん検診35.9%、肺がん検診35.5%は減少傾向です。



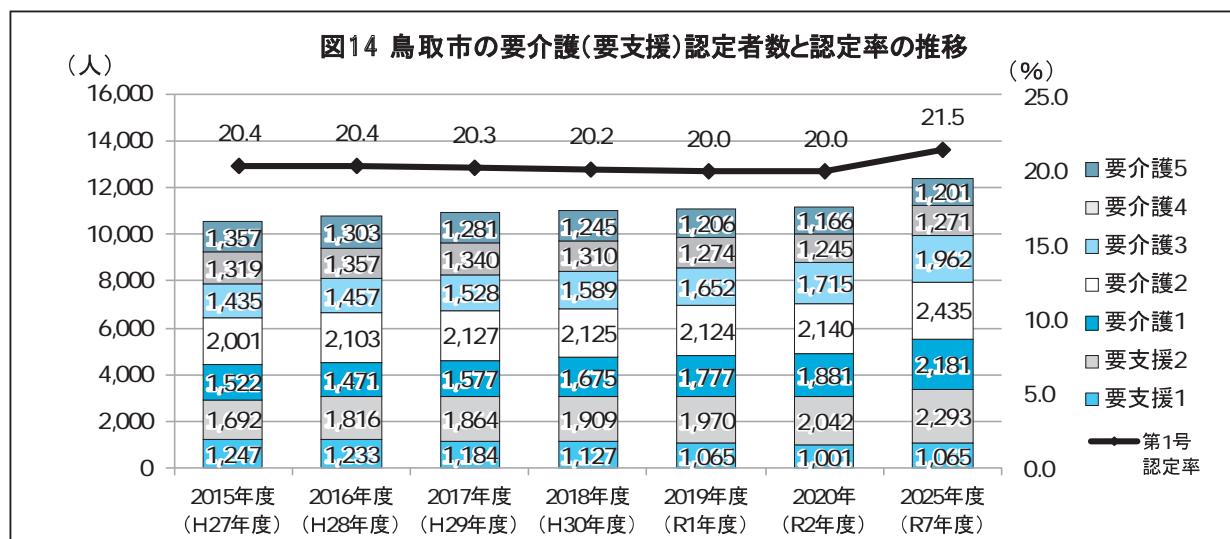
*1 がん検診受診率：鳥取市が実施しているがん検診受診率をいう。受診率の算出は、国の算出基準に基づき、40～69歳（子宮頸がんは20～69歳）の受診率を示す。子宮頸がん・乳がん検診は、2年に1回受診した人の受診率で算出。

(3) 高齢者の状況

①要介護（要支援）認定者の推移

要介護（要支援）認定者は年々増加しており、平成29年9月末現在では10,901人で、そのうち第1号被保険者の認定数は10,669人（認定率20.3%）となっています。

本市の将来推計によると、令和7年度には要介護（要支援）認定者は12,408人に達し、第1号被保険者の認定率は21.5%となる見込みです。



資料：第7期鳥取市介護保険事業計画・高齢者福祉計画

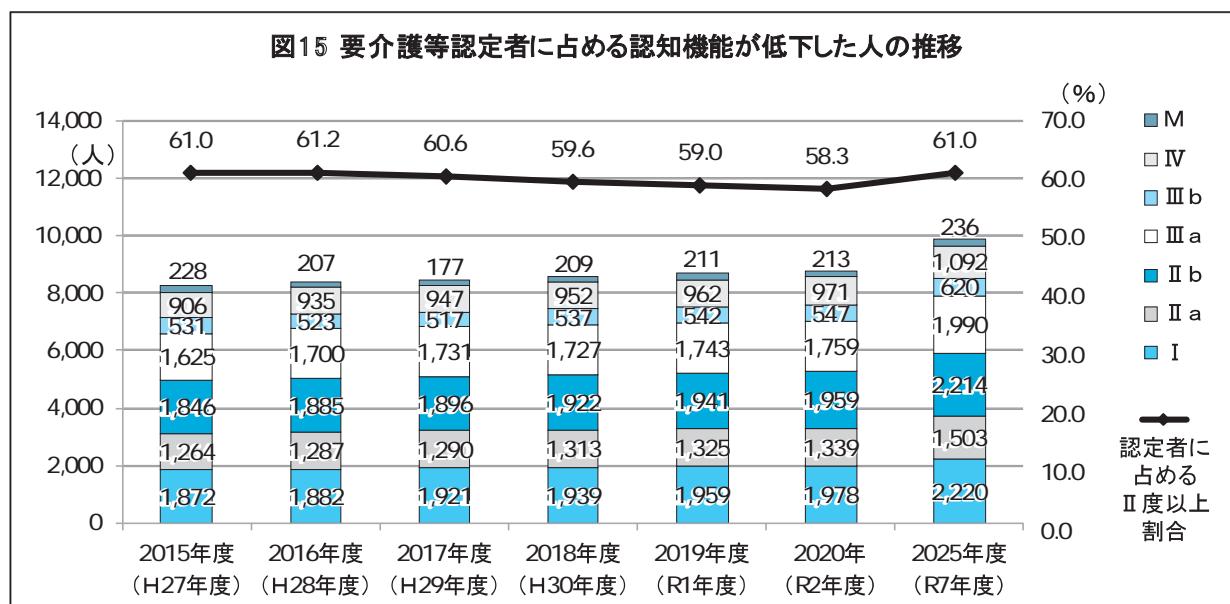
※平成27～29年度は毎年9月30日現在。平成30年度以降は各年度の推計被保険者数をもとに平成28～29年の要介護度別の認定率の伸び率により算定した各年度の要介護認定率を乗じて推計。

※日常生活自立度とは、認知症の方にかかる介護の度合い、大きさをレベルごとに分類したもの。
レベルには8段階あり、Iに近い方が軽く、IVに近い方が重くなる。

②認知症高齢者の推移

要介護等認定者に占める認知機能が低下した人は年々増加しており、平成29年9月末現在で認知症高齢者の日常生活自立度II度以上が6,558人となっています。

本市の将来推計によると、令和7年度にはII度以上が7,655人に達し、要介護認定者に占めるII度以上の割合は、61.0%となる見込みです。



資料：第7期鳥取市介護保険事業計画・高齢者福祉計画

③要介護の原因となる疾病的割合

令和元年度に新規申請のあった者の原因疾病は、男性は1位「脳血管疾患」、2位「認知症」となっており、女性は1位「認知症」、2位「骨・関節疾患」となっています。

年代別では、74歳以下では「脳血管疾患」や「がん」が上位を占め、75歳以上では「認知症」や「骨・関節疾患」が上位を占めています。

表5 要介護（要支援）の原因疾病（令和元年度新規申請分）

	1位	2位	3位	4位	5位
男	脳血管疾患	認知症	がん	骨・関節疾患	心疾患
女	認知症	骨・関節疾患	骨折・転倒	脳血管疾患	がん

資料：鳥取市長寿社会課

表6 要介護（要支援）の原因疾病（年代別）（令和元年度新規申請分）

	40～64歳	65～74歳	75～84歳	85歳以上	全体
1位	脳血管疾患	脳血管疾患	認知症	認知症	認知症
2位	がん	がん	骨・関節疾患	骨・関節疾患	骨・関節疾患
3位	骨・関節疾患	認知症	脳血管疾患	骨折・転倒	脳血管疾患

資料：鳥取市長寿社会課

第3節 第3期健康づくり計画の評価から見る市民の健康実態

1 健康づくりアンケート調査等からみえること

健康づくりアンケート調査の結果等から見える健康実態は、以下のとおりです。

<食習慣>

- ・幼児の甘い飲み物を飲む頻度について、飲まないと答えた幼児は1歳6か月児では51.5%ですが、3歳児になると38.2%と大きく減少しています。(図1)
- ・朝食を毎日食べる人は、成人では増加していますが、小学生は減少しています。(図2)
- ・主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることが1日2回以上ほぼ毎日ある人は62.0%でした。これは全国の割合56.1%を上回っています。(図3)
- ・食品購入時に国産の物、県内産のものを選んでいる人は平成27年と比べて変化はありませんでした。エネルギーといった、健康との関わりの大きい栄養成分表示に気をつけて食品等を購入している人の割合は17.1%と、少数にとどまっています。(図4)

**図1 甘い飲み物を飲む頻度(幼児)
(R1年)**

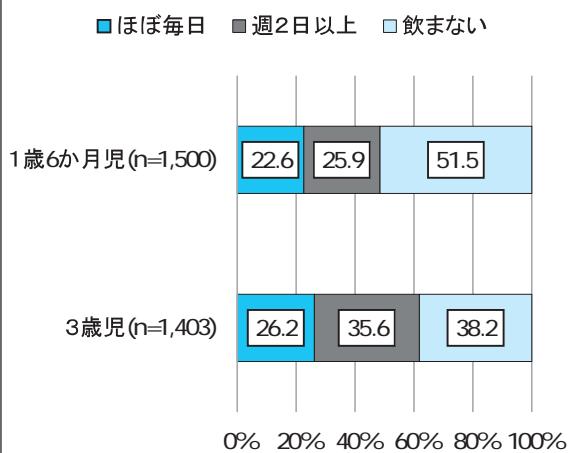
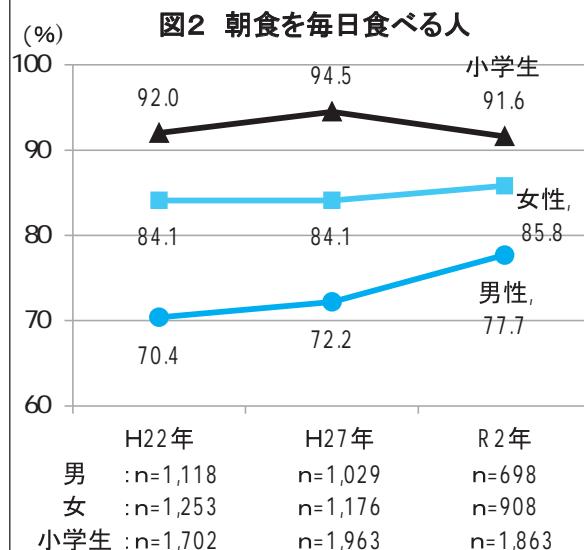
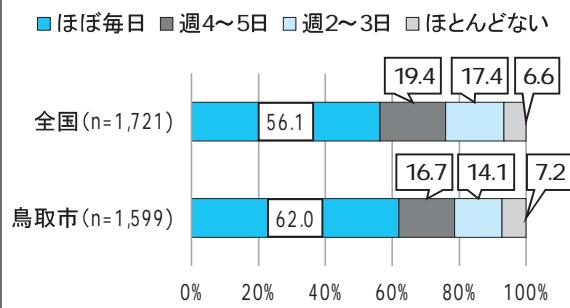


図2 朝食を毎日食べる人

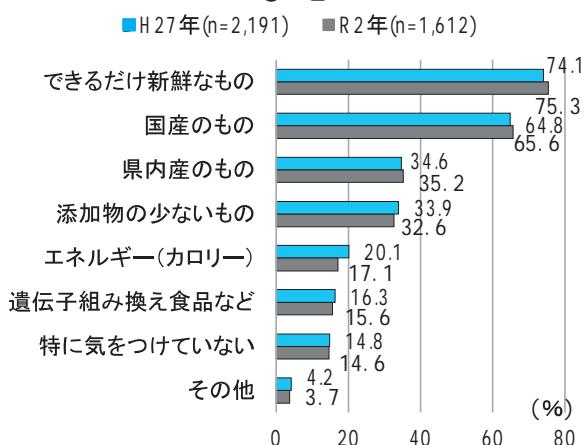


**図3 主食・主菜・副菜を組み合わせた
食事の摂取頻度**



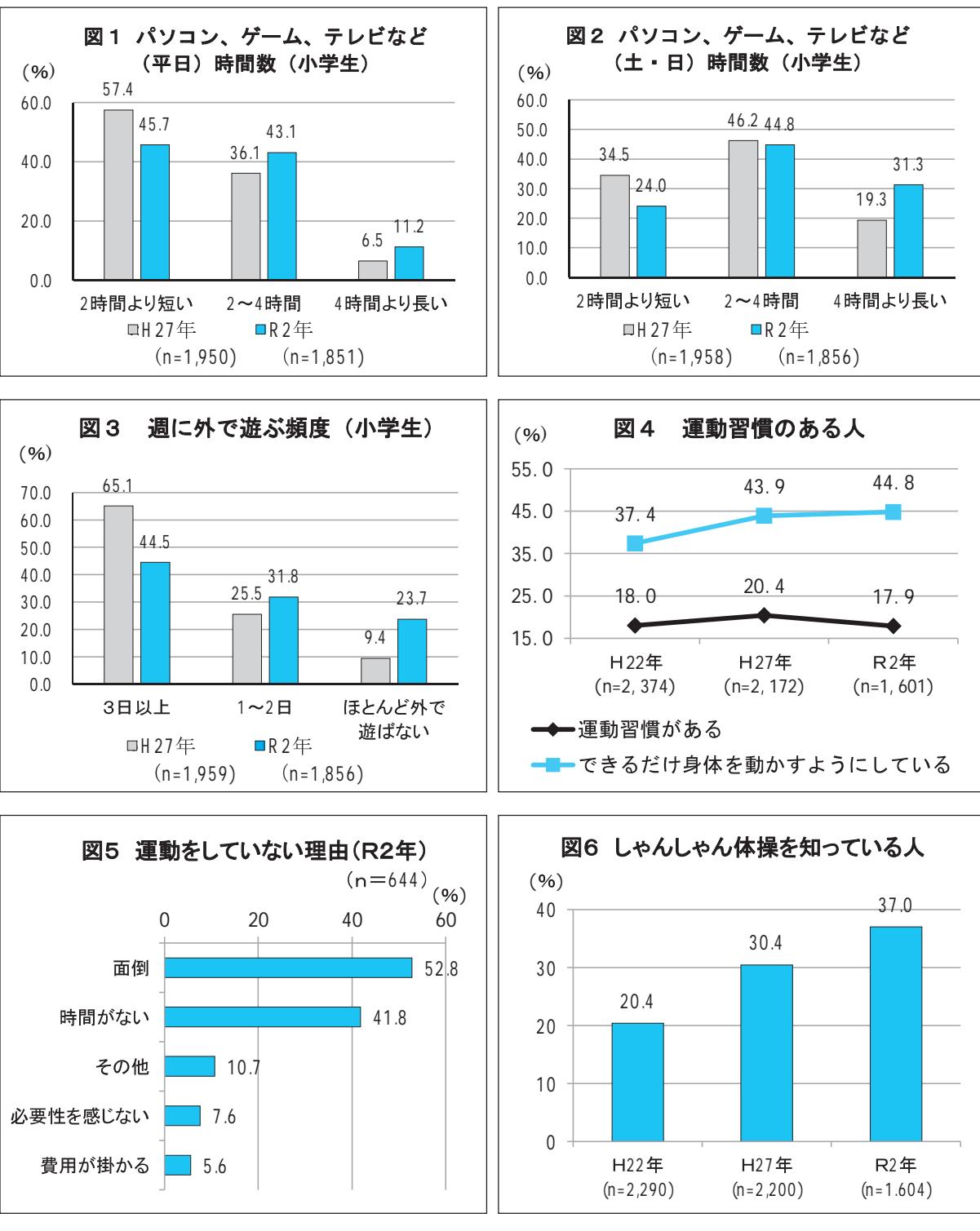
全国資料：農林水産省「食育に関する意識調査」
(令和元年10月実施)

**図4 食品を購入する際に気をつけてい
ること**



<運動>

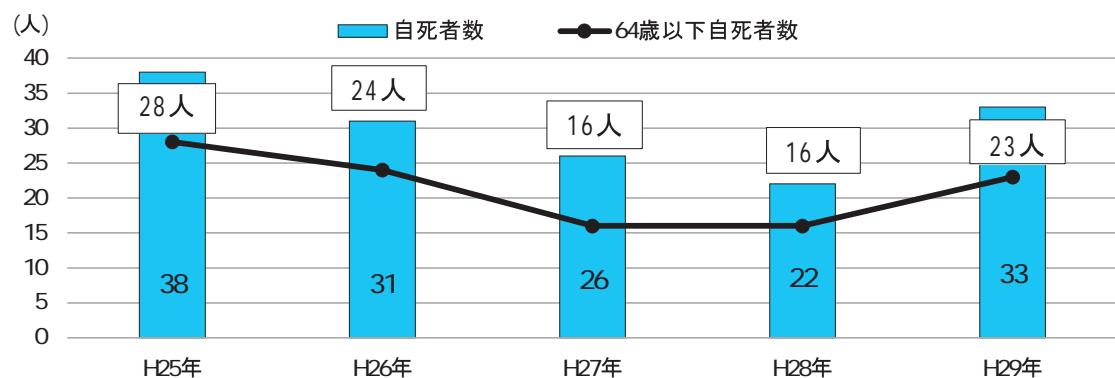
- ・小学生がテレビやパソコン等のメディア等を使う時間は、平日、土日共に増加し、(図1, 2)
一週間に外で遊ぶ頻度は平成27年と比較して減少しています。(図3)
- ・運動習慣のある人の割合は平成22年、平成27年と比較して減少していますが、日常生活の中でできるだけ体を動かす人の割合は増加しています。(図4)
- ・運動をしていない理由は「面倒」が最も多く、次いで「時間がない」でした。(図5)
- ・しゃんしゃん体操を知っている人は平成22年、平成27年と比較して増加しています。(図6)



<こころの健康>

- ・自死者数は、減少傾向であったが、平成29年は増加しています。(図1)
- ・「家族は自分を大切にしてくれる」と思う子どもの割合は増加しており、「時々感じる」「ほとんど感じない」と答えた子どもの割合が減少しています。(図2)
- ・悩みの相談相手がない人は11.1%と年々増加しています。(図3)
- ・行政で行っているこころの相談窓口を知っている人は44.0%と増加しています。(図4)

図1 鳥取市の自死者の推移



資料：鳥取県人口動態統計調査

図2 家族から大切に思われていると感じる小学生の割合

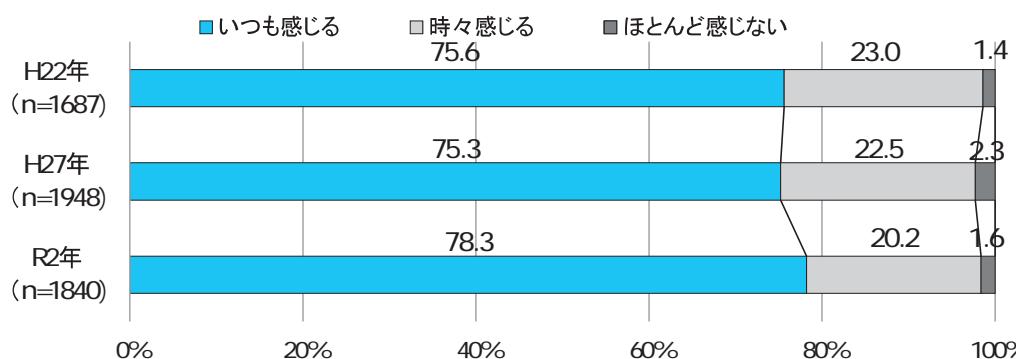


図3 悩みの相談相手がない人

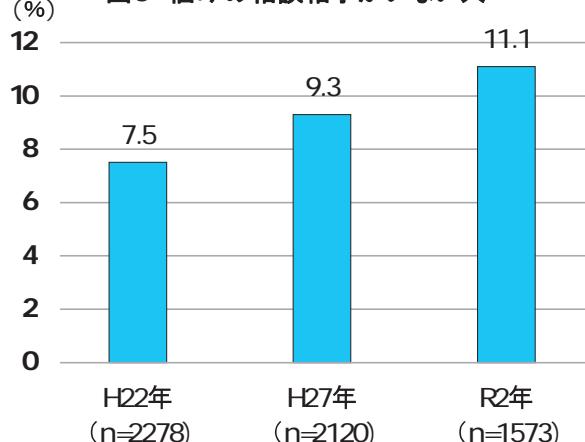
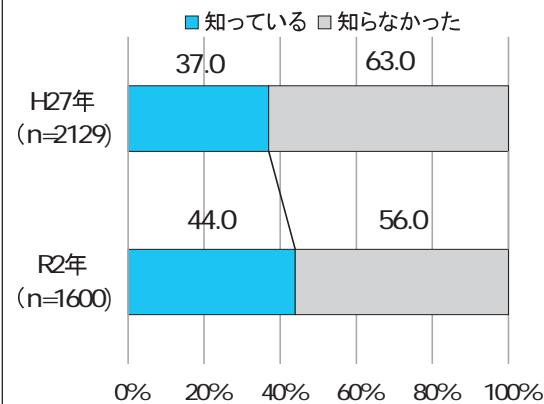
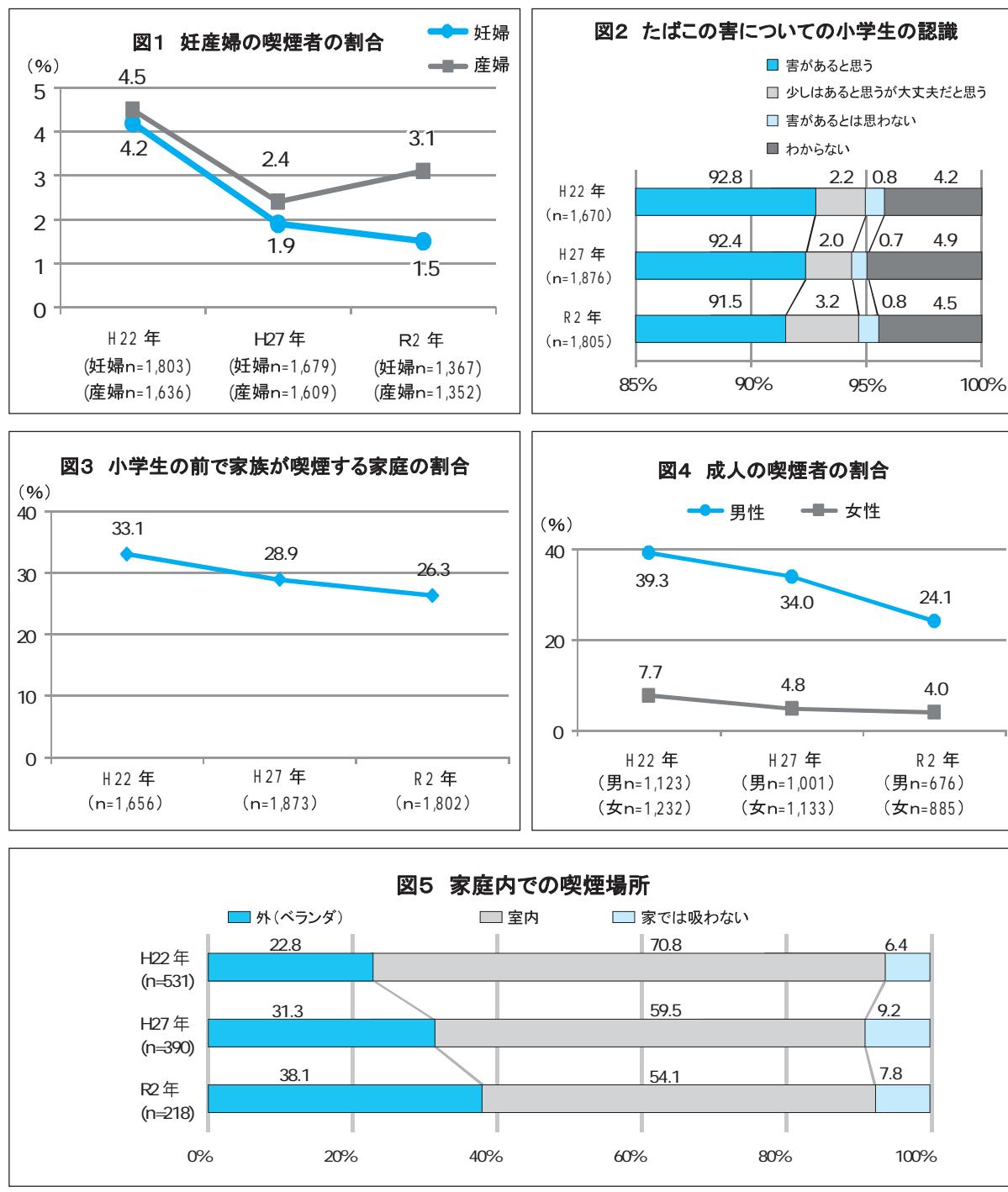


図4 行政の自死予防に対する相談窓口の認知状況



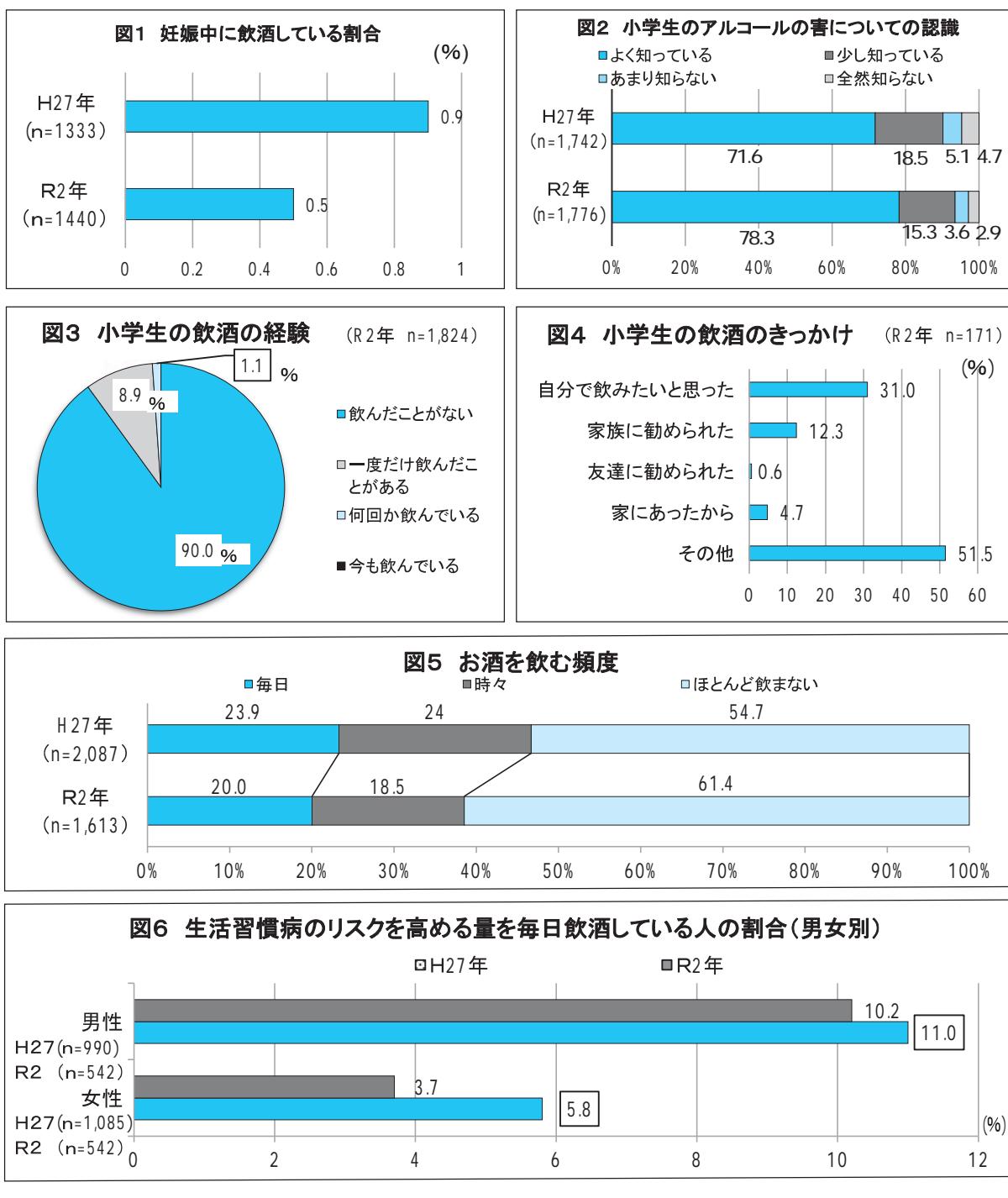
<喫煙>

- ・妊産婦の喫煙率は妊婦 1.5%、産婦 3.1%であり、妊婦の喫煙率は減少傾向にあります。産婦の喫煙率は平成 27 年と比べ増加しています。(図 1)
- ・たばこの害についての小学生の認識は、「害があると思う」が 91.5%である一方で、「少しあると思うが大丈夫」が 3.2%、「害があるとは思わない」が 0.8%でした。(図 2)
- ・小学生の前で家族が喫煙する家庭は、26.3%であり、減少傾向です。(図 3)
- ・成人男性の喫煙率は 24.1%であり、減少しています。(図 4)
- ・成人女性の喫煙率は 4.0%であり、減少しています。(図 4)
- ・家庭内の喫煙場所については、室内で喫煙する割合は 54.1%であり、減少傾向です。(図 5)



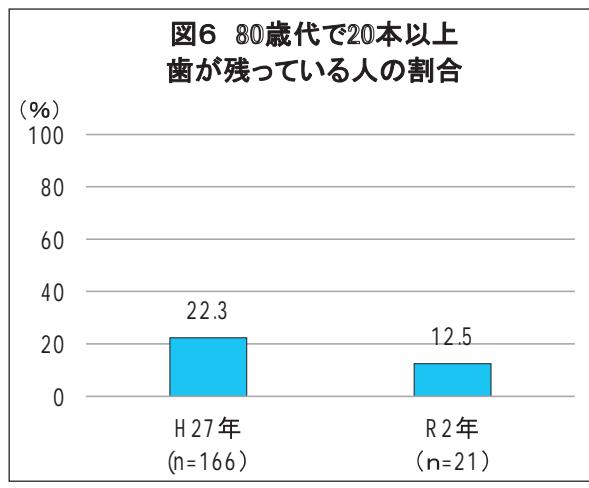
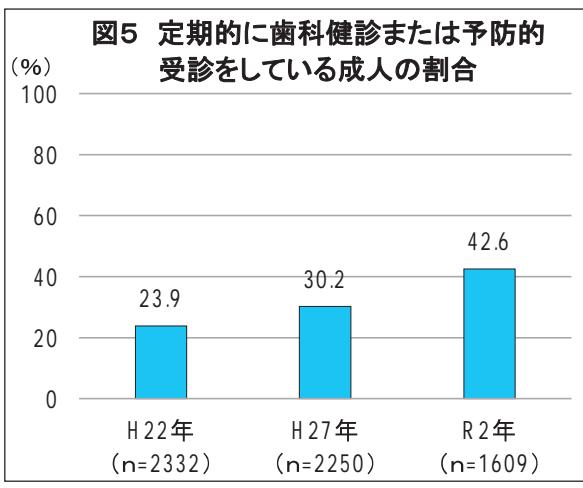
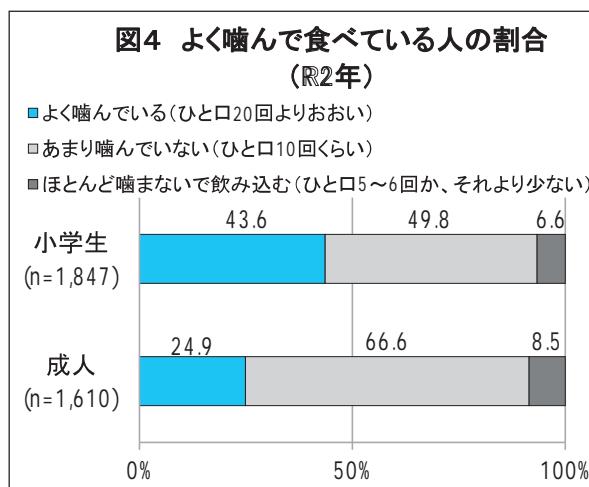
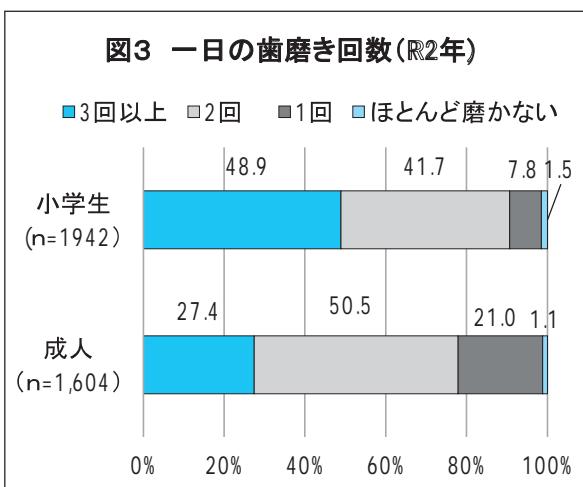
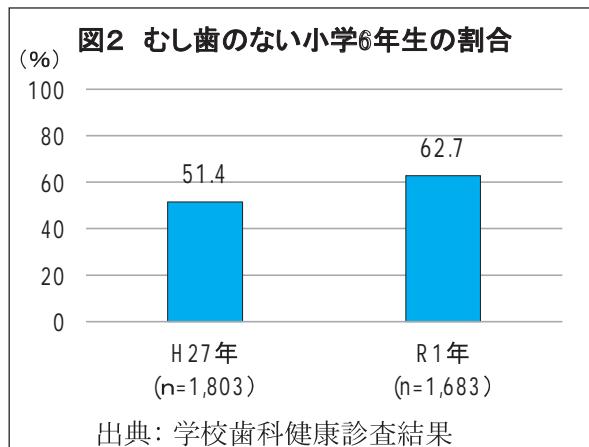
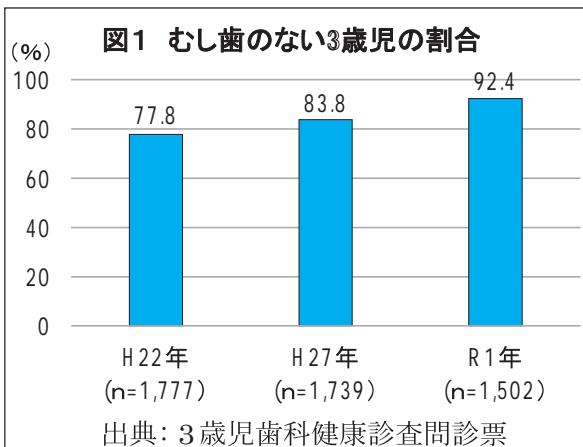
<飲酒>

- ・妊娠中の飲酒率は 0.5% であり減少傾向です。(図 1)
- ・「飲酒が子どもの身体に悪い」ことを知っている小学生は、78.3%と増加しています。(図 2)
- ・飲酒を経験している小学生は 10.0% でした。(図 3)
- 飲酒のきっかけは、「自分で飲みたかった」「家族に勧められた」となっており、その他の内訳の多くは「お正月やお祭りで飲んだ」となっています。(図 4)
- ・成人の飲酒では「毎日飲んでいる」と回答した人は 20.0% で減少傾向です。(図 5)
- ・生活習慣病のリスクを高める量(男性 2 合以上、女性 1 合以上)を毎日飲酒している人の割合は、男性は 11.0%、女性は 5.8% といずれも平成 27 年より増加しています。(図 6)



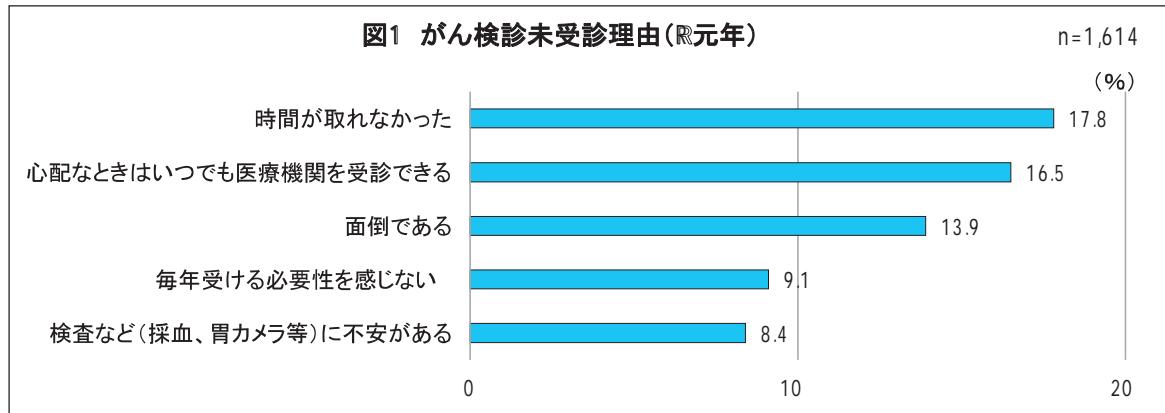
<歯の健康>

- ・むし歯のない3歳児は令和元年度で92.4%となっており、年々増加しています。(図1)
- ・むし歯のない小学6年生は平成27年度の51.4%から、令和元年度では62.7%へ増加しています。(図2)
- ・一日に1~3回歯磨き習慣のある小学生は98.5%、成人は98.9%となっています。(図3)
- ・よく噛んで食べている小学生は43.6%、成人は24.9%となっています。(図4)
- ・定期的に歯科健診を受けている成人は、42.6%と増加しています。(図5)
- ・80歳代で20本以上歯が残っている人は、12.5%と減少しています。(図6)

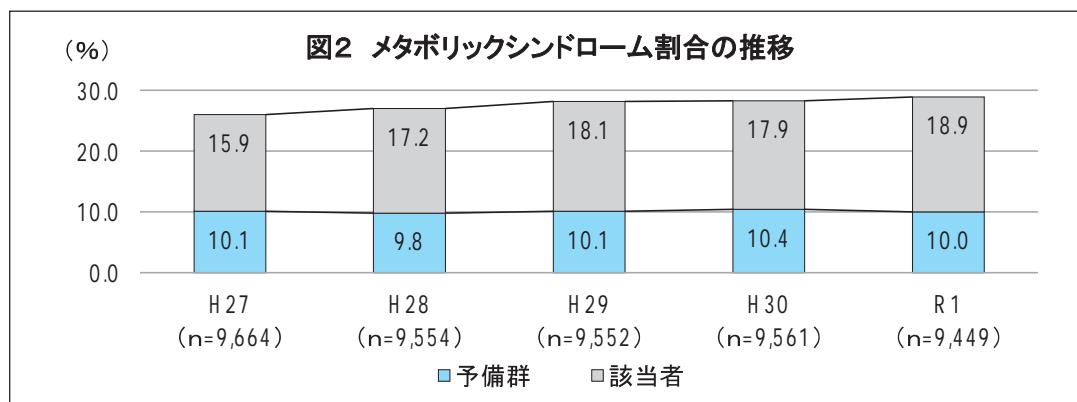


<疾病の早期発見・早期対策>

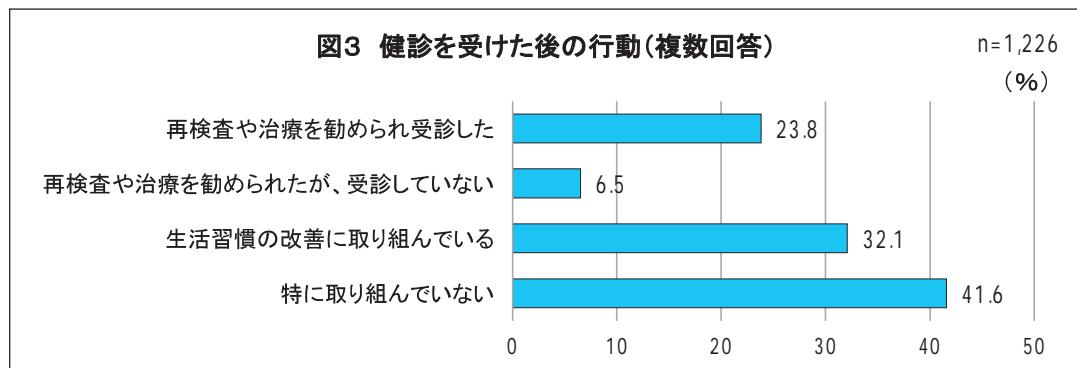
- 令和元年度の5がんの検診受診率（40～69歳、子宮頸がん検診は20～69歳）は45.6%で、平成26年度の42.6%と比べると増加しています。
- 鳥取市のがんによる死亡割合は、約3割を占め、全国同様の傾向を示しています。
- がん検診未受診の理由として多かったのは、「時間が取れなかった」「心配な時はいつでも医療機関を受診できる」「面倒である」「毎年受け必要性を感じない」「検査など（採血、胃カメラ等）に不安がある」でした。（図1）



- 国保特定健診受診率は年々増加しており、令和元年度は34.8%でした。（県平均34.2%）
- 健診結果から、メタボリックシンドローム予備群・該当者の占める割合は、28%台を推移しており増加傾向にあります。（図2）
- 毎年健診を受けている人で健診後の行動は、「特に取り組んでいない」が41.6%と最も多い結果でした。また、「再検査や治療を勧められたが受診していない」がわずかですが、6.5%ありました。（図3）



資料：鳥取市特定健診結果



2 第3期健康づくり計画の評価（目標の達成状況）

第3期健康づくり計画「とっとり市民元気プラン 2016」（計画期間：平成28～令和2年度）では、目標と指標及びその目標値を定め、目標達成に向けて取り組んでまいりました。

その結果、全指標91項目のうち、目標を達成した指標が22項目（26.8%）、改善した指標が27項目（32.9%）となり、合わせて49項目（59.7%）の指標で一定の改善が見されました。

表1 第3期計画の目標達成状況

判定区分	計 (%)	分野別判定結果						
		子育て支援	食習慣	運動	こころの健康	喫煙飲酒	歯	疾病の早期発見早期対策
A (達成)	22 (26.8)	5	-	1	2	1	6	7
B (改善)	27 (32.9)	5	3	2	3	6	5	3
C (変化なし)	5 (6.1)	2	-	-	1	-	-	2
D (悪化)	28 (34.1)	7	2	2	3	4	2	8
合計	82	19	5	5	9	11	13	20
達成・改善率 (A+B)	59.7%	52.6%	60.0%	60.0%	55.5%	63.6%	84.6%	50.0%
悪化率 (D)	34.1%	36.8%	40.0%	40.0%	33.3%	36.3%	15.3%	40.0%

<判定区分の基準>

- A : 達成 (目標値達成、達成率90%以上)
- B : 改善 (目標値には達成していないが改善傾向、改善率10%以上)
- C : 変化なし (改善率±10%)
- D : 悪化 (改善率-10%以下)
- *** : 新規評価指標のため判定ができない、評価不可

(参考) 第3期健康づくり計画 健康づくりの目標

I 安心して妊娠・出産・子育てができるための支援

- ①健やかな妊娠期を過ごし、出産を迎えましょう
- ②一人ひとりの個性を大切にし、心身ともに健やかに育てましょう
- ③すべての子どもを地域の宝として守り育てましょう

II 生涯を通じての健康づくり

- ①健康寿命（日常生活動作が自立している期間）を延ばしましょう
- ②健康的な食習慣をつくりましょう
- ③楽しく運動しましょう
- ④みんなで気にかけて支え合う環境をつくり、いのちをも守りましょう
- ⑤禁煙をすすめましょう
- ⑥適正飲酒を守りましょう
- ⑦歯と口の健康維持に努めましょう
- ⑧がん検診を受けて、がんの早期発見と早期治療に努めましょう
- ⑨特定健診を受けて、生活習慣病を予防しましょう
- ⑩地域で健康づくりに取り組む機運を高め、実践しましょう

第3期健康づくり計画 分野別評価（目標達成状況）

A : 目標値達成

B : 目標値は達成していないが改善傾向

C : 変化なし

D : 悪化

*** : 評価不可

I 安心して妊娠・出産・子育てができるための支援

1 妊娠期～乳幼児期・学齢期

●健康づくりの目標

① 妊娠期 健やかな妊娠期を過ごし、出産を迎えましょう

具体的目標	評価指標	H22年度	H27年度	R2年度 現状	R2年度 目標値	達成度	出典
(1)親となる心と身体を育てる	妊産婦の喫煙者を減らす	妊婦4.2%	妊婦1.9%	妊婦1.5%	妊婦0%	B	妊娠届 6か月児健診 アンケート
(2)妊娠期から出産、育児期まで切れ目なく家族みんなで楽しく食事ができる		産婦4.5%	産婦 2.4% (H26年度)	産婦 3.1% (R1年度)	産婦 0%	D	
	何らかの対応が必要な妊婦すべてが相談支援を受けられる	—	100%	100%	100%	A	実績

●健康づくりの目標

② 乳幼児期・学齢期 一人ひとりの個性を大切にし、心身ともに健やかに育てましょう

具体的目標	評価指標	H22年度	H27年度 現状	R2年度 現状	R2年度 目標値	達成度	出典
(1)健康な生活習慣を身につける	乳幼児健診を受けて「まあ満足」「大変満足」の人を増やす	51.9%	59.1%	53.8%	65%以上	D	保護者 アンケート
(2)必要な健診や相談が受けられる	3歳児健診でむし歯のない子どもを増やす	77.8%	83.8%	92.4%	85%以上	A	3歳児健診 アンケート
	3歳児健診で朝食を毎日食べる子どもを増やす	89.3% (H20年)	—	94.8%	100%	***	
(3)感染症予防や事故防止に努める	甘い飲み物をほとんど飲まない子を増やす	—	51.0% (H26年度)	51.5% (R1年度)	60%以上	C	1歳6か月児 健診 アンケート
(4)必要に応じた発達支援が受けられる	1週間に3日以上、身体を動かして遊ぶ子どもを増やす	67.3%	64.7%	44.5%	70%以上	D	小学生 アンケート
	テレビやビデオを見る時間が2時間未満の子を増やす	47.7%	57.4%	45.7%	60%以上	D	
	子どもの前で家族がタバコを吸う家庭を減らす	33.1%	28.9%	26.3%	20%以下	B	
	夜10時以降に就寝する子どもを減らす(1歳6か月児)	29.0%	24.1%	18.7%	20%以下	A	1歳6か月児 健診 アンケート
	夜10時以降に就寝する子どもを減らす(3歳児)	43.0%	42.4%	34.3%	35%以下	A	3歳児健診 アンケート
	夜11時以降に就寝する小学生を減らす	8.1%	5.7%	11.6%	3%以下	D	小学生 アンケート
	不慮の事故により医療機関を受診した人を減らす(6か月児健診)	2.9%	2.7%	3.1%	0%	C	6か月児 健診 アンケート
	予防接種率を高める(麻疹・風疹混合ワクチン)	90.7%	93.1% (H26年度)	94.0% (R1年度)	95%以上	B	実績

2 家庭・地域

●健康づくりの目標

すべての子どもを地域の宝として見守り育てましょう

具体的目標	評価指標	H22年度	H27年度	R2年度現状	R2年度目標値	達成度	出典
(1)自己肯定感をはぐくむ温かい家庭をつくる	家族は自分を大切にしていると思う子どもを増やす	75.6%	82.8%	78.3%	85%以上	D	小学生アンケート
(2)子育てしやすい地域をつくる	子育てに楽しさを感じる人を増やす	父親: 82.4%	父親: 87.8%	父親: 94.7%	父親: 90%以上	A	保護者アンケート
		母親: 81.1%	母親: 85.2%	母親: 85.7%	母親: 88%以上	B	
(3)虐待にいたらない環境をつくる	家族とあいさつする子どもを増やす	95.4%	93.3%	(参考値) 近所の人と あいさつ する子ども 96.7%	95%以上	***	小学生アンケート
	交流の場に参加したことがある人を増やす	26.8%	51.4%	40.2%	60%以上	D	保護者アンケート
	虐待をしていると思う保護者を減らす	11.0%	9.0%	7.0%	5%以下	B	

II 生涯にわたる心身の健康の保持

1 健康寿命の延伸

●健康づくりの目標

健康寿命(日常生活動作が自立している期間)を延ばしましょう

具体的目標	評価指標	平成27年	令和2年現状	令和2年目標値	達成度	出典
生活習慣病の発症と重症化を予防する	健康寿命の延伸 (日常生活動作が自立している期間の延伸)	健康寿命 (H22年) 男: 77.76歳 女: 82.85歳	健康寿命 (H29年) 男: 82.55歳 女: 85.76歳	延伸	A	人口動態統計、国保データベース

2 生活習慣病の発症と重症化予防

●健康づくりの目標

①健康的な食習慣をつくりましょう

具体的目標	評価指標	平成22年	平成27年	令和2年現状	令和2年目標値	達成度	出典
(1)栄養バランスの取れた食事を心がける	主食・主菜・副菜のそろった食事を1日2回以上とっている人の増加	(参考値) バランスのとれた食事を1日2回以上心がけている 57.5%	(参考値) バランスのとれた食事を1日2回以上心がけている 58.3%	62.0%	成人: 70%以上	B	健康づくりに関するアンケート
(2)食に興味・関心を持つ人を増やす	朝食を毎日とる人の増加	小学生: 92.0% 男: 70.4% 女: 84.1%	小学生: 94.5% 成年: 78.2% 男: 72.2% 女: 84.1%	小学生: 91.6% 成年: 82.2% 男: 77.7% 女: 85.8%	小学生: 95%以上 成年: 85%以上	小学生D 成人B	小学生、健康づくりに関するアンケート
(3)身体によい食べ物を選ぶ	野菜を毎日食べる人の増加	(参考値) 野菜を週5日以上食べる 69.6%	成人: 66.2% 男: 54.7% 女: 76.1%	成人: 73.4% 男: 64.4% 女: 80.3%	成人: 80%以上	B	健康づくりに関するアンケート

第1章 計画の策定にあたって

第3節 第3期健康づくり計画の評価から見る市民の健康実態

具体的目標	評価指標	平成22年	平成27年	令和2年 現状	令和2年 目標値	達成度	出典
	食事の時間を楽しいと思う人の増加	小学生： 81.2% 成人： —	小学生： 80.5% 成人： —	小学生： 75.6% 成人： 65.6%	小学生： 90%以上 成人： 80%以上	D	小学生、健康づくりに関するアンケート
	食品の体験や学習の機会に参加している人の増加	小学生： — 成人： —	小学生： — 成人： —	小学生： 55.8% 成人： 26.0%	小学生： 80%以上 成人： 50%以上	***	
	栄養成分表示の見方を知っている人の増加	(参考値) 食品購入時、 エネルギー 表示を見る人 の割合 20.8%	(参考値) 食品購入時、 エネルギー 表示を見る人 の割合 20.1%	60.3%	成人： 30%以上	***	健康づくりに関するアンケート

●健康づくりの目標

②楽しく運動をしましょう

具体的目標	評価指標	平成22年	平成27年	令和2年 現状	令和2年 目標値	達成度	出典
(1)運動習慣をつくる (2)日常生活の中で意識して身体を動かす (3)しゃんしゃん体操を知り継続できる	運動習慣のある人の増加	18.0%	20.4%	17.9%	25%以上	D	健康づくりに関するアンケート
	ウォーキングをしている人の増加 ※運動習慣のある人に占める割合	41.7%	44.9%	47.6%	50%以上	B	
	身体を使った遊びや運動をしている子どもの増加	—	—	82.9%	50%以上	***	
	できるだけ身体を動かすようにしている人の増加	37.4%	43.9%	44.8%	50%以上	B	
	しゃんしゃん体操を継続している人の増加	20.4%	30.4%	37.0%	35%以上	A	
	しゃんしゃん体操を継続している65歳以上の人の増加	5.3%	2.7%	1.4%	5%以上	D	

●健康づくりの目標

③温かい人間関係といのちを守る地域をつくりましょう

具体的目標	評価指標	平成22年	平成27年	令和2年 現状	令和2年 目標値	達成度	出典
(1)孤立・孤独と心の病気について理解し、悩みを誰かに相談できる	64歳以下の自死者の減少	55人 (20年値)	28人 (25年値)	23人 (29年値)	0人	B	人口動態統計 健康づくりに関するアンケート
	悩みの相談相手がいる人の増加	92.5%	90.7%	89.2%	95%以上	D	
	こころの相談場所を知っている人の増加	(参考値) 行政で行っているこころの相談窓口を知っている人の増加 62.2%	(参考値) 行政で行っているこころの相談窓口を知っている人の増加 37.0%	(参考値) 行政で行っているこころの相談窓口を知っている人の増加 44.0%	80%以上	B	
	身近な人のうつ病のサインに気づいた時、対処できる人の増加	—	61.5%	88.4%	75%以上	A	

具体的目標	評価指標	平成22年	平成27年	令和2年現状	令和2年目標値	達成度	出典
(2) ストレスと上手につきあい、十分な睡眠と休養をとることができる	自分に合ったストレス解消法がある人の増加	—	(参考値) 悩みやストレスがあつたとき解消ができる人の割合 84.8%	(参考値) 悩みやストレスがあつたとき解消ができる人の割合 86.3%	90%以上	B	健康づくりに関するアンケート
(3) 家族や地域でいさつを交わし合い、温かい人間関係をつくる	睡眠による休養がとれている人の増加	74.7%	77.5%	77.4%	80%以上	C	
	自分からいさつをする人の増加	(参考値) 近所の人自分からいさつする人の割合 小学生：69.2% 成人：—	(参考値) 近所の人自分からいさつする人の割合 小学生：69.2% 成人：—	小学生：63.9% 小学生：85.5% 成人：80%以上	小学生：80%以上 成人：80%以上	小学生D 成人***	小学生、健康づくりに関するアンケート
	近所の付き合いがない人の減少	10.3%	11.4%	9.5%	10%以下	A	健康づくりに関するアンケート
	家族とのコミュニケーションに満足な人の増加	83.4%	86.2%	85.4%	90%以上	D	

●健康づくりの目標

④禁煙をすすめましょう

具体的目標	評価指標	平成22年	平成27年	令和2年現状	令和2年目標値	達成度	出典
(1) 妊娠中の喫煙をなくす	妊娠婦の喫煙者の減少	妊娠：4.2% 産婦：4.5%	妊娠：1.9% 産婦：2.4%	妊娠：1.5% 産婦：3.1% (R1年)	妊娠：0% 産婦：0%	妊娠：B 産婦：D	妊娠届 6か月児健 診アンケート
(2) 未成年者をタバコの害から守る	成人の喫煙者の減少	男：39.3% 女：7.7%	男：34.0% 女：4.8%	男：24.1% 女：4.0%	男： 20%以下 女： 4%以下	B A	健康づくりに 関するアン ケート
(3) 成人の喫煙者を減らす	タバコの害について知っている子どもの増加	92.8%	92.4%	91.5%	95%以上	D	小学生 アンケート
(4) 受動喫煙を防ぐ環境をつくる	小学生の前で家族が喫煙する家庭の減少	33.1%	28.9%	26.3%	20%以下	B	
	室内で喫煙する人の減少	70.8%	59.5%	54.1%	40%以下	B	健康づくりに 関するアン ケート
	集会所の禁煙状況	158ヶ所 禁煙 (H20年 実態把握)	250カ所 禁煙 (H26年 実態把握)	健康増進 法改正に よりすべて 禁煙	350カ所 禁煙	***	—

●健康づくりの目標

⑤適正飲酒を守りましょう

具体的目標	評価指標	平成22年	平成27年	令和2年 現状	令和2年 目標値	達成度	出典
(1)妊娠中の飲酒をなくす	妊娠中の飲酒率	—	2.9% (140件抜粋)	0.5%	0%	B	妊娠届 アンケート
(2)未成年者の飲酒をなくす	生活習慣病のリスクを高める量(男性2合以上、女性は1合以上)を毎日飲酒している人の減少 ※全体に占める割合	男:14.0%	男:10.2%	男:11.0%	男: 10%以下	D	健康づくりに 関する アンケート
		女:4.4%	女:3.7%	女:5.8%	女: 3%以下	D	
(3)成人の適正飲酒(頻度・量)を守る	「飲酒が子どもの身体に悪い」ことを知っている子どもたちの増加	64.6%	71.6%	78.3%	80%以上	B	小学生 アンケート

●健康づくりの目標

⑥丈夫な歯をつくりましょう

具体的目標	評価指標	平成22年	平成27年	令和2年 現状	令和2年 目標値	達成度	出典
(1)しっかりとしめた歯みがき習慣を身につける	3歳児健診でむし歯のない子どもの増加	77.8% (21年度)	83.7% (26年度)	92.4%	80%以上	A	3歳児健診 アンケート
(2)歯科健診で健康な歯と口を保つ	歯みがき習慣のある人の増加	小学生: 98.9%	小学生: 98.2%	小学生: 98.5%	小学生: 100%	B	小学生、健 康づくりに 関する アンケート
		成人: 93.0%	成人: 98.1%	成人: 98.9%	成人: 100%	B	
(3)噛むことの大 切さを知る	寝る前に必ず歯みがきをする人の増加	小学生: —	小学生: 86.3%	小学生: 88.8%	小学生: 90%以上	B	健康づくり に関する アンケート
		成人: —	成人: 72.5%	成人: 79.0%	成人: 80%以上	B	
	歯ブラシ以外の清掃用具を使用する人の増加	41.0%	36.9%	46.6%	40%以上	A	
	定期的に歯の健診を受けている人の増加	23.9%	31.3%	42.6%	35%以上	A	
	歯周病の全身疾患への影響を認識している人の増加	—	55.8%	65.4%	60%以上	A	
	かかりつけの歯科医を持つ人の増加	—	70.3%	78.0%	75%以上	A	
	80歳代で20本以上、自分の歯のある人を増やす	17.4%	22.3%	12.5%	25%以上	D	
	60歳代で20本以上、自分の歯のある人を増やす	57.0%	60.2%	31.3%	65%以上	D	
	よく噛んで食べている人を増やす	小学生: 38.3%	小学生: 42.6%	小学生: 43.6%	小学生: 50%以上	B	小学生、健 康づくりに 関する アンケート
		成人: 20.2%	成人: 23.0%	成人: 24.9%	成人: 25%以上	A	

●健康づくりの目標

⑦がん検診を受けて、がんの早期発見と早期治療に努めましょう

具体的目標	評価指標	平成22年	平成27年	令和2年現状	令和2年目標値	達成度	出典
(1) 定期的にがん検診を受ける	75歳未満年齢調整死亡率(悪性新生物)	(H22) 男118.8 女73.0 合計94.0	(H25) 男117.8 女57.4 合計86.3	(H29) 男111.0女67.5 合計88.7	減少	D	人口動態統計
(2) がん予防に有効な生活習慣を知り、生活習慣を改善する	がん検診受診者数(69歳以下受診率* ¹)	(平成21年度)	(平成26年度)	(令和元年度)			
	胃がん検診	13,994人(28.3%)	16,618人(36.5%)	17,151人(35.9%)	50.0%	C	鳥取市 がん検診 結果
	肺がん検診	15,677人(29.0%)	18,684人(37.7%)	19,021人(35.5%)	50.0%	D	
	大腸がん検診	14,589人(28.9%)	17,856人(39.2%)	18,492人(38.0%)	50.0%	D	
	子宮がん検診	7,346人(35.1%)	9,090人(50.5%)	9,943人(61.2%)	50.0%以上	A	
	乳がん検診	5,067人(41.2%)	5,554人(48.9%)	6,051人(57.2%)	50.0%以上	A	
	がん検診精密検査受診率	(平成21年度) 平均86.9%	(平成26年度) 平均89.3%	(平成30年度) 平均91.0%	平均92%	B	
	胃がん検診	83.8%	89.5%	91.6%	92%	B	
	肺がん検診	93.2%	92.2%	94.1%	92%	A	
	大腸がん検診	77.9%	78.3%	78.1%	92%	C	
	子宮がん検診	89.0%	94.1%	93.4%	92%	A	
	乳がん検診	90.6%	92.2%	97.8%	92%	A	

●健康づくりの目標

⑧特定健診を受けて、生活習慣病を予防しましょう

具体的目標	評価指標	平成22年	平成27年	令和2年現状	令和2年目標値	達成度	出典
(1) 年1回、特定健診を受ける	特定健診受診率	(平成21年度) 23.5%	(平成26年度) 31.0%	(令和元年度) 34.8%	60%* ³	B	法定報告 (毎年11月 の国報告)
(2) メタボリックシンドロームや糖尿病を予防、改善する	特定保健指導利用率	18.0%	42.3%	37.6%	60%* ³	D	
	特定健診受診者のメタボリックシンドローム該当者・予備群の割合と減少率* ²	26.2%	25.5%	28.9%	減少	D	
		9%減少	13%減少	2.5%減少	10%減少	***	
	糖尿病予備群・有病者の割合	32.0%	51.4%	56.0%	増やさない	D	鳥取市 特定健診 結果

*1 受診率は、国の算出基準に基づき、40~69歳（子宮は20歳~69歳）の受診率で示す。

子宮がん、乳がん検診は、2年に1回受診した人の受診率。

*2 上段：メタボリックシンドローム該当者及び予備群の占める割合。 下段：国の指針に基づき、第1期（H20~24）、第2期（H25~29）、第3期（H30~35）の鳥取市国民健康保険特定健康診査等実施計画を策定したが、計画ごとに評価指標の算出基準が変更されて、H20, H27は、H20を基準に日本内科学会等内科系8学会基準の割合を国の示す計算式で算出。R1は、H27を基準にR1年度までの減少率を算出。

*3 国の示す市町村国保の健診受診率、特定保健指導利用率の目標値は60%であるが、本市国民健康保険特定健康診査等実施計画において、最終年度の目標値を60%として各年度の目標値を設定しているため合わせて確認し評価の参考とする。

具体的目標	評価指標	平成22年	平成27年	令和2年 現状	令和2年 目標値	達成度	出典
(3)生活習慣の改善と早期の適切な治療により、生活習慣病の重症化を防ぐ	高血圧予備群・有病者の割合	62.9%	64.2%	65.4%	増やさない	D	鳥取市 特定健診 結果
	脂質異常症有病者の割合	56.9%	59.9%	61.3%	増やさない	D	
	脳血管疾患・年齢調整死亡率 (人口10万対)	男 47.0	男 49.4	男 38.8	減少	A	人口動態 統計
		女 28.9	女 25.0	女 17.1			
		合計 36.9	合計 35.7	合計 27.0			
	虚血性心疾患・年齢調整死亡率 (人口10万対)	男 26.0	男 35.7	男 24.0	減少	A	人口動態 統計
		女 10.5	女 17.6	女 9.8			
		合計 17.3	合計 25.9	合計 16.1			
	COPD の認知度向上	—	—	37.4%	60%	***	健康づくり に関する アンケート

3 地域で健康づくりをするための取組み

●健康づくりの目標

地域で健康づくりに取り組む機運を高め、実践しましょう

具体的目標	評価指標	平成27年	令和2年 現状	令和2年 目標値	達成度	出典
(1)市民が自身の健康づくりに関心を持ち、健康づくりができる環境を整備する	地域のつながりの強化 (居住地域でお互いに助け合っていると思う人の増加)	(参考値) 近所で困った時に相談にのったり、世話をし合う人の割合 7.9%	(参考値) 近所で困った時に相談にのったり、世話をし合う人の割合 8.2%			
(2)健康づくりを通して、地域のつながりを強める				増加	A	健康づくりに関するアンケート