

1 推進体制

市民一人ひとりの健康づくりを支援するためには、地域の団体や、事業者、関係機関等との連携をさらに強化し、市全体で総合的、効果的に推進していくことが重要です。

そのために、広報紙やホームページ、各種関連事業等、あらゆる機会を通じて、本計画で示した基本目標及び基本方針、それぞれの取組について周知啓発を行い、健康づくりに関する意識や意欲を高めるための普及啓発や情報提供等を実施し、市民の健康づくりを推進していきます。

2 市民・関係機関などの役割

(1) 自助

市民の役割

いつまでも住み慣れた地域で、心身ともに元気で、生き生きと生活するためには、市民一人ひとりの健康的な生活習慣についての理解と実践が大切です。「自分の健康は自分で守る」という意識と、食生活、運動、喫煙等、健康づくりに関する正しい知識をもち、予防に取り組むとともに、定期的に「健（検）診」を受ける等、自らの健康状況を確認します。

(2) 互助・共助

①家庭の役割

家庭は、健康的な生活習慣を身につけるための基礎を育むとともに、その生活習慣を次世代へ繋げる大切な場です。家庭（家族）で、お互いの健康を気遣い、支え合います。

②地域の役割

市民一人ひとりの健康づくりを推進するため、自治会等の地域団体、NPO や学校等がお互いに支え合い、相互の繋がりを強めることで地域全体の健康度を高め、健康なまちの実現を目指します。

③学校の役割

心身ともに著しく成長する時期に、集団生活を通じて、子どもたちが基礎体力や健康的な生活習慣を身につけるよう健康教育を充実していきます。

④健康関係団体・機関の役割

市民の健康づくりのため、保健、医療等の健康関係団体・機関の専門的な知識や経験が十分に活用されることが必要です。

市民や他の団体、行政等と緊密な連携を図り、情報の共有化や協力体制の充実を進めます。

⑤事業所・職場の役割

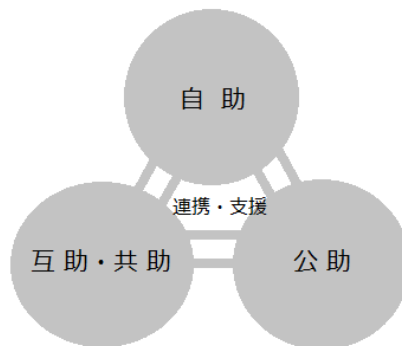
従業員等の心身の健康管理を積極的に推進し、労働環境の整備・充実を図ります。

(3) 公助

本市は本計画の進捗管理を行うとともに、市民一人ひとりの健康づくりに関する諸施策を実施する役割があります。保健、福祉、教育、産業等の関係各課が協力・連携をしていくとともに、鳥取県や関係機関・団体等とも連携を図り、それぞれの部門と情報や目的を共有しながら、市民の健康づくりを推進していきます。

3 行政と関係機関の連携

企業や市民団体をはじめ、医師会、歯科医師会、薬剤師会等、様々な関係機関が、市民一人ひとりの健康づくりを支援するために、主体的な取り組みを行うと同時に、健康づくりに関する意識の普及啓発や情報の提供等を効果的に行えるよう、行政と関係機関が連携して市民の健康づくりを支えます。

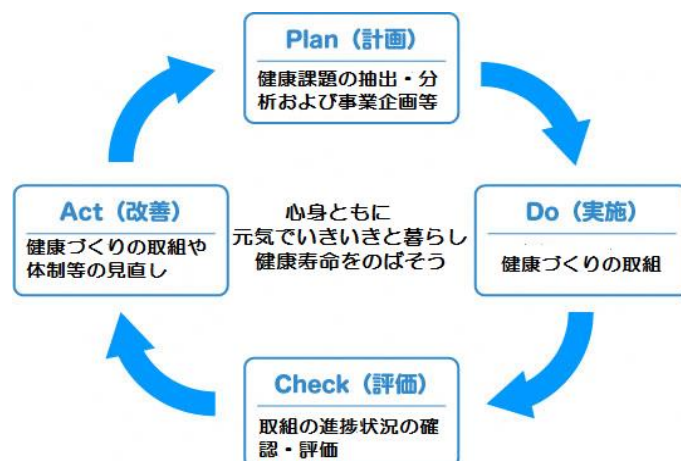


4 進捗管理と評価

(1) 計画の進捗管理

7つの分野の長期目標、短期目標および4つのライフステージごとの取り組み、評価指標を設定することによって、計画の基本目標である「心身ともに元気でいきいき暮らし健康寿命をのばそう」の達成を目指します。

計画の進捗状況の確認にあたっては、境港市健康づくり推進計画評価委員会を設置し、継続的に評価・改善を行っていきます（PDCA サイクル）。なお、現状把握のための「健康づくりに関するアンケート調査」を実施し、その結果を活用していきます。



(2) 評価指標一覧

【全体】

指標	現状値（年度）		目標値	出典
	市	県		
健康寿命の延伸	(H26) 男性：78.20 歳 女性：83.15 歳	(H26) 男性 78.11 歳 女性 83.74 歳	伸ばす	鳥取県元気な人づくり行動計画

1 食生活・栄養

 評価項目 モニタリング項目（毎年評価）

指標	現状値（年度）		目標値	出典
	市	県		
1日1回以上、主食・主菜・副菜の揃った食事をする人の割合	(H29) 90%	(H29) 88%	増加	健康づくりに関するアンケート、食のみやこととり～食育プラン（第3次）
朝食を食べる割合	(H29) 幼児期 98%	(H29) 児童・生徒 86%	増加	幼児の生活習慣と食に関するアンケート、鳥取県学校栄養士協議会、健康づくりに関するアンケート、食のみやこととり～食育プラン（第3次）
	(H27) 小学5年生 92%			
	(H27) 中学2年生 85%	(H29) 成人男性 76%		
	(H29) 20代男性 55%			
地域の産物や旬の食材を知っている人の割合	今後調査	(H29) 76%	増加	食のみやこととり～食育プラン（第3次）
食育講話等の実施回数、新規開拓	今後調査	—	—	
公民館講座や集団検診等における啓発	未実施	—	実施	
健康づくりクッキング教室の実施回数	未実施	—	実施	
低栄養予防、フレイル予防の講話と料理教室の実施回数	(H29) 1回	—	増加	長寿社会課
地元食材を題材にした食育活動等の実施回数、新規開拓	今後調査	—	—	

指標	現状値（年度）		目標値	出典
	市	県		
地域の産物や旬の食材を使った健康食(魚・カニ・野菜)のレシピのPR(レシピ本作成、食品売り場へのPOP)	未実施	—	実施	

2 運動・身体活動

指標	現状値（年度）		目標値	出典
	市	県		
運動不足と感じている人の割合	(H29) 71.3%	—	減少	健康づくりに関するアンケート
運動を心がけている人の割合	(H29) 51.8%	—	増加	健康づくりに関するアンケート
定期的に運動する人の割合 (一日30分週2回以上)	(H29) 38.3% 男性：39.9% 女性：36.8%	(H28) 男性：26.5% 女性：21.4%	増加	健康づくりに関するアンケート、国民健康・栄養調査 ※県は、運動を「一日30分以上、週2回以上、一年以上継続している」と回答した人の割合
特定健診受診者のうち、定期的に運動する人の割合	(H29) 33.4%	(H29) 22.7%	増加	特定健診データ管理システム
体育施設利用述べ人数 (指定管理施設のみ)	(H29) 130,239人	—	増加	生涯学習課
運動に関する公民館講座の回数、参加者数	今後調査	—	増加	
運動に関する啓発回数、講座回数	今後調査	—	増加	

3 こころ・休養

指標	現状値(年度)		目標値	出典
	市	県		
睡眠による休養を十分とれていない人の割合	(H29) 18.8% 男性：24.1% 女性：13.5%	(H28) 22.4% 男性：22.7% 女性：22.2%	15% 以下	健康づくりに関するアンケート
普段、ストレスを感じる ことが大いにある人の 割合	(H29) 19.3% 男性：16.9% 女性：21.6%	(H28) 19.4% 男性：19.3% 女性：19.6%	10% 以下	健康づくりに関するアンケート
1日の平均睡眠時間が 6時間未満の人の割合	(H29) 39.9% 40代：50% 50代：62.5%	(H28) 43.6% 40代：46.3% 50代：45%	減少	健康づくりに関するアンケート
ストレスや悩みがある とき、自分の気持ちを聞 いてくれる人がいない 人の割合	(H29) 13.5%		減少	健康づくりに関するアンケート
うつ病の症状について 全く知らない人の割合	(H29) 13.2%	(H28) 5.4%	減少	健康づくりに関するアンケート
23時以降に寝る児童 の割合	(H29) 小学6年生： 13.2%		減少	いのちとこころのプロ ジェクト事業「こころと 身体の健康アンケート」
22時以降に寝る幼児の 割合	(H29) 3歳児：39.6%		減少	3歳児健診統計
こころに関する啓発(出 前講座等)の回数と人数	(H29) 啓発回数：28回 啓発人数：1704人		増加	健康推進課実績報告
自死者数・自殺死亡率の 減少	(H28) 自死者数：4人 自死死亡率：10.5	(H28) 自死死亡率：14.5	減少	人口動態統計
自分の悩みなどを話せ る人がいない児童の割 合	(H29) 小学6年生:6.6%		減少	いのちとこころのプロ ジェクト事業「こころと 身体の健康アンケート」

悩みや気持ちを気軽に話したり聞いたりできる交流の場（ひみつきち）の数と参加人数	今後調査		増加	
自己肯定感や自己役立感について	(H29) ・自分にはよいところがある 小学6年生：76.2% 中学3年生：73.0% ・将来の夢や希望を持っている 小学6年生：88.3% 中学3年生：73.0% ・人の役に立つ人間になりたいと思う 小学6年生：91.1% 中学3年生：92.9%	(H29) ・自分にはよいところがある 小学6年生：78.2% 中学3年生：73.2% ・将来の夢や希望を持っている 小学6年生：83.4% 中学3年生：69.9% ・人の役に立つ人間になりたいと思う 小学6年生：92.8% 中学3年生：92.9%	増加	全国学力・学習状況調査 (児童生徒質問紙)

4 喫煙・飲酒

指標	現状値（年度）		目標値	出典
	市	県		
妊娠中の喫煙する人の割合	(H28) 女性：3.6%	(H28) 女性：2.9%	減少	母子手帳交付時のアンケート
毎日飲酒する人の割合	(H29) 20.7%	(H28) 19.9%	減少	健康づくりに関するアンケート
多量に飲酒する人の割合（3合以上）	(H29) 9.3% 男性：12.7% 女性：4.7%	(H28) 10.1% 男性：13.0% 女性：4.5%	減少	健康づくりに関するアンケート、県民健康栄養調査 (県は「3合以上（月に1日以上飲酒する者のみ」と回答した人の割合)
喫煙する人の割合	(H29) 14.9% 男性：25.8% 女性：4.3%	(H28) 男性：32.0% 女性：5.5%	男性：20% 女性：3%	健康づくりに関するアンケート、国民生活基礎調査
分煙・禁煙認定施設数	(H29) 64 事業所	(H29) 1,196 事業所	増加	鳥取県

5 歯・口腔

指標	現状値（年度）		目標値	出典
	市	県		
一人平均残存歯数 （60歳代で24歯以上の割合）	(H29) 47.4%	(H28) 61.2%	70%	健康づくりに関するアンケート
過去1年間に歯科健診 （検診）を受診した者の割合	(H29) 36.1%	(H28) 43.4%	50%	健康づくりに関するアンケート
むし歯のない子どもの割合（1.6歳児）	(H28) 98.4%	(H28) 99.1%	100%	鳥取県西部歯科保健推進協議会
（3歳児）	90.1%	87.8%	100%	
むし歯のない児童の割合（小学生）	(H28) 49.8%	(H28) 46.2%	50%	学校保健統計調査
むし歯のない生徒の割合（中学生）	(H28) 61.2%	(H28) 55.4%	70%	学校保健統計調査
仕上げ磨きをしている3歳児の割合 （毎日みがく）	(H29) 92.0%	—	100%	3歳児健診歯科アンケート

6 生きがい・社会参加

指標	現状値（年度）		目標値	出典
	市	県		
誰かのために何かをしたいと思う人の割合	(H29) 28.1%	—	増加	健康づくりに関するアンケート
子育てサークル数 子育てサークル参加者数	(H29) 3団体 24人	—	増加	子育て支援課
公民館講座数 公民館講座参加者数	今後調査	—	増加	
市民ボランティア登録者数	今後調査	—	増加	
ひみつきち協力者数	今後調査	—	増加	

7 疾病の発症・重症化予防

指標	現状値(年度)		目標値	出典
	市	県		
特定健診受診者のうち、 メタボリックシンドローム 該当者の割合	(H28) 17.4%	(H28) 16.3%	減少	法定報告値
特定健診の受診率	(H28) 22.1%	(H28) 31.4%	60%	法定報告値
特定保健指導の受診率	(H28) 12.9%	(H28) 29.0%	60%	法定報告値
がん検診受診率	(H28) 胃がん検診 26.3% 大腸がん検診 30.7% 肺がん検診 23.7% 乳がん検診 17.5% 子宮がん検診 22.2%	(H28) 胃がん検診 26.8% 大腸がん検診 30.6% 肺がん検診 28.9% 乳がん検診 11.5% 子宮がん検診 24.2%	70%	地域保健・健康増進事業 報告
がん検診精密検査受診 率	(H28) 胃がん検診 80.0% 大腸がん検診 86.3% 肺がん検診 91.5% 乳がん検診 92.9% 子宮がん検診 85.7%	(H28) 胃がん検診 86.5% 大腸がん検診 77.1% 肺がん検診 90.1% 乳がん検診 94.2% 子宮がん検診 83.3%	100% (年齢 等によ り検査 適応外 の人を 除く)	地域保健・健康増進事業 報告
介護が必要となった原 因のうち「骨折転倒」の 割合	(H28) 13.8%	-	減少	介護予防・日常生活圏域 ニーズ調査報告書
がん検診推進パートナ ー企業数	(H29) 51 事業所	-	増加	鳥取県

(3) 評価の考え方とスケジュール

本計画では、平成31年度からの6か年計画ですが、平成36年度の目標達成に向けて、より効果的な施策の推進を図るため、評価指標の確認を行い、施策の成果等を把握します。