

第4次 地域保健計画の指標

分野別	出展先	主要指標	ベースライン (平成16年度)	ベースライン (平成22年度)	目標
栄養・食生活	★	栄養バランスのよい食事を充分とっている人の割合	22.3%	16.1%	増やす
	☆	食事は腹八分目にする人の割合	61.0%	68.3%	増やす
	☆	朝食を必ずとるようにしている人の割合	31.9%	28.7%	増やす
	☆	脂肪を取りすぎないにしている人の割合	48.1%	52.6%	増やす
	☆	塩分を控えめにするようにしている人の割合	41.5%	50.6%	増やす
	☆	野菜を多くとるようにしている人の割合	64.2%	68.6%	増やす
	☆	楽しい食事をするようにしている人の割合	34.8%	35.9%	増やす
	☆	外食や買い物をする時に、栄養成分表示を参考にしている人の割合	54.1%	49.6%	増やす
	★	適正体重を維持できる食生活を充分心がけている人の割合	30.4%	17.4%	増やす
身体・活動運動	★	適正体重を維持する人の割合 (体重のBMI値18.5以上～25未満の人の割合)	69.4%	71.4%	増やす
	★	肥満の人の割合(体重のBMI値25以上の人の割合)	23.0%	21.0%	減らす
	☆	定期的に運動をする人の割合	48.7%	48.7%	増やす
	★	みんなで誘い合って歩く人の割合	13.4%	13.4%	増やす
	★	歩くように心がけている人の割合	—	47.1%	増やす
休養・こころの健康	★	イライラやストレスを感じる人の割合 (しばしば感じる+たまに感じる)	81.2%	80.1%	減らす
	★	休養はとれている人の割合(十分 + まあまあ)	—	69.5%	増やす
	★	睡眠をとれているひとの割合(十分 + まあまあ)	60.8%	66.1%	増やす
	☆	余暇の過ごし方が充実している人の割合	49.8%	49.8%	増やす
	■	自殺死亡率(人口10万対)	H17 17.3%	H21年度 20%	減らす
たばこ・アルコール	★	毎日喫煙している人の割合	男性24.3% 女性6.4%	17.9%	減らす
	★	たばこをやめた人の割合	—	23.4%	増やす
	★	タバコ 10本未満(基礎)	20.0%	24.2%	増やす
	★	アルコールの適量を知っている人の割合	53.6%	29.5%	増やす
	★	適正飲酒をする人の割合	42.2%	40.7%	増やす
	★	毎日アルコールを飲む人の割合	24.3%	40.7%	減らす
歯の健康	★	自分の歯が24本以上	66.9%	78.7%	増やす
	★	地域歯周病指数(GPI)最大コード3以上持つ人の割合	45.7%	33.2%	減らす
	★	たばこと歯周病の関係を知っている人の割合	19.5%	19.5%	増やす
	★	1日1回10分程度はブラシやフロス等を用いて歯磨きをする人	43.0%	60.7%	増やす
	★	月に1回以上歯や歯肉の自己観察をする人の割合	30.9%	54.0%	増やす
	★	かかりつけ歯科医を持つ人の割合	69.7%	50.2%	増やす
	※	口や歯の状態に満足している人の割合	—	42.5%	増やす

第4次 地域保健計画の指標

分野別	出展先	主要指標	ベースライン (平成16年度)	ベースライン (平成22年度)	目標		
生活習慣病・循環器病の予防	★	年に1回健康診査を受けている人の割合	47.6%	- 59.8%	増やす		
	※	特定健康診査受診率	—	41.9%	増やす		
	※	特定保健指導実施率	動機づけ支援	—	23.3%	増やす	
	※		積極的支援	—	15.4%	増やす	
	※	メタボ該当者		—	14.2%	減らす	
	※	メタボ予備群該当者		—	11.2%	減らす	
	※	腹囲	男性 85cm以上	—	48.1%	減らす	
	※		女性 90cm以上	—	17.3%	減らす	
	※	高血圧 収縮期血圧130mmHg以上 拡張期血圧85mmHg以上		43.8%	47.4%	減らす	
	※	糖尿病 HbA1c検査値5.2%以上 空腹時血糖値100mg/dl以上 随時血糖値140mg/dl以上		※判定変更により判定不可	56.3%	減らす	
	※	中性脂肪 150mg/dl以上		※判定変更により判定不可	19.1%	減らす	
	※	HDLコレステロール 40mg/dl未満		※判定変更により判定不可	4.8%	減らす	
	※	LDLコレステロール120mg/dl以上		—	55.5%	減らす	
	がん予防	※	がん検診受診率	胃がん	3.7%	2.7%	増やす
		※		大腸がん	4.5%	3.3%	増やす
※		子宮がん		8.1%	13.9%	増やす	
※		乳がん		4.1%	14.8%	増やす	
※		肺がん		0.6%	0.7%	増やす	
※		精密検査		74.9%	87.5%	増やす	
☆		医師から十分な説明を受けた人の割合		42.0%	42.0%	増やす	
★		健康のために心がけていることがある人の割合		86.3%	83.1%	増やす	
★		健康教育受講者数		—	519人	増やす	
★		自分の健康状態をよいと感じている人の割合		77.1%	78.7%	増やす	
健康寿命	■	○65歳健康寿命B ※要支援の認定を受けるまでの状態を健康と考えた場合	男性 80.2歳 女性 83.9歳	H21年度 80.90歳 82.76歳	伸ばす		
かかり医	★	かかりつけ医を持つ人の割合		39.8%	41%	増やす	
	★	かかりつけ薬局を持つ人の割合		—	28.5%	増やす	

【出典先】
★平成22年度地域福祉計画基礎調査報告書
☆北多摩北部保健医療圏における住民の健康意識調査
※平成22年度東村山市保健事業
・「がん検診受診」結果 ・成人歯科健康診査結果 ・特定健康診査・特定保健指導結果
■北多摩北部保健医療圏保健医療福祉データ集 平成22年度版
・自殺率(平成21年度) ・65歳健康寿(平成21年度 東京都保健所長会方式)