

分野別	出典元	項目	ベースライン値 (平成16年度)	実績値 (平成22年度)	目標	H24	H25	H26	H27	H28	H29
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%	21.8%	増やす					24.9%	
	☆ ★	食事は腹八分目にする人の割合	31.9% —	28.7% —	増やす					— 33.6%	
	☆ ★	朝食を必ずとるようにしている人の割合	61.0% —	68.3% —	増やす					— 70.0%	
	☆ ★	脂肪を取りすぎないようにしている人の割合	48.1% —	52.9% —	増やす					— 41.8%	
	☆ ★	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					— 46.7%	
	☆ ★	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					— 68.5%	
	☆ ★	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					— 31.9%	
	☆ ★	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					— 12.9%	
	☆ ★	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% —	31.3% 17.4%	増やす					— 21.8%	
身体活動	☆ ★	定期的に運動をする人の割合	48.7% —	48.7% —	増やす					— 34.2%	
	★	みんなで誘い合って歩く人の割合	13.4%	14.3%	増やす					11.9%	
	★	歩くように心がけている人の割合	—	54.5%	増やす					55.0%	
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%	71.5%	減らす					72.1%	
	★	休養はとれている人の割合(十分 + まあまあ)	—	75.9%	増やす					77.9%	
	★	睡眠をとれている人の割合(十分 + まあまあ)	60.8%	71.5%	増やす					73.1%	
	☆ ★	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					— 20.0%	
	■	自殺死亡率(人口10万対)	H17年度 17.3	27.4	減らす	28.1	24.9	16.5	23.0	14.7	21.2
たばこ・アルコール	★	吸わない人の割合	49.9%	55.8%	増やす					57.5%	
	★	たばこをやめた人の割合	15.0%	26.4%	増やす					26.1%	
	★	タバコ 10本未満(基礎)	20.0%	29.1%	増やす					29.5%	
	★	アルコールの適量を知っている人の割合	53.6%	33.9%	増やす					39.4%	
	★	適正飲酒をする人の割合	42.2%	42.2%	増やす					23.9%	
	★	毎日アルコールを飲む人の割合	24.3%	34.4%	減らす					21.3%	
歯の健康	★	自分の歯が24本以上	66.9%	62.9%	増やす					63.2%	
	※	地域歯周病指数(CPI)最大コード3以上持つ人の割合	45.7%	33.2%	減らす	34.6%	33.3%	33.0%	35.9%	41.2%	43.0%
	※	たばこと歯周病の関係を知っている人の割合	—	72.3%	増やす	74.3%	71.0%	76.1%	75.5%	75.3%	77.4%
	★ ※	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% 36.7%	— 36.4%	増やす	— 34.1%	— 34.7%	— 40.6%	— 35.8%	60.7% 36.4%	— 39.2%
	※	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	51.5%	50.8%	55.6%	52.4%	55.2%	54.6%
	★	かかりつけ歯科医を持つ人の割合	69.7%	58.2%	増やす					67.2%	
	※	口や歯の状態に満足している人の割合	—	42.5%	増やす	43.3%	41.9%	43.1%	42.3%	45.1%	41.3%

分野別	出典元	項目	ベースライン値 (平成16年度)	実績値 (平成22年度)	目標	H24	H25	H26	H27	H28	H29	
生活習慣病・循環器病の予防	※	特定健康診査受診率	—	41.9%	増やす	46.3%	46.3%	46.9%	46.5%	46.6%	46.9%	
		特定保健指導利用率	動機づけ支援	—	23.3%	増やす	21.2%	25.6%	22.0%	21.5%	20.7%	20.7%
			積極的支援	—	15.4%	増やす	16.5%	15.3%	16.1%	8.6%	10.4%	9.3%
	□	メタボ該当者の割合	—	14.2%	減らす	14.3%	14.5%	14.6%	15.0%	15.6%	15.5%	
		メタボ予備群該当者の割合	—	11.2%	減らす	11.2%	10.6%	10.4%	10.9%	10.8%	11.6%	
		〈高血圧〉	収縮期血圧140mmHg以上 または 拡張期血圧90mmHg以上	—	24.6%	減らす	22.3%	21.1%	21.0%	21.6%	21.8%	19.2%
		〈糖尿病〉	HbA1c検査値6.1%以上（H24までJDS値） HbA1c検査値6.5%以上（H25以降NGSP値） または 空腹時血糖値126mg/dl以上	—	8.3% JDS値	減らす	8.4% JDS値	8.0% NGSP値	8.1% NGSP値	8.4% NGSP値	8.4% NGSP値	9.0%
		〈脂質異常〉	中性脂肪 300mg/dl以上 または HDLコレステロール 34mg/dl以下 または LDLコレステロール140mg/dl以上	—	32.4%	減らす	32.7%	32.0%	32.1%	32.2%	31.0%	30.0%
		適正体重を維持する人の割合 (BMI値18.5以上～25未満の人の割合)		69.4%	71.4%	増やす	70.0%	69.6%	69.5%	69.0%	71.4%	67.9%
		肥満の人の割合(BMI値25以上の人の割合)		23.0%	21.0%	減らす	22.1%	22.4%	22.4%	22.6%	21.0%	23.7%
		★	年に1回健康診査を受けている人の割合	47.6%	53.4%	増やす					62.6%	
	☆	医師から十分な説明を受けた人の割合	42.0%	42.0%	増やす					42.0%		
	★	健康のために心がけていることがある人の割合	86.3%	86.2%	増やす					95.9%		
	※	健康教育受講者数	—	519人	増やす	1,010人	698人	769人	1,018人	868人	880人	

□(太枠内) 参考:特定健診受診者より抽出

がん予防	※	がん検診受診率	胃がん	3.7%	2.7%	増やす	2.7%	3.2%	3.2%	3.4%	3.0%	3.7%
		大腸がん	4.5%	3.3%	増やす	4.2%	4.5%	4.7%	5.5%	4.9%	5.3%	
		子宮頸がん	8.1%	13.9%	増やす	13.5%	12.9%	14.0%	13.7%	10.0%	9.7%	
		乳がん	4.1%	14.8%	増やす	14.7%	14.5%	15.9%	17.1%	13.9%	12.8%	
		肺がん	0.6%	0.7%	増やす	0.5%	0.5%	0.5%	0.6%	0.9%	1.1%	
	※	精密検査対象者が精密検査を受けた割合	胃がん			増やす	87.2%	95.2%	92.8%	93.8%	92.0%	—
		大腸がん			増やす	85.7%	80.3%	80.3%	88.9%	85.4%	—	
		子宮頸がん			増やす	72.5%	84.4%	86.4%	83.3%	62.5%	—	
		乳がん			増やす	94.7%	94.5%	93.8%	88.9%	92.2%	—	
		肺がん			増やす	100.0%	100.0%	94.4%	100.0%	100.0%	—	
		精密検査対象者が精密検査を受けた割合	74.9%	87.5%	増やす	91.0%	90.0%	91.0%	89.8%	88.7%	—	

健康寿命	★	自分の健康状態をよいと感じている人の割合	77.1%	78.0%	増やす					78.4%		
	■	○65歳健康寿命B ※要支援1以上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	80.49歳	伸ばす	80.5歳	80.65歳	80.75歳	80.89歳	80.82歳	—
			女性	83.9歳	82.25歳		82.6歳	82.34歳	82.19歳	82.29歳	82.33歳	—
かかりつけ医	★	かかりつけ医を持つ人の割合	39.8%	53.3%	増やす					60.3%		
	★	かかりつけ薬局を持つ人の割合	—	39.8%	増やす					44.5%		
	★	かかりつけ歯科医を持つ人の割合	69.7%	58.2%	増やす					67.2%		

【出典元】 ★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(ベースライン値平成16年度、実績値19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 ・自殺率 ・65歳健康寿(東京都保健所長会方式)