

# さかい健康プラン(案)～健康寿命の延伸をめざして～の概要

## 第1章 計画策定にあたって

### 1 計画策定の趣旨

本プランは、「堺市健康増進計画（健康さかい 21）」「堺市食育推進計画」「堺市歯科口腔保健推進計画」の3つの計画について、市民の健康寿命を延伸するための施策を総合的かつ計画的に推進する計画として、一体的に策定した。

### 2 計画の位置づけ

「堺市基本計画 2025」「堺市 SDGs 未来都市計画」に加え、「堺市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画」等の関連計画との調和を図る。

### 3 計画の期間

2024（令和6）年度～2035（令和17）年度の12年。

計画開始後6年（2029（令和11）年）を目処に中間評価と見直しを行い、

計画開始後11年（2034（令和16）年）を目処に最終評価を行う。

### 4 ビジョンと基本的な方向

**ビジョン：すべての市民がいくつになっても、心身ともに健康で、充実した生活を送ることができる社会の実現。**

**基本的な方向：「個人の行動と健康状態の改善」「社会環境の整備と質の向上」を図り、「ライフステージやライフコースアプローチを踏まえた健康支援の展開」により、健康寿命の延伸をめざす。**

## 第2章 堺市の現状と課題

市民の健康を取り巻く状況と各計画の評価の結果、健康寿命の延伸への寄与が大きく、改善の余地がある等の観点から「健康寿命の延伸に向けた主要な健康課題」を選定。

- ① **がんのリスク要因の改善**
- ② **循環器疾患のリスク要因（高血圧・糖尿病等）の改善**
- ③ **フレイル対策**
- ④ **生活習慣病による早世の減少**
- ⑤ **適正体重・体格を維持する者の増加**
- ⑥ **喫煙・受動喫煙の減少**
- ⑦ **進行した歯周炎の改善**
- ⑧ **現役世代のメンタルヘルス対策（睡眠・休養・アルコール）**
- ⑨ **朝食喫食者の増加（食育の推進）**

## 第3章 計画の推進（具体的な取組内容）

ライフステージやライフコースアプローチを踏まえた健康支援の展開。

「次世代」「現役世代」「セカンドライフ」の3つのステージとし、ライフコースアプローチを踏まえた健康支援に取り組む。

### 1 個人の行動と健康状態の改善

#### ○生活習慣の改善（一次予防）

栄養・食生活、食育、身体活動・運動、こころの健康、たばこ、アルコール、歯と口の健康、健康チェック

#### ○生活習慣病の発症予防・重症化の予防（二次予防）

がん・循環器疾患対策

#### ○生活機能の維持・向上（二次予防）

フレイル予防

### 2 社会環境の整備と質の向上

社会とのつながりの維持・向上（つながる機会の確保、もしもの備え）、自然に健康になれる環境整備、受動喫煙対策、個人の生涯にわたる健康情報の活用、事業者等の多様な主体と協働した取組、事業所による従業員への主体的な健康増進活動の推進ごとに、社会環境の整備と質の向上を図る。

## 第4章 推進体制

堺市健康施策推進協議会、堺市健康づくり推進庁内委員会と連携を図り、エビデンスに基づく横断的な視点から施策を推進。

本プランで掲げる KGI や KPI の達成に向けて、施策・事業、関係団体等の取組をより効率的・効果的に推進するため、戦略的な計画立案（Plan）、事業の実施（Do）、成果の評価（Check）、改善策の検討実行（Action）からなる PDCA マネジメントサイクルを機能させ、本プランの進捗管理を実施。

## 第5章 計画の評価

（裏面に記載）

## 第5章 計画の評価

### 1 KGI（重要目標達成指標）

指標	計画策定時	目標値	出典
健康寿命「日常生活に制限のない期間の平均」（男性）	72.82年 (R1)	74.00年 (R12)	厚生労働省 大都市の健康寿命
健康寿命「日常生活に制限のない期間の平均」（女性）	74.46年 (R1)	77.00年 (R12)	厚生労働省 大都市の健康寿命

モニタリング指標	計画策定時
平均寿命（男性）	80.52 (R4)
平均寿命（女性）	86.58 (R4)
要介護2以上の認定者数を用いた健康寿命（男性）	78.89 (R4)
要介護2以上の認定者数を用いた健康寿命（女性）	83.14 (R4)

### 2 KPI（重要業績評価指標）

#### (1) 個人の行動と健康状態の改善（KPI）

##### ① がんによる死亡の減少（KPI）

指標	計画策定時	目標値	出典
悪性新生物（がん）の死亡率（人口10万人対）	326.6 (R4)	326.6 (R17)	人口動態統計

##### 【関連指標】

指標	計画策定時	目標値	出典
75歳未満の進行がん年齢調整罹患率（全部位）（男性）	172.0 (R1)	163.4 (R17)	大阪府におけるがん登録
75歳未満の進行がん年齢調整罹患率（全部位）（女性）	149.8 (R1)	142.3 (R17)	大阪府におけるがん登録
過去2年間に胃がん検診を受けた者の割合（50～69歳）	31.9% (R4)	60.0% (R17)	国民生活基礎調査（健康票）
肺がん検診を受けた者の割合（40～69歳）	34.2% (R4)	60.0% (R17)	国民生活基礎調査（健康票）
大腸がん検診を受けた者の割合（40～69歳）	31.2% (R4)	60.0% (R17)	国民生活基礎調査（健康票）
過去2年間に子宮がん検診を受けた者の割合（20～69歳女性）	31.6% (R4)	60.0% (R17)	国民生活基礎調査（健康票）
過去2年間に乳がん検診を受けた者の割合（40～69歳女性）	29.4% (R4)	60.0% (R17)	国民生活基礎調査（健康票）

##### ② 循環器疾患による死亡の減少（KPI）

指標	計画策定時	目標値	出典
心疾患（高血圧性を除く）の死亡率（人口10万人対）	187.8 (R4)	187.8 (R17)	人口動態統計
脳血管疾患の死亡率（人口10万人対）	80.9 (R4)	76.9 (R17)	人口動態統計

##### 【関連指標】

指標	計画策定時	目標値	出典
高血圧（収縮期血圧140mmHg以上）の者の割合（40～74歳）	19.3% (R2)	19.3% (R17)	NDBオープンデータ 特定健診
脂質（LDLコレステロール）が160mg/dl以上の者の割合（40～74歳）	13.9% (R2)	13.9% (R17)	NDBオープンデータ 特定健診
血糖（HbA1c）が6.5%以上の者の割合（40～74歳）	7.2% (R2)	7.2% (R17)	NDBオープンデータ 特定健診
適正体重を維持している者の割合（40～74歳）	61.6% (R2)	66.0% (R17)	NDBオープンデータ 特定健診
じん臓機能障害1級の者の人数（18歳以上）	2,435人 (R4)	2,435人 (R17)	堺市統計資料
健康診査受診率（20歳以上）	64.0% (R4)	70.0% (R17)	国民生活基礎調査（健康票）
堺市特定健康診査の受診率（40～74歳）	27.8% (R3)	50.0% (R7)	堺市国民健康保険 特定健康診査結果
メタボリックシンドローム該当者及び予備群の割合（40～74歳）	32.1% (R3)	30.5% (R17)	堺市国民健康保険 特定健康診査結果
歯肉に炎症をもつ者の割合（40～64歳）	61.8% (R4)	58.7% (R17)	成人の歯科相談、堺市成人歯科検診
歯肉に炎症をもつ者の割合（65歳以上）	71.3% (R4)	67.7% (R17)	成人の歯科相談、堺市成人歯科検診

##### ③ レイル状態に陥る者の割合の低下（KPI）

指標	計画策定時	目標値	出典
やせ・低栄養傾向にある高齢者の割合（65～74歳）	16.3% (R2)	13.0% (R17)	NDBオープンデータ 特定健診

##### 【関連指標】

指標	計画策定時	目標値	出典
フレイルのハイリスク者の割合（75歳以上）	24.3% (R4)	23.1% (R17)	後期高齢者医療制度健康診査問診票
何でも噛んで食べることができる者の割合（50～74歳）	79.8% (R2)	83.8% (R17)	NDBオープンデータ 特定健診（質問票）

#### (2) 社会環境の整備と質の向上（KPI）

指標	計画策定時	目標値	出典
健康経営に取り組む中小企業数	272 (R5)	800 (R17)	協会けんぽ「健康宣言企業」数

##### 【関連指標】

指標	計画策定時	目標値	出典
悩んだときに相談できるところを知っている市民の割合（相談機関の認知度向上）	65.6% (R2)	80.0% (R8)	こころの健康といのちに関する意識調査
自転車の利用環境に満足している者の割合	41.0% (R4)	50.0% (R7)	堺市市民意識調査
市内でとれた食材を選んで食べている者の割合	62.5% (R4)	65.0% (R7)	堺市市民意識調査

#### (3) ライフステージやライフコースアプローチを踏まえた健康支援の展開（KPI）

指標	計画策定時	目標値	出典
3歳児で4本以上のむし歯を持つ者の割合	3.3% (R4)	0% (R17)	3歳児健康診査
朝食を毎日食べると回答している生徒の割合（中学2年生男子）	78.4% (R4)	82.3% (R17)	全国体力・運動能力、運動習慣等調査
朝食を毎日食べると回答している生徒の割合（中学2年生女子）	70.2% (R4)	73.7% (R17)	全国体力・運動能力、運動習慣等調査
適正体重を維持する生徒の割合（中学2年生男子）	85.3% (R4)	89.6% (R17)	全国体力・運動能力、運動習慣等調査
適正体重を維持する生徒の割合（中学2年生女子）	89.8% (R4)	94.3% (R17)	全国体力・運動能力、運動習慣等調査

##### 【関連指標】

指標	計画策定時	目標値	出典
バランスの良い食事をとっている者の割合（20歳以上）	40.4% (R4)	50.0% (R17)	国民生活基礎調査（健康票）
運動やスポーツを習慣的に行っていない生徒の割合（中学2年生男子）	11.0% (R4)	10.5% (R17)	全国体力・運動能力、運動習慣等調査
運動やスポーツを習慣的に行っていない生徒の割合（中学2年生女子）	24.1% (R4)	22.9% (R17)	全国体力・運動能力、運動習慣等調査
運動習慣者の割合(1回30分以上の運動を週2回以上行う者の割合)	56.7% (R4)	65.0% (R7)	堺市市民意識調査
睡眠で休養がとれている者の割合（40～74歳）	64.1% (R2)	67.3% (R17)	NDBオープンデータ 特定健診（質問票）
喫煙率（40～74歳）	22.0% (R2)	16.3% (R17)	NDBオープンデータ 特定健診（質問票）
妊娠中の喫煙率	2.5% (R4)	0% (R17)	妊娠届出書
妊娠中の飲酒率	0.2% (R4)	0% (R17)	妊娠届出書
生活習慣病のリスクを高める量の飲酒をしている者の割合	13.6% (R4)	10.0% (R17)	堺市国民健康保険 特定健康診査問診票
歯肉に炎症をもつ者の割合（中学1年生）	12.4% (R4)	5.0% (R17)	大阪府学校歯科医会統計
歯肉に炎症をもつ者の割合（妊婦）	25.6% (R4)	24.3% (R17)	堺市歯科口腔保健事業年報
80歳で20本以上自分の歯をもつ者の割合	64.9% (R4)	68.0% (R17)	後期高齢者医療制度歯科健康診査