

## 第4章 健康づくりの取り組み指針



# 1 市民一人ひとりの行動と健康状態の改善

## (1) 生活習慣の改善

### ① 栄養・食生活 **重点**

#### 施策の方向

○健康的な食習慣（適切な量と質）の普及

#### 目標値

目標項目		現状値 (2022年)	目標値 (2032年)	目標値の根拠	現状値の把握方法
適正な体重を維持している人の増加(肥満、やせの減少)					
肥満の人の割合 (BMI25以上)	男性 20～30歳代	16.9%	15%未満	市独自 (1割程度の改善)	若年者健診結果
	男性 40～60歳代	37.6%	34%未満	市独自 (1割程度の改善)	特定健診結果 (市国保)
	女性 40～60歳代	18.9%	15%未満	健康日本21	
<b>改</b> やせの人の割合 (BMI18.5未満)	女性 20～30歳代	23.7%	15%未満	健康日本21	若年者健診結果
低栄養傾向(BMI20以下)の高齢者の割合		19.8%	13%未満	健康日本21	特定健診結果 (市国保) (65歳～74歳)
児童における肥満傾向児の 割合	小5男子	12.1%	減少 (2028年)※	いしかわ健康 フロンティア戦略	金沢市学校保健統計
	小5女子	7.5%			
全出生数中の低出生体重児(2,500g未満)の 割合		9.4%	減少 (2028年)※	いしかわ健康 フロンティア戦略	人口動態統計
適切な量と質の食事をとる人の増加					
栄養バランスのとれた食事をとっている人の割合 (主食、主菜、副菜を組み合わせた食事が1日2 回以上の日がほぼ毎日の人の割合)		54.9%	65%以上	いしかわ健康 フロンティア戦略	県民健康・栄養調査
野菜摂取量 (20歳以上の1日当たり)	男性	240.2g	350g以上	健康日本21	
	女性	270.2g			
食塩摂取量 (20歳以上の1日当たり)	男性	9.6g	7g未満		
	女性	9.0g			

※)いしかわ健康フロンティア戦略に合わせて目標値・年度を設定(計画の変更等に合わせて見直しを行う。)

**改**)改定項目(以下同じ。)

#### 目標に向けての取り組み

##### ■子どもの発達に応じた食事摂取の理解の促進

- ・健康診査や相談、訪問、教室等で、子どもの発育・発達に応じた調理形態や適切な量と質の食事などの情報提供や実践方法の普及を行います

##### ■地域等と連携した健康な家庭食の普及

- ・食生活改善推進員と連携し、地域において健康な家庭食の大切さを啓発します

##### ■野菜を1日350g摂取するなど、栄養バランスのとれた食生活の実践の推進

- ・相談や教室、イベント、「いいね金沢 食事バランスガイド」の配布等を通じて、栄養バランスのとれた食生活(野菜1日350g、減塩等)について啓発し、実践できるよう支援します

## ②身体活動・運動 **重点**

### 施策の方向

○身体活動や運動を習慣的に取り組む環境づくり

### 目標値

目標項目		現状値 (2022年)	目標値 (2032年)	目標値の根拠	現状値の把握方法
運動習慣者の割合 (1日30分以上の運動を週2回以上1年以上継続実施している人の割合)	男性 20～64歳	34.5%	36%	いしかわ健康 フロンティア戦略	県民健康・栄養調査
	女性 20～64歳	17.7%	30%		
	男性 65歳以上	43.1%	50%	健康日本21	
	女性 65歳以上	47.4%			
1日の平均歩行数	男性 20～64歳	5,110歩	8,000歩	健康日本21	県民健康・栄養調査
	女性 20～64歳	5,606歩			
	男性 65歳以上	4,207歩	6,000歩		
	女性 65歳以上	5,285歩			
運動やスポーツを習慣的にしている 子どもの割合(週3回以上)	小5男子	55.3%	増加	市独自	児童生徒の体力・ 運動能力調査報告
	小5女子	41.1%			

### 目標に向けての取り組み

#### ■身体を動かす意識づけと運動の習慣化の普及

- ・運動の必要性と運動を習慣化する効果的な方法等についての知識を普及します
- ・講話や運動実技を通して未病についての知識を普及・啓発し、病気になりにくいからだづくりをすすめる講座を開催します
- ・健康ポイントアプリを活用し、運動の習慣化や平均歩行数の増加を促します

#### ■日常生活における運動の取り入れ方の普及

- ・ウォーキングなどの実践を通じて運動の動機づけや、個人にあった運動の普及、習慣化を支援します

#### ■市民が運動しやすい環境の整備と多様な運動の機会の提供

- ・より多くの市民が運動の機会に触れられるよう健康づくりイベントに関する広報を工夫し、広く普及します
- ・ライフステージや個人の健康状態に応じた多様な運動機会を提供します

#### ■児童・生徒への健康づくりに関する教育と健康管理の推進

- ・学校や家庭と連携し、適切な食事、運動、睡眠など子どもが自分の健康を管理する力を身につけるための健康教育を行います

### ③休養・睡眠

#### 施策の方向

○適切な睡眠時間と良質な睡眠の確保

#### 目標値

目標項目		現状値 (2022年)	目標値 (2032年)	目標値の根拠	現状値の把握方法
■ 睡眠時間が6～9時間(60歳以上は6～8時間)の人の割合	20～59歳	58.8%	60%	健康日本21	県民健康・栄養調査
	60歳以上	58.0%	60%		
■ 睡眠による休養を十分とれている人の割合	20～59歳	80.4%	88%	市独自 (1割程度の改善)	県民健康・栄養調査
	60歳以上	79.0%	90%	健康日本21	

■ 新規項目(以下同じ。)

#### 目標に向けての取り組み

##### ■ 良質な睡眠と適切な睡眠時間を確保するための知識の普及

- ・ 乳幼児の健康診査や教室等で、子どもの発育・発達に応じた良質な睡眠の確保、生活リズムの重要性についての情報提供を行います
- ・ ライフステージにあわせた良質な睡眠の確保についての知識の普及を行います

##### ■ 休養を大切にすることを意識の啓発

- ・ 十分な休養を確保することの重要性について教室など様々な機会を通じて広く啓発します

## ④飲酒

### 施策の方向

- 適切な量と頻度での飲酒の普及
- 児童・生徒や妊婦の飲酒防止の推進

### 目標値

目標項目		現状値 (2022年)	目標値 (2032年)	目標値の根拠	現状値の把握方法
生活習慣病のリスクを高める量の飲酒をしている人の割合 (1日平均純アルコール摂取量:男性 40g 以上、女性 20g 以上)	男性	15.2%	13%	健康日本21	特定健診質問票 (市国保)
	女性	11.9%	6.4%		
20歳未満の飲酒率		2.1%	0%	健康日本21	健康実態調査
妊娠中の飲酒率		0.4%	0%	いしかわ健康 フロンティア戦略	石川県母子保健の 主要指標

### 目標に向けての取り組み

#### ■過度な飲酒が健康に及ぼす影響の周知

- ・相談や健康診査後の保健指導、教室等で過度な飲酒による健康への影響についての教育や啓発を行います

#### ■母子健康手帳交付時等の妊婦指導の推進

- ・妊婦を対象に飲酒が健康や胎児に及ぼす影響について保健指導を行います

#### ■児童・生徒への飲酒に関する教育の推進

- ・学校や家庭と連携し、子どもが飲酒による影響について理解し、適切な行動がとれるよう健康教育を行います

## ⑤喫煙

### 施策の方向

- 禁煙を希望する者への支援
- 児童・生徒や妊婦の喫煙防止の推進

### 目標値

目標項目		現状値 (2022年)	目標値 (2032年)	目標値の根拠	現状値の把握方法
20歳以上の喫煙率 (喫煙をやめたい人がやめる)	男性	19.8%	17.5%	いしかわ健康 フロンティア戦略 (1割程度の改善)	県民健康・栄養調査
	女性	5.7%	5%		
20歳未満の喫煙率		0.5%	0%	健康日本21	健康実態調査
妊娠中の喫煙率		1.1%	0%	健康日本21	石川県母子保健の 主要指標

### 目標に向けての取り組み

#### ■喫煙・受動喫煙が健康に及ぼす影響に関する知識の普及

- ・相談や健康診査後の保健指導、教室等で喫煙や受動喫煙による健康への影響についての教育や啓発を行います

#### ■児童・生徒への喫煙防止・受動喫煙防止教育の推進

- ・学校や家庭と連携し、子どもが喫煙による影響について理解し、適切な行動がとれるよう健康教育を行います

#### ■母子健康手帳交付時等の妊婦及び同居人等への指導の推進

- ・妊婦や同居人等を対象に喫煙や受動喫煙が胎児に及ぼす影響について保健指導を行います
- ・妊婦とその同居人の禁煙外来治療費を助成します

#### ■たばこをやめたい人への禁煙支援

- ・禁煙外来や禁煙外来治療費助成制度についての情報提供を行います

#### ■禁煙・分煙等の促進

- ・NPOとの協働により禁煙、分煙、受動喫煙防止の周知、啓発活動を行います
- ・イベントや事業者向け説明会等で慢性閉塞性肺疾患(COPD)についての正しい知識を啓発し、受動喫煙防止の取り組みを推進します

## ⑥歯と口の健康 **重点**

### 施策の方向

- 歯と口の健康づくりの推進
- 歯科健診受診率の向上

### 目標値

目標項目	現状値 (2022年)	目標値 (2032年)	目標値の根拠	現状値の把握方法
<b>新</b> むし歯のない12歳児(中学1年生)の割合	75.8%	80% (2029年)※	いしかわ歯と口腔の健康づくり推進計画	金沢市学校保健統計
<b>改</b> 歯周病を有する人の割合 (40歳以上における進行した歯周炎を有する人の割合)	62.2%	40%	健康日本21	すこやか歯科健診結果
<b>新</b> 50歳以上における咀嚼良好者の割合	75.4%	80%	健康日本21	県民健康・栄養調査
歯科健診の受診率 (過去1年間に歯科健診を受診した20歳以上の割合)	49.3%	60% (2029年)※	いしかわ歯と口腔の健康づくり推進計画 (いしかわ健康フロンティア戦略)	県民健康・栄養調査
歯の喪失防止				
60歳で24歯以上の自分の歯を有する人の割合	72.0%	80% (2029年)※	いしかわ歯と口腔の健康づくり推進計画 (いしかわ健康フロンティア戦略)	県民健康・栄養調査
80歳で20歯以上の自分の歯を有する人の割合	45.9%	50% (2029年)※		県民健康・栄養調査

※)いしかわ健康フロンティア戦略、いしかわ歯と口腔の健康づくり推進計画に合わせて目標値・年度を設定(計画の変更等に合わせて見直しを行う。)

### 目標に向けての取り組み

#### ■幼児期からの生涯を通じた歯と口の健康づくりの取り組み

- ・ 幼児歯科健康診査や健康教室等で、子どもの発達に応じた適切な食習慣の情報提供や実践方法の普及を行います
- ・ 3歳児健康診査で口腔状態の良かった親子を表彰するコンクールを開催し、歯と口の健康づくりを推進します
- ・ 学校での歯科健診や保健指導により、子どもがむし歯や歯周病を予防する生活習慣について理解し、実践できるよう取り組みます
- ・ 地域、職域への出前講座、イベント等を通じてライフステージ別にむし歯や歯周病の予防に関する正しい知識や実践方法の普及を行います

#### ■すこやか歯科健診の受診率向上のための取り組み

- ・ 妊婦、幼児、学校における健診のほか、若い時期から定期的に歯科健診を受ける機会を設け、受診勧奨を行います



## ■フッ化物の応用※などに関する知識や実践方法の普及

- ・ 保育所や学校等でフッ化物の応用などによる手入れ方法についての情報提供や実践方法の普及を行います

## ■高齢による口腔機能低下を予防するための取り組み

- ・ 早期の口腔機能低下の状態（オーラルフレイル）を把握し、要介護状態に近づくことを防ぐために、口腔機能の維持・向上に関する情報提供と実践方法の普及を行います

## ■8020運動の推進

- ・ 歯の喪失防止のため歯科医師会と連携し、80歳で20歯以上の自分の歯を保つ運動を推進します

### ※フッ化物の応用

フッ化物塗布（高濃度のフッ化物を歯に塗る）や、フッ化物洗口（フッ化物の水溶液でぶくぶくうがいをする）、フッ化物配合歯磨き剤の利用などを指す

## (2) 生活習慣病等の発症予防・重症化予防

### ①糖尿病 **重点**

#### 施策の方向

- 糖尿病の発症予防の推進
- 糖尿病の早期発見・早期治療、重症化予防の推進

#### 目標値

目標項目		現状値 (2022年)	目標値 (2032年)	目標値の根拠	現状値の把握方法
糖尿病	糖尿病性腎症による年間新規透析導入患者数	61人	減少	市独自	自立支援医療費(更生)支給認定申請
	糖尿病治療が必要な人が治療を受けている割合(HbA1c6.5%以上のうち治療中の人の割合)	59.4%	75%	健康日本21	特定健診結果(市国保)
	<b>改</b> 血糖コントロール不良(HbA1c8.0%以上の人の割合)	1.3%	1.1% (2029年)※	金沢市保健事業実施計画	
	糖尿病が疑われる人の割合(HbA1c6.5%以上の人の割合)	10.4%	8.0% (2029年)※		
	腎機能低下者の割合(尿たんぱく(++))以上、尿たんぱく・尿潜血ともに(+)以上又はeGFR50未満(70~74歳は40未満)の人の割合)	5.0%	減少	市独自	特定健診結果(市国保)

※)金沢市保健事業実施計画に合わせて目標値・年度を設定(計画の変更等に合わせて見直しを行う。)

#### 目標に向けての取り組み

##### ■糖尿病の発症予防・重症化予防のための取り組み

- ・相談や教室、地域の出前講座等を通じて、健康課題や生活習慣の改善方法を理解し実践できるような情報提供を行います
- ・いしかわ糖尿病性腎症重症化予防プログラムに基づき、糖尿病の重症化予防のための保健指導の充実を図ります
- ・特定健康診査の結果から糖尿病が疑われる人に対して生活習慣の改善や受診勧奨などの保健指導を行い、医療機関とも連携し支援します
- ・未治療者や治療中断者など受診が必要な方に行動科学に基づいた行動変容メッセージによる受診勧奨を行い、必要に応じて医療機関と連携します

## ②循環器疾患

### 施策の方向

- 循環器疾患の発症予防の推進
- 循環器疾患の早期発見・早期治療、重症化予防の推進

### 目標値

目標項目		現状値 (2022年)	目標値 (2032年)	目標値の根拠	現状値の把握方法
循環器疾患	脳血管疾患の年齢調整死亡率 (10万人当たり)	74.5	減少 (2028年)※	健康日本21  いしかわ健康 フロンティア戦略	人口動態統計から 算出 (基準人口は平成 27年モデル人口 を使用)
	<b>新</b> 心疾患の年齢調整死亡率 (10万人当たり)	151.4			
	虚血性心疾患の年齢調整死亡率 (10万人当たり)	57.7			
	高血圧の人の割合 (140/90mmHg以上の人の割合)	23.1%	20%	金沢市保健 事業実施計画	特定健診結果 (市国保)
	脂質異常症の人の割合 (LDLコレステロール160mg/dl以上の人の 割合)	8.0%	7.6%	金沢市保健 事業実施計画	特定健診結果 (市国保)
	65歳未満で要介護となる人の割合	0.2%	減少	市独自	介護保険実施状況 報告
	(再掲)腎機能低下者の割合 (尿たんぱく(++))以上、尿たんぱく・尿 潜血ともに(+)以上又はeGFR50未 満(70~74歳は40未満)の人の割合)	5.0%	減少	市独自	特定健診結果 (市国保)

※)健康日本21、いしかわ健康フロンティア戦略に合わせて目標値・年度を設定(計画の変更等に合わせて見直しを行う。)

### 目標に向けての取り組み

#### ■循環器疾患の発症予防・重症化予防のための取り組み

- ・相談や教室、地域の出前講座等を通じて、健康課題や生活習慣の改善方法を理解し実践できるよう情報提供を行います
- ・特定健康診査の結果から循環器疾患が疑われる人に対して生活習慣の改善や受診勧奨などの保健指導を行い、医療機関とも連携し支援します
- ・未治療者や治療中断者など受診が必要な方に行動科学に基づいた行動変容メッセージで受診勧奨を行い、必要に応じて医療機関と連携します

### ③がん

#### 施策の方向

○がん検診受診率の向上

#### 目標値

目標項目		現状値 (2022年)	目標値 (2032年)	目標値の根拠	現状値の把握方法
がん	<b>改</b> がんの年齢調整死亡率 (10万人当たり)	277.3	減少 (2028年)※2	健康日本21	人口動態統計から算出 (基準人口は平成27年モデル人口を使用)
	がん検診の受診率の向上				
	胃がん検診(40～69歳)	51.4%	60% (2028年)※2	健康日本21	県民健康・栄養調査
	肺がん検診(40～69歳)	61.2%	67%	市独自 (1割程度の改善)	
	大腸がん検診(40～69歳)	46.3%	60% (2028年)※2	健康日本21	
	子宮頸がん検診(20～69歳)	49.7%※1	60% (2028年)※2		
乳がん検診(40～69歳)	60.2%※1	66%	市独自 (1割程度の改善)		

※1) 2021年と2022年の2年間に受診した人の割合(国は2年に1回の受診を推奨)

※2) 健康日本21に合わせて目標値・年度を設定(計画の変更等に合わせて見直しを行う。)

#### 目標に向けての取り組み

##### ■がん検診の受診率向上の推進

- ・がん検診対象者への個別案内やナッジ理論を活用した受診勧奨リーフレット・ハガキの送付、健康ポイントアプリの活用、SNSでの情報発信、健康づくりイベントでの啓発等により受診率向上に取り組めます

##### ■質の高い健康診査・がん検診の実施

- ・肺がん検診でのCT検査、子宮頸がん検診でのHPV検査の実施、また健康診査、各がん検診の精度管理の向上に努めます

##### ■がんの発症予防のための取り組み

- ・肝炎ウイルス検査を実施し、ウイルス陽性者に対して肝炎の知識、検査・治療の助成制度を周知するとともに受診勧奨を行い、肝臓がん進行の予防対策を図ります
- ・特定健康診査で実施する血液検査の結果に肝臓病のリスク値(FIB-4 index)を追加することにより、肝線維化のリスクの高い方を発見し、専門医への受診を促すことで、肝臓病の早期発見を図ります

## ④メタボリックシンドローム

### 施策の方向

○メタボリックシンドローム対策の推進

### 目標値

目標項目		現状値 (2022年)	目標値 (2032年)	目標値の根拠	現状値の把握方法
メタボリックシンドローム	改 メタボリックシンドロームの該当者・予備群の割合	32.8%	25% (2029年)※	金沢市保健事業実施計画	特定健診結果 (市国保)
	特定健康診査の受診率	38.5%	60% (2029年)※		特定健診・ 保健指導実施状況 (市国保)
	特定保健指導の実施率	21.7%	60% (2029年)※		

※)金沢市保健事業実施計画に合わせて目標値・年度を設定(計画の変更等に合わせて見直しを行う。)

### 目標に向けての取り組み

#### ■若い頃から継続して健康診査を受診するための取り組みと受診後の保健指導の充実

- ・若い時期から継続して健康診査を受診する習慣を身につけるため、乳幼児健康診査時に来所した保護者や健康づくりイベント等の参加者に対して若年者健診の受診勧奨を行います
- ・メタボリックシンドロームの該当者や予備群の減少を目指し、データ等の分析に基づく効果的な特定健診・特定保健指導を実施します
- ・特定健康診査対象者への個別案内や健康づくりイベントでの啓発を行うとともに、未受診者には電話、訪問、AIも活用したハガキ等による受診勧奨を行います
- ・特定健康診査の結果に基づき、生活習慣の改善や受診、治療の継続などについて市民一人ひとりが必要な行動が実践できるよう保健指導を実施します

### (3) 生活機能の維持・向上

#### 施策の方向

- フレイル予防（ロコモティブシンドローム予防を含む）の推進 **重点**
- 骨粗しょう症検診受診率の向上

#### 目標値

目標項目	現状値 (2022年)	目標値 (2032年)	目標値の根拠	現状値の把握方法
<b>新</b> ロコモティブシンドローム (足腰に痛みがある高齢者の人数(人口千人 当たり・65歳以上))	- ※	減少	いしかわ健康 フロンティア戦略	県民健康・栄養調査
<b>新</b> フレイルチェックの参加者数(延べ)	189人	1,290人	市独自	フレイル予防事業 実績
<b>新</b> 骨粗しょう症検診受診率	18.6%	20%	市独自 (1割程度の改善)	地域保健・健康 増進事業報告
もの忘れ健診受診率	30.6%	増加	市独自	すこやか検診結果

※)県が 2024 年度以降に実施する「県民健康・栄養調査」の結果を現状値とする。

#### 目標に向けての取り組み

##### ■低栄養予防や口腔機能の維持などフレイル予防の推進

- ・低栄養、筋力低下等による心身機能の低下により要介護状態に近づくことを防ぐため、医療専門職の積極的な介入やフレイルサポーター※を中心としたフレイルチェック体制の強化を図り、高齢者の健康づくりやフレイル予防（ロコモティブシンドローム予防を含む）を推進します

##### ■骨粗しょう症検診受診率の向上のための取り組み

- ・骨粗しょう症検診対象者への個別案内や健康づくりイベントでの啓発に取り組みます

※フレイルサポーター

フレイルチェックの運営を支援する市民ボランティア

## 2 健康づくりに向けた社会環境の充実

### (1) こころの健康づくり・社会とのつながり

#### 施策の方向

- こころの健康づくり対策の推進
- 社会活動参加の促進

#### 目標値

目標項目	現状値 (2022年)	目標値 (2032年)	目標値の根拠	現状値の把握方法
<b>新</b> 最近1か月にストレスを感じた人の割合	54.0%	40%以下	いしかわ健康 フロンティア戦略	県民健康・栄養調査
<b>改</b> 社会活動を行っている高齢者の割合	- ※1	増加	いしかわ健康 フロンティア戦略	県民健康・栄養調査
<b>新</b> ゲートキーパー数(累計)	7,874人 (2013年以降)	16,000人	市独自※2	衛生年報

※1)県が2024年度以降に実施する「県民健康・栄養調査」の結果を現状値とする。

※2)過去3年間(2020~2022年)の平均から算出

#### 目標に向けての取り組み

##### ■乳幼児期から高齢期まで各ライフステージに応じたこころの健康づくりの推進

- ・乳幼児期から高齢期まで各ライフステージに起こりやすいこころの健康課題について周知し、こころの健康を保つための生活習慣について情報提供を行います
- ・一般市民を対象とした講演会や地域での健康講座などを通じて、こころの病気に関する正しい知識の普及を行い、早期相談・早期受診を促進します

##### ■ひきこもり等の相談窓口の周知・体制の充実

- ・ひきこもりに関する知識や相談体制を周知し、ひきこもりの状態にある方が必要な社会資源等につながるよう支援します

##### ■自殺の危険性の高い人の早期発見及び支援の強化

- ・うつ病や自殺予防に関する正しい知識の普及を行います
- ・自殺対策計画に基づき、地域全体で自殺の危険性の高い人を早期発見し、子どもから高齢者まで支援できる体制を強化します
- ・若者の自殺予防対策を進めるため、大学生を対象としたゲートキーパー研修の実施や、大学運営のSNS相談窓口の周知を図ります

##### ■高齢者が自ら積極的に社会活動を行うための支援

- ・社会とのつながりを維持するため、社会参加や地域での健康づくり等の活動の支援、活動を促す環境づくりを行います

## (2) 自然に健康になれる環境づくり

### 施策の方向

- 体を動かす機会が自然と増える環境づくり
- 自然と健康になれる食環境づくり
- 受動喫煙防止対策の推進

### 目標値

目標項目	現状値 (2022年)	目標値 (2032年)	目標値の根拠	現状値の把握方法	
<b>新</b> 「まちなり」月額会員数(月平均)	672人	1,081人 (2026年)※	市独自	「まちなり」利用 状況報告	
栄養成分の表示やヘルシーメニューの提供など健康 づくりに取り組む店舗数	377店舗	増加	市独自	健康づくり サポート店登録数	
<b>改</b> 望まない受動喫煙の機会を有す る人の割合	家庭	10.5%	望まない受動 喫煙のない社 会の実現	健康日本21	県民健康・栄養調査
	職場	15.7%			
	飲食店	9.8%			

※)金沢市中心市街地活性化基本計画に合わせて目標値・年度を設定(計画の変更等に合わせて見直しを行う。)

### 目標に向けての取り組み

#### ■体を動かす機会が自然と増える環境づくり

- ・自転車通行空間や自転車駐輪環境の整備、公共シェアサイクル「まちなり」の利用を促進します

#### ■健康づくりに取り組む店舗・企業等の支援による外食環境の整備

- ・栄養成分表示、ヘルシーメニューの提供などを行う「健康づくりサポート店」の普及を図ります
- ・店舗や企業等と連携し外食環境における健康づくりの推進に取り組みます

#### ■受動喫煙防止対策の促進

- ・飲食店等における受動喫煙防止対策の周知、啓発活動を行います
- ・妊婦とその同居人の禁煙外来治療費を助成します
- ・ホームページや展示、学校や地域への講座等で受動喫煙に関する周知、啓発活動を行います

#### ■気軽に健康づくりをはじめることができる環境づくり

- ・各種イベントにブースを出展し、未病についての知識の普及啓発を図ります
- ・市民が未病の改善について情報を得ることができる拠点をつくり、未病対策を推進します
- ・WHOが提唱する健康都市連合への加盟等を通して、市民の健康づくりに対する意識を醸成します
- ・健康づくりに関するイベントや教室の内容及び広報の充実を図ります
- ・専門職等の派遣や体力測定器具の貸出し等により、市民の主体的な健康づくりを支援します



### (3) 活動主体と手段の多様化

#### 施策の方向

- 民間団体・企業・大学等と連携した健康づくりの推進
- ICT等を活用した健康づくりの推進 **重点**

#### 目標値

目標項目	現状値 (2022年)	目標値 (2032年)	目標値の根拠	現状値の把握方法
健康づくりに関する活動に取り組み、自発的に情報発信を行う企業・民間団体数	24社	増加	市独自	金沢健康づくり 応援団認定数
<b>改</b> 利用者に応じた食事提供をしている特定給食施設(病院、介護老人保健施設、介護医療院を除く)の割合	77.7%	増加	市独自	衛生行政報告例
<b>新</b> ICTを活用した健康づくりに関する取り組み	6事業	増加	市独自	健康政策課調べ
健康づくりのボランティアの人数	2,544人	増加	市独自	石川県健康推進の 主要指標

#### 目標に向けての取り組み

##### ■学校、企業、NPO等と連携した健康づくり活動の推進

- ・連携協定を締結した企業や大学等との協働により、健康増進事業を推進します
- ・出前講座などにより学校や地域へ健康づくりに関する正しい知識を普及します
- ・健康づくりを積極的に推進する企業を認定する「金沢健康づくり応援団」への参加を市内企業に呼びかけます
- ・地域で健康増進に取り組む団体を表彰し、自主的な健康づくりを促進します

##### ■ICTを活用した健康づくりの取り組み

- ・健康ポイントアプリを導入するなど、ICTを活用して健康づくりを促進します
- ・障害者福祉施設において、eスポーツ出張体験会を開催します
- ・母子健康手帳アプリの普及を進め、母子の健康管理を支援します
- ・AIを活用した受診勧奨を行い、特定健康診査の受診率向上を図ります

##### ■健康づくりを担うボランティア等人材の育成

- ・地域での健康づくりを担う健康推進委員、運動普及推進員、食生活改善推進員、フレイルサポーターなどのボランティアを育成し、ボランティアとの連携による市民の主体的な健康づくりを支援します

### 3 次世代にもつながる生涯を通じた健康づくりの推進

#### (1) 子どもの健康づくり

##### 施策の方向

○将来の生活習慣病予防にもつながる健康的な生活習慣の確立

##### 目標値

目標項目		現状値 (2022年)	目標値 (2032年)	目標値の根拠	現状値の把握方法
(再掲)児童における肥満傾向児の割合	小5男子	12.1%	減少 (2028年)※	いしかわ健康 フロンティア戦略	金沢市学校保健統計
	小5女子	7.5%			
(再掲)運動やスポーツを習慣的にしている子どもの割合(週3回以上)	小5男子	55.3%	増加	市独自	児童生徒の体力・ 運動能力調査報告
	小5女子	41.1%			
(再掲)20歳未満の飲酒率		2.1%	0%	健康日本21	健康実態調査
(再掲)20歳未満の喫煙率		0.5%	0%	健康日本21	健康実態調査
(再掲)全出生数中の低出生体重児(2,500g未満)の割合		9.4%	減少 (2028年)※	いしかわ健康 フロンティア戦略	人口動態統計
<b>新</b> (再掲)むし歯のない12歳児(中学1年生)の割合		75.8%	80% (2029年)※	いしかわ歯と口腔の 健康づくり推進計画	金沢市学校保健 統計

※)いしかわ健康フロンティア戦略、いしかわ歯と口腔の健康づくり推進計画に合わせて目標値・年度を設定(計画の変更等に合わせて見直しを行う。)

##### 目標に向けての取り組み

##### ■妊娠期から子育て期までの切れ目のない支援

- ・母子健康手帳交付時等に全妊婦との面接相談を実施し、妊婦健康診査の受診勧奨や母子健康手帳等の活用による健康づくり、母子保健に関する支援・サービスの情報提供を行います

##### ■妊婦への保健指導の充実

- ・高齢初妊婦や、妊娠糖尿病・妊娠高血圧症候群などのリスクのある妊婦への保健指導の充実を図ります

##### ■子どもが健やかに生まれ育つための知識の普及

- ・妊娠前・妊娠期の適正な食生活や生活習慣に関する知識の普及を行い、早産や低出生体重児の出生を防ぐための健康管理を勧めます

##### ■安心して育児ができる支援体制の充実

- ・まちの子育て保健室を増設するなど、妊娠・出産・育児に至るまで安心して母子が過ごせるよう関係機関と連携して取り組むとともに、産後ケアなど支援体制の充実を図ります

■将来の生活習慣病を予防するための知識や実践方法の普及

- ・健康診査や相談、訪問、教室等で、子どもの発育・発達に応じた適切な食事、睡眠、身体活動等の生活習慣づくりについて情報提供や実践方法の普及を行います

■児童・生徒への健康づくりに関する教育と健康管理の推進

- ・学校や家庭と連携し、適切な食事、運動、睡眠など子どもが自分の健康を管理する力を身につけるための健康教育を行います
- ・親子や子どもを対象とした料理教室の開催などにより、食への関心を深めるよう取り組みます

## (2) 女性の健康づくり

### 施策の方向

- 女性のライフステージに応じた健康づくりの推進
- 妊娠期（胎児期）における健康づくり

### 目標値

目標項目		現状値 (2022年)	目標値 (2032年)	目標値の根拠	現状値の把握方法
<b>改</b> (再掲)やせの人の割合	女性 20～30歳代	23.7%	15%	健康日本21	若年者健診結果
(再掲)生活習慣病のリスクを高める量の飲酒をしている人の割合 (1日平均純アルコール摂取量:女性 20g以上)		11.9%	6.4%	健康日本21	特定健診質問票 (市国保)
(再掲)妊娠中の飲酒率		0.4%	0%	いしかわ健康 フロンティア戦略	石川県母子保健の 主要指標
(再掲)妊娠中の喫煙率		1.1%	0%	健康日本21	石川県母子保健の 主要指標
<b>新</b> (再掲)骨粗しょう症検診受診率		18.6%	20%	市独自 (1割程度の改善)	地域保健・健康 増進事業報告

### 目標に向けての取り組み

#### ■女性特有の健康課題に着目した健康づくりを推進

- ・女性特有の健康課題をテーマにしたセミナーを開催し、健康づくりへの関心を深めるよう取り組みます
- ・健康診査後の保健指導により、適正体重維持の必要性について周知を図ります
- ・健康診査や相談、訪問、教室等で適切な量と質の食事などの情報提供や適度な運動習慣を身につけることができるよう支援します
- ・相談や健康診査後の保健指導、教室等で過度な飲酒による健康への影響についての教育や啓発を行います

#### ■母子健康手帳交付時等の妊婦指導の推進

- ・妊婦やパートナーを対象に飲酒と喫煙が健康や胎児に及ぼす影響について保健指導を行います
- ・妊婦とその同居人の禁煙外来治療費を助成します

#### ■骨粗しょう症検診受診率の向上のための取り組み

- ・骨粗しょう症検診対象者への個別案内や健康づくりイベントでの啓発に取り組みます

### (3) 高齢者の健康づくり

#### 施策の方向

- 心身の機能の維持・向上のための健康づくり
- 社会活動参加の促進

#### 目標値

目標項目	現状値 (2022年)	目標値 (2032年)	目標の根拠	現状値の把握方法	
(再掲)低栄養傾向(BMI20以下)の高齢者の割合	19.8%	13%未満	健康日本21	特定健診結果 (市国保) (65~74歳)	
<b>新</b> (再掲)ロコモティブシンドローム (足腰に痛みがある高齢者の人数(人口 千人当たり・65歳以上))	- ※1	減少	いしかわ健康 フロンティア戦略	県民健康・栄養調査	
<b>改</b> (再掲)社会活動を行っている高齢者の割合	- ※1	増加			
(再掲)もの忘れ健診受診率	30.6%	増加	市独自	すこやか検診結果	
(再掲)運動習慣者の割合 (1日30分以上の運動を週2 回以上1年以上継続実施し ている人の割合)	男性 65歳以上	43.1%	50%	健康日本21	県民健康・栄養調査
	女性 65歳以上	47.4%			
(再掲)1日の平均歩行数	男性 65歳以上	4,207歩	6,000歩	健康日本21	県民健康・栄養調査
	女性 65歳以上	5,285歩			
歯の喪失防止					
(再掲)80歳で20歯以上の自分の歯を有する 人の割合	45.9%	50% (2029年)※2	いしかわ歯と口腔の 健康づくり推進計画 (いしかわ健康 フロンティア戦略)	県民健康・栄養調査	

※1)県が2024年度以降に実施する「県民健康・栄養調査」の結果を現状値とする。

※2)いしかわ健康フロンティア戦略に合わせて目標値・年度を設定(計画の変更等に合わせて見直しを行う。)

#### 目標に向けての取り組み

##### ■低栄養予防や口腔機能の維持などフレイル予防の推進

- ・低栄養、筋力低下等による心身機能の低下により要介護状態に近づくことを防ぐため、医療専門職の積極的な介入やフレイルサポーターを中心としたフレイルチェック体制の充実強化を図り、高齢者の健康づくりやフレイル予防(ロコモティブシンドローム予防を含む)を推進します

##### ■生活機能低下を防ぐための取り組み

- ・運動教室や栄養教室等を通じて介護予防や要介護状態等の軽減、悪化の防止を目指します
- ・生活機能の低下が認められる高齢者を把握し、一人ひとりの状態と目標に応じた介護予防のためのサービスを提供します

■高齢者が自ら積極的に社会参加するための支援

- ・高齢者の自立を促進するため、社会参加や地域での健康づくり等の活動の支援、活動を促す環境づくりを行います
- ・シニア層の就労を促進するため、就労応援セミナー及び企業とのマッチング交流会を開催します

■認知症の正しい理解と早期発見

- ・認知症への理解を深めるための知識や認知症予防の普及・啓発を行います
- ・認知症の疑いのある人の早期発見に努めるとともに、認知機能の向上・維持を図ります

# 目標値一覧

## 金沢健康プラン2024の目標

目標項目(基本理念)		現状値 (2022年)		目標値 (2032年)
		健康寿命	平均寿命	
健康寿命の延伸	男性	80.37歳	81.90歳	平均寿命の増加を上回る 健康寿命の増加
	女性	84.43歳	87.52歳	

## 1 市民一人ひとりの行動と健康状態の改善

### (1) 生活習慣の改善

#### 栄養・食生活 **重点**

目標項目		現状値 (2022年)	目標値 (2032年)	目標値の根拠	現状値の把握方法
適正な体重を維持している人の増加(肥満、やせの減少)					
肥満の人の割合 (BMI25以上)	男性 20~30歳代	16.9%	15%未満	市独自 (1割程度の改善)	若年者健診結果
	男性 40~60歳代	37.6%	34%未満	市独自 (1割程度の改善)	特定健診結果 (市国保)
	女性 40~60歳代	18.9%	15%未満	健康日本21	
<b>改</b> やせの人の割合 (BMI18.5未満)	女性 20~30歳代	23.7%	15%未満	健康日本21	若年者健診結果
低栄養傾向(BMI20以下)の高齢者の割合		19.8%	13%未満	健康日本21	特定健診結果 (市国保) (65~74歳)
児童における肥満傾向児の割合	小5男子	12.1%	減少 (2028年)※	いしかわ健康 フロンティア戦略	金沢市学校保健統計
	小5女子	7.5%			
全出生数中の低出生体重児(2,500g未満)の割合		9.4%	減少 (2028年)※	いしかわ健康 フロンティア戦略	人口動態統計
適切な量と質の食事をとる人の増加					
栄養バランスのとれた食事をとっている人の割合 (主食、主菜、副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の人の割合)		54.9%	65%以上	いしかわ健康 フロンティア戦略	県民健康・栄養調査
野菜摂取量 (20歳以上の1日当たり)	男性	240.2g	350g以上	健康日本21	
	女性	270.2g			
食塩摂取量 (20歳以上の1日当たり)	男性	9.6g	7g未満		
	女性	9.0g			

※)いしかわ健康フロンティア戦略に合わせて目標値・年度を設定(計画の変更等に合わせて見直しを行う。)

#### ②身体活動・運動 **重点**

目標項目		現状値 (2022年)	目標値 (2032年)	目標値の根拠	現状値の把握方法
運動習慣者の割合 (1日30分以上の運動を週2回以上 1年以上継続実施している人の割合)	男性 20~64歳	34.5%	36%	いしかわ健康 フロンティア戦略	県民健康・栄養調査
	女性 20~64歳	17.7%	30%		
	男性 65歳以上	43.1%	50%	健康日本21	
	女性 65歳以上	47.4%			

目標項目		現状値 (2022年)	目標値 (2032年)	目標値の根拠	現状値の把握方法
1日の平均歩行数	男性 20～64歳	5,110歩	8,000歩	健康日本21	県民健康・栄養調査
	女性 20～64歳	5,606歩			
	男性 65歳以上	4,207歩	6,000歩		
	女性 65歳以上	5,285歩			
運動やスポーツを習慣的にしている 子どもの割合(週3回以上)	小5男子	55.3%	増加	市独自	児童生徒の体力・ 運動能力調査報告
	小5女子	41.1%			

### ③休養・睡眠

目標項目		現状値 (2022年)	目標値 (2032年)	目標値の根拠	現状値の把握方法
<b>新</b> 睡眠時間が6～9時間(60歳 以上は6～8時間)の人の割合	20～59歳	58.8%	60%	健康日本21	県民健康・栄養調査
	60歳以上	58.0%	60%		
<b>改</b> 睡眠による休養を十分とれて いる人の割合	20～59歳	80.4%	88%	市独自 (1割程度の改善)	県民健康・栄養調査
	60歳以上	79.0%	90%	健康日本21	

### ④飲酒

目標項目		現状値 (2022年)	目標値 (2032年)	目標値の根拠	現状値の把握方法
生活習慣病のリスクを高める量の飲酒を している人の割合 (1日平均純アルコール摂取量:男性40g 以上、女性20g以上)	男性	15.2%	13%	健康日本21	特定健診質問票 (市国保)
	女性	11.9%	6.4%		
20歳未満の飲酒率		2.1%	0%	健康日本21	健康実態調査
妊娠中の飲酒率		0.4%	0%	いしかわ健康 フロンティア戦略	石川県母子保健の 主要指標

### ⑤喫煙

目標項目		現状値 (2022年)	目標値 (2032年)	目標値の根拠	現状値の把握方法
20歳以上の喫煙率 (喫煙をやめたい人がやめる)	男性	19.8%	17.5%	いしかわ健康 フロンティア戦略 (1割程度の改善)	県民健康・栄養調査
	女性	5.7%	5%		
20歳未満の喫煙率		0.5%	0%	健康日本21	健康実態調査
妊娠中の喫煙率		1.1%	0%	健康日本21	石川県母子保健の 主要指標

### ⑥歯と口の健康 **重点**

目標項目		現状値 (2022年)	目標値 (2032年)	目標値の根拠	現状値の把握方法
<b>新</b> むし歯のない12歳児(中学1年生)の割合		75.8%	80% (2029年)※	いしかわ歯と口腔の 健康づくり推進計画	金沢市学校保健 統計
<b>改</b> 歯周病を有する人の割合 (40歳以上における進行した歯周炎を有する 人の割合)		62.2%	40%	健康日本21	すこやか歯科健診 結果
<b>新</b> 50歳以上における咀嚼良好者の割合		75.4%	80%	健康日本21	県民健康・栄養調査
歯科健診の受診率 (過去1年間に歯科健診を受診した20歳以上の割合)		49.3%	60% (2029年)※	いしかわ歯と口腔の 健康づくり推進計画 (いしかわ健康 フロンティア戦略)	県民健康・栄養調査



目標項目	現状値 (2022年)	目標値 (2032年)	目標値の根拠	現状値の把握方法
歯の喪失防止				
60歳で24歯以上の自分の歯を有する人の割合	72.0%	80% (2029年)※	いしかわ歯と口腔の健康づくり推進計画	県民健康・栄養調査
80歳で20歯以上の自分の歯を有する人の割合	45.9%	50% (2029年)※	(いしかわ健康フロンティア戦略)	県民健康・栄養調査

※)いしかわ健康フロンティア戦略、いしかわ歯と口腔の健康づくり推進計画に合わせて目標値・年度を設定(計画の変更等に合わせて見直しを行う。)

## (2) 生活習慣病等の発症予防・重症化予防

目標項目	現状値 (2022年)	目標値 (2032年)	目標値の根拠	現状値の把握方法	
糖尿病	糖尿病性腎症による年間新規透析導入患者数	61人	減少	市独自	自立支援医療費(更生)支給認定申請
	糖尿病治療が必要な人が治療を受けている割合(HbA1c6.5%以上のうち治療中の人の割合)	59.4%	75%	健康日本21	
	<b>改</b> 血糖コントロール不良(HbA1c8.0%以上の人の割合)	1.3%	1.1% (2029年)※2	金沢市保健事業実施計画	特定健診結果(市国保)
	糖尿病が疑われる人の割合(HbA1c6.5%以上の人の割合)	10.4%	8.0% (2029年)※2		
	腎機能低下者の割合(尿たんぱく(++))以上、尿たんぱく・尿潜血ともに(+)以上又はeGFR50未満(70~74歳は40未満)の人の割合)	5.0%	減少	市独自	特定健診結果(市国保)
循環器疾患	脳血管疾患の年齢調整死亡率(10万人当たり)	74.5	減少 (2028年)※2	健康日本21	人口動態統計から算出(基準人口は平成27年モデル人口を使用)
	<b>新</b> 心疾患の年齢調整死亡率(10万人当たり)	151.4			
	虚血性心疾患の年齢調整死亡率(10万人当たり)	57.7			
	高血圧の人の割合(140/90mmHg以上の人の割合)	23.1%	20%	金沢市保健事業実施計画	特定健診結果(市国保)
	脂質異常症の人の割合(LDLコレステロール160mg/dl以上の人の割合)	8.0%	7.6%	金沢市保健事業実施計画	特定健診結果(市国保)
	65歳未満で要介護となる人の割合	0.2%	減少	市独自	介護保険実施状況報告
	(再掲)腎機能低下者の割合(尿たんぱく(++))以上、尿たんぱく・尿潜血ともに(+)以上又はeGFR50未満(70~74歳は40未満)の人の割合)	5.0%	減少	市独自	特定健診結果(市国保)
がん	<b>改</b> がんの年齢調整死亡率(10万人当たり)	277.3	減少 (2028年)※2	健康日本21	人口動態統計から算出(基準人口は平成27年モデル人口を使用)
	がん検診の受診率の向上				
	胃がん検診(40~69歳)	51.4%	60% (2028年)※2	健康日本21	県民健康・栄養調査
	肺がん検診(40~69歳)	61.2%	67%	市独自(1割程度の改善)	
	大腸がん検診(40~69歳)	46.3%	60% (2028年)※2	健康日本21	
	子宮頸がん検診(20~69歳)	49.7%※1	60% (2028年)※2		
乳がん検診(40~69歳)	60.2%※1	66%	市独自(1割程度の改善)		

目標項目		現状値 (2022年)	目標値 (2032年)	目標値の根拠	現状値の把握方法
メタボリックシンドローム	改 メタボリックシンドロームの該当者・予備群の割合	32.8%	25% (2029年)※2	金沢市保健事業実施計画	特定健診結果(市国保)
	特定健康診査の受診率	38.5%	60% (2029年)※2		特定健診・保健指導実施状況(市国保)
	特定保健指導の実施率	21.7%	60% (2029年)※2		

※1) 2021年と2022年の2年間に受診した人の割合(国は2年に1回の受診を推奨)

※2) 金沢市保健事業実施計画、健康日本21、いしかわ健康フロンティア戦略に合わせて目標値・年度を設定(計画の変更等に合わせて見直しを行う。)

### (3) 生活機能の維持・向上

目標項目		現状値 (2022年)	目標値 (2032年)	目標値の根拠	現状値の把握方法
新	ロコモティブシンドローム(足腰に痛みがある高齢者の人数(人口千人当たり・65歳以上))	- ※	減少	いしかわ健康フロンティア戦略	県民健康・栄養調査
新	フレイルチェックの参加者数(延べ)	189人	1,290人	市独自	フレイル予防事業実績
新	骨粗しょう症検診受診率	18.6%	20%	市独自(1割程度の改善)	地域保健・健康増進事業報告
	もの忘れ健診受診率	30.6%	増加	市独自	すこやか検診結果

※)県が2024年度以降に実施する「県民健康・栄養調査」の結果を現状値とする。

## 2 健康づくりに向けた社会環境の充実

### (1) こころの健康づくり・社会とのつながり

目標項目		現状値 (2022年)	目標値 (2032年)	目標値の根拠	現状値の把握方法
新	最近1か月にストレスを感じた人の割合	54.0%	40%以下	いしかわ健康フロンティア戦略	県民健康・栄養調査
改	社会活動を行っている高齢者の割合	- ※1	増加	いしかわ健康フロンティア戦略	県民健康・栄養調査
新	ゲートキーパー数(累計)	7,874人 (2013年以降)	16,000人	市独自※2	衛生年報

※1)県が2024年度以降に実施する「県民健康・栄養調査」の結果を現状値とする。

※2)過去3年間(2020~2022年)の平均から算出

### (2) 自然に健康になれる環境づくり

目標項目		現状値 (2022年)	目標値 (2032年)	目標値の根拠	現状値の把握方法
新	「まちなり」月額会員数(月平均)	672人	1,081人 (2026年)※	市独自	「まちなり」利用状況報告
	栄養成分の表示やヘルシーメニューの提供など健康づくりに取り組む店舗数	377店舗	増加	市独自	健康づくりサポート店登録数
改	望まない受動喫煙の機会を有する人の割合	家庭 10.5% 職場 15.7% 飲食店 9.8%	望まない受動喫煙のない社会の実現	健康日本21	県民健康・栄養調査

※)金沢市中心市街地活性化基本計画に合わせて目標値・年度を設定(計画の変更等に合わせて見直しを行う。)

### (3) 活動主体と手段の多様化

目標項目	現状値 (2022年)	目標値 (2032年)	目標値の根拠	現状値の把握方法
健康づくりに関する活動に取り組み、自発的に情報発信を行う企業・民間団体数	24社	増加	市独自	金沢健康づくり 応援団認定数
<b>改</b> 利用者に応じた食事提供をしている特定給食施設(病院、介護老人保健施設、介護医療院を除く)の割合	77.7%	増加	市独自	衛生行政報告例
<b>新</b> ICTを利活用した健康づくりに関する取り組み	6事業	増加	市独自	健康政策課調べ
健康づくりのボランティアの人数	2,544人	増加	市独自	石川県健康推進の 主要指標

## 3 次世代にもつながる生涯を通じた健康づくりの推進

### (1) 子どもの健康づくり

目標項目	現状値 (2022年)	目標値 (2032年)	目標値の根拠	現状値の把握方法	
(再掲)児童における肥満傾向児の割合	小5男子	12.1%	減少 (2028年)※	いしかわ健康 フロンティア戦略	金沢市学校保健 統計
	小5女子	7.5%			
(再掲)運動やスポーツを習慣的にしている子どもの割合(週3回以上)	小5男子	55.3%	増加	市独自	児童生徒の体力・ 運動能力調査報告
	小5女子	41.1%			
(再掲)20歳未満の飲酒率	2.1%	0%	健康日本21	健康実態調査	
(再掲)20歳未満の喫煙率	0.5%	0%	健康日本21	健康実態調査	
(再掲)全出生数中の低出生体重児(2,500g未満)の割合	9.4%	減少 (2028年)※	いしかわ健康 フロンティア戦略	人口動態統計	
<b>新</b> (再掲)むし歯のない12歳児(中学1年生)の割合	75.8%	80% (2029年)※	いしかわ歯と口腔の 健康づくり推進計画	金沢市学校保健 統計	

※)いしかわ健康フロンティア戦略、いしかわ歯と口腔の健康づくり推進計画に合わせて目標値・年度を設定(計画の変更等に合わせて見直しを行う。)

### (2) 女性の健康づくり

目標項目	現状値 (2022年)	目標値 (2032年)	目標値の根拠	現状値の把握方法	
<b>改</b> (再掲)やせの人の割合	女性 20~30歳代	23.7%	15%	健康日本21	若年者健診結果
(再掲)生活習慣病のリスクを高める量の飲酒をしている人の割合 (1日平均純アルコール摂取量:女性20g以上)	11.9%	6.4%	健康日本21	特定健診質問票 (市国保)	
(再掲)妊娠中の飲酒率	0.4%	0%	いしかわ健康 フロンティア戦略	石川県母子保健の 主要指標	
(再掲)妊娠中の喫煙率	1.1%	0%	健康日本21	石川県母子保健の 主要指標	
<b>新</b> (再掲)骨粗しょう症検診受診率	18.6%	20%	市独自 (1割程度の改善)	地域保健・健康 増進事業報告	

### (3) 高齢者の健康づくり

目標項目		現状値 (2022年)	目標値 (2032年)	目標の根拠	現状値の把握方法
(再掲)低栄養傾向(BMI20以下)の高齢者の割合		19.8%	13%未満	健康日本21	特定健診結果 (市国保) (65~74歳)
<b>新</b> (再掲)ロコモティブシンドローム (足腰に痛みがある高齢者の人数(人口 千人当たり・65歳以上))		- ※1	減少	いしかわ健康 フロンティア戦略	県民健康・栄養調査
<b>改</b> (再掲)社会活動を行っている高齢者の割合		- ※1	増加		
(再掲)もの忘れ健診受診率		30.6%	増加	市独自	すこやか検診結果
(再掲)運動習慣者の割合 (1日30分以上の運動を週2 回以上1年以上継続実施して いる人の割合)	男性 65歳以上	43.1%	50%	健康日本21	県民健康・栄養調査
	女性 65歳以上	47.4%			
(再掲)1日の平均歩行数	男性 65歳以上	4,207歩	6,000歩	健康日本21	県民健康・栄養調査
	女性 65歳以上	5,285歩			
歯の喪失防止					
(再掲)80歳で20歯以上の自分の歯を有する 人の割合		45.9%	50% (2029年)※2	いしかわ歯と口腔の 健康づくり推進計画 (いしかわ健康 フロンティア戦略)	県民健康・栄養調査

※1)県が2024年度以降に実施する「県民健康・栄養調査」の結果を現状値とする。

※2)いしかわ健康フロンティア戦略に合わせて目標値・年度を設定(計画の変更等に合わせて見直しを行う。)