

# 「健康かほく21 行動計画」 中間評価報告書

河北町

平成18年5月

# 目 次

1	2010年までの計画	1
2	河北町の現状	
1	人口構造	2
2	健康の現状	
	(1)平均寿命	4
	(2)疾病状況	5
	①死亡状況	5
	②三大生活習慣病死亡割合	6
	③生活習慣病患者状況	7
	④歯の健康	10
3	「健康かほく21 行動計画」の中間評価	11
4	今後の主な重点課題と新たな対策	16
5	健康かほく21アンケート結果	17

## 中間評価にあたって

### 1 趣旨

平成 15 年 3 月に策定した「健康かほく 21 行動計画」（平成 15 年度～22 年度までの健康づくり計画）は、中間年度（平成 17 年度）と最終年度に目標値の達成状況を行い、その後の健康づくりの推進を図ることとなっているため、策定時に設定した 43 項目の評価指標に基づいて、健診結果や、平成 16 年度 12 月 4、110 枚の町民アンケートから評価を行った。

### 2 計画策定後の主な動き

#### （町の動き）

- 平成 16 年 3 月に「健康かほく 21 行動計画」を推進していくために「健康づくり都市宣言」を議会可決、そして WHO のヘルス・プロモーションの「住民主体」の理念に基づき、平成 16 年 4 月から各区（地域）単位で町民一丸となった健康づくり事業「健康づくりいきいきサロン事業」が開始された。
- 健康づくりいきいきサロン事業内容は、「食生活・栄養、身体活動及び運動（玄米ニギニギダンベル体操等）、こころの健康、生活習慣病予防に関すること、地域の伝統及び特性を生かした健康づくり事業」である。対象者は高齢者に限らず、子供から大人までの幅広い年代とし、健康づくり推進員（2名）を中心に各協議会で行われている。また、区の健康づくり推進のリーダーとなりうるための、養成研修をも実施している。

#### （国の動き）

- 健康増進法（平成 15 年 5 月）及び食育基本法（平成 17 年 7 月）の施行
- 「たばこ規制枠組条約」の発効（平成 17 年 2 月）  
（喫煙等が健康に及ぼす悪影響から現在及び将来の世代を保護することを目的）
- 健康フロンティア戦略の策定  
（平成 17 年度から 10 年間、健康寿命の 2 年程度の延伸を目標とする政策を重点的に展開）
- 医療制度改革における生活習慣病予防の取組み  
（中長期的な医療費適正化対策の柱の一つとして、生活習慣病予防を位置づけ。特にメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の概念を導入した生活習慣病予防対策を進めるため、医療保険者に糖尿病等の予防に着目した健診・保健指導等の徹底を図ることを提案）

### 3 検討の経過

- ①現状分析、目標値の達成状況、計画の見直し等について、担当係内で検討  
（平成 17 年度 1 月～6 月）
- ②「健康づくり推進協議会」による検討（平成 17 年 6 月、18 年 3 月）
- ③「福祉厚生常任委員」へ報告（平成 17 年 10 月）
- ④「議会運営協議会」へ報告（平成 17 年 12 月）
- ⑤健康づくり推進員を始め住民へ報告（平成 17 年 10 月～18 年 3 月）
- ⑥中間評価結果の PR（平成 18 年 5 月広報掲載、今後さらに普及啓発）

#### 4 今後の方針

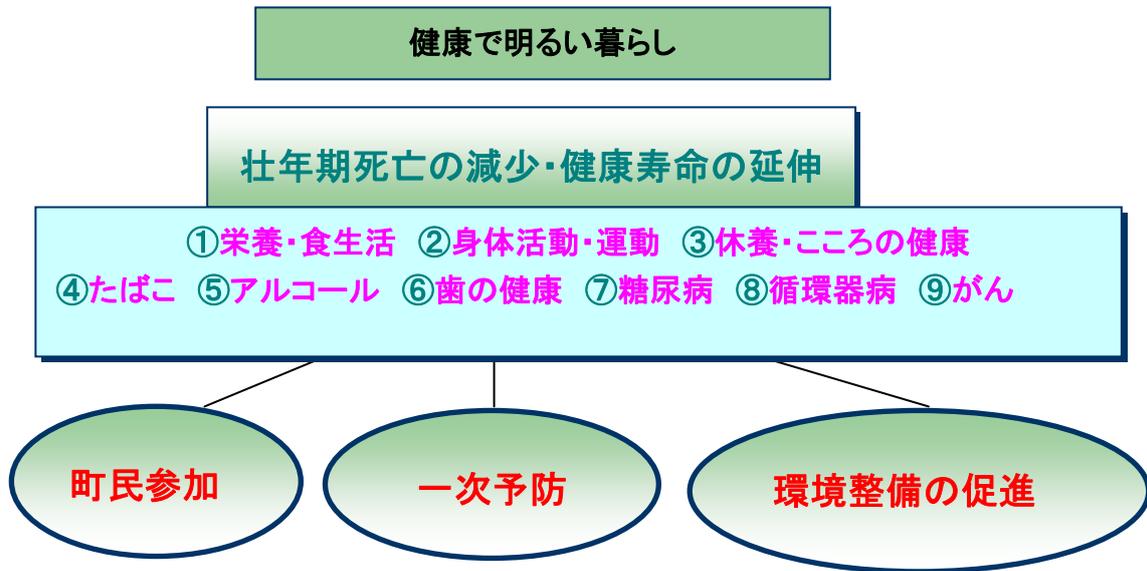
今回中間評価を行った結果を踏まえ、下記のような重点目標を設定。それに向けて対策を講じながら、今後さらに積極的な活動を展開していく。目標値達成した項目についても悪化しないよう活動する。

- 重点課題
- ①適正な食事内容と量を理解してもらう
  - ②成人肥満者の減少（特に40歳代男性）
  - ③糖尿病有病者の減少（特に男性）
  - ④高血圧者、高脂血症者の減少（特に男性）

新たな対策○課題の多い40歳代男性への積極的なアプローチ

- H16年度アンケート結果において課題の多い地区への取り組み
- 「一家に一台体重計」の普及
- 手ばかり法、食事バランスガイドの普及
- 職域との連携

### 健康かほく21行動計画構成(H15.3月策定)



#### 健康づくり推進都市宣言

健康は、私たちにとって豊かで活力に満ちた生活を営むために最も重要なことであり、また、町づくりにとっても最大の財産であります。

私たちは「健康で明るい暮らし」の向上のため、生活習慣病の予防と健康寿命の延伸に、自らが主体的に取り組むとともに、町民一丸となった健康づくりを積極的に推進しているところであります。

町制施行50周年の記念にあたり、全町民あげてさらなる健康づくりを図るため、ここに「健康づくり推進都市」を宣言します。

平成16年3月15日 河北町

# ①「健康かほく21行動計画」2010年までの計画

## 計画の周知方法

1年目	2年目	3年目	4年目	5年目	6年目	7年目	8年目
平成15年度	平成16年度	平成17年度	平成18年度	平成19年度	平成20年度	平成21年度	平成22年度
2003年	2004年	2005年	2006年	2007年	2008年	2009年	2010年
広報紙などへの掲載 年4回 7/1 7/15 8/1 9/1	進捗状況の掲載 保健情報提供	保健情報提供	中間評価結果掲載〔5月〕 16年度アンケート結果報告 保健情報提供(月1回シリーズ)				平成22年度 アンケート結果報告
ダイジェスト版作成教室時等配布	新ダイジェスト版作成全戸配布		新ダイジェスト版作成教室時等配布				
各種事業での公表							
情報交換会の開催		地区毎説明会開催					
ITの活用 健康ホームページの開設	ホームページ運営						

中間評価

最終評価

## 計画の推進事業(展開)

各種健康セミナーの開催							
	地域健康づくり推進 全地区いきいきサロン事業 開始						
健康づくりリーダー育成	健康づくり推進員養成						
重点項目 栄養(塩分調査) 運動(ウォーキングマップ作成) たばこ(個別指導・庁舎内禁煙) 歯(歯周疾患予防検診)	重点項目 栄養 運動(ウォーキングマップ普及) がん(乳がんマンモ・前立腺導入) 歯(歯周疾患予防検診)	重点項目 栄養 運動(ウォーキングマップ普及) 玄米ダンベル普及 糖尿病、肥満者予防	重点項目 栄養手ばかり全戸配布 運動(ウォーキングマップ普及) 玄米ダンベル普及 糖尿病、肥満者予防	重点項目	重点項目	重点項目	重点項目
国保ヘルスアップ事業			糖尿病、肥満者予防				

## 計画の進行管理(評価法)

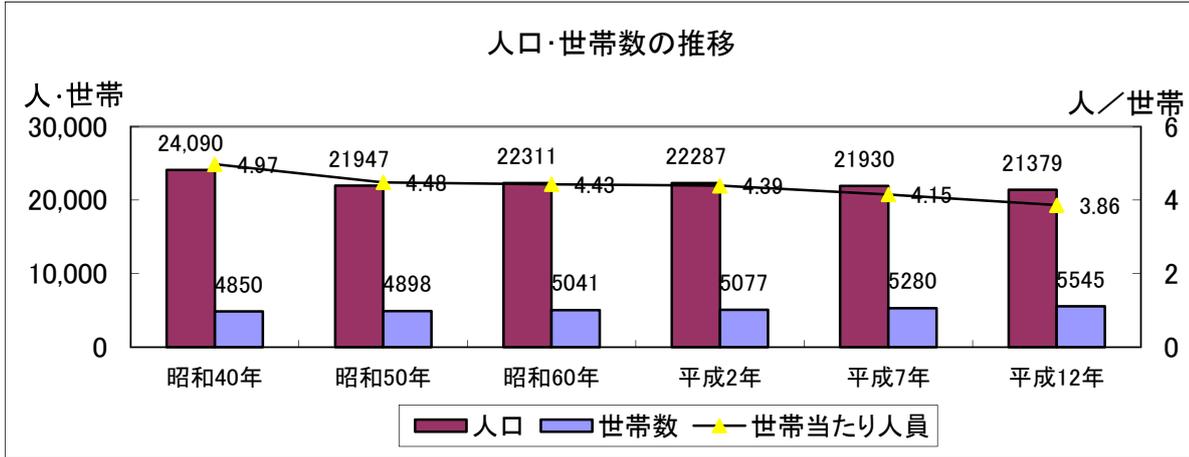
推進協議会での検討		中間評価					最終評価
評価アンケート実施 A票・検診問診表などから 重点項目・全項目	健康実態調査(全地区) (毎年)			健康実態調査 重点項目		健康実態調査 全地区全項目	

## ② 河北町の現状

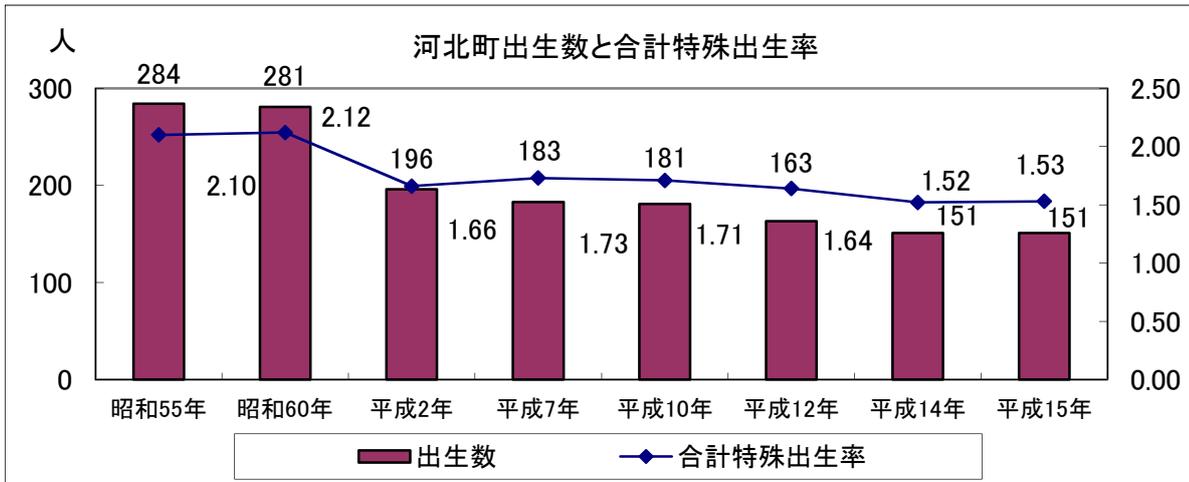
### 1 人口構造

平成15年度の河北町の出生数は151人、合計特殊出生率は1.53と年々減少傾向にあります。

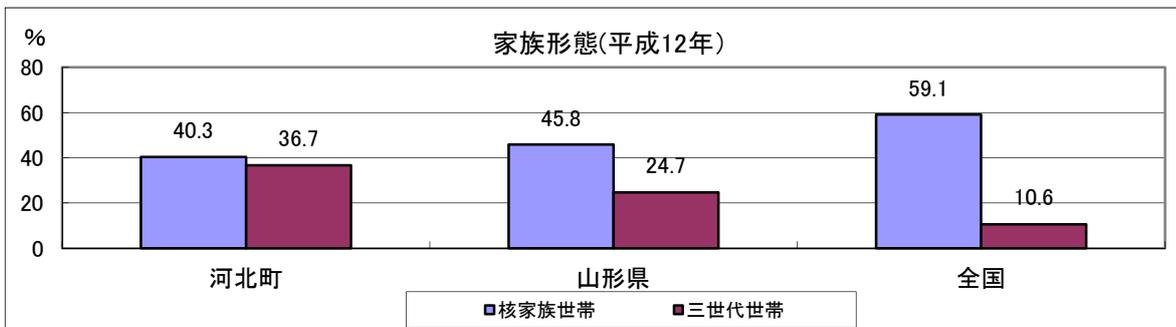
#### 人口・世帯数の推移



#### 出生数と合計特殊出生率の推移



#### 家族形態(平成12年)

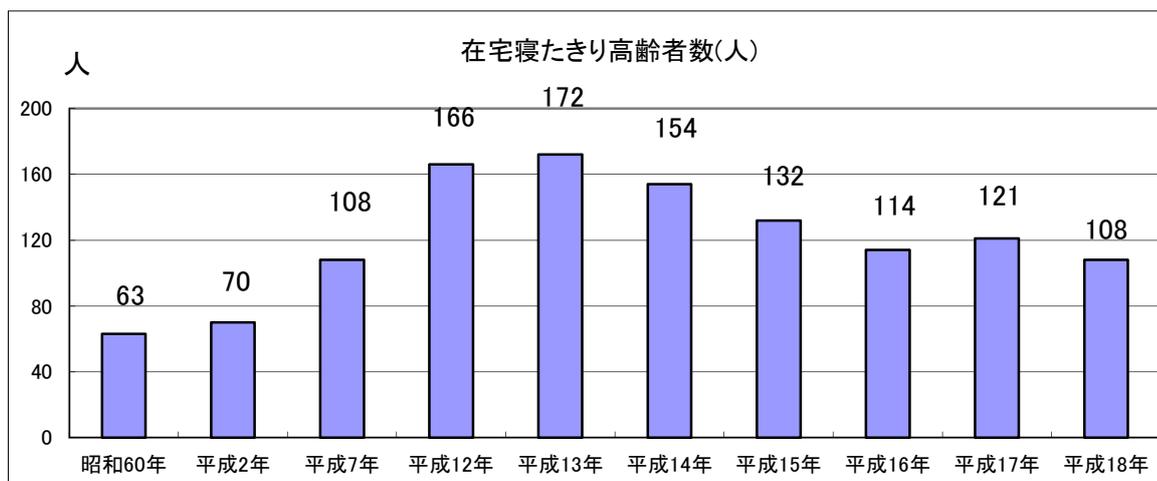
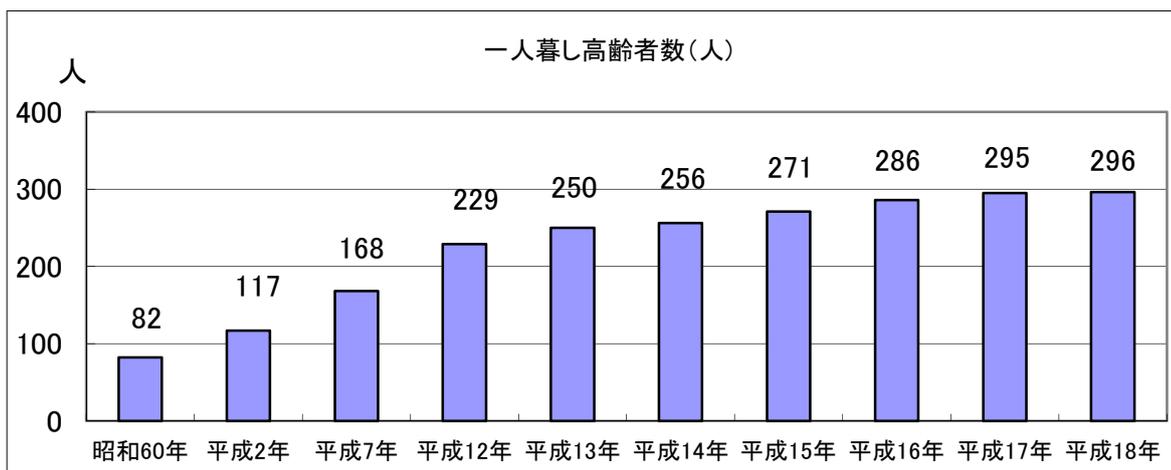
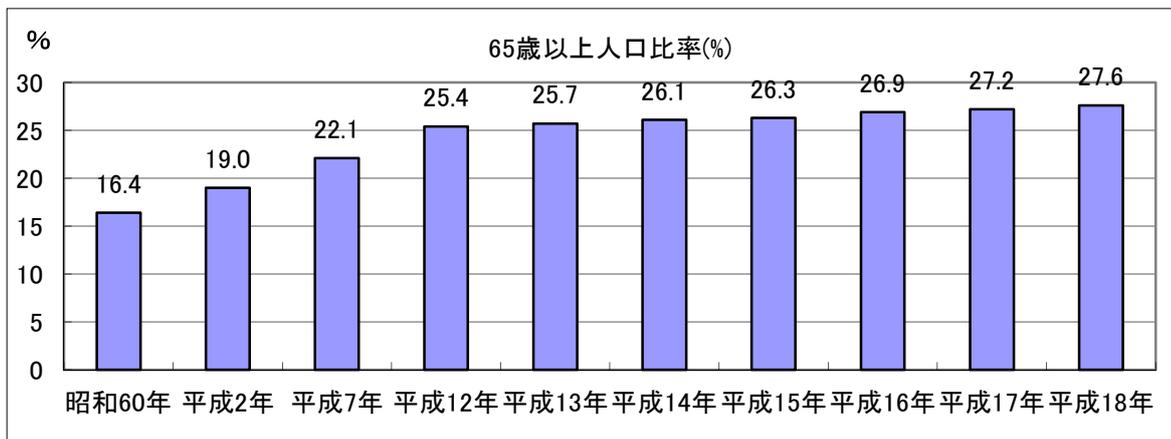


## 高齢化の状況

河北町の65歳以上の高齢者が占める割合は、年々上昇し、平成18年は27.6%となっており、高齢化が進んでいます。

また、一人暮らし高齢者数は昭和60年には82人でしたが、平成18年には296人と年々増えています。在宅寝たきり高齢者数は、平成13年までには増加していましたが14

(毎年4月1日現在)



資料 町健康福祉課

## 2 健康の現状

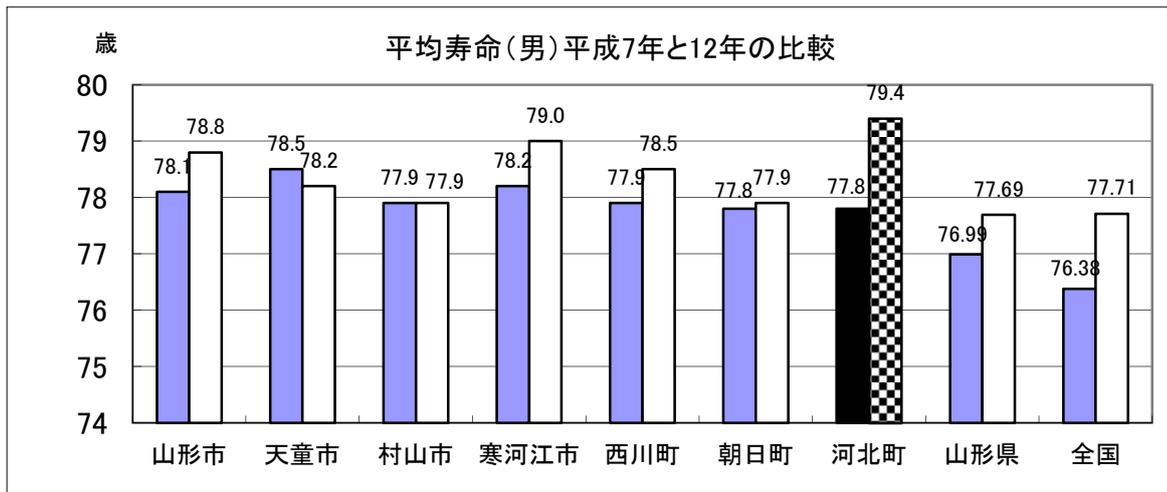
### (1) 平均寿命(平成7年と12年の比較)

河北町の平成12年の平均寿命は、男性79.4歳、女性84.6歳となっており、男女とも全国、県平均を上回っており、特に男性は県1位となっています。

男

(歳)

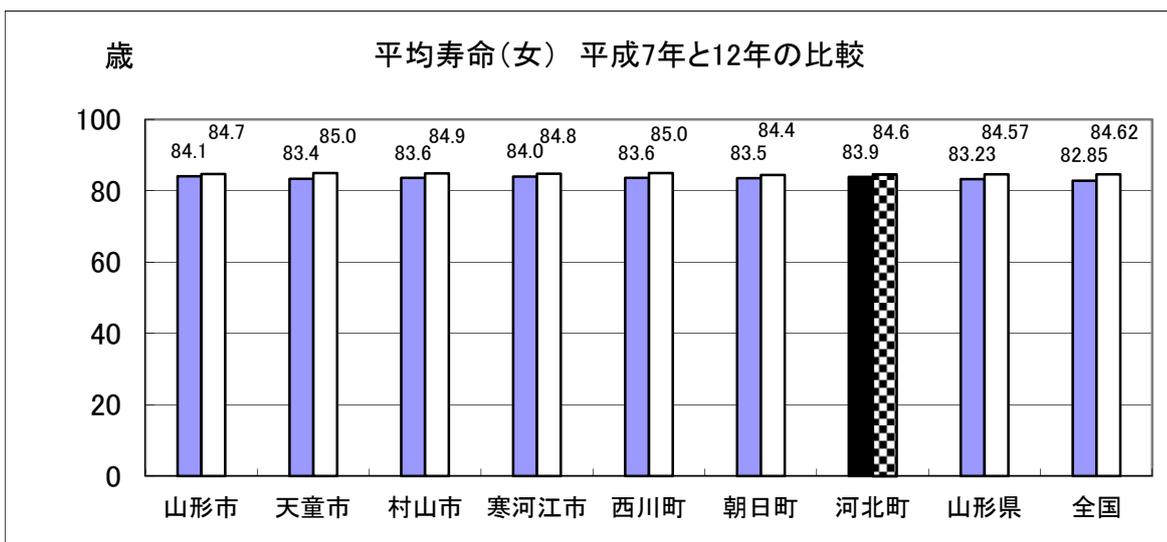
	山形市	天童市	村山市	寒河江市	西川町	朝日町	河北町	山形県	全国
7年	78.1	78.5	77.9	78.2	77.9	77.8	77.8	76.99	76.38
12年	78.8	78.2	77.9	79.0	78.5	77.9	79.4	77.69	77.71



女

(歳)

	山形市	天童市	村山市	寒河江市	西川町	朝日町	河北町	山形県	全国
7年	84.1	83.4	83.6	84.0	83.6	83.5	83.9	83.23	82.85
12年	84.7	85.0	84.9	84.8	85.0	84.4	84.6	84.57	84.62



資料 都道府県別平均寿命:厚生労働省大臣官房統計情報部「平成12年都道府県別生命表」  
 市区町村別平均寿命:(財)厚生統計協会「2000年市区町村別生命表」  
 ※市区町村別平均寿命は5年毎に作成のため平成12年が最新資料となる。

## (2) 疾病状況

### ①死亡状況(平成12年と15年との比較)

河北町における疾病別の死亡順位は、平成12年は1位がん32.6%、2位心臓病16.0%、3位肺炎・気管支炎15.5%でしたが、平成15年度は1位がん25.7%、2位脳卒中16.6%、同じく心臓病16.6%の順となっています。そのうちがん、心臓病、脳卒中の三大生活習慣病による死亡は、平成12年に59.3%を占めていましたが、平成15年は58.9%と0.4%減少し

平成12年死亡順位

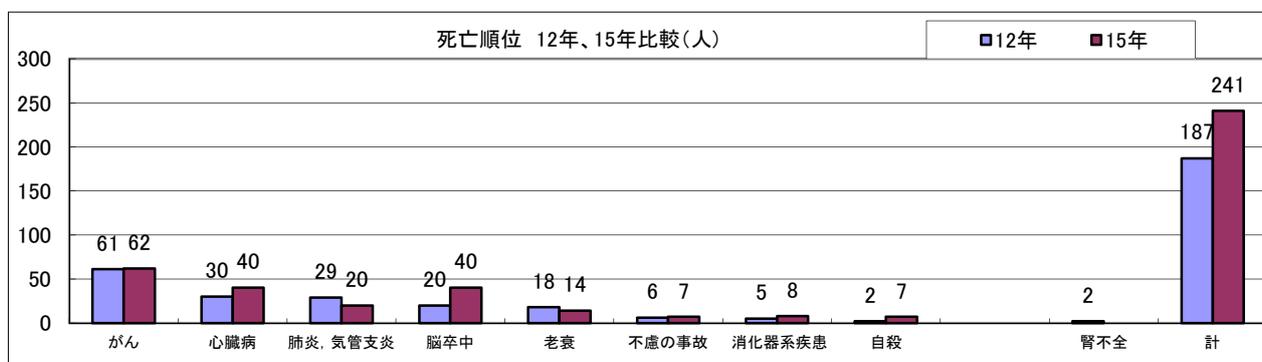
(人)

1位	2位	3位	4位	5位	6位	7位	8位	8位	計
がん	心臓病	肺炎、気管支炎	脳卒中	老衰	不慮の事故	消化器系疾患	自殺	腎不全	
61	30	29	20	18	6	5	2	2	187

平成15年死亡順位

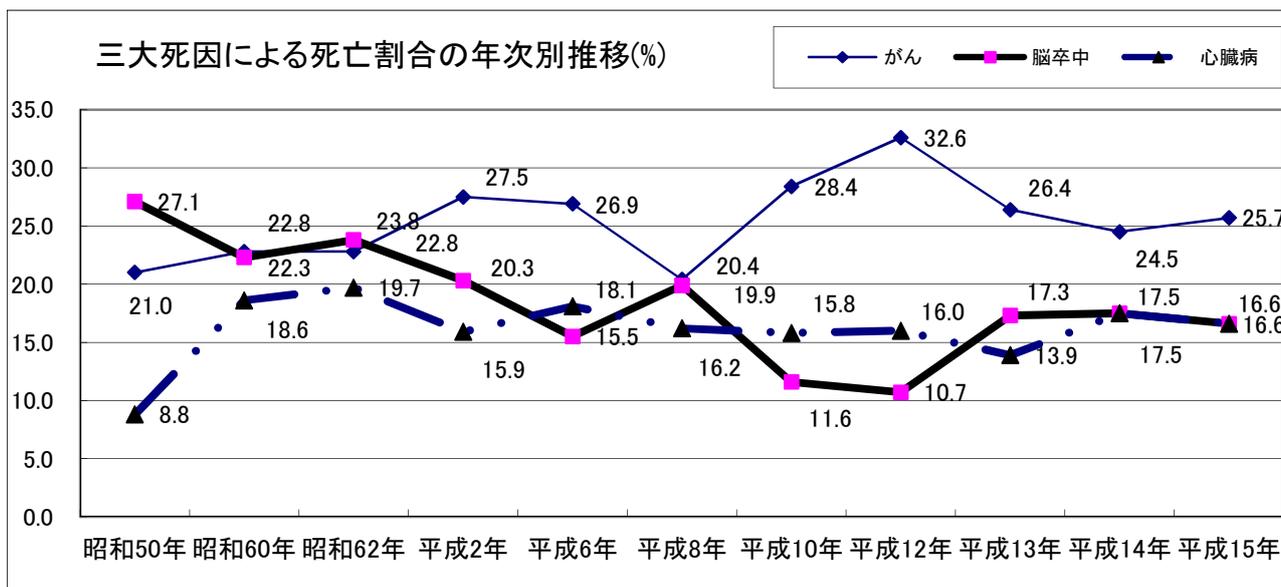
(人)

1位	2位	2位	4位	5位	6位	7位	7位	計
がん	脳卒中	心臓病	肺炎、気管支炎	老衰	消化器系疾患	不慮の事故	自殺	
62	40	40	20	14	8	7	7	241



三大生活習慣病(がん、脳卒中、心臓病)の死亡割合の年次推移 (%)

	昭和50年	昭和60年	昭和62年	平成2年	平成6年	平成8年	平成10年	平成12年	平成13年	平成14年	平成15年
がん	21.0	22.8	22.8	27.5	26.9	20.4	28.4	32.6	26.4	24.5	25.7
脳卒中	27.1	22.3	23.8	20.3	15.5	19.9	11.6	10.7	17.3	17.5	16.6
心臓病	8.8	18.6	19.7	15.9	18.1	16.2	15.8	16.0	13.9	17.5	16.6



### 三大生活習慣病(がん、脳卒中、心臓病)の死亡割合(山形県との比較)

平成15年のがん、脳卒中、心臓病の死亡割合を山形県全体の割合と比較すると、脳卒中、心臓病が高くなっています。

(%)

	平成12年		平成13年		平成14年		平成15年	
	河北町	山形県	河北町	山形県	河北町	山形県	河北町	山形県
がん	32.6	30.9	26.4	31.2	24.5	29.8	25.7	29.7
脳卒中	10.7	16.5	17.3	16.7	17.5	15.7	16.6	15.7
心臓病	16.0	14.9	13.9	14.8	17.5	15.9	16.6	15.6

### ②がん死亡の状況(平成12年と15年との比較)

15年のがん死亡の部位別内訳は、1位 肺・気管支16人、2位 大腸8人、3位 胃7人となっており、12年と比較すると、胃が減少し、肺・気管支が増加しています。

#### がん死亡の部位別内訳(平成12年)

(人)

1位	2位	3位	4位	5位	6位	7位	8位		計
胃	大腸	肺、気管支	胆のう、胆道	肝臓	膀胱	子宮	乳	その他	
13	9	8	6	4	3	2	1	15	61

#### がん死亡の部位別内訳(平成15年)

(人)

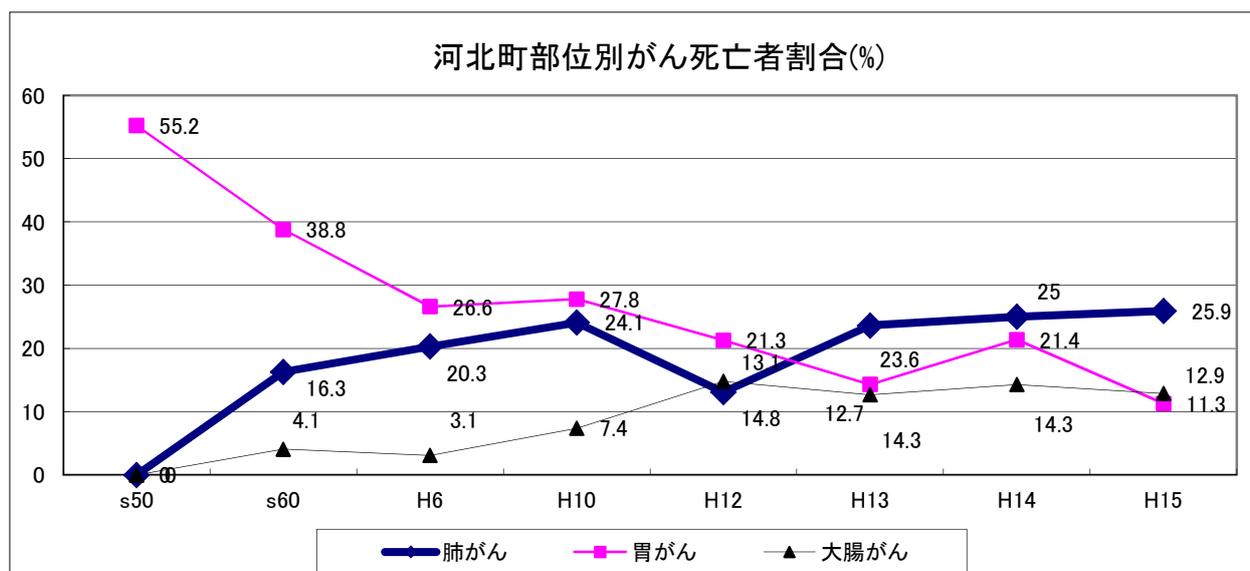
1位	2位	3位	4位	4位	6位	7位	7位		計
肺、気管支	大腸	胃	すい臓	肝臓	食道	子宮	乳	その他	
16	8	7	6	6	4	2	2	11	62

### 部位別(肺・胃・大腸)がん死亡者年次推移

がん死亡で多い肺・胃・大腸の年次推移をみると、昭和50年には肺がん、大腸がん死亡者がゼロであったのが年々増加し、平成13年以降胃がんを抜いて肺がんが1位となっています。

(人)

	s50	s60	H6	H10	H11	H12	H13	H14	H15
肺がん	0	8	13	13	10	8	13	14	16
胃がん	21	19	17	15	8	13	8	12	7
大腸がん	0	2	2	4	8	9	7	8	8



資料 山形県保健統計年報(人口動態統計編)

### ③生活習慣病患者数の状況

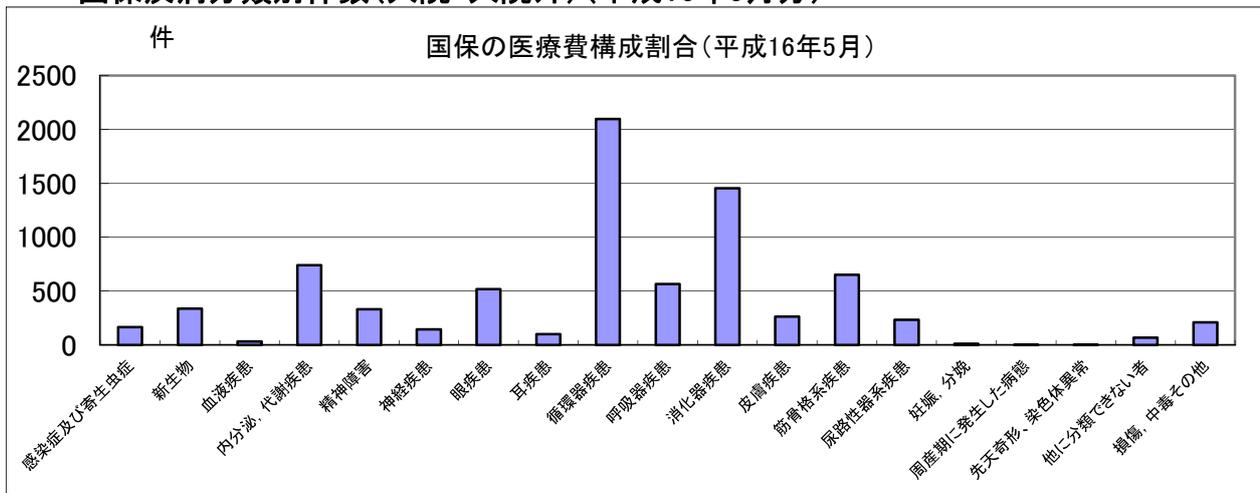
河北町の生活習慣病者の状況について

○国保加入者の平成16年5月の疾病分類別件数(入院+入院外)からみると、最も多いのが循環器疾患(高血圧・心疾患・脳血管疾患など)、次いで消化器疾患(歯肉炎及び歯周疾患・胃潰瘍など)、内分泌・代謝疾患(糖尿病など)となっています。年齢別に見ると60代以上は、1位高血圧・2位糖尿病と循環器疾患が上位を占めています。

○基本健康診査の結果(13年度と15年度との比較)からみると、血圧測定要医療者14.4%→21.8%、糖尿病要医療者が13.7%→18.1%と急増しています。

循環器病の主な疾患である脳卒中の町の死亡割合が多い事からも急務な対策が必要

#### 山形県国民保険疾病分類別統計(国保連合会)より 国保疾病分類別件数(入院+入院外)(平成16年5月分)



#### 年齢階層疾病上位

	1位	2位	3位
40～49代	精神分裂症	その他歯の障害	高血圧
50～59代	高血圧	その他歯の障害	糖尿病
60～69代	高血圧	糖尿病	その他歯の障害
70～79代	高血圧	糖尿病	その他歯の障害
80代～	高血圧	糖尿病	心疾患

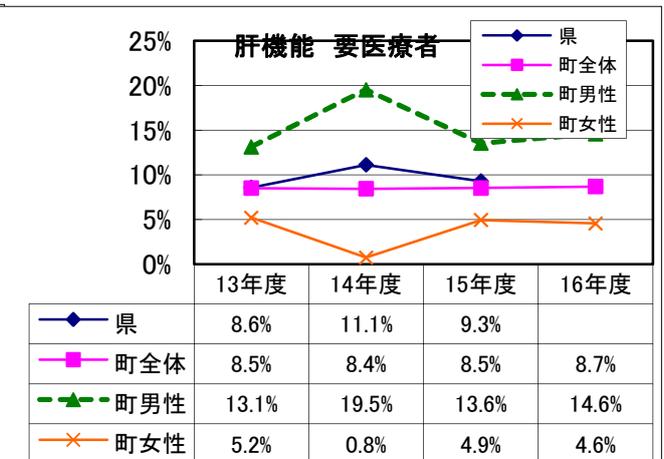
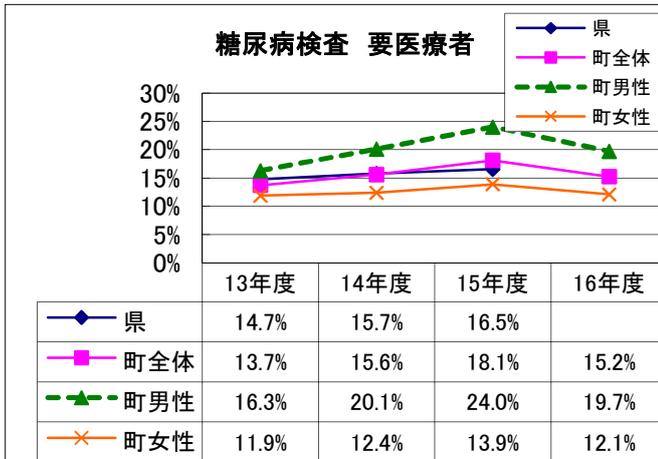
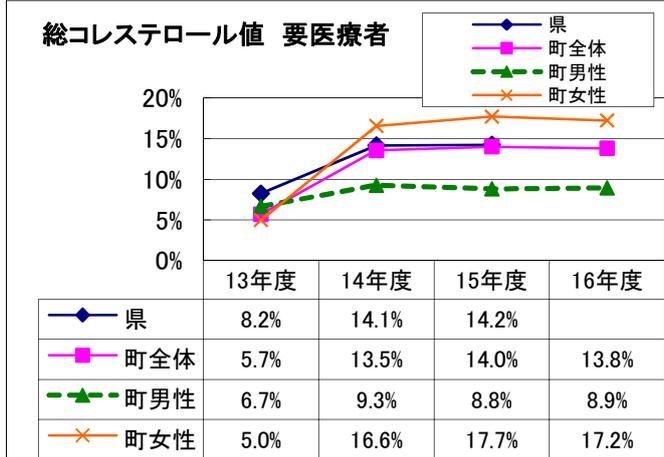
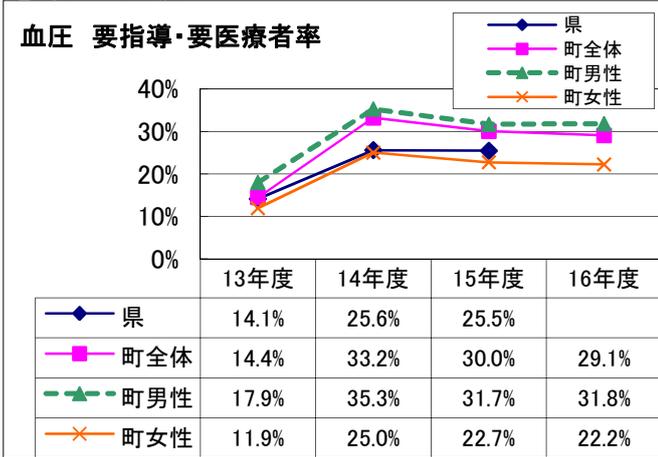
資料 平成16年5月山形県国民保険疾病分類別統計(国保連合会)  
(※平成14年8月～精神分裂症を統合失調症と変更)

#### 基本健康診査受診結果より(13年度と15年度県との比較)

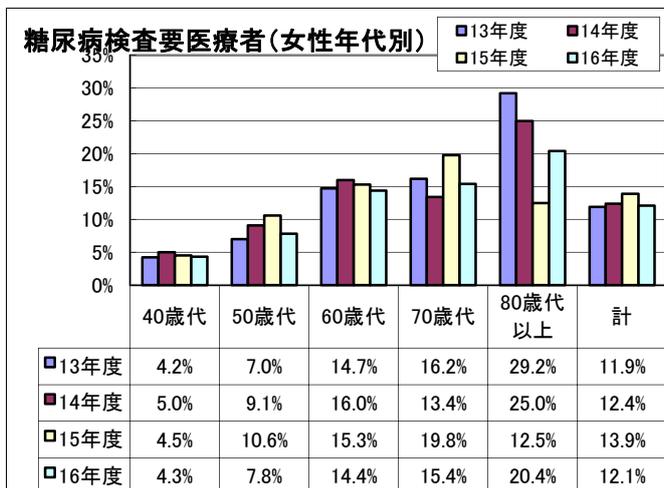
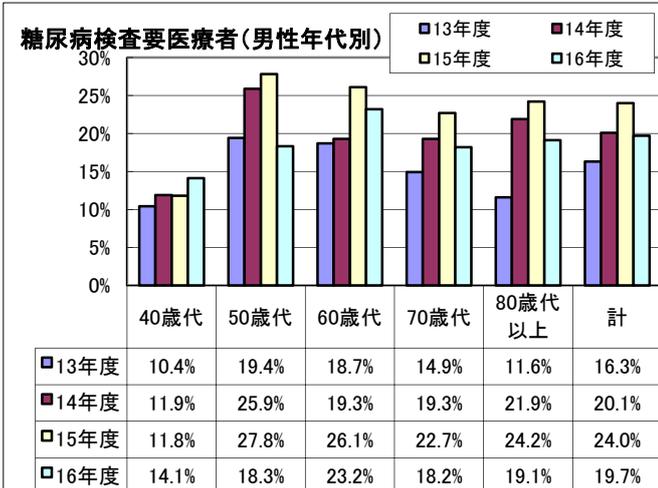
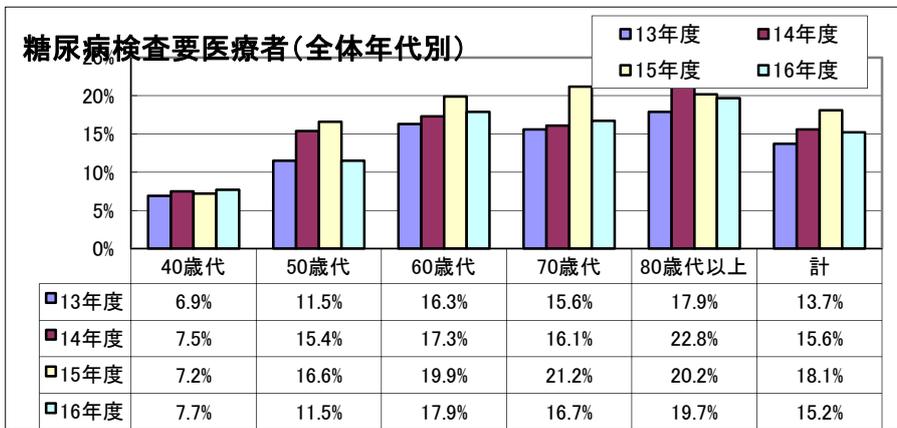
- 河北町の血圧測定(収縮期160mmHg以上・拡張期95mmHg以上)要指導、医療者は県より多い(特に男性)
- 河北町の糖尿病検査(尿糖・血糖など)要医療者は県より多い(特に男性)
- 河北町の脂質検査(総コレステロール240mg/dl以上)要医療者は県より少ない(しかし、女性は多い)
- 河北町の肝機能検査(アルコール性の疑いあり)要医療は県より多い(特に男性)

# 基本健康診査結果から(H13～H16までの推移)

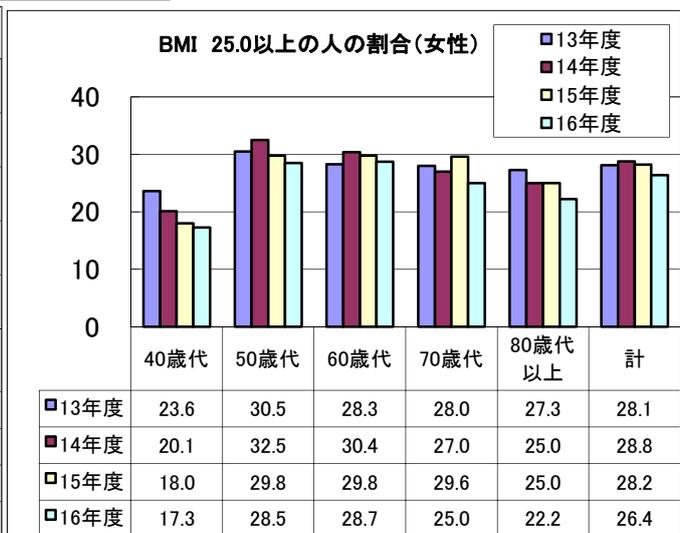
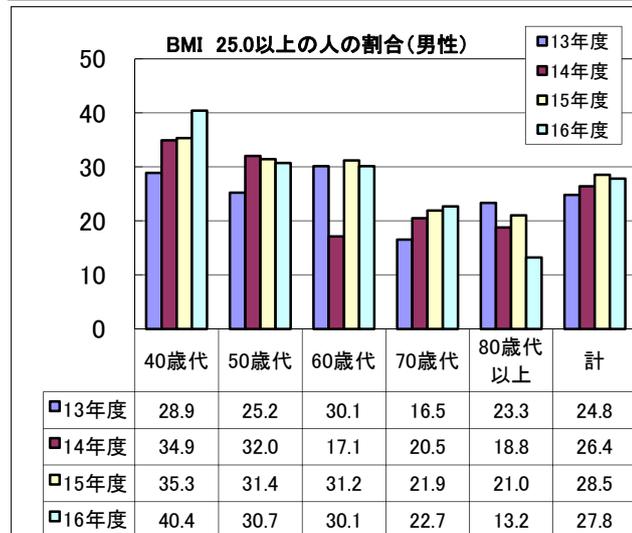
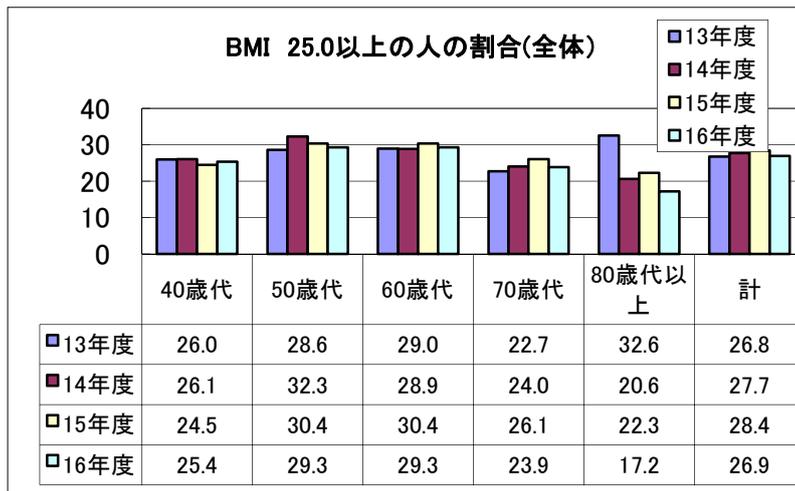
## ①県との比較



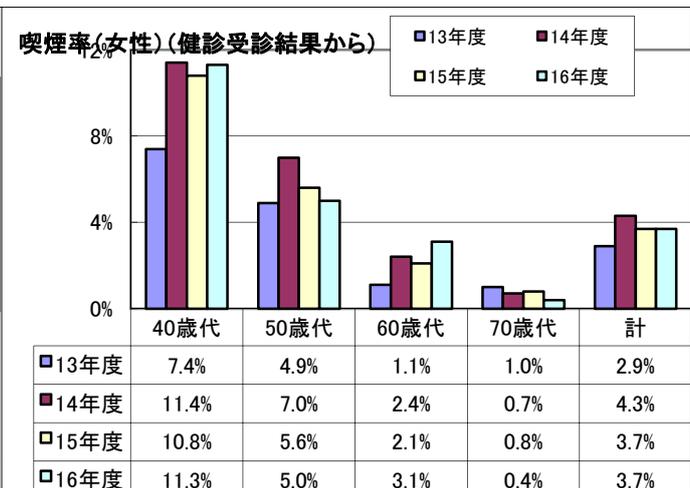
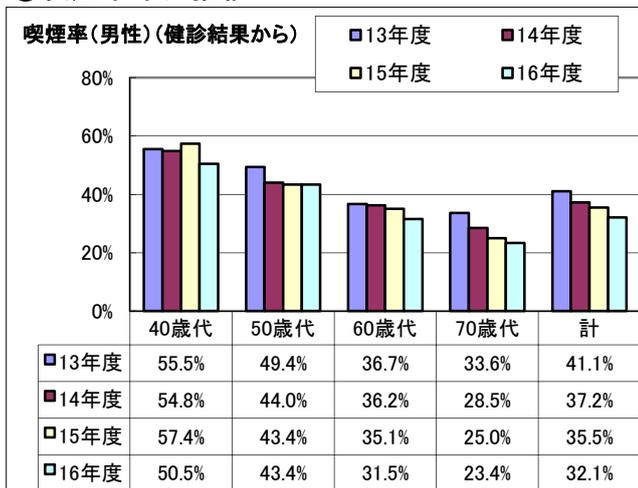
## ②糖尿病年次推移



### ③BMI年次推移



### ④喫煙率年次推移



#### ④歯の健康(平成12年度と15年度との比較)

平成15年度3歳児歯科健診では、虫歯のある者の割合が55.8%と、12年度よりは減少せず、まだまだ県より10%国より20%以上も高い割合です。12歳児の永久歯一人平均虫歯本数は全国よりも低くなっています。

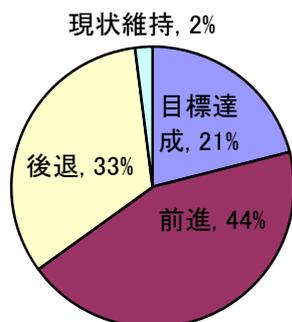
学童、乳幼児の歯科健診状況(平成12年度、15年度)

	全国		山形県		河北町	
	12年度	15年度	12年度	15年度	12年度	15年度
3歳児歯科健診で虫歯のある者の割合(%)	35.2%	31.4%	49.5%	45.1%	55.8%	55.8%
3歳児歯科健診で平均虫歯本数(本)	1.52	1.32	2.45	2.20	2.53	2.48
12歳児の永久歯一人平均本数虫歯本数(本)	2.65	2.10	2.33	1.68	2.90	1.73

# ～健康で明るい暮らしの実現～「健康かほく21行動計画」中間評価

「健康かほく21行動計画」(平成15年度～22年度までの健康づくり計画)は、中間年度(平成17年度)と最終年度に目標値の達成状況を行い、その後の健康づくりの推進を図ることとなっているため、策定時に設定した43項目の評価指標に基づいて、健診結果や、16年度にご協力いただいた4,110枚の町民アンケートから評

## 評価の内訳(全体)



全体的には約65%が、「目標値達成」「13年度現状値より前進」となっていた。(43項目中28項目)

43項目別	評価の内訳
1 栄養・食生活	◎ ◎ ○ ○ ○ ○ △
2 運動	○ ○ ○
3 休養	○ ● ●
4 たばこ	◎ ◎ ◎ ○ ○
5 アルコール	◎ ●
6 歯の健康	◎ ◎ ◎ ○ ○
7 糖尿病	◎ ●
8 循環器	● ● ● ● ● ●
9 がん	○ ○ ○ ○ ○ ○ ● ● ● ●

◎ 目標達成 ○ 前進 △ 現状維持 ● 後退

### 良くなっている項目

「栄養」(うす味料理を実行する人の増加)  
 「運動」(運動習慣者が増加)  
 「たばこ」(男性の喫煙率が減少)  
 「歯の健康」(定期的に歯科医院に行く人の増加)

### 悪くなっている項目

「糖尿病」「循環器病」  
 成人肥満者の増加(特に40歳代男性)糖尿病有病者の増加

今回中間評価を行った結果をふまえ、下記のような新たな重点課題を設定した。それに向けて対策を講じながら、今後さらに積極的な活動を展開していく。目標値達成した項目についても悪化しないよう活動する。

- 重点課題**
- ①適正な食事内容、量を知っている人の割合の増加
  - ②成人肥満者の減少(特に40歳代男性)
  - ③糖尿病有病者の減少(特に男性)
  - ④高血圧者、高脂血症者の減少(特に男性)

- 新たな対策**
- 課題の多い40歳代男性への積極的なアプローチ
  - H16年度アンケート結果において課題の多い地区への取り組み
  - 「一家に一台体重計」の普及
  - 手ばかり法、食事バランスガイドの普及
  - 職域との連携

# 「健康かほく21行動計画」主な重点目標値の比較

目標値43項目のうち 改善28(65%)悪化14(38.5%)変化なし1(1.5%) H13現状値とH16目標値の比較  
(H13と比較した結果◎目標値達成○前進△現状維持●後退 ※新たに導入した目標値)

## 1 栄養・食生活

### 実践指針

うす味でおいしく食べる習慣をつくろう  
主食、主菜、副菜をそろえた食卓にしよう  
一日三食楽しく食べよう

7項目のうち改善6 変化なし1

項	目	13年現状値		16年度値	22年目標値
①適正体重を維持する人の割合の増加 成人肥満者（BMI25.0以上）の割合の減少	60歳代男性	30.1%	△	30.1%	27%以下
	50歳代女性	30.5%	○	28.5%	27%以下
	※40歳代男性	28.9%	—	40.4%	※27%以下
②1日あたりの平均食塩摂取量の減少 減塩、うす味料理を実行する人の割合の増加 ※みそ汁を毎食（3杯）飲む人の割合の減少 ※漬物を1日3回食べる人の割合の減少		21.1%	○	23.5%	40%
		—	—	15.7%	※10%
		—	—	34.1%	※20%
③朝食の欠食率の減少（週2回以上欠食する人）	20歳代女性	26.8%	◎	12.60%	15%以下
	30歳代男性	26.7%	○	16.7%	15%以下
	※20歳代男性	10.0%	—	22.8%	※15%以下
④適正な食事内容を意識して摂取する人の割合の増加 ※適正な食事内容、量を知っている人 ・野菜類を毎日食べる人 ・牛乳、乳製品を毎日とる人		57.1%	—	45.8%	※60%
		72.8%	◎	83.3%	80%
		46.2%	○	53.5%	60%

①は基本健診結果②③④は健康かほく21アンケート結果

## 2 身体活動・運動

### 実践指針

週2回以上、運動する習慣を身につけよう  
今より1,000歩多く歩こう  
冬に運動不足にならないようにしよう

3項目のうち 改善3

項	目	13年現状値		16年度値	22年目標値
①運動習慣者（週2回30分以上）の割合の増加	男性	22.3%	○	27.3%	33%
	女性	19.5%	○	21.7%	30%
	30歳代女性	4.9%	○	13.9%	15%

①健康かほく21アンケート結果

## 3 休養・こころの健康

### 実践指針

自分に合った趣味や生きがいを見いだし積極的な余暇活動しよう  
ストレスと上手に付き合おう  
ぐっすり眠ってすっきり目覚めよう

3項目のうち 改善1 悪化2

項	目	13年現状値		16年度値	22年目標値
①睡眠が十分にとれていないと思う人の割合の減少	30歳代	47.6%	○	43.0%	42%
	40歳代	41.2%	●	46.2%	37%
②主観的健康観が高い人（自分で健康だと思っている人）の割合の増加	高齢者 70歳	72.2%	●	69.2%	80%

①健康かほく21アンケート結果

(H13と比較した結果◎目標値達成○前進△現状維持●後退 ※新たに導入した目標値)

#### 4 たばこ

##### 実践指針

分煙された快適な生活環境を増やそう  
未成年者の喫煙をなくそう  
喫煙者は一度はたばこを止めてみよう

##### 5項目のうち 改善5

(町公共施設は自治公民館以外)

項 目	13年現状値		16年度値	22年目標値	
①子育て期の家庭における分煙、禁煙の推進 乳幼児保護者で毎日吸う人の割合の減少	父親	60.0%	○	56.6%	0%
	母親	18.4%	○	9.2%	
	※妊婦	—	—	7.0%	
②公共施設の分煙、禁煙の推進	町の公共施設	0%	◎	100%	100%
	学校校舎内	0%	◎	100%	
	職員室	62.5%	◎	100%	
	※敷地内禁煙の推進	—	—	—	
※③喫煙率の減少 (健康かほく21アンケートより)	男性	49.4%	—	37.6%	※0%
	女性	11.9%	—	4.6%	
	40歳代女性	3.7%	—	6.4%	
	(基本健康診査(40歳以上)結果より)	男性 全体	41.0%	—	
40歳代男性	55.5%	—	50.5%		
50歳代男性	49.4%	—	43.4%		
女性 全体	2.9%	—	3.7%		
40歳代女性	7.4%	—	11.3%		
※④受動喫煙の害を知っている人の割合の増加	—	—	89.5%	※100%	

①乳児健診票、妊娠届出時間き取り ②庁舎内調査 ③④は基本健診結果 健康かほく21アンケート結果

#### 5 アルコール

##### 実践指針

未成年者の飲酒をなくそう  
節度ある飲酒量を知り、それを守ろう

##### 2項目のうち 改善1 悪化1

項 目	13年現状値		16年度値	22年目標値	
① 多量(3合以上)に飲酒する人の割合の減少	50歳代男性	7.7%	◎	4.3%	6.1%
②基本健診 肝機能異常者の割合の減少 「要指導、要医療」のうちアルコール性の疑いあり		8.4%	●	8.7%	7.5%

①③健康かほく21アンケート結果②基本健診結果

#### 6 歯の健康

##### 実践指針

むし歯予防のため、フッ素を利用しよう  
少なくとも年1回は歯ぐきの健診を受けよう  
歯と口の健康のため、かかりつけ歯科医を持とう

##### 5項目のうち 改善5

項 目	13年現状値		16年度値	22年目標値	
①3歳児でむし歯のある幼児の割合の減少		57.1%	○	49.4%	30%以下
②3歳児でフッ素塗布を受けたことのある幼児の割合の増加		37.1%	◎	90.9%	90%以上
③12歳児一人平均虫歯本数の減少		2.3本	○	1.53本	1本以下
④70歳で20本以上の歯を持っている人の割合の増加		21.4%	◎	40.5%	40%以上
⑤定期的に歯科医院に行く人の増加		2.7%	◎	15.9%	10%以上

①②③歳児健診結果 ③学校歯科検診結果 ④⑤健康かほく21アンケート結果

(H13と比較した結果◎目標値達成○前進△現状維持●後退 ※新たに導入した目標値)

## 7 糖尿病

### 実践指針

糖尿病について知識を深めよう  
 バランスの良い食事と運動習慣で糖尿病を予防しよう  
 すすんで健診を受け、早期発見・早期治療に努めよう

#### 2項目のうち 改善1 悪化1

項	目	13年現状値		16年度値	22年目標値
①糖尿病検診の受診の促進	基本健診受診者の増加	2,856人	◎	3,049人	3,000人
②糖尿病有病者の減少 基本健診 糖尿病検診 「要医療」の人の割合の減少	全体	13.7%	●	15.2%	13.7%以下
	※男性	16.3%	—	19.7%	※13.7%以下

①②基本健診結果

## 8 循環器病

### 実践指針

塩分や脂肪のとり過ぎに注意しよう  
 心臓に負担のかかる喫煙をやめ、運動習慣を取り入れよう  
 健康診断を受け、循環器病の早期発見・早期治療に努めよう

#### 6項目のうち 悪化6

項	目	13年現状値		16年度値	22年目標値
①高血圧の改善 基本健診血圧測定「要指導、要医療」の人の割合の減少	全体	14.4%	●	15.6%	12%以下
	男性	17.9%	●	19.2%	
	女性	11.9%	●	13.1%	
②高脂血症の減少 基本健診 脂質検査「要医療」の人の割合の減少	全体	5.7%	●	7.8%	5%以下
	男性	6.6%	●	8.9%	
	女性	5.0%	●	7.1%	

①②基本健診結果

## 9 がん

### 実践指針

がん予防のための生活を心がけよう  
 がん検診を受け、早期発見・早期治療に努めよう

#### 10項目のうち 改善6 悪化4

項	目	13年現状		16年度値	22年目標値
①がん検診受診率の増加	胃がん	2,018人	◎	2,209人	2,119人
	子宮がん	1,277人	◎	1,235人	1,340人
	乳がん	1,425人	◎	1,428人	1,496人
	肺がん	1,536人	◎	1,722人	1,612人
	大腸がん	2,357人	◎	2,794人	2,475人
②がん検診精密検査受診率の増加	胃がん	79.00%	●	76.7%	100.0%
	子宮がん	100.00%	◎	100.0%	100.0%
	乳がん	100.00%	●	88.4%	100.0%
	肺がん	100.00%	●	83.3%	100.0%
	大腸がん	74.90%	●	70.5%	100.0%

①②基本健診結果

#### ※健康づくりいきいきサロン事業

項	目	13年現状値		16年度値	目標値
①健康づくりいきいきサロン事業の促進 事業実施区の増加		—	—	85% (107区 91区)	※100%
	参加したことがある人の割合の増加	—	—	40.4%	※60%
②保健師・管理栄養士派遣回数	増加	—	—	35回	※50回

#### 4. 今後の主な重点課題と新たな対策

		課 題	目 標	今後の新たな対策									
主 体 的 に 取 り 組 む 重 点 課 題	主 体 的 に 取 り 組 む 重 点 課 題	①適正な食事内容、 量を知らない人が 増えている	適正な食事内容、量を知っている人の割合の増加 <table border="1"> <tr> <th>平成13年</th> <th>平成16年</th> <th>平成22年</th> </tr> <tr> <td>57.1%</td> <td>45.8%</td> <td>60.0%</td> </tr> </table>	平成13年	平成16年	平成22年	57.1%	45.8%	60.0%	<p>○課題の多い40歳代男性への積極的なアプローチ (平成18年度～夜間の地区毎健康教室の開催など)</p> <p>○H16年度アンケート結果において課題の多い地区への取り組み</p> <p>○「一家に一台体重計」の普及</p> <p>○手ばかり法、食事バランスガイドの普及</p>			
		平成13年	平成16年	平成22年									
		57.1%	45.8%	60.0%									
		②成人肥満者が増えている (とくに40歳代男性)	成人肥満者の減少(特に40歳男性) BMI25以上の割合が減る <table border="1"> <tr> <th>平成13年</th> <th>平成16年</th> <th>平成22年</th> </tr> <tr> <td>28.9%</td> <td>40.4%</td> <td>27%以下</td> </tr> </table>	平成13年	平成16年	平成22年	28.9%	40.4%	27%以下				
	平成13年	平成16年	平成22年										
	28.9%	40.4%	27%以下										
	③糖尿病有病者が増えている(特に男性)	糖尿病検診要医療者割合が減る(男性) <table border="1"> <tr> <th>平成13年</th> <th>平成16年</th> <th>平成22年</th> </tr> <tr> <td>16.3%</td> <td>19.7%</td> <td>13.7%以下</td> </tr> </table>	平成13年	平成16年	平成22年	16.3%	19.7%	13.7%以下					
平成13年	平成16年	平成22年											
16.3%	19.7%	13.7%以下											
④高血圧者、高脂血症者が増えている	基本健診血圧測定「要指導、要医療者」割合が減る(男性) <table border="1"> <tr> <th>平成13年</th> <th>平成16年</th> <th>平成22年</th> </tr> <tr> <td>16.3%</td> <td>19.7%</td> <td>13.7%以下</td> </tr> </table> 基本健診脂質検査「要医療者」割合が減る <table border="1"> <tr> <th>平成13年</th> <th>平成16年</th> <th>平成22年</th> </tr> <tr> <td>6.6%</td> <td>8.9%</td> <td>5%以下</td> </tr> </table>	平成13年	平成16年	平成22年	16.3%	19.7%	13.7%以下	平成13年	平成16年	平成22年	6.6%	8.9%	5%以下
平成13年	平成16年	平成22年											
16.3%	19.7%	13.7%以下											
平成13年	平成16年	平成22年											
6.6%	8.9%	5%以下											
⑤女性の喫煙率の増加 (特に40歳代女性)	女性の喫煙率の割合が減る。 (特に40歳代女性) <table border="1"> <tr> <th>平成13年</th> <th>平成16年</th> <th>平成22年</th> </tr> <tr> <td>3.7%</td> <td>6.4%</td> <td>0%</td> </tr> </table>	平成13年	平成16年	平成22年	3.7%	6.4%	0%	未成年者、保護者における防煙、禁煙教育の実施(学校と連携)					
平成13年	平成16年	平成22年											
3.7%	6.4%	0%											
⑥がん検診精密検査 受診率の減少	がん検診精密検査受診率を増やす すべてのがん検診を100%に！	精密検査必要性のPRチラシの工夫											
⑦基本健診 肝機能異常者の割合の増加 (特に男性)	基本健診肝機能検査「要医療者」割合が減る(男性) <table border="1"> <tr> <th>平成13年</th> <th>平成16年</th> <th>平成22年</th> </tr> <tr> <td>8.4%</td> <td>8.7%</td> <td>7.5%以下</td> </tr> </table>	平成13年	平成16年	平成22年	8.4%	8.7%	7.5%以下	適量のPR(視覚的に訴えるチラシの工夫など)					
平成13年	平成16年	平成22年											
8.4%	8.7%	7.5%以下											

## 5. 健康実態調査「健康に関するアンケート」結果

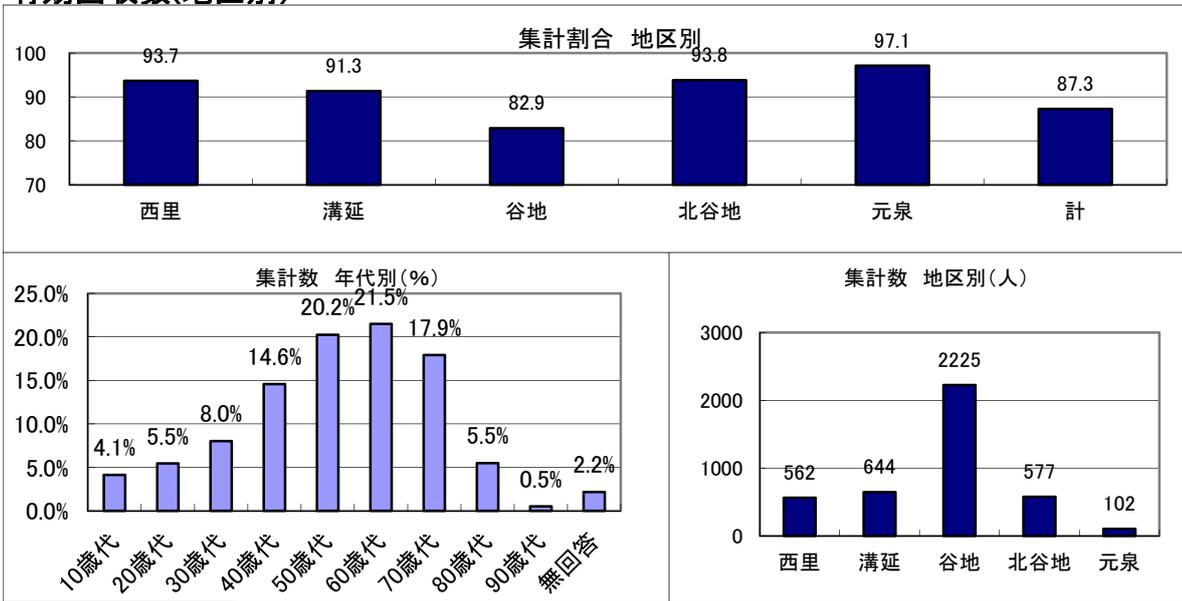
目的:町の健康づくり行動計画「健康かほく21」の目標の達成状況を把握し、中間評価の参考とする

町全体、各地区、区毎の問題点や課題を把握する

### 有効回収数(地区毎割合)

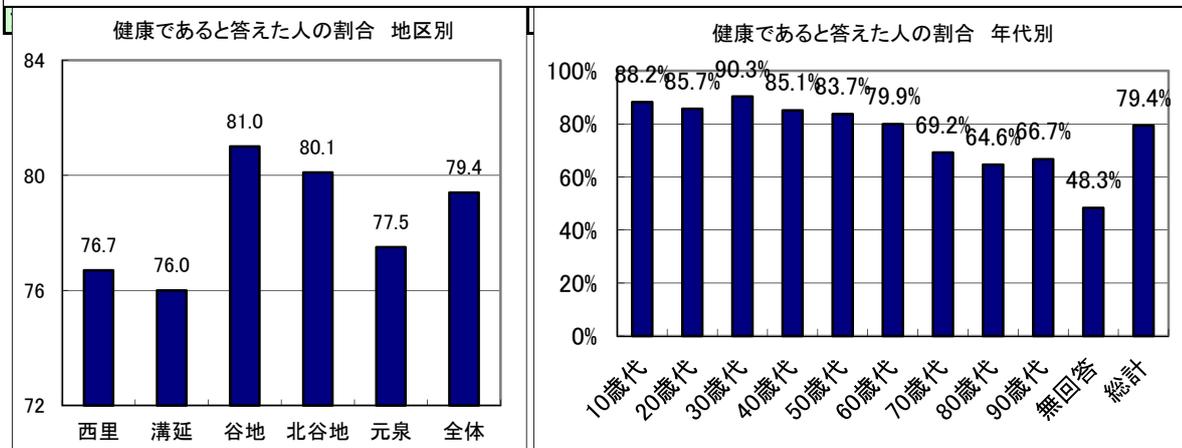
	配布数	回収数	割合%
西里	600	562	93.7
溝延	705	644	91.3
谷地	2685	2225	82.9
北谷地	615	577	93.8
元泉	105	102	97.1
計	4710	4110	87.3

### 有効回収数(地区別)



### ①健康意識 自分のことを「健康である(非常に、まあまあ)」と答えた人の割合

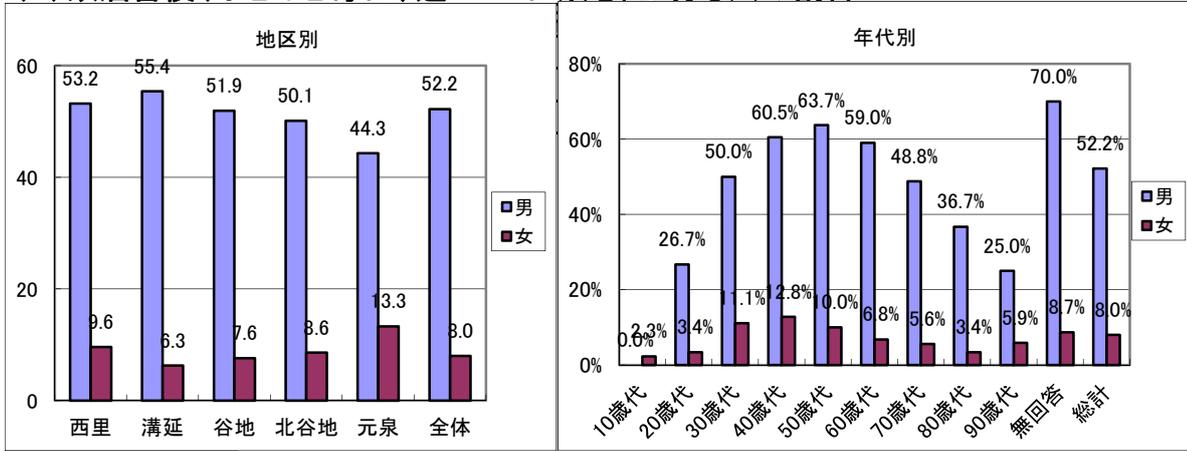
主観的健康観について、「非常に健康」又は「まあ健康」と答えた人は全体の79.4%であった。年代別に見ると、30歳代が健康だと思っている人の割合が一番高く、80歳代が一番低かった。地区別では、谷地地区が高く、溝延地区が低かった。



## ②飲酒について

「ほとんど毎日、週4～5日飲む」と答えた割合は、男性は52.2%、女性8.0%であった。年代別では、50歳代男性が63.7%と一番高かった。地区別では、男性は溝延地区が高く、元泉地区が低かった。女性は溝延地区が高く、谷地地区が低かった。また飲酒量で適量といわれる「1合以内」と答えた割合は男性36.5%女性71.9%全体で46.4%であった。

### (1) 飲酒習慣(ほとんど毎日、週4～5日飲む)がある人の割合



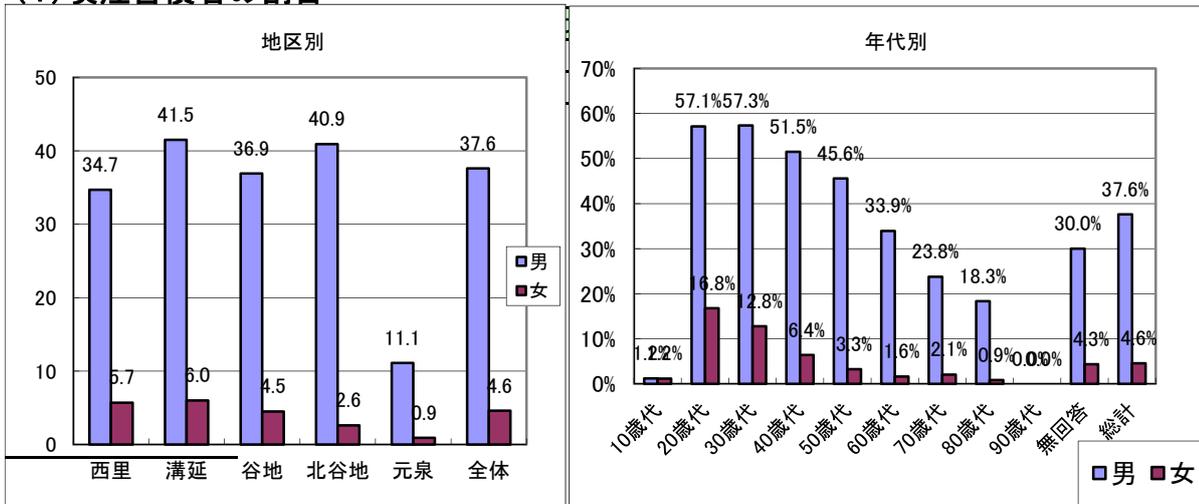
### (2) 一回に飲む量について

データの個数 / 1	問3-2					
性別	1合以内	1～2合	2～3合	3～4合	4合以上	総計
男	36.5%	43.2%	16.4%	2.8%	1.1%	100.0%
女	71.9%	19.7%	6.9%	0.7%	0.7%	100.0%
無回答	52.0%	28.0%	20.0%	0.0%	0.0%	100.0%
総計	46.4%	36.6%	13.9%	2.2%	1.0%	100.0%

## ③たばこについて

「現在たばこを吸っている」と答えた割合は、男性は37.6%、女性4.6%で、特に30歳代男性57.3%、20歳代女性16.8%であった。地区別では、男性女性とも溝延地区が一番高く、元泉地区が一番低かった。禁煙に関心のある人の割合は65.5%で、男性は65.9%、女性の方が63.3%だった。受動喫煙の害を知っている人の割合は89.5%だった。

### (1) 喫煙習慣者の割合



## (2) 禁煙することに関心がある人の割合

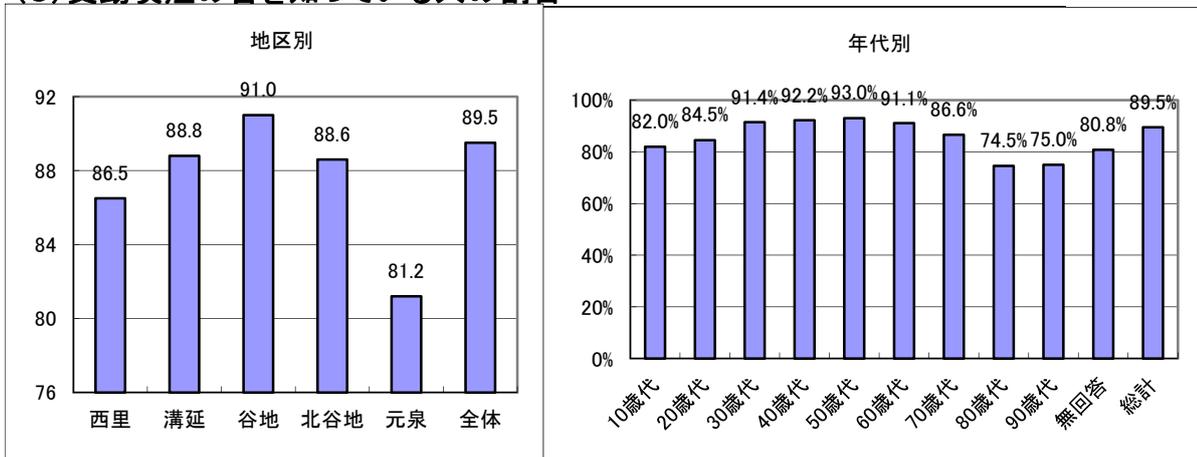
	西里	溝延	谷地	北谷地	元泉	全体
全体	67.7	58.5	66.9	66.9	67.9	65.5

### 男女比

男性	65.9%
女性	63.3%

	全体	人数
10歳代	42.9%	3
20歳代	59.5%	50
30歳代	56.1%	69
40歳代	64.2%	124
50歳代	65.3%	158
60歳代	72.1%	155
70歳代	72.6%	114
80歳代	57.8%	26
90歳代	0.0%	0
無回答	61.5%	8
総計	65.5%	707

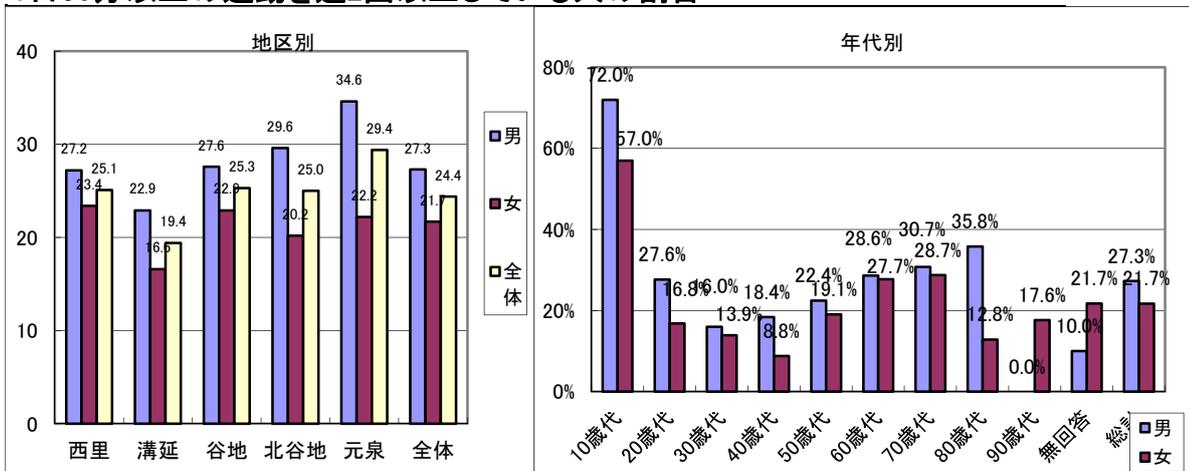
## (3) 受動喫煙の害を知っている人の割合



## ④ 運動について

「1日30分以上の運動を週2回以上実施している」人の割合は24.4%で、年代別では40歳代女性が8.8%と最も低かった。地区別では、元泉地区が高く、溝延地区が低かった。

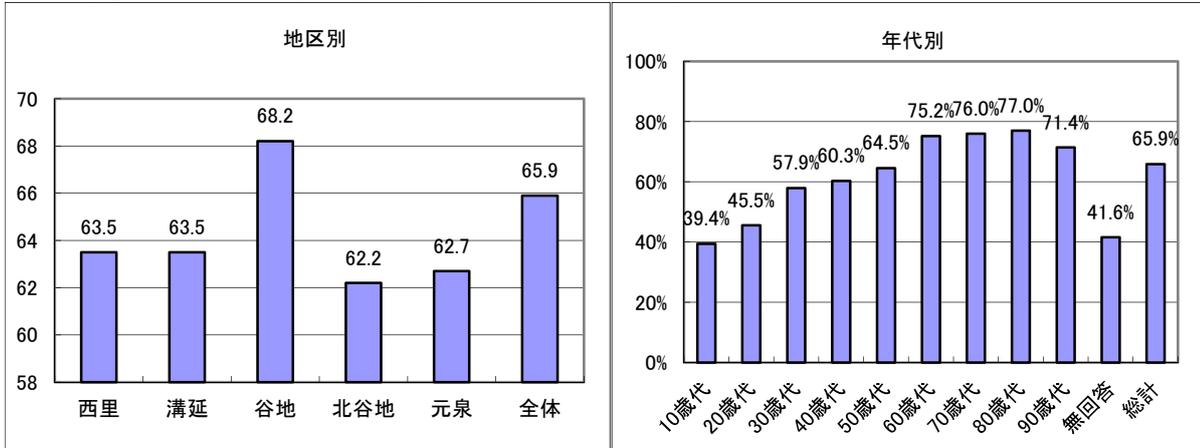
### 1日30分以上の運動を週2回以上している人の割合



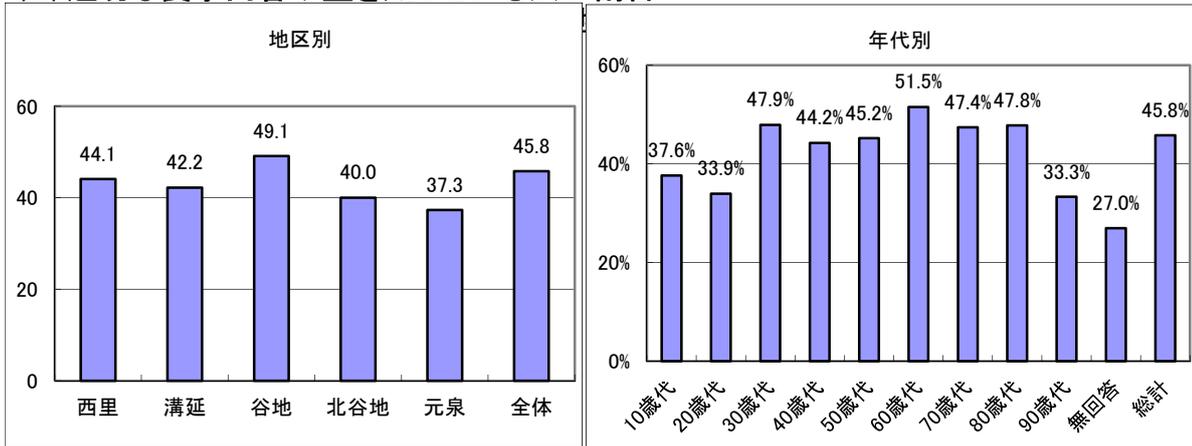
## ⑤ 食生活について

○食事について、「適切な食事内容、量を知っている」と答えた人は、全体の45.8%で、60歳代が一番高かった。

### (1) 健康のために食事内容や量に気をつけている人の割合

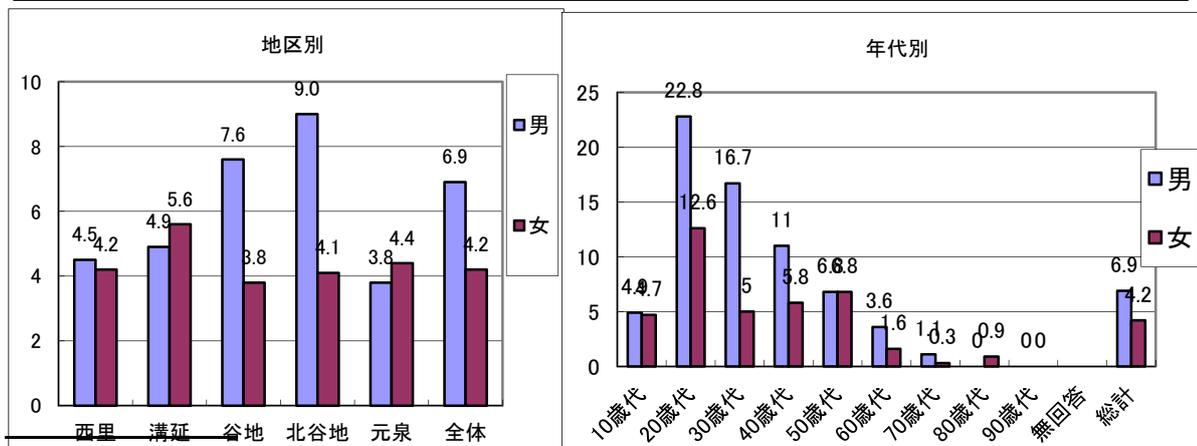


### (2) 適切な食事内容や量を知っている人の割合

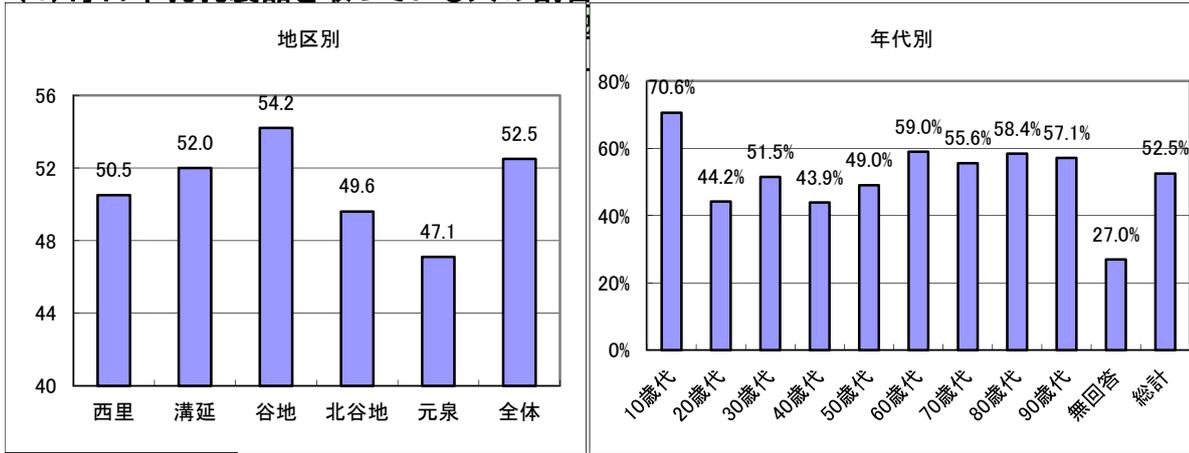


### (3) 朝食を週2回以上食べない人の割合

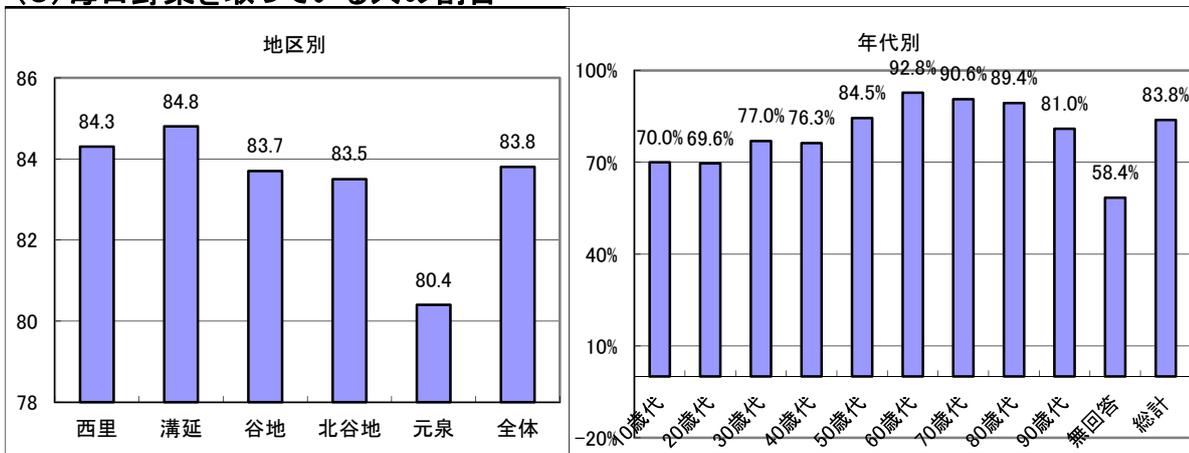
○朝食について、「週2回以上食べない」と答えた人は、全体の5.4%で、20歳代男性が22.8%と一番高かった。



#### (4) 毎日牛乳製品を取っている人の割合

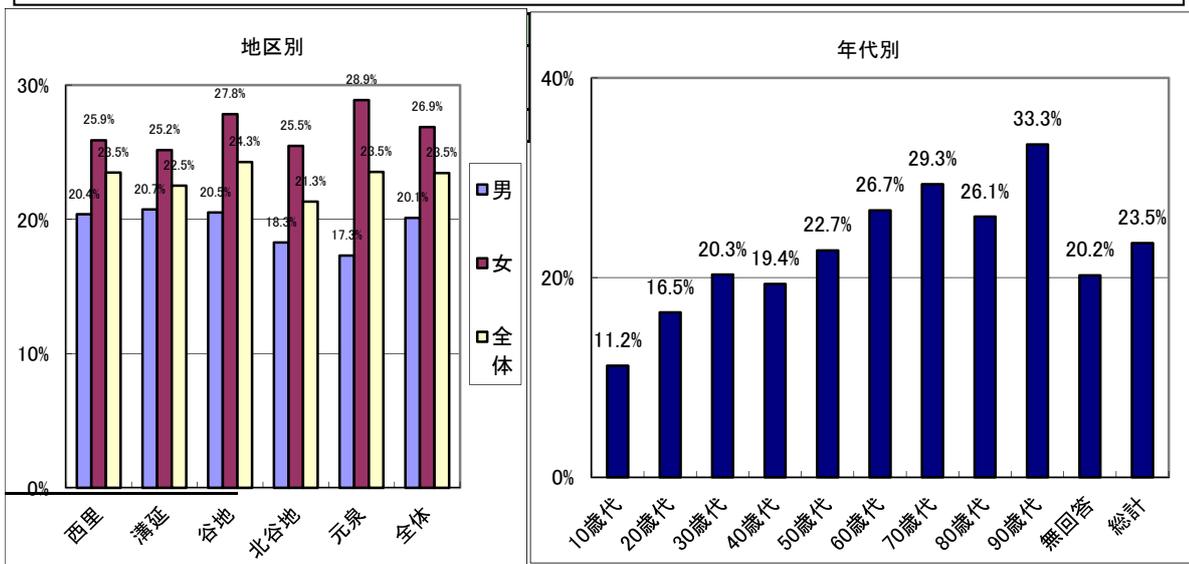


#### (5) 毎日野菜を取っている人の割合



#### (6) うす味にしている人の割合

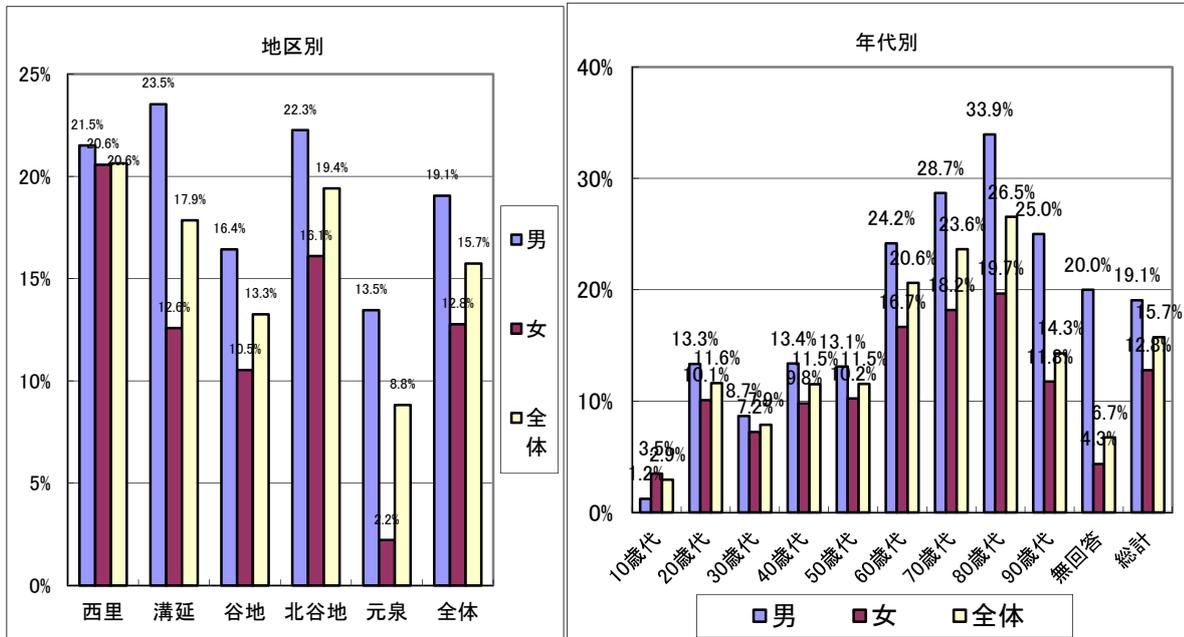
○食事について、「うす味にしている」と答えた人は、全体の23.5%で、90歳代が最も高く、上の年齢になるほどうす味に気をつけていることがわかった。また男性が20.1%、女性が26.9%と女性のほうが高かった。



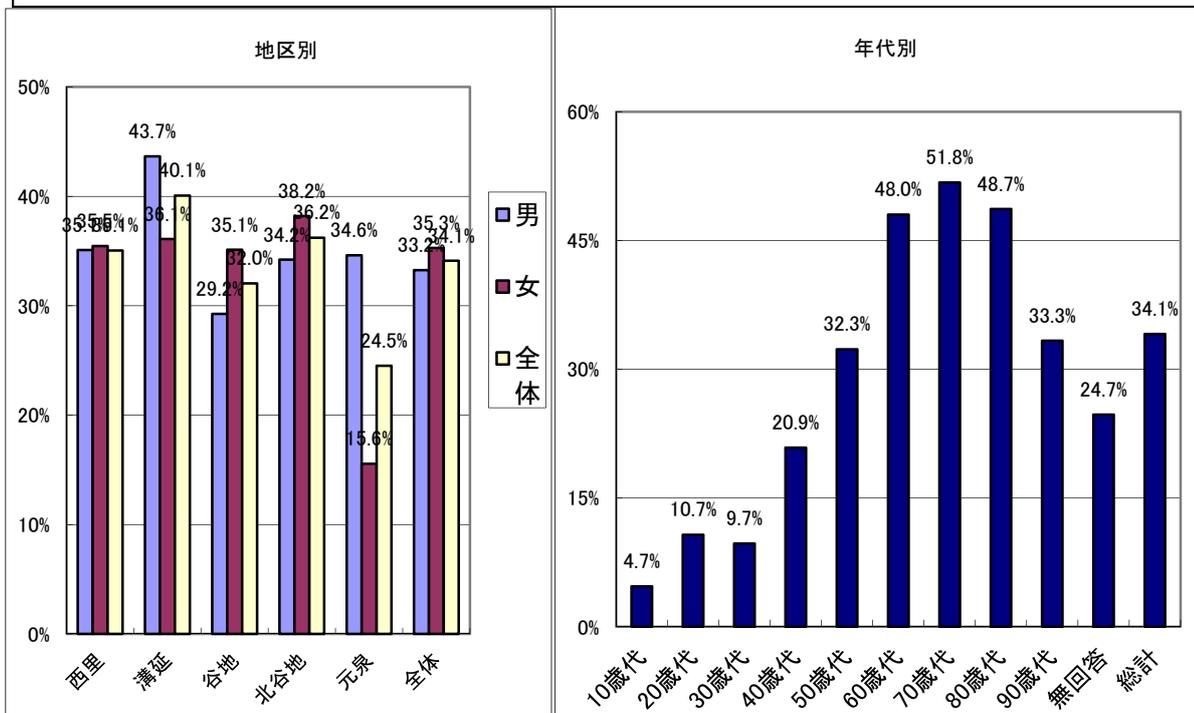
#### (7) みそ汁を毎食(3杯)飲む人の割合

○食事について、「みそ汁を毎食(3杯)飲んでいる」と答えた人は、全体の15.7%で、80歳代が最も高く、10歳代が最も低かった。また男性が19.1%、女性が12.8%と男性のほうが高かった。地区別では西里地区が高く、元泉地区が低かった。

	西里	溝延	谷地	北谷地	元泉	全体
男	21.5%	23.5%	16.4%	22.3%	13.5%	19.1%
女	20.6%	12.6%	10.5%	16.1%	2.2%	12.8%
全体	20.6%	17.9%	13.3%	19.4%	8.8%	15.7%

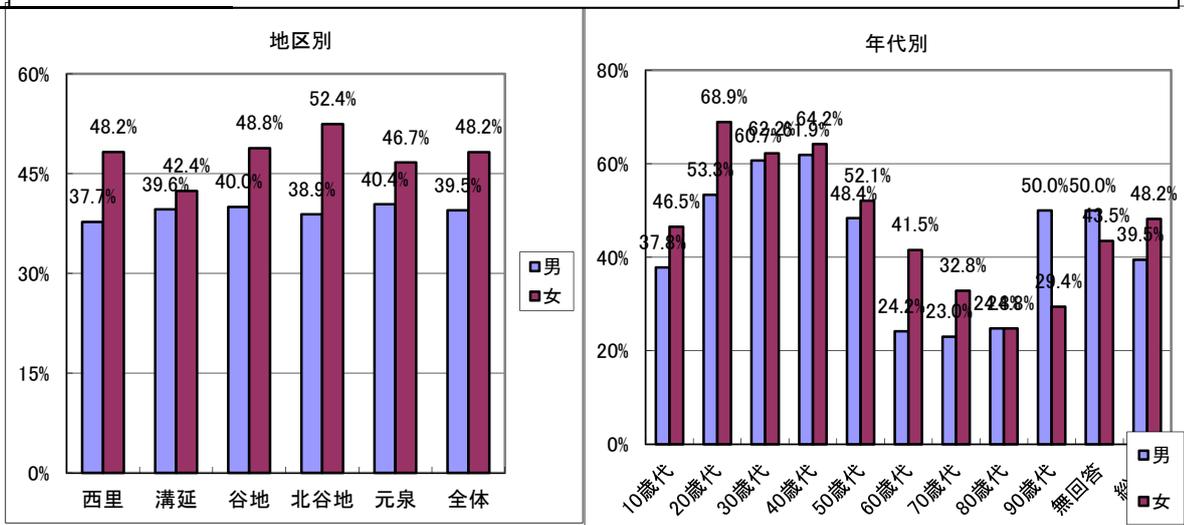


○食事について、「漬物を1日3回食べている」と答えた人は、全体の34.1%で、70歳代が51.8%と最も高く、10歳代4.7%と比べると大きな差が見られた。また男性が33.2%、女性が35.3%と女性のほうがやや高かった。



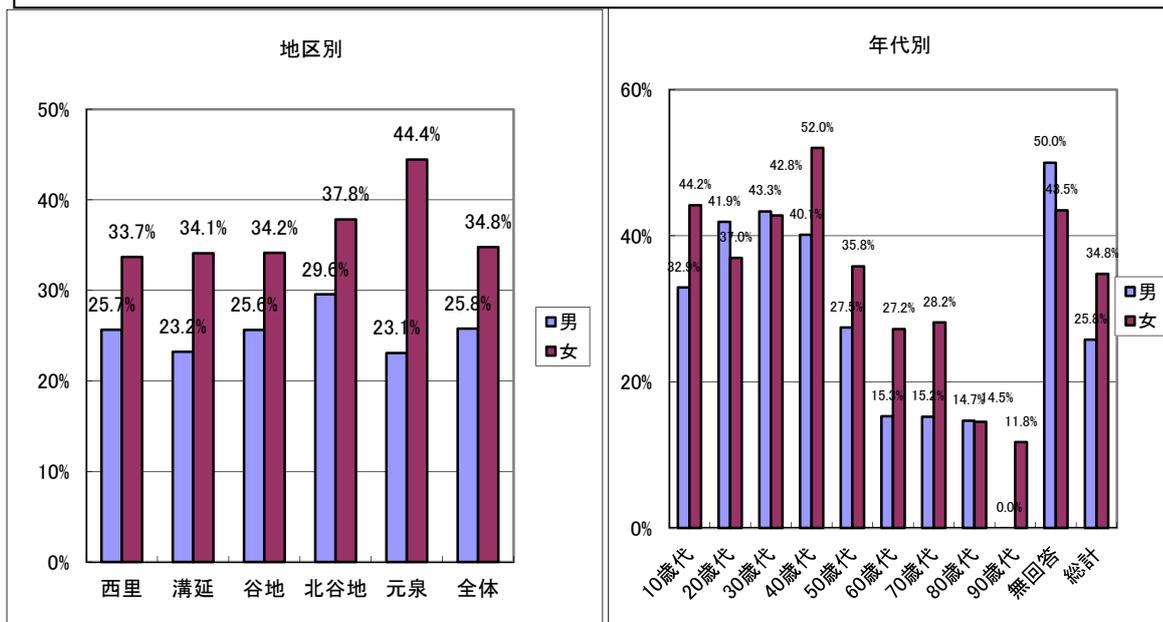
## ⑥以前と比較して悩み、ストレスが増えた人の割合

「以前と比較して、悩みストレスが増えた」と答えた人は、全体の43.5%で、40歳代が62.9%と最も高かった。  
また男性が39.5%、女性が48.2%と女性のほうが高かった。



## ⑦睡眠が十分でない人の割合

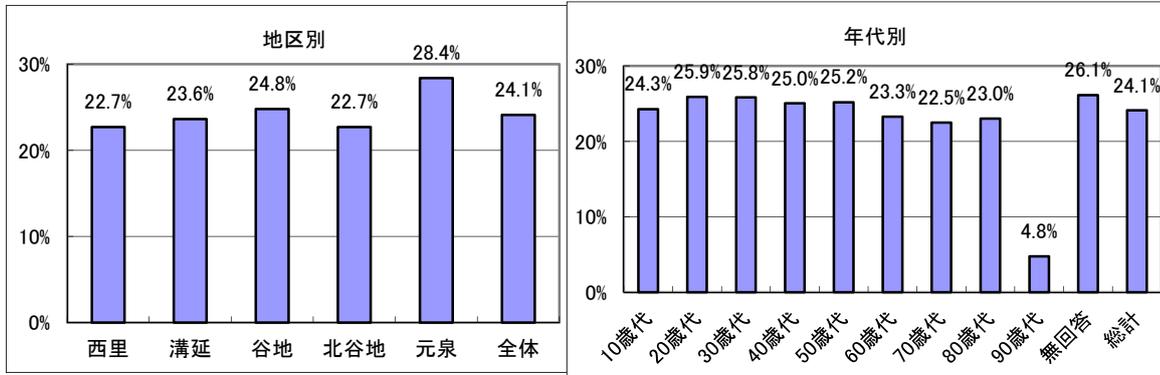
「睡眠が十分でない」と答えた人は、全体の30.1%で、40歳代が46.2%と最も高かった。  
また男性が25.8%、女性が34.8%と女性のほうが高かった。  
地区別では北谷地地区が高く、溝延地区が低かった。



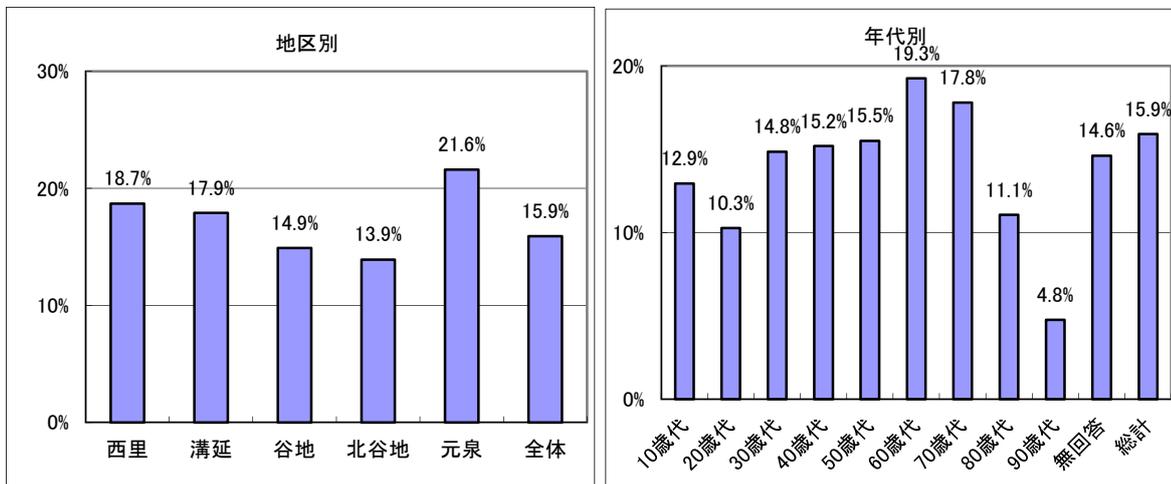
## ⑧歯について

○「定期的に歯科医院に行く」と答えた人は、全体の15.9%で、60歳代が19.3%と最も高かった。  
地区別では元泉地区が高く、北谷地地区が低かった。

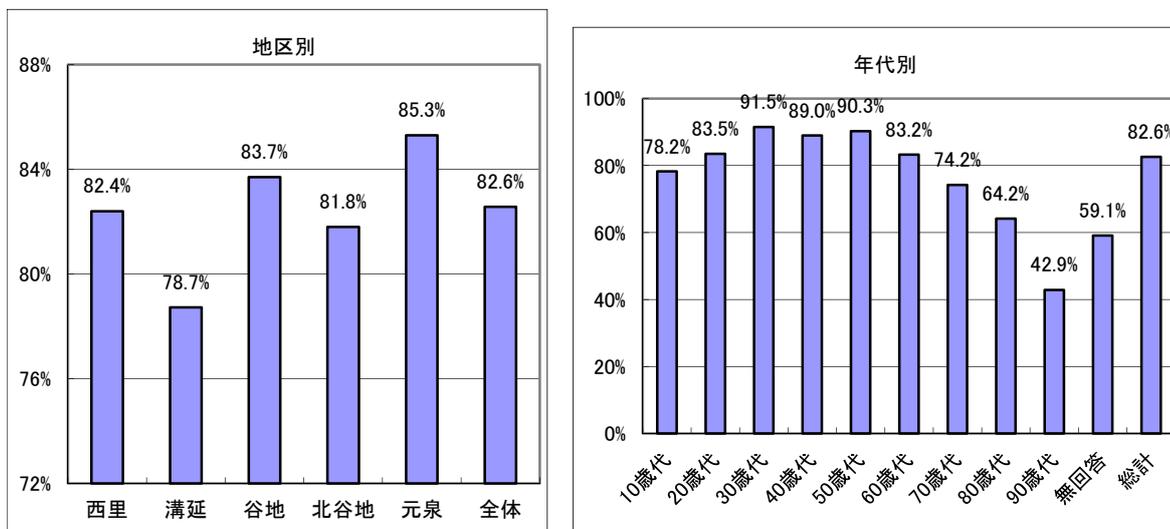
### (1) 歯磨きを毎食後している人の割合



### (2) 定期的に歯科医院に行く人の割合



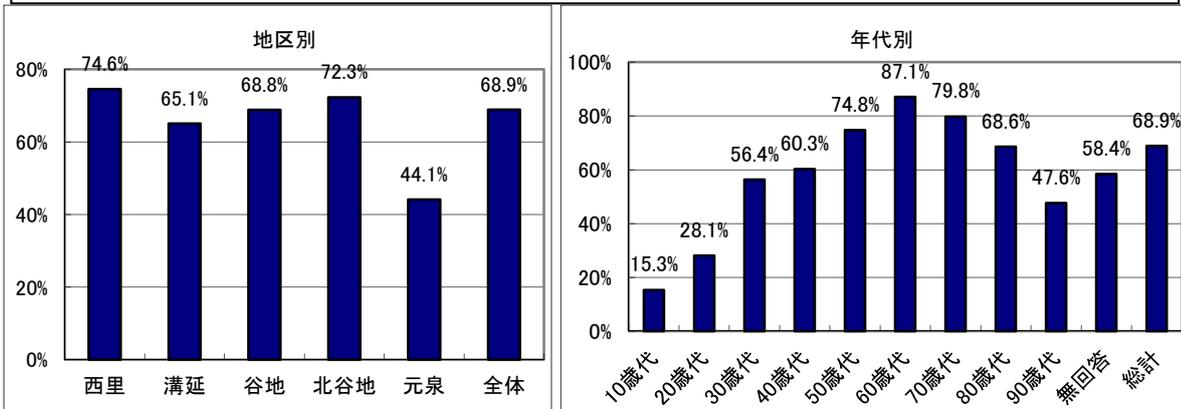
### (3) 歯の病気(歯周病など)を知っている人の割合



## ⑨健康づくりいきいきサロン事業について

### (1)健康づくりいきいきサロン事業を知っている人の割合

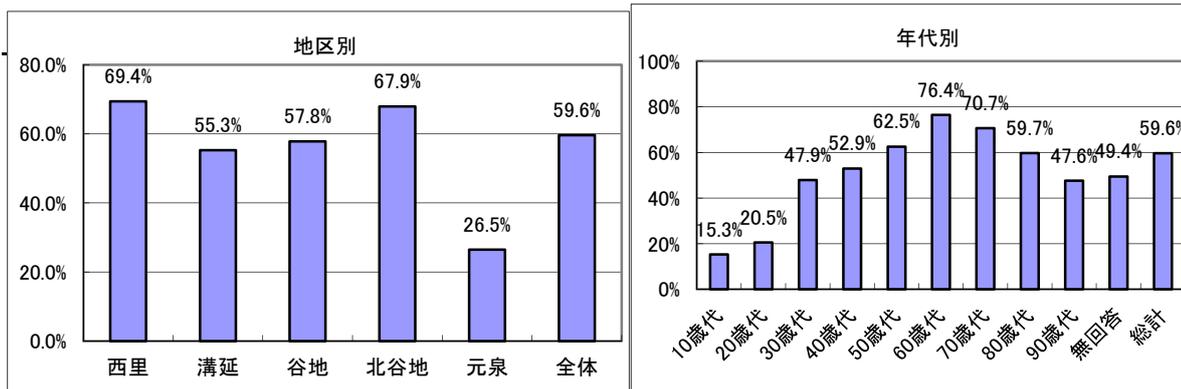
○「健康づくりいきいきサロン事業を知っている」と答えた人は、全体の68.9%で、60歳代が87.1%と最も高く、10歳代が15.3%と最も低かった。



### (2)自分の区で事業を行っていると思う人の割合

○「健康づくりいきいきサロン事業を自分の区で行っている」と答えた人は、全体の59.6%で、60歳代が76.4%と最も高く、10歳代が15.3%と最も低かった。

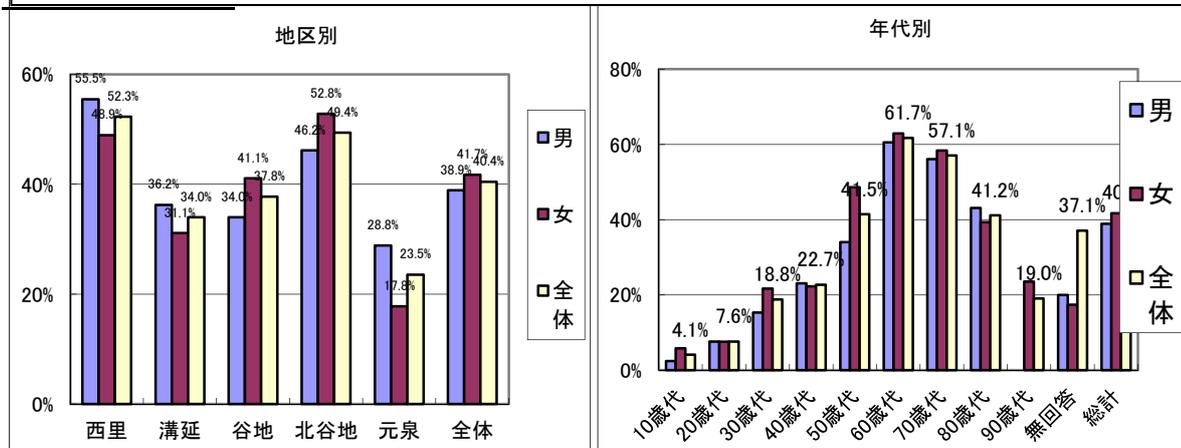
地区別では西里地区が69.4%と最も高く、元泉地区が26.5%と大きな差がみられた。



### (3)事業に参加したことがある人の割合

○「健康づくりいきいきサロン事業に参加したことがある」と答えた人は、全体の40.4%で、60～70歳代の割合が高く、男性より、女性のほうがやや高かった。

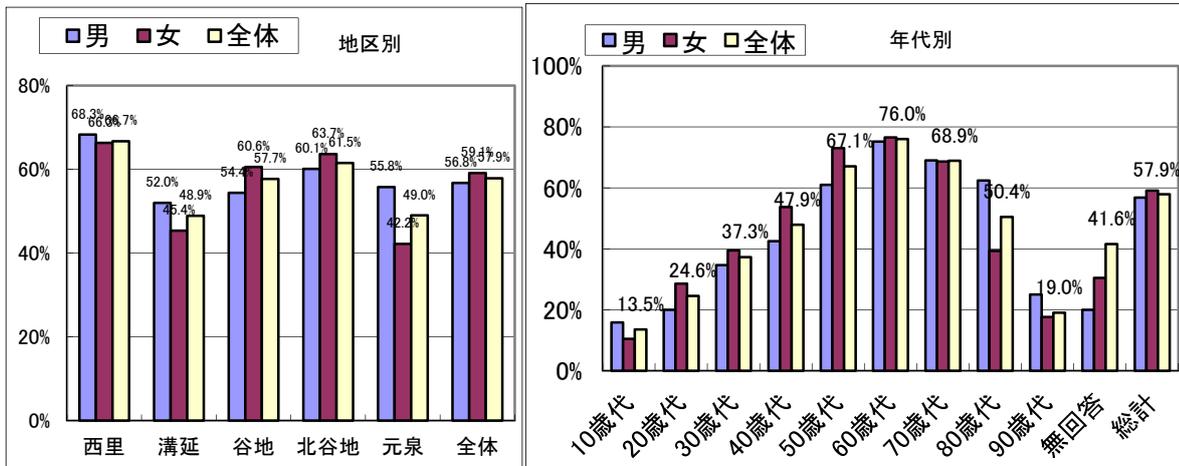
地区別では西里地区が52.3%と最も高く、元泉地区が23.5%と大きな差がみられた。



### (4)今後事業に参加したい人の割合

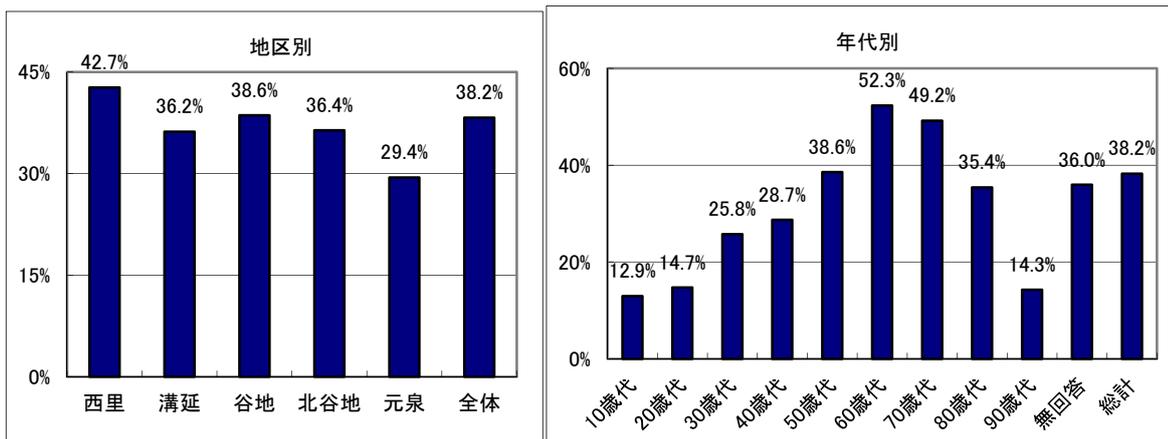
○「今後健康づくりいきいきサロン事業に参加したい」と答えた人は、全体の57.9%で、50～70歳代の割合

○「7年後健康な方がいいというプログラムに参加したい」と答えた人は、全体の57.9%で、50～70歳代の割合が高く、男性より、女性のほうがやや高かった。  
 地区別では西里地区が66.7%と高く、溝延地区が48.9%と低かった。



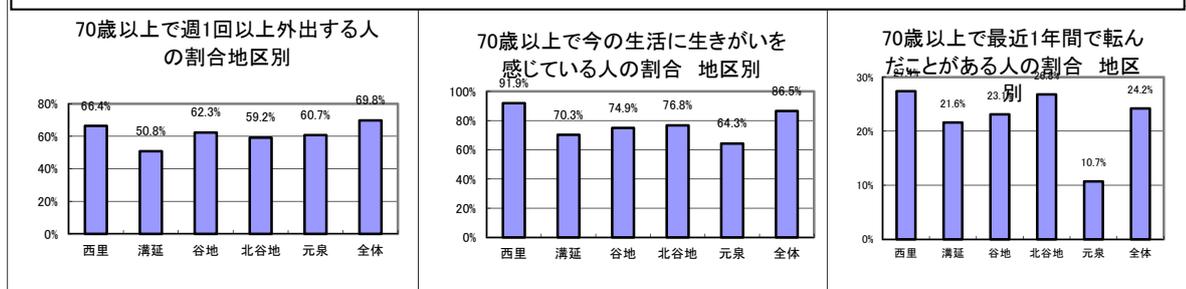
### ⑩「健康かほく21行動計画」という言葉を聞いた事がある人の割合

「健康かほく21行動計画という言葉を知ったことがある」と答えた人は、全体の38.2%で、60歳代の割合が高かった。  
 地区別では西里地区が42.7%と高く、元泉地区が38.2%と低かった。



### ⑪70歳以上の方へのアンケート

○「週1回以上外出する」と答えた人は、69.8%で、男性のほうがやや高かった。地区別では西里地区が高かった。  
 ○「今の生活に生きがいを感じている」と答えた人は、86.5%で、男性のほうがやや高かった。地区別では西里地区が高かった。



## 健康実態調査「健康に関するアンケート」結果

目的:町の健康づくり行動計画「健康かほく21」の目標の達成状況を把握し、中間評価の参考とする  
町全体、各地区、区毎の問題点や課題を把握する

調査方法:調査日:平成16年11月下旬～12月中旬 実施方法:配布及び回収を各区健康づくり推

調査項目	全体	西里	溝延	谷地	北谷地	元泉
回収数	4110人	562人	644人	2225人	577人	102人
平均年齢	51歳	52歳	53歳	51歳	50歳	48歳
<b>1. 健康観について</b> 普段自分のことを健康だと思う人 (非常に健康・まあ健康と合わせて)	79.4	△76.7	▲76.0	81.0	80.1	△77.5
<b>2. 体重について</b> 18～20歳頃の体重に比べて増加した人	51.7	50.4	48.4	▲54	47.7	△52.9
<b>3. 飲酒について</b> 飲酒習慣がある人 (ほとんど毎日・週4～5日飲むと合わせて) 1回に飲む量が1合以内(日本酒に換算)である人	男 52.2 女 8.0	△53.2 △9.6	▲55.4 6.3	51.9 7.6	51.9 △8.6	44.3 ▲13.3
	男 36.5 女 71.9	41.3 72.8	△33.6 △71.1	△35.7 △71.7	△33.6 △71.1	▲27.8 ▲56.3
<b>4. 喫煙について</b> (1) 現在たばこを吸っている人 (2) 禁煙することに関心がある人 (3) 「受動喫煙」の害について知っている人	男 37.6 女 4.6	34.7 △5.7	▲41.5 ▲6	36.9 4.5	△40.9 4.6	11.1 0.9
	65.5 89.5	67.7 △86.5	▲58.5 △88.8	66.9 91.0	66.9 △88.6	67.9 ▲81.2
<b>5. 運動について</b> 1日30分以上の運動を週2回以上実施している人	24.4	25.1	▲19.4	25.3	25.0	29.4
<b>6. 食事について</b> (1) 健康のために食事内容や量に気をつけている人 (2) 適切な食事内容、量を知っている人 (3) 朝食を週2回以上食べない人 (4) 牛乳・乳製品を毎日とっている人 (5) 野菜を毎日とっている人 (6) うす味にしている人 (7) みそ汁を毎食飲む(3杯)人 (8) 漬物を1日3回食べる人	65.9 45.8 5.4 52.5 83.8 23.5 15.7 34.1	△63.5 △44.1 4.3 △50.5 84.3 23.5 ▲20.6 △35.1	△63.5 △42.2 5.2 △52 84.8 △22.5 △17.9 ▲40.1	68.2 49.1 △5.7 54.2 △83.7 24.3 13.3 32.0	▲62.2 △40 ▲6.6 △49.6 △83.5 ▲21.3 △19.4 △36.2	△62.7 ▲37.3 3.9 ▲47.1 ▲80.4 23.5 8.8 24.5
<b>7. こころの健康について</b> (1) 以前と比較して不満、悩み、ストレスが増えた人 (2) 睡眠が十分でない人	43.5 30.1	42.9 29.7	40.4 28.3	△44.2 29.9	▲45.1 ▲33.1	42.2 △32.4
<b>8. 歯について</b> (1) 歯磨きを毎食後している人 (2) 定期的に歯科医院に行く人 (3) 歯の病気(歯周病など)があることを知っている人	24.1 15.9 82.6	▲22.7 18.7 △82.4	△23.6 17.9 ▲78.7	24.8 △14.9 83.7	▲22.7 ▲13.9 △81.8	28.4 21.6 85.3
<b>9. 健康づくりいきいきサロン事業について</b> (1) 事業を知っている人 (2) 自分の住んでいる区で実施していると思う人 (3) 事業に参加したことがある人 (4) 今後、参加したいと思う人	68.9 59.6 40.4 57.9	74.6 69.4 52.3 66.7	△65.1 △55.3 △34 ▲48.9	68.8 △57.8 △37.8 △57.7	72.3 67.9 49.4 61.5	▲44.1 ▲26.5 ▲23.5 △49
<b>10. 「健康かほく21」について</b> 「健康かほく21」という言葉を聞いたことがある人	38.2	42.7	△36.2	38.6	△36.4	▲29.4
<b>11. 70歳以上のかた</b> (1) 週1回以上外出する人 (2) 今の生活に生きがいを感じている人 (3) 最近1年間で転んだことがある人	62.8 86.5 24.2	66.4 91.9 ▲27.4	▲50.8 △70.3 21.6	△62.3 △74.9 23.1	△59.2 △76.8 △26.8	△60.7 ▲64.3 10.7

(▲は他の地区と比べて最も悪い値 △印は全体平均値より悪かった所)

## 健康に関するアンケート《中学生以上の方にご記入願います》

河北町の健康づくり行動計画「健康かほく21」が15年3月からスタートいたしました。今後の健康づくりを進めるために活用させていただく大切な資料とさせていただきます。ぜひご協力をお願いいたします。なおプライバシーは厳守いたします。該当する箇所にチェック□してください。

地区 \_\_\_\_\_ 年齢 ( ) 性別 (男・女)

### 1. 健康観について

普段自分のことを健康だと思いますか？ □非常に健康だと思う □まあ健康だと思う  
□あまり健康でない □健康でない

### 2. 体重について

(1) 18～20歳頃の体重に比べて変動しましたか？

□増加した □変わりなし □減少した

(2) あなたの現在の身長で、適正と考える体重はどれくらいだと思いますか？

現在の身長 ( ) cm で適正体重は ( ) kg くらい

### 3. 飲酒について

(1) 現在の飲酒について □ほとんど毎日飲む □週4～5日 □週2～3日  
□週1日以下 □飲まない

(2) 1回に飲む量について (日本酒に換算してお答えください)

※一合＝日本酒 180m l ＝ビール中瓶 500m l ＝ウイスキーシングル 2杯 (ダブル 1杯)

＝ワイン 180m l ＝焼酎 (35度) 180m l

□1合以内 □1～2合 □2～3合 □3～4合 □4合以上

### 4. 喫煙について

(1) 現在たばこを吸っていますか？ □吸っている □過去に吸っていた □吸わない

(2) 吸い始めた年齢は？ ( ) 歳

(3) たばこをやめた年齢は？ ( ) 歳

(4) 1日の喫煙本数は？ ( ) 本

(5) 禁煙することに関心はありますか？ □ある □ない

(6) 今後6か月以内に禁煙しようと考えていますか？ □はい □いいえ

(7) 「受動喫煙」の害について知っていますか？ □はい □いいえ

※「受動喫煙」とは、たばこを吸っている人のそばにいて、煙を吸い込むこと

### 5. 運動について

(1) 意識的に運動を心がけていますか？ □はい □いいえ

(2) 1日におよそ何歩くらい歩いていますか？ ( ) 歩

※10分歩行した場合約1,000歩 30分歩行した場合約3,000歩

(3) 1日30分以上の運動を週2回以上実施していますか □はい □いいえ

### 6. 食事について

(1) 健康のために食事内容や量に気をつけていますか？ □はい □いいえ

(2) 適切な食事内容、量を知っていますか？ □はい □いいえ

(3) 普段朝食をとっていますか？ □毎日食べる □週に3～4回 □週に1～2回 □食べない

(4) 牛乳・乳製品をとっていますか？ □毎日食べる □週に3～4回 □週に1～2回 □食べない

(5) 野菜をとっていますか？ □毎日食べる □週に3～4回 □週に1～2回 □食べない

(6) 塩味について □濃いほうである □ふつう □うす味にしている

(7) みそ汁は1日何杯飲みますか？ □1杯 □2杯 □3杯 □飲まない

(8) 漬物は1日何回食べますか？ □1回 □2回 □3回 □食べない

※裏面もご協力ください

## 7. こころの健康について

- (1) 以前と比較して不満、悩み、ストレスなど増えましたか？  
増えた 減った 変化がない
- (2) 睡眠はいつも十分取れていますか？ はい いいえ

## 8. 歯について

- (1) 現在歯は何本ありますか？ ( ) 本
- (2) そのうち虫歯は何本ありますか？(治療した歯も含めて) ( ) 本
- (3) 歯磨きはしていますか？ 毎食後 1日1~2回 磨かない
- (4) 定期的に歯科医院に行きますか？ 行く 行かない
- (5) 歯の病気(歯周病など)があることを知っていますか？知っている 知らない

## 9. その他

### ①健康づくりいきいきサロン事業について

今年度より、町民一丸となった健康づくりを進め、町全体の健康度を上げるために、地域ぐるみでの「健康づくりいきいきサロン事業」が開始されています。

- ・事業を知っていますか？ 知っている 知らない
- ・あなたの住んでいる区で実施していますか？  
実施している 実施していない わからない
- ・事業に参加したことがありますか？ ある ない
- ・今後、参加したいと思えますか？ 思う 思わない
- ・「健康づくりいきいきサロン事業」に対してのご意見など自由にお書きください。

### ②「健康かほく21」について

- ・国民の健康づくり計画「健康日本21」、町民の健康づくり行動計画「健康かほく21」という言葉を聞いたことがありますか。 ある ない
- ・日頃健康づくりのために心がけていること、健康づくりに対しての町への要望など自由にお書きください。

## 10. 最後に70歳以上のかたにお聞きします

- (1) 普段、どのくらいの回数で外出しますか？  
週1回以上 月1~3回位 ほとんどしない
- (2) 今の生活に生きがいを感じていますか？  
感じている 感じていない
- (3) 最近1年間で転んだことはありましたか？  
ある ない

ご協力ありがとうございました

## ⑤健康かほく21アンケート結果 12年度と16年度の比較

### 12年度

目的: 町の健康づくり行動計画「健康かほく21」の策定にあたり、目標値を設定するため、町民の健康意識、生活習慣の現状を把握。

調査時期: 平成12年10月～13年2月

対象者、調査方法: 町内中学生と保護者(学校に調査依頼、後日回収)乳幼児者を持つ保護者(事前に郵送、予防接種時回収)20～70歳までの方(保育所などに調査依頼、後日回収。健診時、健康教室参加時などに回収)1,614枚(男性35.3%女性64.7%)

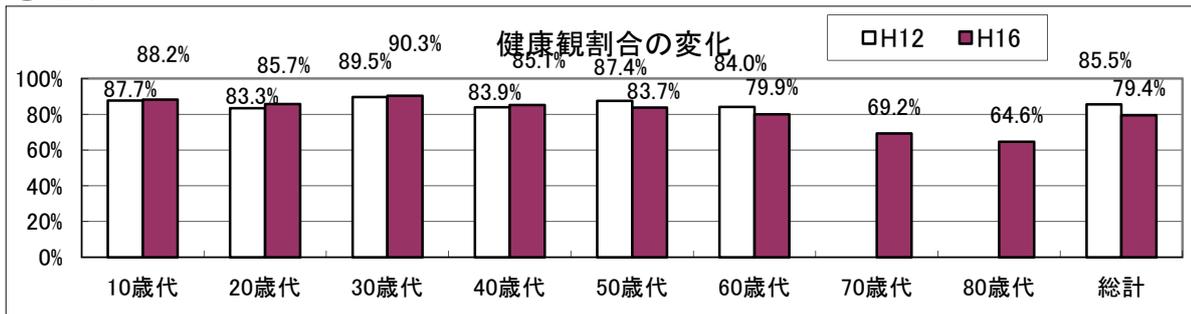
### 16年度

目的: 目標値の達成状況を把握、中間評価の参考とし、町全体、各地区、区毎の問題点や課題を把握

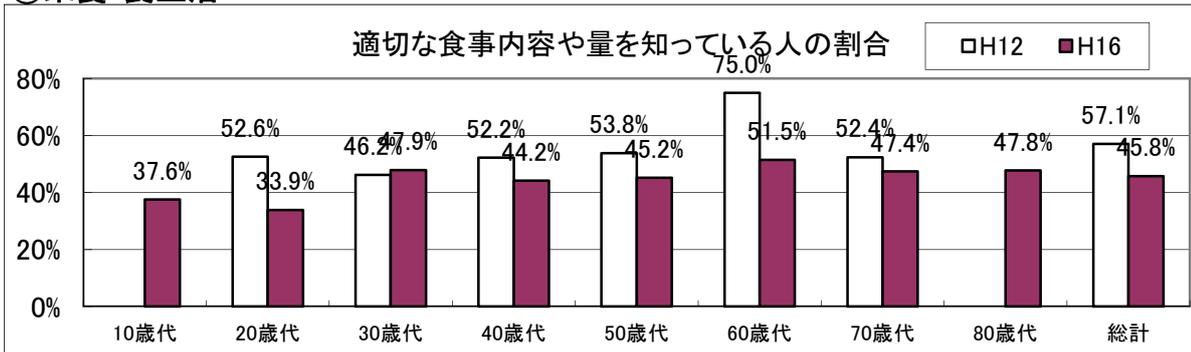
調査時期: 平成16年11月～12月 調査方法: 配布及び回収を各区健康づくり推進員に依頼

無作為抽出法 対象者: 町内中学生以上 回収率87.3%4,110枚(男性48.5%女性49.5%)

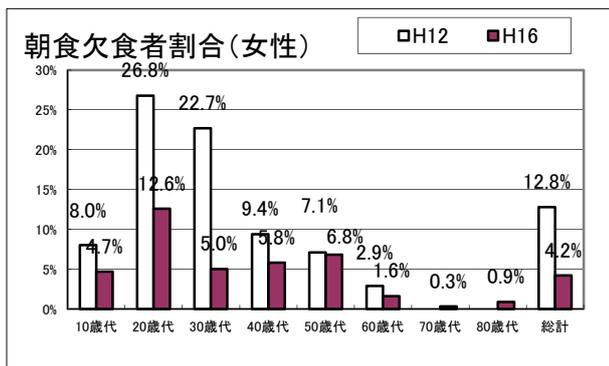
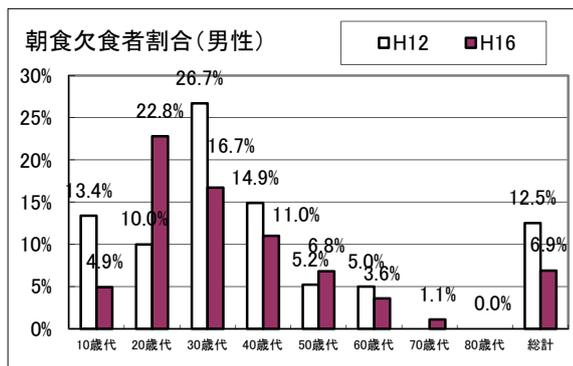
### ①健康観



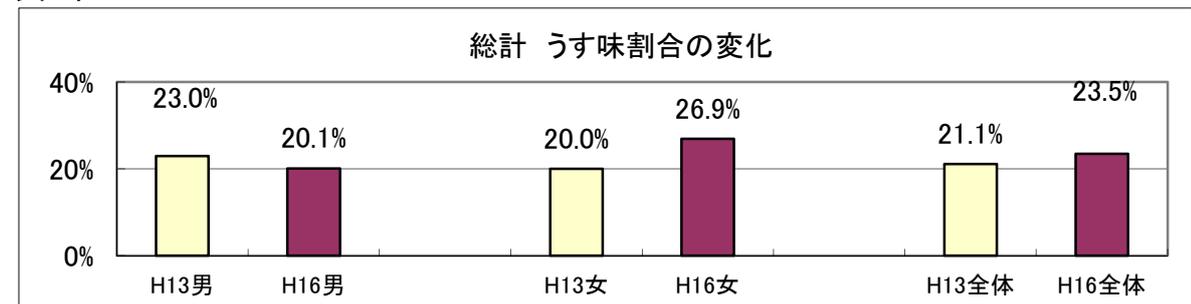
### ②栄養・食生活



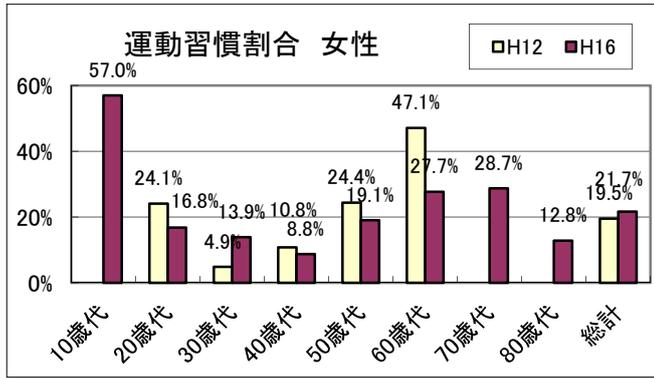
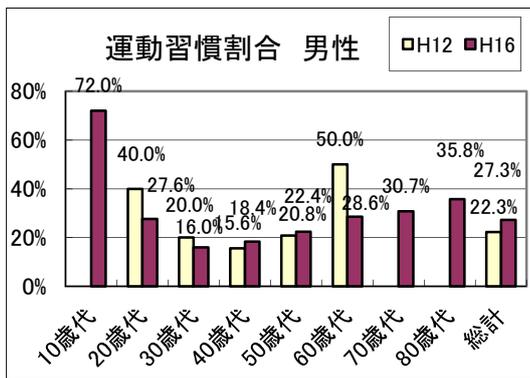
### 朝食



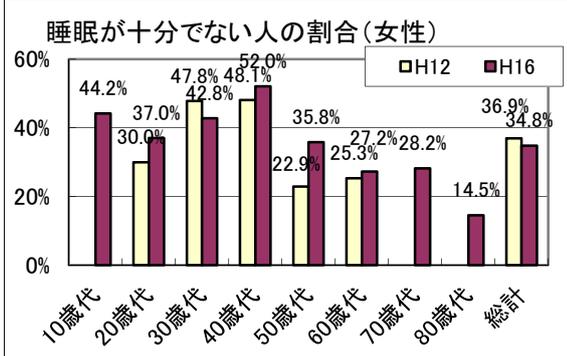
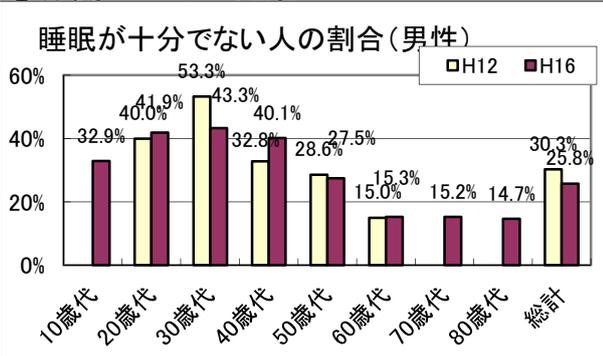
### うす味



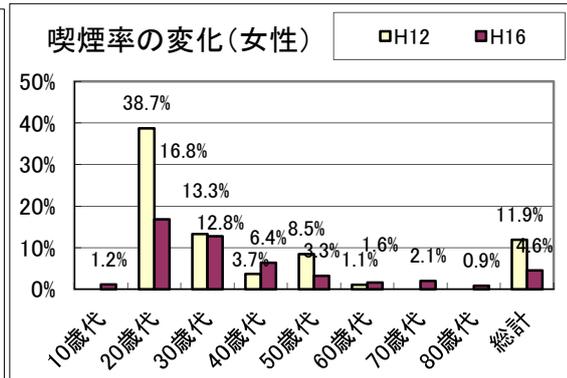
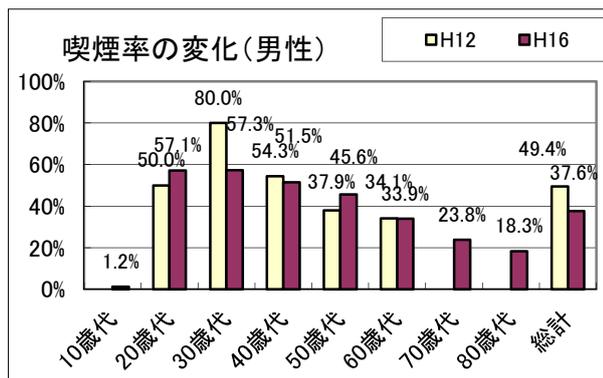
### ③身体活動・運動



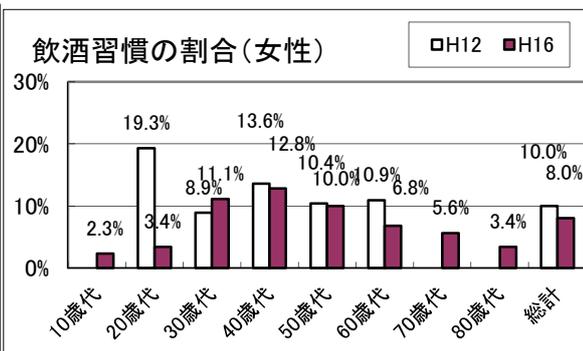
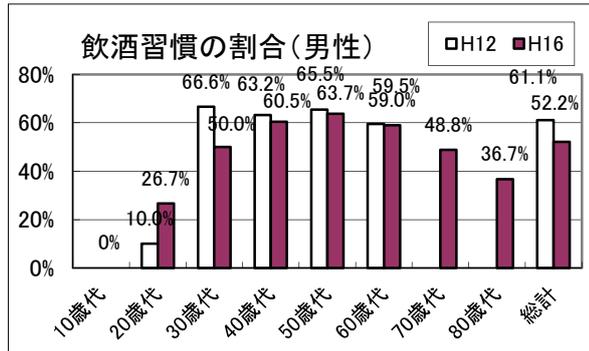
### ④休養・こころの健康



### ⑤たばこ



### ⑥アルコール



### ⑦歯の健康

