

1 めざすもの(理念)

本市では、第8次総合計画において「上質な生活都市」の実現のために「人生100年時代を生きるための健康づくりの推進」を一つの施策に掲げ、乳幼児期から高齢期までの健康を保持・増進するために、市民協働による健康づくりを進めています。また、国の健康日本21(第3次)では「全ての国民が健やかで心豊かに生活できる持続可能な社会の実現」をビジョンとしていることから、めざすもの(理念)を「全ての市民が生涯を通して住み慣れた地域で健康でいきいきと暮らせる持続可能なまちの実現」と定め、健康なまちづくりを総合的に推進していきます。

2 全体目標

○健康寿命の延伸

全ての市民が生涯を通して住み慣れた地域で健康でいきいきと暮らせる持続可能なまちの実現のため、個人の行動と健康状態の改善に加え、個人をとりまく社会環境の整備や、その質の向上を通じて健康寿命の延伸を実現します。

なお、国の健康日本21(第3次)では、健康寿命の延伸に関する指標について、平均寿命と健康寿命との差は、日常生活に制限のある期間(不健康な期間)を意味しますが、平均寿命の伸び以上に健康寿命を延ばすことによってこの期間を短縮することができれば、個人の生活の質の低下を防ぎ、社会保障負担の軽減も期待できることから、「平均寿命の増加分を上回る健康寿命の増加」を指標に設定したとされており、本計画においても同様の設定とします。

成果指標

全体目標1	健やかにいきいきと暮らしていると感じる市民の増加
指標	健やかにいきいきと暮らしていると感じると答えた市民の割合
基準値	49.9%(令和5年度)
目標値	65.0%(令和17年度)
出典資料等	総合計画市民アンケート
全体目標2	自ら健康づくりに取り組んでいる市民の増加
指標	自ら健康づくりに取り組んでいると答えた市民の割合
基準値	69.1%(令和5年度)
目標値	82.0%(令和17年度)
出典資料等	総合計画市民アンケート
全体目標3	健康寿命の延伸
指標	日常生活に制限のない期間の平均(健康寿命)
基準値	熊本市の健康寿命:男性72.57年、女性74.54年(令和元年度) 熊本市の平均寿命:男性82.30年、女性88.30年(令和2年度)
目標値	平均寿命の増加分を上回る健康寿命の増加
出典資料等	健康寿命:国民生活基礎調査(3年毎)結果、簡易生命表をもとに厚生労働科学研究において算出 平均寿命:厚生労働省「令和2年(2020年)都道府県別生命表」による(国勢調査の年のみ)

3 全体方針

全体目標を達成するための全体方針を以下のように設定します。

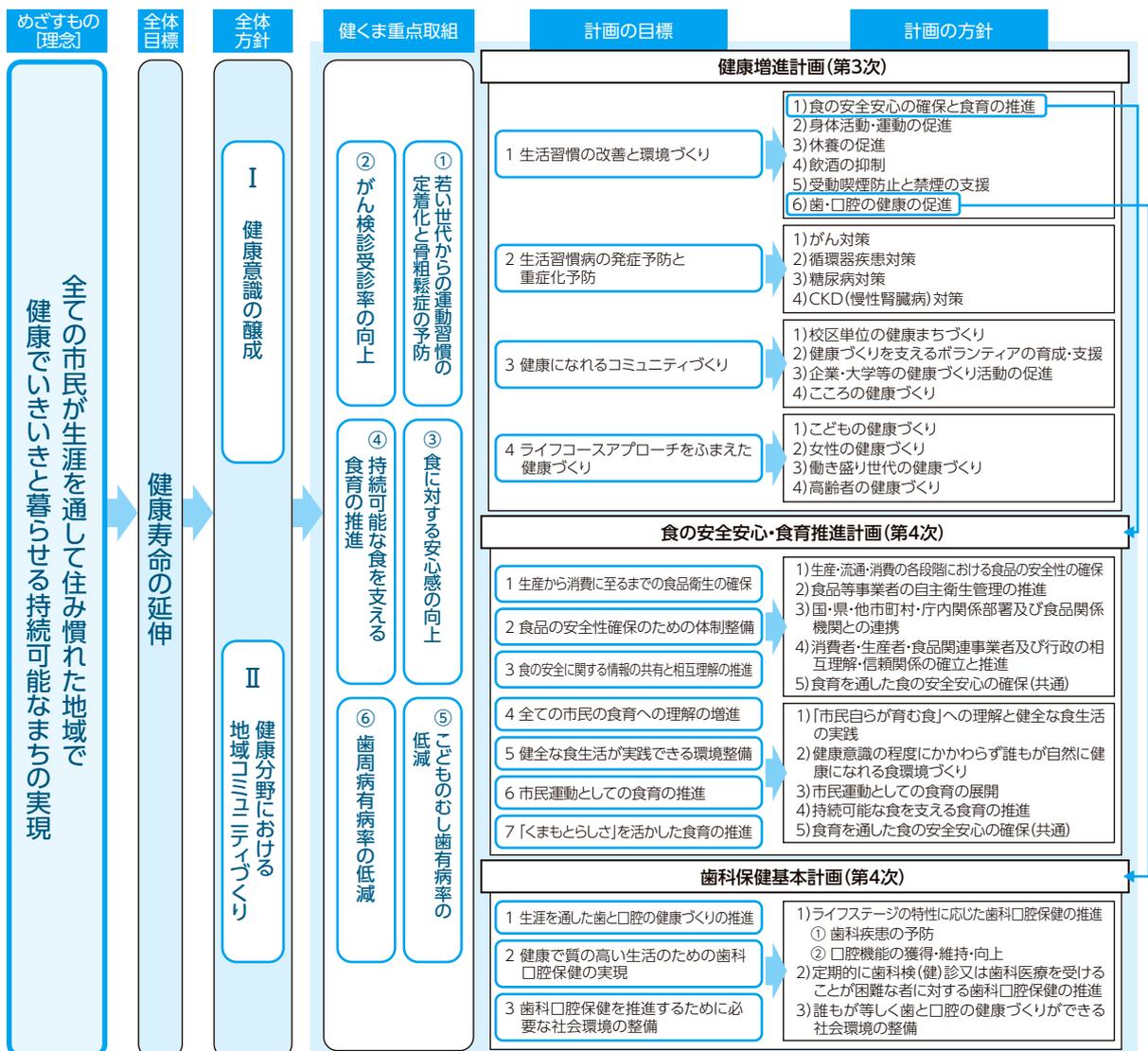
(1) 健康意識の醸成

自らの健康は自らで守るという観点のもと、個人の健康に対する意識を高め、自身に必要な情報を適切に選び、行動変容につながるよりよい意識決定ができる力を育みながら、一人ひとりの自己管理能力の向上を目指します。

(2) 健康分野における地域コミュニティづくり

地域における世代間の相互扶助や職場等における支援等、地域社会が健康づくりに取り組む環境を整備します。

4 計画の体系図



第3次健康くまもと21基本計画 指標一覧

		指標	基準値	目標値
1	生活習慣の改善と環境づくり	1 1日の歩数の平均値	20～64歳: 男性8,327歩、女性5,768歩 65歳以上: 男性7,596歩、女性5,396歩	20～64歳: 男性9,000歩、女性6,500歩 65歳以上: 男性8,000歩、女性6,000歩
		2 1回30分以上の運動(ウォーキング等)を週2回程度以上している市民の割合	39.4%	45.0%
		3 週に3日以上運動習慣のある小学5年生の割合	男子54.0%、女子37.0%	増加傾向
		4 健康のための取り組みとして睡眠を十分にとっていると答えた市民の割合	47.5%	68.7%
		5 健康のための取り組みとしてストレスをためないよう気分転換を図っていると答えた市民の割合	42.5%	65.7%
		6 1日当たりの純アルコール摂取量が男性40g以上、女性20g以上の者の割合	令和6年度特定健康診査結果により決定	10.0%
		7 中学生・高校生の飲酒者の割合	(国参考値) 中学3年生 男子1.7%、女子2.7% 高校3年生 男子4.3%、女子2.9%	0.0%
		8 妊娠中の女性の飲酒者の割合	2.5%	0.0%
		9 健康のための取り組みとして「たばこを吸わない」と答えた市民の割合	68.6%	増加傾向
		10 COPDの認知度	59.4%	80.0%
		11 COPDの死亡率(人口10万人当たり)	13.7	10.0
		12 妊婦の喫煙率	2.5%	0.0%
		13 中学生・高校生の喫煙者の割合	(国参考値) 中学1年生 男子0.1%、女子0.1% 高校3年生 男子1.0%、女子0.6%	0.0%
		14 受動喫煙(家庭・職場・飲食店・行政機関・医療機関)の機会を有する者の割合	行政機関6.9%、職場19.2%、 飲食店25.1%、医療機関3.8%、 家庭17.9%	望まない受動喫煙のない社会の実現
2	生活習慣病の発症予防と重症化予防	15 75歳未満のがんの年齢調整死亡率(10万人当たり)	126.4	減少傾向
		16 がん検診受診率(市が実施するがん検診のほか、職場検診、人間ドック等を含む。)	肺がん24.9%、胃がん35.3%、 大腸がん30.1%、乳がん 55.7%、 子宮頸がん 58.8%	60%
		17 脳血管疾患・虚血性心疾患の年齢調整死亡率(10万人当たり)	脳血管疾患 男性76.9、女性45.4、 虚血性心疾患 男性170.6、女性99.5	減少傾向
		18 収縮期血圧が130mmHg未満かつ拡張期血圧が85mmHg未満の者の割合	52.3%	増加傾向
		19 LDLコレステロール160mg/dL以上の者の割合	男性8.7%、女性13.5%	男性6.5%、女性10.1%
		20 メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の割合	メタボリックシンドローム該当者 19.6%、予備群12.5%	25%減少
		21 特定健康診査の実施率・特定保健指導実施率(国民健康保険加入者)	特定健康診査実施率29.9% 特定保健指導実施率11.9% (速報値)	特定健康診査実施率46.0% 特定保健指導実施率29.5%
		22 特定健康診査で糖尿病治療薬内服中又はHbA1c6.5%以上の者の割合	13.4%	減少傾向
		23 特定健康診査でHbA1c6.5%以上の者のうち糖尿病のレセプトがない者の割合	23.1%	減少傾向
		24 糖尿病腎症の年間新規透析導入患者数	109人	82人
		25 年間新規人工透析導入患者数	260人	200人
3	健康になれるコミュニティづくり	26 校区のめざす姿を決定した又は確認した校区数	令和5年度活動実績により決定	92校区
		27 地域において健康づくり活動を実施した回数	令和5年度活動実績により決定	増加傾向
		28 食生活改善推進員及び8020推進員の会員数	997人	1,200人
		29 企業、大学等での食育に関する講座の開催件数	3件	40件
		30 自殺者数(人口10万人当たり)	18.4	12.0
		31 ゲートキーパー研修受講者数	2,168人	3,168人:250人/年

	指標	基準値	目標値	
4 プライフ コース を 踏 ま え た 健 康 づ く り	32	小学5年生の中等度・高度肥満傾向児の割合	男子7.5%、女子3.8%	減少傾向
	33	BMI18.5未満の20歳～30歳代の女性の割合	16.8%	13.5%
	34	65歳以上の人口のうち要介護・要支援の認定を受けていない者の割合	79.51%	79.91%
	35	住民主体の通いの場(定期的に介護予防活動等を行うための場)の数	768	876
	36	ロコモティブシンドロームという言葉を知っている市民の割合	50.1%	80.0%

※新規指標は11、24、26、27、29、31、33です。

※指標6、27については前計画から集計方法を変更しています。

