

第3章 これまでの取組状況と評価

「福山市健康増進計画2018」「福山市食育推進計画2018」及び「福山市命とこころを育む計画2018」では、乳幼児期から青年期、成年期、壮年期、高齢期のライフステージごとに市民の行動目標と目標指標（健康増進計画 113 指標、食育推進計画 45 指標、命とこころを育む計画 35 指標）を設定しました。

「福山市フレイル予防推進計画2020」では、65 歳以上の高齢者を対象に、市民の行動目標と目標指標（11 指標）を設定しました。

計画の期間が終期を迎えるにあたり、2017 年度（平成 29 年度）（福山市フレイル予防推進計画については 2019 年度（令和元年度））の計画策定時の調査値及び目標値と、2023 年（令和5年）5月に実施した「市民健康意識調査」の結果及び 2022 年度（令和4年度）の各種保健事業の実施状況等から把握した今回調査値を比較し、達成状況を評価しました。

その結果、「福山市健康増進計画 2018」では全体の 39.8%が、「福山市フレイル予防推進計画 2020」では全体の 72.7%が、「福山市食育推進計画 2018」では全体の 28.9%が、「福山市命とこころを育む計画 2018」では全体の 40.0%が、計画策定時の調査値と比べて改善しています。

【目標の達成状況】

目標の達成状況は、次の5段階に分けて評価しました。

判定区分	判定基準
◎	目標値を達成したもの
○	目標値には達成していないが、計画策定時の調査値（2017 年度（平成 29 年度））より改善したもの
△	計画策定時の調査値（2017 年度（平成 29 年度））から変化がない・少ないもの（±1%未満）
×	計画策定時の調査値（2017 年度（平成 29 年度））より悪化したもの
—	評価不能であるもの

【 計画・基本方針別 目標の達成状況 】

計画・基本方針	指標数	◎ 達成	○ 改善	△ 変化なし	× 悪化	— 評価不能
福山市健康増進計画2018	113	21	24	24	44	0
構成比	100.0%	18.6%	21.2%	21.2%	39.0%	0.0%
1 生活習慣の改善	83	19	19	13	32	0
1 食生活 ※1	24	3	3	3	15	0
2 運動	10	4	3	1	2	0
3 休養・こころ ※2	18	1	4	3	10	0
4 喫煙	9	1	3	2	3	0
5 飲酒	9	4	3	2	0	0
6 歯と口腔	13	6	3	2	2	0
2 自らの健康状態の把握と病気の 早期発見・早期治療	27	2	4	9	12	0
3 地域で取り組む健康づくりの推進	3	0	1	2	0	0
福山市フレイル予防推進計画2020	11	7	1	2	1	0
構成比	100.0%	63.6%	9.1%	18.2%	9.1%	0.0%
4 フレイル予防の推進	11	7	1	2	1	0
1 全体	1	1	0	0	0	0
2 運動	2	1	0	1	0	0
3 栄養・口腔	5	2	1	1	1	0
4 社会参加	3	3	0	0	0	0
福山市食育推進計画2018	45	6	7	5	26	1
構成比	100.0%	13.3%	15.6%	8.9%	60.0%	2.2%
1 食からの健康づくり ※1	24	3	3	3	15	0
2 食文化の継承と創造, 体験・交流の推進	15	3	2	0	9	1
3 食の安心・安全と環境にやさしい取組の 推進	6	0	2	1	3	0
福山市命とこころを育む計画2018	35	5	9	4	17	0
構成比	100.0%	14.3%	25.7%	11.4%	48.6%	0.0%
1 こころの健康づくりの推進 ※2	18	1	4	3	10	0
2 相談支援体制の充実	8	4	2	0	2	0
3 気づき・見守り・つなげる体制の充実	9	0	3	1	5	0

※1: 健康増進計画の「1 食生活」は、食育推進計画の「1 食からの健康づくり」と同じ目標指標である。

※2: 健康増進計画の「3 休養・こころ」は、命とこころを育む計画の「1 こころの健康づくりの推進」と同じ目標指標である。

【1】福山市健康増進計画2018・ 福山市フレイル予防推進計画2020の取組状況

基本目標1 健康寿命の延伸

基本方針1 生活習慣の改善

1 食生活

<行政・関係団体による主な取組>

- 離乳食や幼児食に関する講座や相談を実施しています。また、作り方や食事のポイントを市ホームページで紹介しています。
- 学校や幼稚園・保育施設等では、食事（給食）だよりを通じて、朝食の大切さや栄養バランスのよい食事について啓発しています。
- 給食放送や教室巡回を通じて、食に関する指導を実施しています。
- ヘルシーメニューコンテストを実施し、栄養バランスのとれた朝食の啓発をしています。
- 食育講演会や料理教室を通じて、適正体重の維持、栄養バランスのとれた食事、野菜摂取等について啓発しています。また、広報紙、市ホームページ等でも周知・啓発しています。
- 地域で食を通じた健康づくりを推進する食生活改善推進員を養成しています。また、資質向上のための研修会を実施しています。
- 各世代に応じた食育を周知・啓発するため、地域において食生活改善推進員による料理教室等を実施しています。

<目標達成状況と評価>

- 乳幼児期から青年期、成年期、壮年期では、毎日朝食を食べていない人の割合が増加しています。
- 高校2年生では、ひとりで食事をする人が多い人の割合は35.6%と大きく減少しています。また、食育について言葉も意味も知っている人の割合は43.7%と大きく増加しています。
- 成年期、壮年期の男性では、食育に関心がある人の割合が目標値を達成しています。
- 成年期、壮年期では男女ともに、自分にとって適切な食事内容・量を知っている人の割合が減少しています。

ライフ ステージ	行動目標	指 標	計 画 策 定 時 の 調 査 値	目 標 値	今 回 調 査 値	評 価	
乳幼児期 ～青年期 (19歳まで)	朝食を抜かず、毎日 3食しっかり食べる	5歳の毎日朝食を食べていない子の 割合	4.6%	0.0%	6.4%	×	
		毎日朝食を食べて いない人の割合	小学6年生	7.1%	0.0%	12.1%	×
			中学2年生	13.4%	0.0%	20.8%	×
	高校2年生		15.7%	0.0%	24.5%	×	
	家族と一緒に楽しく 食べる	ひとりで食事をする ことが多い人の割 合	小学6年生	23.2%	21.0%	25.1%	×
			中学2年生	38.5%	35.0%	37.0%	○
			高校2年生	48.6%	43.0%	35.6%	◎
	食育について学ぶ	食育について言葉 も意味も知っている 人の割合	小学6年生	36.2%	41.0%	35.8%	△
			中学2年生	31.8%	41.0%	28.2%	×
高校2年生			32.2%	44.0%	43.7%	○	
成年期 (20～39歳)	朝食を抜かず、毎日 3食しっかり食べる	毎日朝食を食べて いない人の割合	男性	36.3%	34.0%	39.7%	×
		女性	34.1%	32.0%	40.7%	×	
	食育に取り組む	食育に関心がある 人の割合	男性	52.2%	56.0%	67.3%	◎
			女性	76.7%	81.0%	76.6%	△
	適正体重の維持に 気をつけた食生活を 実践する	自分にとって適切 な食事内容・量を 知っている人の割 合	男性	43.1%	44.0%	38.3%	×
			女性	48.3%	50.0%	45.1%	×
壮年期 (40～64歳)	朝食を抜かず、毎日 3食しっかり食べる	毎日朝食を食べて いない人の割合	男性	20.3%	15.0%	25.1%	×
		女性	10.6%	6.0%	19.4%	×	
	食育に取り組む	食育に関心がある 人の割合	男性	53.4%	58.0%	60.4%	◎
			女性	82.7%	88.0%	78.7%	×
	適正体重の維持に 気をつけた食生活を 実践する	自分にとって適切 な食事内容・量を 知っている人の割 合	男性	48.9%	53.0%	47.3%	×
			女性	63.8%	71.0%	57.4%	×
高齢期 (65歳以上)	主食、主菜、副菜を バランスよく食べる	栄養バランスを考えて食事をして いる人の割合	41.9%	47.0%	42.5%	△	
	食育に取り組む	食育に関心がある人の割合	62.0%	70.0%	65.4%	○	

2 運動

<行政・関係団体による主な取組>

- 地域で運動を通じた健康づくりを推進する運動普及推進員を養成しています。また、資質向上のための研修会を実施しています。
- 運動習慣の定着をめざし、地域において運動普及推進員による運動教室を定期的に行っています。
- いきいき百歳体操、健康教室、スポーツ教室等、積極的に身体を動かすことができる機会を提供しています。
- ウォーキング大会やスポーツイベント等を実施し、運動を楽しむ機会を提供しています。
- 運動の継続によってポイントがたまり、抽選で特典と交換できるアプリ「健康マイレージ」の普及に取り組んでいます。
- 市ホームページ、アプリ「健康マイレージ」にウォーキングマップを掲載する等、ウォーキングを推進しています。
- 運動の必要性や方法について、広報紙、市ホームページ、SNS、機関紙等を活用して周知・啓発しています。

<目標達成状況と評価>

- 運動不足と感じている人の割合は、中学2年生では増加していますが、高校2年生では減少しています。
- 1日1時間以上歩く人の割合は、成年期、壮年期、高齢期ともに目標値を達成しています。
- 1回30分以上の運動を週2回以上行う人の割合は、壮年期の女性を除き増加しています。

ライフステージ	行動目標	指標		計画策定時の調査値	目標値	今回調査値	評価
乳幼児期～青年期 (19歳まで)	楽しく体を動かす	運動不足と感じている人の割合	中学2年生	40.7%	26.0%	45.1%	×
			高校2年生	55.2%	49.0%	51.6%	○
成年期 (20～39歳)	生活リズムを整え、日常生活の中で意識的に運動を取り入れることを心がける	1日1時間以上歩く人の割合		24.7%	35.0%	47.6%	◎
		1回30分以上の運動を週2回以上行う人の割合	男性	31.1%	34.0%	32.2%	○
			女性	16.8%	21.0%	17.8%	○
壮年期 (40～64歳)	生活習慣予防のために、運動習慣を身につけることを心がける	1日1時間以上歩く人の割合		19.6%	25.0%	38.7%	◎
		1回30分以上の運動を週2回以上行う人の割合	男性	23.3%	26.0%	28.0%	◎
			女性	25.6%	31.0%	23.6%	×
高齢期 (65歳以上)	自分に合った運動を見つけ、継続した体力づくりを心がける	1日1時間以上歩く人の割合		19.9%	22.0%	37.7%	◎
		1回30分以上の運動を週2回以上行う人の割合		43.9%	46.0%	44.1%	△

3 休養・こころ

<行政・関係団体による主な取組>

- こころの健康づくりに関する講演会や健康教育を実施し、こころの健康に関する知識を普及・啓発しています。
- 健康ふくやま 21 フェスティバルにおいて、ストレス対処法や睡眠の大切さについて周知・啓発しています。
- 児童・生徒を対象に、授業で心の発達やいのちの大切さ等の学習を実施しています。
- 「こんにちは赤ちゃん訪問事業」で、子育ての不安や悩みに対応するとともに、相談窓口の紹介や産後うつ病の理解、対処法について助言しています。
- 職場において、心身の健康の保持増進を図るメンタルヘルスについての研修を実施しています。
- 高齢者の閉じこもり予防、フレイル予防、健康づくりを目的とした居場所づくりを支援しています。
- 地域において、世代間交流やボランティア活動を通じた生きがいづくりと社会参加を促進しています。

<目標達成状況と評価>

- 5歳の22時までに寝る子の割合は、目標値を達成しています。
- 睡眠による休養が十分にとれていない人の割合は、高校2年生で16.7%、成年期で25.6%と減少していますが、高齢期では12.0%と増加しています。
- 全てのライフステージにおいて、ストレスが多いと感じる人の割合が増加しています。
- 中学2年生、高校2年生では、ストレスを感じた時、うまく解消することができる人の割合が減少していますが、成年期、壮年期では増加しています。
- 高齢期では、積極的に外出している人の割合が49.1%と減少しています。

新型コロナウイルス感染症の流行は、心身の健康に様々な影響を及ぼしています

新型コロナウイルス感染症の流行を理由とした外出自粛や行動制限等により、生活にどのような変化があったかについて調査した結果、外出頻度が減った64.3%、家族以外の人との交流が減った53.0%、ストレスを感じるが増えた23.1%、病院受診を控えた15.5%、孤独や寂しさを感じるが増えた8.3%でした。

その他、ストレス解消の機会が減った、コミュニケーションが取りにくくなった、我慢することが増えた、仕事が減った、経済的に苦しくなった、体力が落ちた、飲酒量が増えた等の回答がありました。引き続き、新型コロナウイルス感染症の影響による心身の状況変化について、注視していく必要があります。



ライフ ステージ	行動目標	指 標	計 画 策 定 時 の 調 査 値	目 標 値	今 回 調 査 値	評 価	
乳幼児期 ～青年期 (19歳まで)	乳幼児期から望ましい生活習慣を身につける	5歳の22時までに寝る子の割合	40.2%	48.0%	57.0%	◎	
	しっかりと睡眠をとる	睡眠による休養が十分にとれていない人の割合	中学2年生	13.4%	7.0%	12.5%	△
			高校2年生	24.7%	12.0%	16.7%	○
	ストレスに自ら気づき、対処法を身につける	ストレスが多いと感じる人の割合	小学6年生	32.1%	26.0%	74.6%	×
			中学2年生	42.7%	30.0%	72.7%	×
			高校2年生	58.4%	50.0%	75.4%	×
		ストレスを感じた時、うまく解消することができる人の割合	中学2年生	72.8%	83.0%	70.5%	×
高校2年生	73.7%		84.0%	72.2%	×		
成年期 (20～39歳)	しっかりと睡眠をとる	睡眠による休養が十分にとれていない人の割合	31.1%	25.0%	25.6%	○	
	ストレスに自ら気づき、対処法を身につける	ストレスが多いと感じる人の割合	62.6%	53.0%	85.5%	×	
		ストレスを感じた時、うまく解消することができる人の割合	64.4%	74.0%	65.4%	○	
壮年期 (40～64歳)	しっかりと睡眠をとる	睡眠による休養が十分にとれていない人の割合	24.8%	20.0%	25.7%	△	
	ストレスに自ら気づき、対処法を身につける	ストレスが多いと感じる人の割合	58.3%	48.0%	82.2%	×	
		ストレスを感じた時、うまく解消することができる人の割合	62.1%	72.0%	68.7%	○	
高齢期 (65歳以上)	しっかりと睡眠をとる	睡眠による休養が十分にとれていない人の割合	3.7%	1.0%	12.0%	×	
	自分にあった趣味や生きがいを持ち、ストレスを解消する	ストレスが多いと感じる人の割合	29.3%	19.0%	57.8%	×	
		ストレスを感じた時、うまく解消することができる人の割合	65.6%	76.0%	66.2%	△	
	積極的に外出し、他者と交流を持つ	積極的に外出している人の割合	67.8%	73.0%	49.1%	×	

4 喫煙

<行政・関係団体による主な取組>

- イエローグリーンリボンを配布する等、受動喫煙防止、禁煙の推進のためのイエローグリーンリボン運動の普及・啓発を行っています。
- 受動喫煙をなくす取組を行うとともに、広報紙、市ホームページ、SNSで、受動喫煙防止対策について周知・啓発を行っています。
- 母子健康手帳（親子健康手帳）交付時に妊娠中や授乳中の喫煙が、胎児・乳児に与える影響について周知・啓発しています。また、禁煙指導や周囲の人からの受動喫煙を防止するための啓発を行っています。
- 小中学校での「喫煙・飲酒・薬物乱用防止教室」や「喫煙・飲酒等防止教育」を実施するとともに、街頭補導の中で、20歳未満の人に喫煙防止の声かけをしています。
- 禁煙を希望する人に対し、禁煙相談を実施しています。
- 広報紙、市ホームページ、SNS、二十歳の集い（旧成人式）での資料配布等で、たばこが身体に及ぼす危険性について、啓発しています。
- 公共施設や事業所等での禁煙や受動喫煙防止について、電話や来所等での相談、助言、指導を行っています。

<目標達成状況と評価>

- 高校2年生では、最近1か月の喫煙経験がある人の割合が目標値を達成しています。
- 成年期、壮年期の男性では、喫煙をする人の割合は減少していますが、壮年期の女性では増加しています。また、高齢期では男女ともに喫煙をする人の割合が増加しています。
- 妊娠中の喫煙をする母親の割合は減少しています。

ライフステージ	行動目標	指標		計画策定時の調査値	目標値	今回調査値	評価
乳幼児期～青年期 (19歳まで)	たばこを吸わない	最近1か月の喫煙経験がある人の割合	中学2年生	0.0%	0.0%	0.3%	△
			高校2年生	0.4%	0.0%	0.0%	◎
成年期 (20～39歳)	禁煙に取り組む	喫煙をする人の割合	男性	26.3%	20.0%	24.3%	○
			女性	9.5%	7.0%	8.7%	△
	妊娠中のたばこの危険性について正しく理解し、禁煙及び受動喫煙の防止に取り組む	妊娠中の喫煙をする母親の割合	1歳6か月児保護者	5.4%	0.0%	2.5%	○
壮年期 (40～64歳)	禁煙に取り組む	喫煙をする人の割合	男性	29.7%	26.0%	28.7%	○
			女性	7.9%	5.0%	10.8%	×
高齢期 (65歳以上)	禁煙に取り組む	喫煙をする人の割合	男性	12.9%	8.0%	15.1%	×
			女性	0.8%	0.0%	3.6%	×

注：喫煙には、加熱式たばこによる喫煙を含む。

5 飲酒

<行政・関係団体による主な取組>

- 市ホームページにアルコールと健康について掲載し、不適切な飲酒が心身に及ぼす影響や適切な飲酒方法について周知・啓発しています。
- 小中学校で「喫煙・飲酒・薬物乱用防止教室」や「喫煙・飲酒等防止教育」を実施するとともに、街頭補導の中で、20歳未満の人に飲酒防止の声かけをしています。
- 母子健康手帳（親子健康手帳）交付時に妊娠中や授乳中の飲酒が、胎児・乳児に与える影響について周知・啓発しています。

<目標達成状況と評価>

- 高校2年生では、最近1か月の飲酒経験がある人の割合が目標値を達成しています。
- 成年期、壮年期、高齢期で過量飲酒をしている人の割合は、男性は目標値を達成しており、女性も全てのライフステージにおいて減少しています。
- 妊娠・授乳中に飲酒をする母親の割合は減少しています。

ライフステージ	行動目標	指標		計画策定時の調査値	目標値	今回調査値	評価
乳幼児期～青年期 (19歳まで)	お酒を飲まない	最近1か月の飲酒経験がある人の割合	中学2年生	1.2%	0.0%	0.9%	△
			高校2年生	2.4%	0.0%	0.0%	◎
成年期 (20～39歳)	正しい飲酒方法（量・飲み方等）を知り、節度ある飲酒を心がける	過量飲酒をしている人の割合	男性	11.0%	2.0%	1.9%	◎
			女性	4.7%	0.2%	2.8%	○
	妊娠・授乳中の飲酒の影響を正しく知り、適切な健康管理を心がける	妊娠・授乳中の飲酒をする母親の割合	1歳6か月児保護者	5.4%	0.0%	3.2%	○
壮年期 (40～64歳)	正しい飲酒方法（量・飲み方等）を知り、節度ある飲酒を心がける	過量飲酒をしている人の割合	男性	25.2%	11.0%	8.0%	◎
			女性	9.1%	2.0%	8.5%	△
高齢期 (65歳以上)	正しい飲酒方法（量・飲み方等）を知り、節度ある飲酒を心がける	過量飲酒をしている人の割合	男性	11.4%	6.0%	6.0%	◎
			女性	4.6%	0.2%	3.0%	○

6 歯と口腔

<行政・関係団体による主な取組>

- 歯と口の健康や歯科健診の必要性について、母子健康手帳（親子健康手帳）交付や幼児健康診査時、ポスター、リーフレット、広報紙、市ホームページで周知・啓発しています。
- 歯科保健に関する講演会、歯と口の健康講座、乳幼児歯科教室等を実施し、むし歯及び歯周病予防について周知・啓発しています。
- むし歯や歯周病の早期発見、治療につなげるため、妊婦歯科健康診査、歯周病検診を実施しています。
- 歯と口の健康に関して、電話や来所による相談を実施しています。
- 出前講座やちらし、市ホームページで、オーラルフレイル予防について周知・啓発しています。
- 介護が必要な人の口腔機能改善に向けて、歯科訪問診療を実施しています。

<目標達成状況と評価>

- 12歳のむし歯がない子の割合やむし歯の平均本数は、目標値を達成しています。
- 成年期、壮年期では、過去1年間に歯科健診を受診した人の割合が目標値を達成しています。
- 妊婦歯科健診の受診率は、目標値を達成しています。
- 高齢期では、何でもよく噛んで食べている人の割合や自分の歯や口の状態について満足している人の割合が減少しています。

ライフ ステージ	行動目標	指 標	計画 策定時の 調査値	目標値	今回 調査値	評価
乳幼児期 ～青年期 (19歳まで)	しっかり歯磨きをする	3歳のむし歯がない子の割合	87.0%	91.0%	90.4% ^{※1}	○
		12歳のむし歯がない子の割合	64.2%	65.0%	74.5% ^{※2}	◎
		12歳のむし歯の平均本数	0.7本	0.6本	0.48本 ^{※2}	◎
	よく噛んで食べる	3歳の不正咬合がある子の割合	9.8%	8.0%	6.6%	◎
成年期 (20～39歳)	定期的に歯のチェックをする	過去1年間に歯科健診を受診した人の割合	41.8%	50.0%	50.6%	◎
		何でもよく噛んで食べている人の割合	67.6%	78.0%	68.2%	△
	妊婦歯科健診を受診する	妊婦歯科健診の受診率	38.5%	45.0%	46.1% ^{※3}	◎
壮年期 (40～64歳)	定期的に歯のチェックをする	過去1年間に歯科健診を受診した人の割合	42.0%	51.0%	57.7%	◎
		自分の歯や口の状態について満足している人の割合	22.7%	26.0%	22.4%	△
		何でもよく噛んで食べている人の割合	64.4%	74.0%	69.3%	○
高齢期 (65歳以上)	自分の歯で、よく噛んで食べる	80歳で自分の歯が20本以上ある人の割合	52.9%	61.0%	59.1%	○
		何でもよく噛んで食べている人の割合	78.1%	88.0%	75.2%	×
		自分の歯や口の状態について満足している人の割合	29.8%	33.0%	22.3%	×

※1:母子保健報告(2022年度)

※2:学校保健統計調査(2022年度)

※3:福山市保健所事業概要(2022年度)

基本方針2 自らの健康状態の把握と病気の早期発見・早期治療

<行政・関係団体による主な取組>

- 「福山市けんしんガイド」を作成し、公共施設等へ設置するとともに、市ホームページ等で特定健康診査・がん検診の受診方法等の周知・啓発を行っています。
- 集団健診専用申込はがきの無料化や電子申請により、健診申込みにかかる利便性の向上に努めています。
- テレビ・ラジオ，SNS，ちらし，行政情報案内モニター（デジタルサイネージ）等を活用し、受診啓発に取り組んでいます。
- 出前講座，地域の健康教育，パネル展，健康ふくやま21フェスティバル，イベント等で、健診受診の必要性について周知・啓発しています。
- 関係団体とともに、商業施設等で健診（検診）受診街頭啓発活動を行っています。
- 医療機関・薬局等で、健診の受診勧奨を行っています。
- 土日の健診，レディース健診等の実施や健診場所，回数を増やす等、受診しやすい環境整備に取り組んでいます。
- 乳がん検診，子宮頸がん検診無料クーポン券を対象者に交付しています。
- 健診未受診者に対する受診勧奨通知，コールセンターによる集団健診申込み受付等を実施しています。
- 特定健康診査受診者のうち、生活習慣の改善が必要な人に対して、特定保健指導を実施しています。
- 特定健康診査，がん検診受診者のうち、健診結果に異常がある人，精密検査が必要な人に対し、保健指導及びかかりつけ医，専門医への受診勧奨を行っています。

<目標達成状況と評価>

- がん検診受診率は、全ての項目で低下しています。
- 胃がん検診の要精密検査者の受診率は、目標値を達成しています。
- 特定健康診査受診率は増加しましたが、目標値を達成していません。
- 特定保健指導実施率は低下しています。

ライフ ステージ	行動目標	指 標		計画 策定時の 調査値	目標値	今回 調査値	評価	
成年期 (20～39 歳)	定期的ながん検診を受ける	がん検診受診率 (福山市実施分)	子宮頸がん	9.0%	10.0%	8.2% ^{※3}	△	
壮年期 (40～64 歳)	定期的ながん検診を受ける	がん検診受診率 (福山市実施分) 胃がんは 50～64 歳が対象	胃がん	4.9%	8.0%	3.1% ^{※3}	×	
			肺がん	3.8%	5.0%	3.1% ^{※3}	△	
			大腸がん	4.8%	7.0%	4.1% ^{※3}	△	
			乳がん	10.1%	11.0%	7.3% ^{※3}	×	
			子宮頸がん	11.8%	14.0%	11.6% ^{※3}	△	
	1年に1回特定健診 を受ける	特定健診受診率(40～74 歳の福 山市国民健康保険加入者)			26.3%	39.0%	26.8% ^{※4}	△
		特定保健指導実施率(40～74 歳 の福山市国民健康保険加入者)			30.6%	48.0%	19.5% ^{※4}	×
	健診(検診)の結果, 異常があったら, すぐ 対応する	がん検診・肝炎ウイ ルス検診の要精密 検査者の受診率 ^{注1} (福山市実施分) 子宮頸がんは 20 歳 以上・それ以外は 40 歳以上が対象	胃がん	85.9%	90.0%	96.1% ^{※3}	◎	
			肺がん	91.1%	93.0%	86.5% ^{※3}	×	
			大腸がん	74.5%	90.0%	71.1% ^{※3}	×	
			乳がん	95.4%	97.0%	96.5% ^{※3}	○	
子宮頸がん			91.8%	93.0%	92.1% ^{※3}	△		
肝炎			51.4%	75.0%	64.7% ^{※3}	○		
高齢期 (65 歳以上)	定期的ながん検診を受ける	がん検診受診率 (福山市実施分)	胃がん	9.1%	15.0%	6.8% ^{※3}	×	
			肺がん	11.8%	16.0%	10.0% ^{※3}	×	
			大腸がん	12.6%	18.0%	10.3% ^{※3}	×	
			乳がん	7.4%	9.0%	6.2% ^{※3}	×	
			子宮頸がん	6.9%	9.0%	6.0% ^{※3}	△	
	1年に1回特定健診 を受ける	特定健診受診率(40～74 歳の福 山市国民健康保険加入者)			26.3%	39.0%	26.8% ^{※4}	△
		特定保健指導実施率(40～74 歳 の福山市国民健康保険加入者)			30.6%	48.0%	19.5% ^{※4}	×
	健診(検診)の結果, 異常があったら, すぐ 対応する	がん検診・肝炎ウイ ルス検診の要精密 検査者の受診率 ^{注1} (福山市実施分) 子宮頸がんは 20 歳 以上・それ以外は 40 歳以上が対象	胃がん	85.9%	90.0%	96.1% ^{※3}	◎	
			肺がん	91.1%	93.0%	86.5% ^{※3}	×	
			大腸がん	74.5%	90.0%	71.1% ^{※3}	×	
			乳がん	95.4%	97.0%	96.5% ^{※3}	○	
			子宮頸がん	91.8%	93.0%	92.1% ^{※3}	△	
			肝炎	51.4%	75.0%	64.7% ^{※3}	○	

※3:福山市保健所事業概要(2022 年度)

※4:法定報告(確定値)(2022 年度)

注1:2021 年度値

基本方針3 地域で取り組む健康づくりの推進

<行政・関係団体による主な取組>

- 関係団体や関係機関と連携し、健康づくりの取組を推進しています。
- 食生活改善推進員，運動普及推進員，キラキラサポーター，フレイルサポーターの養成講座を実施し、健康づくり活動を行うボランティアを育成しています。
- 食生活改善推進員，運動普及推進員，キラキラサポーター，フレイルサポーターに対し、資質向上のための研修会を行っています。

<目標達成状況と評価>

- 健康づくりの分野において地域で活動したり，行事に参加する人の割合は，高齢期では増加していますが，成年期や壮年期では大きな変化はありません。

ライフ ステージ	行動目標	指 標	計画 策定時の 調査値	目標値	今回 調査値	評価
成年期 (20～39 歳)	地域の健康づくり活動やボランティア活動へ参加する	健康づくりの分野において地域で活動したり，行事に参加する人の割合	3.6%	10.0%	4.5%	△
壮年期 (40～64 歳)	地域の健康づくり活動やボランティア活動へ参加する	健康づくりの分野において地域で活動したり，行事に参加する人の割合	6.2%	18.0%	6.3%	△
高齢期 (65 歳以上)	地域の健康づくり活動やボランティア活動へ参加する	健康づくりの分野において地域で活動したり，行事に参加する人の割合	21.7%	35.0%	23.9%	○

基本方針4 フレイル予防の推進

<行政・関係団体による主な取組>

- フレイル予防について意識を高めるため、教室、講演会、出前講座等を実施しています。
- フレイル状態に早期に気づき、予防の取組につなげるため、フレイルチェック会やフレイル予防に関するイベントを実施しています。
- フレイル予防に関するリーフレットやDVDの作成、市ホームページ、SNS等で、フレイル予防について周知・啓発しています。
- フレイルサポーターを養成し、フレイルチェック技術等の資質向上のため学習会や連絡会を実施しています。
- 高齢者に対し、通いの場等においてフレイル予防に関する健康教育、健康相談を実施しています。
- 地域において食生活改善推進員によるシニア食生活改善教室を実施し、フレイル予防について啓発しています。

<目標達成状況と評価>

- 「フレイル」という言葉の意味を知っている人の割合は、目標値を達成しています。
- 1日1時間以上歩く、地域の会合や地域の行事等に積極的に参加している、趣味のサークル活動に参加している人の割合は、目標値を達成しています。
- 自分の歯や口の状態について満足している人の割合は減少しています。

ライフ ステージ	行動目標	指 標	計画 策定時の 調査値	目標値	今回 調査値	評価
高齢期 (65歳以上)	フレイル予防の関 心を高める	「フレイル」という言葉の意味を知っ ている人の割合	7.4%	18.0%	36.3%	◎
	自分にあった運動 を見つけ、継続し た体力づくりを心 がける	1日1時間以上歩く人の割合	19.9%※	23.0%	37.7%	◎
		1回30分以上の運動を週2回以上 行う人の割合	43.9%※	47.0%	44.1%	△
	主食・主菜・副菜 をバランスよく食 べる	栄養バランスを考えて食事をしてい る人の割合	41.9%※	50.0%	42.5%	△
		野菜料理と主菜(肉または魚)を両方 とも毎日2回以上食べている人の割 合	42.4%	46.0%	59.8%	◎
	自分の歯でよく嚙 んで食べる	80歳で自分の歯が20本以上ある人 の割合	52.9%※	66.0%	59.1%	○
		自分の歯や口の状態について満足し ている人の割合	29.8%※	35.0%	22.3%	×
		しっかり噛むことを意識している人 の割合	32.4%	38.0%	80.5%	◎
	趣味やボランティ ア等自分にあつた 活動に参加し、社 会とのつながりをも つ	意識的に毎日1回は外出する様心が けている	27.8%	31.0%	57.9%	◎
		地域の会合や地域の行事等に積極 的に参加している人の割合	13.9%	17.0%	31.2%	◎
		趣味のサークル活動に参加してい る人の割合	18.1%	22.0%	26.4%	◎

※:2017年度 市民健康意識調査

その他の計画策定時の調査値は、2019年度福山市高齢者の暮らしについての実態調査

【2】福山市食育推進計画2018の取組状況

基本目標2 食育の実践

基本方針1 食からの健康づくりの推進

(再掲) P27 基本方針1 生活習慣の改善 1 食生活

<行政・関係団体による主な取組>

- 離乳食や幼児食に関する講座や相談を実施しています。また、作り方や食事のポイントを市ホームページで紹介しています。
- 学校や幼稚園・保育施設等では、食事（給食）だよりを通じて、朝食の大切さや栄養バランスのよい食事について啓発しています。
- 給食放送や教室巡回を通じて、食に関する指導を実施しています。
- ヘルシーメニューコンテストを実施し、栄養バランスのとれた朝食の啓発をしています。
- 食育講演会や料理教室を通じて、適正体重の維持、栄養バランスのとれた食事、野菜摂取等について啓発しています。また、広報紙、市ホームページ等でも周知・啓発しています。
- 地域で食を通じた健康づくりを推進する食生活改善推進員を養成しています。また、資質向上のための研修会を実施しています。
- 各世代に応じた食育を周知・啓発するため、地域において食生活改善推進員による料理教室等を実施しています。

<目標達成状況と評価>

- 乳幼児期から青年期、成年期、壮年期では、毎日朝食を食べていない人の割合が増加しています。
- 高校2年生では、ひとりで食事をする人が多い人の割合は35.6%と大きく減少しています。また、食育について言葉も意味も知っている人の割合は43.7%と大きく増加しています。
- 成年期、壮年期の男性では、食育に関心がある人の割合が目標値を達成しています。
- 成年期、壮年期では男女ともに、自分にとって適切な食事内容・量を知っている人の割合が減少しています。

ライフ ステージ	行動目標	指 標	計 画 策 定 時 の 調 査 値	目 標 値	今 回 調 査 値	評 価	
乳幼児期 ～青年期 (19歳まで)	朝食を抜かず、毎日 3食しっかり食べる	5歳の毎日朝食を食べていない子の 割合		4.6%	0.0%	6.4%	×
		毎日朝食を食べて いない人の割合	小学6年生	7.1%	0.0%	12.1%	×
			中学2年生	13.4%	0.0%	20.8%	×
	高校2年生		15.7%	0.0%	24.5%	×	
	家族と一緒に楽しく 食べる	ひとりで食事をする ことが多い人の割 合	小学6年生	23.2%	21.0%	25.1%	×
			中学2年生	38.5%	35.0%	37.0%	○
			高校2年生	48.6%	43.0%	35.6%	◎
	食育について学ぶ	食育について言葉 も意味も知っている 人の割合	小学6年生	36.2%	41.0%	35.8%	△
			中学2年生	31.8%	41.0%	28.2%	×
高校2年生			32.2%	44.0%	43.7%	○	
成年期 (20～39歳)	朝食を抜かず、毎日 3食しっかり食べる	毎日朝食を食べて いない人の割合	男性	36.3%	34.0%	39.7%	×
			女性	34.1%	32.0%	40.7%	×
	食育に取り組む	食育に関心がある 人の割合	男性	52.2%	56.0%	67.3%	◎
			女性	76.7%	81.0%	76.6%	△
	適正体重の維持に 気をつけた食生活を 実践する	自分にとって適切 な食事内容・量を 知っている人の割 合	男性	43.1%	44.0%	38.3%	×
			女性	48.3%	50.0%	45.1%	×
壮年期 (40～64歳)	朝食を抜かず、毎日 3食しっかり食べる	毎日朝食を食べて いない人の割合	男性	20.3%	15.0%	25.1%	×
			女性	10.6%	6.0%	19.4%	×
	食育に取り組む	食育に関心がある 人の割合	男性	53.4%	58.0%	60.4%	◎
			女性	82.7%	88.0%	78.7%	×
	適正体重の維持に 気をつけた食生活を 実践する	自分にとって適切 な食事内容・量を 知っている人の割 合	男性	48.9%	53.0%	47.3%	×
			女性	63.8%	71.0%	57.4%	×
高齢期 (65歳以上)	主食、主菜、副菜を バランスよく食べる	栄養バランスを考えて食事をして いる人の割合		41.9%	47.0%	42.5%	△
	食育に取り組む	食育に関心がある人の割合		62.0%	70.0%	65.4%	○

注:P27 基本方針1 生活習慣の改善 1 食生活 の内容を再掲しています。

基本方針2 食文化の継承と創造，体験・交流の推進

<行政・関係団体による主な取組>

- 食育講演会や「食育の日」・「ふくやま地産地消の日」にイベントを開催することにより，地産地消の啓発を行っています。
- 地産地消や地元食材の普及を推進するため，キャンペーン，イベント，コンテストを実施しています。
- 学校や幼稚園・保育施設等では，菜園での農産物の栽培や収穫されたものを給食に使用することを通じて，栽培の苦勞や収穫の喜び等を感じ，児童の作物や食についての関心が高まるよう取り組んでいます。
- 学校や幼稚園・保育施設等では，農業者からの直接納入を通じて，地産地消を推進しています。
- 地域や家庭で受け継がれてきた郷土料理や伝統料理の教室を実施しています。
- 基本の出汁や旬の食材の使用，季節を感じる献立，年中行事と関連した献立を取り入れ，和食の給食を進めています。
- パネル展示や市ホームページ等で，食育や地産地消の取組の紹介，地産地消の重要性について周知・啓発しています。

<目標達成状況と評価>

- 小学6年生や中学2年生の保護者では，地産地消を実践している人の割合が減少しています。
- 農業に関する体験をしたことがある人の割合は，小学6年生で 91.1%，中学2年生で 85.6%と増加していますが，高校2年生では 62.7%と減少しています。
- 成年期，壮年期，高齢期では，地産地消を実践している人や農業に関する体験をしたことがある人の割合が減少していますが，伝統料理や郷土料理を知っている人の割合は目標値を達成しています。

ライフ ステージ	行動目標	指 標	計 画 策 定 時 の 調 査 値	目 標 値	今 回 調 査 値	評 価	
乳幼児期 ～青年期 (19歳まで)	地産地消を実践する	地産地消の考え方を 知っていて、それ を実践している保 護者の割合	小学6年生 の保護者	51.0%	57.0%	47.0%	×
			中学2年生 の保護者	46.0%	52.0%	41.1%	×
			高校2年生 の保護者	44.8%	51.0%	—	—
	農林漁業を体験する	農業に関する体験 をしたことがある人 の割合	小学6年生	89.2%	92.0%	91.1%	○
			中学2年生	80.3%	88.0%	85.6%	○
			高校2年生	72.9%	75.0%	62.7%	×
成 年 期 (20～39歳)	地産地消を実践する	地産地消の考え方を知っていて、 それを実践している人の割合	32.0%	36.0%	25.6%	×	
	農林漁業を体験する	農業に関する体験をしたことがある 人の割合	56.7%	60.0%	54.3%	×	
	家庭等で郷土料理や 行事食を取り入れる	伝統料理や郷土料理を知っている 人の割合	50.8%	60.0%	80.3%	◎	
壮 年 期 (40～64歳)	地産地消を実践する	地産地消の考え方を知っていて、 それを実践している人の割合	42.7%	50.0%	40.6%	×	
	農林漁業を体験する	農業に関する体験をしたことがある 人の割合	52.5%	60.0%	48.6%	×	
	家庭等で郷土料理や 行事食を取り入れる	伝統料理や郷土料理を知っている 人の割合	56.9%	72.0%	88.7%	◎	
高 齢 期 (65歳以上)	地産地消を実践する	地産地消の考え方を知っていて、 それを実践している人の割合	53.0%	57.0%	49.7%	×	
	農林漁業を体験する	農業に関する体験をしたことがある 人の割合	66.8%	70.0%	58.9%	×	
	家庭等で郷土料理や 行事食を取り入れる	伝統料理や郷土料理を知っている 人の割合	42.4%	51.0%	80.5%	◎	

基本方針3 食の安心・安全と環境にやさしい取組の推進

<行政・関係団体による主な取組>

- 食品衛生の普及に向けた啓発活動や広報紙，市ホームページ，SNS等を活用して食品の安全に関する情報発信を行っています。
- 食品表示の適正化を推進するための監視指導・食品表示パトロールや食品関連事業者への説明会を実施しています。
- 適切な食品表示の実施や健康食品に関する広告等の適正化のため，食品関連事業者へ指導や助言を行っています。
- 市民に食品表示への意識を高めてもらうため，周知・啓発を行っています。
- 食品関連事業者や市民を対象に，講習会等で，食中毒予防について周知・啓発しています。
- フードバンクを活用し，食品ロスの削減に取り組んでいます。
- 環境に配慮した調理方法を学ぶ講演会を実施しています。

<目標達成状況と評価>

- 中学2年生では，朝食や夕食を残すことがある人の割合が増加していますが，高校2年生では減少しています。
- 食品購入時に栄養成分表示や産地表示を参考にしている人の割合は，壮年期では増加していますが，高齢期では減少しています。

ライフステージ	行動目標	指標	計画策定時の調査値	目標値	今回調査値	評価	
乳幼児期～青年期 (19歳まで)	食品ロス削減のため に行動する	朝食や夕食を残す ことがある人の割合	小学6年生	39.6%	20.0%	41.0%	×
			中学2年生	34.3%	20.0%	38.2%	×
			高校2年生	30.6%	20.0%	27.8%	○
成年期 (20～39歳)	栄養成分表示や産地 表示等をよく見て食 品を購入する	食品購入時に栄養成分表示や産 地表示を参考にしている人の割合	58.0%	62.0%	57.1%	△	
壮年期 (40～64歳)	栄養成分表示や産地 表示等をよく見て食 品を購入する	食品購入時に栄養成分表示や産 地表示を参考にしている人の割合	68.3%	83.0%	71.5%	○	
高齢期 (65歳以上)	栄養成分表示や産地 表示等をよく見て食 品を購入する	食品購入時に栄養成分表示や産 地表示を参考にしている人の割合	73.4%	85.0%	68.0%	×	

【3】福山市命とこころを育む計画2018の取組状況

基本目標3 命とこころを支える健康づくりの推進

基本方針1 こころの健康づくりの推進

(再掲) P30 基本方針1 生活習慣の改善 3 休養・こころ

<行政・関係団体による主な取組>

- こころの健康づくりに関する講演会や健康教育を実施し、こころの健康に関する知識を普及・啓発しています。
- 健康ふくやま 21 フェスティバルにおいて、ストレス対処法や睡眠の大切さについて周知・啓発しています。
- 児童・生徒を対象に、授業で心の発達やいのちの大切さ等の学習を実施しています。
- 「こんにちは赤ちゃん訪問事業」で、子育ての不安や悩みに対応するとともに、相談窓口の紹介や産後うつ病の理解、対処法について助言しています。
- 職場において、心身の健康の保持増進を図るメンタルヘルスについての研修を実施しています。
- 高齢者の閉じこもり予防、フレイル予防、健康づくりを目的とした居場所づくりを支援しています。
- 地域において、世代間交流やボランティア活動を通じた生きがいつくりと社会参加を促進しています。

<目標達成状況と評価>

- 5歳の22時までに寝る子の割合は、目標値を達成しています。
- 睡眠による休養が十分にとれていない人の割合は、高校2年生で16.7%、成年期で25.6%と減少していますが、高齢期では12.0%と増加しています。
- 全てのライフステージにおいて、ストレスが多いと感じる人の割合が増加しています。
- 中学2年生、高校2年生では、ストレスを感じた時、うまく解消することができる人の割合が減少していますが、成年期、壮年期では増加しています。
- 高齢期では、積極的に外出している人の割合が49.1%と減少しています。

ライフ ステージ	行動目標	指 標	計 画 策 定 時 の 調 査 値	目 標 値	今 回 調 査 値	評 価	
乳幼児期 ～青年期 (19歳まで)	乳幼児期から望ましい生活習慣を身につける	5歳の22時までに寝る子の割合	40.2%	48.0%	57.0%	◎	
	しっかりと睡眠をとる	睡眠による休養が十分にとれていない人の割合	中学2年生	13.4%	7.0%	12.5%	△
			高校2年生	24.7%	12.0%	16.7%	○
	ストレスに自ら気づき、対処法を身につける	ストレスが多いと感じる人の割合	小学6年生	32.1%	26.0%	74.6%	×
			中学2年生	42.7%	30.0%	72.7%	×
			高校2年生	58.4%	50.0%	75.4%	×
		ストレスを感じた時、うまく解消することができる人の割合	中学2年生	72.8%	83.0%	70.5%	×
高校2年生	73.7%		84.0%	72.2%	×		
成年期 (20～39歳)	しっかりと睡眠をとる	睡眠による休養が十分にとれていない人の割合	31.1%	25.0%	25.6%	○	
	ストレスに自ら気づき、対処法を身につける	ストレスが多いと感じる人の割合	62.6%	53.0%	85.5%	×	
		ストレスを感じた時、うまく解消することができる人の割合	64.4%	74.0%	65.4%	○	
壮年期 (40～64歳)	しっかりと睡眠をとる	睡眠による休養が十分にとれていない人の割合	24.8%	20.0%	25.7%	△	
	ストレスに自ら気づき、対処法を身につける	ストレスが多いと感じる人の割合	58.3%	48.0%	82.2%	×	
		ストレスを感じた時、うまく解消することができる人の割合	62.1%	72.0%	68.7%	○	
高齢期 (65歳以上)	しっかりと睡眠をとる	睡眠による休養が十分にとれていない人の割合	3.7%	1.0%	12.0%	×	
	自分にあった趣味や生きがいを持ち、ストレスを解消する	ストレスが多いと感じる人の割合	29.3%	19.0%	57.8%	×	
		ストレスを感じた時、うまく解消することができる人の割合	65.6%	76.0%	66.2%	△	
	積極的に外出し、他者と交流を持つ	積極的に外出している人の割合	67.8%	73.0%	49.1%	×	

注:P30 基本方針1 生活習慣の改善 3 休養・こころ の内容を再掲しています。

基本方針2 相談支援体制の充実

<行政・関係団体による主な取組>

- 市ホームページに相談窓口一覧を掲載し、周知しています。
- こころの悩みや病気を持つ人や家族に対して、療養や社会復帰を支援するため、電話・来所・訪問等による相談を継続的に実施しています。また、支援について、関係機関や医療機関との連携を図っています。
- 生活困窮者の自立に向けて、生活全般にわたる支援を行うとともに、自立支援の地域のネットワークづくりを行っています。
- 児童虐待、DV、性的マイノリティ、いじめ、不登校、ひきこもり等の相談窓口を設け、関係課や関係機関と連携して相談に対応するとともに、相談窓口を周知しています。
- 福山・府中地域いのち支える相談支援事業において自殺未遂者の支援を行っています。
- 自死遺族に対する個別支援を行っています。
- 多重債務者が抱える精神的な負担を軽減するため、債務関連相談や法律相談を実施しています。
- スクールカウンセラー等により、様々な教育問題に関する相談に対応しています。
- 青少年の非行や問題行動に関する相談に対応しています。
- 福山ネウボラ相談窓口「あのね」等において、妊娠・出産・子育てに関する相談に対応しています。
- こころの悩みや病気を持つ人・家族に対して、精神科医師によるこころの健康相談を行っています。
- ひきこもり状態にある人や家族に対して、臨床心理士によるひきこもり専門相談や家族交流会等を実施しています。
- 地域包括支援センターで、高齢者虐待等の高齢者に関わる総合相談支援を行っています。

<目標達成状況と評価>

- 成年期、壮年期では、悩みごとや心配があった時、市や職場、学校に相談できる窓口があることを知っている人の割合が目標値を達成していますが、小学6年生、中学2年生では減少しています。
- 乳幼児・児童・生徒の保護者では、日頃の自分の気持ちや悩みを打ち明けたり、相談相手がいる人の割合が目標値を達成しています。

ライフ ステージ	行動目標	指 標	計 画 策 定 時 の 調 査 値	目 標 値	今 回 調 査 値	評 価	
乳幼児期 ～青年期 (19歳まで)	困った時に相談できる 窓口があることを知っ ておく	悩みごとや心配があ ったとき、市や職 場、学校に相談でき る窓口があることを 知っている人の割合	小学6年生	76.1%	86.0%	56.8%	×
			中学2年生	71.5%	82.0%	65.8%	×
			高校2年生	69.4%	79.0%	70.6%	○
成 年 期 (20～39歳)	不安や悩みがあった 時に相談できる窓口 があることを知ってお く	悩みごとや心配があ ったとき、市や 職場、学校に相談でき る窓口があることを 知っている人の割合		46.5%	57.0%	60.9%	◎
	子育てや職場での不 安や悩みを一人で抱 え込まずに、相談する	日頃の自分の気持ち や悩みを打ち明けたり、 相談相手がいる人の割 合 【乳幼児・児童・生徒の保護者】		63.8%	65.0%	95.7%	◎
壮 年 期 (40～64歳)	不安や悩みがあった 時に相談できる窓口 があることを知ってお く	悩みごとや心配があ ったとき、市や 職場、学校に相談でき る窓口があることを 知っている人の割合		48.5%	59.0%	59.2%	◎
	子育てや職場での不 安や悩みを一人で抱 え込まずに、相談する	日頃の自分の気持ち や悩みを打ち明けたり、 相談相手がいる人の割 合 【乳幼児・児童・生徒の保護者】		63.8%	65.0%	93.0%	◎
高 齢 期 (65歳以上)	不安や悩みがあった 時に相談できる窓口 があることを知ってお く	悩みごとや心配があ ったとき、市や 職場、学校に相談でき る窓口があることを 知っている人の割合		41.7%	52.0%	50.7%	○

基本方針3 気づき・見守り・つなげる体制の充実

<行政・関係団体による主な取組>

- ゲートキーパー養成研修を実施し、こころの不調のサインや対処方法について理解し、適切な相談先につなげられるよう支援しています。
- ゲートキーパーの役割について、リーフレットの配布や市ホームページを通じて周知・啓発しています。
- 自殺対策庁内連絡会議において、取組について共有し、よりよい支援体制づくりに取り組んでいます。
- 断酒会や家族会等の自助グループの活動を支援するとともに、個別支援するための連携を図っています。

<目標達成状況と評価>

- 小学6年生，中学2年生では，過去6か月間に「生きるのがつらい」「いなくなってしまう」と思ったことがある人の割合が増加しています。
- 成年期，壮年期，高齢期において，過去6か月間に「死にたい」と思うほどの悩みを感じる人があった人の割合が増加しています。
- 成年期，壮年期では，自殺予防の役割を持つ「ゲートキーパー」とは何か知っている人の割合が増加しています。

ライフ ステージ	行動目標	指 標		計画 策定時の 調査値	目標値	今回 調査値	評価
乳幼児期 ～青年期 (19歳まで)	身近な人の変化に気づき、声をかける	過去6か月間に「生きるのがつらい」「いなくなってしまう」と思ったことがある人の割合	小学6年生	16.0%	8.0%	21.0%	×
			中学2年生	18.4%	9.0%	20.4%	×
			高校2年生	20.8%	10.0%	18.3%	○
成年期 (20～39歳)	職場や家庭等，身近な人の変化に気づき，気持ちを受けとめて，話を聞く	過去6か月間に「死にたい」と思うほどの悩みを感じる人があった人の割合		11.6%	6.0%	12.6%	×
	悩みや問題を抱えている人に，必要に応じて相談をすすめ，見守る	自殺予防の役割を持つ「ゲートキーパー」とは何か知っている人の割合		5.0%	10.0%	7.1%	○
壮年期 (40～64歳)	職場や家庭等，身近な人の変化に気づき，気持ちを受けとめて，話を聞く	過去6か月間に「死にたい」と思うほどの悩みを感じる人があった人の割合		7.9%	4.0%	9.4%	×
	悩みや問題を抱えている人に，必要に応じて相談をすすめ，見守る	自殺予防の役割を持つ「ゲートキーパー」とは何か知っている人の割合		4.4%	9.0%	6.8%	○
高齢期 (65歳以上)	身近な人の変化に気づき，声をかけ，話を聞く	過去6か月間に「死にたい」と思うほどの悩みを感じる人があった人の割合		5.6%	3.0%	6.9%	×
	悩みや問題を抱えている人に，必要に応じて相談をすすめる	自殺予防の役割を持つ「ゲートキーパー」とは何か知っている人の割合		4.6%	9.0%	4.3%	△

【4】今後の主な課題

本市では、「ふくやま健康フクイク21いきいきプラン2018」に基づいて実施している施策や事業について、その進捗状況を整理し、点検を行うことによって課題を抽出し、今後の取組に反映させることとしています。

ここでは、これまでの事業の取組状況と市民健康意識調査報告書の内容を踏まえ、今後の主な課題を整理しました。

基本目標1 健康寿命の延伸

基本方針1	生活習慣の改善
-------	---------

1 食生活

- 朝食を毎日食べている人の割合が減少しています。特に成年期で朝食の欠食が多く見られます。朝食を食べることの重要性や朝食欠食の健康への影響について情報提供する等、啓発を強化する必要があります。
- 小学6年生で、ひとりで食事をする人が多い人が増加しています。共食をすることは、規則正しい食生活や多様な食品摂取につながる事が報告されています。共食への関心を高めることができるよう、引き続き、啓発を行う必要があります。
- 食育という言葉やその意味を知っている人の割合が、中学2年生で減少し、児童・生徒で言葉も意味も知らないと回答した人が増加しています。一方、食育に関心がある人の割合は、成年期・壮年期男性及び高齢期で増加し、60%を超えています。食への関心を深める継続した取組を行う必要があります。
- 自分にとって適切な食事内容・量を知っている人の割合が、全世代において減少し、成年期男性では、約60%の人が知らないと回答しています。また、成年期男性で、20%を超える人が栄養バランスを考えて食事をしていないと回答しています。望ましい食事内容や量について、わかりやすく啓発を行う必要があります。
- 小学6年生男子で肥満傾向児が多く見られることから、小児期からの将来を見据えた健康な身体づくりや適切な食生活で適正体重を保つ必要性について啓発を行う必要があります。また、壮年期で肥満の人が多く見られることから、適切な食生活と栄養バランスの大切さや適正体重の維持について、継続的な啓発を行う必要があります。

2 運動

- 運動不足と感じている中学生が増えています。運動習慣（1回30分以上の運動を週2回以上行う）のある人の割合は、壮年期女性では減少しています。
各ライフステージでの目標値達成に向けて、継続的な運動や身体を動かすことの重要性をライフステージに応じて啓発する必要があります。
- 身近な地域等で運動を継続できるような機会の提供が必要です。

3 休養・こころ

- 睡眠に関しては、全世代で約80%が睡眠による休養がとれていると回答しており、改善傾向にあります。また、ストレスに関しては、ストレスが多いと感じる人の割合が全世代で増加し、高齢期を除くと80%前後となっています。一方でストレスに対処できている人の割合については、成年期以降は増加傾向にあります。今後も引き続き、睡眠や休養の大切さ、ストレス対処法等について啓発を行い、適切な睡眠時間の確保と休養を促す必要があります。
- 65歳以上で積極的に外出している人の割合が減少しています。高齢者の閉じこもり予防に取り組む必要があります。

4 喫煙

- 壮年期女性、高齢期においては、喫煙率が増加しています。たばこが身体に及ぼす危険性や禁煙の正しい知識について、周知・啓発を行う必要があります。
- 20歳未満の人や妊婦の喫煙防止に向けて、継続的な啓発が必要です。
- 受動喫煙防止に向けた周知・啓発、イエローグリーンリボン運動の一層の推進を図る必要があります。

5 飲酒

- 20歳未満の人の飲酒防止について、周知・啓発を行う必要があります。
- 適量を超える飲酒が心身に及ぼす影響等について、周知・啓発を行い、生活習慣病のリスクを高める量の飲酒の防止に取り組む必要があります。
- 妊婦・授乳中の飲酒をする母親の割合は減少しましたが、引き続き、妊産婦の飲酒が胎児・乳児に与える影響について周知・啓発を行い、飲酒防止の取組を行う必要があります。

6 歯と口腔

- 3歳及び12歳のむし歯のない子の割合や12歳のむし歯の平均本数は、改善または目標値を達成しています。また、成年期、壮年期における年1回歯科健診を受診している人の割合、妊婦歯科健診の受診率については目標値を達成しています。引き続き、むし歯予防、歯周病予防のための健康教育や講演会等を行うとともに、定期的な歯科健診の必要性について、啓発を行う必要があります。
- 高齢期では、何でもよく噛んで食べている人の割合が減少しています。壮年期からのオーラルフレイル予防に取り組む必要があります。

基本方針 2

自らの健康状態の把握と病気の早期発見・早期治療

- 効果的な特定健康診査・がん検診の受診勧奨が必要です。
- 特定健康診査・がん検診の受診率向上のため、引き続き、医療機関や関係機関と連携を図る必要があります。
- 女性特有のがん検診の必要性について、周知・啓発を行う必要があります。
- 生活習慣病の発症を予防するために、特定保健指導の実施率を上げる必要があります。
- がん検診・肝炎ウイルス検診の結果、異常があったら、すぐに受診する等の行動ができるよう、啓発を行う必要があります。

基本方針 3

地域で取り組む健康づくりの推進

- 健康づくりの分野において地域で活動したり、行事に参加する人の割合は、成年期や壮年期では大きな変化はありません。引き続き、地域の活動や行事に積極的に参加し、健康づくりが行えるよう、関係団体とともに取組を進めていくことが必要です。
- 多くの市民が健康づくりに関するボランティア活動に取り組めるよう、活動の支援と担い手の育成を進める必要があります。

基本方針 4

フレイル予防の推進

- フレイルに対する市民の関心は高まってきましたが、今後はさらに多くの市民がフレイル予防に取り組めるよう、引き続き周知・啓発が必要です。
- 自身のフレイル状態に早期に気づけるよう、フレイルチェックの機会を提供する必要があります。

基本目標 2 食育の実践

基本方針 1

食からの健康づくりの推進

(再掲) P52 基本方針 1 生活習慣の改善 1 食生活

- 朝食を毎日食べている人の割合が減少しています。特に成年期で朝食の欠食が多く見られます。朝食を食べることの重要性や朝食欠食の健康への影響について情報提供する等、啓発を強化する必要があります。
- 小学6年生で、ひとりで食事をする人が多い人が増加しています。共食をすることは、規則正しい食生活や多様な食品摂取につながるということが報告されています。共食への関心を高めることができるよう、引き続き、啓発を行う必要があります。

- 食育という言葉やその意味を知っている人の割合が、中学2年生で減少し、児童・生徒で言葉も意味も知らないと回答した人が増加しています。一方、食育に関心がある人の割合は、成年期・壮年期男性及び高齢期で増加し、60%を超えています。食への関心を深める継続した取組を行う必要があります。
- 自分にとって適切な食事内容・量を知っている人の割合が、全世代において減少し、成年期男性では、約60%の人が知らないと回答しています。また、成年期男性で、20%を超える人が栄養バランスを考えて食事をしていないと回答しています。望ましい食事内容や量について、わかりやすく啓発を行う必要があります。
- 小学6年生男子で肥満傾向児が多く見られることから、小児期からの将来を見据えた健康な身体づくりや適切な食生活で適正体重を保つ必要性について啓発を行う必要があります。また、壮年期で肥満の人が多く見られることから、適切な食生活と栄養バランスの大切さや適正体重の維持について、継続的な啓発を行う必要があります。

基本方針2

食文化の継承と創造，体験・交流の推進

- 地産地消の考え方を知っていて、それを実践している人の割合が減少し、地産地消を知らない人の割合も増加しています。地産地消への関心を高めることができるよう、啓発を強化する必要があります。
- 農業に関する体験をしたことがある人の割合が、小学6年生・中学2年生を除き、減少しています。体験したことがない理由として、関心がないと回答した人が多いことから、農業体験の魅力向上に取り組む必要があります。
- 本市の伝統料理や郷土料理を知っている人の割合が、全世代で増加しています。家庭で伝承することが難しい社会環境の中で、食文化の継承ができるよう、地域のボランティア団体や食育に関わる関係団体が連携し、取り組む必要があります。

基本方針3

食の安心・安全と環境にやさしい取組の推進

- 食事や購入した食品を食べずに、捨ててしまうことがある人の割合が、成年期では30%を超え、幼児・児童・生徒の保護者では約50%となっています。食品ロスの約半分は家庭から排出されている現状があることから、家庭での取組が重要なため、食品ロス削減に配慮した購買行動や食べ残しが発生しないよう意識変容に向けた取組が必要です。
- 食品購入時に栄養成分表示や産地表示を参考にしていない人が男性や成年期女性に多く見られます。健康と健全な食生活の実現には、食に関する知識と食を選択する力を身につけることが重要です。引き続き、表示の活用に向けて、普及・啓発に取り組む必要があります。

基本目標3 命とこころを支える健康づくりの推進

基本方針1 こころの健康づくりの推進

(再掲) P53 基本方針1 生活習慣の改善 3 休養・こころ

- 睡眠に関しては、全世代で約80%が睡眠による休養がとれていると回答しており、改善傾向にあります。また、ストレスに関しては、ストレスが多いと感じる人の割合が全世代で増加し、高齢期を除くと80%前後となっています。一方でストレスに対処できている人の割合については、成年期以降は増加傾向にあります。今後も引き続き、睡眠や休養の大切さ、ストレス対処法等について啓発を行い、適切な睡眠時間の確保と休養を促す必要があります。
- 65歳以上で積極的に外出している人の割合が減少しています。高齢者の閉じこもり予防に取り組む必要があります。

基本方針2 相談支援体制の充実

- 相談できる窓口があることを知っている人の割合が、小学6年生と中学2年生では減少していますが、成年期、壮年期では目標値を達成し、高齢期においても改善しています。今後も、ライフステージに応じた相談窓口の周知・啓発や切れ目のない支援が行えるよう関係団体・機関と連携を図る必要があります。

基本方針3 気づき・見守り・つなげる体制の充実

- 「生きるのがつらい」「いなくなっただけいい」と思ったことがある人の割合が、小学6年生と中学2年生で増加しています。また、成年期、壮年期、高齢期では、「死にたい」と思うほどの悩みを感じる人が増加しています。
- 自殺予防の役割を持つ「ゲートキーパー」とは何か知っている人の割合は、成年期、壮年期で増加していますが、いずれの世代においても低い値となっています。自分や周囲の不調のサインに気づき、適切に相談につなげることができるようにゲートキーパーの養成やネットワークづくりを進める必要があります。