

第3章 第2次計画の評価・課題

1 第2次計画の評価・課題

本計画の策定にあたって、第2次計画の各ライフステージ*で設定した目標値の達成度及び目標の実現に向けた施策の主な取組の進捗状況を評価し、本計画に向けた課題を整理しました。

評価分析については、前計画の基本目標ごとに目標指標を評価し、目標達成のできていない指標に関連する施策を課題点としてまとめています。

目標値の評価

各指標の目標値の達成状況について、「A：(達成) 目標値に達した」「B：(改善) 目標値に達していないが、改善傾向にある」「C：(維持) 変化なし」「D：(悪化) 悪化した」「E：(判定不能) 評価不能」の5段階で判定し評価。評価にあたっては、令和5年度分を含む直近の実績値をあてはめています。

■ 評価の総括

- 妊娠・乳幼児期については、概ね目標を達成・改善しています。
- 児童・生徒期については、目標が未達成な指標が多くなっています。食育や食生活に関する指標の悪化が見られ、小中学生の規則正しい食習慣の定着に向けた啓発や家庭への働きかけの更なる充実が望まれる結果となっています。
- 成人期については、目標を達成・改善している指標が多いですが、「喫煙」については、前期から悪化しており、喫煙の健康に与える影響について啓発をさらに継続することが必要となっています。
- 高齢期については、食習慣や運動習慣などの指標で改善がみられる傾向となっていますが、介護予防教室等への参加については、新型コロナウイルス感染症の影響もあり、参加が落ち込み **D 評価** となっています。

【指標(目標値)評価一覧】※8月現在(測定予定は除く)

ライフ ステージ期	【A】 (達成)	【B】 (改善)	【C】 (維持)	【D】 (悪化)	【E】 (判定不能)	指標数
妊娠・乳幼児期 (0～5歳)	5件 (50.0%)	6件 (41.7%)	—	1件 (8.3%)	—	12件
児童・生徒期 (6～18歳)	1件 (6.3%)	3件 (18.7%)	3件 (18.7%)	9件 (56.3%)	—	16件
成人期 (19～64歳)	3件 (42.8%)	2件 (28.6%)	—	2件 (28.6%)	—	7件
高齢期 (65歳以上)	3件 (42.8%)	1件 (14.4%)	—	3件 (42.8%)	—	7件
全体	12件 (28.6%)	12件 (28.6%)	3件 (7.1%)	15件 (35.7%)	—	42件

(1) ライフステージ*別施策の指標評価

① 妊娠・乳幼児期（0～5歳）の健康づくり

【目標値の評価】

- A 評価（達成）が 50.0%、B 評価（改善）を含めると 91.7%となり、概ね目標を達成しています。
 □MR（麻しん風しん混合ワクチン）第2期接種率については、前期の数値を下回り **D 評価**となっています。

（指標一覧）

指標	前期平均値 (2014-2017)	目標値	現状値 (2023 年度)	判定
① 親子で参加できる場の提供を行います				
○親子で参加する教室の参加延べ人数	857 人	700 人	887 人	A
○子育て支援センターでの講座の開催回数	24 回	28 回	94 回	A
○子育て支援センター来所者数	3,394 回	5,000 回	10,391 回	A
○行政が実施する親子イベントへの参加人数	—	3,000 人	2,140 人	B
② 安心して子育てできる体制をつくります				
○子育て世代包括支援センター*（総合相談窓口）の認知度	未実施	85.0%	66.6%	B
③乳幼児健康診査の受診率を上げます				
○乳幼児健康診査受診率	96.2%	98.0%	97.6%	B
④予防接種の接種率を上げます				
○MR（麻しん風しん混合ワクチン）第2期接種率	94.0%	96.0%	91%	D
○日本脳炎1期接種終了者率（小学2年生）	71.7%	80.0%	76%	B
⑤むし歯のない子どもの割合を高めます				
○むし歯のない子どもの割合（1歳6か月児）	98.4%	99.0%	99.5%	A
○むし歯のない子どもの割合（3歳児）	83.3%	85.0%	93.5%	A
⑥ 妊婦の健康づくりを推進します				
○粕屋歯科医師会（協力医）の妊産婦歯科健診受診率	14.7%	20.0%	16.0%	B
○妊婦健診補助券の一人当たり平均利用回数	10 回	13 回	11 回	B

② 児童・生徒期（6～18 歳）の健康づくり

【目標値の評価】

□D 評価（悪化）が **56.3%** となり、目標が未達成な指標が多くなっています。

□食育や食生活に関する指標の悪化が見られ、小中学生の規則正しい食習慣の定着に向けた啓発や家庭への働きかけの更なる充実が望まれる結果となっています。

（指標一覧）

指標			前期平均値 (2014-2017)	目標値	現状値 (2023 年度)	判定
① 食育を推進します						
○食体験を通じた料理教室への参加人数			490 人	400 人	373 人	D
○子どもの栄養・食事についての情報提供			126 回	130 回	126 回	C
○行事食・郷土食への取り組み			未実施	132 回	245 回	A
○子どもの生活習慣病*を予防する健康教育や食育イベントの開催			21 回	21 回	12 回	D
③子どもの生活習慣病*予防に取り組みます						
○肥満傾向児の割合 (中等度肥満傾向児)	小学 6 年生	男子	4.23%	3.20%	3.46%	B
		女子	2.05%	1.80%	3.41%	D
	中学 3 年生	男子	2.20%	1.10%	3.00%	D
		女子	2.75%	1.10%	3.29%	D
○肥満傾向児の割合 (高度肥満傾向児)	小学 6 年生	男子	1.50%	0.50%	2.69%	D
		女子	0.43%	0.20%	1.52%	D
	中学 3 年生	男子	0.80%	0.20%	0.86%	C
		女子	0.60%	0.20%	0.41%	B
④規則正しい生活習慣を身につけます						
○朝食を毎日食べている児童・生徒の割合	小学 6 年生		85.9%	93.9%	85.5%	C
	中学 3 年生		83.0%	92.6%	72.2%	D
⑤むし歯のない子どもの割合を高めます						
○平均むし歯数	小学 6 年生		0.54 本	0.30 本	0.65 本	D
	中学 3 年生		1.40 本	0.60 本	0.95 本	B

③ 成人期（19～64 歳）の健康づくり

【目標値の評価】

□A 評価・B 評価をあわせて 71.4%となり、目標達成・改善している指標が多いですが、「喫煙」については、前期の数値を下回り D 評価となっています。

（指標一覧）

指標	前期平均値 (2014-2017)	目標値	現状値 (2023 年度)	判定
① 食生活改善を支援します				
○BMI*25 以上の人の割合	22.9%	20.5%	20.5%	A
② 定期的に運動に取り組むことができるよう支援します				
○「日頃自分の健康のために、何か心がけていること」の質問において、「ウォーキングや体操等適度な運動を心がけている」と答えた町民の割合	30.8%	40.0%	34.8%	B
③ 生活習慣病*等の予防の取り組みを行います				
○定期的に健診を受けている人の割合（特定健診*受診率）	30.1%	33.3%	30.6	B
④ こころや生活に関する悩み相談窓口の周知をします ※自殺対策計画の目標指標				
○「家族・親戚以外で相談できる人はどんな人」の質問において、相談できる人がいる町民の割合	77.6%	78.0%	72.9%	D
○ゲートキーパー*養成者数（累計）	未実施	125 人	172 人	A
⑤ 歯の健康に関する情報を提供します				
○「日頃自分の健康のために、何か心がけていること」の質問において、「歯磨き（入れ歯の手入れも含む）に気を配っている」と答えた町民の割合	45.4%	50.0%	51.4%	A
⑥ 禁煙方法を紹介します				
○現在、たばこを習慣的に吸っている	16.7%	14.0%	17.5%	D

④ 高齢期（65 歳以上）の健康づくり

【目標値の評価】

□A 評価、B 評価をあわせて 50.0%であり、改善がみられる傾向となっていますが、介護予防教室等への参加については、新型コロナウイルス感染症の影響もあり、参加が落ち込み D 評価となっています。

(指標一覧)

指標	前期平均値 (2014-2017)	目標値	現状値 (2023 年度)	判定
① 低栄養予防のために、食生活改善のための支援をします				
○「バランスの良い食事を心がけている」のアンケートにおいて「している・時々している」と答えた町民の割合※1	87.0%	88.0%	91.0%	A
○地域で低栄養予防を含めた栄養講話の回数	25 回	30 回	26 回	B
② ロコモティブシンドローム*予防の普及に取り組みます				
○「自分の体力や健康状態にあった運動をしている」のアンケートにおいて「している・時々している」と答えた町民の割合※2	73.9%	74.5%	75.6%	A
③ 介護予防に関する取り組みを啓発します				
○介護予防教室（うきうきルーム）の実施回数	407 回	465 回	153 回	D
○介護予防教室（うきうきルーム）の参加実人数	853 人	920 人	564 人	D
○地域への講師派遣の際、内容について「よかった」と答えた方の割合	84.0%	90.0%	70.4%	D
⑤ 噛む力、飲みこむ等を含めた口腔ケアを周知します				
○歯が 20 本以上ある高齢者の割合	47.7%	50.0%	65.8%	A

※1…今期アンケートの設問「あなたは、主食・主菜・副菜を3つそろえて1日2回以上食べることが週に何日ありますか」で「ほぼ毎日食べる」「週に4～5日食べる」「週に2～3日食べる」の回答率の計。

※2…今期アンケートの設問「あなたは、1日に30分以上の少し息がはずむ程度の運動をどれくらい行っていますか」で「まったくしない」「無回答」を除く回答率。

(2) 分野別にみた施策の取組状況の評価

計画に記載する各施策項目において、現状の主な取組状況の成果（○）と課題（●）を評価しています。

① 食生活（食育推進計画を含む）

【関連する施策（行政の取組）における主な成果・課題】

（妊娠・乳幼児期）

○マタニティ教室・離乳食教室をはじめ、乳幼児健診で全員に配付している冊子、個別相談を通じて食事の大切さを啓発している。

（児童・生徒期）

○「食育料理教室」や授業、給食時間を通じて栄養・食事・早寝早起き朝ごはんの大切さについて学ぶ機会を設けている。

○給食試食会を通じ、保護者に子どもの栄養・食事について講話をしている。

●食に関心のある保護者だけではなく、関心の少ない保護者に向けた取組を考える必要がある。

（成人期・高齢期）

○料理教室やイベント等、食生活改善推進会による啓発活動を行っている。

●対象が限られた場での啓発活動が多いため、広く啓発できるよう方法を検討する必要がある。

（高齢期）

○町で実施している介護予防教室内で、栄養士による低栄養等をテーマにした栄養講話を実施している。

●低栄養防止のため、継続して低栄養予防に関する講話をする必要がある。

② 運動

【関連する施策（行政の取組）における主な成果・課題】

（児童・生徒期）

○体力測定を実施しているほか、体力向上のための様々な取組を一校一取組として行っている（なわとびチャレンジ、ドッチボールラリー、授業前のランニング等）。

●運動する子と全くしない子の二極化が課題。中間層を増やせるよう軽運動の推奨を行う。

（児童・生徒期・成人期・高齢期）

○志免町スポーツフェスタ、綱引き大会等のスポーツイベントを行っている。

（成人期・高齢期）

○町広報やホームページにてロコモ*予防、フレイル*予防に関する記事を掲載し、周知啓発を図った。

（高齢期）

○高齢者に対して、自宅でできる運動についてリーフレットを作成し、健康課窓口や保健事業内で随時配布し、周知を図った。

③ 健康管理・予防

【関連する施策（行政の取組）における主な成果・課題】

（妊娠・乳幼児期）

- 妊婦健康診査、4 か月・1 歳 6 か月・3 歳児健診及び 10 か月児・2 歳児相談を集団健診で実施し、異常の早期発見や受診勧奨、育児相談等を行った。
- 発達の遅れ等、心配のある未就学児・保護者を対象に、臨床心理士による個別相談を実施し、療育等必要な場合は関係機関と連携支援を行った。

（児童・生徒期）

- 健康診断や各種検診を実施している。健康診断後、病院受診を促し、早期発見へ繋げている。
- 薬物乱用防止に係る授業を実施している。

（成人期・高齢期）

- 40 歳から 74 歳の国保加入者に対し、集団と個別での特定健診*を実施。保健指導は健診結果に関わらず全員を対象に行っている。健診未受診者へは勧奨ハガキを送付する等、受診勧奨を実施している。
- 特定健診*・がん検診ともに土日実施日を設け、受診しやすい環境を整えるとともに、インターネット予約を開始し、24 時間予約可能な体制を整えた。
- 特定健診*受診率が伸び悩んでいる。特定保健指導*の実施率が低下している。

（高齢期）

- 高齢者に対し、介護予防教室内で糖尿病*や高血圧症等の生活習慣病*の重症化予防に関する情報の周知を行った。
- 地域の公民館等やふれあいセンターで介護予防教室を実施し、理学療法士等によるフレイル*予防をベースとした運動を実施している。
- 保健師の訪問等により、高齢者の生活や身体状況の把握を行い、介護予防事業や運動に関する情報提供を行っている
- 認知症サポーター*養成講座や介護予防教室にて認知症の予防について周知を行っている。
- 高齢者数は増加しているが、介護予防教室の参加者数が減っている。
- 今後さらに高齢者数が増加することが見込まれるため、介護予防やフレイル*予防、認知症予防の推進が必要である。

④ こころ・休養

【関連する施策（行政の取組）における主な成果・課題】

（妊娠・乳幼児期）

- 母子手帳交付・訪問・乳幼児健診時に、妊娠期から子育て期までの相談支援を行った。
- 相談内容の多様化（生活困窮やDV*等）により、更なる関係機関との連携支援が必要。
- マタニティ教室や0歳児親子教室を開催し、妊娠・乳幼児期の情報提供や、仲間づくりに取り組んだ。
- 臨床心理士による産前・産後メンタルヘルス*相談を月1回実施し、相談支援や受診勧奨を行った。

（児童・生徒期）

- 早寝早起きについて保護者だけでなく、児童生徒自身の評価を取り入れる等して多角的な方向から向上をめざしている。
- 道徳教育の充実を進めており、授業研修会を中核として道徳科の指導力向上を行い、道徳教育の量と質を確保している。
- 教育相談週間を設定し、担任との2者面談を行っている。カウンセリングマインドで話を聞き、相談しやすい環境（学校・職員）を整えている。

（成人期・高齢期）

- こころの健康づくり相談を対面・電話で実施した。また、健康課内にも精神保健福祉士を常時配置し、随時精神保健に関する相談に対応した。
- 庁内窓口等にこころの相談窓口のチラシやメンタルヘルス*ケアのパンフレットを配架するとともに、相談時に必要と思われる方に相談窓口の案内をしている。
- 相談内容が多種多様となり、より様々な機関との連携が必要となっている。

（高齢期）

- 高齢者の地域活動を促進するため、地域の公民館等やふれあいセンターで介護予防教室を実施し、高齢者に参加を案内することで、閉じこもりやうつ予防を図った。
- シニアクラブ連合会の活動に対する補助金の交付、定期総会や大会の開催を支援した。
- 閉じこもり傾向のある人の地域活動への参加になかなかつながらない。
- 高齢者の就業ニーズの変化、ライフスタイルの多様化、コロナ化での行動制限等により、シニアクラブの会員数の減少や役員の担い手不足といった課題を抱えている。

⑤ 歯・口腔

【関連する施策（行政の取組）における主な成果・課題】

（妊娠・乳幼児期）

- 歯科衛生士による、10 か月児相談の希望者に個別相談・ブラッシング指導を行った。
- 町内歯科医師と協力し、1 歳 6 か月児・3 歳児健診での歯科健診・ブラッシング指導・フッ素塗布*を実施した。

（児童・生徒期）

- 歯科健診を実施し、全員に結果を配付するとともに、結果に応じて受診を促す等している。
- 養護教諭と連携したブラッシング指導の授業を行っている。

（成人期・高齢期）

- 歯の健康に関する情報、歯科健診・歯周疾患検診について、広報やホームページで周知した。
- 糖尿病*の既往がある方等へ歯周病についてリスクの説明や医療機関受診を促した。
- 歯周疾患検診の受診率が低く、対象者へ十分に周知できていない可能性がある。

（高齢期）

- 地域の公民館等やふれあいセンターで介護予防教室を実施し、歯科衛生士や言語聴覚士による口腔ケアやオーラルフレイル*予防に関する講話を行った。

⑥ 飲酒・喫煙

【関連する施策（行政の取組）における主な成果・課題】

（妊娠・乳幼児期）

- 母子手帳交付・マタニティ教室・乳幼児健診等でパンフレットやポスター掲示等で飲酒や喫煙の害について周知した。

（児童・生徒期）

- 保健の授業において、飲酒・喫煙が及ぼす体への影響について考える機会を設けている。

（成人期・高齢期）

- 飲酒や喫煙に関するリスク、健康への影響等についてリーフレット等を配架し周知を行うとともに、リスクの高い方には禁酒・禁煙を促した。
- アルコール依存症の相談に、随時精神保健福祉士、保健師で対応。必要時、専門外来の案内・情報提供を行った。

⑦ 環境整備（医療等）

【関連する施策（行政の取組）における主な成果・課題】

（妊娠・乳幼児期）

- 子育て期からの相談および講座を、子育て支援センターおよび子育て支援課窓口にて実施。
- 全戸訪問、転入時に福岡県小児救急医療ガイドブックを渡し、小児救急医療の相談窓口の情報提供を行っている。
- 子育て支援センターが毎月発行する「にっこりカレンダー」に子育てサークル情報を掲載している。

（町民全般）

- 休日診療について周知するため、ホームページに粕屋医師会「休日当番医」を掲載している。

⑧ 自殺対策計画

【関連する施策（行政の取組）における主な成果・課題】

（１）町民への啓発と周知の強化

- うつ病やこころの病気等の自殺予防に関連するリーフレットを、窓口に配架し、普及・啓発を行った。
- ゲートキーパー*養成講座を年１～２回実施し、自殺対策の基礎知識やこころの健康づくりについて講話をすることで普及・啓発を図った。
- 町広報に町で実施しているこころの健康づくり相談に関する情報を毎月掲載。その他、「自殺予防週間」「自殺対策強化月間」にあわせて、相談窓口やメンタルヘルス*に関する情報を掲載した。
- 幅広い世代の人に相談窓口を利用してもらえるよう、周知が必要。

（２）自殺対策を支える人材育成と相談体制の強化

- 年１～２回、地域住民・役場職員を対象にゲートキーパー*養成講座を実施。R5 年度より参加者の理解度向上のため、入門編・実践編と難易度を分け実施した。
- 養成講座は毎回 30 人くらいの受講者がいるが、ゲートキーパー*の認知度は約 50%となっている。
- 民生委員による相談会や社会福祉協議会実施の生活困きゅう者の相談対応、法律相談や地域包括支援センターによる高齢者の相談対応を通して、生活困きゅう者や高齢者の相談対応・支援を行った。

（３）関係団体等との連携とネットワークの強化

- 福岡県主催の「粕屋地区精神障がい者社会復帰事業 自立支援関係機関会議」に年１回出席し、関係機関との情報共有を通して連携強化を図った。
- 孤独にならない地域づくりのため、年齢や状況に応じた居場所の情報提供として、福祉課で作成している居場所事例集を関係各課の窓口や社会福祉協議会等の関係機関に配架し周知。また、保健事業内でも必要時配布することで、居場所活動について情報提供を行った。
- 子育て支援センターを母子の相談先・居場所として窓口や乳幼児健診、町公式 LINE 等で周知を行った。
- 中学生から 18 歳までのこどもの居場所として「Relief」のしおりを中学生に配布。その他、町広報やホームページで周知した。

2 アンケート調査等の結果からみた課題

(1) 調査概要

本計画の策定にあたって、町民の健康に関する意識や行動、今後の健康づくり活動に関する意見等を把握する目的で、20歳以上の町民を対象としたアンケート調査ならびに健康づくりに関連する団体によるワークショップを実施しました。

① 町民の健康づくりに関するアンケート調査

■ 調査対象者	町内にお住まいの満20歳以上の方から無作為に抽出した2,000人の方
■ 調査方法	郵送による配布・回収及びインターネット上の回答
■ 調査期間	令和6年7月12日～7月31日
■ 回収数・率	601件 (30.1%)

② 健康づくりに関するワークショップ

■ 対象	健康づくり分野での活動に取り組む各種団体
■ 実施日	令和6年9月28日
■ 参加団体	6団体／参加者数 計38人 (志免町食生活改善推進会／志免町社会福祉協議会／志免町シニアクラブ連合会／ 志免町町内会連合会／志免町スポーツ協会／志免町スポーツ推進委員会/公募)



ワークショップの様子

(2) 町民の健康づくりに関するアンケート調査（概要）

① 健康状態/肥満度（BMI*判定）について

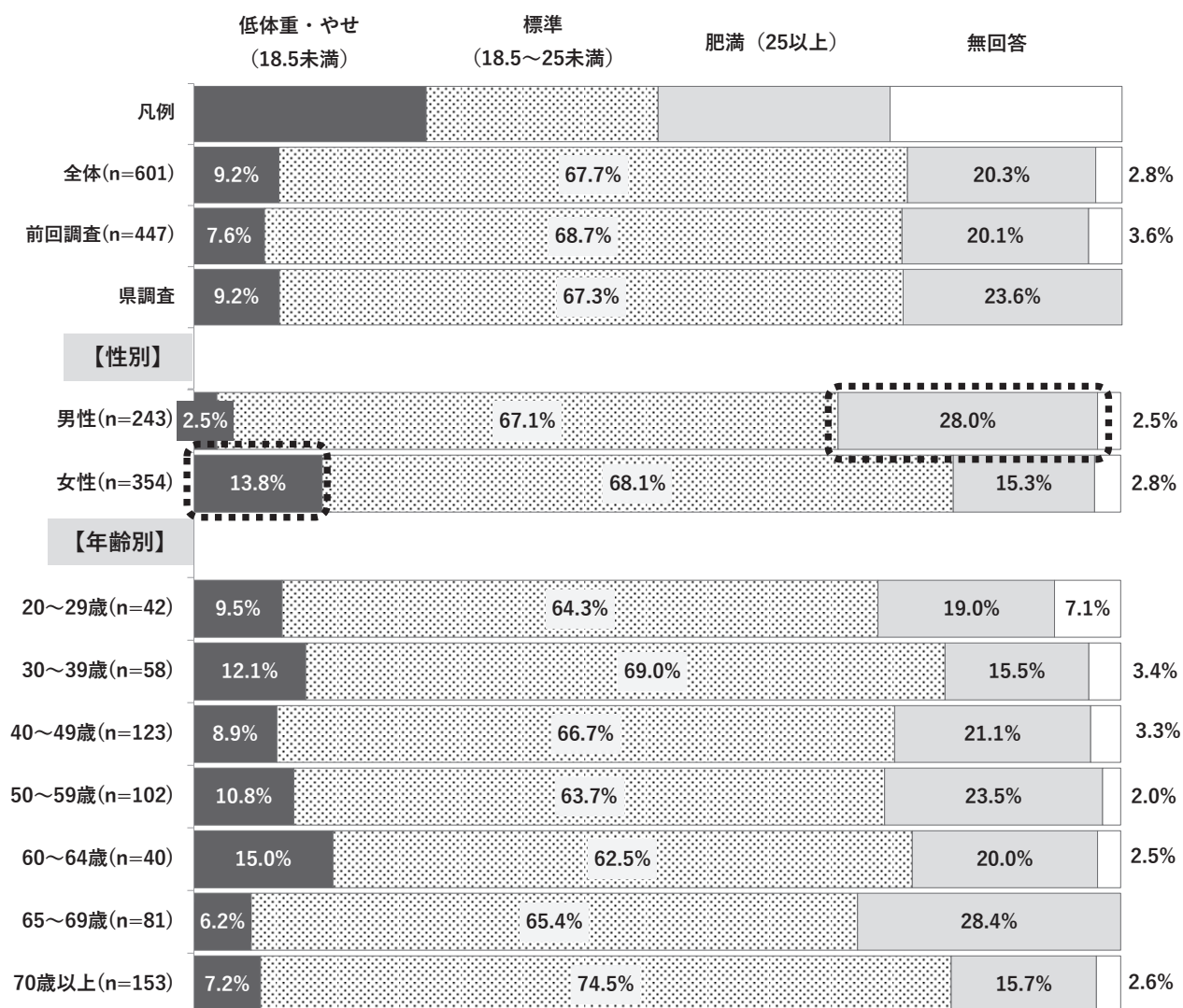
肥満度（BMI*判定）は前回調査と同様の結果だが県調査結果と比べ低く、男性の肥満、女性の低体重・やせの傾向が高くなっています。

身長・体重の回答に基づく肥満度（BMI*判定）を算出したところ、「肥満」が20.3%となり、前回調査とほぼ同様の結果となっています。県調査との比較では、やや低くなっています。

■ 「低体重・やせ」については、9.2%となり、前回調査と比較し若干高くなっています。

■ 性別でみると、「男性」で「肥満」傾向が高く、「女性」で「低体重・やせ」の傾向が高くなっています。

【問：身長・体重の回答に基づく BMI*判定】

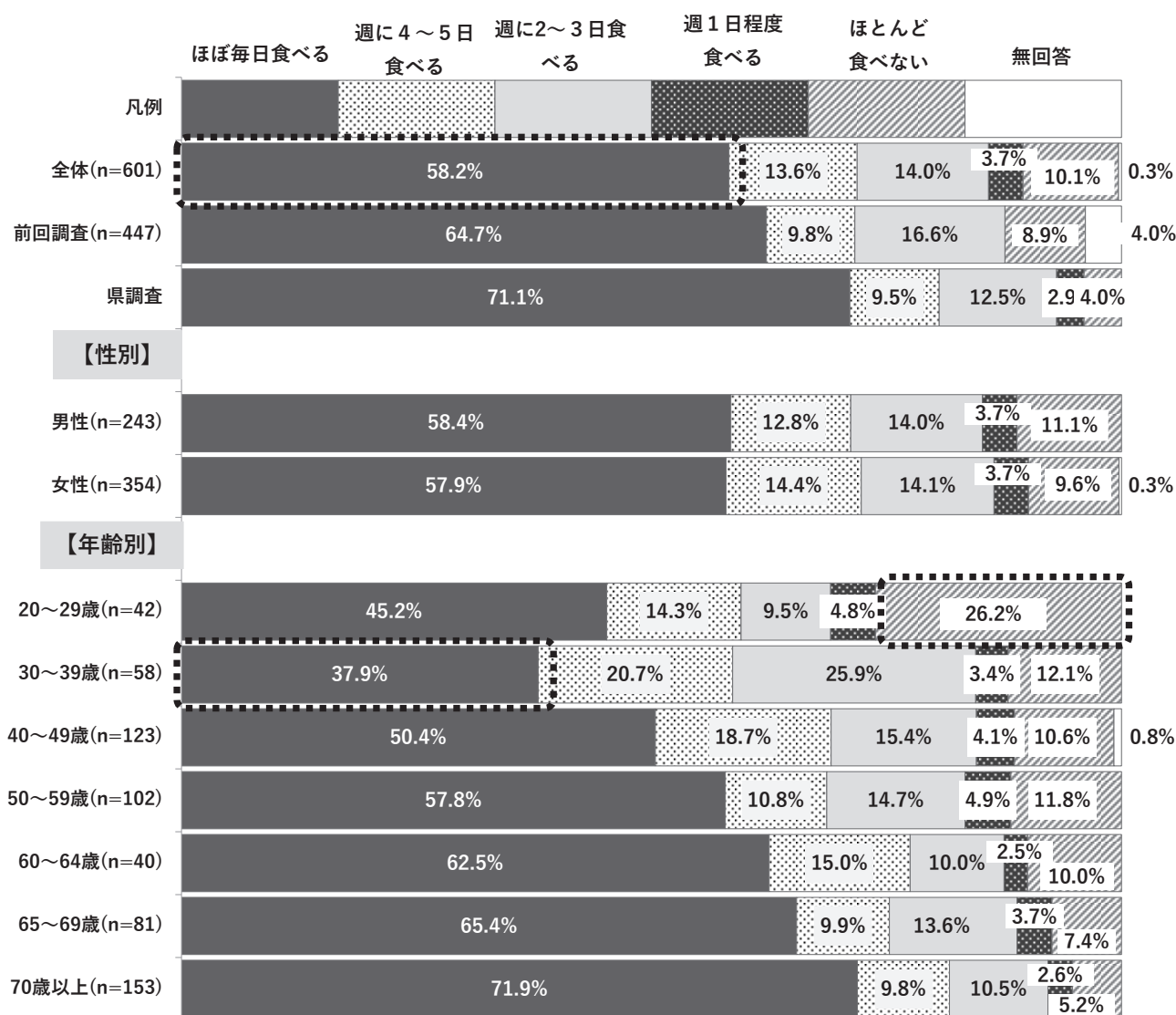


② 栄養・食生活について

栄養バランスの良い食事がとれている傾向が前回調査・県を下回り、更なる啓発が必要となっています。

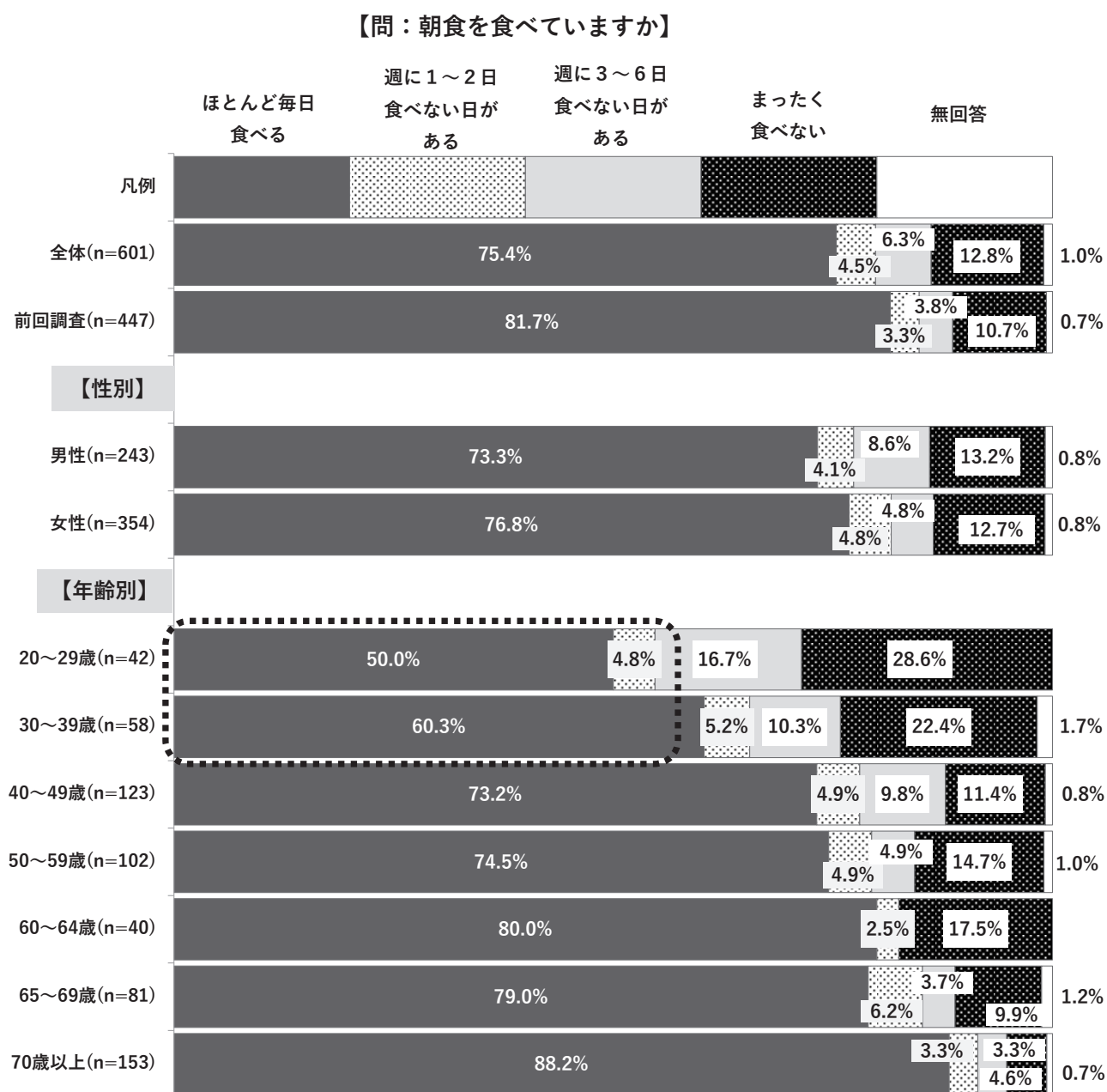
- 主食・主菜・副菜を3つそろえて1日2回以上食べることが「ほぼ毎日食べる」が58.2%と、前回調査、県調査を下回っており、町民へのバランスの良い食事に対する更なる啓発が必要となっています。
- 年齢別でみると、「20代・30代」の若年層で「ほぼ毎日食べる」が低く、特に「20代」では「ほとんど食べない」が多くなっています。

【問：あなたは、主食・主菜・副菜を3つそろえて1日2回以上食べることが週に何日ありますか】



朝食を「ほとんど毎日食べる」が20～30代では60%台と低く、適正な食生活改善に向けた啓発が必要となっています。

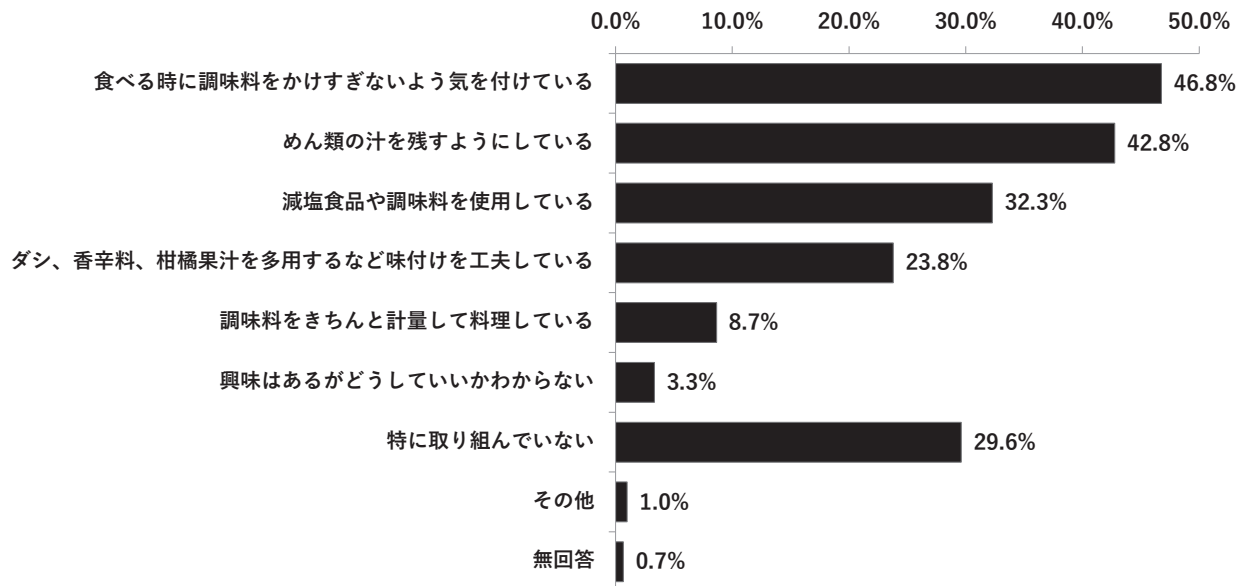
- 朝食を食べる頻度については、「ほとんど毎日食べる」が75.4%となり、前回調査と比較して若干低くなっています。
- 性別でみると、「男性」、年齢別でみると、「20代～30代」では「ほとんど毎日食べる」が低くなっており、男性・若い世代の食生活の改善が求められます。



若い世代で食事での減塩に向けて「特に取り組んでいない」が半数以上となっています。

- 減塩について取り組んでいることは「食べる時に調味料をかけすぎないよう気を付けている」が46.8%と約半数と最も多くなっています。次いで「めん類の汁を残すようにしている」が42.8%となっています。
- 性別でみると「男性」、年齢別でみると「20代」で「特に取り組んでいない」が最も高くなっています。

【問：あなたは、減塩について取り組んでいることはありますか／複数回答】



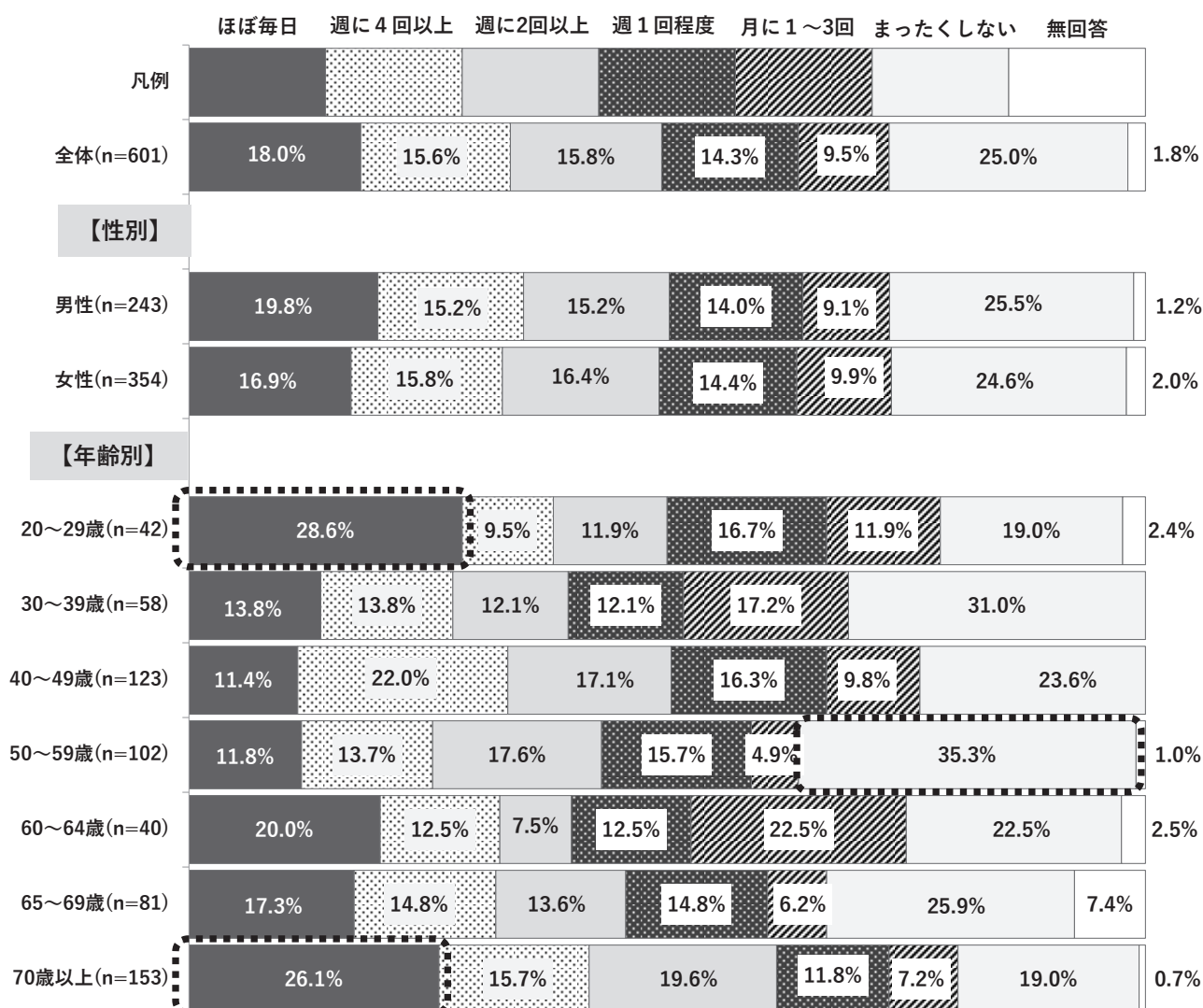
	全体 (n=601)	男性 (n=243)	女性 (n=354)	20～29歳 (n=42)	30～39歳 (n=58)	40～49歳 (n=123)	50～59歳 (n=102)	60～64歳 (n=40)	65～69歳 (n=81)	70歳以上 (n=153)
食べる時に調味料をかけすぎないよう気を付けている	46.8%	33.7%	56.2%	21.4%	31.0%	43.9%	48.0%	60.0%	63.0%	49.7%
めん類の汁を残すようにしている	42.8%	31.7%	50.6%	28.6%	44.8%	40.7%	43.1%	45.0%	43.2%	47.1%
減塩食品や調味料を使用している	32.3%	27.6%	35.9%	23.8%	29.3%	31.7%	23.5%	25.0%	38.3%	41.2%
ダシ、香辛料、柑橘果汁を多用するなど味付けを工夫している	23.8%	12.8%	31.1%	4.8%	19.0%	15.4%	29.4%	32.5%	25.9%	30.7%
調味料をきちんと計量して料理している	8.7%	2.5%	13.0%	4.8%	12.1%	8.1%	10.8%	12.5%	9.9%	5.9%
興味はあるがどうしていいかわからない	3.3%	2.9%	3.7%	2.4%	6.9%	4.1%	4.9%	5.0%	2.5%	0.7%
特に取り組んでいない	29.6%	42.8%	20.6%	59.5%	29.3%	33.3%	30.4%	20.0%	19.8%	25.5%
その他	1.0%	0.4%	1.4%	0.0%	1.7%	1.6%	2.0%	0.0%	1.2%	0.0%
無回答	0.7%	0.8%	0.3%	0.0%	1.7%	0.8%	1.0%	0.0%	0.0%	0.0%

③ 運動・身体活動について

運動頻度について、20代や高齢層では「ほぼ毎日」が多い、一方、50代では「まったくしない」が多く、運動する人としない人の格差がみられます。

- 運動の頻度について「まったくしない」が25.0%と最も高くなっており、次いで「ほぼ毎日」が18.0%となり、運動頻度に対する格差がみられます。
- 年齢別でみると「20代」「70歳以上」では「ほぼ毎日」の回答が高く、「50代」では「まったくしない」が高くなっています。

【問：あなたは、1日に30分以上の少し息がはずむ程度の運動をどのくらい行っていますか】

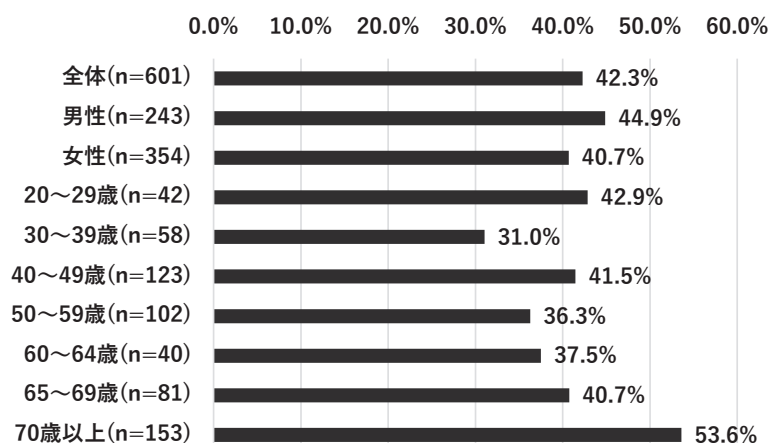


運動習慣のある者（1回30分以上の運動を週2日以上実施、1年以上継続）は「70歳以上」では半数以上と高くなっています。

- 週2回以上の運動を1年以上継続している回答者は**42.3%**となっています。運動している内容は「ウォーキング」が高くなっています。
- 各年齢別にみた「運動習慣のある者」（1回30分以上の運動を週2日以上実施し、1年以上継続している）は「**70歳以上**」で全体の割合が半数以上と高くなっています。

【全体における運動習慣のある人の割合（全体／性別・年代別集計）】

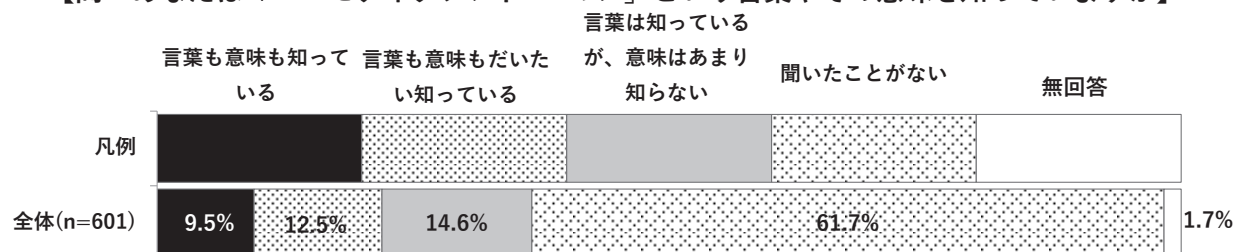
※「運動習慣のある者」とは、1回30分以上の運動を週2日以上実施し、1年以上継続している者



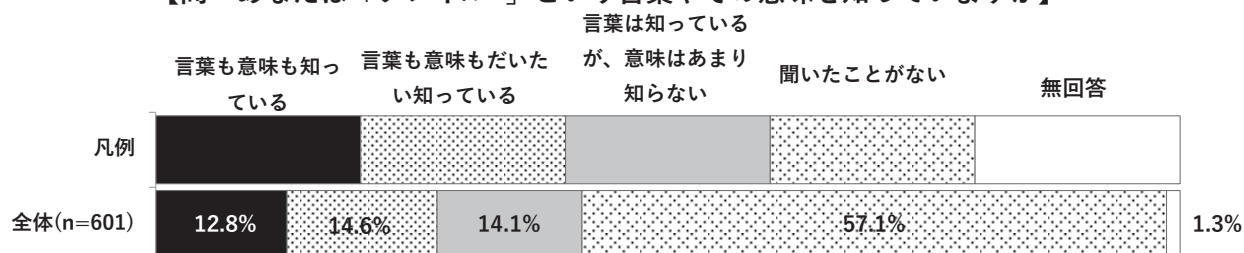
ロコモティブシンドローム*、フレイル*についての認知度が低くなっています。

- ロコモティブシンドローム*については「言葉も意味も知っている」は**9.5%**となり、「聞いたことがない」は**61.7%**と半数以上となり、認知度は低い結果となっています。
- フレイル*については「言葉も意味も知っている」は**12.8%**となり、「聞いたことがない」が**57.1%**と半数以上となり、認知度は低い結果となっています。

【問：あなたは「ロコモティブシンドローム*」という言葉やその意味を知っていますか】



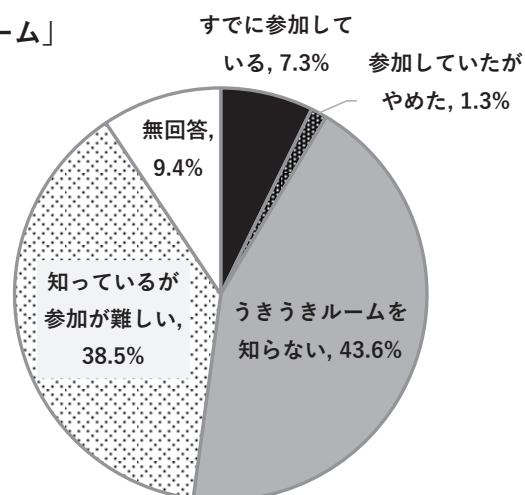
【問：あなたは「フレイル*」という言葉やその意味を知っていますか】



65 歳以上高齢者でフレイル*予防や介護予防の教室「うきうきルーム」が約半数となり、認知度が低くなっています。

■ 65 歳以上の方を対象に各公民館で軽運動や脳トレ、口腔指導等を行っている「うきうきルーム」について、「うきうきルームを知らない」が 43.6%と最も多く、認知度は低い結果となっています。次いで、「知っているが参加が難しい」も 38.5%と多くなっています。

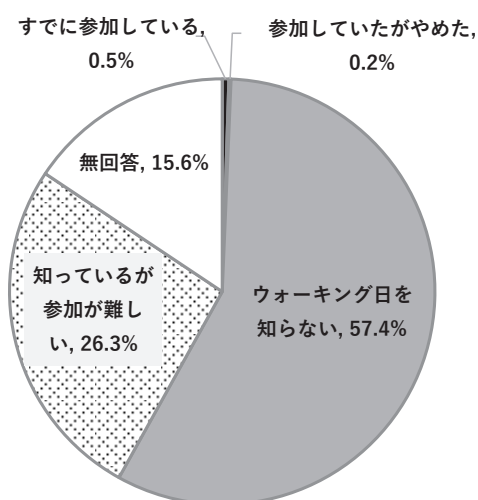
【問：志免町では、フレイル*や介護予防の教室「うきうきルーム」を開催していますが、参加したいと思いますか】
(65 歳以上 N=234)】



「みんなで歩こう！ウォーキング日」を知らない」が半数以上となっています。

■ 指導員のアドバイスを受けながらシーメイトの外周を歩く「みんなで歩こう！ウォーキング日」について、「ウォーキング日を知らない」が 57.4%と半数以上となり、認知度は低い結果となっています。次いで、「知っているが参加が難しい」も 26.3%となっています。

【問：志免町では、「みんなで歩こう！ウォーキング日」を開催していますが、参加したいと思いますか】



④ 休養や心の健康づくりについて

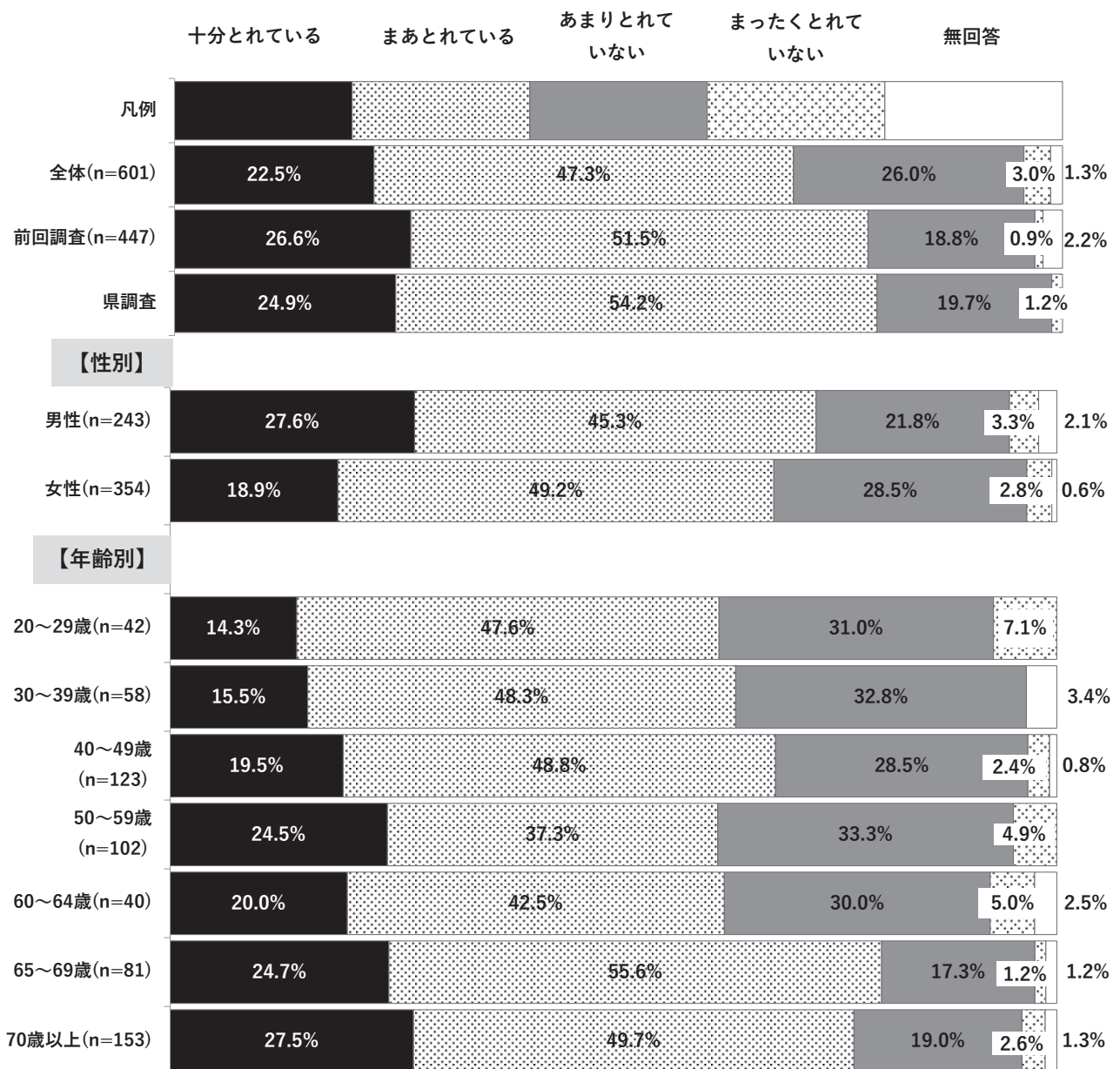
睡眠で休養が『とれている』が69.8%となり、前回調査と県より低くなっています。

■ 睡眠で休養が『とれている』(「十分とれている」+「まあとれている」)が69.8%となり、前回調査及び県調査と比較して低くなっています。

■ 『とれていない』(「まったくとれていない」+「あまりとれていない」)は29.0%となり、前回調査と比較して高くなっています。

■ 年齢別でみると「20代・50代・60～64歳」で『とれていない』傾向が高くなっています。

【問：あなたは、普段とっている睡眠で休養が十分にとれていると思いますか】

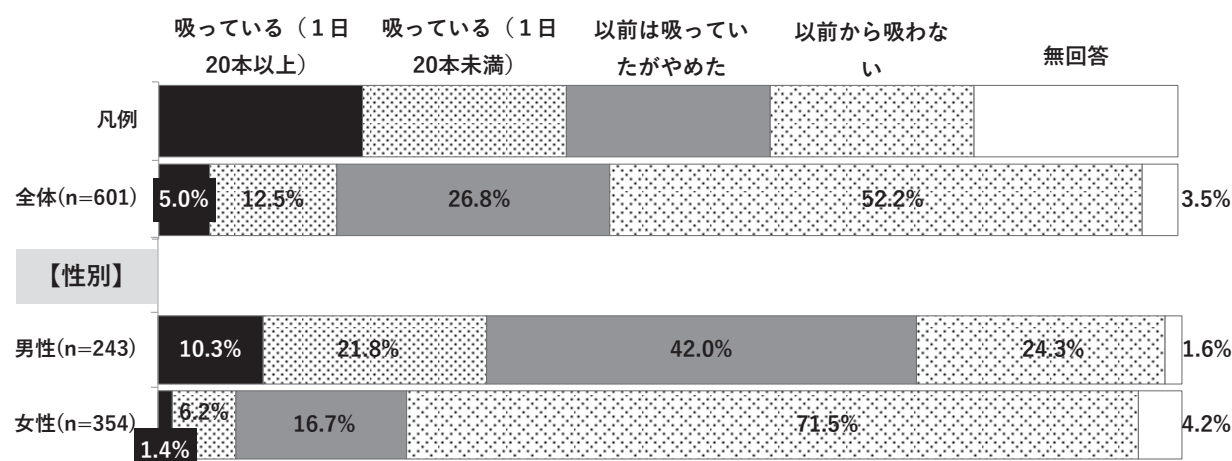


⑤ 飲酒・喫煙について

喫煙者は17.5%となり、男性で高くなっています。

- 喫煙の状況について、「吸う」は17.5%、「以前から吸わない」は52.2%となっています。
- 性別でみると「吸う」は「男性」が高くなっています。

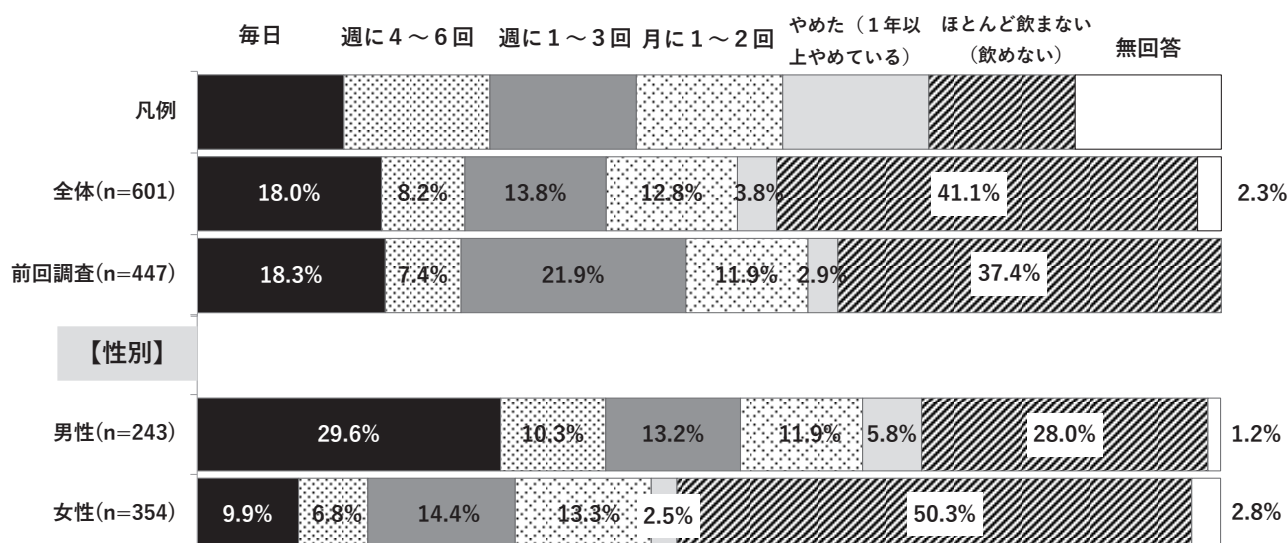
【問：あなたは、たばこを吸いますか】



飲酒については「毎日飲む」は18.0%となり、男性で高くなっています。

- 飲酒の状況について、「毎日飲む」は18.0%となっており、前回調査と比較して若干低くなっています。性別でみると「男性」で「毎日飲む」が高くなっています。

【問：あなたは、平均してどのくらいお酒（ビール、日本酒、洋酒、焼酎等）を飲む習慣がありますか】



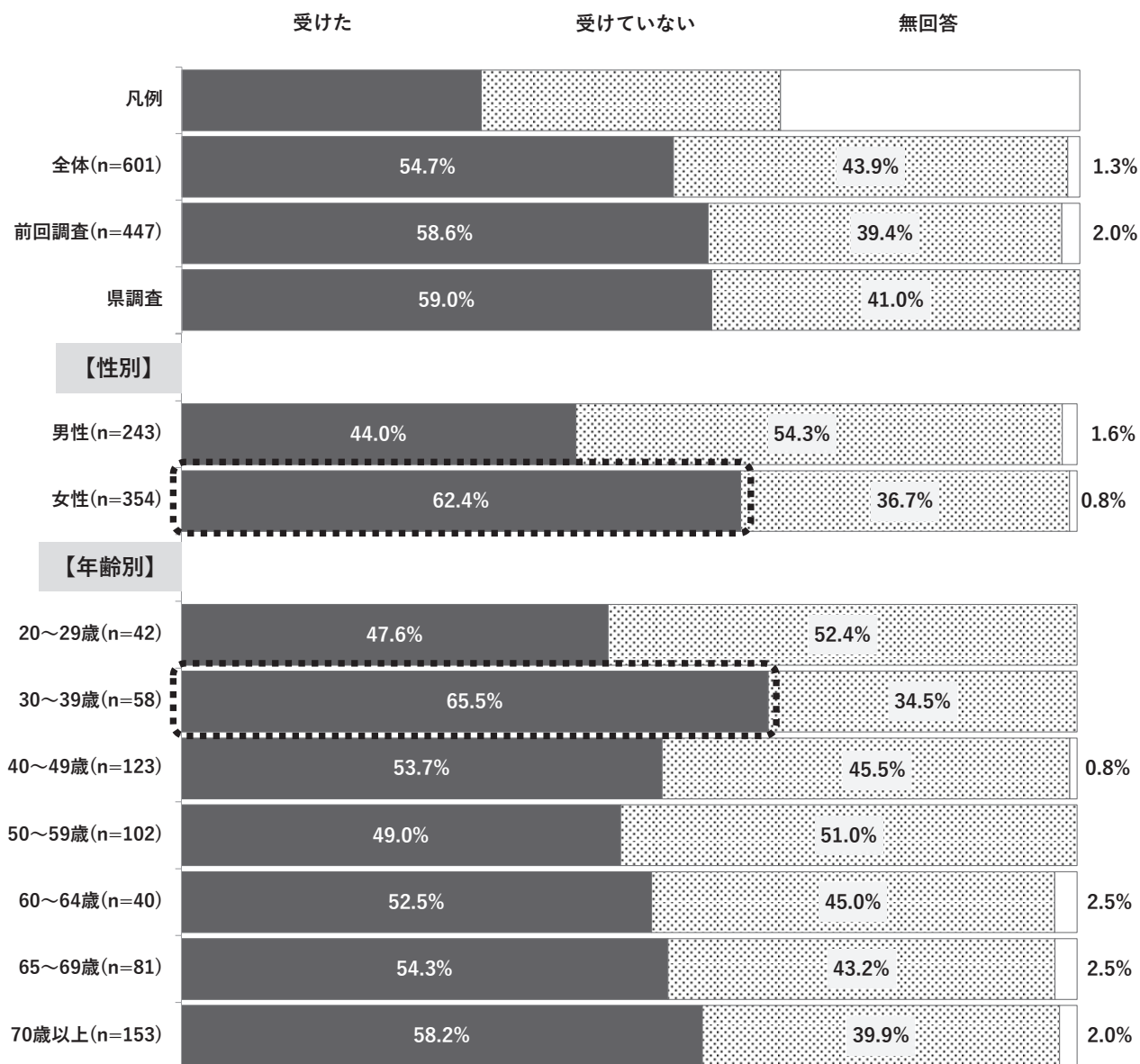
⑥ 歯・口腔の健康について

歯科健診を「受けた」は54.7%と半数以上となっていますが、前回調査・県調査と比較して若干低くなっています。

■ この1年間に歯石除去や歯科健診を「受けた」は54.7%と半数以上となっていますが、前回調査・県調査と比較して若干低くなっています。

■ 性別でみると「女性」、年齢別でみると「30代」で「受けた」が高くなっています。

【問：あなたは、この1年間に歯科医院で定期的に歯石をとったり、歯科健診を受けましたか】

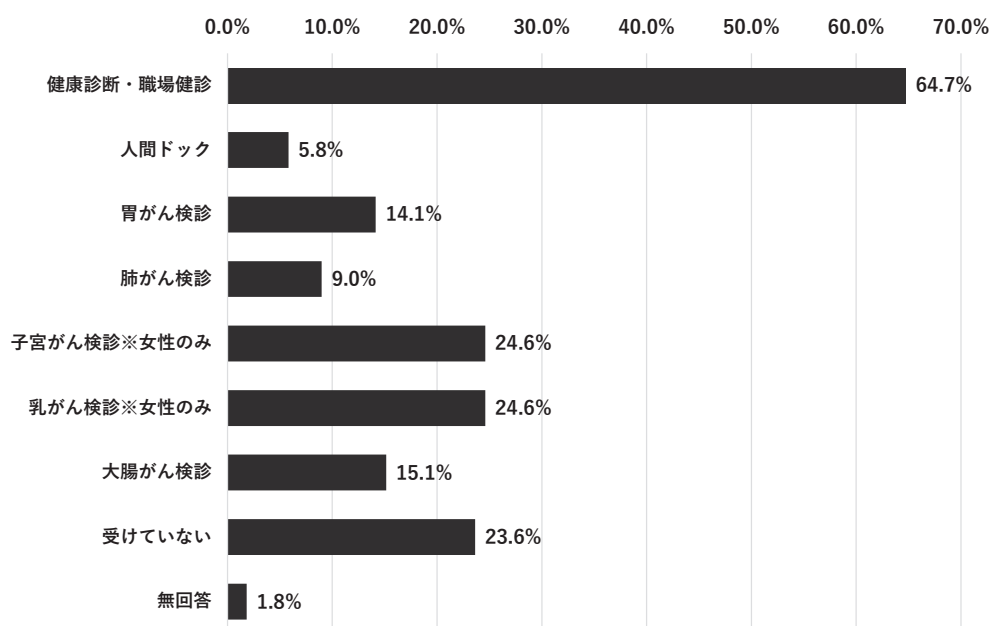


⑦ 健康管理について

健康診断（特定健診*等）・職場健診を受けた回答は 64.7%。健診等を受けていない理由は、かかりつけの医師に診てもらっているが最も高くなっています。

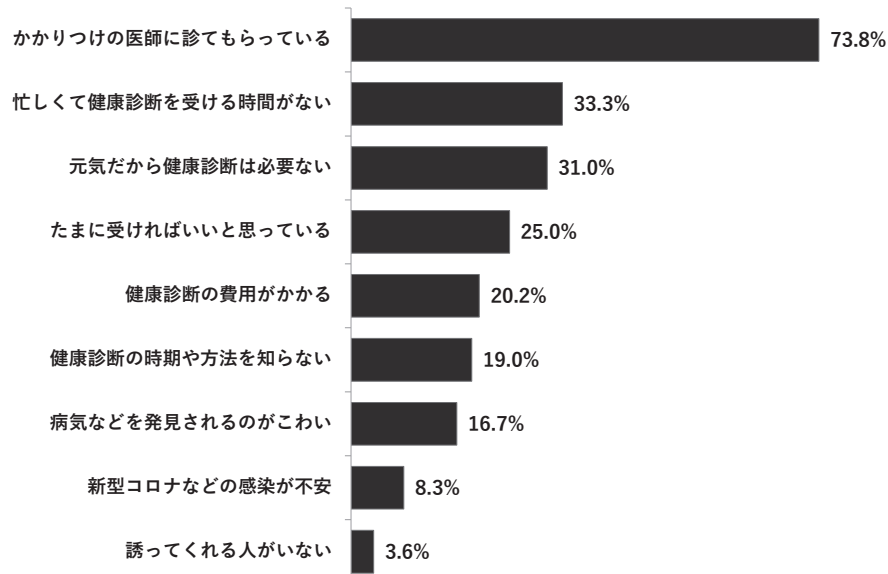
- 健康診断（特定健診*等）・職場健診を「受けた」は 64.7%となっています。いずれも「受けていない」回答者は 23.6%となっています。
- 年齢別でみると、「65 歳以上」では「受けていない」が高くなっていますが、「かかりつけ医師に診てもらっている」ことが多いことが理由となっています。

【問：あなたは過去 1 年間に、職場や市町村で行われる健康診断や人間ドック、がん検診を受けたことがありますか／複数回答】



【問：健康診断や人間ドックを受けなかった理由は何ですか／複数回答】

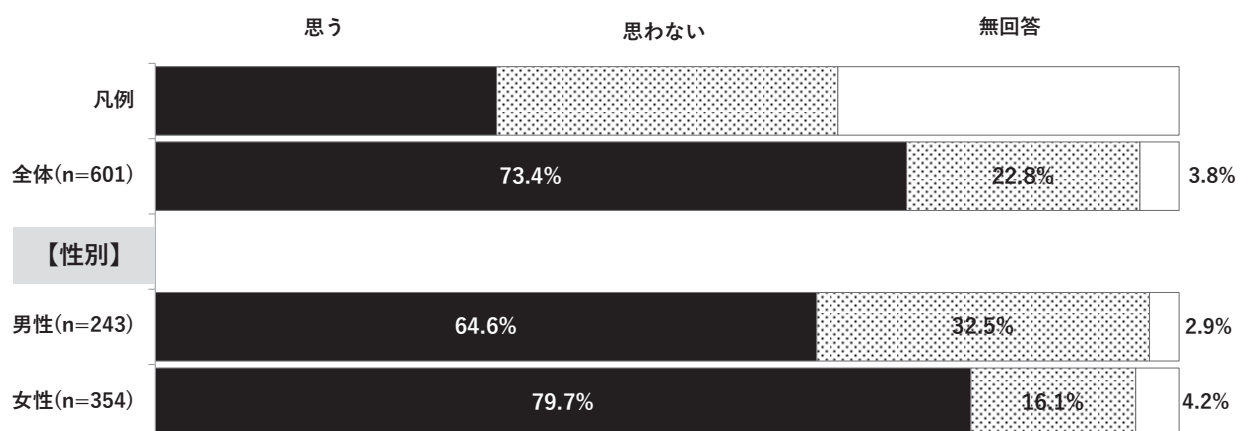
※前問で「受けていない」を回答した方（n=84）



今後、生活習慣の改善に取り組もうと「思う」は 73.4%と高く、改善に取り組むべき内容は、「積極的に身体を動かしたり、定期的に運動をする」「睡眠や休養をよくとる」が高くなっています。

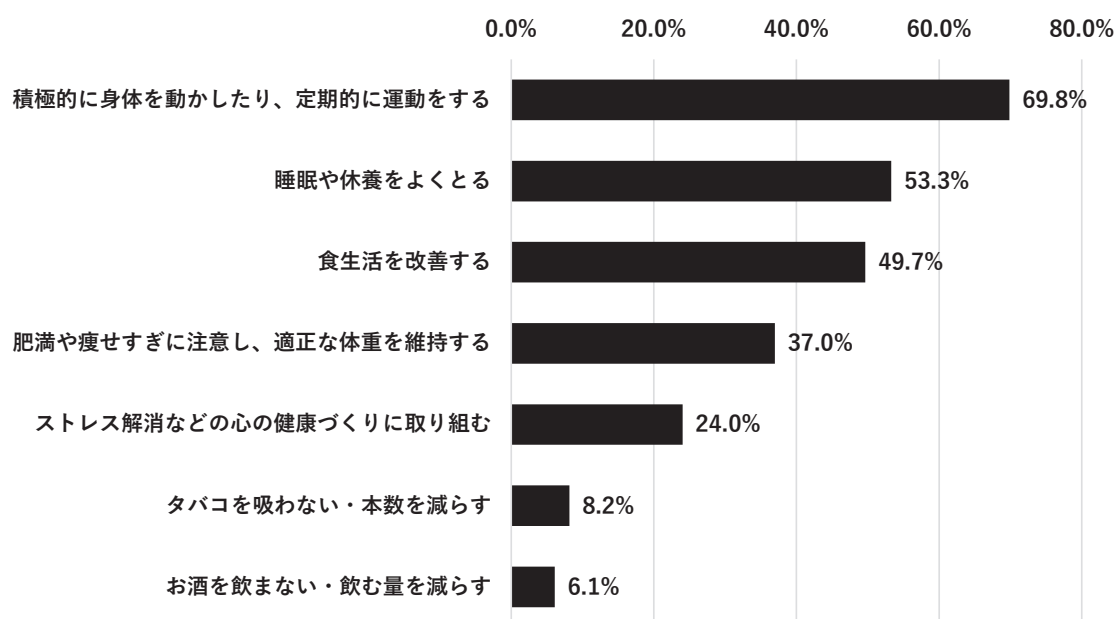
- 今後、生活習慣の改善に取り組もうと「思う」は **73.4%**となり、「女性」でその傾向が高くなっています。
- 取り組みたい人の特に取り組むべき内容は、「積極的に身体を動かしたり、定期的に運動をする」が **69.8%**と最も高く、次いで「睡眠や休養をよくとる」となっています。

【問：あなたは、今後、生活習慣の改善に取り組もうと思いますか】



【特にどのようなことに取り組むことが大事だと思いますか】

「生活習慣の改善に取り組もうと思う」と回答した方 (n=441)

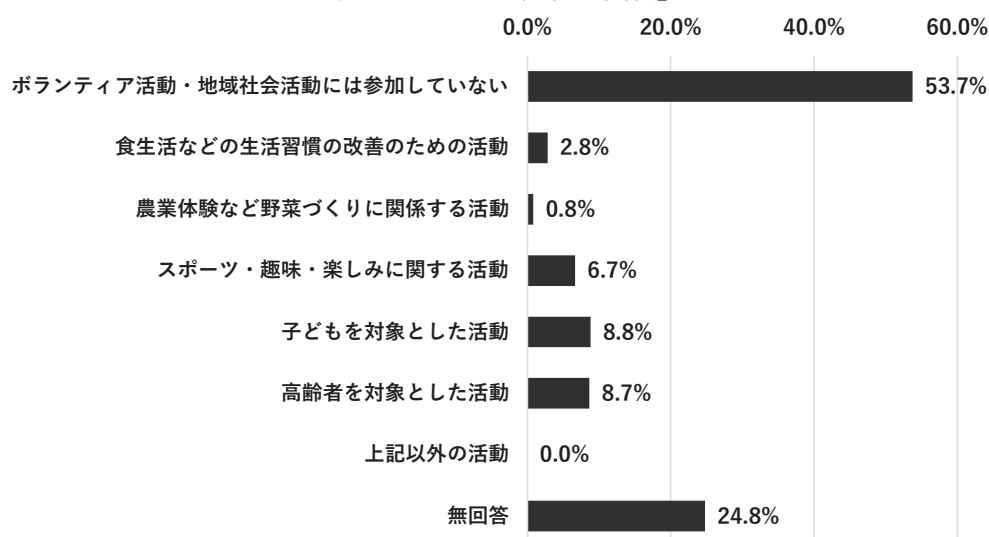


⑧ 地域社会活動の参加について

この1年間にボランティア活動、地域社会活動に参加していない人が半数以上となっています。

■ この1年間に参加したボランティア活動、地域社会活動（町内会・地域行事等）は「参加していない」が53.7%と最も高く、参加度は低い結果となっています。

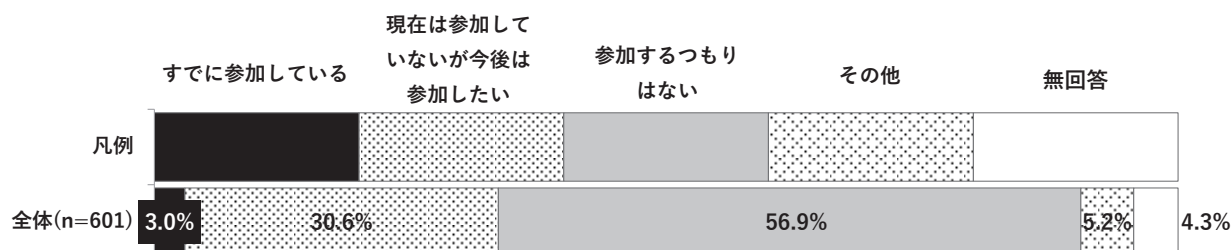
【問：あなたは、この1年間に、下記のボランティア活動、地域社会活動（町内会・地域行事等）に参加しましたか／複数回答】



地域で健康づくりを進めるための活動や講習会に「参加するつもりのない」が56.9%と高くなっています。

■ 地域で健康づくりを進めるための活動や講習会が開かれた場合、「参加するつもりはない」が56.9%と最も高く、参加意向が低い結果となっています。

【問：地域で健康づくりを進めるための活動や講習会が開かれた場合、あなたは参加してみたいと思いますか】



(3) 健康づくりに関するワークショップの結果(概要)

ワークショップでは、アンケート調査等から導かれた 5 つの健康づくりの課題をテーマにチームを編成し、チームごとにテーマに関して、それぞれの団体活動等から感じる町の課題や今後の取組の方向等について意見交換を行いました。以下、テーマごとの主な意見を紹介します。

テーマ1 「より良い生活習慣の形成、こころの健康づくり」	
課題となっていること	○町内会活動、シニアクラブ活動は地域差が大きいと感じます。 ○多くの情報を多くの町民のために知らせる場がほしい。 ○若い人には職場の他に情報や体験できる場を数多くつくる必要があると思う。 ○健診受診率の数字はあまり意味がない(受診に行かない人は行かない)。行かない人の意識を変えることは難しい。 ○コロナ禍により人の集まりが減り、顔見知りが少なくなった。
今後の取組方向	○継続できる健康づくり(健康のためにするのではなく、ついでに健康づくりをすることで継続につながる) ○地域活動にできるだけ積極的に参加する(ボランティア活動を含む)ことで結果的に自分の健康づくりにつながる。 ○正しい情報を知り、まず自分の周りの人と健康を確かめ合える関係をつくる。 ○悩みやストレスのある人の話を聞ける、人のつながり、関わり合いが広がる場があると良い。

テーマ2 「生活習慣病*の発症予防・重症化予防と女性の健康」	
課題となっていること	○30～40代の食生活のつけが歳をとってまわってくる。 ○健診で病気が見つかるのが怖いという人もあり、早期発見のメリットを周知することが必要。 ○家庭での塩分摂取が課題。高齢になって多かったことに気づく。 ○町内会に関らない人が多い。スポーツ関係のコミュニティに働きかける。
今後の取組方向	○子どもの頃からの食生活も大事。若い世代からの取組が大事。 ○女性の骨密度検査の5年に1回をもう少し頻度をあげてもらえたら。 ○町内会で子どもからお年寄りまで参加できるスポーツ大会を開催する。 ○ポイント制等のメリットを付ければ、健診の新規申し込みが増えるのでは。 ○かかりつけ医を見つけ、ちょっとした体調不良の時でもすぐに相談できる所を見つけておく。 ○若い世代はスマートウォッチを持っている方が多いため、活用する。 ○スポッチャやモルック等子どもから高齢者まで誰でも参加できる軽スポーツの実施。

テーマ3 「食生活の改善と口腔の健康」

課題となっていること	○朝食を食べないから、歯磨きをしないのでは。スマホ等夜更かしをする人が多い、生活時間を見直ししないとすべてが崩れる。 ○中学校で給食を残す子が多い。 ○昔と比べて、子どもがインドアになり、消費カロリーが減って、摂取カロリーが上回って肥満になる。
今後の取組方向	○親がしっかりと朝食をとることから始める。 ○朝ごはんを工夫する（牛乳・ごはん・納豆）、1日の必要量を視覚的にわかるような情報発信をしてはどうか。モデルの食事を見せてあげる。 ○定期的な歯科健診の受診。 ○歯周疾患検診は大切である。小さい時からむし歯の予防だけでなく、歯周病予防の話も行ってほしい。

テーマ4 「若い世代の身体活動や運動習慣の定着」

課題となっていること	○子どもの体力テストが二極化している。 ○地域のスポーツクラブの人数が減っている。 ○ゲーム、タブレットの時間が増え、娯楽は多様化し、遊ぶ場所が少なくなっている。運動することが楽しいと感じる動機付けが大事。
今後の取組方向	○室内ですぐす子たちを外に出すために、学校で軽スポーツ等を実施するフェスタのような行事をして頂ければ全員参加できるのでは。 ○会社でも運動する時間をつくる。（ラジオ体操） ○高齢になれば筋力の低下でなかなか運動ができない。目標をもった体力づくりを。 ○アクションやパークゴルフの割引があるので推奨する、高齢者のアクセスを良くしてほしい。

テーマ5 「高齢者の身体活動や運動習慣の定着とフレイル*予防」

課題となっていること	○日頃、公民館や地域で行われている行事に参加できていない人たちをどうやって外に出すか、運動していただくかが課題であると思われる。 ○「しめ広報」や「スポーツ協会だより」等を発行しているが、なかなかみられていない。
今後の取組方向	○広報等の発信力の向上（SNSと紙をどちらも）により「知らない」を減らす ○スポーツ協会として大会をしている事をもっとアピールしていくことが大切。 ○スポーツフェスタに参加するように老人会にも宣伝する。 ○体験を促して興味を持たせる（出張体験コーナー）。一回だけでも参加してみようと思わせられるよう参加のハードルを下げる。 ○シニアバレーに年齢別制を取り入れて普及させる。

3 第3次計画における重点となる課題解決の方向性

各種アンケート調査結果や第2次計画の評価、国・県の動向を踏まえ、第3次計画の重点となる課題解決の方向性について以下にまとめました。

方向性 1

若い世代からの健康づくり、健康管理の習慣化

- 健康寿命*の延伸をめざすためには、若い世代から健康管理への理解と関心を高め、**健診やがん検診の受診率向上**による健康管理の習慣化によって生活習慣病*の早期発見・早期治療・重症化予防を進めることが重要です。
- 運動や睡眠、食事などの生活習慣の改善に対する町民の改善意欲も高まっています。これらの意向を行動につなげていくため、（認知度が低い）**健康づくり活動等の効果的な情報発信や幅広い町民が参加しやすい活動機会の充実**が求められます。

方向性 2

日頃の健康習慣の改善・定着に向けた支援

- 町民の肥満度の改善、子どもの朝食欠食や肥満傾向の改善が課題となっています。生活習慣病*の発症予防の基礎となる**食習慣の改善**に向けて、特に男性や子ども（保護者）で肥満の傾向が高い対象者を中心に**栄養バランスのとれた食生活の重要性への理解・啓発**が必要となっています。
- 働き盛り世代（50代等）の運動不足や子どもの運動習慣の不足も懸念されており、**運動定着をめざした健康習慣の確立**が求められます。
- 歯科衛生の重要性が高まっており、今後も引き続き**歯科健診、歯周疾患検診等の定着**に向けた取組が求められます。

方向性 3

子ども・高齢者・女性の健康づくりの充実

- 妊産婦や乳幼児が健康を維持し成長できるよう、**こども家庭センター***を中心に**妊娠・出産・子育てにわたる切れ目のない支援**が求められます。
- 高齢者の健康寿命*の延伸、閉じこもり傾向の解消等が課題となっており、一般介護予防教室「**うきうきルーム**」等を通じた、ロコモティブシンドローム*予防、フレイル*予防、認知症予防等の取組の発信・参加拡大が求められます。
- 女性は、ライフステージ*ごとに女性ホルモンが大きく変化するという特性を踏まえ、妊娠や更年期など人生の各段階における健康課題への対策が必要となっています。