

さいたま市ヘルスプラン21(第2次)影響評価票

| 目標指標 | *平成24年度の本市の目標値 | | 平成28年度 | ベースライン値との比較 | 平成29年度 | 平成30年度 | 平成31年度(令和元年度) | | | |
|--|----------------|-----------------|--|-------------|---|---|--|--------|--------|--|
| | 目標値 | ベースライン値(平成24年度) | | | | | 平成32年度 | 平成33年度 | 平成34年度 | |
| 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 成人の喫煙率(喫煙をやめたい人がやめる) | 65% | 56.5% | 50.9%(19歳以上) | 55.3(0歳以上)↘ | | | | | | |
| 男性(成人) | 18% | 24.8% | 23.2% | ↗ | | | | | | |
| 女性(成人) | 5% | 9.3% | 5.9% | ↗ | | | | | | |
| 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日当たりの純アルコール換算量) | | | | | | | | | | |
| 成人男性(60g/3食以上) | 2.8%以下 | 4.9% | 6.3% | ↘ | | | | | | |
| 成人女性(20g/1食以上) | 6.4%以下 | 19.7% | 18.7% | ↗ | | | | | | |
| 40歳代男性(60g/3食以上) | 4.6%以下 | 8.8% | 7.9% | ↗ | | | | | | |
| 50歳代男性(60g/3食以上) | 5.8%以下 | 10.0% | 7.8% | ↗ | | | | | | |
| 20~30歳代女性(60g/3食以上) | 0.2%以下 | 4.6% | 2.2% | ↗ | | | | | | |
| 運動習慣のある人の割合 | | | | | | | | | | |
| 男性 | 41% | 31.0% | 31.9% | ↗ | | | | | | |
| 女性 | 35% | 25.6% | 24.8% | ↘ | | | | | | |
| 20~64歳代男性 | 32% | 21.8% | 24.5% | ↗ | | | | | | |
| 20~64歳代女性 | 30% | 19.9% | 18.8% | ↘ | | | | | | |
| 65歳以上男性 | 48% | 38.1% | 31.0% | ↘ | | | | | | |
| 65歳以上女性 | 43% | 32.9% | 31.1% | ↘ | | | | | | |
| 1日1時間以上歩く人の割合 | | | | | | | | | | |
| 男性 | 44% | 34.0% | 35.1% | ↗ | | | | | | |
| 女性 | 38% | 29.0% | 29.3% | ↗ | | | | | | |
| 適正体重を維持している人の割合 | | | | | | | | | | |
| 20~60歳代男性の肥満者の割合 | 14%以下 | 24.1% | 25.0% | ↘ | | | | | | |
| 40~60歳代女性の肥満者の割合 | 13%以下 | 15.2% | 16.4% | ↘ | | | | | | |
| 特定健康診査の受診率 | 60%(H29) | 34.3%(H23) | 36.5%(H27) | ↗ | 36.5%(H28) | 37.1%(H29) | 36.9%(H30) | | | |
| 各種がん検診受診率 | | | | | | | | | | |
| 肺がん検診 | 40%(H28) | 26.5%(H23) | 34.3%(H27) | ↗ | 32.9%(H28) | 34.6%(H29) | 34.0%(H30) | | | |
| 大腸がん検診 | 40%(H28) | 23.7%(H23) | 32.0%(H27) | ↗ | 29.6%(H28) | 30.7%(H29) | 30.2%(H30) | | | |
| 胃がん検診 | 40%(H28) | 20.4%(H23) | 24.5%(H27) | ↗ | 23.4%(H28) | 24.7%(H29) | 24.2%(H30) | | | |
| 乳がん検診 | 50%(H28) | 17.3%(H23) | 25.8%(H27) | ↗ | 23.6%(H28) | 24.4%(H29) | 22.2%(H30) | | | |
| 子宮がん検診 | 50%(H28) | 21.9%(H23) | 30.7%(H27) | ↗ | 30.6%(H28) | 29.9%(H29) | 28.4%(H30) | | | |
| 市民 | | | <ul style="list-style-type: none"> ・薬局店頭における健康チェック、血圧測定 ・体操指導、体力測定 ・健康に関する公開講座 ・グランドゴルフ大会 ・(ノルディック、ポール)ウォーキング ・ラジオ体操 ・スポーツ吹矢大会 ・町内ゴルフコンペ ・栄養講座、調理実習 ・郵便局や院内の全面禁煙 | | <ul style="list-style-type: none"> ・体操指導、体力測定 ・健康に関する公開講座 ・グランドゴルフ大会 ・(ノルディック、ポール)ウォーキング ・ラジオ体操 ・スポーツ吹矢大会 ・町内ゴルフコンペ ・栄養講座、調理実習 ・自治会による健康体操教室 | <ul style="list-style-type: none"> ・健康に関する公開講座 ・店内禁煙 ・薬局での健康チェック ・ラジオ体操 ・助産院の家庭料理教室 ・薬局における熱中症啓蒙活動(声掛け&塩ラムネの配布など) ・地区体育祭 ・幼稚園における「早寝、早起き、朝ごはん」の啓発 | <ul style="list-style-type: none"> ・健康に関する公開講座 ・薬局での健康チェック ・健康情報のパンフレット等配布 ・ラジオ体操 ・助産院や管理栄養士による料理教室 ・歯科医院での新型コロナウイルス対策として、マスク装着やアルコール消毒、手指消毒についての指導や、マスクを20,000枚を無料配布 ・店内禁煙 ・ウォーキング会・クリニックオリジナルの健康手帳の作成・配布(血圧管理) | | | |

I 若い世代から健康づくりを意識した生活スタイルの獲得

| 目標指標 | | 目標値* | ベースライン値 (平成24年度) | 平成28年度 | ベースライン値との比較 | 平成29年度 | 平成30年度 | 平成31年度(令和元年度) | 平成32年度 | 平成33年度 | 平成34年度 | |
|---|-----|-------|---------------------|--|--|---|--|--|--|--|--------|--|
| 運動習慣のある人の割合 | | | | | | | | | | | | |
| 男性 | 41% | 31.0% | | 31.9% | ↗ | | | | | | | |
| 女性 | 35% | 25.6% | | 24.8% | ↘ | | | | | | | |
| 20～64歳代男性 | 32% | 21.8% | | 24.5% | ↗ | | | | | | | |
| 20～64歳代女性 | 30% | 19.9% | | 18.8% | ↘ | | | | | | | |
| 65歳以上男性 | 48% | 38.1% | | 31.0% | ↘ | | | | | | | |
| 65歳以上女性 | 43% | 32.9% | | 31.1% | ↘ | | | | | | | |
| 1日1時間以上歩く人の割合 | | | | | | | | | | | | |
| 男性 | 44% | 34.0% | | 35.1% | ↗ | | | | | | | |
| 女性 | 38% | 29.0% | | 29.3% | ↗ | | | | | | | |
| 居住地域でお互いに助け合っていると思う市民の割合の増加(地域のつながりの強化) | | 60% | 42.3% | 39.8% | ↘ | | | | | | | |
| 市民 | | | | <ul style="list-style-type: none"> ・薬局店頭における健康チェック、血圧測定 ・スポーツ吹矢大会 ・市内ゴルフコンペ ・健康に関する公開講座 ・栄養講座、調理実習 ・グランドゴルフ大会 ・郵便局や院内の全面禁煙 ・(ノルディック、ポール)ウォーキング ・高齢者の見守り活動 ・ラジオ体操 | <ul style="list-style-type: none"> ・薬局店頭における健康チェック、血圧測定 ・高齢者の見守り活動 ・栄養講座、調理実習 ・健康に関する公開講座 ・グランドゴルフ大会 ・(ノルディック、ポール)ウォーキング ・ラジオ体操 | <ul style="list-style-type: none"> ・高齢者の見守り活動 ・栄養講座、調理実習 ・サウンドテーブルテニス(大古里STT同好会) | <ul style="list-style-type: none"> ・隣自治会と合同でいきいき百歳体操 ・健康体操教室 ・ウォーキング会 ・ヨガ体操 ・ラジオ体操 ・スポーツ吹矢大会 | <ul style="list-style-type: none"> ・町内ゴルフコンペ ・グランドゴルフ大会 ・認知症サポーター ・ウォーク&クリーン活動(ウォーキングとゴミ拾い) ・スポーツ吹矢大会 | <ul style="list-style-type: none"> ・自治会による高齢者のための木の選定手伝い ・自治会会員の作品展 | | | |
| 関係団体・事業者 | | | | <ul style="list-style-type: none"> ・レクリエーション普及事業 ・第15回さいたま市レクリエーションフェスティバル ・第5回薬物乱用防止キャンペーン ・母子の健康と育児に関する事業(子育て支援事業) ・高齢社会に対する声かけ・見守り事業 ・さいたま市への保健事業協力 ・さいたま市食生活改善推進員協議会 ・会員向け定期健康診断等の実施 ・在宅保健師等による支援事業 | <ul style="list-style-type: none"> ・第6回市民公開講座 ・第4回政令市薬剤師会統一薬物乱用防止キャンペーン ・平成28年度さいたま市成人保健事業 ・JAの機能を活かした健康づくり ・市民フォーラム ・口腔がん検診 | <ul style="list-style-type: none"> ・さいたま市レクリエーションフェスティバル ・母子の健康と育児に関する事業(子育て支援事業) ・高齢社会に対する声かけ・見守り事業 ・さいたま市への保健事業協力 ・さいたま市食生活改善推進員協議会 ・会員向け定期健康診断等の実施 ・在宅保健師等による支援事業 | <ul style="list-style-type: none"> ・第7回市民公開講座 ・第6回薬物乱用防止キャンペーン ・第5回政令市薬剤師会統一薬物乱用防止キャンペーン ・各区区民まつり ・平成29年度さいたま市成人保健事業 ・さいたま市食生活改善推進員協議会 ・市民フォーラム ・口腔がん検診 ・市民公開講座 ・薬局における体成分分析器による健康チェックや血圧測定等 ・熱中症予防に休憩所、飲料水の提供 ・地域医療機関・介護事業所を対象の認知症セミナー ・地域における高齢者自主グループの立ち上げ支援 | <ul style="list-style-type: none"> ・母子の健康と育児に関する事業(子育て支援事業) ・高齢社会に対する声かけ・見守り事業 ・さいたま市への保健事業協力 ・第7回薬物乱用防止キャンペーン ・第8回市民公開講座 ・第6回政令市薬剤師会統一薬物乱用防止キャンペーン ・各区区民まつりブース参加 ・レクリエーションを通じた健康・体力づくりの普及 ・平成30年度さいたま市成人保健事業 | <ul style="list-style-type: none"> ・JAの総合事業機能を活かした健康づくり ・さいたま市食生活改善推進員協議会 ・生活習慣改善・定着プロジェクト ・母子の健康と育児に関する事業(子育て支援事業) ・さいたま市への保健事業協力 ・レクリエーションを通じた健康・体力づくりの普及 | <ul style="list-style-type: none"> ・2019年度さいたま市成人保健事業 ・市民フォーラム ・口腔がん検診 ・市民公開講座 ・レクリエーションを通じた健康・体力づくりの普及 | | |
| 区 | | | | <ul style="list-style-type: none"> ・生活習慣病予防普及啓発事業 ・体組成測定会・呼吸・酸化炭素濃度測定 ・アラフォーからのボディレッシン ・～運動したパパママへ～きらきら☆こども食堂 ・～お腹が凹むトレーニング術～ ・体脂肪・筋肉量測定会 ・体脂肪・筋肉量測定会 ・のびのびウォーキング ・うらわメタ防クラブwith PTA ・浦和レッズホームゲームでの禁煙・健康情報PR ・連人に学ぶおやこシリーズ ・健康チームおみや ウォーキング編 ・健康チームおみや 大宮アルディージャコラボ編 ・ママの元気アップ講座 | <ul style="list-style-type: none"> ・親子DE防トレ ・「健康！ほっとステーション」での啓発 ・民間企業での健康啓発事業 ・「北区発信！なるほど健康クイズラリー」 ・「パパ流肉改造計画 ・～お腹が凹むトレーニング術～ ・体脂肪・筋肉量測定会 ・健康チームおみや 大宮アルディージャコラボ編 ・OMIYAおやこ食育教室 ・ママの元気アップ講座 ・～健康で共に支えあうまちづくりのために～ ・連人に学ぶおやこシリーズ ・大宮区少年少女サッカー教室、大宮高島屋、食品衛生協会) ・生活習慣病予防普及啓発事業 ・体組成測定会 | <ul style="list-style-type: none"> ・アラフォーからのボディレッシン ・運動したパパママへ ・きらきら☆こどもキッチン ・親子でトライ!!ららん トランニング ・夏休み親子歯育Labo(歯周病予防教室) ・インニャーマッスル教室 ・美細トレーニング ・浦和区 秋の健康ウォーキング教室 ・10年後も美しい私の食習慣～in 幼稚園～ ・浦和区健康まつり ～健康で共に支えあうまちづくりのために～ ・連人に学ぶおやこシリーズ ①「かけこの達人」～楽しく走れるコツ教えます！～ ②「こはんの達人」～岩瀬産のお米にざりランチ～ ・健康づくり応援教室 ①やさしいヨガ ②テトックスヨガ | <ul style="list-style-type: none"> ・親子DE防トレ ・「健康！ほっとステーション」での啓発 ・かがやく女性のためのHAPPYエイジング 燃焼編 ・親子でこらそうごはん ①野菜編 ②お米編 ・民間企業での健康啓発事業 ・「北区発信！なるほど健康クイズラリー」 ・健康チームおみや 大宮アルディージャコラボ編 ・わくわくウォーキング ・OMIYAおやこ食育教室 ・適切な食習慣に関する普及啓発・うらわメタ防クラブ ～しっかり食べて、元気チャージ～ ・ママの元気アップ講座 ・生活習慣病予防普及啓発事業 ・大宮アルディージャ大宮区民感謝デー、区民まつり ・大宮区少年少女サッカー教室、大宮高島屋、食品衛生協会) ・生活習慣病予防普及啓発事業 体組成測定会 | <ul style="list-style-type: none"> ・「健康！ほっとステーション」での啓発 ・かがやく女性のためのHAPPYエイジング 燃焼編、顔・骨盤ゆがみ改善編 ・親子でこらそうごはん ①野菜編 ②お米編 ・民間企業での健康啓発事業 ・商業施設での健康啓発事業 ・「北区発信！なるほど健康クイズラリー」 ・健康チームおみや ウォーキング編 ・見沼区ふれあいフェア ・夏休み親子歯育Labo(歯周病予防教室) ・骨盤エクササイズ ・適切な食習慣に関する普及啓発・うらわメタ防クラブ with PTA ・10年後も元気に！私の健康習慣in 幼稚園 ・浦和区健康まつり2018 ・家族みんなのエクササイズ ・連人に学ぶおやこシリーズ ・「マラソンの達人」～楽しく走るコツ教えます！～ ・健康づくり応援教室 テトックスヨガ | <ul style="list-style-type: none"> ・「健康！ほっとステーション」での啓発 ・かがやく女性のためのHAPPYエイジング 燃焼編、顔・骨盤ゆがみ改善編 ・親子でこらそうごはん ①野菜編 ②お米編 ・民間企業での健康啓発事業 ・商業施設での健康啓発事業 ・「北区発信！なるほど健康クイズラリー」 ・健康チームおみや ウォーキング編 ・見沼区ふれあいフェア ・夏休み親子歯育Labo(歯周病予防教室) ・骨盤エクササイズ ・適切な食習慣に関する普及啓発・うらわメタ防クラブ with PTA ・10年後も元気に！私の健康習慣in 幼稚園 ・浦和区健康まつり2018 ・家族みんなのエクササイズ ・連人に学ぶおやこシリーズ ・「マラソンの達人」～楽しく走るコツ教えます！～ ・健康づくり応援教室 テトックスヨガ | <ul style="list-style-type: none"> ・見沼区ふれあいフェア ・姿勢改善ウォーキング ・適切な食習慣に関する普及啓発 ・みんなあつまれ！親子deたいそう ・10年後も元気に！私の健康習慣in 幼稚園 ・うらわメタ防クラブ with PTA ・浦和区健康まつり2019 ・健康づくりに関するスローガンの掲出 ・家族みんなのエクササイズ ・遊んで体力UP教室 ～親子で運動不足を解消しませんか～ ・ハレエクササイズ ・きらめきセルフケア ～若さを保つヨガとロトとケア～ | | |
| 市 | | | | <ul style="list-style-type: none"> ・高血圧予防の啓発 ・運動教室 ・口腔機能向上教室(二次予防事業) ・さいたま市レクリエーション協会支援事業 ・公民館介護予防事業 | <ul style="list-style-type: none"> ・禁煙外来治療に関する情報発信 ・さいたま市健康マイレージ ・ピンクリボン運動 ・がん対策講演会 ～もし「がん」になったらどうする？～ | <ul style="list-style-type: none"> ・高血圧予防の啓発 ・運動教室 ・口腔機能向上教室(二次予防事業) ・さいたま市レクリエーション協会支援事業 ・公民館介護予防事業 ・がん対策講演会 ～もし「がん」になったらどうする？～ | <ul style="list-style-type: none"> ・生活習慣病予防普及啓発事業(浦和区健康まつりでの取組) ・介護予防普及啓発事業 ・禁煙外来治療に関する情報発信 ・さいたま市健康マイレージ ・ピンクリボン運動 ・がん対策講演会 ～もし「がん」になったらどうする？～ | <ul style="list-style-type: none"> ・生活習慣病予防普及啓発事業(浦和区健康まつりでの取組) ・シルバーポイント(長寿応援ポイント)事業 ・依存症対策地域支援事業 ・公民館介護予防事業 ・「図書館キャンペーン」 | <ul style="list-style-type: none"> ・さいたま市レクリエーション協会支援事業 ・公民館介護予防事業 ・シルバーポイント(長寿応援ポイント)事業 ・すこやか運動教室 ・ますます元気教室 ・健口教室・健口づくり交流会 | <ul style="list-style-type: none"> ・生活習慣病予防普及啓発事業(浦和区健康まつりでの取組) ・スマートウェルネスさいたま ・さいたま市健康マイレージ ・ピンクリボン運動 | | |
| 主な成果 | | | | <ul style="list-style-type: none"> ・自治会や生活と密着した施設で幅広い世代の市民が健康づくりに関心を持つ機会が増え、地域のコミュニティ作りにもつながっている。 ・子育て中の母親が多く集う場所に向いて健康づくりに関する共催事業を行うことで、生活習慣病の予防だけでなく、母親同士の交流の機会を提供することができた。 ・市民が多く集まる場所や機会を増やすために、他課や民間企業と協働して新たな啓発場所を開拓することにつながり、幅広い市民への情報発信につながった。 ・高齢者の健康維持のため、地域のボランティアに協力してもらうことで市民の生きがいや介護予防につながることに加え、地域のコミュニティ促進の役割も担うことができる。 ・他機関と市が共催した事業を行った後に、他機関に引き継がれていく事業も生まれ、協働することはノウハウを蓄積する機会にもなっている。 | <ul style="list-style-type: none"> ・新しく始まった一般介護予防事業の取組として、公園や小学校において、高齢者の健康維持や生きがい作りのため運動教室が行われている。この取組の効果として、地域の人々とのつながりを再構築する機会にもなっている。 ●中間評価● ・運動習慣のある男性の65歳以上および女性全体で減少している。そのため、一人でも目標を持ちながら、運動を継続できるシステムの一つとして、ウォーキングを取り入れた健康マイレージの利用を促進していく。 ・「地域でお互いに助け合っている」と思う市民の割合は減少している。そのため、地域コミュニティの活用を意識した健康づくりの取組を増やしていくことが必要である。 | <ul style="list-style-type: none"> ・シルバーポイント(長寿応援ポイント)事業や市内の公園等で開催される運動教室等は、参加者の運動習慣の維持に加え、地域の仲間と交流の場としての役割も担っており、高齢者の介護予防につながる取組となっている。 ・公民館で開催されている高齢者を対象にした教室では、高齢期の生活全般にわたる必要な知識を習得するとともに、自主グループ化も目指しており、地域のコミュニティ形成の一助となっている。 ・区保健センターにおいて65歳以上の利用者向けに、高齢介護課で主催している教室のチラシを設置することで、自主的な行動につながる機会を逃さないようにしている。 ・さいたま健康ネットワークのセミナー等において健康経営に取り組む民間企業・団体が集う機会が定期的に開催されている。その中で参加企業のグループセッションも行われることで、企業間の情報交換の場にもなっている。 | <ul style="list-style-type: none"> ・高齢者や独居の方に対し、声掛けや体操や食会などの集う会を実施することで、地域全体の見守り活動が行われている。 ・高齢者の介護予防教室(ますます元気教室)の受講者数は約3,000人である。その教室で行われている「いきいき百歳体操」が役に立ったとの感想が多く寄せられている。また、その教室の参加者で「いきいき百歳体操」の自主グループの支援を行うボランティア講座を受講する人が増えており、高齢者の活躍の場の提供や社会とのつながりを担っている。 ・すこやか運動教室受講後に、自主的に運動を続けている高齢者は7,000人を超えており、身近な場所で自分のペースで運動する習慣が形成されている。 ・健康川柳の募集など、市民が誘い合って参加できる啓発の種類が増えており、地域の人々の交流にもつながっている。 | | | | | |

II 地域 主 取 組

II 地域 主 取 組

II 地域 主 取 組

| | 目標指標 | 目標値* | ベースライン値 (平成24年度) | 平成28年度 | | 平成29年度 | | 平成30年度 | | 平成31年度(令和元年度) | | |
|--|---------------------|------------|---------------------|--------|-------------|------------|------------|--------|-------------|---------------|--------|--------|
| | | | | | ベースライン値との比較 | | | | | 平成32年度 | 平成33年度 | 平成34年度 |
| 成人の喫煙率(喫煙をやめたい人がやめる) | 男性(成人) | 18% | 24.8% | 23.2% | ↗ | | | | | | | |
| | 女性(成人) | 5% | 9.3% | 5.9% | ↗ | | | | | | | |
| 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日当たりの純アルコール換算量) | 成人男性(60μ/3食以上) | 2.8%以下 | 4.9% | 6.3% | ↘ | | | | | | | |
| | 成人女性(20μ/1食以上) | 6.4%以下 | 19.7% | 18.7% | ↗ | | | | | | | |
| | 40歳代男性(60μ/3食以上) | 4.6%以下 | 8.8% | 7.9% | ↗ | | | | | | | |
| | 50歳代男性(60μ/3食以上) | 5.8%以下 | 10.0% | 7.8% | ↗ | | | | | | | |
| | 20～30歳代女性(60μ/3食以上) | 0.2%以下 | 4.6% | 2.2% | ↗ | | | | | | | |
| 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 | 65% | 56.5% | 50.9% | ↘ | | | | | | | | |
| 各種がん検診受診率 | | | | | | | | | | | | |
| 肺がん検診 | 40%(H28) | 26.5%(H23) | 34.3%(H27) | ↗ | 32.9%(H28) | 34.6%(H29) | 34.0%(H30) | | | | | |
| 大腸がん検診 | 40%(H28) | 23.7%(H23) | 32.0%(H27) | ↗ | 29.6%(H28) | 30.7%(H29) | 30.2%(H30) | | | | | |
| 胃がん検診 | 40%(H28) | 20.4%(H23) | 24.5%(H27) | ↗ | 23.4%(H28) | 24.7%(H29) | 24.2%(H30) | | | | | |
| 乳がん検診 | 50%(H28) | 17.3%(H23) | 25.8%(H27) | ↗ | 23.6%(H28) | 24.4%(H29) | 22.2%(H30) | | | | | |
| 子宮がん検診 | 50%(H28) | 21.9%(H23) | 30.7%(H27) | ↗ | 30.6%(H28) | 29.9%(H29) | 28.4%(H30) | | | | | |
| 各種がん検診精密検査受診者の割合 | | | | | | | | | | | | |
| 肺がん検診 | 90%(H28) | 74.3%(H22) | 78.0%(H26) | ↗ | 79.6%(H27) | 76.6%(H28) | 77.2%(H29) | | | | | |
| 大腸がん検診 | 90%(H28) | 64.5%(H22) | 68.6%(H26) | ↗ | 69.2%(H27) | 65.3%(H28) | 65.8%(H29) | | | | | |
| 胃がん検診 | 90%(H28) | 75.2%(H22) | 79.9%(H26) | ↗ | 80.2%(H27) | 73.3%(H28) | 91.3%(H29) | | | | | |
| 乳がん検診 <small>(※検診日数増加に伴って検診率も増加している)</small> | 90%(H28) | 91.4%(H22) | 91.8%(H26) | ↗ | 90.9%(H27) | 91.0%(H28) | 89.7%(H29) | | | | | |
| 子宮がん検診 | 90%(H28) | 72.0%(H22) | 79.1%(H26) | ↗ | 81.5%(H27) | 79.1%(H28) | 74.2%(H29) | | | | | |
| がんの年齢調整死亡率(人口10万対) | | | | | | | | | | | | |
| 全年齢 男性 | 下げる | 165.2(H22) | 152.3(H27) | ↗ | | | | | | | | |
| 全年齢 女性 | 下げる | 88.8(H22) | 79.7(H27) | ↗ | | | | | | | | |
| SMR(標準比死亡比 全国を1としたとき) | | | | | | | | | | | | |
| SMR(男性) | 下げる | 0.96(H22) | 0.96(H28) | → | | | | | | | | |
| SMR(女性) | 下げる | 0.97(H22) | 1.00(H28) | ↘ | | | | | | | | |
| 市民 | | | | | | | | | ・健康に関する公開講座 | | | |
| 関係団体・事業者 | | | | | | | | | ・健康に関する公開講座 | | | |
| 主な取組 | | | | | | | | | | | | |
| 市 | | | | | | | | | | | | |
| 主な成果 | | | | | | | | | | | | |

がんの予防

主な取組

市

主な成果

・母子の健康と育児に関する事業(子育て支援事業)
・高齢社会に対する声かけ・見守り事業
・さいたま市への保健事業協力
・会員向け定期健康診断等の実施

・親子ランニングセミナー
・「健康！ほっとステーション」での啓発
・北区発信！なるほど健康クイズラリー
・民間企業での健康啓発事業
・お父さん応援プロジェクト！
・「ハハ流100日肉体重造計画～お腹が凹むトレーニング術～」
・民間企業での健康啓発事業
・「北区発信！食育クイズラリー」
・健康チームおみや レベルアップ講座
・健康チームおみや ウォーキング編
・健康チームおみやや 大宮アルティージャコラボ編
・男の筋トレ講座
・ママの元気アップ講座
・ハッピーファミリークラス(歯周病予防教室)
・生活習慣病予防普及啓発事業
・(大宮アルティージャ大宮区民感謝デー、区民まつり、大宮区少年少女サッカー教室、大宮区自転車「ロック促進啓発キャンペーン」、大宮高島屋、食品衛生協会)

・がん検診未受診者受診勧奨
・さいたま市健康マイレージ

・どの年代層においてもがんの罹患率等の具体的なデータを示すと共に、がん検診の必要性について啓発を行うことで受診の動機づけをすることにつながっている。
・さいたま市がん対策推進計画の具体的な取組が始まり、今後は市民のニーズや社会の動向を注視しながら新たな取組について検討していくことが必要である。

・母子の健康と育児に関する事業(子育て支援事業)
・高齢社会に対する声かけ・見守り事業
・さいたま市への保健事業協力
・会員向け定期健康診断等の実施
・第7回市民公開講座
・第6回薬物乱用防止キャンペーン

・親子DE筋トレ
・「健康！ほっとステーション」での啓発
・アラフォーからのボディレックス
・かがやく女性のためのHAPPYエイジング
①燃焼系編
②自分でできる！顔・骨盤歪み改善ストレッチ
・民間企業での健康啓発事業
・「北区発信！なるほど健康クイズラリー」
・ハハ流肉体重造計画
～お腹が凹むトレーニング術～
・体脂肪・筋肉量測定会
・健康チームおみやや レベルアップ講座
・健康チームおみやや 大宮アルティージャコラボ編
・健康チームおみやや ウォーキング編
・男の筋トレ講座
・連人に学ぶおやこシリーズ
①「かけっこ」の達人～楽しく走れるコツ教えます！
②「かけっこ」の達人～楽しく走れるコツ教えます！
③「親子でヘルシー」

・がん検診未受診者受診勧奨
・さいたま市健康マイレージ

・市民調査の結果によると、各種がん検診の受診場所が市の検診だけでなく、職場での検診や人間ドック等、多様化しており、受診率は上昇傾向にある。
・市のがん検診の受診率は目標値に近づいてきているが、近年の受診率は横ばいになってきている。
●中間評価●
・健康診断や検査を受けられない理由として、「忘れた」「忙しい」という理由が多く挙げられている。そのため、職場との連携等により健康診断や検査を受けられない人を減らし、受診率を向上させる取組が必要。

・第5回政令市薬剤師会統一薬物乱用防止キャンペーン
・各区区民まつり
・平成29年度さいたま市成人保健事業
・会員向け定期健康診断等の実施
・第7回市民公開講座
・第6回薬物乱用防止キャンペーン

・アラフォーからのボディレックス
・運動したいママへ～きらきら☆子どもキッチン
・親子でトライ!らんらん トランニング
・夏休み親子育児Labo(歯周病予防教室)
・健康クイズを利用した啓発活動
・浦和区 秋の健康ウォーキング教室
・10年後も美しい私の食習慣～in 幼稚園～
・浦和区健康まつり
～健康で共に支えあうまちづくりのために～
・体組成測定会
・連人に学ぶおやこシリーズ
①「かけっこ」の達人～楽しく走れるコツ教えます！～
②「こはんの達人」～岩瀬産のお米でおにぎり作り～
(歯周病予防教室)
・生活習慣病予防普及啓発事業
①やさいヨガ
②デトックスヨガ

・ピンクリボン運動
・がん対策講演会
～もし「がん」になったらどうする？～

・がん患者会と協働し、生活習慣病予防の講座の中でがんに関する体験談を聞く機会を設けることで、市民ががん検診や自己検診を身近に感じ、受診行動をとるきっかけ作りにもなっている。
・人が多く集まるショッピングモールやイベントの中で、がん検診の啓発を行い、子育て中の若い世代を含めた幅広い世代に啓発する機会となっている。
・ピンクリボン運動が毎年開催されており、市内では疑似乳房の触診体験、ライトアップ点灯式、ミニウォークなどの取組が行われている。この運動が毎年継続されることで、この活動の認知度が高まり、今年度は過去最高の来場者となった

・健康に関する公開講座

・母子の健康と育児に関する事業(子育て支援事業)
・高齢社会に対する声かけ・見守り事業
・さいたま市への保健事業協力
・第7回薬物乱用防止キャンペーン
・第8回市民公開講座
・第6回政令市薬剤師会統一薬物乱用防止キャンペーン

・親子DE筋トレ
・「健康！ほっとステーション」での啓発
・かがやく女性のためのHAPPYエイジング 燃焼編
・親子でこころごはん ①野菜編 ②お米編
・自分でできるエイジングケア～ロ元&骨盤から～
・民間企業での健康啓発事業
・「北区発信！なるほど健康クイズラリー」
・健康チームおみやや レベルアップ講座
・健康チームおみやや 大宮アルティージャコラボ編
・健康チームおみやや ウォーキング編
・男の筋トレ講座
・OMYAおやこ食育教室
・わくわくキッチン
～しっかり食べて、元気チャージ～
・生活習慣病予防普及啓発事業(大宮アルティージャ大宮区民感謝デー、区民まつり、大宮区少年少女サッカー教室、大宮高島屋、食品衛生協会)

・がん検診未受診者受診勧奨

・がん患者会やPTA等と協働し、子育て世代ががんについて学ぶ機会が増えている。その結果、家族全員のがんの予防や正しい知識を身に付けることにつながっている。
・がんになっても安心して暮らすための情報を提供するため「さいたま市がん対策推進講演会」を開催している。今年度は課題となっていた「アピアランスケア」に関する研修会を開催し、医療関係者と美容業関係者が集い、現状や今後の課題について異職種間で意見交換をすることができた。

・健康に関する公開講座

・JAの総合事業機能を活かした健康づくり
・2019年度さいたま市成人保健事業
・市民公開講座
・市民フォーラム

・「健康！ほっとステーション」での啓発
・かがやく女性のためのHAPPYエイジング 燃焼編、顔・骨盤ゆがみ改善編
・親子でこころごはん ①野菜編 ②お米編
・自分でできるエイジングケア
～ロ元・首・肩リフレッシュ～
・商業施設での健康啓発事業(北区発信！なるほど健康クイズラリー)
・親子でよもぎんちゃかレッスン
・キリッと美ボディ☆多岐メディアメイク0038
・体組成測定会
・甘党さんのヘルシーレッスン
・きらきら☆おやこキッチン
・夏休み親子育児Labo(歯周病予防教室)

・がん検診未受診者受診勧奨
・さいたま市健康マイレージ

・ピンクリボン運動

・健康に関する公開講座

| | 目標指標 | 目標値* | ベースライン値 (平成24年度) | 平成28年度 | | 平成29年度 | | 平成30年度 | | 平成31年度(令和元年度) | | | | | | | | |
|---|---------------------|--------------|---|----------------|---|--------------|--|----------------|---|---|---|---|--|--|--|---|--|--|
| | | | | | ベースライン値との比較 | | | | | 平成32年度 | 平成33年度 | 平成34年度 | | | | | | |
| 2 循環器疾患・糖尿病の予防 主な取組 | 適正体重を維持している人の割合 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 20～60歳代男性の肥満者の割合 全体 | 14%以下 | 24.1% | 25.0% | ↘ | | | | | | | | | | | | | |
| | 40歳代 | | 22.7% | 27.9% | ↘ | | | | | | | | | | | | | |
| | 50歳代 | | 28.9% | 32.2% | ↘ | | | | | | | | | | | | | |
| | 60歳代 | | 22.5% | 25.9% | ↘ | | | | | | | | | | | | | |
| | 40～60歳代女性の肥満者の割合 全体 | 13%以下 | 15.2% | 16.4% | ↘ | | | | | | | | | | | | | |
| | 40歳代 | | 16.9% | 12.8% | ↗ | | | | | | | | | | | | | |
| | 50歳代 | | 14.1% | 14.6% | ↘ | | | | | | | | | | | | | |
| | 60歳代 | | 14.8% | 20.7% | ↘ | | | | | | | | | | | | | |
| | 20歳代の女性はやせの人の割合 | 15%以下 | 25.2% | 20.1% | ↗ | | | | | | | | | | | | | |
| | 金出中の低体重児の割合 | 減少傾向へ | 9.6%(H22) | 9.4%(H26) | ↗ | | 9.6%(H27) | 9.6%(H28) | 9.2%(H29) | | | | | | | | | |
| | 小学4年生の肥満度35%以上の割合 | 減少傾向へ | 2.21%(H23) | 1.5%(H28) | ↗ | | 1.7%(H29) | 1.9%(H30) | 2.2%(R01) | | | | | | | | | |
| | 定期的に健康診査を受けていない人の割合 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 全体 | 16%以下 | 22.6% | 18.9% | ↗ | | | | | | | | | | | | | |
| | (モニタリング)国民生活基礎調査 | — | 30.4%(H22) | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 20～40歳代女性 | 20%以下 | 32.8% | 23.6% | ↗ | | | | | | | | | | | | | |
| | (モニタリング)国民生活基礎調査 | — | 41.5%(H22) | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 特定健康診査の受診率 | 60%(H29) | 34.3%(H23) | 36.5%(H27) | ↗ | | 36.5%(H28) | 37.1%(H29) | 36.9%(H30) | | | | | | | | | |
| | 特定保健指導の実施率 | 60%(H29) | 33.6%(H23) | 27.4%(H27) | ↗ | | 31.0%(H28) | 28.1%(H29) | 36.4%(H30) | | | | | | | | | |
| | 介護保険サービスの利用者数 | 増減不明(H27) | 29,322人(H23) | 40,600人(H28.5) | ↘ | | 45,227人(H29.5) | 42,620人(H30.5) | 43,828人(R1.5) | | | | | | | | | |
| 脳血管疾患・虚血性心疾患の年齢調整死亡率(人口10万対) | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 脳血管疾患 男性 | 41.6 | 48.0(H22) | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 女性 | 24.7 | 27.4(H22) | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 虚血性心疾患 男性 | 31.8 | 54.8(H22) | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 女性 | 13.7 | 21.4(H22) | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 収縮期血圧の平均値(高血圧症の状況) | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 男性 | 現状維持 | 131mmHg(H23) | 130mmHg(H27) | ↗ | | 130mmHg(H28) | 130mmHg(H29) | 130mmHg(H30) | | | | | | | | | | |
| 女性 | 現状維持 | 128mmHg(H23) | 127mmHg(H28) | ↗ | | 127mmHg(H28) | 127mmHg(H29) | 127mmHg(H30) | | | | | | | | | | |
| 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) | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 男性 | 6.2% | 10.5%(H23) | 9.1%(H27) | ↗ | | 9.1%(H28) | 9.1%(H29) | 9.4%(H30) | | | | | | | | | | |
| 女性 | 8.8% | 14.8%(H23) | 13.1%(H27) | ↗ | | 12.7%(H28) | 13.1%(H29) | 13.8%(H30) | | | | | | | | | | |
| 血糖コントロール指標におけるコントロール不良者の割合(HbA1cがJDS値8.0%/NGSP値8.4%以上の人の減少) | 1.0% | 1.2%(H23) | 1.0%(H27) | ↗ | | 1.0%(H28) | 1.0%(H29) | 1.0%(H30) | | | | | | | | | | |
| 糖尿病治療継続者の割合 | 70% | 58.3% | | | | | | | | | | | | | | | | |
| (モニタリング)特定健康診査 | — | 41.3%(H23) | 43.2%(H27) | ↗ | | 45.6%(H28) | 47.7%(H29) | 50.5%(H30) | | | | | | | | | | |
| 市民 | | | ・健康に関する公開講座 | | ・健康に関する公開講座 | | ・薬局での健康チェック | | ・薬局での健康チェック | | | | | | | | | |
| 関係団体・事業者 | | | ・さいたま市食生活改善推進員協議会 ・在宅保健師等による支援事業 ・平成28年度さいたま市成人保健事業 ・JAの機能を活かした健康づくり | | ・さいたま市食生活改善推進員協議会 ・在宅保健師等による支援事業 ・平成29年度さいたま市成人保健事業 ・JAの機能を活かした健康づくり ・健康経営推進の取組 | | ・第7回市民公開講座 ・第6回薬物乱用防止キャンペーン ・第5回政令市薬剤師会統一薬物乱用防止キャンペーン ・各区区民まつり ・薬局における体成分分析器による健康チェックや血圧測定等 | | ・在宅保健師等による支援事業 ・第7回薬物乱用防止キャンペーン ・第8回市民公開講座 ・第6回政令市薬剤師会統一薬物乱用防止キャンペーン ・各区区民まつりブース参加 | ・平成30年度さいたま市成人保健事業 ・JAの機能を活かした健康づくり ・さいたま市食生活改善推進員協議会 ・生活習慣改善・定着プロジェクト ・会員事業所向け健康診断等の実施 ・「健康経営」の推進 | ・JAの総合事業機能を活かした健康づくり ・さいたま市食生活改善推進員協議会 ・生活習慣改善・定着プロジェクト ・会員事業所向け健康診断等の実施 ・母子の健康と育児に関する事業(子育て支援事業) ・さいたま市への保健事業協力 ・高齢社会に対する声掛け・見守り事業 ・2019年度さいたま市成人保健事業 | | | | | | | |
| 区 | | | ・お父さん応援プロジェクト！ 「ハバ流100日肉体改造計画～お腹が凹むトレーニング術～」 ・民間企業での健康啓発事業 「北区発信！食育クイズラリー」 ・健活チームおおみや レベルアップ講座 ・健活チームおおみや ウォーキング編 ・健活チームおおみや 大宮アルディージャコラボ編 ・男の筋トレ講座 ・ママの元気アップ講座 ・ハッピーファミリークラス(歯周病予防教室) ・生活習慣病予防普及啓発事業 ・大宮アルディージャ大宮区民感謝デー、区民まつり、大宮区少年少女サッカー教室、大宮区自転車ツーリング促進啓発キャンペーン、大宮高島屋、食品衛生協会 | | ・生活習慣病予防普及啓発事業 ・体組成測定会 ・アラフォーからのボディレッスン ～運動したハバママへ～きらきら☆子ども食堂 ・親子でトライ!!らんらん トランニング ・のびのびウォーキング ・うらわメタ防クラブ with PTA ・浦和レッズホームゲームでの禁煙・健康情報PR ・連人に学ぶおやこシリーズ ①「親子どが」雨の日も子供と一緒にリフレッシュ ②「かけっこ」の達人！楽しく走れるコツ教えます！ ③「親子でヘルシー」 | | ・ハッピーファミリークラス(歯周病予防教室) ・生活習慣病予防普及啓発事業 ・体組成測定会 ・アラフォーからのボディレッスン ・運動したハバママへ ・運動したハバママへ ・親子でトライ!!らんらん トランニング ・10年後も美しい私の食習慣～in 幼稚園～ ・浦和区健康まつり ～健康で共に支えあうまちづくりのために～ ・体組成測定会 ・ママの元気アップ講座 ・OMIYAおやこ教育教室 ・ママの元気アップ講座 ・連人に学ぶおやこシリーズ ①「かけっこ」の達人！楽しく走れるコツ教えます！～ ②「ごはんの達人」～岩槻産のお米でおにぎりランチ～ ③「健康づくり応援教室」 ①やさしいヨガ ②デトックスヨガ | | ・親子DE筋トレ ・「健康！ほっとステーション」での啓発 ・かがやく女性のためのHAPPYエイジング ①燃焼系編 ②自分でできる！顔・骨盤歪み改善ストレッチ ・ハバ流肉体改造計画 ～お腹が凹むトレーニング術～ ・体脂肪・筋肉量測定会 ・健活チームおおみや レベルアップ講座 ・健活チームおおみや 大宮アルディージャコラボ編 ・健活チームおおみや ウォーキング編 ・連人に学ぶおやこシリーズ ①「かけっこ」の達人！楽しく走れるコツ教えます！～ ②「ごはんの達人」～岩槻産のお米でおにぎりランチ～ ③「健康づくり応援教室」 ①やさしいヨガ ②デトックスヨガ | | ・親子DE筋トレ ・「健康！ほっとステーション」での啓発 ・かがやく女性のためのHAPPYエイジング ・親子でこそうごはん ①野菜編②お米編 ・健活チームおおみや レベルアップ講座 ・健活チームおおみや 大宮アルディージャコラボ編 ・健活チームおおみや ウォーキング編 ・男の筋トレ講座 ・OMIYAおやこ教育教室 ・わくわくクッキング ～しっかり食べて、元気チャージ～ ・ママの元気アップ講座 ・ハッピーファミリークラス(歯周病予防教室) ・生活習慣病予防普及啓発事業 ・大宮アルディージャ大宮区民感謝デー、区民まつり、大宮区少年少女サッカー教室、大宮高島屋、食品衛生協会 | | ・生活習慣病予防普及啓発事業 ・体組成測定会 ・運動したハバママへ ・運動したハバママへ ・親子でトライ!!らんらん トランニング ・体組成測定会 ・見沼区ふれあいフェア ・骨盤エクササイズ ・適切な食習慣に関する普及啓発・うらわメタ防クラブ with PTA ・10年後も元気に！私の健康習慣in 幼稚園 ・浦和区健康まつり2018 ・なんでも禁煙相談 ・連人に学ぶおやこシリーズ 「マラソンの達人」～楽しく走るコツ教えます！～ ・健康づくり応援教室 デトックスヨガ | | ・「健康！ほっとステーション」での啓発 ・かがやく女性のためのHAPPYエイジング ・燃焼編、顔・骨盤ゆがみ改善編 ・親子でこそうごはん ①野菜編 ②お米編 ・キリッ和美ボディ☆多ボディメイク0038 ・体組成測定会 ・10年後も元気に！私の健康習慣in 幼稚園 ・甘党さんのヘルシーレッスン ・ストレッチ＆コアエクササイズ ・親子でトライ!!らんらん トランニング ・見沼区ふれあいフェア | ・姿勢改善ウォーキング ・適切な食習慣に関する普及啓発 ・歯周病予防教室 「私のための口元からアンチエイジング」 ・10年後も元気に！私の健康習慣in 幼稚園 ・うらわメタ防クラブ with PTA ・浦和区健康まつり2019 ・遊びて体カUP教室 ～親子で運動不足を解消しませんか～ ・ハバエクスサイズ | | |
| 市 | | | ・のびのび健診早期受診キャンペーン ・高血圧予防の啓発 ・世界腎臓デーinさいたま中央 | | ・生活習慣病重症化予防対策事業 ・のびのび健診早期受診キャンペーン ・生活習慣病予防普及啓発事業 (浦和区健康まつりでの取組) | | ・生活習慣病予防普及事業 (世界腎臓デーinさいたま中央) ・高血圧予防の啓発 ・世界腎臓デーinさいたま中央 ・さいたま市健康マイレージ | | ・生活習慣病重症化予防対策事業 ・のびのび健診早期受診キャンペーン ・生活習慣病予防普及啓発事業 (浦和区健康まつりでの取組) | ・生活習慣病予防普及事業 (世界腎臓デーinさいたま中央) ・まずまず元気教室 ・さいたま市健康マイレージ | ・まずまず元気教室 ・生活習慣病重症化予防対策事業 ・のびのび健診早期受診キャンペーン ・生活習慣病予防普及事業 (世界腎臓デーinさいたま中央) | ・生活習慣病予防普及啓発事業 (浦和区健康まつりでの取組) ・スマートウエルネスさいたま ・さいたま市健康マイレージ | | | | | | |
| 主な成果 | | | ・体組成測定者に対しメンバーズカードを発行するなど、新たな仕組みを取り入れることにより、計測をきっかけにした継続性のある運動習慣の形成に役立っている。 ・埼玉県及び埼玉県国民健康保険団体連合会、さいたま市医師会と協働し、糖尿病の重症化予防に向けた取組を継続し進めている。 ●中間評価● ・本市は糖尿病の有病者及び予備群の割合が県内でも特に高く喫緊の課題となっている。また、男女ともに働き盛り世代以降において、肥満者の割合が高い。そのため、糖尿病予防につながる食生活や運動習慣などについて、動機付けや効果を得られる取組を関係課で連携して行うことが必要である。 ※市内にある6台の体組成計による測定人数は、5,271人である。 | | ・体組成測定会の参加者は毎回100人程度の区もあり、市民の中にも体組成を測る意義や習慣が浸透してきている。 ・埼玉県及び埼玉県国民健康保険団体連合会、さいたま市医師会と協働し、糖尿病の重症化予防に向けた取組を継続し進めている。 ●中間評価● ・本市は糖尿病の有病者及び予備群の割合が県内でも特に高く喫緊の課題となっている。また、男女ともに働き盛り世代以降において、肥満者の割合が高い。そのため、糖尿病予防につながる食生活や運動習慣などについて、動機付けや効果を得られる取組を関係課で連携して行うことが必要である。 ※市内にある6台の体組成計による測定人数は、6,136人である。 | | ・昨年度からさいたま市健康マイレージ参加者向けの体組成測定会を市内随所で20回開催し、参加者の運動継続のためのモチベーション維持にもつながっている。 ・民間企業主催で開催される体組成測定会が増加しており、今までアプローチができなかった市民層へ啓発の機会が広がっている。 ・埼玉県及び埼玉県国民健康保険団体連合会、さいたま市医師会と協働し、糖尿病の重症化予防に向けた取組を継続し進めている。 ※市内にある6台の体組成計による測定人数は、7,248人である。 | | ・さいたま市健康マイレージ参加者向けの体組成測定会を全区で20回開催する中で、市内スポーツクラブの協力を得て、運動指導や体力測定を開催する回数を昨年度よりも増やした。その結果、測定会来場者のほとんどが測定を希望し、市民に新たなモチベーション維持のための情報を提供することができた。 ・民間企業と共催で開催したイベントブースでは体組成測定に加え、血管年齢測定器や握力計等を使った健康に関する様々な測定体験は家族連れに人気を得ている。その結果、手軽に健康に関する指標を計測できるツールを対象者に合わせて選択することで、幅広い世代向けの啓発につながっている。 ・埼玉県及び埼玉県国民健康保険団体連合会、市内の各医師会と協働し、糖尿病の重症化予防に向けた取組を継続し進めている。 ※市内にある6台の体組成計による測定人数は、4,436人である。(R1.12.10現在) | | | | | | | | | |

| 目標指標 | | 目標値* | ベースライン値 (平成24年度) | 平成28年度 | ベースライン値との比較 | 平成29年度 | 平成30年度 | 平成31年度(令和元年度) | 平成32年度 | 平成33年度 | 平成34年度 |
|--|------------------|------------|---------------------|---|--|---|--|---|--------|--------|--------|
| 3歳児歯科健康診査でむし歯のない幼児の割合 | 90% | 82.4%(H23) | | 86.4%(H27) | ↗ | 87.1%(H28) | 87.6%(H29) | 88.5%(H30) | | | |
| 3歳児で4回以上のフッ化物塗布を受けている幼児の割合 | 増やす | 52.3%(H23) | | 57.7%(H27) | ↗ | 56.8%(H28) | 57.9%(H29) | 59.2%(H30) | | | |
| (モニタリング)中学1年生1人平均DMF指数 | — | 1.0本(H23) | | 0.59本(H28) | | 0.50本(H29) | | | | | |
| 過去1年間に歯科健康診査を受診した人の割合(20歳以上) | 55% | 23.6% | | 28.0% | ↗ | | | | | | |
| 40歳代における進行した歯周炎を有する人の割合(成人歯科健康診査CPⅢ以上) | 減らす | 33.0%(H23) | | 36.6%(H27) | ↘ | 44.2%(H28) | 43.4%(H29) | 43.4%(H29) | | | |
| (モニタリング)市民調査 | — | 18.2% | | 19.2%(H28) | | | | | | | |
| 40歳で喪失歯のない人の割合 | 増やす | 83.1%(H23) | | 87.8%(H27) | ↗ | 89.6%(H28) | 90.8%(H29) | 91.6%(H30) | | | |
| (モニタリング)市民調査 | — | 54.1% | | 73.0%(H28) | | | | | | | |
| 60歳代における進行した歯周炎を有する人の割合(成人歯科健康診査CPⅢ以上) | 減らす | 48.5%(H23) | | 48.4%(H27) | ↗ | 55.5%(H28) | 54.7%(H29) | 50.6%(H30) | | | |
| (モニタリング)市民調査 | — | 16.8% | | 17.1%(H28) | | | | | | | |
| 60歳で24歯以上百分の歯を有する人の割合 | 増やす | 75.6%(H23) | | 87.2%(H27) | ↗ | 85.5%(H28) | 89.8%(H29) | 88.7%(H30) | | | |
| (モニタリング)市民調査 | — | 53.0% | | 71.9%(H28) | | | | | | | |
| 80歳で20歯以上百分の歯を有する人の割合 | 増やす | 59.2%(H23) | | 75.1%(H27) | ↗ | 73.8%(H28) | 75.3%(H29) | 78.4%(H30) | | | |
| (モニタリング)市民調査 | — | 31.9% | | 26.9%(H28) | | | | | | | |
| 60歳代における嗜好しやく良好者の割合(口腔機能の維持・向上) | 80% | 69.8%(H23) | | 69.6% | ↘ | | | | | | |
| 市民 | | | | ・健康に関する公開講座 | | ・健康に関する公開講座 | ・健康に関する公開講座 | ・健康に関する公開講座 | | | |
| 関係団体・事業者 | | | | ・会員向け定期健康診断等の実施 | | ・会員向け定期健康診断等の実施 ・市民フォーラム | ・市民フォーラム ・在宅保健師等による支援事業 | ・市民フォーラム ・口腔がん検診 ・市民公開講座 | | | |
| 3 歯・ 口腔の 健康 | 主 な 取 組 | | | <ul style="list-style-type: none"> 「健康！ほっとステーション」での啓発 ・北区健康づくり階段クイズ ・民間企業での健康啓発事業 「北区発信！なるほど健康クイズラリー」 ・お父さん応援プロジェクト！ 「くハ流100日肉体改造計画～お腹が凹むトレーニング術～ ・男の筋トレ講座 ・ママの元氣アップ講座 ・ハッピーファミリークラス(歯周病予防教室) ・生活習慣病予防普及啓発事業(大宮アルディージャ大宮区民感謝デー、区民まつり、大宮区少年少女サッカー教室、大宮区自転車ツアー・ロック促進啓発キャンペーン、大宮高島屋、食品衛生協会) ・呼吸一酸化炭素濃度測定 ・アラフォーからのボディレッシン ・ハバとチャレンジ！ヘル歯一クッキング ・男の筋トレ教室 ・のびのびウォーキング ・うらわメタ防クラブwith PTA ・生活習慣病予防普及啓発教室 「家族みんなで健康教室」 ・今から始める男の筋トレ・健口講座 ・達人に学ぶおやこシリーズ ①「親子ヨガ」雨の日も子供と一緒にリフレッシュ ②「かけこの達人」楽しく走れるコツ教えます！ ③「親子でヘル歯一」 | | <ul style="list-style-type: none"> ・親子DE筋トレ ・「健康！ほっとステーション」での啓発 ・かがやく女性のためのHAPPYエイジング ①燃焼系編 ②自分でできる！顔・骨盤歪み改善ストレッチ ・民間企業での健康啓発事業 「北区発信！なるほど健康クイズラリー」 ・くハ流肉体改造計画 ～お腹が凹むトレーニング術～ ・男の筋トレ講座 ・OMIYAおやこ食育教室 ・ママの元氣アップ講座 ・ハッピーファミリークラス(歯周病予防教室) ・生活習慣病予防普及啓発事業(大宮アルディージャ大宮区民感謝デー、区民まつり、大宮区少年少女サッカー教室、大宮高島屋、食品衛生協会) ・アラフォーからのボディレッシン ・夏休み親子歯育Labo(歯周病予防教室) ・インナーマッスル教室 ・健康クイズを利用した啓発活動 ・10年後も美しい私の食習慣～in 幼稚園～ ・浦和区健康まつり ～健康で共に支えあうまちづくりのために～ ・体組成測定会 ・生活習慣病予防普及啓発教室 『おなかすっきりで燃焼しやすい体づくり運動・栄養講座』 ・歯周病予防教室 & 生活習慣病予防普及啓発教室 『家族みんなでいただきマウス』 | <ul style="list-style-type: none"> ・生活習慣病予防普及啓発事業(大宮アルディージャ大宮区民感謝デー、区民まつり、大宮区少年少女サッカー教室、大宮高島屋、食品衛生協会) ・見沼区ふれあいフェア ・夏休み親子歯育Labo(歯周病予防教室) ・適切な食習慣に関する普及啓発 ・自分のできるエイジングケア ～ロ元・首・肩リフレッシュ～ ・商業施設での健康啓発事業(北区発信！なるほど健康クイズラリー) ・親子でくもぐしゃレッスン ・甘党さんのヘルシーレッスン ・夏休み親子歯育Labo(歯周病予防教室) ・見沼区ふれあいフェア ・夏休み親子歯育Labo(歯周病予防教室) ・適切な食習慣に関する普及啓発 ・うらわメタ防クラブ with PTA ・10年後も元氣に！私の健康習慣in 幼稚園 ・浦和区健康まつり2019 ・賢い女性は知っている！自分メンテナンス教室 ・きらめき★セルフケア ～若さを保つヨガと口もとケア～ | | | | |
| 市 | | | | <ul style="list-style-type: none"> ・口腔機能向上教室(二次予防事業) ・市民館介護予防事業 ・8020歯の健康教室 | | <ul style="list-style-type: none"> ・口腔機能向上教室(二次予防事業) ・市民館介護予防事業 ・8020歯の健康教室 ・介護予防普及啓発事業 | <ul style="list-style-type: none"> ・8020歯の健康教室 ・市民館介護予防事業 ・健口教室・健口づくり交流会 | <ul style="list-style-type: none"> ・公民館介護予防事業 ・8020歯の健康教室 ・健口教室・健口づくり交流会 | | | |
| 主な成果 | | | | <ul style="list-style-type: none"> ・健康づくりの運動を中心とした教室の中にも歯科保健に関する講義や実技を取り入れ、参加者の口腔ケアの意欲が高まるなど全体的な健康づくりの意識付けもできている。 ・妊婦とそのパートナーを対象とした歯周病予防事業を実施し、妊婦だけではなく家族全員の口腔衛生の重要性について学ぶ機会となっている。 ・市民調査の結果によると、男性は歯周病予防についての関心が女性に比べて低く、普段から学ぶ機会が少ないことが課題であるため、それを視野に入れた事業が必要である。 | <ul style="list-style-type: none"> ・1歳から1歳6か月児を持つ保護者を対象に、大人と同じ献立からとりわけ離乳食と歯科保健に関する事業を実施している。その結果、家庭でも実践しやすい子どもの歯の萌出期に合わせた食事の作り方や、口腔ケアの方法の啓発につながっている。 ・地域における障害のある方に埼玉県障害者歯科相談医を身近に知ってもらうために、「障害者歯科相談医ガイドブック」を作成した。それを市内の障害者施設、歯科医師会の加入医療機関、関係課に配布した。 | <ul style="list-style-type: none"> ・中間評価で明らかになった「定期的に歯科健康診査を受診している人が少ない」という課題を踏まえ、運動と歯科保健を組み合わせた教室の参加者に口腔ケアについて啓発することで、参加者からたまったという声がかかっている。 ・歯科の教室の開催後に、参加者の口腔の状態や生活習慣の判定結果や、歯科衛生士のアドバイスを送付し、市民のセルフケアの支援につなげる仕組みができている。 ・昨年度作成した「障害者歯科相談ガイドブック」を設置している情報公開コーナーなどから、追加配布の要請が入っており、市民の障害者への歯科治療の関心の高さと、その情報を求める声が多く寄せられている。 | <ul style="list-style-type: none"> ・子どもだけでなく親の歯科保健指導も同時に行うことで、親子で生活習慣を見直し、家庭で実践する一助となっている。ひいては家族全体の口腔ケアを見直すことにつながっている。 ・10区合同で高齢者の歯科口腔の教室受講者が集まって交流会を行っており、社会交流の機会にもなっている。 ・市の歯科口腔保健の課題解決のため、歯科口腔保健に関する情報の提供や研修を実施する口腔保健支援センターを設置し、障害者(児)や要介護高齢者福祉施設職員向け口腔ケア研修の実施や歯科口腔保健に関する啓発等、市民や事業所に対して歯科保健に関する取組を開始した。 | | | | |

| 目標指標 | 目標値* | ベースライン値 (平成24年度) | 平成28年度 | | 平成29年度 | | 平成30年度 | | 平成31年度(令和元年度) | | 平成32年度 | 平成33年度 | 平成34年度 |
|--------------------------------------|-------|---------------------|--|---|---|--|--|---|---|---|--------------------------------------|--------|--------|
| | | | | ベースライン値との比較 | | | | | | | | | |
| 朝食を食べている人の割合 | | | | | | | | | | | | | |
| 20歳代男性 | 75%以上 | 53.7% | 48.2% | ↘ | | | | | | | | | |
| 30歳代男性 | | 60.7% | 48.8% | ↘ | | | | | | | | | |
| 20歳代女性 | | 66.3% | 52.2% | ↘ | | | | | | | | | |
| 毎日3食野菜を食べている人の割合 | | | | | | | | | | | | | |
| 16歳未満 | 増える | 29.1% | | ↗ | | 37.5% | | | | | | | |
| 壮年期(40～64歳) 男性 | 30%以上 | 21.7% | 18.9% | ↘ | | 55.3% | | | | | | | |
| 女性 | 30%以上 | 28.2% | 28.4% | ↗ | | 60.5% | | | | | | | |
| 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 | 65% | 56.5% | 50.9%(15歳以上) | ↘ | 55.3(0歳以上) ↘ | 79.5% | | | | | | | |
| ほとんど毎日家族と食べる子どもの割合 | 増える | 79.9% | | ↘ | | 男性 67.2% 女性60.5% | | | | | | | |
| 朝食 | 増える | 87.5% | | ↘ | | 男性 78.5% 女性79.5% | | | | | | | |
| 健康づくり協力店の指定店舗数 | 120店 | 12店 | 30店 | ↗ | | 29店(H29.10月時点) | | 30店(H30.10月時点) | | 64店(R1.11月時点) | | | |
| 特定給食施設で栄養成分表示をしている割合 | 87% | 81.9% | 83.8%(平成27年度末) | ↗ | | 84.5%(平成28年度末) | | 83.9%(平成29年度末) | | 86.1%(平成30年度末) | | | |
| 市民 | | | ・健康に関する公開講座 ・助産院の家庭料理教室 | | | ・健康に関する公開講座 ・栄養講座、調理実習 | | ・幼稚園における「早寝、早起き、朝ごはん」の啓発 | | ・助産院や管理栄養士による料理教室 | | | |
| 関係団体・事業者 | | | ・母子の健康と育児に関する事業(子育て支援事業) ・高齢社会に対する声かけ・見守り事業 | | ・さいたま市への保健事業協力 ・さいたま市食生活改善推進員協議会 ・在宅保健師等による支援事業 | ・母子の健康と育児に関する事業(子育て支援事業) ・高齢社会に対する声かけ・見守り事業 | ・さいたま市への保健事業協力 ・さいたま市食生活改善推進員協議会 ・糖尿病性腎症重症化予防事業 ・健康経営推進の取組 | ・母子の健康と育児に関する事業(子育て支援事業) ・高齢社会に対する声かけ・見守り事業 ・さいたま市への保健事業協力 ・在宅保健師等による支援事業 | ・ヘルスケア産業創出事業 ・会員向け健康診断等の実施 ・さいたま市食生活改善推進員協議会 ・特定保健指導と料理教室の同時開催 ・「健康経営」の推進 ・「健康レシピ」の作成・配布 | ・さいたま市食生活改善推進員協議会 ・生活習慣改善・定着プロジェクト ・母子の健康と育児に関する事業(子育て支援事業) | ・さいたま市への保健事業協力 ・高齢社会に対する声かけ・見守り事業 | | |
| 主な取組 | | | ・「健康！ほっとステーション」での啓発 ・北区健康づくり階段クイズ ・民間企業での健康啓発事業 ・「北区発信！食育クイズラリー」 ・男の筋トレ講座 ・ママの元気アップ講座 ・生活習慣病予防普及啓発事業(大宮アルディージャ大宮区民感謝デー、区民まつり、大宮区少年少女サッカー教室、大宮区自転車ツー・ロック促進啓発キャンペーン、大宮高島屋、食品衛生協会) ・生活習慣病予防普及啓発事業 ・アラフォーからのボディレッシン | ・～運動したババママへ～きらきら☆子ども食堂 ・ババとチャレンジ！ヘル歯ーッキング ・のびのびウォーキング ・うらわメタ防クラブ with PTA ・浦和レッズホームゲームでの禁煙・健康情報PR ・生活習慣病予防普及啓発教室「ブレ更年期教室」 ・生活習慣病予防普及啓発教室「家族みんなで健康教室」 ・連人に学ぶおやこシリーズ ①「親子ヨガ」雨の日も子供と一緒にリフレッシュ ②「かけっこの達人」楽しく走れるコツ教えます！ ③「親子でヘル歯ー」 | ・親子DE筋トレ ・「健康！ほっとステーション」での啓発 ・かがやく女性のためのHAPPYエイジング ①燃焼系編 ②自分でする！顔・骨盤歪み改善ストレッチ ・ババ流肉改造計画 ～お腹が凹むトレーニング術～ ・男の筋トレ講座 ・OMIYAおやこ食育教室 ・ママの元気アップ講座 ・生活習慣病予防普及啓発事業(大宮アルディージャ大宮区民感謝デー、区民まつり、大宮区少年少女サッカー教室、大宮高島屋、食品衛生協会) ・生活習慣病予防普及啓発事業 ・アラフォーからのボディレッシン ・運動したババママへ きらきら☆子どもキッチン ・夏休み親子歯育Labo(歯周病予防教室) | ・健康クイズを利用した啓発活動 ・10年後も美しい私の食習慣～in 幼稚園～ ・浦和区健康まつり ～健康で共に支えあうまちづくりのために～ ・体組成測定会 ・生活習慣病予防普及啓発教室 『おなかすっきりで燃焼しやすい体づくり運動・栄養講座』 ・歯周病予防教室 & 生活習慣病予防普及啓発教室 『家族みんなでいただきマウス』 ①「かけっこの達人」～楽しく走れるコツ教えます！～ ②「ごはんの達人」～岩槻産のお米でおにぎりランチ～ ・健康づくり応援教室 ①やさしいヨガ ②デトックスヨガ | ・親子DE筋トレ ・「健康！ほっとステーション」での啓発 ・かがやく女性のためのHAPPYエイジング 燃焼編 ・親子でこそうごはん ①野菜編②お米編 ・男の筋トレ講座 ・OMIYAおやこ食育教室 ・わくわくクッキング ～しっかり食べて、元気チャージ～ ・ママの元気アップ講座 ・生活習慣病予防普及啓発事業(大宮アルディージャ大宮区民感謝デー、区民まつり、大宮区少年少女サッカー教室、大宮高島屋、食品衛生協会) ・生活習慣病予防普及啓発事業 体組成測定会 ・アラフォーからのボディレッシン | ・運動したババママへ きらきら☆子どもキッチン ・体組成測定会 ・見沼区ふれあいフェア ・夏休み親子歯育Labo(歯周病予防教室) ・適切な食習慣に関する普及啓発・うらわメタ防クラブ with PTA ・10年後も元気に！私の健康習慣in 幼稚園 ・浦和区健康まつり2018 ・家族みんなのエクササイズ ・連人に学ぶおやこシリーズ 「マラソンの達人」～楽しく走るコツ教えます！～ | ・「健康！ほっとステーション」での啓発 ・かがやく女性のためのHAPPYエイジング ・燃焼編、顔・骨盤ゆがみ改善編 ・親子でこそうごはん ①野菜編 ②お米編 ・商業施設での健康啓発事業(北区発信！なるほど健康クイズラリー) ・親子でぶもぐンジャカレッシン ・体組成測定会 ・甘党さんのヘルシーレッシン ・きらきら☆おやこキッチン ・夏休み親子歯育Labo(歯周病予防教室) ・見沼区ふれあいフェア ・適切な食習慣に関する普及啓発 ・10年後も元気に！私の健康習慣in 幼稚園 ・浦和区健康まつり2019 ・家族みんなのエクササイズ ・遊びて体力UP教室 ～親子で運動不足を解消しませんか～ ・バリエエクササイズ | | | | |
| 市 | | | ・公民館介護予防事業 | | | ・介護予防普及啓発事業 ・公民館介護予防事業 | | ・公民館介護予防事業 ・ますます元氣教室 ・健口教室・健口づくり交流会 | | ・公民館介護予防事業 ・ますます元氣教室 ・健口教室・健口づくり交流会 | | | |
| 主な成果 | | | ・調理実習は生活習慣病の予防に役立つ実践方法について学ぶ機会となることに加え、その地域の特産物について学ぶ機会となり幅広い世代の食育の機会となっている。 ・会食を通して高齢者の介護予防や地域とのつながりを作るための役割も担っている。 ・毎年開催している民間企業において開催している食に関するイベントでは、テーマに変化をつけ、幅広い年代に向けた情報発信ができています。 ・市民調査の結果によると、すべての年代・性別において朝食を食べていない人の割合が増加したため、朝食を食べることの大切さをより一層啓発することが必要である。 | ・市民調査の結果によると、80歳以上の女性の「やせ」が12.7%(H24)→19.2%(H28)と増加している。 ・新しく始まった一般介護予防事業の取組として、今年度から公民館等で、低栄養とフレイル等の予防について学ぶ教室が設けられ、介護予防に寄与することが期待されている。 ・「毎年10月は朝ごはんを食べよう強化月間」に合わせて、「朝ごはんにおすすめのレシピ～学校給食より～」を載せたリーフレットを作成・配布した。 ●中間評価● 働き盛り世代の朝食の欠食者が増加しているため、関係団体、各種団体、食品関連事業者等と多様な連携・協働を図る必要がある。 | ・中間評価で明らかになった区の課題を踏まえ、市民の目を引きやすいキャッチフレーズを使った啓発物を作成し、市民が多く集まるイベントで配布することで、来場している幅広い年代の市民の関心に関心を持ってもらえるようになった。 ・地元農家と協働した事業を開催することで、参加者が地産地消を身近に感じ、食育に関する理解を深めることにつながっている。 ・「第3次さいたま市食育推進計画」策定について市長記者会見でPR、野菜摂取について市報と広報番組「のびのびシティさいたま市」で啓発、朝食摂取についてさいたま商工会議所会報誌に掲載など、多様な広報媒体を活用し、周知・啓発の機会を増やすことができた。 ・「第3次さいたま市食育推進計画」冊子と概要版を小・中・特別支援学校の栄養士へ情報提供を行った。また、保健センター栄養士と学校栄養職員・栄養教諭との情報交換の場を設けるなど、庁内の連携強化につながった。 ・野菜の摂取量を増やすために市報に啓発用の記事を掲載したり、保健センターの教室「1歳児向けのむし歯予防教室」で保育園の給食レシピが検索できる「食育・健康なび」をPRすることにより、レシピ検索数が増加している。 | ・減塩対策で使用する「ナト・カリ調味料」など開発した商品がメディアで取り上げられたことで、減塩・適塩の普及につながっている。また、それを使用した料理を提供する店舗は新たな来店者の獲得にもなっている。ひいては、食環境の整備にもつながっている。 ・親子で地元農家から野菜を収穫するまでの講話の後に、その野菜を使用した調理実習を行うことで、家庭での食生活を見直す機会となり、実践につながりやすくなっている。 | | | | | | | |

4 栄養・食生活

| | 目標指標 | 目標値* | ベースライン値 (平成24年度) | 平成28年度 | | 平成29年度 | | 平成30年度 | | 平成31年度(令和元年度) | | 平成32年度 | 平成33年度 | 平成34年度 |
|---|-----------------------------------|---------|---------------------|--|---|--|---|--|--|---|--|--------|--------|--------|
| | | | | | ベースライン値との比較 | | | | | | | | | |
| 5 身体活動・運動 | 1日1時間以上歩く人の割合 | | | | | | | | | | | | | |
| | 男性 | 44% | 34.0% | 35.1% | ↗ | | | | | | | | | |
| | 女性 | 38% | 29.0% | 29.3% | ↗ | | | | | | | | | |
| | ロコモティブシンドローム(運動障害症候群)を認知している市民の割合 | 80% | 16.4% | 36.4% | ↗ | | | | | | | | | |
| | 週1回以上のスポーツ実施率(小学5年生) | 93%(H2) | 86.8%(H2) | 85.7% | ↘ | | 85.3%(H29) | | 84.6%(H30) | | 84.4%(令和元年度) | | | |
| | 運動習慣のある人の割合 | | | | | | | | | | | | | |
| | 男性 | 41% | 31.0% | 31.9% | ↗ | | | | | | | | | |
| | 女性 | 35% | 25.6% | 24.8% | ↘ | | | | | | | | | |
| | 20～64歳代男性 | 32% | 21.8% | 24.5% | ↘ | | | | | | | | | |
| | 20～64歳代女性 | 30% | 19.9% | 18.8% | ↘ | | | | | | | | | |
| 65歳以上男性 | 48% | 38.1% | 31.0% | ↘ | | | | | | | | | | |
| 65歳以上女性 | 43% | 32.9% | 31.1% | ↘ | | | | | | | | | | |
| (モニタリング)さいたま市のスポーツに関する公共施設(体育館、プールなど)をこの1年間利用したことはない人の割合 | 大幅な減少 | 55.4% | | | | | | | | | | | | |
| (モニタリング)さいたま市のスポーツに関する公共施設(体育館、プールなど)の利用時の料金が、思いと感した人の割合 | 減少 | 5.1% | | | | | | | | | | | | |
| (モニタリング)運動をしていない理由が安全にウォーキングやジョギングなどのできる歩道かや公園が整備されていないから | — | 5.3% | 6.2% | ↗ | | | | | | | | | | |
| (モニタリング)運動をしていない理由が誰でも気軽に利用できる運動施設が近くにないから | — | 11.7% | 13.1% | ↗ | | | | | | | | | | |
| 市民 | | | | ・体操指導、体力測定 ・健康に関する公開講座 ・グラウンドゴルフ大会 ・(ノルディック、ポール)ウォーキング | ・ラジオ体操 ・スポーツ吹矢大会 ・町内ゴルフコンペ | ・体操指導、体力測定 ・健康に関する公開講座 ・グラウンドゴルフ大会 ・(ノルディック、ポール)ウォーキング | ・ラジオ体操 ・スポーツ吹矢大会 ・町内ゴルフコンペ ・サウンドテーブルテニス (大古里STT同好会) | ・隣自治会と合同でいきいき百歳体操 ・健康体操教室 ・ウォーキング会 ・ヨガ体操 ・ラジオ体操 | ・スポーツ吹矢大会 ・町内ゴルフコンペ ・グラウンドゴルフ大会 ・ウォーク&クリーン活動(ウォーキングとゴミ拾い) ・地区体育祭 | ・ラジオ体操 ・グラウンドゴルフ大会 | ・ウォーク&クリーン活動(ウォーキングとゴミ拾い) ・スポーツ吹矢大会 | | | |
| 関係団体・事業者 | | | | ・レクリエーション普及事業 ・第15回さいたま市レクリエーションフェスティバル ・母子の健康と育児に関する事業(子育て支援事業) | ・高齢社会に対する声かけ・見守り事業 ・さいたま市への保健事業協力 ・在宅保健師等による支援事業 ・JAの機能を活かした健康づくり | ・さいたま市レクリエーションフェスティバル ・母子の健康と育児に関する事業(子育て支援事業) ・高齢社会に対する声かけ・見守り事業 ・さいたま市への保健事業協力 | ・在宅保健師等による支援事業 ・JAの機能を活かした健康づくり ・糖尿病性腎症重症化予防事業 ・健康経営推進の取組 ・薬局内に『ロコモティブシンドローム』読本を設置 | ・母子の健康と育児に関する事業(子育て支援事業) ・高齢社会に対する声かけ・見守り事業 ・レクリエーションを通じた健康・体力づくりの普及 ・JAの機能を活かした健康づくり | ・「スモールチェンジ活動」の推進 ・「埼玉県コバトンマイレージ」と「さいたま市健康マイレージ」の推奨 ・【協会けんぽ埼玉支部職員】健康増進等を目的とした運動企画の開催 ・「健康経営」の推進 | ・JAの総合事業機能を活かした健康づくり ・生活習慣改善・定着プロジェクト ・母子の健康と育児に関する事業(子育て支援事業) | ・さいたま市への保健事業協力 ・高齢社会に対する声かけ・見守り事業 ・レクリエーションを通じた健康・体力づくりの普及 | | | |
| 主な取組 | | | | ・親子ランニングセミナー 「健康！ほっとステーション」での啓発 ・北区健康づくり階段クイズ ・民間企業での健康啓発事業 「北区発信！なるほど健康クイズラリー」 お父さん応援プロジェクト！ 「心臓100日身体改造計画～お腹が凹むトレーニング術～」 ・健活チームおみや レベルアップ講座 ・健活チームおみや ウォーキング編 ・健活チームおみや 大宮アルディージャコラボ編 ・男の筋トレ講座 ・ママの元気アップ講座 ・ハッピーファミリークラス(前歯病予防教室) ・生活習慣病予防普及啓発事業 (大宮アルディージャ大宮区民感謝デー、区民まつり、大宮区少年少女サッカー教室、大宮区自転車ツーリング促進啓発キャンペーン、大宮高島屋、食品衛生協会) ・生活習慣病予防普及啓発事業 ・体組成測定会 | ・アラフォーからのボディレッシン ～運動したババママへ～きらきら☆子ども食堂 ・親子でトライアラン トランニング ・アロマストレッチ ・体脂肪・筋肉量測定会 「プレ更年期教室」 ・男の筋トレ教室 ・生活習慣病予防普及啓発教室 「生活習慣病予防普及啓発教室」 「背筋伸ばして代謝アップ ポディメイクエクササイズ」 ・生活習慣病予防普及啓発教室 「家族みんなで健康教室」 「運人に学ぶおやこシリーズ」 ①「親子ヨガ」雨の日も子供と一緒にリフレッシュ ②「かけっこ」の達人！楽しく走れるコツ教えます！ ③「親子でヘルシー」 ・生活習慣病予防普及啓発教室 「親子でかけっこ教室」 ・今から始める男の筋トレ・健口講座 | ・親子DE筋トレ 「健康！ほっとステーション」での啓発 かがやく女性のためのHAPPYエイジング ①燃焼系編 ②自分のできる！顔・骨盤歪み改善ストレッチ ・民間企業での健康啓発事業 「北区発信！なるほど健康クイズラリー」 ・ハレ復興体改造計画 ～お腹が凹むトレーニング術～ ・体脂肪・筋肉量測定会 ・健活チームおみや レベルアップ講座 ・健活チームおみや 大宮アルディージャコラボ編 ・健活チームおみや ウォーキング編 ・男の筋トレ講座 ・OMIYAおやこ食育教室 ・ママの元気アップ講座 「ハッピーファミリークラス」 (前歯病予防教室) ・生活習慣病予防普及啓発事業 「家族みんなで健康教室」 ・運人に学ぶおやこシリーズ ①「かけっこ」の達人！楽しく走れるコツ教えます！ ②「こはんの達人」～岩槻産のお米でおにぎりランニング ・健康づくり応援教室 アラフォーからのボディレッシン ・運動したババママへ | きらきら☆子どもキッチン 親子でトライアラン トランニング ・インニーマッサージ教室 ・美脚トレーニング ・浦和区 秋の健康ウォーキング教室 ・10年後も美しい私の食習慣～in 幼稚園～ ・浦和区健康まつり ～健康で共に支えあうまちづくりのために～ ・体組成測定会 ・生活習慣病予防普及啓発教室 「おなかすっきりで燃焼しやすい体づくり運動・栄養講座」 ・生活習慣病予防普及啓発教室 『ママとキッズの運動教室』 (いはいも参加可) ・生活習慣病予防普及啓発教室 「家族みんなで健康教室」 ・運人に学ぶおやこシリーズ ①「かけっこ」の達人！楽しく走れるコツ教えます！ ②「こはんの達人」～岩槻産のお米でおにぎりランニング ・健康づくり応援教室 ①やさしいヨガ ②デトックスヨガ | ・親子DE筋トレ 「健康！ほっとステーション」での啓発 かがやく女性のためのHAPPYエイジング 燃焼編 自分のできるエイジングケア～元元＆青盤から～ ・民間企業での健康啓発事業 「北区発信！なるほど健康クイズラリー」 ・健活チームおみや レベルアップ講座 ・健活チームおみや 大宮アルディージャコラボ編 ・健活チームおみや ウォーキング編 ・男の筋トレ講座 ・OMIYAおやこ食育教室 ・わくわくクッキング ～しっかり食べて、元気チャージ～ ・ママの元気アップ講座 ・ハッピーファミリークラス(前歯病予防教室) ・生活習慣病予防普及啓発事業 ・親子で燃着発見教室 (大宮アルディージャ大宮区民感謝デー、区民まつり、大宮区少年少女サッカー教室、大宮高島屋、食品衛生協会) ・健康づくり応援教室 デトックスヨガ | ・生活習慣病予防普及啓発事業 体組成測定会 アラフォーからのボディレッシン ・運動したババママへ ・民間企業での健康啓発事業 「北区発信！なるほど健康クイズラリー」 ・健活チームおみや レベルアップ講座 ・健活チームおみや 大宮アルディージャコラボ編 ・健活チームおみや ウォーキング編 ・男の筋トレ講座 ・OMIYAおやこ食育教室 ・うらわメタ防クラブ with PTA ・10年後も元気！私の健康習慣in 幼稚園 ・浦和区健康まつり2018 ・家族みんなのエクササイズ ・親子で燃着発見教室 ・運人に学ぶおやこシリーズ 「マラソンの達人」～楽しく走るコツ教えます！～ 健康づくり応援教室 デトックスヨガ | ・「健康！ほっとステーション」での啓発 かがやく女性のためのHAPPYエイジング 燃焼編、顔・骨盤ゆがみ改善編 ・自分のできるエイジングケア ～元元・首・肩リフレッシュ～ ・商業施設での健康啓発事業 (北区発信！なるほど健康クイズラリー) ・キッズと美ボディ☆多ポディメイク0038 ・体組成測定会 ・甘党さんのヘルシーレッスン ・ストレッチ＆コアエクササイズ ・親子でトライ！！ららん トランニング | ・見沼区ふれあいフェア ・姿勢改善ウォーキング ・みんなあつまれ！親子deたいそう ・歯周病予防教室 「私のための口元からアンチエイジング」 ・10年後も元気に！私の健康習慣in 幼稚園 ・うらわメタ防クラブ with PTA ・家族みんなのエクササイズ ・貧血女性には知っている！自分メンテダンス教室 ・体組成測定会 ・甘党さんのヘルシーレッスン ～親子で運動不足を解消しませんか～ ・ハレエクササイズ ・きらめき★セルフケア ～若さを保つヨガと口もとケア～ | | | |
| 区 | | | | ・運動教室 ・さいたま市レクリエーション協会支援事業 | ・公民館介護予防事業 ・さいたま市健康マイレージ | ・運動教室 ・さいたま市レクリエーション協会支援事業 ・介護予防普及啓発事業 | ・公民館介護予防事業 ・さいたま市健康マイレージ | ・シルバーポイント(長寿応援ポイント)事業 ・公民館介護予防事業 ・すこやか運動教室 | ・ますます元気教室 ・さいたま市レクリエーション協会支援事業 | ・さいたま市レクリエーション協会支援事業 ・公民館介護予防事業 ・シルバーポイント(長寿応援ポイント)事業 ・すこやか運動教室 | ・ますます元気教室 ・さいたま市健康マイレージ | | | |
| 主な成果 | | | | ・事業の開催日を日曜日に設定することで、今まで参加できなかった父親が事業に参加しやすくなり、市の保健事業を知ってもらう機会を増やすことができた。 ・市民調査の結果によると、運動習慣がある女性の割合は男性より低いため、今後も幅広い年代の女性を対象とした運動習慣に関する事業を継続して実施する必要がある。 ・継続した運動習慣を身に付けることを目標としているが、開催している事業以外で取り組める場(自主グループ)作りが課題であるため、今後は教室終了後の市民が運動習慣を継続するためのシステムとして、「さいたま市健康マイレージ」を活用していくことが必要である。 | ・教室参加者のOB向けの事業を実施することで、長期的な目標設定や仲間づくりのきっかけとなっている。今後は、教室の終了後も参加者が自主的に集まって運動を続けていくため、自主グループ化を支援することが必要である。 ●中間評価● ・男女全体で肥満者が増加している。そのため、体重計に乗る習慣を身につけ、体重を健康状態のバロメーターとする啓発が必要。また、自身の健康に目を向けるためのきっかけとして体組成測定を機会をより身近な場所で継続していく必要がある。 ・健康を維持し自立した生活を送るために、市民が身近で取り組みやすいウォーキングを中心とした運動習慣の定着を図ることが重要 | ・運動教室を開催する際に、区内で活動する運動の自主グループと協働することで、教室の参加者が教室終了後に運動を続けていくための環境作りにつながっている。 ・さいたま市健康マイレージにおいて、賛同していただく民間企業による協力が増え、事業のPRや事業補助、市及び民間企業のイベントへの共同出展など協働する内容も拡大してきている。 | ・すこやか運動教室では日常的に公園に通うことで、高齢者自身が身体を動かす習慣にもつながるとともに、地域の仲間との交流の機会にもなり、介護予防につながっている。 ・さいたま市健康マイレージの新規参加者数は5,893人(11月末時点)、累計参加者数は22,739人(11月末時点)人になり、18歳以上の市民や在勤者が身近な運動であるウォーキングに取り組み機会が広がっている。 | | | | | | | |

| 目標指標 | | 目標値* | ベースライン値 (平成24年度) | 平成28年度 | ベースライン値との比較 | 平成29年度 | 平成30年度 | 平成31年度(令和元年度) | 平成32年度 | 平成33年度 | 平成34年度 |
|---|----------|-------|---|--|-------------|---|--|---|--|--------|--------|
| 睡眠により休養を十分とれない人の割合 | | | | 27.1% | ↘ | | | | | | |
| 全体 | | 18%以下 | 23.9% | 27.1% | ↘ | | | | | | |
| 10～40歳代男性 | | 28%以下 | 31.6% | 36.6% | ↘ | | | | | | |
| 10～40歳代女性 | | 28%以下 | 32.7% | 32.9% | ↘ | | | | | | |
| 睡眠の確保のためにアルコールを使用する人の割合 | | 15%以下 | 25.4% | 24.9% | ↗ | | | | | | |
| ストレスが解消できていない人の割合 | | 25%以下 | 30.8% | 29.3% | ↘ | | | | | | |
| 身近に相談相手がない人の割合 | | 10%以下 | 14.1% | 14.4% | ↘ | | | | | | |
| 生きがいを持っている人の割合 | | 85%以上 | 86.6% | 83.2% | ↘ | | | | | | |
| 何らかの地域活動をしている高齢者の割合 | | 増やす | 48.5% | | | | | | | | |
| 居住地域でお互いに助け合っていると思う市民の割合の増加(地域のつながりの強化) | | 60% | 42.3% | 39.8% | ↘ | | | | | | |
| 自殺者数(人口10万対) | | 減らす | 21.7人(H23) | 16.4人(H27) | ↗ | 16.5人(H28) | 13.7人(H29) | 13.3人(H30) | | | |
| 6 | 市民 | | ・薬局店頭における健康チェック、血圧測定 ・体操指導、体力測定 ・グランドゴルフ大会 ・(ノルディック、ポール)ウォーキング | ・ラジオ体操 ・スポーツ吹矢大会 ・町内ゴルフコンペ ・高齢者の見守り活動 | | ・薬局店頭における健康チェック、血圧測定 ・ラジオ体操 ・スポーツ吹矢大会 ・町内ゴルフコンペ ・高齢者の見守り活動 ・(ノルディック、ポール)ウォーキング | ・隣自治会と合同でいきいき百歳体操 ・認知症サポーター ・地区体育祭 | ・健康体操教室 ・ウォーキング会 ・ヨガ体操 ・ラジオ体操 | | | |
| | 関係団体・事業者 | | ・レクリエーション普及事業 ・第15回さいたま市レクリエーションフェスティバル ・母子の健康と育児に関する事業(子育て支援事業) | ・高齢社会に対する声かけ・見守り事業 ・さいたま市への保健事業協力 ・会員向け定期健康診断等の実施 | | ・さいたま市レクリエーションフェスティバル ・母子の健康と育児に関する事業(子育て支援事業) | ・母子の健康と育児に関する事業(子育て支援事業) ・高齢社会に対する声かけ・見守り事業 ・会員向け定期健康診断等の実施 ・糖尿病性腎症重症化予防事業 ・健康経営推進の取組 | ・母子の健康と育児に関する事業(子育て支援事業) ・高齢社会に対する声かけ・見守り事業 ・さいたま市への保健事業協力 | ・レクリエーションを通じた健康・体カづくりの普及 ・ヘルスケア産業創出事業 ・会員向け健康診断等の実施 ・健康保険委員研修会における健康講話の実施 ・「健康経営」の推進 | | |
| 区 | 主な取組 | | ・健活チームおおみや レベルアップ講座 ・健活チームおおみや ウォーキング編 ・健活チームおおみや 大宮アルディージャコラボ編 ・男の筋トレ講座 ・ママの元気アップ講座 ・ハッピーファミリークラス(歯周病予防教室) | ・生活習慣病予防普及啓発事業 ・体組成測定会 ・親子でトライ!!らんらん トランニング ・アロマストレッチ ・体脂肪・筋肉量測定会 | | ・「健康!ほっとステーション」での啓発 ・かがやく女性のためのHAPPYエイジング ①燃焼系編 ②自分でできる!顔・骨盤歪み改善ストレッチ ・体脂肪・筋肉量測定会 ・健活チームおおみや レベルアップ講座 ・健活チームおおみや 大宮アルディージャコラボ編 ・健活チームおおみや ウォーキング編 ・男の筋トレ講座 ・ママの元気アップ講座 | ・「健康!ほっとステーション」での啓発 ・かがやく女性のためのHAPPYエイジング 燃焼編 ・自分でできるエイジングケア ～口元&骨盤から～ ・健活チームおおみや レベルアップ講座 ・健活チームおおみや 大宮アルディージャ コラボ編 ・健活チームおおみや ウォーキング編 ・男の筋トレ講座 ・OMIYAおやこ食育教室 | ・わくわくクッキング ～しっかり食べて、元気チャージ～ ママの元気アップ講座 ・ハッピーファミリークラス(歯周病予防教室) ・生活習慣病予防普及啓発事業 ・体組成測定会 ・親子でトライ!!らんらん トランニング ・体組成測定会・浦和区健康まつり2018 ・健康づくり応援教室 テトックスヨガ | ・「健康!ほっとステーション」での啓発 ・かがやく女性のためのHAPPYエイジング 燃焼編、顔・骨盤ゆがみ改善編 ・自分でできるエイジングケア ～口元・首・肩リフレッシュ～ ・キリッと美ボディ☆多ボディメイク003 8 ・体組成測定会 ・甘党さんのヘルシーレッスン | | |
| | 市 | | ・こころの健康セミナー ・運動教室 | ・さいたま市レクリエーション協会支援事業 ・公民館介護予防事業 | | ・こころの健康セミナー ・産業保健と連携した講演会 ・アルコール関連問題等特定相談事業 「アルコール・薬物・ギャンブルなどの依存に関する個別相談会」 ・運動教室 | ・公民館介護予防事業 ・すこやか運動教室 ・さいたま市レクリエーション協会支援事業 | ・こころの健康セミナー 『イマドキの思春期を学ぶ～ゆれるこころと大人の役割～』 ・産業保健と連携した講演会 「知って得する眠りの最新知識～あなたの睡眠大丈夫?～」 | ・さいたま市レクリエーション協会支援事業 ・公民館介護予防事業 ・すこやか運動教室 ・こころの健康セミナー 「こころのスキルアップ～ストレスとうまくつきあう方法～」 | | |
| | 主な成果 | | ・市民調査の結果によると、睡眠により休養を十分に取れていない人の割合が増加しており、睡眠に関する正しい普及啓発が必要である。 ・地域で助け合っていると感じている市民の割合が減少しており、地域の人々とのつながりが意識できる機会を提供することも重要となってくる。 ・昨年からの事業所にストレスチェックが義務化されたことにより、メンタルヘルスに対し、個人の関心も高くなってきており、ストレス対策に関する情報発信が求められている。 | ・市民調査の結果によると、睡眠時間が6時間未満の割合は男性の30～40歳代および女性の50歳代が高くなっている、これは常勤就労者や非常勤就労者の増加や、共働き率の上昇が一因だと考えられる。 ・市民調査の結果によると、身近に相談相手がいる人の割合は減少している。そのため、平成29年3月に第2次さいたま市自殺対策推進計画の策定と合わせ、多様な相談先をまとめた「さいたま市の相談窓口一覧」を作成し、市民が目にするような窓口に設置した。さらに、若年層の自殺対策の一環として、普及啓発ノートを作成し、市内の市立中学校の3年生に配布した。 ●中間評価● 睡眠による休養が「とれていない」人の増加が課題となったため、若者、働き盛り世代、壮年期女性に向け、睡眠の重要性について啓発する必要がある。 | | ・産業保健や中学校と連携した講演会のテーマに「睡眠」を題材にしたものが増えてきており、幅広い世代の啓発の機会となっている。 ・「現代の思春期との関わり方」に関する講演会の申込では、定員を大幅に超える申し込みがあり、多くの市民が関心を寄せるテーマを題材にすることで、今まではアプローチできなかった人々へこころの健康を啓発する機会が広がっている。 | ・企業におけるメンタルヘルスに関する検定試験の受講者が前年よりも増加しており、働き盛り世代のメンタルヘルスの重要性についての認識が浸透してきている。 ・ストレス対処に関する市民向け講演会は参加者が100人を超えている。こころの健康について、市民が関心を持ちやすい健康問題のテーマを毎年変えながら継続することで、幅広い年齢層への啓発につながっている。 ・健康情報のメルマガ「スマートウェルネスさいたまNEWS」の中で、メンタルヘルスについて取り上げ、そのニュースをさいたま健康ネットワークに加入する67団体に配信し、働き盛り世代に向けた啓発を行っている。 ・本市は30～40歳代の働き盛り世代、女性の10歳代および50歳代で睡眠時間が短い傾向であるため、睡眠不足が健康に及ぼす影響について、学齢期から高齢期まで各ライフサイクルの特徴に合わせた情報提供が必要である。 | | | | |

| 目標指標 | | 目標値* | ベースライン値 (平成24年度) | 平成28年度 | ベースライン値との比較 | 平成29年度 | 平成30年度 | 平成31年度(令和元年度) | 平成32年度 | 平成33年度 | 平成34年度 | |
|----------------------|----------|---------------------------------|---------------------|--|--|--|--|--|---|--------|--|--|
| COPOを知っている人の割合 | | 80% | 41.7% | 44.7% | ↗ | | | | | | | |
| 受動喫煙の機会を有する人の割合 | | | | | | | | | | | | |
| 行政機関 | | 0% | 2.3% | 1.5% | ↘ | | | | | | | |
| 医療機関 | | 0% | 1.2% | 1.4% | ↘ | | | | | | | |
| 職場 | | 受動喫煙のない職場の実現 | 20.5% | 18.7% | ↗ | | | | | | | |
| 家庭 | | 3% | 17.6% | 13.9% | ↗ | | | | | | | |
| 飲食店 | | 15% | 36.8% | 34.6% | ↗ | | | | | | | |
| 学校 | | 小学校・中学校・高校は0% それ以外は受動喫煙のない環境 | 2.7% | 2.0% | ↗ | | | | | | | |
| 遊技場 | | 減らす | 11.5% | 9.6% | ↗ | | | | | | | |
| 成人の喫煙率(喫煙をやめたい人がやめる) | | | | | | | | | | | | |
| 成人男性 | | 18% | 24.8% | 23.2% | ↗ | | | | | | | |
| 成人女性 | | 5% | 9.3% | 5.9% | ↗ | | | | | | | |
| 未成年者の喫煙率 | | なくす | 1.5% | 1.0% | ↗ | | | | | | | |
| 7 喫煙 | 市民 | | | ・郵便局や院内の全面禁煙 | | ・店内禁煙 | ・禁煙の呼びかけ | ・店内禁煙 | | | ・店内禁煙 | |
| | 関係団体・事業者 | | | ・母子の健康と育児に関する事業(子育て支援事業) ・高齢社会に対する声かけ・見守り事業 ・さいたま市への保健事業協力 | | ・母子の健康と育児に関する事業(子育て支援事業) ・高齢社会に対する声かけ・見守り事業 ・さいたま市への保健事業協力 | ・郵便局や院内の全面禁煙 | ・母子の健康と育児に関する事業(子育て支援事業) ・高齢社会に対する声かけ・見守り事業 ・さいたま市への保健事業協力 ・協会けんぽ埼玉支部「禁煙チャレンジ制度」 ・受動喫煙防止対策セミナーの開催 | | | ・母子の健康と育児に関する事業(子育て支援事業) ・さいたま市への保健事業協力 | |
| | 区 | | | ・親子ランニングセミナー ・「健康！ほっとステーション」での啓発 ・北区健康づくり階段クイズ ・民間企業での健康啓発事業「北区発信！なるほど健康クイズラリー」 ・民間企業での健康啓発事業「北区発信！食育クイズラリー」 <small>・ハッピーファミリークラス(歯周病予防教室)・呼吸一酸化炭素濃度測定 ・運動したパパママへ～きらきら☆こども食堂 ・親子でトライあんらん トランニング ・体脂肪・筋肉量測定会 ・うらわメタ防クラブwith PTA ・浦和レッズホームゲームでの禁煙・健康情報PR</small> | | ・「健康！ほっとステーション」での啓発 ・民間企業での健康啓発事業「北区発信！なるほど健康クイズラリー」 ・パパ流肉体改造計画～お腹が凹むトレーニング術～ ・ハッピーファミリークラス(歯周病予防教室) ・体脂肪・筋肉量測定会 | ・夏休み親子歯育Labo(歯周病予防教室) ・美脚トレーニング ・健康クイズを利用した啓発活動 ・浦和区健康まつり ～健康で共に支えあうまちづくりのために～ ・体組成測定会 | ・「健康！ほっとステーション」での啓発 ・民間企業での健康啓発事業「北区発信！なるほど健康クイズラリー」 ・ハッピーファミリークラス(歯周病予防教室) ・見沼区ふれあいフェア ・夏休み親子歯育Labo(歯周病予防教室) ・骨盤エクササイズ | ・健康課題の啓発 ・浦和区健康まつり2018 ・なんでも禁煙相談 ・家族みんなのエクササイズ ・健康づくり応援教室 デトックスヨガ ・生活習慣病予防のための普及・啓発活動 ・体組成測定会 | | | ・「健康！ほっとステーション」での啓発 ・商業施設での健康啓発事業(北区発信！なるほど健康クイズラリー) ・夏休み親子歯育Labo(歯周病予防教室) ・見沼区ふれあいフェア ・歯周病予防教室 「私のための口元からアンチエイジング」 ・10年後も元気に！私の健康習慣in 幼稚園 ・うらわメタ防クラブ with PTA ・浦和区健康まつり2019 ・家族みんなのエクササイズ ・遊びて体力UP教室 ～親子で運動不足を解消しませんか～ |
| | 市 | | | ・禁煙外来治療に関する情報発信 | | ・禁煙外来治療に関する情報発信 | | | | | | ・スマートウエルネスさいたま |
| | 主な成果 | | | ・市民調査の結果によると、成人全体の喫煙率は低下しているが、引き続き30～50代の喫煙率は他の世代に比べて高いため、引き続き働き盛り世代に向けた禁煙に関する情報発信を続けていく必要がある。 ・「禁煙」だけではなく、イベントで呼び込み用の肺活量測定を用いたことで大勢の来場者に健康づくりのブースに足を止めてもらうことができた。 ・受動喫煙防止対策が強化される予定であるため、禁煙をしたい人が禁煙に関する情報を得るために、禁煙外来に関する情報をホームページおよびパンフレットで得られるようにした。 ・受動喫煙に関する意識が市民にも広がっており、生活と密着した施設(病院、郵便局等)でも全面禁煙の動きが広がっている。 | ・健康まつりや民間企業と共同で開催するイベントにおいて、喫煙者には呼気中に含まれる一酸化炭素濃度の測定や、禁煙や受動喫煙に関する情報発信を行っている。その結果、禁煙に取組む意思の段階に応じた情報提供につながっている。 ・昨年度に作成した禁煙外来リストは、医療機関や関係課に計500部を追加で配布した。 ・飲食店向けに、厚生労働省が実施している受動喫煙防止対策助成金(受動喫煙防止のための施設設備の整備に対する助成)などの受動喫煙対策を啓発するリーフレットを作成予定。 ・市民調査の結果によると、毎日飲酒する人は喫煙者もしくは禁煙した人が多い傾向がみられた。 ●中間評価● ・飲食店における受動喫煙の機会は減少しているものの、減少幅は鈍化しているため、受動喫煙の機会が多い飲食店や職場、遊技場での対策が必要。 | ・中間評価で明らかになった高い喫煙率を下げるため、体組成測定会や区民まつりにおいて、幅広い世代に向けた禁煙に関する情報発信の機会が増えている。 ・保健センターで禁煙相談を受けられることを市民に周知するために公用車や公用自転車に掲示物を作成したり、禁煙相談の回数を定期から随時に変更することで、禁煙したい人が禁煙する機会を逃さないための取組が広がっている。 ・2年前に作成した禁煙外来リスト(10,000部)を配り切ったため、近年の受動喫煙対策の広がりを受けて第2版を10,000部を作成予定。 | ・健康増進法の改正を受け、大型商業施設や各飲食業組合に対し直接訪問し、望まない受動喫煙を防止するための啓発を行っている。その結果、各施設における喫煙環境の見直しが進められている。 ・健康情報のメルマガ「スマートウエルネスさいたまNEWS」の中で、受動喫煙対策について取り上げ、さいたま健康ネットワークに加入する67団体に配信した。また、受動喫煙に関する「健康経営セミナー」を民間企業や団体と協働にて開催し、33企業・団体、計46人が受講した。 ・体組成測定会や区民まつりにおいて、幅広い世代に向けた禁煙に関する情報発信が継続して行われているが、呼気中の一酸化炭素濃度測定を希望する市民は少ない。今後は加熱式たばこの健康影響にも着目した啓発が必要である。 ・禁煙外来リスト(第2版)を作成したところ、医療機関や教育部門から設置の希望があり、同リストの初版に続き、禁煙したい人向けに情報提供が継続して行われている。また、健康増進法の改正を受け、望まない受動喫煙を防止するための環境整備の一助となることが期待される。 | | | | | |

| | 目標指標 | 目標値* | ベースライン値 (平成24年度) | 平成28年度 | | 平成29年度 | | 平成30年度 | | 平成31年度(令和元年度) | | |
|-------------|---|--------|--|--|--|--|---|--|--|--|--------|--------|
| | | | | | ベースライン値との比較 | | | | | 平成32年度 | 平成33年度 | 平成34年度 |
| 8 飲 酒 | 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日当たりの純アルコール摂取量) | | | | | | | | | | | |
| | 成人男性(60g/3食以上) | 2.8%以下 | 4.9% | 6.3% | ↘ | | | | | | | |
| | 成人女性(20g/1食以上) | 6.4%以下 | 19.7% | 18.7% | ↗ | | | | | | | |
| | 40歳代男性(60g/3食以上) | 4.6%以下 | 8.8% | 7.9% | ↗ | | | | | | | |
| | 50歳代男性(60g/3食以上) | 5.8%以下 | 10.0% | 7.8% | ↗ | | | | | | | |
| | 20～30歳代女性(60g/3食以上) | 0.2%以下 | 4.6% | 2.2% | ↗ | | | | | | | |
| 未成年者の飲酒の割合 | なくす | 12.3% | 8.0% | ↗ | | | | | | | | |
| | 市民 | | | | | | | | | | | |
| | 関係団体・事業者 | | ・第5回薬物乱用防止キャンペーン | | ・糖尿病性腎症重症化予防事業 ・健康経営推進の取組 | ・公開講座 ・第7回市民公開講座 ・第6回薬物乱用防止キャンペーン ・第5回政令市薬剤師会統一薬物乱用防止キャンペーン ・各区区民まつり | ・第7回薬物乱用防止キャンペーン ・第8回市民公開講座 | ・第6回政令市薬剤師会統一薬物乱用防止キャンペーン ・各区区民まつりブース参加 | | | | |
| 主な取組 | 区 | | ・親子ランニングセミナー ・お父さん応援プロジェクト！ 「パパ流100日肉體改造計画 ～お腹が凹むトレーニング術～」 ・男の筋トレ教室 | | ・パパ流肉體改造計画 ～お腹が凹むトレーニング術～ ・体脂肪・筋肉量測定会 ・浦和区健康まつり ～健康で共に支えあうまちづくりのために～ | | ・見沼区ふれあいフェア ・健康課題の啓発 ・うらわメタ防クラブ with PTA ・10年後も元気に！私の健康習慣in 幼稚園 ・浦和区健康まつり2018 ・生活習慣病予防のための普及・啓発活動 体組成測定会 | | ・「健康！ほっとステーション」での啓発 ・見沼区ふれあいフェア ・健康情報の発信 | ・10年後も元気に！私の健康習慣in 幼稚園 ・うらわメタ防クラブ with PTA ・浦和区健康まつり2019 | | |
| | 市 | | ・アルコール関連問題についての啓発パンフレット ・産業保健と連携した講演会 | | ・アルコール関連問題についての啓発パンフレット ・産業保健と連携した講演会 ・依存症対策地域支援事業「図書館キャンペーン」 ・アルコール関連問題等特定相談事業 「アルコール・薬物・ギャンブルなどの依存に関する個別相談会」 | | ・依存症対策地域支援事業「図書館キャンペーン」 ・アルコール関連問題等特定相談事業 「アルコール・薬物・ギャンブルなどの依存に関する個別相談会」 | | ・アルコール関連問題等特定相談事業 「アルコール・薬物・ギャンブルなどの依存に関する個別相談会」 ・依存症対策地域支援事業「図書館キャンペーン」 | | | |
| | 主な成果 | | ・市民調査の結果によると、20～30歳代、60歳～70歳代の男性の飲酒量が増加しているため、成人になった早期から飲酒と健康に関する情報を提供していく必要がある。 ・男性限定や親子対象の事業において、自分の飲酒量について振り返る機会を設けることで、適正飲酒の啓発につながった。 | ・アルコール問題を抱える市民に対し、適正飲酒や相談先等を啓発するために、啓発パンフレットを作成し、関係機関に配布した。 ・図書館においてアルコール問題に関する情報提供のコーナーを設け、啓発を行っている。 ・勤労者向けの会報誌に、飲酒に関する記事を寄稿し、働き盛り世代に適正飲酒に関する啓発を行った。 ・市民調査の結果によると、睡眠導入のための飲酒を毎日している人の割合は男性の50～80歳代で高くなっている。 ●中間評価● ・「毎日飲酒する人」や「未成年者の飲酒」は減少したが、女性の飲酒者が増加傾向にあるため、女性・高齢者など、ライフサイクルにあわせた飲酒による問題に関する情報提供が必要である。 | ・中間評価で明らかになった多い飲酒量や飲酒頻度を減らすため、体組成測定会や区民まつりにおいて幅広い世代に啓発することができた。 ・父、母、子を対象にした運動教室において、家族の健康をテーマとした講話の中で、ライフサイクルに合わせたお酒との付き合い方について取り上げることで、父母向けに適正飲酒の啓発を行うことができた。 ・厚生労働省、埼玉県、さいたま市の共催で「平成30年度アルコール関連問題啓発フォーラム in 埼玉」を開催し、お酒との付き合い方についての啓発をさいたま市民含む、県民全体に行うことができた。 ・アルコール等の依存症の医療体制の強化を図るため、「さいたま市依存症専門医療機関及び依存症治療拠点機関設置運営事業要綱」により医療機関の選定を行った。 ・アルコール等の依存症関連問題で困っている方やその家族からの相談を受けるため、さいたま市こころの健康センターに「依存症相談拠点機関」を設置した。 | ・中間評価の結果、飲酒量が多い区では健康課題としてイベントや区役所の健康情報コーナーで適正飲酒について啓発しており、市民の目につきやすい場所での情報提供が持続的に行うことができた。 ・依存症治療拠点機関による「依存症治療拠点機関主催研修会」を実施し、関係機関に対して、アルコール等の依存症における医療および支援の強化を図った。 | | | | | | |

さいたま市ヘルスプラン21(第2次)目標指標となる数値の推移

| | | 目標指標 | 目標値 (令和4年度) | ベースライン値 (平成24年度) | 平成25年度 | 平成26年度 | 平成27年度 | 平成28年度 | 平成29年度 | 平成30年度 | 令和元年度 | 回答担当課 | |
|--|--|--|----------------|---------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|---------------------|---------------------|
| 1 がんの 予防 | 各種がん検診 受診率 | 肺がん検診 | 40%(H28) | 26.5%(H23) | 34.3%(H24) | 33.6%(H25) | 33.8%(H26) | 34.3%(H27) | 32.9%(H28) | 34.6%(H29) | 34.0%(H30) | 地域 保健 支援 課 | |
| | | 大腸がん検診 | 40%(H28) | 23.7%(H23) | 31.5%(H24) | 30.9%(H25) | 31.1%(H26) | 32.0%(H27) | 29.6%(H28) | 30.7%(H29) | 30.2%(H30) | | |
| | | 胃がん検診 | 40%(H28) | 20.4%(H23) | 24.2%(H24) | 23.8%(H25) | 23.9%(H26) | 24.5%(H27) | 23.4%(H28) | 24.7%(H29) | 24.2%(H30) | | |
| | | 乳がん検診 | 50%(H28) | 17.3%(H23) | 22.2%(H24) | 22.3%(H25) | 23.6%(H26) | 25.8%(H27) | 23.6%(H28) | 24.4%(H29) | 22.2%(H30) | | |
| | | 子宮がん検診 | 50%(H28) | 21.9%(H23) | 30.4%(H24) | 30.4%(H25) | 30.3%(H26) | 30.7%(H27) | 30.6%(H28) | 29.9%(H29) | 28.4%(H30) | | |
| | 各種がん検診 精密検査受診 者の割合 | 肺がん検診 | 90%(H28) | 74.3%(H22) | 72.9%(H23) | 77.1%(H24) | 77.5%(H25) | 78.0%(H26) | 79.6%(H27) | 76.6%(H28) | 77.2%(H29) | | 地域 保健 支援 課 |
| | | 大腸がん検診 | 90%(H28) | 64.5%(H22) | 62.6%(H23) | 67.8%(H24) | 68.4%(H25) | 68.6%(H26) | 69.2%(H27) | 65.3%(H28) | 65.8%(H29) | | |
| | | 胃がん検診 | 90%(H28) | 75.2%(H22) | 75.7%(H23) | 81.0%(H24) | 76.8%(H25) | 79.9%(H26) | 80.2%(H27) | 73.3%(H28) | 91.3%(H29) * | | |
| | | 乳がん検診 <small>(国の目標値90%をベース ライン値(H22年度)がすでに超えているため、 90%以上を維持することが目標)</small> | 90%(H28) | 91.4%(H22) | 84.3%(H23) | 92.2%(H24) | 89.4%(H25) | 91.8%(H26) | 90.9%(H27) | 91.0%(H28) | 89.7%(H29) | | |
| 子宮がん検診 | 90%(H28) | 72.0%(H22) | 56.1%(H23) | 78.3%(H24) | 73.2%(H25) | 79.1%(H26) | 81.5%(H27) | 79.1%(H28) | 74.2%(H29) | | | | |
| 2 循環器 疾患・ 糖尿病 の予防 | 全出生中の低体重児の割合 | | 減少傾向へ | 9.6%(H22) | 9.9%(H23) | 10.2%(H24) | 10.1%(H25) | 9.4%(H26) | 9.6%(H27) | 9.6%(H28) | 9.2%(H29) | 健康増進課 | |
| | 小学4年生の肥満度35%以上の割合 | | 減少傾向へ | 2.21%(H23) | 2.3%(H24) | 1.8%(H25) | 1.6%(H27) | 1.5%(H28) | 1.7%(H29) | 1.9%(H30) | 2.2%(R1) | 健康教育課 | |
| | 特定健康診査の受診率 | | 60%(H29) | 34.3%(H23) | 33.4%(H24) | 34.2%(H25) | 35.1%(H26) | 36.5%(H27) | 36.5%(H28) | 37.1%(H29) | 36.9%(H30) | 国民健康 保険 課 | |
| | 特定保健指導の実施率 | | 60%(H29) | 33.6%(H23) | 32.9%(H24) | 31.6%(H25) | 31.1%(H26) | 27.4%(H27) | 31.0%(H28) | 28.1%(H29) | 36.4%(H30) | 国民健康 保険 課 | |
| | 介護保険サービスの利用者数 | | 抑制する(H37) | 29,322人(H22.5) | 33,789人(H25.5) | 36,138人(H26.5) | 38,729人(H27.5) | 40,600人(H28.5) | 45,227人(H29.5) | 42,620人(H30.5) | 43,828人(R1.5) | 介護保険課 | |
| | 収縮期血圧の 平均値(高血圧 症の状況) | 男性 | 現状維持 | 131mmHg(H23) | 130mmHg(H24) | 130mmHg(H25) | 130mmHg(H26) | 130mmHg(H27) | 130mmHg(H28) | 130mmHg(H29) | 130mmHg(H30) | 国民健康 保険 課 | |
| | | 女性 | 現状維持 | 128mmHg(H23) | 127mmHg(H24) | 128mmHg(H25) | 127mmHg(H26) | 127mmHg(H27) | 127mmHg(H28) | 127mmHg(H29) | 127mmHg(H30) | | |
| | 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) | 男性 | 6.2% | 10.5%(H23) | 9.7%(H24) | 10.7%(H25) | 9.3%(H26) | 9.1%(H27) | 9.1%(H28) | 9.1%(H29) | 9.4%(H30) | | |
| | | 女性 | 8.8% | 14.8%(H23) | 13.6%(H24) | 15.2%(H25) | 12.9%(H26) | 13.1%(H27) | 12.7%(H28) | 13.1%(H29) | 13.8%(H30) | | |
| 血糖コントロール指標におけるコントロール 不良者の割合(HbA1cがJDS値8.0%(NGSP 値8.4%)以上の人の減少) | | 1.0% | 1.2%(H23) | 1.1%(H24) | 1.1%(H25) | 1.1%(H26) | 1.0%(H27) | 1.0%(H28) | 1.0%(H29) | 1.0%(H30) | | | |
| 糖尿病治療継続者の割合 (モニタリング)特定健康診査 | | — | 41.3%(H23) | 44%(H24) | 45.8%(H25) | 43.3%(H26) | 43.2%(H27) | 45.6%(H28) | 47.7%(H29) | 50.5%(H30) | | | |
| 3 歯・口 腔の健 康 | 3歳児歯科健康診査でむし歯のない幼児の 割合 | | 90% | 82.4%(H23) | 83.4%(H24) | 84.5%(H25) | 84.4%(H26) | 86.4%(H27) | 87.1%(H28) | 87.6%(H29) | 88.5%(H30) | | 地域 保健 支援 課 |
| | 3歳児で2回以上のフッ化物塗布を受けている 幼児の割合 | | 増やす | 52.3%(H23) | 53.9%(H24) | 56.8%(H25) | 56.1%(H26) | 57.7%(H27) | 56.8%(H28) | 57.9%(H29) | 59.2%(H30) | 地域 保健 支援 課 | |
| | (モニタリング)中学1年生1人平均DMF歯数 | | — | 1.0本(H23) | 0.81本(H24) | 0.68本(H26) | 0.54本(H27) | 0.59本(H28) | 0.50本(H29) | 0.44本(H30) | 0.42本(R1) | 健康教育課 | |
| | 40歳代における進行した歯周炎を有する人の 割合(成人歯科健康診査CPI3以上) | | 減らす | 33.0%(H23) | 32.4%(H24) | 34.8%(H25) | 37.7%(H26) | 36.6%(H27) | 44.2%(H28) | 43.4%(H29) | 44.9%(H30) | 地域 保健 支援 課 | |
| | 40歳で喪失歯のない人の割合 | | 増やす | 83.1%(H23) | 88.2%(H24) | 86.5%(H25) | 88.1%(H26) | 87.8%(H27) | 89.6%(H28) | 90.8%(H29) | 91.6%(H30) | | |
| | 60歳代における進行した歯周炎を有する人の 割合(成人歯科健康診査CPI3以上) | | 減らす | 48.5%(H23) | 48.1%(H24) | 49.8%(H25) | 49.6%(H26) | 48.4%(H27) | 55.5%(H28) | 54.7%(H29) | 50.6%(H30) | | |
| | 60歳で24歯以上自分の歯を有する人の割合 | | 増やす | 75.6%(H23) | 87.6%(H24) | 81.0%(H25) | 87.5%(H26) | 87.2%(H27) | 85.5%(H28) | 89.8%(H29) | 88.7%(H30) | | |
| | 80歳で20歯以上自分の歯を有する人の割合 | | 増やす | 59.2%(H23) | 68.6%(H24) | 69.8%(H25) | 70.1%(H26) | 75.1%(H27) | 73.8%(H28) | 75.3%(H29) | 78.4%(H30) | | |
| 4 栄養・ 食生活 | 健康づくり協力店の指定店舗数 | | 120店 | 12店 | 21店 (H26.2月時点) | 27店 (H26.10月時点) | 32店 (H27.11月時点) | 29店 (H28.11月時点) | 29店 (H29.10月時点) | 60店 (H30.10月時点) | 64店 (R1.11月時点) | 地域 保健 支援 課 | |
| | 特定給食施設で栄養成分表示をしている割合 | | 87% | 81.9% | 83.8% (平成25年度末) | 83.8% (平成25年度末) | 83.4% (平成26年度末) | 83.8% (平成27年度末) | 84.5% (平成28年度末) | 83.9% (平成29年度末) | 86.1% (平成30年度末) | | |
| 5 身体活 動・運 動 | 週1回以上のスポーツ実施率(小学5年生) ※平成22年度～平成25年度「全国体力・運動能力、運動 習慣等調査」設問より算出。平成26年度～「さいたま 市学習状況調査『生活や学習に関する調査』」設問より 算出。 | | 93%(H32) | 86.8%(H22) | 84.1% | 88.5% | 85.50% | 85.7% | 85.3% | 84.6% | 84.4% | 指導 1 課 | |
| 6 休養・こ ころの健 康 | 自殺者数(人口10万対) | | 減らす | 21.7人(H23) | 20.6人(H24) | 20.7人(H25) | 17.2人(H26) | 16.4人(H27) | 16.5人(H28) | 13.7人(H29) | 13.3人(H30) | 健康 増進 課 | |

* 平成29年度受診者から、胃内視鏡検査時に生検を受診したのも精密検査受診者に計上