

広島市健康づくり計画「元気じゃけんひろしま21(第3次)」目標一覧

基本目標

項目【指標】	ベースライン値※	目標値	データソース
健康寿命の延伸 【健康寿命(日常生活に制限のない期間の平均)】	男性 一 年 女性 一 年 (令和4年)	・平均寿命の増加分を上回る健康寿命の増加 (令和13年) ・国の令和13年の健康寿命を上回る	人口動態統計 厚生労働科学研究 大都市の健康寿命

※令和7年6月頃公表予定

基本方針① 生活習慣の改善と生活習慣病等の発症予防・重症化予防

(1) 栄養・食生活

項目【指標】	ベースライン値	目標値	データソース
① 適正体重を維持している者の増加 ア 成人男性肥満者の減少 【20～60歳代男性の肥満者(BMI25以上)の割合】	30.8% (令和6年度)	23% (令和15年度)	市民健康づくり・生活習慣調査
イ 成人女性肥満者の減少 【40～60歳代女性の肥満者(BMI25以上)の割合】	17.7% (令和6年度)	15% (令和15年度)	市民健康づくり・生活習慣調査
ウ 若年女性のやせの者の減少 【20～30歳代女性のやせ(BMI18.5未満)の者の割合】	17.1% (令和6年度)	12% (令和15年度)	市民健康づくり・生活習慣調査
エ 低栄養傾向の高齢者の減少 【低栄養傾向(BMI20以下)の高齢者の割合】	20.5% (令和5年度)	16% (令和15年度)	高齢者の生活実態と意識に関する調査 (65歳以上)
② 肥満傾向にある子どもの減少 【肥満傾向にある子どもの割合】	男子 13.1% 女子 8.5% (令和6年度)	減少傾向へ (令和15年度)	児童生徒の発育評価の実施状況調査 (小学5年生男女)
③ 栄養バランスのとれた日本型食生活を実践している者の増加 【主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている人の割合】	47.3% (令和5年度)	50%以上 (令和15年度)	市食育に関する調査 (15歳以上)
④ 野菜摂取量の増加 【1日当たりの野菜の平均摂取量】	252.3g (令和6年度)	350g (令和15年度)	市民栄養調査 (20歳以上)
⑤ 食塩摂取量の減少 【1日当たりの食塩の平均摂取量】	10.2g (令和6年度)	7.0g (令和15年度)	市民栄養調査 (20歳以上)
⑥ 朝食を食べることが習慣になっている子どもの増加 【朝食を食べることが習慣になっている子どもの割合】	小学生 94.7% 中学生 92.0% (令和5年度)	100% (令和8年度)	児童生徒学習意識等調査 (小学5年生、中学2年生)

(2) 身体活動・運動

項目【指標】	ベースライン値	目標値	データソース
① 運動やスポーツを習慣的にしている子どもの増加 【1週間の総運動時間が60分未満の子どもの割合】	男子 7.9% 女子 15.6% (令和5年度)	減少傾向へ (令和15年度)	スポーツ庁「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」 (小学5年生男女)
② 日常生活における歩数の増加 【1日の歩数(20～64歳)】	男性 8,012 歩 女性 8,120 歩 (令和6年度)	8,000 歩以上 (令和15年度)	市民健康づくり・生活習慣調査
【1日の歩数(65歳以上)】	男性 6,004 歩 女性 5,790 歩 (令和6年度)	6,000 歩以上 (令和15年度)	市民健康づくり・生活習慣調査
③ 運動習慣者の増加 【1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上継続している者の割合(20～64歳)】	20.6% (令和6年度)	30% (令和15年度)	市民健康づくり・生活習慣調査
【1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上継続している者の割合(65歳以上)】	37.8% (令和6年度)	50% (令和15年度)	市民健康づくり・生活習慣調査

(3) 休養・睡眠

項目【指標】	ベースライン値	目標値	データソース
① 睡眠で休養がとれている者の増加 【睡眠で休養がとれている者の割合(20～59 歳)】	58.9% (令和 6 年度)	70% (令和 15 年度)	市民健康づくり・生活習慣調査
【睡眠で休養がとれている者の割合(60 歳以上)】	70.6% (令和 6 年度)	87% (令和 15 年度)	市民健康づくり・生活習慣調査
② 睡眠時間が十分に確保できている者の増加 【睡眠時間が 6～9 時間(60 歳以上については、6～8 時間)の者の割合】	20～59 歳 51.0% 60 歳以上 47.6%	60% (令和 15 年度)	市民健康づくり・生活習慣調査 (20 歳以上)
③ 心理的苦痛を感じている者の減少 【気分障害・不安障害に相当する心理的苦痛を感じている者の割合】	9.9% (令和 4 年)	8.9% (令和 13 年)	厚生労働省「国民生活基礎調査」 (大規模調査:3 年ごと) (20 歳以上)

(4) 飲酒

項目【指標】	ベースライン値	目標値	データソース
① 妊娠中の飲酒をなくす 【妊婦の飲酒率】	0.5% (令和 5 年度)	0% (令和 15 年度)	市母子健康手帳交付時調査
② 20 歳未満の者の飲酒をなくす 【20 歳未満の者の飲酒率】	男子 1.3% 女子 1.5% (令和 6 年度)	0% (令和 15 年度)	市民健康づくり・生活習慣調査 (15～19 歳)
③ 生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の減少 【1 日当たりの純アルコール摂取量が男性 40g 以上、女性 20g 以上の者の割合】	男性 12.9% 女性 10.0% (令和 6 年度)	男性 11.8% 女性 7.2% (令和 15 年度)	市民健康づくり・生活習慣調査 (20 歳以上)

(5) 喫煙

項目【指標】	ベースライン値	目標値	データソース
① 妊娠中の喫煙をなくす 【妊婦の喫煙率】	1.9% (令和 5 年度)	0% (令和 15 年度)	市母子健康手帳交付時調査
② 20 歳未満の者の喫煙をなくす 【20 歳未満の者の喫煙率】	男子 0% 女子 0% (令和 6 年度)	0% (令和 15 年度)	市民健康づくり・生活習慣調査 (15～19 歳)
③ 20 歳以上の者の喫煙率の減少 【20 歳以上の者の喫煙率】	12.4% (令和 6 年度)	11.3% (令和 15 年度)	市民健康づくり・生活習慣調査

(6) 歯・口腔の健康

項目【指標】	ベースライン値	目標値	データソース
① 乳幼児・学齢期のう蝕を有する者の減少 ア 3 歳児でう蝕を有する者の減少 【3 歳児で 4 本以上のう蝕を有する者の割合】	1.8% (令和 5 年度)	0% (令和 15 年度)	市 3 歳児健康診査結果
イ 12 歳児でう蝕のない者の増加 【12 歳児でう蝕のない者の割合】	78.6% (令和 5 年度)	90% (令和 15 年度)	学校歯科保健調査
② 歯周病を有する者の減少 ア 歯肉に炎症所見を有する者の減少 【12 歳児における歯肉に炎症所見を有する者の割合】	19.6% (令和 5 年度)	10% (令和 15 年度)	学校歯科保健調査
イ 進行した歯周炎を有する者の減少 【40 歳における進行した歯周炎を有する者の割合】	53.9% (令和 5 年度)	40% (令和 15 年度)	市節目年齢歯科健診結果
③ よく噛んで食べることができる者の増加 【50 歳以上における咀嚼良好者の割合】	75.8% (令和 6 年度)	80% (令和 15 年度)	市民健康づくり・生活習慣調査
④ 歯科健診受診者の増加 【過去 1 年間に歯科健康診査を受診した者の割合】	55.6% (令和 6 年度)	65% (令和 15 年度)	市民健康づくり・生活習慣調査 (20 歳以上)
⑤ より多くの自分の歯を有する高齢者の増加 【80 歳で 20 歯以上の自分の歯を有する者の割合】	49.4% (令和 5 年度)	60% (令和 15 年度)	高齢者の生活実態と意識に関する調査

(7) 健診・検診

項目【指標】	ベースライン値	目標値	データソース
① がん検診の受診率の向上 【がん検診の受診率】	胃がん男性 52.0% 女性 39.6% 肺がん男性 54.7% 女性 43.8% 大腸がん男性 49.8% 女性 41.3% 子宮頸がん女性 43.0% 乳がん女性 45.4% (令和 4 年)	60% (令和 13 年)	厚生労働省「国民生活基礎調査」(大規模調査:3 年ごと) (胃がん・肺がん・大腸がん:40～69 歳男女 子宮頸がん:20～69 歳女性 乳がん:40～69 歳女性)
② 健康診査の受診率の向上 【健康診査等の受診率】	72.4% (令和 4 年)	80% (令和 13 年)	厚生労働省「国民生活基礎調査」(大規模調査:3 年ごと) (40～74 歳)
③ 骨粗しょう症検診受診率の向上 【20～70 歳(5 歳刻み)の女性の骨粗しょう症検診受診率】	5.1% (令和 5 年度)	15% (令和 15 年度)	市骨粗しょう症検診結果

(8) 生活習慣病等の理解

項目【指標】	ベースライン値	目標値	データソース
① 高血圧の改善 【収縮期血圧の平均値】	男性 126.1mmHg 女性 120.6mmHg (令和 5 年度)	男性 123.8mmHg 女性 118.5mmHg (令和 15 年度)	市特定健康診査結果 (年度末年齢 40 歳～74 歳 年齢調整値)
② 脂質(LDL コレステロール)高値の者の減少 【LDL コレステロール 160 mg/dl 以上の者の割合】	男性 12.9% 女性 14.6% (令和 5 年度)	男性 9.6% 女性 10.0% (令和 15 年度)	市特定健康診査結果 (年度末年齢 40 歳～74 歳 年齢調整値)
③ メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少 【メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の割合】	平成 20 年度と比べて 0.3%減少 (令和 5 年度)	平成 20 年度と比べて 25%減少 (令和 15 年度)	市特定健康診査結果 (年度末年齢 40 歳～74 歳 年齢調整値)
④ 糖尿病腎症の減少 【糖尿病腎症が主要因と診断書に記載されている者のうちの年間新規透析導入患者数】	61 人 (令和 5 年度)	減少 (令和 15 年度)	市身体障害者手帳新規及び再交付数
⑤ 血糖値を適正に管理できていない者の減少 【HbA1c8.0%以上の者の割合】	1.2% (令和 5 年度)	1.0% (令和 15 年度)	市特定健康診査結果 (年度末年齢 40 歳～74 歳 年齢調整値)
⑥ 糖尿病有病者の増加の抑制 【糖尿病治療薬内服中又は HbA1c6.5%以上の者の割合】	7.3% (令和 5 年度)	7.5% (令和 15 年度)	市特定健康診査結果 (年度末年齢 40 歳～74 歳 年齢調整値)
⑦ ロコモティブシンドロームの減少 【足腰に痛みのある高齢者の割合(千人当たり)】	男性 209 人 女性 289 人 (令和 4 年)	男性 188 人 女性 260 人 (令和 13 年)	厚生労働省「国民生活基礎調査」(大規模調査:3 年ごと) (65 歳以上)

基本方針② 社会全体で健康を支え守るための社会環境の整備

(1) 市民の主体的な健康づくりを支える地域づくり

項目【指標】	ベースライン値	目標値	データソース
① 地域のつながりの強化 【自分と地域の人たちとのつながりが強い方だと思う者の割合】	21.5% (令和 6 年度)	35% (令和 15 年度)	市民健康づくり・生活習慣調査 (20 歳以上)
② 社会活動を行っている者の増加 【いずれかの社会活動(就労・就学を含む。)を行っている者の割合】	80.8%	85.8% (令和 15 年度)	市民健康づくり・生活習慣調査 (20 歳以上)
③ 地域活動に参加する高齢者の増加 【高齢者いきいき活動ポイント事業の健康づくり・介護予防活動に参加する高齢者の割合】	30.7% (令和 5 年度)	33.6% (令和 8 年度)	高齢者いきいき活動ポイント事業参加者実績
④ 地域介護予防拠点の参加者数の増加 【地域介護予防拠点参加者数】	21,350 人 (令和 5 年度)	25,000 人 (令和 8 年度)	地域介護予防拠点参加者数
⑤ 食卓を囲む家族等との団らんを実践している者の増加 【食卓を囲む家族等との団らんを実践している者の割合】	67.7% (令和 5 年度)	80%以上 (令和 8 年度)	市食育に関する調査 (15 歳以上)

(2) 企業・団体等多様な主体による健康づくり

項目【指標】	ベースライン値	目標値	データソース
① 元氣じゃけんひろしま21協賛店・団体の増加 【元氣じゃけんひろしま21協賛店・団体の認証数】	全体 1,441 店舗 うち、 禁煙支援協賛 :268 店舗 食生活協賛 :417 店舗 ウォーキング実践協賛 :118 店舗 健康づくり協賛 :489 店舗 がん検診推進協賛 :149 店舗 従業員の健康づくりに取り組む企業等:32 社 (令和 5 年度)	全体 2,500 店舗 うち、 禁煙支援協賛 :500 店舗 食生活協賛 :700 店舗 ウォーキング実践協賛 :150 店舗 健康づくり協賛 :650 店舗 がん検診推進協賛 :500 店舗 従業員の健康づくりに取り組む企業等:140 社 (令和 15 年度)	協賛店認証状況
② メンタルヘルス対策に取り組む職場の増加 【メンタルヘルスに関する措置を受けられる職場の割合】	34.7% (令和 6 年度)	80% (令和 15 年度)	市地域保健・職域保健連携推進協議会調査
③ 週労働時間 60 時間以上の雇用者の減少 【週労働時間 40 時間以上の雇用者のうち、週労働時間 60 時間以上の雇用者の割合】	7.2% (令和 4 年)	5% (令和 14 年)	総務省「就業構造基本調査」
④ 望まない受動喫煙の機会を有する者の減少 【家庭・職場・飲食店において望まない受動喫煙の機会を有する者の割合】	家庭 13.6% 職場 9.2% 飲食店 12.1% (令和 6 年度)	0% (望まない受動喫煙のない社会の実現) (令和 15 年度)	市民健康づくり・生活習慣調査 (20 歳以上)
⑤ 利用者に応じた食事提供をしている特定給食施設の増加 【管理栄養士・栄養士を配置している施設(病院、介護老人保健施設、介護医療院を除く)の割合】	61.9% (令和 5 年度)	75% (令和 15 年度)	厚生労働省「衛生行政報告例」広島市分