

第5章 目標値



1 健康寿命の延伸と健康格差の縮小

No.	目標項目	指標	現状 (令和5年度)	目標 (令和17年度)	出典
1	①健康寿命の延伸	日常生活に制限のない期間の平均 (補完的指標) 65歳における平均自立期間、平均余命	健康寿命 男性 72.20 歳 女性 75.03 歳 平均寿命 男性 82.03 歳 女性 88.24 歳 (R1) 65歳における平均自立期間 男性 18.62 歳 女性 21.65 歳 平均余命 男性 20.64 歳 女性 25.70 歳 (R2)	平均寿命の増加分を上回る健康寿命の増加	国民生活基礎調査 (補完的指標) 要介護認定と人口動態統計を用いて算出
2	②健康格差の縮小	前期高齢者(65～74歳)における要介護2以上の割合 中学校区別の25%と75%地点の差 (または最大最小値の差)	25%値 2.1% 75%値 2.8% (最上位 1.7% 最下位 4.2%) (R4.12 月末時点)	差の縮小	前期高齢者数：地区概況一覧(地域包括ケア推進課) 前期高齢者要介護2以上数：介護保険課データ

2 個人の行動と健康状態の改善

2-1 生活習慣の獲得・改善(6分野の健康づくり)

(1) 栄養・食生活

No.	目標項目	指標	現状 (令和5年度)	目標 (令和17年度)	出典
3	①適正体重を維持している人の増加	ア：40歳～60歳男性女性肥満(BMI25以上)の割合の減少 イ：20歳～30歳代女性やせ(BMI18.5未満)の割合の減少 ウ：低栄養傾向(BMI20以下)の高齢者の割合の減少	ア：40歳～60歳 男性肥満 38.1% 女性 20.1% (R3) イ：20歳～30歳代 女性やせ 22.0% (R4) ウ：低栄養(BMI20以下) 65～74歳 18.9% 75歳以上 19.2% (R3)	ア：男性 33% 女性 14% (2次目標値維持) イ：15%未満 ウ：65歳以上 16%	ア：岡山市国民健康保険特定健康診査 イ：健康市民おかやま21(第2次)最終評価アンケート調査(R4)(以下「健康市民おかやま21市民アンケート」) ウ：岡山市後期高齢者健康診査

No.	目標項目	指標	現状 (令和 5 年度)	目標 (令和 17 年度)	出典
4	② 適正体重の子どもの増加	肥満傾向にある小中学生の割合の減少	小学生 8.6% 中学生 9.4% (R3)	小学生 5% 中学生 7%	岡山市 体位統計調査
5	③ バランスの良い食事をとっている人の増加	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の増加	39.2% (R4)	50%	健康市民おかやま 21市民アンケート
6	④ 野菜を多くとるようにしている人の増加	野菜を多くとるようにしている人の割合の増加	77.0% (R4)	88%	健康市民おかやま 21市民アンケート
7	⑤ 果物を食べている人の増加	果物を週1回以上食べている人の割合の増加	60.7% (R4)	増加	健康市民おかやま 21市民アンケート
8	⑥ 食塩を控えている人の増加	食塩を控えている人の割合の増加	46.9% (R4)	57%	健康市民おかやま 21市民アンケート

(2) 身体活動・運動

No.	目標項目	指標	現状 (令和 5 年度)	目標 (令和 17 年度)	出典
9	① 日常生活における歩数の増加	平均歩数の増加	中間評価時に把握 (参考) 一日の歩数がわかる人のうち、6000歩以上歩いている人の割合 44.5% (R4)	7,100 歩	健康市民おかやま 21市民アンケート
10	② 運動習慣者の増加	30分以上の運動を週2回以上1年以上している人の割合の増加	20～64歳 男性 35.1% 女性 24.6% 65歳以上 男性 44.6% 女性 39.9% (R4)	20～64歳 男性 45% 女性 35% 65歳以上 男性 55% 女性 50%	健康市民おかやま 21市民アンケート
11	③ 運動習慣を有するこどもの増加	1週間の総運動時間が60分未満の児童(小学5年生)の割合の減少	(小学5年生) 男子 9.8% 女子 18.1% (R3)	減少傾向	全国体力・運動能力、 運動習慣等調査

(3) 休養・睡眠

No.	目標項目	指標	現状 (令和 5 年度)	目標 (令和 17 年度)	出典
12	① 睡眠で休養が取れている人の増加	過去1か月に睡眠によって休養がとれている人の割合の増加	とれている人 75.4% (R1)	80%	国民生活基礎調査
13	② 睡眠時間が十分に確保できている人の増加	睡眠時間が6～9時間の人の割合の増加 * 60歳以上6～8時	58.2% (12～60歳未満 60% 60歳以上55%) (R1)	60%	国民生活基礎調査

No.	目標項目	指標	現状 (令和 5 年度)	目標 (令和 17 年度)	出典
14	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の減少	9.2% (H29)	5%	就業構造基本調査

(4) 飲酒

No.	目標項目	指標	現状 (令和 5 年度)	目標 (令和 17 年度)	出典
15	①生活習慣病 (NCDs) のリスクを高める量を飲酒している人の減少	1 日当たりの純アルコール摂取量が男性 40g 以上、女性 20g 以上の人の割合の減少	男性 13.8% 女性 8.5% (R1)	減少	国民生活基礎調査
16	② 20 歳未満の飲酒をなくす	中学生・高校生の飲酒者の割合の減少	中学 3 年生 男子 1.7% 女子 2.7% 高校 3 年生 男子 4.3% 女子 2.9% (国参考値 R3)	0%	健康日本 21 (第三次)

(5) 喫煙

No.	目標項目	指標	現状 (令和 5 年度)	目標 (令和 17 年度)	出典
17	①喫煙率の低下（喫煙をやめたい人がやめる）	20 歳以上の人の喫煙率の低下	12.6% (男性 21.2%) (女性 4.9%) (R4)	禁煙希望者が禁煙することによる成人の喫煙率 8% 男性 15%、 女性 3%	健康市民おokayama 21 市民アンケート
18	② 20 歳未満の喫煙をなくす	中学生・高校生の喫煙者の割合の減少	中学 1 年生 男子 0.1% 女子 0.1% 高校 3 年生 男子 1.0% 女子 0.6% (国参考値 R3)	0%	健康日本 21 (第三次)
19	③妊娠中の喫煙をなくす（妊娠届出時の喫煙割合の減少）	妊婦の喫煙率の低下	2.0% (R3)	0%	岡山市妊娠届出書

(6) 歯・口腔の健康

No.	目標項目	指標	現状 (令和 5 年度)	目標 (令和 17 年度)	出典
20	①歯周病を有する人の減少	40 歳、45 歳の歯周炎を有する人の割合の減少	67.0% (H30 ~ R4)	25.0%	岡山市歯周病検診 (国保受診勧奨者以外)
21	②口腔機能が低下していない人の増加	50 歳における口腔機能が低下していない人の割合の増加	66.6%	85.0%	健康市民おかやま 21 市民アンケート
22	③歯科検診の受診者の増加	過去 1 年間に歯科検診を受診した人の割合の増加	52.4%	95.0%	健康市民おかやま 21 市民アンケート

2-2 生活習慣病 (NCDs) の発症予防・重症化予防

(1) がん

No.	目標項目	指標	現状 (令和 5 年度)	目標 (令和 17 年度)	出典
23	①がんの年齢調整罹患率の減少	がんの年齢調整罹患率の減少 (人口10万人当たり)	がんの年齢調整罹患率 (人口10万人当たり) 岡山県 (R1) 401.1	減少	岡山県における がん登録 2019
24	②がんの年齢調整死亡率の減少	がんの年齢調整死亡率の減少 (人口10万人当たり)	がんの年齢調整死亡率 (人口10万人当たり) 岡山県 (R1) 104.5	減少	岡山県における がん登録 2019
25	③がん検診の受診率の向上	がん検診の受診率の向上	胃がん検診 男性54.7% 女性48.3% 肺がん検診 男性55.1% 女性48.2% 大腸がん検診 男性47.1% 女性41.1% 子宮頸がん検診 女性46.0% 乳がん検診 女性45.4% (R1)	60%	国民生活基礎 調査

(2) 循環器病

No.	目標項目	指標	現状 (令和5年度)	目標 (令和17年度)	出典
26	①脳血管疾患・心疾患の年齢調整死亡率の減少	脳血管疾患・心疾患の年齢調整死亡率の減少 (人口10万人当たり)	年齢調整死亡率 (人口10万人当たり) 脳血管疾患 男性 84.3 女性 46.9 心疾患 男性 165.1 女性 98.1 (R2) (H27人口モデル)	減少	人口動態統計 特殊報告
27	②高血圧の改善	収縮期血圧の平均値の低下	〈収縮期血圧〉 男性 131mmHg 女性 129mm H (R3)	ベースライン値から5mmHgの低下	岡山市 国民健康保険 特定健康診査
28	③脂質(LDLコレステロール)高値の人の減少	LDLコレステロール160mg/dl以上の人の割合の減少	男性 10.3% 女性 14.9% (R3)	ベースライン値から25%の減少	岡山市 国民健康保険 特定健康診査
29	④メタボリックシンドロームの該当者および予備群の減少	メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の人数の割合の減少	33.7% (R3)	減少	岡山市 国民健康保険 特定健康診査
30	⑤特定健康診査の実施率の向上	特定健康診査の実施率の増加	32.2% (R3)	39%	岡山市 国民健康保険 特定健康診査
31	⑥特定保健指導の実施率の向上	特定保健指導の実施率の増加	8.2% (R3)	20%	岡山市 国民健康保険 特定健康診査

(3) 糖尿病

No.	目標項目	指標	現状 (令和5年度)	目標 (令和17年度)	出典
32	①新規人工透析導入数の減少	新規人工透析導入数(国保加入者)の減少	47人 (R3)	34人	国保データベース(KDB)システム
33	②治療継続者の増加	HbA1c6.5%以上の人のうち治療中の割合の増加	54.3% (R3)	75% (第2次目標値)	岡山市 国民健康保険 特定健康診査
34	③血糖コントロール不良者の減少	HbA1c8.0%以上の人の割合の減少	男性 2.13% 女性 0.87% (全体 1.39%) (R3)	減少	岡山市 国民健康保険 特定健康診査

No.	目標項目	指標	現状 (令和 5 年度)	目標 (令和 17 年度)	出典
35	④糖尿病有病者の増加の抑制	糖尿病治療中またはHbA1c6.5%以上の人の割合の減少	11.8% (R3)	減少	岡山市 国民健康保険 特定健康診査
36	⑤メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少 (再掲)	メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の人数の割合の減少	33.7% (R3)	減少	岡山市 国民健康保険 特定健康診査
37	⑥特定健康診査の実施率の向上 (再掲)	特定健康診査の実施率の増加	32.2% (R3)	39.0%	岡山市 国民健康保険 特定健康診査
38	⑦特定保健指導の実施率の向上 (再掲)	特定保健指導の実施率の増加	8.2% (R3)	20%	岡山市 国民健康保険 特定健康診査

(4) COPD

No.	目標項目	指標	現状 (令和 5 年度)	目標 (令和 17 年度)	出典
39	① COPD の死亡率の減少	COPDの死亡率の減少 (人口10万人当たり)	11.1 (R2)	減少	岡山市保健衛生年報 (人口動態調査)

2-3 生活機能の向上

(1) こころの健康づくり

No.	目標項目	指標	現状 (令和 5 年度)	目標 (令和 17 年度)	出典
40	①心理的苦痛を感じている人の減少	K6 (こころの状態を評価する指標) の合計得点が 10 点以上の人の割合の減少	10.1% (R1)	9.4%	国民生活基礎調査

(2) 身体機能の維持・向上

No.	目標項目	指標	現状 (令和 5 年度)	目標 (令和 17 年度)	出典
41	①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人数の減少 (人口千人当たり) (65 歳以上)	男性 220.4 人 女性 269.3 人 (R1)	210 人	国民生活基礎調査
42	②介護予防に取り組む人の増加	フレイルチェック実施人数の増加	フレイルチェック実施人数 2,500 人 (R2)	増加	地域包括ケア推進課

(3) 社会活動・参加

No.	目標項目	指標	現状 (令和 5 年度)	目標 (令和 17 年度)	出典
43	社会活動を行っている人の増加	ア：住まいの地域の活動に参加した人の割合の増加 イ：趣味・教養・社会貢献などの活動に参加した人の割合の増加 ウ：所属がある人の割合の増加	ア：31.3% イ：25.4% ウ：64.7% (R4)	各 5% 増加	健康市民おかやま 21 市民アンケート

3 社会環境の質の向上

3-1 社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上

No.	目標項目	指標	現状 (令和 5 年度)	目標 (令和 17 年度)	出典
44	①地域の人々とのつながりが強いと思う人の増加	ア：人の助けが必要なときに、周囲のサポートのある人の割合の増加 イ：一般的にほとんどの人を信頼できると思う人の割合の増加	ア：・専門的職業の人がいる：44.5% ・仕事上の問題についてアドバイスをしてくれる人がいる：60.7% ・健康についてよく知っている人がいる：61.5% ・病気になったときに、買い物をしてくれる人がいる：88.5% ・かさばったものを動かしたり処分を手伝ってくれる人がいる：79.7% イ：58.0% (R4)	増加	健康市民おかやま 21 市民アンケート
45	②社会活動を行っている人の増加 (再掲)	ア：過去一年間に地縁的な活動に参加した人の割合の増加 イ：趣味・教養・社会貢献などの活動に参加した人の割合の増加 ウ：所属がある人の割合の増加	ア：31.3% イ：25.4% ウ：64.7% (R4)	5% 増加	健康市民おかやま 21 市民アンケート
46	③共食している人の増加	1日1回以上、家族や友人と共に食事する人の割合の増加	60.6% (R4)	増加	健康市民おかやま 21 市民アンケート

No.	目標項目	指標	現状 (令和5年度)	目標 (令和17年度)	出典
47	④メンタルヘルス対策に取り組む事業場の増加	ア：従業員が「うつ」の正しい知識を学ぶ機会がある事業所の割合の増加 イ：管理監督者が「部下のこころの健康」について学ぶ機会がある事業所の割合の増加	ア：12.9% イ：18.2% (R4)	50%	健康市民おかやま21市民アンケート(事業所)
48	⑤悩みやストレスを相談できない人の割合の減少	ア：誰にも相談できない人の割合の減少 イ：どこに相談したらよいかわからない人の割合の減少	ア：誰にも相談できないでいる 3.9% イ：どこに相談したらよいかわからない 2.4% (R1)	減少	国民生活基礎調査
49	⑥組織間のネットワークの強化	組織間の連携状況	組織関係図 (R4)	つながりが強いところが増える (レベル3、4が増える)	組織関係図

3-2 自然に健康になれる環境づくり

No.	目標項目	指標	現状 (令和5年度)	目標 (令和17年度)	出典
50	①健康に配慮した料理を提供している飲食店の割合の増加	健康に配慮した料理を提供していない飲食店の割合の減少	特にしていない及び無回答 34.4% (R4)	減少	健康市民おかやま21市民アンケート(飲食店)
51	②身体活動・運動に取り組みやすいまちづくりの推進	公共交通の活用や歩行者数の増加等で調整中	調整中	調整中	調整中
52	③望まない受動喫煙の機会を有する人の減少	望まない受動喫煙(家庭・職場・飲食店)の機会を有する人の割合の減少	家庭：6.2% 職場：18.4% 飲食店：12.6% (R4)	全て減少	健康市民おかやま21市民アンケート

3-3 誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備

No.	目標項目	指標	現状 (令和5年度)	目標 (令和17年度)	出典
53	①地域の健康づくりに貢献する活動を目指す企業の増加	地域への貢献として「健康づくり」に取り組んでいる事業所の割合の増加	現在取り組んでいる3.8% 現在は取り組んでいないが今後取り組みたいと考えている19.9% (R4)	増加	健康市民おかやま21市民アンケート(事業所)
54	②従業員への健康づくり活動を積極的に行う企業の増加	健康づくり活動に積極的な事業所数の増加	健康市民おかやま21推進宣言登録企業数85 (令和4年3月末現在)	増加	健康市民おかやま21推進宣言数
55	③必要な産業保健サービスを提供している事業場の増加	従業員が利用できる健康に関する相談の機会を設けている事業所数の増加	45.5% (R4)	50%	健康市民おかやま21市民アンケート(事業所)

(注) 目標値については、現状把握が不十分なもの、今後の増減のトレンドがつかみにくいもの、前計画で数値目標を定めていないもの等に関しては、国の目標設定の考え方や専門家会議の意見をもとに方向のみを示すこととし、「増加」または「減少」などの設定にとどめました。

