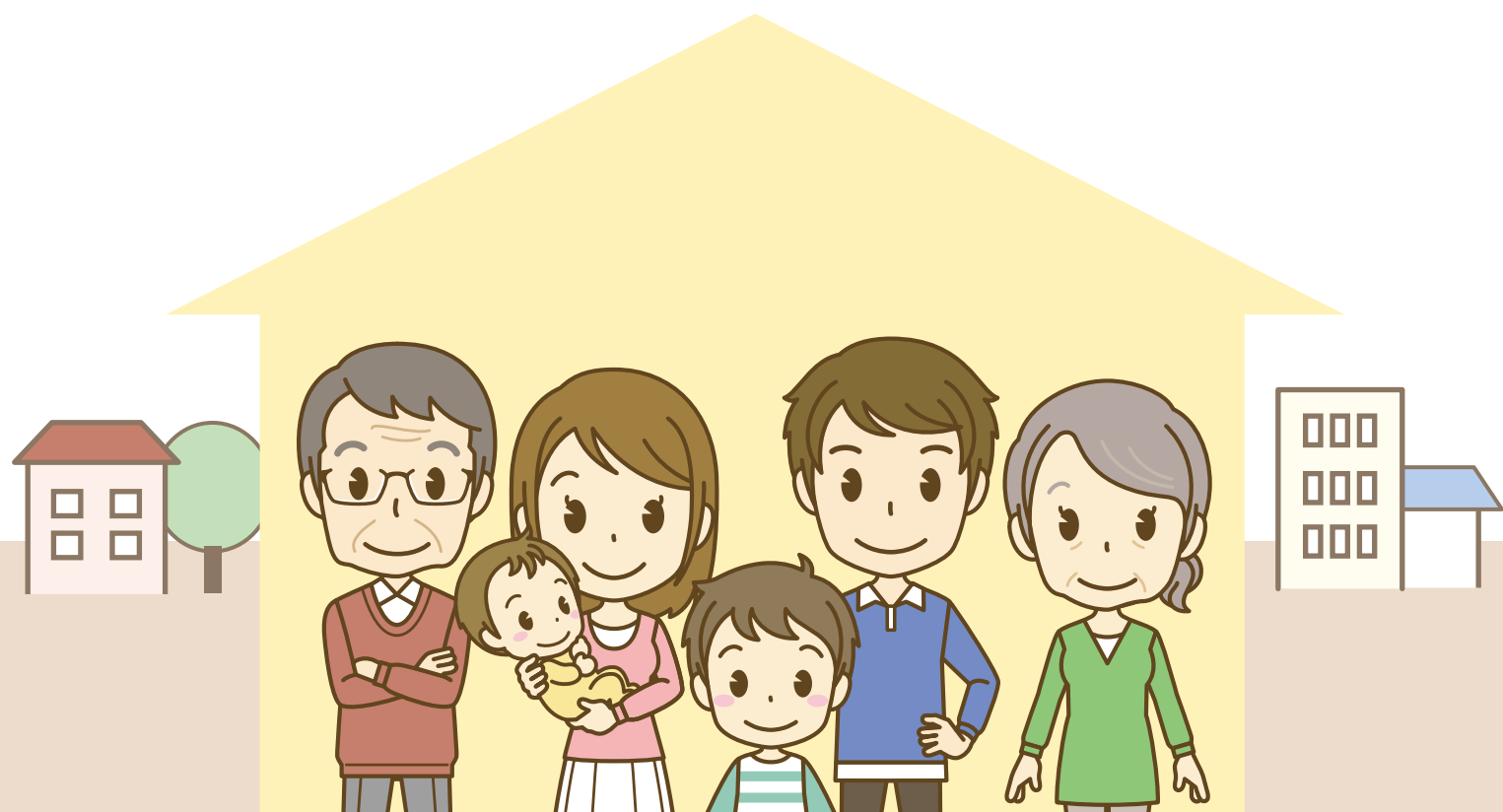


概要版

# 第四次ぎふ市民健康基本計画

令和3年度～令和7年度



令和3年11月

岐阜市

## 基本理念

『市民誰もが健康かつ生きがいを持ち、  
安全・安心で豊かな生活を営むことができるまち』  
を目指します

## 基本目標

①

健康寿命の  
延伸

②

早死（65歳未満の死亡）  
の減少

③

生活の質の  
向上

## 取組方針

1 糖尿病・循環器疾患、がん等の

『生活習慣病の発症予防及び重症化予防』

- ・糖尿病、糖尿病合併症（腎症、網膜症等）
- ・循環器疾患（虚血性心疾患・脳血管疾患）
- ・メタボリックシンドローム、高血圧症、脂質異常症等

がん

歯科疾患

精神疾患（うつ病）

COPD

2 生活習慣病の発症因子を減らすための6つの『生活習慣の改善』

栄養・食生活

歯・口腔の健康

身体活動・運動

休養・こころの  
健康づくり

たばこ

アルコール

3 生活習慣病予防、生活習慣の改善を推進するための

『生涯を通じた健康づくりの推進（ライフステージごとの取組）』

4 地域社会で個人や家庭の健康づくりを支援する

『社会環境の整備』

5 新型コロナウイルス感染症を考慮した健康づくり

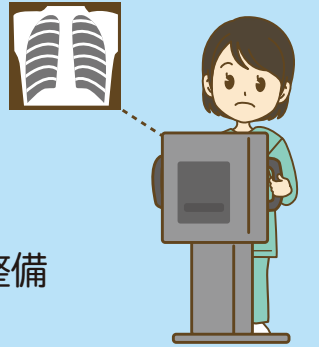
1 生活習慣病の発症予防及び重症化予防

1 糖尿病・循環器疾患

- ・小児生活習慣病対策
- ・生活習慣改善のためのポピュレーションアプローチ
- ・保険者による特定保健指導
- ・生活習慣改善に関する保健指導
- ・糖尿病等生活習慣病の重症化予防のための保健指導

2 がん

- ・がん検診の受診勧奨
- ・受診しやすい環境の整備
- ・がん検診・精密検査受診率向上に向けた受診勧奨
- ・科学的根拠に基づいたがん検診実施体制の整備



2 6つの生活習慣の改善

1 栄養・食生活

- ・妊娠期・離乳期おける啓発
- ・青年期・壮年期への食を通じた健康づくりの推進
- ・高齢者に対する食生活支援
- ・特定給食施設などへの指導
- ・ぎふ食と健康応援店と協働した情報提供
- ・食を通じた健康づくり活動を推進するための人材育成と支援
- ・食育推進計画に基づく総合的な取組



2 歯・口腔の健康

- ・幼児歯科薬物塗布（フッ化物塗布）
- ・オーラルフレイル予防の健康教育
- ・歯科健康診査（妊婦、産婦、30歳から70歳までの5歳刻み、75歳以上）



3 身体活動・運動

- ・拠点整備
- ・人材育成・活動支援
- ・クアオルト健康ウォーキングの普及
- ・スポーツ推進啓発イベント
- ・高齢者の健康・スポーツ活動の普及



4 休養・こころの健康づくり

- ・相談支援
- ・岐阜市自殺対策計画に基づく自殺対策の推進
- ・ゲートキーパーの育成
- ・オリジナルキャラクターを活用した自殺対策の推進
- ・うつ予防への対策
- ・妊娠期からの切れ目のない支援



【音音（ねね）と言（こと）】岐阜市自殺対策キャラクター

5 たばこ

- ・喫煙の害についての正しい知識の普及
- ・禁煙希望者への情報提供
- ・受動喫煙防止に関する指導・助言等
- ・多数の人が集まる施設等での受動喫煙防止対策の推進

6 アルコール

- ・健康教育及び保健指導
- ・こころの状態の自己チェックシステム（アルコールチェックモード）

## 取組方針

## 事業概要

### 3 生涯を通じた健康づくりの推進

#### 1 次世代の健康（妊娠前・妊娠期～19歳）

- ・母子健康手帳交付時の保健指導
- ・妊婦・産婦の健康診査・歯科健康診査
- ・基本的生活習慣の確立の推進
- ・相談窓口の設置

#### 2 青年期・壮年期の健康（20歳～64歳）

- ・各種健康診査・がん検診の実施及び受診勧奨
- ・健康づくりに関する窓口の設置
- ・企業などと連携した健康づくりの推進
- ・小中学校と連携した保護者への健康づくり

#### 3 高齢期の健康（65歳以上）

- ・生活習慣病重症化予防の知識の普及
- ・生活機能の維持・向上のための知識の普及
- ・フレイル予防の啓発
- ・各種団体との連携

### 4 健康を支える社会環境の整備

#### 1 健康的なライフスタイルを実践しやすいまちづくりの推進

- ・情報提供、健康相談、運動の実践などを行う拠点整備
- ・歩行空間の整備
- ・公共交通施策の推進

#### 2 様々な社会組織の取組との連携

- ・自治会、まちづくり協議会、学校、職場、ボランティア団体や保健・医療・福祉の団体との連携

### 5 新型コロナウイルス感染症を考慮した健康づくり

- ・定期的な健康診査やがん検診の受診
- ・基本的な感染症対策が講じられた健康づくり活動の維持
- ・ワクチンの接種
- ・感染症と共に日常生活を過ごす地域社会の実現

# 第四次ぎふ市民健康基本計画（令和3年度～令和7年度）の評価指標

## <生活習慣病の発症予防及び重症化予防に関する目標> ①糖尿病・循環器疾患 ②がん

項目		現状値(令和元年度)	目標値(令和7年度)	
①糖尿病・循環器疾患	岐阜市国保特定健診受診率の増加	39.2%	50%	
	岐阜市国保特定保健指導実施率の増加	18.2%	30%	
	岐阜市国保特定健診で「メタボリックシンドローム該当者」割合の減少	男性	35.0%	31.5%
		女性	11.9%	10.7%
	岐阜市国保特定健診で「メタボリックシンドローム予備群」割合の減少	男性	18.1%	16.3%
		女性	5.5%	5.0%
	岐阜市国保特定健診で HbA1c 5.6%(NGSP 値)以上の人減少	63.7%	減少	
	岐阜市国保特定健診で中性脂肪 150mg/dl 以上または HDL コレステロール 40mg/dl 未満の人減少	30.4%	減少	
	岐阜市国保特定健診で収縮期血圧 130mmHg 以上または拡張期血圧 85mmHg 以上の人減少	47.8%	減少	
	脳血管疾患年齢調整死亡率の減少(人口10万対)	男性	34.8	31.3
女性		15.9	14.3	
心疾患年齢調整死亡率の減少(人口10万対)	男性	65.0	58.5	
	女性	32.8	29.5	
②がん	がん検診受診率(注)の増加 (子宮がん 20歳以上、それ以外のがん 40歳以上)  (注)健康基礎調査から算出(市のがん検診以外の受診者を含む)	胃がん	29.7%	50%
		子宮がん	30.7%	50%
		乳がん	31.9%	50%
		肺がん	25.7%	50%
		大腸がん	30.7%	50%
	岐阜市がん検診(「がん予防重点健康教育及びがん検診実施のための指針」に基づく検診)での精密検査受診率の向上	胃がん	92.7%	現状維持
		子宮がん	93.8%	現状維持
		乳がん	95.6%	現状維持
		肺がん	97.4%	現状維持
		大腸がん	86.5%	90%

## <生活習慣病の発症因子を減らす6つの生活習慣の改善に関する目標> ①栄養・食生活 ②歯・口腔の健康 ③身体活動・運動 ④休養・こころの健康づくり ⑤たばこ ⑥アルコール

項目		現状値(令和元年度)	目標値(令和7年度)	
①栄養・食生活	1日3食、食べている人の増加	88.6%	95%	
	主食、主菜、副菜が揃っている食事を1日2回以上摂っている人の増加		75.4%	80%
		緑黄色野菜	52.8%	80%
	次の食品を積極的に食べている人の増加	淡色野菜	51.5%	80%
		牛乳・乳製品	56.4%	80%
	加工食品や外食の栄養成分表示を参考にしている人の増加	48.0%	65%	
	食塩の摂りすぎに気をつけている人の増加	72.1%	95%	
	1日あたりの望ましい野菜摂取量を知っている人の増加	29.7%	50%	
	①栄養・食生活 ③身体活動・運動	適正体重(BMI 18.5以上 25.0未満)を維持する人の増加	73.0%	85%
	①栄養・食生活	低栄養傾向(BMI 20以下)の高齢者割合の抑制	21.6%	22%以下
	ヘルシーメニューや栄養情報を提供できる新規店舗の増加	—	100店舗	
②歯・口腔の健康	むし歯のない3歳児の増加	91.4%	95%	
	むし歯のない6歳児の増加	65.0%	70%	
	むし歯のない12歳児の増加	74.8%	80%	
	妊婦歯科健康診査受診率の増加	41.1%	50%	
	過去1年間に歯科健診を受診した人の増加	49.7%	60%	
	40歳節目歯科健康診査で歯周炎にかかっている人の減少	59.1%	55%	
	80歳で自分の歯が20本以上ある人の増加	69.7%	75%	
③身体活動・運動	居家で介護サービスを利用している65歳以上の要介護者の中で、転倒、骨折が原因で要介護者となった人の割合の減少	16.9%	減少	
	ロコモティブシンドロームを認知している人の割合の増加	33.4%	80%	
	じっとしている時間をなるべく減らすように努める人の増加	51.0%	70%	
	週1回以上運動している人の増加	47.6%	65%	
	ストレスを処理できている人の増加	75.5%	85%	
④休養・こころの健康づくり	余暇を楽しむ機会のある人の増加	68.3%	70%	
	いつもとっている睡眠で休養がとれていると思っている人の増加	72.4%	80%	
	自殺者の減少(人口10万対)	16.0	13.0	
	相談相手がいる人の増加	男性	77.6%	90%
		女性	91.6%	現状維持
⑤たばこ	家庭や社会で役割がある人の増加	84.6%	90%	
	3歳児の同居者で家の中でも喫煙する人の減少	12.8%	10%	
	喫煙する人の減少	男性	22.3%	20%
		女性	5.4%	5%
		妊婦	1.8%	0%
	喫煙が健康に与える影響について理解している人の増加	肺がん	89.7%	95%
		喘息	72.9%	80%
		気管支炎	79.1%	80%
		心臓病	60.6%	80%
		脳卒中	63.0%	80%
胃潰瘍		40.7%	50%	
妊婦への影響		85.8%	95%	
歯周病	58.3%	70%		
COPDの認知度の向上(聞いたことはある、意味を知っている)	43.1%	80%		
受動喫煙を有する割合の減少	家庭	16.8%	10%	
	職場	27.5%	15%	
	飲食店	47.8%	25%	
	遊技場	13.9%	10%	
	男性	14.1%	減少	
⑥アルコール	生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人の減少	8.5%		
	妊婦の飲酒者の減少	0.5%	0%	

## <基本的指標> ①総合的成果 ②健康づくり活動・意識

項目		現状値(令和元年度)	目標値(令和7年度)
①総合的成果	平均寿命	男性	80.8歳
		女性	86.8歳
	40～64歳の年齢調整死亡率の減少(人口10万対)	男性	334.5
		女性	167.4
	65歳以上の要支援・要介護認定率の増加抑制	19.9%	22.4%以下
②健康づくり活動・意識	メタボリックシンドロームの予防・改善のために生活習慣の改善を実行している人の増加	48.6%	60%
	生活に必要な情報を得ることができる人の増加	67.9%	80%
	自分の健康状態に満足していると思える人の増加	50.2%	増加