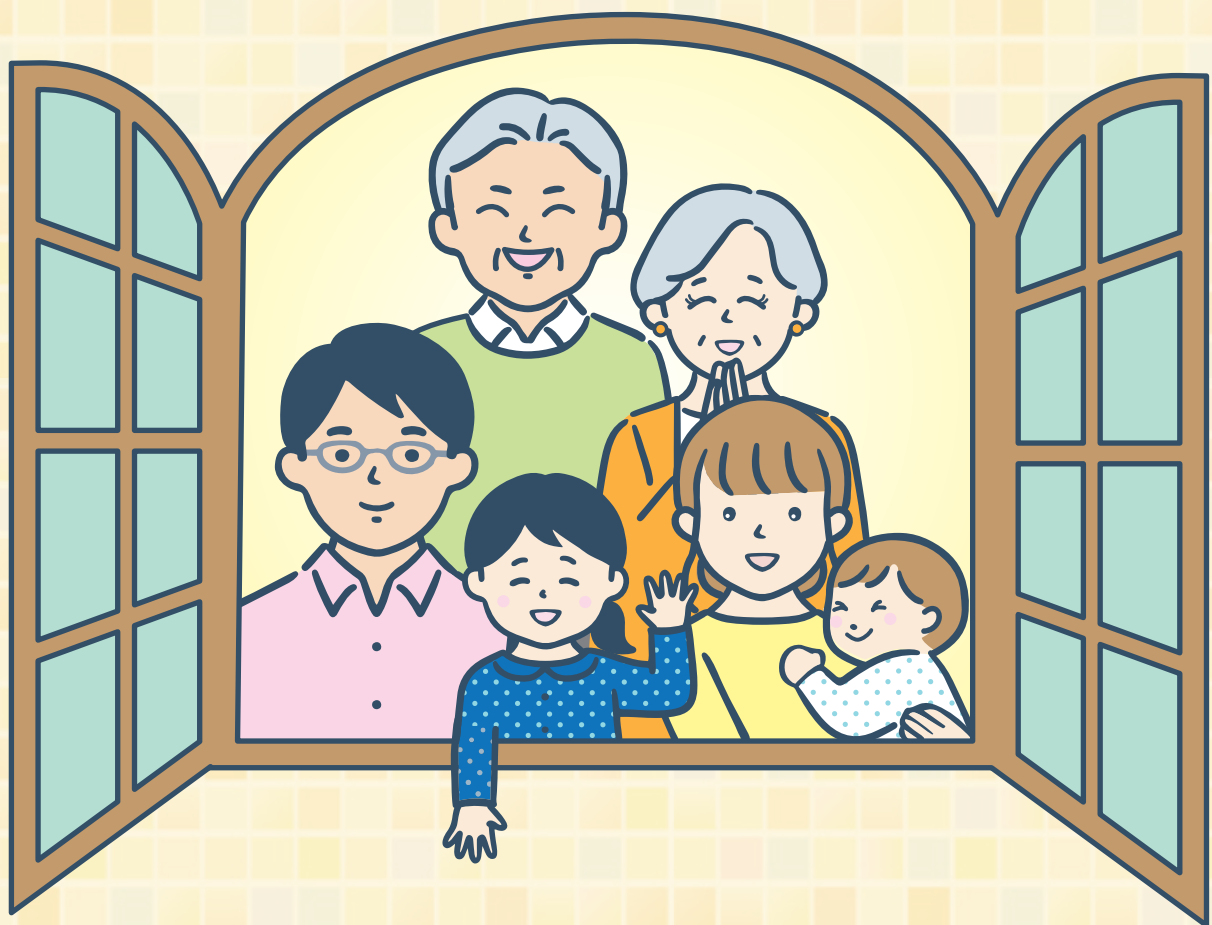


第五次

概要版

ぎふ市民健康基本計画

令和8年度～令和17年度



令和8年3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』

- ① ・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、COPD 等
- ② がん
- ③ 歯科疾患
- ④ 精神疾患（うつ病）

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』

- 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

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）』

- ① 次世代の健康（妊娠前・妊娠期～19歳）
- ② 青年期・壮年期の健康（20歳～64歳）
- ③ 高齢期の健康（65歳以上）
- ④ 性差に着目した健康（女性の健康、男性の健康）

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』

- 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
- ② 様々な社会組織の取組との連携

1 生活習慣病の発症予防及び重症化予防に関する取組

1 糖尿病・循環器疾患

- ◎特定健診・特定保健指導
- ◎高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施
- ◎糖尿病等生活習慣病の重症化予防のための保健指導
- ◎生活習慣改善に関する健康教育

2 がん

- ◎がん検診の受診勧奨
- ◎精密検査受診率の向上に向けた受診勧奨
- ◎受診しやすい体制整備
- ◎科学的根拠に基づいたがん検診実施体制の整備（精度管理）

3 歯科疾患

- ◎歯・口腔の健康に関する取組

4 精神疾患（うつ病）

- ◎休養・こころの健康づくりに関する取組

2 6つの生活習慣の改善に関する取組

1 栄養・食生活

- ◎妊娠期・離乳期における啓発
- ◎青年期・壮年期層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
- ◎岐阜市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）
- ◎歯科健康診査
（妊婦、産婦、20歳から70歳までの5歳刻み、75歳以上）
- ◎ぎふ市民歯・口腔の健康づくり計画に基づく総合的な取組

3 身体活動・運動

- ◎運動習慣の拠点としての取組
- ◎クアオルト[®]健康ウォーキングの普及
- ◎人材育成・活動支援
- ◎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

- ◎岐阜市自殺対策計画に基づく総合的な取組
- ◎ゲートキーパー（いのちの門番）
- ◎相談・支援
- ◎うつ予防への対策
- ◎オリジナルキャラクターを活用した自殺対策の推進
- ◎妊娠期からの切れ目のない支援

5 たばこ

- ◎喫煙の害についての正しい知識の普及
- ◎施設管理者へ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）

3 生涯を通じた健康づくりの推進に関する取組

1 次世代の健康（妊娠前・妊娠期～19歳）

- ◎母子健康手帳交付、妊産婦・乳幼児健康診査、保健師等の家庭訪問時や、地域の健康教育の場における情報提供、相談、支援
- ◎学校における生活習慣病発症予防への取組、生活習慣の確立の推進
- ◎こころの健康づくりの相談・連携体制
- ◎家庭、地域、学校等の連携

2 青年期・壮年期の健康（20歳～64歳）

- ◎岐阜市自殺対策計画に基づく取組の推進
- ◎相談支援体制の充実、ゲートキーパー（いのちの門番）
- ◎妊娠期からの切れ目のない支援
- ◎各種健康診査・がん検診の実施及び受診推奨
- ◎身体活動、運動習慣のきっかけとなる場所や取組の提供、健康づくりの推進

3 高齢期の健康（65歳以上）

- ◎生活習慣病重症化予防、生活機能の維持・向上のための知識の普及
- ◎フレイル・ロコモティブシンドローム予防の啓発
- ◎保健事業と介護予防の一体的実施
- ◎各種団体との連携

4 性差に着目した健康（女性の健康、男性の健康）

- ◎女性の健康
 - ・各種健康診査、がん検診の実施、受診勧奨
 - ・妊娠期からの切れ目のない支援
 - ・プレコンセプションケアに関する情報提供
- ◎男性の健康
 - ・がん・高血圧症に重点をおいた取組
 - ・各種健康診査、がん検診の実施、受診勧奨
 - ・プレコンセプションケアに関する情報提供

4 健康づくりを支援する「社会環境の整備」に関する取組

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

- ◎健康相談、健康教育
- ◎各種健康診査・がん検診の受診しやすい環境づくり
- ◎身体活動、運動習慣、きっかけの場所の提供

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、民生委員・児童委員、学校、職場、ボランティア団体、保健・医療・福祉の専門家、企業との連携・協力
- ◎ぎふ市民健康まつりの開催

第五次ぎふ市民健康基本計画（令和 8 年度～令和 17 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	目標値	
①糖尿病・循環器疾患	岐阜市国保特定健診受診率の増加	38.8%	50.0%	
	岐阜市国保特定保健指導実施率の増加	26.9%	30.0%	
	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	36.8%	33.1%
		女性	12.1%	10.9%
	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	17.7%	15.9%
		女性	5.6%	5.0%
	岐阜市国保特定健診で HbA1c 5.6% (NGSP 値) 以上の人の減少	59.4%	減少	
	岐阜市国保特定健診で空腹時中性脂肪 150mg/dl (随時中性脂肪 175mg/dl) 以上または HDL コレステロール 40mg/dl 未満の人の減少	28.1%	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 以上の人の減少	49.7%	減少	
	脳血管疾患年齢調整死亡率の減少(人口10万対)	男性	28.9%	21.8%
		女性	19.4%	14.3%
	心疾患年齢調整死亡率の減少(人口10万対)	男性	62.8%	58.5%
		女性	37.7%	29.5%
自分の血圧を定期的に血圧計で計測している者の増加	14.5%	16.0%		
COPD の認知度の向上(聞いたことはある、意味を知っている)	39.6%	50.0%		
②がん	がん検診受診率の増加 (胃がん 50 歳以上、子宮がん 20 歳以上、それ以外のがん 40 歳以上) ※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	28.9%	60.0%
		子宮がん	31.6%	60.0%
		乳がん	30.2%	60.0%
		肺がん	17.8%	60.0%
		大腸がん	24.0%	60.0%
	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	96.6%	現状維持
		子宮がん	93.5%	現状維持
		乳がん	98.1%	現状維持
		肺がん	95.9%	現状維持
		大腸がん	91.5%	現状維持

＜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	目標値	
①栄養・食生活	1日3食食べている人の増加	85.1%	95.0%	
	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	74.9%	80.0%	
	次の食品を積極的に食べている人の増加	緑黄色野菜	49.6%	80.0%
		淡色野菜	50.6%	80.0%
		牛乳・乳製品	56.0%	80.0%
		果物	30.5%	60.0%
	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	48.8%	65.0%	
	食塩の摂りすぎに気をつけている人の増加	75.3%	95.0%	
	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	27.2%	50.0%	
	適正体重(BMI18.5以上25.0未満)を維持する人の増加	67.9%	85.0%	
	20～60歳代男性の肥満者(BMI25.0以上)の割合の減少	30.2%	25.0%	
	40～60歳代女性の肥満者(BMI25.0以上)の割合の減少	19.5%	15.0%	
	20～30歳代女性のやせ(BMI18.5未満)の割合の減少	20.0%	15.0%	
低栄養傾向(BMI20.0以下)の高齢者割合の抑制	25.2%	22.0%		
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	—	累計100店舗		
②歯・口腔の健康	むし歯のない3歳児の増加	94.6%	97.0%	
	むし歯のない6歳児の増加	74.1%	80.0%	
	むし歯のない12歳児の増加	81.7%	90.0%	
	妊婦歯科健康診査受診率の増加	43.2%	50.0%	

②歯・口腔の健康	過去1年間に歯科健診を受診した人の増加		54.8%	60.0%
	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		54.0%	50.0%
	80歳で自分の歯が20本以上ある人の増加		71.7%	80.0%
	オーラルフレイルを知っている人の増加(20歳以上)		17.4%	60.0%
③身体活動・運動	適正体重(BMI18.5以上25.0未満)を維持する人の増加(再掲)		67.9%	85.0%
	居宅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		15.2%	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		34.1%	80.0%
	ロコモティブシンドロームの減少(足腰に痛みを感じることもある高齢者の割合)		74.9%	減少
	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		48.8%	70.0%
	週1回以上運動する人の増加		44.1%	65.0%
	日常生活における歩数の増加(1日の歩数の平均値)	20歳～64歳	5,406歩	8,000歩
	65歳以上	4,163歩	6,000歩	
④休養・こころの健康づくり	ストレスを処理できている人の増加		70.1%	85.0%
	余暇を楽しむ機会のある人の増加		64.7%	70.0%
	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		70.3%	80.0%
	睡眠時間が十分に確保できている人の増加(20歳以上60歳未満は、6時間以上9時間未満)(60歳以上は、6時間以上8時間未満)	20歳以上60歳未満	50.3%	60.0%
		60歳以上	50.6%	60.0%
	自殺者の減少(人口10万対)		17.9	13.0
	相談相手がいる人の増加	男性	74.2%	90.0%
		女性	85.8%	90.0%
家庭や社会で役割がある人の増加		81.7%	90.0%	
⑤たばこ	3歳児の同居者で家の中でも喫煙する人の減少		18.2%	10.0%
	喫煙する人の減少	男性	19.7%	15.0%
		女性	5.5%	5.0%
		妊婦	0.9%	0.0%
	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	88.4%	95.0%
		喘息	70.7%	80.0%
		気管支炎	75.8%	80.0%
		心臓病	59.9%	80.0%
		脳卒中	62.1%	80.0%
		胃潰瘍	39.6%	50.0%
		妊婦への影響	81.6%	95.0%
		歯周病	54.4%	70.0%
	COPDの認知度の向上(聞いたことはある、意味を知っている)(再掲)		39.6%	50.0%
受動喫煙の機会を有する割合の減少	家庭	20.5%	10.0%	
	職場	19.3%	15.0%	
	飲食店	22.4%	20.0%	
	遊技場	8.1%	5.0%	
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 ※1日の平均純アルコール量 男性40g以上、女性20g以上	男性	14.7%	10.0%
		女性	5.9%	5.0%
	妊婦の飲酒者の減少		0.2%	0.0%

< 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	目標値	
①総合的成果	平均寿命	男性	81.8	延伸
		女性	87.3	延伸
	40～64歳年齢調整死亡率の減少(10万人あたり)	男性	349.2	減少
		女性	179.2	減少
65歳以上75歳未満の要支援・要介護認定率の増加抑制		4.6%	減少	
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		48.5%	60.0%
	自分の健康状態に満足していると思える人の増加		42.9%	増加

第五次ぎふ市民健康基本計画

-概要版-

令和8年3月

発行 岐阜市

編集 岐阜市 保健衛生部

〒500-8309 岐阜市都通2丁目19番地

電話 058-252-7193(保健衛生政策課内)

E-mail hokeneisei-sei@city.gifu.gifu.jp
