

健康日本21(第三次)

			指標
(1)健康寿命の延伸と健康格差の縮小			① 日常生活に制限のない期間の平均 ② 日常生活に制限のない期間の平均の下位4分の1の都道府県の平均
2-1.生活習慣の改善	〈1〉栄養・食生活		① BMI18.5以上25未満(65歳以上はBMI20を超え25未満)の者の割合(年齢調整値) ② 児童・生徒における肥満傾向児の割合 ③ 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者の割合 ④ 野菜摂取量の平均値 ⑤ 果物摂取量の平均値 ⑥ 食塩摂取量の平均値
			① 1日の歩数の平均値(年齢調整値) ② 運動習慣者の割合(年齢調整値) ③ 1週間の総運動時間(体育授業を除く。)が60分未満の児童の割合
		〈3〉休養・睡眠	① 睡眠で休養がとれている者の割合(年齢調整値) ② 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(年齢調整値) ③ 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
		〈4〉飲酒	① 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 ② 中学生・高校生の飲酒者の割合

第3次健康みさき21

設問等		
問1 あなたのお住まいの地区を教えてください 問2 性別を教えてください 問3 年齢を教えてください 問4 あなたの世帯構成を教えてください 問5 あなたの雇用形態を教えてください		健康の社会的格差について、クロスして抽出可能
①問6 あなたの身長と体重を教えてください ②F2あなたの身長と体重を教えてください(小・中) ③問11 主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることが1日に2回以上あるのは、週に何日ありますか ④問13 1日にどのくらい野菜料理を食べていますか ⑤問14 1日にどのくらい果物を食べていますか ⑥問9 あなたのふだんの食生活についておたずねします(⑧ 塩分を控えている)		身長・体重からBMI(児童はローレル指数)を割り出す塩分摂取については「控えている」の割合
①問17 通勤・通学、仕事、家事、ウォーキングなどで歩く時間は、合計して1日平均どれくらいですか ②問18 あなたは、1日30分以上の運動を、週2回以上、1年以上行っていますか ③問14 あなたは、学校の授業以外で30分以上の運動(部活動を含む)をしていますか(小・中)		歩く時間から歩数を割り出す(10分=1000歩)コロナ禍の影響(外出を控える)を引きずっている可能性も(ロコモティブシンドロームなどにつながる)
①問23 あなたは、ふだんの睡眠で、休養が十分とれていると思いますか ②問22 最近1か月間のあなたの1日の平均睡眠時間はどのくらいですか ③(労働力調査等)		睡眠は生活の質と関連し、心身の健康に影響する
①問43 あなたは週に何日位お酒(清酒、焼酎、ビール、洋酒など)を飲みますか/問43-1 お酒を飲む日は1日あたり、どれくらいの量を飲みますか ②問21 あなたは、今までにお酒を飲んだことがありますか(中・高)		

(2)個人の行動と健康状態の改善		<5>喫煙	① 20歳以上の者の喫煙率 ② 中学生・高校生の喫煙者の割合 ③ 妊婦の喫煙率	①問42 あなたは、たばこを習慣的に吸っていますか ②問19 あなたは、今までに1口でもタバコを吸ったことがありますか(中・高) ③(保健のデータ等)		
		<6>歯・口腔の健康	① 40歳以上における歯周炎を有する者の割合(年齢調整値) ② 50歳以上における咀嚼良好者の割合(年齢調整値) ③ 過去1年間に歯科検診を受診した者の割合	①(保健のデータ等) ②問27 噛んで食べる時の状況についておうかがいします ③問26-1 この1年間に、歯科検診を受けましたか		
	2-2. 生活習慣病(NCDs)の発症予防・重症化予防	<1>がん	① がんの年齢調整罹患率(人口10万人当たり) ② がんの年齢調整死亡率(人口10万人当たり) ③ がん検診の受診率	①～③(保健のデータ等)		
		<2>循環器病	① 脳血管疾患・心疾患の年齢調整死亡率(人口10万人当たり) ② 収縮期血圧の平均値(40歳以上、内服加療中の者を含む。)(年齢調整値) ③ LDLコレステロール160mg/dl以上の者の割合(40歳以上、内服加療中の者を含む。)(年齢調整値) ④ メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の人数(年齢調整値) ⑤ 特定健康診査の実施率 ⑥ 特定保健指導の実施率	①～⑥(保健のデータ等)		
		<3>糖尿病	① 糖尿病腎症の年間新規透析導入患者数 ② 治療継続者の割合 ③ HbA1c8.0%以上の者の割合 ④ 糖尿病有病者数(糖尿病が強く疑われる者)の推計値 ⑤ メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の人数(年齢調整値)(再掲) ⑥ 特定健康診査の実施率(再掲) ⑦ 特定保健指導の実施率(再掲)	①～⑦(保健のデータ等)		
		<4>COPD	① COPDの死亡率(人口10万人当たり)	①(保健のデータ等)		
	2-3. 生活機能の維持・向上		① 足腰に痛みのある高齢者の人数(人口千人当たり)(65歳以上) ② 骨粗鬆症検診受診率 ③ K6(こころの状態を評価する指標)の合計得点が10点以上の者の割合	①問33 足腰に痛みはありますか(65歳以上) ②(保健のデータ等) ③問20 最近1か月間のあなたの状態についてうかがいます(心に関する6項目)	K6の設問を採用、うつ傾向にあるかどうか点数化する	

(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		① 地域の人々とのつながりが強いと思う者の割合 ② 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 ③ 地域等で共食している者の割合 ④ メンタルヘルス対策に取り組む事業場の割合 ⑤ 心のサポーター数
	3-2. 自然に健康になれる環境づくり		① 「健康的で持続可能な食環境づくりのための戦略的イニシアチブ」に登録されている都道府県数 ② 滞在快適性等向上区域(まちなかウォークアブル区域)を設定している市町村数 ③ 望まない受動喫煙(家庭・職場・飲食店)の機会を有する者の割合
	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		① スマート・ライフ・プロジェクトへ参画し活動している企業・団体数 ② 保険者とともに健康経営に取り組む企業数 ③ 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 ④ 各事業場において必要な産業保健サービスを提供している事業場の割合
(4)ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり		<1>子ども	① 1週間の総運動時間(体育授業を除く。)が60分未満の児童の割合(再掲) ② 児童・生徒における肥満傾向児の割合(再掲) ③ 中学生・高校生の飲酒者の割合(再掲) ④ 中学生・高校生の喫煙者の割合(再掲)
		<2>高齢者	① BMI20以下の高齢者(65歳以上)の割合(適正体重を維持している者の増加の一部を再掲) ② 足腰に痛みのある高齢者の人数(人口千人当たり)(65歳以上)(再掲) ③ いずれかの社会活動(就労・就学を含む。)を行っている高齢者(65歳以上)の割合(一部再掲)
		<3>女性	① BMI18.5未満の20歳～30歳代女性の割合(一部再掲) ② 骨粗鬆症検診受診率(再掲) ③ 1日当たりの純アルコール摂取量が20g以上の女性の割合(一部再掲) ④ 妊婦の喫煙率(再掲)

	①問38 地域人たちとのつながりは強い方だと思いますか ②問39 過去1年間に次のいずれかの活動に参加しましたか ③問10 あなたは同居している方とどのくらいの頻度で朝食と夕食を一緒に食べていますか ④(地域のデータ等) ⑤(地域のデータ等)	共食については前回調査を引き継ぎ同居している人と
	①②(地域のデータ等) ③問37 あなたは、この1か月間で、受動喫煙の場面がどこかでありましたか(乳幼児～成人)	
	①～④(地域のデータ等)	
	①問14 あなたは、学校の授業以外で30分以上の運動(部活動を含む)をしていますか(小・中) ②F2あなたの身長と体重を教えてください(小・中) ③問21 あなたは、今までにお酒を飲んだことがありますか(中・高) ④問19 あなたは、今までに1口でもタバコを吸ったことがありますか(中・高)	部活動の地域連携・移行など今後のこどものスポーツ機会について考えていく指標に
	①問6 あなたの身長と体重を教えてください ②問33 足腰に痛みはありますか(65歳以上) ②問39 過去1年間に次のいずれかの活動に参加しましたか	高齢者の社会活動は、高齢者福祉計画でも推進事項となっている
	①問6 あなたの身長と体重を教えてください ②(保健のデータ等) ③問43 あなたは週に何日位お酒(清酒、焼酎、ビール、洋酒など)を飲みますか/問43-1 お酒を飲む日は1日あたり、どれくらいの量を飲みますか ④(保健のデータ等)	若年女性のやせの割合は全国的に高く課題