



---

# 健康くろたき 21

---

第3次 健康増進計画・第2次 食育推進計画・第2次 自殺対策計画  
【令和6(2024)年度～令和17(2035)年】



令和6年(2024年)3月  
黒滝村

## 目次

<b>第1章 計画の概要</b> .....	<b>2</b>
1. 計画策定の趣旨.....	2
2. 計画の位置づけ.....	3
3. 計画の期間.....	3
4. 計画の策定と推進.....	4
<b>第2章 計画の基本的な考え方</b> .....	<b>6</b>
1. 目指す姿.....	6
2. 基本的方向性.....	6
3. 施策の柱.....	7
<b>第3章 黒滝村の概況</b> .....	<b>8</b>
1. 人口の推移.....	8
2. 健康寿命・要介護期間.....	9
3. 死因.....	10
4. 第2期計画の評価.....	11
<b>第4章 重点的に取り組む内容</b> .....	<b>14</b>
食・歯と口の健康づくり .....	14
健康づくりのための身体活動・運動.....	15
生活習慣病などの疾病の早期発見・重症化予防 .....	15
こころの健康 .....	15

# 第1章 計画の概要

## 1. 計画策定の趣旨

黒滝村では、平成20年(2008)年7月に「健康くろたき21計画」を策定し、村の特徴や課題を踏まえ、長期的・総合的観点から生涯を通じた健康づくりの取組を進めてきました。そして、健康づくりと食育を一体的に推進するため、平成25(2013)年4月に、「健康くろたき21・第2次(第2次健康増進計画・第1次食育推進計画)」を策定しました。

その結果、村民の健康寿命(65歳平均自立期間)は、男性は平成19(2007)年の14.88年から令和2(2020)年の18.02年に延伸し、女性は平成19(2007)年の22.68年から令和2(2020)年の20.65年となりました。一方、平均要介護期間は、男性1.86歳、女性3.11歳で女性のほうが長く、経年的に見て、男性はほぼ横ばい推移、女性は短くなってきています。

また、自殺対策基本法(平成18年法律第85号)が平成28年に一部改正され、すべての自治体で地域の実情を勘案した自殺対策に関する計画を策定することが義務付けられ、令和2(2020)年に黒滝村自殺対策計画を策定しました。

この間の人口減少や少子高齢化、独居世帯の増加等といった社会構造の変化に加え、新型コロナウイルス感染症の感染拡大もあり、家族や地域社会との交流機会が減少しています。こういった状況は心身の健康に影響を及ぼすことから、全ての村民が地域や社会とのつながりを持ち、心身ともに健康に暮らすことができる地域環境づくりがより重要となっています。

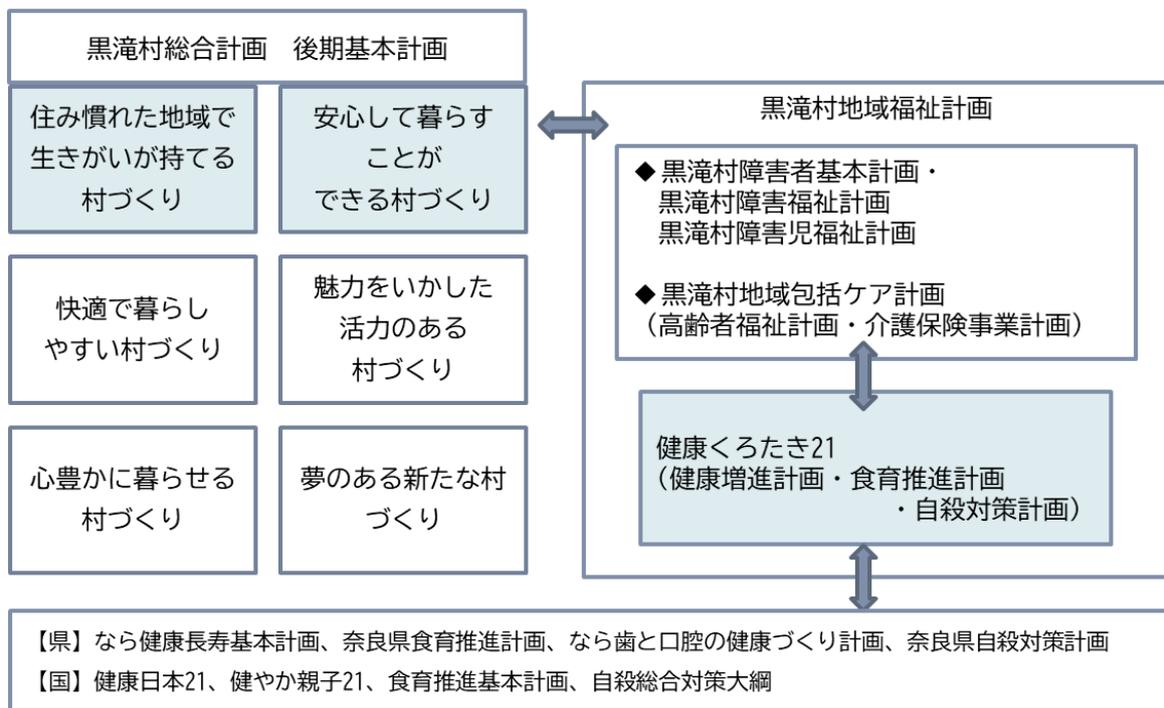
このような背景を踏まえ、このたび、第2次計画および自殺対策計画の計画期間の終了に伴い、「国民の健康の総合的な推進を図るための基本的な方針」に基づいて推進する「21世紀における第三次国民健康づくり運動(健康日本21(第三次))」および「第4次食育推進基本計画」、「なら健康長寿基本計画(第2期)」、「奈良県食育推進計画」、「なら歯と口腔の健康づくり計画(第2期)」、「奈良県自殺対策計画」を踏まえ、令和6(2024)年度からの12年間を計画期間とする「健康くろたき21(第3次健康増進計画・第2次食育推進計画・第2次自殺対策計画)」を策定します。計画においては、「さらなる健康寿命の延伸」「誰も自殺に追い込まれることのない『健幸につながるのある暮らしを続けたい』くろたきむら』の実現に向け、全ての村民の生涯を通じた健康づくりを支える環境づくりのための施策を「黒滝村総合戦略」と連携・調和を図りながら推進します。

## 2. 計画の位置づけ

健康くろたき 21 は、保健・医療・福祉・介護等に関する分野一体的な計画として、「第 2 期子ども・子育て支援計画」、「第 2 期データヘルス計画」、「地域包括ケア計画(第 9 期介護保険事業計画・第 10 次高齢者福祉計画)」の関連施策を一体的に推進します。

なお、第 3 次健康増進計画は、健康増進法(平成 14 年法律第 103 号)第 8 条第 2 項に基づく市町村健康増進計画とします。第 2 次食育推進計画は、食育基本法(平成 17 年法律第 63 号)第 18 条第 1 項に基づく市町村食育推進計画とします。第 2 次自殺対策計画は、自殺対策基本法(平成 18 年法律第 85 号)第 13 条第 2 項に基づく市町村自殺対策計画とします。

### 計画関連図



## 3. 計画の期間

本計画の計画期間は、令和 6 年度から令和 17 年度の 12 年間とします。

年度	R6 (2024)	R7 (2025)	R8 (2026)	R9 (2027)	R10 (2028)	R11 (2029)	R12 (2030)	R13 (2031)	R14 (2032)	R15 (2033)	R16 (2034)	R17 (2035)
関連事項	→					中間評価・見直し 健康生活意識調査	→					評価・見直し
	各会にて進捗状況確認 ・食育推進会議 ・国民健康保険運営協議会 ・介護保険運営協議会 ・地域包括支援センター運営協議会						各会にて進捗状況確認 ・食育推進会議 ・国民健康保険運営協議会 ・介護保険運営協議会 ・地域包括支援センター運営協議会					

## 4. 計画の策定と推進

①本計画の策定は以下のように行いました。

- ころたき健康長寿基礎調査  
村民の健康づくりや食育、こころの健康に関する意識や実態把握等の把握を目的とした調査
- 関係団体・機関の実態確認  
健康に関係のある団体や機関の活動状況について把握

事務局：保健福祉課

- 統計データによる現状把握  
人口や各種健康づくりに関係するデータによる客観的な本村の現状を把握
- ロジックモデルの活用  
施策が目標とする成果を達成するに至るまでの論理的な関係を体系的に図式化し、計画内容の協議、調整

【協力機関】奈良県立医科大学 県民健康増進支援センター、奈良県吉野保健所 健康増進課

②計画の実施体制

地域・こども園・学校・関係機関や各種団体等と行政が互いに連携を図りながら施策や事業を実施することで、個人・家庭に波及し、「めざす姿」の実現に向けて、健康づくりと食育、自殺対策に関する施策を一体的に実施していくこととします。

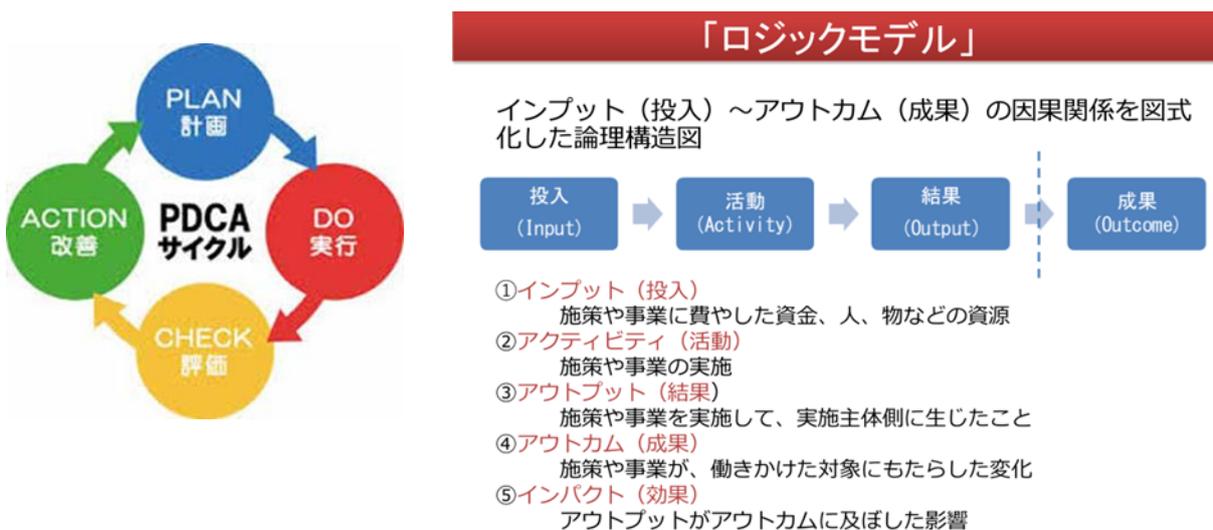
また、それぞれの機関が、本計画を推進する立場であることを意識し、それぞれの活動に健康づくりの視点を入れた取組を進めます。

③計画の点検と評価

これまでに引き続き、保健福祉課が事務局となり、計画の全体的な進捗管理を行います。

また、計画→実行→評価→改善のサイクルが確実に回るよう、具体的な取組の進捗状況や点検を行った結果を各関係機関へ報告し、取組内容について協議します。

なお、健康づくりに関する国の動きや社会情勢等に大きな変化があった場合は、計画期間の途中であっても、内容の見直しを行うことができるものとします。



出典：地域医療計画評価ネットワーク（RH-PLANET）

25

【出典】地域医療計画評価・改定マニュアル・令和5年度 吉野保健所地域関係職員研修会  
国際医療福祉大学大学院 教授 埴岡 健一先生 資料

## 健康くろたき 21 と持続可能な開発目標（SDGs）

平成 27(2015)年の国連持続可能なサミットにおいて採択された「持続可能な開発のための 2030 アジェンダ」における国際目標として、持続可能な開発目標(SDGs)が掲げられました。SDGs(Sustainable Development Goals)では、「誰一人取り残さない」持続可能で多様性と包摂性のある社会の実現のため、経済、社会、環境的な側面をバランスよく取り込み、統合的な解決を図ることが掲げられています。

本村では令和4(2022)年に策定した「黒滝村総合計画 後期基本計画 2022-2027」において、各施策をSDGsの 17 の分野と関連づけ、取組を進めています。

本計画では、特に以下に掲げるSDGsの 5 つの目標を意識し、地域や関係団体及び関係機関等と連携のもと、「健幸につながるのある暮らしを続けたいくろたきむら」を目指します。

### 【SDGsの 17 のゴール】



### 【本計画で特に意識するSDGs】

 <p><b>3</b> すべての人に健康と福祉を</p>	<p>子どもから大人まで、みんなが健康づくりに取り組み、元気に生きがいを持ち、暮らせるように取り組みます。</p>	 <p><b>4</b> 質の高い教育をみんなに</p>	<p>各種講座や食育の取組等を通じて、生涯にわたる生きる力を育みます。</p>
 <p><b>11</b> 住み続けられるまちづくりを</p>	<p>お互いがお互いを支え合う「互助」の輪を広げ、安心して暮らせる村づくりを推進します。</p>	 <p><b>12</b> つくる責任 つかう責任</p>	<p>食品ロス削減のために何ができるか、一緒に考えます。</p>
 <p><b>17</b> パートナーシップで目標を達成しよう</p>	<p>行政、住民、医療、学校、福祉の各機関や関係団体等の協働で健康づくりを推進します。</p>		

## 第2章 計画の基本的な考え方

### 1. 目指す姿

健康寿命を延伸するためには、誰もが生涯を通して心身共に健康で、幸せに自分らしく心豊かに暮らすことが大切です。また、「生きることの包括的な支援」として、地域全体で自殺対策に必要な支援を受けられるように、計画では、目指す姿を「健幸につながるのある暮らしを続けたいなる くらたきむら」とします。

この目指す姿の実現に向け、要介護状態とならないための予防と機能維持・向上のための取組を推進する必要があります。加えて、村民一人ひとりが心身共に健康で心豊かに暮らすためには、村民の健康づくりを支える地域環境を整備するとともに、村民が生涯を通じて、健康づくりに取り組む体制と村民一人ひとりがつながり、支え合うことで自分らしく生きる喜びを実感でき、誰も自殺に追い込まれることのない村をめざします。

計画では、2つの基本的方向性と2つの施策の柱を定め、各分野の施策を展開します。

### 2. 基本的方向性

#### 基本的方向性1 誰もが健康になれる環境づくりと健康づくりの取組の推進

村で暮らすことで、自然と健康づくりに取り組むことができる環境づくりと、各ライフステージに応じた健康課題の取組を包括的・一体的に推進します。

#### 基本的方向性2 要介護とならないための予防と機能維持・向上の取組の推進

健康寿命の延伸のためには、要介護のリスクを減らすことが重要であるため、健康的な生活習慣の普及、生活習慣病等の疾病の早期発見・重症化予防に取り組めます。

### 3. 施策の柱

#### 施策の柱1 健康になれる環境づくりとライフステージを通じた健康づくりの普及

健康寿命の延伸には、自ら健康づくりに積極的に取り組む方だけでなく、健康に関心の薄い方も含めた幅広い層に対して働きかけることが重要となります。そのため、本人が無理なく自然に健康な行動を取ることができるよう環境整備を行う必要があります。

村民の健康増進を推進するにあたっては、高齢化がさらに進展することや、社会の多様化を踏まえ、村では、生活習慣病等の疾病の予防の重要性について村民の理解を深め、さらにその健康づくりの実践を促進するため、栄養・食生活・食育、身体活動・運動、休養・睡眠・こころの健康、適正飲酒、禁煙、歯・口腔の健康に関する生活習慣の改善及び普及啓発の取組を、ライフステージに応じながら、村民がより緩やかな関係性を含んだつながりが持ちつつ、生涯を通じて、主体的に健康づくりに取り組めるように推進します。そして、たとえば、要介護状態になっても、住み慣れた村で人生の最期まで自分らしく暮らしつづけることができるよう関連計画等と連携し、取組を進めます。

#### 施策の柱2 生活習慣病などの疾病の早期発見・重症化予防

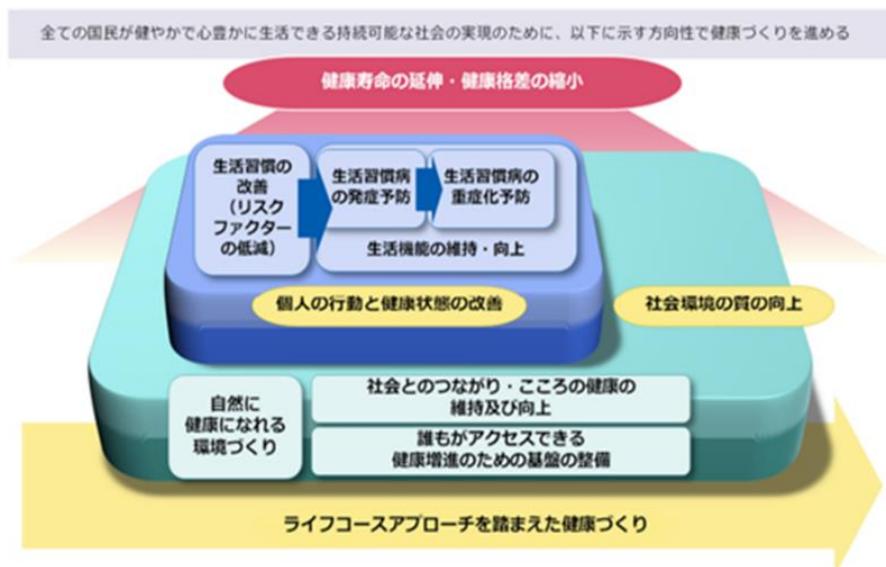
生活習慣病等に関連した死因や要介護原因となる疾病を早期に発見し、重症化させないことが重要です。

がんや高血圧症、糖尿病等を早期に発見するため、国民健康保険事業等と連携し、健(検)診の受診勧奨に取り組み、将来の脳卒中や認知症の発病リスクを減らし、要介護状態になることを防止します。

さらに、フレイル\*1やロコモティブシンドローム\*2等により、日常生活に支障を来す状態となることもあるため、生活習慣病及び重症化予防だけでなく、生活機能の維持・向上を目的とした健康づくりの取組を推進します。

\*1 フレイルとは、「加齢とともに心身の活力(運動機能や認知機能等)が低下し、複数の慢性疾患の併存等の影響もあり、生活機能が障害され、心身の脆弱性が出現した状態であるが、一方で適切な介入・支援により、生活機能の維持・向上が可能な状態像」を指します。フレイルは「身体的フレイル」「精神・心理的フレイル」「社会的フレイル」の3種類に分かれます。

\*2 ロコモティブシンドローム(略称=ロコモ)は、運動器の障害のために自立度が低下し、介護が必要となる危険性の高い状態をいいます。身体的フレイルと深く関連があります。

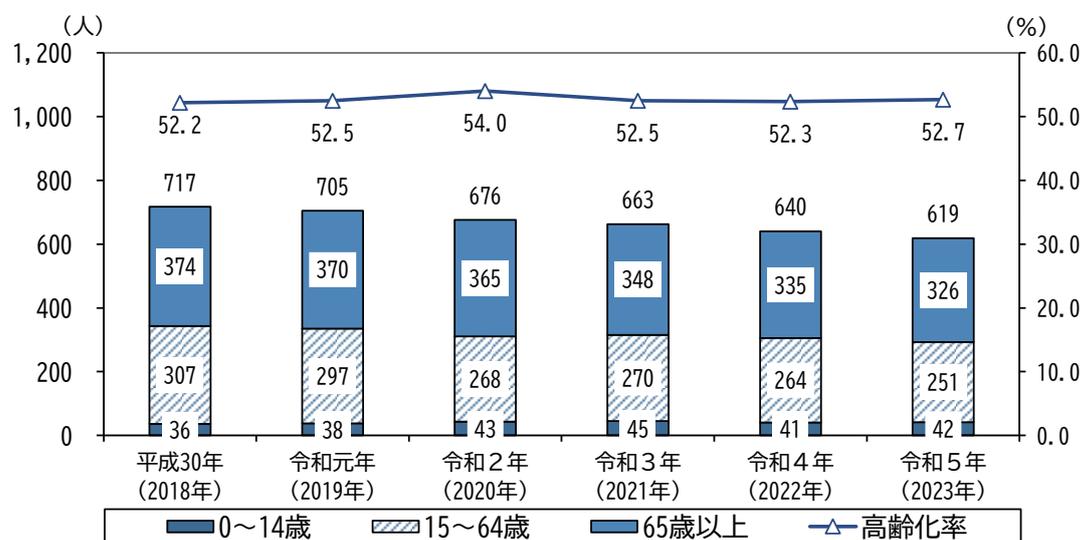


# 第3章 黒滝村の概況

## 1. 人口の推移

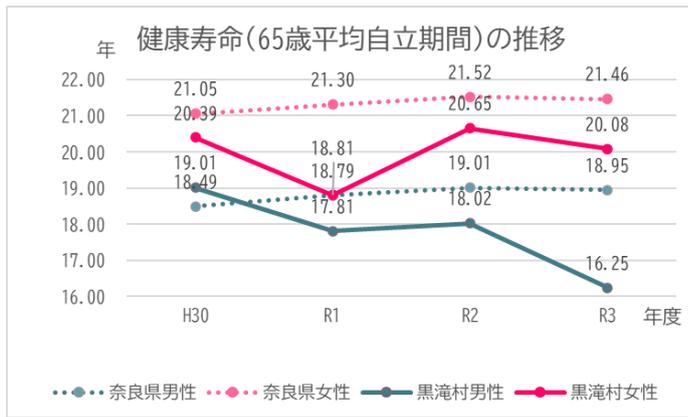
本村の総人口は概ね減少傾向で推移しており、令和5(2023)年は619人となっています。

また、65歳以上人口についても減少傾向で推移しており、令和5(2023)年は326人で、高齢化率(総人口に占める65歳以上人口の割合)は令和5(2023)年で52.7%となっています。

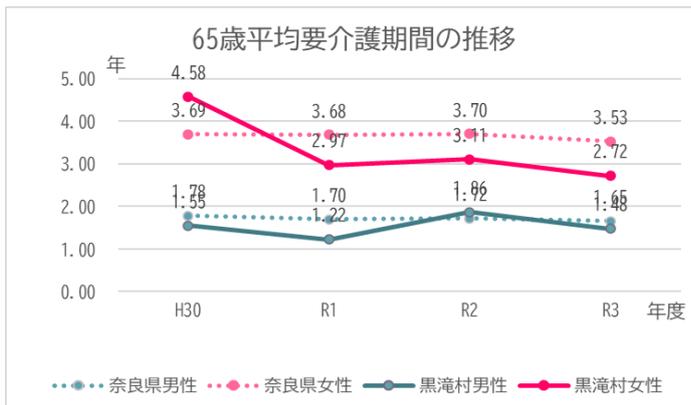


【資料】住民基本台帳 (各年10月1日現在)

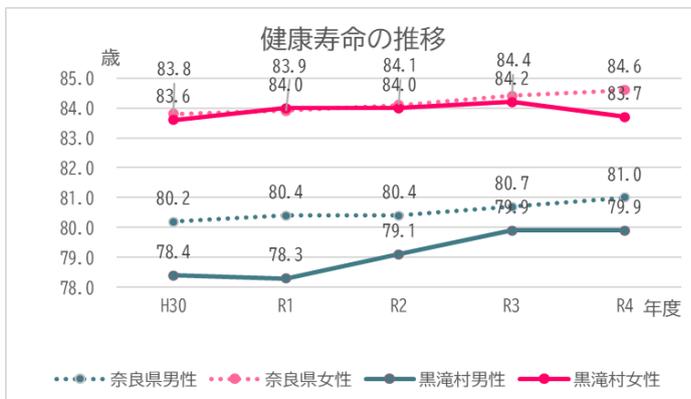
## 2. 健康寿命・要介護期間



【資料】奈良県健康増進課



【資料】奈良県健康増進課



【資料】KDB システム 地域の全体像の把握

### 奈良県民の健康寿命の算出について 健康寿命について

健康寿命とは、「日常的に介護を必要とせず、自立した生活ができる生存期間」のこと。

(2)県は、65歳平均自立期間を採用。要介護1までを健康と定義。

※健康寿命算出に必要なデータ（人口、死亡数、要介護認定者数）を収集し、橋本修二教授（藤田保健衛生大学衛生学）作成の算出プログラムに、該当する統計数値を当てはめて算出。なお、県内市町村は人口規模の小さな市町村では誤差が大きくなるため、人口、死亡数は3年分を利用。

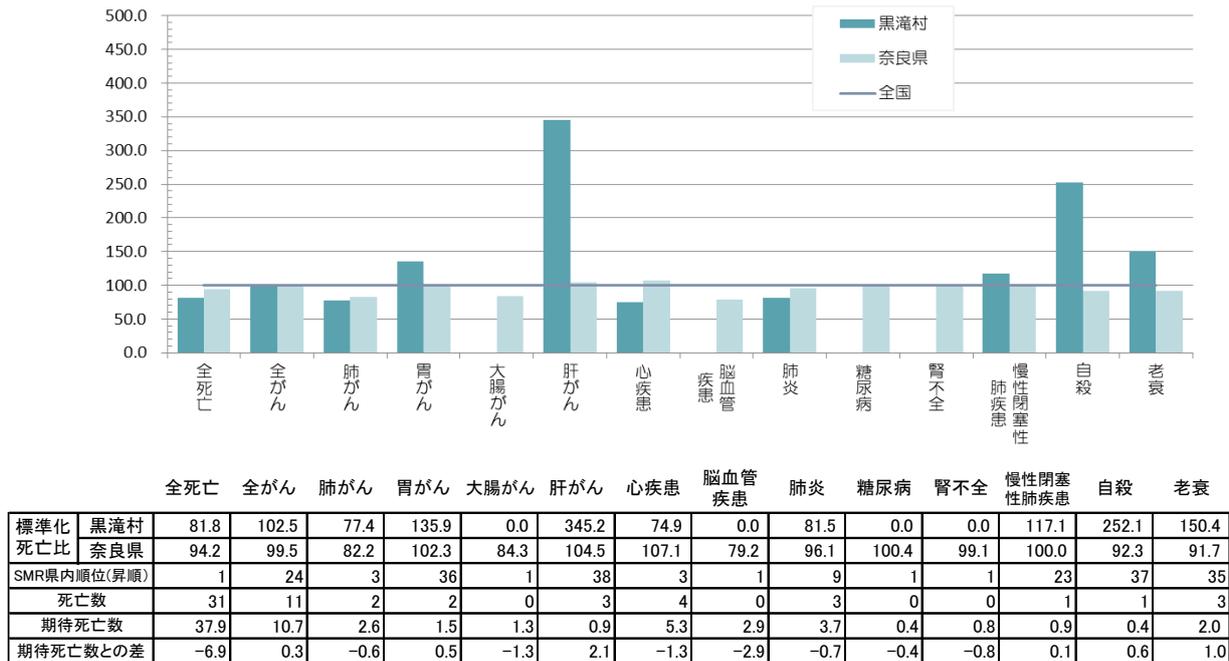
### 国による健康寿命の算出について 国民生活基礎調査データをもとにして計算

令和2年度の本村の健康寿命は、男性18.02歳、女性20.65歳で女性のほうが長い。経年的に見ると年度ごとに变化しているものの男女ともに奈良県全体より短く、県内順位（長い方から）は、男性25位、女性22位となっている。

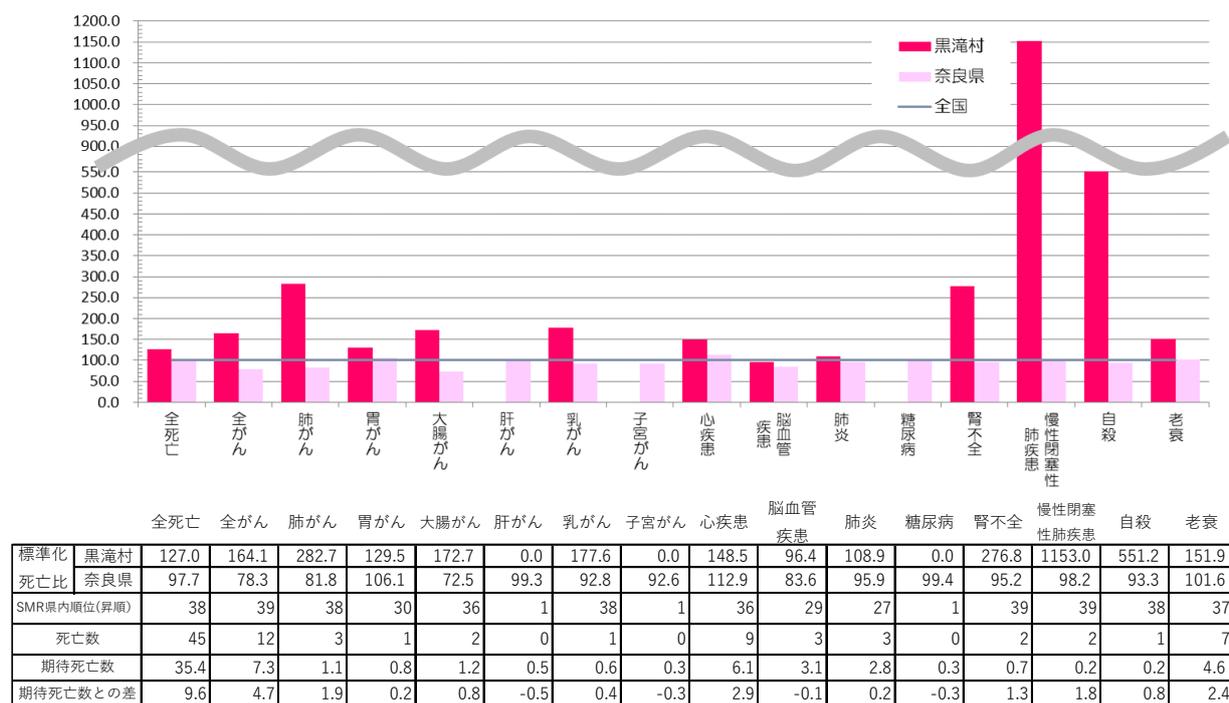
令和2年度の本村の平均要介護期間は、男性1.86歳、女性3.11歳で女性のほうが長い。経年的に見ても男性はほぼ横ばい推移、女性は、短くなっている。県内市町村順位（短い方から）は、男性30位、女性8位となっている。

### 3. 死因

黒滝村 標準化死亡比 男性 (2016(H28)~2020(R2))



黒滝村 標準化死亡比 女性 (2016(H28)~2020(R2))



平成 28~令和 2 年の 5 年間の合計の SMR は、男性および女性ともに全国と比べて有意に高いものも低いものもない。

また、SMR が 100 を超えている死因は男性では肝がん、自殺、老衰、女性では全がん、肺がん、大腸がん、乳がん、腎不全、慢性閉塞性肺疾患、自殺、老衰であり、全国と比較し死亡率が高い傾向がある。

人口規模が小さいため単純に比較はできないが、SMR の県内順位では男性では胃がん、肝がん、自殺、老衰、女性では、全死亡、全がん、肺がん、大腸がん、乳がん、心疾患、腎不全、慢性閉塞性肺疾患、自殺、老衰がワースト 5 位となっている。

また、男性では大腸がん、脳血管疾患、糖尿病、腎不全、女性では肝がん、子宮がん、糖尿病において死亡がない。

## 4. 第2期計画の評価

1. それぞれの評価指標について、第2次策定時で設定した目標値から現時点までの実績値の推移を、以下の区分に分け判定。
2. 指標が改善しているもの、悪化しているもの、それぞれについて成功要因と未達要因の検証を実施した。
3. 2. の検証結果をふまえ、指標の見直しや目標達成のための事業内容の見直しを行い、今後の方向性を整理し、次期計画に向けた事業の課題・方向性を示した。

	ベースライン値との比較	判定方法
A	目標達成	目標値に到達
B	横ばい	最小変化範囲以上の改善 (ベースライン値から目標値に向けて原則30%以上の改善)
C	変わらない	最小変化範囲未満の変化
D	悪化	最小変化範囲以上の改善 (ベースライン値から相対的にに向けて原則5%以上の悪化)
E	評価困難	指標算出が不可等の理由により評価できない

第2次健康増進計画、第1次食育推進計画、第2次自殺対策計画で設定した49項目の目標について評価を行いました。50項目のうち、目標達成17項目、改善傾向3項目、変化なし9項目、悪化9項目、評価困難12項目でした。

	目標項目	計画策定時	目標値	現状値	評価	
食生活・栄養	①肥満者(BMI25以上)の割合の減少	男性	41.4%	26%以下	未把握	E
		女性	16.1%		未把握	E
	②やせの高齢者(BMI18.5未満)の割合の減少	4.5%	3%以下	未把握	E	
	③朝食をバランスよく食べている子どもの割合の増加	40.0%	100%	40.0%	C	
	④家庭でお手伝いをしている子どもの割合の増加	96.0%	100%	100%	A	
	⑤自分で調理ができる子どもの割合の増加	50.0%	100%	60.0%	B	
	⑥主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をほぼ毎日とっている人の割合	—	52%	46.8%	E	
動・身体活動	運動習慣者の割合の増加	20～64歳	43.3%	50%以上	68.1%	A
		高齢者				
こころの健康・休養	①睡眠による休養を十分とれていない人の割合の減少	11.3%	9%以下	20.2%	C	
	②自分なりのストレス解消法をもっている人の割合の減少	72.9%	86%以上	71.2%	C	
	③趣味や楽しみ、人との交流をもつ人の割合の増加(高齢者)	趣味	91.7%	95%以上	61.3%	D
		生きがい			54.3%	D
人との交流		84.4%			D	
たばこ	①成人の喫煙率の減少	16.7%	10%以下	19.6%	C	
	②日常生活で受動喫煙の機会を有する人の割合の減少	—	減少	家庭10.1%	E	
				職場24.1%		
				路上(公道)15.2%		
③公共施設の禁煙実施率の増加(敷地内禁煙) (役場、診療所、わかすぎふれあいセンター、こもれびホール、デイサービスセンター、こども園、小・中学校)	25.0%	100%	85.7%	B		
④COPD(慢性閉塞性肺疾患)を知っている人の割合の増加	—	増加	15.2%	E		
アルコール	多量(1日3合以上)飲酒する人の割合の減少	3.2%	0%	11.6%	D	

	目標項目	計画策定時	目標値	現状値	評価	
歯・口腔	①むし歯のない児の割合の増加	1歳6か月児	100%	100%	100%	A
		3歳児	100%	100%	100%	A
	②12歳児の1人平均むし歯の本数の減少		0本	0本	0本	A
	③自分の歯がある人の割合の増加	55～64歳	54.1%	75%以上	78.6%	A
		75～84歳	21.4%	55%以上	30.2%	C
	④一日2回以上歯みがきを行っている人の割合の増加		-	増加	74.7%	E
⑤歯科医師による定期的な歯科健診(1年に1回)を受けている人の割合の増加		-	増加	57.0%	E	
健 慣 診 病 ・ 予 防 生 活 習	①メタボリックシンドローム該当者・予備群の減少	26.6%	10%減少	該当者12.8% 予備群10.3%	A	
	②特定健診受診率の増加	32.6%	60%以上	49.0%	B	
	③特定保健指導利用率の増加	55.6%	60%以上	42.9%	D	
がん	①がん検診受診率の増加	胃がん検診	21.4%	26%以上	【男】7.8% 【女】19.5%	D C
		肺がん検診	28.2%	33%以上	【男】12.0% 【女】29.4%	D C
		大腸がん検診	27.4%	32%以上	【男】14.3% 【女】29.4%	D C
		子宮がん検診	23.4%	28%以上	36.6%	A
		乳がん検診	25.9%	30%以上	44.0%	A
	②要精密検査受診率の増加	胃がん検診	100%	100%	該当者がいないため	
		肺がん検診	100%	100%	該当者がいないため	
		大腸がん検診	100%	100%	100%	A
		子宮がん検診	100%	100%	該当者がいないため	
		乳がん検診	100%	100%	100%	A
自 殺 対 策 計 画	65歳以上のひとり暮らし老人の緊急通報装置設置率	58.9%	80%	評価項目変更		
	認知症サポーター養成講座受講者数	116人	170人	185人	A	
	ゲートキーパー研修受講者数	0人	10人	0人	C	
	自殺対策強化月間と自殺予防週間の周知・啓発	実施	実施	未実施	D	
	こころの相談会実施回数	3回/年	3回/年	4回/年	A	
	思春期教室実施回数	1回/年	1回/年	1回/年	A	
	新生児訪問実施率	100%	100%	100%	A	
	いじめアンケートの実施	実施	実施	実施	A	
	誰も自殺に追い込まれることない	自殺者数	0人	0人	0人	A

# 第4章 重点的に取り組む内容

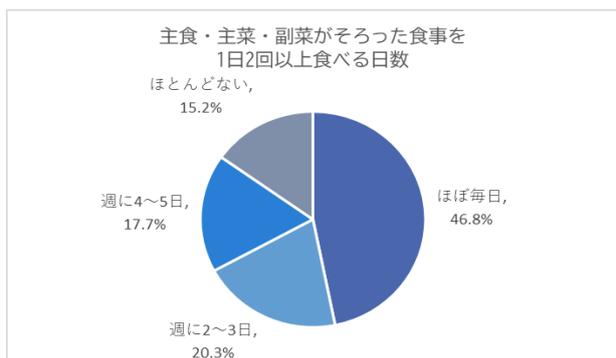
## 食・歯と口の健康づくり

### めざす姿

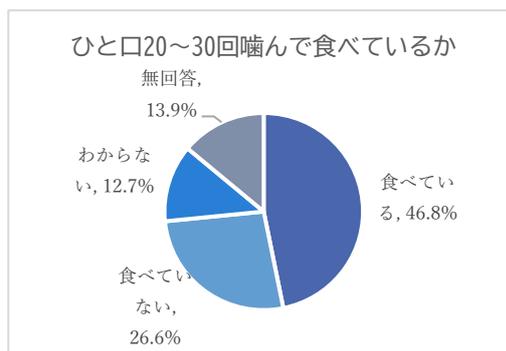
1. 食育の推進 バランス良く、健康的で楽しい食生活を実践している
2. 8020 歯や口の健康 よくかんでおいしく食べている
3. 災害への備え いつ起こるか知れない災害を意識し、非常時のための食料品を備蓄している

### 現状

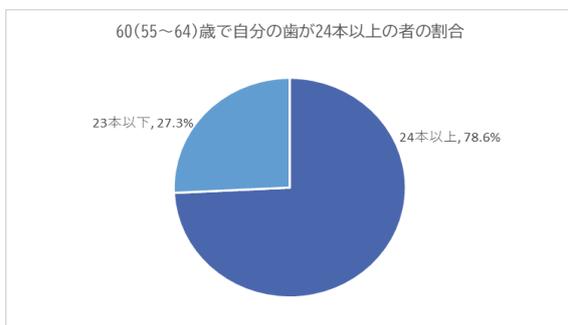
- ❖ こども園・小・中学校では、発達・発達段階に応じた指導計画を立案し、推進している。
- ❖ 20歳以上の野菜摂取量、食塩摂取量は、県内市町村と比べて少ないほうである。ただし、食塩摂取量は県の目標値よりは倍の摂取量に及んでいる。
- ❖ 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上、ほぼ毎日食べている人の割合は、アンケートの結果、県と同程度の数値である。
- ❖ メタボリックシンドローム予備群該当者が増加傾向である。
- ❖ 60歳で24本以上、80歳で20本以上、自分の歯がある人の割合は、アンケートの結果、78.6%、30.2%で県に比べて低い。
- ❖ 災害時に備え、備蓄可能な集会所と村倉庫に住民3日間分の非常食が備えられている。



【資料】くろたき健康長寿基礎調査



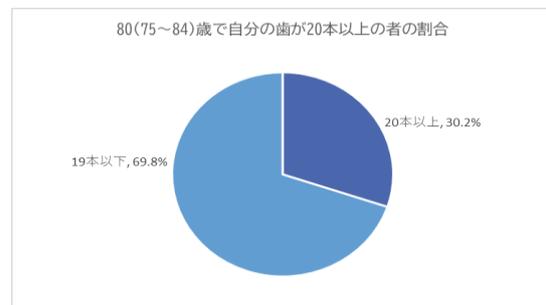
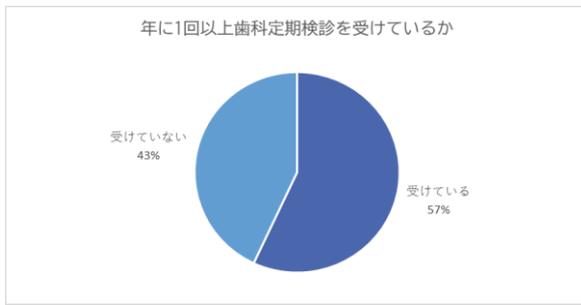
【資料】くろたき健康長寿基礎調査



【資料】くろたき健康長寿基礎調査



【資料】第9期 黒滝村 介護予防・日常生活圏域ニーズ調査



【資料】くろたき健康長寿基礎調査【資料】法定報告値

## 課題

- 食育の実践に向けて、各関係団体、各関係機関が連携した取組の充実
- 歯の健康に対する意識づくり

## ひとりひとりが暮らしのなかで心がけること

- ・ 朝ごはんを食べる。
- ・ 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事で、バランスの良い食生活をこころがける。
- ・ 旬の食べ物など、季節ごとの食事を楽しもう。
- ・ ゆっくりよくかんで食べよう。
- ・ 食べ物を無駄にしない。
- ・ 食中毒に気をつける。
- ・ 地産地消に取り組もう。
- ・ 歯に気づかい、むし歯や歯周病を予防しよう。
- ・ 災害に向けて家庭で備えよう。

## 行政・地域関係団体ができること

取組内容	主管課 関係団体
家庭、こども園、小・中学校、地域と連携した食育を推進します。 ・ 早寝早起き朝ごはんの推進 ・ こども園は発達・発育段階に応じた食育の推進（共食、食事バランス、よく噛むこと、食事のマナー、農業（野菜の栽培・収穫）体験） ・ 学校における組織的・継続的・計画的な食育の推進 ・ 給食における食物アレルギー対応 ・ 地産地消の推進 ・ 食中毒の予防 ・ 食品ロスの削減 ・ 地域における共食の場づくり	保健福祉課 教育委員会事務局 ・ こども園 ・ 小・中学校 ・ 企画政策課 ・ 林業建設課 ・ 社会福祉協議会 ・ ひまわり会 ・ 黒滝村有志の会 ・ おたがいさん ・ サロン
健康的な食生活の知識や技術の習得につながるように栄養バランス、減塩、野菜摂取の普及啓発や栄養相談を行います。	保健福祉課
歯みがき習慣やむし歯・歯周病・口腔機能低下の予防のための普及啓発を行います。 健(検)診の機会には歯の相談を行います。	保健福祉課 ・ 歯科診療所 教育委員会事務局 ・ こども園 ・ 小・中学校
災害時の食の備えにむけた普及啓発を行います。	総務課・保健福祉課

# 指標

		評価項目					ベースライン				
食	歯	評価指標	算出方法	評価時期	目標値	R3	R4	R5			
○		こども園 食育の推進	発達・発育段階に応じた食育の推進（共食、食事バランス、よく噛むこと、食事のマナー、農業（野菜の栽培・収穫）体験）	アウトプット	こども園：食育推進会議	年1回	継続実施	実施	実施	実施	
○		小・中学校 食育の推進	学校における組織的・継続的・計画的な食育の推進	アウトプット	小・中学校：食育推進会議	年1回	継続実施	実施	実施	実施	
			学校給食における地場産物の活用	アウトプット	小・中学校：食育推進会議	年1回	継続実施	実施	実施	実施	
			保護者にむけた食に関する情報発信	アウトプット	小・中学校、保健福祉課	年1回	継続実施		1回	1回	
○		乳幼児健診	栄養相談の対応割合	アウトプット	保健福祉課	年1回	100%	100%	100%	100%	
○		健康的で楽しい食生活を身につけることができる	朝食を食べている子どもの割合	アウトカム(中期)	3歳児健康診査票アンケート	年1回	100%	R6年度より設定			
			よくかんで食べる習慣のある者割合	アウトカム(中期)	3歳児健康診査票アンケート	年1回	100%	100%	100%	83.3%	
			夜10時までに就寝する子どもの割合	アウトカム(中期)	3歳児健康診査票アンケート	年1回	100%	100%	100%	100%	
			朝食を食べている児童(小5)の割合	アウトカム(中期)	文部科学省、スポーツ庁「全国体力運動能力、運動習慣等調査」：教育委員会事務局	年1回	100%	未把握	100%		
			朝食を食べている生徒(中2)の割合	アウトカム(中期)	文部科学省、スポーツ庁「全国体力運動能力、運動習慣等調査」：教育委員会事務局	年1回		未把握	50%		
○		子どものころから心身ともに健やかに過ごせる	適正体重の割合(5歳児)	アウトカム(長期)	こども園	年1回	維持	100%	100%		
			適正体重の割合(小5)	アウトカム(長期)	文部科学省、スポーツ庁「全国体力運動能力、運動習慣等調査」：教育委員会事務局	年1回		未把握	100%		
			適正体重の割合(中2)	アウトカム(長期)	文部科学省、スポーツ庁「全国体力運動能力、運動習慣等調査」：教育委員会事務局	年1回		未把握	100%		
○		健康的な食生活の知識や技術の習得につながる効果的な普及推進	広報・くろたきテレビへの掲載	アウトプット	保健福祉課	年1回	1回以上				
			サロン・通いの場等での普及啓発(※分母は毎年目標数)	アウトプット	保健福祉課	年1回	100%	100%	100%	100%	
○		個別栄養相談	相談対応件数(特定保健指導・75歳以上ハイリスクアプローチを含む)	アウトプット	保健福祉課	年1回	のべ20人		のべ18人		
○		バランスよい食生活を実践している	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をほぼ毎日とっている人の割合	アウトカム(中期)	くろたき健康長寿基礎調査	令和8～11年	60%			46.8%	
			メタボリックシンドロームの該当者・予備群の割合	アウトカム(中期・長期)	法定報告値	年1回	10%以下		10.3%		
			1日あたりの食塩摂取量	アウトカム(中期)	令和3年度 奈良県県民健康・食生活実態調査 報告書(令和4年3月)	令和8年	減塩もされ目標値に近づいている	【男性】			
			県の目標値 7g未満（「日本人の食塩摂取量2020年版」において、生活習慣病の予防の観点から）					13.9g			
		1日あたりの野菜摂取量	アウトカム(中期)	令和3年度 奈良県県民健康・食生活実態調査 報告書(令和4年3月)	令和8年	摂取量の増加および350g以上の摂取を目指す	【女性】				
		県の目標値 350g以上					229g				

		評価項目				ベースライン				
食	歯	評価指標	算出方法	評価時期	目標値	R3	R4	R5		
	○	乳幼児健診(歯科相談)の実施	乳幼児健診における歯科相談の対応割合	アウトプット	保健福祉課	年1回	継続実施	100%	100%	100%
	○	3歳児フッ化物塗布の実施	3歳児フッ化物塗布受診率	アウトプット	保健福祉課	年1回	継続実施	100%	100%	100%
	○	こども園健康教室(むし歯予防と歯みがき)	こども園歯みがき教室の実施回数	アウトプット	保健福祉課	年1回	継続実施	1回	1回	1回
	○	小中学校歯みがき指導の実施	小中学校歯みがき指導実施校数	アウトプット	小・中学校	年1回	継続実施	1校	1校	1校
	○	保護者にむけた歯科口腔に関する情報発信(学校保健委員会)	すこやか会議(学校保健委員会)における健康教育	アウトプット	小・中学校、保健福祉課	年1回	継続実施	1回	1回	1回
	○	歯を守る方法を取り入れている	仕上げ磨きをしている保護者の割合(乳児)	アウトカム(中期)	乳児健康診査票アンケート	年1回	100%	100%	100%	100%
仕上げ磨きをしている保護者の割合(1.6歳児)			アウトカム(中期)	1.6歳児健康診査票アンケート	年1回	100%	100%	100%	100%	
仕上げ磨きをしている保護者の割合(3歳児)			アウトカム(中期)	3歳児健康診査票アンケート	年1回	100%	100%	100%	100%	
よく噛んで食べているこどもの割合			アウトカム(中期)	3歳児健康診査票アンケート	年1回	100%	100%	100%	83.3%	
	○	幼児のむし歯予防ができていない	むし歯のない1歳6か月児の割合	アウトカム(長期)	1.6歳児健康診査票アンケート	年1回	100%	100%	100%	100%
むし歯のない3歳児の割合			アウトカム(長期)	3歳児健康診査票アンケート	年1回	100%	100%	100%	100%	
	○	学童期のむし歯予防ができていない	12歳時の一人平均むし歯本数	アウトカム(長期)	小学校	年1回	0本	0.67本	0本	0.60本
	○	妊婦歯科健診の実施	妊婦歯科健診の受診割合	アウトプット	保健福祉課	年1回	50%	0%	0%	40.0%
	○	歯周疾患検診	歯周疾患検診受診率(国保)	アウトプット	保健福祉課	年1回	10%	7.3%	9.1%	4.5%
	○	後期高齢者歯科健康診査	後期歯科健診受診率	アウトプット	保健福祉課	年1回	増加		4.6%	0.2%
	○	オーラルフレイルに関する健康教育	誤嚥にナラ身体操実施率	アウトプット	保健福祉課	年1回	増加	2地区	4地区	8地区
	○	個別アプローチによる保健指	75歳以上	アウトプット	保健福祉課	年1回	継続実施	実施	実施	実施
	○	歯科相談	40歳以上(歯周疾患検診後、後期高齢者歯科健診後、通いの場)	アウトプット	保健福祉課	年1回	増加		20人	24人
	○	1年以内に歯科検診を受けている	過去1年以内に健診を受けている者の割合	アウトカム(中期)	くろたき健康長寿基礎調査	令和8~11年	増加			57.0%
	○	よく噛んで食べることができる	時間をかけてよく噛んでたべている者の割合	アウトカム(中期)	くろたき健康長寿基礎調査	令和8~11年	60%			46.8%
半年前に比べて固いものが食べにくくなった高齢者の割合			アウトカム(中期)	介護予防・日常生活圏域二ニズ調査	令和8年	28%			29.0%	
お茶や汁物でむせることがある高齢者の割合			アウトカム(中期)	介護予防・日常生活圏域二ニズ調査	令和8年	23%			23.7%	
	○	高齢者が健康に安心して暮らしている	フレイル該当者が減少している	アウトカム(長期)	KDB二次加工ツール(一体的実施・KDB活用支援ツール)	年1回	減少		11.7%	
	○	むし歯や歯周病のない健康的な歯を維持し、いつでもおいしく楽しく食べられる	自分の歯の割合(60歳で24本以上)	アウトカム(長期)	くろたき健康長寿基礎調査	令和8~11年	80%			78.6%
自分の歯の割合(80歳で20本以上)			アウトカム(長期)	介護予防・日常生活圏域二ニズ調査	令和8年	35%			30.2%	
	○	災害時の備えの推進	広報への掲載等	アウトプット	保健福祉課	年1回	1回以上の実施	1回	0回	1回
	○	食品ロスの削減の推進	食品ロスの削減の推進(フードドライブ)	アウトプット	社会福祉協議会	年1回	実施	2回	1回	1回
	○	いつ起こるか知れない災害を意識し、非常食のための食料品を備蓄している	バランスよく組み合わせた非常食の備蓄状況	アウトカム(中期)	総務課		備蓄可能な集会所と村倉庫に住民3日分のバランスよく組み合わせた非常食の備えができていない	備蓄可能な集会所と村倉庫に住民3日分の備えはできている。		
	○	災害時に備えることができる	災害時に備え、3日以上食料を常に確保している	アウトカム(長期)	総務課・世帯別アンケート		増加		38.1%	

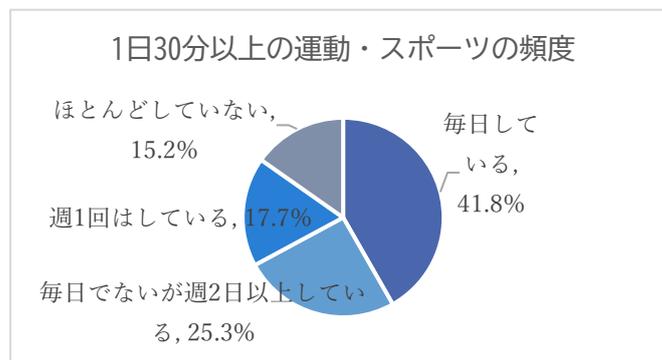
# 健康づくりのための身体活動・運動

## めざす姿

1. 日常生活の中で自分に合った身体活動・運動を継続的に実践している
2. 子どもの頃から運動や身体を動かす習慣を身につけている

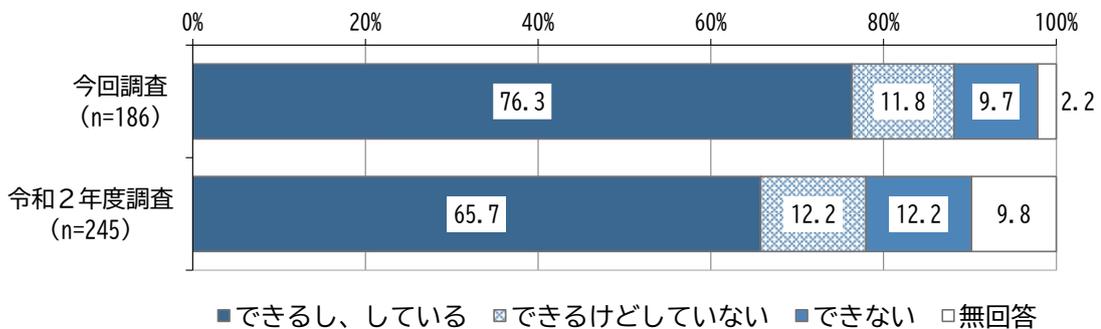
## 現状

- ❖ スポーツ推進員活動でこどもから大人までスポーツに親しむ機会がある。
- ❖ こもれびクラブなど運動ができるよう施設整備が進んだとともに、同じ運動やレクリエーションを積極的に楽しむ仲間同士のグループ活動や日常生活活動者が多く、運動習慣者の割合は、県よりも高い数値である。
- ❖ 虚弱な高齢者でも可能な体操を実施する「住民運営の通いの場」ができた。
- ❖ 元気ふれあい活動ポイント制度を活用し、高齢者の活動も増えている。



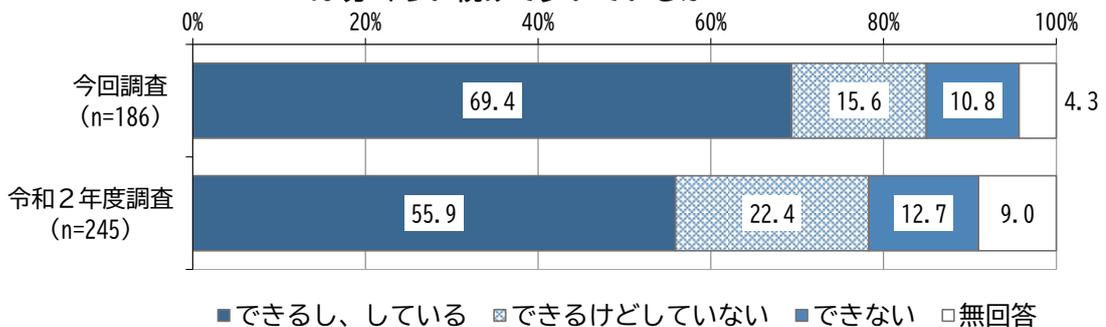
【資料】くろたき健康長寿基礎調査

### 椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか



【資料】介護予防・日常生活圏域ニーズ調査

### 15分くらい続けて歩いているか



【資料】介護予防・日常生活圏域ニーズ調査

## 課題

- 安全な公共施設環境で、身体活動・運動が気軽にできるように普及啓発と環境整備が継続的に必要。

## ひとりひとりが暮らしのなかで心がけること

- ・ 家族や仲間とスポーツやレクリエーションを楽しもう。
- ・ 可能なことから今より少しでも多く身体を動かそう。  
目安は、家事や散歩、畑仕事などの生活場面も含めて、1日30分以上。
- ・ 有酸素運動や筋力トレーニング、バランス運動などの多要素な運動を行おう。

## 行政・地域関係団体ができること

取組内容	主管課 関係団体
ライフステージに応じて、身体を動かすことができる機会や情報の提供を行い、運動の大切さについて普及啓発します。 <ul style="list-style-type: none"><li>・ムーブメント</li><li>・療育支援教室</li><li>・思春期教室</li><li>・すこやか会議</li><li>・個別相談（特定保健指導・75歳以上ハイリスクアプローチを含む）</li><li>・運動・活動習慣化のための普及啓発（おでかけ健康法の推進）</li><li>・身体活動のチェックの機会</li></ul>	保健福祉課 教育委員会事務局 社会福祉協議会
いつでもだれもが気軽にスポーツやレクリエーションに親しめる環境づくりを推進します。 <ul style="list-style-type: none"><li>・スポーツ施設の整備</li><li>・生涯スポーツの推進</li><li>・スポーツ推進委員によるレクリエーションスポーツの推進</li><li>・サロン・通いの場等での運動普及啓発</li><li>・運動・レクリエーション活動の機会の推進</li></ul>	教育委員会事務局 スポーツ推進員 保健福祉課 社会福祉協議会

## 指標

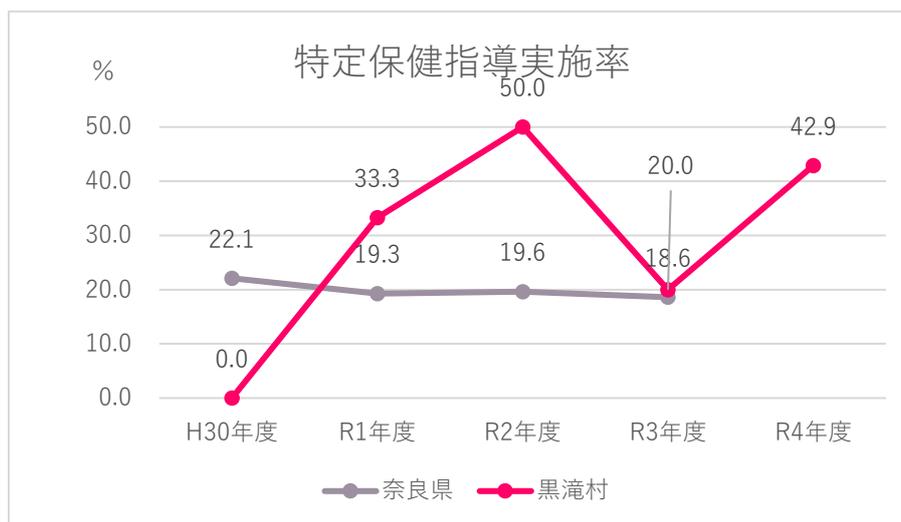
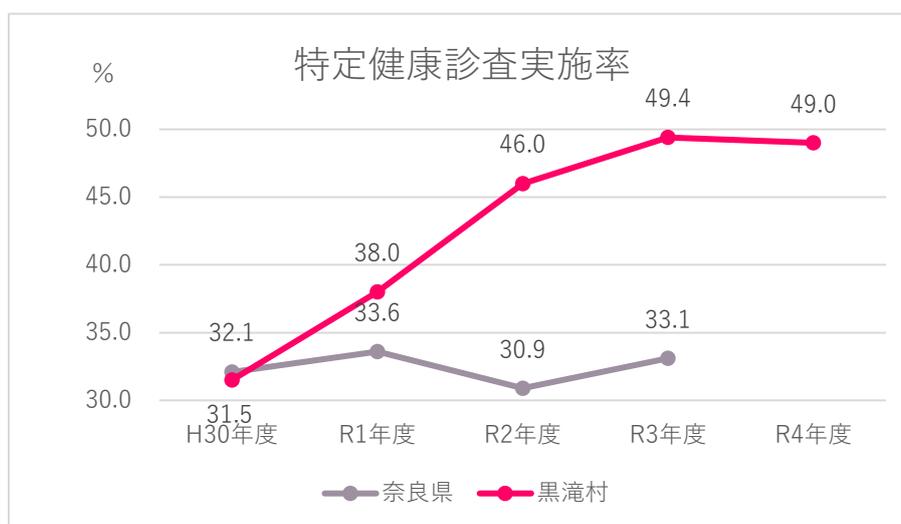
		評価項目				ベースライン			
運動	評価指標	算出方法	評価時期	目標値	R3	R4	R5		
○	ムーブメント	乳幼児の想像性や動きを引き出せる楽しい運動体験ができる機会	アウトプット	保健福祉課・こども園	年1回	継続実施	実施	実施	実施
○	療育支援教室	教諭・保育者が乳幼児の発達に応じた活動を学ぶ機会	アウトプット	保健福祉課・こども園・小・中学校	年1回	継続実施	実施	実施	実施
○	思春期教室	運動習慣の必要性を知る機会	アウトプット	小・中学校・保健福祉課	年1回	継続実施	実施	実施	実施
○	すこやか会議	運動習慣の必要性を知る機会	アウトプット	小・中学校・保健福祉課	年1回	継続実施	実施	実施	実施
○	子どもが楽しく身体を動かしている	運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをすることは好きな児童の割合(小5)	アウトカム(中期)	文部科学省、スポーツ庁「全国体力運動能力、運動習慣等調査」：教育委員会事務局	年1回	100%	未把握	100%	
		運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをすることは好きな児童の割合(中2)	アウトカム(中期)	文部科学省、スポーツ庁「全国体力運動能力、運動習慣等調査」：教育委員会事務局	年1回	100%	未把握	100%	
		一週間の総運動時間が60分未満の児童の割合(小5)	アウトカム(中期)	文部科学省、スポーツ庁「全国体力運動能力、運動習慣等調査」：教育委員会事務局	年1回	0%	未把握	0%	
		一週間の総運動時間が60分未満の児童の割合(中2)	アウトカム(中期)	文部科学省、スポーツ庁「全国体力運動能力、運動習慣等調査」：教育委員会事務局	年1回	0%	未把握	0%	
○	子どものころから心身ともに健やかに過ごせる	適正体重の割合(5歳児)	アウトカム(長期)	こども園	年1回	維持	未把握	100%	
		適正体重の割合(小5)	アウトカム(長期)	文部科学省、スポーツ庁「全国体力運動能力、運動習慣等調査」：教育委員会事務局	年1回		未把握	100%	
		適正体重の割合(中2)	アウトカム(長期)	文部科学省、スポーツ庁「全国体力運動能力、運動習慣等調査」：教育委員会事務局	年1回		未把握	100%	
○	個別相談	相談対応件数(特定保健指導・75歳以上ハイリスクアプローチを含む)	アウトプット	保健福祉課	年1回	のべ20人		のべ18人	
○	運動・活動習慣化のための普及啓発(おでかけ健康法の推進)	広報・くろたきテレビへの掲載	アウトプット	保健福祉課	年1回	継続実施	R6年度より設定		
○	身体活動のチェックの機会	測定会の実施	アウトプット	保健福祉課	年1回	継続実施	未実施	実施	実施
○	スポーツ施設の整備	通いの場等における体力測定	アウトプット	保健福祉課	年1回	のべ40人	のべ15人	のべ50人	のべ55人
○	生涯スポーツの推進	こもれびクラブ利用者数	アウトプット	教育委員会事務局	年1回	増加	7人/日平均		
○	生涯スポーツの推進	生涯学習講座活動・運動事業の実施	アウトプット	教育委員会事務局	年1回	継続実施	実施	実施	実施
○	スポーツ推進委員によるレクリエーションスポーツの推進	スポーツ推進のための事業の実施	アウトプット	教育委員会事務局	年1回	継続実施	実施	実施	実施
○	サロン・通いの場等での運動普及啓発	サロン・通いの場等でのいきいき百歳体操の参加実人数	アウトプット	保健福祉課	年1回	のべ650人	のべ320人	のべ718人	のべ800人
○	運動・レクリエーション活動の機会の推進	元気ふれあい活動ポイント制度・運動・レクリエーション活動等の登録団体数	アウトプット	保健福祉課	年1回	増加	11団体	8団体	11団体
○	自分に適した運動を継続的に実践できている	運動習慣のある人の割合	アウトカム(中期)	くろたき健康長寿基礎調査	令和8～11年	増加			68.1%
		メタボリックシンドロームの該当者・予備群の割合	アウトカム(中期・長期)	法定報告値	年1回	10%以下		10.3%	
		椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっている人の割合	アウトカム(中期)	介護予防・日常生活圏域ニーズ調査	令和8年	増加			59.7%
		15分くらい続けて歩いているか	アウトカム(中期)	介護予防・日常生活圏域ニーズ調査	令和8年	増加			69.4%
○	高齢者が健康に安心して暮らしている	要介護認定者の有病率(筋・骨疾患の割合)	アウトカム(長期)	KDBトップページ→	年1回	低下		50.5%	
		フレイル該当者数	アウトカム(長期)	KDB二次加工ツール(一体的実施・KDB活用支援ツール)	年1回	減少		11.7%	

## めざす姿

1. 健(検)診受診の促進
2. 生活習慣病の予防

## 現状

- ❖ 集団がん検診および特定健診は、無料で受けられることと診療所との連携や個別案内等の啓発活動で年1回の集団健(検)診で多数の受診者を対応できている。
- ❖ がん検診の受診率は国の目標値の受診率 50%には、肺がん検診のみ到達しているため、引き続きがん検診受診の重要性を啓発していく必要がある。
- ❖ 特定健診受診率は向上し、特定保健指導は対象者が生活習慣病以外の治療を優先されることと対象者が少ないこともあり、実施率が年によりばらつくが、県と同程度～高い数値である。



【資料】法定報告（特定健診等データ管理システム）特定健診・特定保健指導実施結果報告

## 課題

- 健(検)診を受けやすい環境の整備と健康づくりに関心のない層への受診に対する意識啓発
- 生活習慣病の発症と重症化予防の取組の推進

## ひとりひとりが暮らしのなかで心がけること

- ・ 自分の健康状態を知る機会を持つ。
- ・ 健診を受ける機会を知り、積極的に受けよう。
- ・ 生活習慣病を知り、予防のために取り組もう。
- ・ たばこの身体への影響を知ろう。

自分のまわりにいる大切な人たちをたばこの煙にさらさせないように工夫しよう。

## 行政・地域関係団体ができること

取組内容	主管課 関係団体
<p>継続的に健(検)診無料化※1 することで、生活習慣病の発症を早期から予防し、若いうちから健康意識の向上及びを健(検)診受診の習慣化へつなげます。</p> <p>※1 一部個別がん検診、人間ドックを除く</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 特定健診の個別案内</li> <li>・ 集団特定健診とがん検診の同時実施（胃・肺・大腸・子宮・乳がん）検診・肝炎ウイルス検診の実施</li> <li>・ 後期高齢者健診の個別案内</li> <li>・ 健診受診ポイント</li> <li>・ がん検診精密検査受診勧奨の実施</li> </ul>	<p>保健福祉課 診療所 歯科診療所</p>
<p>生活改善にむけてモチベーションを高められる保健指導を診療所と連携して推進します。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 重症化予防事業 （糖尿病性腎重症化予防・生活習慣病等の重症化予防）</li> </ul>	<p>保健福祉課 診療所</p>
<p>生活習慣病に関する知識や定期受診にむけて普及啓発します。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 健診(検診)の普及啓発</li> </ul>	<p>保健福祉課 診療所</p>
<p>喫煙が及ぼす害と禁煙のメリットに関する情報提供、受動喫煙の防止と公共施設での全面禁煙の推進を促進します。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 乳幼児健診の相談で禁煙指導の実施</li> <li>・ 思春期教室(たばこ・アルコール・薬)の実施</li> <li>・ 世界禁煙デーの普及啓発</li> <li>・ 受動喫煙防止の普及啓発</li> <li>・ COPD の知識の普及啓発</li> </ul>	<p>総務課 保健福祉課</p>
<p>禁煙支援を実施するとともに、診療所を含めた禁煙支援医療機関につなげます。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 喫煙をやめたい人(集団健診受診者のうち 40～50 代) への禁煙指導の実施</li> <li>・ 禁煙支援医療機関・禁煙支援薬局の周知</li> </ul>	<p>保健福祉課</p>

# 指標

予防	たばこ	評価指標			算出方法	評価時期	目標値	ベースライン		
								R3	R4	R5
○		特定健診の個別案内	特定健診の通知	アウトプット	保健福祉課	年1回	継続実施	実施	実施	実施
○		集団特定健診とがん検診の同時実施（胃・肺・大腸・子宮・乳がん）検診・肝炎ウイルス検診の実施	集団健診の案内通知	アウトプット	保健福祉課	年1回	継続実施	実施	実施	実施
○		後期高齢者健診の個別案内	後期高齢者健診の通知	アウトプット	保健福祉課	年1回	継続実施	実施	実施	実施
○		健診受診ポイント	元気ふれあい活動ポイント制度事業活用数	アウトプット	保健福祉課	年1回				
○		がん検診精密検査受診勧奨の実施	がん検診精密検査受診勧奨通知	アウトプット	保健福祉課	年1回	継続実施	実施	実施	実施
○		重症化予防事業 ①糖尿病性腎重症化予防 ②生活習慣病等の重症化予防		アウトプット	保健福祉課	年1回	継続実施	実施	実施	実施
○		健診(検診)の普及啓発	広報・ホームページ掲載 案内通知ハリーフレットを封入	アウトプット アウトプット	保健福祉課 保健福祉課	年1回 年1回	継続実施 40～74歳全員	実施 未実施	実施 未実施	実施 未実施
○		年1回特定健診を受け、健康的な生活習慣が維持・改善できている。	特定健診受診率	アウトカム(中期)	法定報告(特定健診等データ管理システム)	年1回	50.5%	49.4%	49.0%	
			特定保健指導実施率	アウトカム(中期)	特定健診・特定保健指導実施結果報告	年1回	42.9%	20.0%	42.9%	
			後期高齢者健診受診率	アウトカム(中期)		年1回	30%	29.1%	28.8%	
○		がん検診が定期的を受診できている。	胃がん検診受診率	アウトカム(中期)	地域保健・健康増進事業報告	年1回	20%	14.2%	15.3%	
			肺がん検診受診率	アウトカム(中期)		年1回	増加	30.7%	67.9%	
			大腸がん検診受診率	アウトカム(中期)		年1回	50%	19.2%	48.5%	
			子宮がん検診受診率	アウトカム(中期)		年1回	45%	29.1%	42.3%	
			乳がん検診受診率	アウトカム(中期)		年1回	増加	32.7%	60.0%	
○		精密検査が必要な人が受けることができる。	胃がん検診精密検査受診率	アウトカム(中期)	地域保健・健康増進事業報告	年1回	100%	該当なし		
			肺がん検診精密検査受診率	アウトカム(中期)		年1回	100%	該当なし		
			大腸がん検診精密検査受診率	アウトカム(中期)		年1回	100%	100%		
			子宮がん検診精密検査受診率	アウトカム(中期)		年1回	100%	該当なし		
			乳がん検診精密検査受診率	アウトカム(中期)		年1回	100%	100%		
○		対象者が事業を活用し重症化を予防することができる。	重症化予防における介入率	アウトカム(中期)		年1回				

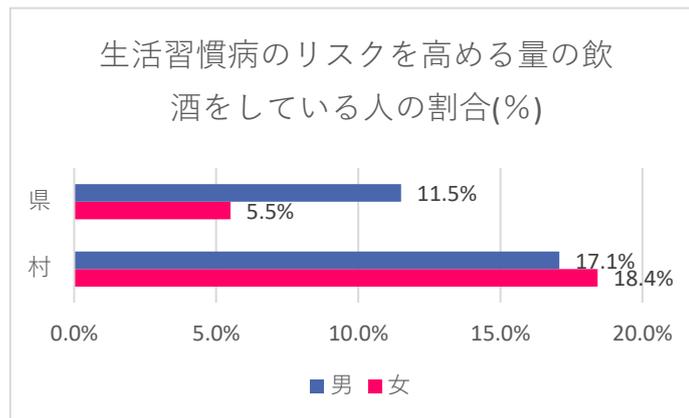
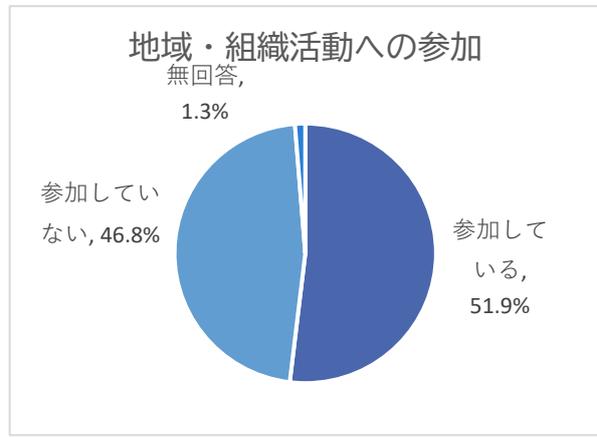
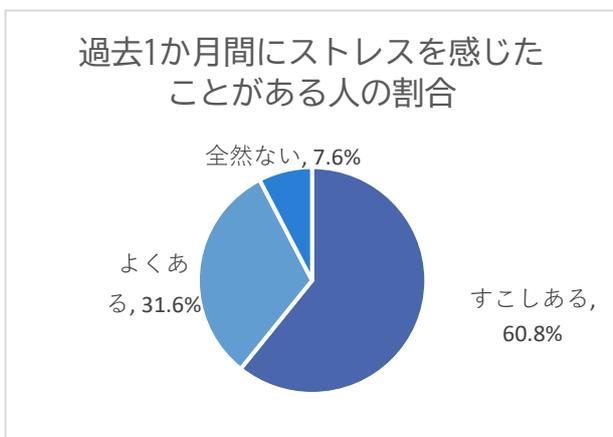
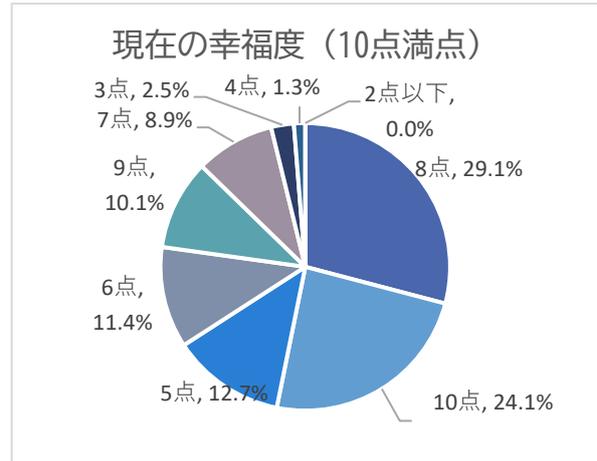
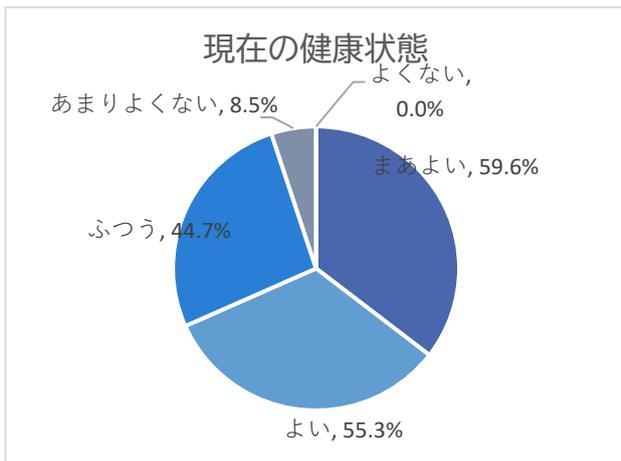
予防	たばこ	評価指標	算出方法	評価時期	目標値	ベースライン				
						R3	R4	R5		
	○	乳幼児健診の相談で禁煙指導の実施	乳幼児健診時、喫煙家庭への指導	アウトプット	保健福祉課	年1回	継続実施	実施	実施	実施
	○	思春期教室(たばこ・アルコール・薬)の実施	小5~中学3年生への3年に1度実施	アウトプット	保健福祉課	年1回	実施	未実施	未実施	未実施
	○	世界禁煙デーの普及啓発	広報・テレビ・ホームページへの掲載	アウトプット	保健福祉課	年1回	実施	実施	実施	実施
	○	受動喫煙防止の普及啓発	広報・テレビ・ホームページへの掲載	アウトプット	保健福祉課	年1回	実施	実施	実施	実施
	○	COPDの知識の普及啓発	広報・テレビ・ホームページへの掲載	アウトプット	保健福祉課	年1回	実施	未実施	未実施	未実施
	○	喫煙しない	喫煙率	アウトカム(中期)	なら健康長寿基礎調査	年1回	減少		19.6%	
	○	たばこに害があると認識できる	たばこに害があると認識している児童・生徒の割合	アウトカム(中期)	保健福祉課、小・中学校	年1回	100%	未実施	未実施	未実施
	○		日常生活で受動喫煙の有する人の割合 家庭			令和8~11年	減少			10.1%
	○	望まない受動喫煙にあわない	日常生活で受動喫煙の有する人の割合 職場	アウトカム(中期)	くろたき健康長寿基礎調査	令和8~11年	減少			24.1%
	○		日常生活で受動喫煙の有する人の割合 路上(公道)			令和8~11年	減少			15.2%
	○	COPD(慢性閉塞性肺疾患)を正しく理解している	COPDとはどのような病気か知っている人の割合	アウトカム(中期)	くろたき健康長寿基礎調査	令和8~11年	増加			15.2%
	○	喫煙をやめたい人(集団健診受診者のうち40~50代)への禁煙指導の実施	禁煙指導実施数	アウトプット	保健福祉課	年1回	実施	0件	0件	0件
	○	禁煙支援医療機関・禁煙支援薬局の周知	広報・ホームページに掲載、禁煙支援ツールの設置結果通知と同封	アウトプット	保健福祉課	年1回	実施	未実施	未実施	未実施
	○	喫煙をやめたい人が禁煙できる	40・50代で集団健診受診者のうち、たばこをやめたい人のうち禁煙支援に至った数	アウトカム(中期)	保健福祉課	年1回		R6年度設定		
○	○	生活習慣病の重症化を予防できる	HbA1c8.0%以上の者の割合	アウトカム(中期・長期)	KDBトップページ→「健診対象者の絞り込み」→「健診ツリー図	年1回				
			新規人工透析導入患者数	アウトカム(中期・長期)		年1回				
			健診受診者のうち未治療者の割合 血圧160/100以上 HbA1c7.0以上 LDL180以上 中性脂肪500以上 eGFR45未満	アウトカム(中期・長期)	KDBトップページ	年1回	0%	0%	0%	
			心疾患のSMR(男性)	アウトカム(長期)	奈良県→保健福祉課	年1回	100未満	74.9		
		心疾患のSMR(女性)	アウトカム(長期)	奈良県→保健福祉課	年1回	100未満	148.5			
○	○	がんにならない、がんで若い人が亡くならない	胃がんのSMR(男性)	アウトカム(長期)	奈良県→保健福祉課	年1回	100未満	135.9		
			胃がんのSMR(女性)	アウトカム(長期)	奈良県→保健福祉課	年1回	100未満	129.5		
			肺がんのSMR(男性)	アウトカム(長期)	奈良県→保健福祉課	年1回	100未満	77.4		
			肺がんのSMR(女性)	アウトカム(長期)	奈良県→保健福祉課	年1回	100未満	282.7		
			大腸がんのSMR(男性)	アウトカム(長期)	奈良県→保健福祉課	年1回	100未満	0.0		
			大腸がんのSMR(女性)	アウトカム(長期)	奈良県→保健福祉課	年1回	100未満	172.7		
			子宮頸がんのSMR(女性)	アウトカム(長期)	奈良県→保健福祉課	年1回	100未満	0.0		
			乳がんのSMR(女性)	アウトカム(長期)	奈良県→保健福祉課	年1回	100未満	177.6		

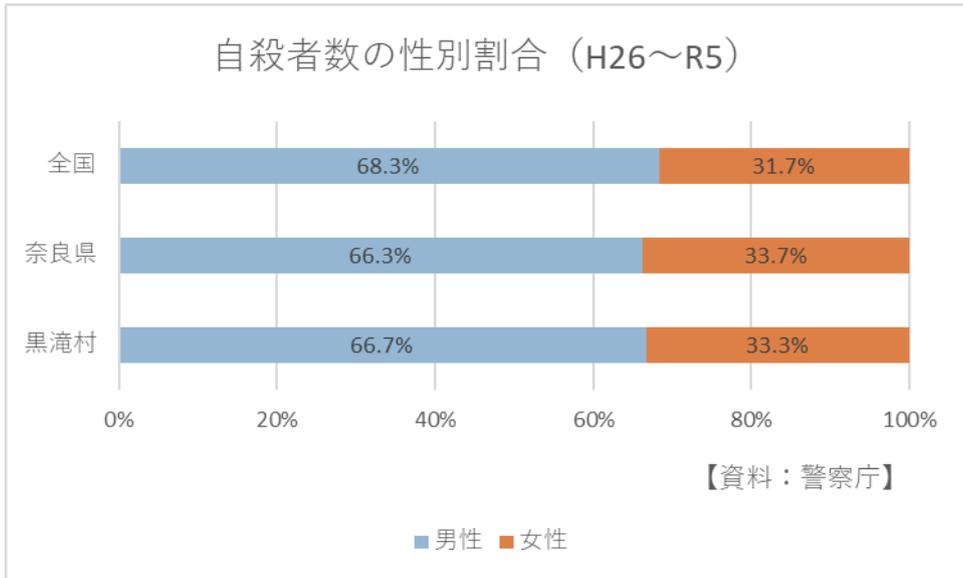
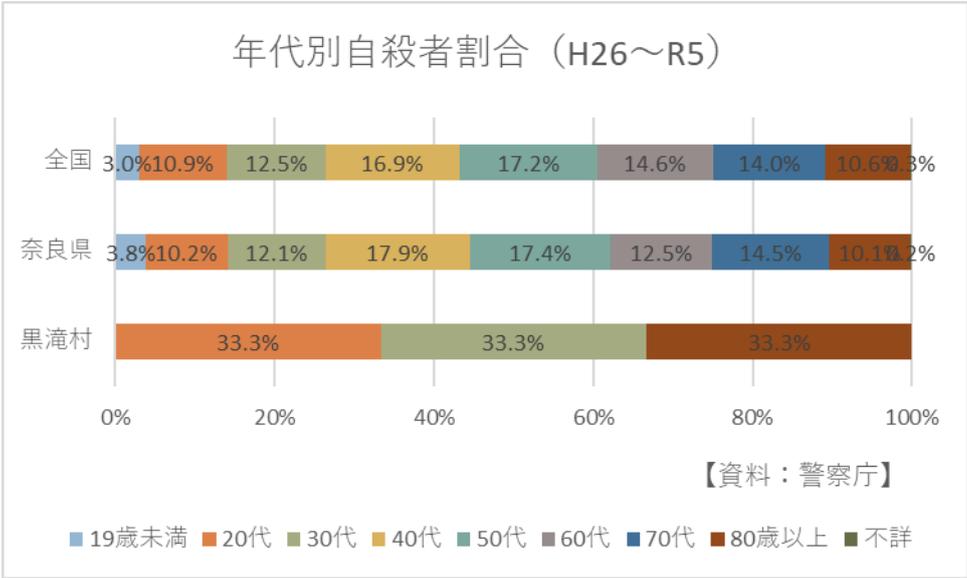
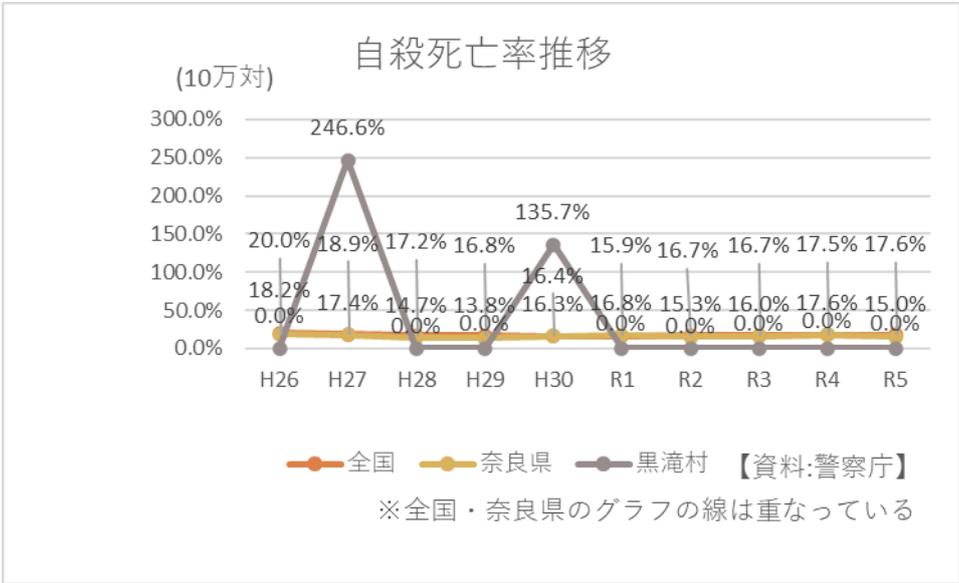
### めざす姿

1. 休養やストレス解消を日常生活の中に取り入れ、日頃のストレスと上手につきあっている
2. 主体的かつ自発的に、趣味や運動・スポーツ、趣味活動、地域活動等に取り組むことで、地域や社会とのつながりを持ち、支え合い、社会参加し、いきいきと活動している
3. 適正飲酒の心がけ
4. だれもが自殺に追い込まれることのないむらづくり

### 現状

- ❖ 子育て世代の不安や悩みの相談を保健師、こども園教諭、小・中学校教諭と連携して対応している。
- ❖ 通いの場やちょっとよろカフェなど住民同士の見守り活動やつながりが活発になってきている。
- ❖ 過去1ヶ月間でストレスを感じたと回答した人の割合は、県よりも高い数値である。
- ❖ 自分なりのストレス対処法をもっている人の割合は、県と同程度の数値である。
- ❖ 地域や組織での活動に約半分以上の20歳以上の方が参加している。
- ❖ 生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人は県に比べると多い。
- ❖ 自殺の現状は、平成26年～平成30年の5年間において、平成27年に2名、平成30年に1名、計3名の自殺者がいる。令和元年～令和5年の5年間の自殺者数は0人である。黒滝村は極めて小規模人口のため、統計から村の特徴を見出すのは困難である。また、人口が少ないため自殺者が1名でもいると、自殺率が奈良県や全国に比べるときわめて高くなる。





## 課題

- 関係機関、専門職も連携した支援の充実
- つながることを意識した住民同士の活動

## ひとりひとりが暮らしのなかで心がけること

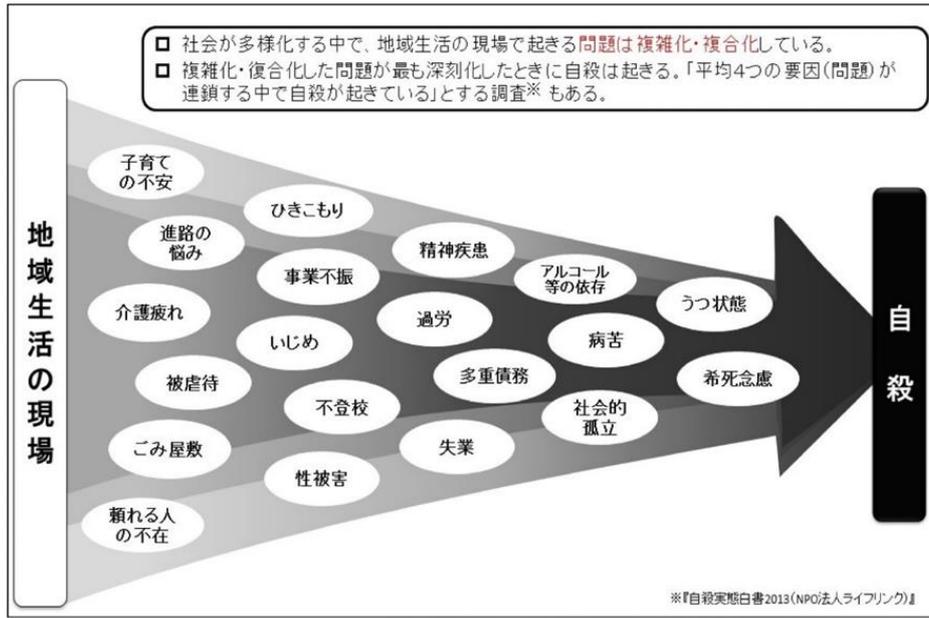
- ・ 良い睡眠でからだもこころも大事にしよう。
- ・ 自分のこころの状態に気づき、早めに対処し、必要な時は誰かに相談しよう。
- ・ 子どもの頃から日々の活動の中で、「わかる」「わかった」「できる」「できた」「やれる」「やったー」という達成感・満足感を大切にしよう。
- ・ 家族や仲間と自然や文化に触れ、生涯学習などを通じて、生活に張りを与えよう。
- ・ 多量飲酒を避け、節度ある適度な飲酒を心がけよう。(20歳以上)
- ・ 自殺対策に関心を持ち、理解を深めよう。
- ・ 身近な人が悩んでいたら、やさしく声をかけてあげよう。

## 行政・地域関係団体ができること

取組内容	主管課 関係団体
交流の場や社会活動の推進 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 地域交流活動の参加（元気ふれあい活動ポイント制度事業）</li> <li>・ 生涯学習講座</li> <li>・ 住民同士の見守り活動・つながりの場</li> <li>・ 親子で集い、楽しく交流できる場（ひなっこキッズ）</li> </ul>	総務課 企画政策課 保健福祉課 教育委員会事務局 社会福祉協議会 ・ 地域包括支援センター
常時から相談しやすい環境を推進 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 行政相談、職員の健康管理</li> <li>・ 人権相談、消費者相談・情報提供</li> <li>・ 地域産業の支援</li> <li>・ 公営住宅の管理・公募</li> <li>・ 健康に関する相談</li> <li>・ 子育て世代の相談</li> <li>・ 障害者相談</li> <li>・ 高齢者相談</li> </ul>	総務課 住民生活課 企画政策課 林業建設課 保健福祉課 ・ 子育て包括支援センター 社会福祉協議会 ・ 地域包括支援センター
相互の連携の推進 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ こども園、小・中学校、保健福祉課、教育委員会事務局の連携</li> <li>・ 区長会、民生児童委員定例会</li> </ul>	総務課、保健福祉課
正しい知識の普及とSOSの出し方に対する教育の推進 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 普及啓発活動の推進（広報誌・ホームページの充実、同和・人権啓発、消費者教育・啓発）</li> <li>・ 飲酒による健康影響についての普及啓発</li> <li>・ 児童・生徒のこころの相談ができる</li> <li>・ 学校以外の場で相談できる機会</li> <li>・ 思春期教室（いじめを含む）、小・中学校に対するいじめアンケートの実施、スクールカウンセリングの実施</li> </ul>	総務課 住民生活課 保健福祉課 教育委員会事務局

【自殺の危機要因イメージ図（厚生労働省資料）】

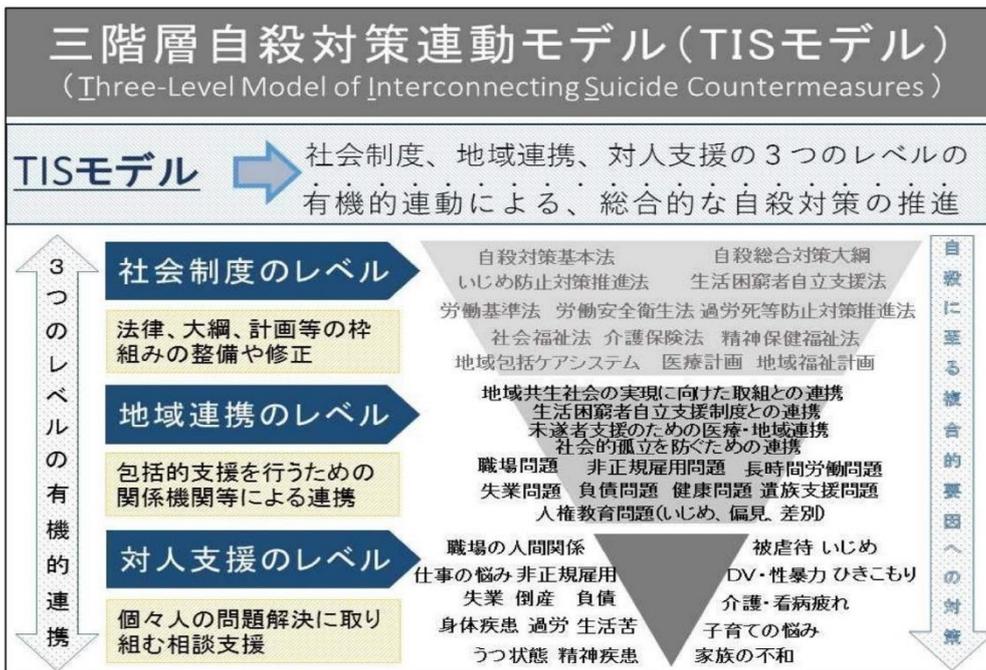
『うつ病』は自殺の「原因」であると同時に、他の危機要因が連鎖した末の「結果」でもあります。自殺の危機要因は、それ単独で自殺の要因となっているわけではなく、自殺で亡くなるときには、一人あたり平均4つの危機要因を抱えていたと言われています。



自殺の危機要因イメージ図（厚生労働省資料「市町村自殺対策計画策定の手引」より引用）

【対応の段階に応じたレベルごとの対策の効果的な連動】

問題を抱え「うつ状態」になっている方は、自らの困難さを発信することが難しくなるため、窓口に来たかたの様子に「気づく」ことが大切です。自殺を防ぐためには、自殺の危険性が高い方を早期に発見し、早期に支援につなげるための、関係 部署の連携が重要です。



三階層自殺対策連動モデル（自殺総合対策推進センター資料）

指標

			評価項目					ベースライン			
ところ	アルコール	自殺対策	評価指標		算出方法	評価時期	目標値	R3	R4	R5	
○		○	地域交流活動の参加	元気ふれあい活動ポイント制度活用率（60歳以上）	アウトプット	保健福祉課	年1回	増加	24.1%	25.5%	27.3%
○		○	住民交流の機会・社会活動の機会	生涯学習講座	アウトプット	教育委員会事務局	年1回	継続実施	実施	実施	実施
○		○	住民同士の見守り活動・つながりの場	元気ふれあい活動ポイント制度・登録団体数およびちょっとよるカフェ等	アウトプット	保健福祉課・地域包括支援センター	年1回	増加	11団体	8団体	11団体
○		○	親子で集い、楽しく交流できる場	未就園児の子どもがいる家庭・妊婦のひなっこキッズ開催回数	アウトプット	保健福祉課	年1回	6回	6回	6回	6回
	○		特定健診対象者に適正飲酒の普及啓発	特定健診受診者に適正飲酒の普及啓発コメント結果通知と同封	アウトプット	保健福祉課	年1回	継続実施	実施	実施	実施
		○	行政相談		アウトプット	総務課	年1回	継続実施	実施	実施	実施
		○	職員の健康管理		アウトプット	総務課	年1回	継続実施	実施	実施	実施
		○	人権相談		アウトプット	住民生活課	年1回	継続実施	実施	実施	実施
		○	消費者相談・情報提供		アウトプット	住民生活課	年1回	継続実施	実施	実施	実施
		○	地域産業の支援		アウトプット	企画政策課	年1回	継続実施	実施	実施	実施
		○	公営住宅の管理・公募		アウトプット	林業建設課	年1回	継続実施	実施	実施	実施
○		○	相談	民生児童委員の相談・訪問	アウトプット	保健福祉課	年1回	継続実施	実施	実施	実施
○	○	○	健康に関する相談 子育て世代の相談 障害者相談 高齢者相談	相談 ・保健福祉課・保健師の体制・臨床心理への相談の機会 ・地域包括支援センター ・診療所 ・生活相談支援センター（のどか）	アウトプット	保健福祉課	年1回	医療福祉体制の確保	実施	実施	実施
○	○	○	心豊かに暮らしている	過去1か月間でストレスを感じたことがある者の割合 この1か月間、気分が沈んだり、ゆううつな気持ちになったりすることがあった者の割合	アウトカム(中期)	くろたき健康長寿基礎調査	令和8～11年	減少			92.4%
					アウトカム(中期)	介護予防・日常生活圏域ニーズ調査	令和8年	減少			40.3%
○	○	○	妊娠・育児の不安や悩み、育児ストレスの解消をすることができる	育児が楽しい家庭の割合	アウトカム(中期)	乳児、1.6歳児、2歳児、3歳児健康診査票アンケート	年1回	維持	100%	100%	100%
	○		飲酒が健康に及ぼす影響について正しく理解し、量や頻度に気をつけた飲酒をしている	生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合 1日当たりの純アルコール摂取量が男性40g以上の者	アウトカム(中期)	くろたき健康長寿基礎調査	令和8～11年	減少			19.5%
				生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合 1日当たりの純アルコール摂取量が女性20g以上の者	アウトカム(中期)	くろたき健康長寿基礎調査	令和8～11年	減少			18.4%
○		○	相互の連携の推進	こども園、小・中学校、教育委員会事務局、保健福祉課が連携し、保護者や子どもの状況把握・必要時、関係機関へつなぐ	アウトプット	保健福祉課	年1回	継続実施	実施	実施	実施
				区長会	アウトプット	総務課	年1回	継続実施	実施	実施	実施
				民生児童委員定例会	アウトプット	保健福祉課	年1回	継続実施	実施	実施	実施
		○	普及啓発活動の推進	自殺対策強化月間(3月)・自殺予防週間(9月)	アウトプット	保健福祉課	年1回	1回	未実施	未実施	未実施
○	○	○	児童・生徒のこころの相談ができる	スクールカウンセリングの実施	アウトプット	教育委員会事務局	年1回	継続実施	実施	実施	実施
○	○	○	学校以外の場で相談できる機会	教育相談	アウトプット	教育委員会事務局	年1回	継続実施	実施	実施	実施
○	○	○	思春期教室	いのちや健康に関する授業	アウトプット	小・中学校、保健福祉課	年1回	継続実施	未把握	実施	実施
○			相互の連携の推進	要援護者台帳の更新	アウトプット	保健福祉課	年1回	継続実施	実施	実施	実施
○	○	○	睡眠で休養がとれている	睡眠時間が十分に確保できている者の割合 6時間以上	アウトカム(中期)	くろたき健康長寿基礎調査	令和8～11年	増加			79.8%
				睡眠時間 (小学5年生)9時間以上	アウトカム(中期)	全国体力運動能力、運動習慣等調査	年1回	80%		0%	
				睡眠時間 (中学2年生)8時間以上	アウトカム(中期)	全国体力運動能力、運動習慣等調査	年1回	80%		50%	
		○	いじめに関するアンケートの実施		アウトカム(中期)	教育委員会事務局	年1回	継続実施	実施	実施	実施
○	○	○	安心して出産・子育てができる	地域で子育てしていきたい家庭の割合	アウトカム(長期)	乳児、1.6歳児、2歳児、3歳児健康診査票アンケート	年1回	100%	100%	100%	100%
○	○	○	住民の主観的幸福感が上がる	幸福度(平均点)	アウトカム(長期)	くろたき健康長寿基礎調査	令和8～11年	維持向上			7.71点
				幸福度(平均点)	アウトカム(長期)	介護予防・日常生活圏域ニーズ調査	令和8年	維持向上			6.99点
	○		がんにならない、がんでくならない	肝がんのSMR(男性)	アウトカム(長期)	奈良県→保健福祉課	年1回	100未満	345.2		
				肝がんのSMR(女性)	アウトカム(長期)	奈良県→保健福祉課	年1回	100未満	0.0		
		○	誰も自殺に追い込まれることのない	自殺者数	アウトカム(長期)	保健福祉課	年1回	0人に近づける	0人	0人	0人

---

---

# 健康くろたき 21

第3次 健康増進計画・第2次 食育推進計画・第2次 自殺対策計画

令和6(2024)年3月

編集・発行 黒滝村保健福祉課

〒638-0292

奈良県吉野郡黒滝村大字寺戸 77 番地 0

TEL 0747-62-2031(代表)

FAX 0747-62-2569

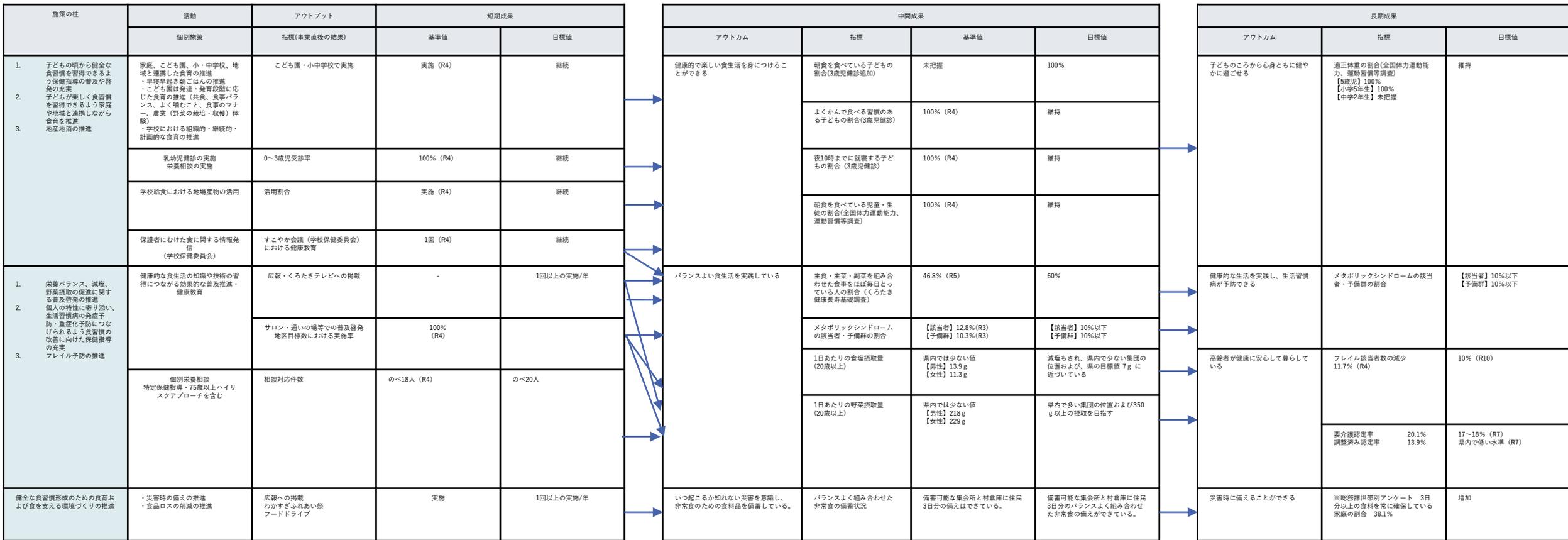
---

---

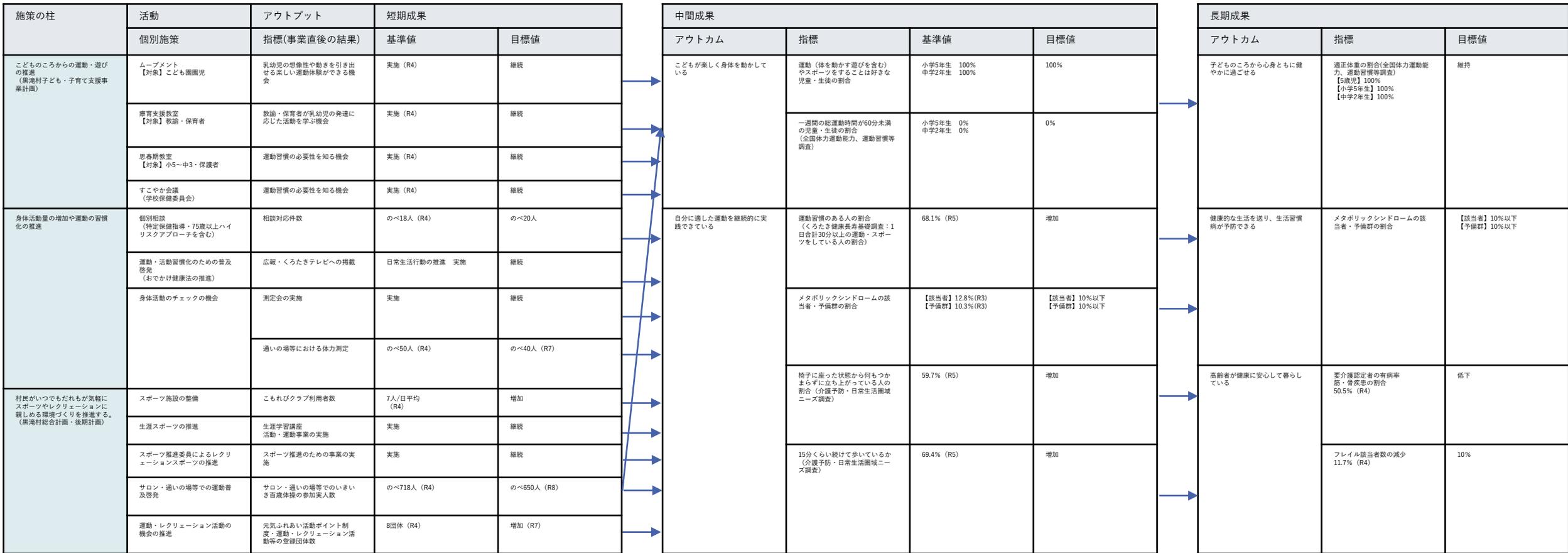
食生活・栄養	現状分析	主要な解決すべき課題・達成したい目標	重点事業概要
	<p>これまで収集した事業実績や実態調査等の結果から現状分析結果を記載 この内容を計画書の現状に記載することを想定</p>	<p>先の現状分析を基に解決すべき課題やそれによって達成したい目標を記載</p>	<p>下記のロジックで記載された事業の中で特に効果的で重点的に取り組みたい事業を記載</p>

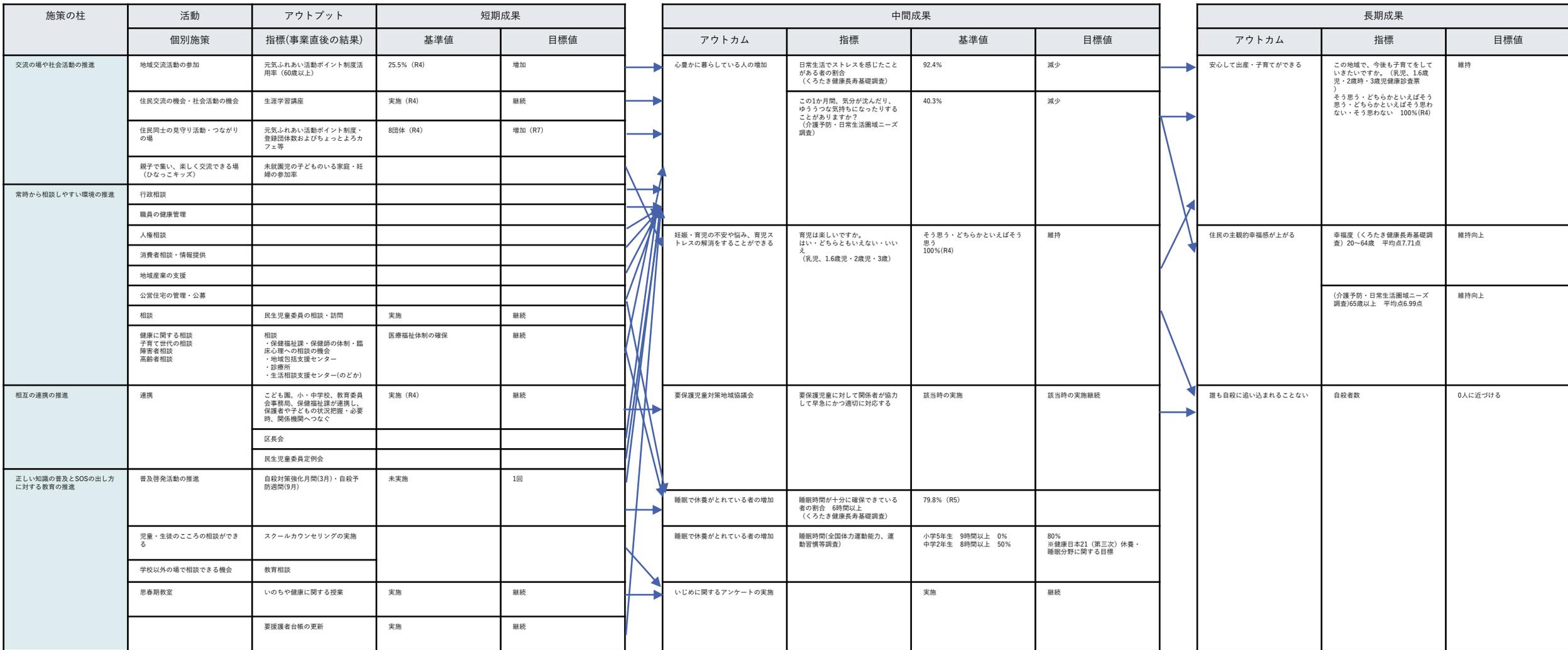
<p>こども園教員 小・中学校 栄養教諭 給食調理員 社会福祉協議会（地域包括支援センター） 総務課（防災担当者） 企画政策課（農業委員会担当者） 保健福祉課 診療所 奈良県吉野保健所</p>	<p>【子ども】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>現在、共働き世帯が増加する中、朝食をバランスよく食べる子どもの割合を増やしていくことは難しい。</li> <li>アレルギー対応</li> </ul> <p>【奈良県県民健康・食生活実態調査報告書】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>野菜摂取量が少なく、食塩摂取量が少ない。（男性・女性・令和3年度報告書47ページ）</li> </ul> <p>【第2期データヘルス計画】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>メタボリックシンドロームの該当者・予備群の割合は、奈良県平均よりは少ないものの各々10%程度は該当する。</li> </ul> <p>【高齢者の保健事業と介護予防等の一体的な実施計画書】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>令和3年度後期高齢者健診受診率が25.5%と県平均23.7%と比較して高い。</li> <li>やせリスクの割合が10.0%であり、県(8.4%)より高い。</li> </ul>	<p>【子ども】生涯にわたって心身ともに健康で、いきいきと生活できるように、子どもの食生活の充実の推進に努める。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>望ましい食事のマナーを身につけ、楽しく食べる。（こども園の目標）</li> <li>望ましい栄養や食事のとり方とともに、手洗いやよく噛むこと、よい姿勢や和やかな雰囲気づくりは、食事の基本であることを理解し、健全な食生活に必要な技能を身につけている。（児童生徒）</li> <li>健康的な食事を家族や仲間と一緒に楽しむことができる。</li> <li>妊産婦の心身の健康の保持増進に努めることができる。（黒滝村子ども・子育て支援事業計画）</li> <li>メタボリックシンドロームの予防該当者および予備群該当者を早期発見し、該当人数を減少させる。</li> <li>減塩による生活習慣病予防(黒滝村総合戦略：減塩や野菜摂取を促進し、健康的な生活習慣が送れる)</li> <li>低栄養傾向の高齢者の減少を目指す。（黒滝村総合計画・後期計画：高齢者が健康に安心して暮らしている）</li> </ul>	<p>家庭、こども園、学校、地域等の各場面において、地域や関係団体の連携・協働を図りつつ、生涯を通じた食育を推進する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>子どもが楽しく食について学ぶことができるように子どもの成長、発達に合わせ、保護者や保育、教育に携わる関係者等の意識の向上を図るとともに、相互の密接な連携の下、切れ目のない支援を推進する。</li> <li>主食・主菜・副菜がそろった食事を1日2回以上とすることを基本に、身体にやさしい塩加減で、野菜を増した食生活を実践することの定着にむけた普及啓発</li> <li>1日3食、ゆっくりよく噛んで食べる等、適切な食習慣に関する普及啓発</li> <li>適正体重を維持することで生活習慣病の発症予防・重症化予防につなげられるよう健康教育・保健指導の充実</li> <li>高齢者を対象にした健康教育を通じて栄養バランスに着目し、高齢者の低栄養の防止について普及啓発と保健指導の充実</li> <li>健診等に合わせた個別の健康状態に応じた栄養指導の実施する。</li> <li>水、熱源、主食。主菜・副菜となる食料品を最低でも3日分備蓄する取り組みを推進する。</li> <li>生涯にわたって「食べる力」=「生きる力」を育てていく。</li> </ul> <p>その他</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>給食における食物アレルギーの対応</li> <li>食中毒の予防</li> </ul>
--	--	--	---



身体活動・運動	現状分析	主要な解決すべき課題・達成したい目標	重点事業概要
		これまでに収集した事業実績や実態調査等の結果から現状分析結果を記載 この内容を計画書の現状に記載することを想定	先の現状分析を基に解決すべき課題やそれによって達成したい目標を記載
<p>こども園 小・中学校 社会福祉協議会（地域包括支援センター） 保健福祉課 教育委員会 スポーツ推進員 奈良県福祉医療部医療・介護保険局 地域包括ケア推進室 奈良県吉野保健所</p>	<p>【総合計画】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>子どもから大人までがスポーツに親しむ機会を提供している。</li> <li>スポーツ推進員主催のイベントへの機会に青年・壮年期の参加が少ない。【教委委員会事務局】</li> <li>こもれびクラブの利用者は7人/日（R4）</li> <li>【KDBシステム 地域の全体像の把握】</li> <li>国保被保険者（特定健診受診者）の1日30分以上運動習慣のない者の割合が6割を超えている。</li> <li>【介護予防・日常生活圏域ニーズ調査】</li> <li>椅子から座った状態から何もつかまらずに立ち上がったたり、15分以上続けて歩ける人は増えている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>健やかに発育発達でき、心身ともに健やかに過ごせる。（黒滝村子ども・子育て支援事業計画）</li> <li>乳幼児がいきいきと楽しく運動体験ができる。</li> <li>多様なスポーツやレクリエーション活動に親しむことを通じて、人生を豊かにし、健康づくりや人との連帯感・協調性を育てる。</li> <li>日常生活の中で自分に合った身体活動・運動を継続的に実践している。（黒滝村総合計画・後期計画）</li> <li>村民が、運動により身体を動かすことで、生涯を通じて健康に過ごせる。（黒滝村総合計画・後期計画）</li> <li>スポーツ人口の拡大や施設の整備、生涯スポーツの普及、指導者の育成を図り、スポーツからの交流人口拡大を行う。</li> <li>運動習慣者が増加する。</li> </ul>	<p>家庭、こども園、学校、地域等の各場面において、地域や関係団体の連携・協働を図りつつ、身体活動・運動の意義を村民に広く認知・実践されるよう推進する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>子どものころから身体を使った遊びや生活活動、体育・スポーツを含め、1週間を通じて、1日平均60分以上は身体を動かすことを推進する。</li> <li>子どもが楽しく多様性があり、年齢（発達の段階）と能力に適した身体活動に安全に参加できるよう推進する。</li> <li>骨量が増える思春期に軸である骨格がしっかりしている、頑丈な身体をつくるために適度な運動習慣を作ることができるよう推進する。</li> <li>おとなにむけては、1週間を通じて、1日平均40分以上の身体活動・毎日、6000歩以上を推進する。</li> <li>運動のみならず生活活動を高めることでも達成可能な活動を推進する。</li> <li>有酸素運動だけでなく、筋力トレーニング・バランス運動などの多要素な運動を推進する。</li> <li>村民が日常的に気軽に運動に取り組めるようにスポーツ施設の整備や通いの場への支援、スポーツ指導者を育成し生涯スポーツの推進、生涯学習講座を充実させていく。</li> </ul>



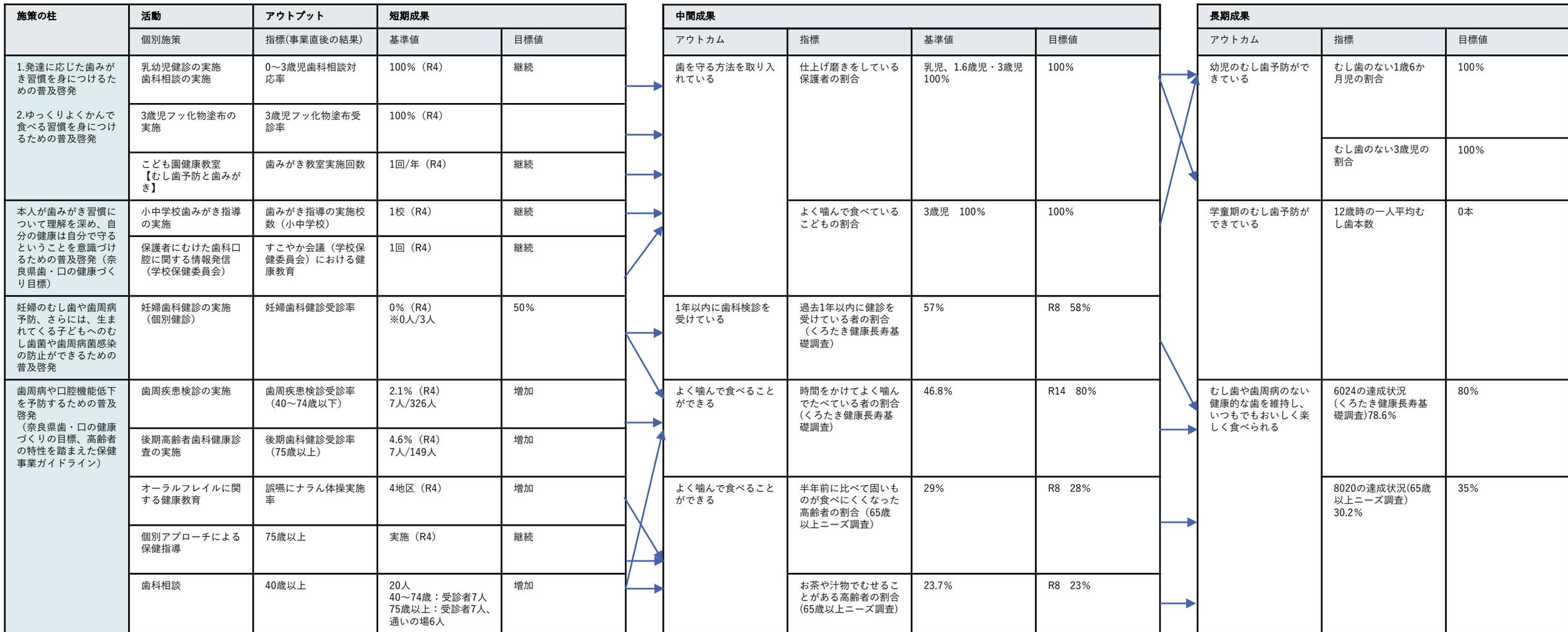
こころの健康・休養・睡眠	現状分析	主要な解決すべき課題・達成したい目標	重点事業概要
		これまでに収集した事業実績や実態調査等の結果から現状分析結果を記載 この内容を計画書の現状に記載することを想定	先の現状分析を基に解決すべき課題やそれによって達成したい目標を記載
<p>こども園 小・中学校 総務課 保健福祉課 教育委員会 社会福祉協議会 奈良県福祉医療部医療・介護保険局 地域包括ケア推進室 奈良県吉野保健所</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>村民全体で活動している団体への支援を続けている。</li> <li>民生・児童委員活動や区長会を中心として地域を見守っている。</li> <li>近隣村民による個々の助け合いができています。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>豊かな感性と人を思いやれる優しさ、我慢強くがんばれる強い子どもの育成をめざす。(黒滝村総合戦略)</li> <li>村民をはじめ地域の関係団体、学校、民間団体等、それぞれが果たすべき役割を明確化し、相互の連携と協働の仕組みを構築と自殺を予防できる人材の育成を図る。(黒滝村自殺対策計画)</li> <li>村民をはじめ地域の関係団体、学校、民間団体等、それぞれが果たすべき役割を明確化し、相互の連携と協働の仕組みを構築と自殺を予防できる人材の育成を図る。(黒滝村自殺対策計画)</li> <li>日々の相談対応や事業を通じて、生きづらさを減らし、生きることへの支援へつなぐ。(黒滝村自殺対策計画)</li> <li>学校では、命の大切さや社会における様々な困難やストレスへの対処ほうほうを習得するための教育を推進する。(黒滝村自殺対策計画)</li> <li>安全な妊娠・出産から育児不安の解消、思春期の保健対策の推進等母子保健事業を推進するとともに、常時から相談しやすい子育て支援のネットワークづくりに努める。</li> <li>地域共生社会の実現に向け、属性や世代に捉われない包括的な支援ができるよう関係機関の連携を強化し、適切な支援を行い問題の深刻化を防ぐことができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>妊娠・育児の不安や悩み、育児ストレスの解消を図る。</li> <li>子育て支援のネットワークづくりとして、多様な交流機会が充実する。</li> <li>こどものころから日々の活動の中で、「わかる」「わかった」「できる」「できた」「やれる」「やった」という達成感・満足感を大切にする。</li> <li>学校と連携して個々の健康を含む思春期保健に関する健康教育を実施する。</li> <li>メンタルヘルスの取り組みを実施する。</li> <li>元気ふれあい活動ポイント制度事業を広く浸透させることで、自ら取り組む生きがいづくり、健康づくりを見える化し、高齢者のモチベーションアップを図る。</li> <li>自分のこころの状態に気づき、早めに対処し、必要な時は誰かに相談できる。(エンパワーメント)</li> </ul>



たばこ・アルコール	現状分析	主要な解決すべき課題・達成したい目標	重点事業概要
		これまでに収集した事業実績や実態調査等の結果から現状分析結果を記載 この内容を計画書の現状に記載することを想定	先の現状分析を基に解決すべき課題やそれによって達成したい目標を記載
保健福祉課 教育委員会 国民健康保険診療所 奈良県吉野保健所	<ul style="list-style-type: none"> <li>喫煙する人は県に比べると多い。</li> <li>生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人は県に比べると多い。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>たばこをやめたい喫煙者がやめられる。</li> <li>飲酒に伴うリスクに関する知識を普及する。</li> <li>生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者が減少する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>禁煙を支援を実施するとともに、診療所を含めた禁煙支援医療機関につなげる。</li> <li>家庭や学校と連携し、喫煙が心身に及ぼす影響などを正しく認識させることによって、喫煙しないという態度を育てていく。</li> <li>喫煙による、がんやCOPD（慢性閉塞性肺疾患）等の呼吸器疾患のリスクを高めるため、予防の普及啓発を推進する。</li> <li>過度な飲酒による、生活習慣病やアルコール依存症のリスクを高めるため、飲酒に伴う正しい知識の普及啓発を推進する。</li> </ul>

施策の柱	活動	アウトプット	短期成果		中間成果				長期成果		
	個別施策	指標(事業直後の結果)	基準値	目標値	アウトカム	指標	基準値	目標値	アウトカム	指標	目標値
喫煙が及ぼす害と受動喫煙防止の普及啓発	乳幼児健診の相談で禁煙指導の実施	乳幼児健診時、喫煙家庭への指導	実施 (R4)	継続	喫煙しない	喫煙率 (なら健康長寿基礎調査)	19.6%	減少	生活習慣病の発症が予防できている	心疾患のSMR(男性)	100未満
	思春期教室(たばこ・アルコール・薬)の実施	小5~中学3年生への3年に1度実施	コロナ禍のため未実施	実施	たばこに害があると認識できる	たばこに害があると認識している児童・生徒の割合	未実施	100%			
	世界禁煙デーの普及啓発	広報・テレビ・ホームページ	1回 (R4)	3回	望まない受動喫煙にあわない	日常生活で受動喫煙の有する人の割合(くろたき健康長寿基礎調査)	家庭 10.1% 職場 24.1% 路上(公道) 15.2%	減少	がんにならない、がん で亡くならない	肺がんのSMR(男性)	100未満
	受動喫煙防止の普及啓発	広報・テレビ・ホームページ	1回 (R4)	3回							
	COPDの知識の普及啓発	広報・テレビ・ホームページ	未実施 (R4)	3回	COPD(慢性閉塞性肺疾患)を正しく理解している	COPDとはどのような病気が知っている人の割合(くろたき健康長寿基礎調査)	15.2%	増加	肺がんのSMR(女性)		
禁煙を支援を実施するとともに、診療所を含めた禁煙支援医療機関につなげる。	喫煙をやめたい人(集団健診受診者のうち40~50代)への禁煙指導の実施	禁煙指導実施数	0件 (R4)	実施	喫煙をやめたい人が禁煙できる	40・50代で集団健診受診者のうち、たばこをやめたい人のうち禁煙支援に至った数	未把握	R6年度設定	がんにならない、がん で亡くならない	肝がんのSMR(男性)	100未満
	禁煙支援医療機関・禁煙支援薬局の周知	広報・ホームページに掲載、禁煙支援ツールの設置結果通知と同封	未実施	実施							
飲酒による健康影響についてわかりやすい普及啓発(健康日本21推進のための資料)	特定健診対象者に適正飲酒の普及啓発	特定健診受診者に適正飲酒の普及啓発コメント結果通知と同封	実施 (R4)	継続	飲酒が健康に及ぼす影響について正しく理解し、量や頻度に気をつけた飲酒をしている	生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合(くろたき健康長寿基礎調査)	1日当たりの純アルコール摂取量が 男性40g以上の者 19.5% 女性20g以上の者 18.4%	減少	肝がんのSMR(女性)		

歯と口の健康	現状分析	主要な解決すべき課題・達成したい目標	重点事業概要
		これまでに収集した事業実績や実態調査等の結果から現状分析結果を記載 この内容を計画書の現状に記載することを想定	先の現状分析を基に解決すべき課題やそれによって達成したい目標を記載
保健福祉課 歯科診療所 教育委員会 社会福祉協議会 奈良県吉野保健所	自分の歯がある人の割合 【くろたき健康長寿基礎調査】60歳(55～64歳)で24本以上：78.6%(県81.1%) 【介護予防・日常生活圏域ニーズ調査】80歳(75～84歳)で20本以上：30.2%(県53.6%) 咀嚼が良好な人【くろたき健康長寿基礎調査】60～64歳 80%(県70.7%)	<ul style="list-style-type: none"> <li>歯をみんなでもっと気づかえる。</li> <li>歯周病を有する歯が減少する。</li> <li>よく噛んで食べることができる。</li> <li>歯周疾患検診を受ける機会を継続させていく。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>乳幼児健診を行う。</li> <li>歯にかんする思春期の健康についての教育を家庭と連携しながら行う。</li> <li>妊婦歯科健診を行う。</li> <li>村民の歯科口腔における健康維持向上を図る。</li> <li>高齢者の保健事業と介護予防等の一体的実施に努める。</li> </ul>



健診・がん検診	現状分析	主要な解決すべき課題・達成したい目標	重点事業概要
	<p>保健福祉課 診療所 歯科診療所 教育委員会 奈良県国民健康保険団体連合会 奈良県後期高齢者広域連合 奈良県健康増進課 南和広域医療企業団、他委託医療機関</p>	<p>これまでに収集した事業実績や実態調査等の結果から現状分析結果を記載 この内容を計画書の現状に記載することを想定</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>特定健診受診率は目標値には到達できなかったが、受診率は向上し改善した。その要因として、コロナ禍においても集団健診時期を調整し、年1回実施することができたことが考えられる。</li> <li>R3年度より集団健診の案内を広報へのチラシ折り込みの対応を止め、対象者への個別送付に変更したことで、対象者自身が受診可能であることに気づく方が増加し、受診率向上へつながったと考えられる。</li> <li>特定保健指導の実施率は、対象者へ個別連絡し、本人の意志に基づき、保健指導を実施しているため、横ばい状態である。</li> </ul>	<p>先の現状分析を基に解決すべき課題やそれによって達成したい目標を記載</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>データヘルス計画に基づき、特定健康診査の受診率向上と健診結果に基づく保健指導が充実する。</li> <li>脳卒中や腎不全、心臓病などの生活習慣病及びその重症化を予防する。</li> <li>各種がん検診の受診を促進し、がんの早期発見・早期治療に努める。</li> </ul>

施策の柱	活動	アウトプット	短期成果	
	個別施策	指標(事業直後の結果)	基準値	目標値
健診を受診しやすくなる体制づくり	特定健診の個別案内	特定健診の通知	実施(R4)	継続
	集団特定健診とがん検診の同時実施(胃・肺・大腸・子宮・乳がん)検診・肝炎ウイルス検診の実施	集団健診の案内通知	実施(R4)	継続
	後期高齢者健診の個別案内	後期高齢者健診の通知	実施(R4)	継続
	健診受診ポイント	元気ふれあい活動ポイント制度事業活用数		
	がん検診精密検査受診勧奨の実施	がん検診精密検査受診勧奨通知	実施(R4)	継続
生活改善にむけてモチベーションを高められる保健指導の推進	重症化予防事業 ①糖尿病性腎臓重症化予防 ②生活習慣病等の重症化予防	①保健指導参加者の検査値の変化(HbA1c、BMI、血圧) 受診勧奨者の医療機関受診割合 ②受診勧奨者の医療機関受診割合	①100% 100% ②100%	①基準値に近づく 100% 100% ②100%
生活習慣病の予防の推進	健診(検診)の普及啓発	広報・ホームページ掲載 案内通知へリーフレットを封入	実施(R5) 未実施(R5)	継続 40~74歳全員封入

中間成果			
アウトカム	指標	基準値	目標値
年1回特定健診を受け、健康的な生活習慣が維持・改善できている。	特定健診受診率	49.0%(R4)	50.5%(R8)
	特定保健指導実施率	42.9%(R4)	51.0%(R8)
	後期高齢者健診受診率		
がん検診が定期的に受診できている。	胃がん検診受診率	[男]7.8% [女]19.5%	
	肺がん検診受診率	[男]12.0% [女]29.4%	
	大腸がん検診受診率	[男]14.3% [女]29.4%	
	子宮がん検診受診率	36.6%	
	乳がん検診受診率	44.0%	
精密検査が必要な人が受けることができる。	胃がん検診精密検査受診率	該当なし(R4)	100%
	肺がん検診精密検査受診率	該当なし(R4)	100%
	大腸がん検診精密検査受診率	100%(R4)	100%
	子宮がん検診精密検査受診率	該当なし(R4)	100%
	乳がん検診精密検査受診率	100%(R4)	100%
	対象者が事業を活用し重症化を予防することができる。	①HbA1c8.0%以上の者の割合	1%以下
②新規人工透析導入患者数		0人	0人
	③健診受診者のうち未治療者の割合 血圧160/100以上 HbA1c7.0以上 LDL180以上 中性脂肪500以上 eGFR45未満	0%	0%

長期成果		
アウトカム	指標	目標値
生活習慣病の重症化を予防できる	HbA1c8.0%以上の者の割合	1%以下
	新規人工透析導入患者数	0人
	健診受診者のうち未治療者の割合 血圧160/100以上 HbA1c7.0以上 LDL180以上 中性脂肪500以上 eGFR45未満	0%
	心疾患のSMR(男性)	100未満
	心疾患のSMR(女性)	100未満
がんにならない、がんで若い人が亡くならない	胃がんのSMR(男性)	100未満
	胃がんのSMR(女性)	100未満
	肺がんのSMR(男性)	100未満
	肺がんのSMR(女性)	100未満
	大腸がんのSMR(男性)	100未満
	大腸がんのSMR(女性)	100未満
	子宮頸がんのSMR(女性)	100未満
	乳がんのSMR(女性)	100未満
	肝がんのSMR(男性)	100未満
	肝がんのSMR(女性)	100未満