

5. 生活習慣・社会環境の改善

(1) 栄養・食生活

・重点目標の状況

評価項目	データベース	ベース値	中間評価	目標値
適正体重を維持している人の割合の増加	東大阪市国民健康保険特定健診結果	68.3% (平成22年度)	67.0% (平成28年度)	増加へ (平成32年度)
主食・主菜・副菜を組合せた食事が1日2食以上の日が週に4~5日以上ある人の割合の増加	食育推進計画 市民アンケート	65.8% (平成23年度)	75.2% (平成28年度)	★78.0% (平成33年度)
食塩の多量摂取につながる食行動のうち、3項目以上当てはまる人の割合の減少	健康トライ21 (第2次) 市民アンケート	34.7% (平成24年)	31.3% (平成29年)	30.0% (平成34年)
野菜を1日1回またはほとんど食べない人の割合の減少	食育推進計画 市民アンケート	小学生10.4% 中学生19.5% 青年期男性37.8% 青年期女性33.7% (平成23年度)	小学生15.2% 中学生15.0% 青年期男性46.5% 青年期女性32.8% (平成28年度)	小学生★10.0% 中学生10.0% 青年期男性★40.0% 青年期女性★28.0% (平成33年度)
果物を食べる回数が週3回以下の人の割合の減少	健康トライ21 (第2次) 市民アンケート	65.0% (平成24年)	69.2% (平成29年)	30.0% (平成34年)
毎日だれかと一緒に食べる割合の増加	食育推進計画 市民アンケート	小学生95.1% 中学生82.5% (平成23年度)	小学生93.3% 中学生87.7% (平成28年度)	小学生★96.0% 中学生90.0% (平成33年度)
外食をする時や食品を購入する時に栄養成分表示を参考にする人の割合の増加	食育推進計画 市民アンケート	53.0% (平成23年度)	65.6% (平成28年度) 青年期57.9% 40歳以上72.6%	青年期★65.0% 40歳以上75.0% (平成33年度)
利用者に応じた食事の計画、調理及び栄養の評価、改善を実施している特定給食施設（その他の給食施設含む）の割合の増加	実績値	17.3% (平成23年度)	26.9% (平成28年度)	増加へ (平成33年度)

※網掛け部分は目標値を第3次食育推進計画にあわせて修正している

★：評価項目や目標値等に変更・修正がある場合

・5年間の取組み

① 東大阪市食育推進計画

- ・食育推進ネットワーク会議による推進体制の構築と連携・協働した取組み
- ・第2次食育推進計画の進捗評価と第3次食育推進計画の策定（平成29年3月）
- ・6月の食育月間における食育推進キャンペーン事業の実施
- ・幼児のための食育事業の実施

② 広報活動

- ・市政だよりに「糖尿病食は健康食！ヘルスアップクッキング」を毎月掲載
- ・ウェブサイト「野菜を増やす！プラス1皿」、「災害時に必要な水・食」を掲載

③ 栄養改善事業

ア 特定保健指導

- ・メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の該当者を減少させるための生活習慣改善にむけた相談支援

イ 健康教室・相談

- ・血糖値を下げる教室、生活習慣病予防教室、高血圧教室や糖尿病個別食事相談等で、野菜の摂取や減塩に関する知識普及

ウ 保健センター事業を通じた推進

- ・6月の食育月間と9月の食生活改善月間に乳幼児健診や所内事業において、朝食や野菜の摂取、減塩について普及啓発
- ・マタニティキッチン、離乳食講習会、ふたごの教室等で共食の大切さと次世代への食に対して調理を含めた支援と知識普及
- ・男の食と健康講座やお昼ごはんのつどい等で高齢者の健康づくりの知識普及
- ・外食や食品の栄養成分表示についての知識普及

④ 市民グループの育成支援

ア 市民グループの育成

- ・東大阪市食生活改善推進協議会、東大阪地域活動栄養士会、男の食と健康講座OB会の育成支援

イ 市民グループと協働したイベントの開催

- ・「食育キャンペーン」、「食育のつどい」、「ファミリークッキング」、「旬菜料理教室」、「みそ作り講習会」等の実施

⑤ 食環境整備

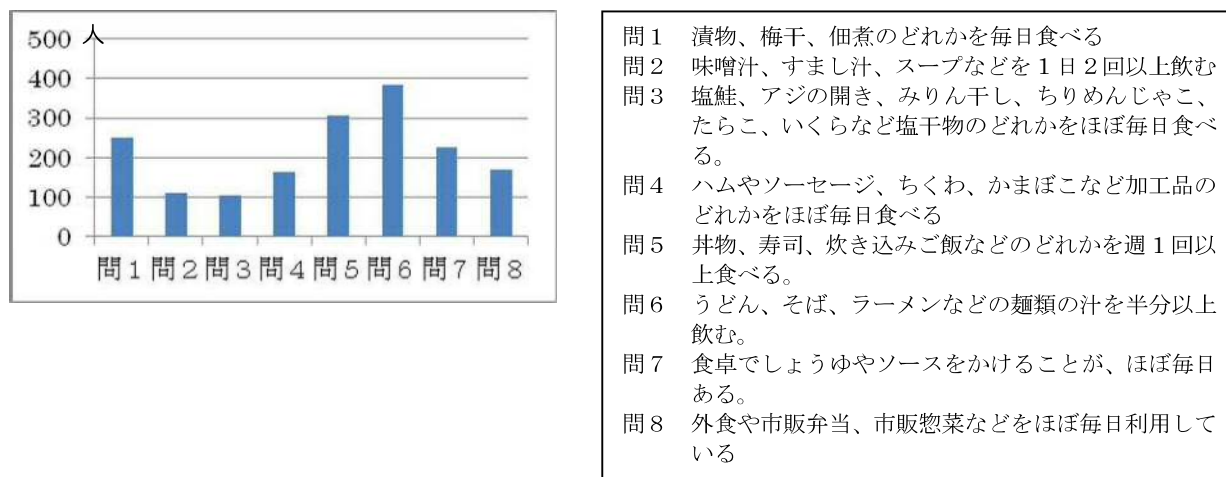
ア 栄養成分表示の普及と活用の推進

- ・飲食店等でメニューの栄養成分表示をする栄養成分表示指定店の増加
- ・食品事業者への加工食品等の適正な栄養成分表示の普及・指導
- ・市民が料理や加工食品等の栄養成分表示を活用できる情報提供・知識普及

イ 特定給食施設指導

- ・適切な栄養管理、食事提供についての指導援助
- ・施設と協働し、利用者に対して健康増進を目的とした喫食者教育の実施

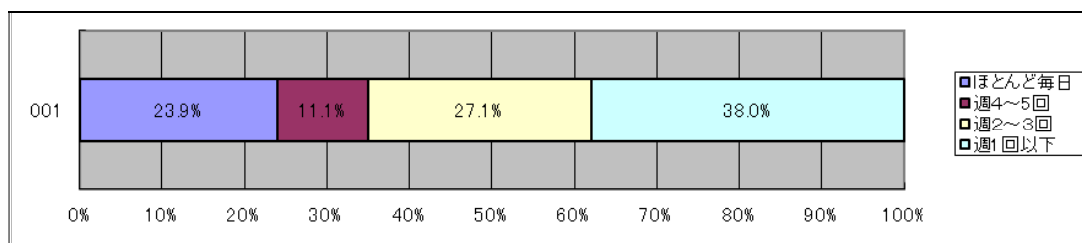
図 23 食塩の多量摂取につながる食行動



- 問1 漬物、梅干、佃煮のどれかを毎日食べる
- 問2 味噌汁、すまし汁、スープなどを1日2回以上飲む
- 問3 塩鮭、アジの開き、みりん干し、ちりめんじゃこ、たらこ、いくらなど塩干物のどれかをほぼ毎日食べる。
- 問4 ハムやソーセージ、ちくわ、かまぼこなど加工品のどれかをほぼ毎日食べる
- 問5 丼物、寿司、炊き込みご飯などのどれかを週1回以上食べる。
- 問6 うどん、そば、ラーメンなどの麺類の汁を半分以上飲む。
- 問7 食卓でしょうゆやソースをかけることが、ほぼ毎日ある。
- 問8 外食や市販弁当、市販惣菜などをほぼ毎日利用している

健康トライ 21（第2次）中間評価市民アンケート

図 24 果物の摂取頻度



健康トライ 21（第2次）中間評価市民アンケート

・評価と今後の方向性

○栄養バランスなどに配慮した食生活を送っている市民の割合は目標を達成しましたが、朝食や野菜摂取など課題があり、まだまだ普及啓発が必要です。食育推進計画と連動して特に次世代へのよい食習慣の形成を図る取組みを進めていきます。

○適正体重を維持している人の割合は 67.0%に減少しました。高齢期のやせについても注意が必要です。引き続き、各種教室で食事バランスや減塩について学習を行いながら、適正体重を維持している人の割合の増加を図っていきます。

○果物を食べる回数が週3回以下の人の割合は、増加しました。果物は野菜と同じように高血圧の予防効果をもちますが、摂り過ぎは中性脂肪や血糖値に影響します。生活習慣病や糖尿病の予防の面から果物の適正量について普及啓発していきます。

○食塩の多量摂取につながる食行動のうち3項目以上当てはまる人の割合は、増加していました。食品の栄養成分表示を参考にして食品を選ぶことや毎食野菜を食べることとあわせて、減塩にむけた食習慣を啓発していきます。

○平成 27 年国民健康・栄養調査より若い世代ほど主食、主菜、副菜を組み合わせた食事食べていない傾向があるという結果がでています。朝食の欠食や野菜摂取不足などの親の食習慣は、子どもに影響を与えるため、親への食事指導を実施していきます。また乳幼児健康相談等でも、子どもだけでなく

親の健康維持のためにも食生活の大切さについて普及啓発していきます。

また食品表示法（法律第 70 号）が平成 27 年施行され、加工食品の栄養成分表示が義務化されました。保健機能食品として、特定保健用食品、栄養機能食品、機能性表示食品が安心して選択できる適切な情報が提供されています。栄養成分表示を見て食品を選ぶ習慣が必要です。



健康トライ 21 市民連絡会所属のグループによる食育の取組み

・庁内各課の取組み

施策・事業とその内容	4 年間の評価・現在の課題・今後の方向性等	担当課
<p>＜第 2 次食育推進計画＞</p> <p>市民が意識して食育に取組み「食を営む力」を育ていけるよう、家庭や地域、保育所（園）や学校、食の専門家たちがその活動をサポートし、食育の推進を図る。東大阪市食育推進ネットワーク会議や食育関係担当者連絡会を開催し、連携を図る。</p>	<p>第 2 次食育推進計画の進捗を評価するため、現状を把握し、新たな課題を各会議において検討して、第 3 次食育推進計画を策定した。</p> <p>平成 29 年度より、「食育トライで広げよう！めっちゃ元気な市民の環」を目標に豊かな心で「食」を楽しみ、より多くの市民が健全な食生活が実践でき、健康で活力ある地域社会を目指す。</p>	<p>健康づくり課 母子保健・感染症課、農政課 消費生活センター 高齢介護課 福祉企画課 地域包括ケア推進課、保育室 子育て支援課 食品衛生課 学校教育推進室 学校給食課 循環社会推進課</p>
	<p>幼稚園、小学校で農産物の生産、育てた野菜を使ったクッキングの実施。全ての小中学校で「食に関する指導計画」を作成。</p>	<p>学校教育推進室 学校給食課</p>
	<p>街角デイハウス等で、昼食を通して食事バランスの実践学習</p>	<p>高齢介護課</p>
<p>＜特定健診・特定保健指導の実施＞</p>	<p>特定健診受診率向上のため、休日健診を実施。集団健診結果説明会で特定保健指導の初回指導を実施。</p>	<p>保険管理課 保健センター</p>

(2) 身体活動・運動

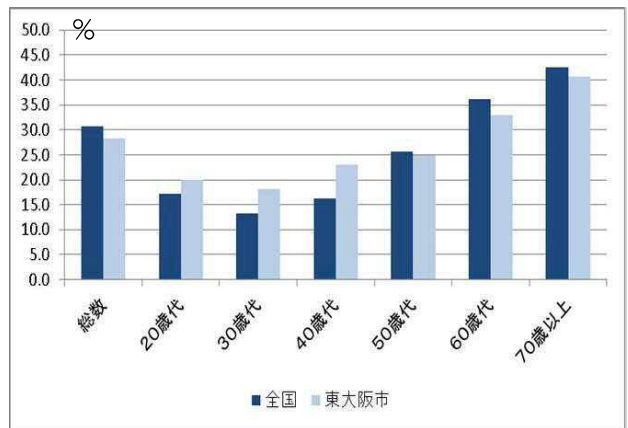
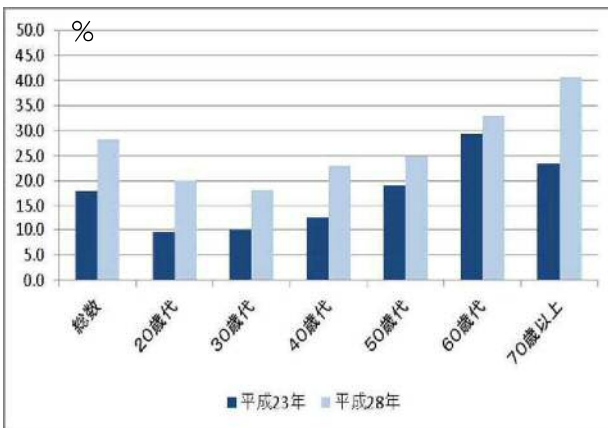
・重点目標の状況

★：評価項目や目標値等に変更・修正がある

評価項目	データベース	ベース値	中間評価	目標値
運動習慣のある人の割合の増加	市政世論調査	18.0% (再掲) 60歳以上： 27.1% (平成23年度)	28.2% (再掲) 60歳以上： 36.6% (平成28年度)	★31.0% (再掲) 60歳以上： 37.0% (平成33年度)

図 25 運動習慣のある人の割合（策定時比較）

図 26 運動習慣のある人の割合 全国との比較
(平成 28 年)



東大阪市市政世論調査

東大阪市市政世論調査

※「運動習慣のある人」とは、30分以上・週2回以上の運動を1年以上継続している人を表します。

・5年間の取組み

① 運動習慣のある人の割合の増加

ア 生活習慣予防の教室

- ・血糖値を下げる教室、高血圧教室等

イ ロコモティブシンドローム（運動器症候群）の予防の教室

- ・筋力アップについての話、運動についての講話・実践
- ・運動スタート教室・女性のための骨盤底筋体操・からだ知っ得講座

ウ 運動の体験・普及活動

- ・市民グループと協働で、つくく体操・健脳エクササイズ等について講話・実践

エ 健康フェスタ

- ・体力測定・健康運動指導士による体カアップのための運動を実践

オ 地区健康相談

- ・成人の健康相談ができる場で、運動習慣をつけるように支援

カ プラス・テンの取組み

- ・健康寿命の延伸のために、「今より 10 分多く体を動かそう」をテーマに運動習慣の改善について啓発

② 運動しやすいまちづくり

ア 市民グループの活動（97 ページの資料4の活動内容一覧参照）

- ・市民が主体となって、健康ウォーキングやラジオ体操等の運動への取組みを実施
- ・健康トライ 21 市民連絡会にて、市の取組み事業を合同実施

イ 市民グループと協働での活動

- ・ラジオ体操の場所・時間・参加の有無について拠点調査を行い、ラジオ体操マップ作成予定

ウ ウォーキングコースの紹介

健康トライ 21（第 2 次）のパンフレットに健康増進計画と共に東大阪市ウォーキングマップを掲載し配布

・評価と今後の方向性

○運動習慣のある人の割合について、東大阪市は全体で 18.0%から 28.2%と 1.5 倍の増加がみられ、目標値（28%）に到達しています。60 歳以上については 27.1%から 36.6%と増加しています。

また、図 25 において、東大阪市は 20～50 歳代は割合が増加しており、全国平均を上回っています。全世代において運動習慣のある人の割合が増加しています。

しかし、60 歳以上に関して、東大阪市は若干増加しているものの、全国平均を下回っています。計画策定時のフォーカスグループインタビューで、退職後に多くの人が運動を強く意識し始めるということがわかっていましたが、まだまだ 60 歳代の割合の増加率は低く、70 歳以上の増加率が高いという結果になっています。20 歳～49 歳は全国平均を上回っていることから、引き続き、60 歳以上の人を中心に運動に対する意識向上を図っていくために、関係部局・機関と連携し、運動の重要性を啓発していく必要があります。

○2019 年ラグビーワールドカップに向けて、運動の気運が高まっていくと考えられます。身体活動や運動習慣は、個人の意識改善や動機づけだけでなく、生活環境や社会からの支援が影響します。その中で、地域包括支援センターや市民グループと一緒に、健脳エクササイズの普及・啓発を進めています。さらに、健脳エクササイズ PART2 を平成 29 年の秋頃から市民グループを核に展開しています。市民連絡会で協働する市民グループも増加してきました。引き続き、関係機関や市民グループと連携し、協働した取組みを推進していきます。

○介護予防事業で手軽な運動として取組みやすいウォーキングを広め、フレイル（虚弱）、サルコペニア（筋肉減少症）、ロコモティブシンドローム（運動器症候群）の予防を視野に入れ、筋力アップ・維持増進を強化していきます。若い世代のプレ・サルコペニアも増加しているため、取組みに力を入れていきます。以上の取組みを市政だより・ケーブルテレビ等で市民に広く周知して、教室参加者を増やしていくと共に、日常生活の中に運動を取り入れ、運動を習慣化して定着していくことをめざします。またラジオ体操マップ・ウォーキングマップを市民に周知し、活用できるようにしていきます。

2019年ラグビーワールドカップや2020年東京オリンピック・パラリンピックの開催に向けて、スポーツを身近に感じ、運動に取り組んでもらうように努めていきます。



健康トライ 21 市民連絡会所属の健康ウォーキンググループの定例ウォーキング

・庁内各課の取組み

施策・事業とその内容	4年間の評価・現在の課題・今後の方向性等	担当課
<p><障害特性に合ったスポーツ教室の開催></p> <p>高井田障害者センターにて、各種スポーツ教室を開催する。</p>	<p>各種教室を通じて障害を持っている人と地域との交流が促され、障害を持っている人にとっては社会参加の促進、地域の人々にとって障害理解の促進のきっかけとなり一定効果はあった。引き続き地域の障害者のために教室を実施し、社会参加と障害理解の促進に繋げる。</p> <p>※高井田障害者センターの移転に伴い平成29年度より東大阪市立障害児者相談支援センターレピラで開催していく。</p>	障害者支援室
<p><高齢者への健康増進・生きがい活動促進事業></p> <p>ゲートボール、グラウンドゴルフ市民大会の継続開催への支援を行う。</p>	<p>2か所の借受土地で実施している。今後、土地提供者や使用者の要望があれば、推進していく。</p>	高齢介護課
<p><介護予防事業></p> <p>高齢者が健康づくりに取り組めるような支援及び要支援・要介護状態になることを予防するための支援を行う。</p>	<p>老人クラブ介護予防活動ボランティアリーダー養成講座については新たな対象に向け周知を図り、地域グループづくりを目的とした事業を展開する。</p>	地域包括ケア推進課

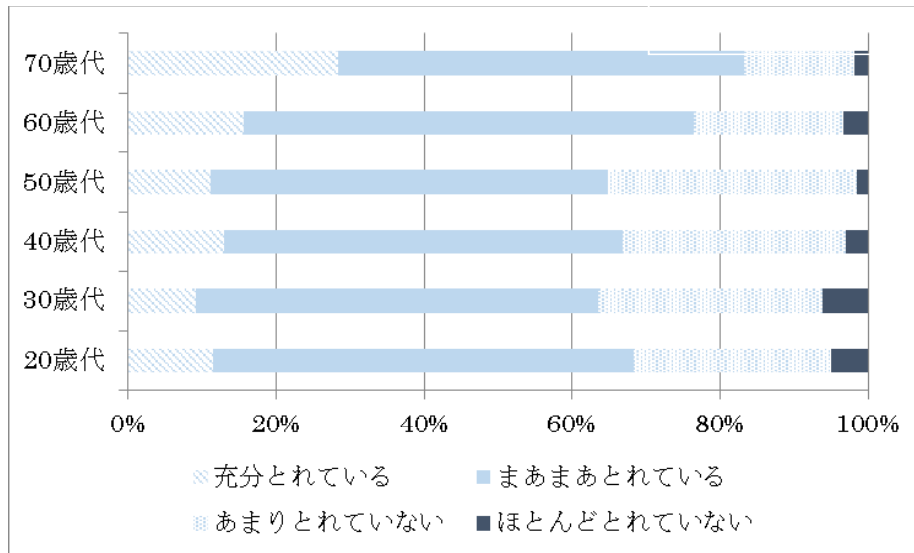
<p><運動施設の整備と活用のための事業> 総合体育館・東体育館・市民ふれあいホール等でのスポーツイベントや教室の開催、学校施設の地域住民への開放を行う。</p>	<p>東体育館がリニューアルオープンしたが、競技場以外の各室の利用率が低い。今後、自主事業の内容等サービスの充実や効率的な運営管理に努め、ホームページ等を利用した広報活動を工夫し更なる利用の促進を図る必要がある。利用者の声をもっと取り入れて、より一層のサービス向上を図り利用者増を図っていく。</p>	<p>青少年スポーツ室</p>
<p><オーパススポーツ施設情報システム> 街頭端末機、パソコン通信、電話でスポーツ施設の利用申込みや空き情報提供が、休日夜間でも行えるシステム。</p>	<p>使用していたシステム機器の保証期間が経過していたため、機器入替設置を行った。平成29年1月にASPサービス契約が終了となったため、継続契約を締結した。施設使用料の口座振替不能への対応は引き続き課題である。</p>	<p>青少年スポーツ室</p>
<p><東大阪市スポーツ少年団> 地域の指導者の指導のもと、地域の青少年がスポーツを中心としたグループ活動を行う。</p>	<p>現在、指導者の高齢化が進んでおり、次世代の指導者の育成が必要である。団員数を増やすため、新団員の加入に向けた活動の計画、実施やアピール活動と共に、新規のスポーツ少年団を増やすための啓発活動が必要である。</p>	<p>青少年スポーツ室</p>
<p><スポーツ推進委員> 地域住民による地域のスポーツ活動・イベント等のボランティア活動。</p>	<p>地域の活動において、高齢者等の各年齢層に応じたスポーツ指導ができるようにする必要がある。</p>	<p>青少年スポーツ室</p>
<p><ハイキングコースの紹介> 生駒山系ハイキングガイド「いこいこまっぴ」の販売等を行う。</p>	<p>今後も引続き生駒山系ハイキングガイド「いこいこまっぴ(生駒山系広域利用促進協議会からの委託を受けている)」の販売等を行う。ハイキングコースの紹介について効果的な方法を検討する必要がある。</p>	<p>みどり景観課</p>

(3) 休養

・重点目標の状況

評価項目	データベース	ベース値	中間評価	目標値
睡眠による休養を十分にとれていない人の減少	健康トライ21(第2次)市民アンケート調査	24.2% (平成24年)	27.5% (平成29年)	15.0% (平成34年)

図 27 年代別にみた休養充足度の割合（20歳以上）



健康トライ21（第2次）中間評価市民アンケート

東大阪市における健康トライ21（第2次）市民アンケート調査結果によれば、「睡眠による休養を十分とれていない」（20歳以上の者で「あまりとれていない」と「ほとんどとれていない」を合わせた者）の割合（図27）は、27.5%である。平成28年度の国民生活基礎調査での同割合は、23.2%であり、

全国と比較して東大阪市の割合は高い状況です。

年代別でみると、30歳代が36.4%と最も高く、次いで50歳代（35.1%）、40歳代（33.1%）、20歳代（31.6%）、60歳代（23.5%）、70歳代（16.7%）となっています。

「ほとんどとれていない」割合（図27）をみると3.1%で、平成28年度国民生活基礎調査結果（1.8%）の1.7倍と増加傾向がみられる。年代別でみると、30歳代が6.1%で最も高く、次いで20歳代（5.0%）、60歳代（3.4%）、40歳代（3.0%）、70歳代（1.8%）、50歳代（1.5%）となっています。

現代社会では、睡眠障害や不眠が世代を超えて深刻な問題となっています。中でも、24時間型の社会となり昼夜を問わず働く社会環境や、ゲームや携帯電話による夜更かし型の生活習慣が広くまん延し、

生体リズムが乱れることによる「概日リズム睡眠障害」と言われる症状が多くみられます。

総務省によるスマートフォン普及率の報告によれば、平成 25 年度 (39.1%)、26 年度 (44.7%)、27 年度 (53.1%)、28 年度 (56.8%) と年々上昇しています。夜間のブルーライトにより体内時計が狂い、睡眠に影響を及ぼす可能性が指摘されており、普及率の増加とともに睡眠による休養が十分に取れなくなっている可能性が考えられます。

睡眠障害によって、日常生活や社会生活に支障が出てくることがあるともいわれています。疲労や心身の健康リスクを高めるだけでなく、事故やヒューマンエラーにつながる恐れもあり、社会的な損失も懸念されます。交代勤務等十分な睡眠時間を確保することが難しい勤労形態もあるため、労働者の適切な睡眠時間の確保と休養は早急に取組むべき課題です。

・5 年間の取組み

- ① 各種健康教室での啓発
 - ア 健康づくりのための休養に関する正しい知識の周知ならびに生活習慣改善への取組み支援
 - イ 商工会議所への講師派遣
- ② ストレスチェックの実施
 - ア ふれあい祭りや健康フェスタ等のイベントや保健センター事業の機会にストレスチェックを行い、ストレスの自己診断をしてもらう
 - イ 職員健康室によるストレスチェック報告 (対象者数 3,615 人、受検者数 2,767 人)
 - ・受検率 76.5%、
 - ・高ストレス判定者 348 人、12.6% (正規職員 15.6%、非常勤職員 8.4%)
 - 男女比 (1.3 : 1)
 - ・年齢別高ストレス判定者状況 (40 歳代が 17.0% と最も多く、次いで 30 歳代 15.0%、50 歳代 11.1%、20 歳代以下 9.8%、60 歳代 6.6%)
- ③ 睡眠について
 - ア 健康づくりのための睡眠指針の改定が平成 26 年にあり、平成 25 年度から健康日本 21 (第 2 次) を開始したことから、保健センター事業を通して、生活習慣病の改善にも繋がることの周知をする等、睡眠の重要性について普及啓発
- ④ 健康づくりに関する市民グループの育成 (18 団体)
 - ア 平成 28 年度までに 5 団体 80 人が新規加入
 - イ 東大阪健康マイレージ事業への参加協力依頼

・評価と今後の方向性

○睡眠による休養感は、こころの健康に重要です。実際に睡眠による休養感がなく、日中強いストレス等を感じる場合にはうつ病の可能性も指摘されています。(30 ページ「こころの健康」参照) 今回の市民アンケート調査結果からも東大阪市における睡眠による休養充足度の割合は 72.5% で、3 割弱の方は睡眠による休養を十分とれていない状況です。この割合は、平成 28 年度の国民生活基礎調査結果と比較しても高い状況です。

今後、機会ある毎に睡眠の重要性について普及啓発をさらに推進するとともに、睡眠障害の一因と考えられているスマートフォンやパソコンの使用によりブルーライトが及ぼす影響についても注意を促していきます。

特に生活習慣病の予防の観点からも、子どもの頃からの指導の必要性も言われており、保健センターでの乳幼児健診の場を利用して、より効果的な保護者への啓発方法について検討が必要です。また、子どもの眠りに関して大阪大学と共同研究（アプリを用いた睡眠のアドバイス）を実施しており、良い睡眠のための環境づくりに関して、保護者が利用しやすいツールの活用につなげていく必要があります。

〇一方職員健康室による職員へのストレスチェックの実施結果からも 30 歳代、40 歳代の高ストレス判定者の割合が高いことから、労働者が心身の健康を維持するためにも、適切なワークライフバランスを目指した環境整備について、経済部の労働雇用政策室との連携を視野に入れ、事業者に啓発していきたいです。

・ 庁内各課の取組み

施策・事業とその内容	4 年間の評価・現在の課題・今後の方向性等	担当課等
<p><健康教育・健康相談></p> <p>健康づくりのための休養に関する正しい知識の提供と、生活習慣改善に向けた支援を行う</p>	<p>特定保健指導等生活習慣病予防に関する事業において、睡眠負債が高血圧・糖尿病・肥満につながるリスクを説明し、睡眠時間の確保を意識的にできるように市民に伝えていく。</p> <p>平成 28 年度事業参加実績 861 人。</p> <p>こどもの眠りに関して大阪大学と共同研究を実施予定。アプリを用いて睡眠のアドバイスを行い、こどもの健全な発達を促す環境をつくっていく。</p>	<p>保健センター</p> <p>大阪大学子どものこころ分子統御機構研究センター</p>
<p><健康づくりに関する市民グループの育成と支援></p> <p>市民グループが行う休養、睡眠等の生活習慣の改善に関する取り組みを支援する</p>	<p>健康トライ 21 市民連絡会市民グループ 18 団体 1,114 人賛助グループ 5 団体 253 人の協力を得て、東大阪健康マイレージ事業を実施。平成 28 年度の応募者は 1,197 人、健康の取り組みとして、早寝早起きを実施している参加者もいた。</p> <p>応募した市民の 57.2%が 65 歳未満であり、これまで保健所に来所しづらい就労層が参加していた。今後関係部局とも連携し、さらに企業等に啓発し、睡眠負債がたまりやすい就労層にも事業を広め、睡眠や休養の取組みを強化したい。</p>	<p>保健センター</p> <p>健康づくり課</p>

(4) 飲酒

・重点目標の状況

評価項目	データベース	ベース値	中間評価	目標値
多量飲酒する人(3合以上)の割合の減少	市政世論調査	男性 10.6% 女性 2.8% (平成 23 年)	男性 4.5% 女性 1.5% (平成 28 年)	★男性女性とも に中間評価時の値を維持 (平成 33 年)
東大阪市版 AUDIT の普及	実績値	130 人 (平成 23 年度)	561 人 平成 28 年度)	3,300 人 平成 33 年度)
妊娠中の飲酒をなくす	妊娠届出書 アンケート	2.3% (平成 24 年)	1.9% (平成 29 年)	0% (平成 34 年)

★：評価項目や目標値等に変更・修正がある

・5年間の取組み

- ① 特定保健指導において飲酒している市民に対して東大阪市版 AUDIT を実施
- ② アルコール関連問題についての普及啓発活動
 - ・東大阪市アルコール関連問題会議市民セミナーや理美容衛生講習会においてアルコールに関する正しい知識の普及啓発を目的とした講演会を開催
 - ・啓発チラシ「ひあかもか通信(東大阪市アルコール関連問題会議)」の発行、自助グループ(断酒会)への支援
 - ・小学校・中学校・高等学校などに出向き出前講座を実施
- ③ ふれあい祭り・健康フェスタ・リージョンまつり等のイベントにおけるアルコール関連問題についての普及啓発活動及び東大阪市版 AUDIT を実施

・評価と今後の方向性

○特定保健指導時等における東大阪市版 AUDIT の実施や市民セミナーの開催、さらに教育機関等と連携し思春期や若年層を対象とした講演会の実施などアルコールに関する正しい知識の普及啓発を目的とした様々な取組みに努めてきました。平成 28 年に実施した市政世論調査の結果によると、多量飲酒する人(3合以上)の割合は、平成 33 年に目標としていた割合を達成したことになりますが、飲酒による問題は飲酒をする本人のみならずその周囲の人にも大きな影響を及ぼすものであることには変わりありません。また、病気や死亡による労働力の損失や飲酒運転が原因で引き起こされる交通事故など、社会に大きな影響を及ぼします。市民一人ひとりが飲酒に関する正しい知識を身につけることは、健康増進につながるとともに、暮らしやすい社会づくりにもつながると考えられることから、今後も飲酒による諸問題の状況把握に努めるとともに、市民に向けたアルコールに関する正しい知識の普及啓発活動に取り組むと考えています。

図 28 男女別の飲酒頻度

平成 28 年市政世論調査

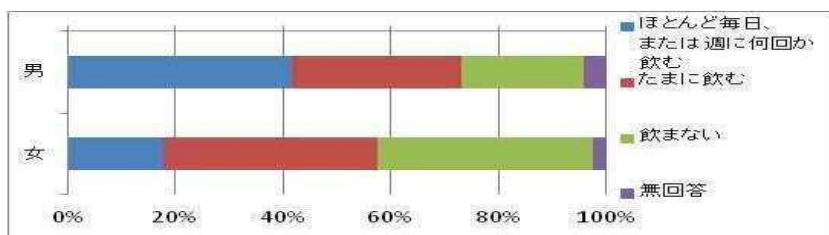
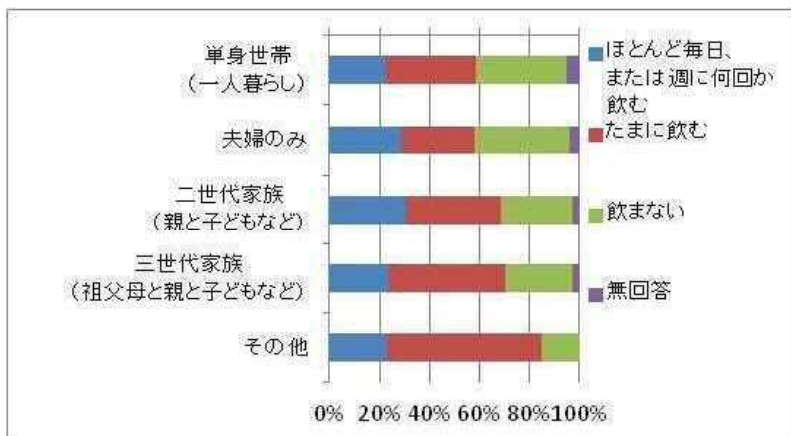


図 29 家族構成別の飲酒頻度



平成 28 年市政世論調査

・庁内各課の取組み

施策・事業とその内容	4 年間の評価・現在の課題・今後の方向性等	担当課
<p>< 特定健診・特定保健指導 > 糖尿病等の生活習慣病の発症や重症化を予防することを目的として、特定健診・特定保健指導で適正飲酒の指導を実施する。</p>	<p>特定健診・保健指導の受診者(実施率)は、平成 23 年度 21,179 人 (22.5%)・302 人 (10.8%) から平成 27 年度 24,103 人 (27.5%)・441 人 (14.5%) と徐々に向上している。特定健診において、特に肝機能検査高値者や多量飲酒者などが発見できた場合は、AUDIT を用いて積極的にアルコールが身体に及ぼす影響や適正飲酒量に関する理解を促す取組みを行う。同時に、肝機能検査において問題がなかったり多量飲酒者でなかったりする場合であっても、適正飲酒量などアルコールに関する正しい知識を身につけてもらうことを目指す。</p> <p>生活保護受給者のうち 40 歳以上の受給者がいる世帯に対し、生活習慣病予防、生活習慣病重症化予防のための案内文を配布しており、今後も継続することにより、事業の周知を図っていきたい。</p>	<p>保険管理課 保健センター 健康づくり課 生活福祉室</p>
<p>< 東大阪市アルコール関連問題会 ></p>	<p>アルコール問題は自殺のハイリスク要因であ</p>	<p>健康づくり課</p>

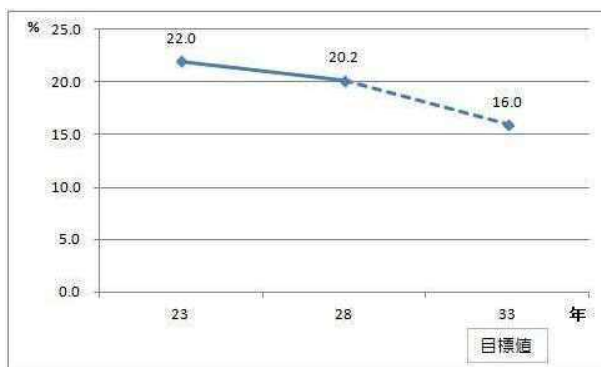
<p>議（東大阪市こころの健康推進連絡協議会アルコール問題予防部会）> 市担当課と自助組織（断酒会等）及びアルコール専門医療機関、地域関係機関がともに酒害対策についての連携を深め、アルコールによる健康問題の予防啓発に取組む。</p>	<p>ることから、引き続き自殺予防対策との連動で取組みを進めるとともに、アルコール健康障害啓発紙「ひあかもか通信」の発行を継続していく。また、小学校等教育関係をはじめ様々な機関に対し出前講座を行うなど、広くアルコール問題に関する知識の普及に努める。平成26年アルコール健康障害対策基本法が施行されたことにもない、今後、大阪府において策定される「アルコール健康障害対策推進計画」に沿う形で、具体的な取組みの検討を行う。</p>	<p>保健センター 福祉事務所</p>
<p><市民グループの育成と支援> 市民グループが行うアルコールによる健康問題の啓発に関する取組みを支援する。</p>	<p>健康トライ21市民連絡会と行政が協働で平成25年度より取組んだ「健康トライくらぶ」は、継続開催してきたことで健康づくりの気運が醸成されてきた。この活動が評価され第2回大阪府健康づくりアワードにて大阪府知事賞（最優秀賞）を受賞した。今後もアルコールによる健康問題の啓発についての取組みを支援し、市民へのアルコール問題に関する知識の普及啓発を目指す。</p>	<p>保健センター 健康づくり課</p>
<p><思春期教育（健康教育）> 地域の保育所や学校園、大学等に出向き、思春期の性、性感染症、たばこ、薬物、アルコール等に関する正しい知識の普及啓発を行う。（医薬品の適正使用、たばこ、薬物、アルコール等に関する正しい知識の普及啓発を行う。）</p>	<p>薬物乱用防止啓発事業として、小学校、中学校、高校生及び一般市民を対象とし、薬物のゲートウェイとなるたばこ及びアルコールについて、学校等に出向いて必要な教育を行っている。また「ダメ。ゼッタイ。」普及運動の一環として、東大阪市内8か所のコンビニで弁当等の購入者に対し、啓発記事を印刷した割り箸（計9,000膳）の配布活動を始め、今後も継続する予定。学生や一般に向けて、薬事監視員と保健師や薬剤師会との連携、薬学教育実務実習生の活用など様々な形で今後もすすめていきたい</p>	<p>環境薬務課</p>
<p><健康教育・健康相談> アルコールに関する正しい知識の提供と生活習慣改善に向けた支援を行う。</p>	<p>ふれあい祭りや健康フェスタ等のイベントでAUDITを実施することで若い層への啓発の機会や、多量飲酒者が多い実態がつかめた。引き続きイベント等でAUDITの実施を行う。また、妊娠届の際にアンケートを実施し、その結果により飲酒者に対し保健指導をしており、今後も継続実施することによりアルコールによる健康問題の予防を目指す。</p>	<p>保健センター 健康づくり課 母子保健・感染症課</p>

(5) 喫煙

・重点目標の状況

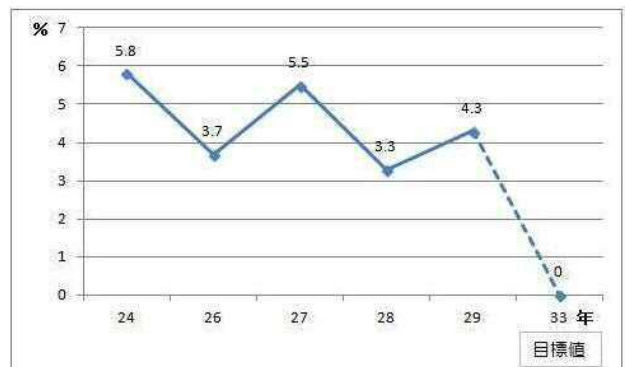
評価項目	データベース	ベース値	中間評価	目標値
成人の喫煙率の減少	市政世論調査	22.0% (平成 23 年)	20.2% (平成 28 年)	16.0% (平成 33 年)
妊婦の喫煙率の減少	妊娠届出書アンケート	5.8% (平成 24 年)	4.3% (平成 29 年)	0% (平成 34 年)
日常生活で受動喫煙 (医療機関・行政機関・職場・家庭・飲食店)の機会を有する人の割合の減少	病院における禁煙化及び禁煙サポート調査	医療機関 4.0% (平成 24 年)	医療機関 4.3% (平成 29 年)	医療機関 0% (平成 34 年)
	健康トライ 2 1 (第 2 次) 市民アンケート調査	職場 (ほぼ毎日) 20.7% 家庭 (ほぼ毎日) 24.0% 飲食店 (ほぼ毎日) 57.4% (平成 24 年)	職場 (ほぼ毎日) 17.4% 家庭 (ほぼ毎日) 19.8% 飲食店 (ほぼ毎日) 54.1% (平成 29 年)	職場 0% 家庭 9.0% 飲食店 21.0% (平成 34 年)

図 30 成人の喫煙率



市政世論調査

図 31 妊婦の喫煙率



妊娠届出書アンケート

図 32 日常生活で受動喫煙の機会を有する人の割合

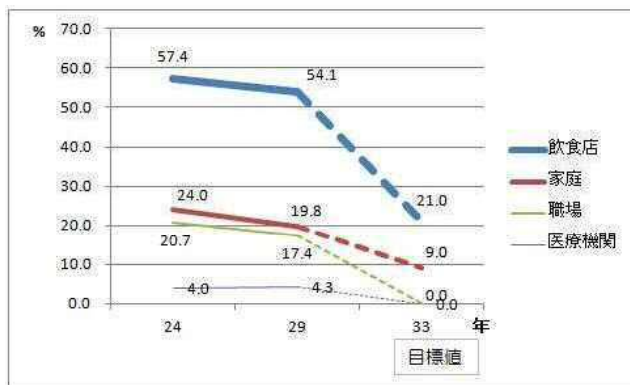
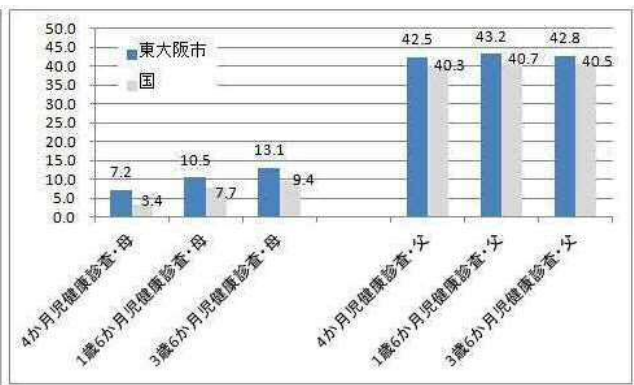


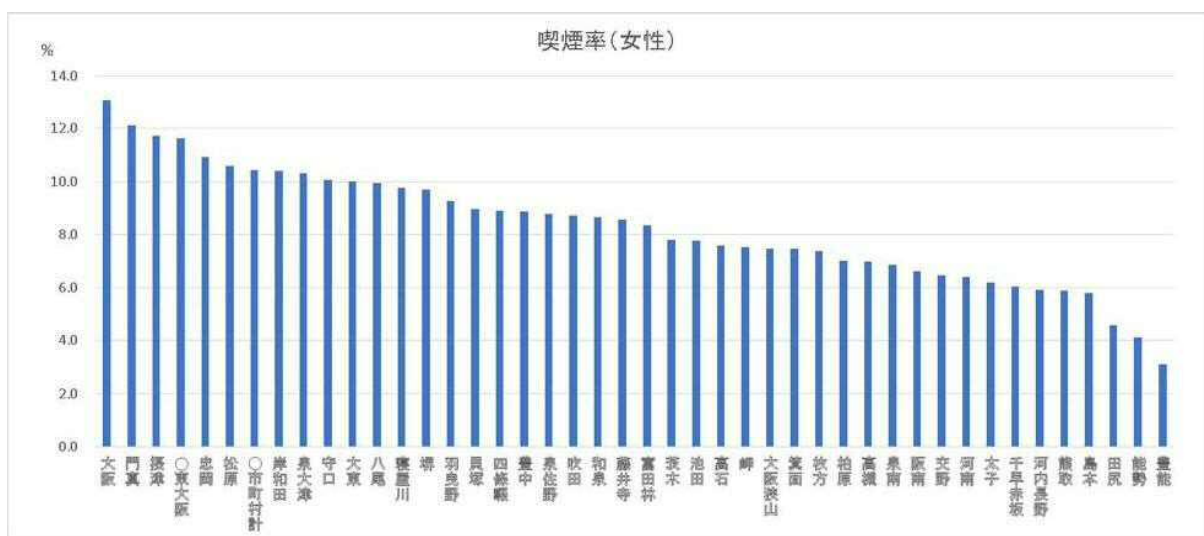
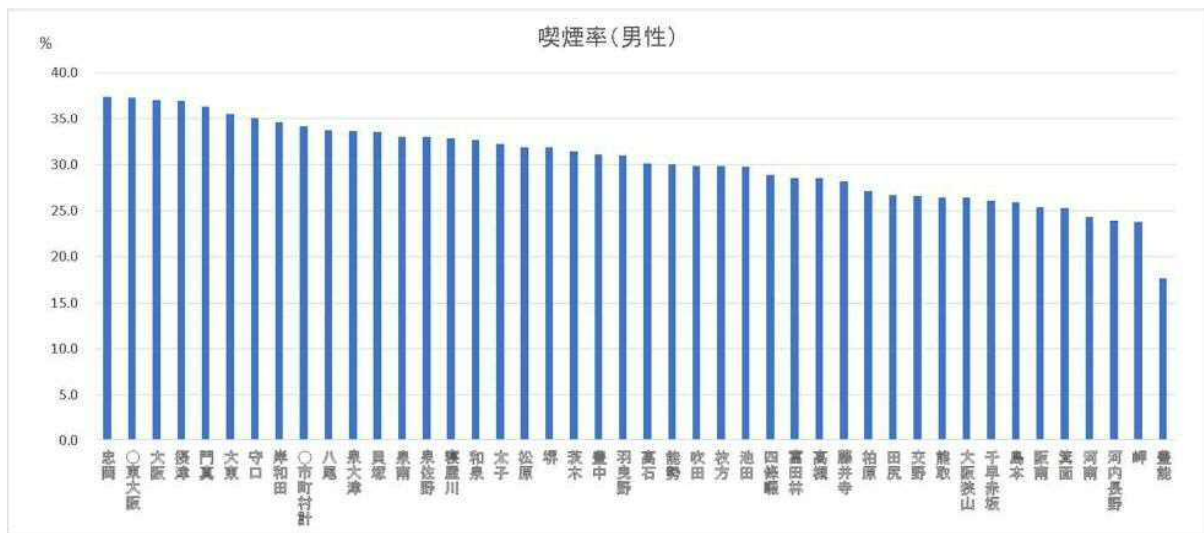
図 33 乳幼児健康診査ごとの保護者の喫煙率



健康トライ21 (第2次) 中間評価市民アンケート
および病院における禁煙化及び禁煙サポート調査

平成 28 年度すこやか親子21問診票

図 34 市町村ごとの喫煙率 【市町村国保+協会けんぽ】



・5年間の取組み

平成15年5月に施行された健康増進法を受け、所内事業だけでなく世界禁煙デーや禁煙週間、ふれあい祭り、健康フェスタなど広く機会を捉え様々な年代層に禁煙対策や受動喫煙防止を推進してきました。ライフステージ毎に5年間の取組みについて記します。

① 妊娠～乳幼児期

- ・妊娠届出時の禁煙指導、禁煙支援
- ・すこやか親子トライメールによる禁煙啓発
- ・子育てガイド（すくすく☆トライ）による禁煙啓発
- ・こんにちは赤ちゃん訪問時に禁煙啓発
- ・乳幼児健康診査での保護者への禁煙指導と受動喫煙の害についての啓発
- ・市民グループによる人形劇での禁煙および受動喫煙防止の啓発

② 学童期、思春期

- ・小学校、中学校、高等学校の希望校へ禁煙教育の実施
- ・市民グループによる禁煙劇での禁煙、受動喫煙防止の啓発
- ・市内大学との共働による大学生へのスモーカーライザー（呼気中一酸化炭素濃度測定）の実施とともに禁煙啓発

③ 成人期、高齢期

- ・特定健診、特定保健指導における禁煙指導の実施
- ・個別禁煙指導
- ・肺がん検診時等の禁煙指導の実施
- ・地区健康相談時の禁煙相談、指導

・評価と今後の方向性

○妊娠中の喫煙率については、ほぼ横ばい状態で、引き続き母子健康手帳交付時には積極的に禁煙を促していく必要があります。また、平成27年7月より開始したすこやか親子トライメールの配信事業では、妊娠中5回、産後1回の禁煙啓発を行っています。平成27年度には妊婦およびその家族で324件、産婦およびその家族で941件の登録があり、禁煙、受動喫煙防止のための啓発を行いました。今後も妊産婦および配偶者、家族にあらゆる機会を捉えて禁煙、受動喫煙防止のための啓発を行っていきます。

○乳幼児健康診査時には喫煙している保護者への禁煙指導と受動喫煙の害を啓発しています。東大阪市は図33にあるように全国に比べ乳幼児の保護者の喫煙率が高く、乳幼児健康診査時の個別禁煙指導を今後も実施していきます。

○市民グループにおける3歳6か月児健康診査、幼稚園、保育所での禁煙、受動喫煙防止についての人形劇では、喫煙を始める前の若い層に向けて喫煙の害について情報提供する機会となり、子どもからその保護者への禁煙啓発につながっていると考えます。今後も保護者の禁煙や産婦の再喫煙の防止のために、積極的に取り組んでいきます。

○小学校等への禁煙教育は、毎年5～6校からの依頼があり実施してきましたが、たばこをテーマにした依頼が減っていることから幼稚園、小学校、中学校の養護教諭との連絡会で、学校独自での取組み

について情報交換し、禁煙啓発の機会がない学校への働きかけをしていくことも必要です。

○保健所、保健センターの既存事業以外の場所（イベントや大学など）で禁煙啓発、禁煙指導は、今まで啓発を行う機会の少なかった若い層の喫煙者や健康へ関心が薄い喫煙者に働きかける機会であり、スパイロメーター（肺年齢測定）やスモーカーライザー（呼気中一酸化炭素濃度測定）などのツールを活用し、喫煙が及ぼす影響について意識づけしていくことが必要です。

○特定健診、特定保健指導における禁煙指導の実施については、医師からの勧めとともに指導することで効果があると言われています。健診時の指導や特定保健指導時においては生活習慣病と喫煙の因果関係があることもあり、喫煙を生活習慣病のリスクとして捉えやすいことから禁煙指導の重要な機会として介入していきます。

○受動喫煙の機会を有する人の割合は、平成 24 年度と比較して医療機関では横ばい、職場、家庭、飲食店では減少しました。2019 年ラグビーワールドカップや 2020 年東京オリンピック・パラリンピックの開催に向けて、今後も引き続き、医療機関や関係団体、庁内各課と連携し、禁煙と合わせて啓発していきます。

大阪府下の市町村の中で東大阪市の喫煙率は男女ともに高い状態にあります。あらゆる機会を捉えて禁煙及び受動喫煙防止の啓発を行い喫煙率の減少をめざします。

・庁内各課の取組み

施策・事業とその内容	4 年間の評価・現在の課題・今後の方向性等	担当課
<p><特定健診・特定保健指導> 糖尿病等の生活習慣病の発症や重症化を予防することを目的として特定健診・特定保健指導で禁煙指導を実施する。</p>	<p>特定健診受診者のうち現在たばこを習慣的に吸っている人（率）は、平成 23 年度 3,516 人(16.6%)、平成 27 年度 4,026 人(16.7%)と率としては横ばいとなっている。</p> <p>特定健診・特定保健指導の受診者(実施率)は、平成 23 年度 21,179 人(22.5%)・302 人(10.8%)から平成 27 年度 24,103 人(27.5%)・441 人(14.5%)と徐々に向上している。生活習慣病予防、生活習慣病重症化予防のため今後も実施率向上に努める。</p> <p>生活保護受給者のうち 40 歳以上の受給者がいる世帯に案内文を配布し、今後も生活習慣病予防、生活習慣病重症化予防のため事業の周知を図っていく。</p>	<p>保険管理課 保健センター 健康づくり課 生活福祉室</p>
<p>世界禁煙デーに合わせて禁煙啓発</p>	<p>市役所総合庁舎周辺に禁煙啓発ののぼりの掲揚。市役所総合庁舎敷地内の受動喫煙の機会ゼロをめざす。</p> <p>職員向けの健康教育や禁煙バッジ等の配布。</p>	<p>職員健康室 保健センター 健康づくり課</p>

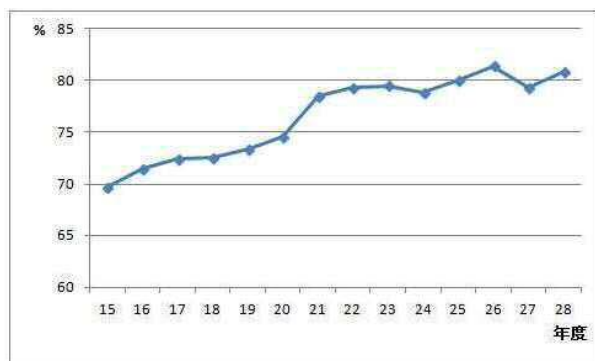
(6) 歯・口腔の健康

・重点目標の状況

評価項目	データベース	ベース値	中間評価	目標値
60歳代における「食べ物がよく噛めない」と感じている人の割合の減少	東大阪市成人 歯科健診	9.6% (平成23年度)	4.3% (平成27年度)	★4.0% (平成33年度)
よく噛んで味わって食べる人の割合の増加	食育推進計画 市民アンケート	43.0% (平成23年度)	46.2% ①60歳未満 43.7% ②60歳以上 54.7% (平成28年度)	50.0% ①60歳未満 ★55.0% ②60歳以上 ★60.0% (平成33年度)
ア 80歳で20歯以上の自分の歯を有する人の割合の増加 イ 60歳で24歯以上の自分の歯を有する人の割合の増加 ウ 40歳で喪失歯のない人の割合の増加	東大阪市成人 歯科健診	ア 39.4% イ 63.4% ウ 75.3% (平成23年度)	ア 44.4% イ 64.3% ウ 89.2% (平成28年度)	ア 50.0% イ 70.0% ウ ★86.0% (平成33年度)
ア 40歳代における進行した歯周病を有する人の割合の減少 イ 60歳代における進行した歯周病を有する人の割合の減少	東大阪市成人 歯科健診	ア 53.0% イ 65.2% (平成23年度)	ア 56.9% イ 61.1% (平成28年度)	ア 40.0% イ 55.0% (平成33年度)
ア 3歳児でむし歯がない児の割合の増加 イ 12歳(中学1年生)でむし歯のない児の割合の増加	ア 3歳6か月児歯科健康 診査 イ 大阪府学 校保健歯科医 会データ(東 大阪市)	ア 79.5% イ 61.2% (平成23年度)	ア 80.9% (平成28年度) イ 報告方法 変更により把 握不可	ア 85.0% (平成33年度) イ ★廃止
過去1年間に歯科健康診査や専門家による口腔ケアを受けた人の割合の増加(20歳以上)	健康トライ2 1(第2次) 市民アンケート	59.9% (平成24年)	61.9% (平成29年)	65.0% (平成34年)

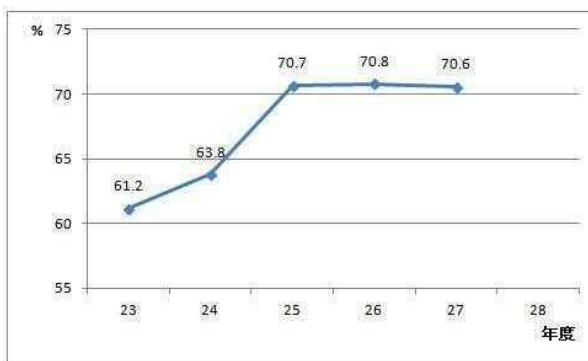
★：評価項目や目標値等に変更・修正がある

図 35 むし歯のない幼児の割合



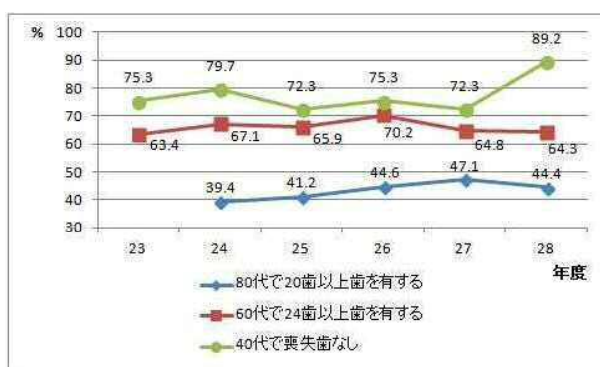
東大阪市 3 歳 6 か月児歯科健康診査

図 36 12 歳で虫歯がない児の割合



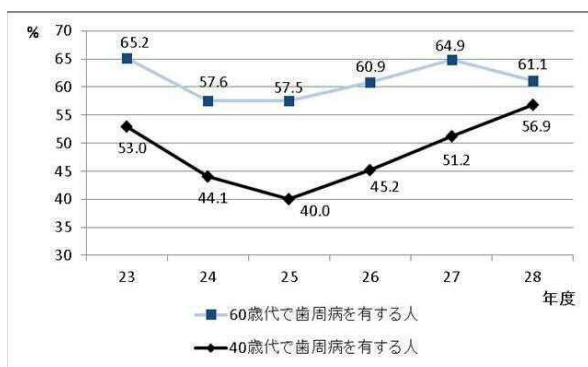
大阪府学校健康歯科医会データ(東大阪市)

図 37 自分の歯を有する人の割合



東大阪市成人歯科検診

図 38 進行した歯周病を有する人の割合



東大阪市成人歯科検診

・5 年間の取組み

市民が自己の健康管理による歯・口の健康づくりの重要性の理解を深め、毎日の生活の中で実践していけるよう、市民・関係機関・行政が一体となって歯科口腔保健のさらなる向上に取組むために平成 26 年 3 月に東大阪市歯科口腔保健計画「歯っぴいトライ」を策定しました。ライフステージ毎に応じた計画を作り推進しています。また、歯と口の健康は、食事を摂り身体の機能を維持するのみでなく、食べる楽しみや人と会話するなど社会生活を豊かにし生活の質を保つために不可欠であり、「東大阪市食育推進計画」とも連動し取組みを推進しています。

① 妊娠～乳幼児期

- ・ 妊婦歯科健康診査受診券の交付
- ・ 離乳食講習会の実施
- ・ 地区健康相談時に歯・口腔、栄養相談の実施
- ・ 乳幼児健康診査時に歯科健康診査、歯科健康相談の実施
- ・ 2 歳児の歯科健康相談の実施

② 学童期、思春期

- ・ 地域のフェスタ等を通して歯・口腔の健康づくりの啓発

③ 成人期、高齢期

- ・ 成人歯科健康診査
- ・ 成人歯科健康診査受診者（75 歳、80 歳）に対して口腔機能向上について啓発

- ・歯科口腔健康教育
- ・市民グループによる口腔体操の普及啓発

④ 障害のある人

- ・障害福祉サービス事業所の利用者および職員への歯科健康相談、健康教育の実施

・評価と今後の方向性

○平成 28 年 7 月より市内委託医療機関において個別妊婦歯科健康診査を開始し、平成 28 年度は 9 か月で 600 人の受診があり、妊娠期の歯科健康診査受診者は増加しています。妊娠期からの歯・口腔の健康管理が産後、親子の歯・口腔の健康管理に繋がるよう引き続き受診の啓発を行っていきます。

3 歳児・12 歳児でむし歯のないものの割合は改善していますが、ここ数年は横ばい状態です。また、平成 28 年度より乳幼児健康診査で実施しているすこやか親子 21 のアンケートにおいて、「1 歳 6 か月児健康診査で保護者が毎日仕上げ磨きをしていますか」の問いに 69.5%がしていると回答しており、国の平成 27 年度まとめ 73.3%に比べ低く、自分できちんと磨けるようになる年齢までの仕上げ磨きの必要性を早い時期から啓発していけるように努めます。

○30・35 歳の成人歯科健康診査の拡充、個別妊婦歯科健康診査の開始により、若い世代から歯科健康診査を受ける機会が増え、それに伴い早い時期からの歯周病予防に対する意識づけができる機会が増加しました。

今回のアンケートでは、「過去 1 年間に歯科健康診査や専門家による口腔ケアを受けた人」の割合は増加しているものの、歯の喪失防止については、図 37 より、推移はほぼ横ばいですが、平成 28 年度の結果はいずれも策定時より改善しています。歯周病については図 38 より、40 歳代においては策定時よりやや増加傾向にあります。若い世代からの歯周病予防が 60 歳、80 歳の歯の喪失防止につながることから、歯の喪失防止や誤嚥性肺炎予防のための口腔ケアについての知識普及を行っていきます。東大阪市成人歯科受診数は年間 2,800 人台～3,400 人台で推移しており、今後、さらに受診数を増加していく必要があります。がん検診・特定健診の受診開始年齢（40 歳）において成人歯科健康診査の受診数を増やし、身体の健康管理とともに歯・口腔の健康管理についても意識づけができるよう啓発していきます。

60 歳代における「食べ物がよく噛めない」と感じている人の割合の減少、よく噛んで味わって食べる人の割合の増加については改善傾向にあります。健康寿命の延伸に向けた口腔ケアやよく噛んで味わって食べる食習慣が口腔機能の維持・向上に繋がっていることを引き続き啓発していきます。

高齢者に対する口腔機能向上についての啓発は、介護予防事業の機会や、市民グループによる口腔体操の普及への取組み等により広がりがつつあります。しかし、一人では継続しにくく、引き続き介護予防のツールとして、筋力低下予防の体操や認知症予防（健脳エクササイズ）などと合わせて介護予防事業に取り入れ実施していきます。

○障害福祉サービス事業所への歯科健康相談・健康教育は平成 26 年度より 3 年間で 11 事業所の利用者と職員に、また 2 事業所に職員対象の講習会を実施し、歯の健康について聞く良い機会となったなどの意見が聞かれました。今後も健康情報が得にくい層へのアプローチとして実施し、歯・口の健康管理から自身の健康管理へ意識づけとなるよう支援していきます。

また、阪神淡路大震災より、肺炎予防のための震災時の口腔ケアの重要性が明らかになりました。災害時の口腔ケアについては平時より啓発をすすめていくことが必要で、介護予防事業や地域のフェスタ

等において非常用持ち出しには歯ブラシ・洗口剤の準備をするなど歯・口の健康教育の機会をとらえて啓発を行っており、今後も引き続き啓発を行っていきます。

・庁内各課の取組み

施策・事業とその内容	4年間の評価・現在の課題・今後の方向性等	担当課
<p><介護予防事業> 65歳以上の介護認定を受けていない高齢者に基本チェックリストを送付し、口腔機能低下のリスクがある者に対し介護予防事業を紹介。口腔機能の向上プログラムは、平成26年度で個別プログラムを終了したが、平成27年度からは一般介護予防として集団プログラムを実施。介護予防事業の中で歯・口の健康に関する啓発を行っている。</p>	<p>今後も一般高齢者を対象として、口腔機能向上プログラムを実施予定。また、終了後も担当地域の地域包括支援センターが参加者のフォローを実施し口腔機能の維持・向上に努める。口腔機能向上プログラムだけでなく、介護予防事業の中であらゆる機会を通して歯・口の健康に関する情報提供を継続し行っていく。</p>	<p>地域包括ケア推進課 保健センター 健康づくり課</p>
<p><保育所における歯科保健対策> 保育所在籍児に対し歯科健康診査を実施する</p>	<p>年に2回の歯科健康診査。 6月の歯みがき週間で保健師や医師による歯みがき啓発活動。今後も継続する。</p>	<p>保育室</p>
<p><学校保健対策> 園児・児童・生徒を対象に歯科健康診断を実施する。 ①歯科健康診断を年一回実施。 ②歯科健康管理指導（歯みがき指導）の実施及び歯科健康管理指導教材の配布。歯科健康管理指導（歯科保健の講話及び歯みがき指導）は、中学校・高等学校の1年生、幼稚園・小学校の2年生を対象に実施。歯科健康管理指導教材の配布は、中学校の2、3年生、高等学校の2、3年生対象に行った。</p>	<p>歯科健康診断、歯科健康管理指導及び指導教材の配布は従前から行っているが、園児・児童・生徒の歯と口腔の健康づくりで成果をあげている。平成28年度には森河内小学校が大阪府からの「生きる力をはぐくむ歯・口の健康づくり推進事業」の発表校の推薦を受け、発表することで府下広範囲の学校等に周知できた。今後も継続し実施していく。</p>	<p>教職員課</p>

6. 評価項目一覧

Ⓐ: 目標達成 A:改善 B:変化なし C:悪化 D:評価困難

【健康寿命の延伸と健康格差の縮小の実現に関する目標】

(1) 健康寿命の延伸

項目	ベース値	中間値	中間評価	計画当初の目標値	修正した目標
日常生活動作が自立している期間の平均の延伸	健康寿命 男性76.65年、女性81.73年 〈65歳健康余命〉 男性16.05年、女性18.98年 〈65歳不健康な期間〉 男性2.02年、女性3.97年 (大阪府算出 平成22年)	健康寿命 男性77.83年、女性82.25年 〈65歳健康余命〉 男性16.37年、女性19.34年 〈65歳不健康な期間〉 男性1.93年、女性3.96年 (大阪府算出 平成27年)	A・A	平均寿命の延び以上に日常生活動作が自立している期間の平均が延伸する (平成33年)	データソースの変更 (市算出から大阪府算出へ変更)

【主要な生活習慣病の発症予防と重症化予防に関する目標】

(1) がん

項目	ベース値	中間値	中間評価	計画当初の目標値	修正した目標
① 75歳未満のがんの年齢調整死亡率の減少 (人口10万人当たり)	84.6 (市算出) (平成23年度) 〈国算出標準化死亡比〉 男性108.6、女性110.5 (平成20~24年)	〈国算出標準化死亡比〉 平成30年に算出予定のため 平成30年度に評価する (平成25~29年)	評価延期	75.0 (平成27年度)	データソースの変更 (市算出から国算出へ変更) 平成30年度目標修正予定
② がん検診受診率の向上	胃がん 11.1% 肺がん 1.6% 大腸がん 15.3% 子宮頸がん 女性 25.5% 乳がん 女性 16.2% (平成23年度)	胃がん 11.2% 肺がん 14.7% 大腸がん 17.2% 子宮頸がん 女性 28.2% 乳がん 女性 24.4% (平成27年度)	A Ⓐ A A Ⓐ	胃がん 12.7% 肺がん 3.2% 大腸がん 20.0% 子宮頸がん 女性 30.0% 乳がん 女性 20.2% (平成27年度)	胃がん 15.0% 肺がん 16.0% 大腸がん 20.0% 子宮頸がん 女性 30.0% 乳がん 女性 25.0% (平成33年度)

(2) 循環器疾患

項目	ベース値	中間値	中間評価	計画当初の目標値	修正した目標
① 脳血管疾患・虚血性心疾患の年齢調整死亡率の減少 (人口10万人当たり)	脳血管疾患 男性50.3 女性27.5	〈国算出標準化死亡比〉 平成30年度に算出予定 (平成25~29年)	評価延期	脳血管疾患 男性42.3 女性25.2	データソースの変更 (市算出から国算出へ変更) 平成30年度目標修正予定

① 脳血管疾患・虚血性心疾患の年齢調整死亡率の減少（人口10万人当たり）	虚血性心疾患 男性59.8 女性25.9 （平成22年度） <国算出標準化死亡比> 脳血管疾患 男性95.9 女性91.4 心疾患 男性116.9 女性117.5 （平成20～24年）	<国算出標準化死亡比> 平成30年に算出予定のため 平成30年度に評価する （平成25～29年）	評価延期	虚血性心疾患 男性51.6 女性23.2 （平成32年度）	データソースの変更 （市算出から国算出へ変更） 平成30年度目標修正予定
② 高血圧の改善（収縮期血圧の平均値の低下）	男性 131mmHg 女性 129mmHg （平成22年度）	男性 131mmHg 女性 127mmHg （平成28年度）	B A	男性 127mmHg 女性 125mmHg （平成32年度）	
③ 脂質異常症の減少（LDLコレステロール160mg/dl以上の人の割合の減少）	男性 12.1% 女性 18.4% （平成22年度）	男性 10.3% 女性 14.4% （平成28年度）	A A	男性 9.0% 女性 13.8% （平成32年度）	
③ メタボリックシンドロームの予備群及び該当者の減少	28.8% （平成22年度）	29.4%（平成27年度）	C	22.7% （平成27年度）★	28.5% （平成32年度）
④ 特定健診・特定保健指導の実施率の向上	特定健診の実施率 21.8%（平成22年度）	特定健診の実施率 27.5%（平成27年度） <u>特定健診を3年間で1度以上受診したことがある割合</u> 41.3%（平成23～25年度）	A	特定健診の実施率 60%（平成29年度） 特定保健指導の実施率 60%（平成29年度）	特定健診の実施率 40%（平成32年度） 特定保健指導の実施率 40%（平成32年度）
	特定保健指導の実施率 10.5%（平成22年度）	特定保健指導の実施率 14.5%（平成27年度）	A		東大阪市第3期特定健康診査等実施計画

（3）糖尿病

項目	ベース値	中間値	中間評価	計画当初の目標値	修正した目標
① 糖尿病に関する情報提供の増加	35回／年（平成23年度）	54回／年（平成28年度）	Ⓐ	40回／年（平成28年度）	60回／年（平成34年度）
② 糖尿病および糖尿病が否定できない人の割合の増加の抑制	25.1%（平成22年度）	26.5%（平成28年度）	C	25.0%（平成32年度）	
③ 血糖コントロール指標におけるコントロール不良者の割合の減少（HbA1cがJDS値8.0%（NGSP値8.4%）以上の者の割合の減少）	1.32% （平成22年度）	1.14% （平成28年度）	Ⓐ	1.20% （平成32年度）	1.08% （平成32年度）

(4) COPD

項目	ベース値	中間値	中間評価	計画当初の目標値	修正した目標
① COPDの認知度の向上（言葉も意味も知っていた及び言葉は知っていた人の割合）	29.4% (平成24年)	29.4% (平成29年)	B	80.0% (平成34年)	
② スパイロメータ測定をした人の累積人数	460人 (平成23年度)	2,626人 (平成28年度)	A	3,000人 (平成34年度)	

【社会生活を営むために必要な機能の維持・向上に関する目標】

(1) こころの健康

項目	ベース値	中間値	中間評価	計画当初の目標値	修正した目標
① 人口10万人あたりの自殺者の減少（自殺率）	24.8 (平成22年)	14.9 (平成28年)	Ⓐ	19.7 (平成28年)	11.6 (平成34年)
② 自殺予防のゲートキーパー養成研修修了者の累積人数	469人 (平成23年度)	1,371人 (平成27年度)	Ⓐ	789人 (平成27年度)	1,860人 (平成34年度)
③ 気分障害・不安障害に相当する心理的苦痛を感じている人（K6における10点以上）の割合の減少	10.7% (平成24年)	13.4% (平成29年)	C	9.6% (平成34年)	

(2) 次世代の健康

項目	ベース値	中間値	中間評価	計画当初の目標値	修正した目標
① 朝食を習慣的に欠食している子どもの割合の減少	保育園児3.5%、幼稚園児1.0% 小学生4.1% 中学生10.4% 青年期男性25.7% 青年期女性12.3% (平成23年)	保育園児2.6%、幼稚園児1.8% 小学生6.2% 中学生7.6% 青年期男性33.8% 青年期女性10.7% (平成28年度)	A・C C Ⓐ C A	保育園児1.5%、幼稚園児0.5% 小学生3.0% 中学生8.0% 青年期男性17.0% 青年期女性10.0% (平成28年度)	保育園児・幼稚園児1.5% 小学生4.0% 中学生6.0% 青年期男性30.0% 青年期女性10.0% (平成33年度)
② 適正体重の子どもの増加 ア 全出生数中の低出生体重児の割合の減少	9.0% (平成23年度)	7.78% (平成28年度)	Ⓐ	減少傾向へ (平成33年度)	
イ 肥満傾向（肥満度20%以上）にある子どもの割合の減少	幼稚園2.3%、小学校7.2% 中学校9.4%（平成23年度）	幼稚園2.1%、小学校7.5% 中学校8.9%（平成28年度）	Ⓐ・C Ⓐ	減少傾向へ (平成33年度)	

(3) 高齢者の健康

項目	ベース値	中間値	中間評価	計画当初の目標値	修正した目標
① 要支援・要介護認定者数の増加の抑制（各年9月末現在）	22,529人 19.6% （平成23年）	28,638人 20.8% （平成28年）	C	29,000人 （平成33年）	
② 認知機能低下ハイリスク高齢者の把握率の向上	3.3% （平成23～25年度推計値）	制度改正によりデータ収集が不可となる	D	10.0% （平成29～31年度）	廃止
③ ロコモティブシンドローム（運動器症候群）を認知している市民の割合の増加	13.8% （平成24年）	32.9% （平成29年）	A	80.0% （平成34年）	
④ 低栄養傾向（BMI20以下）の高齢者の割合の増加の抑制	15.8% （平成23年度）	制度改正によりデータ収集が不可となる	D	20.0% （平成33年度）	廃止
⑤ 外出を控えている理由が足腰の痛みである高齢者の割合の減少	54.4% （平成23年）	71.7% （平成29年）	C	45.0% （平成32年）	
⑥ 地域の何らかの行事等に参加したことがある高齢者の割合の増加	47.1% （平成23年）	38.3% （平成29年）	C	60.0% （平成32年）	
⑦ 認知症高齢者の日常生活自立度Ⅱ以上の要支援・要介護認定者数		要支援689人 要介護10,976人（平成28年）	新規		現状維持 （平成33年）

【健康を支え、守るための社会環境の整備に関する目標】

項目	ベース値	中間値	中間評価	計画当初の目標値	修正した目標
① 地域のつながりの強化（居住地域で互いに助け合っていると考える人の割合の増加）	41.5% （平成24年）	43.9% （平成29年）	A	65.0% （平成34年）	
② 健康づくりを目的とした活動に主体的に関わっている市民の割合の増加	健康づくりを主体とした市民グループ数 17団体、会員数1,475人 （平成23年度）	健康づくりを主体とした市民グループ数 23団体、会員数1,367人 （平成29年度）	Ⓐ・C	健康づくりを主体とした市民グループ数 22団体、会員数1,840人 （平成34年度）	健康づくりを主体とした市民グループ数 25団体

【栄養・食生活、身体活動・運動、休養、飲酒、喫煙及び歯・口腔の健康に関する生活習慣及び社会環境の改善に関する目標】

(1) 栄養・食生活

項目	ベース値	中間値	中間評価	計画当初の目標値	修正した目標
① 適正体重を維持している人割合の増加（肥満（BMI25以上）、やせ（BMI18.5未満）の減少）	68.3% （平成22年度）	67.0% （平成28年度）	C	増加へ （平成32年度）	

②適切な量と質の食事を摂る人の増加 ア 主食・主菜・副菜を組合せた食事が1日2回以上の日が週に4～5日ある人の割合の増加	65.8% (平成23年度)	75.2% (平成28年度)	Ⓐ	75.0% (平成28年度)	78.0% (平成33年度)
イ 食塩の多量摂取につながる食行動のうち、3項目以上当てはまる人の割合の減少	34.7% (平成24年)	31.3% (平成29年)	A	30.0% (平成34年)	
ウ 野菜を1日1回またはほとんど食べない人の割合の減少	小学生10.4%、中学生19.5% 青年期男性37.8% 青年期女性33.7% (平成23年度)	小学生15.2%、中学生15.0% 青年期男性46.5% 青年期女性32.8% (平成28年度)	C . A C A	小学生5.0%、中学生10.0% 青年期男性20.0% 青年期女性20.0% (平成28年度)	小学生・中学生10.0% 青年期男性40.0% 青年期女性28.0% (平成33年度)
エ 果物を食べる回数が週3回以下の人の割合の減少	65.0% (平成24年)	69.2% (平成29年)	C	30.0% (平成34年)	
③食環境の整備 ア 毎日家族のだれかと一緒に食べる割合の増加	小学生95.1% 中学生82.5% (平成23年度)	小学生93.3% 中学生87.7% (平成28年度)	C A	小学生100% 中学生90.0% (平成28年度)	小学生96.0% 中学生90.0% (平成33年度)
イ 外食をする時や食品を購入する時に栄養成分表示を参考にする人の割合の増加	53.0% (平成23年度)	65.6% (平成28年度)	A	80.0% (平成33年度)	青年期65.0% 40歳以上75.0% (平成33年度)
ウ利用者に応じた食事の計画、調理及び栄養の評価、改善を実施している特定給食施設（その他の給食施設含む）の割合の増加	17.3% (平成23年度)	26.9% (平成28年度)	Ⓐ	増加へ (平成33年度)	
健康教育・相談実績数		8,707人（平成28年度）			

(2) 身体活動・運動

項目	ベース値	中間値	中間評価	計画当初の目標値	修正した目標
運動習慣のある人の割合の増加	18.0% (再) 60歳以上 27.1% (平成23年度)	28.2% (再) 60歳以上 36.6% (平成28年度)	Ⓐ	28.0% (再) 60歳以上 37.0% (平成33年度)	31.0% (平成33年度)
健康教育・相談実績数		13,619人（平成28年度）			

(3) 休養

項目	ベース値	中間値	中間評価	計画当初の目標値	修正した目標
睡眠による休養を十分とれていない人の割合の減少	24.2% (平成24年)	27.5% (平成29年)	C	15.0% (平成34年)	
健康教育・相談実績数		861人(平成28年度)			

(4) 飲酒

項目	ベース値	中間値	中間評価	計画当初の目標値	修正した目標
① 多量飲酒する人(3合以上)の割合の減少	男性10.6%、女性2.8% (平成23年)	男性4.5%、女性1.5% (平成28年)	Ⓐ Ⓐ	男性8.5%、女性2.2% (平成33年)	男性女性ともに 中間評価時の値を維持 (平成33年)
② 東大阪市版AUDIT累積実施数	130人(平成23年度)	561人(平成28年度)	A	3,300人(平成33年度)	
③ 妊娠中の飲酒をなくす	2.3%(平成24年)	1.9%(平成29年)	A	0%(平成34年)	

(5) 喫煙

項目	ベース値	中間値	中間評価	計画当初の目標値	修正した目標
① 成人の喫煙率の減少	22.0%(平成23年)	20.2%(平成28年)	A	16.0%(平成33年)	
② 妊婦の喫煙率の減少	5.8%(平成24年)	4.3%(平成29年)	A	0%(平成34年)	
③ 日常生活で受動喫煙(家庭・職場・飲食店・行政機関・医療機関)の機会を有する人の割合の減少	医療機関 4.0%	医療機関 4.3%	B	行政機関、医療機関 0%	
	職場(ほぼ毎日) 20.7%	職場(ほぼ毎日) 17.4%	A	職場 受動喫煙のない職場の実現	
	家庭(ほぼ毎日) 24.0%	家庭(ほぼ毎日) 19.8%	A	家庭 9.0%	
	飲食店(ほぼ毎日) 57.4% (平成24年)	飲食店(ほぼ毎日) 54.1% (平成29年)	A	飲食店 21.0% (平成34年)	
健康教育・相談実績数		3,611人(平成28年度)			

(6) 歯・口腔の健康

項目	ベース値	中間値	中間評価	計画当初の目標値	修正した目標
① 口腔機能の維持・向上 ア 60歳代における「食べ物がよく噛めない」と感じている人の割合の減少	9.6% (平成23年度)	4.3% (平成27年度)	Ⓐ	5.0% (平成33年度)	4.0% (平成33年度)
イ よく噛んで味わって食べる人の割合の増加	43.0% (平成23年度)	46.2% 60歳未満 43.7% 60歳以上 54.7% (平成28年度)	A	50.0% (平成28年度)	60歳未満 55.0% 60歳以上 60.0% (平成33年度)
② 歯の喪失防止 ア 80歳で20歯以上の自分の歯を有する人の割合の増加 イ 60歳で24歯以上の自分の歯を有する人の割合の増加 ウ 40歳で喪失歯のない人の割合の増加	ア 39.4% (平成23年度) イ 63.4% (平成23年度) ウ 75.3% (平成23年度)	ア 44.4% (平成28年度) イ 64.3% (平成28年度) ウ 89.2% (平成28年度)	A A Ⓐ	ア 50.0% (平成33年度) イ 70.0% (平成33年度) ウ 80.0% (平成33年度)	ウ 86.0% (平成33年度)
③ 歯周病を有する人の割合の減少 ア 40歳代における進行した歯周炎を有する人の割合の減少 イ 60歳代における進行した歯周炎を有する人の割合の減少	ア 53.0% (平成23年度) イ 65.2% (平成23年度)	ア 56.9% (平成28年度) イ 61.1% (平成28年度)	C A	ア 40.0% (平成33年度) イ 55.0% (平成33年度)	
④ 乳幼児・学齢期のむし歯のない児の増加 ア 3歳児でむし歯がない児の割合の増加 イ 12歳(中学1年生)でむし歯がない児の割合の増加	ア 79.5% (平成23年度) イ 61.2% (平成23年度)	ア 80.9% (平成28年度) イ 報告方法の変更により把握不可	A D	ア 85.0% (平成33年度) イ 70.0% (平成33年度)	廃止
⑤ 過去1年間に歯科健康診査や専門家による口腔ケアを受けた人の割合の増加(20歳以上)	59.9% (平成24年)	61.9% (平成29年)	A	65.0% (平成34年)	
健康教育・相談実績数		1,413人(平成28年度)			