

# 第1章 中間評価について

## 1 趣旨

平成28年3月策定の光市健康づくり推進計画（計画期間：平成28年度～令和7年度）について、計画最終年度（令和7年度）に向け、中間年（5年目）を迎えるため、中間評価を実施します。計画策定時設定の各指標の数値目標等の現状を把握し、計画期間前期5年間の取り組みもふまえて進捗状況を検証・評価するとともに、指標の達成に向けた課題について整理し、必要に応じて事業の見直しを行います。

また、新たに重点的に取り組む事業等を検討し、後期期間（令和3～7年度）における効果的な事業展開を図り、計画の目指す姿「あなたが主役 みんなが笑顔で元気に過ごせるまち 光」の実現を目指します。

## 2 評価の方法

### (1) 光市健康づくり推進計画市民協議会の開催

ア 第1回：令和2年10月8日

イ 第2回：令和2年12月24日（予定）

### (2) 光市健康づくり推進計画庁内会議の開催（令和2年11月16日）

### (3) 光市「健康・食育に関する市民アンケート」調査の実施

（市民の健康・食育に関する意識等の把握）

#### ア 成人アンケート【設問数43問】

・対象：20歳以上の市民2,100名（10歳刻み7階層・各300人）

・抽出方法：住民基本台帳から無作為抽出

・調査方法：郵送による配付・回収

・調査時期：令和2年6月（調査期間2週間程度）

・回収状況：計912名（回収率43.4%）

内訳 20歳代72名、30歳100名、40歳107名、50歳代130名、  
60歳代163名、70歳代168名、80歳以上165名、不明7名

#### イ 児童生徒アンケート【小学生用：設問数20問】【中高生用：設問数30問】

・対象：市内小学校3・6年生、中学校3年生、高校2年生、計1,791名

・方法：各学校を通じて実施

・調査時期：令和2年6月下旬～7月中旬

・回収状況：計1,725名（回収率96.3%）

内訳 小学生（3年生375名・6年生459名）834名、  
中学生451名、高校生440名

### (4) 中間評価報告書の作成：令和3年3月報告予定

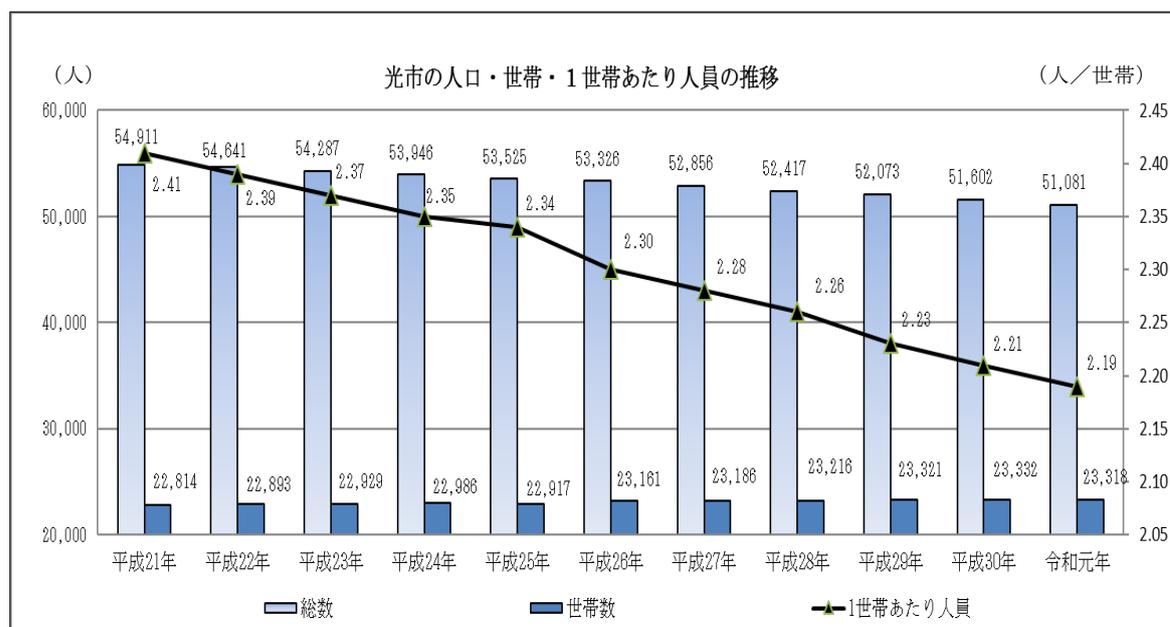
### (5) 令和3年度：健康づくり啓発リーフレット作成にて市民へ周知（予定）

## 第2章 光市の現状（計画策定後の推移等）

### 1 人口等の状況

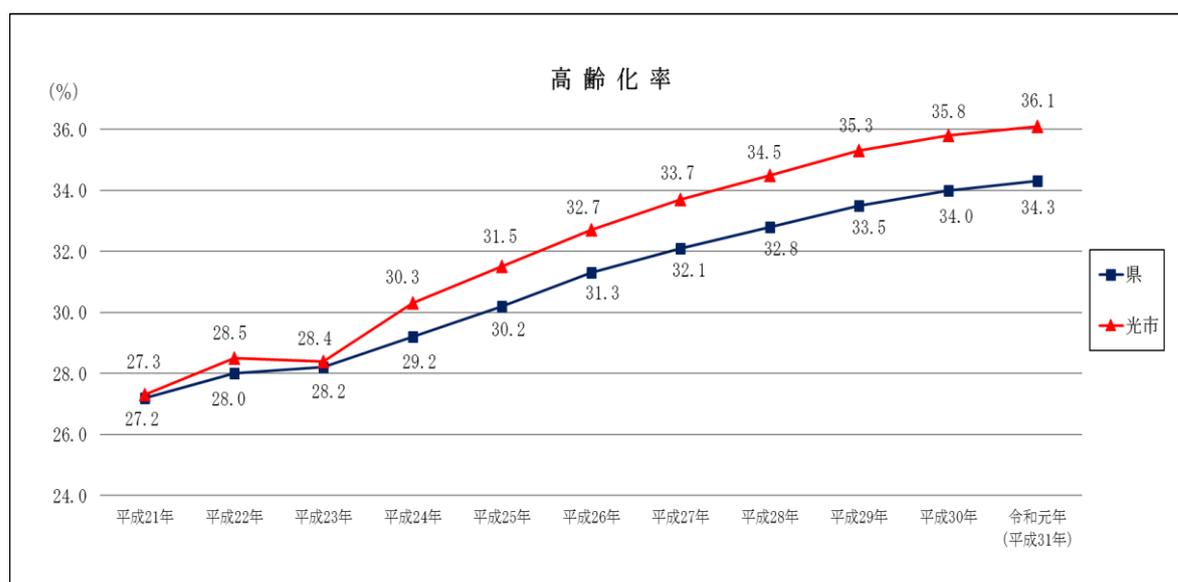
#### (1) 人口・世帯の推移

人口は減少傾向にあり、令和元年に 51,081 人（平成 25 年に 53,525 人）となっています。世帯数は若干増加傾向にありますが、1 世帯あたりの人員は減少傾向が続いており、核家族化がさらに進んでいます。



#### (2) 高齢化率

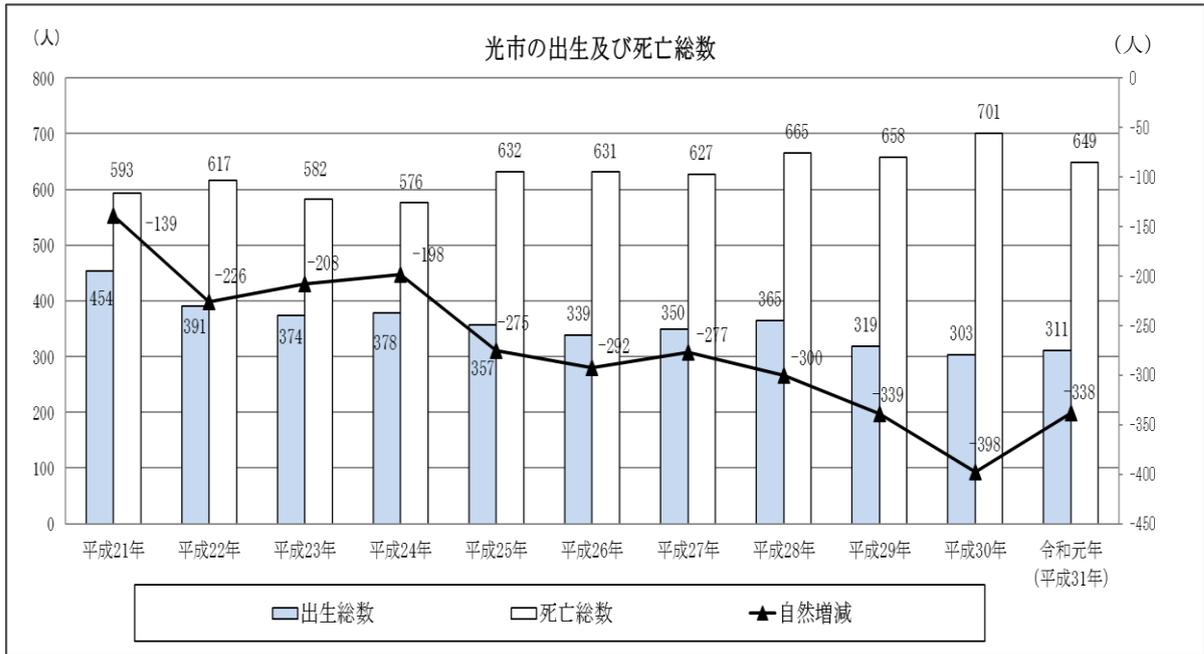
高齢化率は、平成 24 年に 30% を突破し、令和元年に 36.1% と急速に高齢化が進んでいます。



(1) (2) 出典：山口県人口移動統計調査・光市統計書

### (3) 出生・死亡の推移

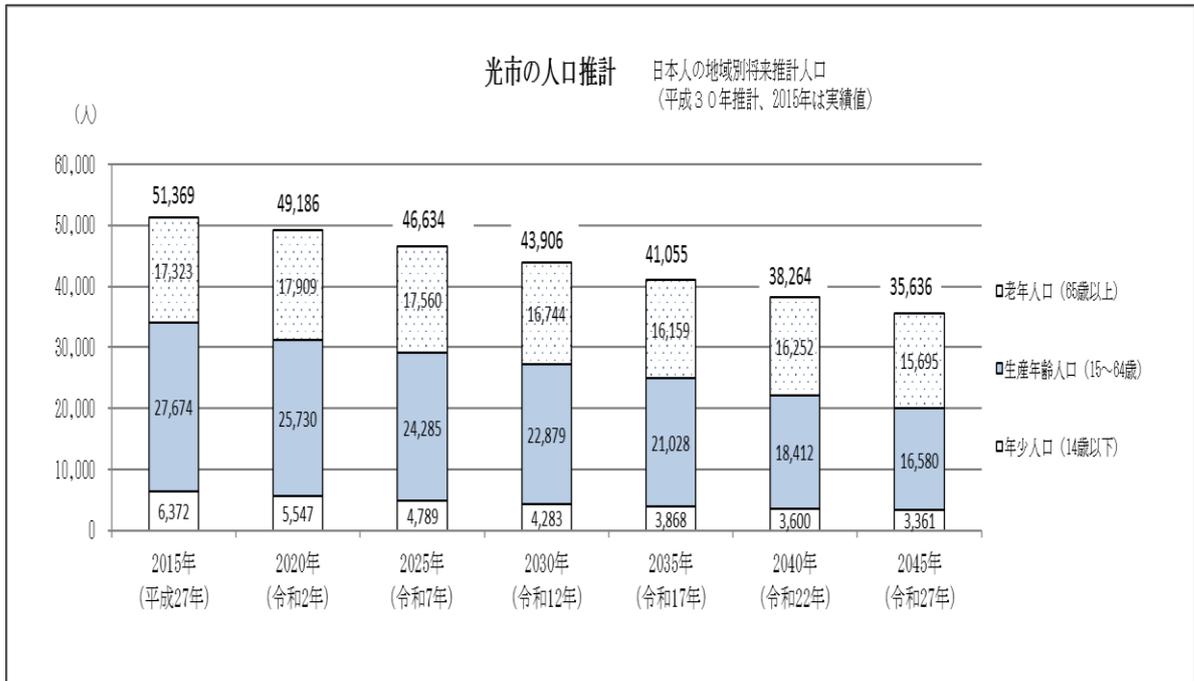
出生は、平成22年に400人を下回り、その後も減少傾向にあります。



出典：山口県人口移動統計調査

### (4) 推計人口

人口は減少し、2035（令和17）年には41,055人程度（平成25年時点では41,640人程度）になると予測され、少子高齢化は進んでいきます。



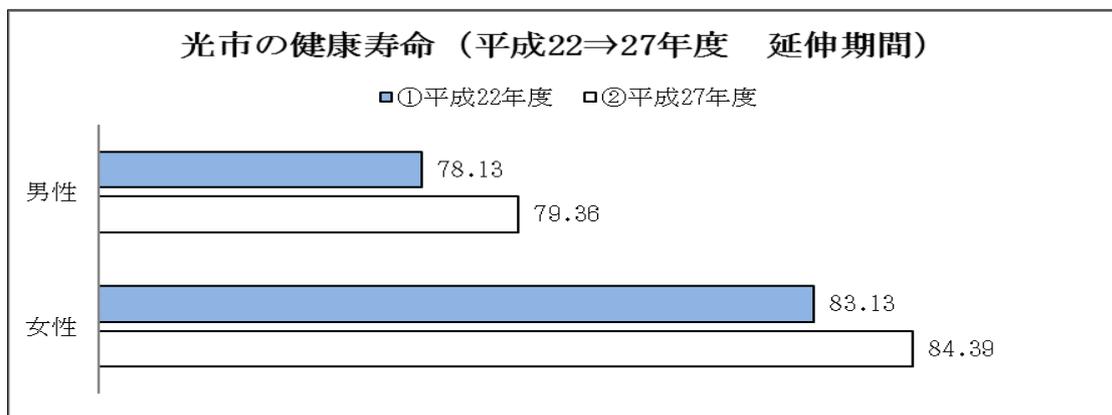
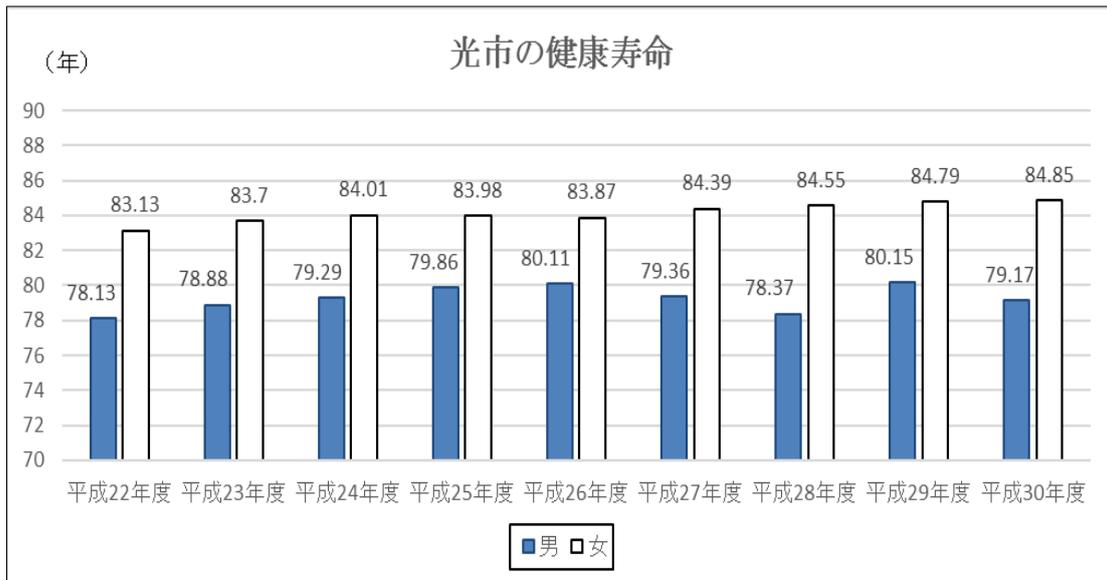
出典：国立社会保障・人口問題研究所

## 2 健康を取り巻く状況

### (1) 健康寿命

光市の健康寿命（健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間）は、平成30年度男性79.17年、女性84.85年と近年延伸傾向にあり、平成22年度から平成27年度の5年間で、男性1.23年、女性1.26年延伸しています。

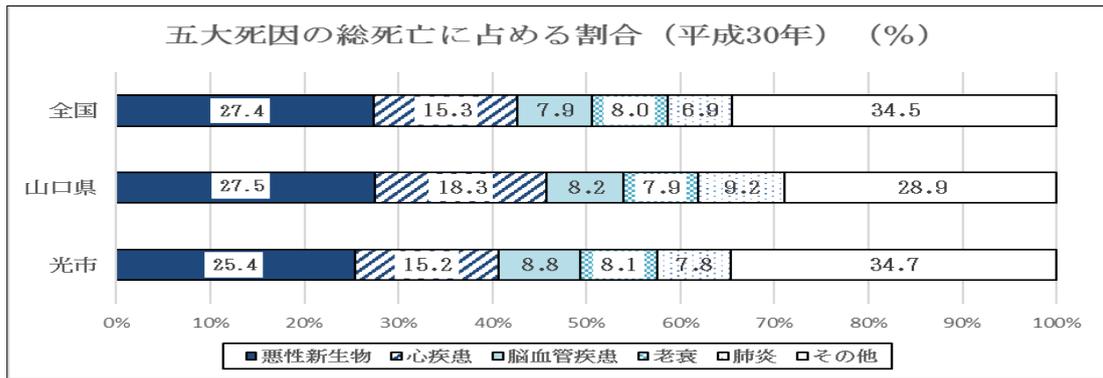
※延伸期間算出は、5年に1回の国勢調査年（国勢調査を反映した生命表を使用し、より精度が高い）としています。



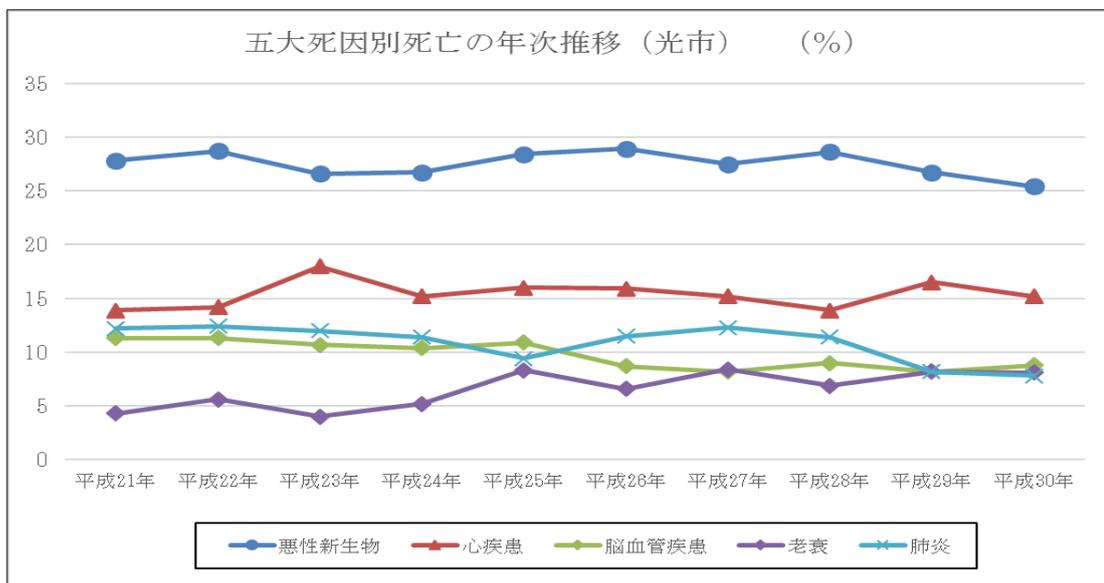
出典：山口県健康福祉部健康増進課

### (2) 保健統計からみた状況 (死亡原因)

本市の悪性新生物（がん）、心疾患、脳血管疾患、老衰、肺炎の五大死因による死亡は、全国・山口県と同様に死亡全体の約7割を占めています。なかでも、約25%が悪性新生物と最も高く、続いて心疾患、脳血管疾患と、生活習慣病による死亡割合が高い状況です。



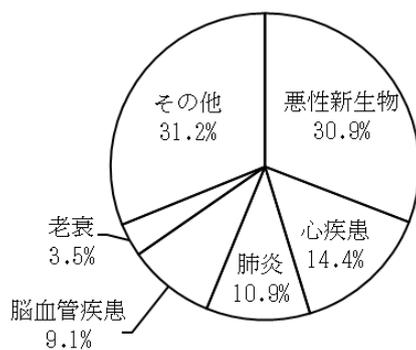
五大死因による死亡の推移では、高い順に悪性新生物、心疾患（高血圧性を除く）、脳血管疾患、老衰、肺炎という状況です。第3位が、平成30年度は脳血管疾患ですが、それまでは、肺炎の割合が高い状況でした。



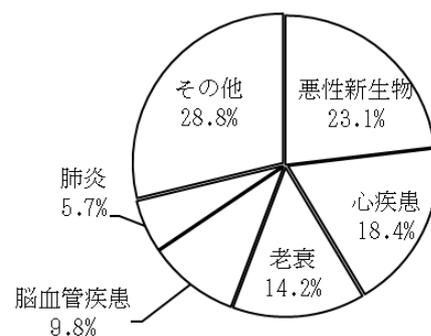
出典：厚生労働省「人口動態統計」、山口県厚生課「保健統計年報」

男女別では、男性の悪性新生物（がん）、肺炎、女性の老衰の割合が高い状況です。

光市の5大死因が占める性別死亡割合：男（平成30年）



光市の5大死因が占める性別死亡割合：女（平成30年）



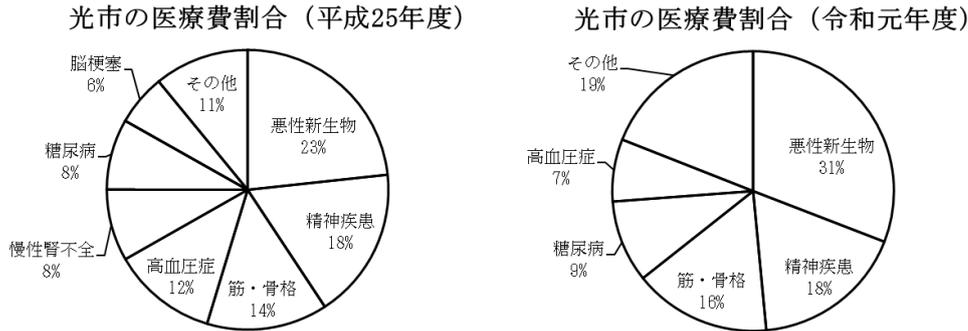
出典：山口県厚生課「保健統計年報」

(3) 診療状況（光市国民健康保険）

令和元年度の最大医療資源傷病名による医療費割合では、悪性新生物 31%（平成 25 年度 23%）、精神疾患 18%（平成 25 年度 18%）、筋・骨格 16%（平成 25 年度 14%）となっており、平成 25 年度と比べ、悪性新生物や筋・骨格、糖尿病の割合の増加がみられます。一方で、高血圧症や慢性腎不全、脳梗塞の割合は減少しています。

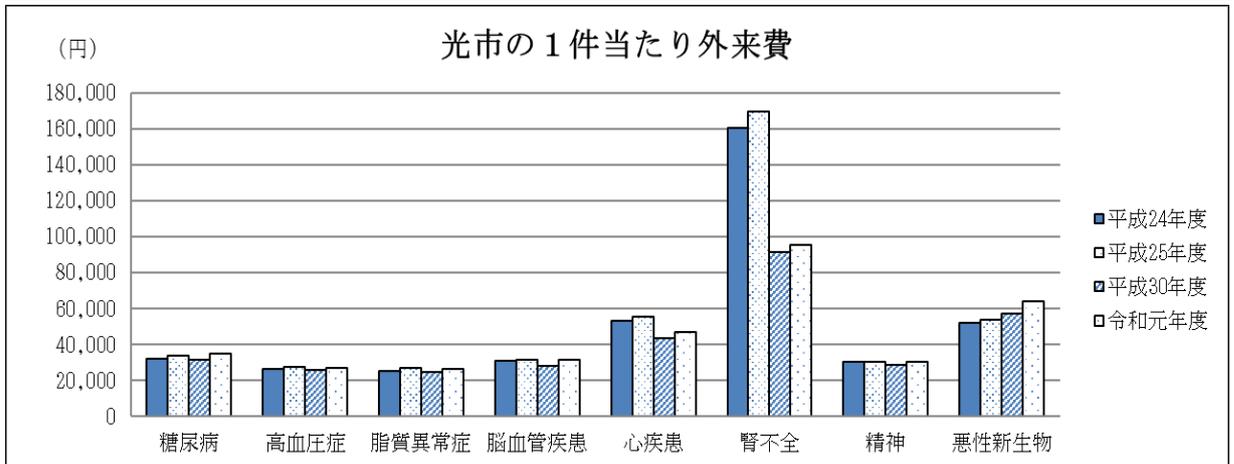
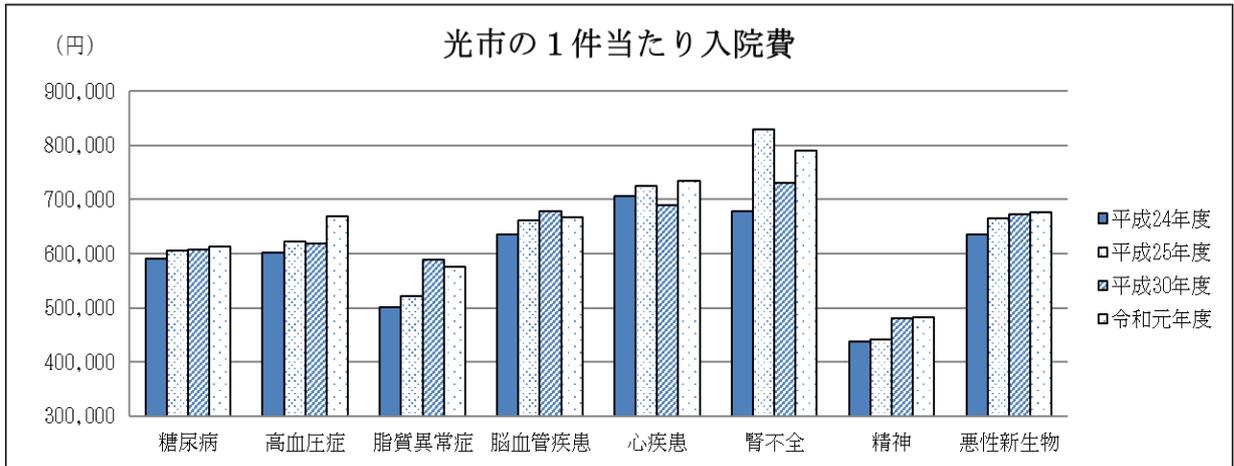
近年の光市の状況は、山口県や同規模保険者、全国と同様の傾向となっています。

※最大医療資源傷病名とは、医療資源をもっとも投入した傷病名のこと



出典：国保データベース（KDB）

光市国民健康保険での1件当たりの医療費をみると、近年の入院・外来とも腎不全による費用は、約5年前に比べると減額しています。

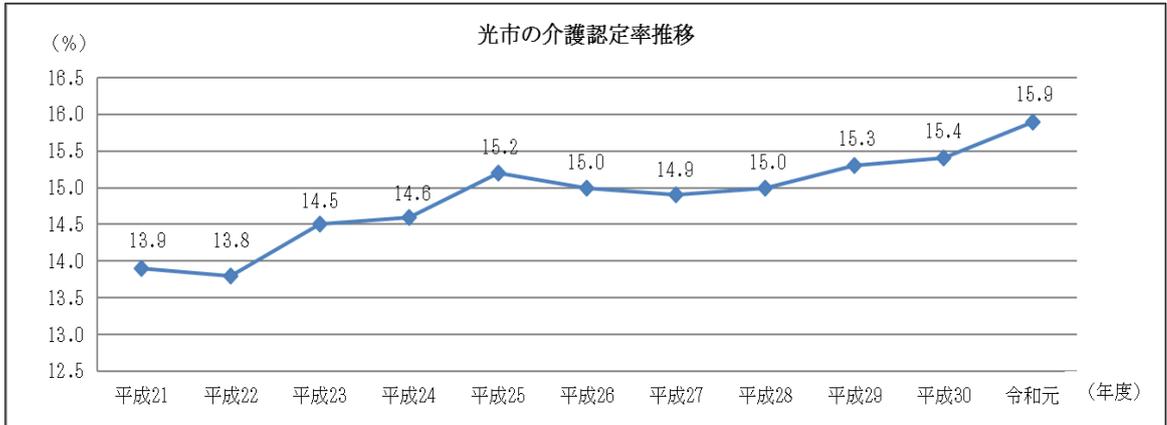


出典：国保データベース（KDB）

(4) 介護保険認定状況

ア 介護保険、要介護（要支援）認定者の状況

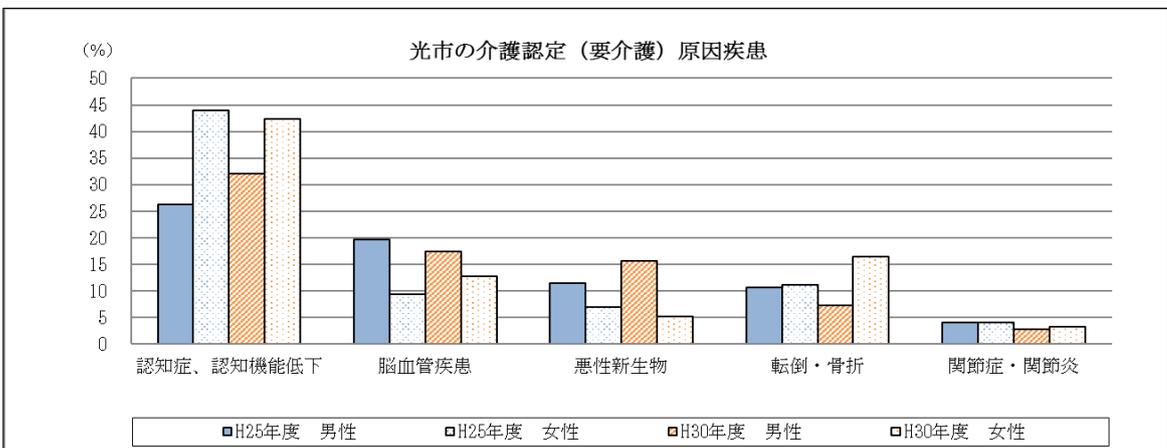
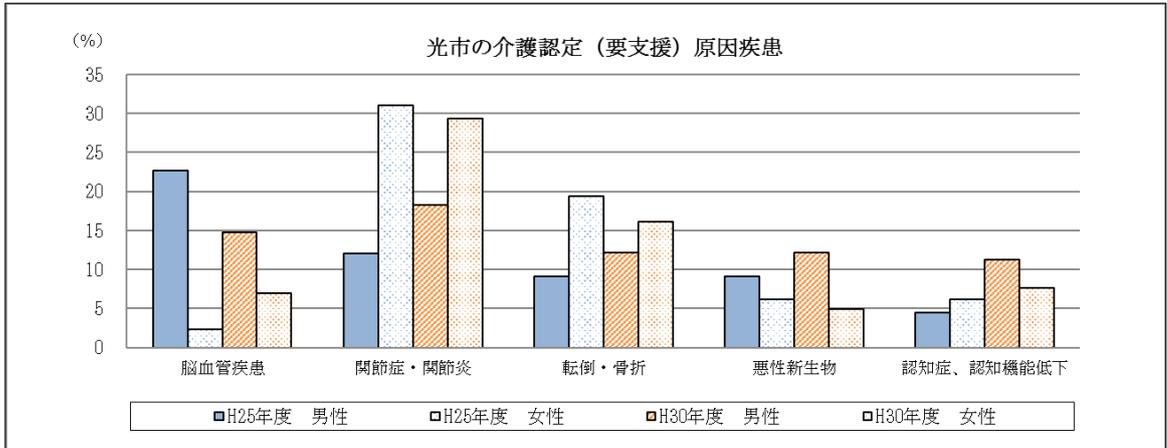
令和元年度の認定率は 15.9%と、平成 27 年度の 14.9%以降、増加傾向にあります。



出典：光市高齢者支援課

イ 原因疾患

平成 30 年度は、平成 25 年度と同様に、女性では要支援になる原因疾患の 3 割が関節炎・関節症であり、要介護になる原因疾患の 1 位が男女とも「認知症、認知機能低下」となっており、女性は 4 割を占めています。また、女性では、要支援、要介護とも転倒・骨折によるものが、第 2 位を占めています。



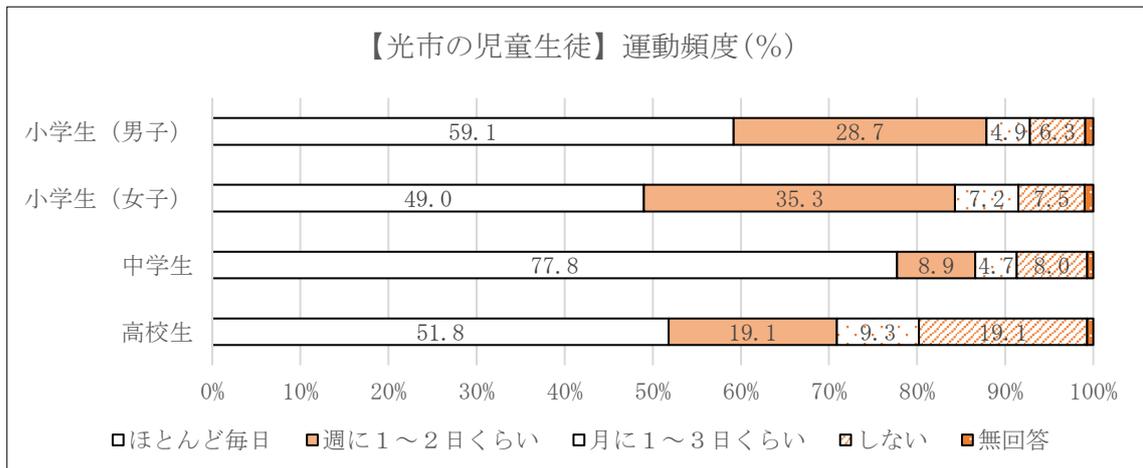
※ 男女上位を計上

出典：光市介護保険審査会

### 3 運動について

#### (1) 児童生徒の運動習慣

令和2年度光市「健康・食育に関するアンケート調査（児童生徒）」の結果、「運動やスポーツをどのくらいしていますか（学校の体育の授業をのぞきます）」という設問に「ほとんど毎日（週に3日以上）」と回答の児童の割合は、小学生男子 59.1%、小学生女子 49.0%という状況です。また、学年別では、小学3年生 49.9%、小学6年生 57.3%、中学生 77.8%、高校生 51.8%という状況です。



#### (2) 児童生徒の体力状況

全体的には、中学生の持久走や小中学生の20mシャトルランで高い記録を計測し、全国・山口県平均とともに上回っており、全身持久力が優れています。また、小学生は、男女ともに5年生が平成25年度と比べ改善している項目が多く、中学生は、2年3年の女子が全国・山口県平均とともに上回っている項目が多い状況です。一方で、握力や長座位前屈などの筋力や柔軟性に課題がみられます。

|           | 小学 男子 |    | 中学 男子 |    |    | 小学 女子 |    | 中学 女子 |    |    |
|-----------|-------|----|-------|----|----|-------|----|-------|----|----|
|           | 5年    | 6年 | 1年    | 2年 | 3年 | 5年    | 6年 | 1年    | 2年 | 3年 |
| 握力        | X     | X  | X     | X  | X  | ○     | ○  | X     | X  | X  |
| 上体起こし     | X     | ○  | X     | ○  | ○  | ○     | X  | X     | ◎  | ◎  |
| 長座位前屈     | ○     | ○  | ○     | X  | X  | ○     | X  | X     | ○  | X  |
| 反復横とび     | ○     | X  | X     | ○  | X  | X     | X  | X     | ◎  | ◎  |
| 持久走       |       |    | X     | ○  | ○  |       |    | ○     | ◎  | ◎  |
| 20mシャトルラン | ○     | X  | ◎     | ◎  | ◎  | ◎     | ○  | ◎     | ◎  | ◎  |
| 50m走      | ○     | ○  | X     | ○  | X  | X     | ◎  | ○     | X  | ○  |
| 立ち幅跳び     | ○     | X  | X     | X  | X  | ○     | ○  | ○     | ○  | ○  |
| ハンドボール投げ  | ○     | X  | X     | ○  | X  | ○     | ○  | ○     | ◎  | X  |

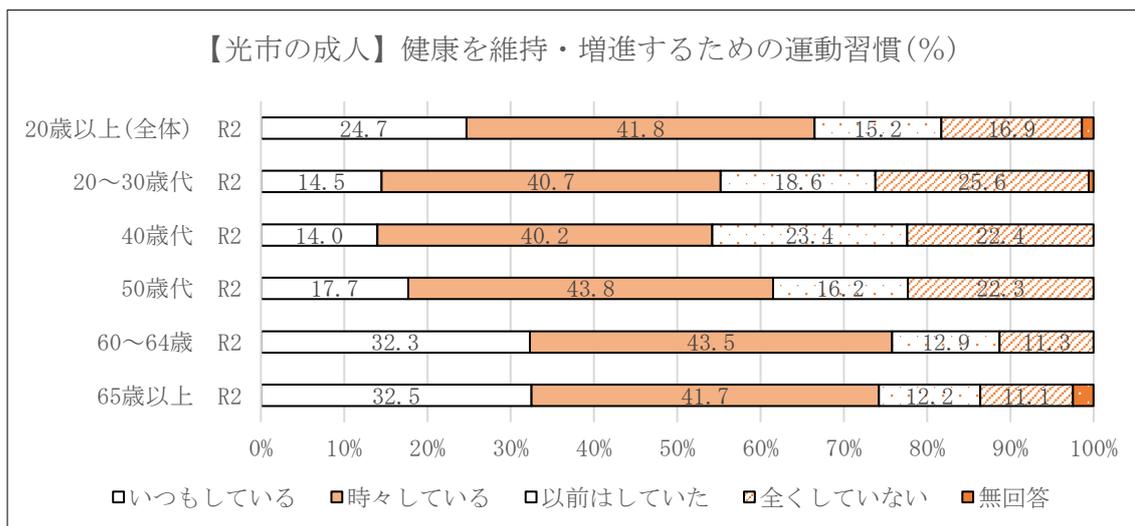
◎全国、県平均に比べ上回る又は同じ  
○どちらか一方で上回る又は同じ  
×全国、県平均に比べ下回る

■平成25年度と比べて改善（例：X⇒○か◎）  
■平成25年度と比べて悪化（例：◎⇒○かX）

出典：令和元年度光市定期健康診断及び新体力テスト統計  
（光市教育研究会、光市学校保健会）

### (3) 成人の運動習慣

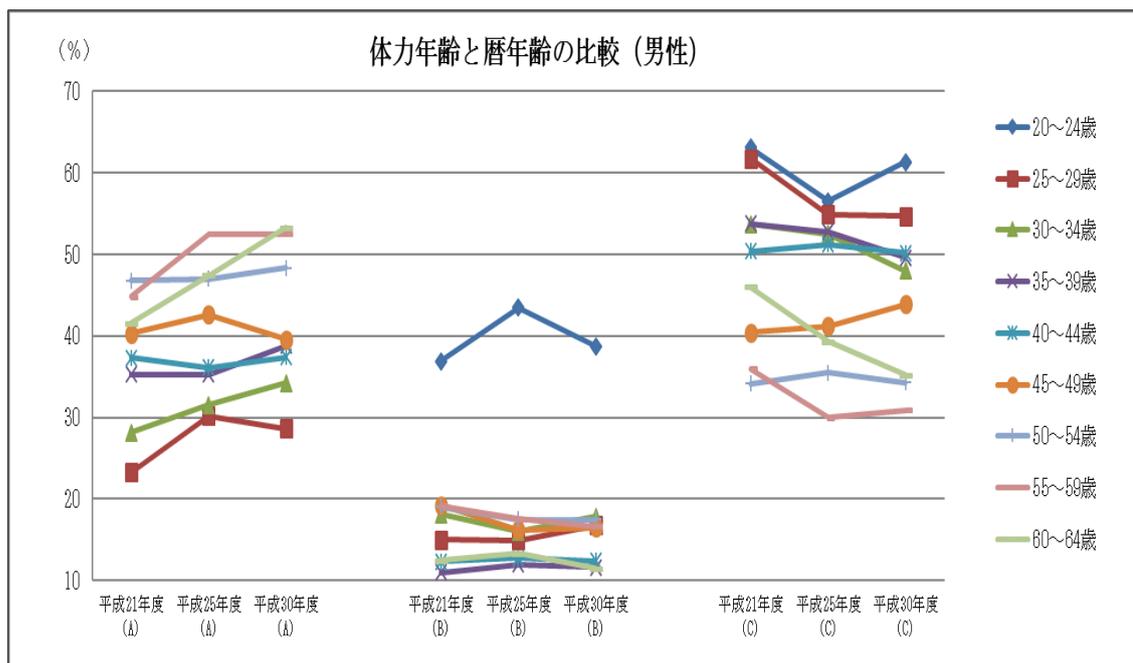
令和2年度光市「健康・食育に関するアンケート調査（成人）」の結果、「日頃から、日常生活の中で、健康を維持・増進するために意識的に身体を動かすなどの運動をしていますか」という設問に「いつもしている」「時々している」と回答の市民（20歳以上）の割合は66.5%という状況です。また、年代別では、20～30歳代55.2%、40歳代54.2%、50歳代61.5%に比べ、60～64歳75.8%、65歳以上74.2%と、20～50歳代に比べ60歳以上の市民の運動習慣割合が高い状況です。

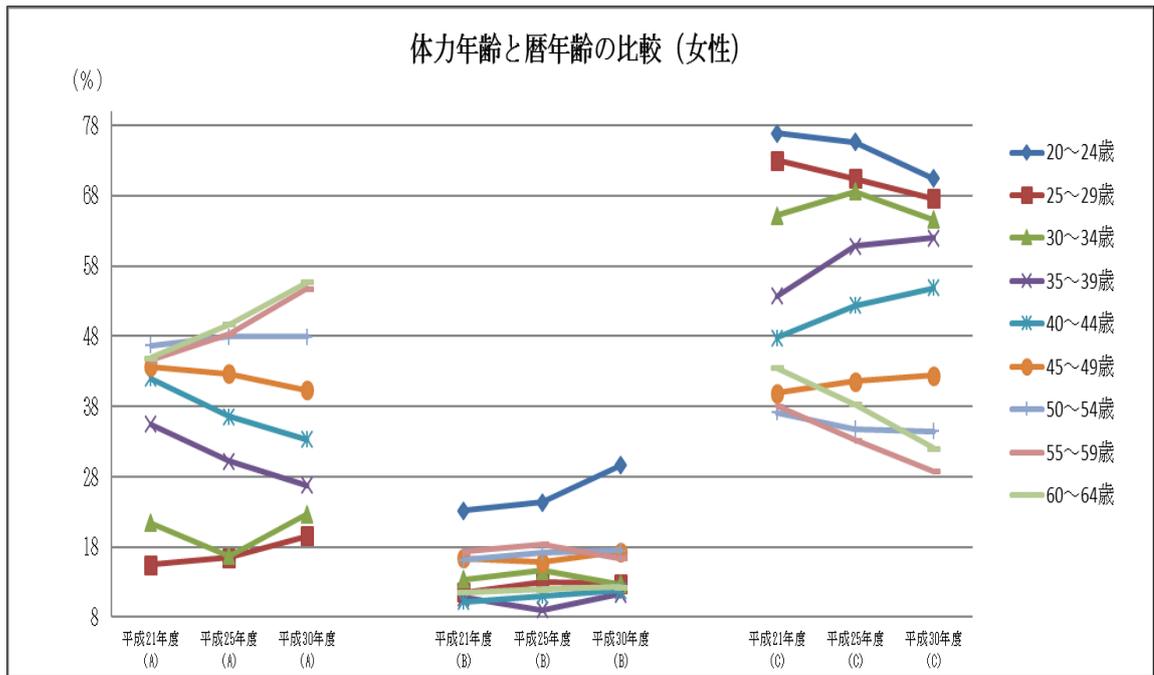


### (4) 成人の体力状況

全国的に、男女とも50歳以上の年代で暦年齢より体力年齢が低下(A)している者の割合が多く、40歳以上の年代では暦年齢より体力年齢が上回って(B)います。

なかでも、平成21及び25年度に比べ体力が上昇しているのは、男性45～49歳、女性35～49歳の年代以降です。





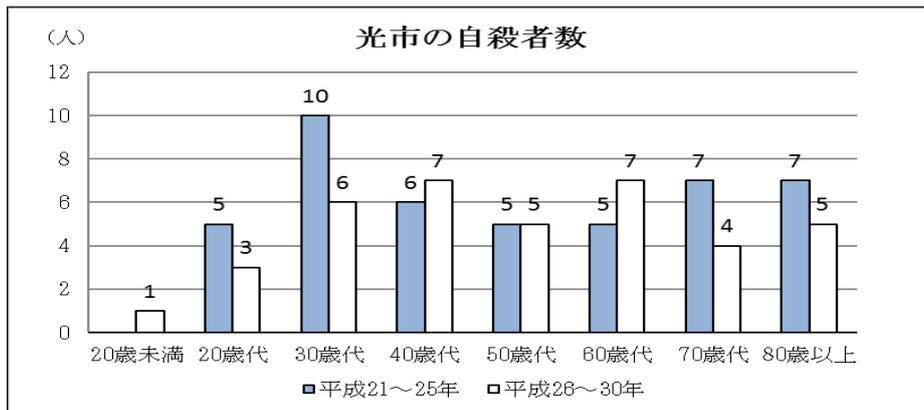
(A) 体力年齢<暦年齢 (B) 体力年齢=暦年齢 (C) 体力年齢>暦年齢

出典：体力・運動能力調査（平成21・25・30年度）  
（文部科学省・スポーツ庁）

#### 4 こころの健康について

##### (1) 自殺者の状況（数及び年代別）

自殺者数を年代別で表すと、平成21~25年（5年間）は30歳代、平成26~30年（5年間）は30・40・60歳代に多い状況です。いずれも性別では男性に多い状況です。

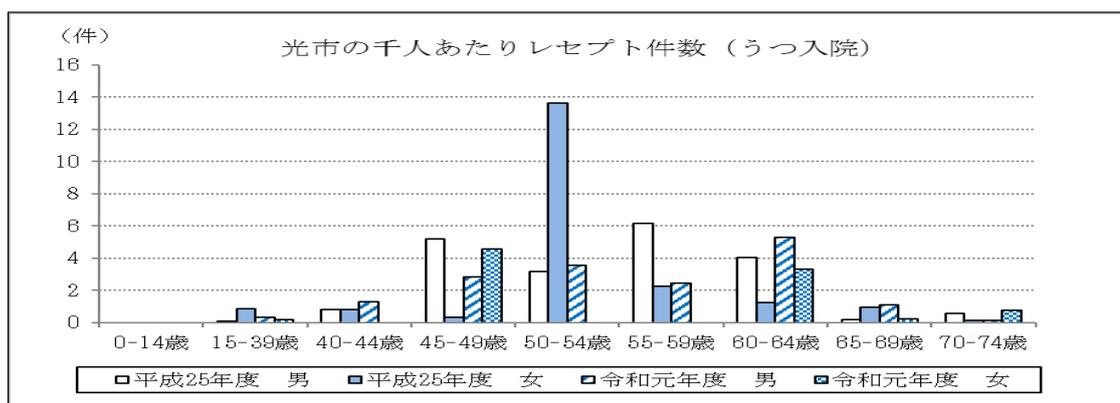
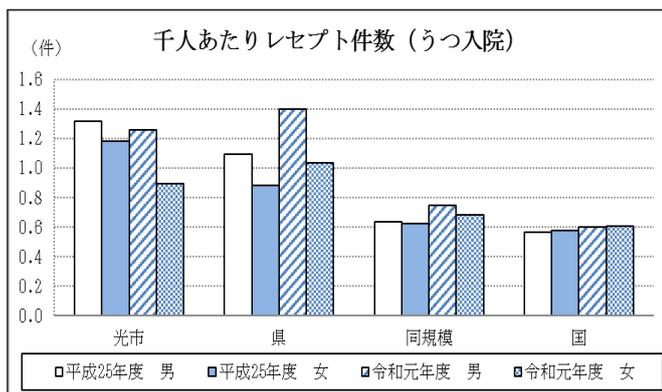


出典：厚生労働省 自殺統計

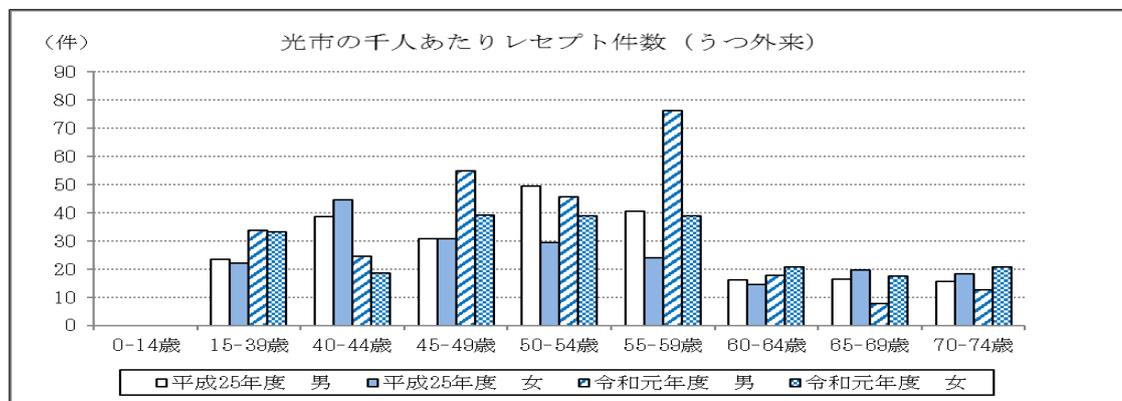
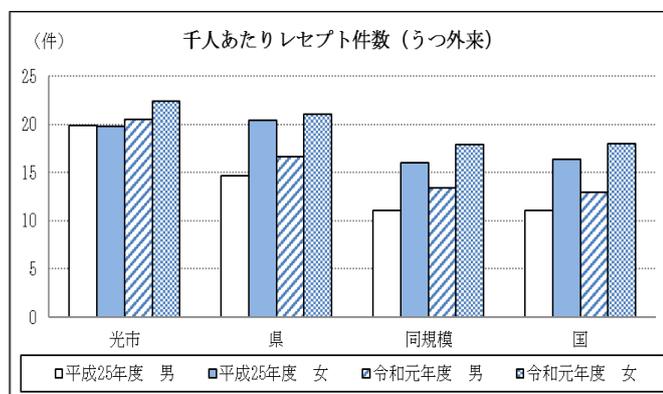
##### (2) うつ病の診療状況

うつ病で診療する件数が入院では同規模の市町、県、全国に比べ多く、外来では同規模の市町、全国に比べ多い状況です。年代別の入院では、平成25年度に50~54歳の女性が圧倒的に多い状況でしたが、令和元年度は60~64歳の男性及び45~49歳の女性が多い状況です。また、外来では、令和元年度55~59歳の男性を始め、男女とも働く世代に多い状況です。

## ア 入院



## イ 外来



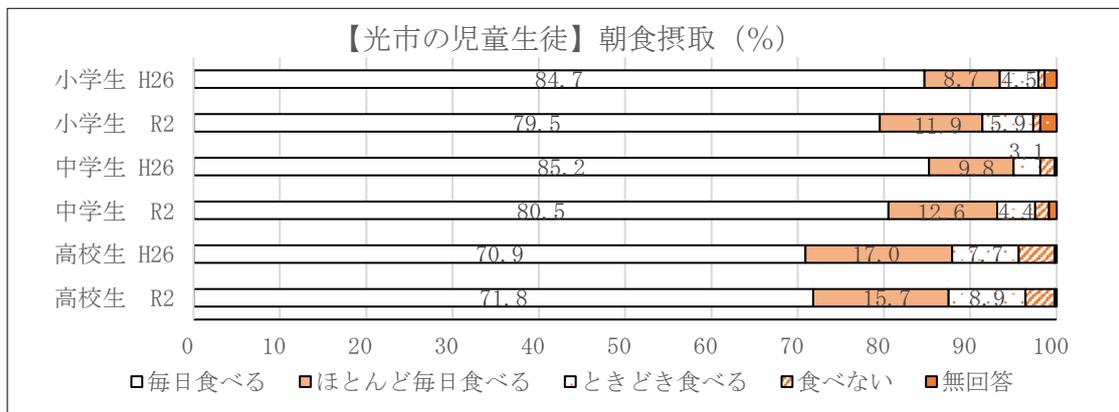
出典：国保データベース (KDB)

## 5 栄養・食生活について

### (1) 食事摂取（欠食）状況

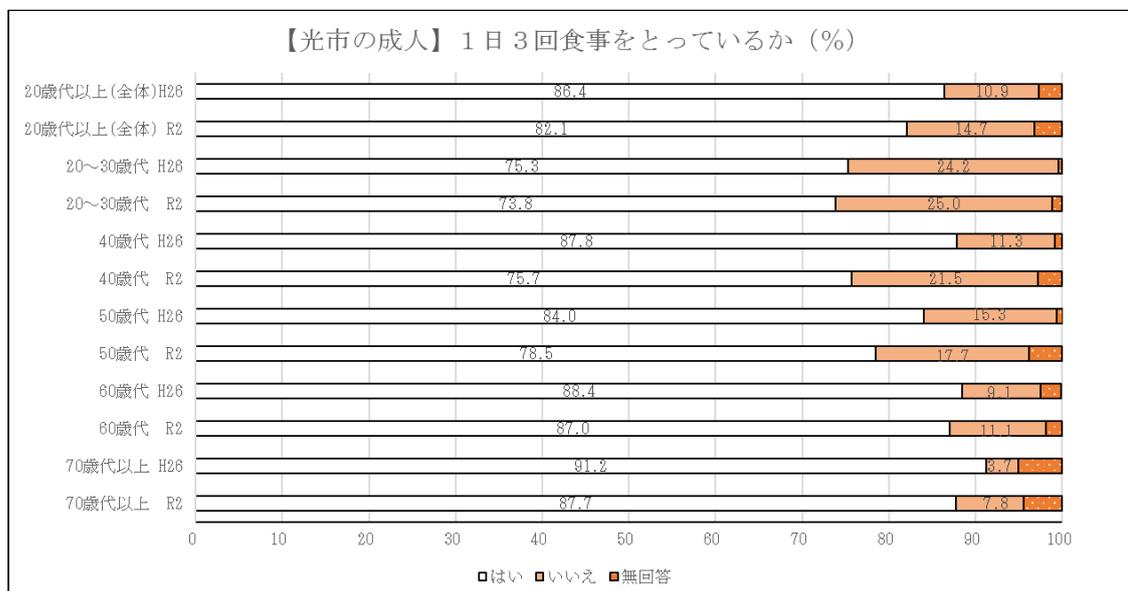
光市「健康・食育に関するアンケート調査（児童生徒）」の結果、「朝食（朝ごはん）は、毎日、食べますか」という設問に「毎日食べる」と回答の児童生徒の割合は、小学生・中学生はともに平成26年度（小学生84.7%、中学生85.2%）から、令和2年度（小学生79.5%、中学生80.5%）と減少しており、高校生は平成26年度（70.9%）から、令和2年度（71.8%）と微増しているものの、朝食の欠食がある児童生徒が約2～3割いる状況です。

また、朝食（朝ごはん）を食べないことがあると回答の児童生徒の「朝食を食べない理由」として、多い順に、「おなかですかない・食欲がないから」「食べる時間がないから」「いつも食べないから（食べる習慣がないから）」でした。



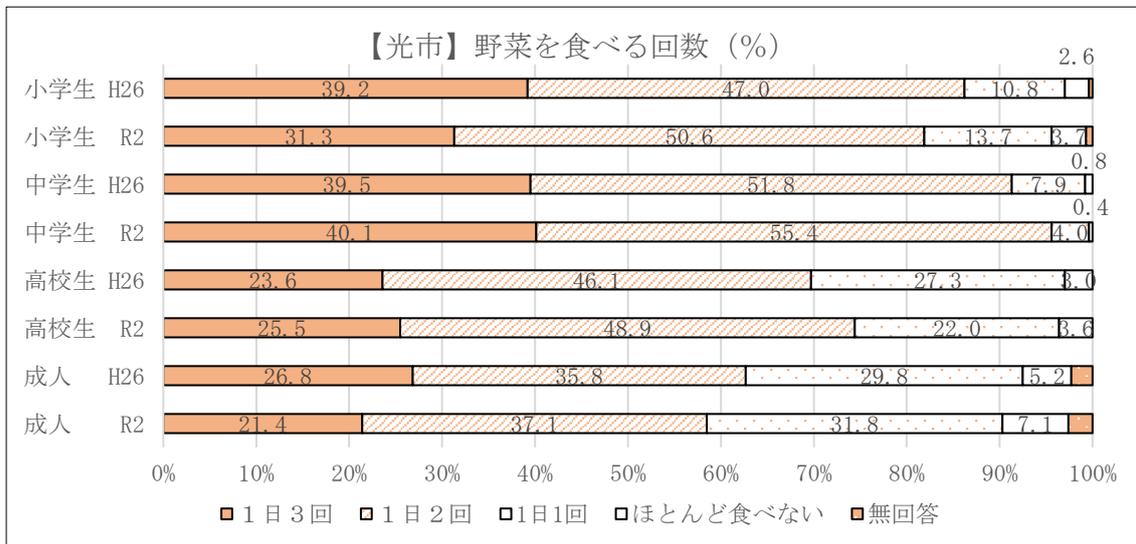
光市「健康・食育に関するアンケート調査（成人）」の結果、「食事を1日3回（朝・昼・夜）食べていますか」という設問に「はい」と回答の市民の割合は、平成26年度86.4%から、令和2年度82.1%と減少しており、年代別では20～50歳代が8割に満たない状況です。

また、1日3回食べていない人の中で、「欠食する（食事をぬく）」のは朝食が最も多く、回答者全体の約1割（9.3%）で、「欠食する（食事をぬく）理由」として、多い順に、「食欲がないから」「食事を摂る時間がないから」「自分の体調に合っているから」「食べる習慣がないから」でした。



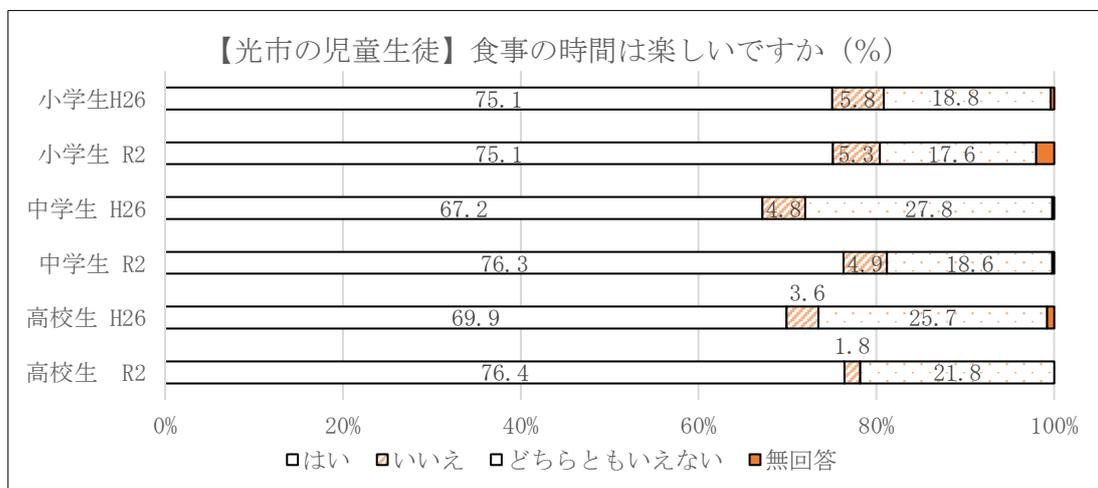
## (2) 野菜摂取状況

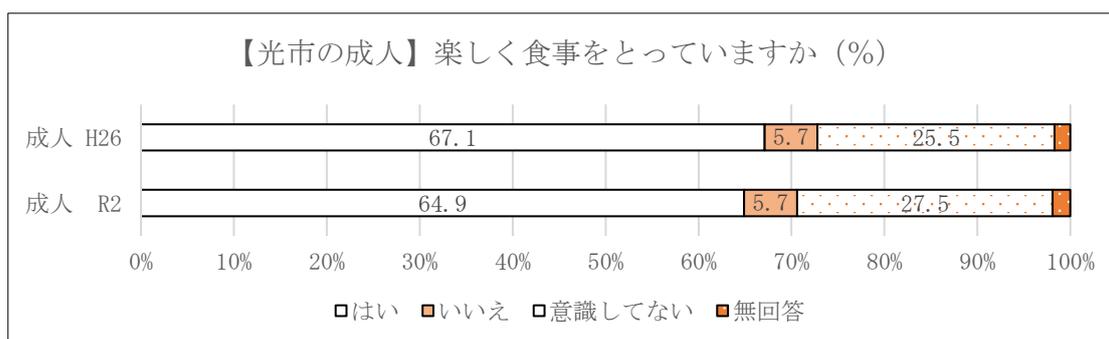
光市「健康・食育に関するアンケート調査」の結果、1日3回野菜を食べる市民（児童生徒及び成人）の割合は、小学生・成人はともに平成26年度（小学生39.2%、成人26.8%）から、令和2年度（小学生31.3%、成人21.4%）と減少しており、中学生・高校生はともに平成26年度（中学生39.5%、高校生23.6%）から、令和2年度（中学生40.1%、高校生25.5%）と増加している状況です。



## (3) 食事時間の楽しさ

光市「健康・食育に関するアンケート調査」の結果、「食事の時間は楽しいですか」という設問に「はい」と回答の児童生徒の割合について、小学生は平成26年度と令和2年度とも75.1%と変化なく、中学生・高校生はともに平成26年度（中学生67.2%、高校生69.9%）から、令和2年度（中学生76.2%、高校生76.4%）と増加しています。一方、成人の「あなたは、楽しく食事をとっていますか」という設問に「はい」と回答の割合は、平成26年度67.1%から、令和2年度64.9%と減少しており、「意識していない」と回答の割合は、平成26年度25.5%から、令和2年度27.5%と増加している状況です。





## 6 光市健康づくり推進計画について

### (1) 光市健康づくり推進計画の周知度

令和2年度 光市「健康・食育に関するアンケート調査 (20歳以上成人)」の結果、「光市健康づくり推進計画」という「言葉も内容も知っている」市民の割合は13.3%、「言葉は知っていたが、内容は知らなかった」市民の割合は46.9%、「言葉も内容も知らなかった」市民の割合は37.1%という状況です。

### (2) 光市朝ごはん部の周知度

令和2年度 光市「健康・食育に関するアンケート調査 (20歳以上成人)」の結果、「光市朝ごはん部」という「言葉も内容も知っている」市民の割合は7.6%、「言葉は知っていたが、内容は知らなかった」市民の割合は15.8%、「言葉も内容も知らなかった」市民の割合は73.4%という状況です。

#### 「光市健康づくり推進計画」

“あなたが主演 みんなが笑顔で元気に過ごせるまち 光”を目指し、光市の豊かな自然環境のもと、市民一人ひとりが無理なく健康づくりに取り組み、市民の皆さんがいつまでも笑顔で元気に暮らせるまちづくりを進めています。市民の皆さんが自分の健康状態を知り自分に相応しい健康づくりの計画を立てる「まもる(健診・検診、計画)」に加え、自分自身で取り組む3つの行動「うごく(運動)」「たべる(食)」「なごむ(こころの健康、休息)」の4つの要素で健康づくりを推進している。

#### 「光市朝ごはん部」

主に Facebook(フェイスブック)を利用した仮想の部で、光市からの情報発信のみならず、光市民の朝ごはんに関する情報や感想、取り組みなどを集約・発信し、朝ごはんを食べることやバランスのよい食生活の実践など、食を通じた健康づくりを支援することを目的として活動している。

## 7 新型コロナウイルス感染症（COVID-19）への対応について

### （1） 新型コロナウイルス感染症について

新型コロナウイルスは、新たなコロナウイルスとしてWHOによりCOVID-19と名付けられ、感染症法上の既定の全部又は一部を準用しなければ、当該疾病のまん延により国民の生命及び健康に重大な影響を与える恐れがあるものとして、令和2年2月1日に感染症の予防及び感染症の患者に対する医療に関する法律（感染症法）により指定感染症に指定された感染症です。

### （2） 新型コロナウイルス感染症への対応について

ア 感染症法においては、国が「感染症予防の総合的な推進を図るための基本的な指針」（基本指針）を定め、これに即し、各都道府県が「感染症予防のための施策の実施に関する計画」（予防計画）を定めることとなっており、「感染症に関する情報の収集及び公表」や「健康診断、就業制限及び入院」、「消毒その他の措置」、「医療」等において、国または各都道府県が主体的に対策を実施することとなっています。

イ 本市においては、国、県の行動計画等の内容を踏まえ、「光市新型インフルエンザ等対策行動計画」を参考に、「感染拡大を可能な限り抑制し、市民の生命及び健康を保護する」及び「市民生活及び市民経済に及ぼす影響が最小となるようにする」という目的を達成するために、(1) 実施体制、(2) 情報提供・共有、(3) まん延防止、(4) 予防接種、(5) 医療、(6) 市民生活及び市民経済の安定確保の6項目について、発生段階に応じて必要な対応を図ることとしています。

ウ 現状の対応では、「新型インフルエンザ等対策行動計画」に基づき、各部署が定められた役割を果たすとともに、通常業務についても、業務継続計画等に基づき、市民サービスに支障をきたすことがないように対応しています。また、今後も、市内一丸となって業務の優先順位に基づき、感染拡大防止に努めるとともに、市民サービスの維持に努めていきます。

### （3） 新型コロナウイルス感染症が「健康づくり」に及ぼす影響について

新型コロナウイルス感染症のまん延防止を図るため、健康づくりに資する事業や研修会、イベント等の中止や延期、縮小をはじめ、自粛生活の中での身体活動量や交流の減少、生活習慣病健診やがん検診、乳幼児健診等の受診控え、医療機関への受診控えなど、食生活・運動・歯と口の健康・こころの健康など、健康づくりの推進に重大な影響を及ぼしています。

#### <心配される状況>

- ・自粛生活・閉じこもりがもたらす身体活動量の低下、交流の低下に伴う影響
- ・不安やストレスの増大（コロナへの不安、経済面からの不安、生活変化に対するストレス等）