

健やか未来都市ちばプラン 最終評価報告書(案)について

1 健やか未来都市ちばプランの概要

(1) プラン策定の目的

- ・ 疾病の発症予防・重症化予防に重点を置いた健康づくり
- ・ 親と子が健やかに暮らせる社会づくり

(2) 位置づけ

- ・ 健康増進法に規定する市町村健康増進計画
- ・ 千葉県新基本計画上の施策（健康づくりの推進、子育て支援の充実）に係る行動計画
- ・ 「健やか親子21（第2次）」の基本的な考え方も反映した、地域特性や実情を反映した本市独自の計画

(3) 計画期間

平成25年度～令和5年度（11年間）

※平成29年度に中間評価・見直しを実施。令和3年度に計画期間を1年延長

(4) 基本理念

すべての市民が支え合いながら、心豊かに暮らせる活力に満ちた「健やか未来都市 ちば」をめざします。

2 最終評価の目的と方法 及び 健康目標の達成状況

(1) 最終評価の目的

計画策定時及び中間評価・見直し時に設定した138指標の健康目標の達成状況や関連する取組みの状況を評価・分析し、次期計画の策定に向けて、今後の健康づくりに関する課題について考察する。

(2) 評価の方法

指標設定時のベースライン値及び目標値と最終値を比較し、その達成状況について、「◎(達成)」、「○(改善)」、「△(ほぼ変化なし)」、「×(悪化)」、「－(評価不能)」の5段階で評価した。※「－」は出典調査の項目変更等で最終値が取得できなかったもの

(3) 健康目標の達成状況 (全体)

◎	○	△	×	－
40指標 (29.0%)	20指標 (14.5%)	63指標 (45.7%)	10指標 (7.2%)	5指標 (3.6%)

- ・健康目標 (全138指標) のうち、全体の43%に当たる60指標が目標達成又は改善となっている。
- ・「がん」「糖尿病」「COPD」「次世代の健康①思春期」「飲酒」で、目標達成又は改善の指標が7割以上。
- ・「栄養・食生活」「身体活動・運動」「休養」で、ほぼ変化なし又は悪化している指標が8割以上。

3 基本目標の達成状況と評価

- (1) 基本目標1：自分は健康であると感じ、いきいきと暮らしている市民を増やそう。(主観的健康観の向上)

自分の健康をよいと思っている人の割合	34.7%	→	39.2%	△
--------------------	-------	---	-------	---

- (2) 基本目標2：市民一人ひとりが、主体的に健康づくりに取り組もう。(主体的な健康づくり)

◎ : 11	○ : 2	△ : 17	× : 1	— : 0
--------	-------	--------	-------	-------

- (3) 基本目標3：生涯を通じて健康づくりに取り組もう。(ライフステージに応じた健康づくり)

乳幼児期	◎ : 8	○ : 7	△ : 19	× : 2	— : 0
学童期	◎ : 3	○ : 0	△ : 3	× : 4	— : 0
思春期	◎ : 6	○ : 5	△ : 7	× : 0	— : 0
青年期	◎ : 6	○ : 0	△ : 10	× : 0	— : 0
壮年期	◎ : 12	○ : 2	△ : 13	× : 3	— : 0
高齢期	◎ : 13	○ : 3	△ : 11	× : 3	— : 3
15歳以上共通	◎ : 1	○ : 2	△ : 7	× : 0	— : 2

- (4) 基本目標4：みんなで支え合う地域社会を育み、健康づくりの輪を広げよう。(健康を支援する環境づくり)

◎ : 4	○ : 4	△ : 11	× : 0	— : 3
-------	-------	--------	-------	-------

- ・ ライフステージ別にみると、学童期で悪化している指標の割合が大きい。
- ・ 各ライフステージを通じ、ほぼ変化なし又は悪化している指標が多いのは、「栄養・食生活」と「身体活動・運動」の分野である。

4 重点項目の達成状況と評価

中間評価で改善が遅れていた分野のうち、特に力を入れる必要があると考える5分野を重点項目として位置付け、取組みを推進した。

(1) 重点項目1：育児不安の軽減（分野：次世代の健康 ④育児不安）

◎：1	○：0	△：8	×：0	－：0
-----	-----	-----	-----	-----

(2) 重点項目2：働き盛り世代の糖尿病予防（分野：栄養・食生活／身体活動・運動）

◎：0	○：0	△：4	×：0	－：0
-----	-----	-----	-----	-----

(3) 重点項目3：高齢者の健康づくり（分野：高齢者の健康／地域の絆による社会づくり）

◎：0	○：0	△：1	×：0	－：1
-----	-----	-----	-----	-----

(4) 重点項目4：食塩摂取量の減少（分野：栄養・食生活）

◎：0	○：0	△：1	×：0	－：0
-----	-----	-----	-----	-----

(5) 重点項目5：たばこによる健康影響の低減（分野：COPD／喫煙）

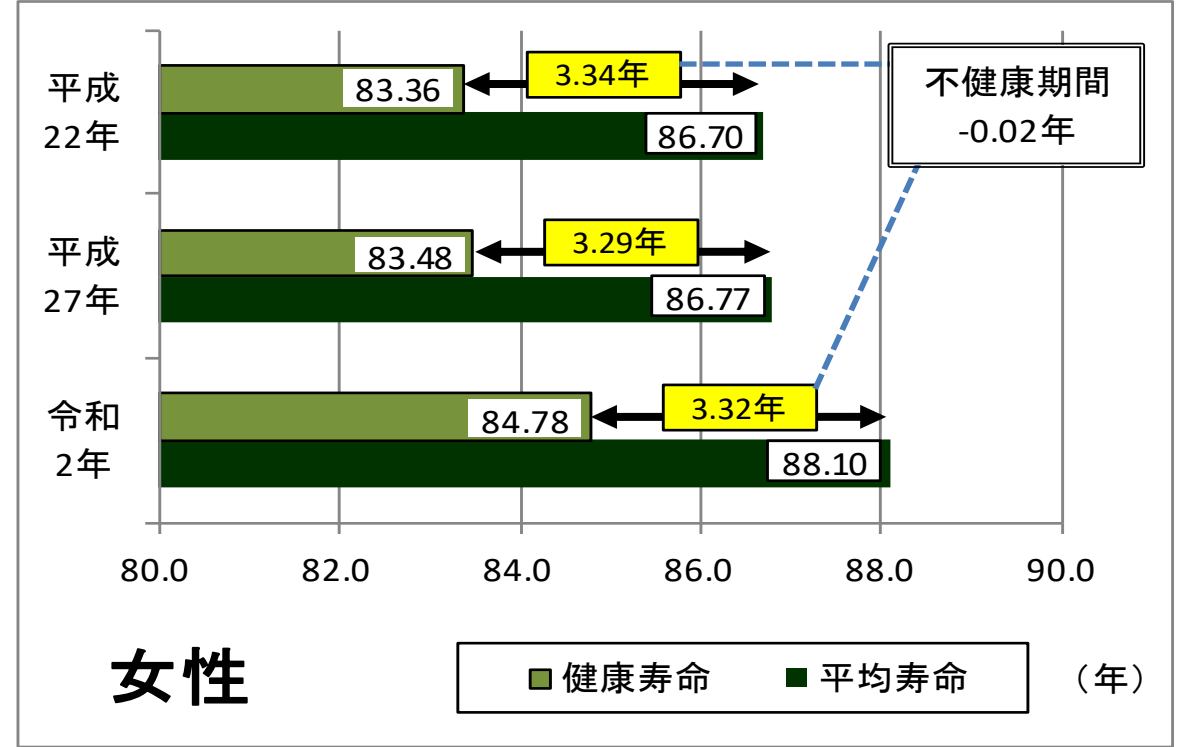
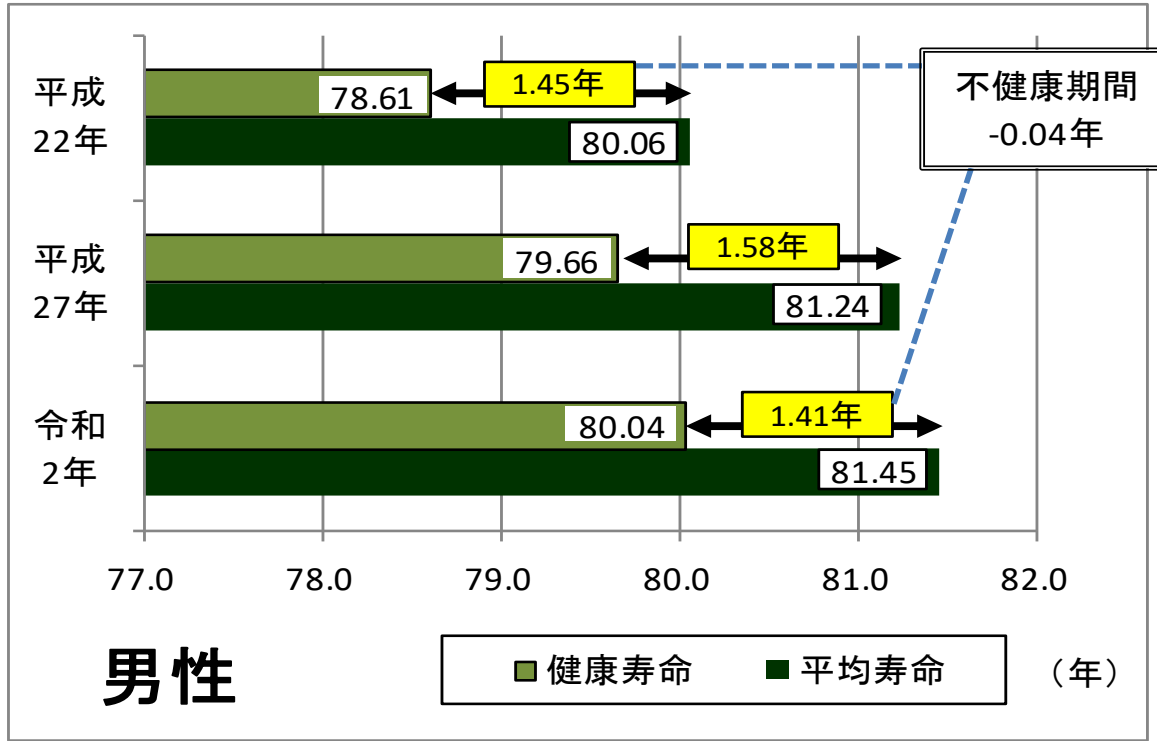
◎：2	○：3	△：2	×：0	－：0
-----	-----	-----	-----	-----

- ・「たばこによる健康影響の低減」は概ね改善したが、その他の4項目では、ほぼ変化なしの状況で改善がみられなかった。

5-1 主な健康目標の評価 : 健康寿命の延伸と健康格差の縮小



【平均寿命と健康寿命の差（本市）】



健康寿命は男女ともに延伸し、目標である「平均寿命の増加分を上回る健康寿命の増加」を達成した。

今後の取組みの方向性

- 引き続き、主体的な健康づくりの重要性について広報・啓発を行い、市民の意識醸成を図る。
- 男女差や保険者間での格差を解消し、次世代を含めた全ての人々が、病気や障害を有したとしても、自分の健康を良いと感じ、住み慣れた地域でいきいきと暮らすことができるよう環境整備を進めていくことが求められる。

5-2 主な健康目標の評価 : がん

No	指標	ベースライン	目標	中間値	最終値	最終評価	
1	75歳未満のがんの年齢調整死亡率の減少 (人口10万対)	76.8	73.9	72.9	70.1	◎	
2	がん検診受診率の向上	胃がん：男性	46.8%	50%	50.5%	54.9%	◎
3		胃がん：女性	39.7%	50%	41.7%	45.7%	△
4		肺がん：男性	34.3%	50%	54.7%	60.2%	◎
5		肺がん：女性	31.9%	50%	46.6%	55.3%	◎
6		大腸がん：男性	32.3%	50%	47.4%	55.8%	◎
7		大腸がん：女性	30.9%	50%	41.7%	49.5%	○
8		子宮頸がん	42.0%	50%	42.1%	47.9%	△
9		乳がん	43.6%	50%	48.5%	57.7%	◎
10		全体	38.7%	50%	46.4%	54.8%	◎

◎ : 7 ○ : 1 △ : 2 × : 0 - : 0

今後の取組みの
方向性

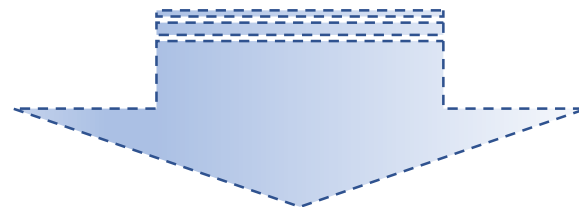
- がん検診受診率は全体的に改善したが、胃がん（女性）、大腸がん（女性）、子宮頸がん検診の受診率が目標を下回るなど、男性に比べ女性の受診率が低い傾向にあるため、継続的に再勧奨や受診しやすい環境づくりに取り組む必要がある。

5-3 主な健康目標の評価 : 栄養・食生活

国 10.6 g

国 10.1 g

No	指標	ベースライン	目標	中間値	最終値	最終評価	
1	肥満傾向にある子どもの割合の減少（小学5年生の中等度・高度肥満傾向児の割合の減少）	男子	4.3%	減少	4.4%	6.7%	×
2		女子	3.0%	減少	3.2%	3.6%	×
3	適正体重を維持している人の割合の増加（肥満（BMI25以上）、やせ（BMI18.5未満）の減少）	20～60歳代男性の肥満者の割合	28.0%	20.00%	27.2%	32.6%	△
4		40～60歳代女性の肥満者の割合	15.8%	13.00%	18.2%	17.6%	△
5		20歳代女性のやせの人の割合	24.4%	20%	18.8%	10.3%	◎
6	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人の割合の増加	54.6%	80%	57.7%	56.2%	△	
7	食塩摂取量の減少（1日あたり）	11.1g	8g	11.1g	11.2g	△	
8	野菜摂取量の増加（1日あたり）	269g	350g	275g	277g	△	
9	果物摂取量100g未満の人の割合の減少（1日あたり）	52.2%	30%	61.2%	56.0%	△	



次ページへ続く

5-3 主な健康目標の評価 : 栄養・食生活

No	指標	ベースライン	目標	中間値	最終値	最終評価
10	共食の増加（食事を1人で食べる子どもの割合の減少）	朝食：小学5年生	減少	23.1%	26.4%	△
11		朝食：中学2年生	減少	49.3%	46.2%	△
12		夕食：小学5年生	減少	3.6%	4.5%	×
13		夕食：中学2年生	減少	10.7%	10.7%	△
14	朝・昼・夕の3食を必ず食べることに気をつけて食事をしている子どもの割合の増加	79.2%	100%	78.6%	72.6%	×
15	朝食を欠食する人の割合の減少	20歳代男性	15%	14.3%	17.4%	△
16		30歳代男性	15%	20.0%	11.5%	◎
17		20歳代女性	減少	9.4%	11.1%	△
18		30歳代女性	減少	11.1%	13.7%	△

◎ : 2 ○ : 0 △ : 12 × : 4 - : 0

今後の取組みの方向性

- これまで取り組んできた主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を基本に、さらに肥満を予防する食べ方の普及啓発を強化し、適正体重を維持する取組みの充実を図る。
- 減塩の重要性等に関する広報・啓発のさらなる充実に加え、**民間企業等と連携**を図り、健康無関心層も含め**自然に健康になれる食環境づくり**を進める必要がある。
- 児童生徒が自らの健康を考え、食の自己管理ができる資質や能力を身に付けられるよう、各教科等における食に関わる学習と指導を進める。

ちばしお、減らしお、ヘルシーライフ♪

WHO推奨塩分摂取量
5gの2倍！！

千葉市民の食塩摂取量



出典：平成30年3月 健やか未来都市ちばプラン中間評価・見直し報告書
令和元年度国民健康栄養調査

小売店との連携
が効果的
↓
イオンに相談
↓
CGFを紹介

CGF Japan-CHL

行政機関及び教育・研究機関等と協働し、
日本における健康栄養課題の解決を図る



減塩プロジェクトメンバー：
味の素、国分グループ本社、キッコーマン食品、イオン（リーダー）

※2020年5月発足

令和3年4月 協定締結

- ・イオン
- ・味の素
- ・キッコーマン食品
- ・国分グループ本社
- ・エスビー食品（R4～）



ちばしお、減らしお、ヘルシーライフ♪

あじの和風マリネ おろし添え 主菜

食塩相当量 1.8g (1人分)

調理時間 約20分

ポイント：群の酸味と大根おろしで、さっぱりとおしく減塩できます。しょうが・鷹の爪とだしのうまみが、あじの旬のおいしさを引き立てます。

9/10±11日 体験ブースのご案内 実施時間 10時～16時(9/11日は10時～13時)

- 味の素株式会社: おいしいみそ湯はどっち? オリジナルグッズやリーフレット配布中!
- S&B エスビー食品株式会社: スパイスとハーブでおいしく減塩・香り体験! マジック調味料やリーフレット配布中!
- キッコーマン食品株式会社: かけすぎない! 出し過ぎない! しょうゆ体験! 試供品やリーフレット配布中!
- 千葉市 千葉市役所: 食塩量の少ない順に選んでみよう! わかりやすいリーフレット配布中!

5-4 主な健康目標の評価 : 身体活動・運動

No	指標	ベースライン	目標	中間値	最終値	最終評価	
1	日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施する人の割合の増加（身体活動量の増加）	20～64歳男性	46.0%	増加	51.9%	47.6%	△
2		20～64歳女性	45.4%	増加	47.5%	42.3%	△
3		65歳以上男性	62.4%	増加	51.7%	49.3%	×
4		65歳以上女性	48.7%	増加	50.2%	52.4%	△
5	1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施する人の割合の増加（運動習慣者の割合の増加）	20～64歳男性	33.1%	36%	35.3%	40.1%	◎
6		20～64歳女性	28.0%	33%	25.7%	27.2%	△
7		65歳以上男性	55.0%	58%	55.2%	52.7%	△
8		65歳以上女性	45.7%	48%	49.8%	54.0%	◎
9	1週間の総運動時間が60分以上の子どもの割合の増加	男子	93.6%	増加	—	92.9%	△
10		女子	85.4%	増加	—	83.7%	△

◎ : 2 ○ : 0 △ : 7 × : 1 — : 0

今後の取組みの方向性

- 新型コロナウイルス感染症の影響も踏まえつつ、就労世代、なかでも身体活動量及び運動習慣者の割合の両方が低い女性を対象として、必要な支援や環境整備を検討する。
- 高齢期における身体活動・運動習慣の重要性を啓発するとともに、気軽に運動できる環境のさらなる整備に取り組む。
- 健康づくりの活動とインセンティブについて検討し、自発的な健康づくりに取り組みやすい環境の整備を進める。

5-5 主な健康目標の評価 : 喫煙

国 19.5%

国 16.7%

No	指標	ベースライン	目標	中間値	最終値	最終評価	
1	成人の喫煙率の減少	16.2%	12%	13.7%	9.8%	◎	
2	未成年者の喫煙をなくす	中学2年生男子	0%	3.6%	1.3%	△	
3		中学2年生女子	0%	1.6%	0.0%	◎	
4		高校2年生男子	0%	1.7%	2.6%	△	
5		高校2年生女子	0%	2.0%	2.1%	△	
6	妊娠中の喫煙をなくす	4.9%	0%	2.0%	3.7%	△	
7	受動喫煙の機会を有する人の割合の減少 ※職場については、受動喫煙対策（全面禁煙または空間分煙）を講じていない職場の割合の減少	行政機関	0%	2.8%	1.6%	△	
8		医療機関	0%	2.3%	2.1%	△	
9		職場	32.2%	0%	29.0%	13.7%	○
10		家庭	10.8%	3%	7.2%	4.7%	○
11		飲食店	34.5%	15%	37.1%	9.4%	◎

◎ : 3 ○ : 2 △ : 6 × : 0 - : 0

今後の取組みの
方向性

- 禁煙外来治療費助成制度に関してより一層の周知を行うとともに、禁煙実行者の禁煙継続に向けた支援のさらなる充実を図る。
- 子どもの受動喫煙を防ぐため、学校と行政が連携し、受動喫煙の防止についてより一層効果的な学習ができるよう取組みの充実を図る。

健康寿命の延伸と健康格差の縮小

- 健康寿命は男女ともに延伸し、目標である「平均寿命の増加分を上回る健康寿命の増加」を達成。
⇒主体的な健康づくりの重要性について広報・啓発、市民の行動変容につながる意識醸成を促進

生活習慣病の発症・重症化予防の徹底

- 生活習慣病は、栄養・食生活、身体活動・運動、休養、喫煙などの分野と密接に関わることから、これら健康増進に寄与すると考えられる一次予防に関する取組み継続が重要

社会生活に必要な機能の維持・向上

- 「次世代の健康」については、育児不安の軽減を図るための取組みが重要
- 「高齢者の健康」については、前・後期、各世代の健康づくりに関する周知啓発や取組み強化
社会参加を促す仕組みが必要

生活習慣及び社会環境の改善

- 改善が見られなかった「栄養・食生活」「身体活動・運動」については、意識啓発等により生活習慣の改善を促す従来型の取組みに加え、ICT等のさらなる活用を選択肢とするなど、市民がより参加・継続しやすく実際の行動変容につながっていく取組みが必要