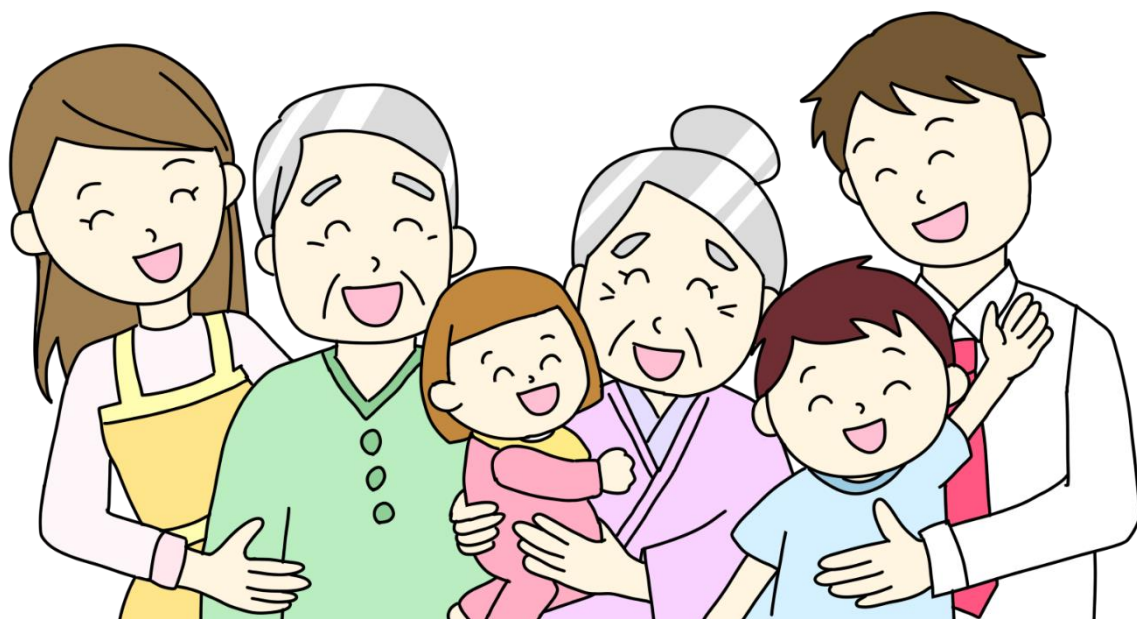


いきいき健康うけん21
(令和6年度～令和11年度)



令和6年3月
鹿児島県 宇検村

目 次

第1章 計画策定	1
1. 計画策定の趣旨	1
2. 計画策定の目的	1
3. 計画の推進方策	1
4. 計画の進捗管理と評価	1
第2章 村の概要と人口の推移及び将来予測	2
1. 本村の概要	2
2. 人口の推移と将来人口予測	4
第3章 村民の健康状態	6
1. 平均寿命	6
2. 死因状況	7
3. 介護状況	9
4. 医療受診状況	11
5. 各種検診の状況	13
6. 歯科・口腔疾患に関する状況	18
7. 生活習慣の現状	21
8. 第1次 いきいき健康うけん21の評価	27
9. 本村の健康課題	44
第4章 本村の目指す姿と全体目標	45
1. 目指す姿・全体目標	45
第5章 計画推進に向けての取組の方向性	46
1. 目標に向けての方向性	46
2. 健康支援体制	51
3. 数値目標	53
第6章 資料編	56

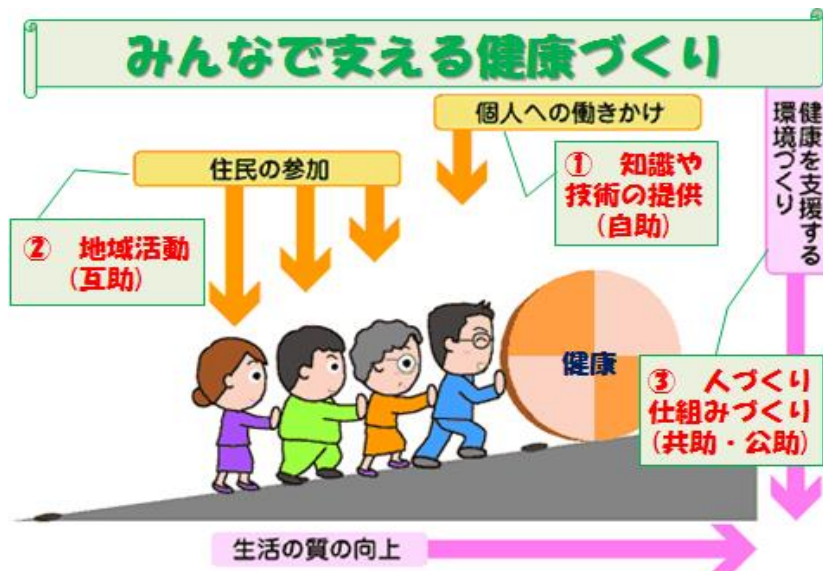
第 1 章 計画策定

1. 計画策定の趣旨

「いきいき健康うけん21」は「国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針（国の基本的方針）」の新たな視点である「生活習慣病の発症に加え、重症化の予防も推進」、「高齢化の進行に伴う生活の質の向上策の一層の推進」及び「社会全体で健康づくりを支援するための環境整備」を勘案して、計画を策定しました。

2. 計画策定の目的

現在、本村は少子高齢化に伴う人口減少や、生活習慣病による疾病率の上昇など健康に関する問題を抱えています。「いきいき健康うけん21」では、一人ひとりが健康維持に取り組むと同時に、世代間を超え、住民がお互いに協力し合い、みんなで支える健康づくりを実現し、それぞれに満足できる人生を送ることを目的とします。



3. 計画の推進方策

村民全体として健康寿命の延伸と生活の質の向上が図れるように、一人ひとりの健康意識の向上による生活習慣の改善や、個人を支える良好な社会環境の整備などから健康づくりを推進していきます。また、地域・職域・学域保健の連携のもとに、生涯を通じて健康の保持・増進が図られるよう、連携・協働による総合的な健康づくりを推進します。

4. 計画の進捗管理と評価

本村の計画期間は令和6年から令和11年度の6年間とします。計画に掲げた目標を達成するため、目標設定後、年に2回のいきいき健康うけん21推進協議会にて評価を行い、計画の最終年度にあたる令和11年度を目途に最終評価を行います。

第2章 村の概要と人口の推移及び将来予測

1. 本村の概要

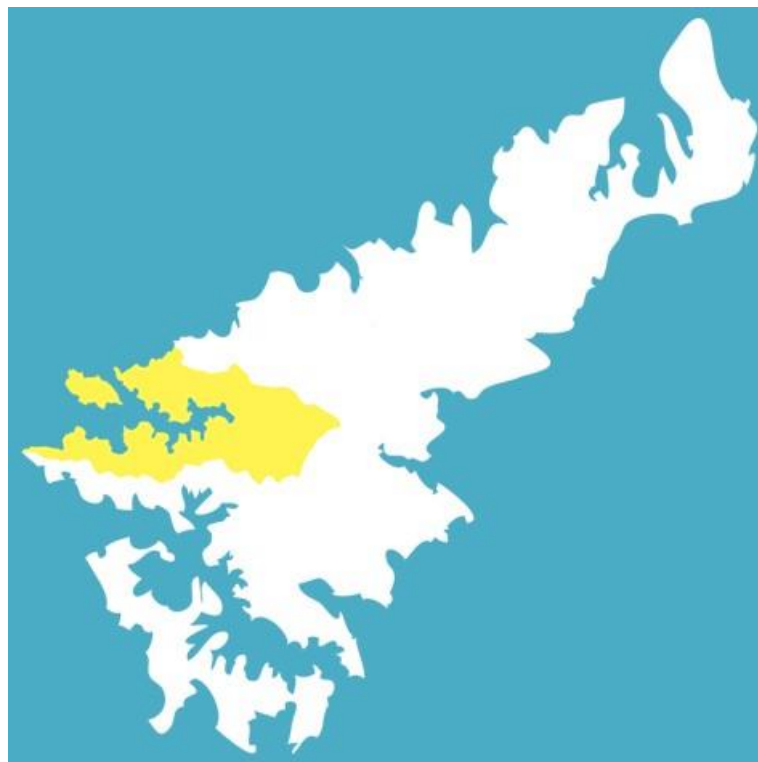
本村は、鹿児島県の南方 383 km、北緯 28 度 17 分、東経 129 度 18 分、奄美大島南西部に位置し、海拔 694m の標高を持つ「湯湾岳」の山頂からは、太平洋と東シナ海に浮かぶ島々を一望できます。総面積は 103.02 km²、村内全域の 90%以上が山岳地帯で占められています。北に大和村、東に住用町、南が瀬戸内町に接し、山は主として本島の東西を走る連峰で焼内湾を囲み、冬季に北方から吹き込む寒風を遮るため、本村特有の温暖な気候を成しています。

本村は亜熱帯海洋性気候区に属しており、年間平均気温は 21 度、平地では霜を見ないので、温帯植物はもちろん、熱帯植物もよく生育します。集落は焼内湾の沿岸に沿って点在しています。

年間を通じて降雨量が多く、冬季を除き湿度が高いほか、台風も多く接近します。また、北に面する集落においては、冬季の強烈な北西風（季節風）が、農作物等に大きな被害をもたらすこともあります。

(令和5年10月末時点)

総人口（人）	世帯数（世帯）	集落数（集落）	地区数（地区※行政区）	高齢者（人）	高齢化率（%）
1,634	831	14	4	741	45.35



【産業】

本村の自然は冬を除く1年のほとんどが温暖多雨の亜熱帯海洋性気候です。過ごしやすい恵まれた条件であり、果物（タンカン、パッションフルーツ、マンゴー）や野菜（カボチャ）、工芸作物（サトウキビ）といった農作物が収穫されます。

また、焼内湾の地形を生かしたクロマグロ、クルマエビ、真珠等の養殖業が盛んです。オールシーズン行われる小型漁船による一本釣りでは、ムロアジ類をはじめ瀬魚類がとれます。

【社会資源】

単位：箇所

医療機関		教育機関					交通機関	その他	
診療所	診療所歯科	認可保育所	へき地保育所	小学校	中学校	小中学校	バス	消防署	駐在所
1	1	1	1	1	1	3	島バス・マジン スローカー	1	1

【関係団体等】

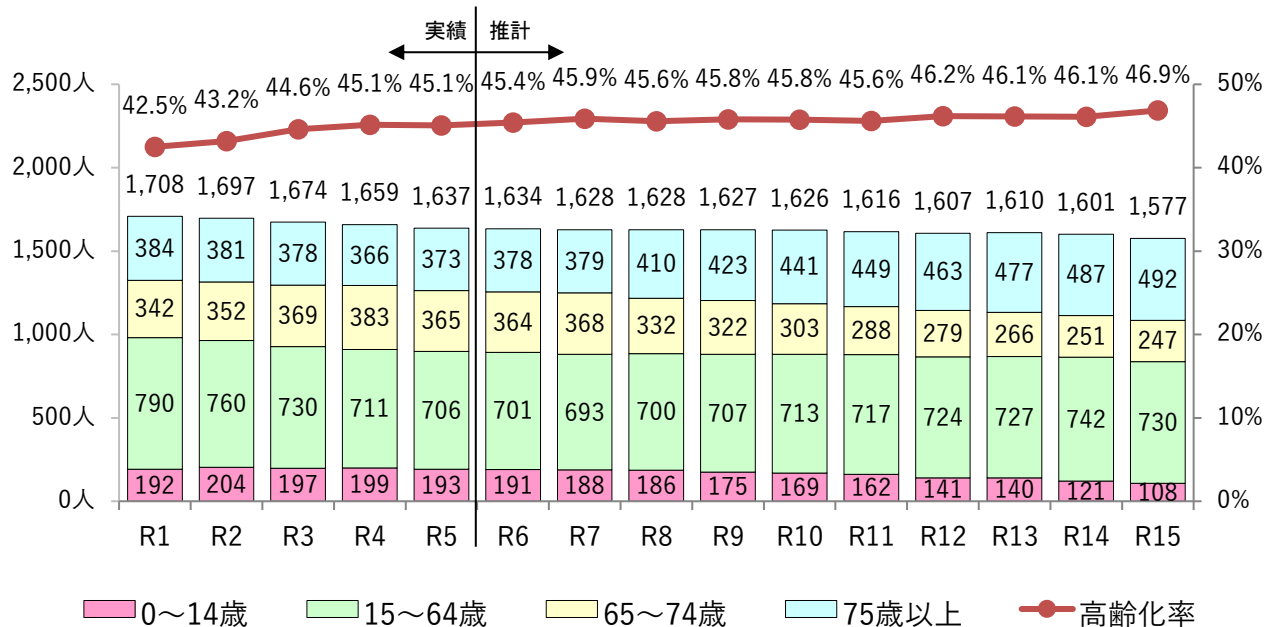
地域女性 連絡協議会 (婦人会)	食生活改善 推進員	健康づくり 推進員	母子保健 推進員	老人クラブ	在宅福祉 アドバイザー※ (民生委員)
1団体	14名	活動休止	7名	13クラブ	15名

※在宅福祉アドバイザー：地域において高齢者や障がい者など擁護を必要とする人々に対し、声掛けや安否確認、在宅福祉サービスに関する相談等を行うことを目的とする。

2. 人口の推移と将来人口予測

(1) 人口の推移と将来推計

本村の総人口は、令和1年に1,708人から令和5年には1,637人となり、71人の減少となっています。



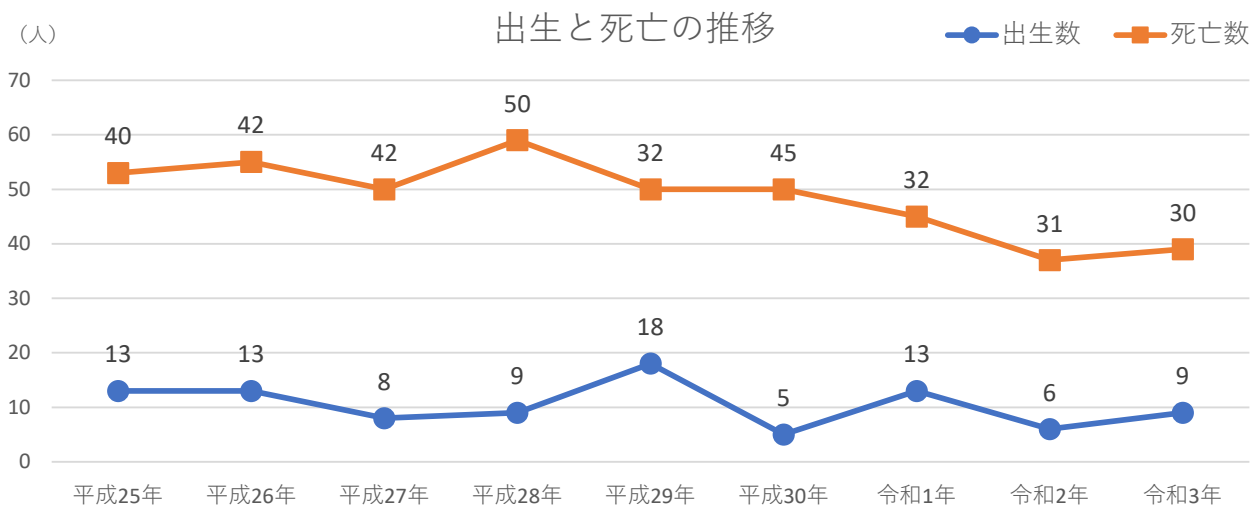
資料：令和1年～令和5年 各9月末住民基本台帳、令和6年～コーホート変化率による推計

将来推計手法：コーホート変化率法

コーホート変化率法とは、各コーホート（同じ年（または同じ期間）に生まれた人々の集団）について、過去に小ける実績人口の動勢から「変化率」を求め、それに基づき将来人口を推計する方法です。

(2) 出生と死亡の推移

出生数は、平成 29 年に 18 人とピークに達しますが、翌年は大きく減少し 5 人となっています。その後は平均 10 人で推移しています。



第3章 村民の健康状態

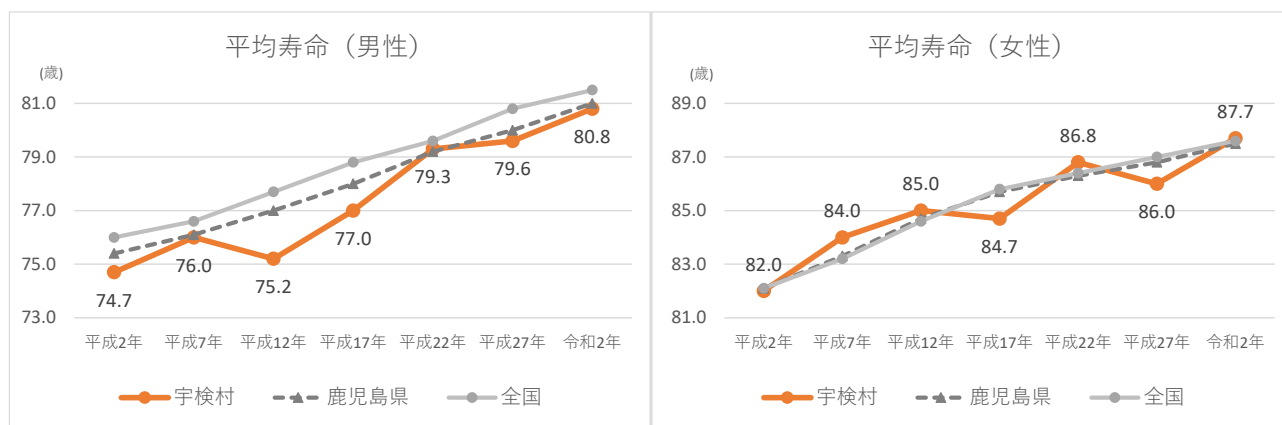
1. 平均寿命

令和2年の平均寿命※は、男性で80.8歳と国・県を下回って推移しているのに対し、女性では87.7歳と国・県を上回っています。

※平均寿命：その年に生まれた0歳児の寿命を予測したもの。0歳児が平均で何年生きられるかを表した統計値。

単位：歳

	宇検村		鹿児島県		全国	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性
平成12年	75.2	85.0	77.0	84.7	77.7	84.6
平成17年	77.0	84.7	78.0	85.7	78.8	85.8
平成22年	79.3	86.8	79.2	86.3	79.6	86.4
平成27年	79.6	86.0	80.0	86.8	80.8	87.0
令和2年	80.8	87.7	81.0	87.5	81.5	87.6

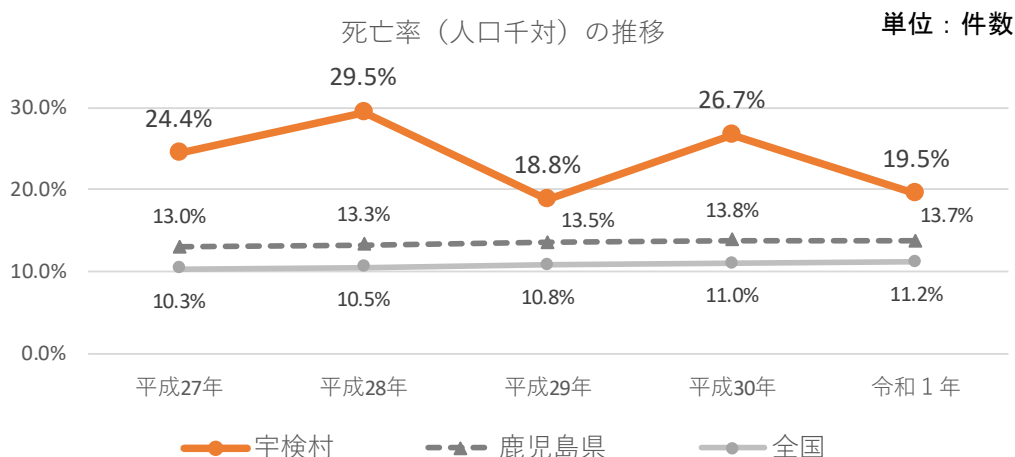


資料：厚生労働省市区町村別平均寿命

2. 死因状況

(1) 死因別死亡数と死亡率

本村の死亡率は、令和1年度が19.5%と国・県と比較すると高い状況にあります。
また、死亡要因別の順位をみると、脳血管疾患が最も多く、次いで、悪性新生物、心疾患の順となっています。



【死因順位・死亡数】

区分	1位	2位	3位	4位	5位
総数	脳血管疾患 (36)	悪性新生物 (34)	心疾患 (28)	脳梗塞 (26)	心不全 (14)
男性	悪性新生物 (21)	脳血管疾患 (15)	心疾患 (11)	脳梗塞 (8)	心不全 (6)
女性	脳血管疾患 (21)	脳梗塞 (18)	心疾患 (17)	悪性新生物 (13)	心不全 (8)

資料：衛生統計年報（平成27年～令和元年）（心疾患については高血圧症を除く）

(2) 主要死因別標準化比（SMR）※

平成29年から令和3年までの5年間ににおける主要死因別標準化死亡比（SMR）をみると、男性は「脳血管疾患」に次いで、「大腸がん」による死亡が多くなっています。女性は「脳血管疾患」に次いで、「子宮がん」による死亡が多くなっています。

単位：%

区分	脳血管疾患	心疾患	悪性新生物					
			胃がん	肺がん	子宮がん	乳がん	大腸がん	
男性	205	67.9	71.3	34.5	18.5	—	—	144.5
女性	272.7	36.7	99.3	124.2	86.7	227.4	0	78.3

資料：鹿児島県健康増進課令和5年6月

※標準化死亡比（SMR）

全国の年齢構成毎の死亡率を対象地域の人口構成に当てはめて算出した期待死亡数と実際の死亡数を比較したもの。全国を100とし、超えていれば高い、小さければ低いと判断される。

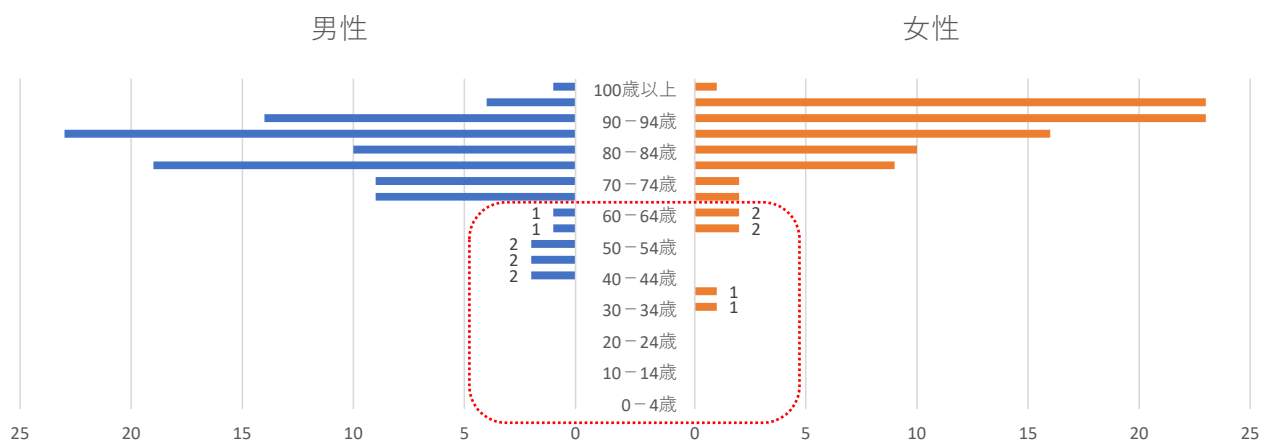
SMR = {対象地域の死亡数 / (全国の年齢階級別死亡率 × 対象地域の年齢階級別人口)} の合計 × 100

(3) 早世* (65歳未満死亡) の割合

本村の65歳未満の死亡者数は平成28年から5年間で14名となっており、性別で見ると女性に比べて男性が高い状況です。

※早世：65歳未満で死亡する者

【年代別死亡数(平成28年～令和2年)】

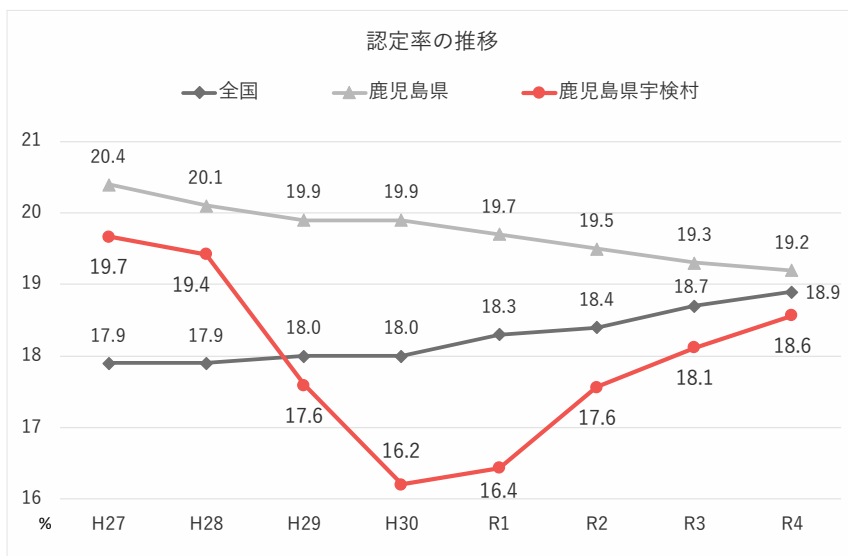


3. 介護状況

(1) 要支援・要介護別認定者数及び割合

① 認定率の推移

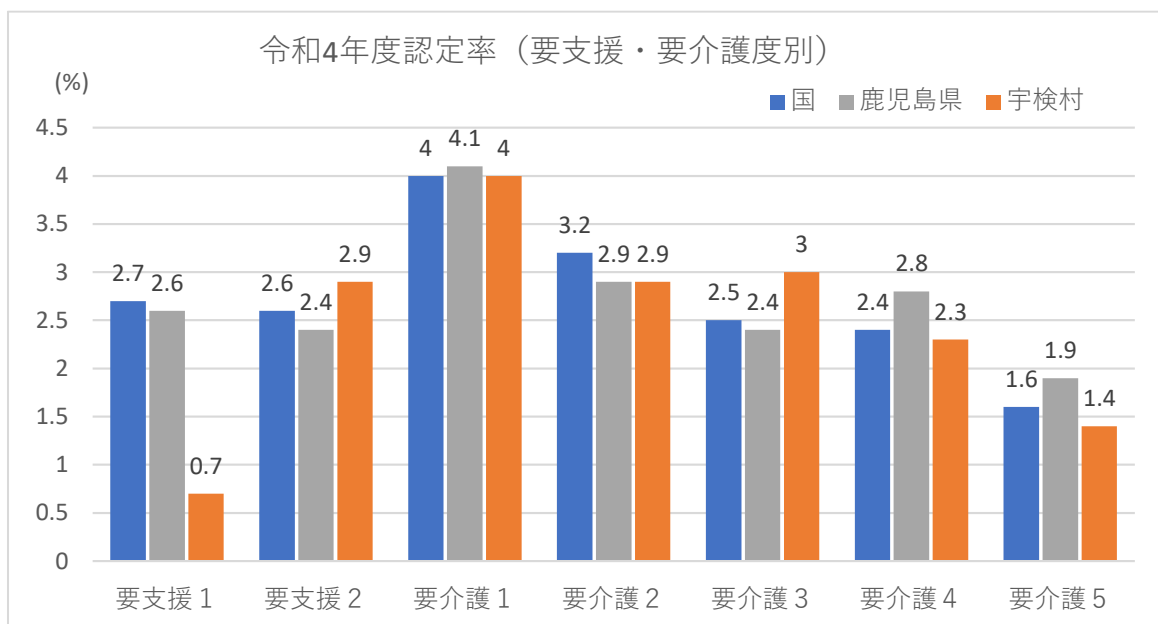
平成 28 年度以降、介護認定率は減少傾向となり、令和 4 年度には国・県を下回る 18.6% となっています。



※平成 28 年度から令和 2 年度：厚生労働省「介護保険事業状況報告（年報）」
令和 3 年度から令和 4 年度：「介護保険事業状況報告（3 月月報）」

② 要支援・要介護別（第 1 号保険者のみ）

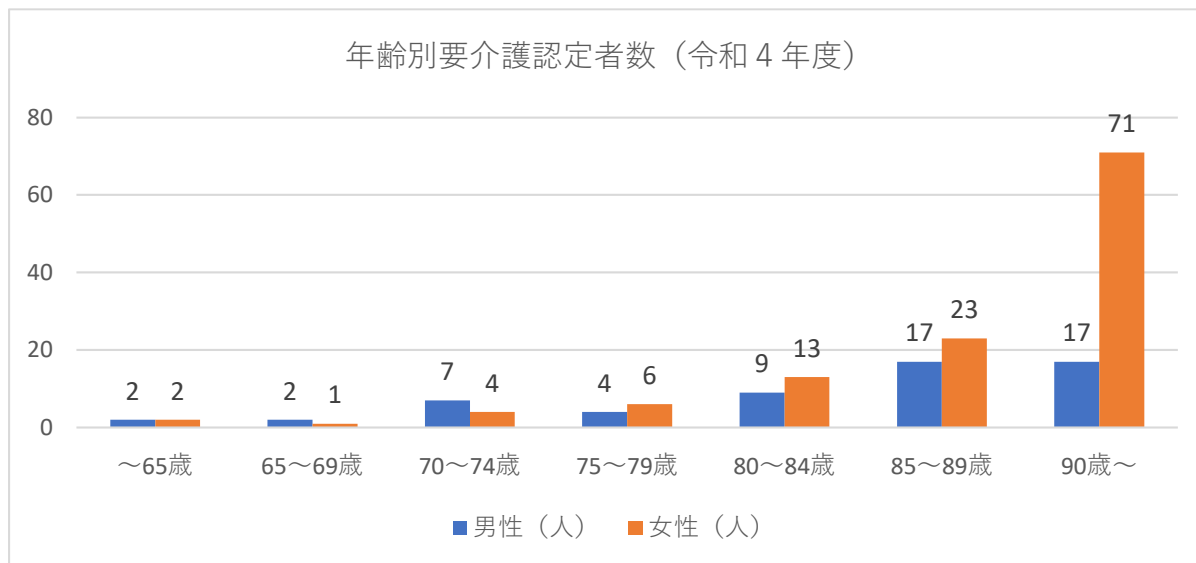
介護認定の内訳は、要介護 1 が 4% と最も多く、次に、要介護 3 が 3%、要支援 2・要介護 2 が 2.9% となっています。特に要支援 2・要介護 3 は国・県と比較すると高くなっています。



資料：厚生労働省「介護保険事業状況報告」

③ 年齢別要介護認定者

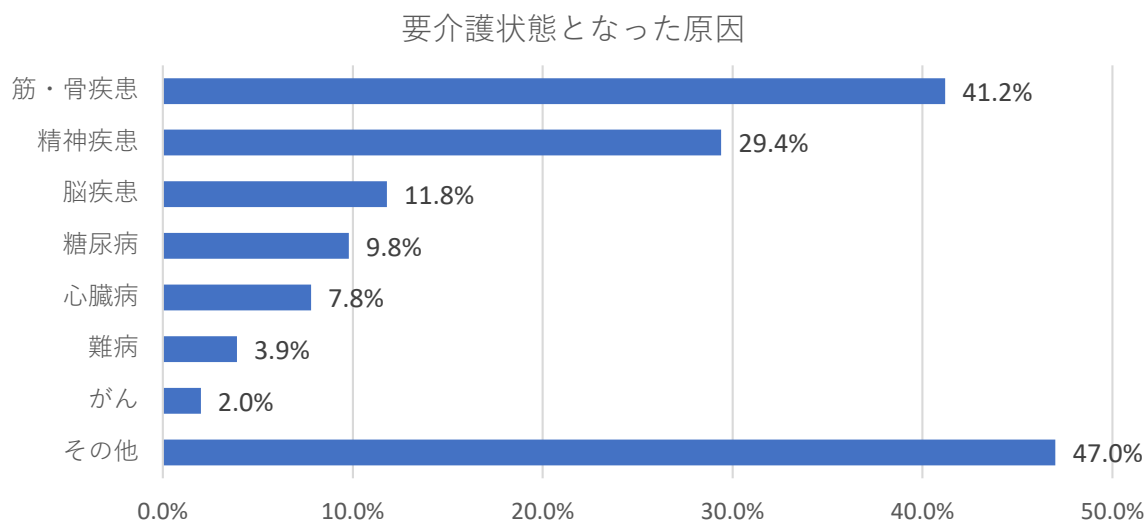
男女ともに、85才以上になると急激に介護認定者数が増加しています。



資料：厚生労働省「介護保険事業状況報告」

（2）要介護状態となった原因

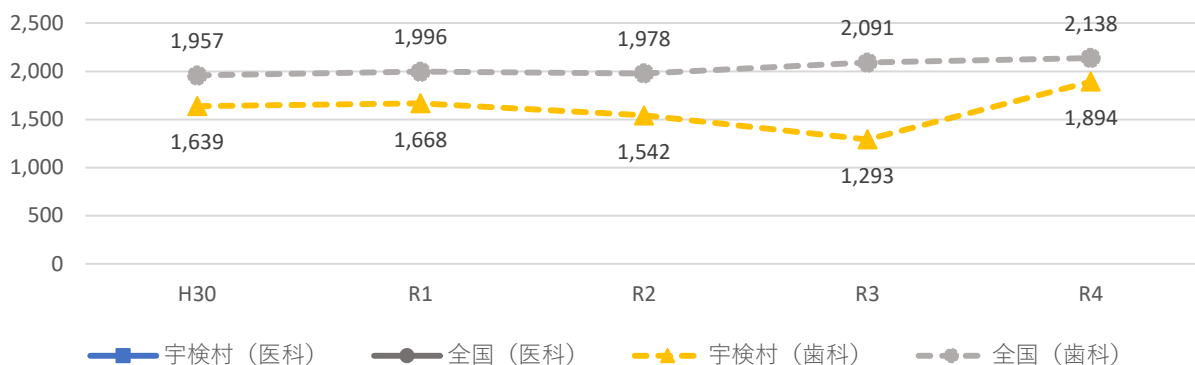
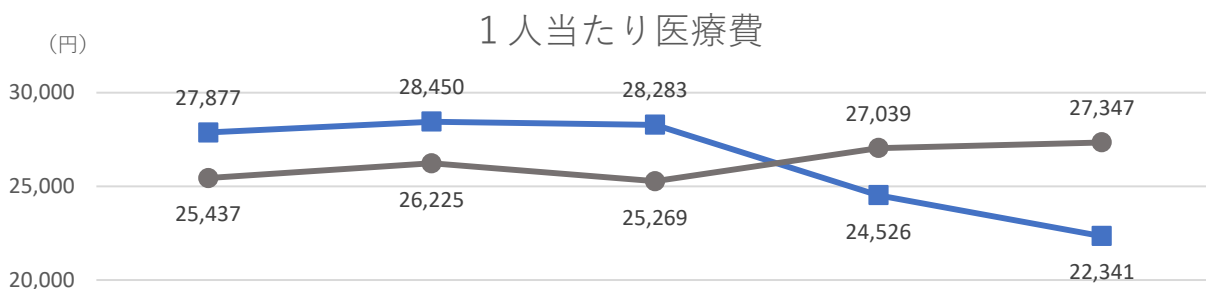
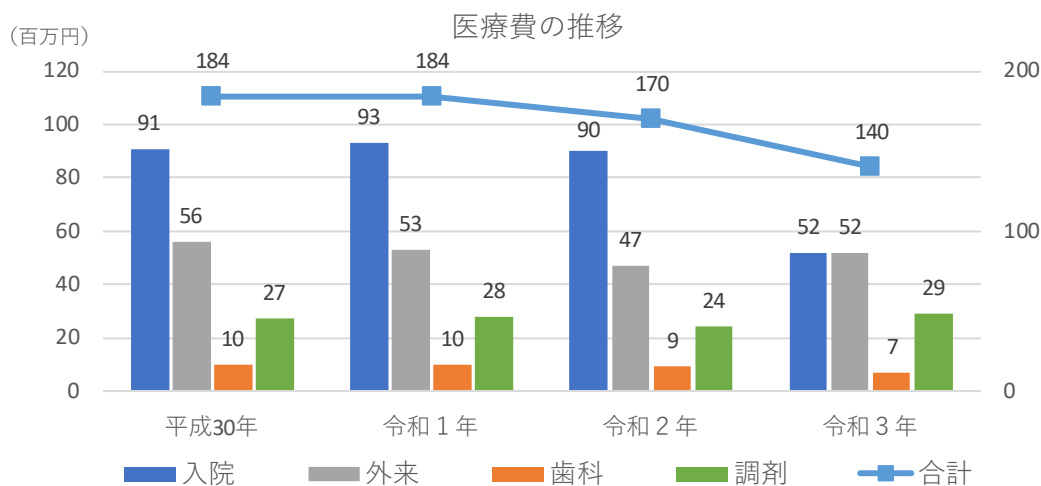
要介護状態となった原因として、筋・骨疾患が41.2%と最も多く、次に精神疾患29.4%、脳疾患11.8%の順に多くなっています。



4. 医療受診状況

(1) 国保医療費

国民健康保険の総額は、令和3年度で約1億4千万円となっています。平成30年度から減少傾向にあります。



【本村の入院医療費の割合】※令和4年度

分類	割合	疾患名	割合
筋骨格	21.6%	脊椎骨格	10.2%
		その他の筋骨格系及び結合組織の疾患	5.5%
		関節症	5.0%
精神	18.1%	統合失調症、統合失調症型障害及び妄想性障害	9.1%
		気分（感情）障害（躁うつ病を含む）	9.0%
循環器	17.2%	その他の心疾患	5.5%
		動脈硬化（症）	4.1%
		虚血性心疾患	3.7%
神経	6.5%	その他の神経系の疾患	6.5%

資料：KDB システム健康スコアリング（医療）

【本村の外来医療費の割合】※令和4年度

分類	割合	疾患名	割合
循環器	17.9%	高血圧性疾患	10.8%
		その他の疾患	2.9%
		虚血性心疾患	1.8%
内分泌	17.4%	糖尿病	11.5%
		脂質異常症	5.0%
		甲状腺障害	0.7%
尿路性器	13.6%	腎不全	11.8%
		その他の腎尿路系の疾患	1.2%
		前立腺肥大（症）	0.2%
新生物	10.7%	その他の悪性新生物〈腫瘍〉	5.0%
		乳房の悪性新生物〈腫瘍〉	2.4%
		結腸の悪性新生物〈腫瘍〉	1.1%

資料：KDB システム健康スコアリング（医療）

5. 各種検診の状況

(1) 特定健康診査・特定保健指導

特定健康診査（以下、特定健診）は国民健康保険加入者である40歳～74歳までの方を対象に年1回行っています。特定保健指導は、メタボリックシンドローム該当者、予備群に対して6ヶ月の期間を設けて行っています。

【メタボリックシンドローム】

メタボリックシンドロームの診断基準

腹囲 男性 $\geq 85\text{cm}$
 女性 $\geq 90\text{cm}$
 男女ともに内臓脂肪面積 $\geq 100\text{cm}^2$ に相当



- ☆ 高血圧症 収縮期血圧 $\geq 130\text{mmHg}$
 または拡張期血圧 $\geq 85\text{mmHg}$
- ☆ 高血糖 空腹時血糖 $\geq 110\text{mg/dl}$
- ☆ 脂質異常 中性脂肪 $\geq 150\text{mg/dl}$
 またはHDL-C 40mg/dl 未満

特定健診対象者の基準です。

メタボリックシンドローム該当者: 上記の腹囲基準に加え、下記の基準のうち2つ以上該当する者

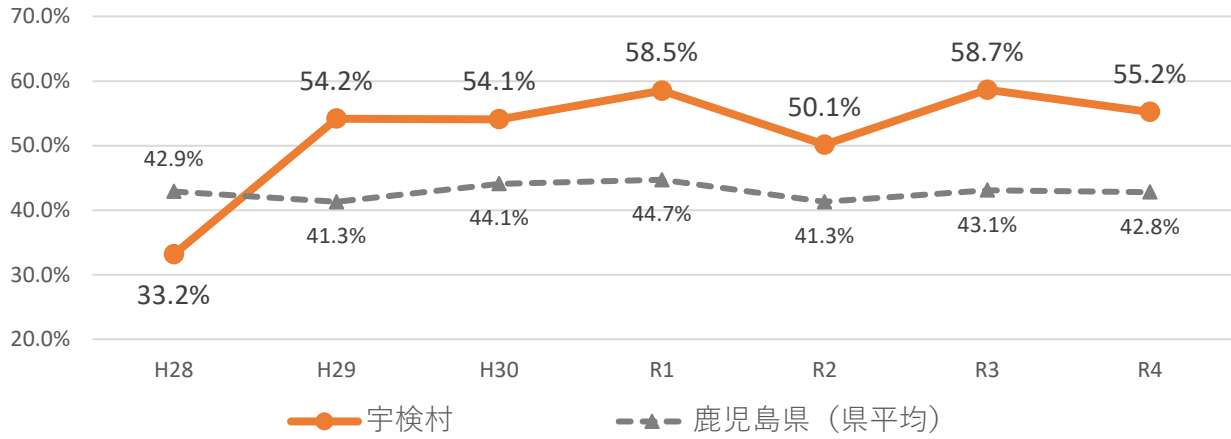
メタボリックシンドローム予備群: 上記の腹囲基準に加え、下記の基準の1つに該当する者

① 特定健診・特定保健指導実施状況

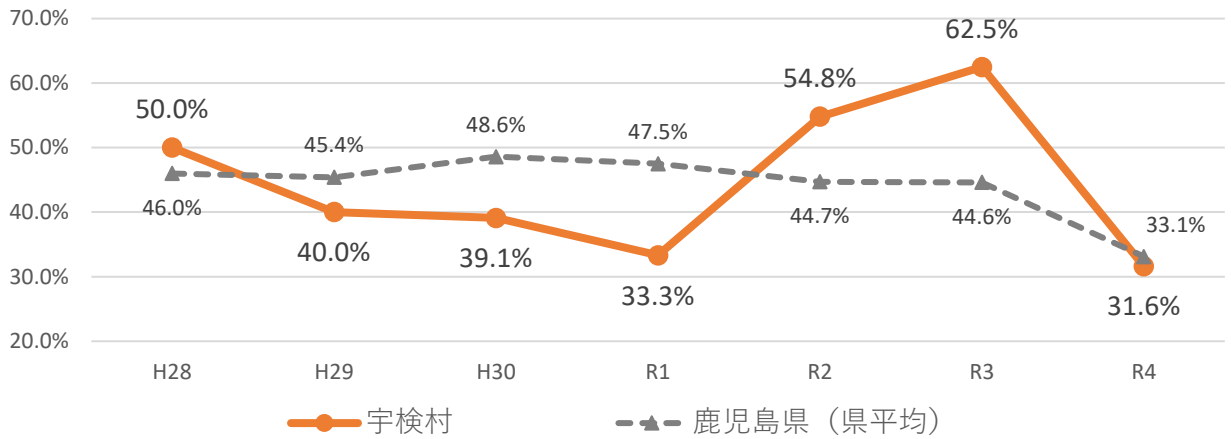
平成29年以降、特定健診受診率は50%前後を推移し県平均より高い傾向にあります。また、特定保健指導終了率は、令和2年度以降、県平均よりも高い傾向にあります

	H28	H29	H30	R1	R2	R3	R4
対象者数（人）	395	384	381	376	361	358	326
受診者数（人）	131	208	206	220	181	210	180

特定健診受診率の推移

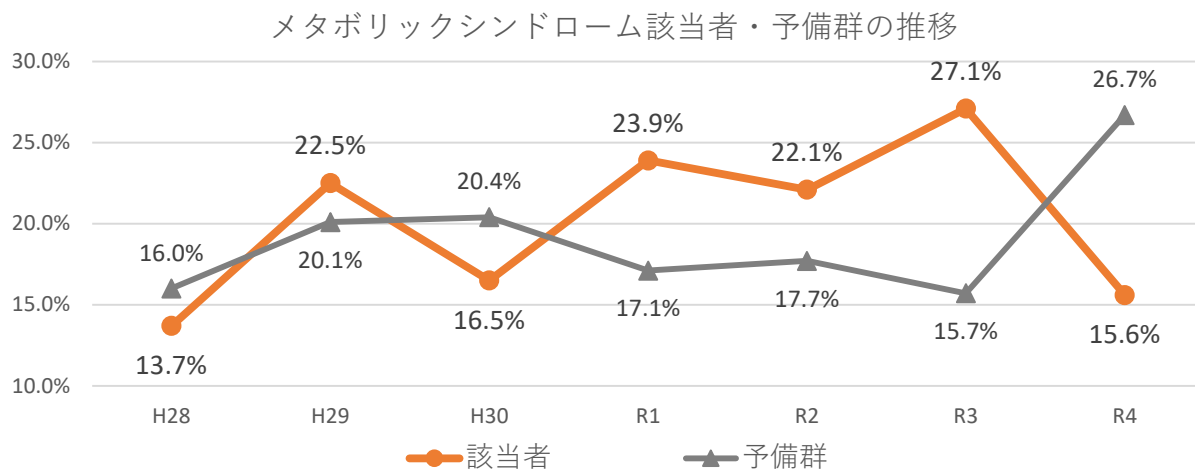


特定保健指導終了率の推移

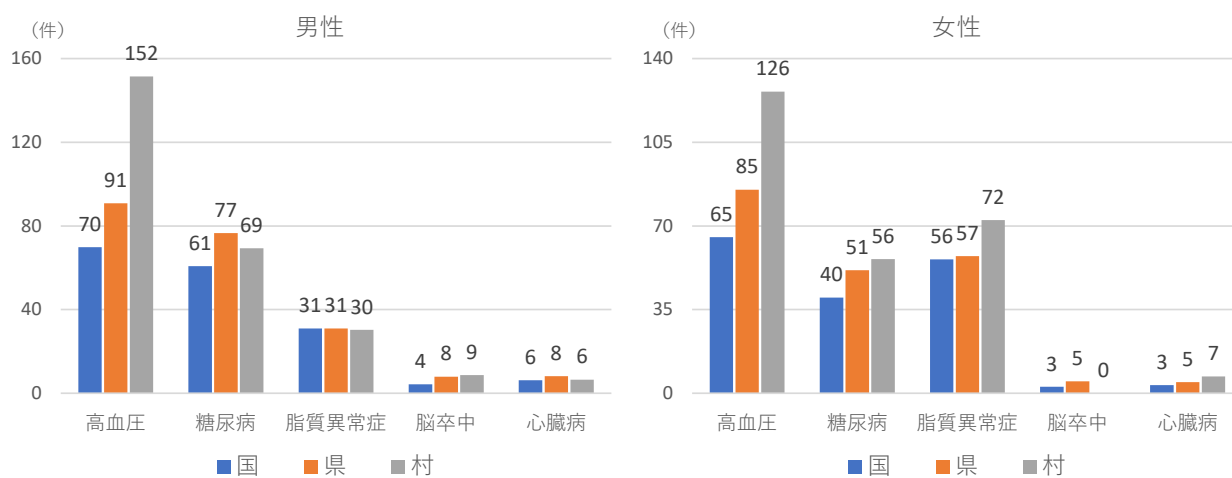


② メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の状況

特定健診受診者の約5人に1人がメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に該当しています。また、予備群をあわせるとおよそ3割～4割の方が生活習慣病予備群に該当している状況です。



③ 高血圧・糖尿病・脂質異常症の状況



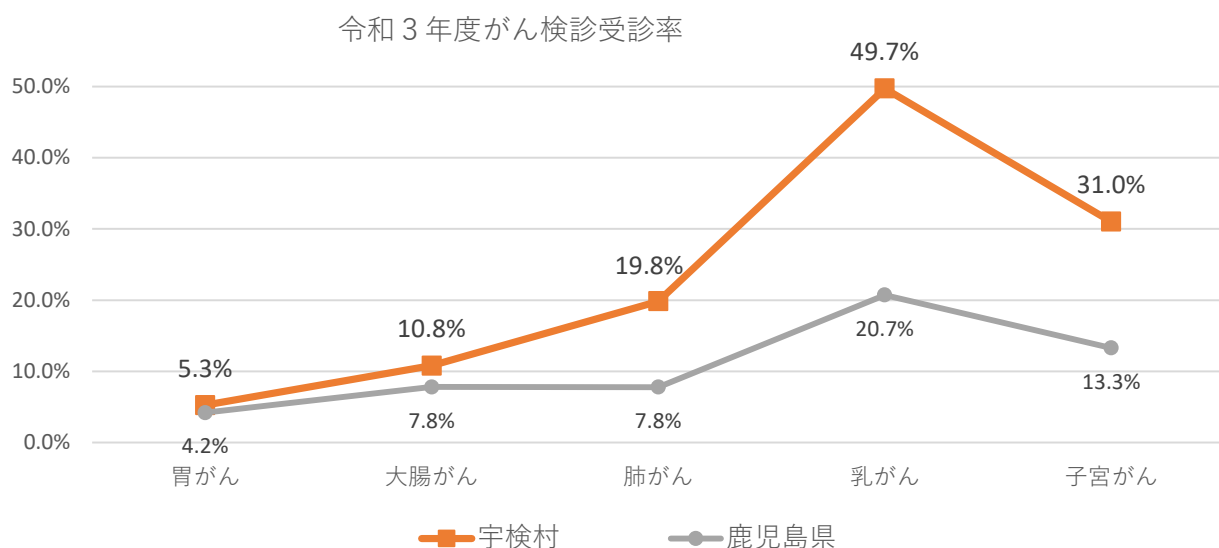
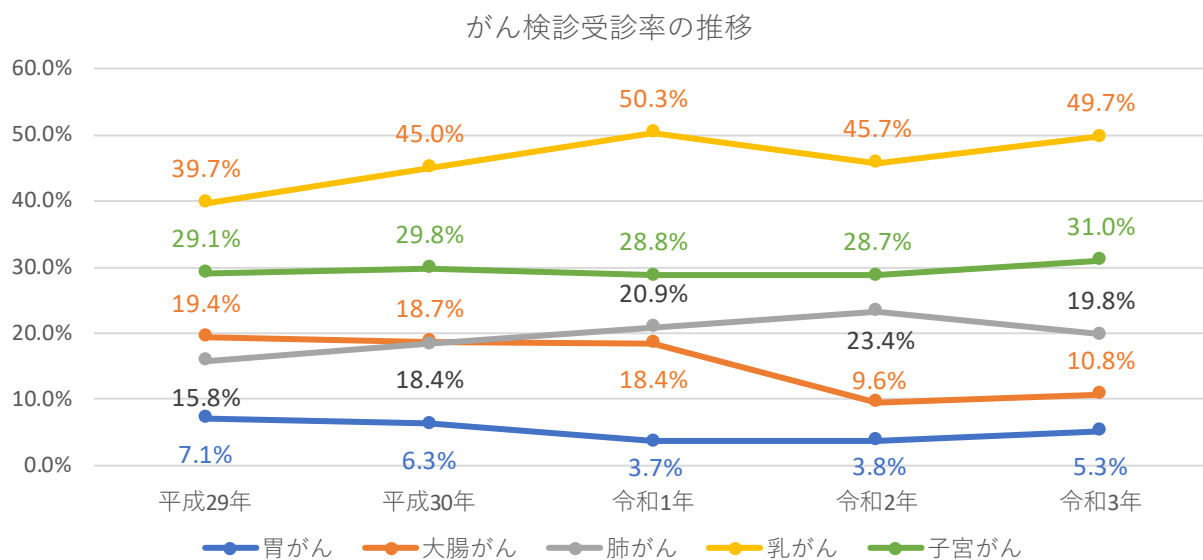
(2) がん検診

① 受診状況

本村では、胃がん検診、大腸がん検診、肺がん検診、乳がん検診、子宮がん検診の5つのがん検診を集団検診で行っています。

胃がん検診は5%前後、大腸がん検診は15%前後、肺がん検診は20%前後、乳がん検診は50%前後、子宮がん検診は30%前後の受診率で推移しています。

また、県との受診率比較ではいずれも高い状況にあります。

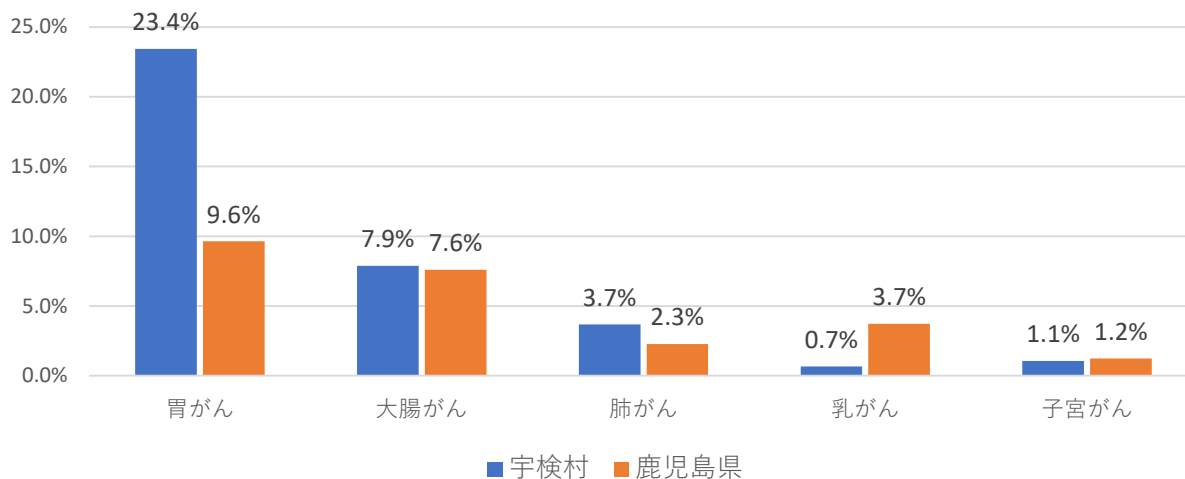


④ 精密健診受診状況

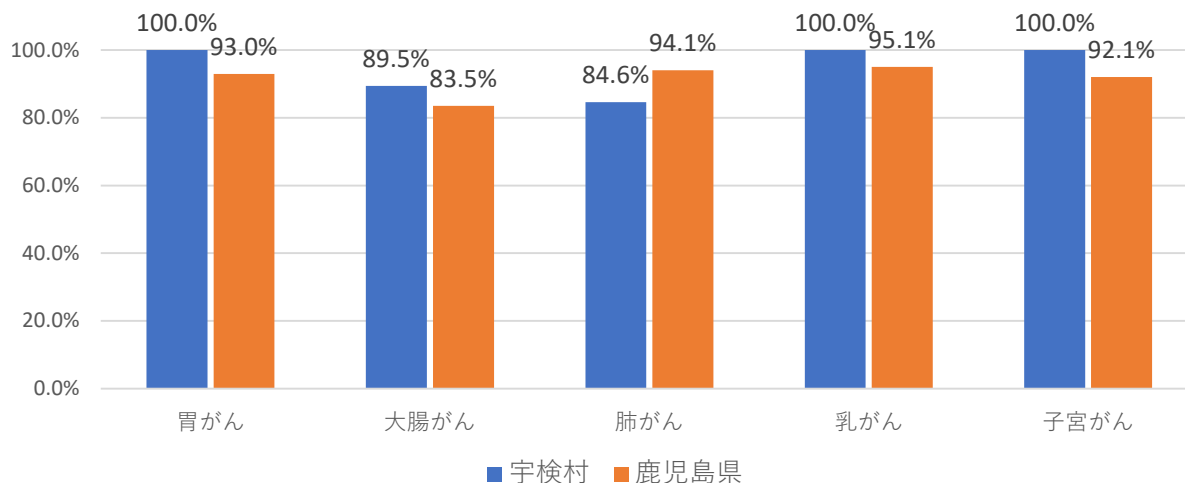
要精密検査率は胃がん、大腸がん、肺がんが県平均より高くなっています。

また、精密検査受診率は胃がん、大腸がん、乳がん、子宮がんが県平均より高くなっていますが、肺がんに関しては県平均より低くなっています。

がん検診要精密検査率（令和2年度）



がん検診精密検査受診率（令和2年度）



6. 歯科・口腔疾患に関する状況

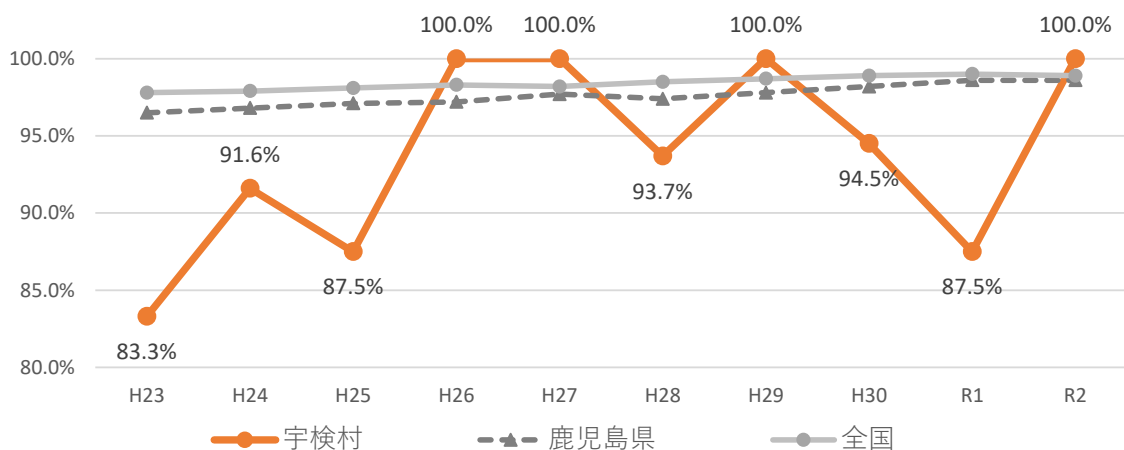
(1) 乳幼児期の歯科検診

本村では、むし歯予防として1歳以上の健診でフッ化物を塗布しており、うがいができる3歳児より各保育所でフッ化物洗口を実施しています。

また、2歳児、2歳6ヶ月児、5歳児には歯科検診を実施しています。

1歳6ヶ月のむし歯がなかった者の割合は、90%前後を推移しています。一方で、3歳6ヶ月児のむし歯がなかった者の割合は、65%前後を推移し、国・県と比較し低い状況です。

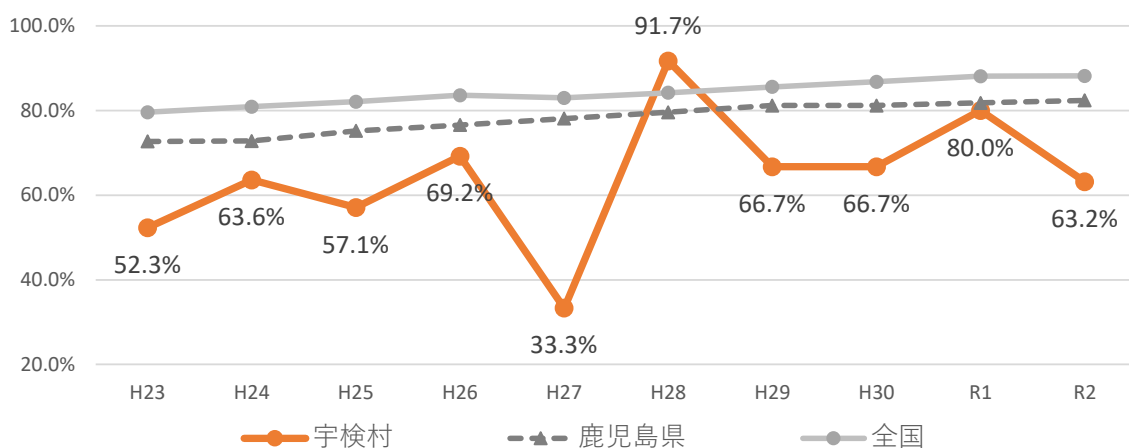
1歳半健診 むし歯がなかった者の割合



単位：%

	H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1	R2
宇検村	83.3	91.6	87.5	100	100	93.7	100.0	94.5	87.5	100.0
鹿児島県	96.5	96.8	97.1	97.2	97.7	97.4	97.8	98.2	98.6	98.6
国	97.8	97.9	98.1	98.3	98.3	98.5	98.7	98.9	99.0	98.9

3歳児健診 むし歯がなかった者の割合



単位：%

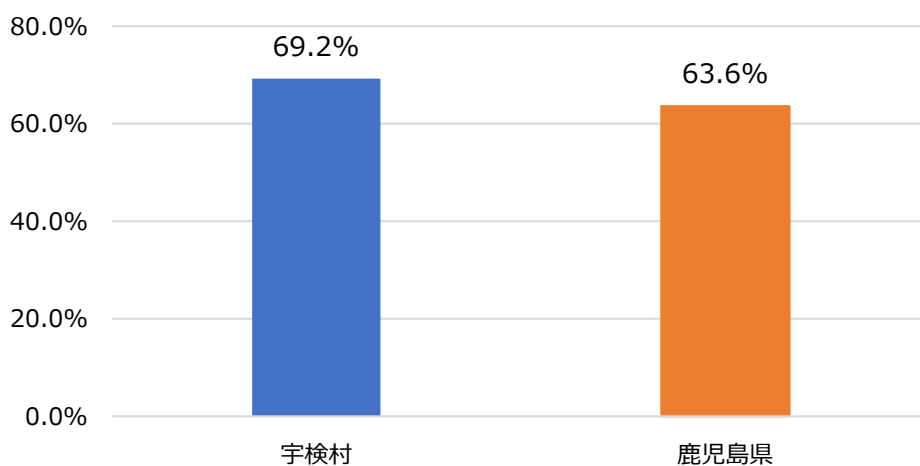
	H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1	R2
宇検村	52.3	63.6	57.1	69.2	33.3	91.7	66.7	66.7	80.0	63.2
鹿児島県	72.7	72.8	75.2	76.6	78.1	79.6	81.2	81.2	81.8	82.4
国	79.6	80.9	82.1	83.6	83.0	84.2	85.6	86.8	88.1	88.2

(2) 学童期の歯科検診

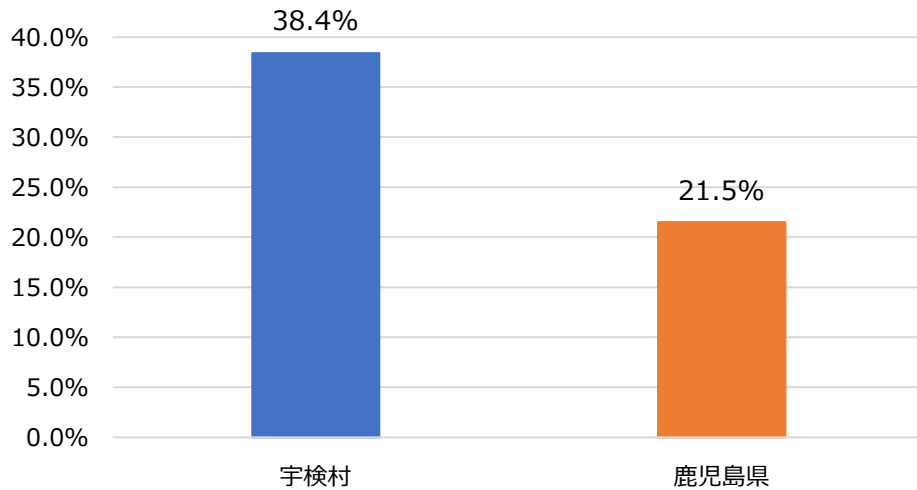
本村では、12歳児でむし歯のない者の割合は69.2%、県の値は63.6%であり、県より低い状況です。

また、中学生における歯肉に炎症所見を有する者の割合は、38.4%、県の値は21.5%であり、県より高い状況です。

12歳児でむし歯のない者の割合 (R4)

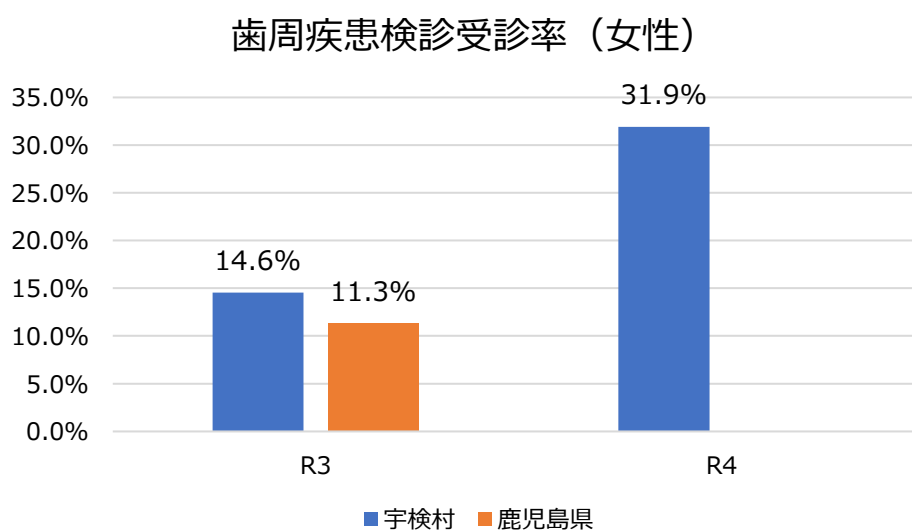
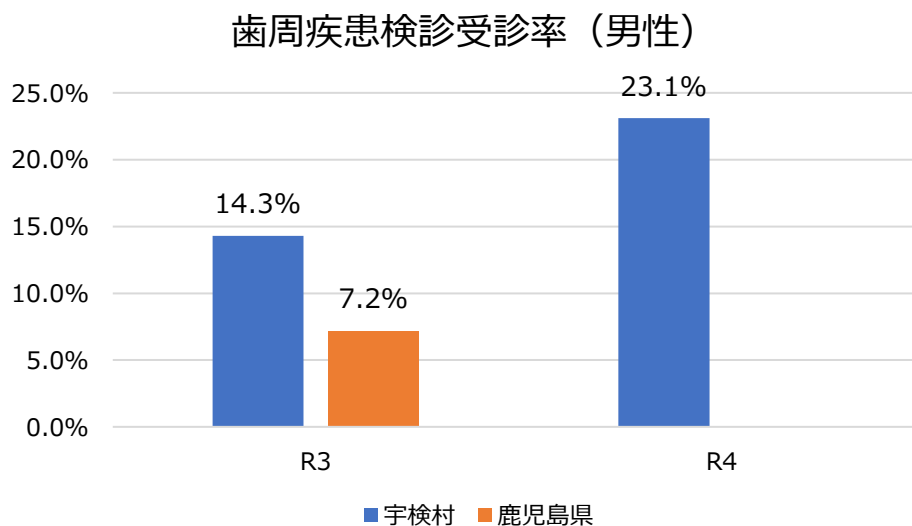


中学生における歯肉に炎症所見を有する者の割合 (R4)



(3) 壮年期・高齢期の歯周疾患健診

歯周疾患健診の受診率は、令和4年度は男女ともに県より高い状況です。令和3年度と比較すると受診率が増加傾向にあります。

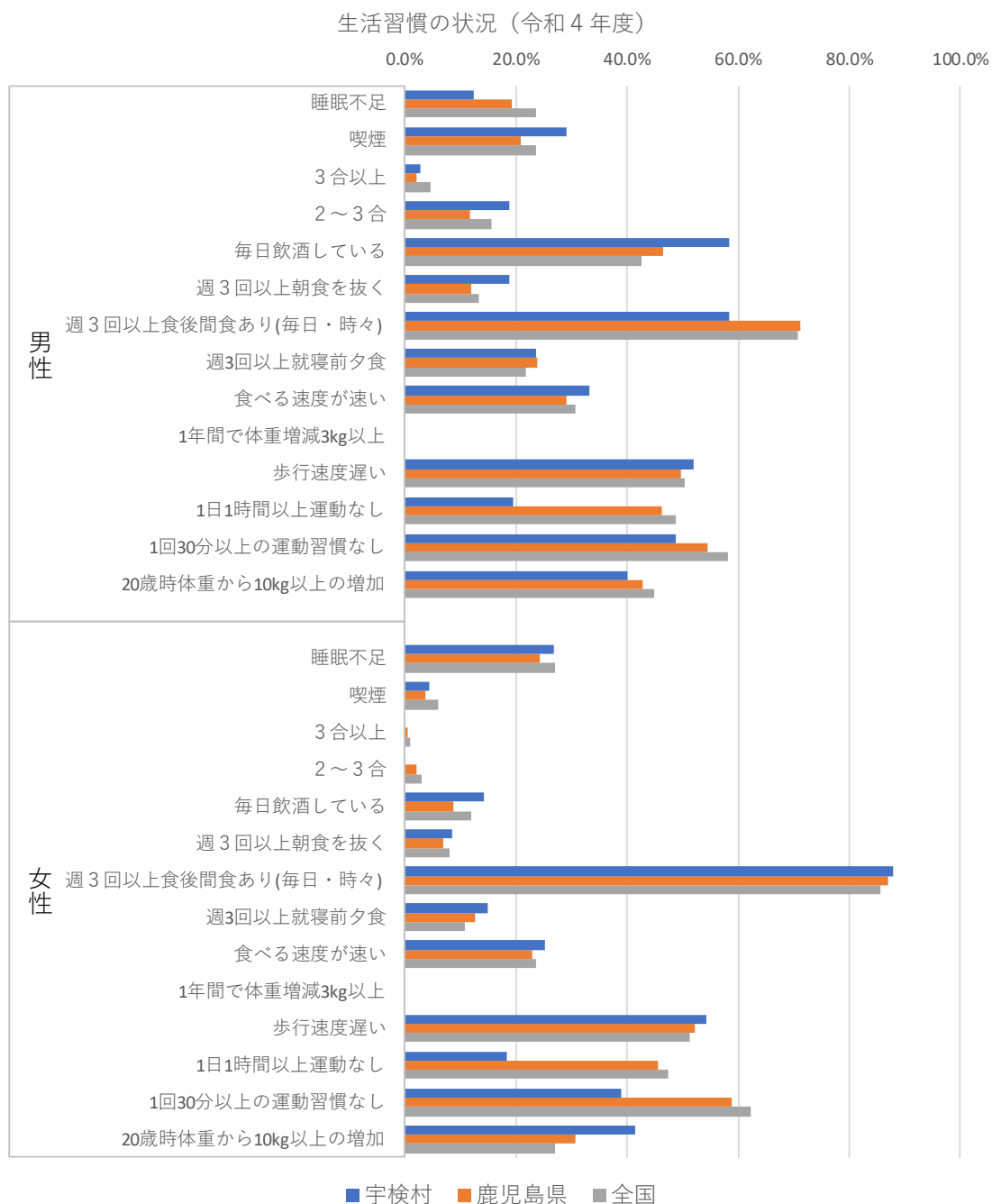


※R3 年度鹿児島県の調査結果無

7. 生活習慣の現状

(1) 国保データベースからみる生活習慣

特定健診でも問診において、国・県と比較し男性は「歩行速度が遅い、食べる速度が速い、週3回以上朝食を抜く、毎日飲酒をしている、喫煙」の割合が高くなっています。また、女性では「20歳時体重から10kg以上の増加、歩行速度が遅い、食べる速度が速い、週3回以上就寝前夕食、週3回以上食後間食あり、週3回以上朝食を抜く、毎日飲酒している」の割合が高くなっています。

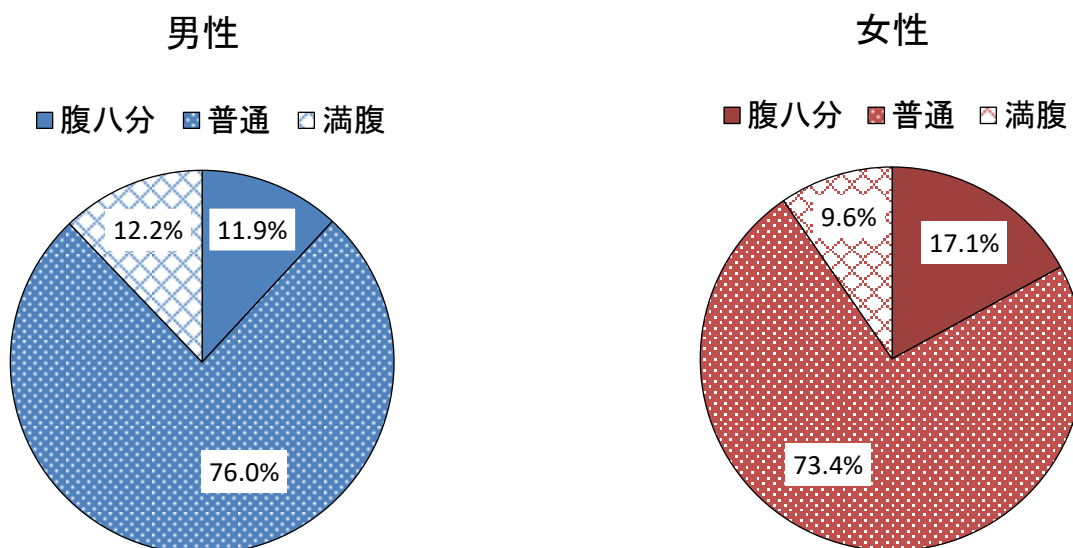


(2) 健康に関する調査からみる生活習慣（令和4年健康に関するアンケート調査）
（40～64歳）

① 食事

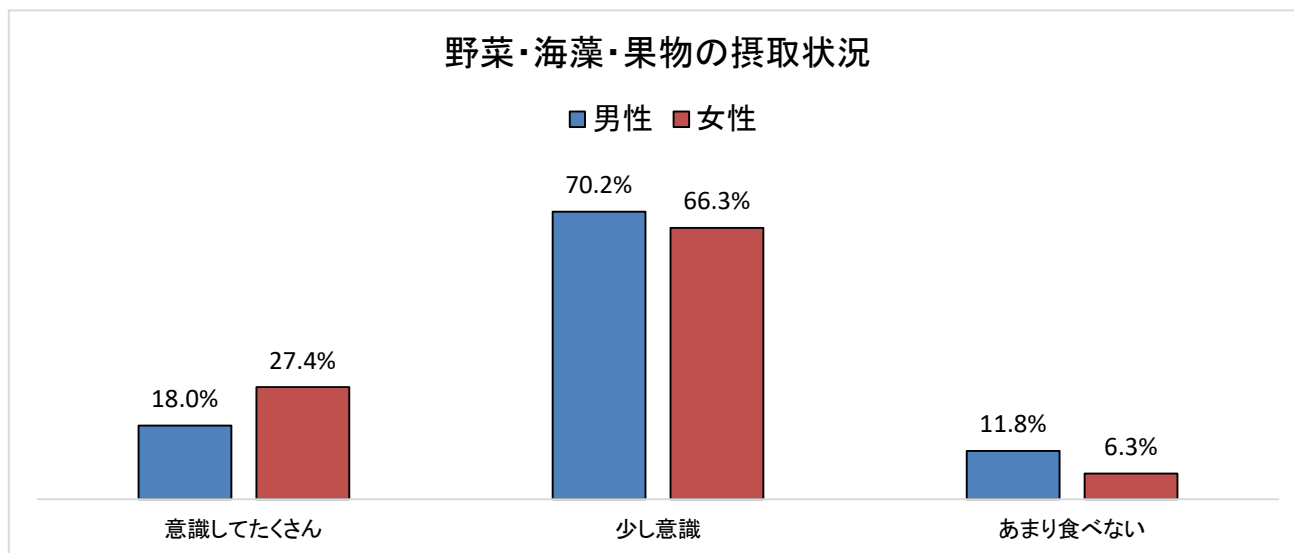
＜食事摂取量＞

食事について、「満腹まで食べる」と答えた人が男性で12.2%、女性で9.6%となっています。



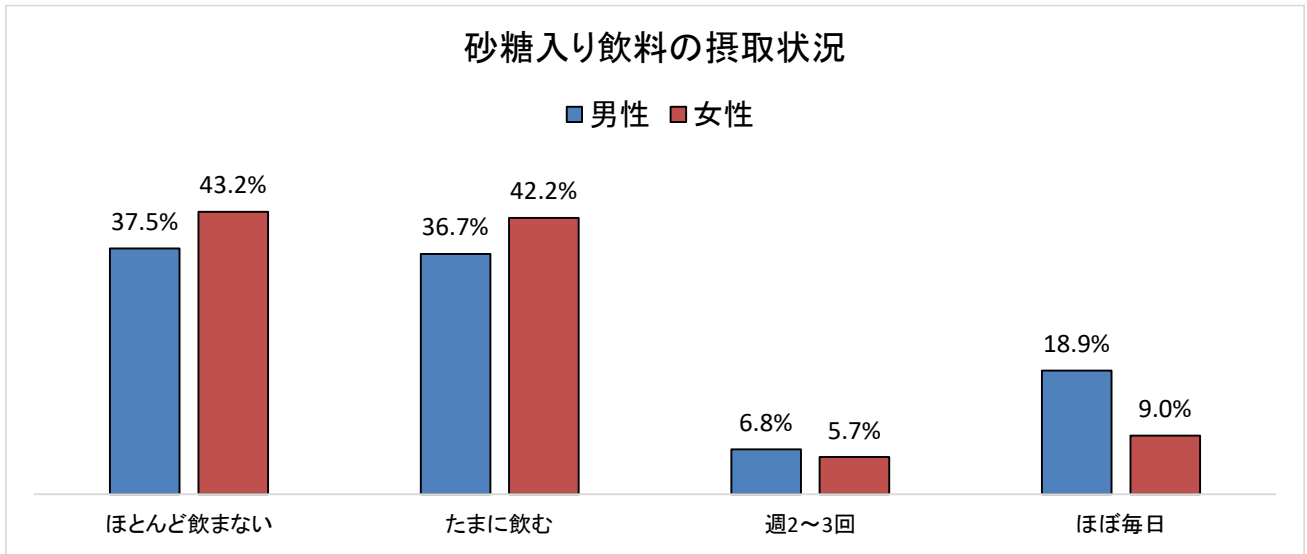
＜野菜の摂取＞

野菜の摂取については、「あまり食べない」人の割合が、男性で11.8%、女性で6.3%となっています。



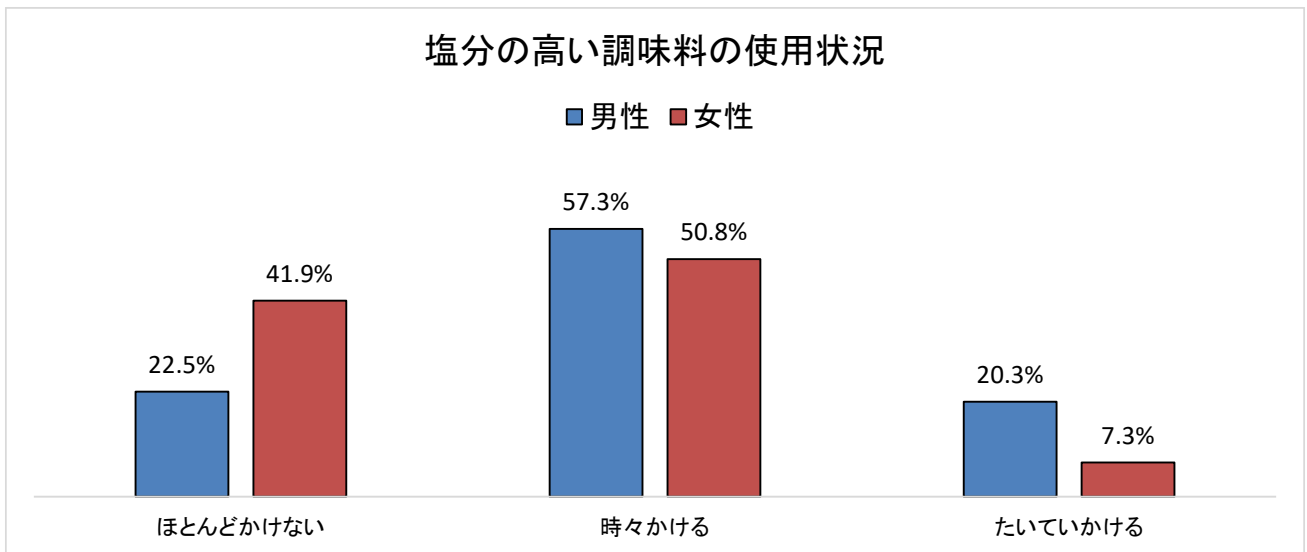
＜糖質の摂取＞

砂糖入りのコーヒーやジュースの摂取については、男性の約2割がほぼ毎日摂取しており、女性に比べて多い状況にあります。



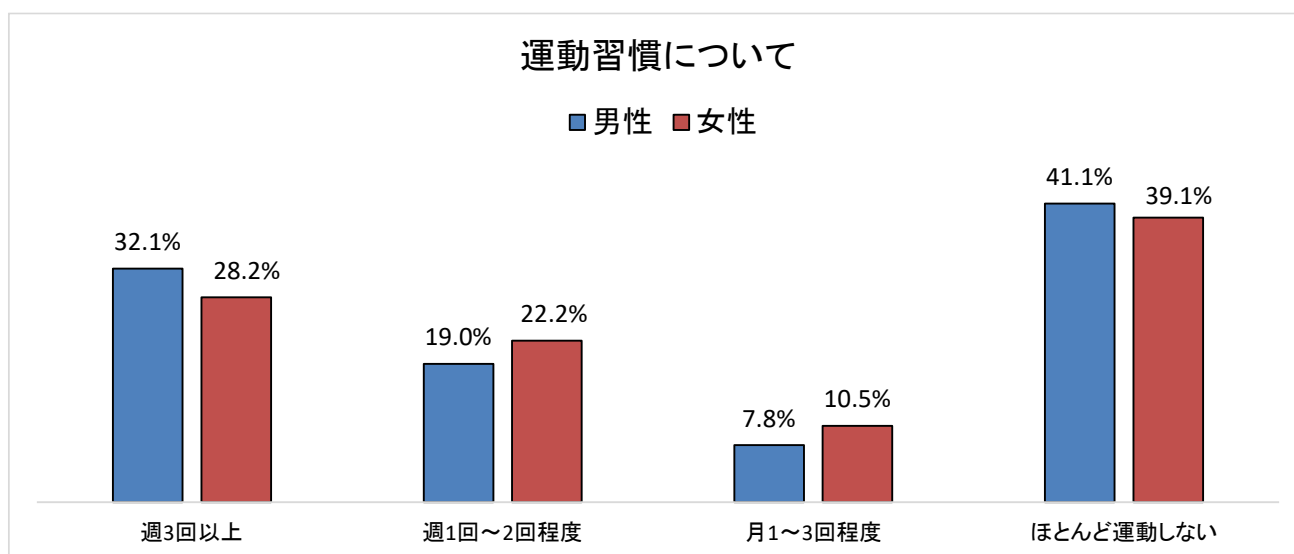
＜塩分の高い調味料の使用＞

塩や醤油は、男性で約2割が「たいていかける」と答えており、女性に比べて多い状況にあります。



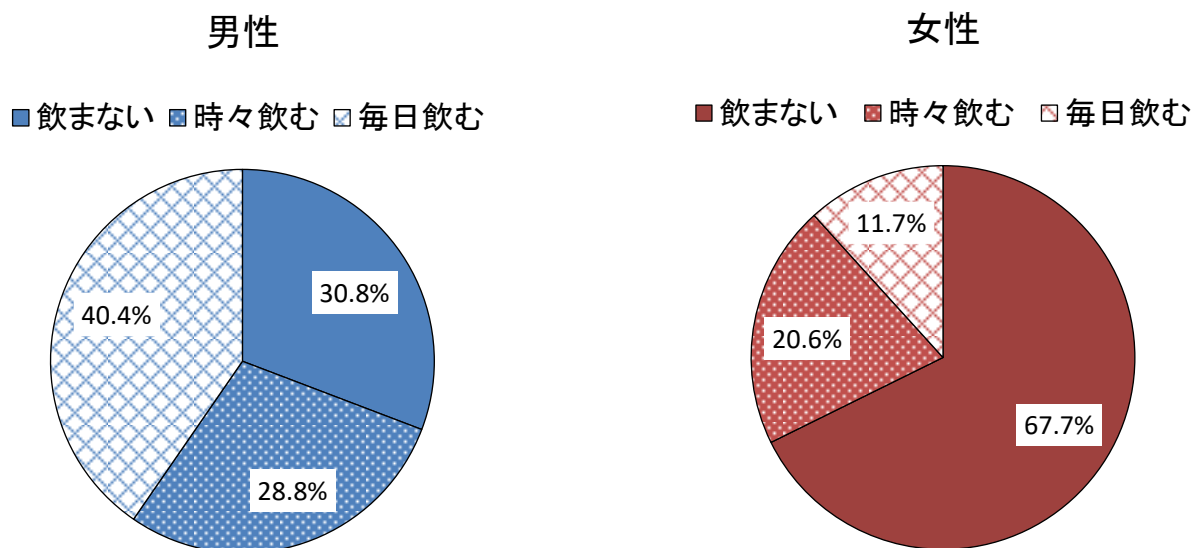
② 運動

「ほとんど運動をしていない」と答えた人の割合が、男性では41.1%、女性で39.1%となっています。



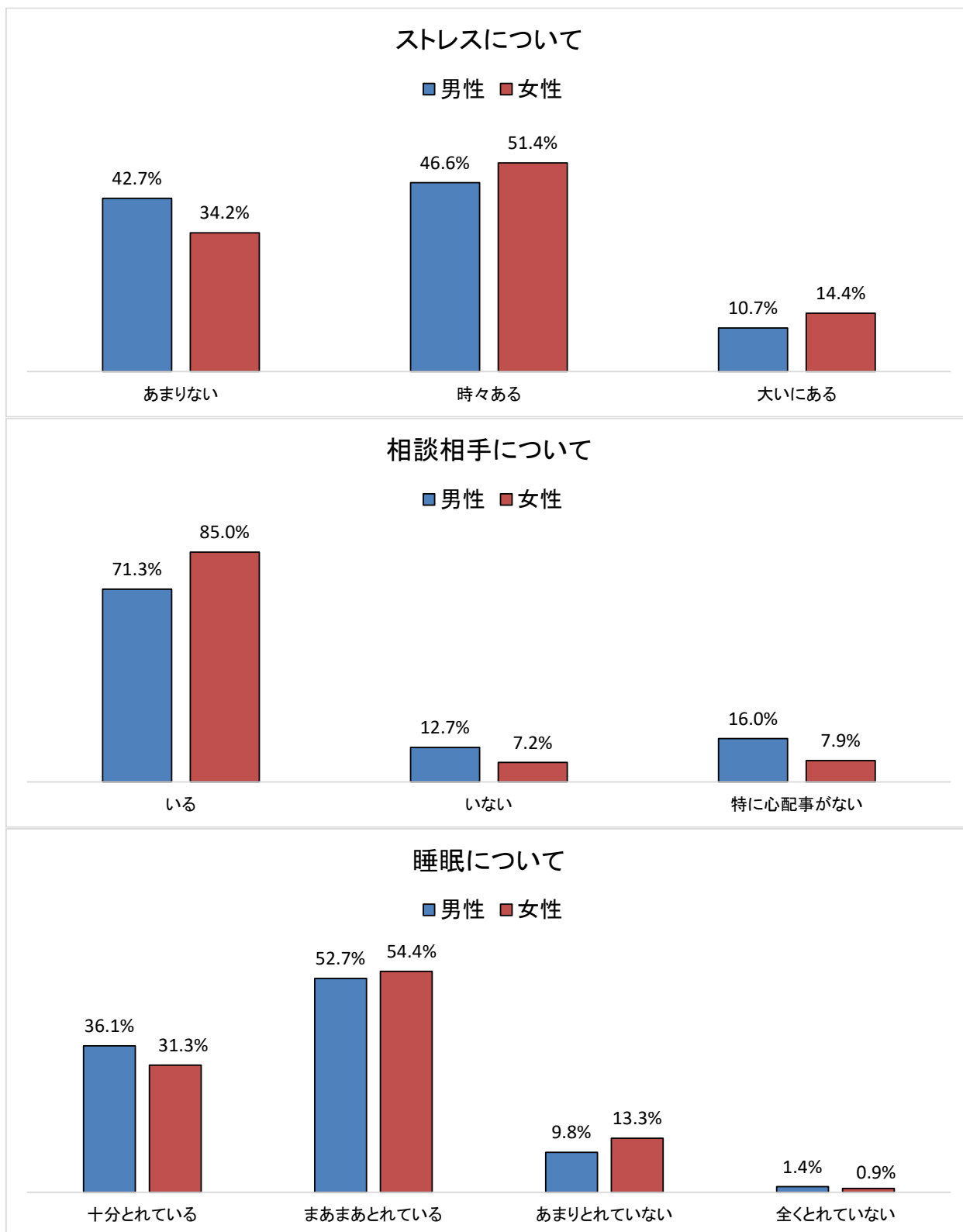
③ 飲酒

お酒を飲む頻度に関して、「毎日飲む」と答えた方が、男性で40.4%、女性で11.7%となっています。



④ こころの健康

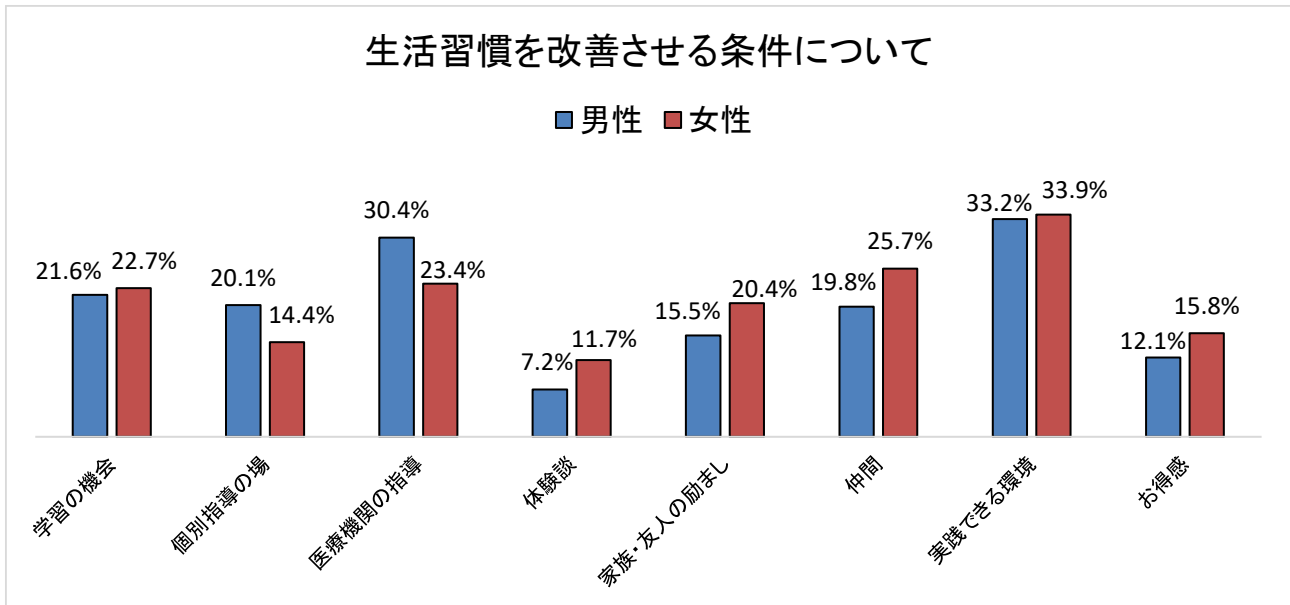
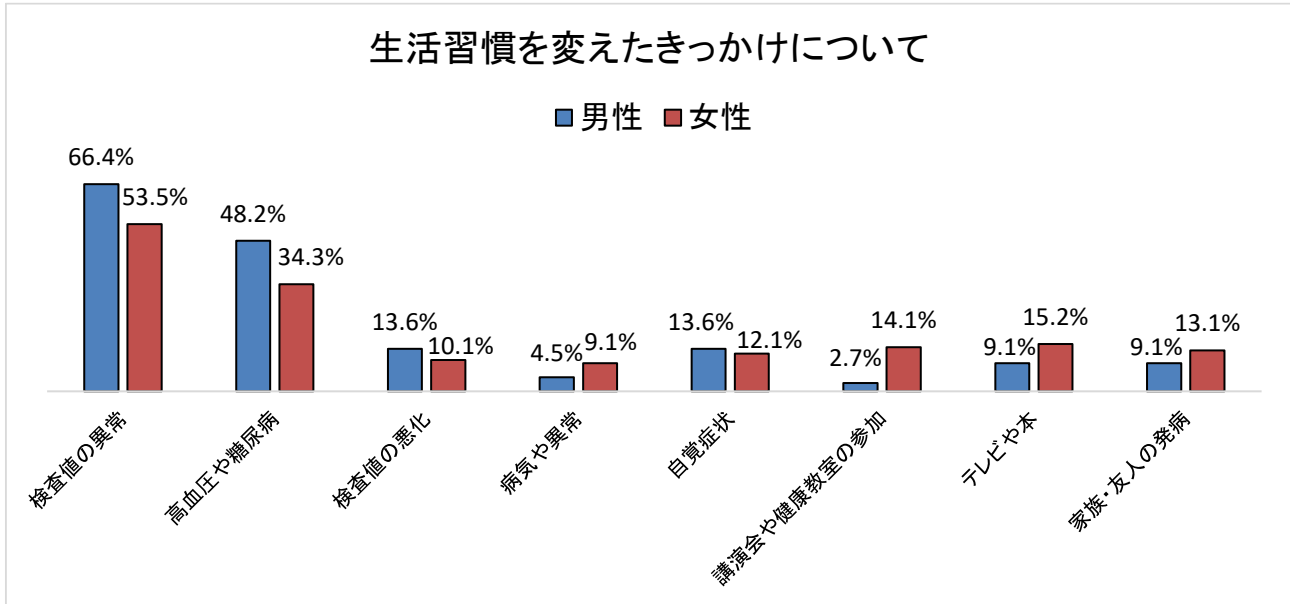
肉体的・精神的にストレスを感じている人（「時々ある」+「大いにある」）は、男性で57.3%、女性で65.8%あり、悩みや心配事を相談できる相手が「いない」と答えた人が、男性で12.7%、女性で7.2%となっています。また、男女ともに約1割の人が睡眠をとれていない状況です。



⑤ 生活習慣

生活習慣の改善のきっかけは、男女ともに「検査値の異常」が最も多く、次いで「高血圧や糖尿病」となっています。

生活習慣の改善の条件については、男女ともに「実践できる環境」が最も多く、次いで男性では「医療機関からの指導」、女性では「仲間」が多くなっています。

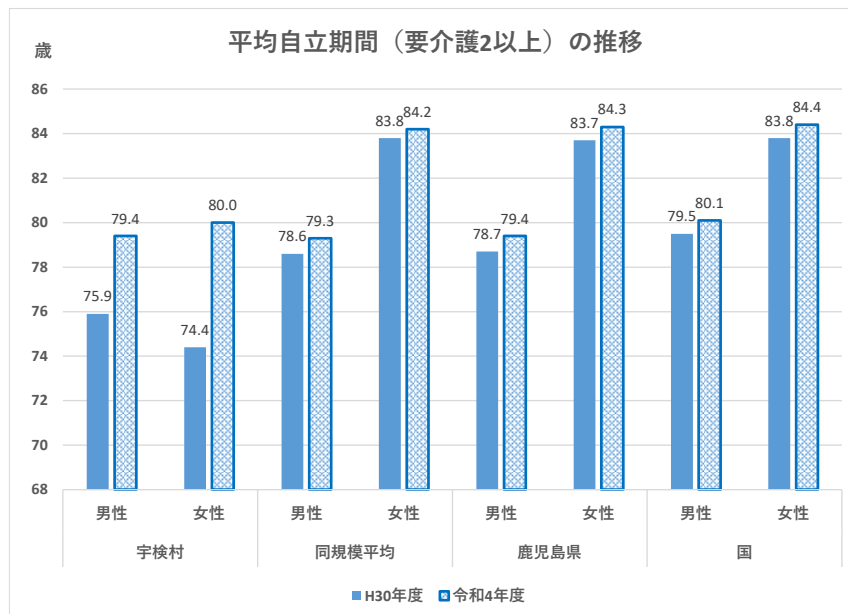


8. 第1次 いきいき健康うけん21の評価

① 健康寿命（平均自立期間）の延伸

平成30年度と比較して、男性で3.5歳、女性で5.6歳健康寿命（平均自立期間）が延伸しました。

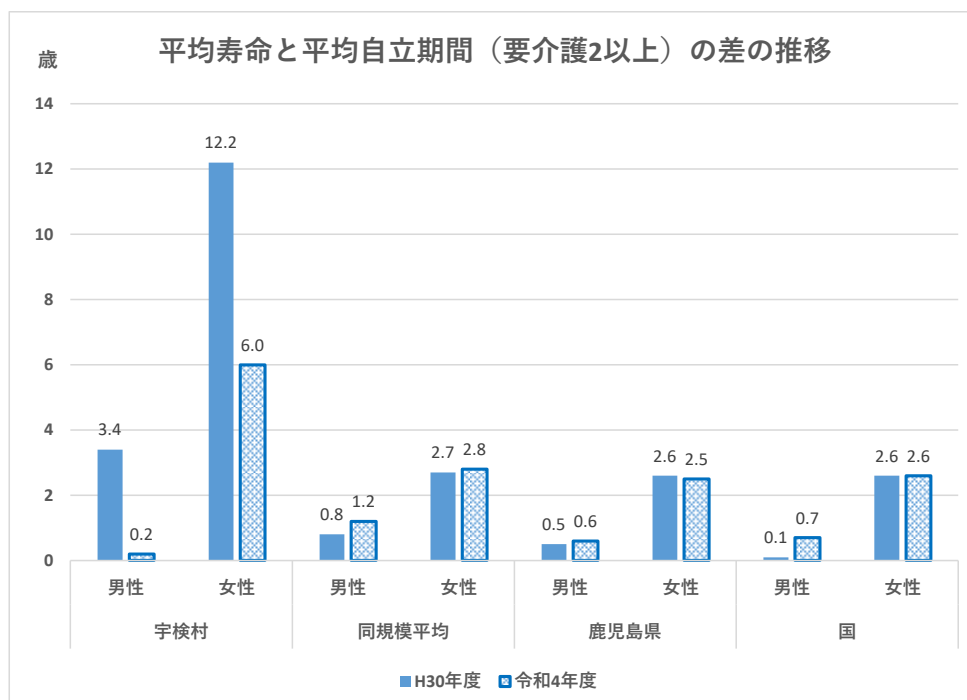
本村の平均自立期間の延伸は、同規模自治体、鹿児島県、国と比較して大きくなっていました。



① -2. 平均寿命と健康寿命（平均自立期間）の差の短縮

平成30年度と比較して、男性で3.2歳、女性で6.2歳平均寿命と健康寿命（平均自立期間）の差が短縮しました。

本村の平均寿命と健康寿命（平均自立期間）の差の短縮は、同規模自治体、鹿児島県、国と比較して大きくなっていました。



② 死亡・罹患の状況

女性の心疾患死亡比および男性のがん死亡比は目標値を達成しましたが、男女ともに脳血管疾患死亡比が悪化しました。また、女性のがん死亡比も悪化しました。

A:目標値に達した B:目標値に達しなかったが改善傾向にある C:変わらない D:悪化した E:評価不能

NO.	指標	現状値	R4目標値	R4実績値	評価
1	健康寿命延伸（男性）H25	64.2歳	増加	-	A
2	健康寿命延伸（女性）H25	65.9歳	増加	-	A
3	脳血管疾患死亡比（男性）H20-24	148.3	100以下	205.0	D
4	脳血管疾患死亡比（女性）H20-24	77.6	現状維持	272.7	D
5	心疾患死亡比（男性）H20-24	55.8	現状維持	67.9	D
6	心疾患死亡比（女性）H20-24	107.1	100以下	36.7	A
7	がん死亡比（男性）H20-24	111.5	100以下	71.3	A
8	がん死亡比（女性）H20-24	69.5	現状維持	99.3	D
9	脳梗塞罹患比（男性）H20-24	154.9	100以下		E
10	脳梗塞罹患比（女性）H20-24	65.4	現状維持		E
11	急性心筋梗塞罹患比（女性）H20-24	268.0	100以下		E
12	子宮がん罹患比（女性）H20-24	293.0	100以下		E

A	4
B	0
C	0
D	4
E	4

③ 健診実施の状況

乳がん検診受診率および肺がん検診受診率は目標を達成しました。

特定健診受診率、子宮がん検診受診率および3歳児の虫歯有病率は目標値に達しませんでした。改善傾向にありました。

また、メタボリックシンドローム該当者割合及び特定保健指導実施率、大腸がん検診受診率、胃がん検診受診率は悪化しました。

A:目標値に達した B:目標値に達しなかったが改善傾向にある C:変わらない D:悪化した E:評価不能

NO.	指標	現状値	R4目標値	R4実績値	評価
1	特定健診受診率（H27）	44.0%	60.0%	51.1%	B
2	メタボリック該当者割合（H27）	19.4%	15.0%	24.6%	D
3	特定保健指導実施率（H27）	26.7%	50.0%	18.8%	D
4	大腸がん検診受診率（H26）	32.1%	40.0%	21.8%	D
5	乳がん検診受診率（H26）	31.5%	50.0%	61.6%	A
6	子宮がん検診受診率（H26）	15.5%	40.0%	37.3%	B
7	胃がん検診受診率（H26）	15.1%	30.0%	12.4%	D
8	肺がん検診受診率（H26）	45.8%	50.0%	63.3%	A
9	3歳児の虫歯有病率（H26）	67.0%	20%以下	33.3%	B

A	2
B	3
C	0
D	4
E	0

④ 生活習慣の状況

重点項目に指定した4項目のうち2項目（食事、ジュース）について目標値を達成しました。生活習慣16項目のうち7項目(43.8%)において目標値を達成しました。また、6項目(37.5%)において目標値には達しませんでした。改善傾向にありました。

毎日飲酒している（男性）、毎日塩辛いものを食べる、悩みや心配事を相談できる相手がいるの項目について悪化しました。

NO.	質問項目	H28実績値	R4目標値	R4実績値	評価
1	現在の健康状態に満足ですか？	38.4%	50.0%	41.6%	B
2	【重点】毎日飲酒している（男性）	28.5%	20.0%	40.4%	D
3	喫煙している（男性）	39.7%	25.0%	23.5%	A
4	【重点】普段の食事を腹八分でおさえている	78.3%	80.0%	14.7%	A
5	栄養のバランスをいつも考えている	65.7%	70.0%	16.0%	B
6	【重点】野菜等の摂取を意識してたくさん取り入れている	22.0%	40.0%	23.1%	B
7	夜9時以降に間食しない	32.8%	50.0%	58.3%	A
8	【重点】毎日砂糖入りのコーヒー・ジュースを飲む（男性）	24.5%	20.0%	18.9%	A
9	毎日甘いものを食べる（女性）	20.6%	15.0%	19.8%	B
10	毎日揚げ物（天ぷら、から揚げ等）を食べる	3.7%	2.0%	2.7%	B
11	毎日塩辛いもの（塩魚、漬物など）を食べる	1.7%	1.5%	3.3%	D
12	たいてい料理に塩や醤油をかける	14.9%	10.0%	13.3%	B
13	週1~2回以上運動（1日30分以上）をしている	31.9%	40.0%	50.7%	A
14	肉体的・精神的にストレスを大いに感じる	25.5%	20.0%	12.1%	A
15	悩みや心配事を相談できる相手がいる	76.6%	80.0%	78.6%	D
16	睡眠で休養が十分とれている	79.5%	85.0%	32.3%	A

※H28実績値9.6%に修正して評価

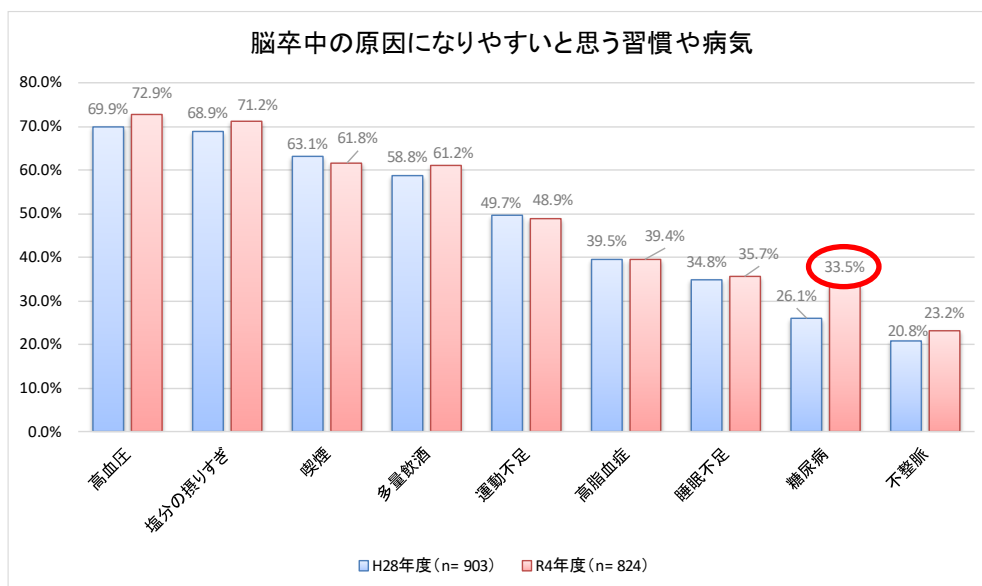
※H28実績値12.6%に修正して評価

A	7
B	6
C	0
D	3
E	0

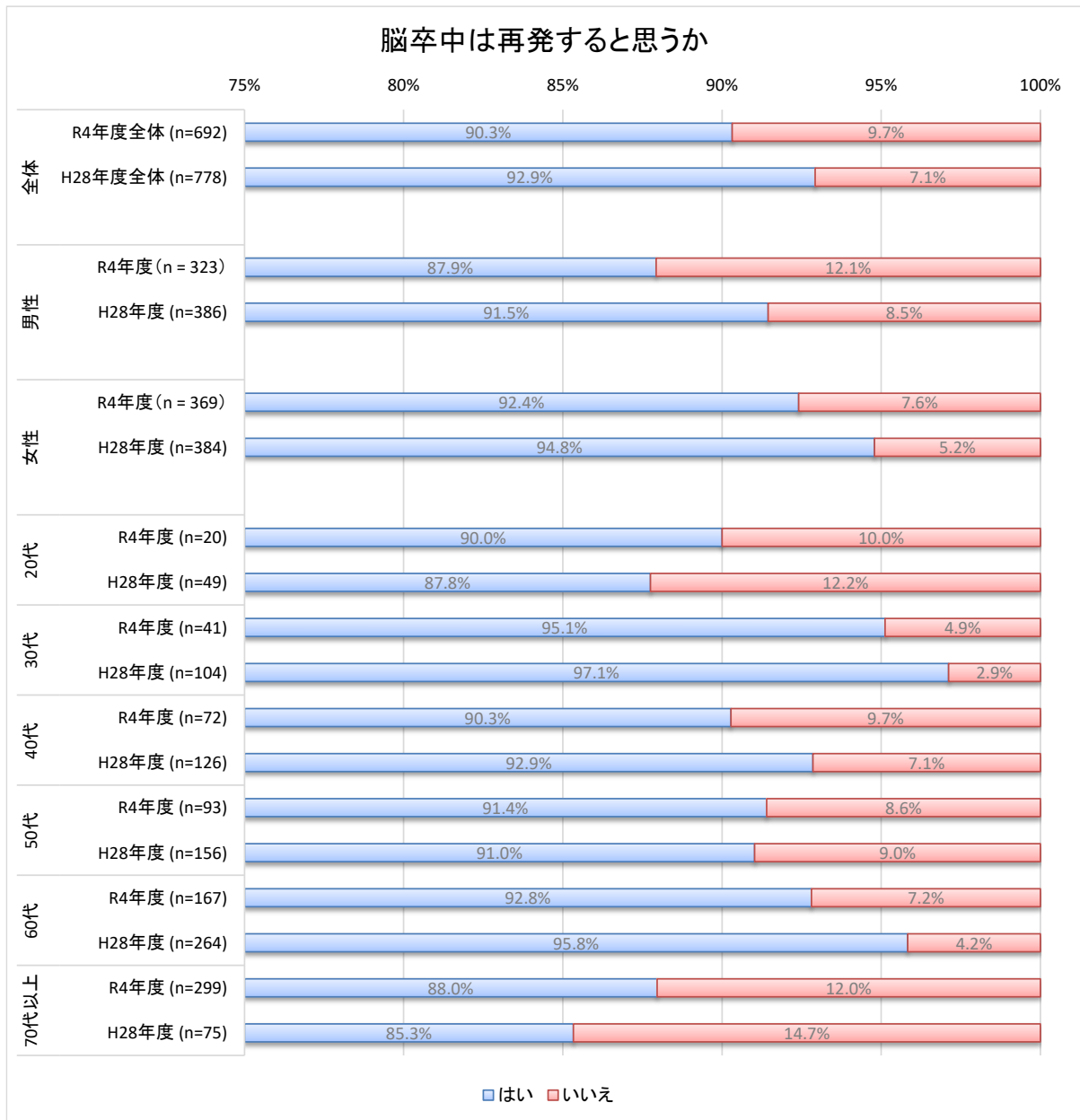
※H28実績値25.6%に修正して評価

⑤ 脳卒中に関する認識の変化

全体的に、脳卒中になりやすい生活習慣や病気の認識が高まっていました。
特に、糖尿病と脳卒中の関係に関する認識が高まっていました。



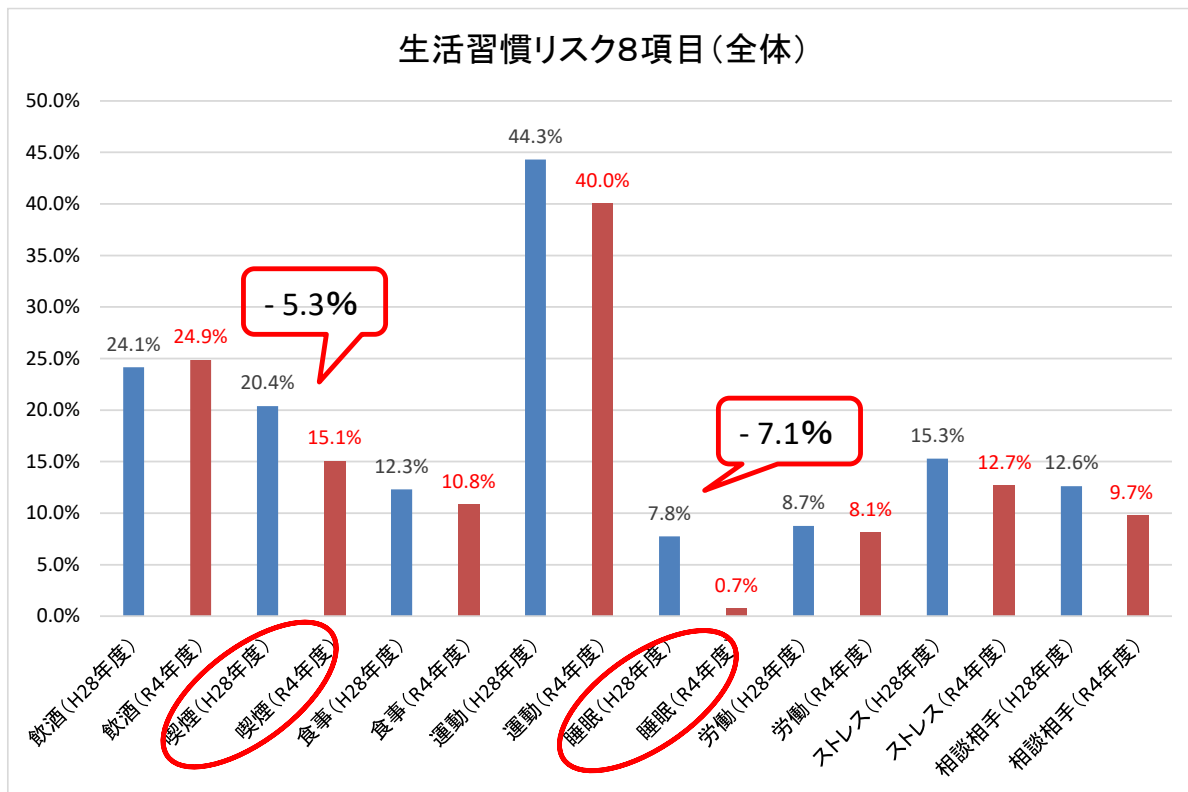
脳卒中の再発の認識について、前回調査と比較して男女ともに下がっていました。
年代別にみると、30代、40代、60代において、脳卒中の再発の認識が下がっていました。



(2)健康に関する調査結果

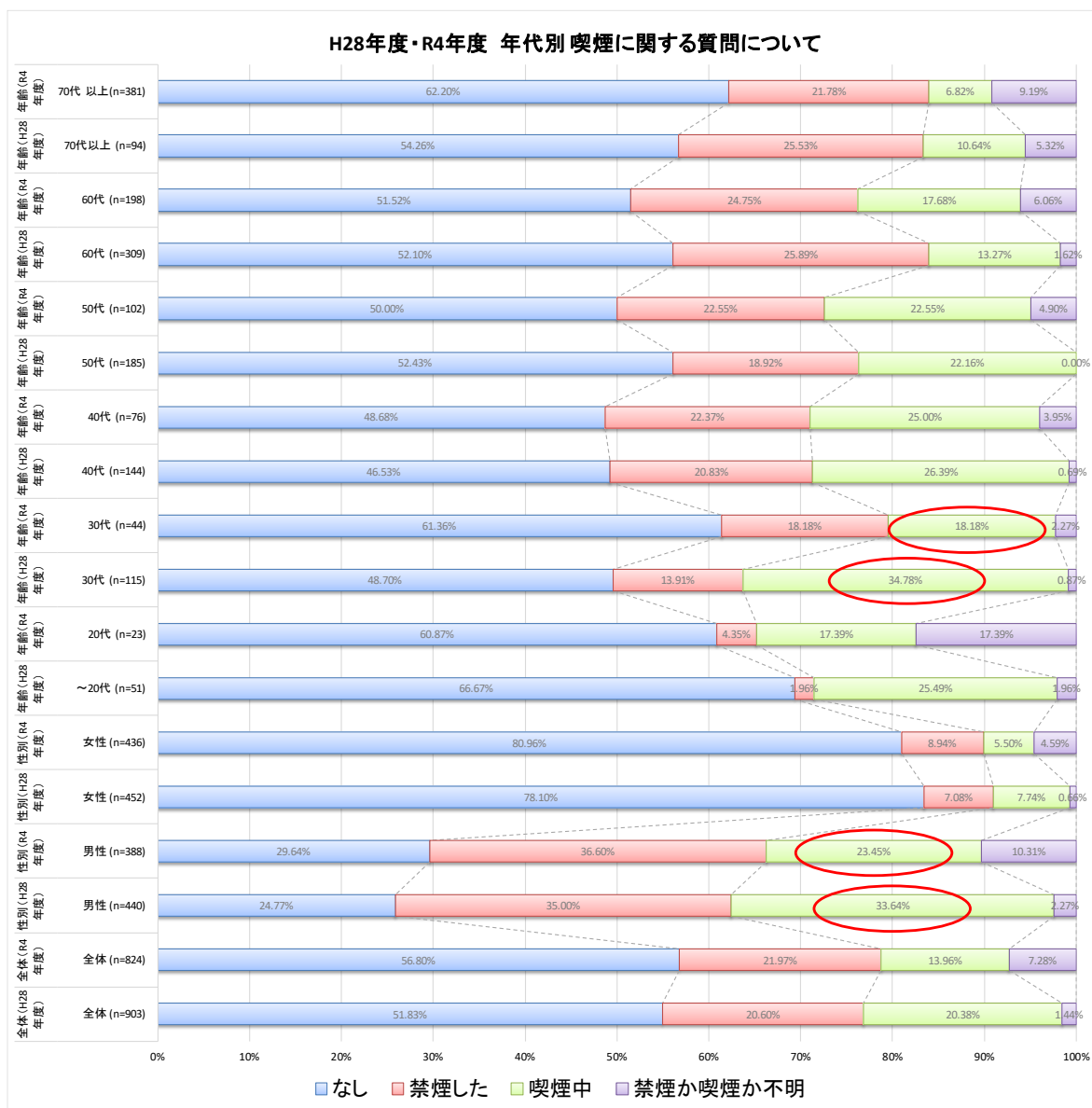
① 生活習慣の状況（経年評価）

前回調査（平成 28 年度）と比較して、喫煙者が 5%減少、睡眠時間 6 時間未満で睡眠が不十分だと感じる村民が 7.1%減少しました。



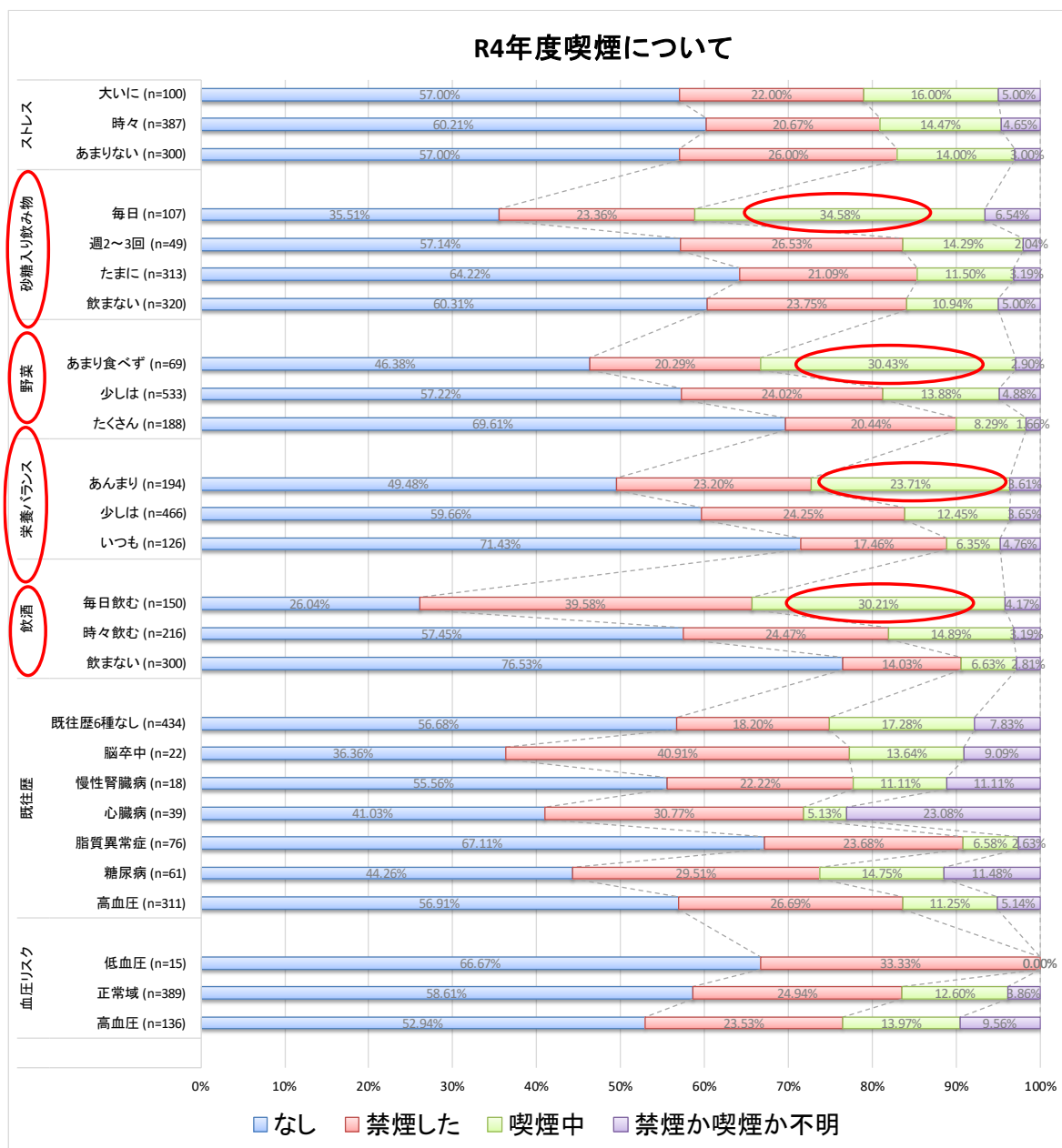
② 喫煙者の状況（経年評価）

前回調査（平成 28 年度）と比較して、男性の喫煙者、特に 30 代男性の喫煙者が減少しました。



③ 喫煙者の生活習慣の状況

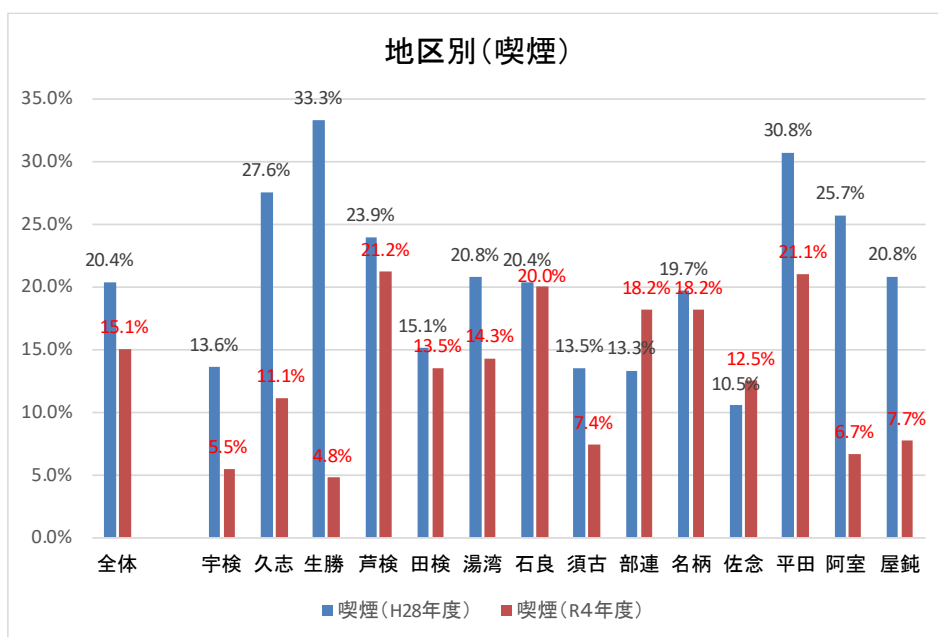
喫煙している村民は喫煙していない村民と比較して、「毎日砂糖入り飲み物を飲む」「野菜をあまり食べない」「栄養バランスをあまり考えない」「毎日飲酒する」割合が多くなっていました。



④ 喫煙者の状況

令和4年度において、喫煙する人の割合を地区別にみると、「芦検」21.2%、「平田」21.1%、「石良」20.0%の順になっています。平成28年度においても、「平田」は喫煙する人が多い地区としてあがっていましたが、「芦検」、「石良」は前回よりも地区別の割合としては高い地区となりました。

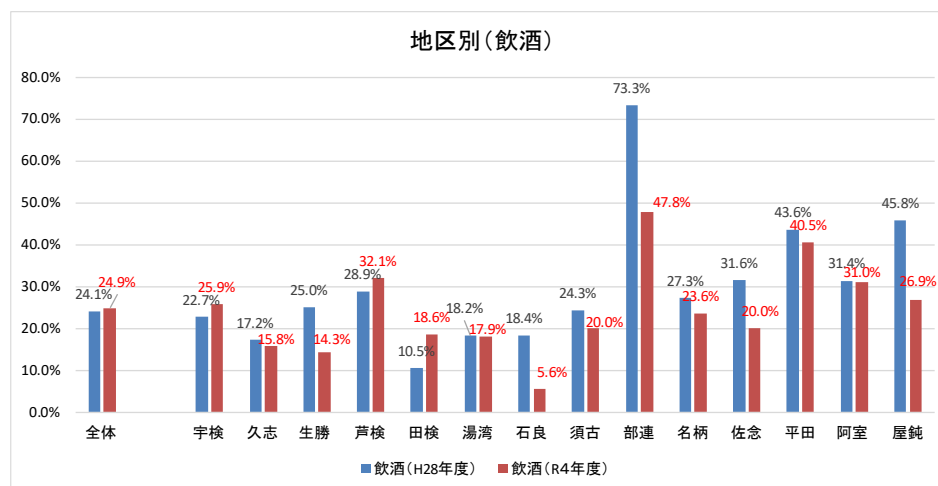
しかし、「芦検」、「石良」のどちらも平成28年度から割合が高くなっている状況ではなく、ほぼ変わらない割合となっています。前回地区別の割合が高かった、「生勝」、「久志」が、令和4年度では喫煙者の割合が低い傾向がみられたことが、地区別順位に影響しています。



⑤ 毎日飲酒する村民の状況

令和4年度において、毎日飲酒する人の割合を地区別にみると、「部連」47.8%、「平田」40.5%、「芦検」32.1%の順になっています。

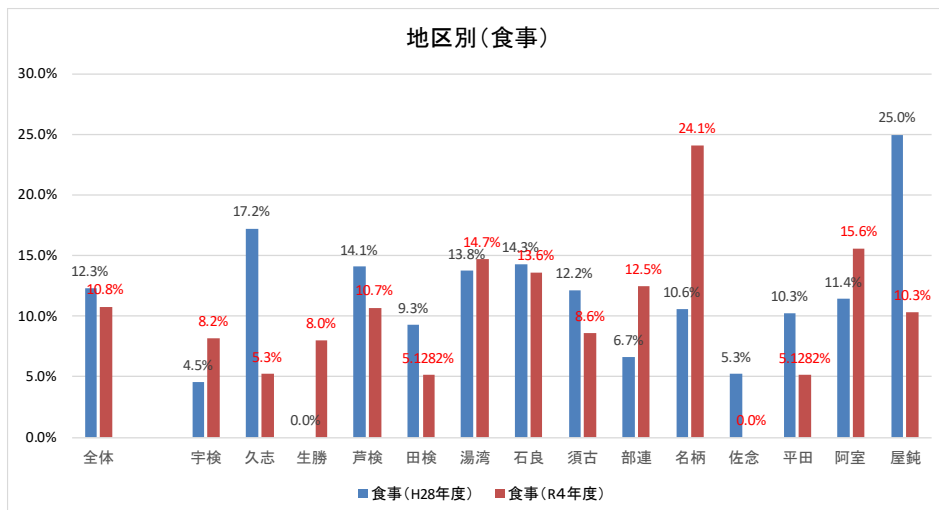
平成28年度には、全体的に「屋鈍」が2番目を占める割合でしたが、令和4年度では、前回よりも割合的に低い傾向がみられました。また、平成28年度同様、令和4年度も「部連」が他の地区と比べて毎日飲酒する人の割合が最も高い傾向にありますが、前回に比べると割合は低くなっています。



⑥ 食生活の課題のある村民の状況

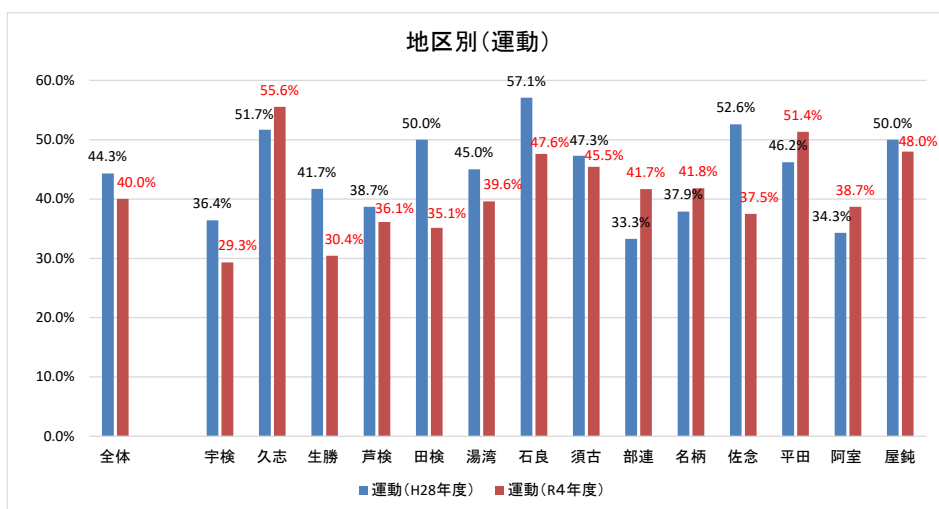
令和4年度において、食事の質問で3つ以上リスクがあった人の割合を地区別にみると、「名柄」24.1%、「阿室」15.6%、「湯湾」14.7%の順になっています。

平成28年度に地区別で割合が高かった、「屋鈍」、「久志」、「石良」は今回上位には入っておらず、「屋鈍」、「久志」では、前回よりも食事のリスクが低い傾向がみられました。



⑦ 運動をしていない村民の状況

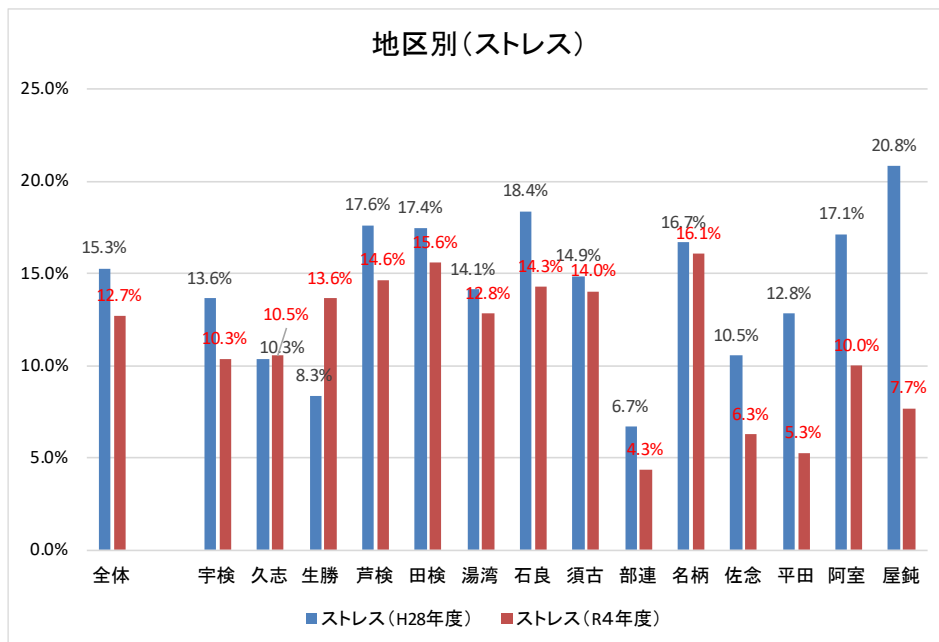
令和4年度において、ほとんど運動をしていない方の割合を地区別にみると、「久志」55.6%、「平田」51.4%、「屋鈍」48.0%の順になっています。全体をみると、平成28年度から4.3%減少していました。ほとんどの地区で、平成28年度から減少していますが、「部連」と「平田」では、平成28年度から5%以上増加がみられました。



⑧ 心身ともにストレスを大いに感じる村民の状況

令和4年度において、心身のストレスを大いに感じている人の割合を地区別にみると、「名柄」16.1%、「田検」15.6%、「芦検」14.6%の順になっています。

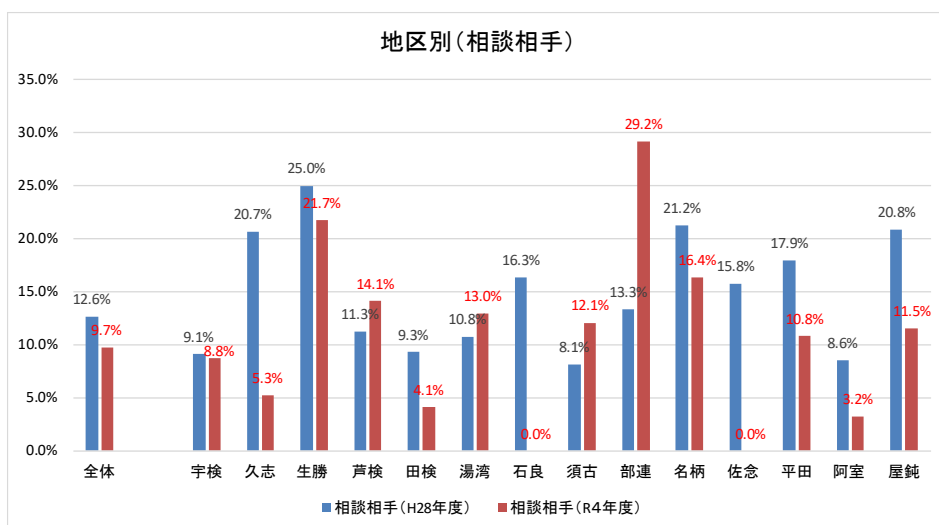
平成28年度は、「屋鈍」、「石良」が地区別の割合では上位にあがっていましたが、今回は前回と比べて低い割合でした。全体的に、前回の調査に比べてストレスを感じる人の割合が低い傾向にありました。



⑨ 悩みの相談相手がいない村民の状況

令和4年度において、悩みの相談相手がいない人の割合を地区別にみると、「部連」29.2%、「生勝」21.7%、「名柄」16.4%の順になっています。

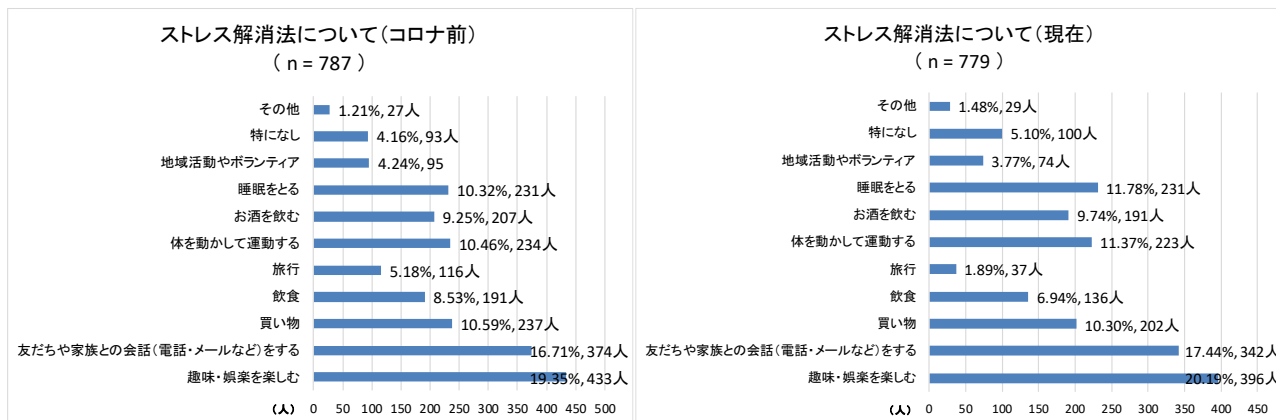
平成28年度では、「屋鈍」も地区別の割合で上位を占めていましたが、今回は前回に比べて低い傾向がみられました。今回地区別の割合で上位となった「部連」は、前回調査よりも悩みの相談相手がいない人の割合が高くなっていました。



⑩ コロナ禍前後のストレス解消法の状況

新型コロナウイルス感染症流行前後のストレス解消法に差はありませんでした。

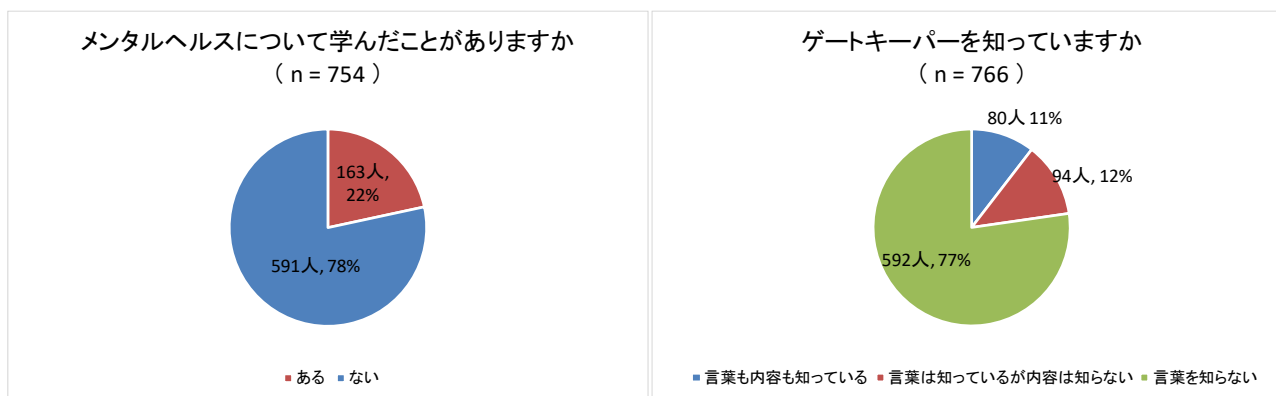
ストレス解消法として、「趣味・娯楽を楽しむ」が最も多く、次いで「友だちや家族との会話（電話・メールなど）をする」でした。



⑪ メンタルヘルス・ゲートキーパーの状況

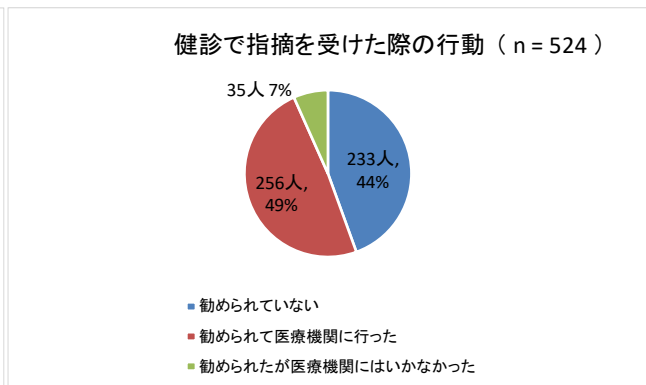
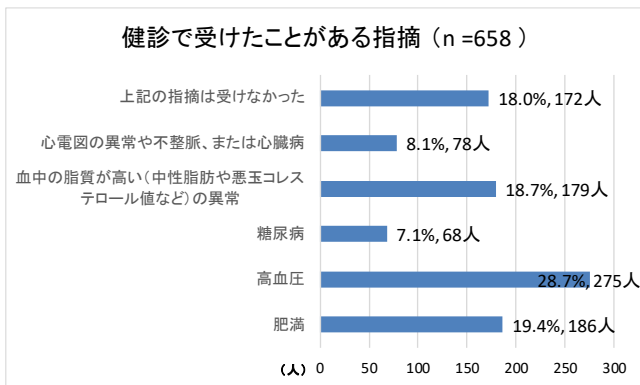
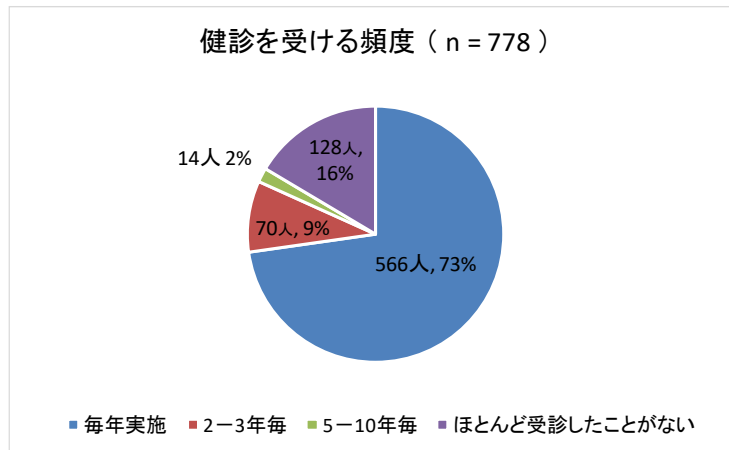
メンタルヘルスについて学んだことがある村民は22%にとどまっています。

ゲートキーパーについて言葉も内容も知っている村民は11%にとどまっています。



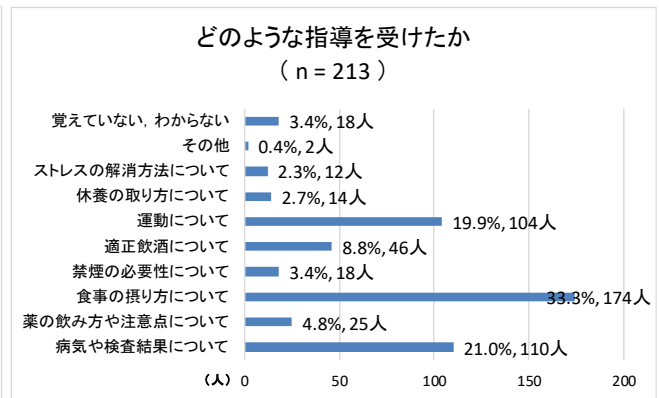
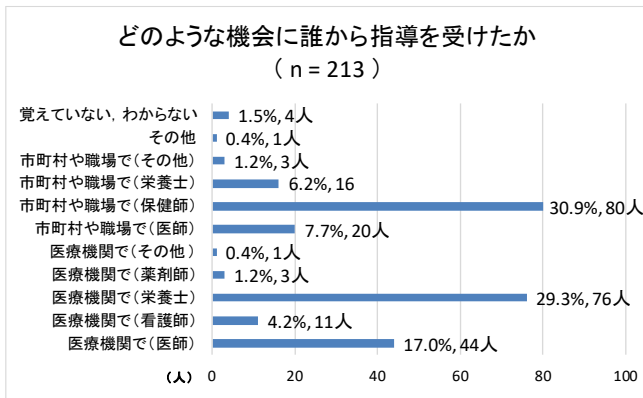
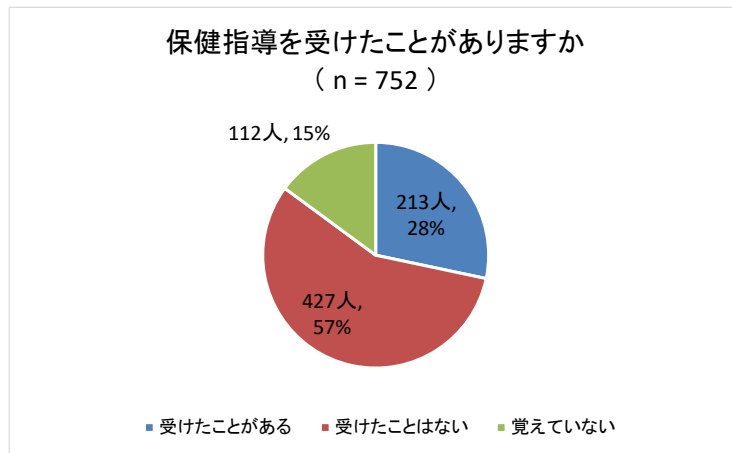
⑫ 健診受診の状況

村民の 73%が毎年健診を受けていました。ほとんど健診を受けていない村民は 16%でした。健診を受けて受けた指摘で最も多かったのは高血圧でした。健診で医療機関受診勧奨を受けたが、医療機関にはいかなかった村民は 7%でした。

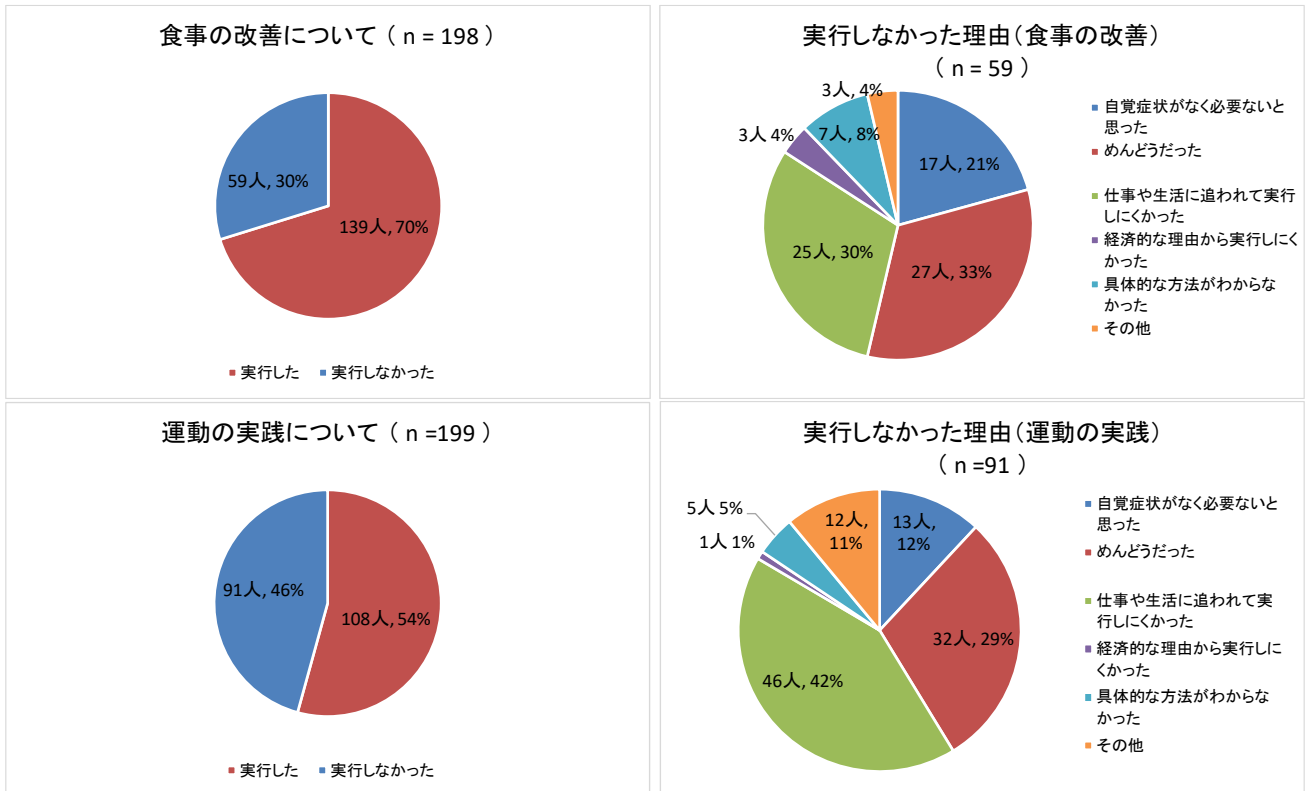


⑬ 保健指導の状況

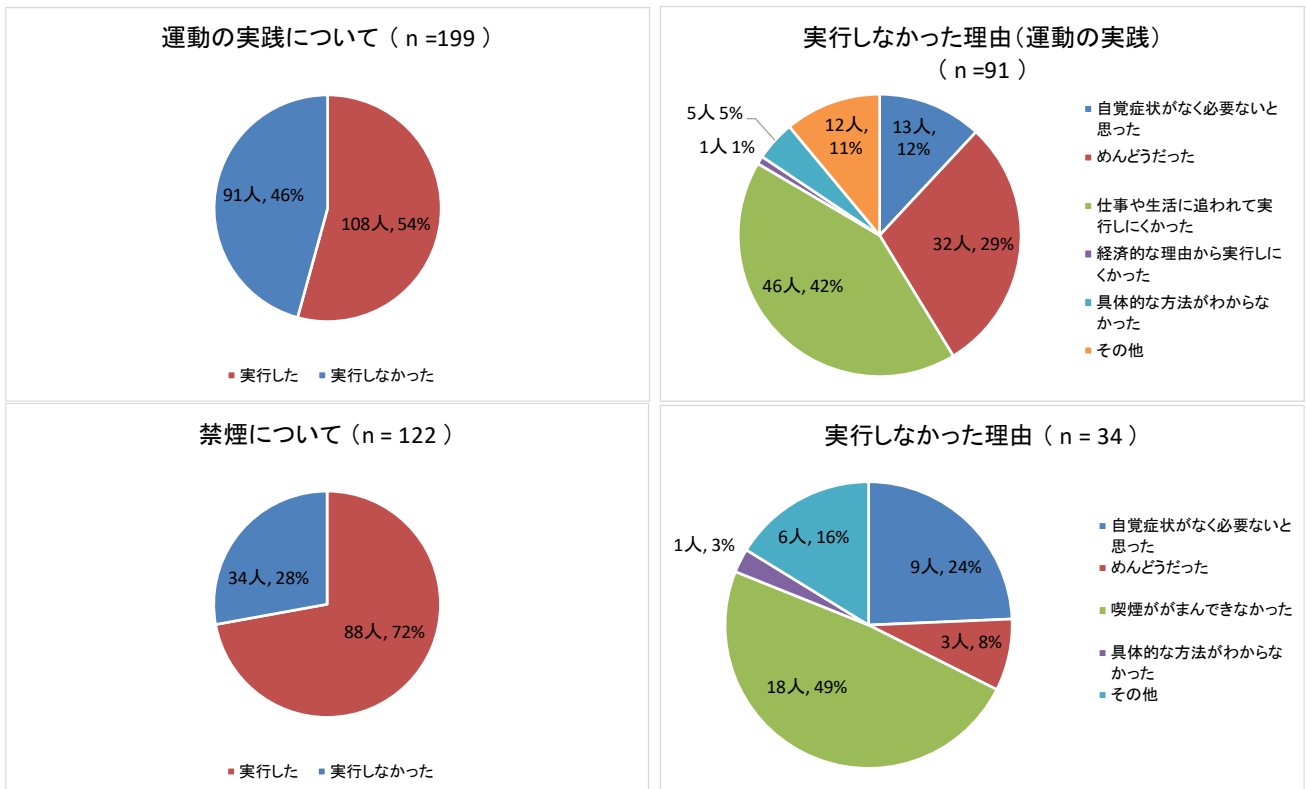
村民の28%が保健指導を受けたことがあります、村役場や医療機関から保健指導を受けていた。「食事の摂り方」に関する保健指導が最も多かったです。



保健指導を受けて、食事の改善は70%、運動の実践は54%が取り組んでいました。
 実行しなかった理由について、食事の改善及び運動実施ともに「めんどろだった」、「仕事や生活に追われて実行しにくかった」という理由が多かったです。

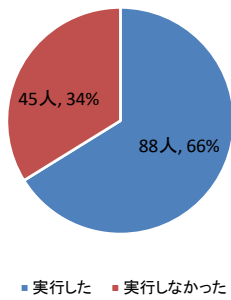


保健指導を受けて、ストレス解消は69%、禁煙は72%が取り組んでいました。
 実行しなかった理由について、「めんどろだった」、「仕事や生活に追われて実行しにくかった」という理由がストレス解消では多かったです。

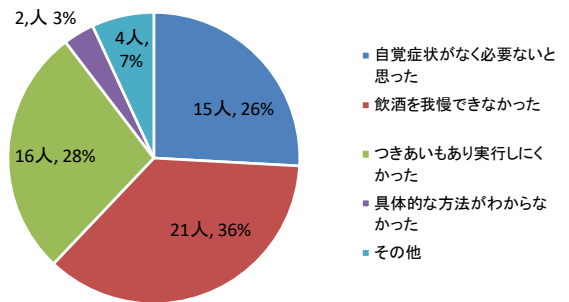


保健指導を受けて、適正飲酒は 66%、服薬は 95%が取り組んでいました。

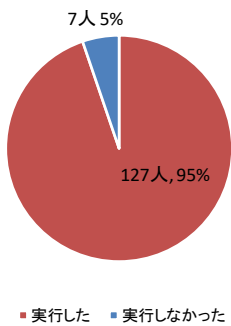
適正な飲酒 (n = 133)



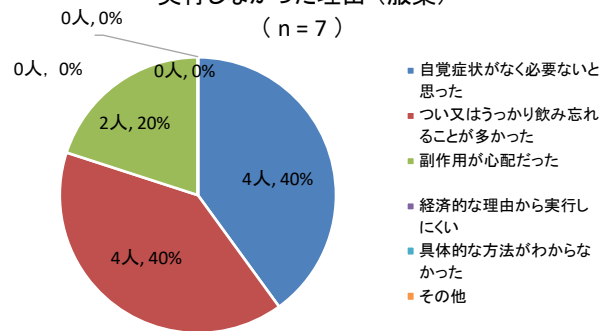
実行しなかった理由 (適正飲酒)
(n = 45)



服薬 (n = 134)



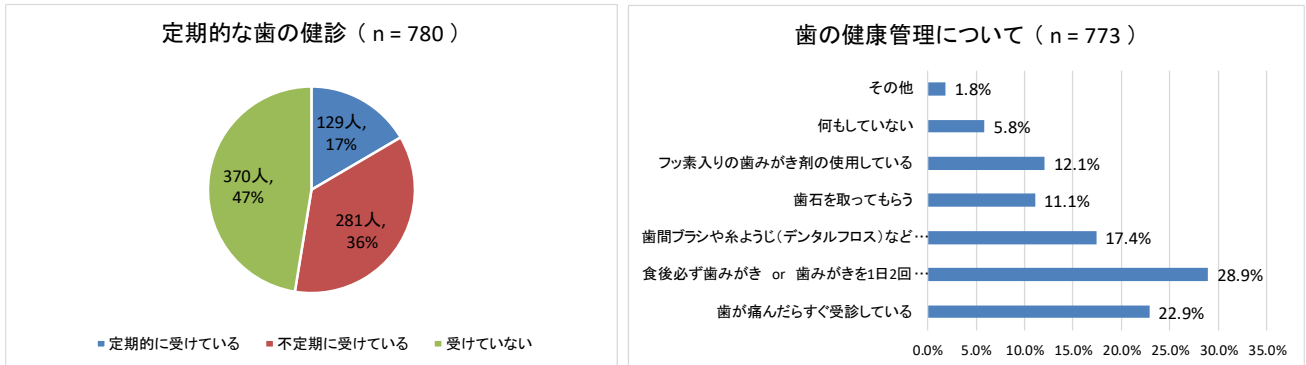
実行しなかった理由 (服薬)
(n = 7)



⑭ 腔保健の状況

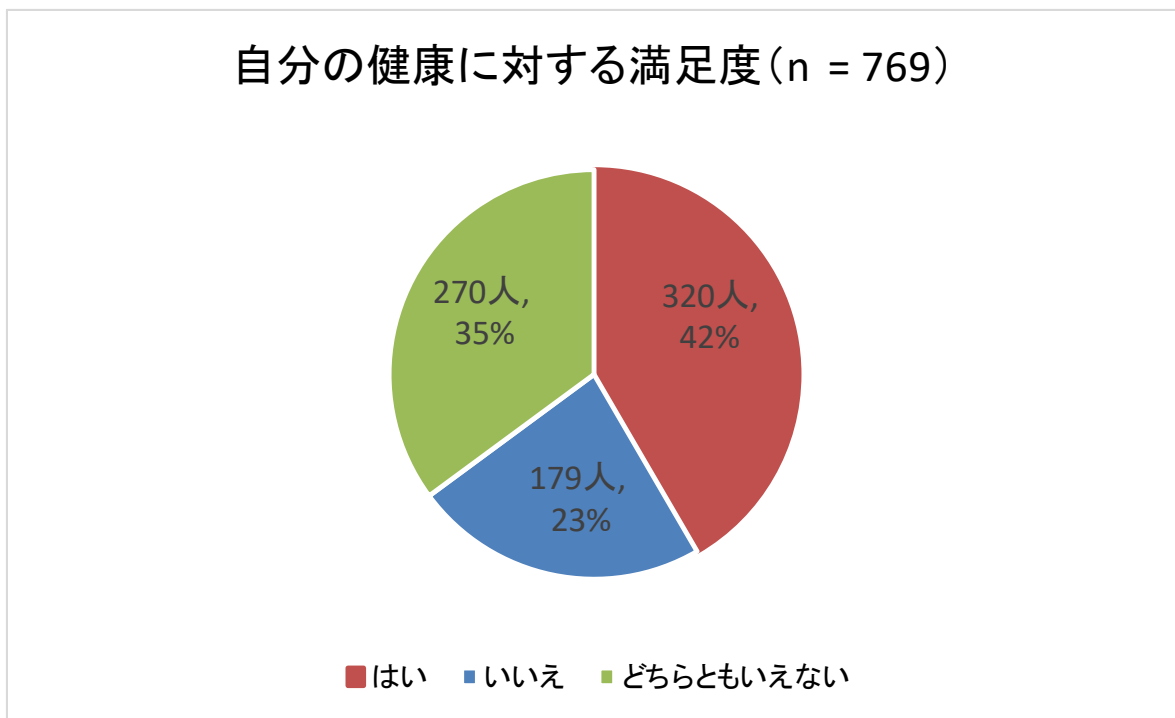
定期的な歯の健診を受けている村民は 17%でした。47%の村民が定期的な歯の健診を受けていませんでした。

歯の健康管理については、「食後必ず歯みがき、あるいは歯みがきを 1日 2回以上する」村民が最も多かったです。



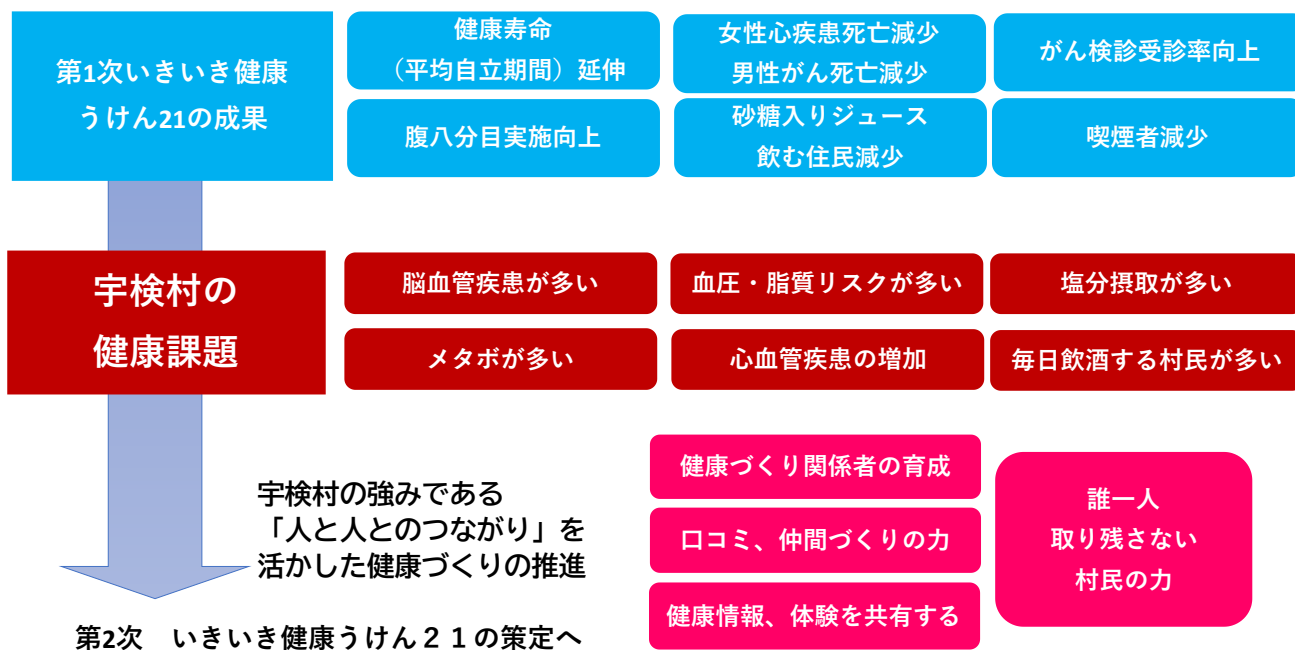
⑮ 主観的満足度の状況

自身の健康に満足している村民は 42%、満足していない村民は 23%でした。



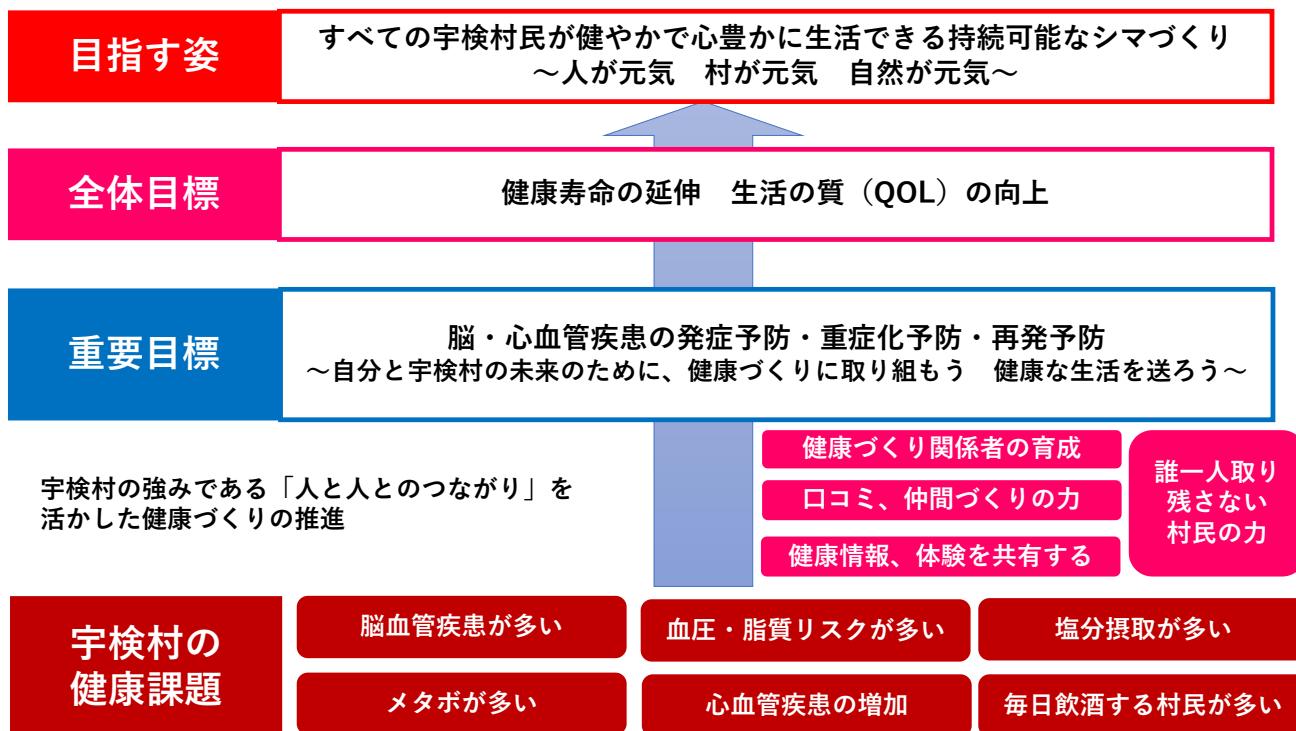
9. 本村の健康課題

第1次いきいき健康うけん21で健康寿命の延伸を含め、重点項目であった腹八分目の実施や砂糖入りジュースを飲む住民の減少など生活習慣の改善で成果を得ることができましたが、脳血管疾患や心血管疾患、メタボリックシンドローム該当者、塩分摂取や毎日の飲酒で健康課題が残る結果となっています。



第4章 本村の目指す姿と全体目標

1. 目指す姿・全体目標



すべての宇検村民が健やかで心豊かに生活できる持続可能なシマづくり～人が元気 村が元気 自然が元気～を目指して、健康寿命の延伸および生活の質の向上に取り組めます。

目標の達成に向けて、脳・心血管疾患の発症予防・重症化予防・再発予防を重要目標に設定し、宇検村の健康課題について、宇検村の強みである「人と人とのつながり」を活かした健康づくりを推進します。

特に、誰ひとり取り残さない村民の力を引き出し、健康づくり関係者の育成、口コミや仲間づくりの力を活かし、健康情報や体験を共有していきます。

第5章 計画推進に向けての取組の方向性

1. 目標に向けての方向性

(1) 脳・心血管疾患を主とした健康寿命を縮める要因となる疾患を理解する

《最重点項目》

本村の主な疾患と特徴	予防に関する施策
脳卒中 ○男性の標準化死亡比が高い ○高血圧症・脂質異常症の治療割合が高い ○健診受診者のメタボリックシンドローム該当者・予備群の人の割合は約30% ○毎日飲酒する者の割合が高い ○喫煙率が高い ○心血管疾患 ○男性の標準化死亡比が増加	○宇検村の健康状況を知る ○脳卒中の予防についての周知を図る ○職場健診・特定健康診査等を積極的に活用

<その他項目>

本村の主な疾患と特徴	予防に関する施策
がん ○女性の標準化死亡比が増加 ○2～3年に1人はがん検診にてがん発見 ○受動喫煙	○40歳以上になったら、検診を定期的に受診する ○バランスの良い食事・適度な運動 ○受動喫煙対策の展開

【実践を目指す生活習慣の内容】

分野	キャッチコピー
食生活	○腹八分目を守ろう、目指そう！ ○食物繊維（野菜、海藻類、キノコ類）を摂ろう！ ○適切な塩分量を知り、減塩に取り組もう！
運動	○生活の中で運動を取り入れよう！ ○運動の種類を知り、自分にあった運動を取り入れよう！
休養・こころ	○規則正しい生活をしよう！ ○質のいい睡眠をとろう！ ○ストレスを感じたら体をほぐそう（筋膜ケア）！ ○相談できる人をみつけよう！ ○家庭・職場・集まりで楽しもう！
飲酒	○週1回以上は休肝日で肝臓も休憩を！ ○お酒の適量を知ろう
喫煙	○引き続き、受動喫煙対策で子どもやお母さんにやさしい地域づくり！
セルフケア	○毎年健診を受診して、自身の健康状態を把握しよう

(2) 宇検村の強みを活かした口コミ・仲間づくりの力による生活習慣の取組

第2次計画で定めた実践を目指す生活習慣の内容について、各団体において口コミで広げること、各団体で取り組むことについて、以下の通り取り組みを推進していきます。

分野	第2次 キャッチコピー	各団体の口コミリスト (各団体で口コミで広げること)	各団体の取り組みリスト (各団体で取り組みを進める内容)
食生活	① ○腹八分目を守ろう、目指そう！	「腹八分目を、目指そう！」	<input type="checkbox"/> 学校給食指導や家庭教育学級、学校保健会の中で学習の機会を持つ <input type="checkbox"/> 飲みすぎ注意の呼びかけ <input type="checkbox"/> 朝食をとるように指導する <input type="checkbox"/> よく噛んでゆっくり食べる <input type="checkbox"/> 朝食を食べる
		「よく噛んでゆっくり食べよう」	
		「ストップ暴飲暴食」	
		「朝食・昼食・夕食のバランスを考えよう」	
		「朝食は必ず食べる」	
	「腹八分目を心がけよう」		
	② ○食物繊維(野菜、海藻類、キノコ類)を摂ろう！	「1日3食、しっかり食べて糖尿病予防」	<input type="checkbox"/> 学校給食指導や家庭教育学級、学校保健会の中で学習の機会を持つ <input type="checkbox"/> 好き嫌いをなくす <input type="checkbox"/> バランスのよい食事をする <input type="checkbox"/> 肉類より野菜を多めにとる <input type="checkbox"/> 定期的な自主研修会を行う
		「バランスの良い食事を意識しよう」	
		「野菜を積極的にとる」	
③ ○適切な塩分量を知り、減塩に取り組もう！	「適切な塩分量を知り、減塩しよう！」	<input type="checkbox"/> 学校給食指導や家庭教育学級、学校保健会の中で学習の機会を持つ <input type="checkbox"/> 減塩に心がける <input type="checkbox"/> 塩分を控えめにする <input type="checkbox"/> 減塩に心がける	
	「塩分は控えめに」		
	「減塩を心がけよう」		

分野	第2次 キャッチコピー	各団体の口コミリスト (各団体で口コミで広げること)	各団体の取り組みリスト (各団体で取り組みを進める内容)
運動	① ○生活の中で運動を取り入れよう！	「ちょっとそこまで歩く習慣を」	<input type="checkbox"/> 散歩で体調管理をする <input type="checkbox"/> ラジオ体操でリラックスしてもらう <input type="checkbox"/> 生活の中にストレッチを取り入れる <input type="checkbox"/> 車より自転車・自転車より徒歩 <input type="checkbox"/> ウォーキングをする <input type="checkbox"/> 体操をする
		「手軽にできる運動を取り入れよう」	
		「柔軟体操やヨガをしよう」	
	② ○運動の種類を知り、自分にあった運動を取り入れよう！	「外で元気に遊ぼう」	<input type="checkbox"/> 公民館講座や村民体育大会、完走歩大会など運動の機会の創出と参加への呼びかけをする <input type="checkbox"/> 楽しんで体を動かす

分野	第2次 キャッチコピー	各団体のロコミリスト (各団体でロコミで広げること)	各団体の取り組みリスト (各団体で取り組みを進める内容)
休養・こころ	① ○規則正しい生活をしよう！	「夜ふかしをしない」	<input type="checkbox"/> 学校保健委員会や家庭教育学級などの機会に学習の場を設ける <input type="checkbox"/> 定期的に集まり、話をする <input type="checkbox"/> 飲みすぎに気をつける <input type="checkbox"/> 早起きの習慣をつける
		「早寝・早起きをしよう」	
	② ○質のいい睡眠をとろう！	「自分なりのストレス解消法を知ろう」	<input type="checkbox"/> 寝る前のスマホはやめる
		「質のいい睡眠をとろう」	
	③ ○ストレスを感じたら体をほぐそう(筋膜ケア)！	「何かにいきついたら、やけうちの里温泉でちょっと一息」	<input type="checkbox"/> 充実した生活環境をつくる <input type="checkbox"/> ストレス発散をする
「ストレス対策を学ぼう」			
④ ○相談できる人を見つけよう！	「まず身近な人への相談を」	<input type="checkbox"/> 教育相談員の活用 <input type="checkbox"/> 集まり場所の確保・気楽にお茶飲みが出来る作業小屋や畑の小屋等語らいの場所を見つける <input type="checkbox"/> 友人とのふれいあいを大切にする <input type="checkbox"/> 相談できる環境づくり <input type="checkbox"/> 1人で悩まず相談する	
	「1人で悩まず相談しよう」		
⑤ ○家庭・職場・集まりで楽しもう！	「同窓生や、友人との話らいを大事にしよう」	<input type="checkbox"/> 積極的に発言をする <input type="checkbox"/> 共通の話題をつくる機会を増やす <input type="checkbox"/> 友人と趣味を楽しむ	
	「イベントへの積極的な参加を」		
	「趣味を見つけよう」		

分野	第2次 キャッチコピー	各団体のロコミリスト (各団体でロコミで広げること)	各団体の取り組みリスト (各団体で取り組みを進める内容)
飲酒	① ○週1回以上は休肝日で肝臓も休憩を！	「適度な飲酒でリフレッシュ」	<input type="checkbox"/> 校外生徒指導連絡協議会などの場で、子どもへの酒・たばこ類の販売をしないことへの呼びかけをする <input type="checkbox"/> 飲めない人に無理にすすめない <input type="checkbox"/> 週に1回は休肝日 <input type="checkbox"/> お酒は適量を心がける
		「ノンアルコール飲料を上手に取り入れてみよう」	
		「体調に合わせた飲酒を心がけよう」	
		「1週間に1回は休肝日」	
② ○お酒の適量を知ろう	「お酒に飲まれるな」	<input type="checkbox"/> 自分の適量を知る	

分野	第2次 キャッチコピー	各団体のロコミリスト (各団体でロコミで広げること)	各団体の取り組みリスト (各団体で取り組みを進める内容)
喫煙	① ○引き続き、受動喫煙対策で子どもやお母さんにやさしい地域づくり！	「マナーを守って吸いましょう」	<input type="checkbox"/> 校外生徒指導連絡協議会などの場で、子どもへの酒・たばこ類の販売をしないことへの呼びかけをする <input type="checkbox"/> 愛煙家の仲間に禁煙をすすめる <input type="checkbox"/> 家庭内禁煙に心がける <input type="checkbox"/> 禁煙の成功体験を知る
		「受動喫煙の害を理解しよう」	

分野	第2次 キャッチコピー	各団体のロコミリスト (各団体でロコミで広げること)	各団体の取り組みリスト (各団体で取り組みを進める内容)
セルフケア	① ○毎年健診を受診して、自身の健康状態を把握しよう	「何よりも大切なのは、目の前の自分です」	<input type="checkbox"/> 会において毎回健康のためのチェックをする <input type="checkbox"/> 児童生徒への健康診断の実施をする <input type="checkbox"/> 全員へ受診の呼びかけを行う <input type="checkbox"/> 毎年健診を受ける
		「健康づくりは受診から」	

(3) ライフステージにあわせた健康づくりの推進

ライフステージにあわせた村民の健康づくりを、宇検村の「強み」を活かして取り組みます。

乳幼児期・妊娠期 (0～6才)	一人ひとりで できること	地域や組織として できること	行政が取り組むこと (既存の保健事業)
<p>育つ力・育てる力を 地域の力で見守ろう！</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・集まり場を活用する ・専門職(保健師等)に相談する 	<ul style="list-style-type: none"> ・お母さんや子どもに声をかける ・お母さんや子どもがたばこの煙を吸わないよう、周囲が配慮する ・子育て中の親への相談体制の充実をはかる ・地域の方も子どもに声掛けを行う <p>【各団体の取り組み】 □最新で適切な情報を発信する</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・産前・産後訪問(助産師) ・こんにちは赤ちゃん訪問(母子保健推進員) ・乳幼児健診 ・きらきら✨クラス ・保育所巡回歯みがき教室 ・親子教室イトコミック[®](にこにこ・わくわく・のびのび) ・たまひよカフェ ・ママの癒し時間 ・産婦人科・小児科オンライン相談事業(キッズパブリック委託)
学童期 (7～18才)	一人ひとりで できること	地域や組織として できること	行政が取り組むこと (既存の保健事業)
<p>生きていく力を 身に付けて 未来へジャンプ！</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・親子で健康づくりについて学ぶ ・基本的な生活リズムを整える 	<ul style="list-style-type: none"> ・声かけにより安全安心な環境を作っていく ・出来た事や行ったことをほめてあげる <p>【各団体の取り組み】 □成長に合わせた、見守り、声かけをする □啓発活動の推進 □親子食育教室実施、児童クラブでのクッキングの協力 □子どもや親と一緒にイベントをできれば</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・親子食育教室(食生活改善推進員) ・小中学校での出前講座(生活習慣に関する講話) ・児童クラブでのクッキング講座

青年期 (19～39才)	一人ひとりで できること	地域や組織として できること	行政が取り組むこと (既存の保健事業)
自分を大事に 家族を大事に 地域を大事に	<ul style="list-style-type: none"> ・1年に1回は自分の健康について振り返る 	<ul style="list-style-type: none"> ・年代に合わせた健康教室の実施 【各団体の取り組み】 □無理のない範囲で無茶を許容する □参加へのPR □仕事場や村の検診はすすんで受ける □健康教室等への参加や協力 □青年団と連携してイベントとかできたら 	<ul style="list-style-type: none"> ・健康づくり運動教室 ・若年健康診断(国保20～39歳) ・若年期からの各種がん検診(30歳以上は補助あり)
壮年期 (40～59才)	一人ひとりで できること	地域や組織として できること	行政が取り組むこと (既存の保健事業)
心と体の バランスを整えて 病気を予防！！	<ul style="list-style-type: none"> ・毎年必ず健診を受けて、生活習慣を見直す ・定期的にかん検診を受けて、結果に基づいて行動する ・睡眠の質を高める 	<ul style="list-style-type: none"> ・特定健診をすすめ、結果を把握し健康指導を行う 【各団体の取り組み】 □大人のたしなみを □参加へのPR □「早期発見」の重要性を周知させる □各種健診の受診を勧める □行政等で行われる健康教室等の協力をする □1年1回は健診を受ける □結果を知って次の行動にうつす □各検診の受診へのチラシ配布をする 	<ul style="list-style-type: none"> ・特定健康診査・特定保健指導 ・各種がん検診(40歳になる方は無料クーポン) ・健康づくり運動教室 ・歯周疾患検診(40・50歳無料) ・骨粗しょう症検診(40～60歳5歳刻みで女性無料)
高齢期 (60才～)	一人ひとりで できること	地域や組織として できること	行政が取り組むこと (既存の保健事業)
仲間といきいき セカンドライフ、 生きがいを 地域づくりへ！！	<ul style="list-style-type: none"> ・積極的に地域活動に参加する 	<ul style="list-style-type: none"> ・趣味をいかした団体活動への参加を促す ・集落で実施している各種健康教室への参加をすすめる 【各団体の取り組み】 □その人それぞれの価値観を共有しサポートする □未参加者への参加PR □気軽に自由に行き来できる場所の確保 □コロナ禍での閉じこもりを改善して家族や友人と趣味やスポーツを楽しむ □健康教室等への参加や協力を行う □地女連に勧誘して一緒に活動する 	<ul style="list-style-type: none"> ・特定健診・長寿健診 ・いきいきどくさ体操支援 ・フレイル予防講座 ・趣味サークル活動への支援 ・お口歯ツピ―検診(76歳・80歳になる方無料) ・歯周疾患検診(60・70歳無料) ・骨粗しょう症検診(75歳・80歳女性無料)

2. 健康支援体制

(1) 保健事業

ア 母子保健

① 母子手帳交付

母子手帳は妊娠届出提出後、発行しています。その際に、保健師が妊娠期からの支援ができるよう、対象のライフスタイルなどを把握しつつ、妊婦無料歯科受診券の紹介や妊娠中に気をつけること、母親学級の案内などを伝えています。

② 新生児訪問

乳児の体重増加や母親の体調など育児状況の様子を伺います。その際に、本村での乳幼児健診、予防接種のことも含め、育児相談も行います。必要に応じて各専門機関を紹介し、安心して育児ができるよう支援していきます。

③ 乳幼児健診・フッ化物塗布

3～4ヶ月、7～8ヶ月、9～11ヶ月（病院で受診）、1歳6ヶ月、2歳、2歳6ヶ月、3歳6ヶ月、5歳児の健診を実施しています。健診では子どもの心身の成長発達状況や生育環境を確認します。保護者に対し、育児での困りごとがないか育児相談も行っています。1歳より健診毎にフッ化物塗布を実施しています。歯科衛生士から子どもの歯のケアの仕方等の個別相談を行い、むし歯予防や食育の推進を行っています。

④ 親子のひろば

2ヶ月に1回、10時～12時まで母子相談を行っています。就学前の子どもたちが良く参加しており、母親のネットワークづくりの場ともなっています。

⑤ 親子教室イイトコミッケ！

育児支援の場としてベビークラス、大きい子クラスで月に1回ずつ親子教室を開催しています。子どもの発達に詳しい保育士と共に親子での遊びを展開し、保護者自身が生活の中で子どもに合わせた声かけや関わり方などができるように支援します。

イ 成人保健

① 健康増進事業

がん検診は胃がん、大腸がん、腹部超音波、前立腺がん、乳がん、子宮頸がんを集団検診で実施しています。年度内に40歳を迎える方に対し無料クーポン券を発行しています。

また、健康教室や健康相談を行い、健康づくりのサポートを行っています。

② 特定健康診査・特定保健指導

40歳～74歳の国保資格者を対象に特定健診（基本健康診査）を実施しています。健診結果によりメタボリックシンドローム該当者・予備群該当者には保健師・管理栄養士等による特定保健指導を実施しています。

③ 国保医療費適正化事業

国保被保険者を対象に、健康教室や保健指導を行っています。その他、医療費の分析や病院受診が適正に行えているかを確認し、必要があれば訪問指導を行います。

④ 地域組織育成事業

健康づくり推進員や食生活改善推進員を育成し、家庭、地域での健康づくりが推進できるよう、仲間づくりをしていきます。

ウ 高齢者保健

① 介護予防事業

各集落にて『いきいきどうくさ体操』の自主グループ育成を支援しています。また見守りネットワークづくりや各地区での地域サロン支援を行い、見守り体制や居場所づくりに努めています。

② 総合相談支援事業

高齢者本人や家族からの健康や医療、介護など様々な相談を受け、必要なサービスにつないでいます。

③ 高齢者虐待などの権利擁護事業

高齢者への虐待防止や悪徳商法被害の予防など、権利擁護の相談支援を行っています。

④ 包括的・継続的ケアマネジメント事業

住み慣れた地域で安心して生活できるように医療や介護、福祉サービスといった多職種・多機関が連携できる地域包括支援ネットワークの構築を目指し、様々な会議や研修会を行っています。

3. 数値目標

目標項目	宇検村			県	
	指標	現状値 (R4)	目標値 (R11)	現状値 (R4)	目標値 (R11)
健康寿命の延伸 (H25)		79.4才(男) 80.0才(女)	増加	73.40(男) 76.23(女)	平均寿命の 増加分を上 回る健康寿 命の増加
脳血管疾患死亡 (男)	SMR (標準化死亡比)	205	減少させる	100	減少させる
脳血管疾患死亡 (女)	SMR (標準化死亡比)	272.7	減少させる	61.1	減少させる
心疾患死亡 (男)	SMR (標準化死亡比)	67.9	現状維持	180.2	減少させる
心疾患死亡 (女)	SMR (標準化死亡比)	36.7	現状維持	116.4	減少させる
急性心筋梗塞 (男)	SMR (標準化死亡比)	106.4	100 以下	—	
急性心筋梗塞 (女)	SMR (標準化死亡比)	63.1	現状維持	—	
がんによる死亡 (男)	SMR (標準化死亡比)	71.3	現状維持	82.5	80.6
がんによる死亡 (女)	SMR (標準化死亡比)	99.3	現状維持	51.5	47.7
大腸がん (男)	SMR (標準化死亡比)	144.5	100 以下		
大腸がん (女)	SMR (標準化死亡比)	78.3	現状維持		
胃がん (男)	SMR (標準化死亡比)	34.5	現状維持		
胃がん (女)	SMR (標準化死亡比)	124.2	100 以下		

目標項目	宇検村			県	
	指標	現状値 (R4)	目標値 (R11)	現状値	目標値
肺がん（男）	SMR (標準化死亡比)	18.5	現状維持		
肺がん（女）	SMR (標準化死亡比)	86.7	現状維持		
乳がん（女）H22-26	SMR (標準化死亡比)	227.4	100 以下		
子宮がん（女）H22-26	SMR (標準化死亡比)	0	現状維持		
腎不全（男）	SMR (標準化死亡比)	0	現状維持	390.3	
腎不全（女）	SMR (標準化死亡比)	246.4	100 以下	184.8	
特定健診受診率		55.2%	60%	52%	70%
メタボリック該当者割合		24.6%	15%	171,000 人 (男性) 62,000 人 (女性)	113,000 人 (男性) 44,000 人 (女性)
特定保健指導実施率		18.8%	60%	25.9%	45%以上
大腸がん検診受診率		21.8%	40%	44%	60%
乳がん検診受診率		61.6%	50%	49.8%	60%
子宮がん検診受診率		37.3%	40%	47.5%	60%
胃がん検診受診率		12.4%	20%	40.6%	60%
肺がん検診受診率		63.3%	50%	51.4%	60%
3歳児のむし歯有病者率	3歳児健診	33.3%	20%以下	14.5%	12%
SMR（標準化死亡比）：地域の年齢構成を均一にした死亡比で、全国を100とする					

生活習慣目標値

【健康に関する調査】令和4年12月～令和5年1月実施

調査対象者 1,396名 回答者 824名（うち60歳以下の256名を分析）

No.	質問事項	R4 現状値 (%)	R11 目標値 (%)
1	現在の健康状態に満足ですか？	41.6	50
2	毎日飲酒している（男性）	40.4	30
3	喫煙している（男性）	23.5	20
4	普段の食事を腹八分でおさえている	14.7	20
5	栄養のバランスをいつも考えている	16.0	20
6	野菜等の摂取を意識してたくさん取り入れている	23.1	30
7	夜9時以降に間食をしない	58.3	50
8	毎日砂糖入りのコーヒー・ジュースを飲む（男性）	18.9	15
9	毎日甘いものを食べる（女性）	19.8	15
10	毎日揚げ物（天ぷら、唐揚げ等）を食べる	2.7	2.0
11	毎日塩辛いもの（塩魚、漬物等）を食べる	3.3	1.5
12	たいてい料理に塩や醤油をかける	13.3	10
13	週1～2回以上運動（1日30分以上）をしている	50.7	60
14	肉体的・精神的にストレスを大いに感じる	12.7	10
15	悩みや心配事を相談できる相手がいる	78.6	80
16	睡眠で休養が十分とれている	33.5	40

※赤字は特に重点的に働きかける項目

第6章 資料編

○いきいき健康うけん21推進協議会設置要綱

平成28年11月1日要綱第10号

(設置)

第1条 村民一人ひとりが健康でいきいきと生活できるシマ、宇検村をめざし策定した「いきいき健康うけん21」を指針とし、村民の健康づくりを効果的・体系的に推進するため、いきいき健康うけん21推進協議会(以下「協議会」という。)を設置する。

(所掌事務)

第2条 協議会は、次に掲げる事項について協議する。

- (1) 「いきいき健康うけん21」の普及啓発と推進に関する事
- (2) 「いきいき健康うけん21」推進に係る関係機関の役割と連携に関する事
- (3) 地域、職域及び学校保健の連携に関する事
- (4) 健康増進計画の策定に関する事
- (5) その他、必要な事項

(組織)

第3条 協議会の委員は、次に掲げる者のうちから村長が委嘱する。

- (1) 保健関係者
- (2) 医療関係者
- (3) 教育関係者
- (4) 福祉関係者
- (5) 民生・児童委員関係者
- (6) 女性団体関係者
- (7) 商工・労働・農業関係者
- (8) その他関係者

(任期)

第4条 協議会の委員の任期は2年とする。ただし、再任を妨げない。

(会長)

第5条 協議会に会長を置き、委員の互選によってこれを選出する。

2 会長は会務を総理する。

3 会長に事故あるとき、又は会長が欠けたときは、会長があらかじめ指名する者が、その職務を代理する。

(会議)

第6条 協議会の会議(以下「会議」という。)は、会長が招集する。

2 会議は、委員の半数以上が出席しなければ、開くことができない。

3 会長は会議の議長となり、議事を整理する。

4 会議の議事は、出席した委員の過半数で決し、可否同数のときは、議長の決するところによる。

(庶務)

第7条 協議会の庶務は、保健福祉課内で処理する。

(その他)

第8条 この要綱に定めるもののほか、協議会の運営に関し必要な事項は、会長が定める。

附 則

この要綱は、平成28年11月1日から施行する。

令和5年度 いきいき健康うけん21（宇検村健康増進計画）推進協議会委員名簿

		氏名
保健関係者	宇検村健康づくり推進委員代表	伊村 廣文
医療関係者	宇検診療所 医師	恵 浩一
	宇検診療所 歯科医師	名越 太
教育関係者	宇検村教育委員	後藤 恭子
福祉関係者	宇検村社会福祉協議会会長	松井 寿一
民生・児童委員関係者	宇検村民生委員会会長	貞野 優一
女性団体関係者	宇検村地域女性団体連絡協議会会長	俊岡 恵美子
商工・労働・農業関係者	宇検村農業委員会会長	石原 將央
その他関係者	宇検村議会議員代表	肥後 充浩
	宇検村区長会会長	藤村 茂樹
	宇検村食生活改善推進協議会会長	伊元 利江
	宇検村連合青年団連絡協議会会長	河野 三郎



【宇検村イメージキャラクター】
ウーケン

いきいき健康うけん 21
令和6年度～令和11年度

発行・編集 宇検村役場
〒894-3392 鹿児島県大島郡宇検村湯湾 915 番地
TEL 0997-67-2212 FAX 0997-67-2262

