

第3章 項目別の現状、課題及び対策

I 社会生活を営むために必要な心身の機能の維持・向上

- (1) 次世代の健康づくり
- (2) 高齢者の健康づくり
- (3) こころの健康づくり

II 生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底

- (1) 循環器疾患の予防
- (2) 糖尿病の予防
- (3) がんの予防

III 生涯を通じて健康であるための基礎となる生活習慣づくり

- (1) 栄養・食生活
- (2) 身体活動・運動
- (3) 歯・口腔の健康
- (4) 飲酒
- (5) 喫煙

IV 健康づくりのための環境整備

- (1) 地域全体で支える健康づくり

第3章 項目別の現状、課題及び対策

I 社会生活を営むために必要な心身の機能の維持・向上

(1) 次世代の健康づくり

生涯を通じて健やかで心豊かに生活するためには、妊娠中や子どもの頃からの健康、いわゆる「次世代の健康」が重要です。

子どもの健やかな発育や生活習慣の形成に向けて、妊娠期から個々の状況に応じた相談の実施や保育園等と連携しながら、食や生活リズムなどの健康な生活習慣の定着に向け、取り組むことが必要です。また、育児不安が強い母や支援がない養育支援が必要な家庭には、母の不安や悩み等に寄り添い、子どもにとって良好な生育環境を確保できるような支援が必要です。

本市では、平成30年4月から「子育て世代包括支援センター」を設置しました。子どもの健やかな成長のため、個々の妊産婦、家族の状況に応じて関係機関と連携しながら、切れ目ない支援を引き続き、実施していくことが重要です。

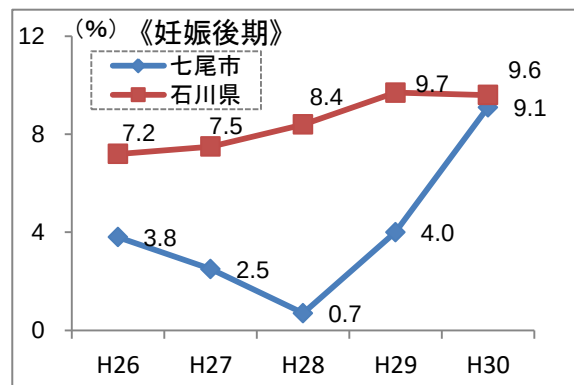
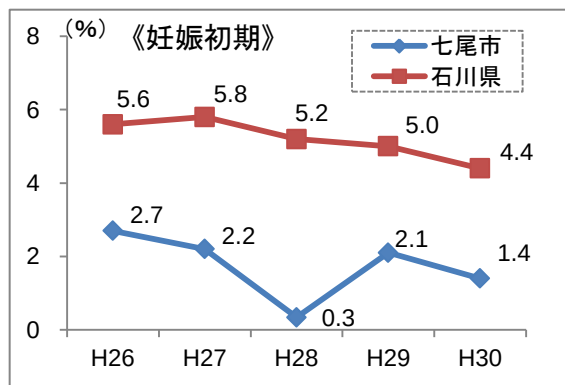
①現状と課題

〔妊娠・出産期〕

①妊婦一般健康診査の結果から、「糖尿病（疑い）」は増加傾向

妊婦一般健康診査の初期と後期の結果を見ると、「糖尿病（疑い）」は1.4%から9.1%に増加し、平成28年度から増加傾向です。県と比較すると、「糖尿病（疑い）」は石川県より低い状況で推移していましたが、妊娠後期では、平成30年度に石川県と同じ割合まで増加となっています。

○妊婦健康診査の「糖尿病（疑い）」の割合の年次推移



(資料：石川県母子保健の主要指標)

②養育支援訪問の理由には、育児支援者の不在や母の育児に対する不安が多い

養育支援訪問として、令和元年度 24 世帯に訪問を実施しました。その理由には「育児支援者がいない」「母の EPDS※が高い」「母の不安が強く、訴えが多い」などの順に多い状況となっており、子どもを健やかに育てるための母親への支援が多くなっています。

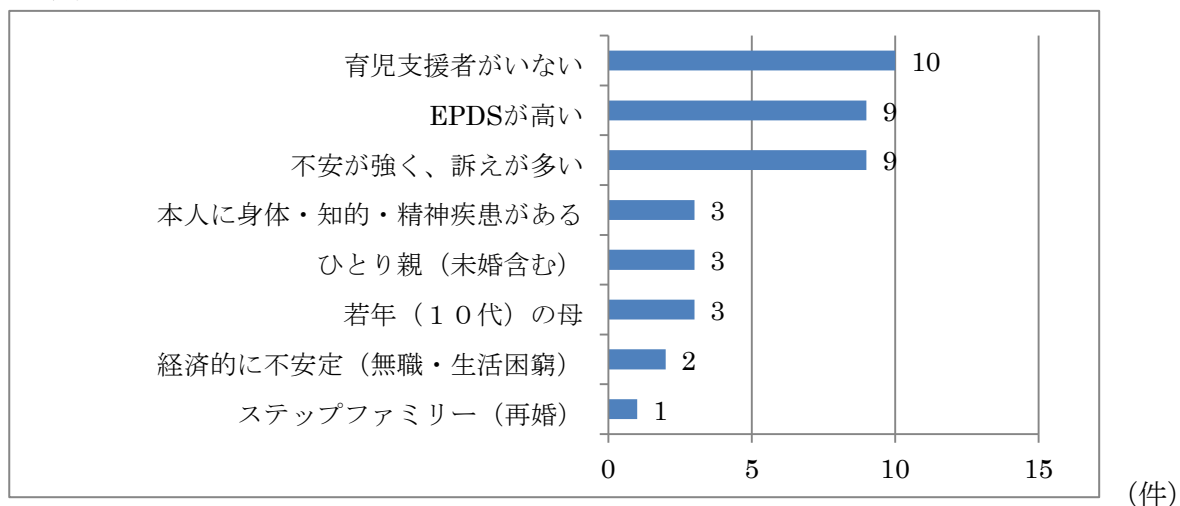
今後も、育児支援者がいない等の背景による孤立した中での育児とならないよう関係機関、地域の方々と共に、個々に応じた支援を行っていく必要があります。

※EPDS:産後うつ病を早期に発見するための自己記入式質問票によるスクリーニング。

○養育支援訪問数

		H27	H28	H29	H30	R1
実件数	世帯数	26	15	16	14	24
延件数	回	53	25	27	25	46

○養育訪問が必要となった理由（令和元年度）



(資料:七尾市母子保健福祉連絡会報告資料)

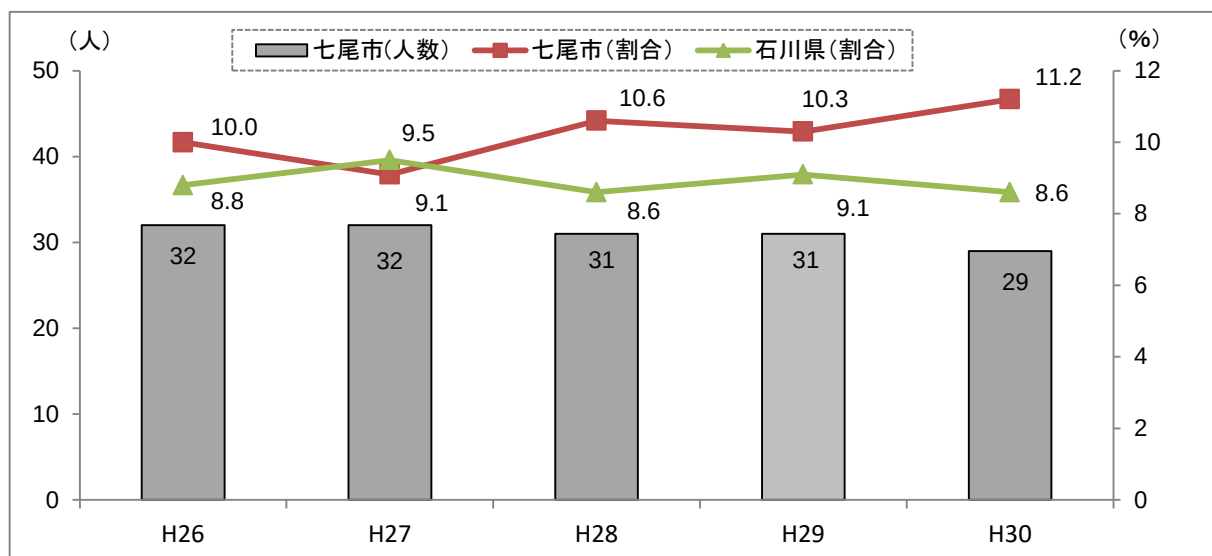
③低出生体重児（2,500g未満）の出生率は横ばい

低出生体重児（2,500g未満）の出生率は、全体の出生数が減少していますが、平成30年11.2%で、10%前後を推移しており、県より高くなっています。低出生体重児の予防のために、定期的な妊婦健診の実施、生活習慣改善にむけた妊婦健診データに応じた保健指導を医療機関と連携しながら実施していくことが重要です。

○出生数の年次推移 (人)

	H26	H27	H28	H29	H30
出生数	320	350	293	302	261

○低出生体重児の年次推移



(資料：石川県衛生統計年報)

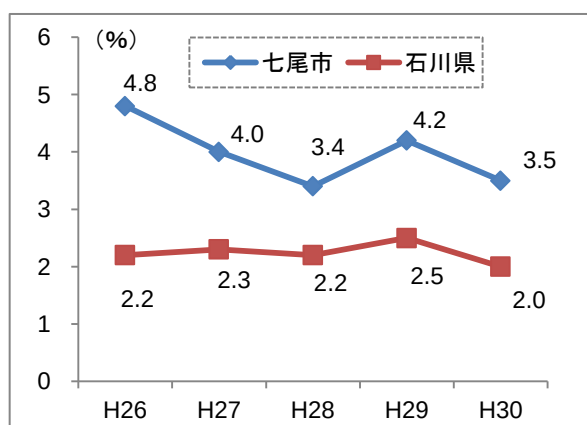
〔乳幼児期〕

① 3歳児健康診査では、肥満割合は、横ばい

3歳児健康診査での肥満の割合は、平成30年度3.5%で、石川県より高い状況が継続しており、肥満児の約4割は、4か月や1歳6か月児健康診査から継続して肥満傾向がみられます。

幼児期に肥満がみられた子の生活背景としては、食事、運動、睡眠習慣、母の妊娠中の状態、その他複数の要因と言われています。乳幼児の肥満は、学童・思春期の肥満に移行しやすく、さらに成人期では、肥満から生活習慣病に影響を及ぼすため、乳幼児期から基本的な生活習慣を身につけていく必要があります。

○3歳児の肥満割合の年次推移



(肥満：カウプ指数 97 パーセントイル以上)

(資料：石川県母子保健の主要指標)

○3歳児健康診査の肥満割合(令和元年度)

	肥満			
	97 パーセントイル以上		内 4 か月・1 歳 6 か月児健診から の肥満継続者	
総数	人数	割合	人数	割合
273	14	5.1%	5	35.7%

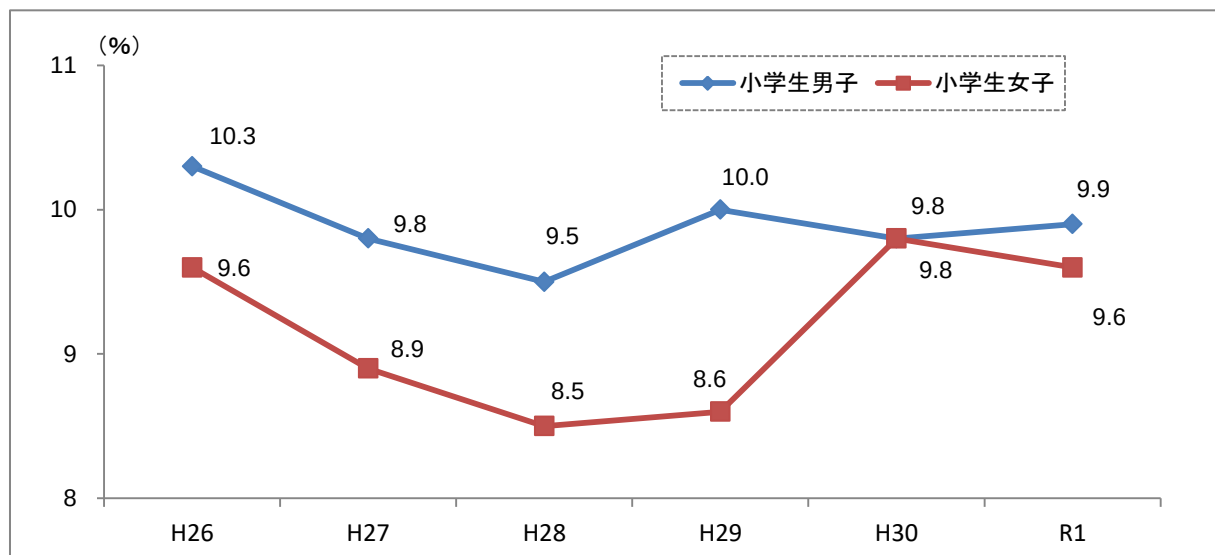
(資料：3歳児健康診査データ)

〔学齡期・思春期〕

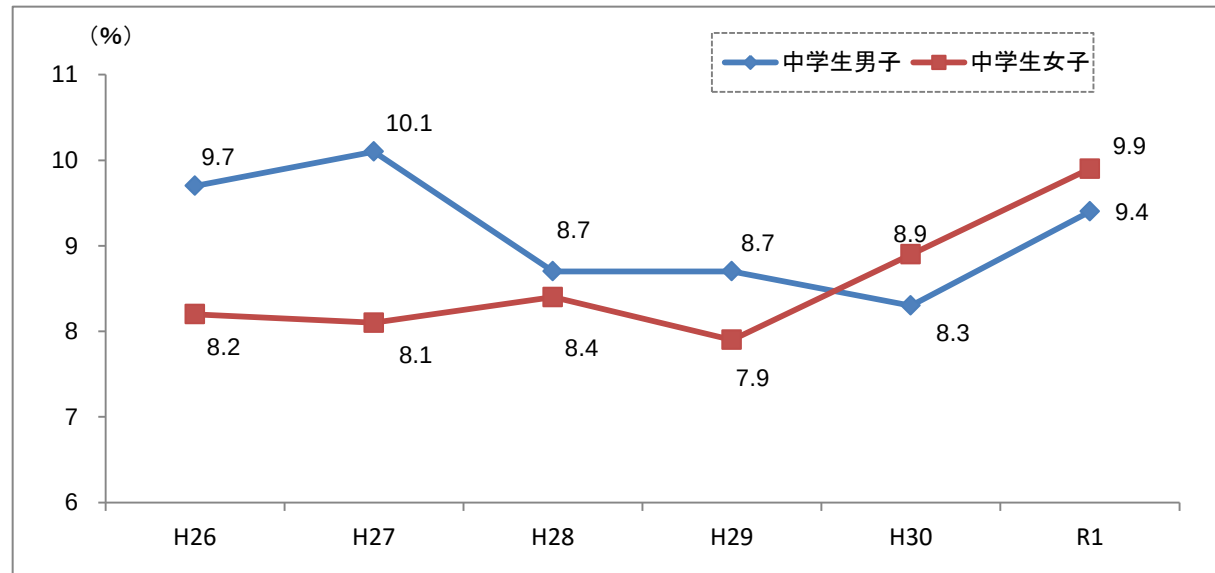
①小中学生の肥満割合をみると、男子は横ばい、女子は増加傾向

小学生、中学生男子の肥満割合は、経年的に10%前後を推移しており、女子の小学生では9.6%、中学生では9.9%で、近年、増加傾向となっています。

○小学生（男子・女子）の肥満の割合の年次推移〔全学年〕（肥満度+20%以上：軽度肥満以上）



○中学生（男子・女子）の肥満の割合の年次推移〔全学年〕（肥満度+20%以上：軽度肥満以上）



（資料：七尾市学校保健要覧）

○10 歳児における肥満度別割合の年次推移

男子		H26	H27	H28	H29	H30	R1
軽度肥満 (肥満度+20%～30%未満)	七尾市	5.83	6.86	5.70	4.95	7.83	5.03
	石川県	2.71	4.32	5.48	6.59	8.20	5.33
	全国	5.05	4.99	5.46	5.63	5.46	5.51
中等度肥満 (肥満度+30%～50%未満)	七尾市	3.33	5.88	5.26	4.95	6.91	3.02
	石川県	3.85	2.11	3.01	3.30	3.83	3.95
	全国	3.60	3.90	3.56	3.56	3.80	4.14
高度肥満 (肥満度+50%以上)	七尾市	0.83	0.49	0.44	0.50	3.23	1.01
	石川県	0.98	0.61	0.18	1.02	1.52	0.43
	全国	1.07	0.88	0.99	0.79	0.86	0.98

女子		H26	H27	H28	H29	H30	R1
軽度肥満 (肥満度+20%～30%未満)	七尾市	5.73	5.16	3.67	4.27	7.98	8.43
	石川県	3.61	3.60	3.79	5.17	4.79	3.69
	全国	4.61	4.23	4.12	4.51	4.35	4.83
中等度肥満 (肥満度+30%～50%未満)	七尾市	5.29	3.76	1.83	4.27	6.10	2.25
	石川県	3.60	2.77	2.59	1.95	3.41	3.05
	全国	3.11	2.69	2.95	2.72	2.77	2.99
高度肥満 (肥満度+50%以上)	七尾市	0.44	0.94	1.38	1.42	1.88	0.00
	石川県	0.42	0.00	0.28	0.23	0.77	0.59
	全国	0.68	0.50	0.80	0.52	0.70	0.64

(資料：七尾市学校保健要覧、文部科学省学校保健統計調査)

〔健全な食生活の確立（食育の推進）〕

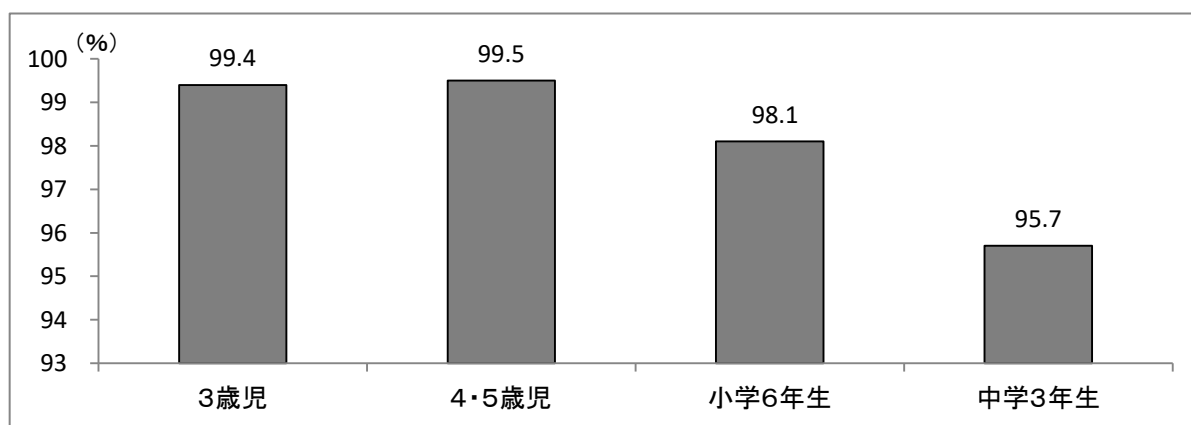
①現状と課題

①朝食を食べる子どもは年齢があがるに従い減少傾向にある

未就学児については、ほとんどの子どもが朝食を食べていますが、小学生、中学生と学齢が上がるに従い朝食を食べる子どもの割合が減少する傾向にあります。

健康的な生活習慣を確立するためには、1日3食、食べることが重要です。乳幼児期から正しい食習慣を身につけ、継続していくことは、成人の生活習慣病予防にもつながります。

○朝食を食べる子どもの割合（令和元年度、3歳児のみ平成30年度）



○朝食を食べる子どもの年次推移 (%)

	H26	H27	H28	H29	H30	R1
3歳児	100.0	100.0	100.0	99.7	99.4	
4・5歳児	99.6					99.5
小学6年生	96.8	96.9	97.4	94.4	95.2	98.1
中学3年生	97.1	96.8	98.4	97.2	97.2	95.7

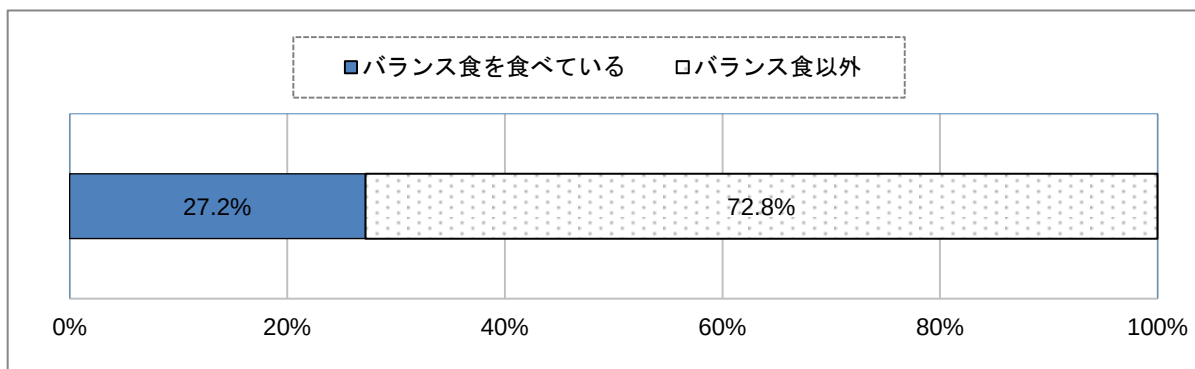
（資料：母子保健事業概要書、全国学力・学習状況調査、食に関するアンケート調査）

②バランスのよい朝食を食べている子どもの割合が少ない傾向にある

本市で実施した「食に関するアンケート調査」（令和元年度4，5歳児保護者対象）での朝ごはんの内容では、「バランス食を食べている」27.2%と4人に1人、バランス食以外の内訳で「ご飯・パン等のみ」（主食のみ）を摂取する子どもが1割程度という現状でした。

なお、その他の児は、パン・ご飯に卵や乳製品など簡単に食べられるものを朝食に摂っており、野菜の摂取が50%と少ない状況が伺われました。朝食の内容に偏りがあることが課題となっています。

○朝食の内容



(資料：令和元年度 食に関するアンケート調査)

○バランス食以外の内訳

バランス食以外			72.8%
内訳 (上位)	1位	1・4群 (例：牛乳とごはん)	17.5%
	2位	1・2・4群 (例：牛乳と肉とごはん)	16.2%
	3位	1・3・4群 (例：牛乳と野菜とごはん)	10.6%
	4位	4群のみ (例：ごはんのみ)	11.3%
	5位	2・3・4群 (例：肉と野菜とごはん)	5.7%
		その他	11.5%

(参考)

バランス食とは、1～4群をそろえて食べること。

1群	2群	3群	4群
牛乳・乳製品、卵	魚、肉（ハム、ウィンナー等 含）、豆腐・納豆等	野菜、果物、海藻、 芋、きのこ	ご飯、パン、麺類

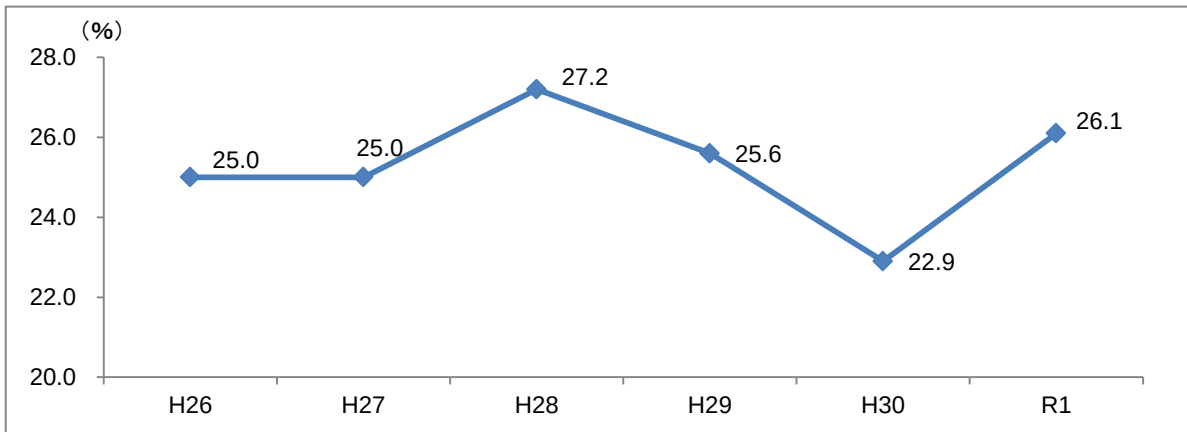
③学校給食における地場産物の使用

国の食育推進基本計画における学校給食の地場産物の使用割合については、「食材数ベース」で30%以上を目標としており、全国平均では26.0%という現状です。（令和元年度食育白書：農林水産省）

市の給食現場での地場産物等の使用については、さまざまな取り組みが進められており、県内産物導入の伸びは、増加傾向にありますが、まだまだ使用量の確保が難しい品目があります。

今後は、関係機関と連携を図りながら、できるだけ地場産物を給食に供給できるよう取り組みが重要です。

○学校給食における地場産物の使用割合の年次推移



※地場産物の使用割合：小丸山、能登香島、山王、田鶴浜の4センターの平均値

(資料：七尾市 石川県産地場産物使用割合)

○学校給食で使用されている県内地場産物の食材一覧

牛乳、米、大豆、米粉、卵、いか、さば、あじ、ふくらぎ、はたはた、めぎす、さわら、いわし、かます、とびうお、牛肉、豚肉、中島菜、しめじ、万能ねぎ、水菜、もやし、じゃがいも、人参、玉ねぎ、さつまいも、たけのこ、キャベツ、きゅうり、スナッペン、大根、白菜、ズッキーニ、えびすかぼちゃ、小菊かぼちゃ、にんにく、しいたけ、栗、さといも、かぶ

(資料：七尾市学校給食センター運営委員会資料)

④保育園・認定こども園における体験型食育活動の推進

現在、市内の保育園・認定こども園では、園児に対して、栽培や調理体験、地域の人と交流した食育体験など、地域の特性を踏まえ、さまざまな食育が日常の保育の一環として行われています。

また、給食だよりの発行や給食等のレシピの提供などを活用し、保護者に対する食育活動も行われています。

今後もこれらの活動が継続していくよう関係機関と連携し、支援していくことが重要です。

⑤食事のマナーや食文化の次世代への継承

近年、ライフスタイルや食に対する価値観の多様化に伴い、食生活を取り巻く環境は大きく変化しています。その結果、食べ物を大切にする意識や食に関わる人々への感謝の心も薄れつつあります。

今後、地域に伝わる食文化を次世代に継承し、豊かな食体験を積み重ねていくことが

できるよう継続して取り組んでいくことが重要です。

○推進すべき食育項目

項目	内 容
共食	朝・夕食を家族と一緒に食べる「共食」につとめる
あいさつ	食事のあいさつができる
しつけ	食事のマナーが身につく
お手伝い	食事のお手伝いができる

②対策

■妊娠期からの一貫した健康な生活習慣の確立のための取り組みの推進

〔妊娠期〕

- ・母子手帳交付時や相談等の機会を通じて、妊婦一人ひとりの健康状態や生活状況に応じた適切な食事等の生活習慣に取り組むことができるよう支援を行います。

〔乳幼児期〕

- ・乳幼児健診や相談等の機会を通じて子どもの発育・発達に応じた基本的な生活習慣（適切な食事や生活リズム）の確立ができるよう支援を行います。

〔学齢期・思春期〕

- ・学校、家庭、地域が連携して、生活習慣病予防にむけた健康づくりに取り組むことができるよう資料等の情報提供を行い支援します。

■安心して育児ができる支援体制の推進

- ・妊娠・出産・子育てに関する各種相談に応じ、必要な情報提供・助言・保健指導を行いながら、保健医療や福祉の関係機関との連携を図り、切れ目ない支援を行います。

■食育を通じた健康なところとからだづくりの推進

- ・家庭における食育の理解、関心が進むよう普及啓発を行います。
- ・保育園、学校等の関係機関や健康まちづくり推進連絡会、食育推進連絡会等と連携を図り、地域における食育の理解、関心が進むよう普及啓発を行います。

③目標項目(評価)

目標項目(評価)	現状値	目標値	データソース
適正体重の子どもの増加			
低出生体重児の割合の減少	11.2% (平成30年度)	減少傾向	人口動態(石川県衛生統計年報)
3歳児の肥満割合の減少	3.5% (平成30年度)	減少傾向	石川県母子保健の主要指標
肥満傾向にある子どもの割合の減少 (小学5年生の軽度・中等度・高度肥満傾向児の割合)	男子 9.06% 女子 10.68% (令和元年度)	減少傾向	七尾市学校保健要覧
毎日、朝食をとる者の割合の増加			
3歳児	99.4% (平成30年度)	増加傾向	母子保健事業報告(3歳児) 全国学力・学習状況調査 (小学生・中学生)
小学生(6年生)	97.8% (令和元年度)		
中学生(3年生)	95.7% (令和元年度)		
地場産物に触れる機会の増加	26.1% (令和元年度)	増加傾向	学校給食への地場産物の使用割合(学校教育課)
保育園・認定こども園における体験型食育活動の推進	市内全園 (令和元年度)	継続した推進	保育所・認定こども園における食育に関する調査票(石川県少子化対策監室)

（２）高齢者の健康づくり

高齢期は、複数の慢性疾患に加え、要介護状態に至る前段階であっても「加齢に伴う身体的・心理的な機能の低下、社会的なつながりの低下（フレイル）」といった多様な課題や不安を抱えています。

「健康寿命の延伸」のためには、運動機能・認知機能などの心身の機能低下や生活習慣病などの重症化を予防すると共に、社会参加を促し、日常生活を営むための機能を可能な限り維持していくことが重要です。

①現状と課題

①生活習慣病治療者の割合は加齢とともに増加

生活習慣病（糖尿病や高血圧など）で治療している割合は、65～74 歳では約 6 割、75 歳以上では 8 割を超え、高齢になるにつれ増加しています。特に介護の原因となる認知症や骨折で治療している者のうち、高血圧や糖尿病などの生活習慣病の重なりがある者は、65～74 歳では 6～7 割、75 歳以上では 8 割以上と増加しています。バランスのとれた食生活の普及や適切な運動習慣を確立し、健康障害の発症や重症化予防に取り組んでいくことが重要です。

○年代別の生活習慣病治療者の割合（令和元年度）

	被保険者数	生活習慣病治療者	割合
65～74 歳	6,172 人	3,955 人	64.1%
75 歳以上	10,032 人	8,250 人	82.2%

（資料：国保データベースシステム）

○認知症・骨折で医療機関受診者の生活習慣病保有状況（令和元年度）

	65～74 歳	75 歳以上
被保険者数	6,172 人	10,032 人
認知症	92 人（1.5%）	1,718 人（17.1%）
高血圧や糖尿病あり	70 人（76.1%）	1,391 人（81.0%）
骨折	217 人（3.5%）	1,412 人（14.1%）
高血圧や糖尿病あり	140 人（64.5%）	1,195 人（84.6%）

（資料：国保データベースシステム）

②要介護認定率は、１８％で横ばい

要介護等認定者数は、ここ近年 3,500 人台、認定率は、ほぼ 18％で推移しています。

要介護等認定者の全体の原因疾患をみると、第 1 位 認知症、第 2 位 脳血管疾患で生活習慣病からの血管障害が上位を占めています。また、後期高齢者になると、転倒・骨折、関節疾患などの運動器疾患も多くなっています。

○要介護等認定者及び認定率の年次推移

	H27	H28	H29	H30	R1
第 1 号被保険者数 (人)	18,802	18,968	19,117	19,246	19,351
認定者数 (人)	3,376	3,378	3,376	3,467	3,548
要介護認定率 (%)	18.0	17.8	17.7	18.0	18.3
石川県 要介護認定率 (%)	18.3	-	18.0	-	-

(資料:七尾市介護保険事業状況報告、石川県長寿社会プラン 2018)

○要介護等認定者の原因疾患（令和元年度）

	第 1 位	第 2 位	第 3 位	第 4 位	第 5 位
全 体 (684 人)	認知症 150 人 21.9%	脳血管疾患 77 人 11.3%	悪性新生物 76 人 11.1%	転倒・骨折 70 人 10.2%	関節疾患 50 人 7.3%
第 2 号被保険者 〔40～64 歳〕 (22 人)	脳血管疾患 8 人 36.4%	悪性新生物 6 人 27.3%	認知症 4 人 18.2%	糖尿病 2 人 9.1%	その他 2 人
前期高齢者 〔65～74 歳〕 (112 人)	悪性新生物 21 人 18.8%	認知症 15 人 13.4%	脳血管疾患 13 人 11.6%	精神疾患 9 人 11.6%	転倒・骨折 7 人 8.0%
後期高齢者 〔75 歳以上〕 (550 人)	認知症 131 人 23.8%	転倒・骨折 61 人 11.1%	脳血管疾患 56 人 10.2%	悪性新生物 49 人 8.9%	関節疾患 43 人 7.8%

(資料:七尾市介護保険主治医意見書)

要介護等認定者の有病状況では、認知症や脳血管疾患等の発症及び血管障害を促進させるリスクとして、高血圧を有する割合が8割、さらに糖尿病や脂質異常症が6割となっています。

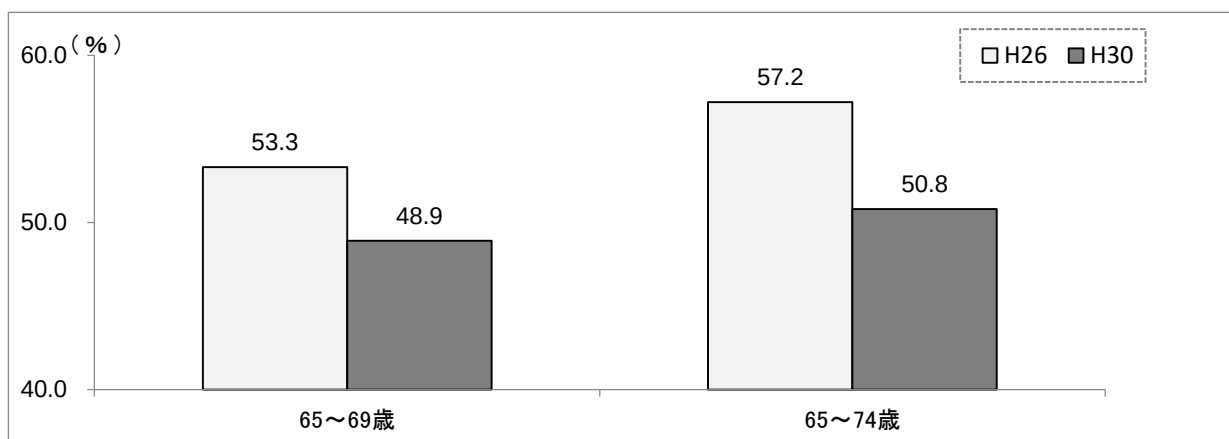
○要介護認定者の有病状況（平成30年）（％）

	1号被保険者			合計
	65～74歳	75歳以上	合計	
虚血性心疾患	31.0	46.5	45.3	45.2
脳血管疾患	45.9	43.5	43.7	43.9
腎不全	12.7	18.3	17.8	17.8
糖尿病	61.6	62.3	62.2	62.3
高血圧	73.9	85.4	84.6	84.4
脂質異常症	59.0	62.0	61.8	61.8
血管疾患合計	93.3	96.0	95.8	95.8
認知症	29.1	52.8	51.0	50.8
筋骨格系	83.2	93.5	92.8	92.7

（資料：国保データベースシステム）

運動は、生活習慣病の重症化を防ぐとともに、フレイル予防（特に運動機能）として重要です。七尾市国民健康保険特定健診受診者（以下「市国保特定健診受診者」という。）の身体活動がある者の割合は、平成30年度は、平成26年度より減少傾向で、約5割です。

○1日1時間以上の歩行運動及び同等の身体活動ありの者の割合



（資料：七尾市特定健診）

②対策

■フレイルに関する知識の普及と介護予防の推進

- ・健康まちづくり推進連絡会や地域の活動団体等と連携し、通いの場などを活用し、フレイル予防に関する知識の普及を行います。
- ・健診結果等を踏まえ、関係機関等と連携し、生活習慣病の重症化を防ぎ、介護予防に向けた支援を行います。

■高齢者が自ら積極的に社会参加するための支援の推進

- ・高齢者の自立を促進するため、関係機関等と連携し、社会参加や地域での健康づくり、介護予防等の活動の場への支援、活動を促す環境づくりを行います。

③目標項目（評価）

目標項目（評価）	現状値	目標値	データソース
介護保険サービス利用者の増加の抑制（要介護認定率の割合）	18.3% （令和元年度）	現状維持	介護保険事業 状況報告

(3) こころの健康づくり

こころの健康は、人がいきいきと自分らしく生きるために欠かせません。

近年、健康・経済・生活問題など、様々なストレスからこころの健康を損なう人が増えているなか、一人ひとりが十分な休養の重要性を認識し、ストレスを適切に対処できることは、こころの健康の保持増進に欠かせない要素と言えます。

さらに、社会全体がこころの病気や自殺への理解を深めるなど、社会の環境的な視点からのアプローチも重要です。

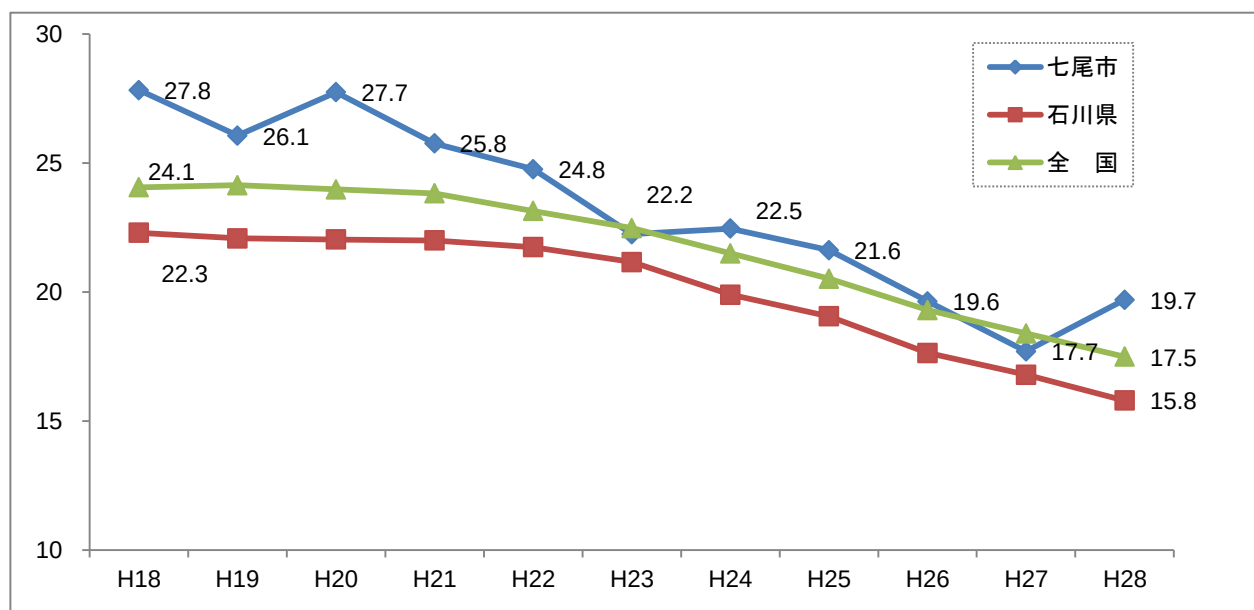
①現状と課題

①自殺死亡率は減少傾向だが、石川県に比べて高い

全国、石川県との自殺死亡率(人口10万人あたりの自殺者数)の比較では、5年移動平均での推移でみました。本市は減少傾向にありますが、石川県に比べて高い状況にあります。

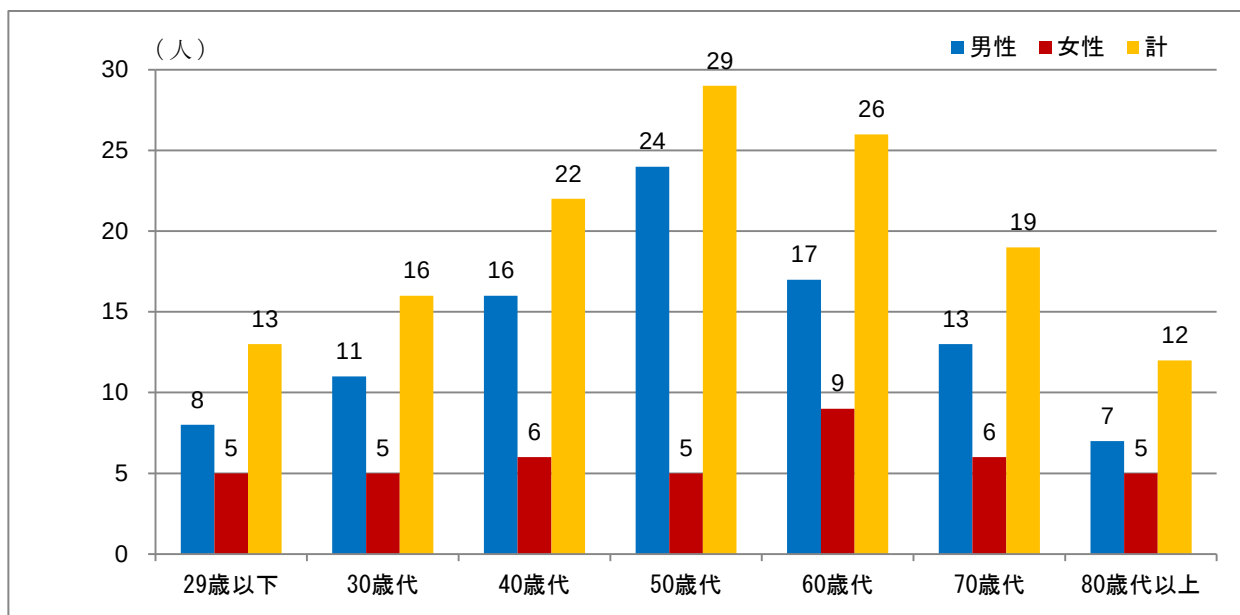
年齢別男女別では、50歳代以降の中高年から高齢者にみられます。一般的な自殺の背景として、社会的要因のほか、うつ病に代表されるこころの病気の占める割合が高いことが指摘されています。

○自殺死亡率(人口10万対、5年移動平均)の推移



(資料：人口動態統計)

○年齢別男女別自殺者数（平成21～令和元年累計）



（資料：「警察庁自殺統計原票データを厚生労働省において特別集計」をもとに七尾市作成（七尾市自殺対策委員会資料から抜粋）

② 5人に1人が睡眠による休養を十分にとれていない

市国保特定健診受診者において、睡眠による休養を十分にとれていない者の割合をみると、年々減少傾向にあり、5人に1人が自らの睡眠を不十分と感じています。

睡眠はこころの健康を保つために欠かせない要素のひとつです。また、睡眠による休養を十分にとれないと、高血圧や糖尿病等の生活習慣病のリスクも高くなることが指摘されています。今後も保健指導の際には、睡眠についての状況把握や指導を行っていきます。

○睡眠による休養を十分にとれていない者の割合（40～74歳）

		H26	H27	H28	H29	H30	R1
受診者数	人	4,918	4,777	4,486	4,204	4,020	3,740
睡眠による休養を十分にとれていない者	人	1,161	1,167	1,105	1,040	958	858
	%	23.6	24.4	24.6	24.7	23.8	22.9

（資料：七尾市特定健診）

②対策

■こころの健康づくりに関する普及啓発の推進

- ・ストレスに対する自己管理の能力を高め、また、こころの病気等の理解を深めるため、こころの健康づくりに関する正しい知識の普及啓発に努めます。

■こころの健康づくりに対応する相談支援の充実

- ・悩みを抱えたときに気軽に相談できるよう、こころの相談窓口の周知や関係機関と連携した支援を行います。

■自殺対策計画との整合性をもった精神保健施策の推進

- ・関係機関と連携し、こころの健康づくりを推進します。

③目標項目（評価）

目標項目（評価）	現状値	目標値	データソース
自殺者の減少 （自殺による死亡率：人口 10 万対） ※ 5 年移動平均を算出	1 9 . 7 （平成 28 年）	減少傾向	人口動態統計 （石川県衛生 統計年報）
睡眠による休養を十分に とれていない者の割合の 減少 （40～74 歳）	2 2 . 9 % （令和元年度）	2 1 % 以下	七尾市特定健 診

Ⅱ 生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底

（１）循環器疾患の予防

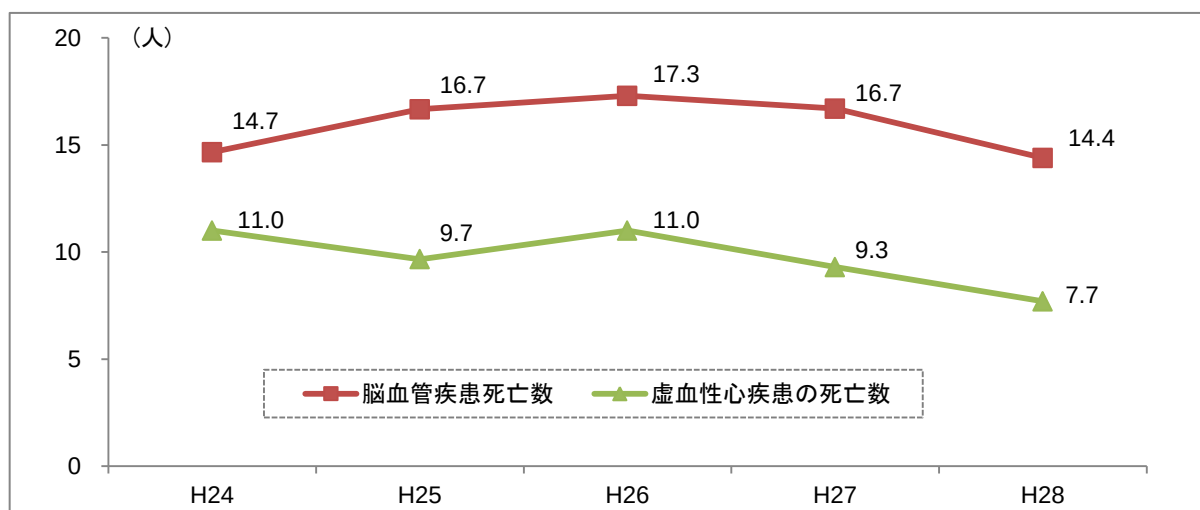
脳血管疾患と心疾患を含む循環器疾患は、死因の上位を占めています。これらの疾患は、急性期及び慢性期の治療にかかる医療費は高額であり、個人的にも社会的にも負担が大きくなる疾患です。

①現状と課題

①75 歳未満の脳血管疾患・虚血性心疾患の死亡者数は、近年減少傾向

脳血管疾患、虚血性心疾患の 75 歳未満の死亡者数は減少傾向にあります。

○75 歳未満の脳血管疾患、虚血性心疾患による死亡者数（3 年移動平均）の推移



（資料：石川県能登中部保健福祉センター健康づくりの指標）

市国保特定健診では、受診者全員に心電図検査を実施しており、受診者の約 1%に「心房細動」の不整脈がみられます。「心房細動」は、特に重度の要介護状態になる危険が高い脳血管疾患の原因になるといわれています。未治療者に対しては、医療機関と連携し、治療につなげて、血管障害を予防していくことが必要です。

○心電図検査結果における心房細動有所見者の状況（平成 30 年度）

心電図検査実施数(人)	心房細動			
			治療あり	治療なし
4,011	人数	31	24	7
	割合(%)	0.8		

（資料：七尾市特定健診）

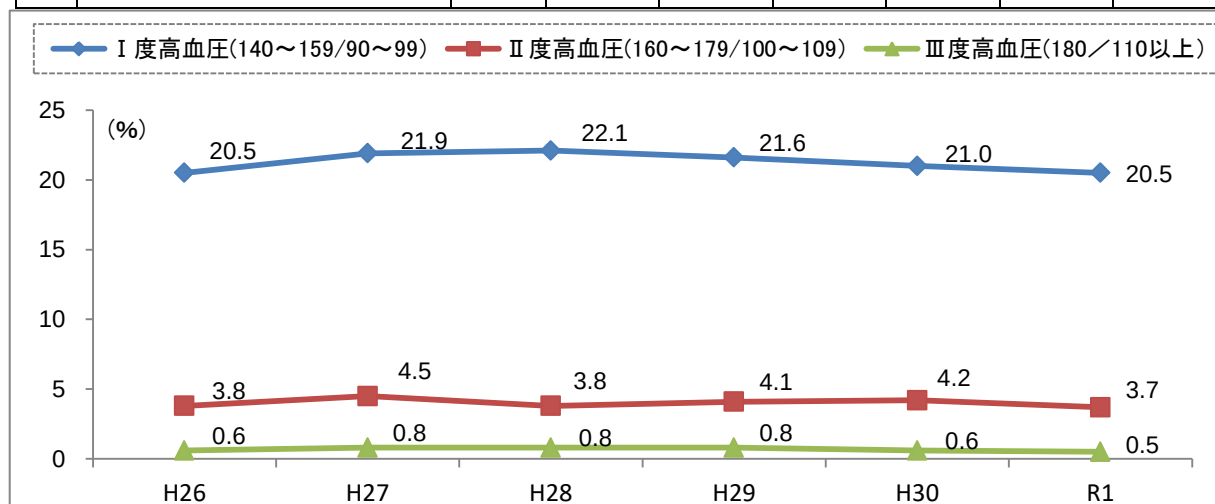
② 4人に1人が高血圧

高血圧は、脳血管疾患や虚血性心疾患、腎疾患等の重大な原因疾患です。

市国保特定健診受診者における高血圧（140/90mmHg 以上）の割合をみると、4人に1人が高血圧に該当しており、食生活や運動等の生活習慣の改善に向けた取り組みを継続していく必要があります。

○高血圧の割合の年次推移

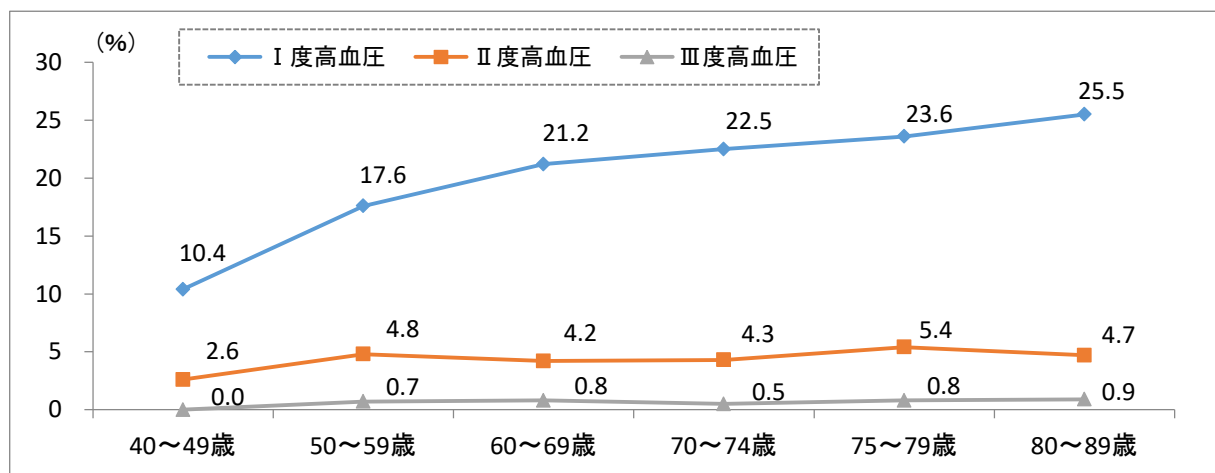
		H26	H27	H28	H29	H30	R1
高血圧の割合	%	24.9	27.2	26.7	26.5	25.8	24.7
I 度高血圧 (140～159/90～99)	人	1,005	1,044	992	907	841	765
II 度高血圧 (160～179/100～109)	人	188	217	171	174	169	139
III 度高血圧 (180/110 以上)	人	27	36	34	35	25	19



(資料：七尾市特定健診)

年代別でみると、年代が上がるごとに高血圧の割合は上昇しており、50 歳代からの血圧の管理が重要になってきます。

○年代別血圧有所見の状況

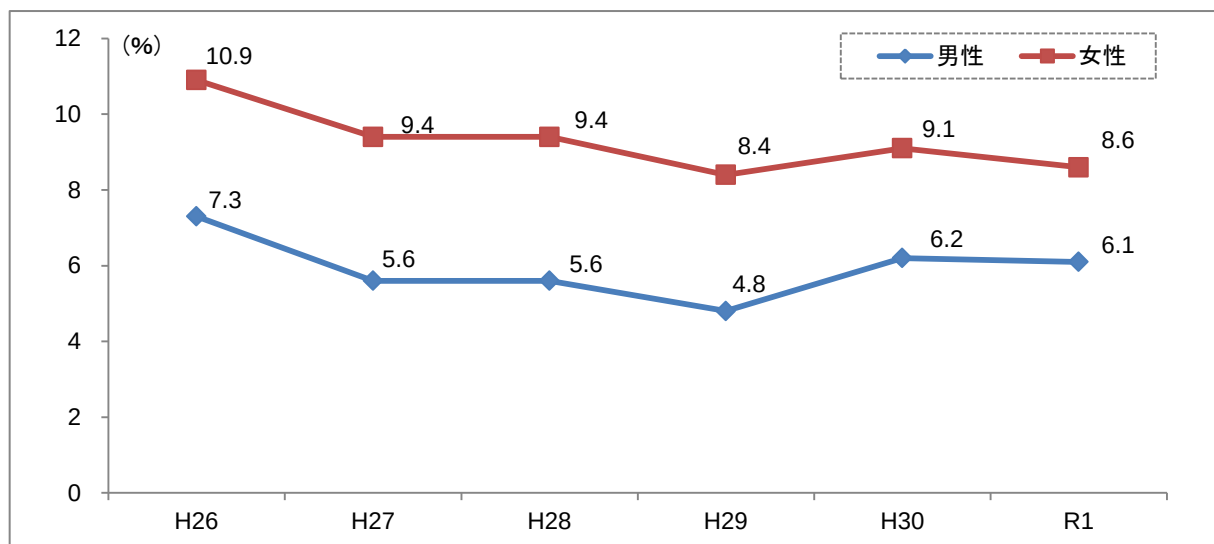


(資料：平成 30 年度 40～74 歳：七尾市特定健診、75～89 歳：長寿健診)

③脂質異常の割合は改善傾向

脂質異常症は、虚血性心疾患の重要な危険因子で、特に LDL(悪玉) コレステロール 160mg/dl 以上から虚血性心疾患の発症や死亡リスクが上昇すると言われています。市国保特定健診受診者における脂質異常の割合は、経年的に男女とも減少傾向です。

○LDL コレステロール 160mg/dl 以上の割合の年次推移

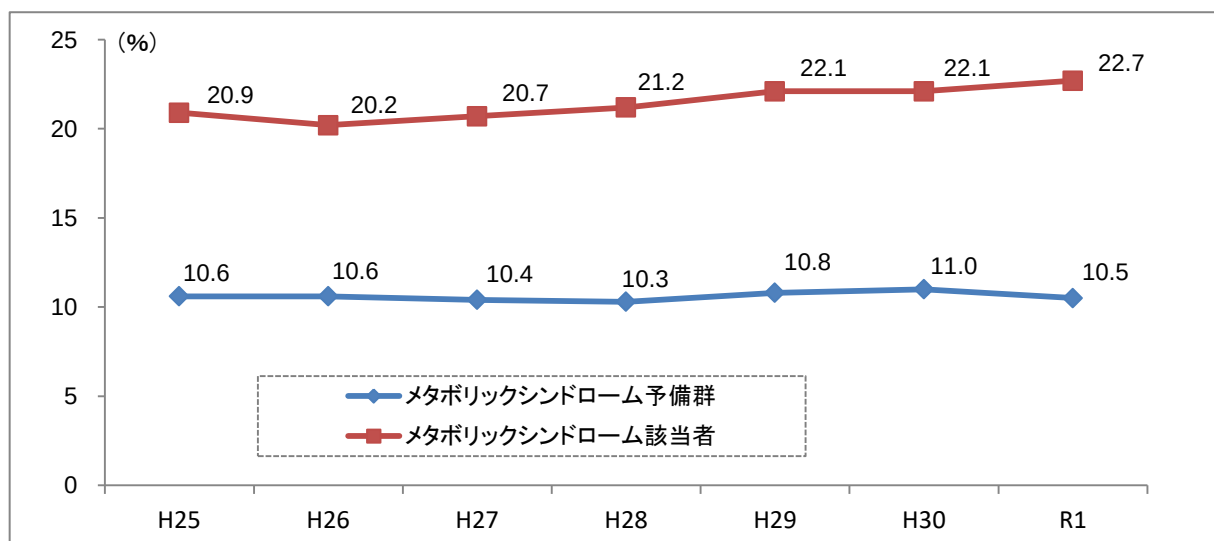


(資料：七尾市特定健診)

④メタボリックシンドローム該当者はやや増加傾向、特に男性の割合が高い

メタボリックシンドロームは、虚血性心疾患、脳血管疾患等の発症リスクが高いため、これを減少させることでそれらの発症リスクの低減を図ることが重要です。市国保特定健診受診者におけるメタボリックシンドローム該当者の割合をみると、やや増加傾向にあり、メタボリックシンドローム該当者及び予備群を併せると、3人に1人が該当しています。

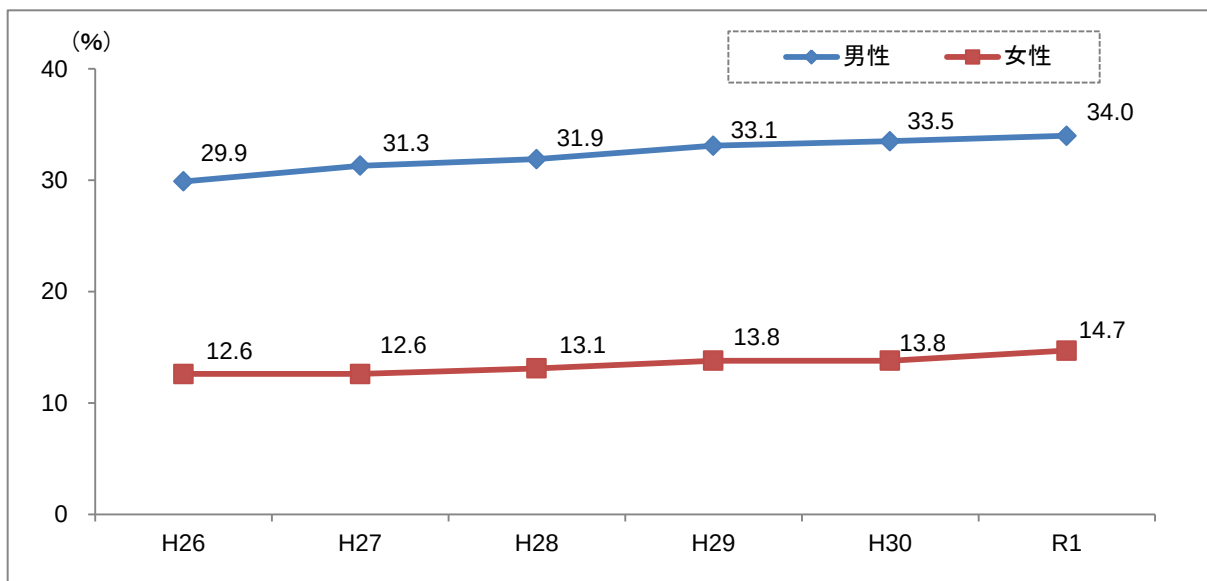
○メタボリックシンドローム該当者及び予備群の年次推移



(資料：七尾市特定健診)

男性では、メタボリックシンドロームの該当者が増加傾向にあります。

○メタボリックシンドローム該当者【男女別】の年次推移

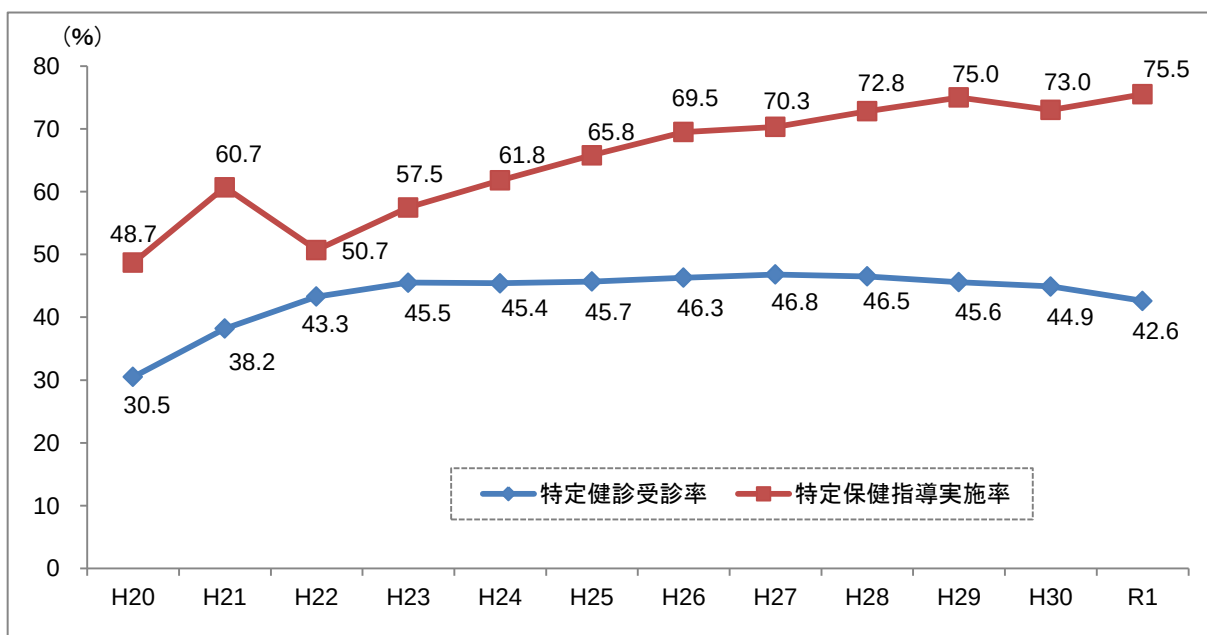


(資料：七尾市特定健診)

⑤特定健診受診率は横ばい、特定保健指導実施率は7割を維持

平成20年度から、メタボリックシンドロームに着目した健診と保健指導を医療保険者に義務付ける特定健診・特定保健指導の制度が導入され、各医療保険者の生活習慣病対策への取り組みの状況を反映する指標となっています。受診率は横ばい傾向であり、今後も引き続き、特定健診受診率・保健指導実施率の向上に向けた取り組みが重要です。

○特定健診受診率及び特定保健指導実施率の年次推移



(資料：七尾市特定健診)

②対策

■循環器疾患の予防に関する正しい知識の普及啓発の推進

- ・循環器疾患の発症に影響を及ぼす高血圧や脂質異常等の予防に関する正しい知識の普及啓発を行います。

■循環器疾患の重症化予防のための取り組みの推進

- ・健診結果と生活習慣との関係を理解し、さらに生活習慣の改善を自ら選択し、実践できるように支援を行います。
- ・健診結果から医療機関への受診が必要な人には受診勧奨を、治療中の人には医療機関との連携を図るなど、重症化予防のため医療と連携した支援を行います。

■健診受診率向上の推進

- ・健診対象者や未受診者への個別案内、健康まちづくり推進連絡会や関係機関との連携等、様々な方法や機会を通して受診勧奨を行い、健診受診に向けた啓発を積極的に行います。

③目標項目（評価）

目標項目（評価）	現状値	目標値	データソース
脳血管疾患による死亡者数の減少（75歳未満）	14.4人 (平成28年)	減少傾向	石川県能登中部保健福祉センター健康づくりの指標
虚血性心疾患による死亡者数の減少（75歳未満）	7.7人 (平成28年)	減少傾向	
高血圧の改善（Ⅰ度高血圧以上：140/90mmHg以上の人の割合の減少）	24.7% (令和元年度)	22%以下	七尾市特定健診（Ⅰ度高血圧以上の割合）
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 6.1% 女性 8.6% (令和元年度)	男性 5.5% 女性 7.8%	七尾市特定健診（LDLコレステロール160mg/dl以上の割合）
メタボリックシンドローム予備群の減少	10.5% (令和元年度)	9%以下	七尾市特定健診
メタボリックシンドローム該当者の減少	22.7% (令和元年度)	18.1%以下	
特定健診受診率の向上	42.6% (令和元年度)	55% (令和5年度)	七尾市特定健診 (目標率は、七尾市第3期特定健康診査等実施計画：H30～R5に準じる。)
特定保健指導実施率の向上	75.5% (令和元年度)	80% (令和5年度)	

(2) 糖尿病の予防

糖尿病は、新規透析導入の原因疾患の半数を占め、慢性的な高血糖により糖尿病網膜症、糖尿病性腎症及び糖尿病性神経障害を引き起こす疾患であるため、生活の質に影響を及ぼします。さらに、糖尿病は虚血性心疾患や脳血管疾患等の発症の危険因子の一つであり、境界型糖尿病（糖尿病予備群）でもそのリスクが増加するため、早期から生活習慣を見直す取り組みが必要です。

① 現状と課題

①糖尿病有病者(HbA1c6.5%以上)の割合は、横ばい

市国保特定健診受診者における糖尿病予備群（HbA1c5.6%以上）を含めた高血糖である者の割合は、約7割を占めます。その中で、糖尿病有病者 HbA1c6.5%以上の人の割合は、健診受診者の1割を占めており、加齢に伴いインスリンの分泌能力が低下することから、糖尿病有病者の増加が懸念されます。

○高血糖（HbA1c5.6%以上）の割合の年次推移

	HbA1c測定	正常		保健指導判定値				受診勧奨判定値						再掲	
				正常高値		糖尿病の可能性が否定できない	糖尿病								
							合併症予防のための目標		最低限度達成が望ましい目標		合併症の危険が更に大きくなる				
		5.5以下		5.6～5.9		6.0～6.4		6.5～6.9		7.0～7.9		8.0以上		5.6以上	
		人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
A	B	B/A	C	C/A	D	D/A	E	E/A	F	F/A	G	G/A	C～G	C～G/A	
H26	4,883	1,608	32.9%	1,823	37.3%	932	19.1%	276	5.7%	175	3.6%	69	1.4%	3,275	67.1%
H27	4,762	1,465	30.8%	1,826	38.3%	940	19.7%	294	6.2%	181	3.8%	56	1.2%	3,297	69.2%
H28	4,464	1,312	29.4%	1,708	38.3%	950	21.3%	278	6.2%	167	3.7%	49	1.1%	3,152	70.6%
H29	4,188	1,121	26.8%	1,652	39.4%	919	21.9%	265	6.3%	164	3.9%	67	1.6%	3,067	73.2%
H30	3,992	1,302	32.6%	1,533	38.4%	717	18.0%	254	6.4%	141	3.5%	45	1.1%	2,690	67.4%
R1	3,718	1,117	30.0%	1,416	38.1%	764	20.5%	228	6.1%	156	4.2%	37	1.0%	2,601	70.0%

○糖尿病有病者の割合の年次推移（HbA1c6.5%以上の人の割合）

			H26	H27	H28	H29	H30	R1
HbA1c 検査数			4,883	4,762	4,464	4,188	3,992	3,718
HbA1c 6.5%以上者	人		520	531	494	496	440	421
割合	%		10.6	11.2	11.1	11.8	11.0	11.3

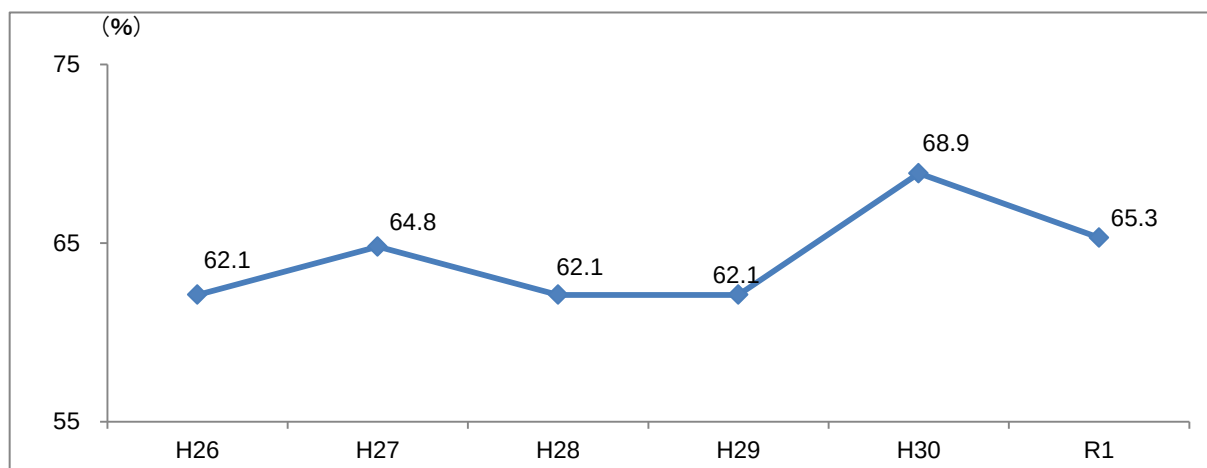
（資料：七尾市特定健診）

②糖尿病の治療継続者は、約6割

市国保特定健診受診者では、糖尿病有病者（HbA1c6.5%以上）のうち、治療を受けている人の割合は、約6割です。

糖尿病合併症抑制のためには、糖尿病治療を中断せず、治療を継続していく必要があります。

○糖尿病有病者の治療率の年次推移（HbA1c6.5%以上の割合）



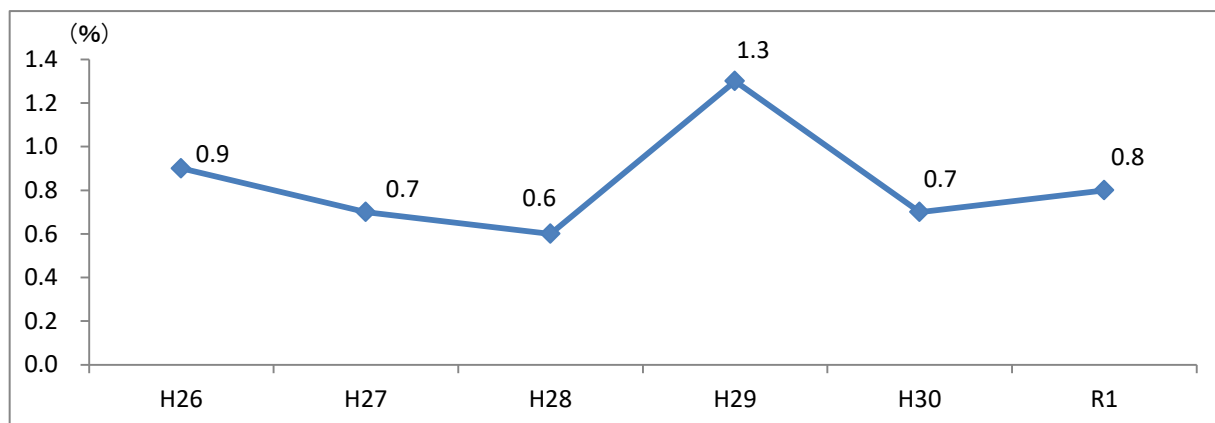
		H26	H27	H28	H29	H30	R1
HbA1c6.5%以上	人	520	531	494	496	440	421
	糖尿病治療中	323	341	307	308	303	275
	割合	62.1	64.8	62.1	62.1	68.9	65.3

（資料：七尾市特定健診）

③血糖コントロール不良（HbA1c8.4%以上）の割合は、横ばい

合併症である細小血管症に進展する危険性が高いHbA1c8.4%以上の人の割合は、市国保特定健診受診者の約1%前後を推移しています。

○血糖コントロール不良者の割合の年次推移（HbA1c8.4%以上の人の割合）



（資料：七尾市特定健診）

④新規透析導入患者の約半数は、糖尿病が原因である

新規透析導入者数の減少を目標に市国保特定健診では基本検査項目に「クレアチニン値」「尿酸」「尿潜血」を加え、糖尿病性腎症等の重症化予防に取り組んでいます。

新規透析導入の原因疾患を経年的にみると、糖尿病性腎症が最も多く、直近では腎硬化症に逆転していました。腎機能低下の危険因子には、糖尿病や高血圧、メタボリックシンドローム等があり、併せて危険因子の減少に取り組んでいく必要があります。また、透析導入者の減少のためには、他の医療保険と連携した予防活動を行っていくことが重要です。

○新規人工透析導入者の年次推移

原因疾患 \ 年度		H22	H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1
糖尿病性腎症	人	17	12	10	14	12	12	4	11	12	7
	割合(%)	65.4	52.2	55.6	42.4	50.0	66.7	25.0	52.4	52.2	31.8
腎硬化症	人	3	4	4	9	6	2	4	6	6	12
腎炎ほか	人	6	7	4	10	6	4	8	4	5	3
合計	人	26	23	18	33	24	18	16	21	23	22

(資料：七尾市更生医療)

②対策

■糖尿病の予防に関する正しい知識の普及啓発の推進

- ・食生活や運動等の糖尿病の発症予防等に関する正しい知識の普及啓発を行います。

■糖尿病の重症化予防のための取り組みの推進

- ・健診結果と生活習慣との関係を理解し、さらに生活習慣の改善を自ら選択し、実践できるように支援を行います。
- ・糖尿病が重症化するリスクの高い未治療者・治療中断者を治療に結びつけるとともに、生活習慣の改善を図る支援を行います。また、医療機関と連携し、腎不全、人工透析への移行を防止する支援を行います。

③目標項目（評価）

目標項目（評価）	現状値	目標値	データソース
糖尿病有病者の増加の抑制 （HbA1c6.5%以上の人の割合の減少）	11.3% （令和元年度）	9.6%以下	七尾市特定健診
治療継続者の割合の増加 （HbA1c6.5%以上で治療中の人の割合）	65.3% （令和元年度）	70%以上	七尾市特定健診
血糖コントロール不良の割合の減少（HbA1c8.4%以上の人の割合）	0.8% （令和元年度）	減少傾向	七尾市特定健診
糖尿病腎症による新規透析導入者数の減少	7人 （令和元年度）	減少傾向	七尾市更生医療

(3) がんの予防

がんは、日本の死亡原因の第1位で、生涯を通じて2人に1人は何らかのがんに罹患するといわれています。

がんの危険因子としては、がんに関連するウイルスや細菌への感染のほか、喫煙（受動喫煙含む）、過剰飲酒、身体活動の低下、肥満・やせ、野菜・果物不足、塩分・塩蔵食品の過剰摂取など生活習慣に関連するものも多く、生活習慣の改善が結果的にはがん予防につながると考えられます。また、定期的ながん検診を受けることが必要になります。

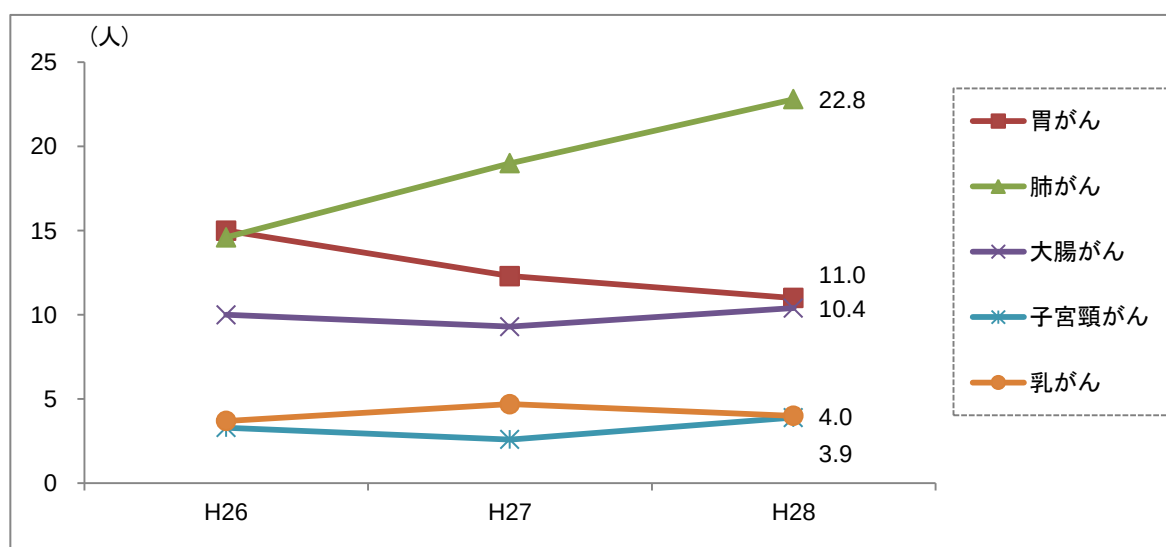
①現状と課題

①75歳未満のがんの年齢調整死亡数は増加傾向

がん対策の総合的な評価指標としては、高齢化の影響を除いたがんの死亡（75歳未満）で評価します。

がんによる75歳未満の数は、肺がんが圧倒的に多く、増加傾向にあります。

○75歳未満のがんによる年齢調整死亡数（3年移動平均）



(人)

		H26	H27	H28
がん（悪性新生物）		88.0	85.3	87.9
再掲	胃がん	15.0	12.3	11.0
	肺がん	14.6	19.0	22.8
	大腸がん	10.0	9.3	10.4
	子宮頸がん	3.3	2.6	3.9
	乳がん	3.7	4.7	4.0

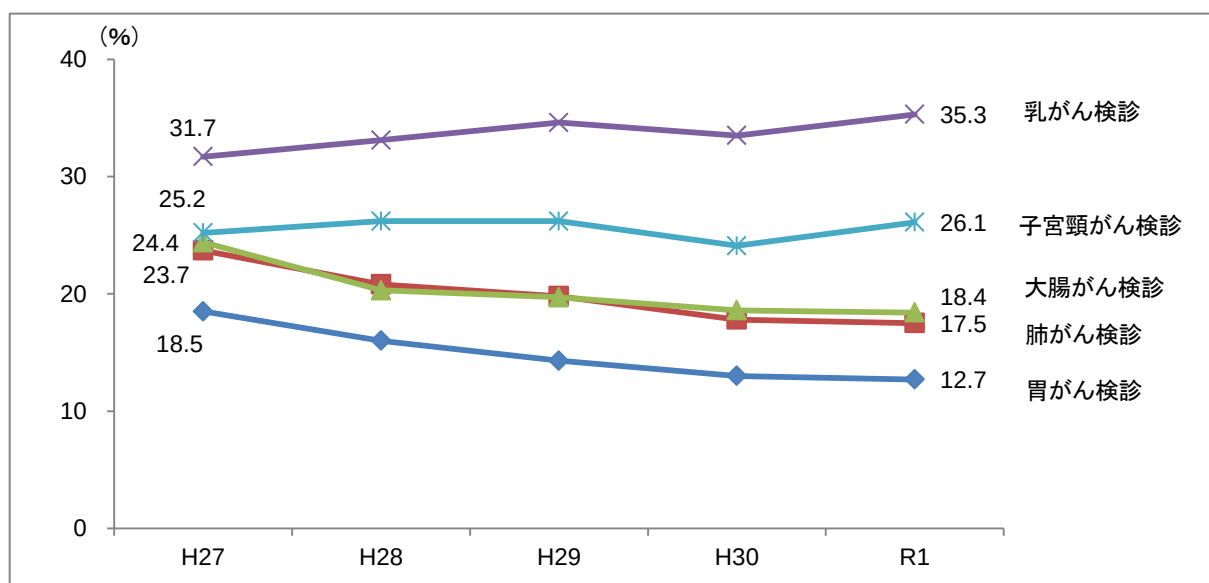
（資料：石川県能登中部保健福祉センター健康づくりの指標）

②がん検診受診率の停滞

がん検診受診率（40～69歳、子宮頸がんのみ20～69歳）は、胃がん、肺がん、大腸がんは減少傾向にあります。女性の乳がん、子宮頸がんは増加傾向です。

○がん検診受診率の推移（40～69歳、子宮頸がんのみ20～69歳）（％）

	H27	H28	H29	H30	R1
胃がん検診	18.5	16.0	14.3	13.0	12.7
肺がん検診	23.7	20.8	19.8	17.8	17.5
大腸がん検診	24.4	20.3	19.7	18.6	18.4
乳がん検診	31.7	33.1	34.6	33.5	35.3
子宮頸がん検診	25.2	26.2	26.2	24.1	26.1



（資料：七尾市がん検診集計）

②対策

■がんの発症予防の普及啓発

- ・がんの発症危険因子となる喫煙や食生活等の生活習慣の改善について、各関係機関と連携し、効果的な普及啓発を行います。

■がん検診受診率向上の推進

- ・個別案内やホームページ等でがん検診に関する情報を周知し、さらに健康まちづくり推進連絡会や関係機関等と連携した受診勧奨を積極的に行います。
- ・レディースデイ（女性対象の検診日）の設定や健診会場における保育サービスの実施など、受診しやすい体制づくりに努めます。

- ・がんの早期発見のために、医療機関と連携し、精密検査対象者に早期に受診することを勧めます。

③目標項目(評価)

目標項目(評価)		現状値	目標値	データソース
がんによる死亡者数の減少 (75歳未満)		87.9人 (平成28年)	減少傾向	石川県能登中部 保健福祉センタ ー健康づくりの 指標
がん検診の受診率の向上		(令和元年度)		がん検診受診率 (40～69歳まで、 子宮頸がん 20～ 69歳)
	胃がん	12.7%	20%以上	
	肺がん	17.5%	20%以上	
	大腸がん	18.4%	20%以上	
	乳がん	35.3%	40%以上	
	子宮頸がん	26.1%	30%以上	

Ⅲ 生涯を通じて健康であるための基礎となる生活習慣づくり

(1) 栄養・食生活

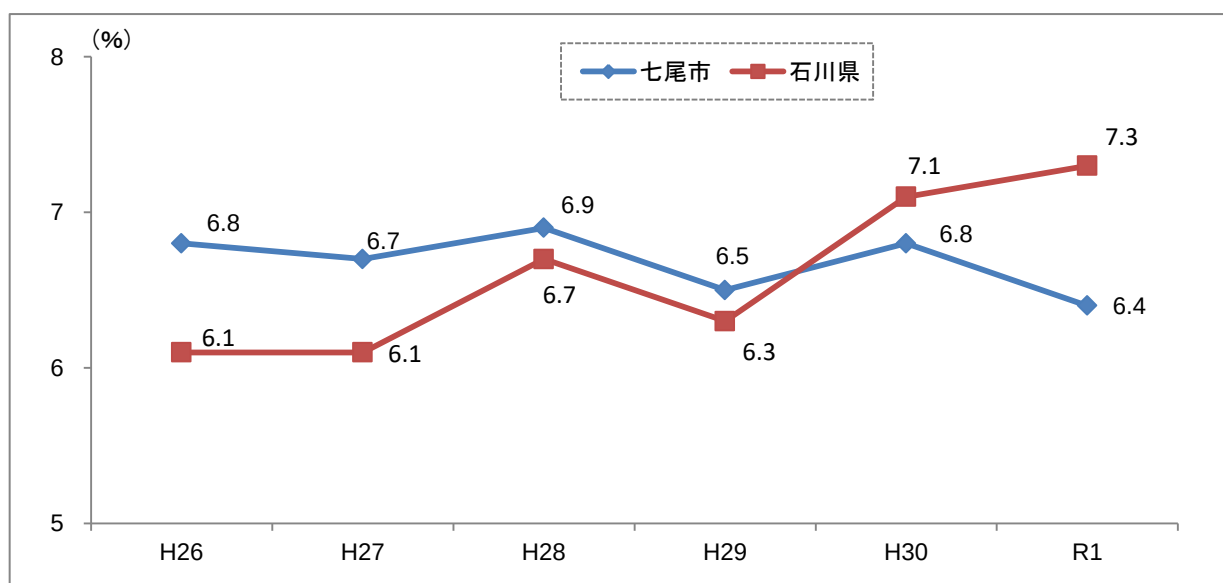
近年、ライフスタイルや食に関する価値観の多様化に伴い、エネルギーの過剰摂取、野菜の摂取不足等の栄養の偏り、朝食の欠食といった不規則な食生活などによる肥満や生活習慣病の増加が課題となっています。

①現状と課題

①朝食の欠食者は横ばい、間食習慣のある者が8割

市国保特定健診受診者における朝食の欠食者の割合は、6%代を推移し、横ばいの傾向にあります。また、夕食後の間食の摂取や朝昼夕の3食以外に間食を摂る習慣があると考えられます。

○朝食の欠食者の年次推移：県との比較（40～74歳）



(資料：七尾市特定健診)

○間食習慣の状況（令和元年度）

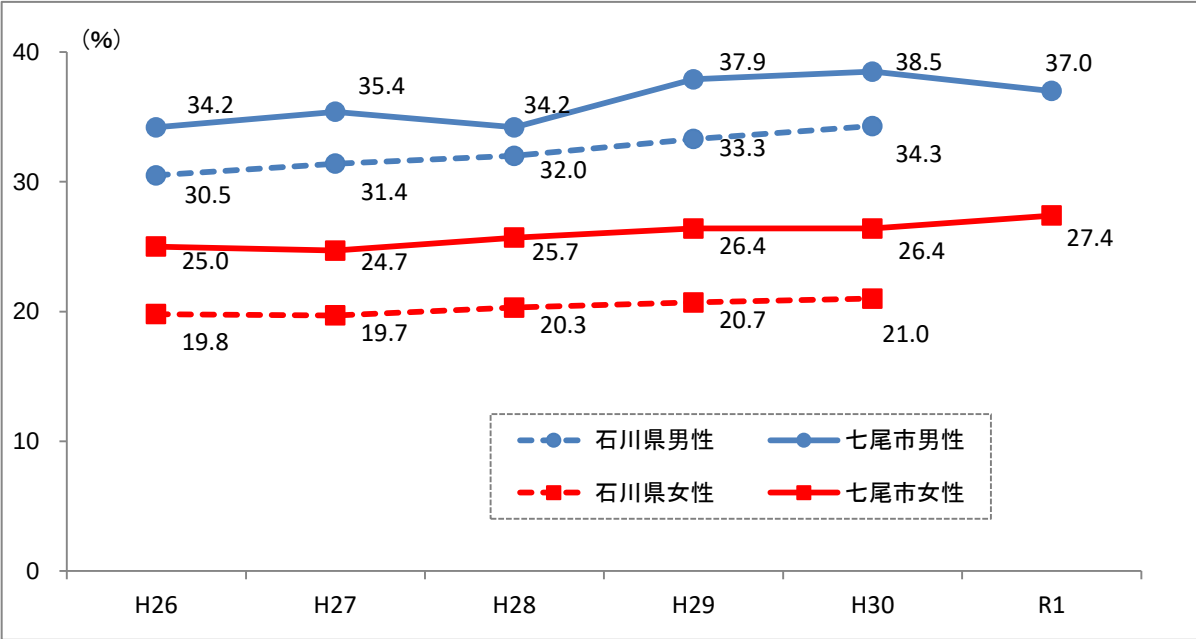
		人数	割合 (%)
間食習慣がある		2,971	79.4
〔再掲〕	毎日	760	20.3
	時々	2,211	59.1
ほとんど摂取しない		758	20.3

(資料：七尾市特定健診)

②40～60 歳代男性の肥満者は増加傾向

市国保特定健診受診者の 40～60 歳代における BMI が 25 を超える肥満者の割合は、男性では、令和元年度 37.0%で、3 人に 1 人が肥満者という状況です。一方、女性は、令和元年度 27.4%でやや増加しています。県と比較すると、男女とも経年的に高い状態です。

○40～60 歳代の肥満者（BMI 25 以上）の割合の年次推移（男女別）

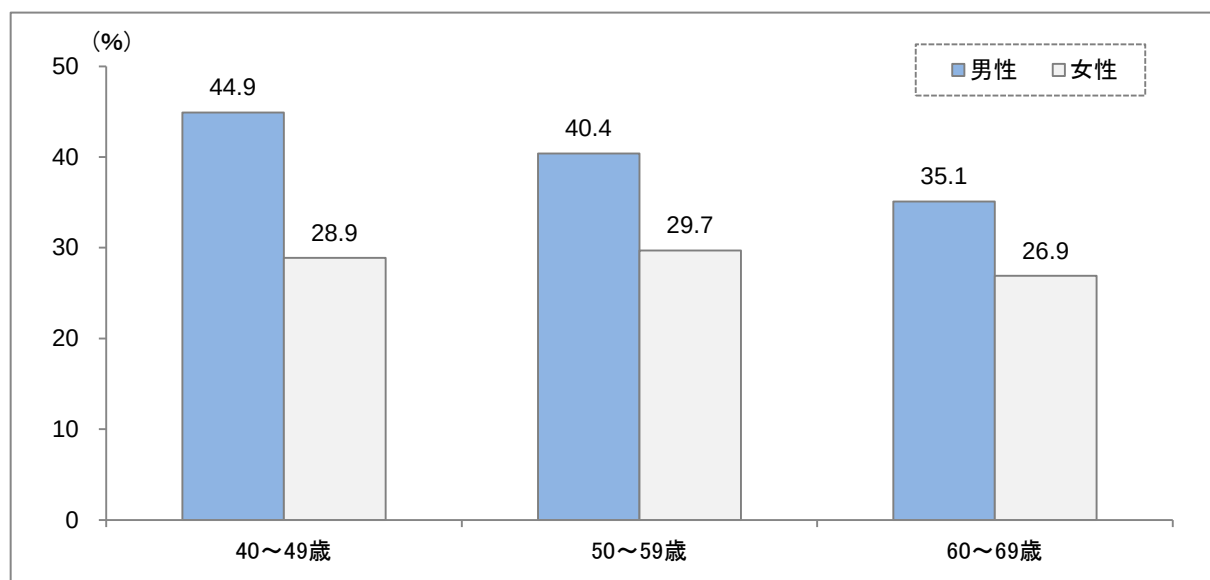


七尾市		H26	H27	H28	H29	H30	R1
男性	肥満割合	34.2%	35.4%	34.2%	37.9%	38.5%	37.0%
	該当者数	482	485	418	410	356	297
	受診者数	1,409	1,369	1,221	1,081	924	802
女性	肥満割合	25.0%	24.7%	25.7%	26.4%	26.4%	27.4%
	該当者数	476	457	436	400	353	322
	受診者数	1,902	1,851	1,695	1,517	1,339	1,174

(資料:七尾市特定健診、石川県生活習慣病検診等管理指導協議会)

年代別の肥満割合は、40 歳代男性が一番高く、約 2 人に 1 人が肥満に該当します。

○性別・年代別の肥満(BMI25 以上)の割合（令和元年度）



（資料：七尾市特定健診）

②対策

■ライフスタイルに応じた食の選択と自己管理能力向上の推進

- ・食のバランスに配慮し、生活習慣病の発症予防に向け個人に応じた食生活が確立できるよう支援します。

■地域や企業などと連携した生活習慣病予防のための取り組みの推進

- ・健康まちづくり推進連絡会等と連携し、健康課題や生活習慣の改善方法を理解し実践できるよう情報提供を行います。

③目標項目(評価)

目標項目（評価）	現状値	目標値	データソース
肥満の人の割合の減少			七尾市特定健診
40～60 歳代男性	37.0%	35%以下	(40 歳～60 歳代の BMI25 以上の人の割合)
40～60 歳代女性	27.4%	24%以下	
	(令和元年度)		

(2) 身体活動・運動

身体活動・運動は、生活習慣病の発症のリスクを軽減させるだけではなく、高齢者の運動機能や認知機能の低下などに関係することが明らかになってきました。

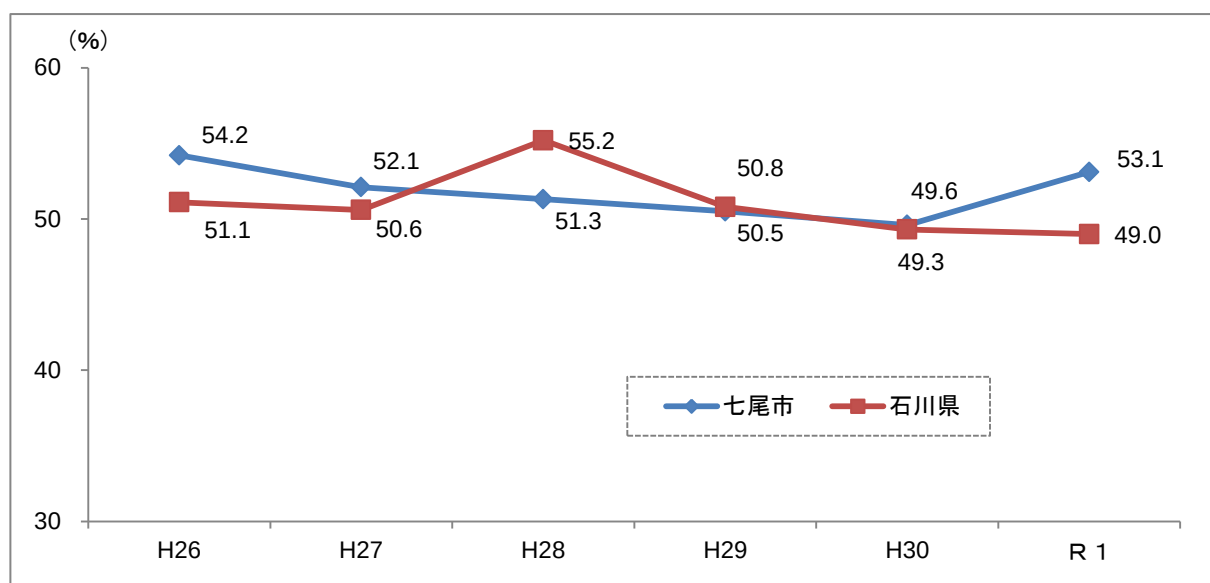
身体活動・運動量を増やすことは、生活習慣病予防、介護予防及び心身の健康維持のために重要です。

①現状と課題

①身体活動及び運動習慣者は、2人に1人

市国保特定健診受診者における運動習慣のある者は、2人に1人で、令和元年度では53.1%でした。生活習慣病を予防するためには、身体活動量を増やすだけではなく、適切な運動習慣を確立させる等して体力を向上させるような取り組みが必要です。

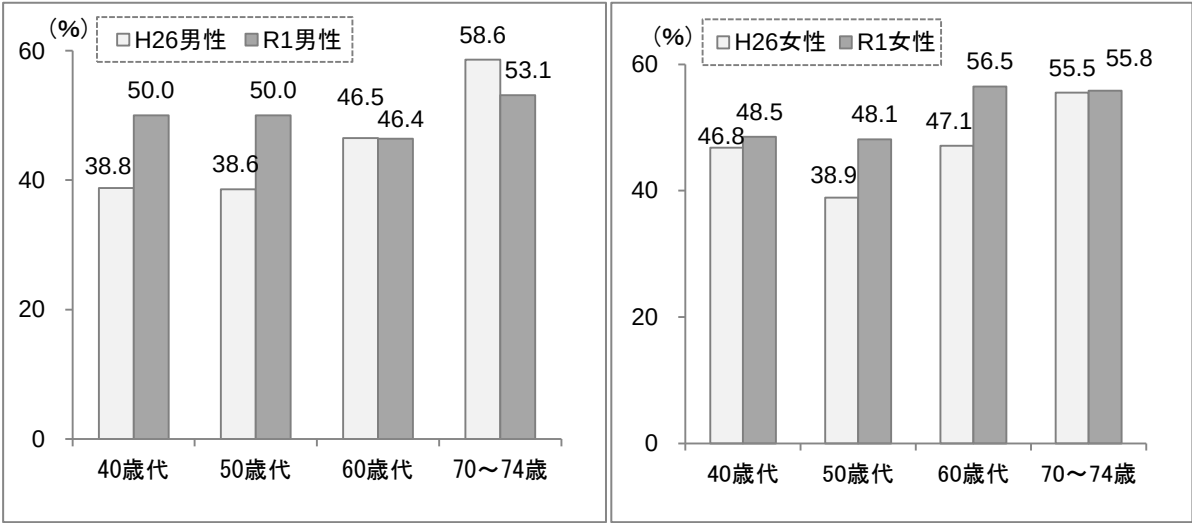
○運動習慣がある者の割合の年次推移（40～74歳）



(資料：七尾市特定健診)

年代別、性別の運動習慣の割合では、40 歳代、50 歳代は身体活動をする者が増えていますが、70 歳代では減少しています。

○性別・年代別運動習慣がある者の割合（平成 26 年度と令和元年度）



（資料：七尾市特定健診）

②対策

■身体活動及び運動習慣の定着に向けた取り組みの推進

- ・個人の健康状態やライフステージに応じた運動を推進するため、身体活動（運動）の重要性、正しい運動方法の情報提供を行います。
- ・運動習慣を確保するため、健康まちづくり推進連絡会等と連携し、地域で行われている健康づくり等の活動の場への参加を促進します。

③目標項目（評価）

目標項目（評価）	現状値	目標値	データソース
運動習慣者の割合の増加（運動習慣がある人の割合の増加）	53.1％ （令和元年度）	増加傾向	七尾市特定健診 （40～74 歳の「1 日 1 時間以上の歩行運動及び同等の身体活動あり」の人の割合）

(3) 歯・口腔の健康

う蝕（むし歯）や歯周病が糖尿病や循環器疾患等との密接な関係が報告されており、歯周病予防対策の推進が必要です。また、口腔機能の保持・増進は身体的な健康のみならず、精神的、社会的な健康にも大きく影響しており、歯と口腔機能の健康づくりが全身の健康維持に重要な役割があります。

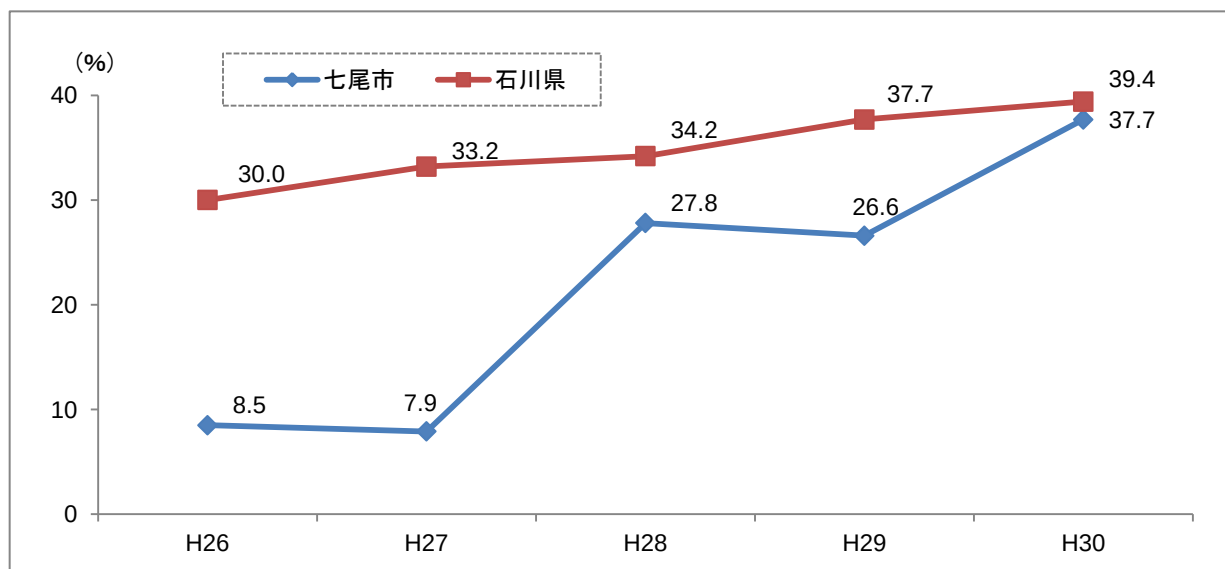
①現状と課題

①妊婦歯科健診の受診率の増加傾向

妊婦歯科健診の受診率は平成 30 年度 37.7%と増加傾向です。

妊娠期の歯の健康については、早産や低体重児出生児のリスクを高めるといわれている妊婦の歯周病の早期発見、治療への勧奨や出生後の母から子どもへの「むし歯菌の定着」の要因となる垂直感染の防止をしていくことが重要となります。そのため、妊娠期から定期的な受診勧奨、子どもの正しいむし歯予防の情報提供を行うことが必要です。

○妊婦歯科健診受診者の割合の年次推移



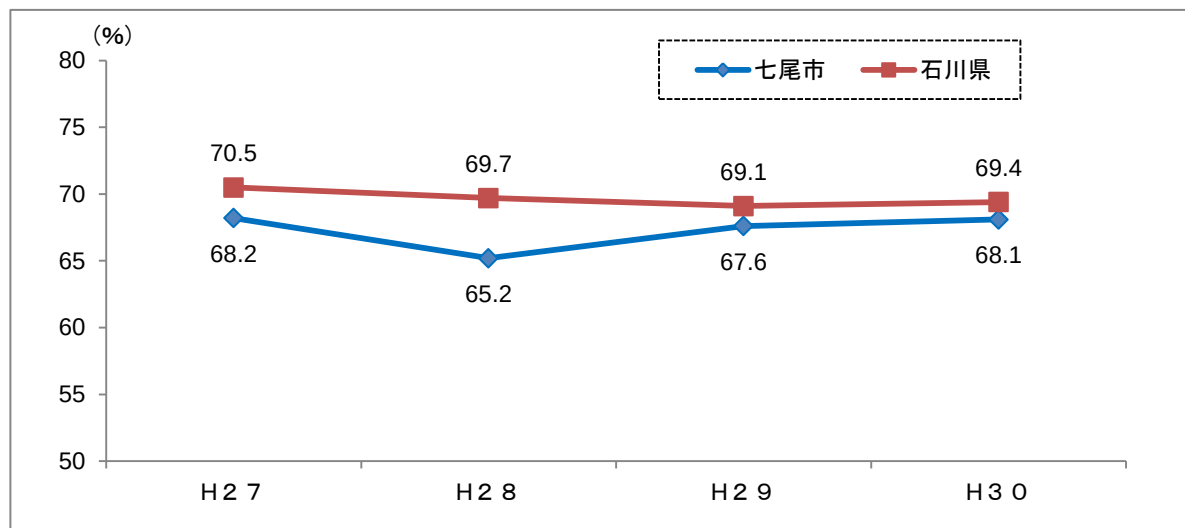
(資料：石川県母子保健の主要指標)

②仕上げ磨きをする保護者の割合が7割

1歳6か月児で、仕上げ磨きをする保護者の割合は平成 30 年度 68.1%です。

子どもの歯の健康については、幼児期からの仕上げ磨きを継続し、生活習慣を確立していくことが重要となります。そのため、保護者に対して正しい仕上げみがきの方法やおやつ選び方の情報提供を行うことが必要です。

○ 1 歳 6 か月児で仕上げ磨きをする保護者の割合の年次推移



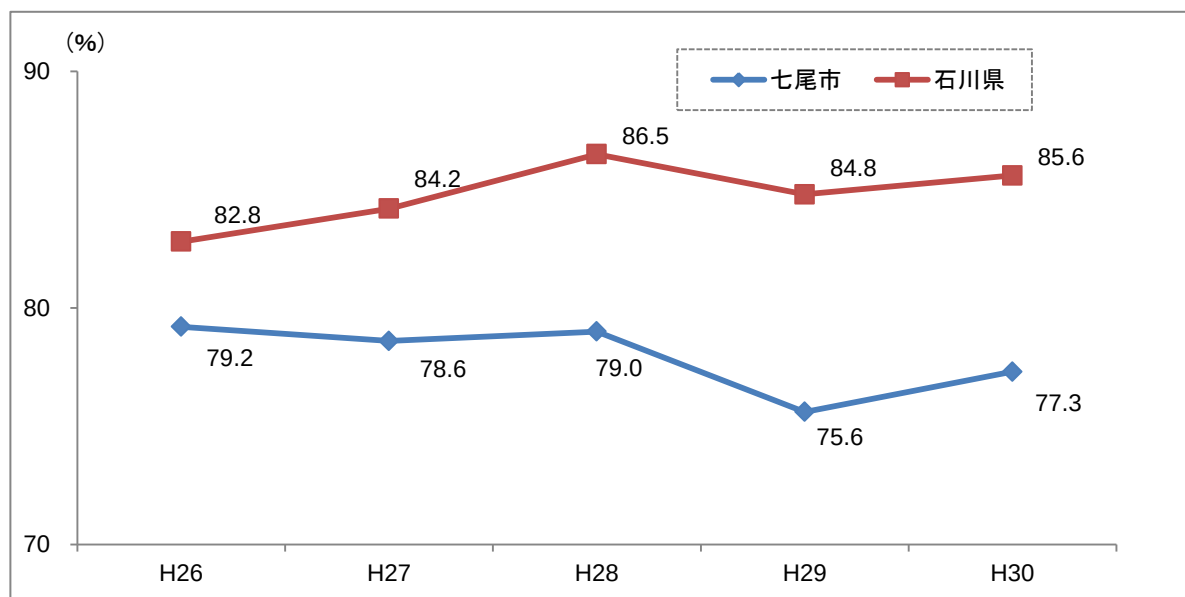
(資料：石川県すこやか親子21（第2次）集計結果)

③むし歯のない幼児の割合が横ばい

3歳児で、むし歯がない子どもの割合は平成30年度77.3%で近年横ばいです。石川県と比較すると低い状況が続いています。

むし歯の発生原因は「糖質（砂糖）を多く摂る」「むし歯菌の定着」等、生活習慣によるものとなります。そのため、保護者に対して正しい仕上げみがきの方法やおやつ選び方の情報提供を行う必要があります。

○ 3 歳児でむし歯がない幼児の割合の年次推移



(資料：石川県母子保健の主要指標)

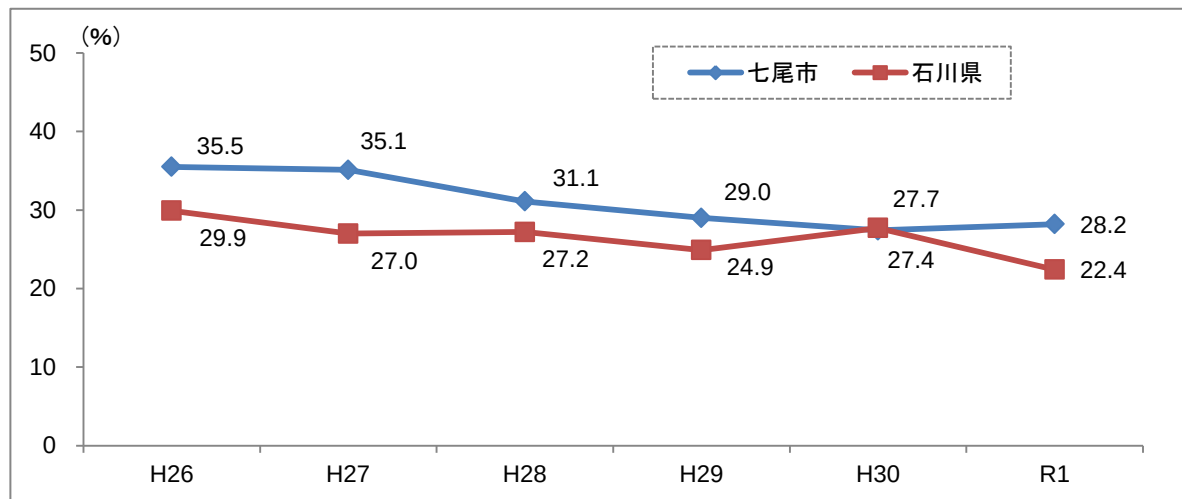
④学齢期におけるむし歯未治療者の割合が2～3割で減少傾向

小学校、中学校ともにむし歯の未治療者の割合は、平成26年度と比較して県平均より高い状況です。

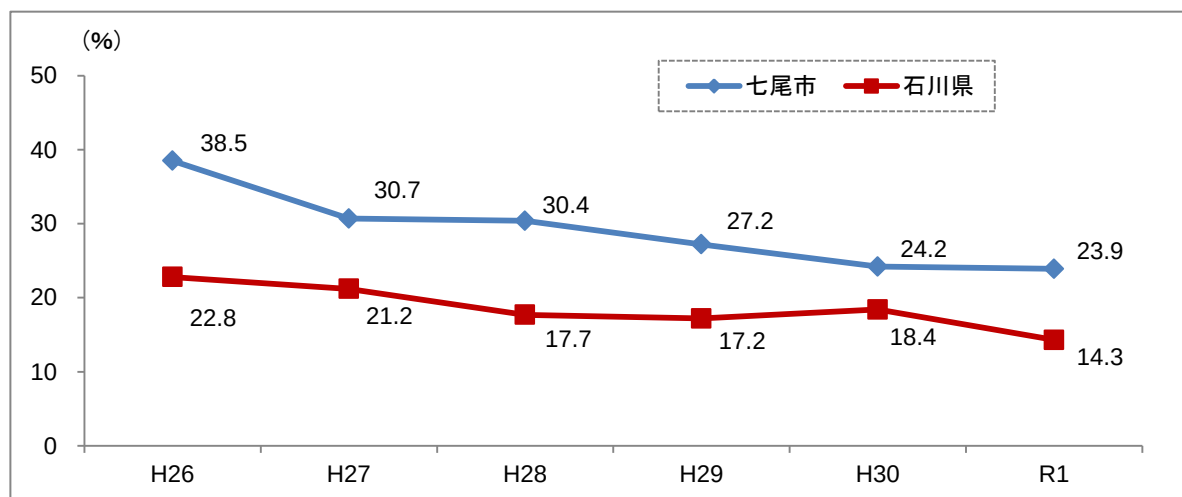
むし歯の予防と治療については、乳幼児期から保護者への啓発を実施し、引き続き学校関係者との情報共有及び連携を図る必要があります。

○むし歯未治療者の割合の年次推移

【小学生】



【中学生】

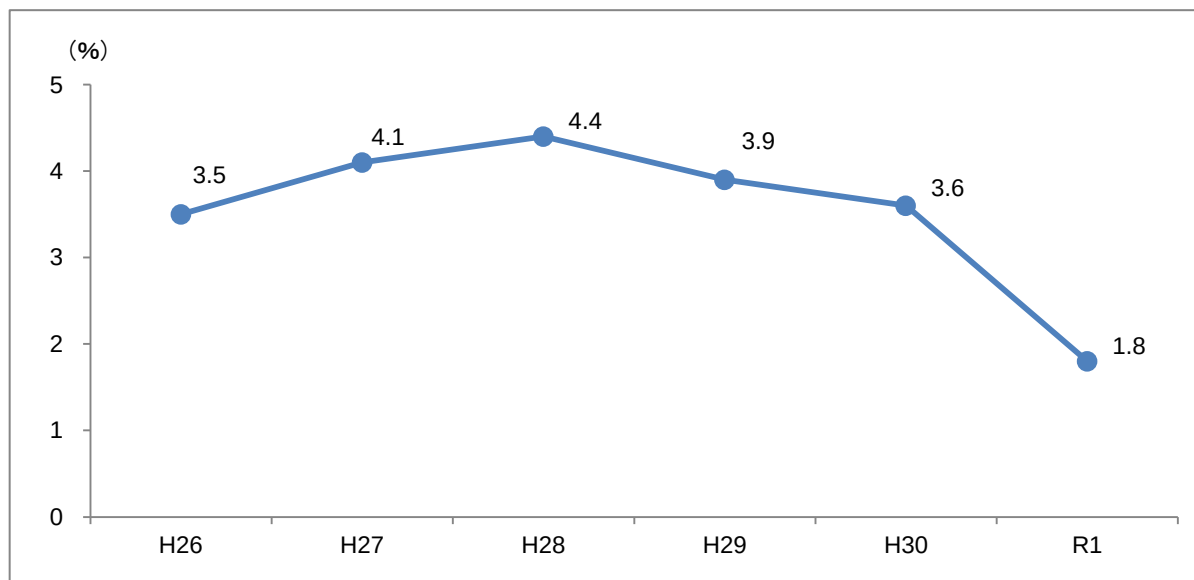


(資料：七尾市学校保健要覧、石川県学校保健統計)

⑤ 歯科健診の受診率の停滞

40 歳、50 歳、60 歳、70 歳節目の年齢を設定し、歯科健診を実施していますが、健診受診率は、経年的に 3 ～ 4 % から令和元年度は、1.8 % と低くなっています。

○ 歯科健診受診率の年次推移（40 歳、50 歳、60 歳、70 歳）



(資料：七尾市歯科健診集計)

② 対策

■ ライフステージに応じた歯科疾患の予防や知識の普及啓発の推進

むし歯や歯周病等の疾患を予防するため、ライフステージごとの特性を踏まえた歯科・口腔保健に関する正しい知識の普及啓発に努めます。

■ 定期的な歯科健診の推進

妊娠期から歯科疾患予防の重要性を理解し、定期的な歯科健診を受けることを推進します。

■ 施策推進のため関係機関との連携

歯科医師会、学校、地域等、関係機関と連携し、歯科・口腔の健康づくりを推進します。

③目標項目(評価)

目標項目(評価)	現状値	目標値	データソース
妊婦歯科健診の受診率の増加	37.7% (平成30年度)	増加傾向	母子保健事業報告書
3歳児でむし歯がない児の割合の増加	77.3% (平成30年度)	85%以上	母子保健事業報告書
子どもが磨いた後、仕上げ磨きをしている保護者の割合の増加(1歳6か月児)	68.1% (平成30年度)	増加傾向	石川県すこやか親子21(第2次)集計結果
学齢期のむし歯未治療者の割合の減少	小学生 28.2% 中学生 23.9% (令和元年度)	減少傾向	七尾市学校保健要覧
歯科健診の受診率の増加(40、50、60、70歳)	1.8% (令和元年度)	3.6%	七尾市歯科健診集計

(4) 飲酒

アルコールは、様々な健康障害の関連が指摘されています。国の健康日本 21 (第 2 次) では、生活習慣病のリスクを高める量として、1 日当たりの純アルコール摂取量は男性 40g 以上、女性 20g 以上の者と定義しています。本市では、男性では 1 日 2 合以上、女性では 1 日 1 合以上の飲酒をする者を生活習慣病のリスクを高める量としました。

①現状と課題

①生活習慣病のリスクを高める飲酒の割合は、男性は減少傾向

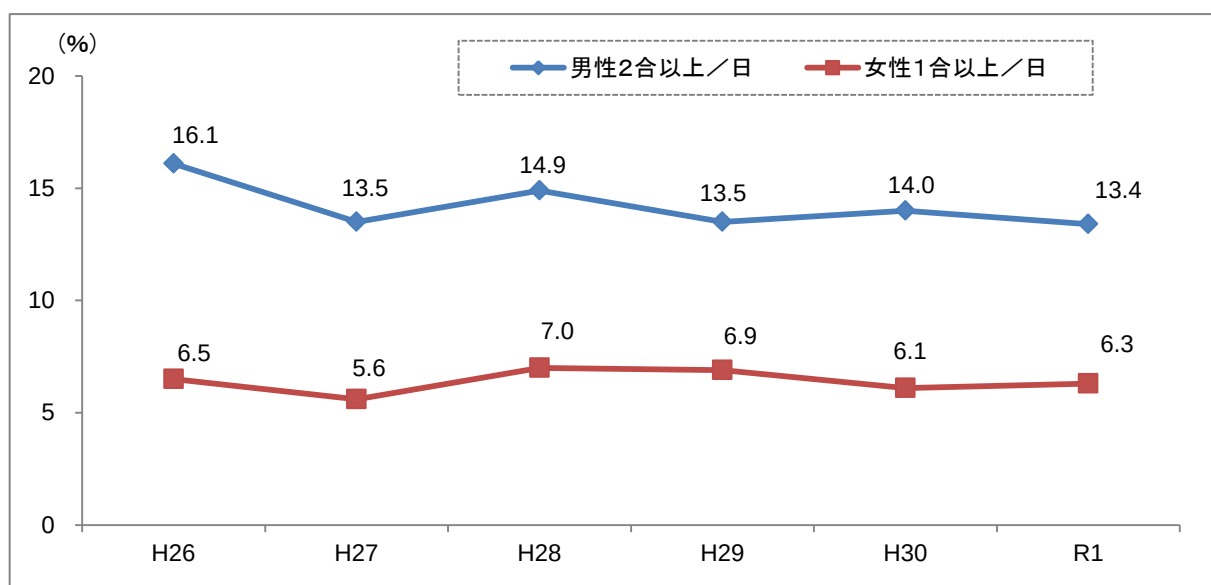
市国保特定健診受診者における飲酒習慣のある(毎日飲酒、時々飲酒)者の割合は、4 割でした。そのうち、1 日 2 合以上を飲酒する男性の割合は、令和元年度 13.4%で減少傾向です。女性では、1 日 1 合以上を飲酒する割合は、経年的に横ばいです。

○飲酒習慣の状況(令和元年度)(40～74 歳)

		人数	割合 (%)
飲酒習慣がある		1,535	41.1
〔再掲〕	毎日	896	24.0
	時々	639	17.1
ほとんど飲まない		2,204	58.9

(資料：七尾市特定健診)

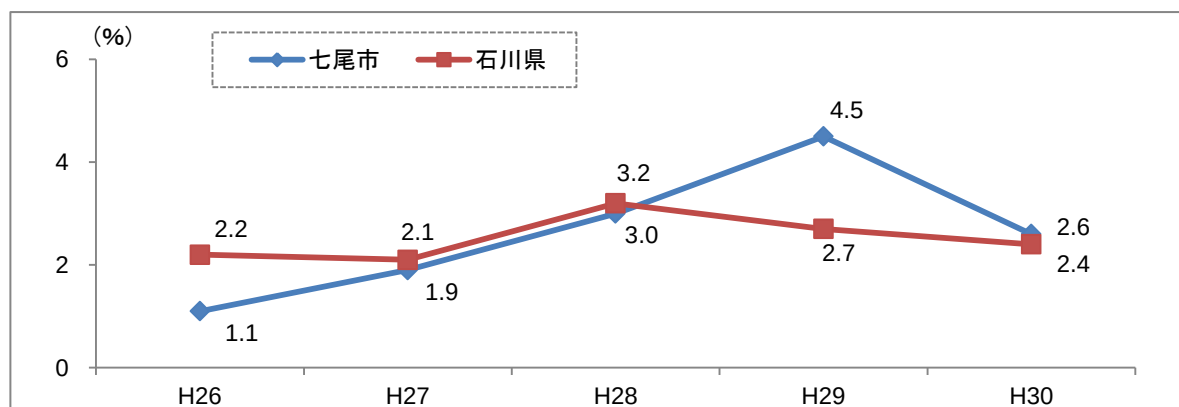
○飲酒の割合の年次推移(男性 2 合以上/日、女性 1 合以上/日：40～74 歳)



(資料：七尾市特定健診)

妊娠初期の飲酒率は、平成 30 年度において 2.6%であり、石川県の 2.4%より高い状況です。妊娠・授乳中の飲酒は、胎児・乳児への影響も大きいことから、妊婦・産婦の禁酒に向けての支援が必要です。また、未成年者の飲酒は、心身の発達や健康に影響を及ぼすため、未成年のうちから情報提供を行うことが重要です。

○妊娠中の飲酒割合の年次推移



(資料：石川県母子保健の主要指標)

②対策

■ライフステージに応じた正しい知識の普及啓発の推進

様々な機会を通じて、飲酒に伴うリスクについてや適正飲酒などの正しい普及啓発を図ります。

■関係機関と連携した取り組みの推進

未成年者の飲酒を防止するため、学校等の関係機関と連携し、飲酒に関する教育をすすめます。

③目標項目(評価)

目標項目 (評価)	現状値	目標値	データソース
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の減少 (1日当たりの純アルコール摂取量：男性 40g 以上、女性 20g 以上の者)	男性 2 合以上 13.4% 女性 1 合以上 6.3% (令和元年度)	男性 2 合以上 13.0% 女性 1 合以上 5.7%	七尾市特定健診 (質問票「飲酒日の1日あたりの飲酒量」(40～74歳))

(5) 喫煙

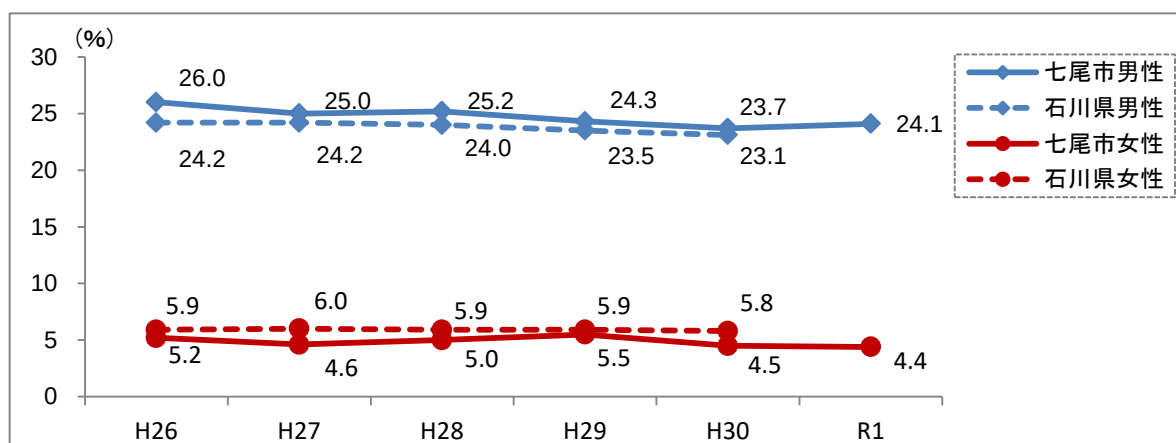
たばこによる健康被害は、科学的知見により因果関係が確立しており、がん、脳卒中、虚血性心疾患、慢性閉塞性肺疾患等や、妊娠期では流産、早産、低出生体重児等の原因になります。

①現状と課題

①喫煙率は減少傾向にあるものの、更なる喫煙率の減少が必要

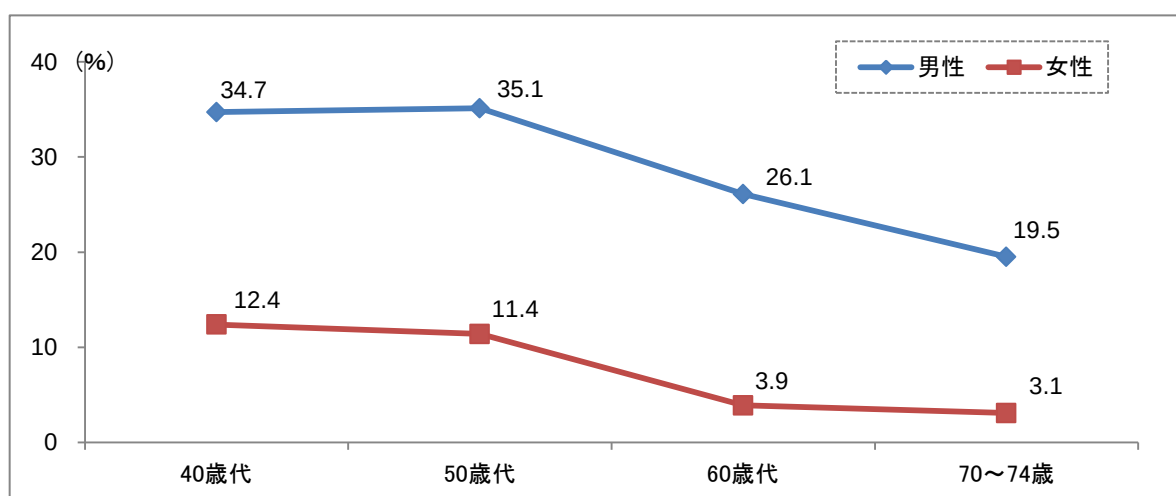
市国保特定健診受診者における男性（40～74 歳）の喫煙割合は、令和元年度 24.1%あり、やや減少傾向にあります。一方、女性の喫煙割合は、令和元年度 4.4%で、石川県より低く、経年的に横ばいです。年代別の喫煙割合をみると、男性では 40 歳、50 歳代が約 3 割となっています。

○喫煙率の年次推移（40～74 歳）



(資料：七尾市特定健診)

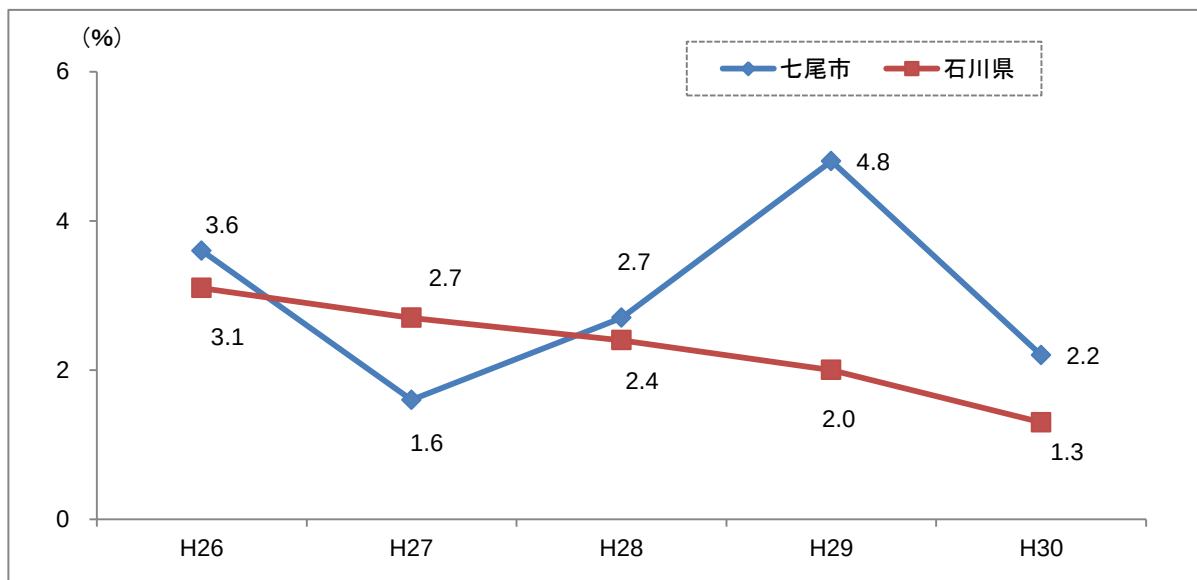
○年代別・男女別喫煙率（令和元年度）



(資料：七尾市特定健診)

妊娠初期の喫煙割合は、平成 30 年度 2.2%であり、石川県の 1.3%より高い状況です。喫煙は、胎児への影響が大きいことから、禁煙支援を推進していくことが重要です。

○妊娠中の喫煙の割合の年次推移（妊婦一般健康診査(1 回目)



(資料:石川県母子保健の主要指標)

②受動喫煙防止対策における環境整備

令和 2 年 4 月健康増進法の一部を改正する法律の施行により、受動喫煙の防止の観点から、受動喫煙対策が強化され、公共施設における受動喫煙防止対策の環境整備が進みました。本市の公共施設における、建物内禁煙実施率は 100%となっています。

②対策

■ライフステージに応じた正しい知識の普及啓発の推進

様々な機会を通じて、喫煙が健康に与える影響（肺がん、慢性閉塞性肺疾患等）について正しい知識を普及し、禁煙支援のための情報提供に努めます。

■関係機関と連携した取り組みの推進

未成年者の喫煙を防止するため、学校等の関係機関と連携し、喫煙に関する教育をすすめます。

③目標項目(評価)

目標項目 (評価)	現状値	目標値	データソース
成人の喫煙率の減少	男性 24.1% 女性 4.4% (令和元年度)	男性 21.7%以下 女性 4.1%以下	七尾市特定健診 (40～74歳)(質問票「現在、たばこを習慣的に吸っていますか」の質問で「はい」の人の割合)

Ⅳ 健康づくりのための環境整備

健康の保持増進は、個人だけでなく、社会全体で健康を支え、守るための環境を整備することも重要な施策です。

市民が健康に関心を持ち、健康づくりに取り組みやすい環境を整備し、地域社会全体が相互に支え合いながら、健康づくりに取り組む必要があります。

(1) 地域全体で支える健康づくり

①現状と課題

①健康づくりに関する地区活動の推進

現在、健康づくり推進員、食生活改善推進員、運動普及推進員からなる「七尾市健康まちづくり推進連絡会（総称：健康まちづくり推進員）」が組織されています。

市内15地区で健康づくりに関する基礎的な知識を身につけ、自分の健康のみならず地域住民の生活習慣病予防などの健康づくり活動を行っていますが少子高齢化に伴い、担い手が少なくなっている現状があります。

今後は、地域の実情に応じた地区活動を推進していく必要があります。

②関係機関等との連携

市民一人ひとりの主体的な健康づくりを支援していくためには、ライフステージに応じて、医療機関、保育園、学校、職域（企業）、地域、庁内関係課など関係機関、関係団体等との連携、情報共有が必要です。

②対策

■健康づくり等を支える人材確保・育成及び活動支援

- ・健康づくり活動に興味・関心を持てるような施策や推進員研修等を通じて人材確保と合わせ、地域で効果的な健康づくり活動ができるよう支援を行います。

■関係機関・関係団体との連携・協働による健康づくり等の推進

- ・健康づくり等の活動に興味・関心を持てるよう、研修会や情報提供を行い、関係機関、関係団体と連携、協働し、地域における健康づくりや介護予防の推進に努めます。

③目標項目(評価)

この分野については、既存のデータ等を活用した評価が困難であり、評価指標の設定は行いませんが、現在の保健事業を充実させ、効果的な推進を図ります。