

令和8年度第1回

龍ヶ崎市健康づくり推進協議会

と き：令和8年5月20日（水）
午後2時～3時30分

ところ：保健福祉棟2階

……… 次 第 ………

1 開 会

2 あいさつ

3 議 事

（1）龍ヶ崎市第3次健康増進・食育計画の評価報告書（案）について

4 閉 会

龍ヶ崎市第3次健康増進・食育計画 ～未来に続く健康づくり～【概要版】

◆龍ヶ崎市健康スポーツ部健康増進課

「龍ヶ崎市第3次健康増進・食育計画」とは？

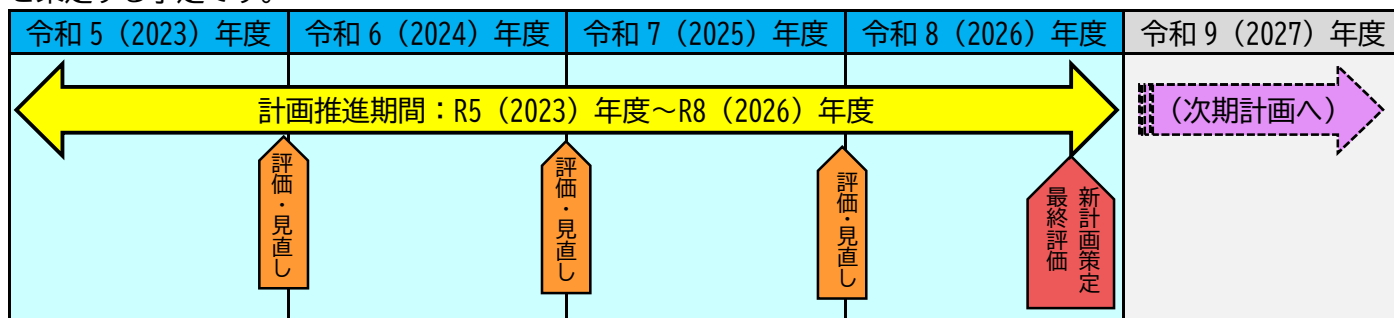
健康増進法第8条第2項に規定される「市町村健康増進計画」、並びに、食育基本法第18条第1項に規定される「市町村食育推進計画」に位置付けられる計画です。

国が定める「健康日本21（第2次）」や「食育推進基本計画（第4次）」、それらの地方計画として茨城県が策定している「健康いばらき21プラン（第3次）」の内容を基に、龍ヶ崎市の現状を踏まえて策定した「市民の健康づくりに関する市の基本方針」を示したものです。

<計画の推進期間と進捗管理>

本計画の推進期間は、令和5（2023）年度から令和8（2026）年度までの4年間です。

各年度の終了時に、目標達成に向けた事業の進捗状況等について評価・見直しを行いながら計画を推進します。4年目となる令和8年度には、最終的な評価を実施するとともに、令和9年度以降の方針をまとめた新たな計画を策定する予定です。



★龍ヶ崎市の課題は…？



◎ 課題解決に向けた目標や取り組みは



計画の全体目標

「健康寿命の延伸」と「生活習慣病発症者および重症者の減少」

元気に長生き！

そのためには…

病気に負けない
カラダづくり！

5つの『基本方針』に沿った取り組みを推進します！

基本方針 **1** 定期的な健康チェックの推進

(1) 健康管理

【重点目標】「健康診査受診率」の向上

＜具体的取り組みの例＞

- 個人通知・広報紙・HP・メール配信等を利用した健診案内の実施
- 健診未受診者への受診勧奨 …など

(2) 循環器疾患・糖尿病

【重点目標】「循環器疾患有病率」の低下 / 「糖尿病有病率」の低下 / 「メタボリックシンドローム予備軍・該当者の割合」の低下

＜具体的取り組みの例＞

- 生活習慣病の治療中断・未治療者に対し、医療機関受診勧奨や保健指導を実施
- 「糖尿病重症化予防連絡会議」の開催 …など

(3) がん

【重点目標】「がんによる死亡者の割合」の低下

＜具体的取り組みの例＞

- 未受診者への「受診勧奨通知」の送付
- 胃がん・乳がん・子宮頸がん・大腸がんの「検診無料クーポン事業」の実施 …など



基本方針 **2** 元気な身体づくりと心のケアの推進

(1) こころの健康

【重点目標】「気分障がいのある人（※1）の割合」の低下

＜具体的取り組みの例＞

- こころと身体の悩み等に関する相談支援体制の整備 …など

(2) 身体活動・運動

【重点目標】「日常生活の中で意識的にからだを動かしている人の割合」の向上

＜具体的取り組みの例＞

- 生活活動（＝労働・家事・通勤等）を活用した健康づくりに関する周知・啓発 …など

(3) 休養

【重点目標】「活動と休養のバランスがとれた生活を送ることができる人の割合」の向上

＜具体的取り組みの例＞

- 乳幼児健康診査や健康相談等における「睡眠に関する保健指導」の実施 …など

(4) 喫煙

【重点目標】「たばこが健康に及ぼす影響についての正しい知識を持つ人の割合」の向上 / 「受動喫煙」の減少

＜具体的取り組みの例＞

- 妊娠期における喫煙・受動喫煙に関する保健指導の実施
- COPD（慢性閉塞性肺疾患）についての周知・啓発 …など



基本方針 **3** 健康的な食生活の推進

(1) 栄養・食生活

【重点目標】「適正体重が維持できている人の割合」の向上 /
「規則正しい適切な食事ができている人の割合」の向上 /
「食に関する適切な知識を持つ人の割合」の向上

< 具体的取り組みの例 >

- 栄養バランスのとれた、個人にあった食事の摂り方についての情報提供
- 食育を窓口とした児童生徒の健康に関する知識の周知・啓発
- 「食品ロス」についての周知・啓発 …など

(2) 飲酒

【重点目標】「適正な飲酒量などについての正しい知識を持つ人の割合」の向上 / 「未成年の飲酒の危険性などについての正しい知識を持つ子どもの割合」の向上

< 具体的取り組みの例 >

- 妊娠中の飲酒のリスクについての保健指導の実施
- 特定保健指導における「1日の適量や休肝日の必要性」についての周知・啓発 …など



基本方針 **4** 健康を支え守るための社会環境の推進

(1) 健康づくりを目的としたネットワーク

【重点目標】「健康づくり活動に主体的に関わっている人（※2）の割合」の向上

< 具体的取り組みの例 >

- 健康づくりを目的としたボランティアの研修・育成支援
- 「がん予防推進員」の養成・研修会の開催 …など

(2) 健診を受診しやすい環境の整備

< 具体的取り組みの例 >

- 保健センター機能を有する新たな保健福祉施設の設置 …など



基本方針 **5** 歯科口腔の健康維持

(1) 歯科疾患

【重点目標】全ての世代における「歯科疾患の有病者の割合」の低下

< 具体的取り組みの例 >

- 妊婦歯科検診の実施・受診勧奨
- 保育所（園）・幼稚園における「歯みがき教室」の実施
- 歯周疾患検診の実施・受診勧奨 …など

(2) 口腔機能

【重点目標】「生涯にわたって自分の歯でおいしく食べられる人の割合」の向上

< 具体的取り組みの例 >

- 「6424 運動（※3）」および「8020 運動（※4）」の推進
- 「噛ミング 30（※5）」の普及・口腔機能維持についての情報提供 …など



※1：「長期間にわたり悲しみで過度に気持ちがふさぎ込む（うつ病）、喜びで過度に気持ちが高揚する（躁病）、またはその両方を示す感情的な障がい」を示す。

※2：「食育や運動指導などに携わっている人」を指す。

※3：「64 歳で 24 本以上の歯を保とう」「6424= “むし歯にしない” の語呂合わせ」の 2 つのスローガンを併せ持った茨城県独自の歯科保健運動。

※4：「80 歳で 20 本以上の歯を保とう」をスローガンとした歯科保健運動。20 本以上の歯があれば大抵のものが噛めるとされており、この運動の推進により、誰もが「生涯、自分の歯で噛める」ことを目指す。

※5：健康づくりや食育の視点から、「ひと口につき 30 回以上噛んで食べる」ことを目標とした歯科保健運動。

龍ヶ崎市第3次健康増進・食育計画

～ 未来に続く健康づくり ～

評価報告書（案）

令和8年3月

龍ヶ崎市

目 次

■令和7年度目標値達成状況（総括）	P 1
-------------------	-----

■基本方針1 定期的な健康チェックの推進

(1) 健康管理	P 2
(2) 循環器疾患・糖尿病	P 3～P 4
(3) がん	P 5～P 6

■基本方針2 元気な身体づくりとこころのケアの推進

(1) こころの健康	P 7～P 8
(2) 身体活動・運動	P 9～P10
(3) 休養	P11
(4) 喫煙	P12～P13

■基本方針3 健康的な食生活の推進

(1) 栄養・食生活	P14～P17
(2) 飲酒	P18

■基本方針4 健康を支え守るための社会環境の整備

(1) 健康づくりを目的としたネットワーク	P19
-----------------------	-----

■基本方針5 歯科口腔の健康維持

(1) 歯科疾患	P20～P22
(2) 口腔機能	P22

■令和 7 年度目標値達成状況(総括)

達成状況区分 基本方針 No. / 分野		(項目数)			
		A 達成	B 改善	C 悪化	★ 評価不能
1	健康管理	3	0	2	0
	循環器疾患・糖尿病	4	3	3	1
	がん	2	1	4	0
2	こころの健康	1	1	2	1
	身体活動・運動	1	2	2	1
	休養	0	1	2	0
	喫煙	0	2	4	0
3	栄養・食生活	4	3	1 0	0
	飲酒	3	2	0	1
4	健康づくりネットワーク	2	0	0	0
5	歯科疾患	6	4	3	0
	口腔機能	0	0	2	0
合 計 (割 合)		2 6 (31.3%)	1 9 (22.9%)	3 4 (41.0%)	4 (4.8%)

◆評価区分

A	目標値に達している	C	目標値に達しておらず、ベース値と比べて悪化している
B	目標値に達していないが、ベース値と比べて改善傾向にある	★	評価不能（事業の消滅／アンケート調査項目の変更等による） 国でデータを算出中のもの

■基本方針 1 定期的な健康チェックの推進

(1) 健康管理

★重点目標：「健康診査受診率」の向上

施策展開の方向	指標	ベース値	目標値 (R8)	実績値 (R7)	達成状況	成果と背景要因	所管課
健康診査を受けやすい環境の整備・受診勧奨	乳児家庭全戸訪問率	96.0% (R元/2019)	98.0%以上	99.2%	A	4 か月未満に面談できなかったケースについても、4 か月以降に全ての母子と面談しました。 今後も、産後の母子の健康状態を把握し、対象者に合わせた情報を提供し、個別支援を行います。	こども家庭センター
	3～4 か月児健康診査受診率	97.2% (R元/2019)	98.0%以上	98.6%	A	引き続き、未受診者へは、電話・訪問を実施していきます。	
	1 歳 6 か月児健康診査受診率	97.9% (R元/2019)	98.0%以上	97.3%	C	令和 7 年度は、転出者や外国籍の未受診者が多く、受診率はベース値より低くなりました。 未受診者へは訪問、電話、通知で勧奨しており、今後も、未受診者は園での様子等を確認していきます。	
	3 歳 5 か月児健康診査受診率	93.6% (R元/2019)	95.0%以上	99.7%	A	引き続き、未受診者へは電話、訪問で勧奨していきます。	
	特定健康診査受診率	32.3% (R元/2019)	35.0%	25.6%	C	申し込み方法としてLINEやコールセンターでの健診申し込みを始めていますが、健診受診率向上に繋がっていない状況です。 また、特定健康診査の受診率向上に向けて、令和 7 年度に健診料金自己負担金を改定し、令和 8 年度から新料金で健診を行うとともに、健診のスタート年齢である 40 歳・50 歳の無料健診も開始していきます。 今後も、新料金体制と特定健診の必要性を周知していくとともに、受診しやすい環境づくりに努めていきます。	健康増進課

*特定健康診査受診率の算出に当たっての分母は、令和 7 年度 1 年間を通じて国民健康保険被保険者だった方

(2) 循環器疾患・糖尿病

★重点目標：「循環器疾患有病率」の低下／「糖尿病有病率」の低下／「メタボリックシンドローム予備群・該当者の割合」の低下

施策展開の方向	指標	ベース値	目標値 (R8)	実績値 (R7)	達成状況	成果と背景要因	所管課
生活習慣病・メタボリックシンドロームの予防に関する周知・啓発	しょっぱいものを食べ過ぎると血圧が高くなりやすいことについて知っている児童生徒の割合	小学6年生：74.9% 中学3年生：91.1% (R3/2021)	小学6年生：75.0%以上 中学3年生：90.0%以上	小学6年生：81.2% 中学3年生：90.4%	A	栄養教諭等による専門的知識を生かした食に関する指導を行い、児童生徒の望ましい食生活習慣を形成、生活習慣病の予防に努めた結果です。令和7年度は、市内全校が食に関する授業を展開しました。	指導課
	3歳5か月児健診時の保護者の塩分チェックシート(※1)の点数	11.06点 (R元/2019)	9.6点	10.2点	B	引き続き、塩分チェックシートを基に、食生活についての聞き取りを行います。 前回値からの改善が認めない方については、より意識付けできるように、健康への影響も踏まえ、現実的に取り組みやすい減塩ポイントについて、実践につながるよう支援します。	こども家庭センター
	26週頃の妊婦健康診査の血糖値100mg/dl以上の割合(妊娠糖尿病の早期発見)	45.6% (R元/2019)	40.0%	40.5%	B	母子健康手帳交付の際に、妊娠糖尿病のリスクがある妊婦に対して、管理栄養士が栄養指導を実施し、妊娠糖尿病の予防に努めています。妊娠糖尿病は、糖尿病に移行するリスクがあるため、引き続き、栄養指導を行っていきます。	健康増進課
	糖尿病性腎症により新規に透析を導入される人数	19人 (R元/2019)	10人	10人	A	糖尿病のコントロール不良者が減少したと考えられます。引き続き、糖尿病の発症予防・重症化予防に向けた取り組みを行っていきます。	
	糖尿病有病者の割合(40～74歳)	9.0% (R元/2019)	減少	8.9%	B	特定健診の結果に応じた栄養指導・保健指導を保健師・栄養士が家庭訪問で実施し、食生活の改善が見られたと考えられます。 また、 糖尿病の境界域に値する検査値の方を対象に、生活習慣の改善に向けた講演会も実施しており 、引き続き、発症予防に向けた講演会等を実施していきます。	

施策展開の方向	指標	ベース値	目標値 (R8)	実績値 (R7)	達成状況	成果と背景要因	所管課
生活習慣病・メタボリックシンドロームの予防に関する周知・啓発	高血圧重症化予防対象者（Ⅱ度高血圧以上）の割合	4.2% (R 元/2019)	減少	5.0%	C	特定健診の結果で血圧Ⅱ度以上の方には、保健師・管理栄養士が訪問し保健指導を行っていますが、医療機関への受診には繋がっていない状況です。今後も受診に繋げるよう訪問だけでなく、電話等でも受診勧奨を行っていきます。	健康増進課
	糖尿病重症化予防対象者（HbA1c6.5%以上、治療中はHbA1c 7%以上）の割合	7.6% (R 元/2019)	減少	8.4%	C	ベース値より悪化しており、今後も、健診時の待ち時間を活用し、糖尿病の予防に係るビデオを流すなど、様々な場面を活用し、知識の熟成に努めていきます。	
	脂質異常症重症化予防対象者（LDL コレステロール 180 mg/dl 以上）の割合	4.7% (R 元/2019)	減少	3.2%	A	特定健診受診者で LDL（悪玉）コレステロール 180 mg/dl 以上の方には、地区担当の保健師・管理栄養士が訪問し保健指導しています。医療機関への受診勧奨や生活習慣の改善のポイントについて指導を行ったことが対象者の割合の減少に繋がったと考えられます。引き続き、健診結果に基づき階層化を行い、訪問・電話等での受診勧奨を行っていきます。	
	メタボリックシンドローム予備群・該当者の割合	予備群： 8.8% 該当者：16.5% (R 元/2019)	予備群： 8.0% 該当者：15.0%	予備群：9.3% 該当者：20.4%	C	特に、男性のメタボリックシンドローム該当者で高血糖・高血圧・脂質異常すべての項目に該当する方は増加しています。 今後も、検査値がコントロールできるよう医療機関への受診勧奨や生活習慣の改善のポイントの指導を行っていきます。	
	特定保健指導対象者の割合	12.7% (R 元/2019)	減少	11.9%	A	特定保健指導マニュアルを毎年度見直し、随時、取り組みを検討しながら保健師・管理栄養士が連携して保健指導を実施しています。それにより食事、運動など生活習慣が全体的に改善され、減少に繋がりました。	
	特定保健指導実施率	61.0% (R 元/2019)	60.0%	30.3% (令和 8 年 3 月)	☆	現在、速報値のため評価できず。	

※1：あてはまる項目を選び、合計点によりおおその塩分摂取量がわかるもの。厚生労働省（日本人の食事摂取基準 2020 年版）による 1 日の塩分摂取量の目標値は、男性 7.5 g 未満、女性 6.5 g 未満。

(3) がん

★重点目標：「がんによる死亡者の割合」低下

施策展開の方向	指標	ベース値	目標値 (R8)	実績値 (R7)	達成状況	成果と背景要因	所管課
がん検診受診率および要精密検査受診率の向上	胃がん検診受診率	10.7% (R元/2019)	13.7%	8.1% (国保被保険者の 50 歳から 69 歳までの方)	C	胃がん検診は、茨城県の実施指針に基づき 50 歳から 69 歳までに絞って受診率を算出していますが、国民健康保険被保険者の受診者が減少したことで受診率が下がっています。令和 8 年度から受診率を上げるため、50 歳の方を無料としていくとともに、胃がん検診の必要性の周知に合わせて無料となる方の年齢についても積極的に周知していきます。	健康増進課
	肺がん検診受診率	17.0% (R元/2019)	20.0%	29.1% (国保被保険者の 40 歳から 69 歳までの方)	A	肺がん検診は、平成 14 年度から無料検診として実施しており、目標値の達成に繋がったと考えられます。一方、令和 8 年度より自己負担金を一部徴収することから、引き続き、検診の必要性について、個人通知等を活用し周知・啓発に努めていきます。	
	大腸がん検診受診率	11.7% (R元/2019)	14.7%	23.7% (国保被保険者の 40 歳から 69 歳までの方)	A	大腸がん検診は、令和 7 年度に未受診者勧奨通知を秋に発送したため、目標値達成に繋がったと考えられます。	
	乳がん検診受診率	16.4% (R元/2019)	19.4%	10.0% (国保被保険者の 40 歳から 69 歳までの方)	C	乳がん検診と子宮頸がん検診は、国民健康保険被保険者の受診者が減少したことが要因の一つと考えています。令和 8 年度より乳がん検診における無料対象年齢に新たに 50 歳を追加していくなど、受診率向上に努めていきます。	
	子宮頸がん検診受診率	17.4% (R元/2019)	20.4%	17.4% (国保被保険者の 20 歳から 69 歳までの方)	B	さらに、多くの受診者を受け入れている医療機関と情報共有し、受診勧奨を強化できるよう関係機関の連携強化に強めていきます。	

*がん検診受診率の算出にあたっての分母は、令和 7 年 3 月 31 日現在の国民健康保険被保険者

施策展開の方向	指標	ベース値	目標値 (R8)	実績値 (R7)	達成状況	成果と背景要因	所管課
がん検診受診率および要精密検査受診率の向上	要精密検査受診率	胃がん：83.3% 肺がん：92.6% 大腸がん：82.7% 乳がん：91.8% 子宮頸がん：85.1% (R 元/2019)	胃がん：86.3% 肺がん：95.6% 大腸がん：85.7% 乳がん：94.8% 子宮頸がん：88.1%	胃がん：57.1% (国保被保険者 75.0%) 肺がん：74.5% (国保被保険者 40.0%) 大腸がん：64.7% (国保被保険者 57.4%) 乳がん：80.0% (国保被保険者 83.3%) 子宮頸がん：60.4% (国保被保険者 40.0%)	C	がん検診精密検査の受診率ががん検診の種類により乖離している実態があり、積極的に受診勧奨を実施できていないことが要因と考えられます。 今後は、電話による受診勧奨だけでなく、ハガキによる再勧奨を行うなど、積極的な受診勧奨に努めていきます。	健康増進課
	「標準化死亡比」 (悪性新生物)	男性 0.97 女性 0.99 (2012～2016)	現状維持	男性 1.03 女性 1.05 (2019～2023)	C	ベース値よりも悪くなっている要因として、がん検診の精密検査の受診率悪化も要因の一つと考えます。 検診後の精密検査は、必ず受けるよう、引き続き指導していきます。	

■基本方針2 元気な身体づくりとこころのケアの推進

(1) こころの健康

★重点目標：「気分障がいのある人の割合」の低下

施策展開の方向	指標	ベース値	目標値 (R8)	実績値 (R7)	達成状況	成果と背景要因	所管課
こころと身体の悩みの相談体制の充実	エジンバラ産後うつ病質問票で9点以上だった割合	6.1% (R元/2019)	5.0%	6.0%	B	医療機関と連携しながら、支援が必要な方には、早期に赤ちゃん訪問を行い、産後うつの予防に努めました。産後うつの原因として、精神疾患の既往がある方や家族のサポートが受けられない方もおり、不安を感じる方もいるため、安心して子育てができるよう支援していきます。	こども家庭センター
	困った時に相談できる人がいない割合	小学6年生： 6.5% 中学3年生： 6.3% (R3/2021)	小学6年生： 4.0% 中学3年生： 4.0%	小学6年生：3.8% 中学3年生：5.5%	A	匿名報告・相談アプリの導入、国や県のSNS相談窓口の周知の徹底、市立小中学校へのスクールカウンセラーや相談員の配置、市立中学校における校内フリースクールの設置など、児童生徒が実態に応じて相談のスタイルを選択できるよう手立てを講じてきた結果であると考えます。 今後、より一層、校内の相談体制を整え、不安や悩みの早期発見・早期対応に努めます。	指導課
	悩みや不安を感じたときに、相談できる人がいない割合	18.3% (R3/2021)	減少	21.5%	C	悩みや不安を感じたときに、相談できる人がいない割合が増加しています。特に性別では男性、世代別では80歳代がベース値より増加しています。また、悩みを相談できる身近な相手としてあげられることが多い、配偶者・親・きょうだい・子どもに相談する人の割合も減少しています。今後、気軽に相談できる機関の紹介や周知に努めていきます。	健康増進課

施策展開の方向	指標	ベース値	目標値 (R8)	実績値 (R7)	達成 状況	成果と背景要因	所管課
こころと身体の悩 みの相談体制の充 実	最近 1 か月の間に、ス トレスやイライラを感 じたことがある人の割 合	66.0% (R3/2021)	60.0%	66.2%	C	「最近 1 か月の間に、ストレスやイライラを感じたことがある」方が、ベース値よりやや増加しています。また、アンケート調査結果では、健康状態がよくない人ほどストレスを感じている傾向が見られました。 今後も、こころや身体の不安について、気軽に相談できる機関の紹介や周知に努めていきます。	健康増進課
	気分〔感情〕障がい (躁うつ病を含む) の 受療率	47.0 (人口 10 万対) (R3/2021)	モニタリング	算出中	☆	国が算出中のため、引き続きモニタリング	

(2) 身体活動・運動

★重点目標：「日常生活の中で意識的にからだを動かしている人の割合」の向上

施策展開の方向	指標	ベース値	目標値 (R8)	実績値 (R7)	達成状況	成果と背景要因	所管課
スポーツ・運動を通じた健康づくりの推進	学校の授業以外にスポーツや趣味などで60分以上体を動かす児童生徒の割合(週2回以上)	小学6年生：60.2% 中学3年生：56.1% (R3/2021)	小学6年生：60.0%以上 中学3年生：60.0%以上	小学6年生：58.4% 中学3年生：59.3%	C	各校の実態や課題に応じた「体力アップ推進プラン・体力アップ1校1プラン」を策定・実施しました。特に小学校において業間休みや昼休みの「外遊び」を推奨し、学校の特色を活かした主体的な運動習慣の形成を図りました。 また、部活動の地域展開により、多様な興味・関心に応じた運動機会の確保に努めています。	指導課
	日常生活において1日あたり7,000歩以上歩いている人の割合	【20～64歳】 男性：35.8% 女性：28.8% 【65歳以上】 男性：30.9% 女性：26.8% (R3/2021)	【20～64歳】 男性：40.0% 女性：35.0% 【65歳以上】 男性：35.0% 女性：30.0%	【20～64歳】 男性：28.1% 女性：27.2% 【65歳以上】 男性：23.5% 女性：10.9%	C	男女とも7,000歩以上歩いている人の割合はベース値より低下しています。また、アンケート調査でも、64歳以下で1日8,000歩以上歩いている人は、20.6%と2割程度にとどまり、65歳以上でも1日6,000歩以上歩いている人は27.8%と3割弱にとどまっています。 一方、健康マイレージ登録者は、年々増加しており、登録者の57%が65歳以上の高齢者となっており、ウォーキング人口としては、65歳以上が多くを占めています。 今後は、健康マイレージの登録普及をはじめ、20歳から64歳の市民が、時間を見つけて歩数を増やすことができるよう、ウォーキング効果と効率的に歩数を増やす方法について、保健指導や講座などの場を活用して啓発していきます。	健康増進課

施策展開の方向	指標	ベース値	目標値 (R8)	実績値 (R7)	達成状況	成果と背景要因	所管課
スポーツ・運動を通じた健康づくりの推進	1 回 30 分以上の運動を週 2 回以上実施し、1 年以上継続している人の割合	【20～64 歳】 男性：21.3% 女性：18.1% 【65 歳以上】 男性：41.5% 女性：34.5% (R3/2021)	【20～64 歳】 男性：30.0% 女性：25.0% 【65 歳以上】 男性：50.0% 女性：45.0%	【20～64 歳】 男性：35.0% 女性：23.6% 【65 歳以上】 男性：48.7% 女性：45.5%	B	男女とも運動習慣の定着化には年齢や性別によって違いがあり、1 年以上継続している人の割合は、20 歳～64 歳の男性では増加していますが、65 歳以上の女性では横ばい傾向にあります。 引き続き、気軽に参加できる教室の紹介をまいん健康サポートセンターにおける取組及び、RINK（龍ヶ崎市多世代交流センター）と連携を図りながら、運動に関する事業の推進に努めていきます。	健康増進課
	まいん「健康」サポートセンター施設利用登録者数	300 人 (R 元/2019)	600 人	682 人	A	広報紙等による周知や口コミによって利用者が増加してきています。 利用者の多くを占める高齢者が無理なく続けられる多彩なプログラムなどが達成の要因の一つと考えられます。引き続き、利用登録者の増加に向けて事業の充実に努めていきます。	
	健康マイレージ登録者数	1,822 人 (R 元/2019)	4,200 人	3,814 人 (うち 2,175 人 57%が 65 歳以上)	B	市民の健康意識の向上とともに、登録者が年々、増加してきています。 令和 8 年度よりポイント配分を見直した新たなポイント制度がスタートしているため、それらの周知に努めていきます。	
生活活動を活用した健康づくりの推進	生活活動（通勤、買い物、掃除等）の中で、運動量を高める工夫をしている人の割合	—	70.0%	43.0	☆	ベース値はとれていませんが、目標値に達成していないため、引き続き、生活活動（通勤、買い物、掃除等）等を身近な環境を利用して、運動量を増やしていく方法について、出前講座や保健指導を利用し、周知していきます。	

(3) 休養

★重点目標：「活動と休養のバランスがとれた生活を送ることができる人の割合」の向上

施策展開の方向	指標	ベース値	目標値 (R8)	実績値 (R7)	達成状況	成果と背景要因	所管課
休養に関する知識の普及・啓発	よく眠れている児童生徒の割合	小学6年生： 84.4% 中学3年生： 76.8% (R3/2021)	小学6年生： 85.0% 中学3年生： 80.0%	小学6年生： 87.4% 中学3年生： 77.2%	B	各学校において「早寝、早起き、朝ごはん」の習慣づくりに係る教育を推進しました。 睡眠や休養については、保健だより等で健康的な睡眠時間について考える機会を提供しました。	指導課
	LINE・Facebook・Twitter・Instagramなど※1のSNS利用や動画配信（YouTubeなど）視聴、ゲームなどを平日に1日2時間以上行う児童生徒の割合	小学6年生： 39.5% 中学3年生： 50.1% (R3/2021)	小学6年生： 現状維持 中学3年生： 現状維持	小学6年生： 56.0% 中学3年生： 69.9%	C	各学校においては、児童生徒の発達段階に応じた情報モラル教育の充実に取り組んでいます。 具体的には、学級活動の時間を中心に、SNSの適切な利用方法や情報の取扱いに関する指導を計画的に実施しています。 また、SNS上で発生しやすいトラブルの未然防止を図るため、警察庁等が作成したチラシや動画教材を活用し、具体的な事例を通じた指導を行っています。	
	現在の睡眠に満足している人の割合	24.9% (R3/2021)	30.0%	19.1%	C	睡眠に関する講演会の開催や健康相談、特定保健指導時に良い眠りにするための保健指導を実施しましたが、睡眠に満足している割合は低下しています。 特に、20歳代～50歳代の就労、子育て世代で割合が低く、講演会や特定保健指導・健康相談などの場を利用し、引き続き、世代に応じた働きかけをしていきます。	健康増進課

※1にXを追加すべきところですが、次期計画策定時に追加予定となっております。

(4) 喫煙

★重点目標：「受動喫煙」の減少／「たばこが健康に及ぼす影響についての正しい知識を持つ人の割合」の向上

施策展開の方向	指標	ベース値	目標値（R8）	実績値（R7）	達成状況	成果と背景要因	所管課
喫煙・受動喫煙の害についての周知・啓発	妊娠中にたばこを吸っていた人の割合	1.1% (R 元/2019)	0%	0.3%	B	母子健康手帳交付時に、喫煙が赤ちゃんに与える影響について、説明しています。妊娠を機に禁煙される方がいる一方、禁煙したい気持ちはあるがなかなか禁煙できず悩んでいる方もおり、目標に届かない状況です。今後も禁煙に向けて、対応策等について指導していきます。	こども家庭センター
	乳児のいる家庭で、父母がたばこを吸っている割合	父：40.9% 母：4.4% (R 元/2019)	父：30.0% 母：2.0%	父：32.5% 母：4.9%	C	妊娠期の教室や出産後の訪問時にも喫煙の影響について、周知を行っていますが、目標には届かない状況です。妊娠中はや辞めていても、産後に再開してしまうケースが多く見受けられるため、引き続き産後の再喫煙防止についての支援を検討していきます。	
	たばこの害について知っている児童生徒の割合（がん／心疾患／歯周病等）	【小学 6 年生】 がん：91.3% 心疾患：71.7% 歯周病：56.7% 副流煙：87.2% 赤ちゃんへの影響：94.3% (R3/2021)	【小学 6 年生】 がん：95.0% 心疾患：80.0% 歯周病：60.0% 副流煙：90.0% 赤ちゃんへの影響：現状維持	【小学 6 年生】 がん：95.4% 心疾患：80.5% 歯周病：55.9% 副流煙：87.1% 赤ちゃんへの影響：97.0%	B	学習指導要領に基づき、保健体育の保健分野において喫煙の害について授業を実施しました。 飲酒・喫煙を含めた薬物乱用防止に係る指導は、全小中学校において実施するよう指導しました。 専門性の高い外部講師を招き、各校で講演を実施しました。	
		【中学 3 年生】 がん：99.3% 心疾患：88.9% 歯周病：83.2% 副流煙：98.1% 赤ちゃんへの影響：99.1% (R3/2021)	【中学 3 年生】 がん：現状維持 心疾患：90.0% 歯周病：85.0% 副流煙：現状維持 赤ちゃんへの影響：現状維持	【中学 3 年生】 がん：98.3% 心疾患：90.9% 歯周病：83.6% 副流煙：97.5% 赤ちゃんへの影響：98.6%	C		指導課

施策展開の方向	指標	ベース値	目標値 (R8)	実績値 (R7)	達成状況	成果と背景要因	所管課
たばこをやめたい人およびその家族への支援	喫煙率	男性：19.3% 女性：7.4% (R3/2021)	男性：15.0% 女性：5.0%	男性：19.7% 女性：5.8%	C	男性は、ベース値より喫煙率が上がっており、女性はベース値より喫煙率が低くなっていますが、どちらも目標が達成できていません。引き続き、健診時の保健指導等を活用し、禁煙指導を行っていきます。	健康増進課
COPD についての周知・啓発	COPD※1の認知度	36.9% (R3/2021)	50.0%	34.8%	C	COPD 対策は、認知度を上げることで早期発見・早期介入に結び付き、健康寿命の延伸や死亡数の減少に寄与します。 現在の保健指導時における喫煙者に対する指導だけでは、一部のみの周知に留まってしまうため、数値が伸び悩んだと考えられます。 今後は、イベントなども活用し、広く市民に周知していきます。	

※1 COPD:慢性閉塞性肺疾患

■基本方針3 健康的な食生活の推進

(1) 栄養・食生活

★重点目標：「適正体重が維持できている人の割合」の向上／
「規則正しい適切な食事ができている人の割合」の向上／
「食に関する適切な知識を持つ人の割合」の向上

施策展開の方向	指標	ベース値	目標値 (R8)	実績値 (R7)	達成状況	成果と背景要因	所管課
生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進	全出生数中の低体重児の割合 (2,500g未満)	8.2% (R元/2019)	8.0%	9.9%	C	妊娠前からの偏った食生活が妊娠中も継続されていることにより、赤ちゃんへ十分に栄養が届かない状況になったり、体重の増えすぎや塩分の取りすぎから妊娠高血圧症候群になり、低体重児の出生につながっているのではないかと考えられます。今後も、母子健康手帳交付時に管理栄養士による栄養指導を行っていきます。	こども家庭センター
	身体測定結果において肥満である児童生徒の割合	児童：8.3% 生徒：11.3% (R元/2019)	児童：7.5% 生徒：10.5%	児童：10.6% 生徒：14.4%	C	体位測定や健康診断の集計結果などを参考に生活習慣の指導の充実を図り、自らの健康について考える意識付けを計画的に行うよう指導しました。また、健康診断の結果や学校保健委員会における医療従事者からの助言など、健康に関する情報を児童生徒及び保護者に積極的に提供し、家庭における生活改善を通じて、肥満予防の啓発を図りました。	指導課
	20歳～60歳代男性の肥満の割合	37.2% (R3/2021)	36.0%	37.0%	B	肥満者の割合は減少しておらず、特に40歳代と50歳代の肥満者の割合が増加しています。また、肥満者の割合と運動習慣の関係を見ていくと、肥満の方は運動習慣がない方が多い状況です。今後は、39歳以下の生活習慣病健診受診者に対する保健指導の充実に努めていきます。	健康増進課

施策展開の方向	指標	ベース値	目標値 (R8)	実績値 (R7)	達成状況	成果と背景要因	所管課
生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進	40 歳～60 歳代女性の肥満の割合	20.7% (R3/2021)	19.5%	21.9%	C	ベース値と比較すると 40 歳代・50 歳代は減少し、60 歳代が増加していることで、40 歳から 60 歳の女性の肥満割合が全体的に増加しています。今後は、40 歳代や 50 歳代の肥満予防に向けて、健診や講演会の場を活用し周知していきます。	健康増進課
	20 歳代女性のやせの割合 (BMI 18.5 未満)	14.8% (R3/2021)	14.0%	20.8%	C	20 歳代が 1 日 3 食食べている割合が少ない状況です。今後も母子健康手帳の交付時等を利用して、適正な体重管理や、やせの予防に向けて食事指導を行っていきます。	
	65 歳～74 歳の BMI ≤ 20 の割合	18.8% (R 元/2019)	17.5%	21.1%	C	ベース値と比較すると、BMI20 以下の割合が増えています。高齢者の体重減少は、筋力低下に繋がり転倒の危険も高まることから、今後も出前講座を利用し、高齢者の食事の摂り方のポイントについて指導していきます。	
	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を 1 日 2 回以上している人の割合	73.4% (R3/2021)	75.0%	70.3%	C	ベース値と比較すると 30 歳代～50 歳代の割合が減っており、働き世代の食生活改善が課題となっています。バランスのとれた食生活は家族ぐるみで取り組むことが必要であり、今後は、全世代の食生活改善に向けて、健診や健康相談の場を活用し、周知を行っていきます。	
	野菜を毎食食べている人の割合	69.9% (R3/2021)	73.0%	69.0%	B	ベース値と比較して、野菜を毎食食べている人の割合は、低下しています。特に働き世代に低下が見られているため、家族ぐるみで取り組むことができるよう、全世代の食生活改善に向けて、健診や健康相談の場を活用し、周知を行っていきます。	

施策展開の方向	指標	ベース値	目標値 (R8)	実績値 (R7)	達成状況	成果と背景要因	所管課
生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進	離乳食教室(5～6 か月)の参加率	30.2% (R3/2021)	33.0%	41.3%	A	3～4 か月児健診時において教室の勧奨を積極的に行ったこと、また健診時に実施している集団講話とのつながりもあり、参加率の上昇につながったと考えられます。今後は、より必要とされる情報を取り入れ、魅力のある教室の運営を行っていきます。	こども家庭センター
	毎日朝食を食べていると答えた児童生徒の割合	小学生：94.0% 中学生：90.4% (R元/2019)	小学生：95.0% 中学生：95.0%	小学生：91.8% 中学生：90.1%	C	各学校において「早寝、早起き、朝ごはん」の習慣づくりに係る教育を推進しました。市内栄養教諭が各校を巡回し、1年生の「好き嫌いなく食べる大切さ」から6年生の「生活習慣病予防」、中学生向けの「必要な栄養素」まで、食育指導を丁寧に行いました。	指導課
	朝食を欠食する人の割合 (20歳代)	男性：41.7% 女性：39.3% (R3/2021)	男性：40.0% 女性：35.0%	男性：44.4% 女性：42.3%	C	20歳代は「おなかですいていない」、「いつも食べていない」などの理由で食べていない人が多く、ベース値より低くなっています。これは、欠食の習慣化が考えられるため、乳幼児健診に来所する保護者に対して、欠食による健康絵の影響などについて周知していきます。	健康増進課
	朝食を欠食する人の割合 (30歳代)	男性：25.0% 女性：17.8% (R3/2021)	男性：23.0% 女性：16.0%	男性：26.3% 女性：33.3%	C		
持続可能な食を支える食育の推進	食育についての取り組みを実施した認定こども園・幼稚園および保育所(園)の数	18 施設 (R元/2019)	18 施設	23 施設	A	各保育施設等への協力を仰ぐことで、すべての保育施設等において、食育に関する取り組みを実施することができました。	保育課
	11月の「茨城を食べようweek」にて学校給食における地場産物を使用する割合(※2)	68.8% (R3/2021)	70.0%	74.6%	A	献立作成時における工夫に加え、秋期の天候が安定しており、農産物への影響が少ない中で、予定どおり納品されたことで、割合が増えたと考えられます。	給食センター

※2：当該週に給食で使用了食材の全品目のうち、茨城県産および龍ヶ崎市産の品目の割合

施策展開の方向	指標	ベース値	目標値 (R8)	実績値 (R7)	達成状況	成果と背景要因	所管課
持続可能な食を支える食育の推進	食育について関心を持っている人の割合	73.3% (R3/2021)	75.0%	74.4%	B	目標値に達してはいませんが、前回より関心を持っている割合の方が増えています。引き続き、全世代への食育活動に努めていきます。	健康増進課
	食品ロス削減のために何らかの行動をしている人の割合	—	60.0%	93.8%	A	家庭で発生する食品ロスの排出実態や発生原因などを把握するため、10月に「食品ロス削減推進モニター調査」を実施しました。調査により得られた結果については、食品ロス削減の意識高揚を図る施策に反映していきます。 また、11月にはいばらきフードロス削減プロジェクトと連動し、イベントや窓口等で食品ロス削減啓発チラシを配布するほか、市内飲食事業者に対して、「3010運動」、「茨城県フードロス取組宣言の募集」、「いばらき食べきり協力店募集」に関する周知を行いました。 目標を大きく上回った主な要因としては、継続して飲食事業者と連携し、食品ロスに関する周知ポップの掲示を行い食品ロスの普及啓発に努めているほか、食品ロスモニター調査を実施することで、食品ロスへ関心を持っていた市民の行動が具体化したことなどが要因と考えられます。	廃棄物対策課
	「地産地消」を知っていると回答した児童生徒の割合	小学6年生： 78.7% 中学3年生： 91.6% (R3/2021)	小学6年生： 80.0% 中学3年生： 95.0%	小学6年生： 78.1% 中学3年生： 81.8%	C	地産地消については、社会科や家庭科の学習で大切さを学びました。給食委員会の児童生徒を中心に、給食センターから出される献立表を活用しながら、地産地消に興味をもたせる活動に取り組みました。 また、市の事業である「いばつごはんの日」には、栄養教諭が作成した動画を視聴し、地産地消についての知識が深められるよう指導助言しました。	指導課

(2) 飲酒

★重点目標：「適正な飲酒量などについての正しい知識を持つ人の割合」の向上／
「未成年の飲酒の危険性などについての正しい知識を持つ子どもの割合」の向上

施策展開の方向	指標		ベース値	目標値 (R8)	実績値 (R7)	達成状況	成果と背景要因	所管課
妊娠中の飲酒のリスクについての周知・啓発	妊娠中に飲酒している人の割合		0% (R 元/2019)	0%	0%	A	母子健康手帳交付時に、飲酒による赤ちゃんへの影響を説明しています。その効果もあり、目標を達成することができました。引き続き、保健指導を行っていきます。	こども家庭センター
未成年の飲酒のリスクについての周知・啓発	飲酒の害を知っている児童生徒の割合	急性アルコール中毒について	小学6年生：79.8% 中学3年生：97.3% (R3/2021)	小学6年生：85.0% 中学3年生：95.0%以上	小学6年生：86.4% 中学3年生：98.1%	A	飲酒・喫煙を含めた薬物乱用防止に係る指導は、全小中学校において実施するよう指導しました。 専門性の高い外部講師を招き、各校校で講演を実施しました。	指導課
		アルコール依存症について	小学6年生：83.5% 中学3年生：97.8% (R3/2021)	小学6年生：85.0% 中学3年生：95.0%以上	小学6年生：92.1% 中学3年生：97.3%	A		
		生活習慣病について	小学6年生：70.7% 中学3年生：90.7% (R3/2021)	小学6年生：85.0% 中学3年生：95.0%	小学6年生：76.6% 中学3年生：95.7%	B	小学校においては、生活習慣病の主な種類を知り、健康に良い生活習慣を身に付けることの大切さについて学習しました。 中学校では、病気にかかりにくい健康習慣について考えたり、健康診断の大切さについて学習しました。	
身体に負担をかけない飲酒の周知・啓発	週3日以上かつ1日3合以上飲酒している人の割合		男性：5.7% 女性：4.2% (R3/2021)	男性：5.0% 女性：4.0%	男性：5.8% 女性：0.8%	B	ベース値と比較すると、男性はほぼ横ばいですが、女性は、週3日以上かつ3合以上飲酒している人の割合が大きく減っています。引き続き、飲酒による健康被害等について健診や保健指導の場面を活用し、周知していきます。	健康増進課
	飲酒の適量を知っている人の割合		34.3% (R3/2021)	35.0%	—	☆	適量飲酒という指標は、令和6年2月に国が見直し、「適量飲酒」から「生活習慣病にかかるリスクを抑制する1日純アルコール量」に指標を改めたため、今後はモニタリングとし、次期計画で指標を見直します。	

■基本方針4 健康を支え守るための社会環境の整備

(1) 健康づくりを目的としたネットワーク

★重点目標：「健康づくり活動に主体的に関わっている人の割合」の向上

施策展開の方向	指標	ベース値	目標値 (R8)	実績値 (R7)	達成状況	成果と背景要因	所管課
ボランティアの育成・地域活動の推進	健康づくりを目的とした活動に関わっている市民の割合	—	5.0%	12.9%	A	健康づくりに関心の高い市民は多くなっています。しかし、ボランティア活動に参加するとなると、本市においても健康づくり推進員 34 名のうち 85.3%の方が高齢者となっており、活動をしている方の高齢化が進んでいます。引き続き、若い世代にもボランティア活動に関心を持ってもらえるよう、情報発信を始め、関係機関と連携しながら若い世代に参画してもらえるよう努めていきます。	健康増進課
	がん予防推進員数	39 人 (R3/2021)	42 人	45 人	A	健康づくりに多くの市民が参画してくれたことで、目標が達成できたと考えられます。一方、がん予防推進員 45 名のうち 80%の方が高齢者となっており、無理なく続けられるボランティア活動に向けて、若い世代のニーズにも耳を傾けながら、参画しやすい環境づくりに向けて、関係機関と連携を強化していきます。	

■基本方針5 歯科口腔の健康維持

(1) 歯科疾患

★重点目標：全ての世代における「歯科疾患の有病者の割合」の低下

施策展開の方向	指標	ベース値	目標値 (R8)	実績値 (R7)	達成状況	成果と背景要因	所管課
妊娠期の歯科検診の受診勧奨	妊娠中に歯科検診を受けたことがある産婦の割合	44.7% (R元/2019)	50.0%	55.8%	A	プレママ教室や、令和7年度より、妊娠8か月の面談時に受診勧奨を行いました。	こども家庭センター
乳幼児・児童生徒のむし歯予防の推進	2歳6か月児歯科医療機関健診受診率	64.1% (R2/2020)	78.0%	69.9%	B	未受診者に対しては、有効期限1か月前に電話にて勧奨しています。外国籍の未受診者が多く受診率は、目標値より低くなりました。	
	むし歯のない3歳児の割合	90.5% (R元/2019)	90.0%以上	92.6%	A	健診の継続的实施により、むし歯のない3歳児が増加していると考えられます。	
	不正咬合のある3歳児の割合	11.4% (R元/2019)	10.0%	11.1%	B	加工食品や軟食の広がりにより、咀嚼回数が少なくなり、不正咬合が増加したと考えられます。	
	フッ素塗布を受けたことがある3歳児の割合	95.7% (R元/2019)	95.0%以上	84.8%	C	集団検診でフッ素塗布を受けている3歳児は84.8%まで上がってきていますが、目標値は達成できていません。これは、 約1割の方がかかりつけ医でフッ素塗布を受けている現状があるため と考えられます。	
	かかりつけ歯科医がある3歳児の割合	32.3% (R元/2019)	45.0%以上	50.2%	A	2歳6か月児歯科医療機関健診から、継続的に歯科健診に行く家庭が増え、増加したと考えられます。	指導課
乳幼児・児童生徒のむし歯予防の推進	歯科検診においてむし歯のない児童生徒の割合 (治療済も含む)	小学生：75.6% 中学生：84.8% (R元/2019)	小学生：81.0% 中学生：87.0%	小学生：84.3% 中学生：88.9%	A	保健体育科において、疾病予防に関する学習を通して歯みがきの重要性について理解を図るとともに、歯科検診結果のフィードバック及び保健だよりの発行により啓発を行いました。	
	寝る前に歯をみがく児童生徒の割合	小学6年生：90.8% 中学3年生：87.8% (R3/2021)	小学6年生：95.0% 中学3年生：95.0%	小学6年生：87.9% 中学3年生：87.0%	C	保健体育科において、疾病予防に関する学習を通して歯みがきの重要性について理解を図るとともに、歯科検診結果のフィードバック及び保健だよりの発行により啓発を行いました。	

施策展開の方向	指標	ベース値	目標値 (R8)	実績値 (R7)	達成状況	成果と背景要因	所管課
歯周疾患検診および事後指導の推進	定期的に歯科検診を受診した人の割合	20～39 歳 : 28.6% 40～64 歳 : 31.4% 65 歳以上 : 42.1% (R3/2021)	20～39 歳 : 30.0% 40～64 歳 : 34.0% 65 歳以上 : 45.0%	20～39 歳 : 28.9% 40～64 歳 : 43.7% 65 歳以上 : 51.8%	B	定期的に歯科検診を受診した人の割合は、20 歳～39 歳は目標値を達成できていませんが、40 歳以上は目標値を達成しています。20 歳を超えると歯周病リスクが高まっていくことから、引き続き、乳幼児健診に来所した保護者に対し、口腔衛生の意識向上や、かかりつけ歯科医受診の定着に向けて、歯周疾患検診の受診勧奨時に合わせて、定期的受診の必要性を周知していきます。	健康増進課
	歯周疾患検診の受診率	30 歳 : 4.1% 40 歳 : 6.8% 50 歳 : 6.3% 60 歳 : 10.0% 70 歳 : 12.7% 合 計 : 8.0% (R 元/2019)	30 歳 : 5.0% 40 歳 : 8.0% 50 歳 : 9.0% 60 歳 : 13.0% 70 歳 : 13.0% 合 計 : 9.6%	20 歳 : 4.2% 30 歳 : 5.3% 40 歳 : 5.5% 50 歳 : 5.5% 60 歳 : 7.4% 70 歳 : 8.1% 合 計 : 6.1%	C	20 歳は令和 6 年度より新規対象者として追加しています。30 歳は目標値を達成できていますが、他の年齢はベース値より受診率が低下しています。上記指標の評価から、年齢層によっては、定期受診の際に歯周疾患検診を受診していることも想定されます。今後も歯周疾患検診の協力医療機関と連携しながら、歯周病の早期発見・早期治療の必要性を周知していきます。	
	歯周病を有する人の割合	84.7% (R 元/2019)	80.0%	53.5%	A	定期的受診している方が増加していることで日常的な口腔衛生の向上が図られたことも、歯周病を有する人の割合が減少した要因の一つと考えます。引き続き、若い世代からの定期的受診につながるよう歯周疾患検診の協力医療機関と連携しながら、定期的受診のメリットを周知していきます。	
	40 歳で損失歯のない人の割合	82.4% (R 元/2019)	85.0%	93.0%	A	定期的受診をしている方が増加していることで、歯肉炎や歯周病など口腔疾患の早期発見・早期治療が進み、歯の損失予防に繋がっていると考えられます。引き続き、若い世代からの定期的受診につながるよう歯周疾患検診の協力医療機関と連携しながら、定期的受診のメリットを周知していきます。	

施策展開の方向	指標	ベース値	目標値 (R8)	実績値 (R7)	達成状況	成果と背景要因	所管課
歯周病等の予防に関する周知・啓発	デンタルフロスや歯間ブラシを使用している人の割合（「ほぼ実践している人」の割合）	20～39 歳：23.8% 40～64 歳：31.1% 65 歳以上：40.1% (R3/2021)	20～39 歳：25.0% 40～64 歳：35.0% 65 歳以上：現状維持	20～39 歳：23.1% 40～64 歳：32.0% 65 歳以上：51.4%	B	補助的清掃用具の使用率は、20 歳から 64 歳では目標値を達成できていませんが、65 歳以上は目標値を達成しています。補助的清掃用具は、歯みがきと比較して、使用手技が難しく、時間や手間がかかるため、習慣化に至りにくいことが、要因として考えられます。引き続き、日常的ケアが歯周病等の予防につながることを講演会や、保健指導の際に周知していきます。	健康増進課

（２）口腔機能

★重点目標：「生涯にわたって自分の歯でおいしく食べられる人の割合」の向上

施策展開の方向	指標	ベース値	目標値 (R8)	実績値 (R7)	達成状況	成果と背景要因	所管課
口腔機能の維持に関する周知・啓発	60～64 歳で 24 本以上自分の歯を持つ人の割合	55.4% (R3/2021)	60.0%	49.5%	C	60 歳になる以前からの定期的受診や適切な口腔ケアが、十分にできなかったことなども、割合が低下した要因の一つと考えられます。引き続き日常的な口腔ケアが持続できるよう、講演会や歯科イベントなどを利用して周知していきます。	健康増進課
	60 歳代における咀嚼良好者の割合	—	80.0%	68.4%	C	加齢により、歯の損失や歯周病が進行し、咀嚼機能が低下していることが要因の一つと考えられます。また、義歯や補綴物の未使用により、十分な咀嚼機能が確保されていないことも影響しているのではないかと考えられます。今後は、60 歳になる前からの咀嚼の大切さの周知に向けて、講演会や歯科イベントなどを利用して周知していきます。	

令和 8 年度第 1 回健康づくり推進協議会資料に係る事前質問に対する回答

番号	ページ	基本方針	施策展開の方向	指標	質問内容等	回答	所管課
1	P 2	基本方針 1 定期的な健康チェックの推進	健康診査を受けやすい環境の整備・受診勧奨	関連指標： 特定健康診査受診率	特定健康診査は 40 歳から国民健康保険加入者を対象としていますが、40 歳未満の方は医療機関の受診になるのでしょうか。	特定健康診査（以下、「特定健診」という。）については、国保被保険者の 40 歳から 74 歳の方に行う健康診査となっています。40 歳未満の方の健診については、医療機関のほか、集団健診においても受診ができるように整備しております。健診名は「生活習慣病健診」として 18 歳から 39 歳までの方を対象とした健康診査となっています。この検診は社会保険被扶養者や会社で健診を受ける機会が設けられていない方なども受診できます。	健康増進課
2	P 2	基本方針 1 定期的な健康チェックの推進	健康診査を受けやすい環境の整備・受診勧奨	関連指標： 特定健康診査受診率	特定健康診査の未受診者対策に苦勞されているようですが、どのような対策を行っていますか。また、地域ごとに受診率の差があるのは、がん検診なども同じでしょうか。	現在、特定健康診査の受診率は、地域によって異なる現状となっています。そのため、年 2 回の未受診者勧奨を行っており、対象者に合わせた受診勧奨を行っております。また、受診率の低い地域に家庭訪問を行い、受診勧奨を行ってきましたが、受診率は伸びていない状況です。さらに、令和 8 年度より、特定健康診査の自己負担金を 1,500 円から 1,000 円に引き下げており、そうした取り組みを実施しながら受診率向上に努めていくとともに、自治会の協力を得て回覧版で周知を図ってまいります。ご質問の生活習慣病健診やがん検診、がん精密検査等においては、地域別がん検診対象者人口分布等の情報も重要と考えており、今後、地域別状況などを庁内関係課とも連携を図りながら、研究していきます。	健康増進課

番号	ページ	基本方針	施策展開の方向	指標	質問内容等	回答	所管課
3	P 3	基本方針 1 定期的な健康チェックの推進	健康診査を受けやすい環境の整備・受診勧奨	関連指標： 3歳5か月児健診時の保護者の塩分チェックシートの点数	3歳5か月児健康診査時の保護者の塩分チェックシート、減塩ポイントとは、どのようなものですか。離乳食の時から減塩できるように保護者の食生活、意識づけがとても大切です。	塩分チェックシートは、日本高血圧学会から出されているチェックシートを利用しています。3歳5か月児健診だけでなく、3～4か月児、1歳6か月児健診時に、保護者が記入してきた自身の食生活の現状をもとに、保健指導を行っています。 点数（塩分摂取量）が高かった保護者には、個別で今後の塩分の摂り方などを指導しています。3～4か月児健診や離乳食教室では、減塩の大切さについて、集団講話を実施しています。 具体的な保健指導や講話でのポイントとしては、なぜ、食塩過摂取習慣が、将来の生活習慣病の発症につながるのかや調味料の使い方、汁ものや麺類を食べる時のポイント、うまみ成分や香味野菜の利用の仕方、漬物などの量や頻度、スナック菓子やせんべいなどの量や頻度、加工食品などの塩分量を確認するための栄養成分表示の見方と利用の仕方などになります。その他にも、外食や市販のお惣菜を利用する際のポイントや家庭での味付けが外食時よりも薄めになるよう味付けをしてほしいと指導しております。 さらに、離乳食教室では、離乳期から多くの食材に出会うことで化学調味料に頼らない味覚の獲得ができることの説明や、かつおだしの簡単な取り方とうまみ体験を通じて、市販の顆粒だしとの違いや特徴を学べるよう工夫しています。 引き続き、保護者の食習慣が児へ与える影響を伝えながら、将来のこどもの身体づくりにつながるよう対象者に合わせて指導していきます。	こども家庭センター

番号	ページ	基本方針	施策展開の方向	指標	質問内容等	回答	所管課
4	P 9	基本方針 2 元気な身体 づくりとこ ころのケア の推進	スポーツ・運動 を通じた健康づ くりの推進	関連指標： 学校の授業 以外にスポ ーツや趣味 などで 60 分以上体を 動かす児童 生徒の割合 (週 2 回以 上)	子どもの居場所、今 年度から長山コミセン に加えて馴染みコミセン でも、小学校終了時か ら休日も利用可能(学 区内)になりました。 暑い時期にも涼しい環 境で過ごせます。運動 できる環境を考えると、エアコンがつけば 体育館などで過ごすこ ともできる++思います が、難しいですか。 地域の方のスポーツ活 動や子どもたちのスポ ーツ少年団の活動な ど、アリーナ・コミセ ンなどの施設も利用し て、体力づくりに励ん でほしいと思います。	委員もご承知かと存じますが、市では、子ど もたちが放課後や夏休みなどに学校外で過 す際に、気候や天候にかかわらず、自由に集ま ってのびのびと活動することができる居場所・ 遊び場づくりとして、「ここくれば」を開設し ています。令和 7 年の 7 月に、長山コミュニ ティセンター内及び龍ヶ岡公園の管理棟内に 2 か所、今年度 4 月からは馴染みコミュニティセ ンター内と、現在のところ 3 か所の「ここく れば」が運営されており、子どもたちが集う場 となっているところです。 また、既存の「ここくれば」についても、利 用している子どもたちの状況などを見ながら、 内容の見直しや充実を図っていきたいと考 えています。今後、関係団体や地域の方々な どの調整が必要にはなりますが、「ここくれば」 については、市内の各地域に展開していけば と思っております。 体育館等へのエアコン設置につきましては、 子どもたちの熱中症対策のみならず、地域 の方々のスポーツ活動や避難所としての機能 強化の観点からも、市として優先度の高い課 題と捉え、現在、設置に向けて前向きな検討 を進めている段階です。 また、地域スポーツ活動においては、龍ヶ 崎市公共スポーツ施設を管理運営している「た つのこまちづくりパートナーズ」の自主事業 として、子ども向けに実施しているジュニア ボドリング教室や体操教室をはじめ各種ス ポーツ教室を行っているほか、スポーツ少年 団等においてもアリーナをはじめ公共スポ ーツ施設等で大会や練習など、盛んに行わ れております。	こども女性 政策課・指 導課・スポ ーツ推進課

番号	ページ	基本方針	施策展開の方向	指標	質問内容等	回答	所管課
5	P 9	基本方針2 元気な身体 づくりとこ ころのケア の推進	スポーツ・運動 を通じた健康づ くりの推進	関連指標： 学校の授業 以外にスポ ーツや趣味 などで 60 分以上体を 動かす児童 生徒の割合 (週 2 回以 上)	コロナ化を経て、小 中学生とも子どもたち の個人差が生じている と思います。対応策を 考えてくださっている ようですが、市内小中 学校生の体力テスト状 況はどのような状況な のでしょうか。それを 基盤として、現在考え られている対応で成果 が得られるのでしょうか。	本市の新体力テストにおける総合評価 C 以 上の割合は、直近 3 年間で以下の通り推移して おります。 児童（小学生） 令和 5 年度：72.0% → 令和 6 年度：73.7% → 令和 7 年度：71.0% 生徒（中学生） 令和 5 年度：70.4% → 令和 6 年度：70.7% → 令和 7 年度：78.7% 中学生においては、令和 7 年度に数値が大き く向上しており、一定の成果が現れ始めていま す。一方で、小学生は微減傾向にあり、依然と して運動習慣の二極化が大きな課題であると 認識しております。 現在取り組んでいる「体力アップ 1 校 1 プラ ン」では、体育の授業や外遊びの時間を確保す るとともに、長山中学校が県の「スポーツチャ レンジ・オンライン大会（連続 8 の字跳びの競 技）」で優勝した事例のような、生徒が意欲的 に取り組める環境づくりを推進しております。 これらの対応で着実に成果を得るために、取 り組みを固定化するのではなく、実施状況や体 力テストの結果を精査し、必要に応じてプラン の再検討や改善など適宜見直しを図っていき ます。	指導課

番号	ページ	基本方針	施策展開の方向	指標	質問内容等	回答	所管課
6	P 1 2	基本方針 2 元気な身体 づくりとこ ころのケア の推進	喫煙・受動喫煙 の害について周 知・啓発	関連指標： たばこの害 について知 っている児 童・生徒の 割合	指導課の回答では、 様々な周知・啓発を実 施しているようです が、以前同様達成状況 が変わらない要因は何 ですか。	数値が横ばいである主な要因は、がん（小 6：95.4%、中 3：98.3%）等の主要な知識が既に高水準で定着している一方で、それ以外の疾患への理解が伸び悩んでいるためと分析しております。 特に、心疾患（小 6：80.5%）や歯周病（小 6：55.9%、中 3：83.6%）への影響については、がん等に比べ理解が不十分な状況にあります。ここから数値を引き上げるためには、従来の指導に加え、専門医等の外部講師を招いた授業が必要になってくると考えます。	指導課
7	P 1 5	基本方針 3 健康的な食 生活の推進	生涯を通じた心 身の健康を支え る食育の推進	関連指標： 野菜を毎日 食べている 人の割合	ベース値と比較して、野菜を毎食食べている人の割合は低下している。特に働き世代に低下が見られる。とのことですが、原因は为什么呢。 （仕事が忙しくて料理できない、外食が多いため、また野菜の値段が高くなり買うのを控えているなど。）	はじめに、野菜の摂取状況は、市民アンケートによる結果に基づくもので、その要因までは聞き取れておりませんが、野菜の摂取量の低下の主因は、多忙による調理機会の減少、外食等の利用、野菜の価格高騰にあると推測します。また、野菜摂取については、乳幼児期からの習慣化も重要であり、現在も、乳幼児健診に来所した保護者や特定保健指導対象者に対して、簡単にできる野菜の摂取方法について指導を行っております。 また、事業所にお勤めの方には、なかなか接触できる機会がないため、産業保健師などの活躍を期待したいところです。	健康増進課

番号	ページ	基本方針	施策展開の方向	指標	質問内容等	回答	所管課
8	P 1 6	基本方針 3 健康的な食生活の推進	生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進	関連指標： 朝食を欠食する人の割合（20 歳代）/朝食を欠食する人の割合（30 歳代）	20 代は男女とも欠食する割合が高いですが、朝食を食べることのメリットや食べなかったときのデメリットを根拠となるデータベースをもとに SNS などを通して周知するのはどうでしょうか。若い方への周知方法をご検討ください。	食育は妊娠期からの関りが重要であるため、現在は母子健康手帳交付時に妊娠中の食生活が重要であることを伝えています。また、3～4 か月児健診では、保護者に向けて欠食やバランスの悪い食事が自身の身体や子どもの発達にどのように影響を及ぼしてくるのか指導を行っています。現在も、りゅうほーに食事の大切さについて掲載するなど行っており、SNS をはじめ更なる周知方法の活用策について、調査・研究していきます。	こども家庭センター
9	P 1 6	基本方針 3 健康的な食生活の推進	生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進	関連指標： 毎日朝食を食べていると答えた児童生徒の割合 / 朝食を欠食する人の割合（20 歳代）/朝食を欠食する人の割合（30 歳代）	どの年代層においても向上が図られていない。今後の対応として、この状況でよいのか。もう少し危機感を取り入れた指導は出来ないのでしょうか。	各学校においては、「早寝・早起き・朝ごはん」の習慣づくりに向けた啓発や保護者への通知を継続的に行うとともに、栄養教諭等による食に関する授業を実施しております。特に高学年以上の児童生徒に対しては、「自分で準備できる簡単な食事例」を紹介するなど、自律的に栄養を摂取しようとする意識の醸成に努めております。 一方で、朝食摂取は家庭の生活習慣や経済状況など、ご家庭の事情に深く関わる問題でもあり、学校の指導だけでは踏み込みきれない難しい側面があることも事実です。	指導課

番号	ページ	基本方針	施策展開の方向	指標	質問内容等	回答	所管課
10	P20	基本方針5 歯科口腔の 健康維持	乳幼児・児童生 徒のむし歯予防 の推進	関連指標： 寝る前に間 を磨く児童 生徒の割合	児童生徒の歯磨き指導、給食後の歯磨きはどのような状況なのでしょうか。コロナ化以降は。 歯磨き指導等はどう ように行われている のでしょうか。	市内の実施状況は、小学校では10校中9校が実施、中学校では5校中1校が学校全体で実施しており、その他の学校においても希望する生徒が個々に取り組めるよう環境を整えております。自席で前を向いたまま、音楽や動画に合わせて約3分間、静かに磨くスタイルを定着させております。	指導課
11	P22	基本方針5 歯科口腔の 健康維持	口腔機能の維持 に関する周知・ 啓発	関連指標： 60～64歳 で24本以上自分の歯 を持つ人の 割合/60歳 代における 咀嚼良好者 の割合	口腔機能の維持に向け対策の口腔体操を心がけて、皆で行っていきたいです。 ①まいん健康サポートセンターで実施していますか。 ②元気アップ体操やいきいきヘルス体操の普及事業の中で取り組みますか。 ③歯科イベントや講演会の実施予定などありますか。	①まいん健康サポートセンターで実施している「のびのび健康生活講座」の1コマで行っています。 ②いきいきヘルス体操では、嚥下の強化を目的とした「ぱたか」の発声練習を各会場で実施しております。また、市独自にシルバーリハビリ体操指導士に対して、茨城県歯科衛生士会による「オーラルフレイル研修」を実施し、口腔体操の理解を深めてもらえるように努めました。元気アップ体操における口腔体操は、各会場により任意に実施している状況ですので、今後、指導員の研修時に口腔体操の必要性和理解を深めてもらい普及を強化してまいります。 ③令和7年度より、龍ヶ崎市歯科医師会・株式会社ロッテ・総合保険会社明治安田生命などと連携し、歯科イベントを実施しており、今年度は高齢者を対象とした歯科イベントを実施いたします。その他にも、高齢者に対してはオーラルフレイル予防を目的とした健康講座や健康相談を実施しており、引き続き口腔機能の向上を目的に、幅広く関係機関と連携しながら、口腔機能の向上に努めてまいります。	健康増進課