

第3期健康横浜21 指標・目標値 一覧表(案)

NO	評価項目	課題・取組テーマ	市民の行動目標・環境づくりの目標	指標	区分	単位	出典	直近値	西暦-直近値	和暦-直近値	目標値(目標)	向き	西暦-目標値	和暦-目標値	目標の方向	目標値の設定方法
1	最終成果	健康寿命	—	健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間の平均	男性	年	厚生労働省研究班「健康寿命算定プログラム」を用いて独自算出	72.60	2019	R01	73.70	以上	2031	R13	増加	健康寿命延伸プランの目標の考え方による
2	最終成果	健康寿命	—	健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間の平均	女性	年	厚生労働省研究班「健康寿命算定プログラム」を用いて独自算出	75.01	2019	R01	76.42	以上	2031	R13	増加	健康寿命延伸プランの目標の考え方による
3	最終成果	健康寿命(補完的指標)	—	平均寿命の増加分を上回る健康寿命の増加	男性	年	厚生労働省研究班「健康寿命算定プログラム」を用いて独自算出	-0.07	2019	R01	0.01	以上	2031	R13	増加	国等と同値
4	最終成果	健康寿命(補完的指標)	—	平均寿命の増加分を上回る健康寿命の増加	女性	年	厚生労働省研究班「健康寿命算定プログラム」を用いて独自算出	-0.13	2019	R01	0.01	以上	2031	R13	増加	国等と同値
5	最終成果	健康寿命(補完的指標)	—	自分が健康であると自覚している期間の平均	男性	年	厚生労働省研究班「健康寿命算定プログラム」を用いて独自算出	73.70	2019	R01	—		2031	R13	増加	—
6	最終成果	健康寿命(補完的指標)	—	自分が健康であると自覚している期間の平均	女性	年	厚生労働省研究班「健康寿命算定プログラム」を用いて独自算出	76.03	2019	R01	—		2031	R13	増加	—
7	最終成果	健康寿命(補完的指標)	—	日常生活動作が自立している期間の平均(介護保険データによる平均自立期間)	男性	年	厚生労働省研究班「健康寿命算定プログラム」を用いて独自算出	80.25	2021	R03	—		2031	R13	増加	—
8	最終成果	健康寿命(補完的指標)	—	日常生活動作が自立している期間の平均(介護保険データによる平均自立期間)	女性	年	厚生労働省研究班「健康寿命算定プログラム」を用いて独自算出	84.16	2021	R03	—		2031	R13	増加	—
9	中間成果	①生活習慣病の予防を通じた早世の減少	—	心血管疾患、がん、糖尿病、慢性の呼吸器系疾患に関する若年(30~69歳)年齢調整死亡率	全体	人口10万対	人口動態統計より独自算出	207.4	2021	R03	—		2031	R13	減少	—
10	中間成果	①生活習慣病の予防を通じた早世の減少	—	心血管疾患、がん、糖尿病、慢性の呼吸器系疾患に関する若年(30~69歳)年齢調整死亡率	男性	人口10万対	人口動態統計より独自算出	270.4	2021	R03	—		2031	R13	減少	—
11	中間成果	①生活習慣病の予防を通じた早世の減少	—	心血管疾患、がん、糖尿病、慢性の呼吸器系疾患に関する若年(30~69歳)年齢調整死亡率	女性	人口10万対	人口動態統計より独自算出	143.4	2021	R03	—		2031	R13	減少	—
12	中間成果	②男性の肥満や脂質異常症の改善	—	男性のメタボリックシンドローム判定の割合	男性	%	横浜市国民健康保険特定健診法定報告	31.4	2021	R03	—		2029	R11	減少	—

NO	評価項目	課題・取組テーマ	市民の行動目標・環境づくりの目標	指標	区分	単位	出典	直近値	西暦-直近値	和暦-直近値	目標値(目標)	向き	西暦-目標値	和暦-目標値	目標の方向	目標値の設定方法
13	中間成果	②男性の肥満や脂質異常症の改善	—	男性のBMIの平均値	男性	kg/m ²	NDBオープンデータ	24.3	2020	R02	—		2029	R11	減少	—
14	中間成果	②男性の肥満や脂質異常症の改善	—	男性のLDLコレステロールの平均値	男性	mg/dl	NDBオープンデータ	127.5	2020	R02	—		2029	R11	減少	—
15	中間成果	②男性の肥満や脂質異常症の改善	—	男性のLDLコレステロールの要保健指導判定値(120以上)の人の割合	男性	%	NDBオープンデータ	58.7	2020	R02	—		2029	R11	減少	—
16	中間成果	③女性の乳がんの死亡率の減少	—	女性の乳がんの75歳未満年齢調整死亡率	女性	人口10万対	人口動態統計より独自算出	17.3	2021	R03	—		2031	R13	減少	—
17	中間成果	③女性の乳がんの死亡率の減少	—	女性の乳がんの標準化死亡比	女性	1=全国	人口動態統計より独自算出	1.168	2016~2020	H28~R02	—		2026~2030	R08~R12	減少	—
18	中間成果	④糖尿病の重症化の予防	—	HbA1c8.0%以上の人の割合		%	NDBオープンデータ	1.25	2020	R02	—		2029	R11	減少	—
19	中間成果	⑤喫煙・受動喫煙の減少	—	COPD(慢性閉塞性肺疾患)の年齢調整死亡率		人口10万対	人口動態統計より独自算出	10.5	2021	R03	—		2031	R13	減少	—
20	中間成果	⑥歯周炎の予防と改善	—	40歳以上における歯周炎を有する者の割合(年齢調整値)		%	県民歯科保健実態調査(横浜市分)	65.3	2020	R02	—		2032	R14	減少	—
21	中間成果	⑦腰痛の予防と改善	—	腰痛が1か月以上継続している人の割合		%	健康に関する市民意識調査(速報値)	28.2	2023	R05	—		2032	R14	減少	—
22	中間成果	⑧骨折・転倒により介護が必要となることの減少	—	骨折・転倒が主な原因で介護保険要支援となった人の割合		%	横浜市高齢者実態調査	19.7	2022	R04	—		2031	R13	減少	—
23	中間成果	⑨高齢期の不慮の事故による死亡率の減少	—	不慮の溺死及び溺水の年齢調整死亡率		人口10万対	人口動態統計より独自算出	12.2	2021	R03	—		2031	R13	減少	—
24	中間成果	⑨高齢期の不慮の事故による死亡率の減少	—	収縮期血圧が受診動員値(140以上)の高齢期等(60~74歳)の人の割合		%	NDBオープンデータ	24.6	2020	R02	—		2029	R11	減少	—

NO	評価項目	課題・取組テーマ	市民の行動目標・環境づくりの目標	指標	区分	単位	出典	直近値	西暦-直近値	和暦-直近値	目標値(目標)	向き	西暦-目標値	和暦-目標値	目標の方向	目標値の設定方法
25	中間成果	⑩成人期・壮年期のメンタルヘルスの向上	—	心理的苦痛を感じている人の割合(うつ・不安症状を評価する自己記入式質問紙: K6で10点以上)	全体	%	こころの健康に関する市民意識調査	16.9	2022	R04	—		2032	R14	減少	—
26	中間成果	⑩成人期・壮年期のメンタルヘルスの向上	—	心理的苦痛を感じている人の割合(うつ・不安症状を評価する自己記入式質問紙: K6で10点以上)	20~39歳男性	%	こころの健康に関する市民意識調査	28.0	2022	R04	—		2032	R14	減少	—
27	中間成果	⑩成人期・壮年期のメンタルヘルスの向上	—	心理的苦痛を感じている人の割合(うつ・不安症状を評価する自己記入式質問紙: K6で10点以上)	20~39歳女性	%	こころの健康に関する市民意識調査	24.2	2022	R04	—		2032	R14	減少	—
28	中間成果	⑩成人期・壮年期のメンタルヘルスの向上	—	心理的苦痛を感じている人の割合(うつ・不安症状を評価する自己記入式質問紙: K6で10点以上)	40~64歳男性	%	こころの健康に関する市民意識調査	15.0	2022	R04	—		2032	R14	減少	—
29	中間成果	⑩成人期・壮年期のメンタルヘルスの向上	—	心理的苦痛を感じている人の割合(うつ・不安症状を評価する自己記入式質問紙: K6で10点以上)	40~64歳女性	%	こころの健康に関する市民意識調査	17.2	2022	R04	—		2032	R14	減少	—
30	直接成果	栄養・食生活	1日3食、栄養バランスよく食べる	朝食を欠食する小・中学生の割合		%	横浜市食育目標に関する調査	8.4	2022	R04	0		2032	R14	減少	国等と同値
31	直接成果	栄養・食生活	1日3食、栄養バランスよく食べる	食に関心をもち、自ら健全な食生活を実践しようとしている児童生徒の割合	小学校	%	横浜市食育目標に関する調査	92.0	2022	R04	90	以上	2025	R07	増加	国等と同値
32	直接成果	栄養・食生活	1日3食、栄養バランスよく食べる	食に関心をもち、自ら健全な食生活を実践しようとしている児童生徒の割合	中学校	%	横浜市食育目標に関する調査	88.9	2022	R04	90	以上	2025	R07	増加	国等と同値
33	直接成果	栄養・食生活	1日3食、栄養バランスよく食べる	朝食を欠食する若い世代(20~30代)の割合	全体	%	健康に関する市民意識調査	27.1	2020	R02	15	以下	2032	R14	減少	国等と同値
34	直接成果	栄養・食生活	1日3食、栄養バランスよく食べる	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上 ほぼ毎日食べている市民の割合	全体	%	健康に関する市民意識調査	34.3	2020	R02	50	以上	2032	R14	増加	国等と同値
35	直接成果	栄養・食生活	1日3食、栄養バランスよく食べる	1日当たりの野菜摂取量の平均値		g	国民健康・栄養調査(横浜市分)	291	2017~2019	H29~R01	350	以上	2030~2032	R12~R14	増加	国等と同値
36	直接成果	栄養・食生活	1日3食、栄養バランスよく食べる	1日当たりの食塩摂取量の平均値		g	国民健康・栄養調査(横浜市分)	9.9	2017~2019	H29~R01	7	未満	2030~2032	R12~R14	減少	国等と同値
37	直接成果	栄養・食生活	適正体重を維持する	家庭で体重を測定する習慣のある者(週に1回以上)の割合(20歳以上)	全体	%	健康に関する市民意識調査	52.4	2020	R02	58	以上	2032	R14	増加	a_2年分以上データあり改善傾向

NO	評価項目	課題・取組テーマ	市民の行動目標・環境づくりの目標	指標	区分	単位	出典	直近値	西暦-直近値	和暦-直近値	目標値(目標)	向き	西暦-目標値	和暦-目標値	目標の方向	目標値の設定方法
38	直接成果	栄養・食生活	適正体重を維持する	20～60代男性の肥満（BMI 25以上）の者の割合		%	健康に関する市民意識調査（速報値）	30.4	2023	R05		30未満	2032	R14	減少	国等と同値
39	直接成果	栄養・食生活	適正体重を維持する	40～60代女性の肥満（BMI 25以上）の者の割合		%	健康に関する市民意識調査（速報値）	15.4	2023	R05		15未満	2032	R14	減少	国等と同値
40	直接成果	栄養・食生活	適正体重を維持する	20～30代女性のやせ（BMI 18.5未満）の者の割合		%	健康に関する市民意識調査（速報値）	16.9	2023	R05		15未満	2032	R14	減少	国等と同値
41	直接成果	栄養・食生活	適正体重を維持する	低栄養傾向（BMI 20以下）の高齢者（65歳以上）の割合		%	国民健康・栄養調査（横浜市分）	24.2	2017～2019	H29～R01		13未満	2030～2032	R12～R14	減少	国等と同値
42	直接成果	歯・口腔	しっかり噛んで食後は歯みがき	3歳児でむし歯のない者の割合	全体	%	地域保健・健康増進事業報告	94.8	2022	R04		90以上	2024	R06	増加	国等と同値
43	直接成果	歯・口腔	しっかり噛んで食後は歯みがき	3歳児で4本以上のむし歯のある者の割合	全体	%	地域保健・健康増進事業報告	1	2022	R04		0	2032	R14	減少	国等と同値
44	直接成果	歯・口腔	しっかり噛んで食後は歯みがき	12歳児でむし歯のない者の割合	全体	本	神奈川県・定期歯科健診結果に関する調査	68.7	2021	R03		72.2以上	2032	R14	増加	a_2年分以上データあり改善傾向
45	直接成果	歯・口腔	しっかり噛んで食後は歯みがき	中学生における歯肉に異常のある者の割合	全体	本	神奈川県・定期歯科健診結果に関する調査	16.4	2021	R03		15.5以下	2032	R14	減少	a_2年分以上データあり改善傾向
46	直接成果	歯・口腔	「口から食べる」を維持する	20歳以上における未処置歯を有する者の割合（年齢調整値）	全体	%	県民歯科保健実態調査（横浜市分）	23.0	2020	R02		20以下	2032	R14	減少	a_2年分以上データあり改善傾向
47	直接成果	歯・口腔	「口から食べる」を維持する	40歳以上における自分の歯が19歯以下の者の割合（年齢調整値）	全体	%	県民歯科保健実態調査（横浜市分）	18.4	2020	R02		15以下	2032	R14	減少	b_2年分以上データあり悪化傾向
48	直接成果	歯・口腔	「口から食べる」を維持する	20代～60代における「オーラルフレイル」の言葉を知っている者の割合	全体	%	健康に関する市民意識調査	17.5	2020	R02		20以上	2032	R14	増加	c_1年分のみデータあり
49	直接成果	歯・口腔	「口から食べる」を維持する	50歳以上におけるなんでも噛んで食べることのできる者の割合（年齢調整値）	全体	%	県民歯科保健実態調査（横浜市分）	71.8	2020	R02		80以上	2032	R14	増加	b_2年分以上データあり悪化傾向
50	直接成果	歯・口腔	「口から食べる」を維持する	80歳で20本以上の自分の歯を有する者の割合	全体	%	県民歯科保健実態調査（横浜市分）	55.6	2020	R02		60以上	2032	R14	増加	b_2年分以上データあり悪化傾向

NO	評価項目	課題・取組テーマ	市民の行動目標・環境づくりの目標	指標	区分	単位	出典	直近値	西暦-直近値	和暦-直近値	目標値(目標)	向き	西暦-目標値	和暦-目標値	目標の方向	目標値の設定方法
51	直接成果	喫煙	タバコの害を学ぶ・吸い始めない	20歳未満と同居する者の喫煙率	全体	%	健康に関する市民意識調査	18.6	2020	R02	14	以下	2032	R14	減少	a_2年分以上データあり改善傾向
52	直接成果	喫煙	タバコの害を学ぶ・吸い始めない	20歳未満と同居する者の喫煙率	男性	%	健康に関する市民意識調査	25.9	2020	R02	19	以下	2032	R14	減少	a_2年分以上データあり改善傾向
53	直接成果	喫煙	タバコの害を学ぶ・吸い始めない	20歳未満と同居する者の喫煙率	女性	%	健康に関する市民意識調査	10.1	2020	R02	9	以下	2032	R14	減少	a_2年分以上データあり改善傾向
54	直接成果	喫煙	タバコの害を学ぶ・吸い始めない	20代の喫煙率	全体	%	国民生活基礎調査(横浜市分)	12.7	2022	R04	8	以下	2031	R13	減少	a_2年分以上データあり改善傾向
55	直接成果	喫煙	タバコの害を学ぶ・吸い始めない	20代の喫煙率	男性	%	国民生活基礎調査(横浜市分)	20.0	2022	R04	14	以下	2031	R13	減少	a_2年分以上データあり改善傾向
56	直接成果	喫煙	タバコの害を学ぶ・吸い始めない	20代の喫煙率	女性	%	国民生活基礎調査(横浜市分)	6.3	2022	R04	2	以下	2031	R13	減少	a_2年分以上データあり改善傾向
57	直接成果	喫煙	禁煙にチャレンジ	喫煙者のうちタバコを今すぐやめた人の割合		%	健康に関する市民意識調査	11.3	2020	R02	11.3	以上	2032	R14	増加	b_2年分以上データあり悪化傾向
58	直接成果	喫煙	禁煙にチャレンジ	20歳以上の喫煙率	全体	%	国民生活基礎調査(横浜市分)	13.1	2022	R04	12	以下	2031	R13	減少	国等と同値
59	直接成果	喫煙	禁煙にチャレンジ	20歳以上の喫煙率	男性	%	国民生活基礎調査(横浜市分)	19.7	2022	R04	18.5	以下	2031	R13	減少	a_2年分以上データあり改善傾向
60	直接成果	喫煙	禁煙にチャレンジ	20歳以上の喫煙率	女性	%	国民生活基礎調査(横浜市分)	6.6	2022	R04	5.5	以下	2031	R13	減少	a_2年分以上データあり改善傾向
61	直接成果	飲酒	飲酒のリスクを学ぶ・飲み始めない	習慣的に飲酒をしていない(週2日以下)20代の割合	全体	%	健康に関する市民意識調査	86.0	2020	R02	92	以上	2032	R14	増加	a_2年分以上データあり改善傾向
62	直接成果	飲酒	飲酒のリスクを学ぶ・飲み始めない	習慣的に飲酒をしていない(週2日以下)20代の割合	男性	%	健康に関する市民意識調査	80.2	2020	R02	83	以上	2032	R14	増加	b_2年分以上データあり悪化傾向
63	直接成果	飲酒	飲酒のリスクを学ぶ・飲み始めない	習慣的に飲酒をしていない(週2日以下)20代の割合	女性	%	健康に関する市民意識調査	89.2	2020	R02	96	以上	2032	R14	増加	a_2年分以上データあり改善傾向

NO	評価項目	課題・取組テーマ	市民の行動目標・環境づくりの目標	指標	区分	単位	出典	直近値	西暦-直近値	和暦-直近値	目標値(目標)	向き	西暦-目標値	和暦-目標値	目標の方向	目標値の設定方法
64	直接成果	飲酒	飲酒のリスクを踏まえ「飲み過ぎない」を心がける	飲酒習慣する人のうち、1日当たりの純アルコール摂取量が男性40g以上、女性20g以上の者の割合	男性	%	健康に関する市民意識調査	16.4	2020	R02		12以下	2032	R14	減少	a_2年分以上データあり改善傾向
65	直接成果	飲酒	飲酒のリスクを踏まえ「飲み過ぎない」を心がける	飲酒習慣する人のうち、1日当たりの純アルコール摂取量が男性40g以上、女性20g以上の者の割合	女性	%	健康に関する市民意識調査	13.5	2020	R02		8以下	2032	R14	減少	a_2年分以上データあり改善傾向
66	直接成果	飲酒	飲酒のリスクを踏まえ「飲み過ぎない」を心がける	毎日飲酒する者の割合		%	健康に関する市民意識調査	16.2	2020	R02		14以下	2032	R14	減少	a_2年分以上データあり改善傾向
67	直接成果	運動	体を動かすことを楽しむ	週3回以上、授業以外に運動やスポーツをする子どもの割合	小・中学生	%	横浜市体力運動能力調査	40.9	2022	R04		50以上	2032	R14	増加	国等と同値
68	直接成果	運動	体を動かすことを楽しむ	運動(体を動かす遊びを含む。)やスポーツをすることが好きな子どもの割合	小学男子	%	スポーツ庁全国体力運動調査	69.9	2022	R04		71以上	2032	R14	増加	b_2年分以上データあり悪化傾向
69	直接成果	運動	体を動かすことを楽しむ	運動(体を動かす遊びを含む。)やスポーツをすることが好きな子どもの割合	小学女子	%	スポーツ庁全国体力運動調査	54.7	2022	R04		55以上	2032	R14	増加	b_2年分以上データあり悪化傾向
70	直接成果	運動	体を動かすことを楽しむ	運動(体を動かす遊びを含む。)やスポーツをすることが好きな子どもの割合	中学男子	%	スポーツ庁全国体力運動調査	63.0	2022	R04		65以上	2032	R14	増加	b_2年分以上データあり悪化傾向
71	直接成果	運動	体を動かすことを楽しむ	運動(体を動かす遊びを含む。)やスポーツをすることが好きな子どもの割合	中学女子	%	スポーツ庁全国体力運動調査	45.4	2022	R04		46以上	2032	R14	増加	b_2年分以上データあり悪化傾向
72	直接成果	運動	日常の中で「こまめに」動く	健康のために、意識して体を動かしたり、運動したりしている市民の割合		%	健康に関する市民意識調査	52.9	2020	R02		65以上	2032	R14	増加	a_2年分以上データあり改善傾向
73	直接成果	運動	日常の中で「こまめに」動く	20～64歳で1日の歩数が8,000歩以上の人の割合	全体	%	国民健康・栄養調査(横浜市分)	46.4	2017～2019	H29～R01		50以上	2030～2032	R12～R14	増加	b_2年分以上データあり悪化傾向
74	直接成果	運動	日常の中で「こまめに」動く	20～64歳で1日の歩数が8,000歩以上の人の割合	男性	%	国民健康・栄養調査(横浜市分)	49.6	2017～2019	H29～R01		55以上	2030～2032	R12～R14	増加	b_2年分以上データあり悪化傾向
75	直接成果	運動	日常の中で「こまめに」動く	20～64歳で1日の歩数が8,000歩以上の人の割合	女性	%	国民健康・栄養調査(横浜市分)	44.0	2017～2019	H29～R01		45以上	2030～2032	R12～R14	増加	b_2年分以上データあり悪化傾向
76	直接成果	運動	日常の中で「こまめに」動く	65歳以上で1日の歩数が6,000歩以上の人の割合	全体	%	国民健康・栄養調査(横浜市分)	39.2	2017～2019	H29～R01		48以上	2030～2032	R12～R14	増加	b_2年分以上データあり悪化傾向

NO	評価項目	課題・取組テーマ	市民の行動目標・環境づくりの目標	指標	区分	単位	出典	直近値	西暦-直近値	和暦-直近値	目標値(目標)	向き	西暦-目標値	和暦-目標値	目標の方向	目標値の設定方法
77	直接成果	運動	日常の中で「こまめに」動く	65歳以上で1日の歩数が6,000歩以上の人の割合	男性	%	国民健康・栄養調査(横浜市分)	44.2	2017~2019	H29~R01	50	以上	2030~2032	R12~R14	増加	b_2年分以上データあり 悪化傾向
78	直接成果	運動	日常の中で「こまめに」動く	65歳以上で1日の歩数が6,000歩以上の人の割合	女性	%	国民健康・栄養調査(横浜市分)	34.7	2017~2019	H29~R01	46	以上	2030~2032	R12~R14	増加	b_2年分以上データあり 悪化傾向
79	直接成果	運動	日常の中で「こまめに」動く	座ったり寝転がったりして過ごす時間が長い人の割合	全体	%	健康に関する市民意識調査(速報値)	49.5	2023	R05	47	以下	2032	R14	減少	c_1年分のみデータあり
80	直接成果	運動	定期的に「しっかり」運動する	20~64歳で、1回30分・週に2回以上の運動(同等のものを含む。)を1年間継続している者の割合	全体	%	健康に関する市民意識調査	26.9	2020	R02	30	以上	2032	R14	増加	a_2年分以上データあり 改善傾向
81	直接成果	運動	定期的に「しっかり」運動する	20~64歳で、1回30分・週に2回以上の運動(同等のものを含む。)を1年間継続している者の割合	男性	%	健康に関する市民意識調査	30.4	2020	R02	35	以上	2032	R14	増加	a_2年分以上データあり 改善傾向
82	直接成果	運動	定期的に「しっかり」運動する	20~64歳で、1回30分・週に2回以上の運動(同等のものを含む。)を1年間継続している者の割合	女性	%	健康に関する市民意識調査	22.7	2020	R02	25	以上	2032	R14	増加	a_2年分以上データあり 改善傾向
83	直接成果	運動	定期的に「しっかり」運動する	65歳以上で、1回30分・週に2回以上の運動(同等のものを含む。)を1年間継続している者の割合	全体	%	健康に関する市民意識調査	44.1	2020	R02	50	以上	2032	R14	増加	b_2年分以上データあり 悪化傾向
84	直接成果	運動	定期的に「しっかり」運動する	65歳以上で、1回30分・週に2回以上の運動(同等のものを含む。)を1年間継続している者の割合	男性	%	健康に関する市民意識調査	41.2	2020	R02	50	以上	2032	R14	増加	b_2年分以上データあり 悪化傾向
85	直接成果	運動	定期的に「しっかり」運動する	65歳以上で、1回30分・週に2回以上の運動(同等のものを含む。)を1年間継続している者の割合	女性	%	健康に関する市民意識調査	46.9	2020	R02	50	以上	2032	R14	増加	b_2年分以上データあり 悪化傾向
86	直接成果	休養・こころ	早寝・早起き、ぐっすり睡眠	1日の睡眠時間が6時間未満の小学生の割合	小学5年生男子	%	横浜市立小中学校児童生徒の体力・運動能力調査	6.9	2022	R04	5	以下	2032	R14	減少	b_2年分以上データあり 悪化傾向
87	直接成果	休養・こころ	早寝・早起き、ぐっすり睡眠	1日の睡眠時間が6時間未満の小学生の割合	小学5年生女子	%	横浜市立小中学校児童生徒の体力・運動能力調査	5.5	2022	R04	5	以下	2032	R14	減少	b_2年分以上データあり 悪化傾向
88	直接成果	休養・こころ	早寝・早起き、ぐっすり睡眠	ぐっすり眠ることができる日が週6日以上の小学生の割合	小学5年生男子	%	横浜市立小中学校児童生徒の体力・運動能力調査	58.9	2022	R04	65	以上	2032	R14	増加	a_2年分以上データあり 改善傾向
89	直接成果	休養・こころ	早寝・早起き、ぐっすり睡眠	ぐっすり眠ることができる日が週6日以上の小学生の割合	小学5年生女子	%	横浜市立小中学校児童生徒の体力・運動能力調査	59.1	2022	R04	65	以上	2032	R14	増加	a_2年分以上データあり 改善傾向

NO	評価項目	課題・取組テーマ	市民の行動目標・環境づくりの目標	指標	区分	単位	出典	直近値	西暦-直近値	和暦-直近値	目標値(目標)	向き	西暦-目標値	和暦-目標値	目標の方向	目標値の設定方法
90	直接成果	休養・こころ	睡眠の質を高める・ストレスに気付き、対処する	睡眠で休養が取れている人の割合	20~59歳男性	%	健康に関する市民意識調査	70.3	2020	R02	75	以上	2032	R14	増加	国等と同値
91	直接成果	休養・こころ	睡眠の質を高める・ストレスに気付き、対処する	睡眠で休養が取れている人の割合	20~59歳女性	%	健康に関する市民意識調査	70.2	2020	R02	75	以上	2032	R14	増加	国等と同値
92	直接成果	休養・こころ	睡眠の質を高める・ストレスに気付き、対処する	睡眠で休養が取れている人の割合	60代全体	%	健康に関する市民意識調査	81.2	2020	R02	90	以上	2032	R14	増加	国等と同値
			No_93-95の目標値は、素案及び原案では、健康日本21(第三次)の目標値と同値(60%以上)としていた。今回の調査の速報値が大幅にそれを上回ったが、素案検討時に参考とした横浜市大による先行研究(20代含まず。No93=53%、No94=58%、No95=58%)とは乖離がある。目標値の修正案としては、①素案及び原案のまま「国と同値」の60%以上とする、②直近値の相対的に5%以上改善とする(No_93-94は78%くらいになる)、③直近値を据え置く、を検討し、③を選定した。													
93	直接成果	休養・こころ	睡眠の質を高める・ストレスに気付き、対処する	睡眠時間が6~9時間の人の割合	20~59歳男性	%	健康に関する市民意識調査(速報値)	74.7	2023	R05	74.7	以上	2032	R14	増加	c_1年分のみデータあり
94	直接成果	休養・こころ	睡眠の質を高める・ストレスに気付き、対処する	睡眠時間が6~9時間の人の割合	20~59歳女性	%	健康に関する市民意識調査(速報値)	73.4	2023	R05	73.4	以上	2032	R14	増加	c_1年分のみデータあり
95	直接成果	休養・こころ	睡眠の質を高める・ストレスに気付き、対処する	睡眠時間が6~8時間の人の割合	60代全体	%	健康に関する市民意識調査(速報値)	65.0	2023	R05	65	以上	2032	R14	増加	c_1年分のみデータあり
96	直接成果	休養・こころ	睡眠の質を高める・ストレスに気付き、対処する	悩みやストレスがあるが相談できない人の割合	15~64歳	%	国民生活基礎調査(横浜市分)	6.5	2022	R04	4.5	以下	2031	R13	減少	b_2年分以上データあり 悪化傾向
97	直接成果	休養・こころ	睡眠の質を高める・ストレスに気付き、対処する	横浜健康経営認証事業所のうちメンタルヘルス対策に取り組んでいる事業所の割合		%	横浜健康経営認証申請時アンケート	61.8	2023	R05	70	以上	2032	R14	増加	c_1年分のみデータあり
98	直接成果	休養・こころ	つながりを大切にする	周囲の人々とは、お互い困った時には助け合えると思う人の割合		%	健康に関する市民意識調査(速報値)	79.2	2023	R05	85	以上	2032	R14	増加	c_1年分のみデータあり
99	直接成果	休養・こころ	つながりを大切にする	地域の人々と関わりを持とうと思う人の割合		%	健康に関する市民意識調査	49.1	2020	R02	55.5	以上	2032	R14	増加	b_2年分以上データあり 悪化傾向
100	直接成果	休養・こころ	つながりを大切にする	地域の人々とのつながりが強いと思う人の割合		%	健康に関する市民意識調査(速報値)	35.6	2023	R05	45	以上	2032	R14	増加	国等と同値
101	直接成果	暮らしの備え	自然災害等の「もしも」の健康リスクに備える	健康を維持するための災害時の備えをしている人の割合	解熱鎮痛剤等の常備薬	%	健康に関する市民意識調査	20.0	2020	R02	30	以上	2032	R14	増加	c_1年分のみデータあり

NO	評価項目	課題・取組テーマ	市民の行動目標・環境づくりの目標	指標	区分	単位	出典	直近値	西暦-直近値	和暦-直近値	目標値(目標)	向き	西暦-目標値	和暦-目標値	目標の方向	目標値の設定方法
102	直接成果	暮らしの備え	自然災害等の「もしも」の健康リスクに備える	健康を維持するための災害時の備えをしている人の割合	服用中の薬	%	健康に関する市民意識調査	5.2	2020	R02	10	以上	2032	R14	増加	c_1年分のみデータあり
103	直接成果	暮らしの備え	自然災害等の「もしも」の健康リスクに備える	健康を維持するための災害時の備えをしている人の割合	口腔ケア用品	%	健康に関する市民意識調査	19.6	2020	R02	30	以上	2032	R14	増加	c_1年分のみデータあり
104	直接成果	暮らしの備え	自然災害等の「もしも」の健康リスクに備える	健康を維持するための災害時の備えをしている人の割合	体温計	%	健康に関する市民意識調査(速報値)	30.1	2023	R05	35	以上	2032	R14	増加	c_1年分のみデータあり
105	直接成果	暮らしの備え	自然災害等の「もしも」の健康リスクに備える	いつでもどこでも実施できる体操やストレッチ等の実施を習慣にしている人の割合		%	健康に関する市民意識調査(速報値)	44.6	2023	R05	47	以上	2032	R14	増加	c_1年分のみデータあり
106	直接成果	暮らしの備え	屋内で生じる「まさか」の事故を防ぐ	ヒートショックの予防方法を知っている人の割合		%	健康に関する市民意識調査(速報値)	64.8	2023	R05	70	以上	2032	R14	増加	c_1年分のみデータあり
107	直接成果	暮らしの備え	屋内で生じる「まさか」の事故を防ぐ	自宅で血圧を毎日測定する習慣のある人の割合	60代全体	%	健康に関する市民意識調査	20.5	2020	R02	29.5	以上	2032	R14	増加	c_1年分のみデータあり
108	直接成果	暮らしの備え	屋内で生じる「まさか」の事故を防ぐ	過去1年間に転倒したことがある高齢者の割合	要支援・要介護認定のない65歳以上	%	横浜市高齢者実態調査	21.7	2022	R04	18.5	以下	2031	R13	減少	b_2年分以上データあり 悪化傾向
109	直接成果	暮らしの備え	屋内で生じる「まさか」の事故を防ぐ	横浜健康経営認証事業所のうち腰痛予防に取り組んでいる事業所の割合		%	横浜健康経営認証申請時アンケート	32.5	2023	R05	35	以上	2032	R14	増加	c_1年分のみデータあり
110	直接成果	健康診査	1年に1回、健診を受ける	特定健診受診率(40歳以上の横浜市国民健康保険加入者)	全体	%	横浜市国民健康保険特定健診法定報告	26.0	2022	R04	40.5	以上	2029	R11	増加	国等と同値
111	直接成果	健康診査	1年に1回、健診を受ける	75歳の市健康診査受診率		%	独自算出	13.7	2021	R03	24.1	以上	2032	R14	増加	c_1年分のみデータあり
112	直接成果	がん検診	定期的にかん検診を受ける	胃がん検診受診率(50~69歳の過去2年間)	全体	%	国民生活基礎調査(横浜分)	50.2	2022	R04	60	以上	2028	R10	増加	国等と同値
113	直接成果	がん検診	定期的にかん検診を受ける	胃がん検診受診率(50~69歳の過去2年間)	男性	%	国民生活基礎調査(横浜分)	57.1	2022	R04	60	以上	2028	R10	増加	国等と同値

NO	評価項目	課題・取組テーマ	市民の行動目標・環境づくりの目標	指標	区分	単位	出典	直近値	西暦-直近値	和暦-直近値	目標値(目標)	向き	西暦-目標値	和暦-目標値	目標の方向	目標値の設定方法
114	直接成果	がん検診	定期的ながん検診を受ける	胃がん検診受診率(50～69歳の過去2年間)	女性	%	国民生活基礎調査(横浜市分)	43.6	2022	R04	60	以上	2028	R10	増加	国等と同値
115	直接成果	がん検診	定期的ながん検診を受ける	肺がん検診受診率(40～69歳の過去1年間)	全体	%	国民生活基礎調査(横浜市分)	49.2	2022	R04	60	以上	2028	R10	増加	国等と同値
116	直接成果	がん検診	定期的ながん検診を受ける	肺がん検診受診率(40～69歳の過去1年間)	男性	%	国民生活基礎調査(横浜市分)	54.8	2022	R04	60	以上	2028	R10	増加	国等と同値
117	直接成果	がん検診	定期的ながん検診を受ける	肺がん検診受診率(40～69歳の過去1年間)	女性	%	国民生活基礎調査(横浜市分)	43.9	2022	R04	60	以上	2028	R10	増加	国等と同値
118	直接成果	がん検診	定期的ながん検診を受ける	大腸がん検診受診率(40～69歳の過去1年間)	全体	%	国民生活基礎調査(横浜市分)	48.6	2022	R04	60	以上	2028	R10	増加	国等と同値
119	直接成果	がん検診	定期的ながん検診を受ける	大腸がん検診受診率(40～69歳の過去1年間)	男性	%	国民生活基礎調査(横浜市分)	52.0	2022	R04	60	以上	2028	R10	増加	国等と同値
120	直接成果	がん検診	定期的ながん検診を受ける	大腸がん検診受診率(40～69歳の過去1年間)	女性	%	国民生活基礎調査(横浜市分)	45.6	2022	R04	60	以上	2028	R10	増加	国等と同値
121	直接成果	がん検診	定期的ながん検診を受ける	乳がん検診受診率(40～69歳の過去2年間)	女性	%	国民生活基礎調査(横浜市分)	50.5	2022	R04	60	以上	2028	R10	増加	国等と同値
122	直接成果	がん検診	定期的ながん検診を受ける	子宮頸がん検診受診率(20～69歳の過去2年間)	女性	%	国民生活基礎調査(横浜市分)	43.6	2022	R04	60	以上	2028	R10	増加	国等と同値
123	直接成果	歯科健診	定期的に歯のチェック	妊婦歯科健康診査受診率	女性	%	地域保健・健康増進事業報告	43.6	2022	R04	40	以上	2024	R06	増加	国等と同値
124	直接成果	歯科健診	定期的に歯のチェック	20代～60代における過去1年間に歯科健診を受けた者の割合	全体	%	健康に関する市民意識調査	48.2	2020	R02	55	以上	2032	R14	増加	b_2年分以上データあり 悪化傾向
125	直接成果	糖尿病等の疾患	検査結果に応じた生活習慣の改善・早期受診・治療継続	HbA1cの名称とその意味を知っている人の割合		%	健康に関する市民意識調査(速報値)	22.4	2023	R05	30	以上	2032	R14	増加	c_1年分のみデータあり

NO	評価項目	課題・取組テーマ	市民の行動目標・環境づくりの目標	指標	区分	単位	出典	直近値	西暦-直近値	和暦-直近値	目標値(目標)	向き	西暦-目標値	和暦-目標値	目標の方向	目標値の設定方法
126	直接成果	糖尿病等の疾患	検査結果に応じた生活習慣の改善・早期受診・治療継続	糖尿病と診断された人の治療継続者の割合		%	健康に関する市民意識調査	67.4	2020	R02	75	以上	2032	R14	増加	国等と同値
127	直接成果	食環境づくり	健康への関心の有無にかかわらず、誰もが栄養バランスのよい食事を選択できる食環境を、食品関連事業者等と連携し整える	栄養バランスのよい食事を選択できる環境づくりに資する取組を行っている店舗数			今後、把握する枠組みの整備	今後把握			今後検討				増加	e_データがない
128	直接成果	給食施設の栄養管理	給食施設がその利用者を対象に、食事の提供を通して、健康の保持増進、疾病の予防、望ましい食習慣の形成を行うことができる環境を整える	給食利用者による給食内容の評価の実施の割合		%	栄養管理報告書	66.5	2022	R04	68	以上	2032	R14	増加	b_2年分以上データあり 悪化傾向
129	直接成果	給食施設の栄養管理	給食施設がその利用者を対象に、食事の提供を通して、健康の保持増進、疾病の予防、望ましい食習慣の形成を行うことができる環境を整える	非常食糧を備蓄している給食施設の割合		%	栄養管理報告書	93.1	2022	R04	98.8	以上	2032	R14	増加	a_2年分以上データあり 改善傾向
130	直接成果	受動喫煙防止対策	あらゆる場において市民が受動喫煙をする機会を減らす	非喫煙者のうち日常生活の中で受動喫煙の機会を有する者の割合	路上	%	健康に関する市民意識調査	26.6	2020	R02	24.3	以下	2032	R14	減少	c_1年分のみデータあり
131	直接成果	受動喫煙防止対策	あらゆる場において市民が受動喫煙をする機会を減らす	非喫煙者のうち日常生活の中で受動喫煙の機会を有する者の割合	職場内	%	健康に関する市民意識調査	8.7	2020	R02	7.3	以下	2032	R14	減少	c_1年分のみデータあり
132	直接成果	受動喫煙防止対策	あらゆる場において市民が受動喫煙をする機会を減らす	非喫煙者のうち日常生活の中で受動喫煙の機会を有する者の割合	飲食店	%	健康に関する市民意識調査	8.6	2020	R02	7.2	以下	2032	R14	減少	c_1年分のみデータあり
133	直接成果	受動喫煙防止対策	あらゆる場において市民が受動喫煙をする機会を減らす	非喫煙者のうち日常生活の中で受動喫煙の機会を有する者の割合	公園	%	健康に関する市民意識調査	5.2	2020	R02	3.9	以下	2032	R14	減少	c_1年分のみデータあり
134	直接成果	受動喫煙防止対策	あらゆる場において市民が受動喫煙をする機会を減らす	非喫煙者のうち日常生活の中で受動喫煙の機会を有する者の割合	家庭内	%	健康に関する市民意識調査	8.5	2020	R02	7.1	以下	2032	R14	減少	c_1年分のみデータあり
135	直接成果	職場における健康づくり	健康経営に取り組む事業所を増やす	横浜健康経営認証新規認証事業所数(累計)		事業所	横浜健康経営認証	1,104	2022	R04	1,854	以上	2032	R14	増加	a_2年分以上データあり 改善傾向
136	直接成果	職場における健康づくり	健康経営の取組により従業員の健康状態が改善したと感じる事業所を増やす	健康状態の改善を感じている横浜健康経営認証クラスAA、クラスAAA認証事業所の割合		%	横浜健康経営認証申請時アンケート	43.9	2022	R04	48	以上	2032	R14	増加	c_1年分のみデータあり

第 3 期健康横浜 2 1 の評価基準の考え方について
(令和 6 年 3 月 計画策定時点 案)

1 趣旨

第 2 期健康横浜 2 1 計画評価及び次期計画策定検討部会として、第 3 期健康横浜 2 1 の策定時点における評価基準の考え方をとりまとめ、中間評価及び最終評価のための基礎資料として引き継ぐ。

2 評価の流れ（案）

	中間評価	最終評価
データ収集	令和 10 年度の直近値	令和 15 年度の直近値
健康に関する 市民意識調査の実施	令和 10 年 7 月頃	令和 15 年 7 月頃
	※よこはま健康研究（横浜市立大学）とも要調整	
評価（策定）検討部会	令和 10 年度中に発足 令和 11 年度末まで	令和 15 年度中に発足 令和 17 年度末まで
評価結果とりまとめ	令和 11 年度中に中間評価案を とりまとめたうえで計画期間 後半の重点取組案を検討し、 パブコメを実施	令和 16 年度前半までに最終評 価をとりまとめ、次期計画の 検討資料として活用（最終評 価案のパブコメは不要）
評価結果の活用	令和 12 年度からの計画期間後 半の取組へ反映	令和 18 年度からの次期計画の 策定へ反映

3 評価基準案

第 2 期計画の計画策定時には、各指標の数値変化に関する評価基準を検討しておらず、計画の評価に当たって、まずそれを決定することが課題となった。このため、第 3 期計画では、計画策定時点の評価基準案を検討しておくこととする。

ただし、本市の EBPM 推進における統一的な考え方や、国から健康増進計画の評価基準が示されることも起こり得るため、評価基準案は状況に応じて見直すものと位置付ける。

＜評価基準案＞

評価段階	指標分類	具体的な目標値を設定した指標	目標の方向のみを設定した指標
	S	目標値に達した	目標値以上の改善
A	目標に近づいた	計画策定時値と目標値の差の 30%以上の改善	計画策定時値から 相対的に 5%以上の改善
B	変化なし	SAC のいずれにも 当てはまらない	計画策定時値から 相対的に 5%未満の変化
C	目標から離れた	計画策定時値から相対的に 5%以上の悪化	
D	評価が困難	基準変更、調査項目変更に伴い、評価が困難	

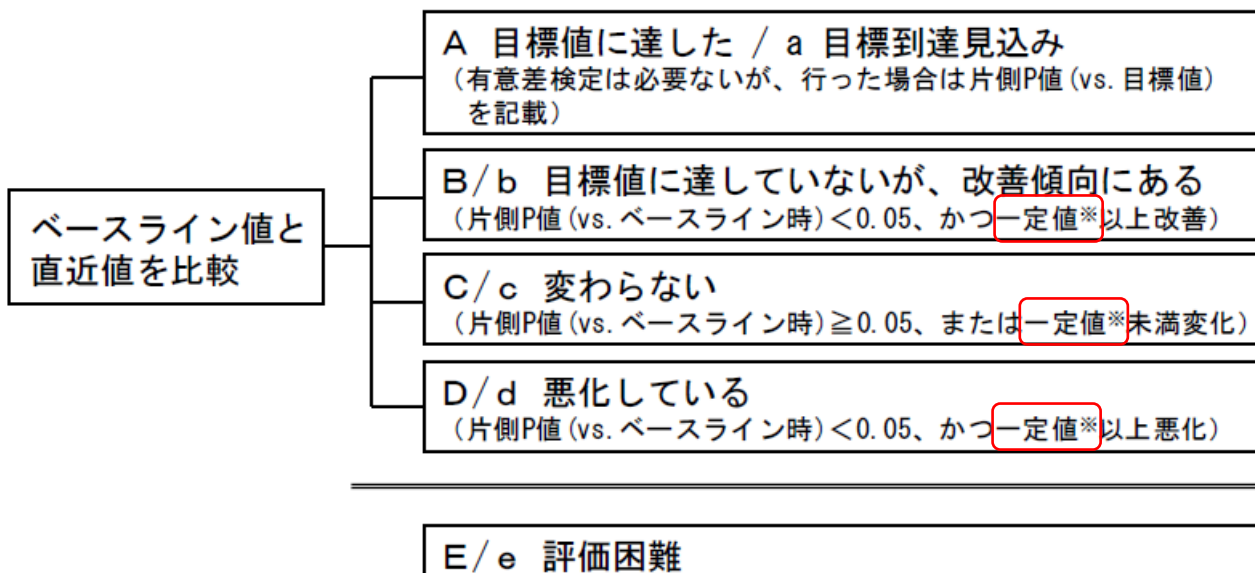
注 1) 一つの目標の下に複数の指標や男女別の指標がある場合については、健康日本 21 (第二次) の評価方法に倣って、S = 5 点、A = 4 点、B = 3 点、C = 2 点として平均を算出し (小数点以下五捨六入、D は除く)、目標を総合評価しつつ、詳細に各指標の結果を踏まえて考察していくこととする。

注 2) 評価のベースラインとなる「計画策定時値」とは、令和 6 年度までに把握できた最新のデータを意味しており、計画冊子に記載してある、目標値を算出するために用いた「直近値」とは異なる。

【参考①】第2期健康横浜21最終評価（令和4年6月）

評価段階	具体的な目標値を設定している指標		方向のみ設定の指標
	統計的な処理が可能	統計的な処理は不可	数値変化の方向
S	目標値に達した	目標値に達した	
A	目標に近づいた	A-ア 統計的に有意に改善	A-イ 3%以上の改善 目標と同じ方向
B	変化なし	B-ア 統計的に差がない	B-イ 3%未満の変化
C	目標から離れた	C-ア 統計的に有意に悪化	C-イ 3%以上の悪化 目標と逆の方向
D	評価が困難	基準変更、調査項目変更に伴い、評価が困難	

【参考②】健康日本21（第三次）における目標の評価（令和5年5月）



※「一定値」とは、以下の「最小変化範囲」のことをいう

- ・ベースライン値からの改善・不変・悪化の判断は、統計学的に有意かつ最小変化範囲以上の変化があるかどうかによって判断することとし、この「最小変化範囲」とは、「ベースライン値から目標値に向けて原則30%以上の改善」もしくは「ベースライン値から相対的に原則5%以上の悪化」とする。
- ・「(ベースライン値からの) 増加」「減少」が目標値となっている項目については、「有意かつベースライン値から相対的に原則5%以上の変化」で改善・悪化を判定する。

4 評価基準案に関する付帯事項

次の事項については、第3期計画の策定時点の考え方を整理しておくが、評価を行う時点で再確認するものとする。

(1) 有意差検定の必要性

第2期計画では有意差検定が可能な場合は行ってきたが、調査回答数の大小によって結果が左右されがちであることから、有意差検定は必須ではない（行っても構わないが、それが評価を決めるものではない）。

(2) 調査回答者数の付記

出典をあたり、調査回答数（n数）を捉え、評価結果に付記することに努める。

(3) 中間評価時値が目標値を上回った場合の対応

中間評価において「S：目標値に達した」となった指標については、次の①～③のいずれかの対応について検討する。

- ①目標値の上方修正を行い、計画期間後半の取組を強化する（健康課題の更なる改善が必要と判断）。
- ②目標値は修正せず、計画期間前半と同様の取組を継続していく（健康課題の改善を維持するために取組の継続が必要と判断）。
- ③目標値は修正せず、計画期間前半よりも取組の優先度を下げる（健康課題が改善されたと判断）。

なお、目標値の上方修正を行うにあたっては、計画原案冊子 p176 の表から「a_2 年分以上データあり改善傾向」を参考に「最終評価時までの延びを改めて予測したうえで、少なくとも、中間評価時値から相対的に5%よりも大きく改善することを見込んだ値を上方修正する目標値に設定する」とする。

<計画原案冊子 p176 の表に追記>

直接評価指標の目標値の設定方法		説明
国等と同値		国・県・本市等で策定した関連する計画・指針・ガイドライン等の目標値に合わせる。
a_2 年分以上データあり改善傾向		過去のデータが2年分以上あり改善傾向にある場合は、最終評価時までの延びを予測したうえで、少なくとも、策定時値から相対的に5%よりも大きく改善することを見込んだ値を目標値に設定する。
追記部分	中間評価時	<目標値の上方修正を行い、計画期間後半の取組を強化する場合> 最終評価時までの延びを改めて予測したうえで、少なくとも、 <u>中間評価時値</u> から相対的に5%よりも大きく改善することを見込んだ値を <u>上方修正する目標値</u> に設定する。
b_2 年分以上データあり悪化傾向		過去のデータが2年分以上あり悪化傾向にある場合は、策定時値から相対的に5%以上改善することを見込んだ値を目標値に設定する。ただし、取組を行うことによって現状維持を目指すことが妥当と考える場合は、直近値と同値を目標値に設定する。
c_1 年分のみデータあり		過去1年分のデータを策定時値と仮定して、相対的に5%以上改善することを見込んだ値を目標値に設定する。
d_100%か0%を目指すべき		法律や倫理的に100%又は0%を目標値とすべきと判断する場合は、設定方法a～cによる検討が可能であっても、その判断を優先する。
e_データがない		過去のデータがない場合は、国や県等の値を参考に目標値を設定する。参考になる値がない場合は、目標値は「今後検討」としておく。今後、収集できたデータを策定時値として、設定方法cにより目標値を検討する。

ライフステージ別の市民の行動目標 — 市民の皆様に取り組んでいただきたいこと —

取組テーマ	育ち・学びの世代 (乳幼児期～青年期)			働き・子育て世代 (成人・壮年期)		実りの世代 (高齢期)	
	乳幼児期 (0～6歳)	学齢期 (7～15歳)	青年期 (16～22歳頃)	成人期 (20～39歳)	壮年期 (40～64歳)	高齢前期 (65～74歳)	高齢後期 (75歳～)
栄養・食生活	1日3食、栄養バランスよく食べる						
	適正体重を維持する						
歯・口腔	しっかり噛んで食後は歯みがき			「口から食べる」を維持する			
喫煙	タバコの害を学ぶ・吸い始めない			禁煙にチャレンジ			
飲酒	飲酒のリスクを学ぶ・飲み始めない			飲酒のリスクを踏まえ「飲み過ぎない」を心がける			
運動	体を動かすことを楽しむ			日常の中で「こまめに」動く			
				定期的に「しっかり」運動する			
休養・こころ	早寝・早起き、ぐっすり睡眠			睡眠の質を高める・ストレスに気づき、対処する			
				つながりを大切にする			
暮らしの備え				自然災害等の「もしも」の健康リスクに備える			
				屋内で生じる「まさか」の事故を防ぐ			
健康診査				1年に1回、健診を受ける			
がん検診				定期的にがん検診を受ける			
歯科健診				定期的に歯のチェック			
糖尿病等の疾患				検査結果に応じた生活習慣の改善・ 早期受診・治療継続			

健康寿命の延伸に向けた主要な健康課題

健康寿命を延ばすために、市民の皆様とともに主要な健康課題の改善を目指します。

- | | |
|-----------------------------------|----------------------------|
| 1 生活習慣病の予防を通じた早世 [※] の減少 | 6 歯周炎の予防と改善 |
| 2 男性の肥満や脂質異常症の改善 | 7 腰痛の予防と改善 |
| 3 女性の乳がんの死亡率の減少 | 8 骨折・転倒により介護が必要な状態となることの減少 |
| 4 糖尿病の重症化の予防 | 9 高齢期の不慮の事故による死亡率の減少 |
| 5 喫煙・受動喫煙の減少 | 10 成人期・壮年期のメンタルヘルスの向上 |

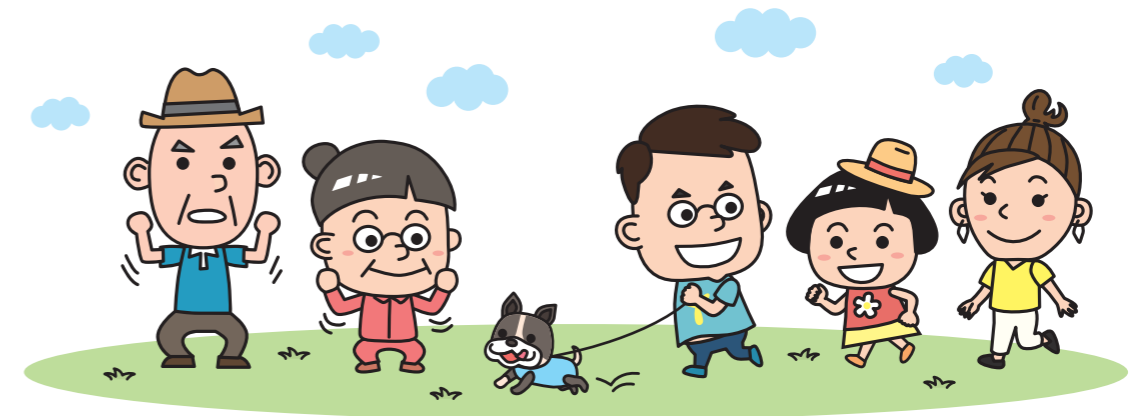
※早世・・・若くして亡くなること。

よこはま 健康アクション

(R6-R11)

～健康寿命の延伸に向けた10の重点取組～

推進期間：令和6(2024)年度～令和11(2029)年度



横浜市では、生活習慣病の予防を中心とした市民の総合的な健康づくりの指針である「第3期健康横濱21～横浜市健康増進計画・歯科口腔保健推進計画・食育推進計画～」(計画期間:令和6年度～令和17年度)を推進しています。

「よこはま健康アクション(R6-R11)」は、計画期間前半で重点的に推進する取組です。

市民の皆様が生涯を通じて健康づくりに取り組めるよう、行政が中心となり、地域の様々な関係機関・団体、民間事業者、大学等と共に取り組んでいます。

よこはま健康アクション10の重点取組

(R6-R11)

将来を見据えた健康づくりの強化

高齢期に至るまでの健康を保持するために、高齢者の健康を支えるとともに、若い世代から健康に関心を持てるような取組を推進します。

Action 1 職場を通じた健康づくり

働く人が増加し、家庭や地域に加え、職場における健康づくりがより一層重要になっています。従業員の健康を重視した取組を行う事業所を増やし、その取組を支援します。

取組例 | 健康経営の普及や、栄養・食生活、歯・口腔、健診受診啓発、禁煙サポート、すきま時間の運動、睡眠、ストレス対処等に関する職場における取組の支援



Action 2 女性の健康づくり応援

女性特有の健康課題を踏まえ、健康づくりを支える取組を行います。

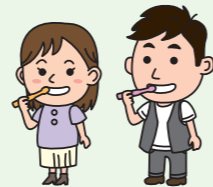
取組例 | 40～50歳代の女性特有の健康課題を踏まえた、乳がん予防啓発、骨粗鬆症予防啓発、ストレス対処等に関する取組



Action 3 青年期からの意識啓発

学校生活等で忙しく、健康に関心が向きにくい若い世代に対して、効果的なアプローチ方法を用いて、意識啓発に取り組みます。

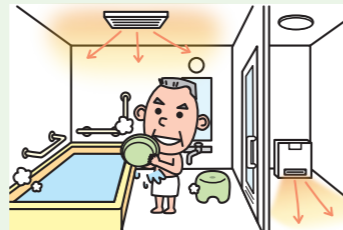
取組例 | 大学や専門学校等との連携による健康な歯と口を維持するための取組、喫煙防止教育に関する取組



Action 4 健康を守る暮らしの備え

屋内で生じる不慮の事故として、高齢者の冬の溺水が多くなっています。入浴時の急な温度変化が血圧等の体に与える影響(ヒートショック)による事故の予防方法を周知します。

取組例 | 血圧管理の大切さとヒートショック予防の啓発に関する取組



自然に健康になれる環境づくり

個人の生活習慣の改善へのアプローチに加えて、誰もが健康に望ましい行動を取りやすくする環境を整えることに取り組みます。

Action 5 食環境づくり

健康への関心の有無にかかわらず、誰もが栄養バランスのよい食事を自然に選択できるよう、食品関連事業者や関係機関とともに、商品の開発や選択できる環境づくりに取り組みます。

取組例 | 民間企業と連携した栄養に配慮した商品の開発、売り場表示の工夫、給食施設の栄養管理に関する取組



Action 6 禁煙支援・受動喫煙防止

広く禁煙啓発を行うとともに、職場ぐるみの禁煙チャレンジを支援し、働き・子育て世代の禁煙を促すことにより、子どもをたばこの害から守ります。あわせて、飲食店等への啓発や喫煙者への配慮の呼び掛けを通じ、あらゆる場所での受動喫煙防止に取り組みます。

取組例 | 子どもと同居する世代への禁煙チャレンジの支援、受動喫煙防止対策の推進



デジタル技術等の更なる活用

スマートフォン等の普及に伴い、歩数・ヘルスケアデータの記録やマイナポータル連携による健診データ等の取得が容易になっており、これらを事業に活用していきます。

Action 7 健康状態の見える化と行動変容の促進

記録されたデータ等を活用して、自身の健康状態をわかりやすく見える化し、アドバイスや将来予測をすることで行動変容を促す仕組みを検討します。

取組例 | 市民の行動変容を促進し、総合的に健康づくりを支援するアプリ等の導入検討



誰も取り残さない健康支援

病気・障害などにより様々な健康状態にある方や、健康づくりに積極的に取り組めない状況にある方が、健康づくりに取り組めるよう支援します。

Action 8 糖尿病等の重症化予防

糖尿病等の治療継続や重症化予防のための生活習慣改善が必要な方を対象とした個別及び集団のアプローチを行います。

取組例 | 特定健診でHbA1c(ヘモグロビンエーワンシー)*が高めだった方などを対象に、健診結果の見方や食生活・運動等の生活習慣に関する健康相談を実施

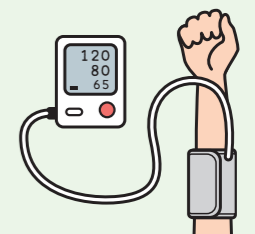
*HbA1c(ヘモグロビンエーワンシー)：過去1～2か月間の平均的な血糖の状態が分かる血液検査です。血糖値と異なり、直前の飲食によって値が変動することはほとんどありません。



Action 9 健康格差を広げない取組

経済面等を含め様々な状況にある方へ、健康診査や医療機関受診の勧奨、健康相談を行います。

取組例 | 生活保護受給者等の健康づくりを支援



地域人材の育成／活動支援

地域における健康づくりの仲間となる人材の育成や活動支援を行います。

Action 10 地域のつながりで行う健康づくり

保健活動推進員や食生活等改善推進員などと連携し、地域の健康課題やニーズを踏まえながら、地域のつながりを生かした啓発活動等に取り組みます。

取組例 | 保健活動推進員や食生活等改善推進員と連携して生活習慣病予防やフレイル・オーラルフレイル予防等を推進

