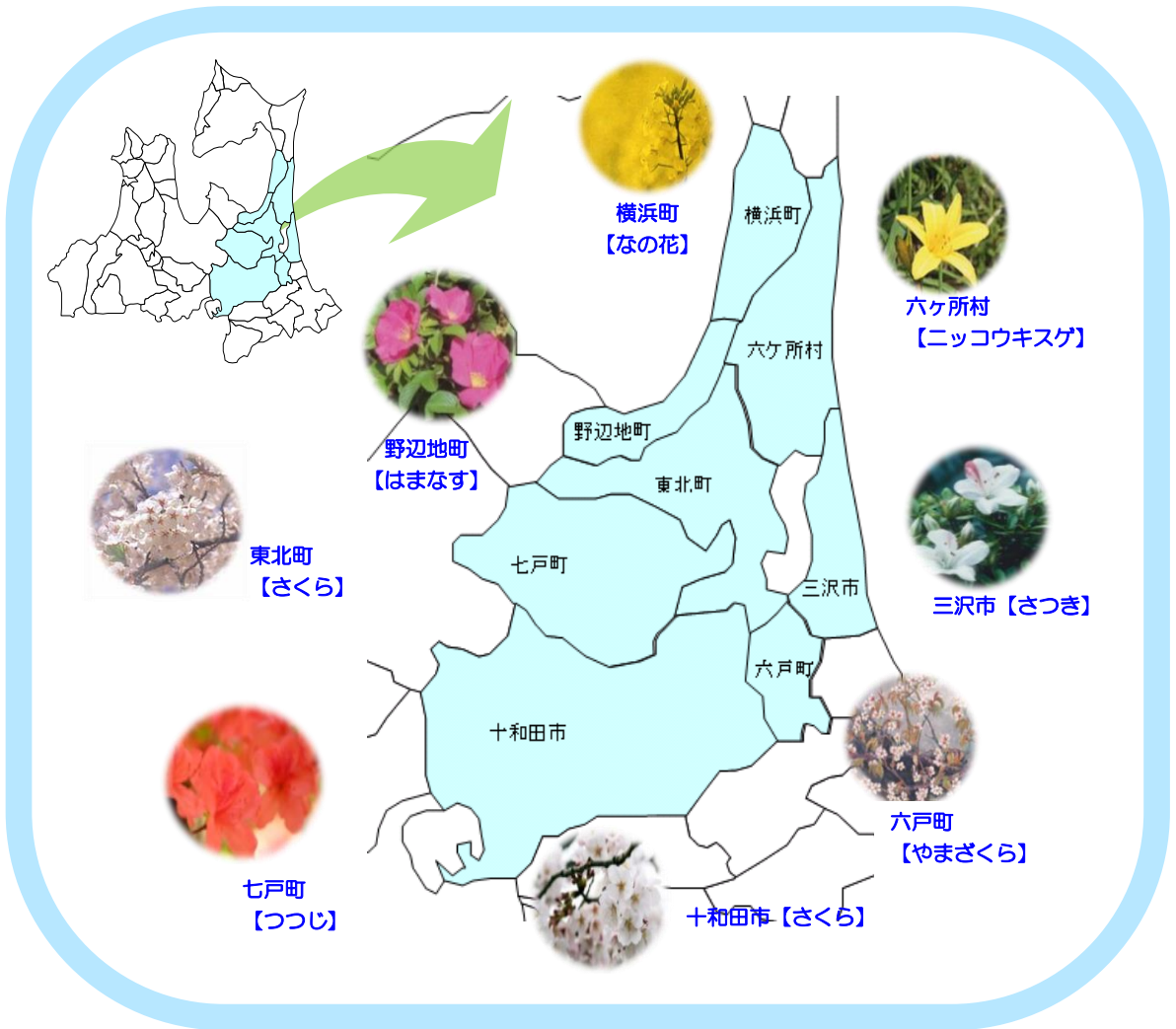


上十三圏域健康増進計画

健康上十三21（第2次）

最終評価



2024年(令和6年)3月
青森県上十三保健所

目次

第1章 健康上十三21(第2次)の概要	1
I 計画策定の趣旨・動向	
II 計画の概要	
1 全体目標	
2 基本的方向	
3 重点課題	
4 策定年度	
5 計画の期間	
6 施策の方向性	
第2章 健康づくり運動の推進体制	3
I 推進組織	
1 上十三地域保健医療推進協議会	
2 市町村の健康づくり推進協議会等	
II 関係者に期待される主な役割と取組	
第3章 上十三圏域の現状	6
I 人口	
II 人口構成	
III 平均寿命の推移	
IV 出生率及び死亡率	
V 主要死因の状況	
第4章 最終評価の目的と方法	12
I 最終評価の目的	
II 最終評価の方法	
1 直近の実績値に係るデータ分析について	
2 改善状況について	
第5章 最終評価の結果	13
I 目標項目の評価状況	
II 領域別の評価状況	
III 全体目標に対する最終評価	
IV 指標の達成状況	
上十三地域保健医療推進協議会・保健対策部会委員名簿	29

第1章 健康上十三21(第2次)の概要

I 計画策定の趣旨・動向

「健康日本21」、「健康あおり21」を受けて、地域特性を活かした健康増進計画として「健康上十三21」を平成14年3月に策定し、平成19年度には中間評価を行い、「医療制度改革に伴う項目の追加」や「目標値・行動目標の見直し」等について検討し、目標達成に向けた一次予防の重視を基本に健康づくりを推進しました。

平成24年度に、領域別指標項目の達成状況及び取り組み状況について最終評価を行い、平成25年度から、「自殺予防対策」及び「喫煙防止対策」と「肥満予防対策」を柱とした「生活習慣病予防対策」を重点的な取り組みとして健康上十三21(第2次)を開始しました。

II 計画の概要

1 全体目標

青森県健康増進計画「健康あおり21(第2次)」の基本理念を踏まえ、上十三圏域の住民一人ひとりが健やかな生命と心を育み豊かな暮らしを送ることができるよう、子どもの頃から健康的な生活習慣を身につけることを促進し、疾病予防及び重症化予防に取り組むことにより、早世の減少と健康寿命の延伸を目指します。

2 基本的方向

- (1)住民の健康教養(ヘルスリテラシー)の向上
- (2)ライフステージに応じた生活習慣等の改善
- (3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底
- (4)住民の健康を支え、守るための社会環境の整備

3 重点課題

- (1)自殺については、全国・県よりも死亡率が高い。
- (2)男性の喫煙率は、全国・県より高く、妊婦の喫煙率は県より高い。
- (3)住民の肥満及び肥満傾向の割合が高い。

4 策定年度

平成25年度(平成26年2月)

5 計画の期間

上十三地域保健医療推進協議会において、健康上十三21(第2次)の進捗状況や目標の在り方等に関する事項において定期的に検討を行ってきました。

令和4年度(平成34年度)までとしていた計画の期間を「健康あおり21(第2次)」と整合性を図るため、令和5年度(平成35年度)まで延伸しました。

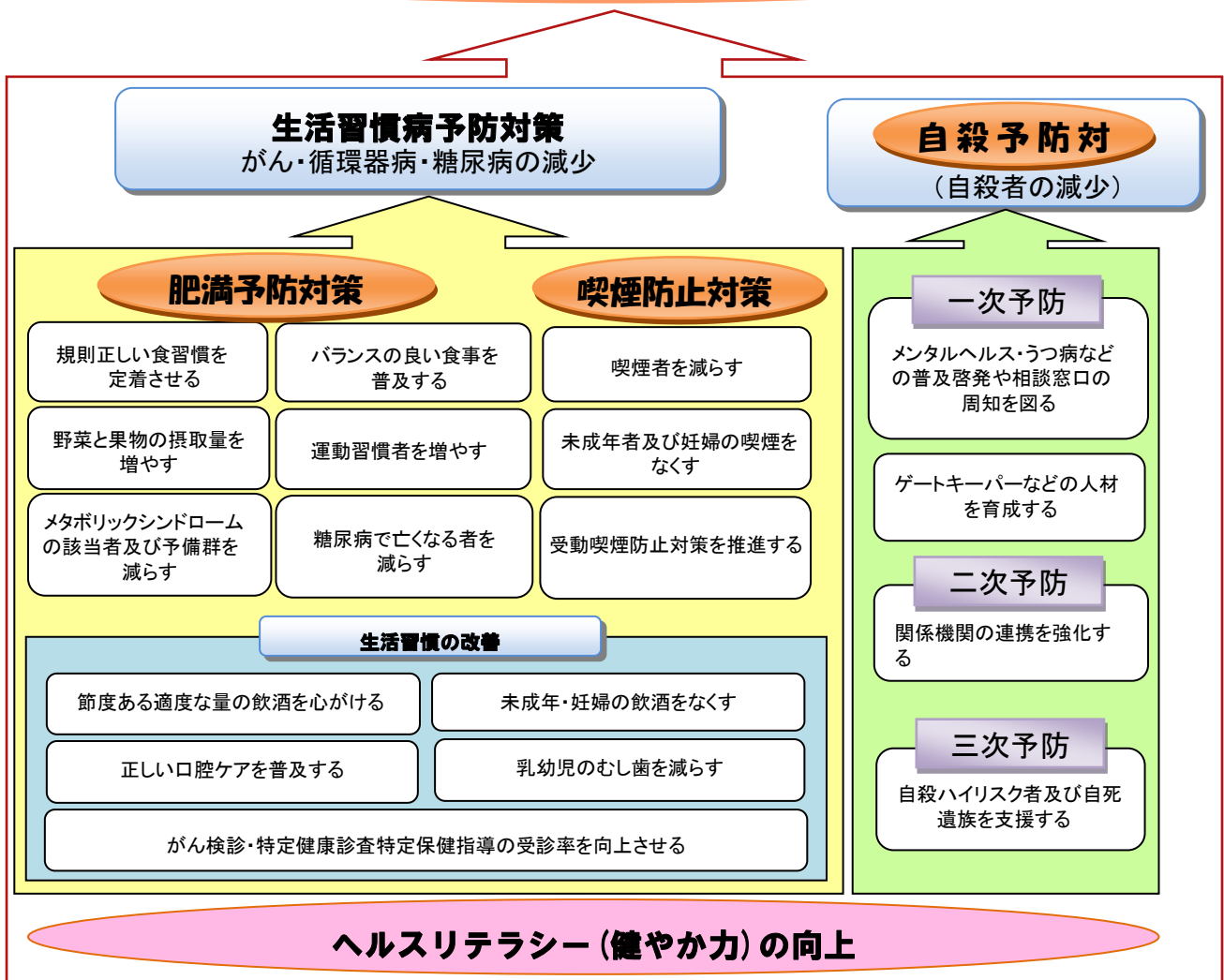
	H29 (2017)	H30 (2018)	H31 (2019)	H32 (2020)	H33 (2021)	H34 (2022)	H35 (2023)
健康上十三21(第2次)							
健康あおり21(第2次)							
健康日本21(第2次)							

6 施策の方向性

対策	施策の方向性
自殺予防	①【一次予防】うつ病に関する知識や相談窓口の周知等の普及啓発 見守る役割を担う「ゲートキーパー」等の人材育成の推進 ②【二次予防】相談体制の確立 相談対応や各相談窓口担当者の連携強化 ③【三次予防】自殺未遂者などハイリスク者への支援
喫煙防止	①喫煙に関する知識の普及啓発 ②未成年者や妊娠中の喫煙防止の推進 ③受動喫煙防止対策の推進
肥満予防	①栄養・食生活の実態把握と、改善に向けた対策の推進 ②適正体重の維持に係る正しい知識の普及啓発 ③身体を動かすことの必要性に対する知識の普及啓発 ④運動習慣定着の推進 ⑤糖尿病の発症予防、適正管理、糖尿病対策の基盤整備

<健康上十三21(第2次)改定版の目標>

全体目標
早世の減少と健康寿命の延伸



第2章 健康づくり運動の推進体制

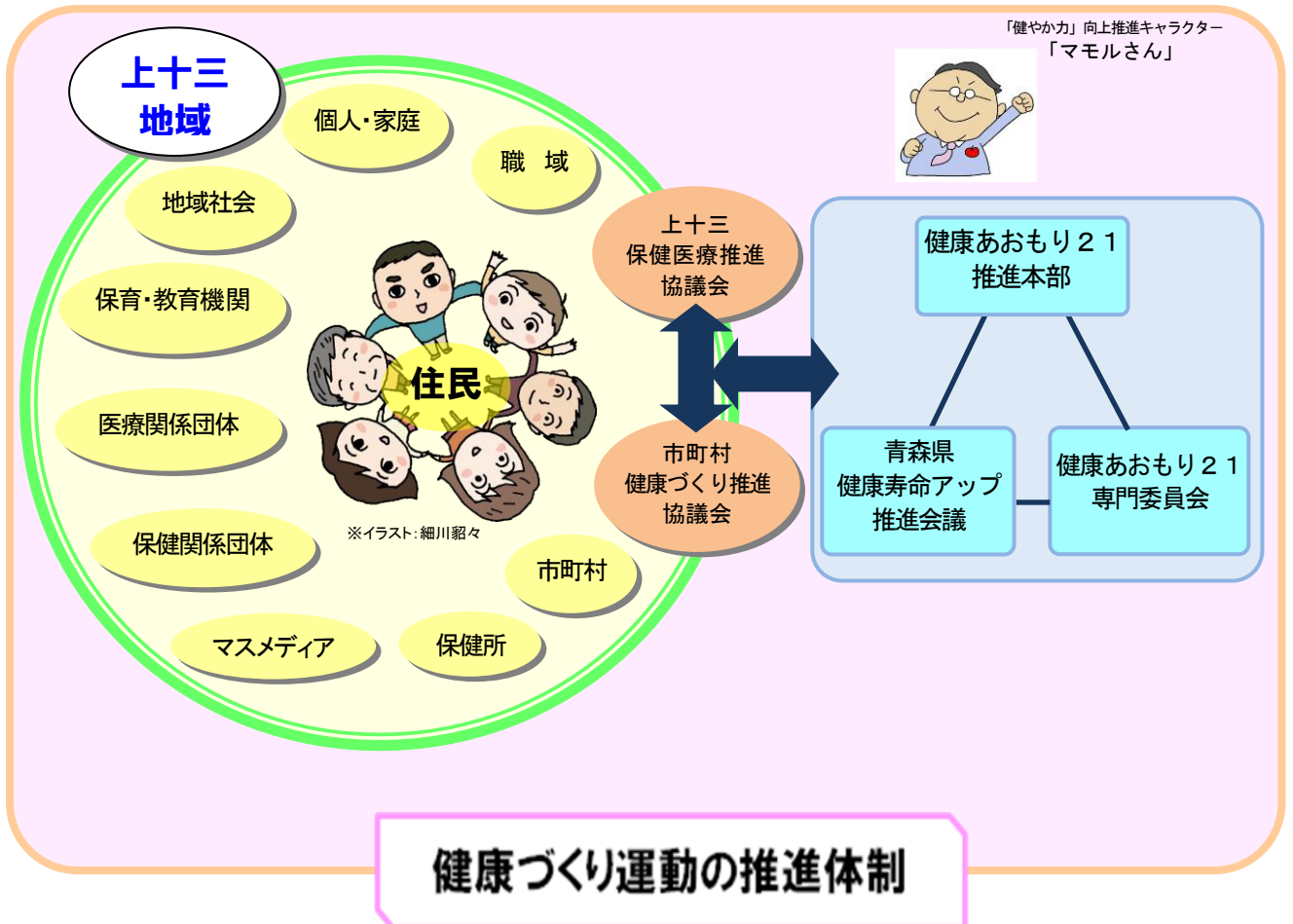
I 推進組織

1 上十三地域保健医療推進協議会


二次保健医療圏において地域保健医療計画や管内の健康増進計画(第2次)を推進するための組織です。

2 市町村の健康づくり推進協議会等


市町村において、住民、保健医療福祉教育関係者、行政が一体となって健康増進計画(第2次)に基づく健康づくりを推進するための組織です。



II 関係者に期待される主な役割と取組
(1) 自殺予防対策

目標項目	関係者	個人・家庭	地域社会	保育・教育機関	職域	医療関係団体	保健関係団体	市町村	保健所
自殺予防対策 自殺者を減らす	一次予防	<ul style="list-style-type: none"> ・ストレスを減らしましょう ・ストレスと上手につき合う方法を見つけてみましょう ・十分な睡眠をとりましょう ・一人で悩まず早めに相談しましょう ・家庭での会話を増やしましょう 	<ul style="list-style-type: none"> ・あいざつをしましょう ・地区活動への参加を呼びかける ・悩んでいる人が相談窓口を紹介しましょう ・各種事業や研修会の開催 	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもが相談しやすい環境をつくる 	<ul style="list-style-type: none"> ・このころの健康づくり対策の推進 	<ul style="list-style-type: none"> ・公開講座(青森多重債務被害をなくす会【青森りんごの会】) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ゲートキーパー・傾聴ボランティアなどの人材育成 ・メンタルヘルス・うつ病などの普及啓 ・このころの健康づくり講演会 	<ul style="list-style-type: none"> ・健康講座 ・高校生の自殺予防健康教育の実施 	
	二次予防	 <p>イラスト：細川貂々</p>		<ul style="list-style-type: none"> ・相談体制の確立 ・相談関係者の連携 		<ul style="list-style-type: none"> ・健康介護まちかど相談薬局(薬剤師会) ・産後うつ予防 	<ul style="list-style-type: none"> ・交流の場をつくる(ボランティア) ・健康相談(青森りんごの会) ・傾聴サロン、認知症カフェ ・ストレスチェックの実施 	<ul style="list-style-type: none"> ・傾聴ボランティアのフォローアップ ・産後うつ予防 ・このころの健康相談 	<ul style="list-style-type: none"> ・関係機関のネットワーク強化 ・精神保健福祉相談
	三次予防						<ul style="list-style-type: none"> ・自殺未遂者などハイリスク者への支援 		

(2) 生活習慣病予防対策

目標項目	関係者	個人・家庭	地域社会	保育・教育機関	職域	医療関係団体	保健関係団体	市町村	保健所	
生活習慣病予防対策 ①喫煙防止対策	①成人の喫煙率を減らす	<ul style="list-style-type: none"> ・たばこを吸わないようにしましょう 	<ul style="list-style-type: none"> ・たばこを吸う環境を作らない(人が集まる場所に灰皿を置かない) 			<ul style="list-style-type: none"> ・禁煙治療 	<ul style="list-style-type: none"> ・喫煙防止教育 	<ul style="list-style-type: none"> ・禁煙支援 ・世界禁煙デー ・禁煙に関する情報提供 	<ul style="list-style-type: none"> ・健康講座 	
	②未成年者及び妊婦の喫煙をなくす	<ul style="list-style-type: none"> ・未成年者や妊婦はたばこを吸ってはいけません ・子どもの手の届く所にたばこを置かないようにしましょう 	<ul style="list-style-type: none"> ・未成年にたばこを売らない ・未成年者・妊婦の前でたばこを吸わない 	<ul style="list-style-type: none"> ・喫煙防止教育 	<ul style="list-style-type: none"> ・妊婦健診での支援 	<ul style="list-style-type: none"> ・妊産婦への支援 ・小中学生への喫煙防止教育 	<ul style="list-style-type: none"> ・喫煙者への禁煙支援 ・禁煙見守りカードによる禁煙支援 			
	③受動喫煙防止対策を実施している施設を増やす	<ul style="list-style-type: none"> ・周りに人がいるところではたばこを吸わないようにしましょう 	<ul style="list-style-type: none"> ・喫煙所以外でたばこを吸わない 	<ul style="list-style-type: none"> ・喫煙防止教育 	<ul style="list-style-type: none"> ・喫煙防止教育 	 <p>喫煙禁止の場ではたばこを吸ってはいけません 空気清浄機設置推奨です</p>		<ul style="list-style-type: none"> ・妊婦の夫・同居者に対する禁煙支援 	<ul style="list-style-type: none"> ・妊産婦への支援 ・小中学生への喫煙防止教育 	<ul style="list-style-type: none"> ・健康講座 ・健康講座 ・世界禁煙デー ・禁煙に関する情報提供

目標項目	関係者	個人・家庭	地域社会	保育・教育機関	職域	医療関係団体	保健関係団体	市町村	保健所
②肥満予防対策	(1)栄養・食生活 ①塩分摂取量を減らす ②野菜と果物の摂取量を増やす ③適正体重を維持している者を増やす ④肥満傾向にある子どもを減らす	・塩分を減らし薄味にしましょう ・毎日野菜や果物を食べましょう ・適正な体重を意識して体重を測りましょう ・カロリーの少ないおやつを選びましょう ・こまめに体を動かしましょう ・ウォーキング等で運動を続けましょう ・食べ過ぎず、体を動かしましょう	・栄養教室への参加を勧める ・カロリーの高い間食(こびり)を控える ・子どもが安全に遊ぶように見守る ・地区活動への参加呼びかける(ウォーキング、ラジオ体操)	・食育活動の継続 ・身体計測の実施 ・保健指導等 ・家庭との連携 ・体育、部活、学校行事等	・従業員に対して、パンフレットを配布し、普及啓発 ・健康教育 ・定期的な体重測定の実施 ・健診事後指導の充実	・市民フォーラムの開催 ・地域の健康づくり講座等への講師派遣 ・疾病別栄養教室の実施	・食育活動の継続 ・減塩活動の継続 ・健康づくりイベントでの普及啓発(食生活改善推進員・保健協力員) ・保健指導の実施 ・親子料理教室の開催(食生活改善推進員) 運動教室の開催(運動指導士会)	・乳幼児期からの減塩教育 ・地区健康教室や栄養教室 ・野菜料理+1品運動の推進 ・保健指導の実施 ・適正体重維持の必要性について普及啓発 ・学校・保育園・幼稚園との連携 ・運動の必要性について普及啓発	・健康講座 ・青森のおいしい健康応援店認定の推進
	(2)身体活動・運動を増やす ①日常生活における歩数を増やす ②運動習慣者を増やす (3)糖尿病・糖尿病で亡くなる者を減らす	・お酒の量を減らしましょう ・家族皆で食後の歯みがきをしましょう ・時間を決めておやつを食べましょう ・定期的な歯科健診を受けましょう ・定期的な健(検)診を受けましょう ・健診を受けて、保健指導で生活習慣を戻しましょう	・お酒を無理に勧めない ・未成年者・妊婦は飲酒を売らない ・家族皆で食後の歯みがきをしましょう ・時間を決めておやつを食べましょう ・定期的な歯科健診を受けましょう	・保健体育での教育 ・歯科健診後のフォロー徹底 ・保健指導 ・健診後のフォロー徹底 ・健診事後指導の充実	・「節度ある適度な量の飲酒」の勧め ・ネグレクトを視野にないれた連携(歯科医師会) ・フッ化物応用事業(歯科医師会) よい歯のシニアコンテスト ・歯と口の健康展の開催 ・地域歯科フォーラム(歯科医師会)	・治療の継続 ・重症化予防 ・アルコール依存者のミーティングや家族教室(医療機関・自助グループ)	・健診の受診を勧める ・健康教育の実施	・糖尿病の知識の普及啓発 ・健診の実施、事後指導の充実 ・糖尿病に関する実態把握と情報提供 ・重症化予防 ・健診結果説明会での指導 ・広報等でのアルコールの影響について知識の普及 ・医療機関、自助グループの紹介 ・母子健康手帳交付時の保健指導及びリーフレット配布 ・幼児歯科検診 ・歯と口の健康週間 ・幼児間食摂取状況調査	・糖尿病に関する実態把握と情報提供 ・重症化予防
	(3)健診・保健指導 ①がん検診・特定健康診査特定保健指導の実施率を向上させる ②メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の割合を減らす	・お酒の量を減らしましょう ・家族皆で食後の歯みがきをしましょう ・時間を決めておやつを食べましょう ・定期的な歯科健診を受けましょう ・定期的な健(検)診を受けましょう ・健診を受けて、保健指導で生活習慣を戻しましょう	・お酒を無理に勧めない ・未成年者・妊婦は飲酒を売らない ・家族皆で食後の歯みがきをしましょう ・時間を決めておやつを食べましょう ・定期的な歯科健診を受けましょう	・保健体育での教育 ・歯科健診後のフォロー徹底 ・保健指導 ・健診後のフォロー徹底 ・健診事後指導の充実	・「節度ある適度な量の飲酒」の勧め ・ネグレクトを視野にないれた連携(歯科医師会) ・フッ化物応用事業(歯科医師会) よい歯のシニアコンテスト ・歯と口の健康展の開催 ・地域歯科フォーラム(歯科医師会)	・治療の継続 ・重症化予防 ・アルコール依存者のミーティングや家族教室(医療機関・自助グループ)	・健診の受診を勧める ・健康教育の実施	・糖尿病の知識の普及啓発 ・健診の実施、事後指導の充実 ・糖尿病に関する実態把握と情報提供 ・重症化予防 ・健診結果説明会での指導 ・広報等でのアルコールの影響について知識の普及 ・医療機関、自助グループの紹介 ・母子健康手帳交付時の保健指導及びリーフレット配布 ・幼児歯科検診 ・歯と口の健康週間 ・幼児間食摂取状況調査	・糖尿病に関する実態把握と情報提供 ・重症化予防
③生活習慣の改善	・お酒の量を減らしましょう ・家族皆で食後の歯みがきをしましょう ・時間を決めておやつを食べましょう ・定期的な歯科健診を受けましょう ・定期的な健(検)診を受けましょう ・健診を受けて、保健指導で生活習慣を戻しましょう	・お酒を無理に勧めない ・未成年者・妊婦は飲酒を売らない ・家族皆で食後の歯みがきをしましょう ・時間を決めておやつを食べましょう ・定期的な歯科健診を受けましょう	・保健体育での教育 ・歯科健診後のフォロー徹底 ・保健指導 ・健診後のフォロー徹底 ・健診事後指導の充実	・「節度ある適度な量の飲酒」の勧め ・ネグレクトを視野にないれた連携(歯科医師会) ・フッ化物応用事業(歯科医師会) よい歯のシニアコンテスト ・歯と口の健康展の開催 ・地域歯科フォーラム(歯科医師会)	・治療の継続 ・重症化予防 ・アルコール依存者のミーティングや家族教室(医療機関・自助グループ)	・健診の受診を勧める ・健康教育の実施	・糖尿病の知識の普及啓発 ・健診の実施、事後指導の充実 ・糖尿病に関する実態把握と情報提供 ・重症化予防 ・健診結果説明会での指導 ・広報等でのアルコールの影響について知識の普及 ・医療機関、自助グループの紹介 ・母子健康手帳交付時の保健指導及びリーフレット配布 ・幼児歯科検診 ・歯と口の健康週間 ・幼児間食摂取状況調査	・糖尿病に関する実態把握と情報提供 ・重症化予防	

第3章 上十三圏域の現状

I 人口

当圏域の人口は、令和5年10月1日現在、161,964人(住民基本台帳)です。

年齢別の人口割合の推移をみると、15歳以上65歳未満の人口割合と15歳未満の人口割合が低下する一方、65歳以上の人口割合が上昇しており、人口の少子高齢化が進んでいます。これは、将来推計においても同様になっています。

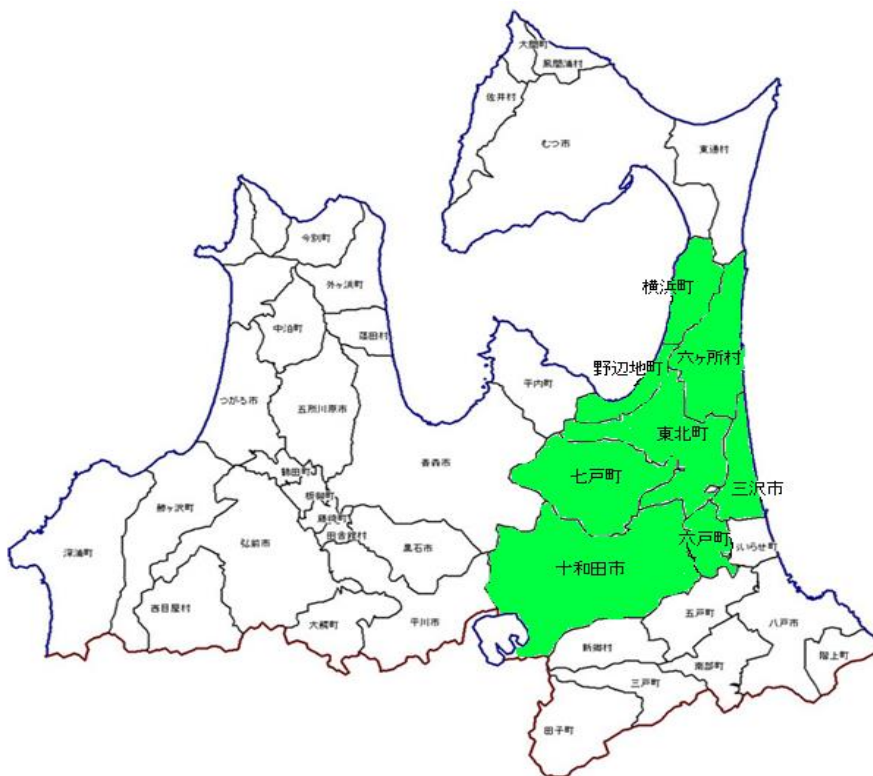


表1 管内市町村別の人口・世帯数・面積・人口密度

市町村名	人口(人)	世帯数	面積(km ²)	人口密度(人) (1 km ² 当たり)
十和田市	58,047	27,796	725.65	79.99
三沢市	37,219	18,923	119.39	311.74
野辺地町	11,914	6,134	81.68	145.86
七戸町	14,251	6,719	337.23	42.26
六戸町	10,567	4,540	83.89	125.96
横濱町	4,076	2,025	126.38	32.25
東北町	16,234	7,118	326.50	49.72
六ヶ所村	9,656	4,921	252.58	38.23
管内合計	161,964	78,176	2053.88	78.88

住民基本台帳(令和5年10月1日現在)

国土交通省国土地理院: 全国都道府県市区町村別面積調

※人口密度は表中の人口を面積で除したものである。

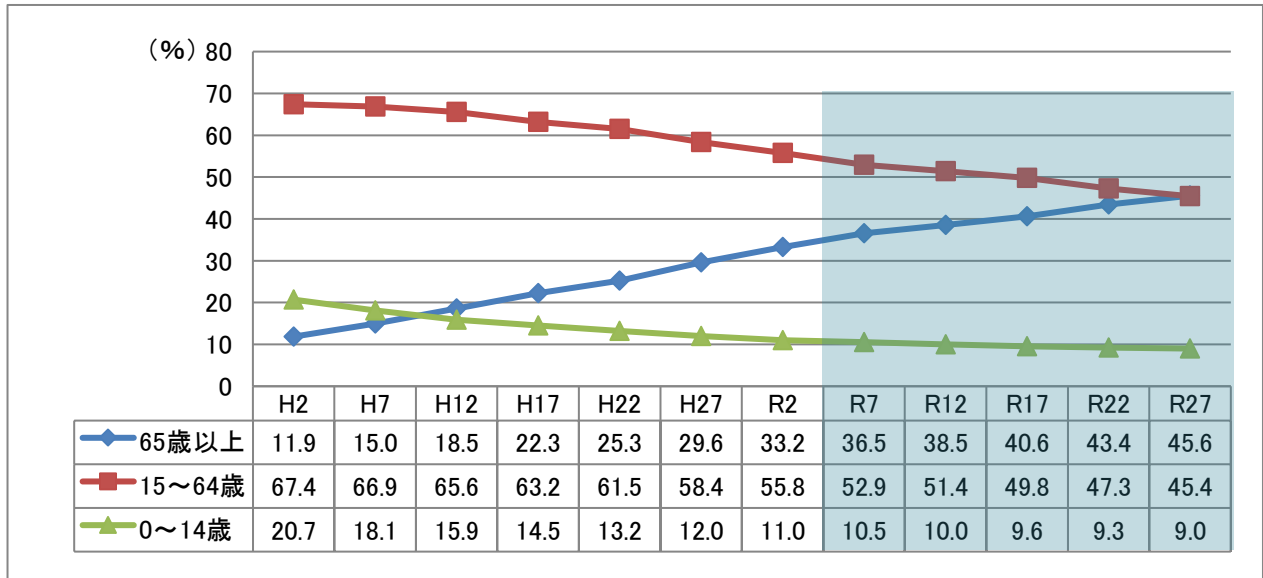
II 人口構成

当圏域は、0～14歳、15～64歳は減少し、65歳以上は増加傾向にあります。

県や当圏域は全国よりも高齢化率が高くなっています。

当圏域の世帯の約2割が高齢者だけの世帯になっています。

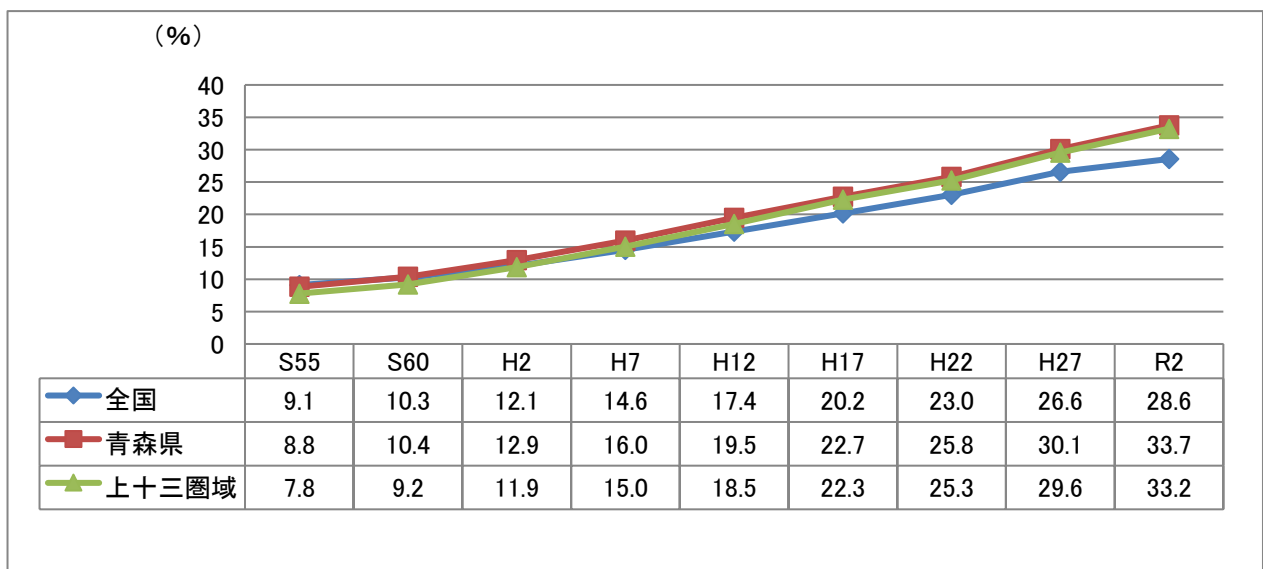
図1 年齢3区分別の人口推移・将来推計人口(上十三圏域)



令和2年まで: 総務省、国勢調査

令和7年以降: 国立社会保障・人口問題研究所、市区町村別将来推計人口

図2 高齢化率の推移



総務省、国勢調査

表2 上十三圏域の高齢単身世帯数、高齢夫婦世帯数及び割合

年	一般世帯数				一般世帯に占める割合	
		高齢単身世帯数	高齢夫婦世帯数	その他の世帯数	高齢単身の割合(%)	高齢夫婦世帯の割合(%)
昭和 55 年	55,225	1,448	1,298	52,479	2.6	2.4
昭和 60 年	58,415	1,971	1,846	54,598	3.4	3.2
平成 2 年	59,368	1,998	2,301	55,069	3.4	3.9
平成 7 年	63,534	2,832	3,551	57,151	4.5	5.6
平成 12 年	67,445	4,087	4,850	58,508	6.1	7.2
平成 17 年	68,327	5,123	5,853	57,351	7.5	8.6
平成 22 年	68,964	6,309	6,580	56,075	9.1	9.5
平成 27 年	68,750	7,858	7,501	53,391	11.4	10.9
令和 2 年	70,390	9,443	7,126	53,821	13.4	10.1

総務省、国勢調査

※高齢単身世帯:65歳以上の者1人のみの世帯。

高齢夫婦世帯:夫65歳以上、妻60歳以上の夫婦一組の世帯。

Ⅲ 平均寿命の推移

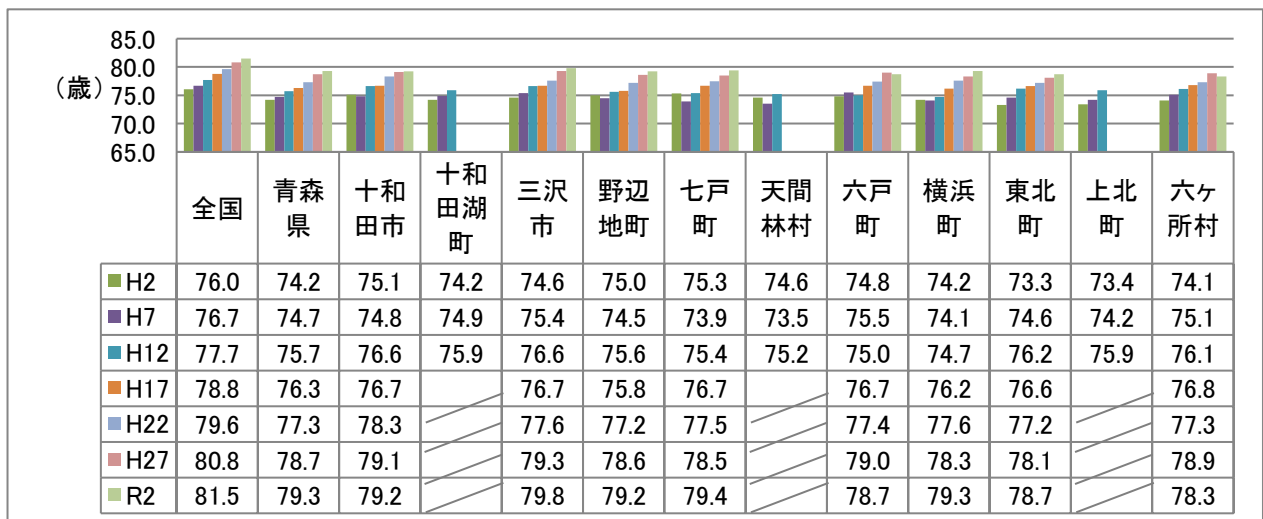
ある年の男女別にみた年齢別死亡率が将来もそのまま続くと仮定して、各年齢に達した人たちが、その後平均して何年生きられるかを示したものを平均余命といい、0歳時の平均余命を特に平均寿命といいます。

青森県の平均寿命は、令和2年で男性が79.3歳、女性86.3歳となっています。平均寿命は着実に伸びているものの、男女とも全国最下位の状態が続いています。

市町村の平均寿命については、全国の下位50市区町村の中に男性では32市町村、女性では24市町村が含まれています。

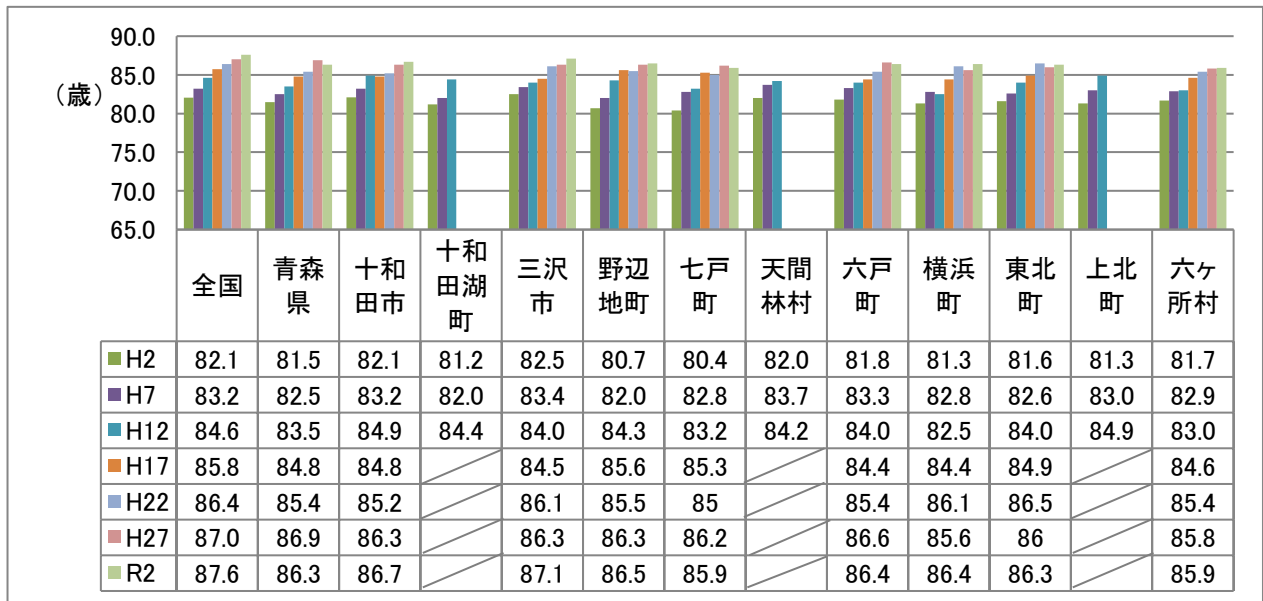
管内では、男性の5位に六ヶ所村、11位に六戸町、12位に東北町、30位に野辺地町、34位に十和田市、38位に横浜町、女性の10位に七戸町、13位に六ヶ所村、45位に東北町が入っています。

図3 市町村別平均寿命の推移(男)



厚生労働省:市区町村別生命表

図4 市町村別平均寿命の推移(女)



厚生労働省：市区町村別生命表

※合併：十和田市（H17. 1. 1合併 十和田市、十和田湖町）

七戸町（H17. 3. 31合併 七戸町、天間林村）

東北町（H17. 3. 31合併 上北町、東北町）

※参考 全国と青森県の健康寿命（令和元年）

健康寿命とは、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です。

※（ ）は平均寿命との差

	青森県	全国
男性	71.73(7.54)	72.68(8.81)
女性	76.05(10.28)	75.38(12.22)

厚生労働科学研究 健康寿命のページ

令和元年度厚生労働科学研究

「健康寿命及び地域格差の分析と健康増進対策の効果検証に関する研究」

※算定方法：チャンの生命表とサリバン法による

算定式：厚生労働省科学研究 健康寿命のページ <http://toukei.umin.jp/kenkoujyummyou/>参照

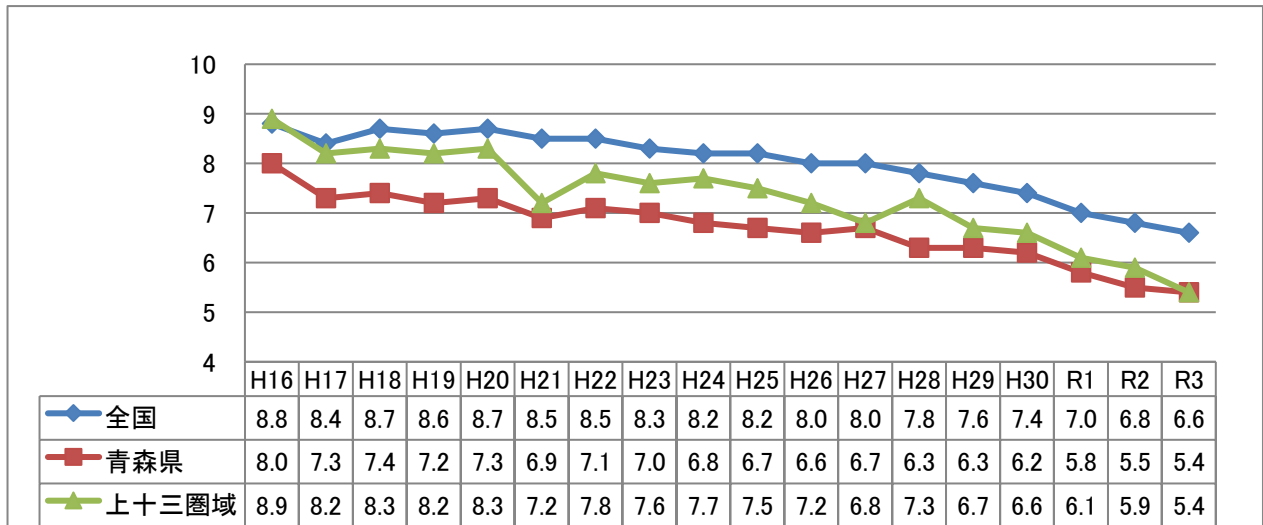
※対象集団の人口規模が小さいと、データの変動が大きく精度が低くなるため、現在県では市町村の健康寿命は計算していません。

IV 出生率及び死亡率

当圏域の出生率及び合計特殊出生率は減少傾向にあるものの、県を上回っています。

当圏域の死亡率は増加傾向にあり、高齢化が大きく影響しています。乳児死亡率は、変動しています。

図5 出生率の推移(人口千対)



厚生労働省:人口動態統計

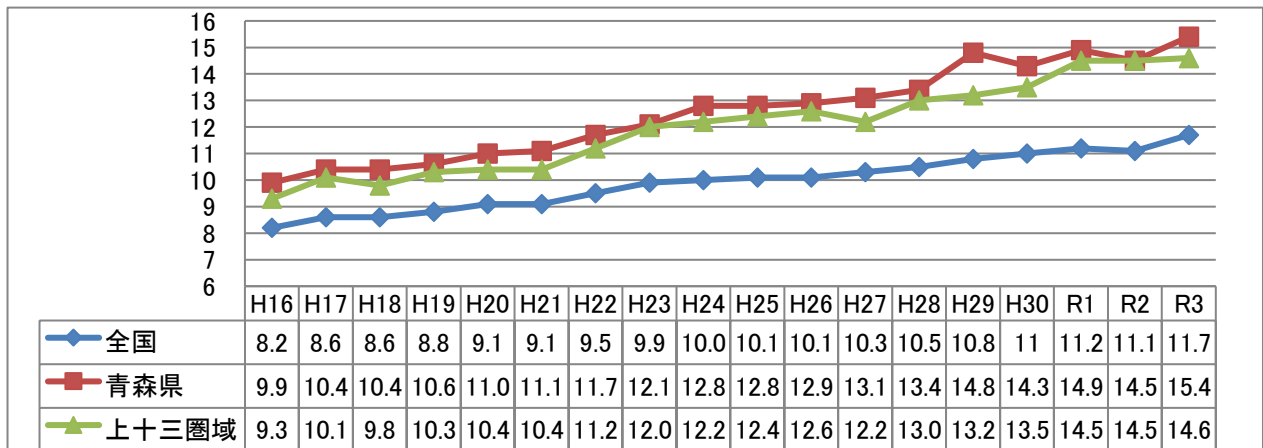
表3 合計特殊出生率の推移

	平成5年～ 平成9年	平成10年～ 平成14年	平成15年～ 平成19年	平成20年～ 平成24年	平成25年～ 平成29年
青森県	1.58	1.48	1.34	1.37	1.42
上十三圏域	1.75	1.70	1.55	1.56	1.57
十和田市	1.64	1.52	1.35	1.32	1.39
三沢市	2.00	1.98	1.88	1.79	1.78
野辺地町	1.49	1.57	1.38	1.46	1.46
七戸町	1.71	1.52	1.35	1.56	1.44
十和田湖町	1.80	1.74	合併		
六戸町	1.85	1.68	1.39	1.48	1.57
横浜町	1.85	1.82	1.40	1.46	1.52
上北町	1.64	1.75	合併		
東北町	1.70	1.76	1.51	1.58	1.65
天間林村	1.71	1.60	合併		
六ヶ所村	2.08	2.07	1.88	1.88	1.74

厚生労働省:人口動態統計

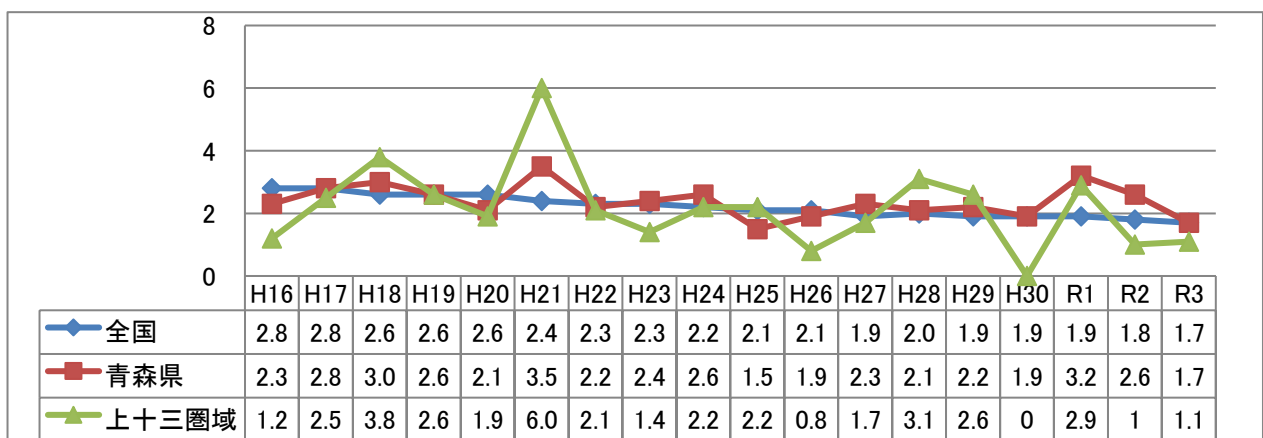
※合計特殊出生率は、15～49歳の女性の年齢別出生率を合計した値で、1人の女性がその年次の年齢別出生率で産むと仮定した場合に一生の間に産む子どもの平均数を表しています。

図6 死亡率の推移(人口千対)



厚生労働省:人口動態統計

図7 乳児死亡率の推移(出生千対)

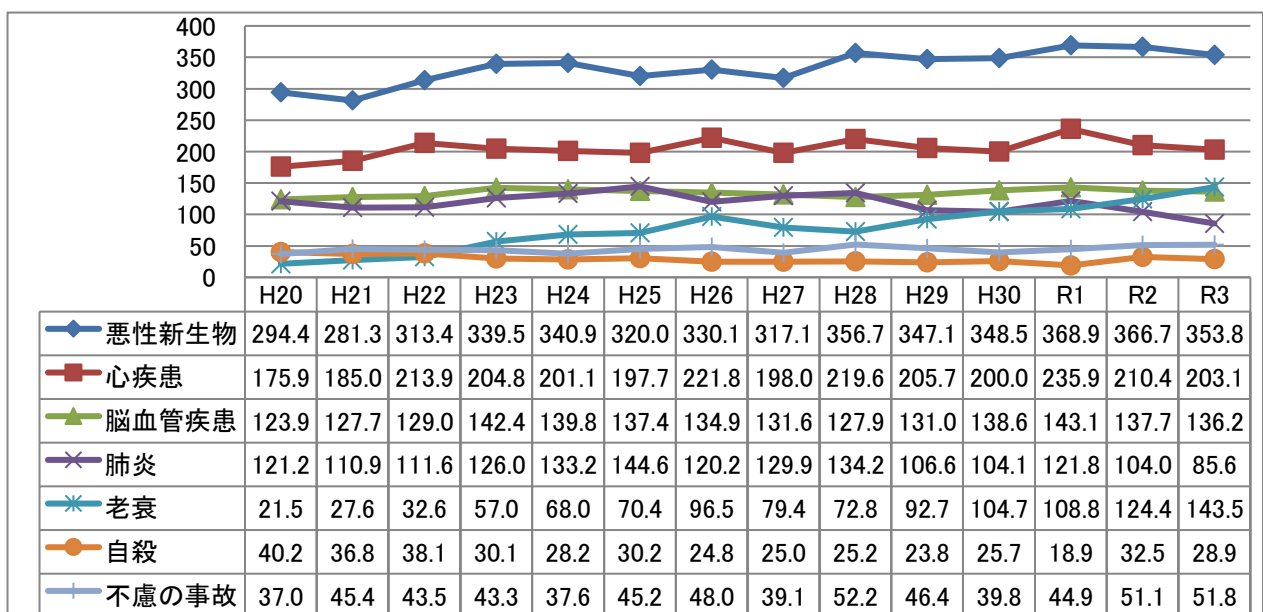


厚生労働省:人口動態統計

V 主要死因の状況

疾病別死因順位は、令和3年の県、当圏域は、第1位悪性新生物、第2位心疾患、第3位老衰となっており、三大死因は全国と同様ですが、死亡率はいずれも全国平均より高い割合です。

図8 上十三圏域主要死因別死亡率の推移(人口10万対)



厚生労働省:人口動態統計

第4章 最終評価の目的と方法

I 最終評価の目的

健康上十三21(第2次)開始11年を目途に、目標に対する実績値の評価や諸活動の成果の評価を行うとともに、得られた課題を令和6年度以降の次期上十三圏域版健康増進計画に反映させます。

II 最終評価の方法

1 直近の実績値に係るデータ分析について

・直近の実績値が、目標値に対してどのような動きになっているか分析しました。

2 改善状況について

・直近の実績値が、目標に向けて改善したか、不変であるか、または悪化したか等を簡潔に記載しました。

・評価については、以下のとおり、5段階で評価しました。

計画策定時の基準値と直近の実績値を比較	標記
目標値に達した	達成
目標値に達していないが、改善傾向にある	改善
変わらない	不変
悪化している	悪化
中間評価時に新たに設定した指標又は把握方法が異なるため評価が困難	評価不能

第5章 最終評価の結果

I 目標項目の達成状況

全65項目について、その達成状況を評価した結果を表4にまとめました。

達成は、10項目(15.4%)、改善は17項目(26.2%)、悪化は18項目(27.7%)、評価不能は20項目(30.8%)でした。

表4 領域・項目の評価状況

領域	項目	指標数	達成	改善	不変	悪化	評価不能
こころの健康	自殺予防対策	1	1				
	項目に占める達成状況の割合		100%				
生活習慣病 予防対策	喫煙防止対策	12	8	2			2
	項目に占める達成状況の割合		66.7%	16.7%			16.7%
	肥満予防対策	21	1	6		14	
	項目に占める達成状況の割合		4.8%	28.6%		66.7%	
	生活習慣の改善	31		9		4	18
	項目に占める達成状況の割合			29.0%		12.9%	58.1%
合計		65	10	17	0	18	20
指標数に占める達成状況の割合			15.4%	26.2%	0%	27.7%	30.8%

<参考> 中間評価時の評価状況

領域	項目	指標数	達成	改善	不変	悪化	評価不能
こころの健康	自殺予防対策	1		1			
	項目に占める達成状況の割合			100%			
生活習慣病 予防対策	喫煙防止対策	12	1	5		6	
	項目に占める達成状況の割合		8.3%	41.7%		50.0%	
	肥満予防対策	18	3	4		11	
	項目に占める達成状況の割合		16.7%	22.2%		61.1%	
	生活習慣の改善	31	2	16	1	12	
	項目に占める達成状況の割合		6.5%	51.6%	3.2%	38.7%	
合計		63	6	26	1	29	0
指標数に占める達成状況の割合			9.5%	41.3%	1.6%	46.0%	0%

II 領域別の評価状況

1 自殺予防対策

1項目1指標のうち、「達成」100%であり、目標達成しました。

自殺死亡率は、全国、県よりも高いです。

令和2年には、急激な自殺死亡率の増加がみられており、新型コロナウイルス感染症拡大等による経済的な影響や孤立化の影響もあると考えられます。

令和4年の減少が、今後も維持継続するのかを注視し、引き続き取組を継続します。

2 喫煙予防対策

4項目12指標のうち、「達成」66.7%、「改善」16.7%であり、改善傾向です。

健康増進法の改正により、「受動喫煙防止対策(施設内禁煙)を実施している施設の割合の増加」は目標値を達成しました。

成人、妊婦、未成年の喫煙は減少傾向です。

令和5年3月24日に制定された「青森県受動喫煙防止条例」も踏まえ、引き続き取組を継続します。

3 肥満予防対策

8項目21指標のうち、「達成」4.8%、「改善」28.6%、「悪化」66.7%であり、悪化傾向です。

栄養・食生活では、野菜と果物の摂取量の増加は改善傾向にある一方で、食塩摂取量は悪化しています。

身体活動・運動は、計画策定時より悪化し、肥満者の割合も悪化しました。

糖尿病は、標準化死亡比(SMR)が悪化し、透析導入者も増加しており、市町村の糖尿病性腎症重症化予防プログラムの円滑な実施と、地域・職域の連携、医療連携体制の推進を図り、取組を行っていく必要があります。

4 生活習慣の改善

11項目31指標のうち、「達成」0%、「改善」29.0%、「悪化」12.9%であり、改善傾向です。

がん検診に関する項目で、検診の対象年齢や検査方法の変更があったことから、値の単純比較ができないため、「評価不能」の項目が多くなりました。

歯科・口腔の健康の指標は、すべて「改善」されました。

飲酒の項目では、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が悪化しています。肥満予防対策と合わせた取組を継続する必要があります。

III 全体目標に対する最終評価

上十三圏域の住民一人ひとりが健やかな生命と心を育み豊かな暮らしを送ることができるよう、子どもの頃から健康的な生活習慣を身につけることを促進し、疾病予防及び重症化予防に取り組むことにより、早世の減少と健康寿命の延伸を目指してきました。

平均寿命は着実に伸びているものの、依然として全国と差があり、県全体の平均寿命でも全国最下位が続いている状況です。

特に、肥満予防対策に関する項目が「悪化」という結果であったことから、指標及び取組を見直し、「誰一人取り残さない健康づくり」に取り組んでいく必要があります。

健康上十三三21(第2次)の最終評価の結果(1)

(R5.12.31時点)

領域	項目	指標	目標値	基準値	中間評価	現状値	最終評価	データソース・備考	
自殺予防対策	自殺者の減少	人口10万対	24.0	H23年度(2023)	25.2	H28年度(2022)	達成	人口動態統計	
	成人の喫煙率の減少	男性	23.0%以下	H22年度(2010)	40.3%	H28年度(2022)	改善	青森県県民健康・栄養調査	
		女性	5.0%以下	H22年度(2010)	14.3%	H28年度(2022)	達成	青森県県民健康・栄養調査	
	未成年者の喫煙をなくす	中学1年生 男子	0%	H23年度(2011)	0.8%	H27年度(2015)	達成	公立小・中・高等学校における児童生徒の喫煙等状況調査	
		中学1年生 女子	0%	H23年度(2011)	0.4%	H27年度(2015)	達成	公立小・中・高等学校における児童生徒の喫煙等状況調査	
	妊娠中の喫煙をなくす	高校3年生 男子	0%	H23年度(2011)	2.7%	H27年度(2015)	評価不能	公立小・中・高等学校における児童生徒の喫煙等状況調査	
		高校3年生 女子	0%	H23年度(2011)	1.1%	H27年度(2015)	評価不能	公立小・中・高等学校における児童生徒の喫煙等状況調査	
	肥満予防対策 1) 栄養・食生活	食塩摂取量の減少 野菜と果物の摂取量の増加 適正体重を維持している者の増加(肥満の減少) 肥満傾向にある子ども割合の減少	成人	8.0g	H22年度(2010)	10.6g	H28年度(2022)	悪化	青森県県民健康・栄養調査
			野菜摂取量の平均値(20歳以上)	350g	H22年度(2010)	280.4g	H28年度(2022)	改善	青森県県民健康・栄養調査
			野菜摂取量の平均値(7~14歳)	250g	H22年度(2010)	227.5g	H28年度(2022)	達成	青森県県民健康・栄養調査
果物摂取量100g未満の者の割合			31.0%	H22年度(2010)	58.0%	H28年度(2022)	改善	青森県県民健康・栄養調査	
40~60歳代 男性の肥満者の割合			40.0%	H22年度(2010)	36.0%	H28年度(2022)	悪化	青森県県民健康・栄養調査	
40~60歳代 女性の肥満者の割合			10.0%	H22年度(2010)	26.2%	H28年度(2022)	悪化	青森県県民健康・栄養調査	
2) 身体活動・運動	日常生活における歩数の増加 運動習慣者の割合の増加	小学5年生男子の肥満傾向児の割合	14.0%	H25年度(2013)	16.3%	H28年度(2022)	悪化	青森県教育委員会学校保健統計調査(おいらせ町舎)	
		小学5年生女子の肥満傾向児の割合	8.0%	H25年度(2013)	12.3%	H28年度(2022)	悪化	青森県教育委員会学校保健統計調査(おいらせ町舎)	
		20~64歳 男性	8,200歩	H22年度(2010)	6,917歩	H28年度(2022)	悪化	青森県県民健康・栄養調査	
		20~64歳 女性	8,300歩	H22年度(2010)	6,798歩	H28年度(2022)	改善	青森県県民健康・栄養調査	
		65歳以上 男性	7,000歩	H22年度(2010)	4,287歩	H28年度(2022)	悪化	青森県県民健康・栄養調査	
		65歳以上 女性	5,900歩	H22年度(2010)	3,780歩	H28年度(2022)	改善	青森県県民健康・栄養調査	
		20~64歳 男性	39.0%	H22年度(2010)	14.3%	H28年度(2022)	悪化	青森県県民健康・栄養調査	
		20~64歳 女性	29.0%	H22年度(2010)	16.7%	H28年度(2022)	改善	青森県県民健康・栄養調査	
		総数	31.0%	H22年度(2010)	15.8%	H28年度(2022)	悪化	青森県県民健康・栄養調査	
		65歳以上 男性	72.0%	H22年度(2010)	60.0%	H28年度(2022)	悪化	青森県県民健康・栄養調査	
3) 糖尿病	糖尿病性腎症による年間新規透析導入患者数の減少 糖尿病標準化死亡比の減少	65歳以上 女性	52.0%	H22年度(2010)	70.0%	H28年度(2022)	悪化	青森県県民健康・栄養調査	
		総数	62.0%	H22年度(2010)	65.0%	H28年度(2022)	悪化	青森県県民健康・栄養調査	
		特定健診受診者	16人	H29年度(2017)	17人	中間評価新規追加項目	悪化	KDBシステム ※上十三独自に算定	
		男性	100	H29年度(2017)	192.0	中間評価新規追加項目	改善	青森県保健統計年報	
女性	100	H29年度(2017)	155.4	中間評価新規追加項目	悪化	青森県保健統計年報			

健康上十三21(第2次)の最終評価の結果(2)

(R5.12.31時点)

領域	項目	指標	目標値		基準値		中間評価		現状値		最終評価	アンケート・備考	
			R5年度(2023)	R5年度(2023)	H22年度(2010)	H23年度(2011)	H28年度(2016)	H29年度(2017)	R4年度(2022)	R4年度(2022)			
生活習慣の改善 1) 飲酒	生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者(一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)の割合の未成年者の飲酒をなくす	男性	26.4%	26.4%	H22年度(2010)	31.1%	H28年度(2016)	34.0%	R4年度(2022)	33.5%	悪化	市町村国保特定健康診査(上十三保健所算定)	
		女性	12.6%	12.6%	H22年度(2010)	14.8%	H28年度(2016)	19.0%	R4年度(2022)	22.5%	悪化		
		中学3年生 男子	0%	0%	H23年度(2011)	10.3%	H27年度(2015)	1.9%	R1年度(2019)	1.3%	改善		
		中学3年生 女子	0%	0%	H23年度(2011)	8.0%	H27年度(2015)	3.5%	R1年度(2019)	2.0%	改善		
		高校3年生 男子	0%	0%	H23年度(2011)	17.4%	H27年度(2015)	9.6%	—	—	評価不能		
	2) 歯・口腔の健康	妊婦中の飲酒をなくす	妊婦	0%	0%	H22年度(2010)	11.2%	H29年度(2017)	3.0%	R4年度(2022)	0.4%	改善	妊産婦情報共有システム
		3歳児でむし歯がない者の割合の増加	3歳児	90%	90%	H22年度(2010)	65.1%	H28年度(2016)	73.0%	R4年度(2022)	78.5%	改善	市町村母子保健事業実施状況調査
		3歳児で過去1年間にフッ化物歯面塗布を受けたことのある者の割合の増加	3歳児	65%	65%	H23年度(2011)	47.9%	H28年度(2016)	52.8%	R4年度(2022)	64.5%	改善	幼児間食摂取状況調査
		過去1年間に歯科健診を受診した者の増加	1歳以上	65%	65%	H22年度(2010)	20.5%	H28年度(2016)	34.6%	R4年度(2022)	36.6%	改善	青森県県民健康・栄養調査
		がん検診受診率の増加	胃がん男性	50%以上	50%以上	H23年度(2011)	19.9%	H28年度(2016)	25.6%	R3年度(2021)	11.6%	評価不能	地域保健・健康増進事業報告
3) 健(検)診・保健指導	がん検診の初回受診率の増加	胃がん女性	50%以上	50%以上	H23年度(2011)	21.4%	H28年度(2016)	34.1%	R3年度(2021)	15.3%	評価不能		
		肺がん男性	50%以上	50%以上	H23年度(2011)	25.9%	H28年度(2016)	22.2%	R3年度(2021)	9.0%	評価不能		
		肺がん女性	50%以上	50%以上	H23年度(2011)	27.0%	H28年度(2016)	31.9%	R3年度(2021)	13.2%	評価不能		
		大腸がん男性	50%以上	50%以上	H23年度(2011)	24.2%	H28年度(2016)	22.2%	R3年度(2021)	11.4%	評価不能		
		大腸がん女性	50%以上	50%以上	H23年度(2011)	27.6%	H28年度(2016)	32.9%	R3年度(2021)	17.4%	評価不能		
		子宮がん女性	50%以上	50%以上	H23年度(2011)	14.8%	H28年度(2016)	13.0%	R3年度(2021)	15.8%	評価不能		
		乳がん女性	50%以上	50%以上	H23年度(2011)	17.0%	H28年度(2016)	19.6%	R3年度(2021)	22.0%	評価不能		
		胃がん男性	30%	30%	H23年度(2011)	13.7%	H28年度(2016)	12.3%	R3年度(2021)	18.2%	評価不能		
		胃がん女性	30%	30%	H23年度(2011)	12.6%	H28年度(2016)	12.6%	R3年度(2021)	17.8%	評価不能		
		肺がん男性	30%	30%	H23年度(2011)	22.7%	H28年度(2016)	21.2%	R3年度(2021)	32.4%	評価不能		
肺がん女性	30%	30%	H23年度(2011)	22.6%	H28年度(2016)	21.9%	R3年度(2021)	32.6%	評価不能				
大腸がん男性	30%	30%	H23年度(2011)	15.2%	H28年度(2016)	12.8%	R3年度(2021)	28.3%	評価不能				
大腸がん女性	30%	30%	H23年度(2011)	14.6%	H28年度(2016)	12.4%	R3年度(2021)	24.3%	評価不能				
子宮がん女性	30%	30%	H23年度(2011)	29.7%	H28年度(2016)	30.7%	R3年度(2021)	40.1%	評価不能				
乳がん女性	30%	30%	H23年度(2011)	32.2%	H28年度(2016)	26.8%	R3年度(2021)	31.8%	評価不能				
脂質異常症(LDLコレステロール160mg/dl以上の者の割合)の減少	男性	6.2%	6.2%	H22年度(2010)	9.3%	H28年度(2016)	8.6%	R4年度(2022)	7.5%	改善	市町村国保特定健康診査(上十三保健所算定)		
女性	8.8%	8.8%	H22年度(2010)	10.7%	H28年度(2016)	9.6%	R4年度(2022)	10.0%	改善				
メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の割合の減少		19.0%	19.0%	H22年度(2010)	25.8%	H28年度(2016)	27.6%	R4年度(2023)	32.1%	悪化	市町村国保特定健康診査(上十三保健所算定)		
特定健康診査及び特定保健指導の実施率の向上	特定健康診査の実施率	50%以上	50%以上	H23年度(2011)	29.8%	H28年度(2016)	35.8%	R3年度(2021)	36.9%	改善	青森県特定健診・特定保健指導実施状況		
	特定保健指導の実施率	50%以上	50%以上	H23年度(2011)	34.4%	H28年度(2016)	42.6%	R3年度(2021)	32.9%	悪化			

IV 指標の達成状況

1 自殺予防対策

(1)こころの健康

領域	自殺予防対策				評価	達成						
分野	こころの健康											
項目	自殺者の減少 (人口10万人当たり)											
データソース	厚生労働省 人口動態統計											
年度	策定時					中間評価値						最終評価値
		H23 (2011)	H25 (2013)	H26 (2014)	H27 (2015)	H28 (2016)	H29 (2017)	H30 (2018)	R1 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)
国	22.9	20.7	19.5	18.4	16.8	16.4	16.1	15.7	16.4	16.4	17.4	
青森県	26.2	23.3	20.5	20.5	21.0	20.8	20.6	16.9	19.3	23.4	20.2	
上十三圏域	30.7	30.2	24.8	25.0	25.2	23.8	25.7	18.9	32.5	28.9	20.7	
目標値	24.0											

2 生活習慣病予防対策

(1)喫煙防止対策①

領域	生活習慣病予防対策				評価	男性 改善 女性 達成						
分野	喫煙防止対策											
項目	成人の喫煙率の減少(男性・女性)											
データソース	国民健康・栄養調査(国) 青森県県民健康・栄養調査(県)											
年度	策定時					中間評価値						最終評価値
		H22 (2010)	H25 (2013)	H26 (2014)	H27 (2015)	H28 (2016)	H29 (2017)	H30 (2018)	R1 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)
国	男性	32.2%	32.2%	32.2%	30.1%	30.2%	29.4%	29.0%	27.1%	—	—	—
	女性	8.4%	8.2%	8.5%	7.9%	8.2%	7.2%	8.1%	7.6%	—	—	—
青森県	男性	36.1%	—	—	—	34.9%	—	—	—	—	—	34.8%
	女性	7.9%	—	—	—	11.5%	—	—	—	—	—	11.9%
上十三圏域	男性	38.9%	—	—	—	40.3%	—	—	—	—	—	25.6%
	女性	6.6%	—	—	—	14.3%	—	—	—	—	—	4.8%
目標値	男性	23.0%以下										
	女性	5.0%以下										

2 生活習慣病予防対策

(1) 喫煙防止対策②

領域	生活習慣病予防対策		評価	中1男子 達成 中1女子 達成 高3男子 評価不能 高3女子 評価不能								
分野	喫煙防止対策											
項目	未成年者の喫煙をなくす 中学1年生 男子・女子 高校3年生 男子・女子											
データソース	公立小・中・高等学校における児童生徒の喫煙等状況調査											
年度	策定時		中間評価値					最終評価値				
	H23 (2011)		H25 (2013)	H26 (2014)	H27 (2015)	H28 (2016)	H29 (2017)	H30 (2018)	R1 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)
青森県	1年生 中学	男子	0.4%	—	—	0.2%	—	—	—	0.2%	—	—
		女子	0.2%	—	—	0.2%	—	—	—	0.0%	—	—
青森県	3年生 高校	男子	2.7%	—	—	1.1%	—	—	—	0.9%	—	—
		女子	1.1%	—	—	0.3%	—	—	—	0.7%	—	—
上十三圏域	1年生 中学	男子	0.4%	—	—	0.8%	—	—	—	0.0%	—	—
		女子	0.2%	—	—	0.4%	—	—	—	0.0%	—	—
上十三圏域	3年生 高校	男子	2.7%	—	—	0.5%	—	—	—	—	—	—
		女子	1.1%	—	—	0.0%	—	—	—	—	—	—
目標値	0%											

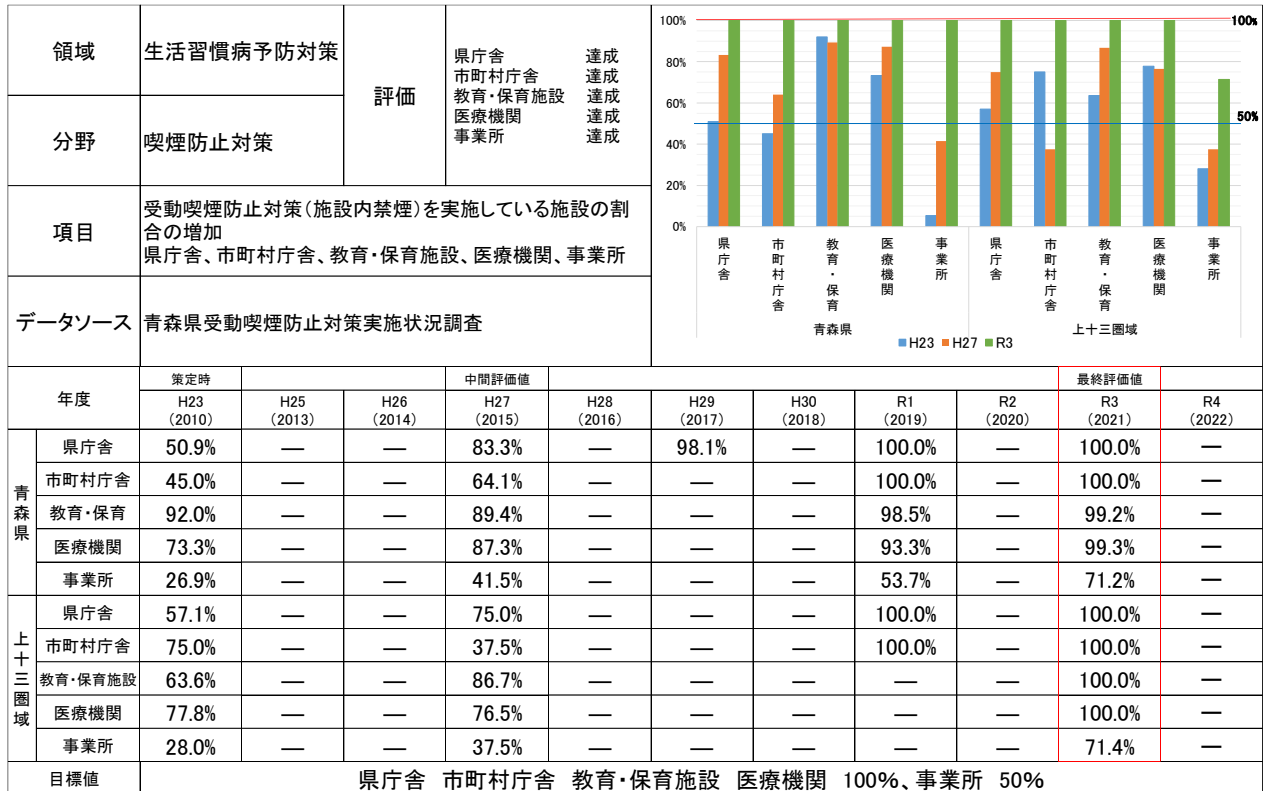
2 生活習慣病予防対策

(1) 喫煙防止対策③

領域	生活習慣病予防対策		評価	改善								
分野	喫煙防止対策											
項目	妊娠中の喫煙をなくす											
データソース	妊産婦情報共有システム(妊婦連絡票)運用状況											
年度	策定時	中間評価値			最終評価値							
	H22 (2010)	H25 (2013)	H26 (2014)	H27 (2015)	H28 (2016)	H29 (2017)	H30 (2018)	R1 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)	
青森県	6.5%	4.6%	4.3%	3.5%	2.9%	3.1%	2.6%	2.2%	1.8%	1.5%	1.6%	
上十三圏域	7.5%	4.7%	5.4%	4.3%	2.4%	2.3%	3.5%	3.2%	2.7%	2.1%	0.9%	
目標値	0%											

2 生活習慣病予防対策

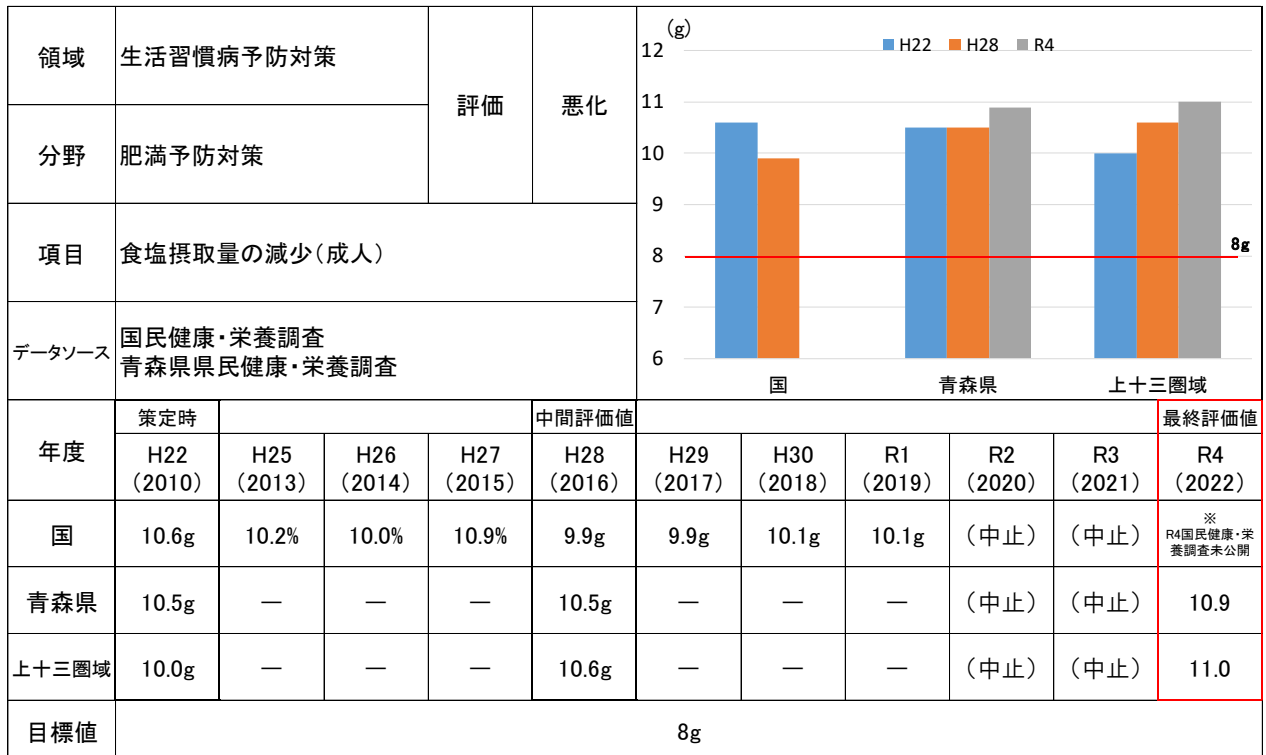
(2) 喫煙防止対策④



2 生活習慣病予防対策

(3) 肥満予防対策

1) 栄養・食生活①

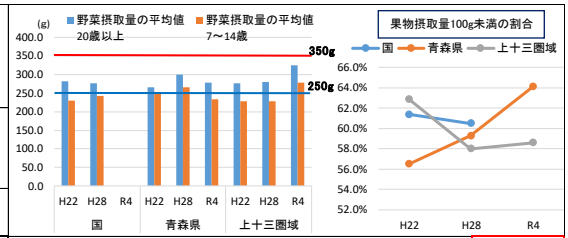


2 生活習慣病予防対策

(3) 肥満予防対策

1) 栄養・食生活②

領域	生活習慣病予防対策	評価	野菜摂取 20歳以上 改善 7~14歳 達成 果物摂取量 改善									
分野	肥満予防対策											
項目	野菜と果物の摂取量の増加 野菜摂取量の平均値(20歳以上) 野菜摂取量の平均値(7~14歳) 果物摂取量100g未満の者の割合(20歳以上)											
データソース	国民健康・栄養調査 青森県県民健康・栄養調査											
年度	策定時	中間評価値				最終評価値						
	H22 (2010)	H25 (2013)	H26 (2014)	H27 (2015)	H28 (2016)	H29 (2017)	H30 (2018)	R1 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)	
国	野菜摂取量の平均値 20歳以上	282.0g	283.1g	292.3g	293.6g	276.5g	288.2	281.4	280.5	(中止)	(中止)	※ R4国民健康・ 栄養調査 未公開
	野菜摂取量の平均値 7~14歳	230.0g	237.3g	245.6g	246.3g	242.1g	247.7	234.1	241.1	(中止)	(中止)	
	果物摂取量 100g未満割合	61.4%	56.4%	58.9%	57.2%	60.5%	58.6%	60.6%	61.6%	(中止)	(中止)	
青森県	野菜摂取量の平均値 20歳以上	265.0g	—	—	—	300.0g	—	—	—	(中止)	(中止)	278.3g
	野菜摂取量の平均値 7~14歳	253.0g	—	—	—	265.0g	—	—	—	(中止)	(中止)	234.3g
	果物摂取量 100g未満割合	56.5%	—	—	—	59.3%	—	—	—	(中止)	(中止)	64.1%
上十三圏域	野菜摂取量の平均値 20歳以上	276.8g	—	—	—	280.4g	—	—	—	(中止)	(中止)	325.3g
	野菜摂取量の平均値 7~14歳	229.0g	—	—	—	227.5g	—	—	—	(中止)	(中止)	278.7g
	果物摂取量 100g未満割合	62.9%	—	—	—	58.0%	—	—	—	(中止)	(中止)	58.6%
目標値	野菜摂取量の平均値 20歳以上	350g										
	野菜摂取量の平均値 7~14歳	250g										
	果物摂取量 100g未満割合	31.0%										

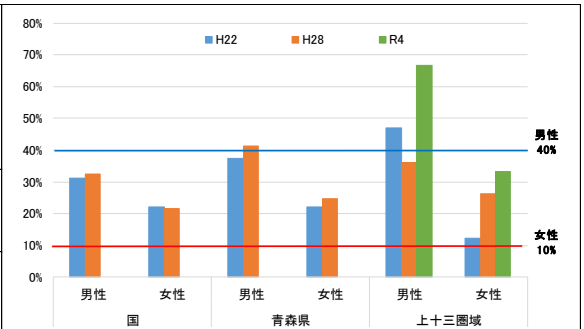


2 生活習慣病予防対策

(3) 肥満予防対策

1) 栄養・食生活③

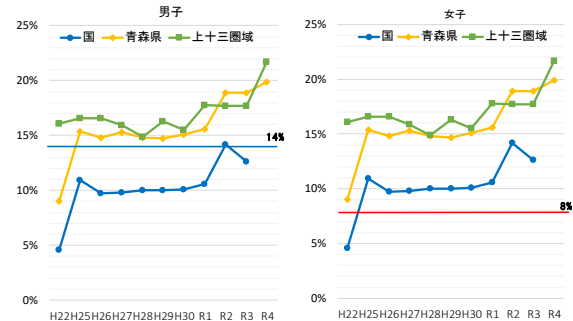
領域	生活習慣病予防対策	評価	男性 悪化 女性 悪化									
分野	肥満予防対策											
項目	適正体重を維持している者の増加(肥満の減少) 40~60歳代 男性の肥満者の割合 40~60歳代 女性の肥満者の割合											
データソース	市町村国保特定健康診査 ※国:国民健康・栄養調査、県:青森県県民健康・栄養調査											
年度	策定時	中間評価値				最終評価値						
	H22 (2010)	H25 (2013)	H26 (2014)	H27 (2015)	H28 (2016)	H29 (2017)	H30 (2018)	R1 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)	
国 ※参考値	男性	31.2%	29.0%	30.2%	31.6%	32.4%	33.8	35.9	37.7	(中止)	(中止)	※ R4国民健康・ 栄養調査 未公開
	女性	22.2%	19.6%	22.0%	20.5%	21.6%	22.2	22	22.5	(中止)	(中止)	
青森県 ※参考値	男性	37.4%	—	—	—	41.2%	—	—	—	(中止)	(中止)	42.0%
	女性	22.2%	—	—	—	24.8%	—	—	—	(中止)	(中止)	34.0%
上十三圏域	男性	47.1%	34.2%	34.0%	35.2%	36.0%	36.5%	37.2%	39.0%	40.7%	(中止)	66.7%
	女性	12.2%	26.5%	26.0%	26.4%	26.2%	27.0%	27.2%	27.4%	28.5%	(中止)	33.3%
目標値	男性	40.0%										
	女性	10.0%										



2 生活習慣病予防対策

(3) 肥満予防対策

1) 栄養・食生活④

領域	生活習慣病予防対策		評価	男子 悪化 女子 悪化								
分野	肥満予防対策											
項目	肥満傾向にある子どもの割合の減少 小学5年生の中等度・高度肥満傾向児の割合 男子、女子											
データソース	青森県教育委員会学校保健調査 (上十三圏域: おいらせ町を含む) 学校保健統計調査											
年度	策定時					中間評価値					最終評価値	
		H22 (2010)	H25 (2013)	H26 (2014)	H27 (2015)	H28 (2016)	H29 (2017)	H30 (2018)	R1 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)
国	男子	4.6%	10.9%	9.7%	9.8%	10.0%	10.0%	10.1%	10.6%	14.2%	12.6%	15.1%
	女子	3.4%	8.0%	8.4%	7.4%	7.9%	7.7%	7.8%	8.5%	9.5%	9.3%	9.7%
青森県	男子	9.0%	15.4%	14.8%	15.3%	14.8%	14.7%	15.1%	15.6%	18.9%	19.1%	19.9%
	女子	5.8%	11.9%	10.9%	10.7%	11.3%	11.2%	11.5%	11.4%	12.6%	12.7%	14.0%
上十三圏域	男子	16.1%	16.6%	16.6%	15.9%	14.9%	16.3%	15.5%	17.8%	17.7%	21.1%	21.7%
	女子	8.9%	11.1%	12.8%	12.4%	11.5%	12.3%	11.5%	11.9%	12.9%	13.8%	14.9%
目標値	男子	14.0%										
	女子	8.0%										

2 生活習慣病予防対策

(3) 肥満予防対策

2) 身体活動・運動①

領域	生活習慣病予防対策		評価	20~64歳 男性 悪化 女性 改善 65歳以上 男性 悪化 女性 改善									
分野	肥満予防対策												
項目	日常生活における歩数の増加 20~64歳 男性 女性 65歳以上 男性 女性												
データソース	県・圏域: 青森県県民健康・栄養調査 国: 国民健康・栄養調査												
年度	策定時					中間評価値					最終評価値		
		H22 (2010)	H25 (2013)	H26 (2014)	H27 (2015)	H28 (2016)	H29 (2017)	H30 (2018)	R1 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)	
国	20~64歳	男性	7,841歩	7,865歩	7,860歩	7,970歩	7,769歩	7,636歩	7,644歩	7,864歩	(中止)	(中止)	※ R4国民健康・栄養調査未公開
		女性	6,883歩	7,006歩	6,794歩	6,991歩	6,770歩	6,657歩	6,705歩	6,685歩	(中止)	(中止)	
	65歳以上	男性	5,628歩	5,822歩	5,779歩	5,919歩	5,744歩	5,597歩	5,417歩	5,396歩	(中止)	(中止)	
		女性	4,584歩	5,026歩	4,736歩	4,924歩	4,856歩	4,726歩	4,759歩	4,656歩	(中止)	(中止)	
青森県	20~64歳	男性	6,884歩	—	—	—	7,418歩	—	—	—	(中止)	(中止)	6,488歩
		女性	6,303歩	—	—	—	6,146歩	—	—	—	(中止)	(中止)	5,926歩
	65歳以上	男性	4,664歩	—	—	—	4,405歩	—	—	—	(中止)	(中止)	4,890歩
		女性	3,557歩	—	—	—	4,107歩	—	—	—	(中止)	(中止)	4,181歩
上十三圏域	20~64歳	男性	6,766歩	—	—	—	6,917歩	—	—	—	(中止)	(中止)	5,842歩
		女性	6,748歩	—	—	—	6,798歩	—	—	—	(中止)	(中止)	7,684歩
	65歳以上	男性	5,560歩	—	—	—	4,287歩	—	—	—	(中止)	(中止)	5,303歩
		女性	4,356歩	—	—	—	3,780歩	—	—	—	(中止)	(中止)	4,492歩
目標値	20~64歳	男性	8,200歩										
		女性	8,200歩										
	65歳以上	男性	7,000歩										
		女性	5,900歩										

2 生活習慣病予防対策

(3) 肥満予防対策

2) 身体活動・運動②

領域	生活習慣病予防対策		評価	20~64歳 男性 悪化 女性 改善 総数 悪化 65歳以上 男性 悪化 女性 悪化 総数 悪化												
分野	肥満予防対策				20~64歳 男性 女性 総数	65歳以上 男性 女性 総数										
項目	運動習慣者の割合の増加															
データソース	青森県県民健康・栄養調査															
年度	策定時				中間評価値							最終評価値				
	H22 (2010)	H25 (2013)	H26 (2014)	H27 (2015)	H28 (2016)	H29 (2017)	H30 (2018)	R1 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)					
国	20~64歳	男性	26.3%	22.3%	20.9%	24.6%	23.9%	26.3%	21.6%	16.9%	(中止)	(中止)	※ R4国民健康・ 栄養調査 未公開			
		女性	22.9%	19.4%	17.5%	19.8%	19.0%	20.0%	16.6%	(中止)	(中止)					
		総数	24.3%	20.6%	18.9%	21.7%	21.0%	22.6%	18.7%	19.6%	(中止)	(中止)				
	65歳以上	男性	47.6%	47.6%	42.4%	52.5%	46.5%	46.2%	42.9%	41.9%	(中止)	(中止)				
		女性	37.6%	37.8%	35.7%	38.0%	38.0%	39.0%	36.5%	33.9%	(中止)	(中止)				
		総数	41.9%	42.2%	38.9%	44.5%	41.8%	42.2%	39.3%	37.6%	(中止)	(中止)				
青森県	20~64歳	男性	30.9%	—	—	—	30.6%	—	—	(中止)	(中止)	15.9%				
		女性	25.0%	—	—	—	19.7%	—	—	(中止)	(中止)	14.3%				
		総数	27.2%	—	—	—	24.3%	—	—	(中止)	(中止)	15.1%				
	65歳以上	男性	42.6%	—	—	—	50.9%	—	—	(中止)	(中止)	26.3%				
		女性	37.8%	—	—	—	33.8%	—	—	(中止)	(中止)	24.2%				
		総数	39.8%	—	—	—	41.2%	—	—	(中止)	(中止)	25.1%				
上十三圏域	20~64歳	男性	28.6%	—	—	—	14.3%	—	—	(中止)	(中止)	5.6%				
		女性	19.0%	—	—	—	16.7%	—	—	(中止)	(中止)	20.0%				
		総数	21.4%	—	—	—	15.8%	—	—	(中止)	(中止)	12.1%				
	65歳以上	男性	61.5%	—	—	—	60.0%	—	—	(中止)	(中止)	28.6%				
		女性	41.7%	—	—	—	70.0%	—	—	(中止)	(中止)	25.9%				
		総数	52.0%	—	—	—	65.0%	—	—	(中止)	(中止)	27.1%				
目標値	20~64歳	男性	39.0%													
		女性	29.0%													
		総数	31.0%													
	65歳以上	男性	72.0%													
		女性	52.0%													
		総数	62.0%													

2 生活習慣病予防対策

(3) 肥満予防対策

3) 糖尿病①

領域	生活習慣病予防対策		評価	悪化							
分野	肥満予防対策				H29	H30	H31	R2	R3	R4	
項目	糖尿病性腎症による新規透析導入患者数の減少										
データソース	国保データベース(KDB)システム ※データソースは、上十三独自に設定 ※国、青森県は、日本透析医学会「わが国の慢性透析療法の実況」より抜粋										
年度	参考値	策定時	中間評価値				最終評価値				
	H28 (2016)	H29 (2017)	H30 (2018)	R1 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)				
国	16,103人	16,492人	16,122人	16,019人	15,690人	15,271人	—				
青森県	213人	220人	187人	210人	211人	190人	—				
上十三圏域	—	17人	19人	13人	12人	26人	22人				
目標値	16人(8%減少)										

2 生活習慣病予防対策

(3) 肥満予防対策

3) 糖尿病②

領域	生活習慣病予防対策	評価	男性 改善 女性 悪化								
分野	肥満予防対策										
項目	糖尿病標準化死亡比(SMR)の減少										
データソース	青森県保健統計年報										
年度	参考値				策定時	最終評価値					
	H25 (2013)	H26 (2014)	H27 (2015)	H28 (2016)	H29 (2017)	H30 (2018)	R1 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)	
青森県	男性	138.9	138.0	133.8	135.9	142.9	144.1	136.8	136.4		
	女性	124.6	122.3	124.0	129.1	132.5	134.2	130.0	128.2		
上十三圏域	男性	151.8	147.6	155.8	170.1	192.0	198.1	168.4	159.9		
	女性	144.5	148.4	146.3	157.9	155.4	167.6	163.0	180.2		
期間	H19～H23	H20～H24	H21～H25	H22～H26	H23～H27	H24～H28	H28～R2	H29～R3			
目標値	—				100						

2 生活習慣病予防対策

(4) 生活習慣の改善

1) 飲酒①

領域	生活習慣病予防対策	評価	男性 悪化 女性 悪化									
分野	生活習慣の改善											
項目	生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者(一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)の割合の減少(男性、女性)											
データソース	県・圏域：市町村国保特定健康診査 国：国民健康・栄養調査											
年度	策定時	中間評価値				最終評価値						
	H22 (2010)	H25 (2013)	H26 (2014)	H27 (2015)	H28 (2016)	H29 (2017)	H30 (2018)	R1 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)	
国	男性	15.3%	—	15.8%	13.9%	14.6%	14.7%	15.0%	14.9%	(中止)	(中止)	※R4国民健康・ 栄養調査 未公開
	女性	7.5%	—	8.8%	8.1%	9.1%	8.6%	8.7%	9.1%	(中止)	(中止)	
青森県	男性	31.4%	32.3%	32.0%	32.4%	32.2%	32.0%	31.6%	31.9%	31.4%	31.9%	27.6%
	女性	16.9%	17.9%	18.4%	19.4%	19.3%	19.7%	19.8%	20.1%	20.5%	20.1%	15.8%
上十三圏域	男性	31.1%	33.9%	34.0%	34.9%	34.0%	33.4%	32.5%	32.4%	34.0%	31.3%	33.5%
	女性	14.8%	17.1%	18.8%	19.2%	19.0%	19.1%	19.2%	19.2%	19.9%	20.7%	22.5%
目標値	男性	26.4%										
	女性	12.6%										

2 生活習慣病予防対策

(4)生活習慣の改善

1)飲酒②

領域	生活習慣病予防対策		評価	中3男子 改善 中3女子 改善 高3男子 評価不能 高3女子 評価不能								
分野	生活習慣の改善											
項目	未成年者の飲酒をなくす 中学3年生 男子 女子、高校3年生 男子 女子											
データソース	公立小・中・高等学校における児童生徒の喫煙等状況調査											
年度	策定時		中間評価値					最終評価値				
	H23 (2011)	H25 (2013)	H26 (2014)	H27 (2015)	H28 (2016)	H29 (2017)	H30 (2018)	R1 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)	
国	3年生 中学	男子	—	—	7.2%	—	—	—	—	—	—	—
		女子	—	—	5.2%	—	—	—	—	—	—	—
3年生 高校	男子	—	—	13.7%	—	—	—	—	—	—	—	—
	女子	—	—	10.9%	—	—	—	—	—	—	—	—
青森県	3年生 中学	男子	6.9%	—	—	3.6%	—	—	1.5%	—	—	—
		女子	9.5%	—	—	4.2%	—	—	2.0%	—	—	—
3年生 高校	男子	15.5%	—	—	7.2%	—	—	4.5%	—	—	—	
	女子	13.7%	—	—	6.7%	—	—	4.7%	—	—	—	
上十三圏域	3年生 中学	男子	10.3%	—	—	1.9%	—	—	1.3%	—	—	—
		女子	8.0%	—	—	3.5%	—	—	2.0%	—	—	—
3年生 高校	男子	17.4%	—	—	9.6%	—	—	—	—	—	—	
	女子	10.0%	—	—	7.9%	—	—	—	—	—	—	
目標値	0%											

2 生活習慣病予防対策

(4)生活習慣の改善

1)飲酒③

領域	生活習慣病予防対策		評価	改善								
分野	生活習慣の改善											
項目	妊娠中の飲酒をなくす											
データソース	妊産婦情報共有システム(青森県妊婦連絡票)運用状況											
年度	策定時		中間評価値					最終評価値				
	H22 (2010)	H25 (2013)	H26 (2014)	H27 (2015)	H28 (2016)	H29 (2017)	H30 (2018)	R1 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)	
青森県	8.3%	3.3%	3.6%	2.6%	2.4%	2.3%	1.8%	1.6%	1.0%	0.9%	0.9%	
上十三圏域	11.2%	3.5%	4.2%	2.0%	1.6%	3.0%	1.9%	2.1%	0.9%	0.3%	0.4%	
目標値	0%											

2 生活習慣病予防対策

(4)生活習慣の改善

2)歯・口腔の健康①

領域	生活習慣病予防対策				評価	改善					
分野	生活習慣の改善										
項目	3歳児でむし歯がない者の割合の増加										
データソース	市町村母子保健事業実施状況調査										
年度	策定時	中間評価値				最終評価値					
	H22 (2010)	H25 (2013)	H26 (2014)	H27 (2015)	H28 (2016)	H29 (2017)	H30 (2018)	R1 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)
青森県	62.5%	67.4%	71.0%	71.2%	73.7%	75.4%	76.9%	79.6%	79.7%	83.7%	79.3%
上十三圏域	65.1%	65.1%	74.1%	73.6%	73.0%	76.9%	76.7%	77.3%	79.3%	85.0%	78.5%
目標値	90.0%										

2 生活習慣病予防対策

(4)生活習慣の改善

2)歯・口腔の健康②

領域	生活習慣病予防対策				評価	改善					
分野	生活習慣の改善										
項目	3歳児で過去1年間にフッ化物歯面塗布を受けたことのある者の割合の増加										
データソース	幼児間食摂取状況等調査										
年度	策定時	中間評価値				最終評価値					
	H23 (2011)	H25 (2013)	H26 (2014)	H27 (2015)	H28 (2016)	H29 (2017)	H30 (2018)	R1 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)
青森県	47.4%	55.1%	57.1%	58.5%	62.5%	62.2%	62.9%	65.5%	66.3%	68.1%	66.2%
上十三圏域	47.9%	52.3%	55.2%	48.8%	55.2%	52.8%	52.4%	59.4%	56.8%	64.9%	64.5%
目標値	65.0%										

2 生活習慣病予防対策

(4)生活習慣の改善

2)歯・口腔の健康③

領域	生活習慣病予防対策				評価	改善						
分野	生活習慣の改善											
項目	過去1年間に歯科健診を受診した者の増加(1歳以上)											
データソース	青森県県民健康・栄養調査 ※国・県の値は20歳以上											
年度	策定時				中間評価値					最終評価値		
	H22 (2010)	H25 (2013)	H26 (2014)	H27 (2015)	H28 (2016)	H29 (2017)	H30 (2018)	R1 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)	
国 ※参考値	34.1%	—	—	—	52.9%	—	—	—	中止	中止	※ R4国民健康・栄養調査未公開	
青森県 ※参考値	14.1%	—	—	—	37.1%	—	—	—	中止	中止	28.7%	
上十三圏域	20.5%	—	—	—	34.6%	—	—	—	中止	中止	36.6%	
目標値	65.0%											

2 生活習慣病予防対策

(4)生活習慣の改善

3)健(検)診・保健指導①

領域	生活習慣病予防対策				評価							
分野	生活習慣の改善											
項目	がん検診受診率の増加 胃がん(男性 女性)・肺がん(男性 女性) 大腸がん(男性 女性)・子宮がん(女性)・乳がん(女性)											
データソース	厚生労働省 地域保健・健康増進事業報告											
年度	策定時				中間評価値					最終評価値		
	H23 (2010)	H25 (2013)	H26 (2014)	H27 (2015)	H28 (2016)	H29 (2017)	H30 (2018)	R1 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)	
胃がん	男性	19.9%	34.8%	21.7%	35.0%	16.7%	11.3%	18.7%	14.5%	13.0%	11.6%	
	女性	21.4%	32.8%	20.6%	36.9%	22.8%	15.9%	25.3%	19.4%	17.5%	15.3%	
肺がん	男性	25.9%	42.3%	27.0%	43.3%	21.4%	22.2%	10.3%	9.8%	8.5%	9.0%	
	女性	27.0%	41.6%	27.0%	46.8%	30.9%	31.9%	15.2%	14.4%	12.2%	13.2%	
大腸がん	男性	24.2%	43.8%	27.6%	44.6%	21.2%	22.2%	10.9%	10.7%	10.6%	11.4%	
	女性	27.6%	43.8%	28.2%	51.8%	31.5%	32.9%	16.8%	16.6%	16.4%	17.4%	
子宮がん	女性	14.8%	14.6%	14.4%	23.5%	13.4%	13.0%	26.2%	16.3%	15.4%	15.8%	
乳がん	女性	17.0%	16.9%	16.9%	30.9%	17.2%	19.6%	23.4%	23.7%	21.9%	22.0%	
目標値	40%以上					50%以上						

2 生活習慣病予防対策

(4)生活習慣の改善

3)健(検)診・保健指導②

領域	生活習慣病予防対策	評価	胃がん	大腸がん									
分野	生活習慣の改善		男性 評価不能 女性 評価不能	男性 評価不能 女性 評価不能									
項目	がん検診の初回受診率の増加 胃がん(男性・女性)・肺がん(男性・女性)・大腸がん(男性・女性)・子宮がん(女性)・乳がん(女性)		肺がん	子宮がん									
データソース	厚生労働省 地域保健・健康増進事業報告		男性 評価不能 女性 評価不能	男性 評価不能 女性 評価不能									
年度		策定時				中間評価値						最終評価値	
		H23 (2010)	H25 (2013)	H26 (2014)	H27 (2015)	H28 (2016)	H29 (2017)	H30 (2018)	R1 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)	
胃がん	男性	13.7%	14.3%	16.9%	16.9%	12.3%	14.1%	14.8%	20.0%	18.2%	18.2%		
	女性	12.6%	13.5%	16.1%	16.1%	12.6%	13.0%	12.5%	13.6%	17.3%	17.8%		
肺がん	男性	22.7%	22.7%	20.5%	20.5%	21.2%	21.3%	21.4%	30.4%	29.1%	32.4%		
	女性	22.6%	22.9%	20.2%	20.2%	21.9%	21.2%	24.4%	29.7%	29.8%	32.6%		
大腸がん	男性	15.2%	15.6%	17.5%	16.1%	12.8%	16.1%	17.9%	23.1%	29.5%	28.3%		
	女性	14.6%	15.4%	16.1%	16.3%	12.4%	14.8%	15.8%	20.7%	27.6%	24.3%		
子宮がん	女性	29.7%	32.3%	34.8%	33.3%	30.7%	31.4%	32.6%	26.1%	37.4%	40.1%		
乳がん	女性	32.2%	18.6%	28.6%	26.7%	26.8%	25.9%	27.8%	38.4%	35.1%	31.8%		
目標値		30%						30%					

2 生活習慣病予防対策

(4)生活習慣の改善

3)健(検)診・保健指導③

領域	生活習慣病予防対策	評価	改善										
分野	生活習慣の改善		男性	女性									
項目	脂質異常症の減少 LDLコレステロール160mg/dl以上の者の割合(男性、女性)		改善	改善									
データソース	県・圏域：市町村国保特定健康診査 国：国民健康・栄養調査												
年度		策定時				中間評価値						最終評価値	
		H22 (2010)	H25 (2013)	H26 (2014)	H27 (2015)	H28 (2016)	H29 (2017)	H30 (2018)	R1 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)	
国 ※参考値	男性	8.7%	8.8%	8.1%	9.0%	7.5%	9.9%	9.1%	11.0%	—	—	—	
	女性	11.1%	11.6%	13.0%	12.5%	10.8%	10.8%	12.2%	14.3%	—	—	—	
青森県	男性	9.1%	9.7%	9.9%	9.1%	8.7%	8.5%	8.9%	8.6%	9.1%	8.6%	8.4%	
	女性	12.3%	13.1%	13.4%	12.5%	11.6%	11.4%	11.8%	11.5%	12.1%	11.5%	11.2%	
上十三圏域	男性	9.3%	10.5%	10.5%	9.6%	8.6%	8.3%	9.1%	8.4%	9.3%	9.0%	7.5%	
	女性	10.7%	12.0%	12.6%	11.4%	9.6%	9.5%	9.9%	9.5%	10.9%	10.7%	10.0%	
目標値	男性	6.2%											
	女性	8.8%											

2 生活習慣病予防対策

(4)生活習慣の改善

3)健(検)診・保健指導④

領域	生活習慣病予防対策				評価	悪化						
分野	生活習慣の改善											
項目	メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の割合の減少											
データソース	市町村国保特定健康診査 厚生労働省 地域保健・健康増進事業報告											
年度	策定時					中間評価値					最終評価値	
		H22 (2010)	H25 (2013)	H26 (2014)	H27 (2015)	H28 (2016)	H29 (2017)	H30 (2018)	R1 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)
青森県		26.2%	26.2%	26.3%	26.6%	27.5%	28.2%	28.6%	29.5%	30.8%	30.8%	31.6%
上十三圏域		25.8%	25.9%	28.8%	28.9%	28.5%	29.2%	31.1%	31.0%	32.2%	31.1%	32.1%
目標値	19.0%											

2 生活習慣病予防対策

(4)生活習慣の改善

3)健(検)診・保健指導⑤

領域	生活習慣病予防対策				評価	特定健康診査実施率 改善 特定保健指導実施率 悪化						
分野	生活習慣の改善											
項目	特定健康診査・特定保健指導の実施率の向上 特定健康診査の実施率 特定保健指導の実施率											
データソース	市町村国保特定健康診査 厚生労働省 地域保健・健康増進事業報告											
年度	策定時					中間評価値					最終評価値	
		H23 (2011)	H25 (2013)	H26 (2014)	H27 (2015)	H28 (2016)	H29 (2017)	H30 (2018)	R1 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)
青森県	健診 実施率	29.0%	31.8%	34.0%	35.5%	36.3%	37.1%	38.0%	38.0%	33.8%	35.2%	
	保健指導 実施率	30.0%	34.7%	40.6%	40.6%	42.6%	44.4%	46.2%	47.5%	45.4%	40.8%	
上十三圏域	健診 実施率	29.8%	31.9%	33.7%	34.7%	35.8%	37.3%	37.6%	38.2%	34.4%	36.9%	
	保健指導 実施率	34.4%	39.2%	42.7%	42.6%	42.6%	45.5%	43.1%	42.9%	42.9%	32.9%	
目標値	特定健康診査の実施率 50%以上 特定保健指導の実施率 40%以上											

上十三地域保健医療推進協議会・保健対策部会委員名簿

●任期：令和4年4月1日～令和6年3月31日

<上十三地域保健医療推進協議会>

所属組織名	役職等	氏名
一般社団法人上十三医師会	会 長	小 嶋 泰 彦
上十三歯科医師会	会 長	木 村 英 敏
高松病院	院 長	高 松 幸 生
十和田市立中央病院	院 長	高 橋 道 長
三沢市立三沢病院	院 長	斎 藤 聡
公立野辺地病院	院 長	中 嶋 道 子
公立七戸病院	院 長	小 野 正 人
一般社団法人青森県薬剤師会上十三支部	支 部 長	河 原 木 智
十和田市	健康増進課長	工 藤 博 明
六戸町	福祉課長	吉 田 英 輔
北部上北広域事務組合消防本部	警 防 課 長	井 上 輝 昭
公益社団法人青森県看護協會上十三支部	第一副支部長	中 村 登 代 子
公益社団法人青森県栄養士会上十三地区	運 営 委 員 長	白 山 八 千 代
社会福祉法人十和田市社会福祉協議会	事 務 局 長	平 館 雅 子

<上十三地域保健対策部会>

所属組織名	役職等	氏名
上十三歯科医師会	会 長	木 村 英 敏
十和田市	健康増進課長	工 藤 博 明
六戸町	福祉課長	吉 田 英 輔
公益社団法人青森県栄養士会上十三地区	運 営 委 員 長	白 山 八 千 代
上十三保健所管内保健協力員連絡会	会 長	千 葉 和 子
十和田・三沢地域産業保健センター	保 健 師	山 田 眞 智 子
上北中北部保育研究会	会 長	沼 山 喜 久 男
上十三保健所管内食生活改善推進員連絡協議会	会 長	逄 駅 和 子
上北地方養護教員会	会 長	田 中 直 美
一般社団法人上北労働基準協會	事 務 局 次 長	沢 目 貴 臣
十和田食品衛生協會	会 長	福 田 賢 司

上十三圏域健康増進計画

健康上十三21(第2次)最終評価

発行日 2024年(令和6年)3月

発行者 青森県上北地域県民局地域健康福祉部保健総室かみとおさんほけんじょ(上十三保健所)

〒034-0082

青森県十和田市西二番町10-15

電話 0176-23-4261 FAX 0176-23-4246