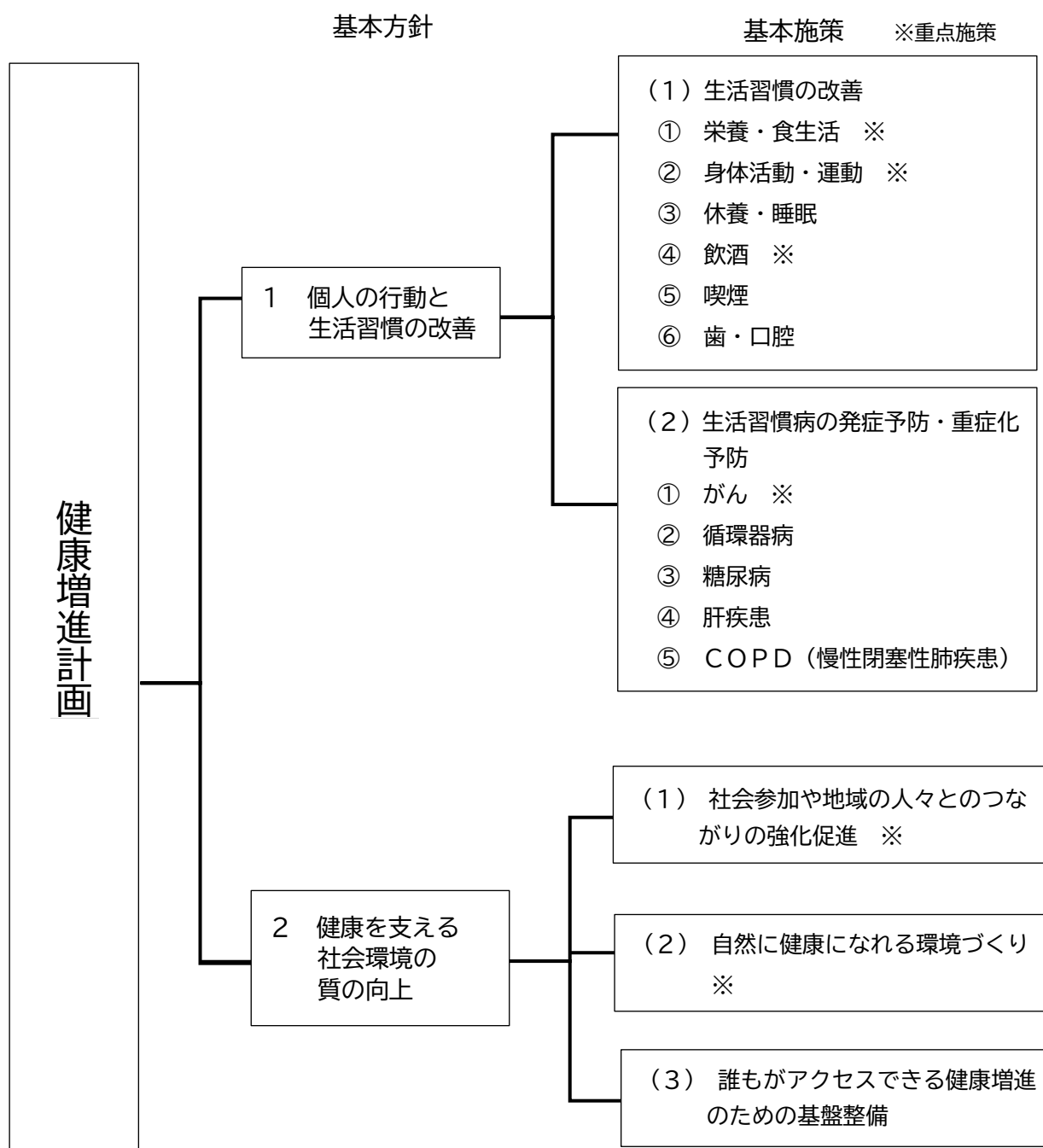


第5章 健康づくりの取組み（第3次健康増進計画）

施策体系



基本方針１ 個人の行動と生活習慣の改善

(１) 生活習慣の改善

① 栄養・食生活

No.	取組	内容	担当課
1.	低出生体重児の発生予防	・妊娠届出時面談や両親学級において妊婦及び家族等に対し、妊娠中に必要な栄養や適切な体重増加に関して保健指導・情報提供を行います。	保健衛生課
2.	保育所等において、親子で正しい食習慣を身に付けるための情報発信（新規）	・保護者や児童に対し、親子で正しい食生活を身につけることができるよう、保育所等と連携し、ソーシャルメディアやおたより、食育講話等を活用した取組を強化します。	子ども家庭課
3.	小中学校における、児童生徒の正しい食生活・生活習慣の学習促進	・児童生徒に対して、健康づくり副読本を活用した正しい食生活・生活習慣の学習促進に取り組めます。	学校教育課
4.	小中学校の児童生徒の生活実態の把握・改善	・児童生徒の生活実態を把握するとともに、調査結果を踏まえ、課題がある生活習慣に関して保護者等への呼びかけを行います。	学校教育課
5.	栄養・食生活に関する周知啓発	・町ホームページや広報紙、ソーシャルメディア、パネル展等を通して、以下の内容について発信し、食に対する知識の普及を図ります。 ①正しい食習慣を身につけるための栄養のバランス配慮した食事や調理方法等 ②住民や団体が実践している食を通じた手軽に取り組める健康づくりのアイデア	保健衛生課
6.	自らの食を考え、より良い食生活を実践するための栄養・食生活に関する講座教室の開催	・健康教室等を通して、健康づくりや生活習慣病予防のための適切な栄養・食生活に関する知識の普及啓発を行います。 ・健康教室の開催にあたっては、地域で活動している団体と連携します。	保健衛生課
7.	高齢者の栄養・食生活に関する事業の実施（新規）	・高齢者の保健事業と介護予防の一体的取組において、高齢者の生活習慣病、低栄養やフレイルを予防するために、長寿健診等の結果を基に保健指導を行います。また高齢者の通いの場等において、健康教育やフレイルチェック及び結果説明等を行います。	保健衛生課 福祉課

No.	取組	内容	担当課
8.	女性の栄養・食生活に関する事業の実施 (新規)	・町ホームページや広報紙、ソーシャルメディア、パネル展、健康教室等を通して、女性のライフステージ（児童生徒、妊娠・出産期、更年期など）に応じた栄養・食生活に関する知識の普及を図ります。	保健衛生課

■基本施策（１）生活習慣の改善 ①栄養・食生活に関する指標

成果指標	指標の現状値 2023 年度	中間目標 2030 年度	最終目標 2036 年 度	備考
低出生体重児の割合 の減少	低出生体重児の割合 (直近 5 年間の平均) 10.5%	減少	減少	沖縄県人口動態統計
適正体重を維持している者の割合の増加	肥満傾向の子どもの割合 小学生男性 17.3% 小学生女子 12.7% 中学生男子 8.3% 中学生女子 6.2%	減少	減少	学校保健統計調査 (小 5、中 2)
	適正体重を維持者の割合 (20 歳以上) 58.2%	61%	64%	町民健康度調査
	低栄養傾向の高齢者の割合 (BMI20 以下) (2022 年度) 11%	9%	8%	特定健康診査 長寿健康診査
	高齢者の肥満の割合 (2022 年度) 39.4%	38%	36%	特定健康診査 長寿健康診査
野菜摂取量の増加	1 日の野菜摂取量 350 g 以上の割合 6%	16%	26%	町民健康度調査
バランスの良い食事を摂っている者の増加	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事 (1 日 2 回以上ほぼ毎日) 44.3%	46%	50%	町民健康度調査
生活習慣病予防や改善のために気を付けた食生活を実践する者の割合	気を付けた食生活を実践する者の割合 63.3%	70%	80%	町民健康度調査

②身体活動・運動

No.	取組	内容	担当課
9.	児童生徒の運動の促進	・児童生徒の体力向上のため、徒歩登校の効果を知り、徒歩登校を推奨します。また、「一校一運動」を通して運動の楽しさを感じ、運動の習慣化につながるよう努めます。	学校教育課
10.	身体活動・運動習慣の重要性の周知	・町ホームページや広報紙、ソーシャルメディア、保健事業等を通して、年代や性別に応じた身体活動や運動習慣の重要性について周知します。	保健衛生課
11.	健康イベントの実施	・健康イベント事業等を通じて運動を始めるきっかけづくりに努めます。	保健衛生課
12.	スポーツ体験機会の充実	・地域と連携し、スポーツ推進委員によるニュースポーツ普及に向けた取組など、年齢や性別など対象のニーズにあわせたスポーツ体験の機会を作り、スポーツを始めるきっかけ作りをします。	社会教育課
13.	公園・運動施設・歩道・街灯等の整備・有効活用	・公園や運動施設、小中学校の体育館等の既存施設の活用、道路、街灯等の整備を行い、安全に有効活用します。	土木課 保健衛生課 社会教育課
14.	スポーツコンベンション※との連携強化	・スポーツコンベンションを推進し、プロスポーツ選手と関われる機会の提供等、スポーツの魅力発信やスポーツに対する意欲の向上を図ります。	観光課 社会教育課

※スポーツコンベンション：スポーツに関係する合宿、キャンプ、自主トレ、大会、イベント等の総称

■基本施策（１）生活習慣の改善 ②身体活動・運動に関する指標

成果指標	指標の現状値 2023 年度		中間目標 2030 年度	最終目標 2036 年度	備考
運動習慣者の増加	運動習慣者の割合 23.7%		30%	40%	町民健康度調査
1 週間の総運動時間 （体育授業を除く）が 60 分未満の児童の割合の減少	小 5 (2022 年度)	男子 5%	減少	減少	体力・運動能力、運動習慣等調査
		女子 10%	減少	減少	
	中 2 (2022 年度)	男子 7%	減少	減少	
		女子 11%	減少	減少	

③休養・睡眠

No.	取組	内容	担当課
15.	休養・睡眠の重要性に関する周知啓発	・町公式ホームページや広報紙、ソーシャルメディア、保健事業を通して、年代に応じた休養・睡眠の重要性について周知します。	保健衛生課
16.	労働者の休養及び睡眠時間の確保の重要性に関する周知	・働き方改革をもとに、長時間労働(週60時間以上)の是正など健康的で働きやすい職場環境の整備等に関する情報提供を行います。 ・終業時刻から次の始業時刻の間に、一定時間以上の休息時間(インターバル時間)を設ける勤務時間インターバル制度について、情報提供を行います。	経済振興課

■基本施策(1)生活習慣の改善 ③睡眠・休養に関する指標

成果指標	指標の現状値 2023年度	中間目標 2030年度	最終目標 2036年度	備考
睡眠で休養がとれている者の増加	睡眠で休養がとれている者の割合 73.8%	76%	80%	町民健康度調査
睡眠時間が十分に確保できている者の増加	睡眠時間が十分に確保(20～59歳：6～9時間、60歳以上：6～8時間)できている者の割合 20～59歳 56.4% 60歳以上 45.7%	20～59歳 60% 60歳以上 50%	20～59歳 65.5% 60歳以上 54.5%	町民健康度調査

④飲酒

No.	取組	内容	担当課
17.	妊婦の飲酒防止のための意識啓発	・妊娠届出時面談や両親学級等において、妊婦及び家族等に対し、妊娠中の飲酒が母体や子どもに及ぼす影響について啓発を行います。	保健衛生課
18.	未成年飲酒防止のための意識啓発	・保健体育の授業や、警察など関係機関と連携した薬物乱用防止教室等を開催し、未成年の飲酒による心身への健康被害の啓発を行います。	学校教育課
19.	未成年飲酒防止のための地域づくり	・中学校区生徒指導連絡協議会等を通じて、未成年への酒類販売禁止の呼びかけや公園などの見回りをを行い、未成年の飲酒防止のための地域づくりに努めます。	学校教育課
20.	飲酒と健康問題に関する普及啓発	・国の「アルコール健康障害対策推進基本計画」や「健康に配慮した飲酒に関するガイドライン」などを踏まえ、町ホームページや広報紙、ソーシャルメディア、パネル展等を通じて、飲酒と健康問題に関する普及啓発に努めます。	保健衛生課

■基本施策（１）生活習慣の改善 ④飲酒に関する指標

成果指標	指標の現状値 2023 年度	中間目標 2030 年度	最終目標 2036 年度	備考
妊娠中の飲酒率の減少	妊娠中の飲酒率 2.5%	1%	0%	乳幼児健康診査報告書
生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の減少	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 男性 24.7% 女性 19.8%	男性 20% 女性 15%	男性 16% 女性 11%	町民健康度調査

⑤喫煙

No.	取組	内容	担当課
21.	妊婦の喫煙防止のための意識啓発	・妊娠届出時面談や両親学級等において、妊婦及び家族等に対し、妊娠中の喫煙が母体や子どもに及ぼす影響について啓発を行います。	保健衛生課
22.	未成年の喫煙防止のための意識啓発	・保健体育の授業や、警察など関係機関と連携した薬物乱用防止教室等を開催し、未成年の喫煙による心身への健康被害の啓発を行います。	学校教育課
23.	未成年の喫煙防止のための地域づくり	・中学校区生徒指導連絡協議会等を通じて、未成年への煙草販売禁止の呼びかけや公園などの見回りを行い、未成年の喫煙防止のための地域づくりに努めます。	学校教育課
24.	喫煙による健康被害に関する普及啓発	・町ホームページや広報紙、ソーシャルメディア、パネル展等を通じて、喫煙による健康被害の普及啓発や、禁煙外来等実施医療機関を周知します。	保健衛生課
25.	受動喫煙防止に関する普及啓発	・飲食店や事業所等における受動喫煙防止対策について、パンフレットや町広報誌等を活用した啓発を行います。	保健衛生課 経済振興課

■基本施策（１）生活習慣の改善 ⑤喫煙に関する指標

成果指標	指標の現状値 2023 年度	中間目標 2030 年度	最終目標 2036 年度	備考
妊娠中の喫煙率の減少	妊娠中の喫煙率 1.9%	1%	0	乳幼児健康試算報告書
喫煙率の減少	成人の喫煙率 男性 21.8% 女性 8.2%	男性 19% 女性 6%	男性 17% 女性 4%	町民健康度調査
望まない受動喫煙の機会を有する者の減少	職場 12.7% 飲食店 17.1% 父 29.6% 母 5.9%	職場 11% 飲食店 0% 父 25% 母 4.2%	職場 10% 飲食店 0% 父 20% 母 2%	町民健康度調査 (喫煙者は除く) 乳児健康診査報告書

⑥歯・口腔

No.	取組	内容	担当課
26.	母子保健事業等における歯磨き指導・情報提供	・乳児健診、1歳6か月児健診、2歳児歯科健診、3歳児健診において、歯科衛生士による歯磨き指導や歯の健康に関する情報提供を行います。また、両親学級、育児学級、お口育て講話、離乳食実習において、歯科保健に関する啓発や情報提供を実施します。	保健衛生課
27.	歯と口腔の健康問題に関する親子向けの情報発信	・親子向けの歯の健康教育や町ホームページや広報紙、ソーシャルメディア等を通して、乳幼児のむし歯の予防・改善を図ります。	保健衛生課
28.	児童生徒の歯と口腔の健康づくり支援の推進	・むし歯予防・改善のため、保育施設・学校と連携した健康教育を推進するとともに、フッ化物洗口の導入に向けた検討を行います。	保健衛生課 ※子ども家庭課 ※学校教育課
29.	児童生徒の歯科受診勧奨の徹底	・保護者に対し、学校歯科健診後の結果を踏まえ、保護者面談等を通して長期休業期間中の受診勧奨の徹底に努めます。	学校教育課
30.	歯周疾患対策の推進	・健康増進法に基づく歯周疾患検診について、町内歯科医院と連携し、受診率向上に努めるとともに、必要に応じて歯科受診の勧奨を行います。	保健衛生課
31.	高齢者の歯と口腔の健康づくり支援の推進	・オーラルフレイルや低栄養を予防するために、介護予防教室や通いの場等に歯科衛生士を派遣し、口腔ケアについての健康教育を行います。	保健衛生課 福祉課
32.	歯と口腔の健康問題に関する普及啓発	・町ホームページ・広報紙・ソーシャルメディア・講演会等を通じて、歯と口腔の健康と関わりのある、糖尿病、心疾患、低出生体重児など身体全体の健康や喫煙に関する知識の普及を図ります。	保健衛生課

取組 28 ※子ども家庭課、学校教育課は実施におけるサポート的役割

■基本施策（１）生活習慣の改善 ⑥歯・口腔に関する指標

成果指標	指標の現状値 2023 年度	中間目標 2030 年度	最終目標 2036 年度	備考
むし歯のある 3 歳児 の減少	むし歯のある 3 歳児の割合 10.7%（2022 年）	9%	8%	乳幼児健康診査結果 報告書
未処置歯のある 12 歳 児の減少	未処置歯のある 12 歳児の割合 34.5%（2021 年）	30%	25%	学校保健統計調査
定期的な歯科検診受 診率の向上	過去 1 年間に歯科検診を受診し た者の割合 42.6%	90%	95%	町民健康度調査
歯周疾患検診受診率 の向上	歯周疾患検診受診率 5.2%	20%	30%	地域保健・健康増進 事業報告

(2) 生活習慣病の発症予防・重症化予防

①がん

No.	取組	内容	担当課
33.	がんに関する知識の普及啓発（新規）	・町ホームページや広報紙、ソーシャルメディア、保健事業等を通して、がんの予防に関する普及啓発を行います。	保健衛生課
34.	がん検診受診率の向上	・がん検診の重要性・必要性の啓発を図るとともに、検診体制の充実や個別受診勧奨の強化など、受診率の向上に努めます。	保健衛生課
35.	精密検査受診率の向上	・がんの早期発見、早期治療につなげるため、検診機関との連携を強化し、精度管理の徹底及び精密検査受診状況の把握など精密検査受診率の向上に努めます。	保健衛生課
36.	小中学校におけるがん教育の実施（新規）	・児童生徒に対し、がんに関する健康教育を行います。	学校教育課

■基本施策（2）生活習慣病の発症予防・重症化予防 ①がんに関する指標

成果指標	指標の現状値 2022 年度	中間目標 2030 年度	最終目標 2036 年度	備考
がん検診受診率の向上	肺がん 8.9%	13%	25%	健康増進・地域 保健事業報告
	胃がん 2.6%	11%	25%	
	大腸がん 7.2%	13%	25%	
	子宮がん 30.8%	35%	40%	
	乳がん 26.0%	32%	40%	
精密検査受診率の向上	肺がん 40.0%	75%	90%	健康増進・地域 保健事業報告
	胃がん 75.0%	75%	90%	
	大腸がん 47.4%	75%	90%	
	子宮がん 60.3%	75%	90%	
	乳がん 83.1%	85%	90%	

②循環器病

No.	取組	内容	担当課
37.	循環器病に関する知識の普及啓発	・町ホームページや広報紙、ソーシャルメディア、保健事業等を通して、循環器病の予防に関する普及啓発を行います。	保健衛生課
38.	特定健診の受診率向上対策	・受診しやすい環境の整備、対象者層の特性に応じた受診勧奨手段の工夫に加えて、地域や医療機関と連携し、受診率の向上を図ります。	保健衛生課
39.	特定保健指導の実施率向上	・対象者の生活状況にあわせて保健指導を実施し、実施率の向上を図ります。	保健衛生課
40.	特定保健指導の質の向上	・進捗会議での事例検討や保健指導の評価を行うとともに、医療機関との連携を進め、質の向上を図ります。	保健衛生課
41.	生活習慣病重症化予防の推進	・各医療機関と連携し、メタボリックシンドローム該当者・予備軍、要医療者、生活習慣病重症化予防者などの保健指導対象者の個別の状況に応じた保健指導の充実を図ります。	保健衛生課

■基本施策（２）生活習慣病の発症予防・重症化予防 ②循環器疾患に関する指標

成果指標	指標の現状値 2022 年度	中間目標 2030 年度	最終目標 2036 年度	備考
収縮期血圧有所見 (140mmHg 以上)の者の割合減少	男性 23.5% 女性 21.0% (2021 年度)	減少	男性 21.0% 女性 16.3%	特定健康診査
高 (LDL)コレステロール血症有病率 (160mg/dl 以上)の減少	男性 15.3% 女性 16.6% (2021 年度)	男性 13.5% 女性 14.5%	男性 11.5% 女性 12.5%	特定健康診査
特定健康診査の受診率の向上	31.1%	56%	60%	特定健康診査
特定保健指導の実施率の向上	55.9%	60%	60%	特定健康診査・特定保健指導の実施状況

③糖尿病

No.	取組	内容	担当課
42.	糖尿病に関する知識の普及啓発（新規）	・町ホームページや広報紙、ソーシャルメディア、保健事業等を通して、糖尿病の予防に関する普及啓発を行います。	保健衛生課
43.	特定健診の受診率向上対策（再掲）	・受診しやすい環境の整備、対象者層の特性に応じた受診勧奨手段の工夫に加えて、地域や医療機関と連携し、受診率の向上を図ります。	保健衛生課
44.	特定保健指導の利用促進（再掲）	・対象者の生活状況にあわせて保健指導を実施し、実施率の向上を図ります。	保健衛生課
45.	特定保健指導の実施率向上（再掲）	・実施フローチャートの作成や進捗管理の徹底、進捗会議での事例検討や保健指導の評価を行うとともに、医療機関との連携を進め、質の向上を図ります。	保健衛生課
46.	北谷町糖尿病性腎症重症化予防支援事業の実施	・医療機関の未受診者・治療中断者に対し、受診勧奨や保健指導を行うとともに、糖尿病性腎症等で通院する患者のうち、重症化するリスクの高い者に対して、各医療機関と連携し、必要な保健指導を行います。	保健衛生課

■基本施策（２）生活習慣病の発症予防・重症化予防 ③糖尿病に関する指標

成果指標	指標の現状値 2022 年度	中間目標 2030 年度	最終目標 2036 年度	備考
HbA1c が 8.0 %以上の者の割合の減少	男性 2.2% 女性 1.7% (2021 年度)	男性 1.9% 女性 1.5%	男性 1.5% 女性 1.0%	特定健康診査
メタボリックシンドローム及び予備群の年齢調整該当率減少	男性 55.7% 女性 22.9%	男性 50% 女性 18%	男性 43.1% 女性 13%	特定健康診査
肥満（BMI25 以上）の割合の減少	男性 47.8% 女性 30.2% (2021 年度)	男性 44.5% 女性 27.0%	男性 40% 女性 25%	特定健康診査
特定健康診査の受診率の向上（再掲）	31.1%	56%	60%	特定健康診査
特定保健指導の実施率の向上（再掲）	55.9%	60%	60%	特定保健指導の実施状況

④肝疾患

No.	取組	内容	担当課
47.	肝疾患に関する知識の普及啓発（新規）	・町ホームページや広報紙、ソーシャルメディア、保健事業等を通して、肝疾患の予防に関する普及啓発を行います。	保健衛生課

■基本施策（２）生活習慣病の発症予防・重症化予防 ③肝疾患に関する指標

成果指標		指標の現状値 2022 年度	中間目標 2030 年度	最終目標 2036 年度	備考
肝機能異常者の割合の減少	γGTP51U /L 以上	男性 27.4% 女性 8.7%	減少	減少	特定健康診査
肥満（BMI25 以上）の割合の減少（再掲）		男性 47.8% 女性 30.2% (2021 年度)	男性 44.5% 女性 27.0%	男性 40% 女性 25%	特定健康診査
生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合の減少（再掲）		男性 24.7% 女性 19.8%	男性 20% 女性 15%	男性 16% 女性 11%	町民健康度調査

⑤慢性閉塞性肺疾患（COPD）

No.	取組	内容	担当課
48.	慢性閉塞性肺疾患（COPD）に関する知識の普及	・町ホームページや広報紙、ソーシャルメディア、保健事業等を通して、慢性閉塞性肺疾患（COPD）の予防に関する普及啓発を行います。	保健衛生課

■基本施策（２）生活習慣病の発症予防・重症化予防 ⑤COPD（慢性閉塞性肺疾患）に関する指標

成果指標	指標の現状値 2022 年度	中間目標 2030 年度	最終目標 2036 年度	備考
COPD（慢性閉塞性肺疾患）の認知度の向上	—	40%	50%	町民健康度調査
喫煙率の減少（再掲）	成人の喫煙率 男性 21.8% 女性 8.2%	男性 19% 女性 6%	男性 17% 女性 4%	町民健康度調査

基本方針２ 健康を支える社会環境の質の向上

（１）社会参加や地域の人々とのつながりの強化促進

No.	取組	内容	担当課
49.	地域と連携した健康づくりの推進	・ 地区担当保健師による町及び行政区ごとの健康状況を分析・課題の抽出を行い、自治会や関係部署、関係機関等と連携を図りながら地域の健康づくりを推進します。	保健衛生課
50.	各種講座やサークル活動等を通じた地域での交流の促進	・ 各種講座やサークル活動等を通じて、同世代や世代間の交流を促進します。	社会教育課 生涯学習プラザ
51.	住民活動の支援・連携強化	・ 地域や関係機関と連携し、健康づくりに関する様々な住民活動を支援します。	保健衛生課 福祉課 子ども家庭課
52.	各区における介護予防事業の実施	・ 各行政区において介護予防事業を実施し、高齢者の心身の健康づくりを推進します。	福祉課 保健衛生課
53.	老人クラブへの支援	・ 老人クラブを通じて、高齢者の社会参加を促します。	福祉課
54.	北谷町シルバー人材センターとの連携	・ 北谷町シルバー人材センターを通じて、高齢者の社会参加を促します。	経済振興課

■基本施策（１）社会参加や地域の人々とのつながりの強化促進に関する指標

成果指標	指標の現状値 2024 年度	中間目標 2030 年度	最終目標 2036 年度	備考
隣近所や地域の人と話したり交流する機会がある者の割合の増加	38.8%	41%	43%	町民健康度調査

(2) 自然に健康になれる環境づくり

No.	取組	内容	担当課
55.	自然に運動ができる環境の整備（新規）	・関係機関と連携し、公共施設、商業施設、公園、道路等において、健康階段など自然に運動できる環境の整備に努めます。	保健衛生課 企画財政課 土木課 経済振興課 生涯学習プラザ
56.	望まない受動喫煙の機会を有する者の減少（再掲）	・受動喫煙防止対策について、パンフレットや広報紙等を活用した啓発を行います。	保健衛生課 経済振興課

■基本施策（2）自然に健康になれる環境づくりに関する指標

成果指標	指標の現状値 2023 年度	中間目標 2030 年度	最終目標 2036 年度	備考
望まない受動喫煙の機会を有する者の減少（再掲）	職場 12.7% 飲食店 17.1% 父 29.6% 母 5.9%	職場 11% 飲食店 0% 父 25% 母 4.2%	職場 10% 飲食店 0% 父 20% 母 2%	町民健康度調査 （喫煙者は除く） 乳児健康診査報告書
町内の食 de がんじゅう応援店登録数の増加	0 件 （登録数）	10 件	20 件	

(3) 健康づくりに誰もがアクセスできる基盤整備

No.	取組	内容	担当課
57.	健康づくりに関する情報提供	・事業所が従業員の健康管理を経営の視点から捉え、戦略的に取り組む意識をもてるよう、「うちなー健康経営宣言」等について、情報提供します。	経済振興課
58.	現役世代の健康課題の把握	・商工会等の関係機関と連携し、現役世代の健康に関する課題を把握し、健康に関する情報提供や保健事業を行います。	保健衛生課 経済振興課

■基本施策（3）健康づくりに誰もがアクセスできる基盤整備に関する指標

成果指標	指標の現状値 2024 年度	中間目標 2030 年度	最終目標 2036 年度	備考
うちなー健康経営事業所数増加（町内）	30 か所	増加	増加	

