

健康なごやプラン21

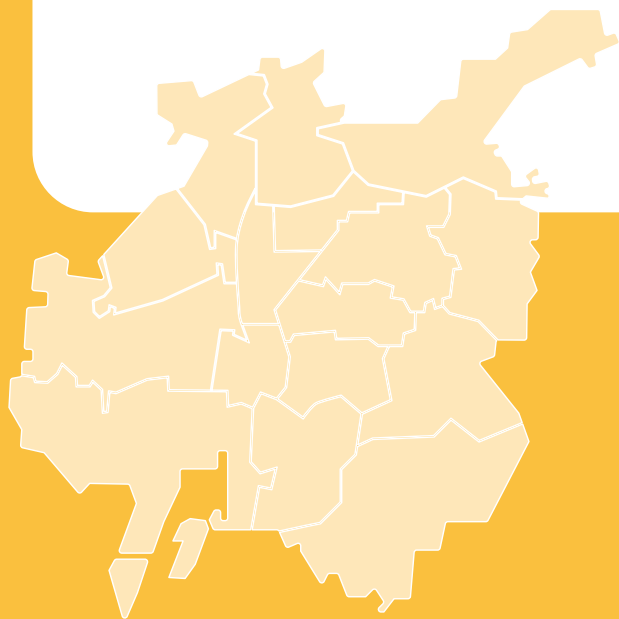
第3次

名古屋市健康増進計画（第3次）

概要版

計画期間

令和6年度～令和17年度



令和6年3月
名古屋市

目 次

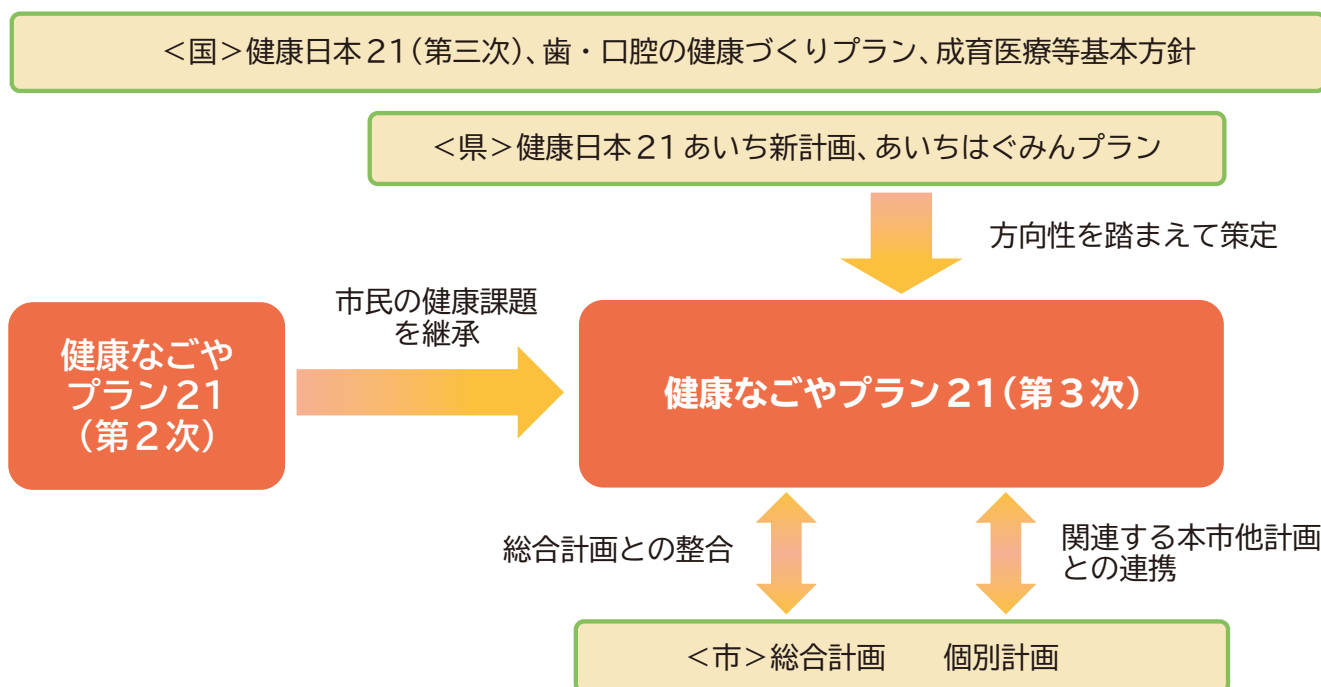
1	計画の趣旨	1
2	計画の検討経過	2
3	第2次計画の最終評価の概要	3
	(1)平均寿命と健康寿命に関する評価	3
	(2)分野別進捗状況の評価	3
	(3)主な指標の状況	3
4	計画の概要	4
	(1)目的	4
	(2)位置付け	4
	(3)SDGsとの関係	4
	(4)計画期間	4
	(5)計画の推進	4
	(6)取り組みの方向	5
	(7)分野別の主な取り組み	6
	(8)ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり	15
	(9)健康なごやプラン21(第3次)の分野別の目標及び指標	16
	(10)健康なごやプラン21(第3次)のライフコースごとの指標	21

1 計画の趣旨

健康なごやプラン21(第3次)(以下「第3次計画」という。)は、健康増進法に基づく市町村健康増進計画として策定する。国の「二十一世紀における第三次国民健康づくり運動(健康日本21(第三次))」、「歯科口腔保健の推進に関する基本的事項(第二次)(歯・口腔の健康づくりプラン)」及び愛知県の「健康日本21あいち新計画」等の方向性を踏まえて策定する。

また、「名古屋市総合計画」と整合性を図りながら策定するとともに、関連する本市他計画とも連携しながら、健康に関する各種取り組みを推進する。

なお、健康なごやプラン21(第2次)(以下「第2次計画」という。)の最終評価で明らかとなった市民の健康課題を第3次計画に継承する。



2 計画の検討経過

健康に関する市民アンケート

計画策定に向けた基礎資料とするため、市民1万人を対象としたアンケート調査を実施

区 分	時 期	内 容
健康に関する 市民アンケート	令和4年10月～ 令和5年1月	●16歳以上の市民1万人を対象 ●回答者4,878人(回収率48.8%)

第2次計画の最終評価(令和5年8月公表)

第2次計画の最終評価を実施し、市民の健康課題を第3次計画に継承

健康なごやプラン21 推進会議等における意見聴取

学識経験者、保健・医療関係者、職域・地域関係者及び市民委員の計16名で構成する「健康なごやプラン21 推進会議」及び各専門部会等において意見聴取を実施

(1) 健康なごやプラン21 推進会議

区 分	時 期	主な内容
令和4年度第1回	令和4年9月1日	●健康に関する市民アンケート(案) ●計画策定に向けてのスケジュール
令和4年度第2回	令和5年3月23日	●健康に関する市民アンケート結果 ●第2次計画の最終評価に向けた分析(案)
令和5年度第1回	令和5年7月20日	●第2次計画の最終評価(案) ●第3次計画の骨子(案)
令和5年度第2回	令和5年10月26日	●第3次計画の計画案
令和5年度第3回	令和6年2月15日	●パブリックコメントの実施状況 ●第3次計画の計画案 ●健康なごやプラン21に関する令和6年度主な新規・拡充事業の状況(予定)

(2) 各専門部会等

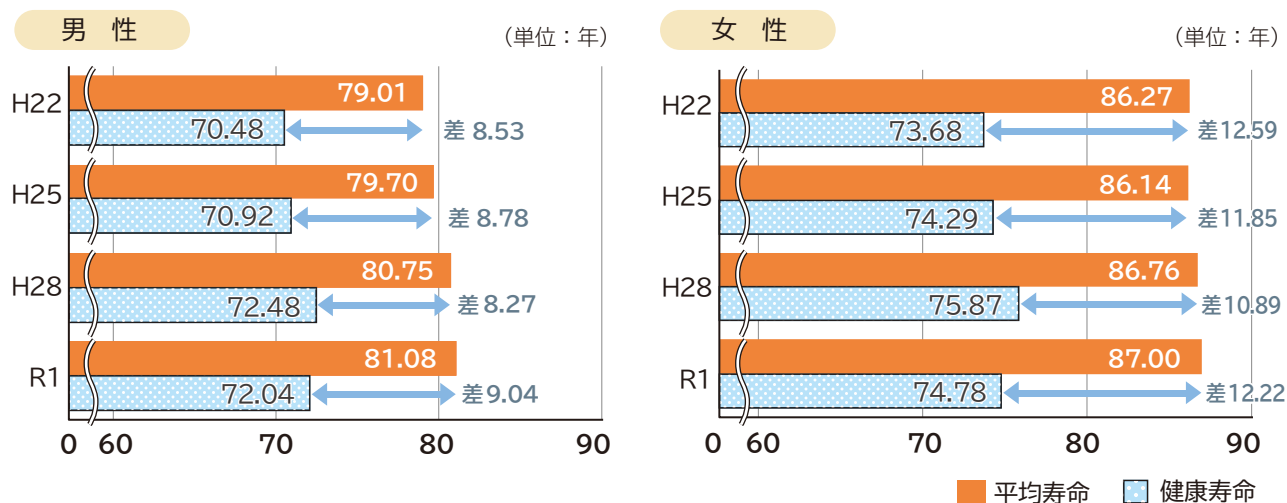
区 分	時 期	内 容
●がん対策専門部会 ●食育推進懇談会 ●歯と口腔の健康づくり専門部会 等	令和5年6月～9月	●第3次計画の各分野の計画案

3 第2次計画の最終評価の概要

(1) 平均寿命と健康寿命に関する評価

- 健康寿命は、計画開始時の平成25年から令和元年までの間に、男性1.12年、女性0.49年増加し、健康寿命の延伸を実現できた。
- 一方で、計画期間においては、男女とも平均寿命と健康寿命の差が拡大し、平均寿命の増加分を上回る健康寿命の増加は実現できなかった。

●平均寿命と健康寿命の差の推移



(2) 分野別進捗状況の評価

第2次計画で掲げた14分野に対応する109指標のうち、59指標で現状値が策定時より改善した。一方で、「変化なし」または「悪化」となった指標は45指標あり、特に「栄養・食生活」、「身体活動・運動」といった、日常生活の中で習慣として取り組む分野において、社会状況や生活様式の変化の影響などにより、進捗が遅れている指標が多い状況であった。

(3) 主な指標の状況

改善した主な事項

- 骨粗しょう症検診受診率
- 深刻な悩みを抱えたとき、誰かに(どこかに)相談する人の割合
- 60歳で24本以上の自分の歯を有する人の割合
- 糖尿病治療継続者の割合
- 水痘の1医療機関当たりの年間患者報告数

悪化した主な事項

- 肥満傾向にある子どもの割合
- 肥満者の割合
- 塩分を控えるようにしている人の割合
- 家族等の誰かと一緒に食事をする市民の割合
- 週に1回以上、運動・スポーツを実施している成人の割合

4 計画の概要

(1) 目的

- すべての市民が健康で心豊かに生活できる持続可能な社会をめざし、生活習慣の改善による生活習慣病の予防、健康寿命の延伸及び生活の質の向上を図る。
- 健康寿命については、平均寿命と健康寿命の伸びを想定し、平均寿命の伸びを上回る健康寿命の伸びとなるように、健康寿命の延伸を目指す。

(2) 位置付け

- 健康増進法に基づく市町村健康増進計画として策定する。
- 国の健康日本21(第三次)等の方向性を踏まえて策定する。

(3) SDGsとの関係

- 本計画では、SDGsの理念を踏まえ、「目標3 すべての人に健康と福祉を」をはじめとする目標の達成に向けて、計画の推進に取り組む。

(4) 計画期間

- 令和6年度から令和17年度までの12年間とする。

(5) 計画の推進

- 計画の達成状況について、継続的な進行管理を行うとともに、社会情勢の変化等を踏まえ、計画の期間内であっても必要に応じて見直しを行う。
- 中間年度となる令和11年度には、目標指標の達成状況を把握し、中間評価を実施する。
- 最終年度の前年である令和16年度を目途に最終評価を実施する。
- 全庁的に各局の健康づくりのきっかけとなる取り組みと連携する。
- 「健康なごやプラン21推進会議」において、計画の達成状況の点検・分析・評価を行い、計画の推進を図る。家庭・学校・地域団体・企業・保険者・医療関係機関・行政などが一体となって、市民が健康づくりに取り組めるように、さまざまな方面から支援する。

(6) 取り組みの方向

すべての市民が健康で心豊かに生活できる持続可能な社会の実現

健康寿命の延伸

生活の質の向上

生活習慣病の予防

子育て家庭の支援

6つの視点
での働きかけ

- 1 生活習慣の改善
- 2 生活習慣病の発症予防・重症化予防
- 3 生活機能の維持・向上
- 4 母子保健の推進
- 5 社会環境の質の向上
- 6 ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり

分野(16分野)

個人の行動と健康状態の改善(9分野)

- ①栄養・食生活
- ②身体活動・運動
- ③休養・こころの健康づくり
- ④たばこ・COPD
- ⑤アルコール
- ⑥歯・口腔の健康
- ⑦循環器疾患・糖尿病
- ⑧がん
- ⑨予防接種・各種検診

母子保健の推進(4分野)

- ⑩思春期の保健対策の強化と心身両面の健康づくり
- ⑪妊娠・出産に関する安心と安全性の確保と健康づくり
- ⑫小児保健水準の向上
- ⑬子どものこころの安らかな発達と育児不安の軽減

社会環境の質の向上(3分野)

- ⑭社会とのつながり
- ⑮自然に健康になれる環境づくり
- ⑯誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備

分野の構成

基本的な考え方

これまでの経過と課題

目標・指標

市民のとりくみ

市のとりくみ

ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり

- 1 子ども
- 2 女性
- 3 働く世代
- 4 高齢者

構成

基本的な考え方 指標

市のとりくみの方向性

(7) 分野別の主な取り組み

分野1 栄養・食生活

ア 市民の主なとりくみ

- ☐ 適正体重にしよう
- ☐ 1日の始まりは朝ごはんから
- ☐ 健康な体はバランスのよい食事から
- ☐ 野菜・果物を毎日食べよう
- ☐ 1日の食塩相当量を意識して上手に減塩

イ 市の主なとりくみ

☐ 適正体重に関する啓発

- 誰もが適正な体重を維持できるよう、学校、保健センターの各種教室や栄養相談などにおいて啓発、指導、相談を行う。

☐ 望ましい食習慣に向けた取り組みの推進

- 保健センターの各種教室や健診などを通して、健全な食生活を実践できるよう支援を行うとともに、ウェブサイト「なごや食育ひろば」やイベント等を通じて、野菜・果物摂取量や減塩など具体的な数値や根拠を示しながら普及啓発を行う。
- 栄養や食生活に関する知識を身につけ、将来にわたって健全な食生活が送れるよう、小・中・特別支援学校における給食の時間や様々な教科等において、食に関する指導に取り組む。
- 若い世代を中心に、朝食の大切さや栄養バランスを考えた食事への理解を深めるよう、大学生など若い世代の意見を取り入れながら普及啓発に取り組む。
- 高齢者の低栄養状態を予防・改善するため、保健センターの各種教室や栄養相談を通して、栄養に関する知識の普及を図る。

分野2 身体活動・運動

ア 市民の主なとりくみ

- ☐ プラス15分で歩数アップ
- ☐ 気軽に楽しんで続けられる運動やスポーツをみつける
- ☐ 若いうちから積極的に外出を
- ☐ 骨粗しょう症検診は健康管理の第一歩
- ☐ なごやはちまるフレイルテストでフレイルの可能性を手軽にチェック

イ 市の主なとりくみ

☐ 市民の運動習慣向上に向けた取り組みの推進

- 日ごろの運動の習慣化が、生涯を通じた生活習慣病予防や介護予防につながる効果について、啓発を行う。
- 学校での体育活動や地域における子どもの運動機会の充実を通して、生涯にわたる運動習慣の確立を図る。また、運動やスポーツが好きな子を増やし、大人になってからもスポーツに取り組む礎を築く。
- すべての市民がスポーツの楽しさに触れることのできる機会の充実を図り、スポーツに関する情報発信を行う。
- 地域における健康づくりを担う人材を育成するなど、市民が身近な場所で活動しやすい環境を整え、地域の健康づくりの強化を図る。

☐ 効果的なフレイル対策の推進等

- フレイルの認知度の向上を図るとともに、より多くの高齢者が自発的かつ継続的にフレイル予防に取り組むことができるよう支援する。

分野3 休養・こころの健康づくり

ア 市民の主なとりくみ

- ☐ みつけよう、ストレス解消法
- ☐ まずは、休養・睡眠を
- ☐ 悩みや不安を抱え込まないで、ためらわないで相談を
- ☐ 周りの人が悩んでいたら、身近な人の声かけが支援の第一歩

イ 市の主なとりくみ

☐ 精神疾患に関する知識の普及啓発とこころの健康施策の充実

- こころの健康に関する正しい知識や、うつ病など自殺と関連が深いとされる精神疾患についての正しい知識の普及啓発の推進を図る。
- 自殺者数で多くの割合を占める中高年世代や男性だけではなく、学校・職域等と連携して子ども・若者や女性への支援にも力を入れ、幅広くこころの健康施策の充実を図る。

☐ 様々な悩みに関する相談機関の周知と様々な立場での支援につながる人材育成

- 様々な悩みに関する相談機関の周知とあわせて、保健センターや精神保健福祉センターなどのこころの病気に関する相談窓口との連携強化に努める。
- 身近な人の声かけから、相談・医療機関による専門的な対応まで、様々な立場での支援が広がるよう、心の不調に気づき、適切な支援につなげるための人材育成に努める。

分野4 たばこ・COPD

ア 市民の主なとりくみ

- ☐ 喫煙による健康リスクを知ろう
- ☐ 防ごう、受動喫煙
- ☐ 禁煙に挑戦、禁煙を支援

イ 市の主なとりくみ

☐ 若い世代や妊産婦に対する普及啓発

- 小学校等の防煙・健康教育を進める。
- 母子健康手帳交付時、新生児・乳児訪問指導時、乳幼児健康診査時を利用した禁煙支援を実施する。
- 大学との連携による若年者への喫煙防止の啓発を実施する。
- 毎月22日の「禁煙の日」(スワンスワンで禁煙を)の普及啓発に努める。



☐ 受動喫煙対策の推進

- 令和2年度の健康増進法改正以降、原則禁煙となっている飲食店や事業所等の管理者に対して、法令遵守の周知徹底を図る。
- 屋外における受動喫煙対策として、民間事業者等に対する屋外分煙施設設置費用助成事業を推進する。

☐ 禁煙希望者への支援

- 保健センターにおける個別支援や禁煙治療等に関する情報提供など、禁煙に向けた支援を行う。
- 特定健診・特定保健指導における喫煙者への健康教育や健康相談を通じて禁煙の推進に取り組む。

☐ COPD(慢性閉塞性肺疾患)の認知度向上

- たばこ煙が関与していると言われるCOPDの認知度向上のため、COPDに関する情報提供により、普及啓発を図る。

分野5 アルコール

ア 市民の主なとりくみ

☐ 20歳未満の人はお酒を飲まない、勧めない

☐ 週に2日は休肝日

☐ 飲む日も、純アルコール約20g程度までにし、飲みすぎに注意

☐ 妊娠中はお酒を飲まない

イ 市の主なとりくみ

☐ 生活習慣病のリスクを高める飲酒量に関する知識の普及啓発

- 保健センターの各種事業において飲酒についての正しい知識の普及に努める。
- 特定保健指導の機会を利用し、個々の状況に応じた飲酒習慣の改善を支援する。
- 医療保険者、企業、民間団体、学校等関係団体と連携し、飲酒についての正しい知識の普及に努める。

分野6 歯・口腔の健康

ア 市民の主なとりくみ

☐ 子どものころからむし歯の予防をしよう

☐ 口腔ケアの意識を高めよう

☐ 定期的に歯科健診を受診しよう

☐ オーラルフレイルを予防しよう



イ 市の主なとりくみ

☐ う蝕(むし歯)予防の推進

- 保健センターにおいて、乳幼児健診及び健康教室を実施する。
- 幼稚園、保育所、学校、職場、地域等多様な場面において、う蝕予防が実践されるよう、健康教育を実施する。
- う蝕ハイリスク児・者(乳幼児期に4本以上のう蝕を有する児等)に対しては、積極的に保健センターにおける各種教室の案内や、定期的な受診勧奨を行う。
- かかりつけ歯科医の重要性を啓発する。
- フッ化物洗口、フッ化物塗布に関する事業を推進する。

☐ 歯周病予防の推進

- 歯周病についての情報提供を行うとともに、歯周疾患検診等を利用して定期的に歯科健診を受診するよう、受診勧奨を行う。
- 医科歯科連携の推進に向け、妊婦健康診査における歯科の受診勧奨をはじめとした、普及啓発に取り組む。
- 自分で自分の口の中を管理する「セルフケア」が必要なため、その方法などを普及啓発する。
- 日常的に歯科健診を受けることが困難な方(障害を有する方、介護を必要とする方等)の歯と口腔の健康のため、歯科医療従事者や施設関係者に対し、研修や普及啓発を行う。

☐ 口腔がん対策の推進

- 市民に対し、口腔がん予防についての啓発を行う。
- 口腔がんの早期発見に向けて、地域の歯科医師による診断力や市民の認知向上を目的に、口腔がん検診等による啓発を実施する。

☐ オーラルフレイル予防の推進

- 市民に対し、オーラルフレイル予防についての啓発を行う。
- 歯科医療関係者への専門的知識の向上のための研修を行う。

分野7 循環器疾患・糖尿病

ア 市民の主なとりくみ

- 毎日の生活習慣をより良く工夫して生活習慣病予防を
- 健康管理の第一歩 健診を受けて生活習慣をチェック
- 健診などで生活習慣病の疑いを指摘されたらすぐに受診を
- 治療は自己判断で中断せず、合併症の発症予防を

名古屋市国民健康保険
特定健康診査
イメージキャラクター
「メタボリックくま」



イ 市の主なとりくみ

- 生活習慣が健康に及ぼす影響に関する情報提供及び循環器疾患・糖尿病に関する知識の普及啓発
 - 特定健康診査・特定保健指導の利用環境を整備し、実施率の向上をめざす。
 - 地域における健康づくりの取り組みを積極的に行えるような支援を行う。
 - 地域における健康教育等を充実する。
 - 循環器疾患の危険因子である高血圧、脂質異常症、喫煙、糖尿病に関する知識の普及を図るため情報提供に努める。
- 若い世代からの循環器疾患・糖尿病の発症予防及び重症化予防
 - 企業・医療保険者と連携し、若い世代に向けて循環器疾患及び糖尿病に関する情報提供に努める。



分野8 がん

ア 市民の主なとりくみ

- 正しい知識でがん予防
- MY(マイ)検診日に定期受診
- 精密検査まで受けて早期発見
- ピロリ菌検査でリスクの管理
- 子宮頸がんは検診と予防接種が大切
- 生活習慣の見直しも重要ながん予防

イ 市の主なとりくみ

□ がん予防の推進

- 市公式ウェブサイトや全戸配付している「なごや健康ガイド」等の充実を図り、年代や性別に応じたがんの正しい知識を、よりわかりやすく提供する。
- ピロリ菌と胃がんの関係性について周知啓発を行い、保菌者が治療につながるができるように、ピロリ菌検査と胃がんリスク検査の受診者数増加に努める。
- 子宮頸がん予防接種については、予防に効果的な年齢等を踏まえ、様々な情報を提供する。
- 学習指導要領に基づくがん教育の推進などにより、子どものがんに対する理解や、がん予防に関する知識が深まるよう努める。
- 医療保険者や職域、民間企業との連携により、がん検診の必要性や正しい知識の普及啓発等、情報の提供に努める。

□ がんの早期発見の推進

- 本市独自の施策である「ワンコインがん検診」を、精度管理の充実を図りながら継続実施するとともに、「無料クーポン券」の対象となる検診を6種類(胃がん、大腸がん、肺がん、子宮頸がん、乳がん、前立腺がんの各検診)に拡大し、さらなるがん検診の受診率向上に努める。
- がん検診サポートセンターを設置し、がん検診受診により要精密検査と診断された方に対して、精密検査受診の積極的な勧奨等に努める。
- 現在、検診の対象としている6種類のがん以外についても、新たながん対策の検討を行う。

□ がん患者の支援及び緩和ケアの充実

- がん相談・情報サロンの充実を図り、がん患者やその家族等の心のケアや、がんに関する様々な情報提供に努める。
- 若年がん患者への在宅ターミナルケア支援やアピアランスケア支援、妊よう性温存治療費の助成などの取り組みについて、多くの対象の方に活用していただくため、広報啓発に努める。
- 医療機関等での緩和ケアを推進するために、人材育成の支援を実施するとともに、市民に向けて緩和ケアの広報啓発に努める。



分野9 予防接種・各種検診

ア 市民の主なとりくみ

- ☐ 予防接種の必要性を理解する
- ☐ 適切な接種時期や接種方法を知り、予防接種を受ける
- ☐ 定期的に検診を受診する

イ 市の主なとりくみ

☐ 予防接種に関する勧奨・普及啓発

- 母子健康手帳交付時や新生児・乳児訪問指導時において、出産後すぐに予防接種が始まることを周知するとともに、乳幼児期の予防接種において、接種券を個別に通知することで、適切な時期にワクチンが接種できるよう勧奨を行う。
- それぞれの年齢等に応じて、必要な予防接種を受けることができるように、予防接種に関する冊子の配布やポスターの掲示、各種メディアの活用など、普及啓発や情報提供を行う。

☐ 任意予防接種費用の助成

- 本市独自に一部の任意接種に費用助成を実施する。
- 保健センターや予防接種電話相談窓口において、予防接種に関する相談に応じるとともに、なごや予防接種ナビを通じて、予防接種を正しく接種できるよう支援する。

☐ 各種検診に関する普及啓発

- 医療保険者や職域、民間企業との連携により、各種検診の必要性や正しい知識の普及啓発等、情報の提供に努める。
- 現在、検診の対象としているもの以外についても、新たな対策の検討を行う。

分野10 思春期の保健対策の強化と心身両面の健康づくり

ア 市民の主なとりくみ

- ☐ 20歳未満の場合は喫煙・飲酒をしないようにしましょう
- ☐ 学童期から、自らの心と体に関する正しい知識を身につけ、行動しましょう
- ☐ 自らの心や体の状態に目をむけ、心配なことがあるときは周りに相談しましょう

イ 市の主なとりくみ

☐ プレコンセプションケアの推進

- 20歳未満の喫煙・飲酒をなくすため、喫煙や飲酒が及ぼす健康影響についての十分な知識の普及啓発を行う。
- 適正体重の維持のため、食生活や運動に関する知識を普及啓発する。各個人に寄り添った相談支援を実施する。
- 周りの大人が子どものSOSに気づき適切に支援できるように、関係機関の連携強化を図る。

☐ 思春期保健セミナー等による普及啓発

- 教育・保健・医療などの関係者と連携し、生命の誕生、性に関する知識、喫煙や依存症など、年齢に合わせて必要な知識の普及啓発を行う。
- 体育・保健体育の授業や外部講師による講話等により、生命の尊さを学び、生命を大切にする考えや、自分や相手、一人一人を尊重する態度等を、子どもの発達段階に応じて身に付ける「生命(いのち)の安全教育」を行う。
- 思春期保健に携わる関係者に対するセミナー等により、支援者側として必要な知識や支援スキルの向上を図る。

分野11 妊娠・出産に関する安心と安全性の確保と健康づくり

ア 市民の主なとりくみ

☐ タバコとお酒の害から赤ちゃんを守りましょう

☐ 早期に妊娠届を出しましょう

☐ 安心して妊娠期から出産、産後を過ごしましょう

☐ マタニティマークについて知りましょう

イ 市の主なとりくみ

☐ 妊娠・出産に関する情報提供と相談支援

- 早期に母子健康手帳交付を受けることの意義を周知するとともに、妊娠届出時の面接等で妊婦の健康管理や妊産婦健康診査の適切な受診、両親学級等の必要な情報提供を行い、安心・安全な出産に向けて支援する。
- 不妊や不育症を含む妊娠・出産に関する不安を解消するための情報提供や相談支援を推進する。

☐ 相談窓口の普及啓発及び関係機関との連携強化

- 妊娠・出産に関する不安が解消されるよう、気軽に相談できる身近な相談窓口の周知を行う。また、妊娠届出時の面接をはじめ、新生児や妊産婦への家庭訪問など、妊娠期から早期に妊産婦の抱える不安等に寄り添い、切れ目のない支援を推進する。
- 予期せぬ妊娠をされた場合など、一人で悩みを抱え込まないように相談窓口の周知を行うとともに、保健センターや医療機関などの関係機関と連携し支援する。

☐ 喫煙・飲酒が及ぼす健康影響についての知識の普及

- 妊産婦に対し喫煙や飲酒による影響について普及啓発を推進する。

分野12 小児保健水準の向上

ア 市民の主なとりくみ

☐ 乳幼児健康診査を受診しましょう

☐ 子どもを守るため、事故予防に対する正しい知識を身に付けましょう

☐ 1歳になるまでは、寝かせる時はあおむけに寝かせましょう



イ 市の主なとりくみ

☐ 乳幼児健康診査の受診啓発と継続支援

- 適切な時期に乳幼児健康診査を受けられるよう周知するとともに、乳幼児健康診査結果を踏まえて必要な方への受診後の継続した支援を行う。

☐ 子どもの事故防止に関する啓発の推進

- 具体的な事故予防方法や子どもの発達と起こりやすい事故について啓発等を推進する。

☐ 乳幼児突然死症候群に関する予防知識の普及啓発

- 「乳幼児突然死症候群(SIDS)」についての周知・広報を行う。

分野13 子どものこころの安らかな発達と育児不安の軽減

ア 市民の主なとりくみ

- ☐ 必要な時は相談し、一人で悩まないようにしましょう
- ☐ 家族や周りの人と協力して子育てをしましょう
- ☐ 地域全体で子育て家族を見守り、必要に応じて支援しましょう

イ 市の主なとりくみ

☐ 育児に関する切れ目のない相談・支援に係る事業の推進

- 各区の子育て総合相談窓口における相談支援や地域の子育て支援機関が連携を図り、必要な人に必要な情報や支援が届くよう子育て家庭に寄り添い切れ目のない支援を行う。
- 両親学級など母親に限らず父親を含めた身近な養育者への相談・支援を推進する。
- 乳幼児健康診査において児の発育や発達を確認するとともに、支援を必要とする子育て家庭の相談支援を行う。
- 自ら相談できず、支援の場に出向くことができない場合がある事に留意し、支援する側が積極的に対象者のいる場に出向いて働きかける等、状況にあわせて支援を行う。
- 母子保健を取り巻く様々な課題に対応するため、令和6年4月の改正児童福祉法によるこども家庭センター設置の趣旨を踏まえ、子育て支援関係機関との連携を推進するとともに、支援者のスキル向上のための研修等を行う。
- 児童虐待防止を啓発するオレンジリボンキャンペーンなどにより虐待防止に対する意識の醸成、相談・支援体制の充実を図っている。虐待により死亡する子どもがなくなるよう、地域全体での見守り、妊娠期からの育児支援に向けた取り組みの継続が必要。



分野14 社会とのつながり

ア 市民の主なとりくみ

- ☐ 地域活動など積極的な社会参加
- ☐ 「共食」のすすめ

イ 市の主なとりくみ

☐ 地域活動・社会参加に対する支援

- つながり支えあう地域をつくるため、社会的な孤立を生まない地域を目指し、地域における様々な活動を支援する。
- 就労・就学を含めた様々な社会活動に参加できるよう支援する。
- 高齢者が気軽に外出し、様々な活動に積極的に参加できるよう市営地下鉄等に無料で乗車できる「敬老パス」を交付する。

☐ 共食の普及に向けた推進

- 個人のライフスタイルや家庭状況に配慮しながら、家族や友人等との「共食」の大切さについての情報発信などの普及啓発に取り組むとともに、お住まいの地域で友人等と楽しみながら食事をとる機会が増えるようなつながりづくりのきっかけとして地域サロン等の充実に取り組む。

分野15 自然に健康になれる環境づくり

ア 市民の主なとりくみ

□ 事業者による正しい食品表示

□ 管理者による望まない受動喫煙が生じないような環境整備

イ 市の主なとりくみ

□ 食環境づくりの推進等

- 栄養成分の表示、食生活や健康に関する情報を提供する飲食店等を「食育推進協力店」として登録するほか、登録店舗のうち、野菜を多く使ったメニューを提供する店舗を募集しウェブサイトで紹介するなど、栄養を中心とした健康に関する普及啓発を進める。
- 食品表示は、食品を摂取する際の安全性の確保及び自主的かつ合理的な食品の選択の機会を確保する重要な情報源である。この食品表示を正しく理解し、商品選択に役立てることが健康で栄養バランスのとれた食生活を営むことにつながることから、市民に対する普及啓発を進める。また、食品関連事業者等に対しても食品表示法に基づいた表示方法について周知徹底を図る。
- 令和2年度の健康増進法改正以降、原則禁煙となっている飲食店・事務所の管理者に対して、法令遵守の周知徹底を図るとともに、屋外における受動喫煙対策として、屋外分煙施設設置費用助成事業を推進する。

分野16 誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備

ア 市民の主なとりくみ

□ 事業者による健康経営の取り組み

イ 市の主なとりくみ

□ 健康経営の推進

- 市内事業所における従業員の一層の健康維持促進を図るため、全国健康保険協会（協会けんぽ）愛知支部と連携して「健康宣言」を推進している。名古屋市健康メニューについて優秀な取り組みをされた事業所には、「なごや健康宣言優良事業所」として協会けんぽと共同表彰を実施する。

□ 特定給食施設における栄養管理

- 働く世代や子どもの食環境整備において、社員食堂や学校、児童福祉施設等の特定給食施設で提供される食事の量や質の維持・改善や、栄養成分表示などの利用者への情報提供や栄養教育が重要である。特定給食施設での適切な栄養管理を促す観点から、管理栄養士・栄養士の配置を促し、配置された後の指導・支援を実施する。

□ なごや健康マイレージの実施

- 市民一人ひとりが、目標をもって楽しく健康づくりを始め、継続できる環境の整備を目的として、なごや健康マイレージを実施する。

(8) ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり

現在の健康状態は、これまでの自らの生活習慣や社会環境等の影響を受ける可能性や次世代の健康にも影響を及ぼす可能性があることを踏まえ、胎児期から高齢期に至るまでの人の生涯を経時的に捉えた健康づくり(ライフコースアプローチ)の観点も重要である。こうしたことから、分野別の指標について、健康日本21(第三次)を踏まえた「子ども」「女性」「高齢者」及び本市独自に設定した「働く世代」の4項目に整理する。

ア 子ども

市のとりくみの方向性

- 家庭・地域団体・学校・保育所等と連携し、子どもを取り巻く様々な環境において、子どもに接する大人も健康な食生活や運動習慣などに関心を持ち、子どもたちが興味を持つように工夫をしながら、取り組むことができるような様々な機会を捉えて啓発を実施する。



イ 女性

市のとりくみの方向性

- 女性が生涯を通じて健康に過ごすためには、女性ホルモンと女性特有のからだの仕組みについて、女性自身だけではなく、家族や企業、地域など社会全体で理解を深めていくことが重要であり、様々な機会を捉えて啓発を実施する。

ウ 働く世代

市のとりくみの方向性

- 働く世代が多く時間を過ごす職場において、健康づくりに取り組むことができるよう企業・保険者等と連携し、健康経営に関する取り組みを推進する。

エ 高齢者

市のとりくみの方向性

- 高齢者は、複数の疾患を持っていることが多く、また、精神的又は社会的な脆弱性といった多様な健康課題と不安を抱えやすい傾向にある。高齢者一人ひとりの状況に応じ、必要な取り組みも異なることから、社会参加を促進するほか、高齢者の保健事業と介護予防を一体的に実施し、効果的で効率的な支援を図る。

(9) 健康なごやプラン21(第3次)の分野別の目標及び指標

●分野別の目標及び指標一覧

目 標		指 標		現状値 (令和4年度)	目標値 (令和15年度)
分野1 栄養・食生活					
適正体重の子どもを増やす	全出生数中の低出生体重児（2500g未満）の割合			10.1% (R4年)	減少
	肥満傾向の小学5年生の割合	男子		5.2%	減少
		女子		2.7%	減少
	痩身傾向の高校2年生女子の割合			3.1%	減少
適正体重を維持している人 を増やす	肥満者の割合	20～60歳代 男性		30.5%	15%
		40～60歳代 女性		15.6%	10%
	BMI18.5未満の20～30歳代の女性の割合			20.1%	15%
朝食を毎日食べている人 を増やす	朝食を毎日食べている人の割合	小学6年生		84.5% (R1年度)	90% (R7年度)
		中学3年生		80.0% (R1年度)	85% (R7年度)
		20歳代	男性	64.7%	80% (R7年度)
			女性	58.2%	90% (R7年度)
		30歳代	男性	63.5%	90% (R7年度)
			女性	69.9%	
適切な量と質の食事をとる人 を増やす	栄養バランスのとれた適量の食事をほとんど毎日とっている人の割合（1日のうち、少なくとも1食）			60.9%	65%
	野菜を1日350g以上食べるようにしている人の割合			37.6%	45%
	果物を1日200g程度食べるようにしている人の割合			28.6%	40%
	塩分を控えるようにしている人の割合			55.6%	75%
低栄養傾向の高齢者を減らす	65歳以上のBMI20以下の人の割合			22.6%	13%
分野2 身体活動・運動					
日常生活での歩数を増やす	1日の歩数	20～64歳	男性	7,512歩 (R1年度)	8,500歩
			女性	7,878歩 (R1年度)	
		65歳以上	男性	5,997歩 (R1年度)	7,000歩
			女性	4,120歩 (R1年度)	
運動習慣のある人 を増やす	週に2回以上、1回30分以上の運動を 1年以上継続している人の割合	20～64歳	男性	24.4%	34%
			女性	17.8%	29%
		65歳以上	男性	34.7%	54%
			女性	32.7%	44%
	週に1回以上、運動・スポーツを実施している20歳以上の人の割合			53.3%	70% (R9年度)
1週間の総運動時間が60分未満の子ども（小学5年生と中学2年生）の割合			14.4% (R3年度)	12%	
高齢者の骨折を減らす	後期高齢者医療の骨折入院者数（被保険者千人当たり）			16.9	15
高齢者の転倒を減らす	後期高齢者医療健康診査における転倒割合（「半年以内に転倒した」と回答した人の割合）			17.7%	15%
骨粗しょう症検診の受診率を向上させる	骨粗しょう症検診受診率（名古屋市実施分）			30.3% (30,470人)	30%以上を維持
フレイル状態の高齢者を減らす	フレイル状態の高齢者の割合			16.8%	減少
	フレイルの認知度			29.5%	50%

目 標		指 標	現 状 値 (令和4年度)	目 標 値 (令和15年度)
分野3 休養・こころの健康づくり				
睡眠を十分に取れていない人を減らす	睡眠を十分に取れていない人の割合		26.3%	減少
様々な悩みに関する相談機関の周知を図る	ウェブサイト「こころの絆創膏」の認知度		17.6% (R3年度)	30% (R9年度)
メンタルヘルスの問題などを抱える身近な人を支援できる人を増やす	「身近な人が悩みを抱えているように見えたとき、その人の助けになろうと声をかけ、話を聴こう」と思うし行動できる人の割合		45.3% (R3年度)	60% (R9年度)
	心のサポーター数		124人	20,000人
自殺者数（人口10万人当たり）を減らす	自殺者数（人口10万人当たり）		15.5 (R4年)	11.5 (R9年)
分野4 たばこ・COPD				
20歳以上の人の喫煙率を下げる	20歳以上の人の喫煙率		12.4%	12%
20歳未満の人の喫煙をなくす	喫煙する20歳未満の人の割合		0.0%	0%
妊娠中の喫煙をなくす	妊娠中に喫煙する人の割合		1.7% (R3年度)	0%
望まない受動喫煙の機会を有する人を減らす	望まない受動喫煙の機会を有する人の割合		49.0%	減少
COPDと喫煙の関係を 知っている人を増やす	喫煙の影響でCOPDにかかりやすくなることを知っている人の割合		49.3%	増加
分野5 アルコール				
20歳未満の人の飲酒をなくす	飲酒する20歳未満の人の割合		2.0%	0%
生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人を減らす	生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人（1日当たりの純アルコール摂取量が男性40g以上、女性20g以上の人）の割合	男性	19.7%	16.7%
		女性	19.3%	16.4%
妊娠中の飲酒をなくす	妊娠中に飲酒する人の割合		0.7% (R3年度)	0%
分野6 歯・口腔の健康				
歯科疾患を予防する	3歳児でう蝕のない人の割合		95.6%	95%以上を維持
	3歳児で4本以上のう蝕のある人の割合		1.3%	0%
	12歳児でう蝕のない人の割合		82.4%	95%
	20歳以上における未処置歯を有する人の割合（年齢調整値）		28.2%	20%
	10歳代～30歳代で歯肉に炎症所見を有する人の割合		12.1%	10%
	40歳以上における歯周炎を有する人の割合（年齢調整値）		59.8%	40%
	40歳以上における自分の歯が19歯以下の人の割合（年齢調整値）		7.1%	5%
	60歳で24歯以上の自分の歯を有する人の割合		90.7%	95%
	80歳で20歯以上の自分の歯を有する人の割合		70.5%	85%
口腔機能を獲得・維持・向上する	50歳以上における咀嚼良好者の割合（年齢調整値）		76.3%	80%
	50歳以上における嚥下良好者の割合（年齢調整値）		96.1%	95%以上を維持
	オーラルフレイルの認知度		24.1%	50%
歯科口腔保健を推進するために必要な社会環境を整備する	過去1年間に歯科健（検）診を受診した人の割合		61.0%	65%
	歯周疾患検診の受診率（名古屋市実施分）		10.2%	12%
分野7 循環器疾患・糖尿病※ ¹ 名古屋市国民健康保険特定健康診査・特定保健指導等実績値 ※ ² 名古屋市国民健康保険特定健康診査・特定保健指導法定報告値 ※ ³ 後期高齢者医療健康診査実績値				
高血圧を改善する	収縮期血圧が140mmHg以上の人の割合	男性	28.3%※ ¹	26.3% (R11年度)
		女性	23.9%※ ¹	20.7% (R11年度)
脂質異常症の人を減らす	LDLコレステロール値が160mg/dl以上の人の割合	男性	9.6%※ ¹	7.2% (R11年度)
		女性	14.4%※ ¹	10.8% (R11年度)
糖尿病の合併症（糖尿病性腎症）を減らす	新規透析導入患者数（被保険者10万人当たり人数）		54.1※ ¹	46.1 (R11年度)

目 標	指 標	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和15年度)
糖尿病治療を継続する人の割合を増やす	糖尿病治療継続者の割合（HbA1cが6.5%以上の人のうち、服薬治療している人の割合）	72.3%※1	75.0% (R11年度)
血糖コントロール不良者の割合を減らす	血糖コントロール指標におけるコントロール不良者の割合（HbA1cが8.0%以上の人の割合）	1.39%※1	1.04% (R11年度)
糖尿病の人の増加を抑制する	糖尿病有病者の割合（HbA1cが6.5%以上の人の割合）	男性	13.5%※1 14.1% (R11年度)
		女性	6.6%※1 6.9% (R11年度)
メタボリックシンドロームの該当者及び予備群を減らす	メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の割合	31.7%※2	25.8% (R11年度)
特定健康診査・特定保健指導等の実施率を向上させる	特定健康診査実施率	31.4%※2	38.6% (R11年度)
	後期高齢者医療健康診査実施率	24.7%※3	37.0% (R11年度)
	特定保健指導実施率	6.4%※2	12.6% (R11年度)

分野8 がん				
がん検診の受診率を向上させる	がん検診の受診率（名古屋市実施分）	胃がん	23.9% (26,251人)	50%
		大腸がん	23.9% (67,975人)	50%
		肺がん	19.8% (56,380人)	50%
		子宮がん	64.4% (88,347人)	70%
		乳がん	51.6% (44,350人)	60%
		前立腺がん	36.6% (27,686人)	50%
がん検診の精密検査受診率を向上させる	がん検診の精密検査受診率（名古屋市実施分）	胃がん	85.6% (R3年度)	90%
		大腸がん	64.7% (R3年度)	90%
		肺がん	74.0% (R3年度)	90%
		子宮がん	65.3% (R3年度)	90%
		乳がん	84.3% (R3年度)	90%
		前立腺がん	59.2% (R3年度)	90%

分野9 予防接種・各種検診				
予防接種の接種率を維持する	予防接種の接種率（麻しん・風しん（MR）ワクチン）	1歳以上2歳未満	96.6%	95%以上を維持
		小学校就学前年度1年間	94.9%	95%以上を維持
骨粗しょう症検診の受診率を向上させる	【再掲】骨粗しょう症検診受診率（名古屋市実施分）		30.3% (30,470人)	30%以上を維持
歯科口腔保健を推進するために必要な社会環境を整備する	【再掲】歯周疾患検診の受診率（名古屋市実施分）		10.2%	12%
がん検診の受診率を向上させる	【再掲】がん検診の受診率（名古屋市実施分）	胃がん	23.9% (26,251人)	50%
		大腸がん	23.9% (67,975人)	50%
		肺がん	19.8% (56,380人)	50%
		子宮がん	64.4% (88,347人)	70%
		乳がん	51.6% (44,350人)	60%
		前立腺がん	36.6% (27,686人)	50%

目 標	指 標	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和15年度)
分野10 思春期の保健対策の強化と心身両面の健康づくり			
20歳未満の人の喫煙・ 飲酒をなくす	【再掲】喫煙する20歳未満の人の割合	男性0.0% 女性0.0%	男女とも0%
	【再掲】飲酒する20歳未満の人の割合	男性0.0% 女性3.6%	男女とも0%
性感染症による身体的影 響等を正しく理解してい る20歳未満の人を増やす	十代の性感染症罹患者（梅毒）	8人 (R4年)	減少
	十代の人工妊娠中絶率（人口千対）	8.5	減少
自分のからだところろに 関心を持ち知ることがで き、より良くすることが できるように行動するこ とができる人を増やす	【再掲】肥満傾向の小学5年生の割合	男子 5.2%	減少
		女子 2.7%	減少
	【再掲】痩身傾向の高校2年生女子の割合	3.1%	減少
	朝食を欠食する子どもの割合	小学6年生 6.8% 中学3年生 10.3%	0%
	自分には良いところがあるという生徒の割合	小学6年生 81.6% 中学3年生 81.4%	増加
運動習慣のある人を増や す	【再掲】1週間の総運動時間が60分未満の子ども (小学5年生と中学2年生)	14.4% (R3年度)	12%
分野11 妊娠・出産に関する安心と安全性の確保と健康づくり			
妊娠中の喫煙・飲酒をな くす	【再掲】妊娠中に喫煙する人の割合	1.7% (R3年度)	0%
	【再掲】妊娠中に飲酒する人の割合	0.7% (R3年度)	0%
早期の妊娠届出者を増や す	妊娠11週以内での妊娠の届出者の割合	93.6%	100%
マタニティマークを普及 啓発し、利用する人を増 やす	マタニティマークを利用して効果を感じた母親の割合	63.0%	80%
適正体重を維持している 女性を増やす	【再掲】BMI18.5未満の20～30歳代の女性の割合	20.1%	15%
分野12 小児保健水準の向上			
具体的な事故防止の知識 を学び、家庭内の危険な もの、場所を見直して子 どもの事故防止に努める 家庭を増やす	乳幼児のいる家庭で、風呂場のドアを乳幼児が自分で開け ることができないよう工夫した家庭の割合	44.4%	100%
心肺蘇生法を学び、応急 処置ができる人を増やす	心肺蘇生法を知っている親の割合	21.8%	50%
	心肺蘇生法を適切にできる親の割合	12.9%	50%
乳児をうつぶせ寝にする 人をなくす	乳児期にうつぶせ寝をさせている親の割合	0.4%	0%
分野13 子どものこころの安らかな発達と育児不安の軽減			
育児についての相談相手 がいない母親をなくす	育児についての相談相手が いる母親の割合	3か月児健診時	99.9%
		1歳6か月児健診時	99.8%
		3歳児健診時	99.8%
育児に不安等があっても、 前向きに対応できる 人を増やす	産後うつハイリスク者の割合	7.0%	減少
	ゆったりとした気分で子ど もと過ごせる時間がある保 護者の割合	3か月児健診時	85.9%
		1歳6か月児健診時	76.9%
		3歳児健診時	72.1%
「育てにくさ」を感じつ つも適切な対応がとれる 親を増やす	子どもの発達が気になった時に相談できる機関を知ってい る人の割合	44.3%	100%
	発達障害を知っている人の割合	62.2%	90%
児童虐待による死亡をな くす	児童虐待による死亡数ゼロ	0人 (R3年度)	0人

目 標	指 標	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和15年度)
分野14 社会とのつながり			
社会とのつながりを維持・向上する	困った時に相談できる人が隣近所や地域にいる高齢者の割合	67.2%	75% (R12年度)
	地域活動やボランティア・NPO活動に参加している人の割合	23.5%	35% (R12年度)
	家族等の誰かと一緒に食事をする人の割合（1週間のうち1日以上家族や友人等と一緒に食事をする人の割合）	70.4%	90% (R7年度)
	【再掲】心のサポーター数	124人	20,000人
分野15 自然に健康になれる環境づくり			
自然に健康になれる環境づくりを推進する	表示をよく見て食品を購入する人の割合	41.9% (R2年度)	60% (R7年度)
	【再掲】望まない受動喫煙の機会を有する人の割合	49.0%	減少
都市（まち）環境の健康を維持・向上する	大気汚染にかかる環境目標値（二酸化窒素）の達成率	100%	100% (R12年度)
	水質汚濁にかかる環境目標値（BOD）の達成率	80.0%	100% (R12年度)
	新たに確保された緑の面積	52ha (R2年度)	延べ400ha (R3～R12年度)
分野16 誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備			
誰もがアクセスできる健康増進のための基盤を整備する	健康を意識している人の割合	80.8%	増加
	名古屋市×協会けんぽ「健康宣言」Wチャレンジ実施企業数	2,812社 (累積)	約5,000社 (累積)
	名古屋市内の健康経営優良法人（中小規模法人部門）認定数	610社	約2,700社
	管理栄養士・栄養士を配置している特定給食施設（病院・介護老人保健施設・介護医療院を除く。）の割合	50.2%	57.6%



(10) 健康なごやプラン21（第3次）のライフコースごとの指標

● ライフコースごとの指標一覧

指 標		現状値 (令和4年度)	目標値 (令和15年度)	関連分野
子ども				
全出生数中の低出生体重児（2500g未満）の割合		10.1% (R4年)	減少	分野1
肥満傾向の小学5年生の割合	男子	5.2%	減少	分野1、10
	女子	2.7%	減少	分野1、10
痩身傾向の高校2年生女子の割合		3.1%	減少	分野1、10
朝食を毎日食べている人の割合	小学6年生	84.5% (R1年度)	90% (R7年度)	分野1
	中学3年生	80.0% (R1年度)	85% (R7年度)	分野1
1週間の総運動時間が60分未満の子ども（小学5年生と中学2年生）の割合		14.4% (R3年度)	12%	分野2、10
喫煙する20歳未満の人の割合		0.0%	0%	分野4、10
飲酒する20歳未満の人の割合		2.0%	0%	分野5、10
3歳児で4本以上のう蝕のある人の割合		1.3%	0%	分野6
女性				
肥満者の割合（40～60歳代女性）		15.6%	10%	分野1
BMI18.5未満の20～30歳代の女性の割合		20.1%	15%	分野1、11
後期高齢者医療の骨折入院者数（被保険者千人当たり）（女性）		20.6	18	分野2
後期高齢者医療健康診査における転倒割合（「半年以内に転倒した」と回答した人の割合）（女性）		19.2%	16%	分野2
骨粗しょう症検診受診率（名古屋市実施分）（女性）		30.3% (30,470人)	30%以上を維持	分野2、9
妊娠中に喫煙する人の割合		1.7% (R3年度)	0%	分野4、11
妊娠中に飲酒する人の割合		0.7% (R3年度)	0%	分野5、11
がん検診の受診率（名古屋市実施分）	子宮がん	64.4% (88,347人)	70%	分野8、9
	乳がん	51.6% (44,350人)	60%	分野8、9
働く世代				
肥満者の割合	20～60歳代男性	30.5%	15%	分野1
	40～60歳代女性	15.6%	10%	分野1
週に1回以上、運動・スポーツを実施している20歳以上の人の割合		53.3%	70% (R9年度)	分野2
睡眠を十分に取れていない人の割合（20～60歳代）		29.5%	減少	分野3
名古屋市×協会けんぽ「健康宣言」Wチャレンジ実施企業数		2,812社 (累積)	約5,000社 (累積)	分野16
名古屋市の健康経営優良法人（中小規模法人部門）認定数		610社	約2,700社	分野16
高齢者				
65歳以上のBMI20以下の人の割合		22.6%	13%	分野1
1日の歩数	65歳以上男性	5,997歩 (R1年度)	7,000歩	分野2
	65歳以上女性	4,120歩 (R1年度)		
週に2回以上、1回30分以上の運動を1年以上継続している人の割合	65歳以上男性	34.7%	54%	分野2
	65歳以上女性	32.7%	44%	分野2
後期高齢者医療の骨折入院者数（被保険者千人当たり）		16.9	15	分野2
後期高齢者医療健康診査における転倒割合（「半年以内に転倒した」と回答した人の割合）		17.7%	15%	分野2
フレイル状態の高齢者の割合		16.8%	減少	分野2
80歳で20歯以上の自分の歯を有する人の割合		70.5%	85%	分野6
困った時に相談できる人が隣近所や地域にいる高齢者の割合		67.2%	75%	分野14
就労や地域活動・ボランティア・NPO活動等に参加している高齢者の割合		42.9%	55% (R12年度)	分野14



健康なごやプラン21 第3次 【概要版】

名古屋市健康福祉局健康部健康増進課

〒460-8508 名古屋市中区三の丸三丁目1番1号

電話番号 052-972-2637 ファックス 052-972-4152

電子メール a2637@kenkofukushi.city.nagoya.lg.jp