

## 第三章



# 「健康さっぽろ21」の 全体的な最終評価と今後の課題

1 全体的な最終評価……………	67
2 今後の課題（領域別）……………	71



## 1 全体的な最終評価

### 全 般 的 評 価

全体的な指標の推移をみると、目標を達成、または目標に向かって推移している項目が全体の4分の3となっており、これまでの健康づくりに向けた取組の効果や市民一人ひとりの健康づくりへの意識が高まっていることがうかがえます。

一方で、計画策定時に掲げた目標値や国の実績値とは隔たりのある指標もあります。特に、中間評価時では改善されたものの、最終評価時では中間評価時より後退した指標もあることから、各領域の現状と課題、また課題の要因を把握し、目標の実現に向けてさらなる取組が求められます。

全ての指標に対する各段階の評価件数は次のとおりとなっています。

評価基準	件数
◎：目標値を達成している	5
○：目標値に向かって推移している	94
△：変化なし	5
▲：目標値から遠ざかっている	27
－：評価できない	1
計	132

#### 目標を達成した指標

領域	指標	実績値	目標
母子保健	育児に参加する父親	94.7%	現状値を維持
	BCG接種を受けた1歳児	99.3%	現状値を維持
	麻疹予防接種を受けた1歳児	99.5%	95.0%
身体活動・冬季の健康づくり	睡眠により疲労がとれない成人	23.3%	24%以下
休養・こころの健康づくり	睡眠により疲労がとれない成人	23.3%	24%以下
歯の健康	フッ素塗布を受けた3歳児	71.3%	65%以上
健康危機管理	麻疹予防接種を受けた1歳児	99.5%	95.0%

## 基本目標の評価

「健康さっぽろ21」に追加された3つの重要方針を踏まえて、基本目標の評価を行いました。

### ●すこやかに産み育てる

(関連する重要方針・・・母子保健の推進)

#### 《主な取組》

健やかな妊娠・出産・育児の推進のため、妊婦一般健康診査の回数を増やすなどの公費負担を拡充しました。さらに、ハイリスク妊産婦を把握し、継続的な支援を行うために、妊婦支援相談事業を新たに実施し、新生児訪問の対象者を拡大し乳児家庭全戸訪問を開始しました。

また、思春期の健康教育の推進のために、思春期ヘルスケア事業において、小・中・高校の児童・生徒を対象として命の大切さや性感染症に関する健康教育を行ってきました。

#### 《評価》

ゆったりとした気分で育児をしている母親の割合は、4か月児の母親を除き、計画策定時よりやや増加し、子育てに心配ごとのある母親の割合は、わずかながら目標に向かって推移している状況にあります。かかりつけ小児科医やかかりつけ歯科医のいる家庭は増加しており、また、新生児訪問指導実施率や子どもの事故防止を工夫している家庭も増加しています。一方、児童相談所の虐待受理件数はピーク時から減少していますが、計画策定時よりも増加しています。虐待していると思うことがある親の割合は減少し続けていますが、ゼロを目指す必要があります。育児不安の軽減及び児童虐待発生予防のため、妊娠中からの訪問指導などによる予防対策の強化、相談体制の一層の充実、地域の子育て支援の充実など、安心して子育てができるような環境づくりを進めることが求められます。

思春期における心と身体の健康づくりにおいては、10歳代の人工妊娠中絶率、未成年の喫煙率・飲酒率の減少など多くの指標で計画策定時よりも改善しており、普及啓発が進んでいるといえます。一方、正しい性感染症の知識を持つ人などの指標ではあまり改善がみられず、10～14歳の自殺率や、中・高校生の朝食摂食状況、薬物への正しい知識を持つ人など目標値から遠ざかっている指標もあります。思春期における心と身体の健康を育むことが、生涯を通じた健康づくりを行うための基礎となるため、今後も思春期における心と身体の健康教育が重要です。

### ●健康寿命の延伸

(関連する重要方針・・・生活習慣の改善)

#### 《主な取組》

メタボリックシンドローム対策のため、食事バランスガイドや札幌市食生活指針などを活用して適正な食事内容や食習慣等の情報提供を行いました。また、健康づくりを行う自主活動グループの支援や市民交流ウォーキング大会の開催等により、運動習慣の定着に向けた支援を行いました。

生活習慣病予防のため、生活習慣病予備群を対象として、保健師と管理栄養士などによる特定保健指導を行いました。また、各区保健センターでは、健康増進等に関して知識経験を有する医師・保健師等を講師として健康教育を実施し、市民全体の生活習慣改善に取り組みました。

## 《評価》

札幌市の平均寿命は、男女とも全国平均を上回っていましたが、平成 22 年には、全国平均と同水準となりました。また、死亡原因の上位となる疾患では、これまで「がん」「心疾患」に続いていた「脳血管疾患」が「肺炎」に代わりました。しかし、「がん」「心疾患」「脳血管疾患」の3大疾患による死亡率は依然として全体の約6割を占めており、健康寿命の延伸のため、生活習慣病の予防を図ることが重要であることに変わりはありません。

毎日朝食をとる人は、小学生や 20 歳代女性、30 歳代男性では増加していますが、中・高校生や 20 歳代男性では減少しています。また、成人の野菜摂取量や果物摂取量が増加している一方、牛乳・乳製品の摂取量は減少しています。生活習慣病予防のため、子どもの頃から望ましい食生活の実践を図るための普及・啓発が必要です。

運動習慣のある成人は男女ともに増加しています。一方、1日あたりの歩数では、15 歳以上の男性は増加していますが、15 歳以上の女性、70 歳以上の男女で減少し続けています。歩数の減少は肥満や生活習慣病の危険因子であり、高齢者では自立度低下や虚弱の危険因子でもあることから、ウォーキングの推進などの対策が必要です。

睡眠により疲労がとれない成人は減少して目標値に達しました。ストレスを感じている成人も減少しましたが、全国値よりも高くなっており、ストレスの対処法についての普及啓発が必要です。自殺率は、平成 21 年からわずかながらも減少傾向にあり、この傾向を少しでも継続させるために、自殺の背景にある多様な要因を分析した上で、年代や性別に応じた対応を行うことが必要です。

喫煙率は未成年・妊婦・成人の全てで減少しました。成人の喫煙率は男性では全国値よりも低い値となっていますが、女性で全国値より高くなっています。禁煙の理由の一つに「喫煙が健康に及ぼす影響について学んだから」があることから、喫煙が健康に及ぼす影響についての啓発効果が認められるため、継続した取組が必要です。

未成年と妊婦の飲酒率は大幅に減少しました。また、成人の多量飲酒者も男女ともに減少し目標に向かって推移していますが、多量飲酒者の半数は、現在の酒量を適当と考えています。今後も、引き続き未成年や妊婦の飲酒による健康への影響、及び多量飲酒が健康に与える影響等について、関係機関等と連携し正しい知識の啓発が必要です。

メタボリックシンドロームの認知度は高まり、目標値近くまで増加しましたが、札幌市国民健康保険特定健康診査受診率・特定保健指導実施率は、目標値からはまだ遠く離れています。成人の肥満は男女ともに計画策定時からやや減少しており、全国値を下回っています。男女ともに年齢が上がるにしたがい肥満傾向がみられ、中高年に対する肥満対策が重要です。

がん検診の受診率は、乳がんや子宮がんでは高まっているものの、肺がん、胃がん、大腸がんは目標から遠い数値となっています。がんの標準化死亡比は、全国を 100 とした場合の札幌市の死亡率を表しており、札幌市は全国より概ね 1 割以上がんによる死亡率が高い状況にあります。がん検診の受診率向上を目指し、受診を促すための取り組みが必要です。

## ●健康な地域づくり

(関連する重要方針・・・健康づくりを支える環境づくり)

### 《主な取組》

各区保健センターでは、健康づくりリーダー養成研修や、健康づくりを行う自主活動グループの支援、各区の健康づくり組織の活性化やネットワーク化を支援するための研修等を開催し、地域のネットワーク促進に取り組みました。

産業界との協働では、札幌市栄養成分表示の店や禁煙完全分煙施設を「ここから健康づくり応援団」としてホームページで店舗名等を掲載しています。

### 《評価》

「地域活動への参加」や「運動習慣のある人」は、目標に向かってゆるやかに増加しています。地域での身近な活動への参加は、健康づくりを日常生活に定着させることにもつながるため、今後も啓発を続けることが必要です。

地域の健康づくりを担う人材育成のため、健康づくりリーダー養成研修やウォーキング実践指導ボランティア研修、食生活改善推進員養成を行いました。市民が自ら健康づくりを実践できるように、これらの人材育成や産業界との協働により、健康づくりに関する知識を広く市民に周知し、一人ひとりの意識を高めていくことが大切です。

さらに、健康づくりを行う自主活動グループへの支援を継続し、地域の健康づくり組織のネットワーク化を促進することが一層重要となります。

## 2 今後の課題（領域別）

これまで、札幌市民一人ひとりの健康づくりを支援するため、「健康さっぽろ21」を推進し、各領域別に目標を掲げ取り組み、最終評価を行った結果、下記のとおり今後の課題が整理されました。

領域	目標	課題
(1) 母子保健	①思春期の心と身体の健康づくり <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 命を大切に自分らしく生きる</li> <li>○ 健康的な生活習慣をつくる</li> <li>○ 望まない妊娠と性感染症を防ぐ</li> <li>○ 薬物乱用から身を守る</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 10 歳代の人工妊娠中絶は、計画策定時から減少しているが、依然として全国値を上回っており、また、性感染症や避妊法などに関する正しい知識を持つ人も少ない状況にあることから、思春期の心と身体の健やかな発達をうながし、望まない妊娠や性感染症の予防と反復防止のためにも、保健・医療・教育・地域等が連携して、正しい知識の普及に努めることが必要</li> <li>● 10～14 歳の自殺率は、全国値より高く、悩みを相談できる人がいない人もいることから、思春期の心や悩みの相談体制をより充実させていくことが必要</li> <li>● 10 歳代の若者に向けて、喫煙や飲酒が健康に及ぼす悪影響についての正しい認識をさらに広め、容認する意識を低下させるとともに、自らの健康を守る力を育てるための知識を学ぶ機会の充実がより重要</li> <li>● 薬物乱用防止を図るために、関係機関との連携を強化し、啓発活動を続け、薬物に対する正しい知識を普及させていくことが必要</li> <li>● 特に中・高校生に、朝食の大切さを啓発することが必要であり、保護者に対しても「食」の大切さについての正しい知識の普及啓発が必要</li> </ul>
	②生涯を通じた女性の健康づくり <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 安全な妊娠・出産を支援する</li> <li>○ 健康に関する悩みを軽減する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 望まない妊娠を予防し、「リプロダクティブ・ヘルス/ライツ（性と生殖に関する健康・権利）」の普及について、思春期も含めて推進することが必要</li> <li>● 妊娠中の喫煙や受動喫煙、飲酒が母子の健康に及ぼす影響について、妊婦支援相談事業等を活用し、本人や家族、地域全体に対する啓発をより強化していくことが重要</li> <li>● 妊娠中から産後、更年期に至る各期において、心身の様々な悩みを抱える女性が、行政や地域の関係機関による相談の機会を利用しながら、自らの健康管理を行うことができるよう支援が必要</li> </ul>

領域		目標	課題
(1) 母子保健	③子どものすこやかな成長への支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 育児不安の軽減をはかる</li> <li>○ 安心できる育児環境をつくる</li> <li>○ 子どもを事故から守る</li> <li>○ 虐待をなくす</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 育児不安を抱えている家庭、また、ゆとりを持った子育てができていないと感じている親もおり、気軽な相談体制の一層の充実や、育児困難や児童虐待に至らないように、妊娠中から訪問指導等により予防対策を強化することが必要</li> <li>● 保健、医療、福祉、教育機関や民間、NPO、地域住民が協力して地域の子育て支援体制を充実していくことが重要</li> <li>● 家庭における事故防止対策や心肺蘇生法の普及を継続していくことが重要</li> <li>● かかりつけ小児科医・かかりつけ歯科医のいる家庭はともに増加しているが、かかりつけ歯科医のいる家庭は目標値と差があることから一層の啓発が必要</li> <li>● 地域や関係機関と連携を図り、児童虐待の予防や早期発見に努めることが重要</li> </ul>
(2) 栄養・食生活		<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 適正な栄養摂取をすすめる</li> <li>○ よい食習慣を身につける</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 特に中・高校生に、朝食の大切さを啓発することが必要であり、保護者に対しても「食」の大切さについての正しい知識の普及啓発が必要</li> <li>● メタボリックシンドロームを認知している人や食生活に改善意欲のある人の割合が高いが、病気と食事の関係をよく知っている人は少ないため、食生活改善の普及啓発を図るための継続的な取組が必要</li> <li>● 「やせ」や「肥満」の改善を進めるために、食生活と健康保持増進への理解を深め食事バランスガイドなどを活用した栄養バランスのとれた食事の普及啓発が必要</li> </ul>
(3) 身体活動・冬季の健康づくり	①身体活動・運動	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 運動習慣のある人を増やす</li> <li>○ 地域活動への積極的な参加をすすめる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 運動の必要性についての意識を高め、日常生活における歩数を増やす等、運動を取り入れるよう継続して働きかけることが重要</li> <li>● 生活習慣病予防のためにも、若い年代のうちから運動習慣の定着をはかることが必要</li> <li>● 日頃運動していない人に対しては、地域の運動施設や健康づくりネットワークなどと連携し、健康維持増進の大切さについて理解を深める働きかけや、運動施設の利用を高める広報等、普及啓発を行うことも必要</li> <li>● 地域で健康づくり活動を実践している自主活動グループのより一層の活性化やネットワーク化とともに、気軽に運動できるような環境の整備や情報提供を行うことも重要</li> <li>● 高齢者の閉じこもり予防や健康維持を図るために、外出のきっかけづくりとともに地域活動等への参加をうながすことが必要</li> </ul>
	②冬季の健康づくり	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 冬季の運動不足を補う</li> <li>○ 心身の抵抗力を高める</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 冬の寒さや雪を活用したスポーツの普及とともに、手軽に楽しめる屋外活動の工夫なども大切</li> <li>● 冬期間でも利用できる屋内施設や運動の機会について、情報提供の充実が重要</li> <li>● 高齢者は冬期間の転倒に注意が必要となることから、外出を控えるなどでさらに運動不足になることが考えられ、冬期間も安心して継続的に運動できる機会や地域の健康施設の利用、転倒予防の対策などを充実させていくことが必要</li> </ul>



領域		目標	課題
(4) 休養・こころの健康づくり	①休養	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 良質な睡眠を確保し、上手に休養をとる</li> <li>○ 外出や人との交流を通して英気を養う</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 睡眠の問題を未然に防ぐための情報や上手な睡眠のとり方について広く普及啓発を行うことが重要で、特に睡眠による休養がとれていない働き盛りの30～50歳代に対しての啓発が必要</li> <li>● 高齢になるにつれて閉じこもりがちになり、外出の機会が減ってしまうことから、地域活動やボランティア活動、趣味の仲間づくりなど積極的に外出し、人生を楽しむ時間を作ることが大切</li> </ul>
	②こころの健康づくり	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ ストレスを正しく理解し、対処する力をつける</li> <li>○ 一人で悩まず、相談機関や専門医に相談する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ストレスを感じている成人は札幌市においても多いことから、ストレスの対処法についての普及啓発が重要</li> <li>● 本人や家族のこころの健康について相談できる機関の相談体制の一層の充実を図るとともに、広報も重要</li> <li>● 自殺率の減少傾向を少しでも継続させるために、国、地方公共団体、医療機関、事業主、学校、自殺防止に関する活動を行う民間団体や関係者と相互連携を図り、今後も実態に沿った自殺対策を実施することが重要</li> <li>● 自殺の背景には多様で複合的な原因があることを踏まえて、自殺の要因を分析した上で、年代や性別に配慮した、事前予防、発生危機への対応、及び発生または未遂後の各段階に応じた効果的な対応を行うことが必要</li> </ul>
(5)たばこ		<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 未成年者と妊婦の喫煙をなくす</li> <li>○ 禁煙したい人への支援をすすめる</li> <li>○ 喫煙が健康に及ぼす影響に関する知識を普及する</li> <li>○ 受動喫煙を減らす環境づくりをすすめる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 小中高生等の若い世代から、喫煙が健康に及ぼす影響等について正しい知識を普及し、未成年の喫煙をなくしていくことが重要</li> <li>● 妊婦の喫煙や受動喫煙は、乳幼児の健康にも影響を及ぼすことから、正しい知識の普及啓発を図ることが重要</li> <li>● 成人の喫煙率については男女とも減少しているが、喫煙者のうち禁煙意向がある人は50.2%となっており、禁煙支援を行うことが今後も必要であり、禁煙の理由の一つに「喫煙が健康に及ぼす影響の学習」があることから、禁煙の支援を進めるために、健康教育による普及啓発など対策をより充実させていくことが必要</li> <li>● 平成22年に発出された厚生労働省健康局長通知では、「今後の受動喫煙防止対策の基本的な方向性として、多数の者が利用する公共的な空間は原則として全面禁煙であるべき」と示され、平成24年6月に策定された「がん対策推進基本計画」により、成人の喫煙率及び受動喫煙の防止に関する数値目標が掲げられていることから、今後も行政、企業、市民が一体となり喫煙率の低下と受動喫煙防止のため積極的な取り組みが必要</li> </ul>

領域	目標	課題
(6) アルコール	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 習慣的な多量飲酒を減らす</li> <li>○ 未成年や妊娠中の飲酒をなくす</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 未成年や妊婦の飲酒による健康への影響について、思春期ヘルスケア事業や妊婦支援相談事業等を活用し、本人や家族に対する啓発をより強化していくことが重要</li> <li>● アルコールによる健康への影響等について、健康づくりネットワークや関係機関などと連携し、正しい知識を普及させていくことが重要</li> <li>● 成人の多量飲酒者は男女ともに減少し目標に向かって推移しているが、女性はわずかながら全国値を上回っており、引き続き適正な飲酒についての啓発が必要</li> </ul>
(7) 歯の健康	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 生涯にわたり自分の歯を保つ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 幼児のむし歯予防を一層推進するために、「かかりつけ歯科医」の推進やフッ化物塗布の勧奨等について歯科医院等の関係機関との連携を図るとともに、むし歯予防に対する普及啓発の充実が必要</li> <li>● 歯周疾患はあらゆる全身疾患との関連性が指摘されており、特に、関連のあるものとして糖尿病、呼吸器系疾患、心疾患、早産などがあげられていることから、歯周病に関する正しい知識の普及など、歯周病予防に関する取り組みの充実が必要</li> <li>● 喫煙者は歯周病になりやすいとされており、歯周病と喫煙の関係について認識を広めるとともに、歯の健康の視点からも禁煙の支援を図ることがより必要</li> </ul>
(8) 糖尿病・循環器病・がん	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 糖尿病・循環器病・がんの発症を予防する</li> <li>○ 定期的に健康状態を確認する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 年齢が高くなるにつれて肥満者の増加がみられるが、高肥満については男性で 30～50 歳代で高く、女性では 40 歳代で高くなっており、食生活の改善や運動習慣の定着など、年代に合わせた生活習慣を改善するための普及啓発をさらに進めることが重要</li> <li>● がん検診では、がん検診推進事業の他にも受診率向上のために、職域との連携や普及啓発を一層進めるとともに受診機会の充実を図ることが重要</li> <li>● 自らの健康について「あまりよくない」とする人は、年齢が高くなるにつれて増える中で 20 歳代でも 13.4%あることから、若年層に向けた普及啓発の充実も必要</li> </ul>
(9) 健康危機管理	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 感染症対策を推進する</li> <li>○ 食品の安全性の確保と住まいの衛生の向上をはかる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 麻疹の流行阻止には定期予防接種の確実な実施が有効となるため、1 歳児とともに就学前年児の予防接種率の向上を図ることが重要</li> <li>● 結核については、新たな患者が毎年登録されていることから、今後も相談・検診体制の充実や早期治療を推進することが必要</li> <li>● エイズについては、HIV 感染者届出数のうち、発病者の割合が増加傾向となっていることから、早期段階における HIV 感染者の発見に向け、相談・検査の周知を図ることが重要</li> <li>● 高齢者のインフルエンザ接種率は計画策定時より増加しているものの、平成 16 年度から 50%前後で推移しているため、接種率の向上に向けて普及啓発を行うことが必要</li> </ul>