

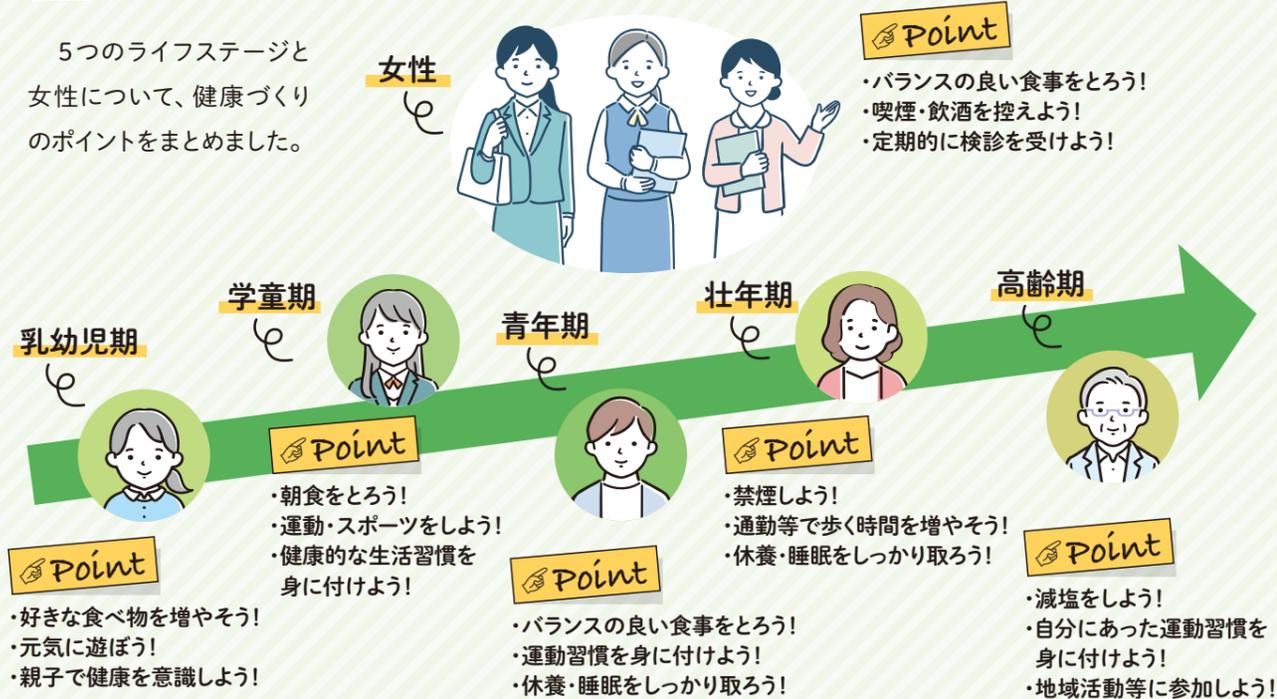
### 3 いわき市健康長寿重点プロジェクト

いわき市の健康課題を踏まえ、特に重点的に実施すべき健康づくり施策を「いわき市健康長寿重点プロジェクト」として位置付け、本市の先導的な健康づくりを推進します。



### 4 はじめよう!健康づくり

5つのライフステージと女性について、健康づくりのポイントをまとめました。



≧ 生涯を通じた健康づくり(ライフコースアプローチ) ≦



# 1 健康いわき21とは？

「健康いわき21」は、健康増進法に基づく、本市の健康増進計画です。いわき市は、全国的な傾向と同様、少子高齢化、人口減少等が進行しています。

健康指標をみると、健康寿命（お達者度）や、心疾患、脳血管疾患、特定健診受診率等の項目において、全国及び県、県内他市と比較し、低迷している状況となっており、市民の皆様の『健康づくり』が喫緊の課題となっています。

「健康いわき21(第三次)」では、『市民が生涯にわたり心身ともに健康で、生き生きと生活ができる健康長寿社会の実現』を目指し、健康課題を踏まえた指標の設定、重点施策の方向性等を示しています。

## 計画の位置付け・期間

「健康いわき21(第三次)」は、「第4次いわき市食育推進計画」を内包し、一体的に策定することで、身体活動や運動等に加え、食や栄養に関する取組みを、より効果的に推進し、健康課題の重要テーマである「生活習慣病の予防・改善」につなげていきます。

計画期間は、令和6年度（2024年度）から令和17年度（2035年度）までの12年間としており、令和11年度（2029年度）に中間評価を実施する予定です。

令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度	令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度	令和10年度	令和11年度	令和12年度	令和13年度	令和14年度	令和15年度	令和16年度	令和17年度
健康いわき21(第二次)				健康いわき21(第三次)及び第3次いわき市食育推進計画				中間評価		健康いわき21(第三次)及び第4次いわき市食育推進計画					
最終評価の目標値の設定については、令和14年度を目標年度としています。														目標値設定年度	

## 基本理念

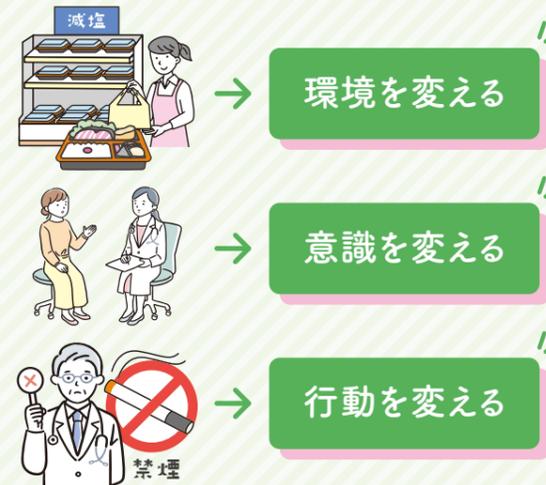
### 基本理念

心身ともに健康で、いきがいを持って生活できる

### 基本方針

若年層からの生活習慣病の予防・改善

### 3つの視点で健康づくりを推進します



# 2 いわき市の健康課題は？

## むし歯有病者率

小・中学生ともに全国と比べて**高い!**  
小学生 52.78% 全国平均より**13.74%高い**  
中学生 39.85% 全国平均より**9.48%高い**  
学校保健統計調査報告書

## 裸眼視力1.0未満者

小学生は、国と比べて**高い!**  
小学生 45.11% 全国平均より**8.24%高い**  
学校保健統計調査報告書

## 肥満傾向児出現率

男女ともに全国と比べて**高い!**  
10歳 男子 15.64% 全国平均より**3.06%高い**  
女子 11.67% 全国平均より**2.41%高い**  
学校保健統計調査報告書

## 体力・運動能力調査 平均値

小・中学生の男女とも全国と比べて**低い!**  
小学生 男子 44.13 全国平均より**2.65点低い**  
女子 45.83 全国平均より**1.54点低い**  
中学生 男子 40.32 全国平均より**3.66点低い**  
女子 46.93 全国平均より**5.30点低い**  
体力・運動能力調査結果

## メタボリックシンドローム該当者

該当者の割合が全国平均と比べて**高い!**  
該当者割合 **35.1%** 全国平均より**3.3%高い**  
福島県国民健康保険団体連合会 DATA LAND

## 健康寿命(お達者度)

男女ともに**県内13市ワースト1位!**  
男性 16.66年 県平均より**0.80年短い**  
女性 19.53年 県平均より**1.08年短い**  
※お達者度：65歳からの自立した期間  
2019年福島県市町村別「お達者度」算定結果

## 特定健診受診率

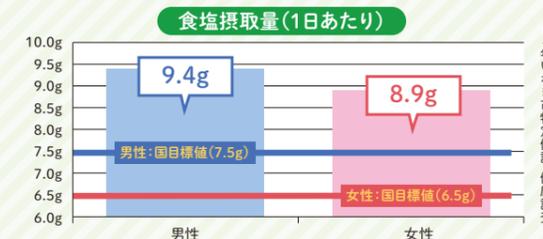
**県内ワースト1位!**  
受診率 **31.85%** 県平均より**10.43%低い**  
令和4年度版 ふくしまの国保のすがた

## 循環器系疾患死亡者が多い

男女ともに全国と比べて高い死亡率  
男性の心疾患は**県内ワースト2位!**  
心疾患 男性 全国平均の約**1.29倍**  
女性 全国平均の約**1.14倍**  
脳血管疾患 男性 全国平均の約**1.28倍**  
女性 全国平均の約**1.31倍**  
平成25～29年 人口動態保健所・市区町村別統計 人口動態統計特殊報告

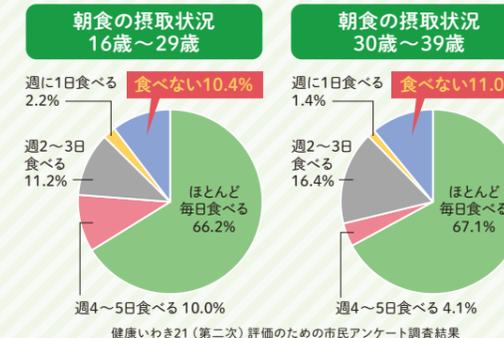
## ●食塩摂取量が多い

1日あたりの食塩摂取量は、男女ともに全国の目標値より多くなっています。  
生活習慣病の要因となる高血圧対策として、『減塩』が課題となっています。



## ●朝食を食べない人が多い

若い世代で朝食を食べていない人の割合が、国の目標値と比べて高くなっています。  
子どものうちからの『食習慣づくり』が課題となっています。



## ●運動習慣の低下

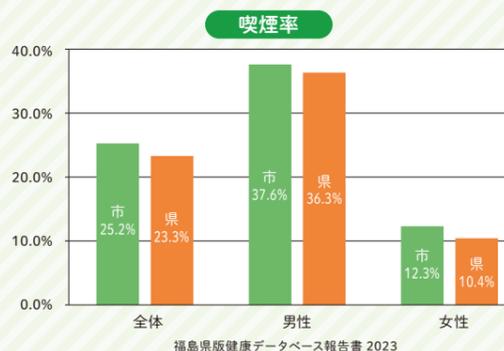
全世代において、運動習慣に関する指標が目標値未達成となっています。  
メタボ対策やフレイル予防などの観点から、全ての世代での『運動習慣づくり』が課題です。

【学童期】体育以外に運動する小中学生の割合  
現状値(R5)…60.5% 目標値(R14)…76.0%  
【青年期～高齢期】運動を週2回以上する人の割合  
現状値(R5)…31.9% 目標値(R14)…40.0%  
健康いわき21(第二次)評価のための市民アンケート調査結果

## ●喫煙率が高い

喫煙率は県平均と比べて高く、特に、女性が高くなっています。  
喫煙は、循環器病・がん・COPDなどのリスクを高めることから、『禁煙・受動喫煙対策』が課題です。

福島県の喫煙率は全国ワースト1位(2022年国民生活基礎調査)



### 【子どもの健康課題】

### 【大人の健康課題】