

「新宿区健康づくり行動計画」(平成 30～令和 4 年度)

指標の進捗状況 (平成 30 年度)

基本方針：生涯にわたり心身ともに健康で暮らせる健康寿命の延伸に向けた取組の充実

- 基本目標 1 健康を支える社会環境を整備します 1
- 基本目標 2 生活習慣を改善し、心身の機能を維持・向上させる取組を推進します 2
- 基本目標 3 生活習慣病対策を推進します 5
- 基本目標 4 総合的にがん対策を推進します 6
- 基本目標 5 女性の健康づくりを支援します 8
- 基本目標 6 健康的で豊かな食生活を実践できる食育を推進します 9

基本目標 1 健康を支える社会環境を整備します

施策 1 誰もが意識せずとも健康づくりを実践できる環境を整えます

No.	指標名	現状数値 (計画策定時)		目標		平成30年度実績	目標に向けた取組等
		現状数値	測定年度及び出典	令和4年度	指標の方向		
1	健康ポイント事業への参加者数 (新規事業)	—	—	累計 延5,500人	増やす	486人 (事業実績)	事業の初年度であり、定員500人に対し486人の参加がありました。概ね計画通りでした。

施策 2 地域のつながりを醸成し、健康づくりを推進します

No.	指標名	現状数値 (計画策定時)		目標		平成30年度実績	目標に向けた取組等
		現状数値	測定年度及び出典	令和4年度	指標の方向		
2	健康づくりに関するサポーターの登録者数	食育ボランティア (80人) 地域活動歯科衛生士 (10人) ウォーキングマスター (-) 女性の健康づくりサポーター (132人)	計222人 平成28年度 事業実績	465人	増やす	食育ボランティア 89人 地域活動歯科衛生士 35人 ウォーキングマスター 61人 女性の健康づくりサポーター 233人 計 418人 (事業実績)	平成28年度からそれぞれ増加しています。引き続き令和4年度の目標に向けて、それぞれ周知と養成に努めます。
3	区オリジナル筋力トレーニング「しんじゆく100トレ」に住民主体で継続的に取り組むグループ数及び参加者数 (新規事業)	—	—	20グループ 240人	増やす	— (モデルグループ3)	平成30年度は、トレーニング開発のためのモデル実施の年度であり、達成状況は評価しません。令和元年度から目標達成に向けて取り組むグループを増やします。

基本目標 2 生活習慣を改善し、心身の機能を維持・向上させる取組を推進します

施策 1 身体活動量の増加と運動・スポーツ活動の習慣化を推進します

No.	指標名	現状数値 (計画策定時)		目標		平成30年度実績	目標に向けた取組等
		現状数値	測定年度及び出典	令和4年度	指標の方向		
4	ウォーキングイベント(しんじゆくシテイイウォーク)参加者数	209人	平成29年度 事業実績	1,000人	増やす	224名 (事業実績)	定員300名には達しませんでした。参加者の増加を目指し、さらに周知を図るとともに、ネットでの申し込みを可能としたり、イベントとして魅力を高めるよう工夫してまいります。
5	推奨される身体活動をしている者の割合	18歳～64歳 : 41.0% 65歳以上 : 69.3%	平成29年度 区政モニター アンケート	18歳～64歳 : 45.0% 65歳以上 : 76.0%	増やす	18歳～64歳 : 36.1% 65歳以上 : 69.7% (平成30年度区政モニター アンケート)	平成29年度と比べ、18歳～64歳はやや低下し、65歳以上はほぼ変化はありませんでした。引き続き、必要な身体活動時間の普及啓発や、ウォーキングの推進等の身体活動を増やす環境づくりを行ってまいります。
6	運動習慣のある者の割合	18歳～64歳 : 25.7% 65歳以上 : 50.2%	平成29年度 区政モニター アンケート	18歳～64歳 : 28.0% 65歳以上 : 55.0%	増やす	18歳～64歳 : 25.5% 65歳以上 : 45.4% (平成30年度区政モニター アンケート)	平成29年度と比べ、18歳～64歳では変化はありませんでしたが、65歳以上はやや低下しました。区民の運動習慣づけに向けた更なる普及啓発や、区内スポーツ施設における各種スポーツプログラムやイベントの実施等による環境づくりを行ってまいります。

施策2 休養とこころの健康づくりを支援します

No.	指標名	現状数値 (計画策定時)		目標		平成30年度実績	目標に向けた取組等
		現状数値	測定年度及び出典	令和4年度	指標の方向		
7	睡眠で十分な休養がとれていない人の割合	24.8%	平成29年度 区政モニター アンケート	23.3%	減らす	28.9% (平成30年度区政モニター アンケート)	前回調査と比べて増加しています。睡眠の重要性や質の良い睡眠の取り方等について、より広く啓発していく必要があります。
8	こころの問題について気軽に相談できる場所・窓口を知っている人の割合	53.4%	平成29年度 区政モニター アンケート	60.0%	増やす	49.6% (平成30年度区政モニター アンケート)	前回調査と比べて減少しています。こころの問題を相談できる窓口について、さらに積極的に周知していく必要があります。

施策3 喫煙者の減少と飲酒量の適正化をめざします

No.	指標名	現状数値 (計画策定時)		目標		平成30年度実績	目標に向けた取組等
		現状数値	測定年度及び出典	令和4年度	指標の方向		
9	喫煙者の割合	15.4%	平成29年度 区政モニター アンケート	13.8%	減らす	12.8% (平成30年度区政モニター アンケート)	喫煙者の割合が大きく減少しています。受動喫煙防止に関わる健康増進法の改正による影響も大きいと推察されます。引き続き喫煙や受動喫煙に関わる健康影響について固執するとともに、受動喫煙防止対策を進め、喫煙者のさらなる減少を目指します。
10	生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人の割合	男性：21.5% 女性：18.4%	平成29年度 区政モニター アンケート	男性：19.3% 女性：16.5%	減らす	男性：22.0% 女性：17.6% (平成30年度区政モニター アンケート)	平成28年度に比べ、男性は微増、女性は減少しました。引き続き、様々な機会を通じ適正飲酒量について周知していきます。

施策4 歯と口の健康づくりを支援します

No.	指標名	現状数値 (計画策定時)		目標		平成30年度実績	目標に向けた取組等
		現状数値	測定年度及び出典	令和4年度	指標の方向		
11	小学一年生のむし歯のない子どもの割合	63.0%	平成28年度 学校保健統計書	66.0%	増やす	66.5% (平成30年度 学校保健統計書)	むし歯のない子どもの割合は順調に増加しています。乳幼児から始める歯と口の健康づくり事業をはじめ、乳幼児期の歯科保健事業に確実に取り組むことにより、さらに増加を目指します。
12	歯間清掃用具を週1日以上使用している者の割合(40歳)	56.9%	平成28年度 新宿区歯科健康診査	65.0%	増やす	56.3% (平成30年度 新宿区歯科健康診査)	前回調査と比較し横ばいでした。歯科健診やイベント等を活用して今後も普及啓発に取り組みます。
13	かかりつけ歯科医を持つ者の割合	76.8%	平成29年度 区政モニターアンケート	85.0%	増やす	73.8% (平成30年度 区政モニターアンケート)	前回調査と比べて減少しています。区が実施している歯科健康診査の周知内容の工夫や広報などを通じて、かかりつけ歯科医を持つことの必要性より広く啓発してまいります。

施策5 高齢期の課題を踏まえた健康づくりを推進します

No.	指標名	現状数値		目標		平成30年度	説明及び目標に向けた取組等
		現状数値	測定年度及び出典	令和4年度	指標の方向		
14	ロコモティブシンドローム(運動器症候群)の認知度	42.9%	平成29年度 区政モニターアンケート	80.8%	増やす	47.3% (平成30年度区政モニターアンケート)	平成29年度に比較し、5pt増加しました。引き続きロコモティブシンドロームについて様々な機会を通じ周知してまいります。
15	住民主体の活動の場での健康づくりと介護予防活動への支援	32団体 延127回	平成28年度 事業実績	50団体 延250回	増やす	35団体 延209回 (事業実績)	平成30年度から事業を再編拡充したことにより延利用回数は平成29年度の約1.3倍となりました。住民主体による活動を支援する事業として引き続き推進してまいります。
16	区オリジナル筋力トレーニング「しんじゆく100トレ」に住民主体で継続的に取り組むグループ数及び参加者数(新規事業)	—	—	20グループ 240人	増やす	— (モデルグループ3)	平成30年度は、トレーニング開発のためのモデル実施の年度であり、達成状況は評価しません。令和元年度から目標達成に向けて取り組むグループを増やします。

基本目標3 生活習慣病対策を推進します

施策1 糖尿病、循環器疾患などの主な生活習慣病の発症予防と重症化予防対策を推進します

No.	指標名	現状数値 (計画策定時)		目標		平成30年度実績	目標に向けた取組等
		現状数値	測定年度及び出典	令和4年度	指標の方向		
17	糖尿病講演会、糖尿病予防啓発イベントの参加者数	733人	平成29年度 事業実績	1,200人	増やす	1,291人 (事業実績) (内訳) けんこうマルシェ 505人 新宿スポレク 786人	イベントの参加者数が順調に増加しています。引き続き、イベントへの参加者増を図り、区民が集まるイベントの場における糖尿病予防の普及啓発をすすめていきます。
18	特定保健指導修了者の割合	14.5%	平成28年度 法定報告値	52.0%	増やす	11.3% (平成29年度法定報告値)	平成29年度の修了者の割合は減少しましたが、平成30年度より支援期間を6カ月から3カ月に短縮することで、利用を容易にし、修了者の割合増加を図っています。

施策2 健診受診の習慣化を推進します

No.	指標名	現状数値 (計画策定時)		目標		平成30年度実績	目標に向けた取組等
		現状数値	測定年度及び出典	令和4年度	指標の方向		
19	特定健康診査の受診率	34.0%	平成28年度 法定報告値	56.0%	増やす	33.2% (平成29年度法定報告値)	平成29年度はやや減少していますが、目標に向けて、健診の重要性や費用がかからないこと等、受診のメリットをより広く啓発していくことで、受診率の向上を目指していきます。

基本目標 4 総合的にがん対策を推進します【新宿区がん対策推進計画】

施策 1 がんのリスクの低下を図ります

No.	指標名	現状数値 (計画策定時)		目標		平成30年度実績	目標に向けた取組等
		現状数値	測定年度及び出典	令和4年度	指標の方向		
20	「禁煙」「節酒」「食生活」「身体活動」「適正体重の維持」の5つの生活習慣に気を付けることががんのリスク低下につながることを知っている人の割合	82.6%	平成29年度 区政モニター アンケート	90.0%	増やす	82.5% (平成30年度区政モニター アンケート)	前年比は、ほぼ同様です。引き続き、5つの生活習慣ががんのリスク低下につながることを、さまざまな機会を通してわかりやすく区民に周知していきます。
21	喫煙者の割合【再掲】	15.4%	平成29年度 区政モニター アンケート	13.8%	減らす	12.8% (平成30年度区政モニター アンケート)	喫煙者の割合が大きく減少しています。受動喫煙防止に関わる健康増進法の改正による影響も大きいと推察されます。引き続き喫煙や受動喫煙に関わる健康影響について周知するとともに、受動喫煙防止対策を進め、喫煙者のさらなる減少を目指します。
22	生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人の割合【再掲】	男性：21.5% 女性：18.4%	平成29年度 区政モニター アンケート	男性：19.3% 女性：16.5%	減らす	男性：22.0% 女性：17.6% (平成30年度区政モニター アンケート)	平成28年度に比べ、男性は微増、女性は減少しました。引き続き、様々な機会を通じて正飲酒量について周知していきます。
23	運動習慣のある者の割合【再掲】	18歳～64歳：25.7% 65歳以上：50.2%	平成29年度 区政モニター アンケート	18歳～64歳：28.0% 65歳以上：55.0%	増やす	18歳～64歳：25.5% 65歳以上：45.4% (平成30年度区政モニター アンケート)	平成29年度と比べ、18歳～64歳では変化はありませんでしたが、65歳以上はやや低下しました。区民の運動習慣づけに向けた更なる普及啓発や健康ポイント事業等の環境づくりと事業参加を促していきます。

施策2 がんの早期発見・早期治療を推進します

No.	指標名	現状数値 (計画策定時)		目標		平成30年度実績	目標に向けた取組等
		現状数値	測定年度及び出典	令和4年度	指標の方向		
24	がん一次検診受診率	胃がん ※17.9%	平成28年度検診実績数値	50.0%	増やす	18.4%	がんの種類により増減がありますが、目標に向けて、引き続き受診勧奨方法を工夫し、検診の重要性を区民に周知することにより、受診率の向上を目指します。
		大腸がん 18.9%				19.1%	
		肺がん 17.1%				17.3%	
		子宮頸がん 18.1%				16.9%	
		乳がん 25.6%				23.7%	
25	がん精密検査受診率	胃がん 62.8%	平成27年度検診実績数値	90.0%	増やす	64.7%	全ての検診で増加傾向にあります。今後も、医療機関と連携を図り、要精密検査対象者への受診勧奨を行うとともに精密検査結果の把握を進め、精密検査受診率のさらなる向上を目指します。
		大腸がん 60.1%				62.3%	
		肺がん 68.6%				73.5%	
		子宮頸がん 20.0%				39.4%	
		乳がん 83.0%				80.7%	

※平成30年9月25日付け、東京都福祉保健局からの通知「胃がん検診に係る対象人口率の変更について」に基づき、平成28年度検診実施分から適用することとなり、遡って数値修正を行ったため前回報告数値と相違する。

施策2 がん患者の生活の質の向上をめざします

No.	指標名	現状数値 (計画策定時)		目標		平成30年度実績	目標に向けた取組等
		現状数値	測定年度及び出典	令和4年度	指標の方向		
26	がん療養相談窓口の相談件数	76件	平成28年度事業実績	150件	増やす	133件 (事業実績)	引き続き地域学習会や研修会など様々な機会を捉えて周知していきます。
27	「緩和医療・ケア」について知っている人の割合	30.0%	平成28年度新宿区高齢者の保健と福祉に関する調査	35.0%	増やす	— 隔年調査 (次回の調査は令和元年度)	在宅医療・介護支援情報や、在宅療養ハンドブックに記事を掲載しています。これらを活用し、引き続き地域学習会など様々な機会を周知していきます。

基本目標5 女性の健康づくりを支援します

施策1 女性の健康支援センターを拠点に、女性の健康に関する正しい知識の普及を図ります

No.	指標名	現状数値 (計画策定時)		目標		平成30年度実績	目標に向けた取組等
		現状数値	測定年度及び出典	令和4年度	指標の方向		
28	女性の健康セミナーの参加者数	696人	平成28年度 事業実績	平成28年度比 10%増	増やす	642人 (事業実績)	参加者数が減少しましたが、引き続きテーマを工夫するとともに、区民の方の要望に応じた場所、テーマで開催する出前講座の周知に努める等、参加者の増に向けて取組んでいきます。

施策2 女性の健康づくりにおける区民による活動を支援します

No.	指標名	現状数値 (計画策定時)		目標		平成30年度実績	目標に向けた取組等
		現状数値	測定年度及び出典	令和4年度	指標の方向		
29	女性の健康づくりに関するサポーターの活動回数	3回	平成28年度 事業実績	累計延50回	増やす	11回 (事業実績)	活動回数は増加傾向にあります。今後も、目標達成に向けて、サポーターにとって活動しやすい体制を作っていきます。

施策3 女性特有のがん対策を推進します

No.	指標名	現状数値 (計画策定時)		目標		平成30年度実績	目標に向けた取組等
		現状数値	測定年度及び出典	令和4年度	指標の方向		
30	女性特有のがんをテーマとした女性の健康セミナーの参加者数	64人	平成28年度 事業実績	平成28年度比 10%増	増やす	57人 (事業実績)	参加者数が減少しましたが、引き続き、参加しやすい開催日時や関心の高いテーマの設定等、内容を工夫し、周知に努めることにより、参加者の増に向けて取り組んでいきます。

基本目標6 健康的で豊かな食生活を実践できる食育を推進します【新宿区食育推進計画】

施策1 生涯にわたって健康を増進する食生活を推進します

No.	指標名	現状数値 (計画策定時)		目標		平成30年度実績	目標に向けた取組等
		現状数値	測定年度及び出典	令和4年度	指標の方向		
31	1日に必要な野菜の摂取量の認知度	37.7%	平成29年度 区政モニター アンケート	75.0%	増やす	45.1% (平成30年度区政モニター アンケート)	前年度に比べ認知度が増加しました。引き継ぎ、スパーマーケット、小売店、飲食店等と協力し、広く周知していきます。
32	1日2回以上主食・主菜・副菜の3つを組み合わせて食べる頻度が週6～7回	33.6%	平成29年度 区政モニター アンケート	40.0%	増やす	38.6% (平成30年度区政モニター アンケート)	前年度に比べ増加しました。様々な機会を活用してバランスの良い食事について普及啓発していきます。

施策2 食文化の継承や食の楽しみを通して、食を大切にすることを育みます

No.	指標名	現状数値 (計画策定時)		目標		平成30年度実績	目標に向けた取組等
		現状数値	測定年度及び出典	令和4年度	指標の方向		
33	調理体験型講座の参加者数	延252人	平成29年度 事業実績	延400人	増やす	延294人 (事業実績)	今年度より調理体験型の講座を増やしたことに伴い、参加者数が増加しました。令和2年度から講座の開催回数をさらに増やすことで参加者を増やしていきます。

施策3 地域や団体との連携・協働により、健康的な食環境づくりを推進します

No.	指標名	現状数値 (計画策定時)		目標		平成30年度実績	目標に向けた取組等
		現状数値	測定年度及び出典	令和4年度	指標の方向		
34	「食」を通じた健康づくりネットワーク参加団体数	41団体	平成28年度 事業実績	200団体	増やす	50団体 (事業実績)	微増しましたが、目標とはまだ大きな差があるため、引き続きネットワークの固着及び事業を行い、団体数の増加を目指します。
35	食育ボランティア活動回数	延103回	平成29年度 事業実績	延150回	増やす	延181回 (事業実績)	健康部だけでなく、他部で主催する事業でも活動の場が広がったことから増加しました。今後も引き続き活動の場を広げていきます。