

「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（令和元年度）

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	令和元年度実績	実績の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			
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)	延べ参加者1,344人 (新規参加者958人) ※平成30年度に台紙で参加していた人数(100名)は延参加者に含めない	令和元年度は新たに定員1,500人で募集をしましたが、新規参加者が958人と、目標を下回っています。 外出自粛による運動不足が懸念される中で、本事業は感染予防に留意しながら個人で取り組むことができるものであり、今後参加者がより増えるよう、事業の魅力を高めるとともに、より効果的な普及啓発に取り組みます。

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	令和元年度実績	実績の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			
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	89人 35人 61人 233人	90名 35人 77名 (累計修了者) 280人 (登録名簿)	平成30年度より増加しています。 サポーターの育成や地域における活動等を感染予防に留意した上で実施できるよう、体制を検討していきます。
3	区オリジナル筋力トレーニング「しんじゅく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)	31グループ 510人 (事業実績)	普及啓発を行った結果、反響が大きく目標値を大きく上回りました。 現在、外出自粛の影響によるフレイルの進行が懸念されているため、既存グループについては、感染予防に留意した上で活動が継続できるよう支援するとともに、新型コロナの流行状況を鑑みながら普及啓発を再開します。 様々な場所で住民主体の活動が始まり、区内全域に活動拠点が広がるよう、グループの立ち上げと活動の継続を支援していきます。

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	令和元年度実績	実績の説明及び 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			
4	ウォーキングイベント（しんじゅくシティウォーク）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）	395名 （事業実績）	ネット申込みを開始し、定員500名を超える申込みがあったため、590人で受付を締め切りましたが、当日の参加者は395名に留まりました。令和2年度は、新型コロナウイルス感染拡大防止と保健所業務の現状から、イベントの開催は見合わせます。今後、感染予防に留意した上で実施できる体制を検討していきます。
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）	18歳～64歳：39.3% 65歳以上：68.5% （令和元年度 区政モニターアンケート）	平成30年度と比べ、大きな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、健康ポイント事業などの身体活動を増やす環境づくりを行うとともに、事業参加を促していきます。
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）	18歳～64歳：22.5% 65歳以上：46.4% （令和元年度 区政モニターアンケート）	平成30年度と比べ、大きな変化はありませんでした。引き続き、区民の運動の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への参加を促していきます。

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	令和元年度実績	実績の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			
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）	28.1% （令和元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。引き続き、睡眠の重要性や質の良い睡眠の取り方等について、広く啓発していきます。
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）	54.9% （令和元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。引き続き、こころの問題を相談できる窓口について、積極的に周知していきます。

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	令和元年度実績	実績の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			
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）	11.3% （令和元年度区政モニターアンケート）	平成30年度から引き続き、目標を達成しました。引き続きたばこの健康影響について普及啓発するとともに、禁煙支援情報などを周知します。
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）	男性：19.8% 女性：18.0% （令和元年度区政モニターアンケート）	平成30年度に比べ、男性は微減、女性はほぼ変化がありませんでした。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	令和元年度実績	実績の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			
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)	69.7%	平成30年度から引き続き、目標を達成しました。関係機関と連携を図りながら学校歯科保健活動を支援するための取り組みを推進していきます。
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)	63.9%	平成30年度に比べて増加しました。引き続き歯科健診や相談事業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)	75.3%	平成30年度に比べて増加しました。引き続き様々な機会を通じてかかりつけ歯科医を持つことの必要性を啓発していきます。

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年度実績	令和元年度実績	実績の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)	43.0% (令和元年度区政モニターアンケート)	平成30年度に比べやや低下しました。フレイルの概念が、健康づくり・介護予防の普及啓発において重要視されてきたことから、今後は、フレイル予防の普及啓発の中で筋力トレーニングなど運動器の維持・改善について周知していきます。
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)	37団体 延172回 (事業実績)	令和元年度は新型コロナウイルス感染症感染拡大防止に伴う中止が22回ありました。新型コロナウイルス感染拡大防止対策を十分講じつつ、住民主体による活動を支援する事業として、引き続き実施していきます。
16	区オリジナル筋力トレーニング「しんじゅく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)	31グループ 510人 (事業実績)	普及啓発を行った結果、反響が大きく目標値を大きく上回りました。現在、外出自粛の影響によるフレイルの進行が懸念されているため、既存グループについては、感染予防に留意した上で活動が継続できるよう支援するとともに、新型コロナの流行状況を鑑みながら普及啓発を再開します。様々な場所で住民主体の活動が始まり、区内全域に活動拠点が広がるよう、グループの立ち上げと活動の継続を支援していきます。

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	令和元年度実績	実績の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			
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	498人 （事業実績） 内訳 けんこうマルシェ 498人	実績に記載のイベントのほかに予定していたイベントが3回ありましたが、台風等により中止にしました。 令和2年度は、新型コロナウイルス感染拡大防止と保健所業務の現状から、イベント・大規模な講演会の開催は見合わせます。今後、感染予防に留意した上で実施できる体制を検討するとともに、講演会やイベントによらない普及啓発（広報・ちらし・ホームページ等）の充実についても検討していきます。
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）	12.7% 平成30年度法定報告値	前年比は、1.4ポイント増です。引き続き、利用しやすい体制の整備や利用者の満足度向上に向けて取組を進めていきます。

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	令和元年度実績	実績の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			
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）	32.2% （平成30年度法定報告値）	平成30年度はやや減少していますが、未受診者に対して行う電話や通知による勧奨を工夫し、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	令和元年度実績	実績の説明及び 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			
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)	82.0% (令和元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、指標に沿った内容を多様な媒体を使い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)	11.3% (令和元年度区政モニターアンケート)	平成30年度から引き続き、目標を達成しました。引き続きこの健康影響について普及啓発するとともに、禁煙支援情報などを周知します。
22	生活習慣病のリスクを高める量を飲んでいる人の割合【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)	男性：19.8% 女性：18.0% (令和元年度区政モニターアンケート)	平成30年度に比べ、男性は微減、女性はほぼ変化ありませんでした。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。
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)	18歳～64歳：22.5% 65歳以上：46.4% (令和元年度区政モニターアンケート)	平成30年度と比べ、大きな変化はありませんでした。引き続き、区民の運動の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への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	令和元年度実績	実績の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							
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%	20.4%	種類により増減があります。目標達成に向けて、受診勧奨方法をさらに工夫し、検診の重要性を区民周知します。				
		大腸がん 18.9%							H29年度検診実績数値	H30年度検診実績数値		
		肺がん 17.1%									19.1%	17.8%
		子宮頸がん 18.1%									17.3%	16.6%
		乳がん 25.6%									16.9%	22.5%
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%	64.7%	5種類のうち4種類で増加となりました。引き続き、医療機関と連携を図り、要精密検査対象者へ丁寧な説明を行っていきます。				
		大腸がん 60.1%							H28年度検診実績数値	H29年度検診実績数値		
		肺がん 68.6%									62.3%	60.1%
		子宮頸がん 20.0%									73.5%	83.6%
		乳がん 83.0%									39.4%	53.6%
80.7%		84.1%										

※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	令和元年度実績	実績の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			
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）	118件	幅広い世代を対象に、地域学習会や研修会等様々な機会で開催を行います。
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）	38.5% （令和2年新宿区高齢者の保健と福祉に関する調査結果）	学習会等様々な機会を捉え周知を行います。

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	令和元年度実績	実績の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			
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）	652人 （年報）	実数は微増しました。引き続き女性の健康づくりに関するテーマのセミナーの開催、周知に努めます。

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	令和元年度実績	実績の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			
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）	10回 （年報）	新型コロナウイルス感染症の影響により、1回中止になりました。今後も、サポーターが自分自身や周囲の方の健康づくりに取り組んでいけるよう、活動のあり方の工夫に努めます。

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	令和元年度実績	実績の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			
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）	114人 （年報）	このセミナーの開催方法をイベントに変えたため、参加人数が増えました。しかし、セミナー開催に従事したスタッフも通常より多かったため、今後はあり方を工夫します。

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	令和元年度実績	実績の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			
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)	42.3% (令和元年度区政モニターアンケート)	平成30年度に比べて、微減しましたが、引き続き、スーパーマーケット、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)	33.7% (令和元年度区政モニターアンケート)	平成30年度に比べて減少しましたが、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	令和元年度実績	実績の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			
33	調理体験型講座の参加者数	延252人	平成28年度事業実績	延400人	増やす	延294人 (事業実績)	延246人	新型コロナウイルス感染症の影響により、中止になった講座もあり、平成30年と比べて参加人数は減少しました。今後、より多くの人に参加してもらえるよう講座の周知等に努めます。

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	令和元年度実績	実績の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			
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)	56団体	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周知及び募集を行い、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)	延113回	他部での活動回数が減少したことから、延回数も減少しました。今後、新たなボランティアの活動の場を開拓に努めます。