
健康まえばし21(第3次計画)
令和5年度の実績・今後の取組について

資料の見方

健康寿命の延伸



1. ★健康寿命の延伸 日常生活に制限のない期間の平均 【参考】まえばし健康年齢
 2. ★75歳未満の健康寿命の減少
 3. まえばし健康年齢の増加
- 【参考】保険者とともに健康経営に取り組む企業数(まえばしウェルネス企業登録数)

指標の番号と内容

評価年度の目標値

番号	策定時	現状値	策定時と比較	目標
1	平均寿命 健康寿命 男性: 81.10 女性: 79.41	—	—	平均寿命の増加を上回る健康寿命の増加
2	62	令和6年時点での最新数値	↑	策定時の数値と現状値を比較し 改善↑ 悪化↓ 変化なし=

策定時の数値

令和6年時点での最新数値

策定時の数値と現状値を比較し
改善↑
悪化↓
変化なし=

※1 現状値は、7月時点で算出できない、数年に一度のデータの場合は「—」と記載した

※2 令和5年度のデータは第3次計画として評価した

資料の見方

健康寿命の延伸 関連事業

担当課	事業名	事業内容と取組方針	令和5年度実績
健康推進課	まえばしウエブ企業登録	積極的に従業員や家族の健康づくりに取り組む企業を登録し、登録企業のさらなる健康増進を支援する。	341企業
事業担当課	一歩	65歳以上の高齢者の健康増進と生活の質の向上を図る。	令和5年度の事業実績
長寿包括ケア課	通所型サービスC	事業対象者・要支援者を対象に、短期間（3か月間週1回）で集中的に介護予防に取り組めるよう支援する。	直営通所型サービスC 実施回数：全48回 延べ参加者数：152名 委託通所型サービスC 実施回数：全44回 延べ参加者数：105名

※3 関連事業は、特に関連が深い分野に記載した

健康寿命の延伸

1. ★健康寿命の延伸 日常生活に制限のない期間の平均 【参考】まえばし健康年齢
 2. ★75歳未満のがんの年齢調整死亡率の減少
 3. まえばし健康づくり協力店の登録数の増加
- 【参考】保険者とともに健康経営に取り組む企業数(まえばしウェルネス企業登録数)

番号	策定時	現状値	策定時と比較	目標
1	平均寿命 健康寿命 男性:81.19 男性:73.41 女性:86.97 女性:75.8 【参考】男性:80.13 女性:84.68	— 【参考】 男性:82.29 女性:84.16	— ↑ ↓	平均寿命の増加を上回る健康寿命の増加
2	62.5	57.27	↑	減少傾向
3	164	169	↑	増加
参考	347	341	↓	400

健康寿命の延伸 関連事業

担当課	事業名	事業内容と取組方針	令和5年度実績
健康増進課	まえばしウエルネス企業登録制度	積極的に従業員や家族の健康づくりに取り組む企業を登録。登録企業のさらなる健康増進を支援する。	341企業
長寿包括ケア課	一般介護予防教室	65歳以上を対象に、運動・栄養・口腔・認知症予防等を学び、介護予防のための生活習慣の獲得を目指す。	開催回数:10回 延べ参加者数:419名
長寿包括ケア課	通所型サービスC	事業対象者・要支援者を対象に、短期間(3か月間週1回)で集中的に介護予防に取り組めるよう支援する。	直営通所型サービスC 実施回数:全48回 延べ参加者数:152名 委託通所型サービスC 実施回数:全44回 延べ参加者数:105名
長寿包括ケア課	訪問型サービスC	事業対象者・要支援者を対象に、短期間(3か月間)で集中的に介護予防に取り組めるよう、訪問指導を行う。	実人数:8名 延べ人数:52名

(1) 栄養・食生活

- 朝食欠食者の減少(20歳以上、男女別)
- ★主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日のものの割合の増加(20歳以上)
- 児童・生徒(全小学生の男女別20%以上軽度肥満者)における肥満児傾向児の割合

番号	策定時	現状値	策定時と比較	目標
4	男性:11.5% 女性:7.6%	男性:10.9% 女性:7.9%	↑ ↓	男性:10% 女性:7%
5	51.5%	—	—	60%以上
6	12%	11.4%	↑	減少傾向

(1) 栄養・食生活

【参考】小学5年生の中等度・高度肥満傾向児の割合

7. ★適正体重を維持している者の増加

(肥満[BMI25以上]、若年女性のやせ[BMI18.5未満]、低栄養傾向[BMI20以下]の高齢者の減少)

8. ★共食している者の割合の増加

(週5日以上家族や友人と楽しく食卓を囲む市民の割合[20歳以上])

番号	策定時	現状値	策定時と比較	目標
参考	男子:8.9% 女子:5.6%	男子:6.9% 女子:4.7%	↑	—
7	20～60代の男性肥満:36.2% 40～60代の女性肥満:15% 20歳代女性の痩せ:15% 低栄養高齢者(65歳以上):18.7%	20～60代の男性肥満:37.3% 40～60代の女性肥満:22.4% 20歳代女性の痩せ:25% 低栄養高齢者(65歳以上):19.4%	↓	20～60代の男性肥満:30%未満 40～60代の女性肥満:15%未満 20歳代女性の痩せ:15%未満 低栄養高齢者(65歳以上):減少傾向
8	60.9%	—	—	R9:80%

(1) 栄養・食生活 関連事業

担当課	事業名	事業内容と取組方針	令和5年度実績
健康増進課	朝食摂取に関する事業 (食生活改善推進員)	生活習慣病予防、適正体重の維持を目的に、食生活改善推進員が朝食の大切さ、朝食を整える方法等を啓発する。	6回328人
健康増進課	健康大学 (食生活改善推進員 養成講座)	食生活改善推進員になるための養成講座として実施。自身の生活習慣の見直しから、地区活動へとつなげる。	10回110人 (講座のほかWeb視聴による講義実施分を含む)
健康増進課	若い世代の食育	前橋工科大学生を対象に、朝食摂取に関する情報提供を行い、望ましい食生活の実践や自己管理能力の育成を図る。	啓発 1回89人 講座 2回18人
健康増進課	健康ダイエットサポート	働き世代を対象に食生活を中心とした個別サポートを行い減量を目指す。	7人 延べ17回

(1) 栄養・食生活 関連事業

担当課	事業名	事業内容と取組方針	令和5年度実績
健康増進課	おやこの食育教室	親子で食に関心を持ち、良い食習慣を身につけるために、食に関する話と調理実習を食生活改善推進員が行う。	調理実習 15回189人 資料配布 6回374人 保育所における食育教室 4回63人
総務課(教)	肥満傾向児童に対する健康教室	専門職による運動・食事・生活リズム・歯と口等について指導を行い、生活の見直しを支援する。	【夏】8回 14人 【冬】1回 14人
総務課(教)	食に関する指導	栄養士が給食時間に学校等を訪問・指導することで、食に関する理解と判断力を養う。	355回
こども支援課	離乳食講習会	4～5か月になる児の保護者を対象に、離乳初期について学び、正しい知識を普及する。	20回387人
こども支援課	ステップアップもぐもぐ教室	おおむね7か月児の保護者を対象に、離乳食やおくちのケアについての講話等を行い、正しい知識を普及する。	18回248人

(2) 運動

【参考】1週間の総運動時間(体育除く)が60分未満の児童の割合(小5、中2)

9. 運動習慣者の割合の増加

10. 運動機能リスクのある高齢者の割合の減少(65歳以上の要介護状態になる前的高齢者)

番号	策定時	現状値	策定時と比較	目標
参考	—	小5男子:7.9% 小5女子:16.8% 中2男子:9.3% 中2女子:19.7%	—	—
9	20～64歳の男性:36.2% 20～64歳の女性:26.9% 65～74歳の男性:50.1% 65～74歳の女性:45.4%	20～64歳の男性:38.3% 20～64歳の女性:27.0% 65～74歳の男性:49.2% 65～74歳の女性:46.0%	↑ ↑ ↓ ↑	20～64歳の男性:40% 20～64歳の女性:30% 65～74歳の男性:55% 65～74歳の女性:50%
10	14.1%	—	—	減少傾向

(2) 運動 関連事業

担当課	事業名	事業内容と取組方針	令和5年度実績
スポーツ課	前橋市民軽スポーツフェスティバル	誰もが気軽に楽しめる軽スポーツの大会を開催し、スポーツを身近に感じてもらう。	第27回開催時は 7種目81チーム 628人が参加
スポーツ課	ウォーキングジャンボリー	「水と緑と詩のまち前橋」を満喫するウォーキング大会を開催し、ウォーキングに親しむ機会を作る。	第35回開催時は 大人265人 中学生以下15人 合計280人が参加
長寿包括ケア課	ピンシャン！元気体操	運動習慣の定着化、仲間作りを目的に、市内の老人福祉センターや公民館等で体操を実施。自主グループ等の立ち上げ支援も行う。	総合福祉会館実績 実施日数：228日 実施回数：528回 参加合計人数：7753人
長寿包括ケア課	介護予防機能訓練	個別助言等や集団での手作業指導により、心身機能の向上や認知機能低下抑制、生きがい活動の提供を行う。	理学療法機能訓練： 開催回数 42回、参加者数 165名 作業療法機能訓練： 開催回数 34回、参加者数 417名

(3) 休養・こころの健康

- 11. 産後1か月でEPDS(エジンバラ産後うつ病質問票)9点以上のじょく婦の割合の減少
- 12. 睡眠で休養が取れている者の割合(18~39歳、40~74歳)
- 13. 人口10万対の自殺死亡率の減少
- 14. 週に1回以上外出している者の割合の増加(75歳以上)

【参考】メンタルヘルスの研修・窓口または担当者の設置・定期相談のいずれかを実施している
「まえばしウエルネス企業」

番号	策定時	現状値	策定時と比較	目標
11	14.1%	15.1%	↓	減少傾向
12	18~39歳:68.9% 40~74歳:69.9%	18~39歳:68.1% 40~74歳:69.7%	↓	増加傾向
13	21.6	18.1	↑	12.7以下
14	88.9%	90.2%	↑	93%
参考	51%	61.7%	↑	56%

(3) 休養・こころの健康 関連事業

担当課	事業名	事業内容と取組方針	令和5年度実績
こども支援課	こんにちは赤ちゃん事業	保健師又は助産師が乳児のいる全ての家庭に訪問し、不安や悩みを聞き、子育てに関する情報提供を行う。	面談率99.79% (1857人/1861人)
教育支援課	青少年支援事業	生徒指導上の問題改善に向け、スクールソーシャルワーカーの派遣等を行う。不登校やひきこもり傾向の子どもへの支援のため、専門職による家庭訪問等を行う。	<ul style="list-style-type: none"> ・SSWの派遣小学校7校、中学校9校、高等学校1校 ・SAの配置小学校5校、中学校19校 ・ODSの配置小学校24校、人数47人 ・ODSの配置小中学校20校、人数71人 ・中学卒業生(ひきこもり) →ODSの人数11人
保健予防課	こころの健康相談	精神科医による医療等の専門相談や、保健師・精神保健福祉士による相談を行い、こころの健康を支援する。	精神科医師相談:37人 来所相談(延):602人 電話相談(延):2170人

(3) 休養・こころの健康 関連事業

担当課	事業名	事業内容と取組方針	令和5年度実績
保健予防課	ひきこもりの若者に対する支援	ひきこもりの若者が相談に来られない時期から、相談窓口や望ましい対応を家族が学び、一緒に考えるための教室・講演会を実施する。	10回 87人
保健予防課	ゲートキーパー養成講座	自殺予防の正しい知識と、ゲートキーパーについて学ぶために、養成講座を実施する。	14回 741人
保健予防課	自殺予防に関する講演会	精神疾患をテーマとした、市民向けの講演会を実施し、人口10万対の自殺死亡率の減少を目指す。	1回 26人
保健予防課	自殺予防のためのブックキャンペーン	市立図書館と連携し、自殺予防・こころの健康の知識普及のため、本の購入・貸出やリーフレット配布等を行う。	3回

(3) 休養・こころの健康 関連事業

担当課	事業名	事業内容と取組方針	令和5年度実績
長寿包括ケア課	認知症サポーター養成講座	認知症サポーターを養成し、認知症の方やその家族を支援する。	実施回数: 56回 受講者人数: 1765名
長寿包括ケア課	介護予防サポーター養成・継続支援	地域で介護予防に主体的に取り組む介護予防サポーターを養成する。 介護予防サポーターの活動を支援する。	初級研修修了者: 85名 中級研修修了者: 77名 上級研修修了・新規登録者数: 68名 サポータースキルアップ研修開催数: 全18回
長寿包括ケア課	認知症を語るカフェ	認知症の人とその家族、認知症支援に関心がある人を対象に、集まる場を提供し、早期の気づきや認知症の人の生きがいづくり、家族への支援の場をつくる。	開催回数: 12回 参加延べ人数: 137名
長寿包括ケア課	はつらつカフェ	地域で集まれる場を設け、地域での見守り・交流の場の拡充を図る。	法人実施回数: 405回 参加延べ人数: 3814名
長寿包括ケア課	介護予防活動ポイント制度	自身の介護予防・健康増進につなげることを目的に、地域ボランティア活動をポイント化し、買い物券等と交換し、活動を支援する。	介護予防活動ポイント登録者数: 663名

(4) アルコール

15. 妊娠中の飲酒をなくす(妊婦の飲酒率の低下)

16. 生活習慣病のリスクを高める量を飲酒(男性40g以上、女性20g以上)している者の割合の減少

番号	策定時	現状値	策定時と比較	目標
15	0.5%	0.2%	↑	0%
16	21.8%	20.8%	↑	20%

(4) アルコール 関連事業

担当課	事業名	事業内容と取組方針	令和5年度実績
健康増進課	いきいき健康教室等	保健師・管理栄養士・歯科衛生士が地域に出向いて講話等を行い、健康づくりに役立つ知識を普及する。	163回、5964人

(5) たばこ

- 17. 妊娠中の喫煙をなくす
- 18. 20歳以上の者の喫煙率の減少
- 19. COPD(慢性閉塞性肺疾患)死亡率の減少(人口10万人当たり)

番号	策定時	現状値	策定時と比較	目標
17	1.4%	1.0%	↑	0%
18	21.6%	21.0%	↑	16%
19	18.1	18.8	↓	15

(5)たばこ 関連事業

担当課	事業名	事業内容と取組方針	令和5年度実績
教育支援課	薬物乱用・喫煙防止教室	薬物や喫煙が心身に及ぼす影響について正しい知識を習得し、薬物乱用・喫煙防止の徹底を図るため、専門的な知識を有する外部講師による講習会を開催する。	市内の中学校7校7回 2477人
健康増進課	禁煙チャレンジ塾	禁煙を決意した人に具体的な禁煙方法を紹介し、禁煙開始日から3か月間継続的に支援する。	17人、49回

(6) 歯と口の健康

20. 3歳児でむし歯のない者の割合の増加

21. 12歳のむし歯がない者の割合

【参考】12歳で歯肉炎(G,GO)を有する者の割合

22. 40歳で進行した歯周病を有する者の割合の減少

23. 60歳で進行した歯周病を有する者の割合の減少

番号	策定時	現状値	策定時と比較	目標
20	89.1%	89.6%	↑	90%
21	77.5%	75.1%	↓	90%
参考	G: 4.3% GO: 16.1%	G: 8.7% GO: 15.7%	↓ ↑	—
22	50.8%	54.6%	↓	40%
23	59.5%	67.0%	↓	45%

(6) 歯と口の健康

- 24. 50歳以上(50～74歳まで)における咀嚼良好者の割合の増加
- 25. 歯科健康診査受診率の向上
- 26. 定期的に歯科健診を受けている者の割合の増加

番号	策定時	現状値	策定時と比較	目標
24	81%	80.5%	↓	85%
25	妊婦:48.2% 成人:3.6%	妊婦:47.8% 成人:3.9%	↓ ↑	妊婦:50% 成人:7%
26	20・25・30・35歳:36.2% 40・45・50・55・60歳:43.8% 65・70歳:46.8%	20・25・30・35歳:37.3% 40・45・50・55・60歳:47.6% 65・70歳:50.7%	↑ ↑ ↑	増加傾向

(6) 歯と口の健康 関連事業

担当課	事業名	事業内容と取組方針	令和5年度実績
こども支援課	すこやか健康教室	保健師・管理栄養士・歯科衛生士・保育士が地域に出向き、子育てに関する講話等を行い、知識を普及する。	31回 985人
こども支援課	おくちげんき教室 (巡回歯科指導)	おくち育てや歯科知識の普及と歯みがきの習慣づけを目的に、乳児・保護者や関係者に対して歯科指導を行う。	51回 3,533人
こども支援課	妊婦歯科健康診査	歯周病・むし歯等の早期発見・治療のため、健診を1回実施する。(おおむね妊娠16～27週)	受診率 47.8%

(6) 歯と口の健康 関連事業

担当課	事業名	事業内容と取組方針	令和5年度実績
総務課(教)	歯と口の健康教室 (歯科刷掃指導)	歯科専門職が市内小中学校に出向いて講話やブラッシング指導を行い、知識を普及する。	小学校14校 中学校7校
健康増進課	成人歯科健康診査	20歳～70歳の5歳刻みの方を対象に、口腔機能の保持・増進を目的に、問診や検査を実施する。	1724人
長寿包括ケア課	ピンシャン！健康教室 (出前方式)	介護予防知識の普及啓発・介護予防の実践を目的に、専門職が会場に出向いて、介護予防についての講話や簡単な実技を行う。	実施件数：60件

(7) 健康診査

- 27. メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の者の割合の減少
- 28. 特定健康診査の実施率の向上(国民健康保険)
- 29. 特定保健指導の実施率の向上(国民健康保険)
- 30. がん検診受診率の向上

番号	策定時	現状値	策定時と比較	目標
27	メタボ該当者 21.9% メタボ予備軍 11.2%	—	—	メタボ該当者 20.0% メタボ予備軍 10.0%
28	39.3%	—	—	46.5%
29	23.9%	—	—	33.0%
30	胃:18.5% 胸部:11.1% 大腸:10.3% 子宮:22.7% 乳:24.2%	胃:15.5% 胸部:10.9% 大腸:10.1% 子宮:19.4% 乳:20.0%	↓	胃:22% 胸部:15% 大腸:15% 子宮:25% 乳:28%

(7) 健康診査 関連事業

担当課	事業名	事業内容と取組方針	令和5年度実績
健康増進課	スマイル健康診査	職場や学校で健康診査を受ける機会のない18歳～39歳を対象に健康診査検を実施し、病気の予防、早期発見・治療を目指す。	5回、838人
健康増進課	がん検診	胃・胸部・大腸・子宮頸・乳・前立腺がん検診を実施し、がんの早期発見・早期治療により死亡率の低下を図る。	受診率 胃 15.5% 胸部 10.9% 大腸 10.1% 子宮 19.4% 乳 20.0%
国民健康保険課 健康増進課	国保特定健康診査 健康増進健康診査	生活習慣病の発症や進行を防ぐことを目的に、特定健康診査等を実施する。	11月に確定

ライフコース 女性の健康

31. 骨粗鬆症検診受診率の向上

番号	策定時	現状値	策定時と比較	目標
31	18.3%	18.2%	↓	23%

ライフコース 女性の健康 関連事業

担当課	事業名	事業内容と取組方針	令和5年度実績
こども支援課	ハローベビークラス	初妊婦やその家族等を対象に、妊娠・出産・育児等に関する正しい知識を普及する。	45回1213人
こども支援課	産後ケア事業	育児支援を特に必要とする母子を支援し、心身の安定及び育児不安の解消を図る。	<ul style="list-style-type: none"> ・宿泊型 人数153人 回数497回 ・デイサービス型 人数222人 回数372回 ・アウトリーチ型 人数23人 回数42回
健康増進課	女性の健康づくりに関する教室	更年期前後の女性を対象に、女性特有のからだの変化を伝え、生活習慣の改善を図る。	2回、26人

重点課題 糖尿病対策

32. 尿病性腎症の年間新規透析導入患者数の減少

33. 血糖コントロール不良者(HbA1c8.0%以上)の割合の減少

【参考】糖尿病有病者(糖尿病が強く疑われる者HbA1c6.5以上)の増加抑制

番号	策定時	現状値	策定時と比較	目標
32	49人	51人	↓	増加抑制
33	1.45%	2.03%	↓	1%
参考	13.2%	14.7%	↓	—

重点課題 糖尿病対策 関連事業

担当課	事業名	事業内容と取組方針	令和5年度実績
国民健康保険課 健康増進課	糖尿病性腎症重症化 予防事業	糖尿病の重症化予防のため、専門職の訪問等で、健診結果等の説明と医療機関への受診勧奨を行う。	事業実施者 【国保】 健診受診者 78人 治療中断者 17人 DKD保健指導 3人(開始) 【増進】 111人
健康増進課	血糖値が気になる人の教室	糖尿病や慢性腎臓病の予防のため、正しい知識の普及と生活習慣の改善を図る。	6回、37人
健康増進課	月いち健康相談	毎月1回、保健師や管理栄養士、歯科衛生士による個別の健康相談を行い、正しい知識の獲得や不安軽減を支援する。	8回、27名

重点課題 高血圧対策

- 34. 脳血管疾患の年齢調整死亡率の減少(人口10万人当たり)
- 35. 心疾患の年齢調整死亡率の減少(人口10万人当たり)
- 36. 収縮期血圧値の平均値(40歳以上、内服加療中の者を含む)の減少(年齢調整)
- 37. LDLコレステロール160mg/dl以上の者の割合(40歳以上、内服加療中の者を含む)の減少(年齢調整)

【参考】NDBオープンデータ掲載

【参考】[県データ]食塩摂取量の減少(目標設定・評価なし)

番号	策定時	現状値	策定時と比較	目標
34	男性:103.9 女性:63.3	男性:90.92 女性:57.08	↑ ↑	減少傾向
35	男性:205.7 女性:124.7	男性:220.76 女性:117.16	↓ ↑	減少傾向
36	133.5mmHg	132.7mmHg	↑	128.5mmHg
37	8.0% (参考)13.4%	8.1% (参考)13.8%	↓	6.0%
参考	—	—	—	7g

重点課題 高血圧 関連事業

担当課	事業名	事業内容と取組方針	令和5年度実績
社会福祉課 健康増進課	健康増進保健指導	健康増進健康診査の結果で対象となった方へ保健指導を実施し、生活習慣の改善や病気予防を支援する。	3,906人に対し受診勧奨を実施。検診事後支援等を34人に実施。健康教室を5回実施。
健康増進課	市民健康講座	健康に関して医師・歯科医師・薬剤師等が講演し、正しい知識を普及する。	3回、96人
健康増進課	スマイル保健指導	スマイル健康診査の結果で対象となった方に、保健指導を実施し、生活習慣の改善や病気予防を支援する。	5回、66人
国民健康保険課	特定保健指導 (前橋市国保)	国保特定健康診査の結果で、対象となった方へ保健指導を実施し、生活習慣の改善や病気予防を支援する。	11月に確定
長寿包括ケア課	ピンシャン！健康相談	主に65歳以上を対象に、老人福祉センター等で、血圧測定や健康・疾病に関する相談を行い、高齢者の心身の状況に応じた支援を行う。	老人福祉センター 健康相談者数:21名