

3 「健康日本21」及び「元気県ぐんま21」の評価指標と目標値

栄養・食生活

評価指標	健康日本21		元気県ぐんま21	
	現状	平成22年	現状	平成22年
肥満者の割合				
20代、30代男性	-	-	30.3%	15%以下
40代～60代男性	-	-	20.4%	20%以下
40代～60代女性	25.2%	20%以下	22.2%	20%以下
やせの割合				
10代男性・女性	-	-	21.1%	15%以下
20代女性	23.3%	15%以下	16.9%	15%以下
脂質エネルギー比率(成人平均)	27.1%	25%以下	26.4%	25%以下
食塩摂取量(成人1日平均)	13.5g	10g未満	13.6g	10g未満
野菜摂取量(成人1日平均)	292g	350g以上	326g	350g以上
牛乳・乳製品摂取量(成人1日平均)	207g	130g以上	145g	200g以上
豆類摂取量(成人1日平均)	76g	100g以上	81g	100g以上
緑黄色野菜摂取量(成人1日平均)	98g	120g以上	107g	120g以上
きのこ摂取量(成人1日平均)	13g	-	18g	20g以上
食物繊維(成人1日平均)	-	-	16.7g	20g以上
朝食を食べない人の割合				
男性	11.1%	-	13.2%	10%以下
女性	5.9%	-	10.8%	8%以下
主食、主菜、副菜のそろった朝食を食べる人の割合	-	-	60.1%	80%以上
夕食を30分以上かける人の割合(成人)	-	-	29.6%	40%以上
週4日以上家族と食事をする人の割合	-	-	76.1%	80%以上
栄養成分表示を参考にする人の割合(成人)	-	-	34.6%	50%以上
栄養成分表示・ヘルシーメニュー提供店の割合	-	-	2.6%	10%以上
自分の適正体重を維持することのできる食事量を理解している人の割合				
成人男性	65.6%	80%以上	31.7%	40%以上
成人女性	73.6%	80%以上	40.4%	50%以上
食生活改善に意欲がある人の割合				
成人男性	55.6%	80%以上	79.1%	90%以上
成人女性	67.7%	80%以上	84.0%	90%以上
学習機会に参加する人の割合				
成人男性	-	-	7.2%	30%以上
成人女性	-	-	10.3%	30%以上

身体活動・運動

評価指標	健康日本21		元気県ぐんま21	
	現状	平成22年	現状	平成22年
生活習慣病ハイリスク児の出現率(5～6歳)	-	-	24.5%	10%以下
日常生活における歩数				
男性	8,202歩	9,200歩以上	7,481歩	8,500歩以上
女性	7,282歩	8,300歩以上	6,639歩	7,700歩以上
1日8000歩以上歩く人の割合				
中年期・壮年期	-	-	40.9%	55%以上
1日6000歩以上歩く人の割合				
高年期	-	-	38.0%	50%以上
週3日以上運動する人の割合				
10歳男子	53.8%	-	40.2%	55%以上
10歳女子	35.0%	-	15.9%	35%以上
13歳男子	84.8%	-	74.1%	85%以上
13歳女子	67.4%	-	63.0%	70%以上
16歳男子	55.4%	-	47.3%	60%以上
16歳女子	40.5%	-	30.3%	45%以上
中年期・壮年期		-	40.7%	50%以上
高年期		-	40.7%	75%以上
1日30分以上運動する人の割合				
中年期・壮年期	-	-	50.9%	60%以上
高年期	-	-	56.5%	60%以上

休養・こころの健康

評価指標	健康日本21		元気県ぐんま21	
	現状	平成22年	現状	平成22年
精神的疲労・ストレスを感じている人の割合	54.6%	49%以下	61.5%	55%以下
自由になる時間が1日30分未満の人の割合	-	-	7.4%	6%以下
睡眠による休養を十分にとれていない人の割合	23.1%	21%以下	22.0%	20%以下
睡眠確保のために睡眠剤等を使う人の割合	14.1%	13%以下	19.1%	17%以下
1年間の自殺者数	31,755人	2,000人以下	502人	350人以下

喫煙(たばこ)

評価指標	健康日本21		元気県ぐんま21	
	現状	平成22年	現状	平成22年
喫煙が及ぼす健康被害を知っている人の割合				
肺がん	84.5%	100%	-	100%
喘息	59.9%	100%	-	100%
気管支炎	65.5%	100%	-	100%
心臓病	40.5%	100%	-	100%
脳卒中	35.1%	100%	-	100%
胃潰瘍	34.1%	100%	-	100%
妊娠に関連した異常	79.6%	100%	-	100%
歯周病	27.3%	100%	-	100%
喫煙している未成年者の割合				
中学生(男性)	7.5%	0%	20.1%	0%
高校生(男性)	36.9%	0%	53.9%	0%
中学生(女性)	3.8%	0%	9.2%	0%
高校生(女性)	15.6%	0%	26.8%	0%
喫煙防止教育を行う学校の割合				
小学校	-	-	58.1%	100%
中学校	-	-	90.4%	100%
高等学校・特殊学校	-	-	92.3%	100%
未成年者がたばこを入手する場所				
自動販売機	-	-	46.0%	0%
コンビニエンスストア	-	-	22.0%	0%
たばこ屋	-	-	13.0%	0%
分煙を実施する割合				
公共の場	-	100%	57.8%	100%
行政機関	-	100%	50.5%	100%
効果の高い分煙方法を知っている割合				
公共の場	-	100%	38.3%	100%
行政機関	-	100%	60.1%	100%
喫煙対策未実施の企業の割合				
従事者50人未満	-	-	51.0%	0%
50～300人	-	-	27.0%	0%
301人以上	-	-	10.0%	0%
喫煙対策未実施の医療機関の割合				
診療室	-	-	4.5%	0%
外来待合室	-	-	15.8%	0%
病室	-	-	5.5%	0%
病棟面会室	-	-	19.2%	0%
禁煙支援を実施している割合				
禁煙支援プログラム(市町村)	-	100%	64.3%	100%
禁煙外来(医療機関)	-	-	14.6%	20%
禁煙支援(民間企業)	-	-	5.0%	20%

飲酒(アルコール)

評価指標	健康日本21		元気県ぐんま21	
	現状	平成22年	現状	平成22年
多量に飲酒する人の割合				
男性	4.1%	3.2%以下	8.9%	7.1%以下
女性	0.3%	0.2%以下	-	-
適切な飲酒に関する知識を持っている人の割合				
男性	-	100%	-	100%
女性	-	100%	-	100%
未成年者における飲酒経験の割合				
中学生(男性)	25.4%	0%	26.8%	0%
高校生(男性)	51.5%	0%	75.7%	0%
中学生(女性)	17.2%	0%	23.6%	0%
高校生(女性)	35.9%	0%	75.6%	0%

歯と口の健康

評価指標	健康日本21		元気県ぐんま21	
	現状	平成22年	現状	平成22年
80歳で20歯以上持つ人の割合	11.5%	20%以上	21.0%	30%以上
60歳で24歯以上持つ人の割合	44.1%	50%以上	54.5%	60%以上
定期的な歯科健診を受ける人の割合	16.4%	30%以上	7.8%	30%以上
定期的な歯石除去等を受ける人の割合	15.9%	30%以上	7.8%	30%以上
失った歯について入れ歯などによる治療が済んでいる人の割合	-	-	-	90%以上
3歳でむし歯のない人の割合	59.5%	80%以上	59.3%	80%以上
3歳までにフッ化物歯面塗布を受けた人の割合	39.6%	50%以上	42.6%	70%以上
間食として甘味食品・飲料を1日3回以上飲食する人の割合	29.9%	減少	-	20%以上
12歳で一人平均むし歯数	2.9本	1歯以下	2.9本	1歯以下
フッ化物配合歯磨剤の使用率	45.6%	90%以上	-	90%以上
フッ化物洗口を利用している人の割合	-	-	-	50%以上
過去1年に個別的歯口清掃指導を受けた人の割合	12.8%	30%以上	-	30%以上
進行した歯周炎を有する人の割合				
(40歳)	32.0%	22%以下	31.2%	22%以下
(50歳)	46.9%	33%以下	40.0%	30%以下
歯間部清掃用器具を使用する人の割合				
(40歳)	19.3%	50%以上	31.3%	60%以上
(50歳)	17.8%	50%以上	30.5%	60%以上
喫煙と歯周病に関する正しい知識	27.3%	100%	-	100%
歯周病及び露出した歯根面のむし歯予防のための予防処置を受ける人の割合	-	-	-	30%以上
訪問口腔衛生指導を実施する市町村	-	-	38市町村	70市町村(100%)
障害(児)者の訪問口腔衛生指導を実施する市町村	-	-	7市町村	35市町村(50%)