

## 目標項目と目標値一覧

領域	目 標 項 目	目 標 指 標				
		対 象	現状値	目標値		
栄養・食生活	食生活で注意・実行していることがある人の増加	20～30歳代男性	46.5%	60%以上		
		20～30歳代女性	68.2%	75%以上		
	朝食を食べない人の減少	20歳代男性	42.1%	20%以下		
		30歳代男性	31.4%	15%以下		
	高血圧・高脂血症を含めた生活習慣病の改善					
	肥満者の減少	20～60歳代男性	26.9%	20%以下		
40～60歳代女性		20.5%	20%以下			
運 動	日常生活における歩数の増加	男性(1日あたり)	7,028歩	現状より 1,000歩増		
		女性(1日あたり)	6,556歩			
	運動を習慣としている人の増加	男 性	12.9%	23%以上		
		女 性	11.7%	23%以上		
休養・こころの健康	積極的に休養をとる					
	ストレス解消法がある人の増加		78.0%	90%以上		
	ぐっすり眠れる人の増加		37.5%	50%以上		
たばこ	喫煙が及ぼす健康影響についての知識の普及					
	公共の場での分煙の徹底					
	未成年者の喫煙防止					
	禁煙希望者への支援					
アルコール	多量飲酒者の減少		17.2%	13%以下		
	未成年者の飲酒の防止					
	「節度ある適度な飲酒」の知識の普及					
歯と口の健康	歯の喪失の防止	歯と口の手入れ等について指導を受けたことがある人		46.7%	60%以上	
		定期検診を受けている人		21.9%	30%以上	
		55～64歳で24本以上持つ人		43.6%	60%以上	
	乳幼児期のむし歯の減少		3歳でむし歯のない幼児		63.0%	80%以上
	学齢期のむし歯の減少		12歳で1人平均むし歯数		2.1本	1本以下
	成人期の歯周病の減少	進行した歯周炎を有する人	40歳	36.4%	22%以下	
			50歳	42.1%	30%以下	
		歯間部清掃用器具を使用する人	40歳	37.3%	60%以上	
			50歳	26.2%	60%以上	
	高齢期の歯と口の健康増進					

(現状値は、平成14年度「市民健康生活アンケート調査」等による)