

健康なごや プラン 21

第3次

名古屋市健康増進計画
(第3次)

計画期間

令和6年度～令和17年度



令和6年3月
名古屋市

第1章	健康なごやプラン 21 (第3次) 策定の背景	1
第2章	本市の現状と今後の見通し	
	1 人口の動向	3
	2 今後の見通し	11
第3章	健康なごやプラン 21 (第2次)	
	1 「健康なごやプラン 21 (第2次)」の評価	12
	2 第2次計画期間における健康に関する市の主な取り組み	17
第4章	健康なごやプラン 21 (第3次)	
	1 目的	19
	2 位置付け	20
	3 計画策定の体制	21
	4 計画期間	26
	5 取り組みの方向	26
第5章	分野別目標と取り組み	
	1 個人の行動と健康状態の改善	
	■ 分野1 栄養・食生活	29
	■ 分野2 身体活動・運動	33
	■ 分野3 休養・こころの健康づくり	38
	■ 分野4 たばこ・COPD	41
	■ 分野5 アルコール	46
	■ 分野6 歯・口腔の健康	49
	■ 分野7 循環器疾患・糖尿病	54
	■ 分野8 がん	59
	■ 分野9 予防接種・各種検診	64
	2 母子保健の推進	
	■ 分野10 思春期の保健対策の強化と心身両面の健康づくり	67
	■ 分野11 妊娠・出産に関する安心と安全性の確保と健康づくり	70
	■ 分野12 小児保健水準の向上	72
	■ 分野13 子どものこころの安らかな発達と育児不安の軽減	75
	3 社会環境の質の向上	
	■ 分野14 社会とのつながり	78
	■ 分野15 自然に健康になれる環境づくり	81
	■ 分野16 誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備	83
第6章	ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり	
	1 背景	84
	2 ライフコースごとの整理	86
第7章	資料編	
	1 推進会議等の設置・開催状況	98
	2 健康なごやプラン 21 (第3次) の分野別の目標及び指標	101
	3 健康なごやプラン 21 (第3次) のライフコースごとの指標	106
	4 各分野の指標に係る現状値のデータソース一覧	107
	5 健康に関するデータからみた名古屋市民のすがた	108
	6 各分野に係る本市の主な事業	111
	7 健康に関する市民アンケート集計結果	116
	8 子育てに関する市民アンケート集計結果	124

■ はじめに

名古屋市では、健康増進法に基づく市町村健康増進計画として、平成15年度から平成22年度の8年間の計画期間とする健康なごやプラン21(第1次)及び平成25年度から令和5年度の11年間の計画期間とする健康なごやプラン21(第2次)を策定し、市民の健康づくりを進めてきました。

すべての市民が健康で心豊かに生活できる社会をめざし、生活習慣の改善による生活習慣病の予防、健康寿命の延伸、生活の質の向上を図るとともにすべての親と子が健やかに暮らせるよう、安心して子どもを産み、ゆとりをもって健やかに子育てできる環境づくりを推進しています。

■ 第2次計画の最終評価

健康なごやプラン21(第2次)の終期を迎えるにあたり、分野ごとに掲げてきた目標とそれに関する指標の数値変化、取組内容を振り返ることによる最終評価を実施しました。その結果、この計画の主要目的である健康寿命の延伸は実現できたものの、平均寿命との差は広がっており、また、分野別の指標をみると、5割以上の指標で現状値が策定時の値より改善しました。一方で、「変化なし」または「悪化している」と評価した指標も約4割あったことから、これらの指標に関して次期計画期間においてもさらなる取り組みの推進が必要です。

令和6年度からを計画期間とする第3次計画の策定については、この最終評価の結果を反映させるとともに、新たな健康課題への対応の必要性や、国の健康日本21(第三次)の方向性等を踏まえて検討してまいりました。

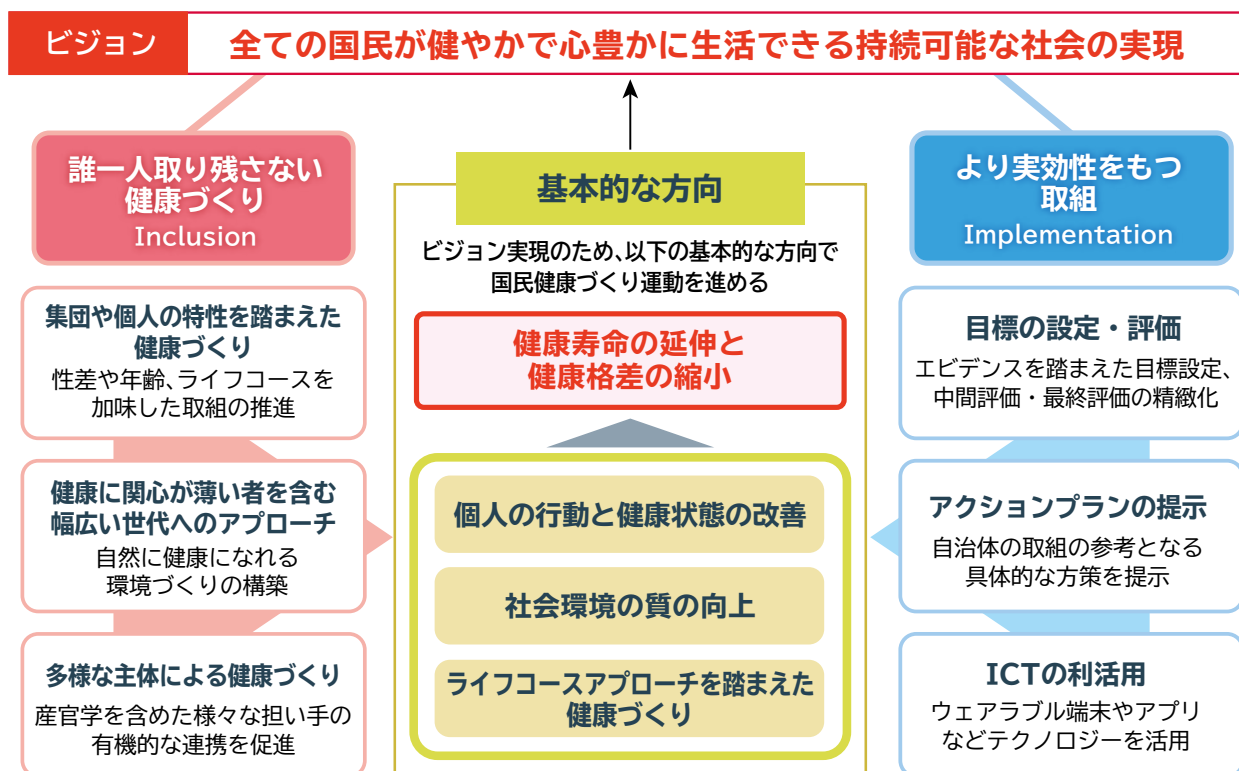
■ 健康日本21(第三次)

国の健康日本21(第三次)では、「全ての国民が健やかで心豊かに生活できる持続可能な社会の実現」をビジョンとし、そのために、誰一人取り残さない健康づくりの展開とより実効性をもつ取り組みの推進を行うこととされています。

また、ビジョン実現のための基本的な方向を①健康寿命の延伸・健康格差の縮小、②個人の行動と健康状態の改善、③社会環境の質の向上、④ライフコースアプローチを踏まえた健康づくりの4つとすることとされており、個人の行動と健康状態の改善及び社会環境の質の向上の取り組みを進めることで、健康寿命の延伸・健康格差の縮小の実現を目指すこととされています。その際は、個人の行動と健康状態の改善を促す社会環境の質の向上という関係性を念頭に置いて、取り組みを進めるものとされています。

なお、健康日本21(第三次)では、個人の行動と健康状態の改善のみが健康増進につながるわけではなく、社会環境の質の向上自体も健康寿命の延伸・健康格差の縮小のための重要な要素であることに留意が必要であり、加えて、ライフコースアプローチ(胎児期から高齢期に至るまでの人の生涯を経時的に捉えた健康づくり)も念頭に置くこととされています。

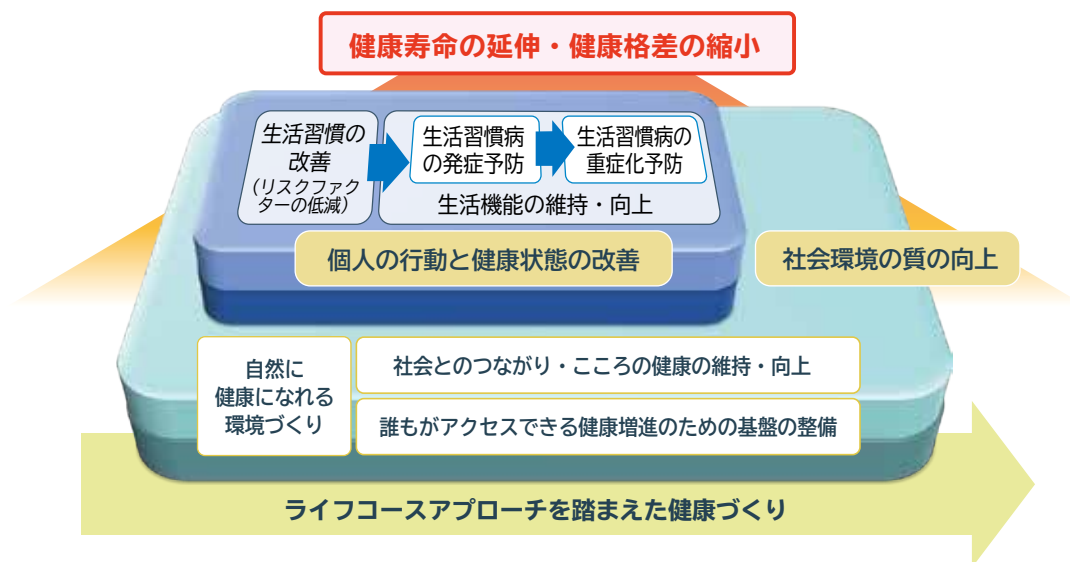
健康日本 21（第三次）の全体像



第1章

健康なごやプラン21（第3次）策定の背景

健康日本 21（第三次）の概念図



第3次計画の策定にあたって

このような背景を踏まえて、本市では、すべての市民が健康で心豊かに生活できる持続可能な社会の実現に向け、第2次計画を改定して「健康なごやプラン21（第3次）」を策定し、市民の健康寿命の延伸を目指します。

また、次世代を健やかに育てるための基盤となる母子保健につきましては、国の成育医療等基本方針等の方向性を踏まえながら、乳幼児期・思春期等における課題や性差等に応じた対策を推進し、子育て家庭の支援を図ります。

1 人口の動向

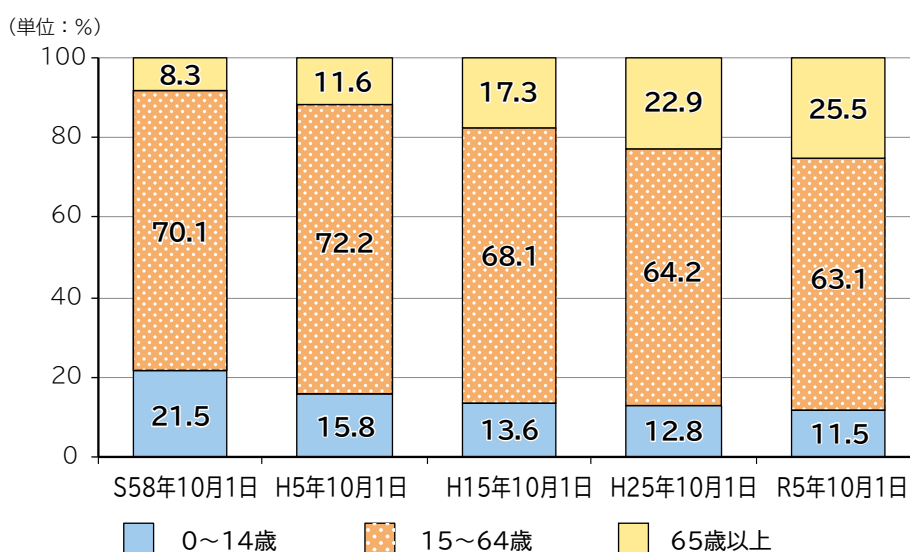
1 概況

本市の人口は、令和5年10月1日現在で2,326,683人となっています。

年齢区分別にみると年少人口(0～14歳)と生産年齢人口(15～64歳)の割合が減少する一方で、老年人口(65歳以上)の割合が増加し、高齢化率は25%を超えています。

また、令和4年の人口動態統計によると、出生数は16,325人、死亡数は26,126人であり、出生数から死亡数を差し引いた自然増減数は△9,801人となっています。

● 年齢3区分別人口割合の推移



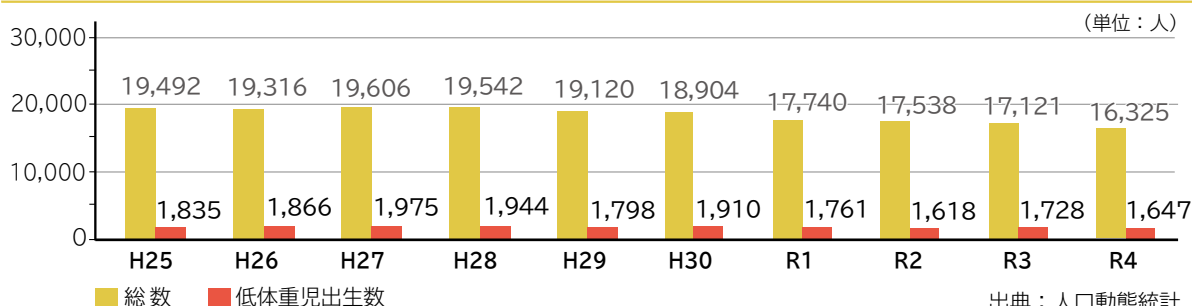
2 出生

本市の出生数は、令和4年は16,325人で、平成25年と比較すると3,167人減少しました。母親の年齢階級をみると、30～34歳が6,239人(38.2%)、25～29歳が4,436人(27.2%)、35～39歳が3,766人(23.1%)であり、母親の平均年齢は、32.3歳で平成25年の31.9歳と比較すると0.4歳高くなっています。

合計特殊出生率(15歳から49歳までの女性の年齢別出生率を合計したもの)は、令和4年は1.25で平成25年と比較すると0.13低くなっています。

また、体重2,500g未満の低体重児出生数は、令和4年は1,647人で出生数全体の10.1%を占めています。

● 出生数の推移



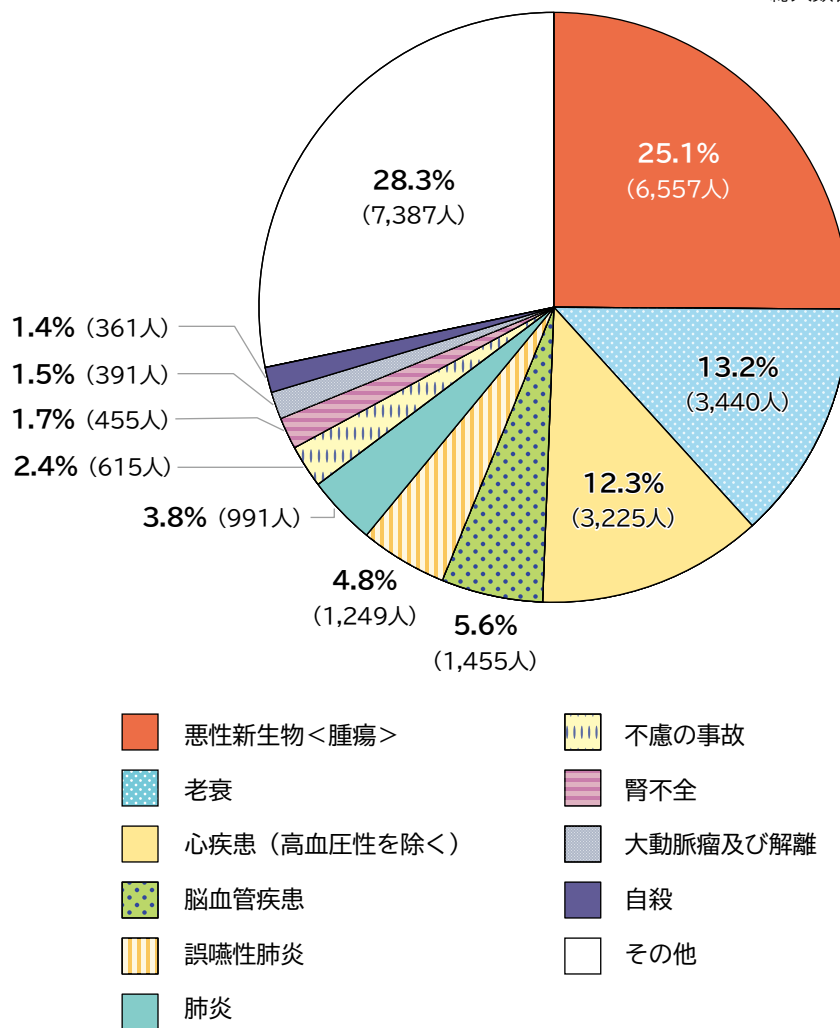
3 死亡

■ ア 死因順位

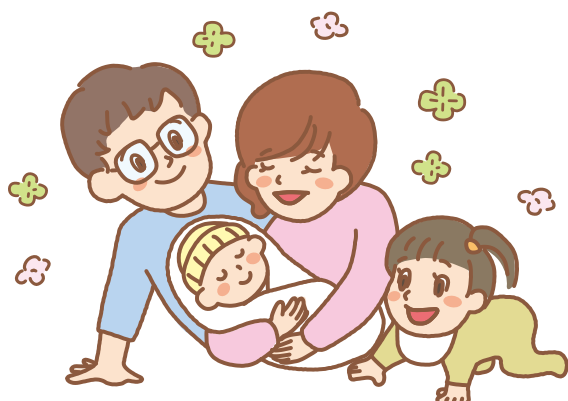
令和4年の死亡原因をみると、第1位は悪性新生物6,557人(25.1%)、第2位は老衰3,440人(13.2%)、第3位は心疾患3,225人(12.3%)の順でした。

● 死因別死亡数、割合(令和4年)

総人数合計：26,126人



出典：人口動態統計



イ 年齢階級別死因別死亡割合

年齢階級別に死因をみると、最も多い死因は、10～39歳では「自殺」、40歳以上では「悪性新生物」となっています。

● 年齢階級別死因順位（1位～3位）、死亡割合（令和3年）

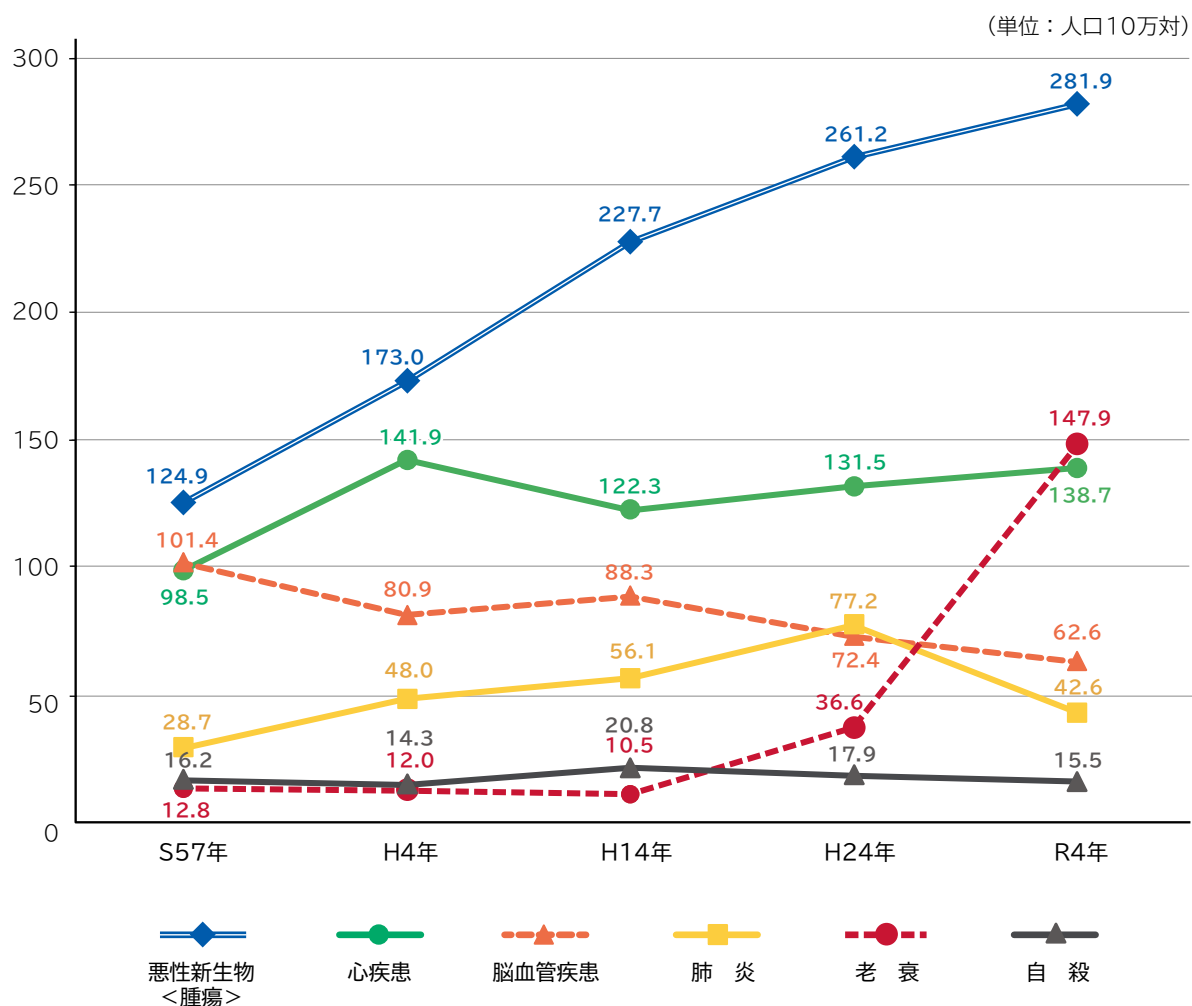
年 齢	死亡数(人)	1 位	2 位	3 位
総 数	24,029	悪性新生物＜腫瘍＞ (27.2%)	老衰 (12.3%)	心疾患 (11.8%)
0～4歳	38	周産期に発生した病態 (21.1%)	悪性新生物＜腫瘍＞ (13.2%)	—
5～9歳	7	悪性新生物＜腫瘍＞ (42.9%)	—	—
10～14歳	10	自殺 (30.0%)	悪性新生物＜腫瘍＞ (20.0%)	—
15～19歳	18	自殺 (50.0%)	—	—
20～24歳	33	自殺 (54.5%)	不慮の事故 (18.2%)	—
25～29歳	58	自殺 (56.9%)	悪性新生物＜腫瘍＞ (10.3%)	心疾患 (5.2%) 不慮の事故 (5.2%)
30～34歳	46	自殺 (41.3%)	悪性新生物＜腫瘍＞ (17.4%)	不慮の事故 (6.5%)
35～39歳	71	自殺 (42.3%)	悪性新生物＜腫瘍＞ (18.3%)	心疾患 (8.5%)
40～44歳	107	悪性新生物＜腫瘍＞ (25.2%)	自殺 (24.3%)	脳血管疾患 (9.3%)
45～49歳	262	悪性新生物＜腫瘍＞ (26.7%)	自殺 (11.5%)	脳血管疾患 (9.5%)
50～54歳	387	悪性新生物＜腫瘍＞ (34.6%)	自殺 (9.3%)	心疾患 (8.5%)
55～59歳	492	悪性新生物＜腫瘍＞ (40.2%)	自殺 (6.9%)	脳血管疾患 (6.1%)
60～64歳	668	悪性新生物＜腫瘍＞ (42.7%)	心疾患 (12.3%)	脳血管疾患 (5.7%)
65～69歳	1,163	悪性新生物＜腫瘍＞ (47.3%)	心疾患 (10.1%)	脳血管疾患 (5.1%)
70～74歳	2,332	悪性新生物＜腫瘍＞ (42.7%)	心疾患 (10.0%)	脳血管疾患 (5.7%)
75～79歳	3,003	悪性新生物＜腫瘍＞ (37.4%)	心疾患 (10.7%)	脳血管疾患 (5.6%)
80～84歳	4,005	悪性新生物＜腫瘍＞ (31.4%)	心疾患 (11.2%)	老衰 (6.9%)
85歳以上	11,329	悪性新生物＜腫瘍＞ (22.1%)	心疾患 (13.2%)	老衰 (13.1%)

出典：名古屋市健康福祉年報（人口動態編）

■ ウ 主な死因別死亡の状況

令和4年の主な死因の死亡率(人口10万対)をみると、悪性新生物は281.9と増加傾向が続いており、心疾患は138.7で横ばい傾向、脳血管疾患は62.6と減少傾向となっているほか、高齢化の影響で老衰が147.9と急増している状況です。

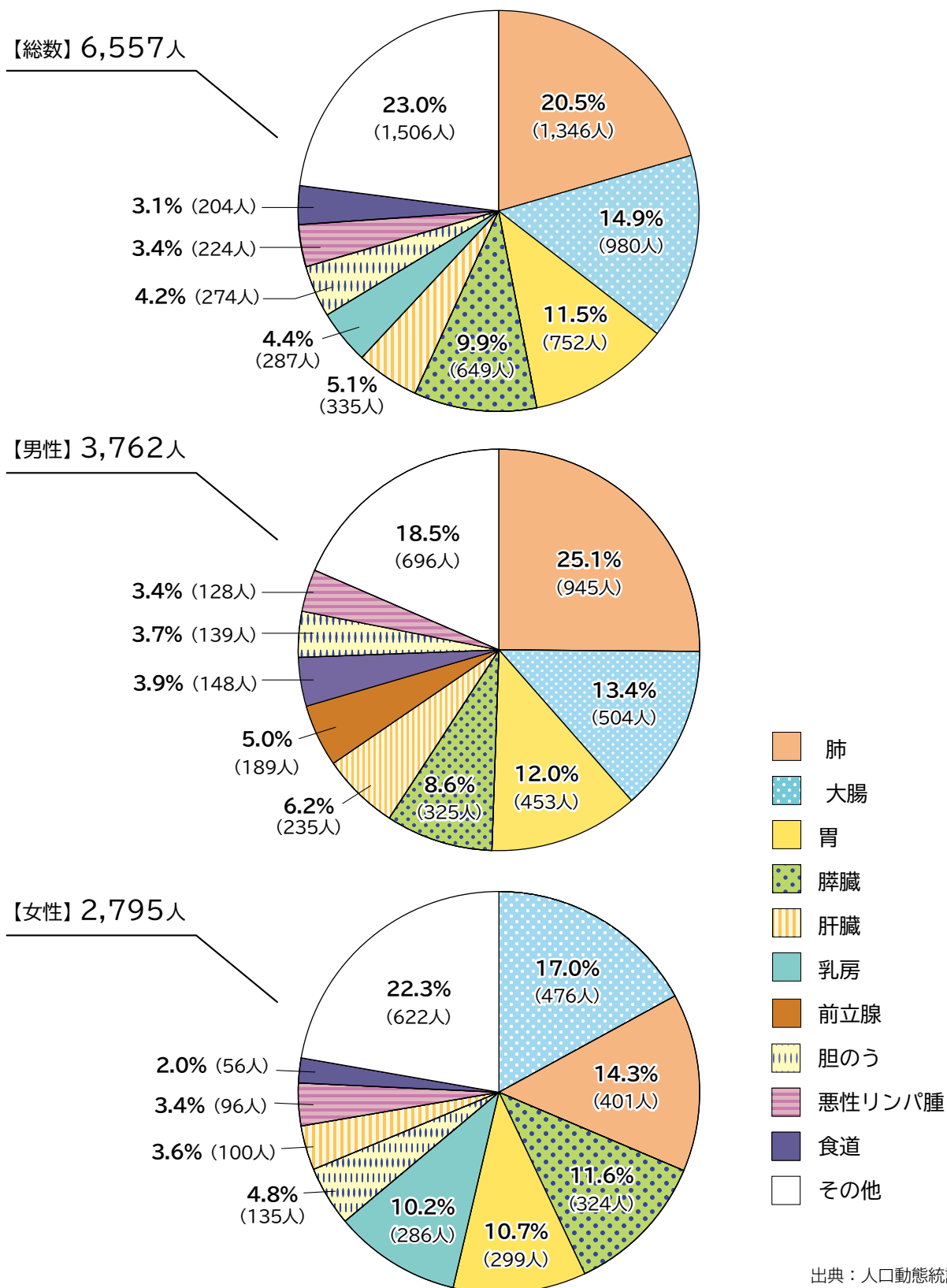
● 主な死因別死亡率の年次推移



出典：人口動態統計

また、同年の悪性新生物の部位別死亡数、死亡割合をみると、男性では肺945人(25.1%)、大腸504人(13.4%)、胃453人(12.0%)の順であり、女性では大腸476人(17.0%)、肺401人(14.3%)、膵臓324人(11.6%)の順でした。

● 悪性新生物の部位別死亡数、死亡割合(令和4年)

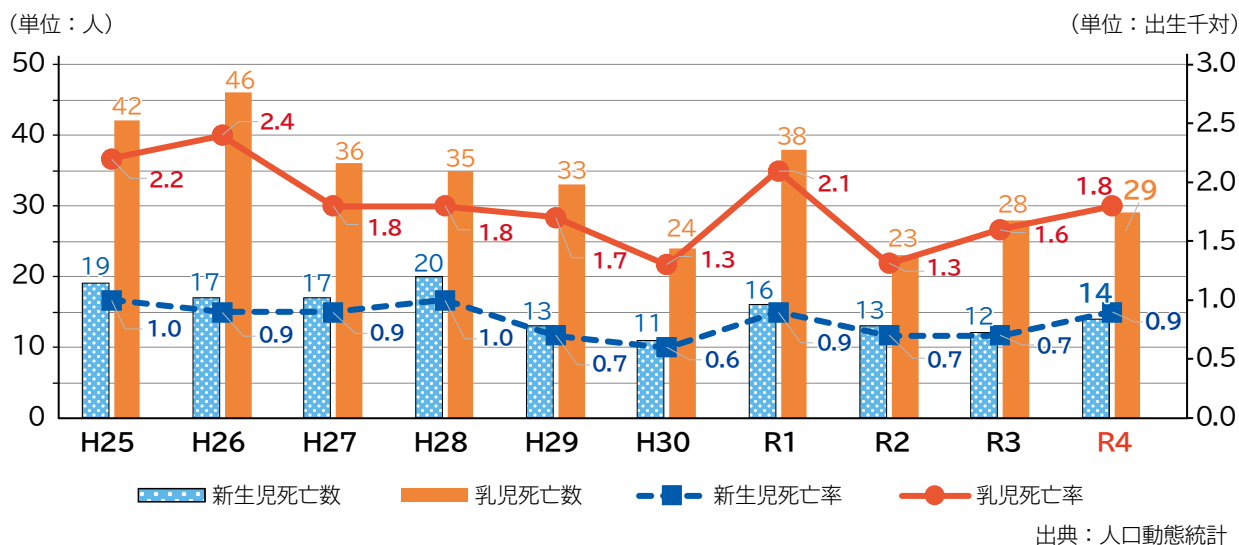


■ Ⅰ 新生児死亡、乳児死亡

本市の令和4年の新生児死亡(生後4週未満の死亡)数は14人で前年より2人増加しました。同年の新生児死亡率(出生千対)は0.9となっています。

また、同年の乳児死亡(生後1年未満の死亡)数は29人で、前年より1人増加しました。同年の乳児死亡率(出生千対)は1.8となっています。

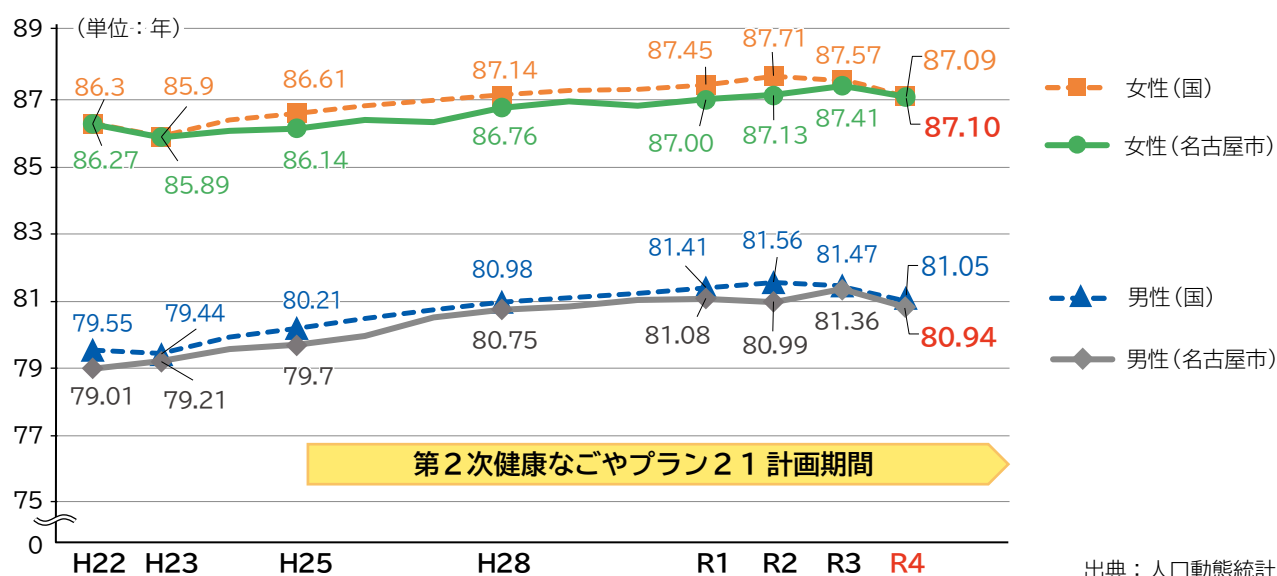
● 新生児死亡数(率)・乳児死亡数(率)の推移



4 平均寿命

令和4年の本市の平均寿命は、男性が80.94年、女性が87.10年となっており、平成25年度と比較すると男性が1.24年、女性が0.96年それぞれ伸びています。

一方、全国の平均寿命と比較すると、男性は全国の81.05年を0.11年下回り、女性は全国の87.09年を0.01年上回っています。



※令和3年から、平均寿命算出の基となる本市の日本人人口の推計人口の算出方法が変更されており、本市の平均寿命について、過去の数値と単純比較することはできません。

【平均余命と平均寿命とは】

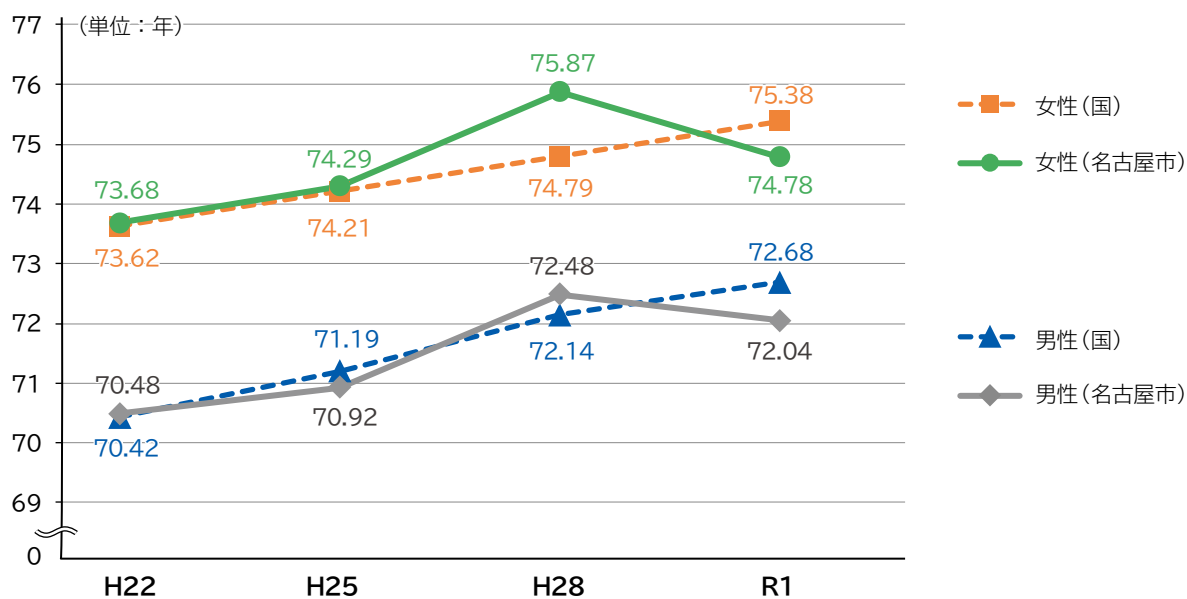
「平均余命」とは現在の死亡状況が今後変わらず続くと仮定したときに、ある年齢に達した人が、平均してその後何年生きられるかを表したものです。

特に、0歳における平均余命を「平均寿命」といい、その人口集団の保健福祉水準を示す重要な指標として活用されています。

5 健康寿命 ※本市における健康寿命の定義はP.10参照

■ ア 主指標「日常生活に制限のない期間の平均」

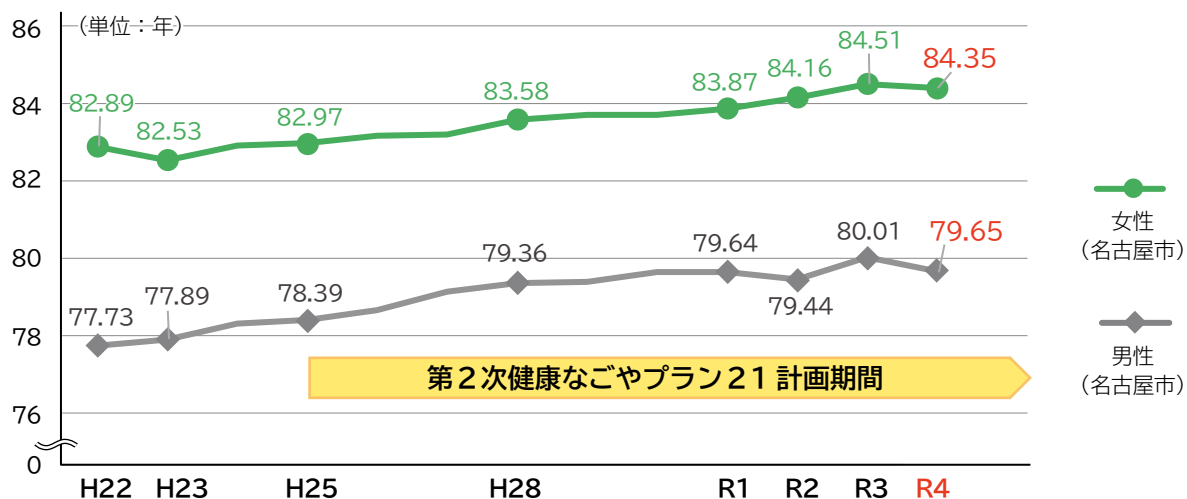
本市の数値は、直近の令和元年で、男性72.04年、女性74.78年となっています。第2次計画開始時の平成25年と比較すると、男性で1.12年、女性で0.49年増加しましたが、前回調査(平成28年)からは男女ともに減少しています。



出典：「健康日本21(第二次)の総合的評価と次期健康づくり運動に向けた研究」分担研究報告書

■ イ 副指標「日常生活動作が自立している期間の平均」

本市の数値は、直近の令和4年で、男性79.65年、女性84.35年となっています。第2次計画開始時の平成25年と比較すると、男女ともに増加傾向にあります。

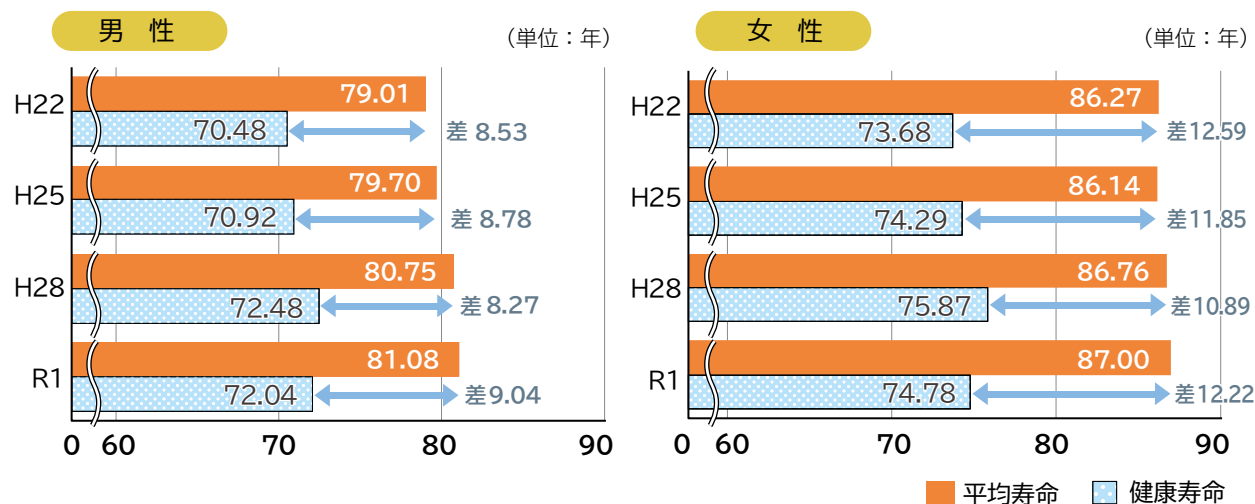


※本市介護保険データを基に「要介護2～5」を不健康な状態、それ以外を健康な状態として算出

■ ウ 平均寿命と主指標「日常生活に制限のない期間の平均」の差

平均寿命と主指標である「日常生活に制限のない期間の平均」の数値の差は平成28年までは短くなっていましたが、令和元年の主指標の数値が男女ともに減少したため、平成28年に比べて差は広がっています。

● 平均寿命と主指標「日常生活に制限のない期間の平均」の差の推移



【健康寿命とは】

健康寿命とは、一般的に、ある健康状態で生活することが期待される平均期間またはその指標の総称を指します。生存期間を健康な期間と不健康な期間に分け、集団における各人の健康な期間の平均を求めると、これが健康寿命の指標となります。

健康寿命には様々な定義や算定方法がありますが、本市では国民生活基礎調査のデータを基に国が3年ごとに算定する「日常生活に制限のない期間の平均」を主指標に、本市介護保険データに基づく「日常生活動作が自立している期間の平均」を副指標に設定しています。本市では、これら2つを健康寿命の指標としています。

■ 【健康なごやプラン21における健康寿命の指標】

指 標	元データと「不健康」の定義	特 徴
【主指標】 日常生活に制限のない期間の平均	● 国民生活基礎調査の健康質問票 ● 「現在、健康上の問題で日常生活に何か影響がありますか？」との質問に「ある」と答えた人	● 「健康日本21(第三次)」における主指標 ● 全国比較、他都市比較等で使用される ● 国が3年ごとに算定
【副指標】 日常生活動作が自立している期間の平均 (平均自立期間)	● 介護保険のデータ ● 「要介護2～5」の人	● 毎年のデータ把握が可能 ● 「名古屋市総合計画」の成果指標として使用

2 今後の見通し

1 概況

本市の常住人口は、令和3年に減少に転じています。出生数が減少している一方で、平均寿命が延びていることもあり、今後、少子化・高齢化がさらに進んでいくことが想定されています。高齢者人口(65歳以上)は今後も増加すると推計されており、特に令和4年に団塊の世代が75歳を迎え始めることにより、75歳以上の人口は令和10年頃にかけて大きく増加することが推計されています。このような状況のもと、本市は近い将来、本格的な人口減少局面を迎えることが予測されています。

2 出生

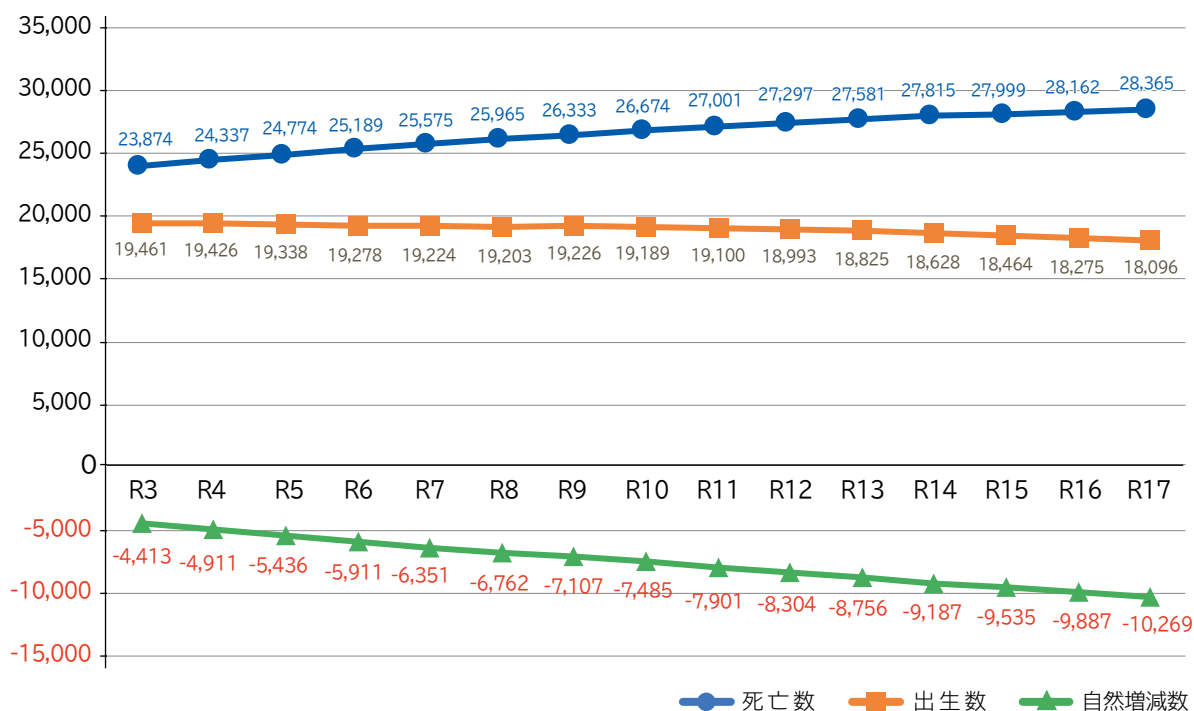
平成30年を基準時点とした将来人口推計では、本市の年間出生数は今後も減少し、令和17年に約18,000人となる想定でしたが、すでに令和4年の年間出生数は16,325人となっており、想定を上回るペースで、少子化が進んでいます。

3 死亡

高齢化の進展に伴い、本市の年間死亡数は今後も増加し、令和17年には約28,000人となる想定ですが、令和4年の年間死亡数は26,126人となっており、今後も約2,000人の増加が見込まれています。

● 将来人口推計による自然増減

(単位：人)



出典：名古屋市将来人口推計(平成30年基準時点)

1 「健康なごやプラン21(第2次)」の評価

1 平均寿命と健康寿命に関する評価

●健康寿命の延伸を実現

- 健康寿命の主指標である「日常生活に制限のない時間の平均」は、計画開始時の平成25年から令和元年までの間に、男性で1.12年、女性で0.49年増加しています。
- また、副指標である「日常生活動作が自立している期間の平均」についても、令和3年の数値は計画策定時よりも男性1.62年、女性1.54年増加しており、この計画の目的の一つである健康寿命の延伸を実現することができたと考えます。

●平均寿命の増加分を上回る健康寿命の増加について

(1)主指標：男女とも平均寿命と健康寿命の差が拡大

- 「平均寿命の増加分を上回る健康寿命の増加」について、健康寿命の主指標を用いた平均寿命の比較では、国は着実に平均寿命と主指標の数値との差が縮まっているのに対して、本市は主指標の最新値である令和元年の数値が男女共に減少したため、その差が広がりました。

(2)副指標：男性は差が縮まらず、女性は差が縮まった

- 一方で、健康寿命の副指標である「日常生活動作が自立している期間の平均」と平均寿命との比較で見ると、男性は平均寿命と副指標の数値がほぼ同水準で伸びており、その差は縮まっていませんが、女性は、副指標の数値の伸びが平均寿命の伸びを上回っており、国の目標を達成しています。

2 分野別進捗状況の評価の概要

分 野		指標数	進 捗 状 況				
			A 目標に 達した	B 目標未達だが 改善傾向	C 変化 なし	D 悪化し ている	E 評価 困難
生活習慣の改善及び生活習慣病予防	① 栄養・食生活	17	0	2	9	6	0
	② 身体活動・運動	13	3	1	5	4	0
	③ 休養・こころの健康づくり	4	2	2	0	0	0
	④ たばこ	7	3	3	1	0	0
	⑤ アルコール	5	1	1	2	1	0
	⑥ 歯の健康	13	3	6	0	1	3
	⑦ 糖尿病	4	2	0	0	2	0
	⑧ 循環器疾患	8	4	0	2	2	0
	⑨ がん	12	0	7	5	0	0
	⑩ 予防接種	2	2	0	0	0	0
母子保健	⑪思春期の保健対策の強化と心身両面の健康づくり	6	4	0	1	0	1
	⑫妊娠・出産に関する安全性の確保と健康づくり	4	0	3	1	0	0
	⑬小児保健水準の向上	4	0	2	1	0	1
	⑭子どものこころの安らかな発達と育児不安の軽減	10	3	5	2	0	0
計		109	27	32	29	16	5

第2次計画で掲げた14分野の課題に対応する109指標のうち、59指標(54%)で、現状値が策定時の値より改善し、「目標に達した」または「目標に達していないが改善傾向にある」と評価しました。

しかしながら、「変化なし」または「悪化している」と評価した指標も45指標(41%)あったことから、これらの指標に関して次期計画期間においてもさらなる取り組みの推進が必要です。

特に「栄養・食生活」、「身体活動・運動」といった、日常生活の中で習慣として取り組む健康関連行動の分野については、社会状況や生活様式の変化の影響により、進捗が遅れている指標が多く、検診等の事業の充実を図ってきた「歯の健康」や「がん」の分野は比較的順調に進捗している指標が多い状況でした。

また、5指標(5%)については、計画策定時に設定した指標の把握方法等が現在と異なるなどの理由により、評価が困難となりました。

3 各分野の取り組み結果

第2次計画では、市民一人ひとりが主体的に取り組むことができる健康づくりを推進するため、次の14分野ごとに目標、取り組みを掲げ実行してきました。

●生活習慣の改善及び生活習慣病予防(10分野)

- ①栄養・食生活 ②身体活動・運動 ③休養・こころの健康づくり ④たばこ
⑤アルコール ⑥歯の健康 ⑦糖尿病 ⑧循環器疾患 ⑨がん ⑩予防接種

●母子保健(4分野)

- ⑪思春期の保健対策の強化と心身両面の健康づくり
⑫妊娠・出産に関する安全性の確保と健康づくり
⑬小児保健水準の向上
⑭子どものこころの安らかな発達と育児不安の軽減

生活習慣の改善及び生活習慣病予防

健康に関する市民アンケート結果等から第2次計画期間において市民の生活習慣の改善及び生活習慣病予防の指標が改善した事項としては次のような事項があります。

〈改善した主な事項〉

●骨粗しょう症検診受診率	6.0%	→	31.9%
●睡眠を十分にとれていない人の割合	33.7%	→	26.3%
●深刻な悩みを抱えたとき、誰かに(どこかに)相談する人の割合	73.4%	→	82.4%
●20歳以上の喫煙率(女性)	8.1%	→	5.9%
●飲酒する20歳未満の者の割合(男性)	5.0%	→	0.0%
●乳幼児期(3歳児)にむし歯がない人の割合	88.2%	→	94.2%
●60歳で24本以上の自分の歯を有する人の割合	77.0%	→	88.2%
●血糖コントロール指標におけるコントロール不良者の割合(服薬なしの人)	0.44%	→	0.11%
●糖尿病治療継続者の割合	52.4%	→	73.3%
●脳血管疾患の年齢調整死亡率(男性)	50.3	→	27.6
●水痘の1医療機関当たりの年間患者報告数	30.1人	→	2.0人

これは、生活習慣の改善及び生活習慣病予防のためのがん対策、喫煙対策、歯と口腔の健康づくり、食育の推進等の地域での健康づくりや本市の健康の増進に関する施策の推進が、市民の生活習慣の改善による生活習慣病の予防の一助になっていると思われます。

しかし、改善した事項も油断すると悪化するおそれもあり、引き続き取り組みを推進する必要があります。

一方、悪化した事項としては次のような事項があります。

〈悪化した主な事項〉

● 肥満傾向（肥満度20%以上）にある子ども（小学生）の割合	5.7%	→ 8.4%
● 肥満者の割合（20～60代の男性）	25.1%	→ 30.5%
● 肥満者の割合（40～60代の女性）	12.9%	→ 15.6%
● 果物を1日200g程食べるようにしている人の割合	33.9% (中間評価)	→ 28.6%
● 塩分を控えるようにしている人の割合	63.2%	→ 55.6%
● 家族等の誰かと一緒に食事をする市民の割合	82.7%	→ 51.3%
● 1日の歩数を増やす（65歳以上・女性）	5,323歩	→ 4,120歩
● 週に1回以上、運動・スポーツを実施している成人の割合	58.4%	→ 55.0%
● 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（女性）	9.6%	→ 19.3%
● 3歳児で不正咬合等がない人の割合	83.6%	→ 76.1%
● 特定保健指導実施率	7.2%	→ 6.6%
● 血糖コントロール指標におけるコントロール不良者の割合（服薬中の人）	0.62%	→ 0.80%
● 糖尿病有病者の割合	8.6%	→ 9.4%
● 収縮期血圧が140mmHg以上の人の割合（女性）	23.0%	→ 25.9%
● LDLコレステロール値が160mg/dl以上の人の割合（女性）	15.9%	→ 16.3%

改善した事項もある反面、生活習慣病の予防にとってのマイナス要因も少なくありません。特に「栄養・食生活」、「身体活動・運動」など一次予防の分野において悪化した指標が多く、引き続き生活習慣病の予防に向けたより実効性のある取り組みが必要です。

以上のことから、次のような市民の状況が推測され、課題が明らかになりました。

市民の健康を取り巻く状況

■ (1) 状況

本市の健康の増進に関する施策の推進が、市民の生活習慣の改善による生活習慣病の予防の一助になっていると思われる一方で、肥満者の増加や歩数の減少など、市民の生活習慣の改善や健康増進のための行動につなげられていない状況が確認されました。

また、新型コロナウイルス感染症の感染拡大による外出の自粛や運動習慣の低下などが影響したと考えられる指標の悪化などが見受けられ、健康に関する市民

アンケートにおいても、感染拡大前後で主観的健康観が悪くなった方が女性で約2割という結果となっており、コロナの感染拡大が市民の健康に影響している状況が確認されました。

■ (2)課題

次期計画期間においては、少子・高齢化がさらに進み、総人口・生産年齢人口が減少し、ひとり暮らし世帯が増加することや、あらゆる分野でデジタルトランスフォーメーション(DX)が加速することなどが指摘されています。多様化する社会において、既存の取り組みにとどまることなく、新たな課題についても、国や社会の動向を注視しながら、市民一人ひとりの健康意識や行動につながる啓発と合わせて、健康づくりに取り組みやすい環境を整備していくことが重要です。

母子保健

子育てに関するアンケート等から改善及び改善傾向の事項としては、次のような事項があります。

〈 改善及び改善傾向の主な事項 〉

● 妊娠中に喫煙する人の割合	4.7%	→	1.7%
● 妊娠中に飲酒する人の割合	3.7%	→	0.7%
● マタニティマークを利用して効果を感じた母親の割合	51.7%	→	63.0%
● 育児についての相談相手がいる母親の割合			
・ 3か月児健康診査時	99.0%	→	99.9%
・ 1歳6か月児健康診査時	99.3%	→	99.8%
・ 3歳児健康診査時	99.1%	→	99.8%
● 育児に参加する父親の割合			
・ 3か月児健康診査時	53.1%	→	67.9%
・ 1歳6か月児健康診査時	48.4%	→	65.2%
・ 3歳児健康診査時	47.0%	→	60.8%
● 子どもの発達が気になった時に相談できる機関を知っている人の割合	39.5% (中間評価)	→	44.3%
● 発達障害を知っている人の割合	51.5% (中間評価)	→	58.0%

これは、妊娠期における母子健康手帳発行時の面接や両親学級等、また子育て期における乳幼児健康診査や各種子育て教室等での保健指導や健康相談、健康教育等の安心・安全な妊娠・出産に向けた取り組みや子育て支援が成果の一助になっていると考えられます。

一方、大きく悪化はしておりませんが、計画策定時と変化がなかった事項として、次のような事項があります。

〈 変化なしの主な事項 〉

● 妊娠11週以内での妊娠の届出者の割合	91.3% → 94.1%
● 乳幼児健康診査に満足している人の割合	
・ 1歳6か月児健康診査時	79.4% → 79.2%
・ 3歳児健康診査時	76.9% → 75.2%

以上のことから、次のような市民の状況が推測され、課題が明らかになりました。

母子保健を取り巻く状況

■ (1)状況

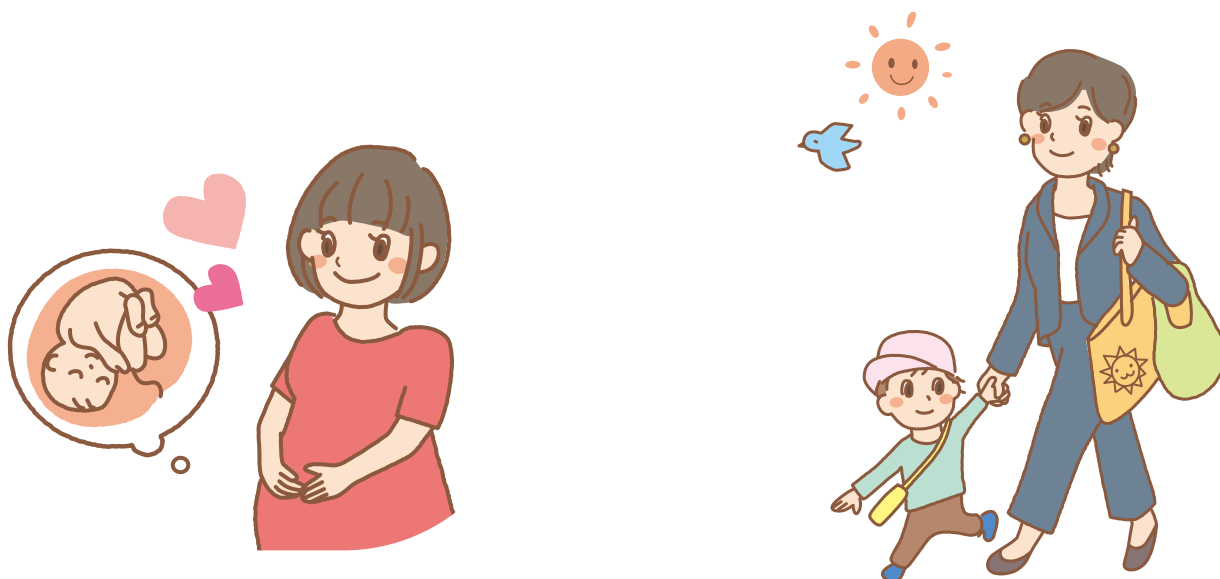
少子化や核家族化を背景の一つとして、子育て中の親の育児への不安感・負担感が増大し、育児の孤立につながります。

また、新型コロナウイルス感染症の流行により、集団での乳幼児健康診査や子育て講座への参加に不安があった保護者が一定数いたこと等が考えられます。働きながら子育てをする女性が増加し、男性の育児休業取得率が上昇するなど、子育て家庭におけるまわりの社会環境にも変化があったと考えられます。

■ (2)課題

子どもや保護者が参加しやすい乳幼児健康診査、子育て講座の取り組みをしていくことが必要です。子育て家庭が孤立せず、社会環境等に合わせた身近で相談しやすい相談窓口の構築に引き続き取り組んでいくことが重要です。

今後も母子保健のさらなる向上のため、家庭、地域、学校、企業、民間団体等がそれぞれの役割を再認識するとともに、相互が連携し社会全体で取り組むことが必要です。



2 第2次計画期間における健康に関する市の主な取り組み

第2次計画期間の平成25年度から令和5年度の11年間に於いて、各種の健康に関する施策に取り組んできました。

1 がん対策の推進

名古屋市がん対策推進条例に基づき、がんの予防の推進、がんの早期発見の推進、がん医療水準の向上、緩和ケア及び在宅療養の充実、がん患者等の支援などの観点から様々な取り組みを行いました。

2 喫煙対策の推進

名古屋市子どもを受動喫煙から守る条例に基づき、住居等の室内における子どもの受動喫煙の防止、屋外における子どもの受動喫煙の防止、屋外の分煙に関する対策などの観点から様々な取り組みを行いました。

3 歯と口腔の健康づくりの推進

名古屋市歯と口腔の健康づくり推進条例に基づき、歯と口腔の健康づくりに関する健康教育及び食育推進、口腔清掃を含む口腔環境の改善並びに口腔機能の維持・向上、母子保健、学校保健、成人保健、高齢者保健等における歯と口腔の健康づくりなど様々な取り組みを行いました。

4 母子保健

母子保健の分野では、次世代育成支援の推進のため、妊婦健康診査において、多胎児を妊娠した妊婦については公費負担回数の追加、新生児聴覚検査の公費負担を実施、不妊・不育症の相談窓口の構築等の取り組みを行いました。思春期保健や子どもの事故防止対策の充実、また母子健康手帳交付時の面接をはじめ、妊娠32週頃の寄り添い支援、産後ケア事業や保健師等による訪問指導など、妊娠期から子育て期まで切れ目のない子育て支援の充実に取り組んできました。

■ 本市における主な健康に関する施策の沿革

年 度	市	国
平成25年度	・ がん教育冊子を作成 ・ がん検診の未受診者への個別勧奨開始	・ 予防接種法の一部改正
平成26年度	・ 定期予防接種の愛知県全域への広域化 ・ 水痘予防接種費用の無料化（1歳～年長児） ・ 国民健康保険における特定健康診査等実施率向上事業開始	・ 難病法施行 ・ 精神保健福祉法の一部改正

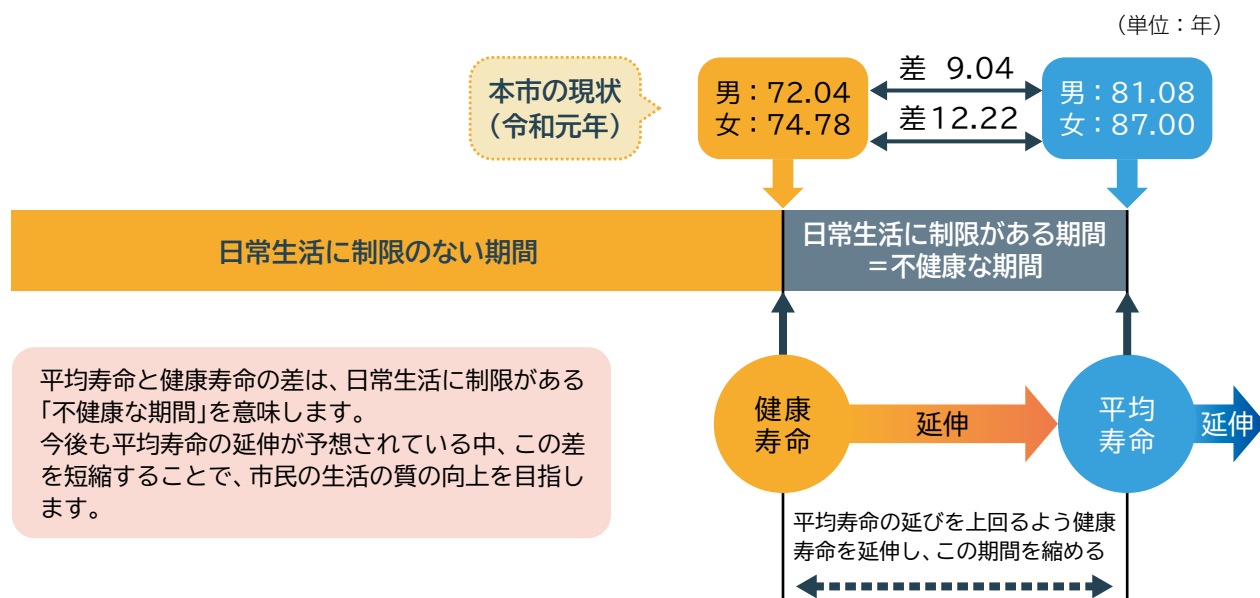
平成27年度	● はつらつ長寿プランなごや2015(27~29年度) ● 第2期地域福祉計画(27~元年度) ● データヘルス計画(27~29年度) ● なごや子ども・子育てわくわくプラン2015(27~31年度) ・ B型肝炎予防接種費用の助成開始	
平成28年度	● 食育推進計画(第3次)(28~2年度) ・ 胃がん検診に内視鏡検査を導入 ・ 国民健康保険における健康ポイント事業開始	・ 自殺対策基本法の一部改正
平成29年度	・ がんの出張講座開始 ・ なごや健康マイレージ事業開始 ・ 県外での定期予防接種費用の償還払い制度開始	・ 健康増進法の一部改正
平成30年度	● はつらつ長寿プランなごや2018(30~2年度) ● いのちの支援なごやプラン(30~4年度) ● 第2期データヘルス計画(30~5年度) ・ 1保健所16保健所支所に体制変更 ・ 若年者の在宅ターミナルケア支援事業開始 ・ 任意予防接種健康被害見舞金制度開始	・ 国民健康保険制度の都道府県単位化 ・ 健康増進法の一部改正
令和元年度	・ がん患者のアピアランスケア支援事業開始 ・ 帯状疱疹予防接種費用の助成開始	・ 健康増進法の一部改正 ・ 新型コロナウイルス感染症の発生 ・ 子ども・子育て支援法の一部改正 ・ 成育基本法施行 ・ 母子保健法の一部改正
令和2年度	● 第3期地域福祉計画(2~6年度) ● なごや子ども・子育てわくわくプラン2024(2~6年度) ・ 子どもを受動喫煙から守る条例施行 ・ 歯と口腔の健康づくり推進条例の一部改正 ・ オーラルフレイル予防事業開始 ・ がん患者妊よう性温存治療費助成事業開始 ・ 屋外分煙施設設置費用助成制度開始	・ 健康増進法の一部改正 ・ 高齢者の医療の確保に関する法律等の一部改正
令和3年度	● はつらつ長寿プランなごや2023(3~5年度) ● 食育推進計画(第4次)(3~7年度) ・ ピロリ菌検査開始 ・ 口腔がん対策事業開始	・ 母子保健法の一部改正
令和4年度	・ 胃がんリスク検査開始 ・ 緩和ケア認定看護師等資格取得支援事業開始 ・ 「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施」の開始	
令和5年度	● いのちの支援なごやプラン(第2次)(5~9年度)	・ 精神保健福祉法の一部改正

1 目的

- すべての市民が健康で心豊かに生活できる持続可能な社会をめざし、生活習慣の改善による生活習慣病の予防、健康寿命の延伸及び生活の質の向上を図ります。

➡ 健康寿命については、平均寿命と健康寿命の伸びを想定し、平均寿命の伸びを上回る健康寿命の伸びとなるように、健康寿命の延伸を目指します。

- すべての親と子が健やかに暮らせる社会をめざし、安心して子どもを産み、ゆとりを持って健やかに子育てできる環境づくりの推進を図ります。



健康なごやプラン21における健康寿命の主指標

指 標	元データと「不健康」の定義	特 徴
日常生活に制限のない期間の平均	● 国民生活基礎調査の健康質問票 ● 「現在、健康上の問題で日常生活に何か影響がありますか？」との質問に「ある」と答えた人	● 「健康日本21（第三次）」における主指標 ● 全国比較、他都市比較等で使用される ● 国が3年ごとに算定

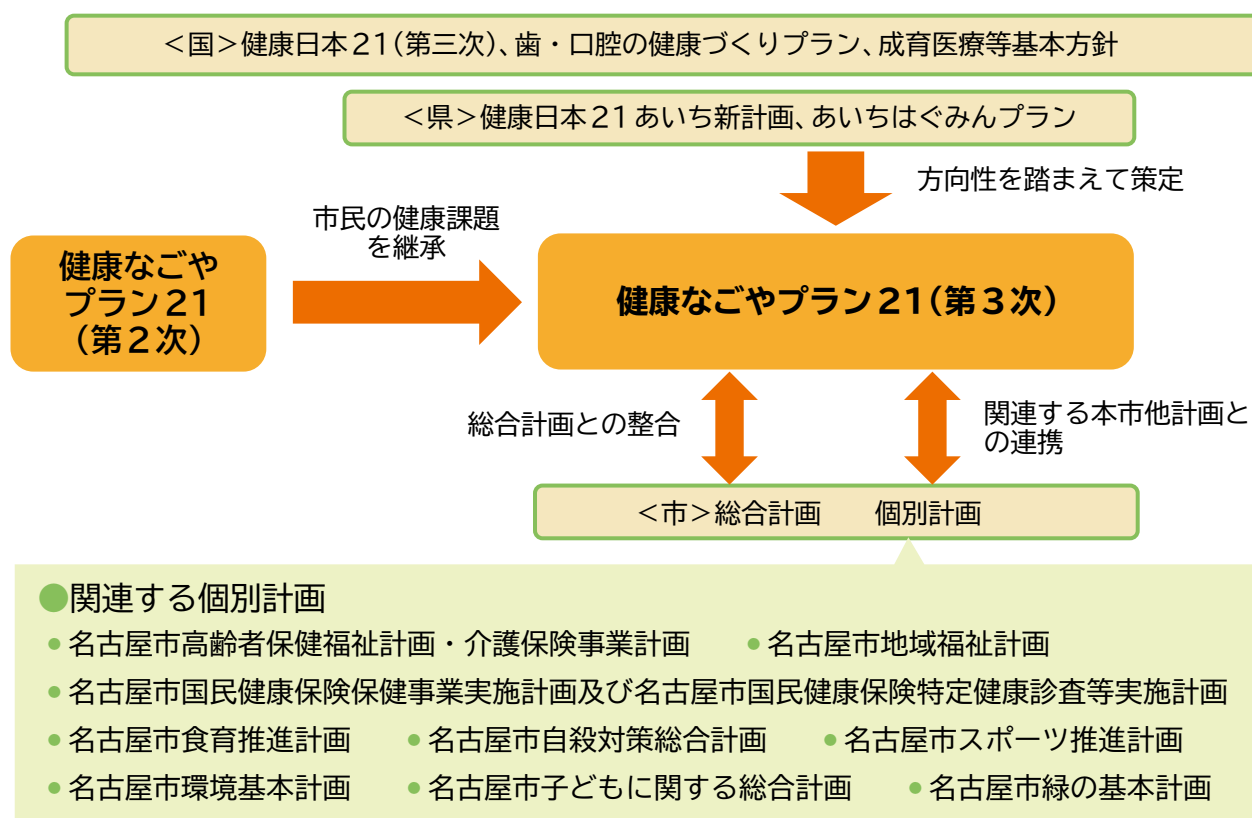
2 位置付け

1 位置付け

健康なごやプラン21(第3次)は、健康増進法に基づく市町村健康増進計画として策定します。国の「二十一世紀における第三次国民健康づくり運動(健康日本21(第三次))」、「歯科口腔保健の推進に関する基本的事項(第二次)(歯・口腔の健康づくりプラン)」及び母子保健分野での「成育医療等の提供に関する施策の総合的な推進に関する基本的な方針」、さらには「健康日本21 あいち新計画」及び「あいちはぐみんプラン」の方向性を踏まえて策定しています。

2 本市の他計画等との関係

本計画は「名古屋市総合計画」と整合性を図りながら策定するとともに、関連する本市他計画とも連携しながら、健康に関する各種取り組みの一層の推進を図ります。



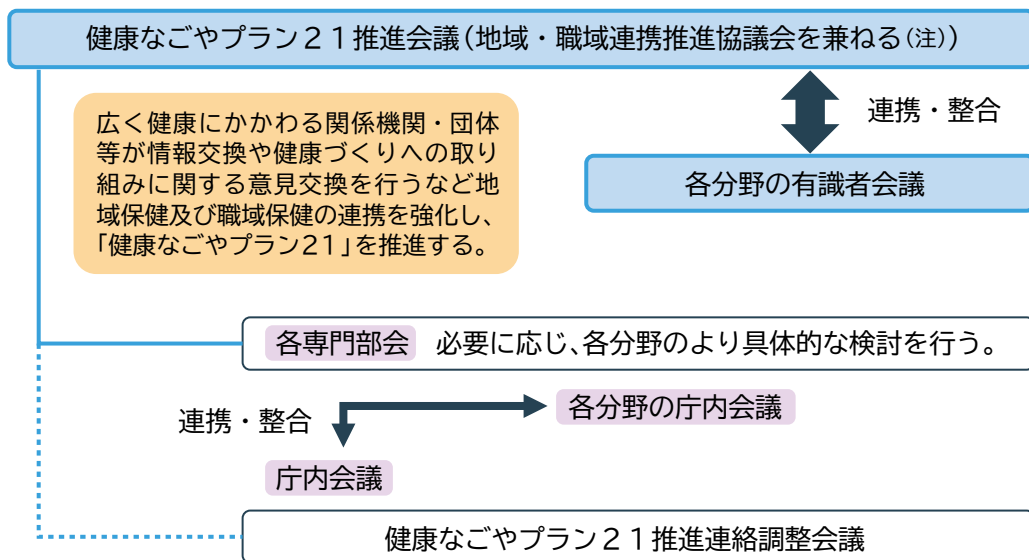
3 持続可能な開発目標(SDGs)との関係

本計画では、平成27年(2015年)9月の国連サミットで採択された持続可能な開発目標(SDGs)の理念を踏まえ、誰ひとり取り残さない持続可能なまちづくりの視点をもって、特に健康分野に関連すると考えられる目標3「すべての人に健康と福祉を」をはじめとして、SDGsを重要な目標として計画の推進に取り組みます。

3 計画策定の体制

1 策定体制

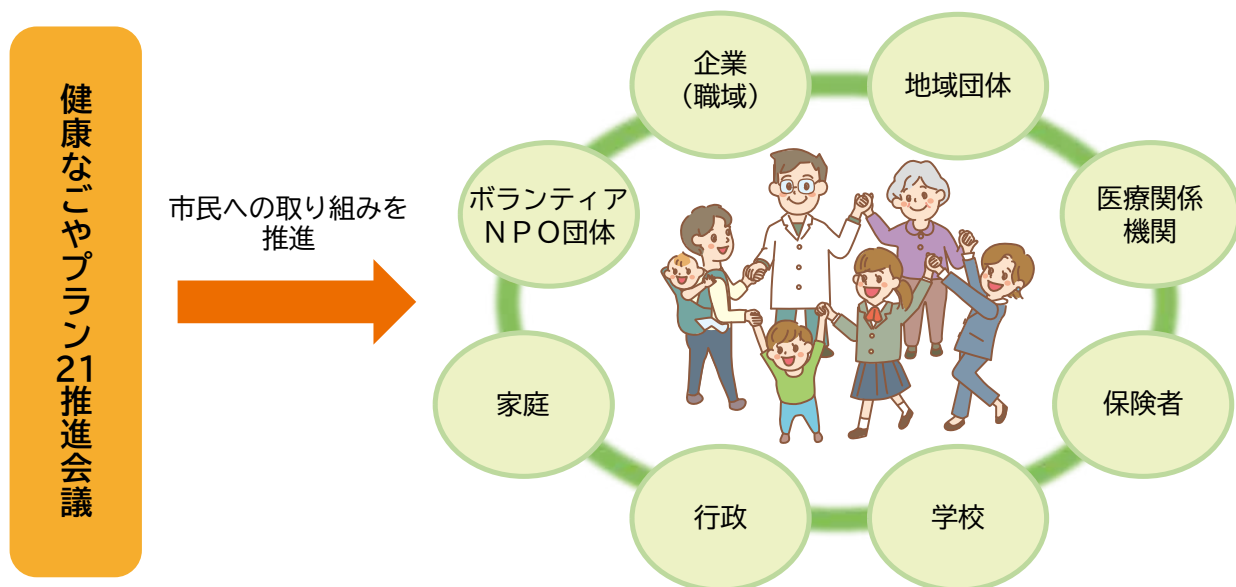
学識経験者、保健・医療関係者、職域・地域関係者及び市民委員等で構成する「健康なごやプラン21推進会議」の意見などを踏まえ策定しました。



(注)「地域・職域連携推進事業実施要綱」に基づき、広域的な地域・職域連携を図り、地域の実情に応じた協力体制による生涯を通じた継続的な保健サービスの提供・健康管理体制を整備・構築するため、二次医療圏単位で設置する名古屋医療圏の地域・職域連携推進協議会を兼ねています。

2 計画の推進

「健康なごやプラン21推進会議」において、計画の達成状況の点検・分析・評価を行い、計画の推進を図ります。家庭・学校・地域団体・企業・保険者・医療関係機関・行政などが一体となって、市民が健康づくりに取り組めるように、さまざまな方面から支援いたします。



3 市民意見の反映

ア 健康に関する市民アンケートの実施

計画の策定にあたり、市民の健康についての意識や現状などを把握するため、アンケート調査を実施しました。

- 調査期間 令和4年10月7日から令和5年1月31日
- 調査方法 郵送による配布、郵送またはウェブによる回収
- 回収状況

配布数	有効回答数	有効回答率
10,000通	4,878通	48.8%

●回答者の性別・年齢構成

(単位：人)

区分	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上	無回答	計
男性	45 (2.2%)	150 (7.3%)	211 (10.3%)	289 (14.1%)	332 (16.2%)	365 (17.8%)	615 (30.0%)	43 (2.1%)	2,050 (100%)
女性	55 (2.0%)	184 (6.8%)	269 (10.0%)	407 (15.0%)	427 (15.8%)	414 (15.3%)	874 (32.4%)	73 (2.7%)	2,703 (100%)
その他	1 (14.3%)	1 (14.3%)	—	1 (14.3%)	—	—	1 (14.3%)	3 (42.8%)	7 (100%)
無回答	—	1 (0.9%)	1 (0.9%)	—	—	—	1 (0.9%)	115 (97.3%)	118 (100%)
計	101 (2.1%)	336 (6.9%)	481 (9.8%)	697 (14.3%)	759 (15.5%)	779 (16.0%)	1,491 (30.6%)	234 (4.8%)	4,878 (100%)

※()内は性別区分別年齢構成比

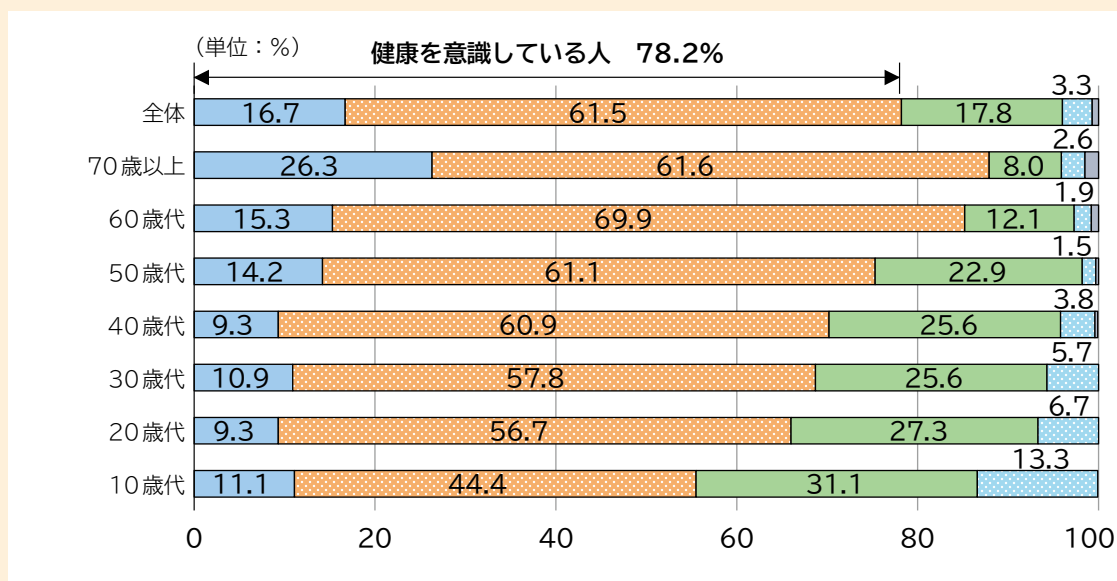


● 結果の概要

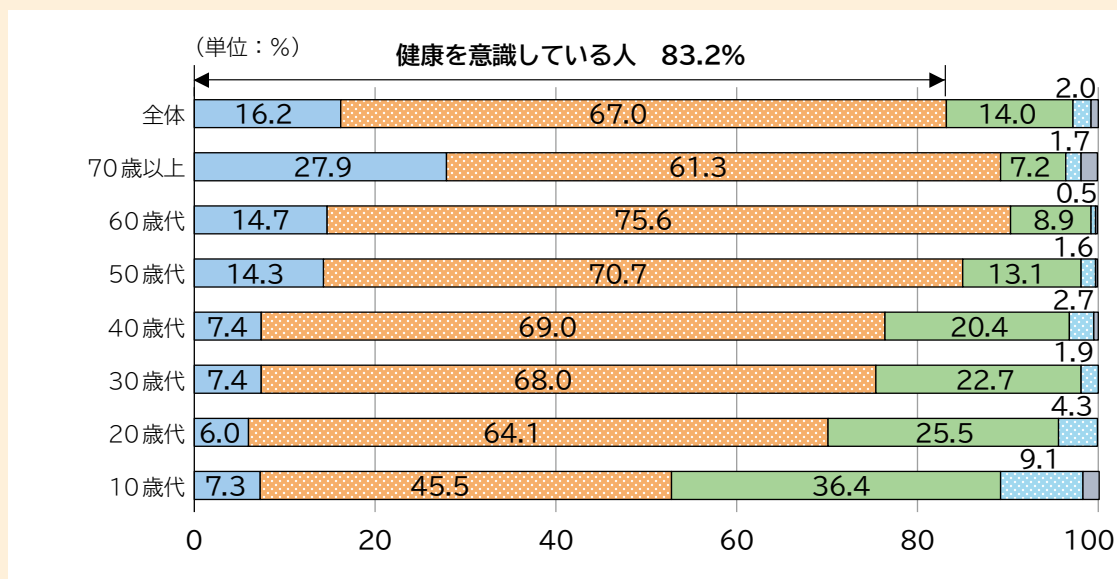
① 健康に対する意識(性別・年代別比較)

- 「あなたは日頃から健康について意識していますか」という問いに対して、「とても意識している」「まあまあ意識している」と回答した方(以下「健康を意識している人」という。)は、男性78.2%、女性83.2%となっており、第2次計画策定時の数値(男性82.2%、女性84.4%)からほぼ横ばいの状況です。
- 年齢別にみると、男女ともに50歳代以上で健康を意識している人の割合が高くなっています。

● 男性



● 女性

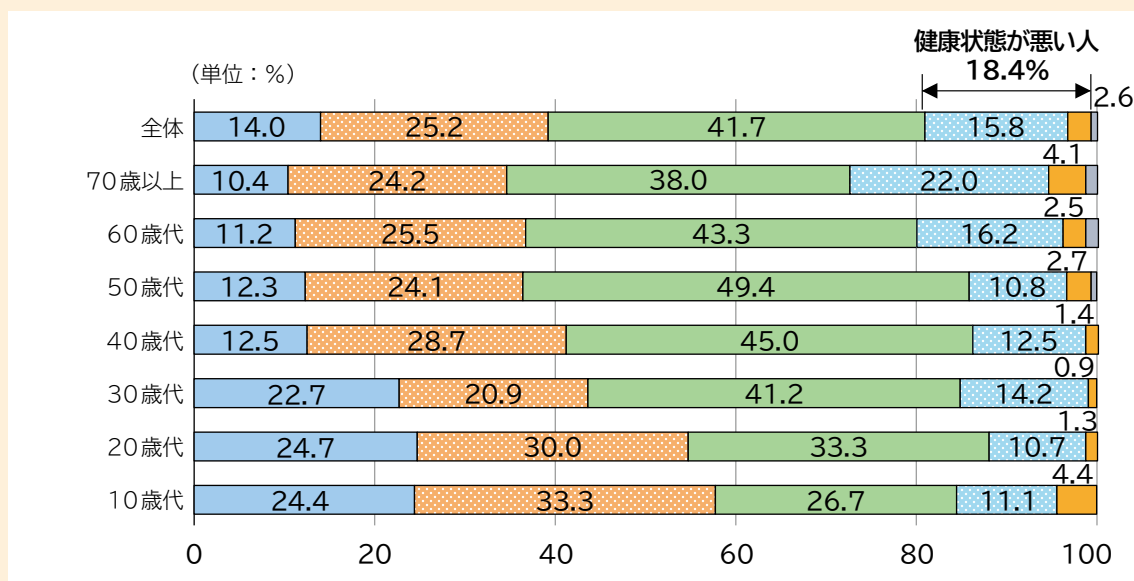


■ とても意識している
 ■ まあまあ意識している
 ■ あまり意識していない
■ ほとんど意識していない
 ■ 無回答

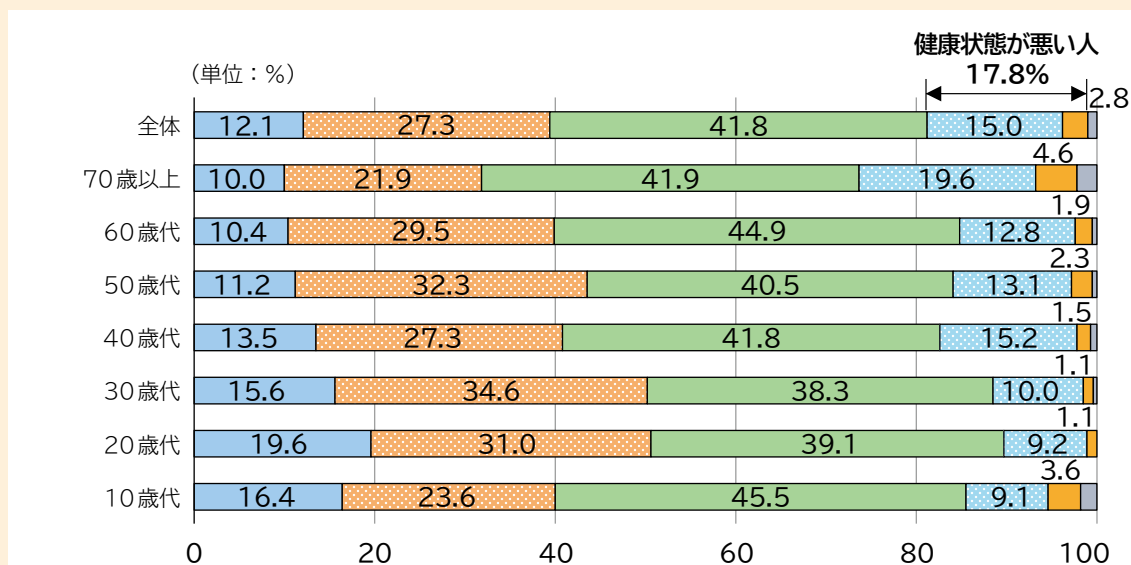
②健康状態(性別・年代別比較)

- 「最近の健康状態はいかがですか」という主観的健康観に関する設問において、「あまりよくない」「よくない」と回答した方(以下「健康状態が悪い人」という。)は、男性18.4%、女性17.8%となっており、第2次計画策定時の数値(男性29.3%、女性26.1%)から大きく改善しています。
- 男性は60歳代以上、女性は70歳代以上で健康状態が悪い人の割合が大きく増加しています。

●男性



●女性



■よい ■まあよい ■ふつう ■あまりよくない ■よくない ■無回答

イ パブリックコメントの実施

幅広い市民の意見を計画に反映させるため、計画案の段階においてパブリックコメントを実施しました。

- 意見募集期間 令和5年12月27日から令和6年1月25日まで
- 意見提出者 11人
- 意見総数 19件
- 意見の内訳

項 目	意見数
1 健康なごやプラン21（第3次）におけるとりくみ	19件
分野1 栄養・食生活	2件
分野2 身体活動・運動	3件
分野4 たばこ・COPD	5件
分野5 アルコール	1件
分野6 歯・口腔の健康	1件
分野8 がん	3件
分野10 思春期の保健対策の強化と心身両面の健康づくり	1件
分野13 子どものこころの安らかな発達と育児不安の軽減	1件
分野14 社会とのつながり	1件
その他	1件
合 計	19件



4 計画期間

1 計画期間

計画期間は、令和6年度から17年度までの12年間とします。

2 計画の進行管理

計画を実現していくためには、計画の達成状況について、継続的な進行管理を行っていくことが重要です。また、社会情勢の変化等を踏まえ、計画の期間内であっても必要に応じて見直しを行う場合があります。

中間年度となる令和11年度には、目標指標の達成状況を把握し中間評価を実施します。また、最終年度の前年である令和16年度を目途に最終評価を行います。



5 取り組みの方向

1 6つの視点での働きかけ

すべての市民が健康で心豊かに生活できる社会の実現をめざして、次の6つの視点で働きかけます。

①生活習慣の改善

市民一人ひとりが健康の大切さを理解し、自分の健康に関心を持ち、「栄養・食生活」「身体活動・運動」「休養・こころの健康づくり」「たばこ・COPD」「歯・口腔の健康」などの各分野の生活習慣の見直し、生活や健康状態に合わせた健康づくりができるような取り組みを推進します。

②生活習慣病の発症予防・重症化予防

高血圧や糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病の多くは、不健康な生活習慣の継続や治療の放置などにより、自覚症状のないまま進行し、重大な合併症の発症や虚血性心疾患や脳血管疾患といった生命や生活に影響を及ぼす疾患に発展する危険性を持っています。食生活の改善や運動習慣の定着などの一次予防の推進とともに、定期的な受診や治療の継続が可能となるような重症化予防にも着目して取り組みを推進します。

③生活機能の維持・向上

市民一人ひとりが自立した日常生活を営むことを目指し、乳幼児期から高齢期まで、それぞれのライフステージにおいて、心身機能の維持・向上につながる対策に取り組めます。

また、生活習慣病を予防し、その発症時期を遅らせることができるよう、子どもの頃から健康な生活習慣を身につけることができるよう取り組みを推進します。

さらに、各世代を通じた「こころの健康づくり」に取り組めます。

④母子保健の推進

成育過程にある者及びその保護者並びに妊産婦を取り巻く環境が大きく変化している中、「成育医療等の提供に関する施策の総合的な推進に関する基本的な方針」で示された多岐に渡る課題に基づき、成育過程にある者等に対して横断的な視点での総合的な取り組みを推進することが重要です。

健康寿命を延伸するためには、子どもの頃から正しい知識や生活習慣を身につけること、また将来を担う次世代の健康を支えるために、安心して子どもを産み、ゆとりを持って健やかに子育てできる環境をつくることが重要であることから、引き続き母子保健施策の推進を図ります。

⑤社会環境の質の向上

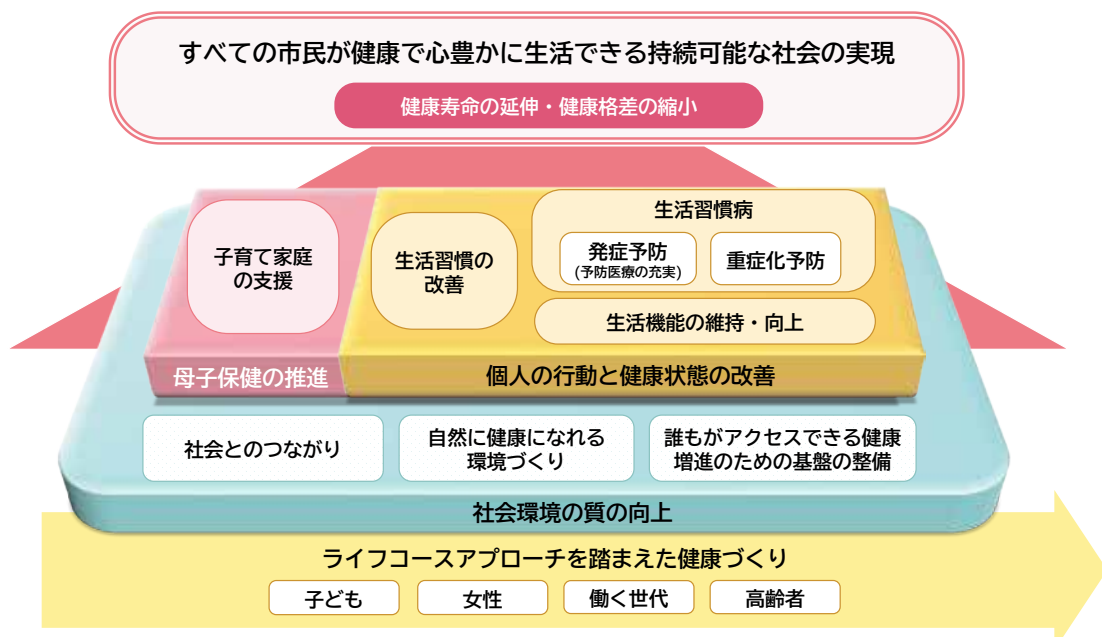
個人の健康は、家庭、学校、地域、職場等の社会環境の影響を受けることから、社会全体として、個人の健康を支え、守る環境づくりに努めていくことが重要です。行政機関のみならず、広く市民の健康づくりを支援する企業、民間団体等の積極的な参加協力を得るなど、市民一人ひとりが主体的に行う健康づくりの取り組みを総合的に支援する環境を整備することが求められています。

また、地域や世代間の相互扶助など、地域や社会の絆、職場の支援等が機能することにより、時間的又は精神的にゆとりのある生活の確保が困難な人や、健康づくりに関心のない人等も含めて、社会全体が相互に支え合いながら、市民の健康を守る環境を整備することが必要です。

⑥ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり

社会がより多様化することや、人生100年時代が本格的に到来することを踏まえ、①から④に掲げる各要素を様々なライフステージ(乳幼児期、青壮年期、高齢期等の人の生涯における各段階)において享受できることがより重要であり、各ライフステージに特有の健康づくりについて、引き続き取り組みを進める必要があります。

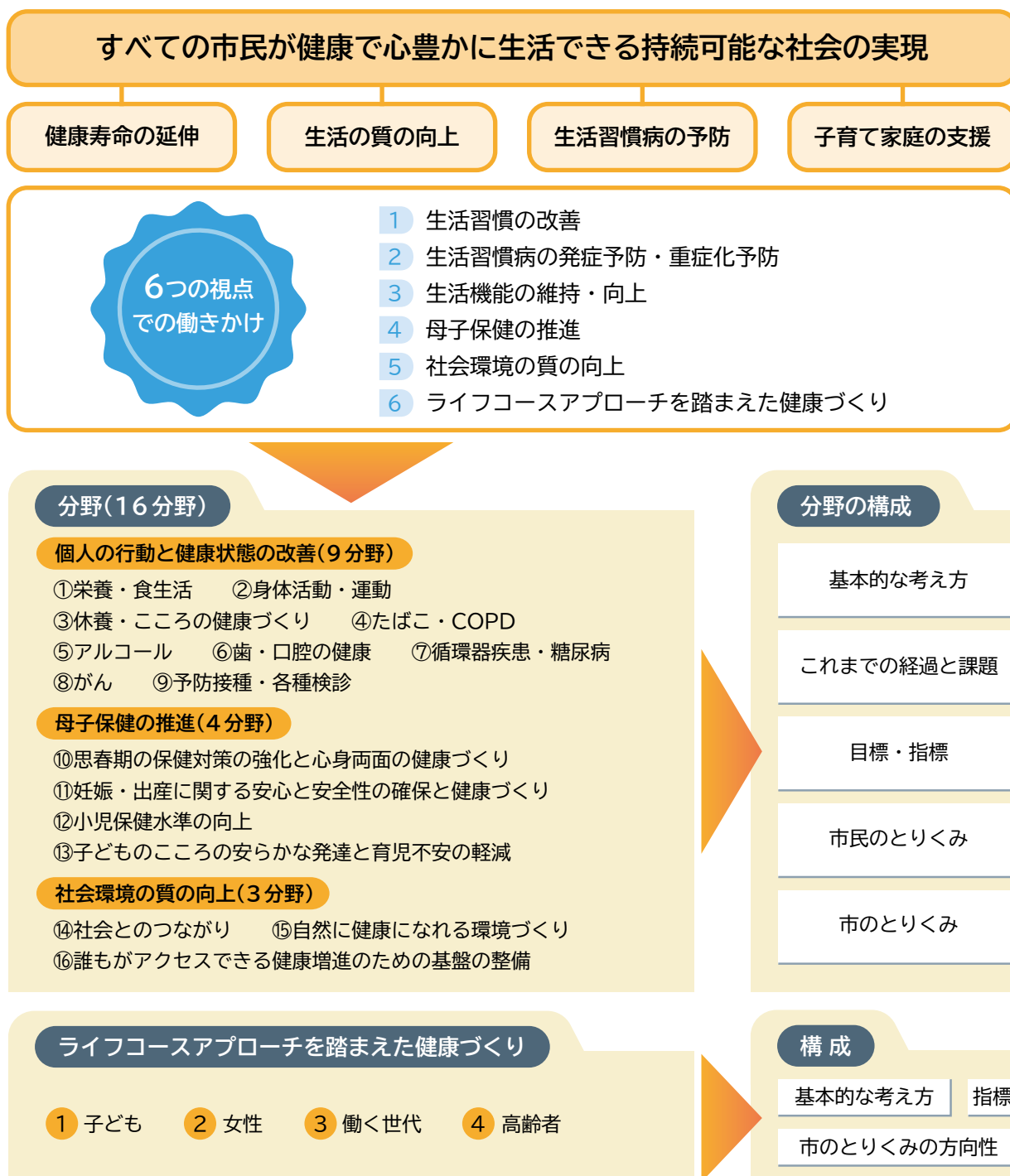
加えて、現在の健康状態は、これまでの自らの生活習慣や社会環境等の影響を受ける可能性や次世代の健康にも影響を及ぼす可能性があることから、ライフコースアプローチ(胎児期から高齢期に至るまでの人の生涯を経時的に捉えた健康づくり)について、特に女性の健康は、性差に着目して取り組みを進める必要があります。



2 分野、目標及び指標の設定

第2次計画で明らかとなった市民の健康課題を継承するため、原則として各分野は継続したうえで、市民への分かりやすさから一部の分野は名称変更等を行います。なお、市民に目標及び具体的に取り組むべき行動を分かりやすく示すため、引き続き目標及び指標等は分野ごとに設定します。

また、健康寿命の延伸や健康格差の縮小、さらには母子保健の推進のためには、個人の行動と健康状態の改善に加えて、個人を取り巻く社会環境の質の向上を図ることが重要であり、本市においても第3次計画では、健康日本21(第三次)を踏まえ、新たに「社会環境の質の向上」に関する分野を加えます。



1 個人の行動と健康状態の改善

分野1

栄養・食生活

関連計画 名古屋市食育推進計画

1 基本的な考え方

生活習慣病の予防のためには、栄養・食生活は重要な要素です。適切な量と質の食事により、適正体重の維持、低栄養の予防や改善を図ることが必要です。食育の観点から、朝食を食べる習慣やバランスの良い食事など、健全な食生活を送ることができる人を育てていくことが求められています。

2 これまでの経過と課題

■若年女性の栄養と低出生体重児減少に関する食生活の啓発

若い女性のやせは月経不順や将来の骨粗しょう症のリスクが心配されます。また、低出生体重児が、成長後の生活習慣病発症リスクの一つとなることが明らかになっていることから、妊娠前の女性のやせや妊娠中の体重増加不足といった課題に対して、適正な摂取エネルギー量と栄養素を考えたバランスのよい食事をとることの重要性を、若い世代の女性へ啓発することが必要です。

■肥満傾向にある子ども及び20歳以上の人の肥満者の割合減少に向けた取り組みの推進

小児期の肥満は、生活習慣病のリスクを高めることから、肥満傾向(肥満度20%以上)にある子ども(小学生)の割合を減少させることを目指してきました。しかし、20歳以上の人の肥満者の割合も男女ともに増加している現状を踏まえ、栄養格差の視点を含めて教育や就労の場を通じた個人やその家族へのアプローチを進めることが必要です。

■望ましい食習慣に向けた取り組みの推進

朝食摂取率はいずれも目標値を下回っており、20・30歳代を中心とした若い世代に特に低い状況がみられます。また、「栄養バランスのとれた適量の食事をほとんど毎日とっている人の割合」は増加傾向にはありますが、まだ目標値には到達しておらず、「野菜や果物の1日の必要量を摂取している人の割合」や「塩分を控えるようにしている人の割合」については悪化傾向にあります。

誰もが健全な食生活に関心を持ち、心がけ、実践できるような啓発等の取り組みを、若い世代や健康無関心層に向けて一層強化する必要があります。

また、個人の意識への働きかけのみならず、意識せずとも健康につながる食生活の普及に向けて、多様な主体と連携し、自然に健康になれる食環境づくりを進めていくことも必要です。

3 目標・指標

目 標	指 標		現状値 (令和4年度)	目標値 (令和15年度)	
適正体重の 子どもを増やす	全出生数中の低出生体重児(2500g未満)の割合		10.1%(R4年)	減少	
	肥満傾向の小学5年生の割合	男子	5.2%	減少	
		女子	2.7%	減少	
	痩身傾向の高校2年生女子の割合		3.1%	減少	
適正体重を 維持している 人を増やす	肥満者の割合	20～60歳代男性	30.5%	15%	
		40～60歳代女性	15.6%	10%	
	BMI18.5未満の20～30歳代の女性の割合		20.1%	15%	
朝食を毎日 食べている人を 増やす	朝食を毎日食べている人の割合	小学6年生		84.5%(R1年度)	90%(R7年度)※
		中学3年生		80.0%(R1年度)	85%(R7年度)※
		20歳代	男性	64.7%	80%(R7年度)※
			女性	58.2%	90%(R7年度)※
		30歳代	男性	63.5%	90%(R7年度)※
			女性	69.9%	
適切な量と質の 食事をする人を 増やす	栄養バランスのとれた適量の食事をほとんど毎日 とっている人の割合(1日のうち、少なくとも1食)		60.9%	65%	
	野菜を1日350g以上食べるようにしている人の割合		37.6%	45%	
	果物を1日200g程度食べるようにしている人の割合		28.6%	40%	
	塩分を控えるようにしている人の割合		55.6%	75%	
低栄養傾向の 高齢者を減らす	65歳以上のBMI20以下の人の割合		22.6%	13%	

※名古屋市食育推進計画における令和7年度の目標値

4 市民のとりくみ

□ 適正体重にしよう！

- 肥満でも“やせ”でもない適正体重が生活習慣病を予防！あなたは自分の適正体重を知っていますか？これを維持する食事量を知って、健康なからだをつくりましょう。

□ 1日の始まりは朝ごはんから！

- 1日の始めに朝食を食べると血糖値が上がり、仕事や勉強への集中力アップが期待できます。また体温が上がり、からだの動きが活発になります。朝食を食べる習慣で「早寝・早起き・朝ごはん」という規則正しい生活リズムも作りやすくなります。

□ 健康な体はバランスのよい食事から！

- 食事は主食・主菜・副菜を中心に牛乳・乳製品、果物など、色々な食品を組み合わせることで栄養のバランスがとれた食事となり、健康を維持することができます。

□ 野菜・果物を毎日食べよう！

- 大人の場合、野菜は1日5皿(350g以上)、果物は1日1~2つ(200g程度)を食べると、からだに必要なビタミン、ミネラル、食物繊維をとることができます。

□ 1日の食塩相当量を意識して上手に減塩！

- 1日に摂取する食塩相当量は、男性は7.5g未満、女性は6.5g未満が目標です。高血圧予防のためにも減塩はおすすめです。

5 市のとりくみ

□ 適正体重に関する啓発

- 誰もが適正な体重を維持できるよう、学校、保健センターの各種教室や栄養相談などにおいて啓発、指導、相談を行います。

□ 望ましい食習慣に向けた取り組みの推進

- 保健センターの各種教室や健診などを通して、健全な食生活を実践できるよう支援を行うとともに、ウェブサイト「なごや食育ひろば」やイベント等を通じて、野菜・果物摂取量や減塩など具体的な数値や根拠を示しながら普及啓発を行います。
- 栄養や食生活に関する知識を身につけ、将来にわたって健全な食生活が送れるよう、小・中・特別支援学校における給食の時間や様々な教科等において、食に関する指導に取り組みます。
- 若い世代を中心に、朝食の大切さや栄養バランスを考えた食事への理解を深めるよう、大学生など若い世代の意見を取り入れながら普及啓発に取り組みます。
- 高齢者の低栄養状態を予防・改善するため、保健センターの各種教室や栄養相談を通して、栄養に関する知識の普及を図ります。



名古屋食育ウェブサイト なごや食育ひろば
(<https://www.kenko-shokuiku.city.nagoya.jp/>)

健康コラム

主食・主菜・副菜とは？

「主食」は、ごはん・パン・麺などで炭水化物を多く含みます。筋肉を動かしたり、脳を働かせるなど、体を動かすために欠かせないエネルギー源です。

「主菜」は、肉、魚、卵、大豆や大豆製品の料理などを言い、たんぱく質を多く含みます。血や筋肉を作るのに役立ち、ホルモンや免疫物質のもとになります。

「副菜」は、野菜、きのこ、いも、海藻料理などで、体の調子を整えて、病気から体を守る働きのあるビタミン、ミネラル、食物繊維の供給源です。

主食・主菜・副菜を中心に、牛乳・乳製品、果物など、色々な食品を組みあわせることで、栄養バランスの良い食事となります。健康に毎日を過ごすためにバランスよく食べるようにしましょう。

食事バランスガイド



厚生労働省・農林水産省決定

健康コラム

野菜・果物を食べよう！

野菜と果物にはビタミン、ミネラル、食物繊維が多く含まれており、三大栄養素(たんぱく質、脂質、炭水化物)の働きを助け、体の調子を整える役割があります。健康のために、野菜は1日350g以上、果物は1日200g程度食べると良いと言われています。



野菜350gの目安量は、
野菜料理の小鉢5～6品

果物200gの目安量は、
りんご1個またはみかん2個

野菜料理を毎食1～2品食べる、生野菜だけでなく、煮る・炒めるなどの調理法も取り入れる、毎日果物を食べるなど、意識して野菜や果物をとることで、栄養バランスの良い、健康的な食生活を目指しましょう。

名古屋市では、市内の農業者が生産した野菜を「なごやさい」と呼んでおり、大都市でありながら、市内ではたくさんの種類の野菜が作られています。また、愛知の伝統野菜として市内4区の5品種(愛知大晩生キャベツ(中村区)、大高菜(緑区)、八事五寸にんじん(天白区)、野崎白菜2号(中川区)、徳重だいこん(緑区))が選ばれています。

地元で生産されたものを食べることは「地産地消」と言い、輸送距離が少なくガソリンなどのエネルギーの削減ができる、新鮮なうちに食べられるなど、良いことがたくさんあります。野菜や果物を食べる際には、ぜひ作られた場所についても注目してみてください。

1 基本的な考え方

日常生活(仕事や家事など)での活動の不足や運動の不足は、喫煙、高血圧と同様に、生活習慣病の主要な原因であり、活動や運動の量が多い人は、少ない人に比べて生活習慣病にかかりにくいことが分かっています。日常生活での活動と健康づくりを目的として行う運動の両方を増やすことが重要です。

2 これまでの経過と課題

■市民の運動習慣向上に向けた取り組みの推進

運動習慣については、中間評価においても改善が見られず、令和4年度に実施した健康に関する市民アンケートの結果では3割以上の方が、新型コロナウイルス感染症拡大により以前よりも運動不足となったと回答しています。市民の運動習慣の向上に向けて、引き続き取り組みを進めていく必要があります。

■効果的なフレイル対策の推進等

要介護・要支援者の割合、認知症高齢者の日常生活自立度Ⅱ以上の高齢者の割合等は、目標値を達成しているものの、今後も高齢者がその有する能力に応じ自立した日常生活を営めるよう支援していくことや地域分析等を活用するなどして、効果的なフレイル予防を推進していくことが必要です。

本市の「令和4年度介護保険在宅サービス利用調査」によると、名古屋市の在宅サービスを利用している高齢者の介護が必要となった主な原因の1位は「骨折・転倒」でした。

有酸素運動や筋力トレーニングなど、様々な運動等により転倒のリスクを低減させるとともに、若い世代から、骨粗しょう症の予防に取り組む必要があります。

3 目標・指標

目 標	指 標	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和15年度)
日常生活での歩数を増やす	1日の歩数	20～64歳 男性 7,512歩(R1年度)	8,500歩
		女性 7,878歩(R1年度)	
	65歳以上	男性 5,997歩(R1年度)	7,000歩
		女性 4,120歩(R1年度)	
運動習慣のある人を増やす	週に2回以上、1回30分以上の運動を1年以上継続している人の割合	20～64歳 男性 24.4%	34%
		女性 17.8%	29%
	65歳以上	男性 34.7%	54%
		女性 32.7%	44%

目 標	指 標	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和15年度)
運動習慣のある人を増やす	週に1回以上、運動・スポーツを実施している20歳以上の人の割合	53.3%	70%(R9年度)※
	1週間の総運動時間が60分未満の子ども(小学5年生と中学2年生)の割合	14.4%(R3年度)	12%
高齢者の骨折を減らす	後期高齢者医療の骨折入院者数(被保険者千人当たり)	16.9	15
高齢者の転倒を減らす	後期高齢者医療健康診査における転倒割合(「半年以内に転倒した」と回答した人の割合)	17.7%	15%
骨粗しょう症検診の受診率を向上させる	骨粗しょう症検診受診率(名古屋市実施分)	30.3% (30,470人)	30%以上を維持
フレイル状態の高齢者を減らす	フレイル状態の高齢者の割合	16.8%	減少
	フレイルの認知度	29.5%	50%

※名古屋市スポーツ推進計画における令和9年度の目標値

4 市民のとりくみ

□ プラス15分で歩数アップ

- 15分多く歩くと約1,500歩の増加につながり、エネルギー消費量では、体重70kgの男性で50kcal、60kgの女性で45～60kcalに相当します。それを1年間継続すると、2～3.5kgの減量が可能です。職場や家庭などでもできるだけ工夫して歩く機会を増やしましょう。

□ 気軽に楽しんで続けられる運動やスポーツをみつける

- 運動やスポーツを習慣的に行うことで、健康なからだづくり、生活習慣病の予防ができます。

□ 若いうちから積極的に外出を

- 趣味の活動や地域の活動など、外出できる機会を自分で積極的につくりましょう。

□ 骨粗しょう症検診は健康管理の第一歩

- 高齢になってもいつまでも自立した生活を送るためには、骨を丈夫に保っておくことが必要です。定期的に骨粗しょう症検診を受診して、骨の状態を確認しておきましょう。

□ なごやはちまるフレイルテストでフレイルの可能性を手軽にチェック

- 「なごや八〇(はちまる)フレイルテスト」で8つの質問に答えてフレイルの可能性を手軽にチェックできます。フレイルテストはいきいき支援センターや保健センターなどで配布しています。

はちまる なごやハ○フレイルテスト



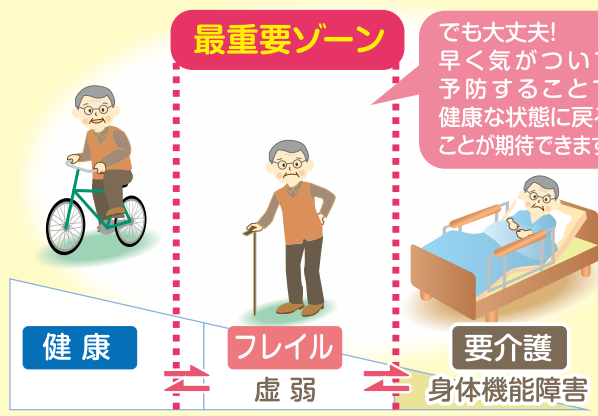
フレイルの可能性を手軽にチェック！
右の表の質問に、八つ○がつくかな？
全部○がつかないと、フレイルの可能性があるよ。

番号	質 問	はい○
一	あなたの現在の健康状態はおおむね良好である	
二	毎日の生活に満足している	
三	ふだんから友人や近所の人との付き合いはある	
四	地域活動に参加している	
五	口の渇きは気にならない	
六	転倒に対する不安はない	
七	階段を手すりや壁をつたわずに昇ることができる	
八	この6ヶ月間の体重の減少(2～3kg)はない	

そもそもフレイルってなに？



フレイルとは加齢によって気力・体力が徐々に落ち、要介護状態の一手手前の状態のことです。放置すると、簡単に介護が必要な状態に至ります。



フレイルの3つの要素



5 市のとりくみ

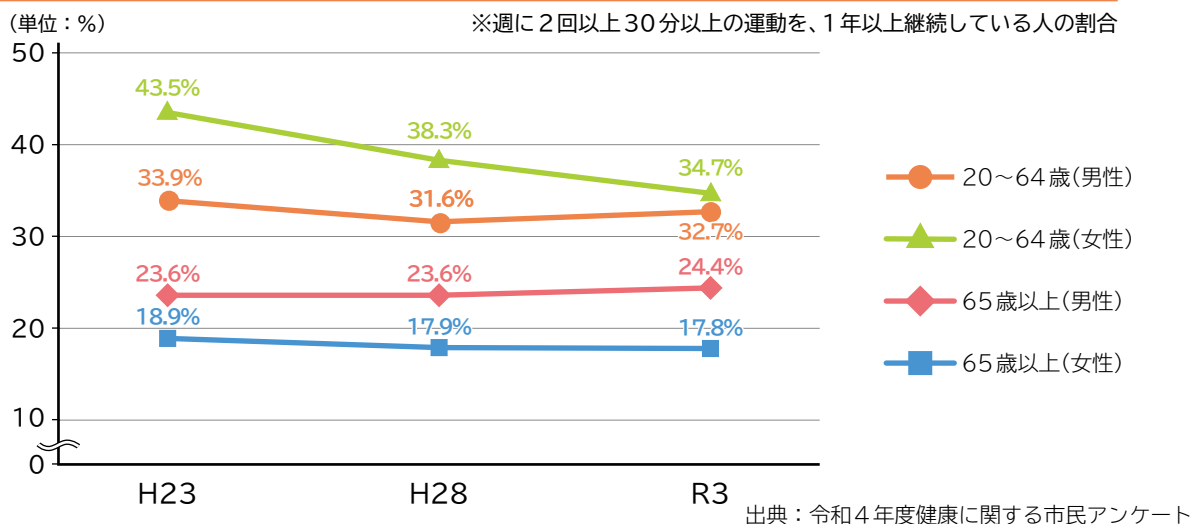
□ 市民の運動習慣向上に向けた取り組みの推進

- 日ごろの運動の習慣化が、生涯を通じた生活習慣病予防や介護予防につながる効果について、啓発します。
- 学校での体育活動や地域における子どもの運動機会の充実を通して、生涯にわたる運動習慣の確立を図ります。また、運動やスポーツが好きな子を増やし、大人になってからもスポーツに取り組む礎を築きます。
- すべての市民がスポーツの楽しさに触れることのできる機会の充実を図り、スポーツに関する情報発信を行います。
- 地域における健康づくりを担う人材を育成するなど、市民が身近な場所で活動しやすい環境を整え、地域の健康づくりの強化を図ります。

□ 効果的なフレイル対策の推進等

- フレイルの認知度の向上を図るとともに、より多くの高齢者が自発的かつ継続的にフレイル予防に取り組むことができるよう支援します。

● 運動習慣の推移



健康コラム

知っていますか？名古屋市オリジナルの体操

なごや健康体操には、『なごやはもっと元気になる！』を合言葉に、市民のみなさんが元気にすごせるよう、仲間と一緒にできる「みんなで体操」と、いつでもどこでもできる「ひとりで体操」があります。

♪「みんなで体操」は、音楽に合わせて2分間、みんなで一緒にバランスをとりながら頭も使っていく体操です。地域の身近な場所で、趣味や近所のお仲間と一緒にやってみませんか。

♪「ひとりで体操」は、いすさえあれば、いつでもどこでも気軽にできる体操です。ご自宅やオフィスなどで、自分の好きな時間にからだを動かしてみませんか。

名古屋どえりゃあ体操は、転倒予防に重要な下半身の筋力を鍛える体操です。アングルウェイト(足に巻く重り)をつけることで、体操後に思わず「どえりゃあ(えらい)」と声が出るような、負荷の高い内容になっています。まずは、0.5kgのウェイトからはじめ、ご自身の状態に合わせて重さを調整しながら取り組んでみてください。



体操は市公式ウェブサイトでご紹介しています。

なごや健康体操、名古屋どえりゃあ体操

検索

この他にも、本市では対象者や場面に応じた様々な体操を作成しており、本市の市政広報映像を配信している「なごや動画館まるはっちゅ〜ぶ」で紹介しています。

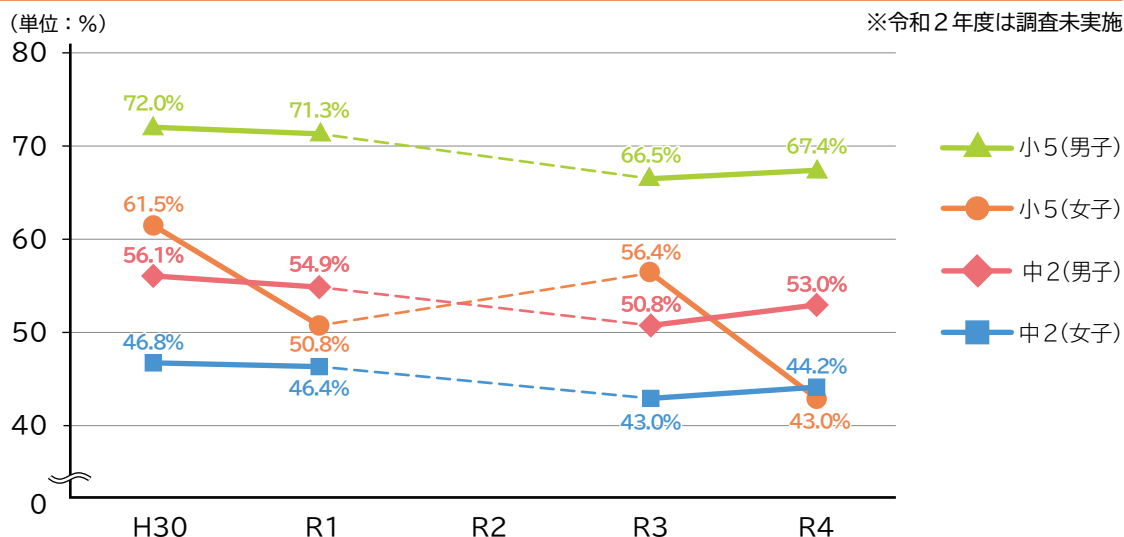


「でらスポ名古屋」とは、平成25年に本市を拠点とする13のトップスポーツチームと名古屋市、名古屋市教育委員会、公益財団法人名古屋市教育スポーツ協会で設立した「名古屋トップ・スポーツチーム連絡協議会」の愛称です。小学生対象のスポーツ体験イベントや選手の学校訪問等を通じて市民のスポーツ振興や青少年育成を行うとともに、加盟チームの広報等に取り組むことで、本市のスポーツ振興の一翼を担っています。こうした名古屋ならではの取り組みが、子どもが運動・スポーツに親しむきっかけにもつながると考えています。

【加盟チーム(正会員)】(令和6年2月現在)

チーム名	競 技
朝日インテック・ラブリッジ名古屋	サッカー
H C名古屋	ハンドボール
大同特殊鋼フェニックス	ハンドボール
大同特殊鋼レッドスター	バレーボール
中日ドラゴンズ	野球
トップおとめピンポンズ名古屋	卓球
トヨタヴェルブリッツ	ラグビー
トヨタ自動車アンテロープス	バスケットボール
豊田自動織機シャトルズ愛知	ラグビー
名古屋オーシャンズ	フットサル
名古屋グランパス	サッカー
名古屋サイクロンズ	アメリカンフットボール
名古屋ダイヤモンドドルフィンズ	バスケットボール
ファイティングイーグルス名古屋	バスケットボール
三菱電機コアラーズ	バスケットボール

● 運動やスポーツをすることが好きな子どもの割合



出典：全国体力・運動能力・運動習慣等調査

1 基本的な考え方

こころの健康は、いきいきと自分らしく生きるための重要な条件であり、「生活の質」に大きく影響します。また、心身の疲労の回復と充実した人生をめざすための「休養」は、こころの健康を保つための重要な要素とされています。十分な睡眠をとり、ストレスと上手につきあうことはこころの健康に欠かせません。

2 これまでの経過と課題

■ 様々な悩みに関する相談機関の更なる周知と悩みを抱える人を支える環境づくり

こころの病気に関する相談窓口の認知度は計画策定時よりも高まっていますが、悩みを抱えず周囲に相談できるよう、様々な悩みに関する相談機関の周知とあわせてこころの病気に関する相談窓口との連携強化が必要です。また、「深刻な悩みを抱えたとき、誰かに（どこかに）相談する人の割合」が目標値を達成しており、悩みを誰かに相談できるような考え方が一定浸透しつつある一方で、悩みを抱える人を支える環境づくりにも力を入れていく必要があります。

■ 中長期的な視点に立った自殺対策の実施

自殺者数は計画策定時と比較して減少しているものの、新型コロナウイルス感染症拡大の影響下において増加が見られるなど依然として深刻な状況にあり、中長期的な視点に立って継続的に対策を実施する必要があります。

3 目標・指標

目 標	指 標	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和15年度)
睡眠を十分に取れていない人を減らす	睡眠を十分に取れていない人の割合	26.3%	減少
様々な悩みに関する相談機関の周知を図る	ウェブサイト「こころの絆創膏」の認知度	17.6%(R3年度)	30%(R9年度)*
メンタルヘルスの問題などを抱える身近な人を支援できる人を増やす	「身近な人が悩みを抱えているように見えたとき、その人の助けになろうと声をかけ、話を聴こう」と思うし行動できる人の割合	45.3%(R3年度)	60%(R9年度)*
	心のサポーター数	124人	20,000人
自殺者数(人口10万人当たり)を減らす	自殺者数(人口10万人当たり)	15.5(R4年)	11.5(R9年)*

*名古屋市自殺対策総合計画における令和9年度(令和9年)の目標値

4 市民のとりくみ

□ みつけよう！ストレス解消法

- ストレスを抱え込まないで、自分にあったストレス解消法を見つけましょう。

□ まずは、休養・睡眠を

- 十分な睡眠・休養をとり、心身の疲労を回復しましょう。

□ ためらわないで相談を

- 悩みや不安を抱え込まないで、まずは周りの人や専門の相談機関等に相談するようにしましょう。

□ 身近な人の声かけが支援の第一歩

- 周りの人が悩んでいる様子に気づいたら、声をかけあいましょう。
- こころの健康や精神疾患への正しい知識を持ち、身の回りの悩んでいる方に対してできる範囲で手助けできるようにしましょう。

5 市のとりくみ

□ 精神疾患に関する知識の普及啓発とこころの健康施策の充実

- こころの健康に関する正しい知識や、うつ病など自殺と関連が深いとされる精神疾患についての正しい知識の普及啓発の推進を図ります。
- 自殺者数で多くの割合を占める中高年世代や男性だけではなく、学校・職域等と連携して子ども・若者や女性への支援にも力を入れ、幅広くこころの健康施策の充実を図ります。

□ 様々な悩みに関する相談機関の周知と様々な立場での支援につながる人材育成

- 様々な悩みに関する相談機関の周知とあわせて、保健センターや精神保健福祉センターなどのこころの病気に関する相談窓口との連携強化に努めます。
- 身近な人の声かけから、相談・医療機関による専門的な対応まで、様々な立場での支援が広がるよう、心の不調に気づき、適切な支援につなげるための人材育成に努めます。

健康コラム

心のサポーターってどんな役割の人なの？

メンタルヘルスや心の病気についての正しい知識を持ち、家庭や職場など身近な場所で、身近な人のこころの不調に気づき、耳を傾け、てあてをできる人が心のサポーターです。

心のサポーターについては、厚生労働省が令和15年度までに100万人を目標に全国で養成を進めていくこととしており、本市においても令和3年度から心のサポーター養成研修を開催し、養成研修を受講された皆様には、「こころサポーター認定証」を交付しています。

心のサポーター養成研修を受講するためには、特別な資格は必要ありません。より多くの市民の方々に心のサポーターになってもらいたいと考えております。



「NIPPON COCORO ACTION」は、こころの不調に悩む方をサポートする「心のサポーター」を日本全国に広げていく取り組みです

健康コラム

こころの不調やつかれ、 ストレス状態に気づいていますか？

毎日の生活や学校、仕事、人間関係などでこころが疲れてしまうことは、誰にでもあることです。メンタルヘルスケアアプリ「こころの絆創膏」は、そんな「こころの状態」などに自分で気づき、健やかに過ごすためのヒントや相談窓口情報などをお届けします。



「うさじ」
名古屋市ののちの支援広報キャラクター ©becco

スマホで気軽に、
こころの状態をチェック！

セルフチェックで、ストレスやメンタルヘルスのチェックができるよ。

お問い合わせや相談も、
ラクラク！

その場ですぐにメールや電話で相談したり、窓口検索もできるよ。



「びよ吉」

こころの絆創膏アプリ スマホで気軽にこころのチェック！

主な機能

- 日記(文と写真)の登録
- コンディションの登録
- メンタルヘルス・ストレスのセルフチェック
- セルフケアメニュー

インストールはこちらから。



ios 端末の方

android 端末の方



こころの疲れやストレスは目に見えにくいもの。いつもと違う状態に気づいたときには、小さいうちに対処したり、相談窓口をご利用ください。

1 基本的な考え方

喫煙は、がん、循環器疾患、呼吸器疾患(COPDを含む)、糖尿病、周産期の異常等の原因であることが科学的知見により明らかになっており、日本人の疾病と死亡の最も大きなリスク要因です。

たばこや受動喫煙の有害性と健康への影響について、より一層市民の意識を高めるとともに、理解を深め、広く市民の共通の認識としていく必要があります。

2 これまでの経過と課題

■20歳未満の人を含む若い世代への啓発

20歳以上の人の喫煙率については改善傾向にはありますが、目標を達成することはできませんでした。更なる喫煙率の減少を図るためには、喫煙が習慣化する前の若い世代への啓発を強化する必要があります。

また、喫煙者の約2割が20歳未満でたばこを吸い始めたと回答していることから、引き続き20歳未満の人への防煙教育に取り組む必要があります。

■禁煙希望者に対する禁煙支援の推進

国立研究開発法人国立がん研究センターが令和3年に実施したアンケート調査によると、喫煙者の約2割が、新型コロナウイルス感染症の感染拡大に伴うステイホームや在宅勤務などによって、喫煙本数や喫煙量が増えたと回答しています。こうした状況を踏まえて、引き続き保健センターにおける個別健康教育など、禁煙希望者に対する禁煙支援を推進する必要があります。

■受動喫煙対策の推進

令和2年4月に改正健康増進法が全面施行され、屋内は原則禁煙となったことにより、飲食店をはじめとする屋内での受動喫煙の機会は大幅に減少しています。一方で、屋外での受動喫煙は依然として課題となっており、喫煙者の受動喫煙に関する意識啓発をはじめ、「名古屋市子どもを受動喫煙から守る条例」に基づく各種取り組みを推進する必要があります。

■COPDに関する取り組みの検討

慢性閉塞性肺疾患(COPD)の原因としてたばこ煙が関与していることが指摘されており、COPDの認知度の向上に向けた取り組みを検討する必要があります。

3 目標・指標

目 標	指 標	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和15年度)
20歳以上の人の喫煙率を下げる	20歳以上の人の喫煙率	12.4%	12%
20歳未満の人の喫煙をなくす	喫煙する20歳未満の人の割合	0.0%	0%
妊娠中の喫煙をなくす	妊娠中に喫煙する人の割合	1.7%(R3年度)	0%
望まない受動喫煙の機会を有する人を減らす	望まない受動喫煙の機会を有する人の割合	49.0%	減少
COPDと喫煙の関係を知っている人を増やす	喫煙の影響でCOPDにかかりやすくなることを知っている人の割合	49.3%	増加

4 市民のとりくみ

□ 喫煙による健康リスクを知ろう！

喫煙は、がんをはじめ、循環器疾患、COPDなどの呼吸器疾患、糖尿病、歯周病など、多くの病気と関係しており、予防できる最大の死亡原因であることがわかっています。

また、喫煙を始める年齢が若いほどがんや循環器疾患のリスクを高めるだけでなく総死亡率が高くなることもわかっています。

さらに女性の喫煙による妊娠出産への影響として、早産、低出生体重・胎児発育遅延などが挙げられます。

紙巻きたばこ以外にも、たばこ葉などを加熱して吸引する加熱式たばこや、たばこの煙を水にくぐらせて吸う水パイプたばこなど、たばこには様々な形態がありますが、火をつけるつけないにかかわらず、ニコチン及び発がん性物質に曝露されるという点で、すべてのたばこには健康影響の懸念があります。



□ 防ごう！受動喫煙

喫煙者が吸っている煙だけではなく、タバコから立ち昇る煙や喫煙者が吐き出す煙にも、ニコチンやタールなど多くの有害物質が含まれています。望まない受動喫煙は、虚血性心疾患、肺がんに加え、乳幼児のぜんそくや呼吸器感染症、さらには乳幼児突然死症候群等の危険を高めると言われています。

喫煙する人は、望まない受動喫煙が生じないように、周囲の状況に配慮してください。特に子どもが居住する住居等の室内や子どもが同乗している自動車内等での喫煙はしないようにしましょう。

□ 禁煙に挑戦！禁煙を支援！

禁煙に挑戦する人は、禁煙相談や禁煙外来などを積極的に活用しましょう。

喫煙者のご家族など周りの人も、禁煙の方法や離脱症状の対処法などについて喫煙者と話し合い、みんなで禁煙のサポートをしましょう。

□ 若い世代や妊産婦に対する普及啓発

- 小学校等の防煙・健康教育を進めます。
- 母子健康手帳交付時、新生児・乳児訪問指導時、乳幼児健康診査時を利用した禁煙支援を実施します。
- 大学との連携による若年者への喫煙防止の啓発を実施します。
- 毎月22日の「禁煙の日」(スワンスワンで禁煙を)の普及啓発に努めます。



□ 受動喫煙対策の推進

- 令和2年度の健康増進法改正以降、原則禁煙となっている飲食店や事業所等の管理者に対して、法令遵守の周知徹底を図ります。
- 屋外における受動喫煙対策として、民間事業者等に対する屋外分煙施設設置費用助成事業を推進します。

□ 禁煙希望者への支援

- 保健センターにおける個別支援や禁煙治療等に関する情報提供など、禁煙に向けた支援を行います。
- 特定健診・特定保健指導における喫煙者への健康教育や健康相談を通じて禁煙の推進に取り組みます。

□ COPD(慢性閉塞性肺疾患)の認知度向上

たばこ煙が関与していると言われるCOPDの認知度向上のため、COPDに関する情報提供により普及啓発を図ります。

健康コラム

名古屋市子どもを受動喫煙から守る条例

子どもたちは、自分の意思で受動喫煙を避けることが困難な場合が多く、子どもの生活の場や子どもが利用する公共空間をはじめ、いかなる場所においても受動喫煙をさせることがないよう、大人や社会が受動喫煙から子どもを守らなければなりません。こうしたことから、名古屋市では令和2年4月に「名古屋市子どもを受動喫煙から守る条例」を施行しました。条例では、市民の責務として次のように定めています。

- 子どもがいる室内において、喫煙しないよう努めること。
- 子どもが同乗している車内において、喫煙をしないよう努めること。
- 屋外において、子どもの受動喫煙防止に努めること。

大人たちが協力して、子どもたちの健康を守りましょう。

【参考】
名古屋市子どもを受動喫煙から守る条例
啓発用ポスター

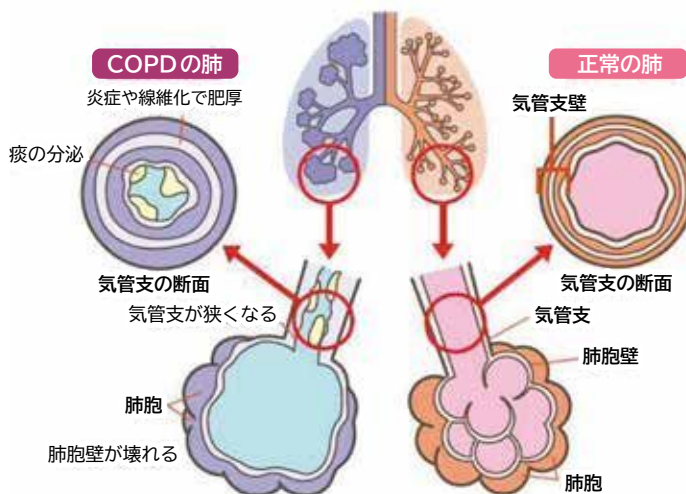


COPDとは、従来、慢性気管支炎や肺気腫と呼ばれてきた病気の総称です。たばこ煙を主とする有害物質を長期に吸入曝露することで生じる肺の炎症性疾患であり、喫煙習慣を背景に中高年に発症する生活習慣病といえます。

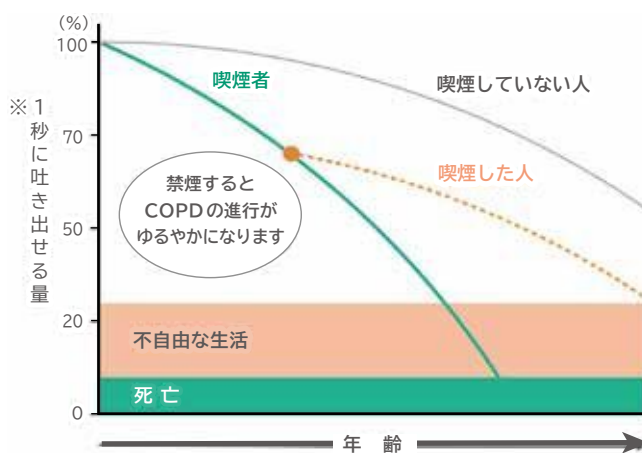
40歳以上の人口の8.6%、約530万人の患者が存在すると推定されていますが、大多数が未診断、未治療の状態であり、全体では死亡原因の9位、男性では7位を占めています。また、COPDでは、さまざまな他の内臓の疾患の合併(併存症)が多いことが知られています。特に、肺がんを筆頭とする悪性腫瘍、虚血性心疾患(狭心症、心筋梗塞など)・心不全・糖尿病・フレイル/サルコペニア・骨粗しょう症、消化性潰瘍や胃食道逆流などが知られています。

COPDの最大の原因は喫煙です。たばこの煙を吸うことで肺の中の気管支に炎症がおき、せきやたんが出たり、気管支が細くなることによって空気の流れが低下します。また、気管支の奥にある肺泡が破壊され肺気腫という状態になると、酸素の取り込みや二酸化炭素を排出する機能が低下します。COPDではこれらの変化が併存していると考えられており、治療によっても元に戻ることはありません。

COPDの予防は、「たばこを吸わないこと」に尽きます。COPDの発症リスクは喫煙年数などに比例して高くなるので、早く禁煙すればするほど予防効果が大きくなります。また、すでにCOPDを発症している場合でも、直ちに禁煙すれば、せき・たん・息切れなどの症状が軽くなるだけでなく、肺機能の低下もゆるやかになります。



出典：SMART LIFE PROJECT資料



※25歳の時を100とした比較Fletcher C, et al. Br Med J 1997; 1:1645-1648. より改変

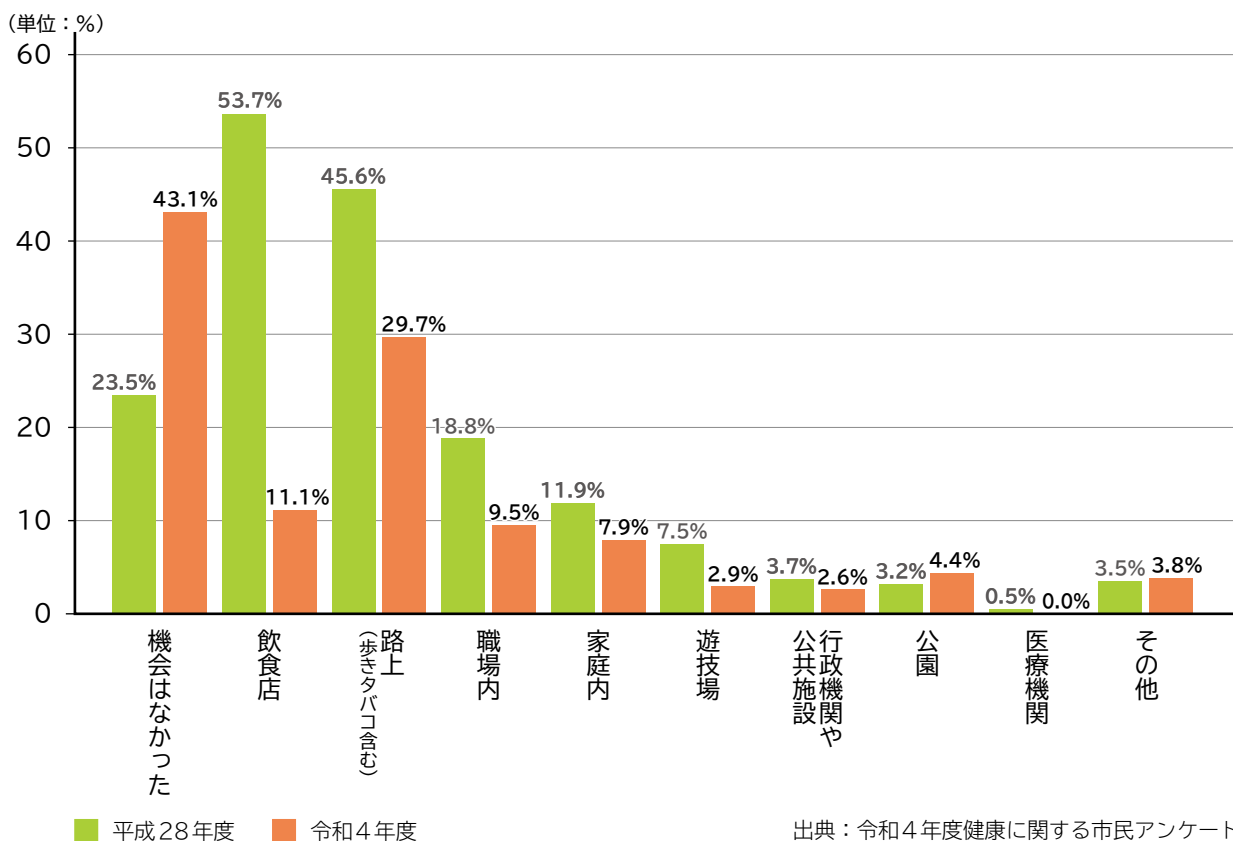
加熱式たばこは、たばこ葉やたばこ葉を加工したものを、燃焼させずに電氣的に加熱し、エアロゾル(霧状)化したニコチンと加熱によって発生した化学物質を吸入するタイプのたばこ製品です。わが国では2013年12月から販売が開始され、2016年ごろから急速に普及してきました。

加熱式たばこは、喫煙者本人及び周囲への健康影響や臭いなどが紙巻たばこより少ないという期待から、使い始める人が多くいますが、化学成分を分析した結果からは、加熱式たばこの主流煙には、ニコチンや発がん性物質などの有害化学物質が含まれています。

一方で、ニコチン以外の有害化学物質の量は少なかったと報告されていますが、販売開始からの年月が浅いため、長期使用に伴う健康影響は明らかになっていません。また、量が少ないとしても、たばこ煙にさらされることについては安全なレベルというものがなく、喫煙者と受動喫煙者の健康に悪影響を及ぼす可能性が否定できないと考えられています。

直近1か月間の受動喫煙の機会の有無とその場所について質問したところ、機会がなかったと回答した方が前回(平成28年度)調査時から増加するとともに、主に屋内が想定される飲食店や職場内、遊技場などで受動喫煙の機会があったと回答した方は大幅に減少しています。

● 設問「この1か月間に、望まずに自分以外の人吸っていたたばこの煙を吸う機会(受動喫煙)がありましたか」



出典：令和4年度健康に関する市民アンケート

1 基本的な考え方

飲酒による、がん、高血圧、脳出血、脂質異常症などへのリスクは、1日平均飲酒量とともにほぼ直線的に上昇すると言われています。また、飲酒量が多い人ほど、肝疾患におけるアルコール性肝障害の比率が増加し、20歳未満の人や妊娠中の飲酒は、自らの体に悪影響を及ぼし健全な成長を妨げるほか、胎児へも発育障害などの害を及ぼします。

適度な飲酒に心がけるとともに、20歳未満の人や妊娠中の飲酒防止を徹底する必要があります。

2 これまでの経過と課題

■生活習慣病のリスクを高める飲酒量に関する知識の普及啓発

令和4年度の「健康に関する市民アンケート」によると、生活習慣病のリスクを高める量の飲酒をしている人の割合が男性、女性ともに減少が見られず、国及び愛知県がアルコール健康障害対策基本法に基づき策定するアルコール健康障害対策推進基本計画を踏まえ、生活習慣病のリスクを高める量に関する知識の普及啓発を更に推進する必要があります。

■20歳未満の人や妊娠中の飲酒防止の推進

20歳未満の人や妊娠中の飲酒については、目標の0%に向けて引き続き啓発を実施する必要があります。

3 目標・指標

目 標	指 標	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和15年度)
20歳未満の人の飲酒をなくす	飲酒する20歳未満の人の割合	2.0%	0%
生活習慣病の リスクを高める量を 飲酒している人を 減らす	生活習慣病のリスクを高める量を 飲酒している人 (1日当たりの純アルコール摂取量が 男性40g以上、女性20g以上の人)の 割合	男性 19.7%	16.7%
		女性 19.3%	16.4%
妊娠中の飲酒をなくす	妊娠中に飲酒する人の割合	0.7%(R3年度)	0%

4 市民のとりくみ

□ 20歳未満の人はお酒を飲まない！ 勧めない！

- 心身ともに成長期にある10代以下の人の飲酒は、臓器が未発達のため急性アルコール中毒や臓器障害を起こしやすく、健康上の危険性が20歳以上の人よりも大きいと言われています。

□ 週に2日は休肝日

- 休肝日を設けることも、飲酒量を減らす工夫のひとつです。

□ 飲む日も、純アルコール約20g程度までにし、飲みすぎに注意！

- 1日当たりの純アルコール摂取量が男性40g以上、女性20g以上になると生活習慣病のリスクを高めます。
- 主な酒類の換算の日安

区 分	ビール 1本500ml	清酒 1合180ml	ウイスキー・ブランデー ダブル60ml	焼酎(35度) 1合180ml	ワイン 1杯120ml
アルコール度数	5%	15%	43%	35%	12%
純アルコール量	20g	22g	20g	50g	12g

□ 妊娠中はお酒を飲まない

- 妊娠中の飲酒は、胎児性アルコール症候群や発育障害を引き起こします。授乳中の飲酒は血液中のアルコールが母乳に移行します。妊婦や授乳している女性の周囲の人たちも飲酒の危険性を理解し、飲まない努力を支援しましょう。

5 市のとりのくみ

□ 生活習慣病のリスクを高める飲酒量に関する知識の普及啓発

- 保健センターの各種事業において飲酒についての正しい知識の普及に努めます。
- 特定保健指導の機会を利用し、個々の状況に応じた飲酒習慣の改善を支援します。
- 医療保険者、企業、民間団体、学校等関係団体と連携し、飲酒についての正しい知識の普及に努めます。

健康コラム

若者の飲酒と急性アルコール中毒

アルコール中毒とは血中アルコール濃度の上昇によって、運動失調や嘔吐を伴った意識障害が起こり、身体生命に危険が迫った状態を指します。

若者に急性アルコール中毒が多い理由としては「脳がお酒に慣れていない」「危険な飲み方を好む」などが考えられています。近年は大学等でも問題とされるようになり、一気飲み防止の取り組みも広く行なわれるようになってきましたが、毎年のように新入生歓迎コンパ等で先輩に一気飲みを強制され重症の急性アルコール中毒となる事故が続いており、中には死亡するケースもあります。

世界保健機関では、若者の飲酒問題の対策として飲酒禁止年齢に関する提言がされています。日本でも「健康日本21」の中で20歳未満の人の飲酒をゼロにすることが目標として掲げられています。



妊娠中の母親の飲酒と 胎児性アルコール・スペクトラム障害

妊娠中の母親の飲酒は、胎児・乳児に対し、低体重や、顔面を中心とする形態異常、脳障害などを引き起こす可能性があり、胎児性アルコール・スペクトラム障害といわれます。治療法はなく、唯一の対策は予防です。少量の飲酒でも、妊娠のどの時期でも影響を及ぼす可能性があることから、妊娠中の女性は完全にお酒をやめるようにしましょう。

胎児性アルコール・スペクトラム障害は幅広い症状を含み、名称や診断基準も複数提案されています。その中核ともいえるものとして、胎児性アルコール症候群(Fetal Alcohol Syndrome, FAS)があります。

基本的に、胎児性アルコール症候群は、飲酒量に比例してリスクも増え、大量飲酒者である女性アルコール依存症者の子どもに対する調査では、妊娠中飲酒したケースの30%と報告されています。

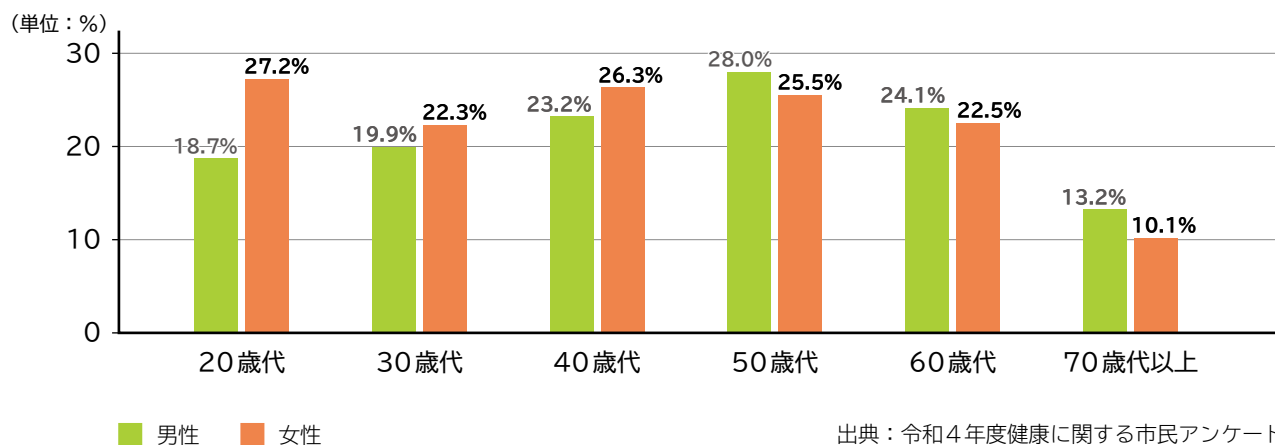
一方で、ここまでなら大丈夫という飲酒量のしきい値はわかっていません。短期間であっても大量の飲酒はリスクが高く、また妊娠初期がよりリスクが高くなりますが、基本的には妊娠全期間を通して何らかの影響が出る可能性があります。



生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人(1日当たりの純アルコール摂取量が男性40g以上、女性20g以上の人)の割合は、男性が19.7%、女性が19.3%で、第2次計画策定時と比べて、男性が横ばいであるのに対して、女性は約2倍に増加しています。全国の数値と比べると、男性で4.8ポイント、女性で10.2ポイント高くなっています。

※本市は令和4年度の数値、全国は令和元年度の数値での比較

● 年代別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



出典：令和4年度健康に関する市民アンケート

1 基本的な考え方

歯や口を健康に保つことは、単に食べ物を噛むということだけでなく、食事や会話を楽しみ、飲み込むことができるなど、豊かな人生を保つことにつながります。

2 これまでの経過と課題

■むし歯(う蝕)予防の徹底

3歳児歯科健康診査の実施状況をみると、乳幼児期(3歳児)にむし歯がない人の割合については目標値を達成しました。しかし、むし歯がある人のうち、4本以上にむし歯がある人の割合は約3割を占めています。ハイリスク児・者に対する指導管理等も含め、引き続きむし歯の予防を徹底していく必要があります。

■若年者を始めとした歯周疾患検診の受診率向上

令和4年10月より本市が実施する歯周疾患検診の対象年齢を、新たに20、25、30、35歳に拡大しました。若いころから歯科検(健)診受診機会を増やすことで歯科疾患の早期発見・早期治療が期待できる一方で若年層はいわゆる健康無関心層の割合が高いことがわかっています。こうしたことを踏まえて事業の効果的な周知を行い、若年層を含め、引き続き歯周疾患検診の受診率向上を図るとともに、歯周疾患への意識啓発を図る必要があります。

■口腔がん対策の推進

口腔機能が著しく損なわれるリスクの高い口腔がんの早期発見・早期治療に資するため、地域の歯科医師の診断力及び市民の意識向上を目的とした口腔がん対策を推進する必要があります。

■オーラルフレイル対策の推進

加齢に伴って口腔機能が低下しつつある段階の「オーラルフレイル」は低栄養や社会参加の減少などを招き、心身機能まで影響を及ぼします。今後、高齢者のさらなる増加が見込まれる中、その認知度の向上も含め、オーラルフレイル対策をいっそう推進する必要があります。



3 目標・指標

目 標	指 標	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和15年度)
歯科疾患を 予防する	3歳児でう蝕のない人の割合	95.6%	95%以上を維持
	3歳児で4本以上のう蝕のある人の割合	1.3%	0%
	12歳児でう蝕のない人の割合	82.4%	95%
	20歳以上における未処置歯を有する人の割合 (年齢調整値)	28.2%	20%
	10歳代～30歳代で歯肉に炎症所見を有する人の割合	12.1%	10%
	40歳以上における歯周炎を有する人の割合 (年齢調整値)	59.8%	40%
	40歳以上における自分の歯が19歯以下の人の割合 (年齢調整値)	7.1%	5%
	60歳で24歯以上の自分の歯を有する人の割合	90.7%	95%
	80歳で20歯以上の自分の歯を有する人の割合	70.5%	85%
口腔機能を 獲得・維持・ 向上する	50歳以上における咀嚼良好者の割合(年齢調整値)	76.3%	80%
	50歳以上における嚥下良好者の割合(年齢調整値)	96.1%	95%以上を維持
	オーラルフレイルの認知度	24.1%	50%
歯科口腔保健を 推進するために 必要な社会環境 を整備する	過去1年間に歯科健(検)診を受診した人の割合	61.0%	65%
	歯周疾患検診の受診率(名古屋市実施分)	10.2%	12%

4 市民のとりくみ

□ 子どものころからむし歯の予防をしよう！

- むし歯は歯垢(プラーク)中の細菌が糖質を酸に変え、歯を溶かす病気です。むし歯は、いくつかの要因(細菌、歯質、糖質)が重なり合い、そのままの状態では時間が経過することによって発生します。
 - むし歯の予防には、むし歯のできる条件を作らないようにすることが大切です。
 - ① 毎日の歯みがきをしましょう。
 - ② フッ化物配合歯みがき剤の使用、フッ化物洗口(うがい)をしましょう。
 - ③ 砂糖の少ないおやつを選び、時間を決めて食べるようにしましょう。
- ※フッ化物洗口：フッ化ナトリウム溶液(5～10ml)を用いて、1分間ブクブクうがいを行うむし歯の予防方法

□ 口腔ケアの意識を高めよう！

- 歯と口腔の健康を保つには、セルフケア(自分で行うお手入れ)とプロフェッショナルケア(歯科医院での歯科医師・歯科衛生士によるお手入れ)の両立が大切です。
- セルフケアには、毎日の歯みがきだけでなく、歯間清掃用具の活用が重要です。

□ 定期的に歯科健診を受診しよう！

- 定期的に歯科健診を受けていますか。「今のところは調子が悪くないから」受診せずにいると、自覚症状が出にくい歯周病などの病気に早期に気づくことができません。定期的に健診を受けることで、自分の歯と口の健康状態を知って、健康的な毎日をすごしましょう。

□ オーラルフレイルを予防しよう！

- オーラルフレイル予防のためには以下の3つが重要です。
 - ①かかりつけ歯科医を持ちましょう。
 - ②お口のささいな衰えに気を付けましょう。
 - ③バランスの取れた食事をとりましょう。

5 市のとりくみ

□ う蝕(むし歯)予防の推進

- 保健センターにおいて、乳幼児健診及び健康教室を実施します。
- 幼稚園、保育所、学校、職場、地域等多様な場面において、う蝕予防が実践されるよう、健康教育を実施します。
- う蝕ハイリスク児・者(乳幼児期に4本以上のう蝕を有する児等)に対しては、積極的に保健センターにおける各種教室の案内や、定期的な受診勧奨を行います。
- かかりつけ歯科医の重要性を啓発します。
- フッ化物洗口、フッ化物塗布に関する事業を推進します。

□ 歯周病予防の推進

- 歯周病についての情報提供を行うとともに、歯周疾患検診等を利用して定期的に歯科健診を受診するよう、受診勧奨を行います。
- 医科歯科連携の推進に向け、妊婦健康診査における歯科の受診勧奨をはじめとした、普及啓発に取り組みます。
- 自分で自分の口の中を管理する「セルフケア」の必要性や、その方法などについて普及啓発します。
- 日常的に歯科健診を受けることが困難な方(障害を有する方、介護を必要とする方等)の歯と口腔の健康のため、歯科医療従事者や施設関係者に対し、研修や普及啓発を行います。

□ 口腔がん対策の推進

- 市民に対し、口腔がん予防についての啓発を行います。
- 口腔がんの早期発見に向けて、地域の歯科医師による診断力や市民の認知向上を目的に、口腔がん検診等による啓発を実施します。

□ オーラルフレイル予防の推進

- 市民に対し、オーラルフレイル予防についての啓発を行います。
- 歯科医療関係者への専門的知識の向上のための研修を行います。

健康コラム

使ってみよう！歯間清掃用具

ていねいにみがいても歯間部(歯と歯の間)の歯垢は、歯ブラシだけでは約50%しか取れません。歯間ブラシやデンタルフロスを使いましょう。これらの歯間清掃用具は、歯肉の状態やすき間の大きさ等により使い分けると効果が上がります。

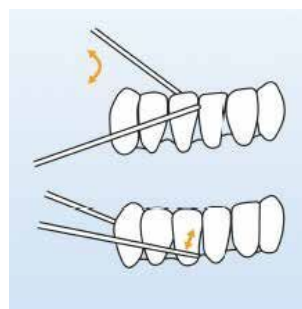
<歯間ブラシの使い方>

- 歯間部のすき間が小さい場合は、細くて円錐形のブラシ、大きい場合は、太い円柱形のブラシを使います。歯間ブラシは、ペンを持つように持って、小指などで顎や頬に固定します。歯間部の歯肉にそって歯の先方向に向けてゆっくり挿入し、数回、往復させてみがきます。ブラシの先で歯肉を傷つけないように鏡を見ながら使いましょう。



<デンタルフロスの使い方>

- 歯肉を傷つけないように歯間部の歯面にそって、フロスを前後にゆっくり挿入します。フロスを歯面に押しつけるようにしながら上下に動かし、汚れをこすり取ります。



健康コラム

フッ化物（フッ素）によるむし歯予防とは？

- フッ素は、自然環境に広く分布している元素の1つです。フッ素が水に溶けてフッ化物イオン(F-)が生ずる無機化合物をフッ化物といいます。フッ化物は歯の表面のエナメル質や口腔内環境に作用し、歯質強化や酸産生の抑制等によりむし歯を予防します。
- フッ化物応用の方法は全身応用と局所応用がありますが、日本においては主にフッ化物を直接歯に作用させる、局所応用にて用いられています。

<局所応用の方法>

- ① フッ化物歯面塗布 ② フッ化物洗口 ③ フッ化物配合歯みがき剤

健康コラム

歯・口腔の健康と全身の健康の関連

歯周病は口腔内の細菌により、歯肉に炎症が起こり悪化すると歯を支える骨が失われ、最後には歯が抜け落ちる病気です。近年の様々な研究により、歯周病は口腔内の疾患にとどまらず、全身疾患と関連していることが明らかにされています。

例えば、糖尿病患者が歯周病の治療を行うことで糖尿病が改善し、歯周病患者が糖尿病の治療を行うことで歯周病が改善されることがわかっています(右図イメージ)。

また、高齢者の栄養低下への初期の対応として、口腔環境の改善を行うことで栄養摂取の改善を図る医科歯科連携が重要視されています。

他にも、口腔の健康を保つことが全身の疾患のリスクを下げることにつながるため、生活習慣病の予防、入院前・術前・術後、妊娠・出産、禁煙治療といった、様々な場面で医科歯科連携が行われています。



健康コラム

オーラルフレイルチェックをしてみよう

●お口のささいなトラブルを放置してしまうと、かたく食べづらいものを避けるようになり、お口の機能(食べる・話す・表情を作るなど)が徐々に衰えていきます。その結果、低栄養や社会参加の減少などを招き、心身機能まで影響を及ぼします。この一連の過程を「オーラルフレイル」と呼びます。

●自分のお口の健康状態を知るために、セルフチェックをしてみましょう。



質問事項	はい	いいえ	自分の点数を記入
半年前と比べて、かたい物が食べにくくなった	2		
お茶や汁物でむせることがある	2		
義歯(入れ歯)を入れている	2		
口の渇きが気になる	1		
半年前と比べて、外出が少なくなった	1		
さきイカ・たくあんくらいのかたさの食べ物をかむことができる		1	
1日に2回以上、歯をみがく		1	
1年に1回以上、歯医者に行く		1	

合計点数

0点～2点
オーラルフレイルの
危険性は低い

3点
オーラルフレイルの
危険性あり

4点以上
オーラルフレイルの
危険性が高い

出典：東京大学高齢社会総合研究機構 田中友規、飯島勝矢

1 基本的な考え方

循環器疾患は、血液を全身に送る血管系の病気で、脳血管疾患と心疾患を含む循環器疾患は、がんと並んで日本人の主要死因の一つとなっています。

循環器疾患を予防するためには、塩分のとりすぎ、肥満、多量飲酒、運動不足、高血圧、脂質異常症、喫煙、糖尿病などを回避し、生活習慣を改善することが重要です。

また、糖尿病は、心臓病や脳卒中のリスクを高め、神経障害、網膜症、腎症などの合併症を併発する恐れもある病気で、日頃の生活習慣が大きく影響することがわかっています。糖尿病を正しく理解し、毎日の食生活や運動習慣を改善することにより、発症予防、重症化予防、合併症予防をすることが大切です。

2 これまでの経過と課題

■(ア)循環器疾患

脳血管疾患及び虚血性心疾患のそれぞれの年齢調整死亡率は目標値を達成しているものの、高血圧及び脂質異常症に関しては目標を下回っており、更なる取り組みを検討する必要があります。

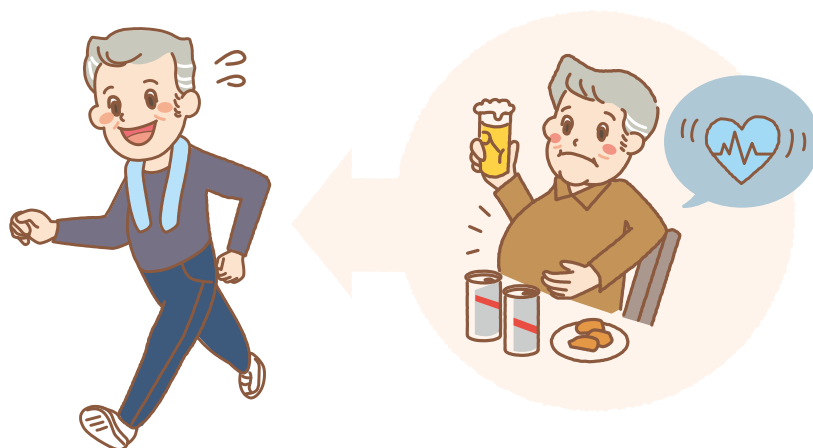
■(イ)糖尿病

重症化予防事業等の取り組みにより、治療継続者の割合は大きく改善しているものの、糖尿病有病者の血糖コントロール不良者の割合が高く、更なる取り組みを検討する必要があります。

■(ウ)特定健康診査・特定保健指導

特定健康診査・特定保健指導実施率ともに目標に達しておらず、更なる取り組みを検討する必要があります。

健診受診により、病気のリスク発見につながることの啓発が必要です。



3 目標・指標

目 標	指 標		現状値 (令和4年度)	目標値 (令和15年度)
高血圧を改善する	収縮期血圧が140mmHg以上の人の割合	男性	28.3%※1	26.3%(R11年度)※4
		女性	23.9%※1	20.7%(R11年度)※4
脂質異常症の人を減らす	LDLコレステロール値が160mg/dl以上の人の割合	男性	9.6%※1	7.2%(R11年度)※4
		女性	14.4%※1	10.8%(R11年度)※4
糖尿病の合併症(糖尿病性腎症)を減らす	新規透析導入患者数(被保険者10万人当たり人数)		54.1※1	46.1(R11年度)※4
糖尿病治療を継続する人の割合を増やす	糖尿病治療継続者の割合(HbA1cが6.5%以上の人のうち、服薬治療している人の割合)		72.3%※1	75.0%(R11年度)※4
血糖コントロール不良者の割合を減らす	血糖コントロール指標におけるコントロール不良者の割合(HbA1cが8.0%以上の人の割合)		1.39%※1	1.04%(R11年度)※4
糖尿病の人の増加を抑制する※5	糖尿病有病者の割合(HbA1cが6.5%以上の人の割合)	男性	13.5%※1	14.1%(R11年度)※4
		女性	6.6%※1	6.9%(R11年度)※4
メタボリックシンドロームの該当者及び予備群を減らす	メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の割合		31.7%※2	25.8%(R11年度)※4
特定健康診査・特定保健指導等の実施率を向上させる	特定健康診査実施率		31.4%※2	38.6%(R11年度)※4
	後期高齢者医療健康診査実施率		24.7%※3	37.0%(R11年度)※6
	特定保健指導実施率		6.4%※2	12.6%(R11年度)※4

※1 名古屋市国民健康保険特定健康診査・特定保健指導等実績値

※2 名古屋市国民健康保険特定健康診査・特定保健指導法定報告値

※3 後期高齢者医療健康診査実績値

※4 名古屋市国民健康保険保健事業実施計画における令和11年度の目標値

※5 国の将来予測値では更なる増加が予測される中、増加の抑制を目標とする

※6 愛知県後期高齢者医療広域連合保健事業実施計画を参考に令和11年度の目標値とする

4 市民のとりくみ

□ 毎日の生活習慣をより良く工夫して生活習慣病予防を

- 自分の適正体重を知り、維持に努めましょう。20歳の時から10kg以上体重が増加している場合は要注意です。また、日本人はやせていても糖尿病になりやすい人がいますので、体重だけに着目せず、生活習慣を整えましょう。
- 日常生活での移動ではなるべく車などを使わずに歩いたり、気軽にできる運動を定期的に行いましょう。
- 腹八分目でバランスの良い食事を心がけましょう。就寝直前の夕食を避け、朝食を抜かないことも大切です。
- 禁煙につとめ、アルコールは適量を心がけましょう。

□ 健康管理の第一歩 健診を受けて生活習慣をチェック！

- 1年に一度、健診を受けていますか。「今のところは調子が悪くないから」と健診を受けずにいると、自覚症状が出にくい生活習慣病などの病気に早期にきづくことができません。定期的に健診を受けることで、自分の健康状態を知って、生活習慣を工夫しながら健康的な毎日をすごしましょう。



名古屋市国民健康保険特定健康診査
イメージキャラクター「メタボリックくま」

□ 健診などで生活習慣病の疑いを指摘されたらすぐに受診を！

- 健診などで、要医療と判定された場合は、重症化や合併症を予防するためにも、そのままにしないで早期受診、早期治療をしましょう。

□ 治療は自己判断で中断せず、合併症の発症予防を！

- 生活習慣病が悪化すると、様々な合併症を引き起こします。医師の指示に従い、継続的な治療を心がけましょう。

5 市のとりくみ

名古屋市の国民健康保険、後期高齢者医療被保険者の特徴として血圧、脂質の健診有所見者割合が全国と比べて高くなっています。脂質異常症は20歳代から受診者が出現し始め、男女とも40歳代から全国より高い傾向にあり、若いうちからの生活習慣が原因の一つと考えられます。

また、名古屋市の国民健康保険、後期高齢者医療被保険者の特徴として糖尿病、慢性腎臓病(透析あり)の医療費が高いことも挙げられます。男性は40歳代、女性は60歳代頃から受診者の割合が全国よりも高くなります。

以上のことから以下のことに取り組みます。

□ 生活習慣が健康に及ぼす影響に関する情報提供及び循環器疾患・糖尿病に関する知識の普及啓発

- 特定健康診査・特定保健指導の利用環境を整備し、実施率の向上をめざします。
- 地域における健康づくりの取り組みを積極的に行えるような支援を行います。
- 地域における健康教育等を充実します。
- 循環器疾患の危険因子である高血圧、脂質異常症、喫煙、糖尿病に関する知識の普及を図るため情報提供に努めます。

□ 若い世代からの循環器疾患・糖尿病の発症予防及び重症化予防

- 企業・医療保険者と連携し、若い世代に向けて循環器疾患及び糖尿病に関する情報提供に努めます。

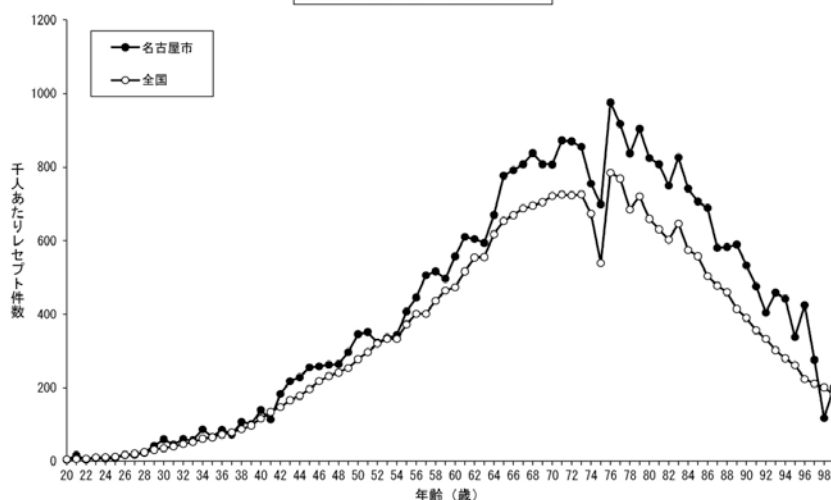
脳卒中などの脳血管疾患と心疾患を含む循環器疾患は、がんと並んで日本人の主要死因の大きな一角をしめています。循環器疾患を予防するためには、危険因子である脂質異常症、高血圧、喫煙、糖尿病の管理を行うことが大切です。

名古屋市の国民健康保険、後期高齢者医療被保険者のデータを見ると、脂質異常症の発症者の割合が若いうちから全国を上回っています。(図参照)

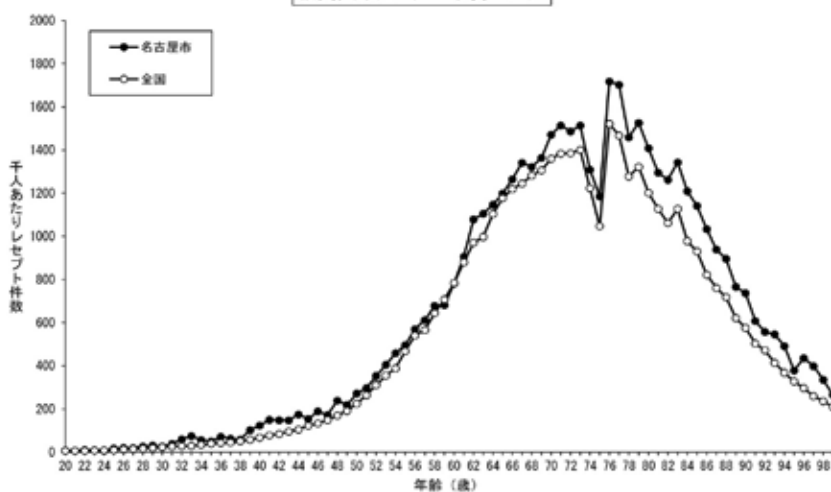
脂質異常症とは、血液中のコレステロールや中性脂肪のバランスが崩れた状態をいい、この状態が長く続くと動脈硬化を引き起こします。脂質異常症は動脈硬化の危険因子の中でも最大の要因と言われています。また、高血圧や高血糖などが重なると、互いに悪影響を及ぼし、動脈硬化が進行します。やがて、心筋梗塞や狭心症などの深刻な病気を招きます。

脂質異常症は特に症状がないため気づきにくいですが、放置しておくとも命にかかわる病気を引き起こします。若いうちから年に一回は健康診断を受診し、自分自身の現在の状態を把握し、生活習慣改善に取り組むことが重要です。

脂質異常症 (R03年度・男)



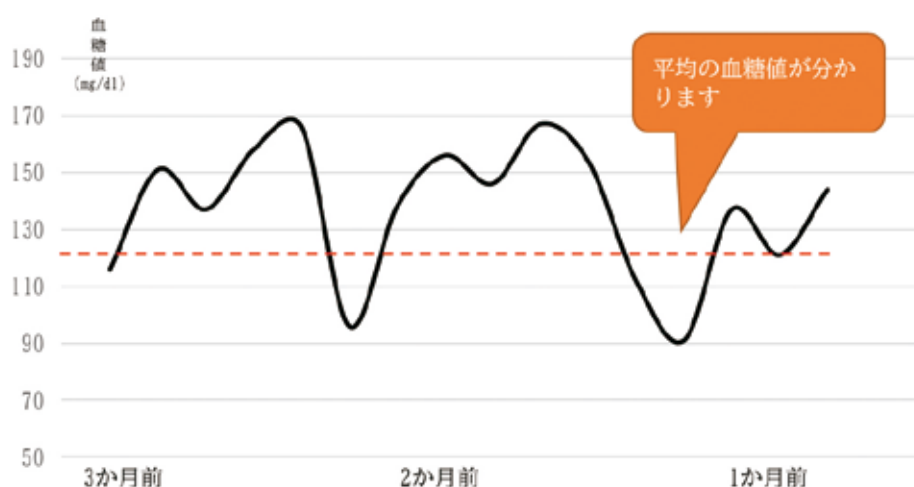
脂質異常症 (R03年度・女)



出典：令和3年度名古屋市国民健康保険・後期高齢者医療レセプト件数(KDBデータ)
※医療保険切り替えにあたる、75歳前後の数字が低く算出されています。

健康診断の採血項目に「HbA1c」という項目があることを知っていますか？ HbA1cは「ヘモグロビンエーワンシー」と呼び、糖尿病の診断をする際に使用されます。

HbA1cとは、赤血球中にある、ヘモグロビンにグルコース(血糖)が結合したもので、ヘモグロビンに対する割合(%)で示されます。HbA1cは、採血した時点からの過去1～2か月間の平均血糖値を示すので、当日の食事や運動などが検査値に左右されません。この値が高いと、過去の血糖値が高かったことが分かります。



2019年「国民健康・栄養調査」(全国)において、「糖尿病が強く疑われる人(HbA1c6.5%以上)」の割合は男性19.7%、女性10.8%で、5～10人に1人が「糖尿病が強く疑われる」状態でした。また、令和3年度名古屋市国民健康保険特定健診でHbA1cが6.5%以上だった人の傾向を問診から分析したところ、「20歳の時から10Kg以上体重増加」、「喫煙習慣あり」、「就寝2時間前以内に夕食をとることが週に3回以上」の項目との関連が強いことがわかりました。

日本人にとって、糖尿病はとても身近な病気となっています。糖尿病は心血管疾患のリスクを高め、神経障害、網膜症、腎症といった合併症が起こり、生活の質(QOL)が低下してしまう疾病です。健康診断を受診した際には、「HbA1c」の結果に目を向け、生活習慣を見直しましょう。



1 基本的な考え方

国民病の一つである、がんによる死亡を減らすためには、喫煙、食生活、運動等の生活習慣の見直しとがん検診による早期発見・早期治療が大切です。

2 これまでの経過と課題

■がん検診の受診率向上に資する施策の見直し

がん検診の受診率は計画策定時よりも改善していますが、いずれも目標値には届いていません。がん検診の受診を促す施策を見直していく必要があります。

令和4年度実施の「健康に関する市民アンケート」において、がん検診を受診しない理由として「今は健康に不安がなく自信があるから」「面倒だから」「忙しくて時間がないから」などの回答が多く、がん検診の受診に繋げるために、行動経済学の考え方を取り入れた手法を用いた受診勧奨や広報啓発などに努める必要があります。

■精密検査受診率向上に向けた施策の強化

がん検診の精密検査受診率についても、全ての検診種別において目標値を達成していません。特に大腸がん、子宮がん、前立腺がんの精密検査受診率は、平成28年度の数値よりも低下しています。精密検査受診率の向上のため、早期発見・早期治療の重要性を伝える訴求力のある広報啓発の実施や、個別にアプローチを行う受診勧奨を推進する必要があります。

■さらなるがん対策の検討

死因別の死亡数をみると、依然としてがんによる死亡数が第1位を占めており、がん対策の重要性は増しています。現在、検診の対象としている6種類のがん以外の動向も踏まえてさらなる対策を検討する必要があります。



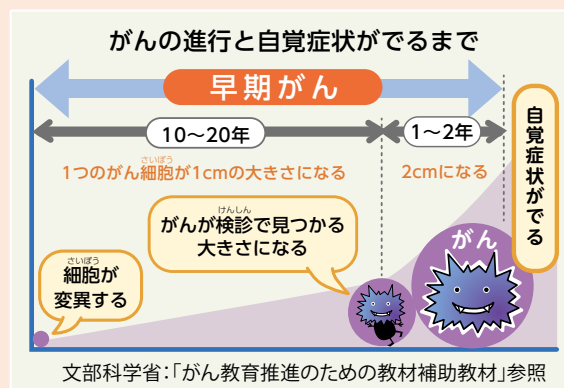
3 目標・指標

目 標	指 標	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和15年度)
がん検診の 受診率を 向上させる	がん検診の受診率 (名古屋市実施分)	胃がん 23.9% (26,251人)	50%
		大腸がん 23.9% (67,975人)	50%
		肺がん 19.8% (56,380人)	50%
		子宮がん 64.4% (88,347人)	70%
		乳がん 51.6% (44,350人)	60%
		前立腺がん 36.6% (27,686人)	50%
がん検診の 精密検査受診率 を向上させる	がん検診の精密検査受診率 (名古屋市実施分)	胃がん 85.6%(R3年度)	90%
		大腸がん 64.7%(R3年度)	90%
		肺がん 74.0%(R3年度)	90%
		子宮がん 65.3%(R3年度)	90%
		乳がん 84.3%(R3年度)	90%
		前立腺がん 59.2%(R3年度)	90%

4 市民のとりくみ

□ 正しい知識でがん予防

- がんの多くは初期の段階では、無症状の場合が多く、早期に発見できるほど生存率は高くなります。がん検診で必ずがんが見つかるわけではありませんが、がん検診により、早期にがんを発見して、早期に治療することができる可能性があります。その他、がんになるリスクをできるだけ低く抑えるための予防法など、がんに関する正しい知識を身につけましょう。



□ MY(マイ)検診日に定期受診

- 検診は、1回受ければ良いというものではありません。そのときには異常がなくても、その後のがんが発生することもあります。あなた自身のMY(マイ)検診日を決めて、忘れずに定期的に受診しましょう。

<名古屋市のがん検診の受診間隔>

胃がん検診(エックス線検査)、大腸がん検診、肺がん検診、前立腺がん検診：1年に1回
胃がん検診(内視鏡検査)、子宮がん検診、乳がん検診：2年に1回

□ 精密検査まで受けて早期発見

- 精密検査まで受けないと、早期発見、早期治療のチャンスを逃すことになりかねません。がん検診受診の結果、「要精密検査」と判断された方は、速やかに精密検査を受診しましょう。

□ ピロリ菌検査でリスクの管理

- ピロリ菌は胃がんの主な原因とされています。名古屋市の検査を受けて、胃がん発症のリスクを知り、適切な治療を受けましょう。

20～39歳の方：ピロリ菌検査

40～59歳の方：胃がんリスク検査(ピロリ菌検査+ペプシノゲン検査)

(年度末時点での年齢)

□ 子宮頸がんは検診と予防接種が大切

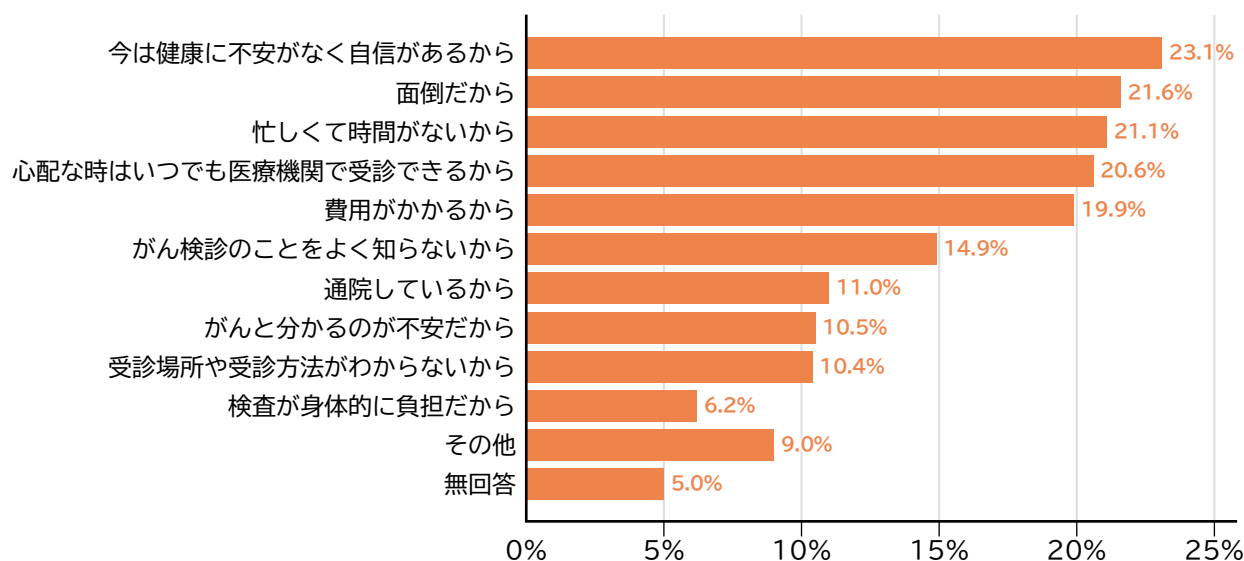
- 子宮頸がんの原因は、ほぼ100%「ヒトパピローマウイルス(HPV)」感染によるものです。子宮がん検診を定期的に受けましょう。また、HPVと戦う抗体をつくる予防接種もあります。

□ 生活習慣の見直しも重要ながん予防

- がんの原因は様々ですが、喫煙、食生活、運動など、生活習慣に関係するものがあります。生活習慣の見直しを行い、自分でできるがん予防を実践しましょう。

過去にがん検診を受診したことがない方ががん検診を受診しない理由は、「今は健康に不安がなく自信があるから」「面倒だから」等が上位となっている一方で、「がん検診のことをよく知らないから」「受診場所や受診方法がわからないから」と回答した方もそれぞれ1割強あったことから、引き続き広報啓発に努める必要があります。

● 設問「がん検診を受診しない理由を教えてください。」



出典：令和4年度健康に関する市民アンケート

5 市のとりくみ

名古屋市では平成24年3月に「名古屋市がん対策推進条例」を制定し、様々ながん対策に取り組んでいます。

□ がん予防の推進

- 市公式ウェブサイトや全戸配付している「なごや健康ガイド」等の充実を図り、年代や性別に応じたがんの正しい知識を、よりわかりやすく提供します。
- ピロリ菌と胃がんの関係性について周知啓発を行い、保菌者が治療につながるができるように、ピロリ菌検査と胃がんリスク検査の受診者数増加に努めます。
- 子宮頸がん予防接種については、予防に効果的な年齢等を踏まえ、様々な情報を提供します。
- 学習指導要領に基づくがん教育の推進などにより、子どものがんに対する理解や、がん予防に関する知識が深まるよう努めます。
- 医療保険者や職域、民間企業との連携により、がん検診の必要性や正しい知識の普及啓発等、情報の提供に努めます。

□ がんの早期発見の推進

- 本市独自の施策である「ワンコインがん検診」を、精度管理の充実を図りながら継続実施するとともに、「無料クーポン券」の対象となる検診を6種類(胃がん、大腸がん、肺がん、子宮頸がん、乳がん、前立腺がんの各検診)に拡大し、さらなるがん検診の受診率向上に努めます。
- がん検診サポートセンターを設置し、がん検診受診により要精密検査と診断された方に対して、精密検査受診の積極的な勧奨等に努めます。
- 現在、検診の対象としている6種類のがん以外についても、新たながん対策の検討を行います。



わんこいん にゃんこいん
名古屋市ワンコインがん検診キャラクター

□ がん患者の支援及び緩和ケアの充実

- がん相談・情報サロンの充実を図り、がん患者やその家族等の心のケアや、がんに関する様々な情報提供に努めます。
- 若年がん患者への在宅ターミナルケア支援やアピアランスケア支援、妊よう性温存治療費の助成などの取り組みについて、多くの対象の方に活用していただくため、広報啓発に努めます。
- 医療機関等での緩和ケアを推進するために、人材育成の支援を実施するとともに、市民に向けて緩和ケアの広報啓発に努めます。

健康コラム

がんを防ぐための新 12 か条

がん予防では、さまざまな条件とのバランスを考えて、がんリスク(がんになる危険性)をできるだけ低く抑えることが目標となります。生活習慣・生活環境の見直しは、現段階では、個人として最も実行する価値のあるがん予防法といえます。日本人を対象とした疫学調査などの、科学的調査に基づいて提唱されているがん予防法を紹介します。

- | | |
|---------------------|-------------------------|
| 1条 たばこは吸わない | 7条 適度に運動 |
| 2条 他人のたばこの煙を避ける | 8条 適切な体重維持 |
| 3条 お酒はほどほどに | 9条 ウイルスや細菌の感染予防と治療 |
| 4条 バランスのとれた食生活を | 10条 定期的ながん検診を |
| 5条 塩辛い食品は控えめに | 11条 身体の異常に気が付いたら、すぐに受診を |
| 6条 野菜や果物は不足にならないように | 12条 正しいがん情報でがんを知ることから |

資料：公益財団法人 がん研究振興財団

健康コラム

名古屋市がん相談・情報サロン 「ピアネット」でがん相談

がん相談・情報サロン「ピアネット」では、がんの体験者や、がん患者を支えた家族が、同じ立場でご相談者の不安や悩みを聞き、問題解決の糸口を探るお手伝いをします。また、患者さん同士の交流の場として、週1回、がんの種類別やテーマ別の患者会を開催しています。ひとりで悩まないで、ピアネットに出かけてみませんか？

こんな時に是非ご利用ください

- ・がんの悩みや不安を聞いてほしい
- ・がんのことを調べたい
- ・地域の医療機関の情報を得たい
- ・治療と仕事の両立について相談したい

開館日：火～土曜日

10:00～16:00

〒460-0011

名古屋市中区大須四丁目11番39号

川本ビル2階

TEL 052-243-0555

FAX 052-243-0556

Email: pia@me-net.org

ホームページ

<https://pia-net.jpn.org/>



1 基本的な考え方

本市では病気を未然に防いだり、早期に病気を発見することにより、病気の早期治療に取り組む予防医療を推進するため、予防接種のほか、各種検診の充実を図っています。

ワクチンをあらかじめ接種することで身体に免疫ができ、病気を予防したり、重症化を防ぐことができます。予防接種は、個人の免疫を高めるだけでなく、免疫をつけた人が増えることによって、地域での感染症の流行を押さえることもできるので、社会全体の感染症予防にも役立ちます。

現在のワクチンは、できる限り副反応が起きないように安全性を重視して開発されていますが、完全に副反応の無いワクチンはありません。一方で、副反応を心配して、予防接種を受けないことで病気にかかるリスクもあります。本市が提供している情報や相談窓口を活用するなど、正しい情報に基づき、ワクチンで防ぐことができる病気は予防接種で積極的に防ぐことが重要です。

また、初期の病気は特に自覚症状がないことが多いため、いつの間にか病気が進行してしまう危険があります。そのため、定期的に各種検診を受けて自分自身の健康状態を正しく把握することが、病気の早期の発見・治療に重要です。

2 これまでの経過と課題

■ 予防接種の接種率の向上

予防接種には、予防接種法に基づく「定期接種」と、それ以外の「任意接種」があります（健康コラム参照）。また、本市では、任意接種である水痘及び流行性耳下膜炎（おたふくかぜ）の予防接種費用について、独自に助成を行い（水痘は平成26年に定期予防接種化）、予防接種の実施を推進してきました。これらの疾病の1医療機関当たりの年間患者報告数は大きく減少しており、第2次計画の目標は達成しました。

一方で、麻しんのように、海外における流行が報告され、国内における感染伝播事例が増加することが懸念されている疾病もあります。引き続き予防接種の勧奨を行うことにより、接種率を高めていく必要があります。

● 第2次計画期間における患者報告数の推移

目 標 及 び 指 標		策定時 平成23年度	中間評価 平成28年度	最終評価時 令和3年度	最新値 令和4年度
1医療機関あたりの 年間患者報告数	水痘	30.1人	12.3人	2.0人	1.7人
	おたふくかぜ	9.2人	8.1人	1.5人	1.2人

(参考) 第2次計画期間における接種率の推移

出典：感染症発生動向調査

区 分		策定時 平成23年度	中間評価 平成28年度	最終評価時 令和3年度	最新値 令和4年度
接種率	水痘	81.5%	94.7%	94.0%	92.0%
	おたふくかぜ	89.8%	107.6%	88.5%	101.9%

■ 各種検診に関する普及啓発

これまで本市では、ワンコインがん検診をはじめとして、各種検診に取り組んできていますが、更なる受診率の向上のため、普及啓発に取り組む必要があります。

3 目標・指標

目 標	指 標		現状値 (令和4年度)	目標値 (令和15年度)
予防接種の 接種率を維持する	予防接種の接種率 (麻しん・風しん(MR)ワクチン)	1歳以上 2歳未満	96.6%	95%以上を維持
		小学校就学前 年度1年間	94.9%	95%以上を維持
骨粗しょう症検診の 受診率を向上させる	【再掲】骨粗しょう症検診受診率(名古屋市実施分)		30.3% (30,470人)	30%以上を維持
歯科口腔保健を推進 するために必要な 社会環境を整備する	【再掲】歯周疾患検診の受診率(名古屋市実施分)		10.2%	12%
がん検診の受診率を 向上させる	【再掲】がん検診の受診率 (名古屋市実施分)	胃がん	23.9% (26,251人)	50%
		大腸がん	23.9% (67,975人)	50%
		肺がん	19.8% (56,380人)	50%
		子宮がん	64.4% (88,347人)	70%
		乳がん	51.6% (44,350人)	60%
		前立腺がん	36.6% (27,686人)	50%

4 市民のとりくみ

□ 予防接種の必要性を理解する！

- ワクチンは、発症を予防し、疾病による重篤な後遺症や死亡を防ぎ、重症化を予防します。周りで流行していないのは、多くの人が予防接種を受けているからということをお忘れないようにしましょう。

□ 適切な接種時期や接種方法を知り、予防接種を受ける！

- 接種時期や接種方法など、分からないことは、かかりつけ医や保健センターなどに相談しましょう。

□ 定期的に検診を受診する！

- 検診は、1回受ければ良いというものではありません。定期的に受診しましょう。

5 市のとりくみ

□ 予防接種に関する勧奨・普及啓発

- 母子健康手帳交付時や新生児・乳児訪問指導時において、出産後すぐに予防接種が始まることを周知するとともに、乳幼児期の予防接種において、接種券を個別に通知することで、適切な時期にワクチンが接種できるよう勧奨を行います。
- それぞれの年齢等に応じて、必要な予防接種を受けることができるように、予防接種に関する冊子の配布やポスターの掲示、各種メディアの活用など、普及啓発や情報提供を行います。



□ 任意予防接種費用の助成

- 本市独自に一部の任意接種に費用助成を実施します。
- 保健センターや予防接種電話相談窓口において、予防接種に関する相談に応じるとともに、なごや予防接種ナビを通じて、予防接種を正しく接種できるよう支援します。

□ 各種検診に関する普及啓発

- 医療保険者や職域、民間企業との連携により、各種検診の必要性や正しい知識の普及啓発等、情報の提供に努めます。
- 現在、検診の対象としているもの以外についても、新たな対策の検討を行います。

健康コラム

様々な予防接種

予防接種には、予防接種法に基づく「定期接種」と、それ以外の「任意接種」があります。定期接種のうち、A類疾病に対する予防接種は、集団予防に重点を置き、市町村が対象者に対して責任を持って接種を勧奨するもので、対象者には接種を受ける努力義務があります。また、B類疾病に対する予防接種は、個人予防に重点を置き、実施しています。



一方で、任意接種は、任意という名称から、接種しなくてもよいと考えられがちですが、定期接種であっても任意接種であっても、「ワクチンで防ぐことができる病気」は、予防接種で積極的に防ぐことが重要です。

本市では、疾病の重篤性や感染力、ワクチンの有効性及び安全性、費用対効果の観点などを総合的に考慮したうえで、おたふくかぜ、風しん(一般)、高齢者肺炎球菌、带状疱疹について、任意接種の費用助成を行い、予防医療の推進に努めてきました。带状疱疹の任意接種については、政令指定都市でいち早く費用助成制度を導入しています。ぜひご活用ください。

●定期接種と本市が費用助成を行う任意接種(令和5年9月現在)

区 分		内 容
定期接種	A類疾病	ジフテリア、百日せき、急性灰白髄炎、麻しん、風しん、日本脳炎、破傷風、結核、ヒブ感染症、肺炎球菌感染症(小児)、ヒトパピローマウイルス感染症、水痘、B型肝炎、ロタウイルス感染症
	B類疾病	インフルエンザ(高齢者)、肺炎球菌感染症(高齢者)
任意接種		おたふくかぜ、風しん、肺炎球菌感染症(高齢者)、带状疱疹

※新型コロナウイルス感染症に係る予防接種は、臨時的予防接種として実施されています(令和5年9月現在)。

2 母子保健の推進

分野10

思春期の保健対策の強化と心身両面の健康づくり

関連計画 名古屋市子どもに関する総合計画

1 基本的な考え方

子どもの心身両面の健康づくりを推進するためには、学童期・思春期を通して食生活や運動等の生活習慣を身につけるとともに、命の大切さ等について理解を深め、性や自身の健康づくりに関する正しい知識を身につけることが重要です。家庭・学校・地域における取り組みを通して、医療・保健・教育等の関係者が相互に連携を図り、子どもの健やかな発達を促し、よりよい生活習慣を形成することは、将来を担う次世代の健康づくりにつながります。

2 これまでの経過と課題

■将来のライフプランを踏まえた健康管理の推進

学童期・思春期は、健康に関する様々な情報に自ら触れ、行動を選択しはじめる生涯を通じた健康づくりのスタートとなる重要な時期です。男女ともに喫煙や飲酒に関すること、肥満・痩せなど自身の体に目を向け、食生活や運動習慣に関する正しい知識を身につける必要があります。性や妊娠に関する正しい知識を身につけ、妊娠・出産のライフプランを男女ともに考え適切な行動がとれるよう、プレコンセプションケアの推進を図ることが必要です。

■思春期におけるメンタルヘルスの課題への対応

思春期におけるこころの問題は多様化していることを踏まえると、薬物依存症や自殺対策などメンタルヘルスの課題としてバランスよく取り組んでいく必要があります。

3 目標・指標

目 標	指 標	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和15年度)
20歳未満の人の喫煙・飲酒をなくす	【再掲】喫煙する 20歳未満の人の割合	男性 0.0% 女性 0.0%	男女とも0%
	【再掲】飲酒する 20歳未満の人の割合	男性 0.0% 女性 3.6%	男女とも0%
	性感染症による身体的影響等を正しく 理解している20歳未満の人を増やす	十代の性感染症罹患率(梅毒) 8人(R4年)	減少
	十代の人工妊娠中絶率(人口千対)	8.5	減少
自分のからだところ に関心を持ち知ることができ、 より良くなることができるように 行動することができる人を増やす	【再掲】肥満傾向の 小学5年生の割合	男子 5.2% 女子 2.7%	減少 減少
	【再掲】痩身傾向の高校2年生女子の割合	3.1%	減少
	朝食を欠食する子どもの 割合	小学6年生 6.8% 中学3年生 10.3%	0%
	自分には良いところがあるという生徒の割合	小学6年生 81.6% 中学3年生 81.4%	増加

目 標	指 標	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和15年度)
運動習慣のある人を増やす	【再掲】1週間の総運動時間が60分未満の子ども(小学校5年生と中学2年生)	14.4%(R3年度)	12%

4 市民のとりくみ

□ 20歳未満の場合は喫煙・飲酒をしないようにしましょう。

- 20歳未満のうちからの喫煙や飲酒は、20歳以上の喫煙・飲酒に比べて体へ及ぼす影響が大きくなります。また20歳以上の喫煙者も、健康への影響が大きい子どもや患者などへは特に配慮し、受動喫煙に気を付けましょう。

□ 学童期から、自らの心と体に関する正しい知識を身につけ、行動しましょう。

- 適正体重を知り、食生活や運動等の生活習慣を整え、健康的な生活を送りましょう。
- 性感染症やその予防に関する知識を得て、健康を守る意識をもちましょう。

□ 自らの心や体の状態に目をむけ、心配なことがあるときは周りに相談しましょう。

- 周囲の人も思春期の健康づくりについて理解を深め、相談しやすい環境づくりをしましょう。

5 市のとりくみ

□ プレコンセプションケアの推進

- 20歳未満の喫煙・飲酒をなくすため、喫煙や飲酒が及ぼす健康影響についての十分な知識の普及啓発を行います。
- 適正体重の維持のため、食生活や運動に関する知識を普及啓発します。各個人に寄り添った相談支援を実施します。
- 周りの大人が子どものSOSに気づき適切に支援できるように、関係機関の連携強化を図ります。

□ 思春期保健セミナー等による普及啓発

- 教育・保健・医療などの関係者と連携し、生命の誕生、性に関する知識、喫煙や依存症など、年齢に合わせて必要な知識の普及啓発を行います。
- 体育・保健体育の授業や外部講師による講話等により、生命の尊さを学び、生命を大切にする考えや、自分や相手、一人一人を尊重する態度等を、子どもの発達段階に応じて身に付ける「生命(いのち)の安全教育」を行います。
- 思春期保健に携わる関係者に対するセミナー等により、支援者側として必要な知識や支援スキルの向上を図ります。

健康コラム

プレコンセプションケアとは

若い男女が今の生活や健康を見直すことで、不妊リスクの減少や、将来生まれる子どもの健康にもつながります。

“プレコン”（プレコンセプションケア）は、若い男女が将来のライフプランを考えて、日々の生活や健康と向き合うこと。次世代を担う子どもの健康にもつながるとして、近年注目されているヘルスケアです。

早い段階から正しい知識を得て健康的な生活を送ることで、将来の健やかな妊娠や出産につながり、未来の子どもの健康の可能性を広げます。

いまは妊娠や結婚を考えていなくても、プレコンセプションケアを実施することでいまの自分がもっと健康になって、人生100年時代の満ち足りた自分(well-being)の実現につながります。元気で満ち足りたからだところをめざすことは、とてもすばらしいことです。

からだは毎日、一生懸命に活動しています。だから、からだやこころの悩みがあるのは当然です。そんな悩みを勉強や仕事に持ち込まないためには、しっかりしたメンテナンス＝ケアが必要です。からだところの声をきちんと聴いて、将来の健康の可能性を広げましょう。

国立研究開発法人 国立成育医療研究センター

「あなたに必要な「ヘルスケア」の知識とケア プレコンノート」より抜粋

<https://www.ncchd.go.jp/hospital/about/section/preconception/preconnote/index.html>

子どもたちには、これからの社会が、どんなに変化して予測困難になっても、自ら課題を見付け、自ら学び、自ら考え、判断して行動し、それぞれに思い描く幸せを実現してほしいという方針からメンテナンス＝ケアの視点を自己肯定感としました。

健康コラム

なごや妊娠 SOS

思いがけない妊娠をしたときに、妊娠への戸惑い、生むことへの不安、出産費用や妊娠中の体調が心配など、様々な悩みにひとりで悩むのはとても苦しいことです。家族や友人、学校、病院、保健センターなど地域の相談窓口など、ひとりで抱え込まず、誰かに相談することが大切です。

なごや妊娠SOSは、思いがけない妊娠や産むことへの不安や心配ごとに対して、助産師が気持ちに寄りそって、必要に応じたアドバイスやサービスなどを電話、メール及びLINEで相談に応じています。妊娠を周りに知られたくない、誰に相談したらよいかわからない等のとき、ひとりで悩まないでまずはご相談ください。



1 基本的な考え方

妊娠・出産期における心身両面の健康状態を安定させることは、母と子の良好な愛着形成を促進し、子どもの健やかな成長を促します。また、妊娠・出産の安全性を確保するためには、妊娠届が早期に提出されることで必要な支援につながる等、妊娠・出産に配慮された環境等が重要です。

2 これまでの経過と課題

■喫煙が及ぼす健康影響についての知識の普及

妊娠中に喫煙する人及び飲酒する人の割合は改善しています。喫煙は、妊娠・出産の過程においても、様々な健康影響を及ぼすため妊産婦へのたばこの害に関する教育や個々の状況を踏まえた保健指導の継続が必要です。

■相談窓口の普及啓発及び関係機関との連携強化

妊娠11週以内での妊娠の届出者の割合については、計画策定時より増加しています。早期に妊娠届を行い、母子健康手帳や妊婦健康診査受診票等の交付を受け、適切に妊婦健康診査を受けていただけるよう支援することが大切です。

その一方で思いがけない妊娠等、受診や相談ができない結果、妊娠届出が遅れる場合もあります。妊産婦が妊娠・出産・産後に、不安や悩みをひとりでかかえることなく相談できるよう、妊娠時から出産、子育てまで一貫した相談窓口の普及啓発や関係機関との連携強化が必要です。

■マタニティマークの普及啓発

マタニティマークを利用して効果を感じた母親の割合も増加しました。引き続き、妊婦自身への普及とともに、地域、職場を含めた周囲への啓発を進めていくことが必要です。

一方、不妊や不育症に悩みを抱える方に対し、不安を解消するため、情報提供や相談支援が必要です。



マタニティマーク

3 目標・指標

目 標	指 標	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和15年度)
妊娠中の喫煙・飲酒をなくす	【再掲】妊娠中に喫煙する人の割合	1.7%(R3年度)	0%
	【再掲】妊娠中に飲酒する人の割合	0.7%(R3年度)	0%
早期の妊娠届出者を増やす	妊娠11週以内での妊娠の届出者の割合	93.6%	100%
マタニティマークを普及啓発し、利用する人を増やす	マタニティマークを利用して効果を感じた母親の割合	63.0%	80%
適正体重を維持している女性を増やす	【再掲】BMI18.5未満の20～30歳代の女性の割合	20.1%	15%

4 市民のとりくみ

□ タバコとお酒の害から赤ちゃんを守りましょう。

- 妊娠中の喫煙や飲酒が胎児へ与える悪影響は大きいので、禁煙・禁酒が原則です。また、妊婦自身が喫煙をしなくても周囲の人の喫煙による「受動喫煙」も胎児へ悪影響があります。「受動喫煙」を防ぐために周囲も協力しましょう。

□ 早期に妊娠届を出しましょう。

- 安心・安全な妊娠・出産に向けて、母子健康手帳を有効に活用し、主体的に自分の健康管理ができるよう、早期に母子手帳の交付を受け適切に妊産婦健康診査を受診しましょう。

□ 安心して妊娠期から出産、産後を過ごしましょう。

- 妊娠・出産に関しての不安や、家庭や職場での悩み事があるとき等は、周囲の人などへ相談しましょう。お母さんと赤ちゃんのからだと心のゆとりは、周囲のあたたかいサポートからうまれます。

□ マタニティマークについて知りましょう。

- 妊娠初期は、赤ちゃんの成長はもちろん、お母さんの健康を維持するためにとっても大切な時期です。公共交通機関等を利用する際にマタニティマークを身につけることで、周囲が妊婦への配慮を示しやすくなります。
- マタニティマークを身につけている方を見かけたら周囲の人はあたたかくサポートするように心がけましょう。

5 市のとりくみ

□ 妊娠・出産に関する情報提供と相談支援

- 早期に母子健康手帳交付を受けることの意義を周知するとともに、妊娠届出時の面接等で妊婦の健康管理や妊産婦健康診査の適切な受診、両親学級等の必要な情報提供を行い、安心・安全な出産に向けて支援します。
- 不妊や不育症を含む妊娠・出産に関する不安を解消するための情報提供や相談支援を推進します。

□ 相談窓口の普及啓発及び関係機関との連携強化

- 妊娠・出産に関する不安が解消されるよう、気軽に相談できる身近な相談窓口の周知を行います。また、妊娠届出時の面接をはじめ、新生児や妊産婦への家庭訪問など、妊娠期から早期に妊産婦の抱える不安等に寄り添い、切れ目のない支援を推進します。
- 予期せぬ妊娠をされた場合など、一人で悩みを抱え込まないよう相談窓口の周知を行うとともに、保健センターや医療機関などの関係機関と連携し支援します。

□ 喫煙・飲酒が及ぼす健康影響についての知識の普及

- 妊産婦に対し喫煙や飲酒による影響について普及啓発を推進します。

核家族化が進み、地域のつながりも希薄となる中で、孤立感や不安感を抱く妊婦・子育て家庭も少なくありません。全ての妊婦・子育て家庭が安心して出産や子育てができるように妊娠期から出産や子育て期の様々なニーズに対して身近で相談に応じ、寄り添い必要な支援につなぐ伴走型の相談支援を行います。

分野12

小児保健水準の向上

関連計画 名古屋市子どもに関する総合計画

1 基本的な考え方

適切な時期に新生児聴覚検査や先天性代謝異常検査、乳幼児健康診査等を受けることで疾病の早期発見や対応を行い、乳幼児の健全な育成を促すことができるように、安心して医療や健診を受けることができる環境を整えていくことが必要です。医療水準の向上により、子どもの疾病による死亡率は減少していますが、引き続き不慮の事故は、0歳～9歳の子どもの死亡原因のうち、大きな割合を占めています。乳幼児は、危険なものや場所を自分で認識することは困難であるため、周囲の人が事故防止の知識を学び、事故を未然に防ぐことが重要です。

2 これまでの経過と課題

■乳幼児健康診査の受診啓発と推進

乳幼児健康診査は子どもの健康状態を定期的に確認し、相談する大切な機会です。今後も、疾病の早期発見と対応を行うため、乳幼児健康診査の受診勧奨や医療機関との連携を行う必要があります。

■子どもの事故防止に関する啓発の推進

子どもの不慮の事故による死亡は全国的に見てすべての死因の中で上位にあります。引き続き、妊娠届出時等に配布する冊子への事故防止に関する記事の掲載や、保健センターにおける子育て講座、地域において子どもの事故防止に関する啓発などを継続的に行っていく必要があります。

心肺蘇生法を適切にできるということは、市民にとって難易度が高く、今後も心肺蘇生法の実技指導を積極的に受けていただくよう働きかけをすすめていく必要があります。

■乳幼児突然死症候群に関する予防知識の普及啓発

乳児期にうつぶせ寝をさせている親の割合は横ばいの状況です。乳幼児突然死症候群(SIDS)対策強化月間(11月)の周知や、SNS等を活用した乳幼児突然死症候群の啓発、新生児乳児訪問などにおける個別の保健指導等、引き続き予防知識の普及啓発に取り組む必要があります。

3 目標・指標

目 標	指 標	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和15年度)
具体的な事故防止の知識を学び、 家庭内の危険なもの、場所を 見直して子どもの事故防止に 努める家庭を増やす	乳幼児のいる家庭で、 風呂場のドアを乳幼児が自分で 開けることができないよう工夫した 家庭の割合	44.4%	100%
心肺蘇生法を学び、 応急処置ができる人を増やす	心肺蘇生法を知っている親の割合	21.8%	50%
	心肺蘇生法を適切にできる親の割合	12.9%	50%
乳児をうつぶせ寝にする人を なくす	乳児期にうつぶせ寝をさせている 親の割合	0.4%	0%

4 市民のとりくみ

□ 乳幼児健康診査を受診しましょう。

- 乳幼児健康診査は子どもの発育・発達の適切な時期に受けることにより疾病の早期発見と対応につながります。

□ 子どもを守るため、事故予防に対する正しい知識を身に付けましょう。

- 家庭内の危険な物、場所を確認するとともに、子どもの事故防止の方法を知り、子どもに安心・安全な環境づくりを行い事故防止に努めましょう。子どもの事故には、周りの大人が、子どもの年齢や成長段階に応じた特性と行動を知り、適切な対策をとることで、防げるものがあります。

□ 1歳になるまでは、 寝かせる時はあおむけに寝かせましょう。

- SIDSは、うつぶせ、あおむけのどちらでも発症しますが、寝かせる時にうつぶせに寝かせたときの方がSIDSの発症率が高いということが研究者の調査からわかっています。医学上の理由でうつぶせ寝を勧められている場合以外は、赤ちゃんの顔が見えるあおむけに寝かせましょう。この取り組みは、睡眠中の窒息事故を防ぐ上でも有効です。



5 市のとりくみ

□ 乳幼児健康診査の受診啓発と継続支援

- 適切な時期に乳幼児健康診査を受けられるよう周知するとともに、乳幼児健康診査結果を踏まえて必要な方への受診後の継続した支援を行います。

□ 子どもの事故防止に関する啓発の推進

- 具体的な事故予防方法や子どもの発達と起こりやすい事故について啓発等を推進します。

□ 乳幼児突然死症候群に関する予防知識の普及啓発

- 「乳幼児突然死症候群(SIDS)」についての周知・広報を行います。

健康コラム 子どもの事故防止

不慮の事故は子どもの死亡原因の上位となっています。不慮の事故の内容には、誤飲、窒息、転倒、転落、水回りの事故、やけどなどがありますが、幼児期の事故の大半は、周りのちょっとした気配りや、環境を整えることで防ぐことができます。事故は保護者だけでなく社会全体で防ぐことも大切です。また、事故の内容は子どもの年齢によって特徴があります。発育過程の中でいつ頃、どんな事故が起こりやすいか知っておくことは、事故の予防のうえで大切です。



令和4年の死因順位

区 分	第1位	第2位	第3位	第4位	第5位
0歳	先天奇形、変形及び染色体異常	周産期に特異的な呼吸障害等	不慮の事故	乳幼児突然死症候群	妊娠期間等に関連する障害
1～4歳	先天奇形、変形及び染色体異常	不慮の事故	悪性新生物<腫瘍>	心疾患	肺炎
5～9歳	悪性新生物<腫瘍>	先天奇形、変形及び染色体異常	不慮の事故	悪性新生物<腫瘍>	心疾患
10～14歳	自殺	悪性新生物<腫瘍>	不慮の事故	先天奇形、変形及び染色体異常	心疾患

出典：人口動態統計

1 基本的な考え方

子どものこころの安らかな発達には、良好な親子関係の形成が重要となります。母親や父親、家族がともに子育てに取り組み、すべての子育て家庭が安心して子育てができるよう、身近で相談できる支援の推進が必要です。

また、子どもの健やかな発達と親の育児不安の軽減のため、家庭、地域等が連携して子育てしやすい環境づくりをすすめていく必要があります。

2 これまでの経過と課題

■育児に関する切れ目のない相談・支援に係る事業の推進

育児についての相談相手がいる母親の割合は、高い数値を維持しています。また育児に参加する父親の割合は増加し、目標値を上回っていますが、さらに増加を目指す取り組みが必要です。少子化や地域とのつながりも希薄となる中で、孤立した子育てによって虐待につながることを防ぐ、身近な場所における相談先としての子育て総合相談窓口や地域子育て支援拠点等の周知等、妊娠期から子育て期まで切れ目のない相談・支援に引き続き取り組み、推進していく必要があります。また、関係機関が連携し、支援が必要な方を早期に把握し、適切な支援につなぐ取り組みをさらにすすめていく必要があります。

■乳幼児健康診査の満足度向上に向けた取り組み

乳幼児健康診査に満足している人の割合は、中間評価時よりも減少しました。原因として、乳幼児健康診査は限られた時間の中で多くの方が受けられるため、新型コロナウイルス感染症の流行により、集団での健診に不安を感じた保護者が一定数いたこと等が考えられます。乳幼児健康診査は児の発育や発達を確認するとともに、支援を必要とする子育て家庭の相談支援など重要な機会であり、健診の質を確保するとともに、引き続き健診のスムーズな進行や環境整備に加え、受診しやすい体制づくり等、乳幼児健康診査の満足度向上に取り組んでいく必要があります。

■子どもの発達について育てにくさを感じている親への支援

子どもの発達が気になった時に相談できる機関を知っている人の割合と発達障害を知っている人の割合は中間評価時より改善していますが、目標値は達成していません。子どもの状態等に応じた適切な保健指導や関係機関と連携した取り組みを積極的にすすめていく必要があります。

3 目標・指標

目 標	指 標		現状値 (令和4年度)	目標値 (令和15年度)
育児についての 相談相手が いない母親をなくす	育児についての相談相手が いる母親の割合	3か月児健診時	99.9%	100%
		1歳6か月児健診時	99.8%	100%
		3歳児健診時	99.8%	100%
育児に不安等が あっても、前向きに 対応できる人を増やす	産後うつハイリスク者の割合		7.0%	減少
	ゆったりとした気分で 子どもと過ごせる時間がある 保護者の割合	3か月児健診時	85.9%	92%
		1歳6か月児健診時	76.9%	85%
		3歳児健診時	72.1%	75%
「育てにくさ」を 感じつつも適切な 対応がとれる親を増やす	子どもの発達が気になった時に 相談できる機関を知っている人の割合		44.3%	100%
	発達障害を知っている人の割合		62.2%	90%
児童虐待による死亡を なくす	児童虐待による死亡数ゼロ		0人(R3年度)	0人

4 市民のとりくみ

□ 必要な時は相談し、一人で悩まないようにしましょう。

- 子どものこと、育児のことで分からないこと、不安なことがあれば一人で悩まず誰かに相談しましょう。

□ 家族や周りの人と協力して子育てをしましょう。

- 家族が理解しあって家事・育児への具体的な役割分担をしましょう。
- 職場や近所の人など支援者、理解者を増やしましょう。子育てに限らず、家族の介護や自分自身の健康、仕事以外の活動など、お互いのワーク・ライフ・バランスを尊重していく姿勢が何より大切になります。

□ 地域全体で子育て家族を見守り、必要に応じて支援しましょう。

- 多様な家族形態があるなか、子育て家庭を孤立させることなく社会全体で子育て家庭を見守り、支えましょう。

5 市のとりくみ

□ 育児に関する切れ目のない相談・支援に係る事業の推進

- 各区の子育て総合相談窓口における相談支援や地域の子育て支援機関が連携を図り、必要な人に必要な情報や支援が届くよう子育て家庭に寄り添い切れ目のない支援を行います。
- 両親学級など母親に限らず父親を含めた身近な養育者への相談・支援を推進します。
- 乳幼児健康診査において児の発育や発達を確認するとともに、支援を必要とする子育て家庭の相談支援を行います。

- 自ら相談できず、支援の場に出向くことができない場合がある事に留意し、支援する側が積極的に対象者のいる場に出向いて働きかける等、状況にあわせて支援を行います。
- 母子保健を取り巻く様々な課題に対応するため、令和6年4月の改正児童福祉法によるこども家庭センター設置の趣旨を踏まえ、子育て支援関係機関との連携を推進するとともに、支援者のスキル向上のための研修等を行います。
- 児童虐待防止を啓発するオレンジリボンキャンペーンなどにより虐待防止に対する意識の醸成、相談・支援体制の充実を図っています。虐待により死亡する子どもがなくなるよう、地域全体での見守り、妊娠期からの育児支援に向けた取り組みの継続が必要です。



健康コラム

世界自閉症啓発デーとは？

国連総会(平成19年12月18日開催)において、毎年4月2日を「世界自閉症啓発デー」(World Autism Awareness Day)とすることが決議され、全世界の人々に自閉症を理解してもらう取り組みが行われています。

名古屋市では発達障害啓発の取り組みの一環として中部電力 MIRAI TOWERと東山スカイタワーをライトアップするとともに、6月30日までの間、企業や大学などに協賛・協力をいただいて発達障害について理解を広める取り組みを行います。

自閉症をはじめとする発達障害について知っていただくこと、理解をしていただくことは、発達障害のある人だけでなく、誰もが幸せに暮らすことができる社会の実現につながるものと考えております。



中部電力 MIRAI TOWER
ライトアップの様子

健康コラム

「発達障害」ってなあに？

発達障害とは、生まれつきの脳機能の障害です。その原因は本人の甘えや育て方ではありません。発達障害には、自閉スペクトラム症(ASD)、注意欠如・多動症(ADHD)、限局性学習症(SLD)などがあります。

A S D : コミュニケーションが苦手、こだわりや感覚の特性あり

A D H D : 集中できない、じっとしてられない、衝動的

S L D : 読み・書き・計算など特定分野が極端に苦手

例えば、ASDのある人は、自分の行動が他の人からどう見られているかという視点を持ちにくく、いわゆる「空気を読む」ことが苦手です。悪気なくやっていることが誤解されやすいので、本人は辛いです。このような特性は大なり小なり誰にでもあるものです。私たち一人ひとりが多様性を認め、受け入れる寛容さや穏やかなまなざしを持つ姿勢が大切です。

名古屋市発達障害者支援センターりんくす名古屋は、発達障害のある方、その家族や支援者、関係者などに対して、子どもから大人まで年齢にかかわらず、発達障害に関する相談に応じています。また、保健、医療、福祉、教育、労働などの関係機関と連携して支援しています。

3 社会環境の質の向上

分野14

社会とのつながり

関連計画 名古屋市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画、名古屋市地域福祉計画

1 基本的な考え方

人々の健康は、その人を取り巻く社会環境に影響を受けることが知られており、例えば、就労、ボランティア、通いの場といった居場所づくり・社会参加が健康に影響することから、ソーシャルキャピタル*の醸成を促します。

*ソーシャルキャピタル：地域に根ざした信頼や社会規範、ネットワークといった社会関係資本等を意味する。

2 目標・指標

目 標	指 標	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和15年度)
社会との つながりを 維持・向上 する	困った時に相談できる人が隣近所や地域にいる高齢者の割合	67.2%	75%(R12年度)*1
	地域活動やボランティア・NPO活動に参加している人の割合	23.5%	35%(R12年度)*1
	家族等の誰かと一緒に食事をする人の割合(1週間のうち1日以上家族や友人等と一緒に食事をする人の割合)	70.4%	90%(R7年度)*2
	【再掲】心のサポーター数	124人	20,000人

*1 名古屋市総合計画における令和12年度の目標値

*2 名古屋市食育推進計画における令和7年度の目標値

3 市民のとりくみ

□ 地域活動など積極的な社会参加

- 家族や親族、ご近所のつながりや思いやりを大切にし、地域で行われる行事や活動に積極的に参加・協力しましょう。
- 高齢になっても健康ではつらつとして暮らすため、生きがいを持って積極的に社会参加をしましょう。

□ 「共食」のすすめ

- 家族や友人等と食事を共にする「共食」は、心もからだも元気にしてくれます。個人のライフスタイルや家庭の状況が多様化している中で、みんなでそろって食事をするのが難しい面もありますが、「共食」を通じたコミュニケーションを大切にしましょう。

4 市のとりくみ

□ 地域活動・社会参加に対する支援

- つながり支えあう地域をつくるため、社会的な孤立を生まない地域を目指し、地域における様々な活動を支援します。 ※地域における活動の事例をP.79～で紹介しています。
- 就労・就学を含めた様々な社会活動に参加できるよう支援をします。

- 高齢者が気軽に外出し、様々な活動に積極的に参加できるよう市営地下鉄等に無料で乗車できる「敬老パス」を交付します。

□ 共食の普及に向けた推進

- 個人のライフスタイルや家庭状況に配慮しながら、家族や友人等との「共食」の大切さについての情報発信などの普及啓発に取り組むとともに、お住まいの地域で友人等と楽しみながら食事をする機会が増えるようなつながりづくりのきっかけとして地域サロン等の充実に取り組みます。

健康コラム

保健環境委員会の活動とあゆみ



名古屋市保健環境委員として、名古屋市長から委嘱を受けた約7,500名の市民が活動しています。名古屋市における保健環境委員制度は、本市の公衆衛生に対する正しい知識の普及、実践などを通じて公衆衛生を向上・増進し、地区衛生活動の進展を図るため、昭和22年6月に創設されました。

近年では、市民の健康づくり推進の担い手として、平成26年度からロコモ予防セミナーや地域ロコモ予防教室の開催など、「ロコモ予防」に関する取り組みを実施し、地域住民への普及啓発に取り組んできました。また、新型コロナウイルス感染症流行の影響もあり、フレイルの急速な進行が懸念される中で、ロコモ予防の経験を活かしつつ、令和4年度からフレイル予防教室を開催するなど、「フレイル予防」の推進に取り組んでいます。

地域住民と行政を結ぶパイプ役として、また地域公衆衛生活動の推進力として、力強い活動を行う保健環境委員は、名古屋市にとってかけがえのないものとなっています。



フレイル予防教室の様子



資源ステーションでの活動

健康コラム

民生委員・児童委員の活動とあゆみ



民生委員・児童委員は、民生委員法に基づき、ボランティアとして活動する非常勤の地方公務員です。名古屋市の民生委員制度は1923年(大正12年)に創設され、現在、厚生労働大臣・名古屋市長から委嘱を受けた約4,500名の市民が活動しています。すべての民生委員は児童委員も兼ねていて、子どもに関わる支援活動もしています。また、特定の区域をもたずに、子どもや子育て家庭に関する支援を専門に担当する主任児童委員もいます。地域の住民の一員として、担当する区域で地域の方の生活上のさまざまな相談に応じ、その解決に向けて一緒に考え、利用できる福祉サービスなどの情報提供や行政等の専門機関を紹介する「つなぎ役」です。身近な相談相手として、ひとり暮らし高齢者への訪問や、子どもたちへの声かけなど、あたたかく見守る活動を行う名古屋市民生委員・児童委員は、名古屋市にとってかけがえのないものとなっています。



機関紙「民生名古屋」第1号(昭和25年)



名古屋市民生委員・児童委員大会の様子

名古屋市地域女性団体 連絡協議会の活動とあゆみ

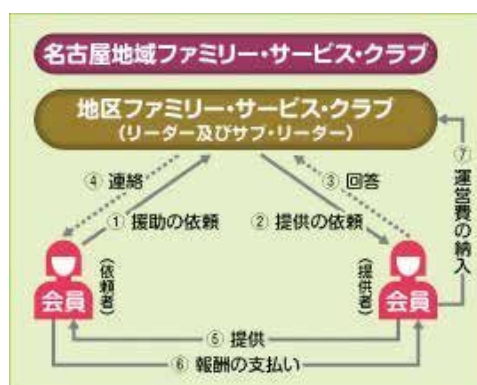


名古屋市地域女性団体連絡協議会は、昭和23年に「婦人の地位向上」を目指し、名古屋市婦人団体協議会として結成されました。現在に至るまで、社会教育関係団体として学びと実践を重ねながら活動を続けています。

「安心して暮らせるまちづくり」に向けて活動する会員にとって役立つ情報を発信する機関紙「女性なごや」の発行、女性の生きがい、仲間づくりを進める「お楽しみ教室」の開催、近隣における会員同士の相互援助を通して、自らの生きがいの充実や社会参加を目指すとともに、住みよく明るい地域づくりのために始められた「ファミリー・サービス・クラブ」の実施を女性会の三大事業と位置づけ、日々学びと実践を積み重ねています。



機関紙「女性なごや」



ファミリー・サービス・クラブの概要

リーダーとしての見識を広めることを目的に実施されている課題別リーダー研修では、近年、関心が高まっている健康をテーマとし名古屋市立大学による連続講座を開催し、会員自身が元気に活動するためだけでなく、学んだ知識を家族や地域住民に伝えることで健やかな社会づくりに役立てる活動を行っています。

また、「地域 いきいき世話やきおばさん」として、それぞれの暮らす地域を主な活動の場として、子どもの見守り活動、声かけ、防犯パトロール、サロンの開催など、地域の実情に応じて課題の解消や推進したい取り組みを進めています。

さらに、各区・各学区の会員が、1年間の学習や実践の成果を発表する研究協議大会では、「地域 いきいき世話やきおばさん」をメインテーマとし、互いの活動を知ることによって活動の視野を広げています。

他の団体との連携、協働しながら地域に根差した活動を行うことで学習や活動の成果を女性会のなかにとどめるのではなく、地域へと還元することを心がけることで、女性会の活動は、地域の輪、人の和につながり、名古屋市にとってかけがえのないものとなっています。



研究協議大会の様子



名古屋市地域女性団体体育祭の様子

1 基本的な考え方

健康寿命の延伸には、自ら健康づくりに積極的に取り組む人だけではなく、健康に関心の薄い者を含む、幅広い人に対してアプローチを行うことが重要であるため、本人が無理なく自然に健康な行動を取ることができるような環境整備を行います。

2 目標・指標

目 標	指 標	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和15年度)
自然に健康になれる 環境づくりを推進する	表示をよく見て食品を購入する人の割合	41.9%(R2年度)	60%(R7年度) ^{※1}
	【再掲】望まない受動喫煙の機会を有する人の割合	49.0%	減少
都市(まち)環境の 健康を維持・向上 する	大気汚染にかかる環境目標値(二酸化窒素)の達成率	100%	100%(R12年度) ^{※2}
	水質汚濁にかかる環境目標値(BOD)の達成率	80.0%	100%(R12年度) ^{※2}
	新たに確保された緑の面積	52ha(R2年度)	延べ400ha (R3~R12年度) ^{※3}

※1 名古屋市食育推進計画における令和7年度の目標値

※2 名古屋市環境基本計画における令和12年度の目標値

※3 名古屋市緑の基本計画における令和12年度の目標値

3 市民のとりくみ

□ 事業者による正しい食品表示

- 食品を製造販売する事業者は、消費者の安全と健康を支える食品表示を正しく理解し、表示しましょう。

□ 管理者による望まない受動喫煙が生じないような環境整備

- 飲食店・事務所の管理者は、利用者や従業員に望まない受動喫煙が生じないような環境を整備しましょう。

4 市のとりくみ

□ 食環境づくりの推進等

- 栄養成分の表示、食生活や健康に関する情報を提供する飲食店等を「食育推進協力店」として登録するほか、登録店舗のうち、野菜を多く使ったメニューを提供する店舗を募集しウェブサイトで紹介するなど、栄養を中心とした健康に関する普及啓発を進めます。
- 食品表示は、食品を摂取する際の安全性の確保及び自主的かつ合理的な食品の選択の機会を確保する重要な情報源です。この食品表示を正しく理解し、商品選択に役立てることが健康で栄養バランスのとれた食生活を営むことにつながることから、市民に対する普及啓発を進めます。また、食品関連事業者等に対しても食品表示法に基づいた表示方法について周知徹底を図ります。

- 令和2年度の健康増進法改正以降、原則禁煙となっている飲食店・事務所の管理者に対して、法令遵守の周知徹底を図るとともに、屋外における受動喫煙対策として、屋外分煙施設設置費用助成事業を推進します。

□ ウォーカブルなまちづくりの推進

- 居心地が良く歩きたくなる「ウォーカブルなまち」の実現に向け、「Nagoya まちなかオープンスペース制度」の運用などに取り組みます。

□ 都市(まち)環境の健康の維持・向上

- 身近な公園などを運動や健康づくりの場として幅広い世代の市民が活用できるよう、広場の整備や健康器具系施設の導入など、地域のニーズを踏まえた公園の魅力アップをはかります。
- 樹林地や湿地、都市農地などの今ある緑を保全するとともに、森づくりや緑化など緑の創出にも取り組み、自然環境や生活環境をより一層豊かなものにしていきます。
- 大気や水環境など、健康で安全、快適な生活環境の保全をはかります。

健康コラム

美味しく食べて、自然と健康になれる食環境づくり

外食や中食(なかしょく：そう菜や弁当などを買って帰り、家でとる食事)を利用する際に、食べようと思っている料理のエネルギーや栄養量がどれくらいなのか気になることはありませんか？適切な量の食事は生活習慣病の予防や健康づくりを考えるうえで重要です。名古屋市では、外食や中食に含まれるエネルギーなどの栄養成分値の表示や、食事バランスガイドを始めとする食生活に関する情報提供を行うお店や給食施設を「食育推進協力店」として登録し、皆さんがそのお店や給食施設を利用することで自然と健康になれる食環境づくりを進めており、食事の面から市民の健康づくりをサポートしています。また、健康のために野菜を食べたいという方のために、食育推進協力店登録店舗の中でも野菜をたっぷり提供している店舗を「なごベジダイニング」として、ウェブサイト「なごや食育ひろば」等で紹介する取り組みを行っています。皆さんの近くにもありますので、探してみたいはいかがでしょうか？



健康コラム

なごや健康都市宣言

本市は、人の健康及び取り巻く都市環境の健康に総合的に取り組むことを目的に、平成19年11月にWHO健康都市宣言(「なごや健康都市宣言」)を行いました。このことを踏まえ、これまで本市では第2次計画において、「人の健康」に加えて本市独自の視点として「大気環境及び水環境の保全」や「緑のまちづくり」などの「都市(まち)環境の健康」を参考指標として掲げ、個人を取り巻く社会環境の視点についても、現状値を把握してきました。これらの指標については、第3次計画において新設する分野15「自然に健康になれる環境づくり」に継承することとしました。今後も、「人の健康」の取り組みとしては、「健康なごやプラン21」による市民の健康づくり運動の推進、「名古屋市食育推進計画」による食育の推進を図っていきます。併せて「まちの健康」の視点から、関連する「名古屋市環境基本計画」「名古屋緑の基本計画」の2つの計画により、都市環境の整備も推進していきます。



1 基本的な考え方

健康づくりを行うに当たっては、保健・医療・福祉等へのアクセスが確保されていることに加えて、様々な基盤を整えることが重要であり、市のみならず企業や民間団体など多様な主体による取り組みを推進します。

2 目標・指標

目 標	指 標	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和15年度)
誰もが アクセスできる 健康増進の ための基盤を 整備する	健康を意識している人の割合	80.8%	増加
	名古屋市×協会けんぽ「健康宣言」Wチャレンジ実施企業数	2,812社(累積)	約5,000社(累積)
	名古屋市内の健康経営優良法人(中小規模法人部門)認定数	610社	約2,700社
	管理栄養士・栄養士を配置している特定給食施設※ (病院・介護老人保健施設・介護医療院を除く。)の割合	50.2%	57.6%

※特定給食施設：特定かつ多数の人(「1回100食以上又は1日250食以上」)に対して継続的に給食を提供する施設

3 市民のとりくみ

□ 事業者による健康経営の取り組み

- 事業者は、従業員の健康維持増進に向けて、健康経営に取り組みましょう。

4 市のとりくみ

□ 健康経営の推進

- 市内事業所における従業員の一層の健康維持促進を図るため、全国健康保険協会(協会けんぽ)愛知支部と連携して「健康宣言」を推進しています。名古屋市健康メニューについて優秀な取り組みをされた事業所には、「なごや健康宣言優良事業所」として協会けんぽと共同表彰を実施します。

□ 特定給食施設における栄養管理

- 働く世代や子どもの食環境整備において、社員食堂や学校、児童福祉施設等の特定給食施設で提供される食事の量や質の維持・改善や、栄養成分表示などの利用者への情報提供や栄養教育が重要です。特定給食施設での適切な栄養管理を促す観点から、管理栄養士・栄養士の配置を促し、配置された後の指導・支援を実施します。

□ なごや健康マイレージの実施

- 市民一人ひとりが、目標をもって楽しく健康づくりを始め、継続できる環境の整備を目的として、なごや健康マイレージを実施します。

1 背景

社会がより多様化することや、人生100年時代が本格的に到来することを踏まえ、集団・個人の特性をより重視しつつ健康づくりを行うことが重要です。例えば、健康課題や取り巻く状況は、ライフステージ(乳幼児期、青壮年期、高齢期等の人の生涯における各段階)において異なっており、具体的には以下のような点があげられます。

- ・働く世代や育児を行う人は健康づくりに費やす時間が十分でない
- ・若年女性のやせ、更年期の女性が女性ホルモン量の減少に伴い抱える様々な健康課題
- ・社会参加する機会の減少に伴い、高齢者の健康が悪化する

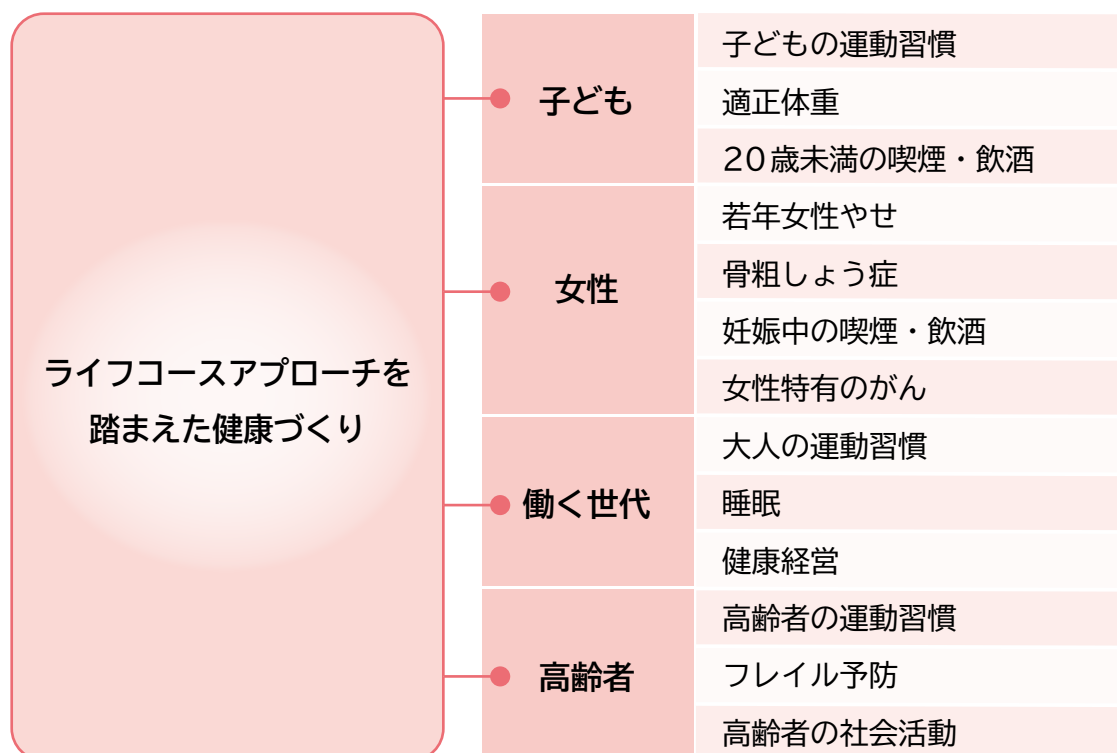
こうした現状も踏まえてライフステージに応じた健康づくりについて、引き続き取り組みを進める必要があります。

加えて、現在の健康状態は、これまでの自らの生活習慣や社会環境等の影響を受ける可能性や次世代の健康にも影響を及ぼす可能性があります。これらを踏まえ、胎児期から高齢期に至るまでの人の生涯を経時的に捉えた健康づくり(ライフコースアプローチ)の観点も取り入れることが「誰一人取り残さない健康づくり」には重要です。

特に女性については、ライフステージごとに女性ホルモンが劇的に変化するという特性等を踏まえ、人生の各段階における健康課題の解決を図ることや、幼少期からの生活習慣や健康状態は、成長してからの健康状態にも大きく影響するため、胎児期からの健康づくりの観点からも妊婦の健康増進を図ることが重要です。

こうした観点を踏まえ、本章では特に子ども、女性、働く世代、高齢者に関する指標について、第5章の分野別指標をライフコースごとに整理します。

● ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり



ライフコースアプローチとライフステージアプローチ

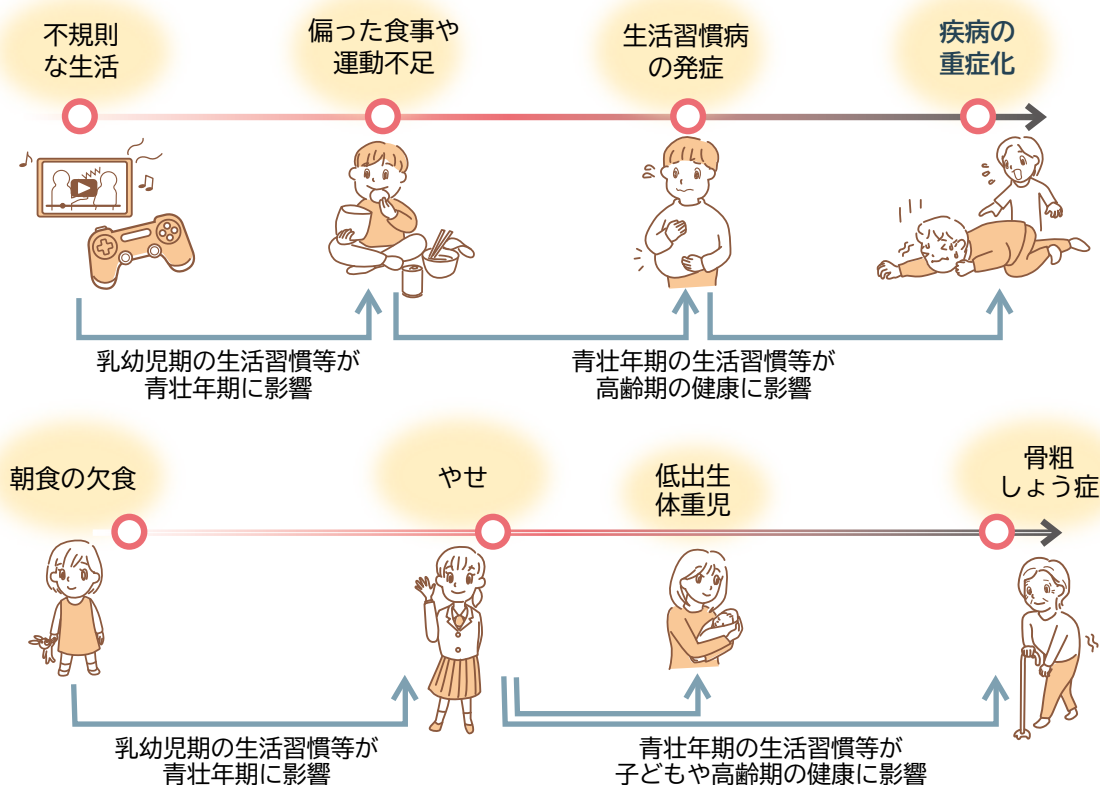
●ライフコースアプローチの考え方

現在の健康状態は過去の自身の生活習慣から大きな影響を受けており、また、現在の生活習慣は将来の自身の健康状態や子どもの健康状態に大きな影響を与えます。このような観点から、個人の健康づくりは一時点的な視点だけでなく、経時的な視点でアプローチすべきという考え方がライフコースアプローチです。

ライフコースアプローチ

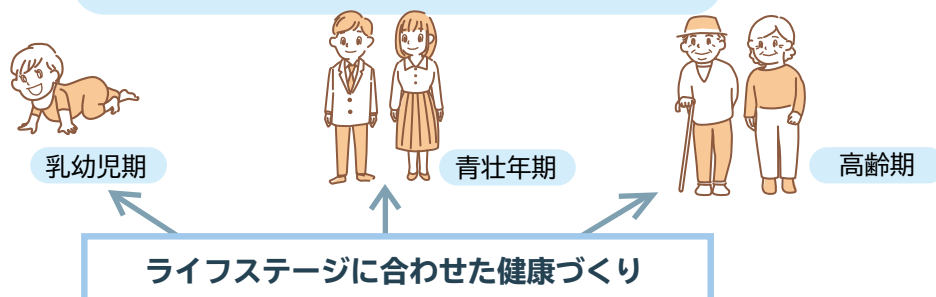
現在の生活習慣や社会環境等が将来の自らの健康状態や自身の子どもの健康状態に影響を与える可能性があることを踏まえ、ライフコースを意識した健康づくりを促していくアプローチ

ライフコースを意識した健康づくり



ライフステージアプローチ

ライフステージ(乳幼児期、青少年期、高齢期等の人の生涯における各段階)に応じ、特有の健康づくりが求められることを踏まえ、各ライフステージに合わせた健康づくりを促していくアプローチ



2 ライフコースごとの整理

1 子ども

■ ア 基本的な考え方

幼少期からの生活習慣や健康状態は、成長してからの健康状態にも大きく影響を与えるため、子どもの健康を支える取り組みを進める必要があります。

ライフコースアプローチのファーストステップとして、子どもが自身の健康に興味を持つことができるよう、家庭や地域、学校や保育所等、子どもを取り巻く様々な環境において、子どもに接する大人も健康な食生活や運動習慣などに関心を持ち、子どもたちが興味を持つように工夫をしながら、子どもたちに伝え、また一緒に取り組むことが重要です。

こうした観点から、適正体重の子どもの増加、子どもの頃からの運動習慣の獲得、20歳未満の人の飲酒及び喫煙、歯と口腔に関する目標を設定します。

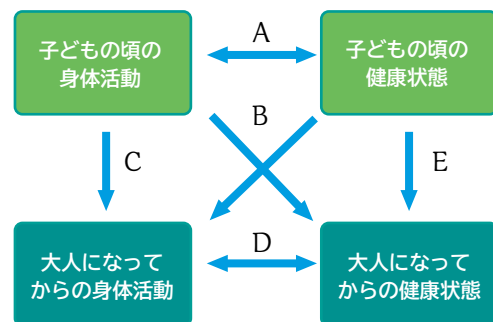
■ イ 指標

指 標		現状値 (令和4年度)	目標値 (令和15年度)	関連分野
全出生数中の低出生体重児(2500g未満)の割合		10.1% (R4年)	減少	分野 1
肥満傾向の小学5年生の割合	男子	5.2%	減少	分野 1、10
	女子	2.7%	減少	分野 1、10
痩身傾向の高校2年生女子の割合		3.1%	減少	分野 1、10
朝食を毎日食べている人の割合	小学6年生	84.5% (R1年度)	90% (R7年度)	分野 1
	中学3年生	80.0% (R1年度)	85% (R7年度)	分野 1
1週間の総運動時間が60分未満の子ども (小学5年生と中学2年生)の割合		14.4% (R3年度)	12%	分野 2、10
喫煙する20歳未満の人の割合		0.0%	0%	分野 4、10
飲酒する20歳未満の人の割合		2.0%	0%	分野 5、10
3歳児で4本以上のう蝕のある人の割合		1.3%	0%	分野 6

■ ウ 市のとりくみの方向性

家庭・地域団体・学校・保育所等と連携し、子どもを取り巻く様々な環境において、子どもに接する大人も健康な食生活や運動習慣などに関心を持ち、子どもたちが興味を持つように工夫をしながら、取り組むことができるよう様々な機会を捉えて啓発を実施します。

社会環境や生活様式の変化から、現代の幼児は体を動かして遊ぶ機会が減少していると考えられます。そのため、多様な動きの獲得の遅れや体力・運動能力の低下だけでなく、運動・スポーツに親しむ資質や能力の育成の阻害、意欲や気力の減弱、対人関係などコミュニケーションをうまく構築できないなど、子どもの心身の発達にも重大な影響を及ぼすことが懸念されます。



身体活動と健康の関係

子どもの頃の身体活動と健康との関係（矢印A）だけでなく、子どもの頃の身体活動や健康状態が大人まで持ち越される（矢印B・C・E）可能性も指摘されており、子どもの頃、特に幼児期からの望ましい運動・生活習慣づくりは、生涯にわたって必要とされる体力や運動習慣、また健康の基礎を培う上で重要な意味を持つと考えられます。

※文部科学省「幼児期運動指針」参照

幼児期において、体を動かす遊びを中心とした身体活動を十分にすることは、基本的な動きを身に付けるだけでなく、生涯にわたってこころとからだの健康を維持し、積極的に活動に取り組み、豊かな人生を送るための基盤づくりとなります。

幼児にとって体を動かすことは遊びが中心ですが、散歩や手伝いなど生活の中での様々な動きも大切です。そのため、幼稚園・保育所などに限らず、家庭や地域での活動も含めて考える必要があります。

また、体を動かすことが幼稚園や保育所などでの一過性のものとならないように、体を動かす時間の確保について、保育者だけでなく保護者も工夫することが望まれます。幼児が園生活で体を動かして遊ぶ様子などを家庭や地域にも伝え、連携し、共に育てる姿勢をもつことが大切です。



楽しく体を動かす時間をつくりましょう

健康コラム

小学校における食に関する指導の例

●食育の視点

「学校給食の献立から食事大切なことを知り、それを生かして1食分の給食の献立を考えることができるようにする。」

給食は、主食、おかずなどから構成されています。以下を参考に今日の給食の献立を考えてみましょう。

<決める順番>

- ①主食(ごはんやパン)
- ②おかず(2～3品)
- ③デザート

<気を付けること>

- ①栄養のバランス(右の図を参照)
- ②食品数(11品目以上)



出典 文部科学省『「食」の探求と社会への広がり』

栄養のバランスを考えて献立を選べましたか？
色々な食品を組み合わせることはできましたか？

児童が作成した栄養バランスを考えた給食の例

- ①主食(ごはん)
- ②おかず(さわらの南蛮づけ、おひたし、みそしる)
- ③デザート等(ヨーグルト、牛乳)

使用している食品

ごはん、さわら、ねぎ、ほうれんそう
にんじん、けずりぶし、みつば、ふ、
わかめ、切り干しだいこん、牛乳、
みそ、油、でん粉



2 女性

■ ア 基本的な考え方

女性については、ライフステージごとに女性ホルモンが劇的に変化するという特性等を踏まえ、人生の各段階における健康課題の解決を図ることが重要です。このため、女性に多いやせ、骨折や転倒、骨粗しょう症等の健康課題、妊娠中の喫煙・飲酒、女性特有のがん検診に関する指標を設定します。

■ イ 指標

指 標		現状値 (令和4年度)	目標値 (令和15年度)	関連分野
肥満者の割合(40～60歳代女性)		15.6%	10%	分野 1
BMI18.5未満の20～30歳代の女性の割合		20.1%	15%	分野 1、11
後期高齢者医療の骨折入院者数(被保険者千人当たり)(女性)		20.6	18	分野 2
後期高齢者医療健康診査における転倒割合 (「半年以内に転倒した」と回答した人の割合)(女性)		19.2%	16%	分野 2
骨粗しょう症検診受診率(名古屋市実施分)(女性)		30.3% (30,470人)	30%以上 を維持	分野 2、9
妊娠中に喫煙する人の割合		1.7% (R3年度)	0%	分野 4、11
妊娠中に飲酒する人の割合		0.7% (R3年度)	0%	分野 5、11
がん検診の受診率(名古屋市実施分)	子宮がん	64.4% (88,347人)	70%	分野 8、9
	乳がん	51.6% (44,350人)	60%	分野 8、9

■ ウ 市のとりくみの方向性

女性が生涯を通じて健康に過ごすためには、女性ホルモンと女性特有のからだの仕組みについて、女性自身だけではなく、家族や企業、地域など社会全体で理解を深めていくことが重要であり、様々な機会を捉えて啓発を実施します。

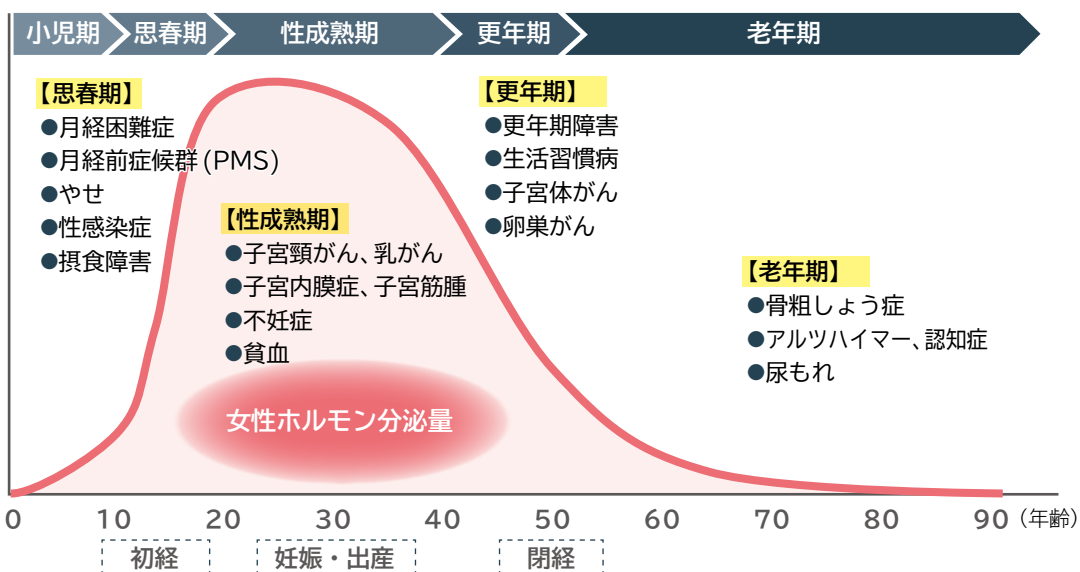
女性のからだは小児期、思春期、性成熟期、更年期、老年期へと変化していきますが、各ライフステージにおいて罹りやすい病気や症状も異なっています。これは、女性ホルモンの分泌量が変わることが要因であり、女性ホルモンは女性の心身に大きく影響しています。

女性ホルモンとは、おもに卵巣から分泌される「エストロゲン」と「プロゲステロン」のことを指し、思春期から更年期までに卵巣から分泌されるホルモンです。排卵や月経など、妊娠・出産に備えるからだづくりをするだけでなく、骨・脳・心臓・血管・皮膚・毛髪・関節・筋肉・免疫機能・自律神経等にも作用し、心身両面からサポートする重要な働きをしています。この2つのホルモンは月経周期というおよそ1か月単位の短いサイクルの中で分泌量が変動するため、女性は心身の不調が起こりやすい状況にあるのです。

さらに女性ホルモンは一生の間でも分泌量に大きな変動があります。男性ホルモンが加齢によって緩やかに下降するのに対し、女性ホルモンは40歳代後半～50歳代に急激に減少・喪失するという大きなホルモンの動きが訪れます。この時期を更年期と呼び、女性にとっては生物学的な生殖期の終わり、つまり妊娠機能と卵巣機能の停止を意味します。単に月経が停止し妊娠能力を失うだけではなく、全身の機能の低下や自律神経や免疫系などの調整システムの失調等がもたらされる時期と言えます。

女性が一生を通じて健康に過ごすためには、女性ホルモンと女性特有のからだの仕組みについて理解しておくことがとても大切です。また、これは女性自身だけではなく、家族や企業、地域、そして社会全体で理解を深めていくことが、現代社会において非常に重要となっています。

各ライフステージで起こりやすい健康トラブル(例)



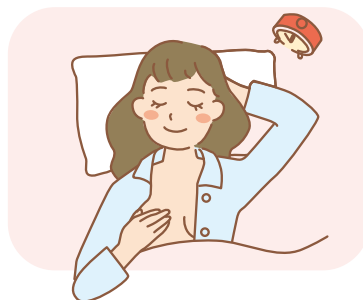
出典：一般財団法人 女性労働協会(厚生労働省委託事業)

●ブレスト・アウェアネス(乳房を意識する生活習慣)って？

女性が乳房の状態に日頃から関心を持つことにより、乳房の変化を感じたら速やかに医師に相談するという、正しい受診行動を身につけるためのキーワードです。



入浴時やシャワーで体を洗う時



寝る前に仰向けに寝た時

●大切な4つのポイント

①ご自身の乳房の状態を知る
乳房を見て、触って、感じる
生活習慣に、乳房を気軽に意識することを取り入れることが重要です。

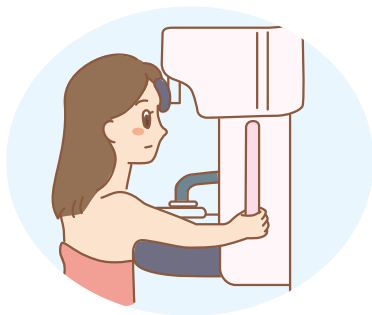
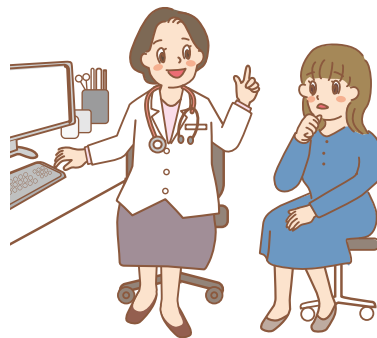
②乳房の変化に気をつける

<チェックすべき乳房の変化>

- ✓ 乳房の腫瘍(こぶ・かたまり)の自覚
- ✓ 乳頭からの分泌物
- ✓ 乳頭や乳輪のびらん(ただれ)
- ✓ 乳房の皮膚の凹みやひきつれ
- ✓ 乳房痛

③変化に気づいたらすぐ医師へ相談

④40歳になったら2年に1回乳がん検診



3 働く世代

■ ア 基本的な考え方

働く世代については、一般的に健康づくりに費やす時間が十分でないことや、健康に関心が薄いことなどが指摘されますが、生涯を経時的に捉えると高齢期に至るまで健康を保持するためには、高齢者の健康を支えるだけでなく、若年期からの取り組みが重要であり、「誰一人取り残さない健康づくり」の観点からも、「働く世代」に向けた取り組みを進める必要があります。

こうした観点から、適正体重の20歳以上の人の増加、20歳以上の人の運動習慣、睡眠、健康経営に関する目標を設定します。

■ イ 指標

指 標		現状値 (令和4年度)	目標値 (令和15年度)	関連分野
肥満者の割合	20～60歳代男性	30.5%	15%	分野1
	40～60歳代女性	15.6%	10%	分野1
週に1回以上、運動・スポーツを実施している 20歳以上の人の割合		53.3%	70% (令和9年度)	分野2
睡眠を十分に取れていない人の割合(20～60歳代)		29.5%	減少	分野3
名古屋市×協会けんぽ「健康宣言」Wチャレンジ 実施企業数		2,812社 (累積)	約5,000社 (累積)	分野16
名古屋市の健康経営優良法人 (中小規模法人部門)認定数		610社	約2,700社	分野16

■ ウ 市のとりくみの方向性

働く世代が多くの時間を過ごす職場において、健康づくりに取り組むことができるよう企業・保険者等と連携し、健康経営に関する取り組みを推進します。

働く世代は、仕事や子育てなど社会や家庭で担う役割が大きく、時間に追われ忙しい毎日を送っているのではないのでしょうか。健康への配慮が難しく、自分の身体に関心を持ちにくい時期であることから、食事や睡眠のリズムが乱れがちで、運動不足になりやすい傾向があります。健康寿命の延伸を阻む原因である生活習慣病は、働く世代からの生活習慣の積み重ねが大きく影響します。また、年齢を重ねるごとに様々な病気にかかる可能性が高くなり、通院や入院の機会も増えていくため、生涯健康にいきいき過ごしていくためにも働く世代の健康づくりは非常に重要です。自分自身や家族のためにも、いつまでも元気でいるために、今から健康づくりに取り組みましょう。

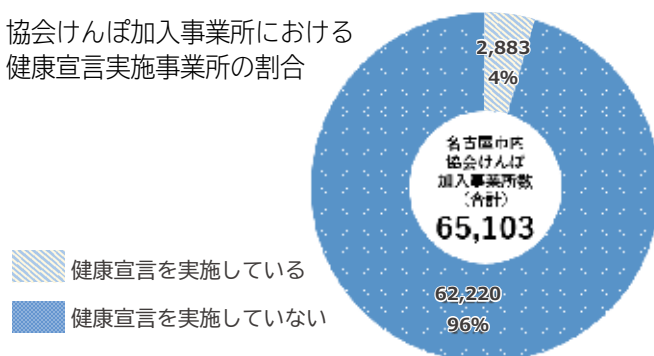
家庭での取り組みも大切ですが、働く世代の方が1日の大半を過ごす「職場」での取り組みは非常に重要です。名古屋市では、事業所の健康づくりを応援するため、健康づくり支援メニューをご用意しております。また、従業員の健康維持についての取組手法、効果などを対外的に発信し、市内事業所における従業員の一層の健康維持促進を図るため、優秀な取り組みをされた事業所を市長が全国健康保険協会愛知支部長と共同で表彰を行う「なごや健康宣言優良事業所表彰」を実施しています。

●なごや健康宣言優良事業所表彰

表彰年月	事業所名	好事例取り組み内容
令和2年10月	大有建設株式会社	・保健指導対象者(予備軍含む)への実施機会提供
令和2年10月	尾畑長硝子会社	・感染症予防に向けた検査、予防接種の周知・実施促進 ・長時間労働抑制に向けた職場環境整備
令和5年2月	勤次郎株式会社	・こころの健康づくりのための情報発信 ・食生活改善に向けたドリンク配布 ・禁煙に向けた費用補助等 ・臨床医・産業医・保健師によるオンライン面談の実施

●企業における健康経営に関する状況

協会けんぽ加入事業所における
健康宣言実施事業所の割合



出典：協会けんぽ愛知支部把握データ ※令和5年5月25日現在



令和4年度なごや健康宣言優良事業所表彰の様子

4 高齢者

■ ア 基本的な考え方

高齢期に至るまで健康を保持するためには、高齢者の健康を支えるだけでなく、若年期からの取り組みが重要であるのと同時に、高齢期になっても健康を維持するための取り組みが必要です。

名古屋市の高齢者は、要介護の原因が骨折・転倒と回答された方が最も多いため、転倒予防等のため適切な運動習慣を維持することが大切です。また、高齢者のやせは、肥満よりも死亡率が高いことや、社会的なつながりを持つことは、身体的・精神的健康、生活習慣等により影響を与えることなどを踏まえる必要があります。こうした観点から、適正体重の高齢者の増加、運動習慣、フレイル予防、歯と口腔及び社会参加の促進に関する指標を設定します。

■ イ 指標

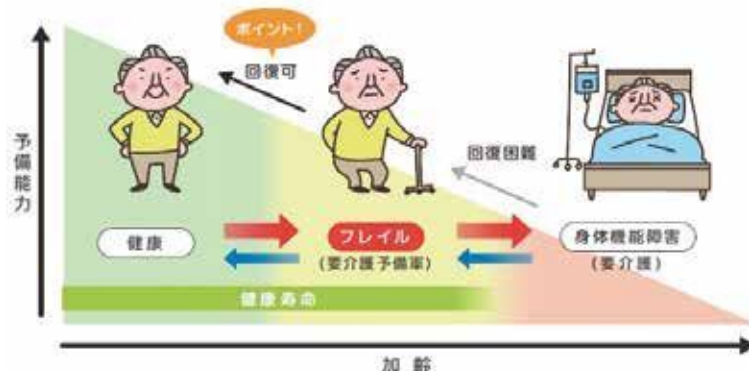
指 標		現状値 (令和4年度)	目標値 (令和15年度)	関連分野
65歳以上のBMI20以下の人の割合		22.6%	13%	分野1
1日の歩数	65歳以上男性	5,997歩 (R1年度)	7,000歩	分野2
	65歳以上女性	4,120歩 (R1年度)		
週に2回以上、1回30分以上の運動を 1年以上継続している人の割合	65歳以上男性	34.7%	54%	分野2
	65歳以上女性	32.7%	44%	
後期高齢者医療の骨折入院者数(被保険者千人当たり)		16.9	15	分野2
後期高齢者医療健康診査における転倒割合 (「半年以内に転倒した」と回答した人の割合)		17.7%	15%	分野2
フレイル状態の高齢者の割合		16.8%	減少	分野2
80歳で20歯以上の自分の歯を有する人の割合		70.5%	85%	分野6
困った時に相談できる人が隣近所や地域にいる 高齢者の割合		67.2%	75%	分野14
就労や地域活動・ボランティア・NPO活動等に 参加している高齢者の割合		42.9%	55% (R12年度)	分野14

■ ウ 市のとりくみの方向性

高齢者は、複数の疾患を持っていることが多く、また、精神的又は社会的な脆弱性とといった多様な健康課題と不安を抱えやすい傾向にあります。高齢者一人ひとりの状況に応じ、必要な取り組みも異なることから、社会参加を促進するほか、高齢者の保健事業と介護予防を一体的に実施し、効果的で効率的な支援を図ります。

●フレイルとは……

高齢期になり身体・心・社会性の衰えにより虚弱になった状態を「フレイル」と呼びます。フレイルは健康と要介護の中間の状態ですが、早く気づき、栄養(食とお口の健康)・運動・社会参加といった生活習慣を改善することで、健康な状態に回復することが可能です。



●ロコモとは……

ロコモティブシンドローム(以下「ロコモ」という。)とは「骨」・「関節」・「筋肉」・「神経」などの運動器の機能低下により、立ったり歩いたりすることが困難になってしまう状態です。ロコモを早期に対策・予防することで、健康寿命の延伸、生活の質の向上、社会参加の促進につながります。

要支援・要介護になる原因の約25%は運動器の障害です。

こんな状態は要注意！ロコチェックをしてみましょう。

- 1 ☐ 片脚立ちで靴下がはけない
- 2 ☐ 家の中でつまずいたりすべったりする
- 3 ☐ 階段を上がるのに手すりが必要である
- 4 ☐ 家のやや重い仕事が困難である(掃除機の使用、布団の上げ下ろしなど)
- 5 ☐ 2キログラム程度の買い物をして持ち帰るのが困難である
- 6 ☐ 15分くらい続けて歩くことができない
- 7 ☐ 横断歩道を青信号で渡りきれない

7つの項目はすべて、骨や関節、筋肉などの運動器が衰えているサイン。

1つでも当てはまればロコモの心配があります。

ロコモを予防するために、足腰の筋肉をバランスよく鍛えましょう！

出典：ロコモチャレンジ！推進協議会資料

■目の健康について

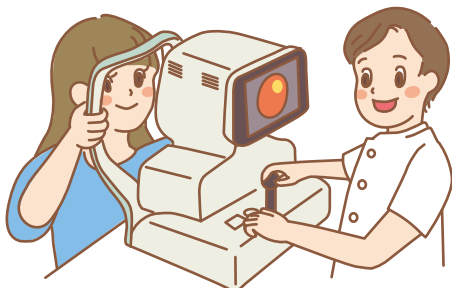
高齢化やパソコン、スマートフォンを多用している現代社会では、VDT症候群や緑内障等の眼科疾患の予防についても新たな課題となっています。「目の老化」が始まる中高年に起こりやすい目の病気もあるため、早期発見や予防につなげるよう、眼科受診を啓発するなど、目の健康に関する取り組みを推進する必要があります。

健康コラム

目の老化と目の健康

40歳を過ぎると、目の疲れ、目が乾く、近くのものが見えづらいなどの症状が気になる方が多くなり、それらの症状は「目の老化」の始まりと言われます。また、中高年に起こりやすい目の病気もあり、視力を損なう場合があります。目の健康には、全身の健康が大切です。バランスのよい食事をする、ストレスをためない、目を休ませる、十分な睡眠をとる、軽い運動、禁煙など、日ごろの健康習慣が大切です。

緑内障は自覚症状がなく進行します。早期発見することで進行を抑えることができますので、中高年の方は、目の健康を意識し、定期的な眼科検診をおすすめします。



大人の視覚障害の原因疾患

- 1位 緑内障
- 2位 網膜色素変性症
- 3位 糖尿病網膜症
- 4位 加齢黄班変性症

治療方法が確立していない網膜色素変性症以外は、早期発見・早期治療で進行を遅らせ、失明を防ぐことができるようになってきました。気になる症状がある場合は、早期発見・早期治療のため眼科受診しましょう。

1 推進会議等の設置・開催状況	98
2 健康なごやプラン21(第3次)の分野別の目標及び指標	101
3 健康なごやプラン21(第3次)のライフコースごとの指標	106
4 各分野の指標に係る現状値のデータソース一覧	107
5 健康に関するデータからみた名古屋市民のすがた	108
6 各分野に係る本市の主な事業	111
7 健康に関する市民アンケート集計結果	116
8 子育てに関する市民アンケート集計結果	124

1 推進会議等の設置・開催状況

1 健康なごやプラン21 推進会議開催規程

(趣旨)

第1条 広く健康に関わる関係機関・団体等が情報交換や健康づくりへの取り組みに関する意見交換を行うなど地域保健及び職域保健の連携を強化し、「健康なごやプラン21」(健康増進法に基づく市町村健康増進計画)を推進するため、健康なごやプラン21推進会議(以下「推進会議」という。)を開催する。

(地域・職域連携推進協議会)

第2条 推進会議は、「地域・職域連携推進事業実施要綱」(平成27年4月9日付健発第0409第16号厚生労働省健康局長通知「地域保健医療等推進事業の実施について」別添4)3(1)エに基づき、名古屋医療圏の地域・職域連携推進協議会を兼ねるものとする。

(構成)

第3条 推進会議は、次に掲げる者により構成する。

- (1) 学識経験者
- (2) 保健・医療・福祉関係者
- (3) 職域・地域関係者等
- (4) 市民委員として健康福祉局長が適当と認める者

(座長)

第4条 推進会議の座長は、構成員の互選により決定する。

2 座長は、推進会議の議事を進行する。

(会議)

第5条 推進会議は、必要に応じて関係者の出席を求め、その意見を聞くことができる。
2 会議は、原則として、公開とする。ただし、座長が必要と認めるときは、推進会議に諮って、非公開とすることができる。

(専門部会)

第6条 推進会議には、専門部会を置くことができる。

(謝金の額)

第7条 推進会議の出席者に対する謝金の額については、1日11,600円とする。

(庶務)

第8条 推進会議の庶務は、健康福祉局健康部健康増進課及び子ども青少年局子育て支援部子育て支援課において行う。

(その他)

第9条 この規程に定めるもののほか、推進会議の運営に関して必要な事項は、健康福祉局長が別に定める。

附 則

(施行及び適用期日)

この規程は、平成27年4月9日から施行し、平成27年4月1日から適用する。

(健康なごやプラン21 推進委員会設置規程の廃止)

健康なごやプラン21 推進委員会設置規程は、廃止する。

附 則

(施行期日)

この規程は、令和5年7月28日から施行する。

区分	所属	氏名	備考
学識経験者	名古屋立大学大学院医学研究科	赤津 裕康	座長
	あいち小児保健医療総合センター	山崎 嘉久	
医療関係者	名古屋市医師会	永田 悦子	
	名古屋市歯科医師会	吉田 憲生	
	名古屋市薬剤師会	深谷 清次	～R5.6
保健関係者	愛知県看護協会	矢野 宗敏	R5.7～
	名古屋市保健環境委員会	幾田 純代	
	愛知県栄養士会	浅井 秀子	
	連合愛知名古屋地域協議会	上原 正子	
産業・労働・地域等 関係者	連合愛知名古屋地域協議会	福森 敬和	～R5.9
	名古屋地域女性団体連絡協議会	小木曾 文亮	R5.10～
	名古屋地域女性団体連絡協議会	田澤 悦子	～R5.6
	名古屋商工会議所	横地 道代	R5.7～
	愛知県国民健康保険団体連合会	兒島 正幸	
保険者	愛知県国民健康保険団体連合会	鉄羅 尚武	～R5.6
	全国健康保険協会愛知支部	鈴木 尚次郎	R5.7～
	健康保険組合連合会愛知連合会	芦田 豊	～R5.9
	健康保険組合連合会愛知連合会	松下 敏幸	R5.10～
市民委員	市民委員	本多 恭子	
	市民委員	原 やす子	公募市民
	市民委員	武政 寛	公募市民 (敬称略)

2 推進会議の開催状況

年度	開催時期	内容
令和4年度	第1回 (令和4年9月1日)	・令和3年度「健康なごやプラン21(第2次)」にかかる主な事業実績について ・健康に関する市民アンケート(案)について ・各専門部会の開催状況について ・計画策定に向けてのスケジュールについて
	第2回 (令和5年3月23日)	・健康に関する市民アンケートの結果について ・アンケート結果をふまえた現行計画の評価と次期計画策定について ・健康日本21(第2次)の最終評価について
令和5年度	第1回 (令和5年7月20日)	・「健康なごやプラン21(第2次)」の最終評価(案)について ・健康日本21(第三次)の概要について ・次期健康なごやプラン21の骨子(案)について ・次期健康なごやプラン21 計画策定体制について ・次期健康なごやプラン21 計画策定スケジュールについて
	第2回 (令和5年10月26日)	・各専門部会等の開催状況について ・健康なごやプラン21(第3次)(案)について
	第3回 (令和6年2月15日)	・パブリックコメントの実施状況について ・健康なごやプラン21(第3次)(案)について ・健康なごやプラン21に関する令和6年度主な新規・拡充事業の状況(予定)

3 健康なごやプラン21 推進連絡調整会議設置規程

(設置)

第1条 全ての市民が健康で心豊かに生活できる社会をめざすため、名古屋市の特性を活かした計画を策定するとともに、総合的かつ計画的に推進するための機関として、健康なごやプラン21 推進連絡調整会議(以下「連絡調整会議」という。)を設置する。

(所掌事務)

第2条 連絡調整会議は、次の各号に掲げる事項について審議する。

- (1) 健康なごやプラン21の策定に係る諸施策の総合的な企画に関すること。
- (2) 健康なごやプラン21の策定に係る連絡調整に関すること。
- (3) 健康なごやプラン21の推進に関すること。
- (4) その他連絡調整会議において必要と認めたこと。

(構成)

第3条 連絡調整会議に会長、副会長及び委員を置く。

- 2 会長は健康福祉局健康部長とし、副会長は子ども青少年局子育て支援部長とする。
- 3 副会長は、会長を補佐し、会長に事故があるときは、あらかじめその定める順序により、その職務を代理する。
- 4 委員は、別表1に掲げる職にある者、その他会長が必要と認めて指定する職にある者をもって充てる。

(会議)

第4条 連絡調整会議の会議は、必要の都度会長が招集し、会長は会議の議長となる。

- 2 会長は、必要があると認めるときは、連絡調整会議の会議に関係者又は関係職員の出席を求め、説明又は意見を聞くことができる。

(作業部会)

第5条 連絡調整会議に作業部会を置く。

- 2 作業部会は、連絡調整会議から負託を受けた事案について作業を行い、その経過及び結果を連絡調整会議に報告する。
- 3 作業部会は、別表2に掲げる職にある者をもって充てる。

(庶務)

第6条 連絡調整会議の庶務は、健康福祉局健康部健康増進課及び子ども青少年局子育て支援部子育て支援課において行う。

(委任)

第7条 この規程に定めるもののほか、連絡調整会議の運営、その他必要な事項は、会長が別に定める。

附 則

この規程は、平成24年5月25日から施行する。

附 則

この規程は、平成24年9月 1日から施行する。

附 則

この規程は、平成25年4月 1日から施行する。

附 則

この規程は、平成26年4月 1日から施行する。

附 則

この規程は、平成28年4月 1日から施行する。

附 則

この規程は、平成30年4月 1日から施行する。

附 則

この規程は、令和 2年4月 1日から施行する。

附 則

この規程は、令和 4年4月 1日から施行する。

附 則

この規程は、令和 5年7月28日から施行する。

(別表1)

委 員	スポーツ市民局スポーツ推進部スポーツ振興室長
〃	環境局環境企画部環境企画課長
〃	健康福祉局高齢福祉部高齢福祉課長
〃	健康福祉局高齢福祉部地域ケア推進課長
〃	健康福祉局障害福祉部障害企画課長
〃	健康福祉局生活福祉部保険年金課長
〃	健康福祉局生活福祉部主幹（高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施に係る企画調整）
〃	健康福祉局健康部保健医療課長
〃	健康福祉局新型コロナウイルス感染症対策部感染症対策室長
〃	健康福祉局健康増進課長
〃	健康福祉局健康部主幹（がん対策・食育推進等）
〃	健康福祉局健康部主幹（公衆衛生看護）
〃	健康福祉局健康部主幹（精神保健・いのちの支援）
〃	子ども青少年局子育て支援部子育て支援課長
〃	住宅都市局都市計画部ウォーカーブル・景観推進室長
〃	緑政土木局緑地部緑地事業課長
〃	教育委員会事務局指導部学校保健課長
〃	教育委員会事務局生涯学習部生涯学習課長

(別表2)

スポーツ市民局スポーツ推進部スポーツ振興室スポーツ振興係長
環境局環境企画部環境企画課環境企画係長
健康福祉局高齢福祉部高齢福祉課企画係長
健康福祉局高齢福祉部地域ケア推進課地域福祉係長
健康福祉局高齢福祉部地域ケア推進課主査（いきいき支援センター・介護予防推進）
健康福祉局生活福祉部保険年金課給付係長
健康福祉局生活福祉部保険年金課主査（国民健康保険保健事業）
健康福祉局生活福祉部医療福祉課後期高齢者医療係長
健康福祉局健康部保健医療課地域医療係長
健康福祉局新型コロナウイルス感染症対策部感染症対策室感染症係長
健康福祉局健康増進課推進係長
健康福祉局健康部健康増進課主査（がん対策）
健康福祉局健康部健康増進課主査（食育推進等）
健康福祉局健康部健康増進課主査（公衆衛生看護）
健康福祉局健康部健康増進課精神保健係長
健康福祉局健康部健康増進課主査（いのちの支援）
子ども青少年局子育て支援部子育て支援課母子保健係長
住宅都市局都市計画部ウォーカーブル・景観推進室ウォーカーブル推進係長
緑政土木局緑地部緑地事業課緑地計画係長
教育委員会事務局指導部学校保健課保健体育係長
教育委員会事務局生涯学習部生涯学習課社会教育係長

2 健康なごやプラン21（第3次）の分野別の目標及び指標

第3次計画においては16分野で合計59項目の目標及び135項目の指標を設定します。

●分野別の目標及び指標一覧

目 標		指 標		現状値 (令和4年度)	目標値 (令和15年度)
分野1 栄養・食生活					
適正体重の子どもを増やす	全出生数中の低出生体重児（2500g未満）の割合			10.1% (R4年)	減少
	肥満傾向の小学5年生の割合	男子		5.2%	減少
		女子		2.7%	減少
	痩身傾向の高校2年生女子の割合			3.1%	減少
適正体重を維持している人 を増やす	肥満者の割合	20～60歳代 男性		30.5%	15%
		40～60歳代 女性		15.6%	10%
	BMI18.5未満の20～30歳代の女性の割合			20.1%	15%
朝食を毎日食べている人 を増やす	朝食を毎日食べている人の割合	小学6年生		84.5% (R1年度)	90% (R7年度)
		中学3年生		80.0% (R1年度)	85% (R7年度)
		20歳代	男性	64.7%	80% (R7年度)
			女性	58.2%	90% (R7年度)
		30歳代	男性	63.5%	90% (R7年度)
			女性	69.9%	
適切な量と質の食事をと る人を増やす	栄養バランスのとれた適量の食事をほとんど毎日とっている人の割合（1日のうち、少なくとも1食）			60.9%	65%
	野菜を1日350g以上食べるようにしている人の割合			37.6%	45%
	果物を1日200g程度食べるようにしている人の割合			28.6%	40%
	塩分を控えるようにしている人の割合			55.6%	75%
低栄養傾向の高齢者を減らす	65歳以上のBMI20以下の人の割合			22.6%	13%
分野2 身体活動・運動					
日常生活での歩数を増やす	1日の歩数	20～64歳	男性	7,512歩 (R1年度)	8,500歩
			女性	7,878歩 (R1年度)	
		65歳以上	男性	5,997歩 (R1年度)	7,000歩
			女性	4,120歩 (R1年度)	
運動習慣のある人 を増やす	週に2回以上、1回30分以上の運動を 1年以上継続している人の割合	20～64歳	男性	24.4%	34%
			女性	17.8%	29%
		65歳以上	男性	34.7%	54%
			女性	32.7%	44%
	週に1回以上、運動・スポーツを実施している20歳以上の人の割合			53.3%	70% (R9年度)
1週間の総運動時間が60分未満の子ども（小学5年生と 中学2年生）の割合			14.4% (R3年度)	12%	
高齢者の骨折を減らす	後期高齢者医療の骨折入院者数（被保険者千人当たり）			16.9	15
高齢者の転倒を減らす	後期高齢者医療健康診査における転倒割合（「半年以内に 転倒した」と回答した人の割合）			17.7%	15%
骨粗しょう症検診の受診率 を向上させる	骨粗しょう症検診受診率（名古屋市実施分）			30.3% (30,470人)	30%以上を 維持
フレイル状態の高齢者を 減らす	フレイル状態の高齢者の割合			16.8%	減少
	フレイルの認知度			29.5%	50%

目 標	指 標	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和15年度)
分野3 休養・こころの健康づくり			
睡眠を十分に取れていない人を減らす	睡眠を十分に取れていない人の割合	26.3%	減少
様々な悩みに関する相談機関の周知を図る	ウェブサイト「こころの絆創膏」の認知度	17.6% (R3年度)	30% (R9年度)
メンタルヘルスの問題などを抱える身近な人を支援できる人を増やす	「身近な人が悩みを抱えているように見えたとき、その人の助けになろうと声をかけ、話を聴こう」と思うし行動できる人の割合	45.3% (R3年度)	60% (R9年度)
	心のサポーター数	124人	20,000人
自殺者数（人口10万人当たり）を減らす	自殺者数（人口10万人当たり）	15.5 (R4年)	11.5 (R9年)
分野4 たばこ・COPD			
20歳以上の人の喫煙率を下げる	20歳以上の人の喫煙率	12.4%	12%
20歳未満の人の喫煙をなくす	喫煙する20歳未満の人の割合	0.0%	0%
妊娠中の喫煙をなくす	妊娠中に喫煙する人の割合	1.7% (R3年度)	0%
望まない受動喫煙の機会を有する人を減らす	望まない受動喫煙の機会を有する人の割合	49.0%	減少
COPDと喫煙の関係を知っている人を増やす	喫煙の影響でCOPDにかかりやすくなることを知っている人の割合	49.3%	増加
分野5 アルコール			
20歳未満の人の飲酒をなくす	飲酒する20歳未満の人の割合	2.0%	0%
生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人を減らす	生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人（1日当たりの純アルコール摂取量が男性40g以上、女性20g以上の人）の割合	男性 19.7% 女性 19.3%	16.7% 16.4%
妊娠中の飲酒をなくす	妊娠中に飲酒する人の割合	0.7% (R3年度)	0%
分野6 歯・口腔の健康			
歯科疾患を予防する	3歳児でう蝕のない人の割合	95.6%	95%以上を維持
	3歳児で4本以上のう蝕のある人の割合	1.3%	0%
	12歳児でう蝕のない人の割合	82.4%	95%
	20歳以上における未処置歯を有する人の割合（年齢調整値）	28.2%	20%
	10歳代～30歳代で歯肉に炎症所見を有する人の割合	12.1%	10%
	40歳以上における歯周炎を有する人の割合（年齢調整値）	59.8%	40%
	40歳以上における自分の歯が19歯以下の人の割合（年齢調整値）	7.1%	5%
	60歳で24歯以上の自分の歯を有する人の割合	90.7%	95%
口腔機能を獲得・維持・向上する	80歳で20歯以上の自分の歯を有する人の割合	70.5%	85%
	50歳以上における咀嚼良好者の割合（年齢調整値）	76.3%	80%
	50歳以上における嚥下良好者の割合（年齢調整値）	96.1%	95%以上を維持
歯科口腔保健を推進するために必要な社会環境を整備する	オーラルフレイルの認知度	24.1%	50%
	過去1年間に歯科健（検）診を受診した人の割合	61.0%	65%
	歯周疾患検診の受診率（名古屋市実施分）	10.2%	12%
分野7 循環器疾患・糖尿病 ※1 名古屋市国民健康保険特定健康診査・特定保健指導等実績値 ※2 名古屋市国民健康保険特定健康診査・特定保健指導法定報告値 ※3 後期高齢者医療健康診査実績値			
高血圧を改善する	収縮期血圧が140mmHg以上の人の割合	男性 28.3%※1	26.3% (R11年度)
		女性 23.9%※1	20.7% (R11年度)
脂質異常症の人を減らす	LDLコレステロール値が160mg/dl以上の人の割合	男性 9.6%※1	7.2% (R11年度)
		女性 14.4%※1	10.8% (R11年度)
糖尿病の合併症（糖尿病性腎症）を減らす	新規透析導入患者数（被保険者10万人当たり人数）	54.1※1	46.1 (R11年度)

目 標	指 標	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和15年度)
糖尿病治療を継続する人の割合を増やす	糖尿病治療継続者の割合（HbA1cが6.5%以上の人のうち、服薬治療している人の割合）	72.3%※1	75.0% (R11年度)
血糖コントロール不良者の割合を減らす	血糖コントロール指標におけるコントロール不良者の割合（HbA1cが8.0%以上の人の割合）	1.39%※1	1.04% (R11年度)
糖尿病の人の増加を抑制する	糖尿病有病者の割合（HbA1cが6.5%以上の人の割合）	男性	13.5%※1
		女性	6.6%※1
メタボリックシンドロームの該当者及び予備群を減らす	メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の割合	31.7%※2	25.8% (R11年度)
特定健康診査・特定保健指導等の実施率を向上させる	特定健康診査実施率	31.4%※2	38.6% (R11年度)
	後期高齢者医療健康診査実施率	24.7%※3	37.0% (R11年度)
	特定保健指導実施率	6.4%※2	12.6% (R11年度)

分野8 がん				
がん検診の受診率を向上させる	がん検診の受診率（名古屋市実施分）	胃がん	23.9% (26,251人)	50%
		大腸がん	23.9% (67,975人)	50%
		肺がん	19.8% (56,380人)	50%
		子宮がん	64.4% (88,347人)	70%
		乳がん	51.6% (44,350人)	60%
		前立腺がん	36.6% (27,686人)	50%
がん検診の精密検査受診率を向上させる	がん検診の精密検査受診率（名古屋市実施分）	胃がん	85.6% (R3年度)	90%
		大腸がん	64.7% (R3年度)	90%
		肺がん	74.0% (R3年度)	90%
		子宮がん	65.3% (R3年度)	90%
		乳がん	84.3% (R3年度)	90%
		前立腺がん	59.2% (R3年度)	90%

分野9 予防接種・各種検診				
予防接種の接種率を維持する	予防接種の接種率（麻しん・風しん（MR）ワクチン）	1歳以上2歳未満	96.6%	95%以上を維持
		小学校就学前年度1年間	94.9%	95%以上を維持
骨粗しょう症検診の受診率を向上させる	【再掲】骨粗しょう症検診受診率（名古屋市実施分）		30.3% (30,470人)	30%以上を維持
歯科口腔保健を推進するために必要な社会環境を整備する	【再掲】歯周疾患検診の受診率（名古屋市実施分）		10.2%	12%
がん検診の受診率を向上させる	【再掲】がん検診の受診率（名古屋市実施分）	胃がん	23.9% (26,251人)	50%
		大腸がん	23.9% (67,975人)	50%
		肺がん	19.8% (56,380人)	50%
		子宮がん	64.4% (88,347人)	70%
		乳がん	51.6% (44,350人)	60%
		前立腺がん	36.6% (27,686人)	50%

目 標	指 標	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和15年度)
分野10 思春期の保健対策の強化と心身両面の健康づくり			
20歳未満の人の喫煙・飲酒をなくす	【再掲】喫煙する20歳未満の人の割合	男性0.0% 女性0.0%	男女とも0%
	【再掲】飲酒する20歳未満の人の割合	男性0.0% 女性3.6%	男女とも0%
性感染症による身体的影響等を正しく理解している20歳未満の人を増やす	十代の性感染症罹患者（梅毒）	8人 (R4年)	減少
	十代の人工妊娠中絶率（人口千対）	8.5	減少
自分のからだとこころに関心を持ち知ることができ、より良くすることができるように行動することができる人を増やす	【再掲】肥満傾向の小学5年生の割合	男子 5.2%	減少
		女子 2.7%	減少
	【再掲】痩身傾向の高校2年生女子の割合	3.1%	減少
	朝食を欠食する子どもの割合	小学6年生 6.8% 中学3年生 10.3%	0%
	自分には良いところがあるという生徒の割合	小学6年生 81.6% 中学3年生 81.4%	増加
運動習慣のある人を増やす	【再掲】1週間の総運動時間が60分未満の子ども（小学5年生と中学2年生）	14.4% (R3年度)	12%
分野11 妊娠・出産に関する安心と安全性の確保と健康づくり			
妊娠中の喫煙・飲酒をなくす	【再掲】妊娠中に喫煙する人の割合	1.7% (R3年度)	0%
	【再掲】妊娠中に飲酒する人の割合	0.7% (R3年度)	0%
早期の妊娠届出者を増やす	妊娠11週以内での妊娠の届出者の割合	93.6%	100%
マタニティマークを普及啓発し、利用する人を増やす	マタニティマークを利用して効果を感じた母親の割合	63.0%	80%
適正体重を維持している女性を増やす	【再掲】BMI18.5未満の20～30歳代の女性の割合	20.1%	15%
分野12 小児保健水準の向上			
具体的な事故防止の知識を学び、家庭内の危険なもの、場所を見直して子どもの事故防止に努める家庭を増やす	乳幼児のいる家庭で、風呂場のドアを乳幼児が自分で開けることができないよう工夫した家庭の割合	44.4%	100%
心肺蘇生法を学び、応急処置ができる人を増やす	心肺蘇生法を知っている親の割合	21.8%	50%
	心肺蘇生法を適切にできる親の割合	12.9%	50%
乳児をうつぶせ寝にする人をなくす	乳児期にうつぶせ寝をさせている親の割合	0.4%	0%
分野13 子どものこころの安らかな発達と育児不安の軽減			
育児についての相談相手がない母親をなくす	育児についての相談相手がいる母親の割合	3か月児健診時 99.9%	100%
		1歳6か月児健診時 99.8%	100%
		3歳児健診時 99.8%	100%
育児に不安等があっても、前向きに対応できる人を増やす	産後うつハイリスク者の割合	7.0%	減少
	ゆったりとした気分で子どもと過ごせる時間がある保護者の割合	3か月児健診時 85.9%	92%
		1歳6か月児健診時 76.9%	85%
		3歳児健診時 72.1%	75%
「育てにくさ」を感じつつも適切な対応がとれる親を増やす	子どもの発達が気になった時に相談できる機関を知っている人の割合	44.3%	100%
	発達障害を知っている人の割合	62.2%	90%
児童虐待による死亡をなくす	児童虐待による死亡数ゼロ	0人 (R3年度)	0人

目 標	指 標	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和15年度)
分野14 社会とのつながり			
社会とのつながりを維持・向上する	困った時に相談できる人が隣近所や地域にいる高齢者の割合	67.2%	75% (R12年度)
	地域活動やボランティア・NPO活動に参加している人の割合	23.5%	35% (R12年度)
	家族等の誰かと一緒に食事をする人の割合(1週間のうち1日以上家族や友人等と一緒に食事をする人の割合)	70.4%	90% (R7年度)
	【再掲】心のサポーター数	124人	20,000人
分野15 自然に健康になれる環境づくり			
自然に健康になれる環境づくりを推進する	表示をよく見て食品を購入する人の割合	41.9% (R2年度)	60% (R7年度)
	【再掲】望まない受動喫煙の機会を有する人の割合	49.0%	減少
都市(まち)環境の健康を維持・向上する	大気汚染にかかる環境目標値(二酸化窒素)の達成率	100%	100% (R12年度)
	水質汚濁にかかる環境目標値(BOD)の達成率	80.0%	100% (R12年度)
	新たに確保された緑の面積	52ha (R2年度)	延べ400ha (R3~R12年度)
分野16 誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備			
誰もがアクセスできる健康増進のための基盤を整備する	健康を意識している人の割合	80.8%	増加
	名古屋市×協会けんぽ「健康宣言」Wチャレンジ実施企業数	2,812社 (累積)	約5,000社 (累積)
	名古屋市内の健康経営優良法人(中小規模法人部門)認定数	610社	約2,700社
	管理栄養士・栄養士を配置している特定給食施設(病院・介護老人保健施設・介護医療院を除く。)の割合	50.2%	57.6%

3 健康なごやプラン21（第3次）のライフコースごとの指標

第3次計画においては4つのライフコースで合計35項目の指標を設定します。

● ライフコースごとの指標一覧

指 標		現状値 (令和4年度)	目標値 (令和15年度)	関連分野
子ども				
全出生数中の低出生体重児（2500g未満）の割合		10.1% (R4年)	減少	分野1
肥満傾向の小学5年生の割合	男子	5.2%	減少	分野1、10
	女子	2.7%	減少	分野1、10
痩身傾向の高校2年生女子の割合		3.1%	減少	分野1、10
朝食を毎日食べている人の割合	小学6年生	84.5% (R1年度)	90% (R7年度)	分野1
	中学3年生	80.0% (R1年度)	85% (R7年度)	分野1
1週間の総運動時間が60分未満の子ども（小学5年生と中学2年生）の割合		14.4% (R3年度)	12%	分野2、10
喫煙する20歳未満の人の割合		0.0%	0%	分野4、10
飲酒する20歳未満の人の割合		2.0%	0%	分野5、10
3歳児で4本以上のう蝕のある人の割合		1.3%	0%	分野6
女性				
肥満者の割合（40～60歳代女性）		15.6%	10%	分野1
BMI18.5未満の20～30歳代の女性の割合		20.1%	15%	分野1、11
後期高齢者医療の骨折入院者数（被保険者千人当たり）（女性）		20.6	18	分野2
後期高齢者医療健康診査における転倒割合（「半年以内に転倒した」と回答した人の割合）（女性）		19.2%	16%	分野2
骨粗しょう症検診受診率（名古屋市実施分）（女性）		30.3% (30,470人)	30%以上を維持	分野2、9
妊娠中に喫煙する人の割合		1.7% (R3年度)	0%	分野4、11
妊娠中に飲酒する人の割合		0.7% (R3年度)	0%	分野5、11
がん検診の受診率（名古屋市実施分）	子宮がん	64.4% (88,347人)	70%	分野8、9
	乳がん	51.6% (44,350人)	60%	分野8、9
働く世代				
肥満者の割合	20～60歳代男性	30.5%	15%	分野1
	40～60歳代女性	15.6%	10%	分野1
週に1回以上、運動・スポーツを実施している20歳以上の人の割合		53.3%	70% (R9年度)	分野2
睡眠を十分に取れていない人の割合（20～60歳代）		29.5%	減少	分野3
名古屋市×協会けんぽ「健康宣言」Wチャレンジ実施企業数		2,812社 (累積)	約5,000社 (累積)	分野16
名古屋市の健康経営優良法人（中小規模法人部門）認定数		610社	約2,700社	分野16
高齢者				
65歳以上のBMI20以下の人の割合		22.6%	13%	分野1
1日の歩数	65歳以上男性	5,997歩 (R1年度)	7,000歩	分野2
	65歳以上女性	4,120歩 (R1年度)		
週に2回以上、1回30分以上の運動を1年以上継続している人の割合	65歳以上男性	34.7%	54%	分野2
	65歳以上女性	32.7%	44%	分野2
後期高齢者医療の骨折入院者数（被保険者千人当たり）		16.9	15	分野2
後期高齢者医療健康診査における転倒割合（「半年以内に転倒した」と回答した人の割合）		17.7%	15%	分野2
フレイル状態の高齢者の割合		16.8%	減少	分野2
80歳で20歯以上の自分の歯を有する人の割合		70.5%	85%	分野6
困った時に相談できる人が隣近所や地域にいる高齢者の割合		67.2%	75%	分野14
就労や地域活動・ボランティア・NPO活動等に参加している高齢者の割合		42.9%	55% (R12年度)	分野14

4 各分野の指標に係る現状値のデータソース一覧

分野	指標	データソース
分野1 栄養・食生活	全出生数中の低出生体重児（2500 g未満）の割合	人口動態統計
	肥満傾向の小児5年生の割合	名古屋市立の学校における学校保健統計調査を集計
	瘦身傾向の高校2年生女子の割合	調査を集計
	肥満者の割合	健康に関する市民アンケート
	BMI18.5未満の20～30歳の女性の割合	健康に関する市民アンケート
	朝食を毎日食べている人の割合	全国学力・学習状況調査
	20・30歳代	健康に関する市民アンケート
	栄養バランスのとれた適量の食事をほとんど毎日とっている人の割合	健康に関する市民アンケート
	野菜を1日350g以上食べるようにしている人の割合	健康に関する市民アンケート
	果物を1日200g程度食べるようにしている人の割合	健康に関する市民アンケート
分野2 身体活動・運動	場分を控えるようにしている人の割合	健康に関する市民アンケート
	65歳以上のBMI20以下の人の割合	健康に関する市民アンケート
	1日の歩数	国民健康・栄養調査を集計
分野3 休養・こころの健康づくり	週に2回以上、1回30分以上の運動を1年以上継続している人の割合	健康に関する市民アンケート
	週に1回以上、運動・スポーツを実施している20歳以上の人の割合	健康に関する市民アンケート
	1週間の総運動時間が60分未満の子どもの割合	名古屋市総合計画成果指標に関するアンケート調査
	全国体力・運動能力、運動習慣等調査	調査を集計
	後期高齢者医療の骨折入院者数	KDB後期高齢者医療入院院レポート情報
	後期高齢者医療健康診査における転倒割合	後期高齢者医療健康診査実績値
	骨粗しょう症検査受診率（名古屋市実施分）	骨粗しょう症検査受診率（名古屋市実施分）
	フレイル状態の高齢者の割合	健康とくらしの調査
	フレイルの認知度	健康に関する市民アンケート
	睡眠を十分に取れていない人の割合	健康に関する市民アンケート
分野4 たばこ・COPD	ウェブサイト「こころの絆創膏」の認知度	健康に関する市民アンケート
	「身振りが悩みを抱えているように見えたととき、その人の助けになろうと声をかけ、話を聴こう」と思うし行動できる人の割合	悩みの相談と自殺対策に関するアンケート
	心のサポーター数	心のサポーター養成研修の実施状況を集計
	自殺者数	人口動態統計
	20歳以上の人の喫煙率	人口動態統計
分野5 アルコール	喫煙する20歳未満の人の割合	健康に関する市民アンケート
	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	健康に関する市民アンケート
	妊婦中に喫煙する人の割合	健康に関する市民アンケート
	望まない受動喫煙の機会を有する人の割合	健康に関する市民アンケート
	喫煙の影響でCOPDにかかりやすくなることを知っている人の割合	健康に関する市民アンケート
分野6 歯・口腔の健康	飲酒する20歳未満の人の割合	健康に関する市民アンケート
	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	健康に関する市民アンケート
	妊婦中に喫煙する人の割合	健康に関する市民アンケート
	3歳児でう蝕のない人の割合	健康に関する市民アンケート
	3歳児で4本以上のう蝕のある人の割合	健康に関する市民アンケート
分野7 循環器疾患・糖尿病	12歳児でう蝕のない人の割合	健康に関する市民アンケート
	20歳以上における未処置歯を有する人の割合	健康に関する市民アンケート
	10歳代～30歳代で歯肉に炎症所見を有する人の割合	健康に関する市民アンケート
	40歳以上における歯周炎を有する人の割合	健康に関する市民アンケート
	40歳以上における自分の歯が19歯以下の人の割合	健康に関する市民アンケート
	60歳で24歯以上の自分の歯を有する人の割合	健康に関する市民アンケート
	80歳で20歯以上の自分の歯を有する人の割合	健康に関する市民アンケート
	50歳以上における咀嚼良好者の割合	健康に関する市民アンケート
	オーラルフレイルの認知度	健康に関する市民アンケート
	過去1年間に歯科健（検）診を受診した人の割合	健康に関する市民アンケート
分野8 がん	がん検診の受診率（名古屋市実施分）	健康に関する市民アンケート
	がん検診の精密検査受診率（名古屋市実施分）	健康に関する市民アンケート
分野9 予防接種・各種検診	予防接種の接種率（麻しん・風しん（MR）ワクチン）	健康に関する市民アンケート
	骨粗しょう症検診受診率（名古屋市実施分）	健康に関する市民アンケート
	歯周疾患検診の受診率（名古屋市実施分）	健康に関する市民アンケート
	がん検診の受診率（名古屋市実施分）	健康に関する市民アンケート
	がん検診の受診率（名古屋市実施分）	健康に関する市民アンケート
分野10 若年者の健康増進と心身両面の健康づくり	喫煙する20歳未満の人の割合	健康に関する市民アンケート
	飲酒する20歳未満の人の割合	健康に関する市民アンケート
	十代の性感染症罹患率（梅毒）	健康に関する市民アンケート
	肥満傾向の小児5年生の割合	健康に関する市民アンケート
	肥満傾向の高校2年生女子の割合	健康に関する市民アンケート
分野11 妊婦・出産に関する安心と安全性の確保と健康づくり	朝食を欠食する子どもの割合	健康に関する市民アンケート
	自分にはいまいとところがあるという生徒の割合	健康に関する市民アンケート
	妊婦中に喫煙する人の割合	健康に関する市民アンケート
	妊婦中に飲酒する人の割合	健康に関する市民アンケート
	妊婦11週以内での妊娠の届出者の割合	健康に関する市民アンケート
分野12 小児保健水準の向上	マタニティマークを利用して効果を感じた母親の割合	健康に関する市民アンケート
	BMI18.5未満の20～30歳の女性の割合	健康に関する市民アンケート
	乳幼児のいる家庭で、風呂場のドアを乳幼児が自分で開けることができないよう工夫した家庭の割合	健康に関する市民アンケート
	心肺蘇生法を知っている親の割合	健康に関する市民アンケート
	心肺蘇生法を適切にできる親の割合	健康に関する市民アンケート
分野13 子どものこころの安心な発達と育児不安の解消	乳児期にうつがせ寝をさせている親の割合	健康に関する市民アンケート
	育児についての相談相手がいる母親の割合	健康に関する市民アンケート
	産後うつやハイリスク者の割合	健康に関する市民アンケート
	ゆつたりとした気分で子どもと過ごせる時間がある保護者の割合	健康に関する市民アンケート
	子どもの発達に気がなった時に相談できる機関を知っている人の割合	健康に関する市民アンケート
分野14 社会とのつながり	発達障害を知っている人の割合	健康に関する市民アンケート
	困った時に相談できる人が隣近所や地域にいて高齢者の割合	健康に関する市民アンケート
	地域活動やボランティア・NPO活動に参加している人の割合	健康に関する市民アンケート
	家族等の誰かと一緒に食事を摂る人の割合	健康に関する市民アンケート
	心のサポーター数	健康に関する市民アンケート
分野15 自然に健康になれる環境づくり	表示をよく見て食品を購入する人の割合	健康に関する市民アンケート
	望まない受動喫煙の機会を有する人の割合	健康に関する市民アンケート
	大気汚染にかかる環境目標値（二酸化窒素）の達成率	健康に関する市民アンケート
	水質汚濁にかかる環境目標値（BOD）の達成率	健康に関する市民アンケート
	新たに確保された緑の面積	健康に関する市民アンケート
分野16 誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備	健康を意識している人の割合	健康に関する市民アンケート
	名古屋市×協会けんぽ「健康宣言」Wチャレンジ実施企業数	健康に関する市民アンケート
	名古屋市×協会の健康経営優良法人（中）健康経営優良法人（中）認定数	健康に関する市民アンケート
	管理栄養士・栄養士を配置している特定給食施設の割合	健康に関する市民アンケート
	健康に関する市民アンケート	健康に関する市民アンケート

分野	指標	データソース
分野7 循環器疾患・糖尿病	収縮期血圧が140mmHg以上の人の割合	名古屋市国民健康保険特定健康診査・特定保健指導等実績値
	LDLコレステロール値が160mg/dl以上の人の割合	名古屋市国民健康保険特定健康診査・特定保健指導等実績値
	新規透析導入患者数	名古屋市国民健康保険特定健康診査・特定保健指導等実績値
	糖尿病治療継続者の割合	名古屋市国民健康保険特定健康診査・特定保健指導等実績値
	血糖コントロール指標におけるコントロール不良者の割合	名古屋市国民健康保険特定健康診査・特定保健指導等実績値
	糖尿病有病者の割合	名古屋市国民健康保険特定健康診査・特定保健指導等実績値
	メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の割合	名古屋市国民健康保険特定健康診査・特定保健指導等実績値
	特定健康診査実施率	名古屋市国民健康保険特定健康診査・特定保健指導等実績値
	後期高齢者医療健康診査実施率	名古屋市国民健康保険特定健康診査・特定保健指導等実績値
	特定保健指導実施率	名古屋市国民健康保険特定健康診査・特定保健指導等実績値
分野8 がん	がん検診の受診率（名古屋市実施分）	健康に関する市民アンケート
	がん検診の精密検査受診率（名古屋市実施分）	健康に関する市民アンケート
	予防接種の接種率（麻しん・風しん（MR）ワクチン）	健康に関する市民アンケート
	骨粗しょう症検診受診率（名古屋市実施分）	健康に関する市民アンケート
	歯周疾患検診の受診率（名古屋市実施分）	健康に関する市民アンケート
分野9 予防接種・各種検診	がん検診の受診率（名古屋市実施分）	健康に関する市民アンケート
	がん検診の受診率（名古屋市実施分）	健康に関する市民アンケート
	がん検診の受診率（名古屋市実施分）	健康に関する市民アンケート
	がん検診の受診率（名古屋市実施分）	健康に関する市民アンケート
	がん検診の受診率（名古屋市実施分）	健康に関する市民アンケート
分野10 若年者の健康増進と心身両面の健康づくり	喫煙する20歳未満の人の割合	健康に関する市民アンケート
	飲酒する20歳未満の人の割合	健康に関する市民アンケート
	十代の性感染症罹患率（梅毒）	健康に関する市民アンケート
	肥満傾向の小児5年生の割合	健康に関する市民アンケート
	肥満傾向の高校2年生女子の割合	健康に関する市民アンケート
分野11 妊婦・出産に関する安心と安全性の確保と健康づくり	朝食を欠食する子どもの割合	健康に関する市民アンケート
	自分にはいまいとところがあるという生徒の割合	健康に関する市民アンケート
	妊婦中に喫煙する人の割合	健康に関する市民アンケート
	妊婦中に飲酒する人の割合	健康に関する市民アンケート
	妊婦11週以内での妊娠の届出者の割合	健康に関する市民アンケート
分野12 小児保健水準の向上	マタニティマークを利用して効果を感じた母親の割合	健康に関する市民アンケート
	BMI18.5未満の20～30歳の女性の割合	健康に関する市民アンケート
	乳幼児のいる家庭で、風呂場のドアを乳幼児が自分で開けることができないよう工夫した家庭の割合	健康に関する市民アンケート
	心肺蘇生法を知っている親の割合	健康に関する市民アンケート
	心肺蘇生法を適切にできる親の割合	健康に関する市民アンケート
分野13 子どものこころの安心な発達と育児不安の解消	乳児期にうつがせ寝をさせている親の割合	健康に関する市民アンケート
	育児についての相談相手がいる母親の割合	健康に関する市民アンケート
	産後うつやハイリスク者の割合	健康に関する市民アンケート
	ゆつたりとした気分で子どもと過ごせる時間がある保護者の割合	健康に関する市民アンケート
	子どもの発達に気がなった時に相談できる機関を知っている人の割合	健康に関する市民アンケート
分野14 社会とのつながり	発達障害を知っている人の割合	健康に関する市民アンケート
	困った時に相談できる人が隣近所や地域にいて高齢者の割合	健康に関する市民アンケート
	地域活動やボランティア・NPO活動に参加している人の割合	健康に関する市民アンケート
	家族等の誰かと一緒に食事を摂る人の割合	健康に関する市民アンケート
	心のサポーター数	健康に関する市民アンケート
分野15 自然に健康になれる環境づくり	表示をよく見て食品を購入する人の割合	健康に関する市民アンケート
	望まない受動喫煙の機会を有する人の割合	健康に関する市民アンケート
	大気汚染にかかる環境目標値（二酸化窒素）の達成率	健康に関する市民アンケート
	水質汚濁にかかる環境目標値（BOD）の達成率	健康に関する市民アンケート
	新たに確保された緑の面積	健康に関する市民アンケート
分野16 誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備	健康を意識している人の割合	健康に関する市民アンケート
	名古屋市×協会けんぽ「健康宣言」Wチャレンジ実施企業数	健康に関する市民アンケート
	名古屋市×協会の健康経営優良法人（中）健康経営優良法人（中）認定数	健康に関する市民アンケート
	管理栄養士・栄養士を配置している特定給食施設の割合	健康に関する市民アンケート
	健康に関する市民アンケート	健康に関する市民アンケート

1 人口動態（令和4年）

区分	名古屋市	全国	単位
出生率	7.0	6.3	人口千対
合計特殊出生率※1	1.25	1.26	-
死亡率	11.2	12.9	人口千対
乳児死亡率※2	1.8	1.8	
新生児死亡率※3	0.9	0.8	出生千対
死産率※4	18.6	19.3	

※1：15歳から49歳までの女性の年齢別出生率を合計したもので、1人の女性が
 がその年齢別出生率で一生の間に生むとしたときの子どもの数に相当
 ※2：生後1年未満の死亡
 ※3：生後4週未満の死亡
 ※4：妊娠満12週以後の死産の出産

出生・死亡

区分	名古屋市	全国	単位
悪性新生物	281.9	316.1	人口10万対
老衰	147.9	147.1	
心疾患	138.7	190.9	
脳血管疾患	62.6	88.1	
肺炎	42.6	60.7	
誤嚥性肺炎	53.7	45.9	
不慮の事故	26.4	35.6	
自殺	15.5	17.4	

死因別死亡率

2 高齢化の状況

●高齢化率

市：25.4%
 全国：29.0%
 ※65歳以上人口の割合
 (R4.10)

●要介護・要支援認定率

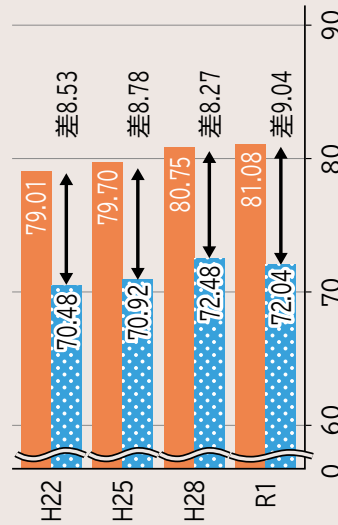
市：20.8%（軽度13.5%、重度7.2%）
 全国：18.9%（軽度12.4%、重度6.5%）
 ※軽度：要支援1～要介護2、重度：要介護3～5
 ※第1号被保険者に占める要介護・要支援認定者の割合（市R5.3市、全国R4.3市）

3 平均寿命・健康寿命の推移

●名古屋市

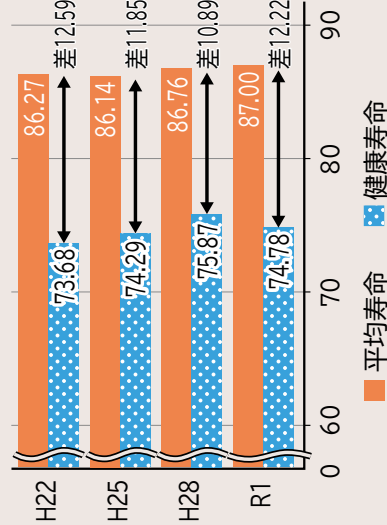
男性

(単位：年)



女性

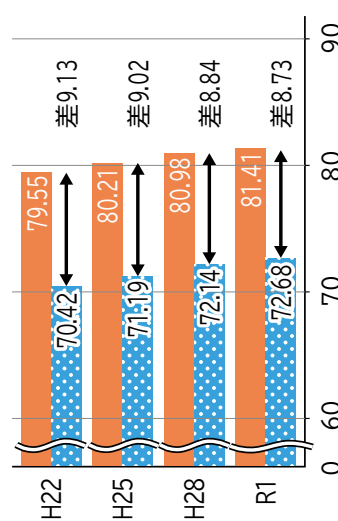
(単位：年)



●全国

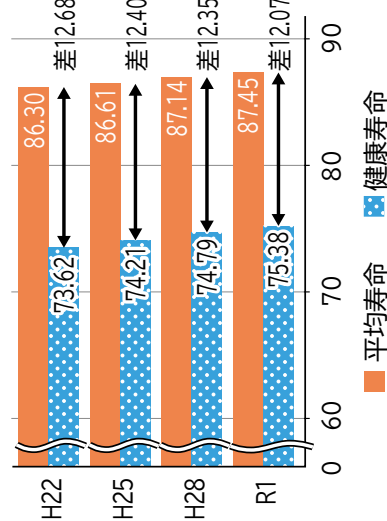
男性

(単位：年)



女性

(単位：年)



4 健康なごやプラン21における主な指標の状況 ※特に記載のない限り、令和4年度の数値を表す

栄養・食生活

区分	名古屋市	全国	データソース等
低出生体重児の割合	10.1% (R4年)	9.4% (R4年)	人口動態統計
肥満傾向の小学5年生の割合	男子5.2% 女子2.7%	12.6% 9.3% (R3年度)	学校保健統計調査
肥満者の割合	20～60歳代男性	34.7% (R1年)	市：健康に関する市民アンケート 国：国民健康・栄養調査
	40～60歳代女性	22.7% (R1年)	
BMI18.5未満の20～30歳代の女性の割合	20.1%	20.7% (R1年)	市：健康に関する市民アンケート 国：20歳代女性、国民健康・栄養調査
65歳以上のBMI 20以下の人の割合	22.6%	16.8% (R1年)	市：健康に関する市民アンケート 国：国民健康・栄養調査

身体活動・運動

区分	名古屋市	全国	データソース等
週に2回以上、1回30分以上の運動を1年以上継続している人の割合	男性 20～64歳	24.1% (R1年)	市：健康に関する市民アンケート 国：国民健康・栄養調査
	女性 20～64歳	16.5% (R1年)	
	男性 65歳以上	41.5% (R1年)	
	女性 65歳以上	33.8% (R1年)	
1週間の総運動時間が60分未満の子ども（小学校5年生と中学校2年生）の割合	小5男子：9.5 中2男子：11.9 小5女子：14.6 中2女子：21.6	小5男子：8.8 中2男子：7.4 小5女子：14.5 中2女子：17.8	全国体力・運動能力、運動習慣等調査
骨粗しょう症検受診率	30.3%	5.3% (R3年)	市：名古屋市長官報告 国：日本骨粗鬆症財団報告

歯・口腔

区分	名古屋市	全国	データソース等
3歳児で4本以上う蝕のある人の割合	1.3%	3.5% (R2年度)	市：3歳児健康診査実績 国：地域保健・健康増進事業報告
10歳代～30歳代で歯肉に炎症所見を有する人の割合	12.1%	10歳代19.8% 20歳代24.5% (H30年)	市：健康に関する市民アンケート 国：10歳代 歯科疾患実態調査 20歳代～30歳代 国民健康・栄養調査
40歳代以上における歯周炎を有する人の割合（年齢調整値）	59.8%	56.2% (H28年)	市：歯周疾患検診実績 国：歯科疾患実態調査
80歳で20歯以上の自分の歯を有する人の割合	70.5%	51.2% (H28年)	市：歯周疾患検診実績 国：歯科疾患実態調査
50歳以上における咀嚼良好者の割合（年齢調整値）	76.3%	72.2% (R1年)	市：健康に関する市民アンケート 国：国民健康・栄養調査
過去1年間に歯科健（検）診を受診した人の割合	61.0%	52.9% (H28年)	市：健康に関する市民アンケート 国：歯科疾患実態調査

たばこ・アルコール

区分	名古屋市	全国	データソース等
20歳以上の喫煙率	12.4%	16.7% (R1年)	市：健康に関する市民アンケート 国：国民健康・栄養調査
妊娠中に喫煙する人の割合	1.7% (R3年度)	1.9% (R3年度)	母子保健課調査
生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人	男性	14.9% (R1年)	市：健康に関する市民アンケート 国：国民健康・栄養調査
	女性	9.1% (R1年)	
妊娠中に飲酒する人の割合	0.7% (R3年度)	0.9% (R3年度)	母子保健課調査



4 健康なごやプラン21における主な指標の状況 ※特に記載のない限り、令和4年度の数値を表す

循環器疾患・糖尿病

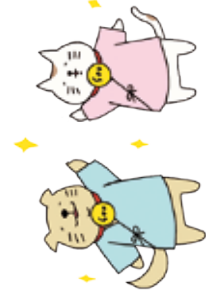
区分		名古屋市	全国	データソース等
特定健康診査実施率		31.4%	56.5%	市：法定報告値 国：特定健康診査・ 特定保健指導の実施状況
		6.4%	24.6%	
特定保健指導実施率		9.6%	10.0% (R1年)	市：KDB「保健指導対象者一覧」 国：40歳以上、内服加療中の者 を含む。年齢調整値 国民健康・栄養調査
	LDLコレステロール値が 160mg/dl以上の人の割合	14.4%	13.7% (R1年)	



名古屋市民健康保険特定健康診査
イメージキャラクター「メタボリックま」

がん

区分		名古屋市	全国	データソース等
がん検診の受診率	胃がん	23.9%	41.9% (R4年)	市：名古屋市実施分 国：40～69歳、 国民生活基礎調査
	大腸がん	23.9%	45.9% (R4年)	
	肺がん	19.8%	49.7% (R4年)	
	子宮がん	64.4%	43.6% (R4年)	
	乳がん	51.6%	47.4% (R4年)	



名古屋市ワンコインがん検診キャラクター

わんこいん

にゃんこいん

母子保健

区分	名古屋市	全国	データソース等
喫煙する20歳未満の人の割合	男性0.0% 女性0.0%	0.6% (R3年度)	市：健康に関する市民アンケート 国：厚生労働科学研究
飲酒する20歳未満の人の割合	男性0.0% 女性3.6%	0.6% (R3年度)	
十代の人工妊娠中絶率 (人口千対)	8.5	3.3 (R3年度)	市：名古屋市中区保健所からの報告 国：衛生行政報告例
肥満傾向の小学5年生の割合	男子5.2% 女子2.7%	12.6% 9.3% (R3年度)	学校保健統計調査
痩身傾向の高校2年生女子の割合	3.1%	2.3% (R3年度)	

区分	名古屋市	全国	データソース等
朝食を欠食する子どもの割合	小学6年生 6.8%	小学6年生 5.6%	学力・学習状況調査
自分には良いところがあるという生徒の割合	小学6年生81.6% 中学3年生81.4%	小学6年生79.3% 中学3年生78.5%	
妊娠11週以内での妊娠の届出者の割合	93.6%	94.8% (R3年度)	市：母子保健事業実績 国：地域保健・健康増進事業報告
BMI18.5未満の20～30歳代の女性の割合	20.1%	18.1% (R1年)	市：健康に関する市民アンケート 国：国民健康・栄養調査
産後うつへのハイリスク者の割合	7.0%	9.7% (R3年度)	市：母子保健事業実績値 国：母子保健課調査

6 各分野に関係する本市の主な事業（令和5年度時点）

分野1 栄養・食生活		実施内容	担当局
事業名	食育推進協力店登録	飲食店等のメニューに栄養成分表示をするなど健康情報の提供を図るため、愛地指導及び協力店の登録等を実施	健康福祉局
	食育の地域連携による協働事業の推進	地域で食育に取り組む団体、企業、大学等との協働による食育講習会の実施などにより、地域における食育活動の活性化を推進	健康福祉局
	なごや食育な援隊	市民を対象とした食育の啓発や実践活動を主体的にしていただけの個人、団体、企業の登録等を実施	健康福祉局
	なごや食育うろば	食育に関するコラム、レシピや、名古屋市やなごや食育応援隊が実施するイベントや講座等の情報を掲載する食育ウェブサイト、を運営	健康福祉局
	食育の総合的推進	令和3年度を始期とする「名古屋市食育推進計画（第4次）」に基づき食育を総合的に推進 ・食育に関するSNSを活用した啓発 ・「パジャエック®」を活用した効果的な食育指導 ・食環境づくりの優れた取り組みの募集・表彰	健康福祉局
	若い世代を中心とした食育の推進	朝食の欠食や栄養バランスなど食に関する課題が多い傾向にある若い世代に対し、SNSを活用した普及啓発や大学、企業、健康保険組合と連携し、普及啓発を実施	健康福祉局
	壮年期・高齢期における食育の推進	生活習慣病予防やフレイル予防・介護予防に向けた取り組みが重要である壮年期・高齢期の方に対し、年齢や体調に応じた栄養指導等を実施	健康福祉局
	妊産婦や乳幼児等に関する食育の推進	妊産婦や子どもの望ましい食習慣の定着をはかるとともに、食事に対する不安を軽減するための保健センターにおいて栄養指導や相談を実施	子ども青少年局
	給食施設への栄養指導等	事業所・福祉施設、病院等の給食施設に対し、講習会や巡回指導を行い、野菜摂取や減塩をはじめとした栄養管理の改善及び利用者への栄養情報の提供等についての指導・支援を実施	子ども青少年局
	保育所等における食育の推進	保育所保育指針等に基づき、保育内容の一環として食育を位置づけ、子どもの年齢・発達に沿った適切な食育の実践を行うとともに、保護者や地域への食育活動を実施	子ども青少年局
分野2 身体活動・運動	地産地消の推進	地域の生産者と消費者がより身近な関係を築く環境を整えるため、朝市・青空市の支援、地産地消イベントの開催、食農教育の推進により、地産地消を総合的に推進	緑政土木局
	市民農園・市民水田等の設置	市民に農とふれあう機会を提供するため、農家や企業等が行う市民農園の開設を支援するとともに、市民水田・田んぼアートなどの体験イベントを推進	緑政土木局
	農業公園の運営	市民が自然とふれあひながら、農業とその大切さを学ぶため、農業センター、東谷山フルーバーパーク、農業文化園を運営	緑政土木局
	農業の支援	都市農業を支援するため、農業生産基盤である農業用水路の更新計画を作成し、整備を推進するとともに、農家等の農業用施設・機械の導入などに対する補助を実施	緑政土木局
	学校における食育の推進	小・中・特別支援学校において、給食の時間、家庭科や保健体育をはじめとする各教科、総合的な学習の時間等において食に関する指導を充実し、学校における食育を組織的・計画的に推進。健全な食生活についての指導では、学習教材を活用し、栄養教諭・学校栄養職員による指導も推進	教育委員会事務局
	学校給食におけるなごやめしの提供	子どもたちへ名古屋独自の食文化の魅力を伝え、名古屋への愛着を深めるため、学校給食において、なごやめしを提供	教育委員会事務局
	家庭等における食育の推進	家庭教育支援の推進や生涯学習センターにおける食に関する講座の実施等を通して、保護者が子どもとともに家庭において食を楽しむながら健全な食生活を実践できるよう支援	教育委員会事務局
分野2 身体活動・運動		実施内容	担当局
事業名	スポーツ・ライフ月間	10月、11月を「スポーツ・ライフ月間」とし、市内スポーツ施設でイベントや講座等を実施	スポーツ市民局
市民スポーツ祭の開催		スポーツの振興と市民の体力の向上を目的として、広く市民を対象に各種目の大会を実施	スポーツ市民局

分野3 休養・こころの健康づくり

事業名	実施内容	担当局
名古屋市犯罪被害者等支援	犯罪被害者等基本法と名古屋犯罪被害者等支援条例に基づき、関係機関との適切な役割分担を踏まえて、総合支援窓口の設置、経済的・精神的支援、広報啓発・人材育成を柱とした、犯罪被害者等に対する支援を実施	スポーツ市民局
なごや人権啓発センターにおける人権相談	なごや人権啓発センターにおいて、センター職員及び人権擁護委員による人権相談を実施	スポーツ市民局
高齢消費被害見守り支援講座（出張講座）	消費者被害に遭いやすい高齢者等を地域で見守る福祉関係事業者などに対し金銭トラブル、悪質商法など消費者問題に関する講座を開催	スポーツ市民局
消費生活相談「サラ金・多重債務法律相談」	自給、愛知県弁護士会及び愛知県司法書士会の協力を得て、相談窓口において、相談の一つの要因でもある多重債務問題に関して、消費生活センターにおいて、契約による個別相談で、女性が日常生活の中で直面する悩みや不安を受け止め、性別役割的な価値観等を捉え直しながら、主体的な問題解決を目指す。	スポーツ市民局
名古屋市男性相談	家族や仕事、人間関係など、日頃なかなか打ち明けることのできない悩みを抱える男性のための電話・面談相談を行う。	スポーツ市民局
名古屋市セクシュアル・マイノリティ相談	セクシュアル・マイノリティ（性的少数者）の当事者や周りの方々が相談できる窓口を設置し、当事者の生きづらさの解消やセクシュアル・マイノリティへの正しい理解の促進を図る。これまでの電話相談に加え SNS での相談も実施	スポーツ市民局
メンタルヘルス対策に関する出前講座	中小企業等が行う研修へ社会保険労務士等を派遣する出前講座を実施	経済局
外国人健康相談	外国人住民が健康に安心して暮らせるように病気の早期発見、予防、制度の周知啓発等、「健康・福祉・保健」について総合的に対応できるワンストップ型の相談会を関係専門機関と連携して実施	観光文化交流局
高齢者の孤立防止事業	65歳以上の在宅ひとり暮らし高齢者及び75歳以上の高齢者のみで構成される世帯のうち、一定の要件に該当する者を対象とし、地域支援ネットワーク運営協議会の設置や地域支援ネットワークの構築により孤立の防止を図る	健康福祉局
こころの絆創膏キャンペーン	自殺予防週間及び自殺対策強化月間にあわせて、相談機関等を掲載した携帯用絆創膏（こころの絆創膏）等を配布	健康福祉局
スマイル！こころの絆創膏デー	主に子ども・若者向けに、各種相談窓口を周知するとともに悩みを抱えた際の援助希望行動を促すことで、自殺予防に繋げるための啓発イベント等を開催	健康福祉局
こころの健康無料相談	こころの健康に関する電話及びLINEによる相談を実施するとともに、必要に応じて、平日夜間及び土日祝に精神科医等の専門家によるメンタルヘルス相談を実施	健康福祉局
ウェブсайт「こころの絆創膏」・「こころの絆創膏アプリ」の運営	悩みに応じた相談窓口の紹介、うつ病に関する知識等を掲載したウェブサイトに及び相談窓口検索やメンタルヘルスマスクアのためのスマートフォンアプリを運営	健康福祉局
思春期の精神保健相談	思春期の子どもやその家族等に思春期の心の問題に関する精神科医等による相談を実施	健康福祉局
心のサポーター養成	メンタルヘルスや精神疾患への正しい知識を持ち、地域や職場でメンタルヘルスの問題がある人や家族に対してできる範囲で手助けをする心のサポーターを養成	健康福祉局
ゲートキーパー研修	一般市民向けの研修のほか、専門的な様々な分野の方を対象とした研修会・講演会を開催	健康福祉局
社会福祉事務所における女性福祉相談	各社会福祉事務所に女性福祉相談員を配置し、様々な女性の相談に応じる。	子ども青少年局
配偶者暴力相談支援センター業務	配偶者からの暴力被害者の保護等のため、被害者等からの相談、自立支援等を行う。	子ども青少年局
校内の教室以外の居場所づくり	教室に入れない生徒が安心して学校生活を送ることができるようになるため、校内の教室以外の居場所づくりを中学校で実施	教育委員会事務局
なごや子ども応援委員会	市内の全中学校に活動のスクールカウンセラーを配置し、さらに、市内17ブロックの中学校16校及び高等学校1校を各ブロックの拠点となる事務局として、スクールカウンセラー、スクールソーシャルワーカー等の職員を配置してさまざまな悩みや心配を抱える子どもや親を総合的に支援する。また、全市立幼稚園・小学校・高等学校・特別支援学校にも非常勤スクールカウンセラーを配置し、幼少期から途切れない支援を行う。	教育委員会事務局
自殺予防教育講演会	教職員に対して自殺予防教育講演会を実施	教育委員会事務局

事業名	実施内容	担当局
自殺予防に関する授業の実施	名古屋市立学校（小・中学校・特別支援、高等学校）の児童・生徒（小4～高3）が、児童・生徒向けこころの健康に関する啓発パンフレット（「気づいてる？こころの SOS」）を用いて、生活上の困難・ストレスに直面した時の対処法を学び、実際に活用できるようにする。	教育委員会事務局
インターネット上におけるいじめ等防止対策	インターネット上の児童・生徒に関する問題のある書き込み等を検索・監視し、削除依頼等の対応や SNS 等を活用した報告・相談体制を導入することにより、多様な悩みや相談に対応	教育委員会事務局
精神科学校医の配置	子どものメンタルヘルス対応として、精神科学校医を配置し、全市の児童・生徒を対象とした相談を実施	教育委員会事務局
精神保健に関する研修会の実施	養護教諭に自殺の意識、自殺理解と対応等を含めた児童・生徒の心理的・社会的な内容とした講演会を実施	教育委員会事務局
ハートフレンドなごや	児童から高校生年齢までの子ども本人、その保護者、学校関係者等から子どもの教育・養育上の問題に関するあらゆる内容について相談を実施	教育委員会事務局

分野4 たばこ

事業名	実施内容	担当局
喫煙対策・健康教育	喫煙が健康に及ぼす影響について正しい知識の普及を図るため、各保健センター、学校等において健康教育、健康相談等を実施	健康福祉局
若年者の喫煙対策	若年からの喫煙防止対策のため、大学と連携し、啓発リーフレットを配布	健康福祉局
禁煙の日街頭キャンペーン	スワンスワンの日（毎月22日）等に、地下鉄駅周辺等において、啓発物品の配布による普及啓発を実施	健康福祉局
屋外分煙施設設置費用助成事業	名古屋子どもを愛する喫煙者から守る条例に基づき、屋外の分煙対策として、名古屋市屋外分煙施設設置費用助成事業を実施	健康福祉局
建物内全面禁煙実施施設認定事業	飲食店・企業・事務所等において、建物内全面禁煙を実施している施設を認定	健康福祉局

分野6 歯の健康

事業名	実施内容	担当局
保健センターにおける各種教室	保健センター・歯科衛生士が各種教室を開催及び地域に出向いて歯科口腔保健指導を実施	健康福祉局
フッ化物歯面塗布	保健センターで歯科健診を受けた幼児のうち希望者を対象に、フッ化物塗布、歯科口腔保健指導を実施	健康福祉局
4歳児及び5歳児歯の健康づくり事業	幼稚園・保育所の園児及び保護者を対象に、歯科口腔保健指導を実施	健康福祉局
歯周疾患健診	20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70・75・80歳の市民を対象に、無料フッ化物塗布を送付し、口腔内一般診査、歯周組織検査、口腔保健指導を実施	健康福祉局
歯と口の1日健康センター	6月の「歯と口の健康週間」を中心に、保健センター等において、各区歯科医師会等と共催し、啓発イベントを実施	健康福祉局
なごや8020 フェスティバル	名古屋市歯科医師会をはじめとした関係機関と共催し、8020 啓発のためのイベントを実施	健康福祉局
口腔がん対策事業	口腔がんに関する地域の歯科医師の早期発見力及び市民の認知向上を目指し、口腔がん検診による啓発を実施	健康福祉局
在宅宅健診	市内の協力歯科医療機関において、40歳以上の在宅健診の方を対象に歯科医師が訪問し、口腔内一般診査、保健指導を実施	健康福祉局
オールラフレイル対策の推進	高齢者の集う通いの場やイベント会場においてオールラフレイルに関する周知啓発を実施	健康福祉局
乳幼児健診相談	1歳6か月児健康診査、3歳児健康診査における、歯科健康診査、保健指導を実施	子ども青少年局
歯をまもるよ！この会	「歯と口の健康週間」の協賛行事として教育委員会と名古屋市立学校歯科医師会が主催し、児童の歯と口の健康増進に関する意欲の向上を目的に実施	教育委員会事務局

13

分野 10 ～ 13 母子保健分野	事業名	実施内容	担当局
	乳幼児健康診査	乳幼児の身体・精神面の発育発達、疾病等の早期発見及び健康の保持増進をはかるため、総合的な健康診査を実施	子ども青少年局
	新生児育児等訪問指導	健全な発育発達等の保健指導や支援のための新生児育児見守り家庭全戸訪問並びに母親の疾患、多胎児等特種な支援が必要な乳児及び妊婦人の訪問を実施	子ども青少年局
	思春期保健事業	思春期の子どもたちの心身両面の健康づくりを支援するため、保健センターが学校や関係機関と連携をはかり、健康教育や相談を実施	子ども青少年局
	食育実践支援	妊産婦や子どもたちの望ましい食習慣の定着を指導するとともに、食事に対する不安を軽減するための保健センターにおいて栄養指導や相談を実施	子ども青少年局
	不妊・不育にかかわる支援	妊娠・出産及び不妊についての正しい知識の啓発のために講演会等を実施	子ども青少年局
	高齢学級（ババママ教室）	妊婦やその家族を対象に、妊娠・出産・育児に関する健康教育、相談等を実施	子ども青少年局
	妊婦健康診査	妊婦の健康管理の充実と経済的負担の軽減をはかるため、14 回分の健康診査を公費負担	子ども青少年局
	産前健康診査	産後うつ等の予防など、産後の初期段階における母子に対する支援を強化するため、2 回分の健康診査を公費負担	子ども青少年局
	産前・産後ヘルプ事業	妊婦中又は出産後の体調不良等により、家事又は育児が困難で、かつ星間に介助者がいない場合に、ヘルパーを派遣し、家事又は育児の援助を実施	子ども青少年局
	子育て総合相談窓口	子育てでの不安や相談を受けるため、保健センターにおいて、子育てに関するさまざまな相談と育児支援を実施	子ども青少年局
	子どもあしん電話相談事業	夜間の子どもたちの急病や事故などの場合に、家庭での応急手当の方法等について、看護師等による電話相談を実施	子ども青少年局
	子育て講座	子どもが発達や健康課題、保護者の育児困難等に際した子育て支援の教室や地域の子育てで活動の育成並びに地域づくりのための活動支援を実施	子ども青少年局
	なごや妊娠 SOS	思いがけない妊娠等で悩む人が孤立することなく、必要な支援を受けることができるよう、助産師等が電話やメール、LINE による相談支援を実施	子ども青少年局
	産後ケア事業	出産直後の産婦が心身の不調・育児不安等がある場合に、産婦及び新生児・乳児に対して、助産師等における宿泊型、通所型による支援の実施に加え、新たに訪問型の支援を実施	子ども青少年局
	養育支援ヘルパー事業	支援に必要な家庭への養育支援ヘルパーの派遣	子ども青少年局
	子育て短期支援事業（ショートステイ事業）	家庭における児童の養育が一時的に困難となった場合、乳児院、児童養護施設及び里親で児童の一時的な養育を実施	子ども青少年局
	なごやすくすくすボランティア事業	・なごやすくすくすボランティア養成講座の実施 ・名古屋市すくすくサポーター登録者数の増加 ・名古屋市すくすくサポーターの子育て支援活動への派遣の増加	子ども青少年局
	子育て応援拠点事業	支援を必要とする子育て親子を支え、子育ての負担感や不安感を軽減するとともに、児童虐待の未然防止につなげるため、子育て親子の交流の場のほか、一時預かりや相談支援などより充実した支援を提供する子育て応援拠点を設置	子ども青少年局
	地域子育て支援拠点事業	乳幼児及びその保護者が相互の交流を行う場所を開設し、子育てについての相談、情報の提供、助言その他の援助を行う地域子育て支援拠点を設置	子ども青少年局
	子ども・子育て支援センターの運営	子育て支援の拠点施設として、子どもを生かす子育てしやすい環境づくりを促進するため、子育て家庭を支援するネットワークづくりを進めるほか、情報発信、課題の企画運営、キッズパーク運営、企業連携などを推進する。	子ども青少年局
	地域子育て支援ネットワークの推進	地域における子育て支援のネットワーク体制の強化や活動・事業の活性化を推進	子ども青少年局
	のびのび子育てサポート事業	地域での子育てを支援するため、会員組織をつくり、子育てを支援してほしい人と手助けしたい人の登録・仲介などを実施	子ども青少年局
	赤ちゃん訪問事業	地域と子育て家庭をつなぐため、地域の主任児童委員、区域担当児童委員が第 1 子を出生した家庭等を訪問	子ども青少年局
	ひきこもり・不登校児童対策事業	児童相談所において、家庭にひきこもりや不登校状態になっている子どもや友達づきあいが苦手な子どもなどにもボランティアを派遣したり、宿泊や通所指導におけるグループ等を実施	子ども青少年局

分野7 循環器疾患・糖尿病			
事業名	実施内容	担当局	
特定健康診査・特定保健指導	メタボリックシンドロームに着目した特定健康診査を実施 特定健康診査の結果で、生活習慣の改善が必要な方に特定保健指導を実施	健康福祉局	
重症化予防事業	・高血圧・糖尿病等未治療者への受診勧奨、保健指導 ・糖尿病治療中断者への受診勧奨 ・名古屋市医師会と連携した糖尿病性腎症治療中の方への保健指導 ・重症化予防普及啓発	健康福祉局	
後期高齢者医療健康診査	生活習慣病の早期発見・重症化予防を目的とした健康診査を実施	健康福祉局	
重症化予防事業（後期高齢者医療）	・高血圧・糖尿病等未治療者への受診勧奨、保健指導 ・名古屋市医師会と連携した糖尿病性腎症治療中の方への保健指導 ・重症化予防普及啓発	健康福祉局	
分野8 がん			
事業名	実施内容	担当局	
救急・災害医療センター（仮称）へのPET-CT検査体制等の整備	がん診療連携拠点病院としての診療体制強化やPET-CT検査を受ける患者の利便性向上のため、開業に向けて準備を進めている救急・災害医療センター（仮称）にPET-CTを整備するための貸付金	総務局	
がん検診	・胃がん、大腸がん、肺がん、子宮がん、乳がん及び前立腺がんの各検診について、自己負担金500円です。 ・また、各検診について、特定の年齢の方を対象に検診手帳及び無料で受診できるクーポン券を配布	健康福祉局	
ピロリ菌検査の実施	胃がんリスク因子であるピロリ菌の感染を確認する検査を、20歳から39歳を対象に実施	健康福祉局	
緩和ケアに関する啓発の実施	がん患者・家族等を対象とした緩和ケアや家族への緩和ケアに関する講演会を開催	健康福祉局	
胃がんリスク検査の実施	胃がんの予防や早期発見に取り組むため、ピロリ菌の感染を確認する検査と胃の萎縮度を確認する検査を、40歳から59歳を対象に実施	健康福祉局	
緩和ケア認定看護師等資格取得支援事業の実施	緩和ケアに必要となる人材の育成を支援するため、看護師又は薬剤師が緩和ケアに関する認定資格を取得する必要がある経費の一部助成を実施	健康福祉局	
アピアランス支援事業の拡充	ウィッグの購入費用助成及び乳房補整具の購入費用助成を実施	健康福祉局	
がん教育の取組	小学6年生及び中学生を対象として、がんに関する学習補助教材を配布し、生活習慣病に関する指導を実施	健康福祉局	
なごや健康ガイドの配布	がんを予防するための知識等を掲載した冊子を全世帯へ配布	健康福祉局	
子宮頸がん予防接種	小学6年生・高校1年生相当年齢の女子を対象に子宮頸がん予防接種を定期接種として実施	健康福祉局	
分野9 予防接種・各種検診			
事業名	実施内容	担当局	
任意予防接種の実施	本市独自の任意予防接種として、おたふくかぜ、高齢者肺炎球菌、風しん、帯状疱疹の予防接種の費用助成を実施	健康福祉局	

事業名	実施内容	担当局
ひきこもり地域支援センターの運営	ひきこもりの本人や家族等の相談、当事者が気軽に交流できる居場所の設置、家族教室の開催、講演会など普及啓発、関係機関との連携強化を目的とした会議・研修を行い、ひきこもりの本人・家族等への支援を実施	健康福祉局
生活困窮者の自立支援	生活困窮者の生活向上をはかるために、自立支援を推進するため、市内3か所に「仕事・暮らし自立サポートセンター」を設置し、各種支援を一体的に実施	健康福祉局
障害者就労支援センター等への運営補助	障害者の一般就労の促進をはかるため、障害者の就労支援を行うとともに、それに伴う日常生活上の相談支援を一体的に行う障害者就労支援センター及び障害者雇用支援センターへの運営補助を実施	健康福祉局
就労自立に関する自立支援プログラム推進事業	生活保護受給者の早期の就労と自立のため、各区に配置した就労支援員によりきめ細かい就労支援を行うとともに、就労意欲が低下した人に対しては民間事業者によるセミナーや求人開拓、紹介などにより意欲の喚起をはかる事業を実施	健康福祉局
ホームレスの自立支援	就労等による自立を支援するため、移動能力のあるホームレス等に対して、宿所及び食料の提供、生活相談、健康相談、職業相談、就業支援カウンセリング、職場体験講習などの支援を実施	健康福祉局
ナゴヤ型若者の就労支援	社会的自立が困難な若者一人ひとりに対して相談から就職、職場定着まで総合的・包括的な一貫した支援を行う。	子ども青少年局
家庭内における病気・ケガの予防の啓発	東邦ガス株式会社と「家庭内における救急事故予防策の普及啓発に関する連携協定」を締結し、どなたにでも出来る予防策の啓発を実施	消防局
様々な団体との連携による地域活動の促進	地域活動の活性化を目的として行われる、PTAや女性会などの活動を支援	教育委員会事務局
生涯学習センター・女性会館の魅力向上	市民の学習活動を支援する身近な施設となるよう、社会情勢に合わせた施設設備の充実を図り、各種講座等の開催、学習成果の提供、学習成果の還元支援等による魅力的な施設づくりを実施	教育委員会事務局

分野15 自然に健康になれる環境づくり

事業名	実施内容	担当局
アーバンヘルスツーリズムの推進	本市は、サウナの聖地と言われており、美容・健康にまつわる観光コンテンツが潜在的に多くあることから、ひきこもりのようなコンテクストを発掘し、名古屋への旅の目的としてPRする「都市型ウェルネスツーリズム」について取り組みを推進	観光文化交流局
歴史観光の推進	観光客の誘致をはかるため、信長、秀吉、家康などの武将を観光資源として磨き上げ発信するとともに、日本遺産に認定された有松や、相沢、大高地区の観光魅力向上や「名古屋おもてなし武将隊」を活用した観光PR等を実施	観光文化交流局
歴史まちづくりの推進	歴史的建造物等の保存活用を推進するための技術的・経済的支援を行うとともに、4つの町並み保存地区（有松、白壁・主税、四間通、中小田井）を指定し、歴史的な町並みの保存を推進	観光文化交流局
大気汚染常時監視・規制指導	大気汚染防止のため、市内の営業施設、PM2.5などの大気汚染物質等の常時監視と、有害大気汚染物質モニタリングを実施するほか、工場・事業場に対する規制・指導を実施	環境局
水質汚濁常時監視・規制指導	水環境向上のため、河川などにおける水質汚濁や地下水の水質状況の常時監視を実施するとともに、工場・事業場に対する規制・指導を実施	環境局
水質環境目標値市民モニタリング	水環境に対する市民の意識を高めるため、水質環境目標値のうち親しみやすい指標について市民モニターが調査を実施する市民モニタリングを実施	環境局
交通エコライフの推進	自動車に依存することなく公共交通、徒歩、自転車などを状況に応じて選択してもらい、健康的で環境にやさしい交通エコライフを推進するため、啓発活動や情報提供を実施	住宅都市局
Nagoya まちなかオープンスペース制度	居心地が良く歩きたくなる「ウォーカブルなまち」の実現に向け、民間事業者等が建築物内で憩いや賑わいが生み出される居心地の良いオープンスペースの整備・運営ができるよう支援	住宅都市局
緑のまちづくり活動の推進	緑の保全や創出、花壇づくり活動などに係る人々の環をを広げ、良好な都市環境の形成をはかるため、緑のまちづくり活動団体や個人への支援など、地域連携による緑のまちづくり活動を実施	緑政土木局

事業名	実施内容	担当局
魅力的な公園づくり（健康・福祉）	健康器具系施設の導入や健康をテーマにしたイベントの実施などにより、市民がいきいきとした生活が過ごせるような魅力的な公園づくりを推進	緑政土木局
みどりの中でスポーツを楽しむ公園づくり	公園には、広場や有料公園施設などスポーツやレクリエーションの場として、健康増進などをもたらす機能があり、スポーツ施設を設けるなど、みどりの中でスポーツを楽しむための公園づくりを推進	緑政土木局
みどりによる健康づくり	みどりを整備・保全・維持管理するとともに、散策ルートの普及やウォーキングイベントの開催などを通じて、みどりによる健康づくりを促進	緑政土木局
流域連携の推進	河川をはじめとする健全な水循環を守るため、木曽三川流域の自治体と連携を深め、水環境保全に取り組む流域連携事業を実施	上下水道局

分野16 誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備

事業名	実施内容	担当局
なごや健康宣言優良事業所表彰事業	従業員の健康維持を考えた取組をより積極的に推進し、他の模範となる事業所を市長が全国健康保険協会愛知支部長と共同で表彰することにより、従業員の健康維持についての取組手法、効果等を対外的に発信し、市内事業所における従業員の健康維持の一層の健康維持促進を図る	健康福祉局
なごや健康マイレージ	市民が目的をもって楽しく健康づくりに取り組み、継続していけるような環境整備を推進するため、愛知県が実施している「あい健康マイレージ事業」と協働した健康ポイント事業を実施	健康福祉局
給食施設への栄養指導等	事業所、福祉施設、病院等の給食施設に対し、講習会や巡回指導を行い、野菜摂取や減塩をはじめとした栄養管理の改善及び利用者への栄養情報の提供等についての指導・支援を実施	子ども青少年局

7 健康に関する市民アンケート集計結果

(令和4年10月～令和5年1月実施、回答者数4,878人)

【1】健康状態について

問1 「健康なごやプラン21」を聞いたことがありますか？ (〇印は1つ)

1 はい 396人 (8.1%) 2 いいえ 4,413人 (90.5%) ★ 無回答 69人 (1.4%)

問2 あなたは日頃から健康について意識していますか？ (〇印は1つ)

1 とても意識している 807人 (16.5%) 2 まあまあ意識している 3,138人 (64.3%)
3 あまり意識していない 766人 (15.7%) 4 ほとんど意識していない 124人 (2.5%)
★ 無回答 43人 (0.9%)

問3 最近の健康状態はいかがですか？ (〇印は1つ)

1 よい 627人 (12.9%) 2 まあよい 1,279人 (26.2%)
3 ぶつう 2,034人 (41.7%) 4 あまりよくない 757人 (15.5%)
5 よくない 131人 (2.7%) ★ 無回答 50人 (1.0%)

問4 新型コロナウイルス感染症拡大前後で、健康状態についてどう変わったと感じていますか？ (〇印は1つ)

1 以前より健康になった 96人 (2.0%) 2 以前よりやや健康になった 278人 (5.7%)
3 以前と変わらない 3,548人 (72.7%) 4 以前よりやや健康ではなくなった 750人 (15.4%)
5 以前より健康ではなくなった 142人 (2.9%) ★ 無回答 64人 (1.3%)

問5 現在、通院されている場合は、該当する番号に○をつけてください。(〇印はいくつでも)

1 高血圧 1,084人 (22.2%) 2 糖尿病 347人 (7.1%)
3 がん 157人 (3.2%) 4 肝疾患 (がんを除く) 45人 (0.9%)
5 胃・十二指腸疾患 (がんを除く) 101人 (2.1%) 6 脂質異常症 (高脂血症) 464人 (9.5%)
7 心疾患 199人 (4.1%) 8 脳卒中 (脳梗塞・脳出血) 84人 (1.7%)
9 歯周病 339人 (6.9%) 10 整形外科疾患 (腰痛・膝痛等) 579人 (11.9%)
11 精神疾患 177人 (3.6%) 12 その他 828人 (17.0%)
★ 無回答 2,171人 (44.5%)

【2】生活習慣病について

問6 「生活習慣病」(がん、脳卒中、心臓病、糖尿病、高血圧、歯周病など食生活や運動などの生活習慣が病気の発症に深く関与する病気)という言葉と内容を知っていますか？ (〇印は1つ)

1 言葉、内容とも知っている 3,312人 (67.9%) 2 言葉のみ知っている 1,431人 (29.3%)
3 知らない 86人 (1.8%) ★ 無回答 49人 (1.0%)

問7 メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)は、内臓脂肪型肥満によって糖尿病、脂質異常症、高血圧などの病気が引き起こされる状態のことを言い、食べ過ぎや運動不足など、悪い生活習慣の積み重ねが原因となっており、これを知っていますか？ (〇印は1つ)

1 言葉、内容とも知っている 3,513人 (72.0%) 2 言葉のみ知っている 1,169人 (24.0%)
3 知らない 151人 (3.1%) ★ 無回答 45人 (0.9%)

問8 生活習慣病を予防するために、健康的な生活習慣を心がけていますか？ (〇印は1つ)

1 いつも心がけている 599人 (12.3%) 2 まあまあ心がけている 2,933人 (60.1%)
3 あまり心がけていない 1,157人 (23.7%) 4 心がけていない 147人 (3.0%)
★ 無回答 42人 (0.9%)

問9 がん検診についてお伺いします。

9-1 あなたは今までに、がん検診を受けたことがありますか？ (〇印は1つ)

1 受けたことがある 2,914人 (59.7%) 2 受けたことがない 1,864人 (38.2%)
→ [問9-2・10～12へ]
★ 無回答 100人 (2.1%)

9-2 (問9-1で「1 受けたことがある」と答えた方へ)受けたがん検診と受診間隔を教えてください。(〇印は各設問に1つ)
9-2-1 胃がん検診 (エックス線検査 (バリウムによるレントゲン撮影))

1 1年に1回 696人 (23.9%) 2 2年に1回 155人 (5.3%)
3 3年から5年に1回 197人 (6.8%) 4 定期的には受けていない 725人 (24.9%)
★ 無回答 1,141人 (39.2%)

9-2-2 胃がん検診 (内視鏡 (胃カメラ))

1 1年に1回 341人 (11.7%) 2 2年に1回 297人 (10.2%)
3 3年から5年に1回 231人 (7.9%) 4 定期的には受けていない 893人 (30.6%)
★ 無回答 1,152人 (39.5%)

9-2-3 大腸がん検診 (便潜血反応検査 (検便) など)

1 1年に1回 1,089人 (37.4%) 2 2年に1回 207人 (7.1%)
3 3年から5年に1回 258人 (8.9%) 4 定期的には受けていない 621人 (21.3%)
★ 無回答 739人 (25.4%)

9-2-4 肺がん検診 (エックス線検査 (レントゲン撮影) など)

1 1年に1回 1,284人 (44.1%) 2 2年に1回 143人 (4.9%)
3 3年から5年に1回 116人 (4.0%) 4 定期的には受けていない 484人 (16.6%)
★ 無回答 887人 (30.4%)

9-2-5 子宮がん検診 (子宮の細胞診検査など)

1 1年に1回 438人 (23.0%) 2 2年に1回 313人 (16.4%)
3 3年から5年に1回 186人 (9.8%) 4 定期的には受けていない 575人 (30.2%)
★ 無回答 395人 (20.7%)

9-2-6 乳がん検診 (マンモグラフィ撮影や超音波検査など)

1 1年に1回 478人 (25.1%) 2 2年に1回 265人 (13.9%)
3 3年から5年に1回 225人 (11.8%) 4 定期的には受けていない 543人 (28.5%)
★ 無回答 396人 (20.8%)

9-2-7 前立腺がん検診 (採血検査など)

1 1年に1回 336人 (35.8%) 2 2年に1回 51人 (5.4%)
3 3年から5年に1回 40人 (4.3%) 4 定期的には受けていない 207人 (22.1%)
★ 無回答 304人 (32.4%)

問10 (問9-1で「1 受けたことがある」と答えた方へ) 過去1年間に、下記の4つのがん検診を受けましたか？
受けた場合、受けたがん検診と種類を教えてください。(〇印は各設問に1つ)

10-1 胃がん検診 (エックス線検査 (バリウムによるレントゲン撮影))

1 名古屋市のがん検診 415人 (14.2%) 2 本人や家族の勧め先又は健康保険組合等が実施した検診 782人 (26.8%)
3 その他 155人 (5.3%) 4 受けていない 1,095人 (37.6%)
★ 無回答 467人 (16.0%)

10-2 大腸がん検診（便潜血反応検査（検便）など）

- 1 名古屋市のがん検診 684人 (23.5%) 2 本人や家族の動め先又は健康保険組合等が実施した検診 790人 (27.1%)
3 その他 227人 (7.8%) 4 受けていない 837人 (28.7%)
★ 無回答 376人 (12.9%)

10-3 肺がん検診（エックス線（レントゲン撮影）など）

- 1 名古屋市のがん検診 601人 (20.6%) 2 本人や家族の動め先又は健康保険組合等が実施した検診 868人 (29.8%)
3 その他 174人 (6.0%) 4 受けていない 844人 (29.0%)
★ 無回答 427人 (14.7%)

10-4 前立腺がん検診（採血検査など）

- 1 名古屋市のがん検診 205人 (21.9%) 2 本人や家族の動め先又は健康保険組合等が実施した検診 177人 (18.9%)
3 その他 119人 (12.7%) 4 受けていない 301人 (32.1%)
★ 無回答 136人 (14.5%)

問11 (問9-1で「1 受けたことがある」と答えた方へ) 過去2年間に、下記の3つのがん検診を受けましたか？受けた場合、受けたがん検診の種類を教えてください。(○印は各設問に1つ)

11-1 胃がん検診（内視鏡（胃カメラ））

- 1 名古屋市のがん検診 358人 (12.3%) 2 本人や家族の動め先又は健康保険組合等が実施した検診 468人 (16.1%)
3 その他 314人 (10.8%) 4 受けていない 1,285人 (44.1%)
★ 無回答 489人 (16.8%)

11-2 子宮がん検診（子宮の細胞診検査など）

- 1 名古屋市のがん検診 466人 (24.4%) 2 本人や家族の動め先又は健康保険組合等が実施した検診 378人 (19.8%)
3 その他 154人 (8.1%) 4 受けていない 637人 (33.4%)
★ 無回答 272人 (14.3%)

11-3 乳がん検診（マンモグラフィ撮影や超音波検査など）

- 1 名古屋市のがん検診 393人 (20.6%) 2 本人や家族の動め先又は健康保険組合等が実施した検診 417人 (21.9%)
3 その他 189人 (9.9%) 4 受けていない 660人 (34.6%)
★ 無回答 248人 (13.0%)

問12 (問9-1で「1 受けたことがある」と答えた方へ) がん検診を受診したきっかけを教えてください。(○印はいくつでも)

- 1 自身の健康管理のため 1,564人 (53.7%)
2 名古屋市のがん検診ガイドを見たから 396人 (13.6%)
3 名古屋市のがん検診がフコイシン（各500円）だから 802人 (27.5%)
4 無料クーポン券が届いたから 565人 (19.4%)
5 広報なごややポスター、ちらし、案内のはがきなどを見たから 69人 (2.4%)
6 近くに受けられるところ（医療機関や検診車による巡回など）があったから 241人 (8.3%)
7 知人や家族から勧められたから 139人 (4.8%)
8 医療機関から勧められたから 434人 (14.9%)
9 会社から案内があったから 715人 (24.5%)
10 自分がんになった経験があるから 136人 (4.7%)
11 家族や身近な人ががんになって自分も不安になったから 277人 (9.5%)
12 テレビやラジオでがんに関する番組を見た（聞いた）から 63人 (2.2%)
13 新聞や雑誌で、がんに関する記事を見たから 39人 (1.3%)
14 インターネットでがんに関する記事を見たから 9人 (0.3%)
15 その他 143人 (4.9%)
★ 無回答 187人 (6.4%)

問13 (問9-1で「2 受けたことがない」と答えた方へ) がん検診を受診しない理由を教えてください。(○印は3つまで)

- 1 忙しくて時間がないから 399人 (21.4%)
2 費用がかかるから 375人 (20.1%)
3 今は健康に不安がなく自信があるから 455人 (24.4%)
4 がんと分かるのが不安だから 196人 (10.5%)
5 面倒だから 411人 (22.0%)
6 検査が身体的に負担だから 116人 (6.2%)
7 通院しているから 208人 (11.2%)
8 心配な時はいつでも医療機関で受診できるから 391人 (21.0%)
9 精密検査が必要とわかれても結局がんでないことが多いから 13人 (0.7%)
10 医療機関が遠いから 19人 (1.0%)
11 受診場所や受診方法がわからないから 207人 (11.1%)
12 がん検診のことをよく知らないから 299人 (16.0%)
13 その他 171人 (9.2%)
★ 無回答 101人 (5.4%)

【3】栄養について

問14 朝食を毎日食べていますか？(○印は1つ)

- 1 ほとんど毎日食べる 3,951人 (81.0%) 2 週4～5日食べる 250人 (5.1%)
3 週2～3日食べる 221人 (4.5%) 4 ほとんど食べない 394人 (8.1%)
★ 無回答 62人 (1.3%)

問15 1日のうち少なくとも1食は、栄養のバランスがとれた適量の食事をとっていますか？(○印は1つ)

- 1 ほとんど毎日とっている 2,969人 (60.9%) 2 週4～5日とっている 879人 (18.0%)
3 週2～3日とっている 639人 (13.1%) 4 ほとんどとっていない 316人 (6.5%)
★ 無回答 75人 (1.5%)

問16 適正体重についてお尋ねします。該当する番号に○をつけてください。(○印は各設問に1つ)

16-1 自分の適正体重を知っていますか？

- 1 はい 3,596人 (73.7%) 2 いいえ 1,176人 (24.1%) ★ 無回答 106人 (2.2%)

16-2 自分の適正体重を維持しようとしていますか？

- 1 はい 3,309人 (67.8%) 2 いいえ 1,436人 (29.4%) ★ 無回答 133人 (2.7%)

問17 あなたの食生活についてお尋ねします。該当する番号に○をつけてください。(○印は各設問に1つ)

17-1 野菜を1日350g以上（目安量は、野菜料理の小鉢5～6品）食べるようにしていますか？

- 1 はい 1,834人 (37.6%) 2 いいえ 2,952人 (60.5%) ★ 無回答 92人 (1.9%)

17-2 果物を1日200g程度（目安量は、みかん2個またはりんご1個）食べるようにしていますか？

- 1 はい 1,395人 (28.6%) 2 いいえ 3,404人 (69.8%) ★ 無回答 79人 (1.6%)

17-3 塩分を控えるようにしていますか？

- 1 はい 2,710人 (55.6%) 2 いいえ 2,083人 (42.7%) ★ 無回答 85人 (1.7%)

17-4 牛乳・乳製品・豆類・緑黄色野菜などカルシウムに富む食品を食べるようにしていますか？

- 1 はい 3,821人 (78.3%) 2 いいえ 980人 (20.1%) ★ 無回答 77人 (1.6%)

17-5 肉、魚、卵、豆類など、たんぱく源となる食品を意識して食べるようにしていますか？

1 はい 4,154人 (85.2%) 2 いいえ 655人 (13.4%) ★ 無回答 69人 (1.4%)

問18 家族や家族以外のだれかと一緒に食事をすることが、1週間のうちにどれくらいありますか？（○印は1つ）

1 週5日以上 2,082人 (42.7%) 2 週3～4日 418人 (8.6%)
3 週1～2日 931人 (19.1%) 4 一度もない 1,340人 (27.5%)
★ 無回答 107人 (2.2%)

問19 (家族と同居している方にお尋ねします) 家族の誰かと一緒に食えることはどのくらいありますか？
(○印は各設問に1つ)

19-1 朝食

1 ほとんど毎日 1,979人 (50.8%) 2 週に4～5日 193人 (5.0%)
3 週に2～3日 370人 (9.5%) 4 週に1日程度 245人 (6.3%)
5 ほとんどない 946人 (24.3%) ★ 無回答 163人 (4.2%)

19-2 夕食

1 ほとんど毎日 2,669人 (68.5%) 2 週に4～5日 332人 (8.5%)
3 週に2～3日 399人 (10.2%) 4 週に1日程度 119人 (3.1%)
5 ほとんどない 219人 (5.6%) ★ 無回答 158人 (4.1%)

【4】運動・社会参加について

問20 日常生活での行動についてお尋ねします。該当する番号に○をつけてください。(○印は各設問に1つ)

20-1 車などを使わずになるべく歩くようにしていますか？

1 はい 2,475人 (50.7%) 2 いいえ 2,321人 (47.6%) ★ 無回答 82人 (1.7%)

20-2 エレベーターやエスカレーターを使わずになるべく階段を使うようにしていますか？

1 はい 1,787人 (36.6%) 2 いいえ 3,001人 (61.5%) ★ 無回答 90人 (1.8%)

問21 家事（買い物等）や仕事も含めて、平均的に毎日何分ぐらい歩きますか？（○印は1つ）

1 90分以上 948人 (19.4%) 2 60分以上90分未満 921人 (18.9%)
3 30分以上60分未満 1,674人 (34.3%) 4 30分未満 1,226人 (25.1%)
★ 無回答 109人 (2.2%)

問22 あなたの運動習慣についてお尋ねします。(○印は各設問に1つ)

22-1 1回あたり30分以上の運動・スポーツをどのくらいしていますか？

1 ほぼ毎日 392人 (8.0%) 2 週に4～5日程度 342人 (7.0%)
3 週に2～3日程度 781人 (16.0%) 4 週に1日以下 638人 (13.1%)
5 特に運動をしていない 2,595人 (53.2%) ★ 無回答 130人 (2.7%)
→ [問23へ]

22-2 その運動習慣は、どのくらい続いていますか？

1 3年以上 1,289人 (59.9%) 2 1年以上3年未満 431人 (20.0%)
3 半年以上1年未満 199人 (9.2%) 4 半年未満 213人 (9.9%)
★ 無回答 21人 (1.0%)

問23 新型コロナウイルス感染症拡大による影響についてお尋ねします。(○印は1つ)

23-1 新型コロナウイルス感染症拡大前後で運動不足かどうかについてどう変わったと感じていますか？

1 以前より運動不足が解消されたと感じる 106人 (2.2%) 2 以前よりやや運動不足が解消されたと感じる 165人 (3.4%)
3 以前と変わらない 2,844人 (58.3%) 4 以前よりやや運動不足だと感じる 937人 (19.2%)
5 以前より運動不足だと感じる 694人 (14.2%) ★ 無回答 132人 (2.7%)

23-2 新型コロナウイルス感染症拡大前後で現在のご自分の体力について、どう変わったと感じていますか？

1 以前より体力がついた 81人 (1.7%) 2 以前よりやや体力がついた 154人 (3.2%)
3 以前と変わらない 2,765人 (56.7%) 4 以前よりやや体力が下がった 1,197人 (24.5%)
5 以前より体力が下がった 571人 (11.7%) ★ 無回答 110人 (2.3%)

問24 ロコモティブシンドローム（運動器症候群）は、骨や関節、筋肉などの「運動器」の衰えのために移動機能が低下した状態のことをいい、進行すると介護が必要になるリスクが高くなることを知っていますか？
(○印は1つ)

1 言葉、内容とも知っている 1,112人 (22.8%) 2 言葉のみ知っている 952人 (19.5%)
3 知らない 2,722人 (55.8%) ★ 無回答 92人 (1.9%)

問25 フレイルを知っていますか？（○印は1つ）

1 言葉、内容とも知っている 806人 (16.5%) 2 言葉のみ知っている 633人 (13.0%)
3 知らない 3,356人 (68.8%) ★ 無回答 83人 (1.7%)

問26 骨粗しょう症についてお伺いします。

26-1 「骨粗しょう症」という病気を知っていますか？（○印は1つ）

1 どのような病気が詳しく知っている 3,294人 (67.5%) 2 名前を聞いたことがあるが詳しくは知らない 1,364人 (28.0%)
3 知らない 99人 (2.0%) ★ 無回答 121人 (2.5%)

26-2 骨粗しょう症の検査を受けたことがありますか？（○印は1つ）

1 定期的に受けている 353人 (7.2%) 2 定期的ではないが、何回か受けたことがある 675人 (13.8%)
3 一度受けたことがある 736人 (15.1%) 4 受けたことがない 2,992人 (61.3%)
★ 無回答 122人 (2.5%)

26-3 骨密度を測ったことがありますか？（○印は1つ）

1 ある 1,891人 (38.8%) → [問26-4へ] 2 ない 2,818人 (57.8%)
★ 無回答 169人 (3.5%)

26-4 (問26-3で「1 ある」と答えた方へ) 骨密度を測った場所はどこですか？（○印はいくつでも）

1 医療機関 1,118人 (59.1%) 2 薬局 98人 (5.2%)
3 骨粗しょう症検診 171人 (9.0%) 4 健康診断（問ドック、職場検診を含む） 514人 (27.2%)
5 その他 130人 (6.9%) ★ 無回答 36人 (1.9%)

26-5 骨折したことはありますか？（○印は1つ）

1 ある 1,471人 (30.2%) 2 ない 3,143人 (64.4%) ★ 無回答 264人 (5.4%)
→ [問26-6へ]

26-6 (問26-5で「1 ある」と答えた方へ) これまでに何回骨折したことがありますか？

1 1回 915人 (62.2%) 2 2回 358人 (24.3%) 3 3回 103人 (7.0%)
4 4回 25人 (1.7%) 5 5回 17人 (1.2%) 6 6～9回 10人 (0.7%)
7 10回以上 8人 (0.5%) ★ 無回答 35人 (2.4%)

26-7 (問 26-5 で「1 ある」と答えた方へ) 骨折した時期を教えてください。(〇印はいくつでも)

- 1 10 歳未満 235 人 (16.0%)
- 2 10 歳代 487 人 (33.1%)
- 3 20 歳代 208 人 (14.1%)
- 4 30 歳代 151 人 (10.3%)
- 5 40 歳代 198 人 (13.5%)
- 6 50 歳代 174 人 (11.8%)
- 7 60 歳代 186 人 (12.6%)
- 8 70 歳代 142 人 (9.7%)
- 9 80 歳以降 95 人 (6.5%)

★ 無回答 8 人 (0.5%)

26-8 ご自身が骨折しよう症になると思いますか? (〇印は 1 つ)

- 1 骨折しよう症になる可能性があると思う
- 2 今はないが、将来骨折しよう症になる可能性があると思う
- 3 骨折しよう症になる可能性はないと思う
- 4 既に骨折しよう症と診断されている

★ 無回答

436 人 (8.9%)

2,315 人 (47.5%)

1,306 人 (26.8%)

197 人 (4.0%) → [問 26-9, 10 へ]

624 人 (12.8%)

26-9 (問 26-8 で「4 既に骨折しよう症と診断されている」と答えた方へ) 診断された時期を教えてください。(〇印はいくつでも)

- 1 20 歳未満 1 人 (0.5%)
- 2 20 歳代 0 人 (0.0%)
- 3 30 歳代 0 人 (0.0%)
- 4 40 歳代 8 人 (4.1%)
- 5 50 歳代 16 人 (8.1%)
- 6 60 歳代 74 人 (37.6%)
- 7 70 歳代 75 人 (38.1%)
- 8 80 歳以降 29 人 (14.7%)

★ 無回答 2 人 (1.0%)

26-10 (問 26-8 で「4 既に骨折しよう症と診断されている」と答えた方へ) 骨折しよう症の治療を受けたことがありますか? (〇印は 1 つ)

- 1 ない 14 人 (7.1%) → [問 26-11 へ]
- 2 現在治療中 153 人 (77.7%)
- 3 過去に治療を受けていたが、現在は受けていない 27 人 (13.7%) → [問 26-11 へ]

26-11 (問 26-10 で「1 ない」「3 過去に治療を受けていたが現在は受けていない」と答えた方へ) 骨折しよう症と診断されながら現在治療されていない理由を教えてください。(〇印はいくつでも)

- 1 痛みなどの症状がないから 16 人 (39.0%)
- 2 食事や運動で治せると思うから 7 人 (17.1%)
- 3 治療により骨密度が改善したから 5 人 (12.2%)
- 4 通院が面倒だから 5 人 (12.2%)
- 5 費用がかかるから 4 人 (9.8%)
- 6 治療の時間がないから 1 人 (2.4%)
- 7 薬を飲まなくなったら 6 人 (14.6%)
- 8 どのような治療をされるかわからないから 2 人 (4.9%)
- 9 どの医療機関に行けばよいかわからないから 1 人 (2.4%)
- 10 その他 6 人 (14.6%)

★ 無回答 7 人 (17.1%)

問 27 日ごとの生活についてお尋ねします。(〇印は各設問に 1 つ)

27-1 普段、仕事、通学、買い物、通院、散歩などで外出することとどのくらいありますか?

- 1 ほぼ毎日 2,801 人 (57.4%)
- 2 週に 4 ～ 5 日 969 人 (19.9%)
- 3 週に 2 ～ 3 日 659 人 (13.5%)
- 4 週に 1 日以下 147 人 (3.0%)
- 5 ほとんど外出していない 185 人 (3.8%)

★ 無回答 117 人 (2.4%)

27-2 町内会、老人クラブ、女性会、PTA など地域の活動やボランティア、趣味関係のグループに何らかのかたちで参加していますか?

- 1 ほぼ毎日 74 人 (1.5%)
- 2 週に 2 ～ 3 日 247 人 (5.1%)
- 3 週 1 回程度 296 人 (6.1%)
- 4 月 1 ～ 2 回 385 人 (7.9%)
- 5 年に数回 343 人 (7.0%)
- 6 参加していない 3,387 人 (69.4%)

★ 無回答 146 人 (3.0%)

【5】 休養・こころの健康について

問 28 自由な時間・仕事・家事・食事・入浴・睡眠などを除く) をどのような目的で過ごすようにしていますか? (〇印はいくつでも)

- 1 疲れをとる 2,454 人 (50.3%)
- 2 体力づくり 784 人 (16.1%)
- 3 教養・技能を高める 661 人 (13.6%)
- 4 家族や友人との団らん 1,627 人 (33.4%)
- 5 地域・ボランティア活動 151 人 (3.1%)
- 6 趣味 2,332 人 (47.8%)
- 7 特に目的を定めていない 1,391 人 (28.5%)
- 8 その他 128 人 (2.6%)
- 9 自由な時間がない 171 人 (3.5%)

★ 無回答 127 人 (2.6%)

問 29 過去 1 か月間、睡眠によって休養が充分にとれていますか? (〇印は 1 つ)

- 1 充分とれている 937 人 (19.2%)
- 2 まあまあとれている 2,586 人 (53.0%)
- 3 あまりとれていない 1,157 人 (23.7%)
- 4 まったくとれていない 128 人 (2.6%)

★ 無回答 70 人 (1.4%)

問 30 ストレスを感じた時、あなたはどのような方法で解消しますか? (〇印はいくつでも)

- 1 スポーツなどで体を動かす 867 人 (17.8%)
- 2 音楽を聴く 1,294 人 (26.5%)
- 3 旅行などに出かける 819 人 (16.8%)
- 4 子どもと遊ぶ 261 人 (5.4%)
- 5 ペットと遊ぶ 437 人 (9.0%)
- 6 家族や友人に話を聞いてもらう 1,444 人 (29.6%)
- 7 専門家に相談する 66 人 (1.4%)
- 8 寝る 1,947 人 (39.9%)
- 9 酒を飲む 890 人 (18.2%)
- 10 食べる 1,297 人 (26.6%)
- 11 のんびりする時間をとる 1,976 人 (40.5%)
- 12 じっと耐える 435 人 (8.9%)
- 13 積極的に自分で解決しようとする 379 人 (7.8%)
- 14 その他 258 人 (5.3%)
- 15 特になし 501 人 (10.3%)

★ 無回答 78 人 (1.6%)

問 31 「うつ病」などこのころの病気に関する相談機関についてお尋ねします。(〇印は各設問に 1 つ)

31-1 各区の保健センターに「このころの病気」に関する相談窓口があることを知っていましたか?

- 1 知っていた 1,760 人 (36.1%)
- 2 知らなかった 3,027 人 (62.1%)

★ 無回答 91 人 (1.9%)

31-2 名古屋市精神保健福祉センターに「このころの病気」に関する相談窓口があることを知っていましたか?

- 1 知っていた 888 人 (18.2%)
- 2 精神保健福祉センターは知っていたが、相談窓口があることは知らなかった 396 人 (8.1%)
- 3 知らなかった 3,501 人 (71.8%)

★ 無回答 93 人 (1.9%)

【6】 たばこについて

問 32 たばこを吸いますか? (〇印は 1 つ)

- 1 吸ったことがない 2,815 人 (57.7%)
- 2 過去には吸っていた 1,357 人 (27.8%)

→ [問 33・34 へ]

- 3 現在吸っている 604 人 (12.4%)

→ [問 35 ～ 問 37 へ]

★ 無回答 102 人 (2.1%)

問 33 (問 32 で「2 過去には吸っていた」と答えた方へ) 禁煙のきっかけは何ですか? (〇印は 1 つ)

- 1 自発的に 821 人 (60.5%)
- 2 周囲の誘導(けんえん)ムードを察知して 31 人 (2.3%)
- 3 家族や知人から言われて 105 人 (7.7%)
- 4 体調をくずして 209 人 (15.4%)
- 5 職場の規則 7 人 (0.5%)
- 6 たばこ代の値上げ 67 人 (4.9%)
- 7 その他 76 人 (5.6%)

★ 無回答 41 人 (3.0%)

問 34 (問 32 で「2 過去には吸っていた」と答えた方へ) たばこをやめたのはどれくらい前ですか? (〇印は 1 つ)

- 1 1 か月未満 15 人 (1.1%)
- 2 1 か月以上～ 6 か月未満 18 人 (1.3%)
- 3 6 か月以上～ 1 年未満 47 人 (3.5%)
- 4 1 年未満～ 3 年未満 368 人 (27.1%)
- 5 3 年以上 886 人 (65.3%)

★ 無回答 23 人 (1.7%)

問35 (問32で「3現在吸っている」と答えた方へ) 現在、あなたが吸っているたばこの種類を教えてください。(○印はいくつでも)

- 1 紙巻たばこ 409人 (67.7%) 2 加熱式たばこ 241人 (39.9%)
3 その他 4人 (0.7%) ★ 無回答 6人 (1.0%)

問36 (問32で「3現在吸っている」と答えた方へ) 喫煙をする際に子どもなどたばこを吸っていない方に受動喫煙しないよう配慮をしていますか? (○印は1つ)

- 1 必ず配慮している 400人 (66.2%) 2 配慮することもある 166人 (27.5%)
3 特に配慮していない 30人 (5.0%) ★ 無回答 8人 (1.3%)

問37 (問32で「3現在吸っている」と答えた方へ) 最近1年以内に禁煙を試みましたか? (○印は1つ)

- 1 はい 99人 (16.4%) → [問38へ]
★ 無回答 12人 (2.0%) → [問39・40へ]

問38 (問37で「1はい」と答えた方へ) 何らかの禁煙サポート (禁煙外来・薬局での指導・保健所での禁煙教室など) を受けましたか? (○印は1つ)

- 1 はい 16人 (16.2%) 2 いいえ 78人 (78.8%) ★ 無回答 5人 (5.1%)

問39 (問32で「2過去に吸っていた」「3現在吸っている」と答えた方へ) たばこを吸い始めたのはいつ頃ですか?

- 1 20歳未満 342人 (17.4%) 2 20歳代 1,164人 (59.4%) 3 30歳代 61人 (3.1%)
4 40歳代 29人 (1.5%) 5 50歳代 9人 (0.5%) 6 60歳代 3人 (0.2%)
7 70歳代 1人 (0.1%) ★ 無回答 352人 (18.0%)

問40 (問32で「3現在吸っている」と答えた方へ) 今後禁煙したいと思いますか? (○印は1つ)

- 1 はい 298人 (49.3%) 2 いいえ 291人 (48.2%) ★ 無回答 15人 (2.5%)

問41 次の病気のうち、喫煙が影響してかかりやすくなると思うものに○をつけてください。(○印はいくつでも)

- 1 肺がん 4,455人 (91.3%) 2 ぜん息 2,745人 (56.3%)
3 気管支炎 3,174人 (65.1%) 4 COPD (慢性閉塞性肺疾患) 2,407人 (49.3%)
5 心臓病 1,737人 (35.6%) 6 脳卒中 1,821人 (37.3%)
7 胃かいよう 827人 (17.0%) 8 妊娠時の異常 2,025人 (41.5%)
9 歯周病 1,454人 (29.8%) ★ 無回答 288人 (5.9%)

問42 この1か月間に、望まずに自分以外の人が吸っていたたばこの煙を吸う機会 (受動喫煙) がありましたか? (○印はいくつでも)

- 1 機会はなかった 2,101人 (43.1%) 2 家庭内 384人 (7.9%)
3 職場内 463人 (9.5%) 4 公園 215人 (4.4%)
5 行政機関や公共施設 127人 (2.6%) 6 医療機関 2人 (0.0%)
7 飲食店 543人 (11.1%) 8 遊技場・ゲームセンター・パチンコ・競馬場など 141人 (2.9%)
9 路上 (歩きたばこを含む) 1,449人 (29.7%) 10 その他 185人 (3.8%)
★ 無回答 386人 (7.9%)

問43 たばこ健康を考える上で、どのような取り組みが有効だと思いますか? (○印はいくつでも)

- 1 多数の人が集まる施設の禁煙 2,990人 (61.3%) 2 歩行中の禁煙推進 2,782人 (57.0%)
3 職場での禁煙 1,704人 (34.9%) 4 子ども妊娠婦へのたばこの害に関する教育 2,061人 (42.3%)
5 禁煙支援に関する健康教育 1,524人 (31.2%) 6 正しい知識の普及 2,230人 (45.7%)
7 その他 225人 (4.6%) ★ 無回答 360人 (7.4%)

【7】 飲酒について

問44 お酒をどのくらいの頻度で飲みますか? (○印は1つ)

- 1 ほとんど飲まない (飲めない) 2,374人 (48.7%) 2 やめた 201人 (4.1%)
3 月に1日未満 211人 (4.3%) → [問45へ] 4 月に1～3日 364人 (7.5%) → [問45へ]
5 週に1～2日 406人 (8.3%) → [問45へ] 6 週に3～4日 309人 (6.3%) → [問45へ]
7 週に5～6日 236人 (4.8%) → [問45へ] 8 毎日 668人 (13.7%) → [問45へ]
★ 無回答 109人 (2.2%)

問45 (問44で「1ほとんど飲まない (飲めない)」「2やめた」以外を選んだ方へ) 1日あたりの平均的な飲酒量はどのくらいですか? 下の表を参考にお答えください。

- 1 1合未満 259人 (11.8%) 2 1～2合未満 753人 (34.3%)
3 2合以上 591人 (26.9%) ★ 無回答 591人 (26.9%)

※参考※ 日本酒 1合に相当する酒量 (純アルコール分で約20gとなります)

ビール	中ビン1本 (500ml)
ウィスキーやブランデー	ダブル1杯または水割り2杯
焼酎	0.5合
ワイン	240ml

問46 「節度ある適度な飲酒」としては、1日平均純アルコールで約20g程度 (上の表) とされています。このことを知っていましたか? (○印は1つ)

- 1 知っていた 1,832人 (37.6%) 2 知らなかった 2,634人 (54.0%) ★ 無回答 412人 (8.4%)

【8】 歯と口の健康について

問47 あなたは自分の歯が何本ありますか? (永久歯は親知らずを除いて、通常28本あります) (○印は1つ)

- 1 まったくない 165人 (3.4%) 2 1～9本 308人 (6.3%) 3 10～19本 653人 (13.4%)
4 20本以上 3,255人 (66.7%) 5 わからない 391人 (8.0%) ★ 無回答 106人 (2.2%)

問48 歯みがきはどのくらいしていますか? (○印は1つ)

- 1 毎日1回 1,016人 (20.8%) 2 毎日2回 2,616人 (53.6%) 3 毎日3回以上 1,017人 (20.8%)
4 とときどきみがく 89人 (1.8%) 5 みがかかない 46人 (0.9%) ★ 無回答 94人 (1.9%)

問49 デンタルフロス (糸ようじ)、歯間ブラシなどの歯と歯の間の清掃する器具を使っていますか? (○印は1つ)

- 1 はい 2,728人 (55.9%) 2 いいえ 1,966人 (40.3%) ★ 無回答 184人 (3.8%)

問50 フッ化物配合歯みがき剤を使用していますか? (○印は1つ)

- 1 はい 2,598人 (53.3%) 2 いいえ 1,196人 (24.5%) 3 わからない 869人 (17.8%)
★ 無回答 215人 (4.4%)

問51 間食はよくしますか? (○印は1つ)

- 1 はい 2,744人 (56.3%) 2 いいえ 1,942人 (39.8%) ★ 無回答 192人 (3.9%)

問52 歯や口の状態について気になることはありますか? (○印はいくつでも)

- 1 気になることはない 2,010人 (41.2%) 2 歯がいたい、しみる 694人 (14.2%)
3 歯ぐきからいたい、腫れている、出血がある 624人 (12.8%) 4 歯 (か) みにくい 580人 (11.9%)
5 飲み込みにくい 166人 (3.4%) 6 口がかわく 672人 (13.8%)
7 口臭がある 844人 (17.3%) ★ 無回答 484人 (9.9%)

問 53 歯の手入れや、知識などについておたずねします。(〇印は各設問に1つ)

53-1 この一年間で歯科検診（健康診断を含む）を受けましたか？

1 はい **2,978人 (61.0%)** 2 いいえ **1,697人 (34.8%)** ★ 無回答 **203人 (4.2%)**

53-2 この1年間に歯科で歯石除去、歯面清掃を受けましたか？

1 はい **2,861人 (58.7%)** 2 いいえ **1,798人 (36.9%)** ★ 無回答 **219人 (4.5%)**

53-3 かかりつけの歯科医がありますか？

1 はい **3,743人 (76.7%)** 2 いいえ **946人 (19.4%)** ★ 無回答 **189人 (3.9%)**

53-4 歯周病は、全身の健康状態とかかわりがあることを知っていますか？

1 はい **3,582人 (73.4%)** 2 いいえ **1,082人 (22.2%)** ★ 無回答 **214人 (4.4%)**

53-5 「オーラルフレイル」という言葉を知っていますか

1 言葉だけでなく、その意味も知っている **441人(9.0%)** 2 意味は知らないが、言葉は知っている **730人(15.0%)**
3 知らない **3,472人 (71.2%)** ★ 無回答 **235人 (4.8%)**

【9】 予防接種について

問 54 成人を対象としたワクチンがあることを知っていますか？ (〇印は各設問に1つ)

54-1 インフルエンザワクチン

1 はい **4,558人 (93.4%)** 2 いいえ **155人 (3.2%)** ★ 無回答 **165人 (3.4%)**

54-2 高齢者肺炎球菌ワクチン

1 はい **2,455人 (50.3%)** 2 いいえ **2,132人 (43.7%)** ★ 無回答 **291人 (6.0%)**

54-3 帯状疱疹ワクチン

1 はい **3,054人 (62.6%)** 2 いいえ **1,522人 (31.2%)** ★ 無回答 **302人 (6.2%)**

問 55 (問 54 で「1 はい」と答えた方へ) ワクチンを知ったきっかけを教えてください。(〇印はいくつでも)

55-1 インフルエンザワクチン

1 広報なごやを見た **729人 (16.0%)**
2 名古屋市の郵便物（介護保険料納入通知書など）に掲載された案内を見た **338人 (7.4%)**
3 病院や薬局で見た（冊子、ポスター、チラシ等） **1,466人 (32.2%)**
4 身近な人（家族・友人・同僚等）から聞いた **1,377人 (30.2%)**
5 医師、看護師または薬剤師から聞いた **640人 (14.0%)**
6 あなた自身もしくは身近な人がその病気にあったときに聞いた **286人 (6.3%)**
7 テレビやラジオで見た（聞いた） **909人 (19.9%)**
8 新聞や雑誌や書籍で見た **361人 (7.9%)**
9 インターネット（SNS、ウェブサイト）で見た **208人 (4.6%)**
10 地域のタウン誌やタウンページで見た **75人 (1.6%)**
11 その他 **381人 (8.4%)**
12 覚えていない **700人 (15.4%)**
★ 無回答 **162人 (3.6%)**

55-2 高齢者肺炎球菌ワクチン

1 広報なごやを見た **413人 (16.8%)**
2 名古屋市の郵便物（介護保険料納入通知書など）に掲載された案内を見た **175人 (7.1%)**
3 病院や薬局で見た（冊子、ポスター、チラシ等） **1,018人 (41.5%)**

4 身近な人（家族・友人・同僚等）から聞いた **482人 (19.6%)**
5 医師、看護師または薬剤師から聞いた **307人 (12.5%)**
6 あなた自身もしくは身近な人がその病気にあったときに聞いた **52人 (2.1%)**
7 テレビやラジオで見た（聞いた） **806人 (32.8%)**
8 新聞や雑誌や書籍で見た **235人 (9.6%)**
9 インターネット（SNS、ウェブサイト）で見た **75人 (3.1%)**
10 地域のタウン誌やタウンページで見た **34人 (1.4%)**
11 その他 **85人 (3.5%)**
12 覚えていない **84人 (3.4%)**
★ 無回答 **131人 (5.3%)**

55-3 帯状疱疹ワクチン

1 広報なごやを見た **344人 (11.3%)**
2 名古屋市の郵便物（介護保険料納入通知書など）に掲載された案内を見た **131人 (4.3%)**
3 病院や薬局で見た（冊子、ポスター、チラシ等） **1,013人 (33.2%)**
4 身近な人（家族・友人・同僚等）から聞いた **553人 (18.1%)**
5 医師、看護師または薬剤師から聞いた **243人 (8.0%)**
6 あなた自身もしくは身近な人がその病気にあったときに聞いた **234人 (7.7%)**
7 テレビやラジオで見た（聞いた） **1,572人 (51.5%)**
8 新聞や雑誌や書籍で見た **266人 (8.7%)**
9 インターネット（SNS、ウェブサイト）で見た **130人 (4.3%)**
10 地域のタウン誌やタウンページで見た **31人 (1.0%)**
11 その他 **69人 (2.3%)**
12 覚えていない **66人 (2.2%)**
★ 無回答 **131人 (4.3%)**

問 56 成人を対象としたワクチンについて、名古屋で公費助成があることを知っていますか？

(〇印は各設問に1つ)

56-1 インフルエンザワクチン（公費助成の対象：65歳以上の市民等）

1 はい **2,587人 (53.0%)** 2 いいえ **2,121人 (43.5%)** ★ 無回答 **170人 (3.5%)**

56-2 高齢者肺炎球菌ワクチン（公費助成の対象：65歳以上の市民等）

1 はい **1,789人 (36.7%)** 2 いいえ **1,942人 (39.8%)** ★ 無回答 **1,147人 (23.5%)**

56-3 帯状疱疹ワクチン（公費助成の対象：50歳以上の市民等）

1 はい **1,568人 (32.1%)** 2 いいえ **2,392人 (49.0%)** ★ 無回答 **918人 (18.8%)**

問 57 ワクチンの予防接種を受けたことはありますか？ (〇印は各設問に1つ)

57-1 インフルエンザワクチン

1 はい **3,801人 (77.9%)** → (問 58 へ) 2 いいえ **931人 (19.1%)** → (問 59 へ)
★ 無回答 **146人 (3.0%)**

57-2 高齢者肺炎球菌ワクチン

1 はい **657人 (13.5%)** → (問 58 へ) 2 いいえ **2,944人 (60.4%)** → (問 59 へ)
★ 無回答 **1,277人 (26.2%)**

57-3 帯状疱疹ワクチン

1 はい **229人 (4.7%)** → (問 58 へ) 2 いいえ **3,576人 (73.3%)** → (問 59 へ)
★ 無回答 **1,073人 (22.0%)**

問 59 (問 57 で「1 はい」と答えた方へ) ワクチンの予防接種を受けた理由を教えてください。(○印はいくつでも)
59-1 インフルエンザワクチン

- | | | |
|----|---------------------------------|--------------|
| 1 | ワクチンを接種する時間がないから (忙しい) | 112人 (12.0%) |
| 2 | 接種に係る自己負担額が大きすぎたから | 108人 (11.6%) |
| 3 | ワクチン接種は必要だと思わなかったから | 363人 (39.0%) |
| 4 | 自分はその病気にからなないと思うから | 104人 (11.2%) |
| 5 | ワクチンのことを詳しく知らないから | 67人 (7.2%) |
| 6 | ワクチンの副反応 (副作用) が心配だから | 156人 (16.8%) |
| 7 | 身近な人 (家族、友人、同僚など) も接種していないから | 57人 (6.1%) |
| 8 | 自分の年代が公費助成や接種の対象ではないと知ったから | 37人 (4.0%) |
| 9 | かかりつけの病院の医師・看護師が接種を勧めなかったから | 28人 (3.0%) |
| 10 | ワクチンを受けても予防できないと思うから | 129人 (13.9%) |
| 11 | ワクチンを受けることで体調が悪くなりそうだから | 120人 (12.9%) |
| 12 | 接種を受けたかったが在重などの問題で接種が受けられなかったから | 2人 (0.2%) |
| 13 | ワクチンを受ける場所や方法が分からないから | 36人 (3.9%) |
| 14 | その他 | 77人 (8.3%) |
| ★ | 無回答 | 109人 (11.7%) |

59-2 高齢者肺炎球菌ワクチン

- | | | |
|----|---------------------------------|--------------|
| 1 | ワクチンを接種する時間がないから (忙しい) | 83人 (2.8%) |
| 2 | 接種に係る自己負担額が大きすぎたから | 107人 (3.6%) |
| 3 | ワクチン接種は必要だと思わなかったから | 490人 (16.6%) |
| 4 | 自分はその病気にからなないと思うから | 178人 (6.0%) |
| 5 | ワクチンのことを詳しく知らないから | 500人 (17.0%) |
| 6 | ワクチンの副反応 (副作用) が心配だから | 186人 (6.3%) |
| 7 | 身近な人 (家族、友人、同僚など) も接種していないから | 176人 (6.0%) |
| 8 | 自分の年代が公費助成や接種の対象ではないと知ったから | 479人 (16.3%) |
| 9 | かかりつけの病院の医師・看護師が接種を勧めなかったから | 111人 (3.8%) |
| 10 | ワクチンを受けても予防できないと思うから | 52人 (1.8%) |
| 11 | ワクチンを受けることで体調が悪くなりそうだから | 98人 (3.3%) |
| 12 | 接種を受けたかったが在重などの問題で接種が受けられなかったから | 6人 (0.2%) |
| 13 | ワクチンを受ける場所や方法が分からないから | 166人 (5.6%) |
| 14 | その他 | 362人 (12.3%) |
| ★ | 無回答 | 907人 (30.8%) |

59-3 带状疱疹ワクチン

- | | | |
|----|---------------------------------|----------------|
| 1 | ワクチンを接種する時間がないから (忙しい) | 159人 (4.4%) |
| 2 | 接種に係る自己負担額が大きすぎたから | 260人 (7.3%) |
| 3 | ワクチン接種は必要だと思わなかったから | 615人 (17.2%) |
| 4 | 自分はその病気にからなないと思うから | 263人 (7.4%) |
| 5 | ワクチンのことを詳しく知らないから | 630人 (17.6%) |
| 6 | ワクチンの副反応 (副作用) が心配だから | 244人 (6.8%) |
| 7 | 身近な人 (家族、友人、同僚など) も接種していないから | 228人 (6.4%) |
| 8 | 自分の年代が公費助成や接種の対象ではないと知ったから | 346人 (9.7%) |
| 9 | かかりつけの病院の医師・看護師が接種を勧めなかったから | 138人 (3.9%) |
| 10 | ワクチンを受けても予防できないと思うから | 65人 (1.8%) |
| 11 | ワクチンを受けることで体調が悪くなりそうだから | 121人 (3.4%) |
| 12 | 接種を受けたかったが在重などの問題で接種が受けられなかったから | 5人 (0.1%) |
| 13 | ワクチンを受ける場所や方法が分からないから | 235人 (6.6%) |
| 14 | その他 | 449人 (12.6%) |
| ★ | 無回答 | 1,027人 (28.7%) |

問 58 (問 57 で「1 はい」と答えた方へ) ワクチンの予防接種を受けた理由を教えてください。(○印はいくつでも)
58-1 インフルエンザワクチン

- | | | |
|----|--------------------------------------|----------------|
| 1 | その病気にかかったら大変そうだから | 1,803人 (47.4%) |
| 2 | その病気にかかりたくないから | 2,118人 (55.7%) |
| 3 | 予防できる病気は予防したいから | 2,025人 (53.3%) |
| 4 | 広範なごや、ボスター、チラシ等で見たから | 192人 (5.1%) |
| 5 | 名古屋市の郵便物 (介護保険料納入通知書等) に掲載された案内を見たから | 126人 (3.3%) |
| 6 | かかりつけの医療機関から接種を勧められたから | 525人 (13.8%) |
| 7 | 自分の年代が公費助成の対象と知ったから | 210人 (5.5%) |
| 8 | 友人や家族から接種を勧められたから | 530人 (13.9%) |
| 9 | 病院・薬局でワクチンの広告を見たから | 217人 (5.7%) |
| 10 | テレビやラジオでワクチンの話を見た (聞いた) から | 217人 (5.7%) |
| 11 | 雑誌や新聞でワクチンの記事などを見たから | 98人 (2.6%) |
| 12 | インターネット (SNS、ウェブサイト) でワクチンの記事などを見たから | 37人 (1.0%) |
| 13 | その他 | 450人 (11.8%) |
| ★ | 無回答 | 91人 (2.4%) |

58-2 高齢者肺炎球菌ワクチン

- | | | |
|----|--------------------------------------|--------------|
| 1 | その病気にかかったら大変そうだから | 316人 (48.1%) |
| 2 | その病気にかかりたくないから | 361人 (54.9%) |
| 3 | 予防できる病気は予防したいから | 420人 (63.9%) |
| 4 | 広範なごや、ボスター、チラシ等で見たから | 96人 (14.6%) |
| 5 | 名古屋市の郵便物 (介護保険料納入通知書等) に掲載された案内を見たから | 52人 (7.9%) |
| 6 | かかりつけの医療機関から接種を勧められたから | 190人 (28.9%) |
| 7 | 自分の年代が公費助成の対象と知ったから | 127人 (19.3%) |
| 8 | 友人や家族から接種を勧められたから | 63人 (9.6%) |
| 9 | 病院・薬局でワクチンの広告を見たから | 104人 (15.8%) |
| 10 | テレビやラジオでワクチンの話を見た (聞いた) から | 83人 (12.6%) |
| 11 | 雑誌や新聞でワクチンの記事などを見たから | 41人 (6.2%) |
| 12 | インターネット (SNS、ウェブサイト) でワクチンの記事などを見たから | 7人 (1.1%) |
| 13 | その他 | 3人 (0.5%) |
| ★ | 無回答 | 39人 (5.9%) |

58-3 带状疱疹ワクチン

- | | | |
|----|--------------------------------------|--------------|
| 1 | その病気にかかったら大変そうだから | 133人 (58.1%) |
| 2 | その病気にかかりたくないから | 140人 (61.1%) |
| 3 | 予防できる病気は予防したいから | 152人 (66.4%) |
| 4 | 広範なごや、ボスター、チラシ等で見たから | 20人 (8.7%) |
| 5 | 名古屋市の郵便物 (介護保険料納入通知書等) に掲載された案内を見たから | 7人 (3.1%) |
| 6 | かかりつけの医療機関から接種を勧められたから | 54人 (23.6%) |
| 7 | 自分の年代が公費助成の対象と知ったから | 58人 (25.3%) |
| 8 | 友人や家族から接種を勧められたから | 25人 (10.9%) |
| 9 | 病院・薬局でワクチンの広告を見たから | 48人 (21.0%) |
| 10 | テレビやラジオでワクチンの話を見た (聞いた) から | 38人 (16.6%) |
| 11 | 雑誌や新聞でワクチンの記事などを見たから | 22人 (9.6%) |
| 12 | インターネット (SNS、ウェブサイト) でワクチンの記事などを見たから | 4人 (1.7%) |
| 13 | その他 | 8人 (3.5%) |
| ★ | 無回答 | 12人 (5.2%) |

【10】子育てについて

問 60 小学生以下のお子さんをお持ちですか？（○印は1つ）

1 はい 647人 (13.3%) → (問61、62へ) 2 いいえ 3,858人 (79.1%)
★ 無回答 373人 (7.6%)

問 61、問 62 は、小学生以下のお子さんをお持ちの方（問 60 で1と答えた方）だけにお尋ねします。

問 61 お子さんの年齢をお尋ねします。（○印はいくつでも）

1 0 歳児 77人 (11.9%) 2 1 歳児～2 歳児 149人 (23.0%)
3 3 歳児～就学前 215人 (33.2%) 4 小学1年生～3年生 208人 (32.1%)
5 小学4年生～6年生 238人 (36.8%) ★ 無回答 11人 (1.7%)

問 62 育児についてお尋ねします。

62-1 ゆったりとした気分でお子さんとお過ごしる時間がありますか？（○印は1つ）

1 いつも 192人 (29.7%) 2 時々 353人 (54.6%)
3 ほとんどない 95人 (14.7%) ★ 無回答 7人 (1.1%)

62-2 育児に自信が持てないことがありますか？（○印は1つ）

1 はい 261人 (40.3%) 2 いいえ 174人 (26.9%)
3 何ともいえない 205人 (31.7%) ★ 無回答 7人 (1.1%)

62-3 育児について気軽に相談できる方が身近にいますか？（○印は1つ）

1 はい 527人 (81.5%) 2 いいえ 109人 (16.8%) ★ 無回答 11人 (1.7%)

62-4 日常の育児の相談相手は誰ですか？（○印はいくつでも）

1 配偶者 519人 (80.2%) 2 実父母 336人 (51.9%)
3 義父母 107人 (16.5%) 4 先生（小学校・幼稚園・保育所） 86人 (13.3%)
5 友人 299人 (46.2%) 6 近所の人 28人 (4.3%)
7 かかりつけ医療機関 35人 (5.4%) 8 保健センター 21人 (3.2%)
9 電話相談 6人 (0.9%) 10 インターネット(SNS、ウェブサイト) 39人 (6.0%)
11 その他 36人 (5.6%) ★ 無回答 20人 (3.1%)

62-5 配偶者は、育児をしていますか？（○印は1つ）

1 よくやっている 424人 (65.5%) 2 時々やっている 155人 (24.0%)
3 ほとんどしない 46人 (7.1%) ★ 無回答 22人 (3.4%)

62-6 配偶者は、お子さんとよく遊んでいますか？（○印は1つ）

1 よく遊んでいる 381人 (58.9%) 2 時々遊ぶことがある 196人 (30.3%)
3 ほとんど遊ばない 48人 (7.4%) ★ 無回答 22人 (3.4%)

問 63 発達障害についてお尋ねします。（○印は各設問に1つ）

63-1 発達障害について知っていますか？

1 言葉、内容とも知っている 2,830人 (58.0%) 2 言葉のみ知っている 1,481人 (30.4%)
3 知らない 198人 (4.1%) ★ 無回答 369人 (7.6%)

63-2 「子どもの発達に気がなったときに相談できる機関」を知っていますか？

1 はい 1,433人 (29.4%) 2 いいえ 2,906人 (59.6%) ★ 無回答 539人 (11.0%)

【11】その他の保健対策

問 64 「私用薬物」と呼ばれる薬物は、使用量によっては急性中毒のために直接死に至るとともに、薬物依存症により犯罪につながるなど大きな社会的問題を引き起こします。これらの薬物には、覚せい剤、大麻（たいま）、MDMA、ヘロイン、LSD、シンナー等がありますが、知っていますか？（○印は1つ）

1 はい 4,311人 (88.4%) 2 いいえ 378人 (7.7%) ★ 無回答 189人 (3.9%)

【12】その他

問 65 健康に関する情報や知識を次のどこから得ていますか？（○印はいくつでも）

1 新聞・雑誌・一般書 2,348人 (48.1%) 2 テレビ・ラジオ 3,139人 (64.4%)
3 インターネット(SNS、ウェブサイト) 2,295人 (47.0%) 4 医学書などの専門書 253人 (5.2%)
5 家族・友人・知人 1,839人 (37.7%) 6 保健センター 99人 (2.0%)
7 医療機関 1,620人 (33.2%) 8 職場や学校 905人 (18.6%)
9 その他 35人 (0.7%) 10 特にない 179人 (3.7%)
★ 無回答 115人 (2.4%)

問 66 健康づくりにや生活習慣改善について、どのような情報が欲しいですか。（○印はいくつでも）

1 食生活 2,925人 (60.0%) 2 運動 2,120人 (43.5%)
3 こころの健康 1,417人 (29.0%) 4 たばこ 184人 (3.8%)
5 アルコール 260人 (5.3%) 6 歯と口の健康 1,168人 (23.9%)
7 健康診査・がん検診 1,918人 (39.3%) 8 その他 143人 (2.9%)
★ 無回答 474人 (9.7%)

問 67 市の健康や病気の予防に対する取り組みは充実していると思いますか。（○印は1つ）

1 充実している 463人 (9.5%) 2 まあまあ充実している 1,866人 (38.3%)
3 あまり充実していない 406人 (8.3%) → (問68へ) 4 充実していない 138人 (2.8%)
5 わからない 1,829人 (37.5%) ★ 無回答 176人 (3.6%)

問 68 (問 67 で「3 あまり充実していない」「4 充実していない」と答えた方へ) 充実していないと思う理由は何だと思いますか。（○印はいくつでも）

1 市の取組みについて知らない 321人 (59.0%) 2 気軽に健康の相談をするところが少ない 218人 (40.1%)
3 健康や病気の予防についての情報が少ない 220人 (40.4%) 4 健康診断や保健指導が十分受けられない 151人 (27.8%)
5 わからない 19人 (3.5%) 6 その他 47人 (8.6%)
★ 無回答 9人 (1.7%)

問 69 性別（○印は1つ）

1 男性 2,050人 (42.0%) 2 女性 2,703人 (55.4%)
3 その他 7人 (0.1%) ★ 無回答 118人 (2.4%)

問 70 年齢はおいくつですか？

1 10 歳代 101人 (2.1%) 2 20 歳代 336人 (6.9%) 3 30 歳代 481人 (9.9%)
4 40 歳代 697人 (14.3%) 5 50 歳代 759人 (15.6%) 6 60 歳代 779人 (16.0%)
7 70 歳代 1,491人 (30.6%) ★ 無回答 234人 (4.8%)

問71 何区にお住まいですか？（〇印は1つ）

1 千種区	319人 (6.5%)	2 東区	165人 (3.4%)	3 北区	326人 (6.7%)
4 西区	296人 (6.1%)	5 中村区	255人 (5.2%)	6 中区	149人 (3.1%)
7 昭和区	230人 (4.7%)	8 瑞穂区	232人 (4.8%)	9 熱田区	142人 (2.9%)
10 中川区	444人 (9.1%)	11 港区	287人 (5.9%)	12 南区	296人 (6.1%)
13 守山区	354人 (7.3%)	14 緑区	542人 (11.1%)	15 名東区	354人 (7.3%)
16 天白区	319人 (6.5%)	★ 無回答	168人 (3.4%)		

問72 同居している方（〇印はいくつでも）

1 なし（一人暮らし）	820人 (16.8%)	2 配偶者	2,850人 (58.4%)	3 子	1,844人 (37.8%)
4 親	764人 (15.7%)	5 祖父母	75人 (1.5%)	6 孫	138人 (2.8%)
7 兄弟姉妹	269人 (5.5%)	8 その他	104人 (2.1%)	★ 無回答	168人 (3.4%)

問73 身長、体重についてお尋ねします。恐縮ですが、適正体重などの算出のために、できる限り正確な身長・体重をご記入ください。

73-1 身長

1 150cm未満	386人 (7.9%)	2 150～160cm未満	1,575人 (32.3%)
3 160～170cm未満	1,659人 (34.0%)	4 170～180cm未満	823人 (16.9%)
5 180cm以上	133人 (2.7%)	★ 無回答	302人 (6.2%)

73-2 体重

1 40kg未満	107人 (2.2%)	2 40～50kg未満	980人 (20.1%)
3 50～60kg未満	1,453人 (29.8%)	4 60～70kg未満	1,125人 (23.1%)
5 70～80kg未満	576人 (11.8%)	6 80kg以上	290人 (5.9%)
★ 無回答	347人 (7.1%)		

問74 あなたのお仕事について、もっとも近いものはどれですか？（〇印は1つ）

1 正社員	1,405人 (28.8%)	2 契約社員・派遣社員又はパート・アルバイト	928人 (19.0%)
3 自営・自由業	343人 (7.0%)	4 専業主婦・主夫又は家事手伝い	707人 (14.5%)
5 シルバー人材センターの活動	11人 (0.2%)	6 学生（予備校生を含む）	176人 (3.6%)
7 仕事をしていない	988人 (20.3%)	8 その他	109人 (2.2%)
★ 無回答	211人 (4.3%)		

問75 日々の生活に、経済的なゆとりを感じますか？（〇印は1つ）

1 ゆとりがある	421人 (8.6%)	2 ややゆとりがある	1,178 (24.1%)
3 どちらともいえない	1,345人 (27.6%)	4 あまりゆとりはない	1,233人 (25.3%)
5 全くゆとりがない	532人 (10.9%)	★ 無回答	169人 (3.5%)

問76 日々の生活に、時間的なゆとりを感じますか？（〇印は1つ）

1 ゆとりがある	937人 (19.2%)	2 ややゆとりがある	1,343 (27.5%)
3 どちらともいえない	1,017人 (20.8%)	4 あまりゆとりはない	1,092人 (22.4%)
5 全くゆとりがない	315人 (6.5%)	★ 無回答	174人 (3.6%)

8 子育てに関する市民アンケート集計結果

3 (4) か児健康診査時の子育て調査集計結果
(令和4年10月実施、回答者数1,263人)

問1 妊娠中、働いていましたか？（〇印は1つ）

1 妊娠判明の時点で辞めた	66人 (5.2%)	2 妊娠中働いていた	902人 (71.4%)
3 もともと働いていない	280人 (22.2%)	★ 無回答	15人 (1.2%)

問2 マタニティマークについてお伺いします。

2-1 妊娠中、マタニティマークを知っていましたか？（〇印は1つ）

1 知っていた	1,215人 (96.2%)	→「問2-2へ」	2 知らなかった	7人 (0.6%)
★ 無回答	41人 (3.2%)			

2-2（問2-1で「1 知っていた」と答えた方へ）マタニティマークを身に付けたりするなどして利用したことはありますか？（〇印は1つ）

1 利用したことがある	1,069人 (88.0%)	2 利用したことはない	136人 (11.2%)
→「問2-3へ」			
★ 無回答	10人 (0.8%)		

2-3（問2-2で「1 利用したことがある」と答えた方へ）マタニティマークを利用して効果を感じたことがありますか？（〇印は1つ）

1 感じたことがある	674人 (63.0%)	2 感じたことはない	390人 (36.5%)
★ 無回答	5人 (0.5%)		

問3 育児に自信が持てないことがありますか？（〇印は1つ）

1 はい	361人 (28.6%)	2 いいえ	410人 (32.5%)
3 何ともいえない	471人 (37.3%)	★ 無回答	21人 (1.7%)

問4 妊娠中、どのような不安や心配がありましたか？（〇印は最大3つ）

1 妊娠経過・分娩	864人 (68.4%)	2 相談相手がいない	16人 (1.3%)
3 家事や育児を手伝ってくれる人がいない	76人 (6.0%)	4 経済的不安	222人 (17.6%)
5 漠然とした不安	295人 (23.4%)	6 仕事について	277人 (21.9%)
7 心配や不安なことは特にならない	159人 (12.6%)	8 その他	81人 (6.4%)
★ 無回答	43人 (3.4%)		

問5 現在、どのような不安や心配がありますか？（〇印は最大3つ）

1 子どものしつけ・生活習慣	338人 (26.8%)	2 子どもの発達・発育	450人 (35.6%)
3 子どもの病氣・健康	423人 (33.5%)	4 自分の健康	84人 (6.7%)
5 相談相手がいない	4人 (0.3%)	6 家事や育児を手伝ってくれる人がいない	37人 (2.9%)
7 ほかのきょうだいの育児の面立	295人 (23.4%)	8 経済的不安	203人 (16.1%)
9 漠然とした不安	89人 (7.0%)	10 仕事と育児の両立	374人 (29.6%)
11 心配や不安なことは特にならない	167人 (13.2%)	12 その他	32人 (2.5%)
★ 無回答	62人 (4.9%)		

問6 日常の育児の相談相手は誰ですか？（あてはまるものすべてに○）

- | | |
|------------------------|----------------|
| 1 配偶者 | 1,159人 (91.8%) |
| 2 実父母 | 959人 (75.9%) |
| 4 友人 | 655人 (51.9%) |
| 6 かかりつけ医療機関 | 145人 (11.5%) |
| 8 保育士や幼稚園の先生 | 123人 (9.7%) |
| 10 インターネット(SNS・ウェブサイト) | 192人 (15.2%) |
| 12 その他 | 111人 (8.8%) |
| ★ 無回答 | 14人 (1.1%) |

問7 妊娠中、どのような支援や相談手段が役に立ちましたか？また、現在役立っていますか？（それぞれ○印は最大3つ）
妊娠中、どのような支援や相談手段が役立ったか

- | | |
|----------------------------|--------------|
| 1 保健センターの教室や相談 | 91人 (7.2%) |
| 3 保育園や幼稚園の相談 | 78人 (6.2%) |
| 5 民間企業の教室や相談 | 10人 (0.8%) |
| 7 (上の子の)一時預かり事業 | 36人 (2.9%) |
| 9 子育て総合相談窓口(子育て世代包括支援センター) | 6人 (0.5%) |
| 11 インターネット・SNS | 766人 (60.6%) |
| ★ 無回答 | 104人 (8.2%) |

現在、どのような支援や相談手段が役立っているか

- | | |
|----------------------------|--------------|
| 1 保健センターの教室や相談 | 101人 (8.0%) |
| 3 保育園や幼稚園の相談 | 108人 (8.6%) |
| 5 民間企業の教室や相談 | 21人 (1.7%) |
| 7 (上の子の)一時預かり事業 | 23人 (1.8%) |
| 9 子育て総合相談窓口(子育て世代包括支援センター) | 30人 (2.4%) |
| 11 インターネット・SNS | 728人 (57.6%) |
| ★ 無回答 | 98人 (7.8%) |

問8 妊娠中、どのような支援や環境、相談手段があればよいと思いますか？また、現在あればよいと思いますか？（それぞれ○印は最大3つ）（※）
妊娠中、どのような支援や相談手段があればよいと思ったか

- | | |
|-----------------------|--------------|
| 1 配偶者と共に参加できる土日開催の教室 | 370人 (29.3%) |
| 3 いつでもすぐに対応してもらえる相談電話 | 150人 (11.9%) |
| 5 メール・SNSによる相談 | 199人 (15.8%) |
| 7 ヘルパー等の家事支援 | 60人 (4.8%) |
| 9 一時的な託児環境 | 14人 (1.1%) |
| 11 配偶者の理解や対応 | 27人 (2.1%) |
| 13 友人・知人の理解や対応 | 1人 (0.1%) |
| 15 個別相談 | 45人 (3.6%) |
| ★ 無回答 | 221人 (17.5%) |

現在、どのような支援や相談手段があればよいと思うか

- | | |
|-----------------------|--------------|
| 1 配偶者と共に参加できる土日開催の教室 | 194人 (15.4%) |
| 3 いつでもすぐに対応してもらえる相談電話 | 193人 (15.3%) |
| 5 メール・SNSによる相談 | 203人 (16.1%) |
| 7 ヘルパー等の家事支援 | 113人 (8.9%) |
| 9 一時的な託児環境 | 35人 (2.8%) |
| 11 配偶者の理解や対応 | 27人 (2.1%) |
| 13 友人・知人の理解や対応 | 1人 (0.1%) |
| 15 個別相談 | 73人 (5.8%) |
| ★ 無回答 | 255人 (20.2%) |

（※）問8は、16個の選択肢から構成されている。11番目～16番目の選択肢は、本来は選択肢番号を（11）～（16）とすべきであるが、賛同票では（8）～（13）と誤記していた。すなわち賛同票では選択肢番号（8）～（13）が重複して存在していたため、（8）以降の選択肢については正しい回答が得られていない可能性がある。（8）以降の選択肢については、項目名の最後に＊印を付け、参考値として掲載した。

問9 情報や知識をどこから得ていますか？（あてはまるものすべてに○）

妊娠中、情報や知識をどこから得ていたか

- | | |
|----------------|----------------|
| 1 親族 | 917人 (72.6%) |
| 3 子育てサロン・支援拠点 | 68人 (5.4%) |
| 5 幼稚園・保育園 | 163人 (12.9%) |
| 7 学校 | 7人 (0.6%) |
| 9 市パンフレット | 122人 (9.7%) |
| 11 テレビ・ラジオ・新聞等 | 208人 (16.5%) |
| 13 インターネット | 1,030人 (81.6%) |
| 15 NAGOMii | 60人 (4.8%) |
| ★ 無回答 | 57人 (4.5%) |

現在、情報や知識をどこから得ているか

- | | |
|----------------|----------------|
| 1 親族 | 940人 (74.4%) |
| 3 子育てサロン・支援拠点 | 161人 (12.7%) |
| 5 幼稚園・保育園 | 224人 (17.7%) |
| 7 学校 | 8人 (0.6%) |
| 9 市パンフレット | 147人 (11.6%) |
| 11 テレビ・ラジオ・新聞等 | 222人 (17.6%) |
| 13 インターネット | 1,047人 (82.9%) |
| 15 NAGOMii | 138人 (10.9%) |
| ★ 無回答 | 50人 (4.0%) |

問10 「乳幼児突然死症候群（SIDS）」を知っていますか？（○印は1つ）

- | | |
|---------|----------------|
| 1 知らない | 78人 (6.2%) |
| ★ 無回答 | 44人 (3.5%) |
| 2 知っている | 1,141人 (90.3%) |

問11 お子さんを寝かせ始める時は、どのように寝かせていますか？（○印は1つ）

- | | |
|---------|----------------|
| 1 あおむけ寝 | 1,173人 (92.9%) |
| 3 決めない | 23人 (1.8%) |
| ★ 無回答 | 51人 (4.0%) |
| 2 うつぶせ寝 | 5人 (0.4%) |
| 4 その他 | 11人 (0.9%) |

問12 心肺蘇生法（胸骨圧迫などの応急処置）を知っていますか？（○印は1つ）

- | | |
|-----------|--------------|
| 1 知っている | 268人 (21.2%) |
| 3 知らない | 340人 (26.9%) |
| ★ 無回答 | 44人 (3.5%) |
| 2 少し知っている | 611人 (48.4%) |

問13 子どもに対して、心肺蘇生法が適切にできると思っていますか？（○印は1つ）

- | | |
|-------|----------------|
| 1 はい | 161人 (12.7%) |
| ★ 無回答 | 51人 (4.0%) |
| 2 いいえ | 1,051人 (83.2%) |

問14 『子どもの発達に気がなった時に相談できる機関』を知っていますか？（○印は1つ）

- | | |
|---------|--------------|
| 1 知っている | 628人 (49.7%) |
| ★ 無回答 | 45人 (3.6%) |
| 2 知らない | 590人 (46.7%) |

1 歳 6 か月児健康診査時の子育て調査集計結果 (令和 4 年 10 月実施、回答者数 1,324 人)

問 1 現在、働いていますか？ (○印は 1 つ)

1 働いている 683 人 (51.6%) 2 働いていない 633 人 (47.8%) ★ 無回答 8 人 (0.6%)

問 2 育児に自信が持てないことがありますか？ (○印は 1 つ)

1 はい 367 人 (27.7%) 2 いいえ 459 人 (34.7%)
3 何ともいえない 485 人 (36.6%) ★ 無回答 13 人 (1.0%)

問 3 現在、どのような不安や心配がありますか？ (○印は最大 3 つ)

1 子どものしつけ・生活習慣 595 人 (44.9%) 2 子どもの発達・発育 338 人 (25.5%)
3 子どもの病気・健康 217 人 (16.4%) 4 自分の健康 94 人 (7.1%)
5 相談相手がいらない 14 人 (1.1%) 6 家事や育児を手伝ってくれる人がいない 38 人 (2.9%)
7 ほのかのきょうだいの育児の両立 239 人 (18.1%) 8 経済的不安 187 人 (14.1%)
9 漠然とした不安 94 人 (7.1%) 10 仕事と育児の両立 335 人 (25.3%)
11 心配や不安なことは特にない 207 人 (15.6%) 12 その他 22 人 (1.7%)
★ 無回答 82 人 (6.2%)

問 4 日常の育児の相談相手は誰ですか？ (あてはまるものすべてに○)

1 配偶者 1,146 人 (86.6%) 2 実父母 912 人 (68.9%)
3 義父母 236 人 (17.8%) 4 友人 619 人 (46.8%)
5 近所の人 45 人 (3.4%) 6 かかりつけ医療機関 92 人 (6.9%)
7 保健センターの保健師や助産師等 25 人 (1.9%) 8 保育士や幼稚園の先生 293 人 (22.1%)
9 電話相談 6 人 (0.5%) 10 インターネット(SNS・ウェブサイト) 130 人 (9.8%)
11 誰もいない 7 人 (0.5%) 12 その他 123 人 (9.3%)
★ 無回答 12 人 (0.9%)

問 5 妊娠中、どのような支援や相談手段が役に立ちましたか？また、現在役立っていますか？ (それぞれ○印は最大 3 つ)
妊娠中、どのような支援や相談手段が役立ったか

1 保健センターの教室や相談 132 人 (10.0%) 2 子育てサロンや地域子育て支援拠点の教室や相談 62 人 (4.7%)
3 保育園や幼稚園の相談 80 人 (6.0%) 4 医療機関の健診や相談、教室 450 人 (34.0%)
5 民間企業の教室や相談 15 人 (1.1%) 6 ヘルパー等の家事支援 19 人 (1.4%)
7 (上の子の)一時預かり事業 31 人 (2.3%) 8 保健師などの家庭訪問 49 人 (3.7%)
9 子育て総合相談窓口(子育て世代包括支援センター) 6 人 (0.5%) 10 子どもあしん電話相談 5 人 (0.4%)
11 インターネット・SNS 623 人 (47.1%) 12 特にない 265 人 (20.0%)
★ 無回答 154 人 (11.6%)

現在、どのような支援や相談手段が役立っているか

1 保健センターの教室や相談 70 人 (5.3%) 2 子育てサロンや地域子育て支援拠点の教室や相談 293 人 (22.1%)
3 保育園や幼稚園の相談 387 人 (29.2%) 4 医療機関の健診や相談、教室 312 人 (23.6%)
5 民間企業の教室や相談 22 人 (1.7%) 6 ヘルパー等の家事支援 19 人 (1.4%)
7 (上の子の)一時預かり事業 32 人 (2.4%) 8 保健師などの家庭訪問 94 人 (7.1%)
9 子育て総合相談窓口(子育て世代包括支援センター) 21 人 (1.6%) 10 子どもあしん電話相談 43 人 (3.2%)
11 インターネット・SNS 559 人 (42.2%) 12 特にない 227 人 (17.1%)
★ 無回答 128 人 (9.7%)

問 6 妊娠中、どのような支援や環境、相談手段があればよいと思いますか？また、現在あればよいと思いますか？ (それぞれ○印は最大 3 つ) (※)

妊娠中、どのような支援や相談手段があればよいと思ったか

1 配偶者と共に参加できる土日開催の教室 351 人 (26.5%) 2 家族(配偶者以外)と共に参加できる土日開催の教室 44 人 (3.3%)
3 いつでもすぐに対応してもらえる相談電話 160 人 (12.1%) 4 いつでもすぐに対応してもらえる相談場所 95 人 (7.2%)
5 メール・SNS による相談 194 人 (14.7%) 6 出産・育児に関する正しい情報 358 人 (27.0%)
7 ヘルパー等の家事支援 77 人 (5.8%) 8 幼稚園・保育園 40 人 (3.0%)
9 一時的な託児環境 83 人 (6.3%) 10 気軽に仲間と交流できる場 110 人 (8.3%)
11 配偶者の理解や対応 213 人 (16.1%) 12 職場の理解や対応 234 人 (17.7%)
13 友人・知人の理解や対応 37 人 (2.8%) 14 周囲の人の配慮 118 人 (8.9%)
15 個別相談 36 人 (2.7%) 16 特にない 151 人 (11.4%)
★ 無回答 218 人 (16.5%)

現在、どのような支援や相談手段があればよいと思うか

1 配偶者と共に参加できる土日開催の教室 104 人 (7.9%) 2 家族(配偶者以外)と共に参加できる土日開催の教室 43 人 (3.2%)
3 いつでもすぐに対応してもらえる相談電話 182 人 (13.7%) 4 いつでもすぐに対応してもらえる相談場所 151 人 (11.4%)
5 メール・SNS による相談 170 人 (12.8%) 6 出産・育児に関する正しい情報 184 人 (13.9%)
7 ヘルパー等の家事支援 129 人 (9.7%) 8 幼稚園・保育園 187 人 (14.1%)
9 一時的な託児環境 351 人 (26.5%) 10 気軽に仲間と交流できる場 262 人 (19.8%)
11 配偶者の理解や対応 200 人 (15.1%) 12 職場の理解や対応 232 人 (17.5%)
13 友人・知人の理解や対応 53 人 (4.0%) 14 周囲の人の配慮 89 人 (6.7%)
15 個別相談 45 人 (3.4%) 16 特にない 134 人 (10.1%)
★ 無回答 172 人 (13.0%)

(※) 本アンケート結果では質問文の冒頭を「妊娠中、どのような支援や環境～」と記載したが、実際に送付した質問票では「現在、どのような支援や環境～」となっていた。

問 7 情報や知識をどこから得ていますか？ (あてはまるものすべてに○)

妊娠中、情報や知識をどこから得ていたか

1 親族 904 人 (68.3%) 2 知人・友人 855 人 (64.6%)
3 子育てサロン・支援拠点 88 人 (6.6%) 4 区役所・保健センター等 195 人 (14.7%)
5 幼稚園・保育園 144 人 (10.9%) 6 職場 193 人 (14.6%)
7 学校 16 人 (1.2%) 8 病院・診療所 594 人 (44.9%)
9 市パンフレット 133 人 (10.0%) 10 広報なごや 219 人 (16.5%)
11 テレビ・ラジオ・新聞等 265 人 (20.0%) 12 その他の情報誌 103 人 (7.8%)
13 インターネット 946 人 (71.5%) 14 名古屋市 HP 76 人 (5.7%)
15 NAGOMii 45 人 (3.4%) 16 特にない 11 人 (0.8%)
★ 無回答 120 人 (9.1%)

現在、情報や知識をどこから得ているか

1 親族 881 人 (66.5%) 2 知人・友人 906 人 (68.4%)
3 子育てサロン・支援拠点 285 人 (21.5%) 4 区役所・保健センター等 187 人 (14.1%)
5 幼稚園・保育園 622 人 (47.0%) 6 職場 227 人 (17.1%)
7 学校 31 人 (2.3%) 8 病院・診療所 572 人 (43.2%)
9 市パンフレット 142 人 (10.7%) 10 広報なごや 375 人 (28.3%)
11 テレビ・ラジオ・新聞等 310 人 (23.4%) 12 その他の情報誌 75 人 (5.7%)
13 インターネット 992 人 (74.9%) 14 名古屋市 HP 110 人 (8.3%)
15 NAGOMii 91 人 (6.9%) 16 特にない 11 人 (0.8%)
★ 無回答 91 人 (6.9%)

問8 心肺蘇生法（胸骨圧迫などの応急処置）を知っていますか？（○印は1つ）

1 知っている 289人 (21.8%) 2 少し知っている 664人 (50.2%)
3 知らない 297人 (22.4%) ★ 無回答 74人 (5.6%)

問9 子どもに対して、心肺蘇生法が適切にできると思えますか？（○印は1つ）

1 はい 163人 (12.3%) 2 いいえ 1,072人 (81.0%) ★ 無回答 89人 (6.7%)

問10 名古屋市保健センターで3か月児健康診査を受けた時の状況はいかがでしたか？（○印は1つ）

1 とても満足している 127人 (9.6%) 2 満足している 921人 (69.6%)
3 満足していない 80人 (6.0%) 4 全く満足していない 12人 (0.9%)
5 受診していない 19人 (1.4%) 6 他市町村で受診 78人 (5.9%)
★ 無回答 87人 (6.6%)

問11 3か月児健康診査を受けた感想はいかがでしたか？（あてはまるものすべてに○）

1 信頼ができて安心できた 345人 (26.1%) 2 医師や保健師の話が勉強になった 276人 (20.8%)
3 栄養士の話のために 151人 (11.4%) 4 歯科衛生士の話のために 65人 (4.9%)
5 もっとゆっくりにした時間が欲しかった 115人 (8.7%) 6 個別の相談がしたかった 40人 (3.0%)
7 決まりだから受けた 345人 (26.1%) 8 知っていることばかり教えられた 30人 (2.3%)
9 形式的だった 217人 (16.4%) 10 友達ができ良かった 7人 (0.5%)
11 その他 151人 (11.4%)

問12 『子どもの発達に気がなった時に相談できる機関』を知っていますか？（○印は1つ）

1 知っている 512人 (38.7%) 2 知らない 716人 (54.1%) ★ 無回答 96人 (7.3%)

問13 発達障害について知っていますか？（○印は1つ）

1 言葉、内容とも知っている 825人 (62.3%) 2 言葉のみ知っている 408人 (30.8%)
3 知らない 15人 (1.1%) ★ 無回答 76人 (5.7%)

3 歳児健康診査時の子育て調査集計結果
（令和4年10月実施、回答者数1,366人）

問1 現在、働いていますか？（○印は1つ）

1 働いている 820人 (60.0%) 2 働いていない 537人 (39.3%) ★ 無回答 9人 (0.7%)

問2 育児に自信が持てないことがありますか？（○印は1つ）

1 はい 383人 (28.0%) 2 いいえ 431人 (31.6%)
3 何ともいえない 538人 (39.4%) ★ 無回答 14人 (1.0%)

問3 現在、どのような不安や心配がありますか？（○印は最大3つ）

1 子どものしつけ・生活習慣 710人 (52.0%) 2 子どもの発達・育児 319人 (23.4%)
3 子どもの病気・健康 179人 (13.1%) 4 自分の健康 100人 (7.3%)
5 相談相手がいない 10人 (0.7%) 6 家事や育児を手伝ってくれる人がいない 35人 (2.6%)
7 ほかにきょうだいの育児の両立 285人 (20.9%) 8 経済的不安 145人 (10.6%)
9 漠然とした不安 75人 (5.5%) 10 心配や不安なことは特でない 264人 (19.3%)
11 その他 42人 (3.1%) ★ 無回答 90人 (6.6%)

問4 日常の育児の相談相手は誰ですか？（あてはまるものすべてに○）

1 配偶者 1,184人 (86.7%) 2 実父母 911人 (66.7%)
3 義父母 255人 (18.7%) 4 友人 649人 (47.5%)
5 近所の人 50人 (3.7%) 6 かかりつけ医療機関 83人 (6.1%)
7 保健センターの保健師や助産師等 20人 (1.5%) 8 保育士や幼稚園の先生 371人 (27.2%)
9 電話相談 4人 (0.3%) 10 インターネット(SNS・ウェブサイト) 94人 (6.9%)
11 誰もいない 9人 (0.7%) 12 その他 110人 (8.1%)
★ 無回答 10人 (0.7%)

問5 妊娠中、どのような支援や相談手段が役に立ちましたか？また、現在役立っていますか？（それぞれ○印は最大3つ）
妊娠中、どのような支援や相談手段が役立ったか

1 保健センターの教室や相談 232人 (17.0%) 2 子育てサロンや地域子育て支援拠点の教室や相談 125人 (9.2%)
3 保育園や幼稚園の相談 107人 (7.8%) 4 医療機関の健診や相談、教室 421人 (30.8%)
5 民間企業の教室や相談 21人 (1.5%) 6 ヘルパー等の家事支援 15人 (1.1%)
7 (上の子の) 一時預かり事業 61人 (4.5%) 8 保健師などの家庭訪問 58人 (4.2%)
9 子育て総合相談窓口(子育て世代包括支援センター) 11人 (0.8%) 10 子どもあしん電話相談 9人 (0.7%)
11 インターネット・SNS 534人 (39.1%) 12 特でない 297人 (21.7%)
★ 無回答 162人 (11.9%)

現在、どのような支援や相談手段が役立っているか

1 保健センターの教室や相談 91人 (6.7%) 2 子育てサロンや地域子育て支援拠点の教室や相談 220人 (16.1%)
3 保育園や幼稚園の相談 582人 (42.6%) 4 医療機関の健診や相談、教室 277人 (20.3%)
5 民間企業の教室や相談 27人 (2.0%) 6 ヘルパー等の家事支援 14人 (1.0%)
7 (上の子の) 一時預かり事業 34人 (2.5%) 8 保健師などの家庭訪問 78人 (5.7%)
9 子育て総合相談窓口(子育て世代包括支援センター) 23人 (1.7%) 10 子どもあしん電話相談 25人 (1.8%)
11 インターネット・SNS 503人 (36.8%) 12 特でない 246人 (18.0%)
★ 無回答 149人 (10.9%)

問6 妊娠中、どのような支援や環境、相談手段があればよいと思いますか？また、現在あればよいと思いますか？（それぞれ○印は最大3つ）(※)

妊娠中、どのような支援や相談手段があればよいと思ったか

- 1 配偶者と共に参加できる土日開催の教室 276人(20.2%)
- 3 いつでもすぐに対応してもらえる相談電話 180人(13.2%)
- 5 メール・SNSによる相談 193人(14.1%)
- 7 ヘルパー等の家事支援 92人(6.7%)
- 9 一時的な託児環境 123人(9.0%)
- 11 配偶者の理解や対応 235人(17.2%)
- 13 友人・知人の理解や対応 36人(2.6%)
- 15 個別相談 28人(2.0%)
- ★ 無回答 246人(18.0%)

現在、どのような支援や相談手段があればよいと思うか

- 1 配偶者と共に参加できる土日開催の教室 74人(5.4%)
- 3 いつでもすぐに対応してもらえる相談電話 178人(13.0%)
- 5 メール・SNSによる相談 177人(13.0%)
- 7 ヘルパー等の家事支援 162人(11.9%)
- 9 一時的な託児環境 314人(23.0%)
- 11 配偶者の理解や対応 222人(16.3%)
- 13 友人・知人の理解や対応 58人(4.2%)
- 15 個別相談 47人(3.4%)
- ★ 無回答 189人(13.8%)

(※) アンケート結果では質問文の冒頭を「妊娠中、どのような支援や環境～」と記載したが、実際に送付した質問票では「現在、どのような支援や環境～」となっていた。

問7 情報や知識をどこから得ていますか？（あてはまるものすべてに○）

妊娠中、情報や知識をどこから得ていたか

- 1 親族 904人(66.2%)
- 3 子育てサロン・支援拠点 141人(10.3%)
- 5 幼稚園・保育園 175人(12.8%)
- 7 学校 13人(1.0%)
- 9 市・パンフレット 117人(8.6%)
- 11 テレビ・ラジオ・新聞等 298人(21.8%)
- 13 インターネット 930人(68.1%)
- 15 NAGOMii 45人(3.3%)
- ★ 無回答 147人(10.8%)

現在、情報や知識をどこから得ているか

- 1 親族 886人(64.9%)
- 3 子育てサロン・支援拠点 231人(16.9%)
- 5 幼稚園・保育園 824人(60.3%)
- 7 学校 53人(3.9%)
- 9 市・パンフレット 107人(7.8%)
- 11 テレビ・ラジオ・新聞等 328人(24.0%)
- 13 インターネット 980人(71.7%)
- 15 NAGOMii 65人(4.8%)
- ★ 無回答 117人(8.6%)

問8 心肺蘇生法（胸骨圧迫などの応急処置）を知っていますか？（○印は1つ）

- 1 知っている 304人(22.3%)
- 3 知らない 331人(24.2%)
- ★ 無回答 101人(7.4%)

問9 子どもに対して、心肺蘇生法が適切にできると思いますか？（○印は1つ）

- 1 はい 184人(13.5%)
- 2 いいえ 1,067人(78.1%)
- ★ 無回答 115人(8.4%)

問10 名古屋市の保健センターで1歳6か月児健康診査を受けた時の状況はいかがでしたか？（○印は1つ）

- 1 とても満足している 101人(7.4%)
- 2 満足している 926人(67.8%)
- 3 満足していない 122人(8.9%)
- 4 全く満足していない 12人(0.9%)
- 5 受診していない 9人(0.7%)
- 6 他市町村で受診 70人(5.1%)
- ★無回答 126人(9.2%)

問11 1歳6か月児健康診査を受けた感想はいかがでしたか？（あてはまるものすべてに○）

- 1 信頼がおけて安心できた 340人(24.9%)
- 2 医師や保健師の話が勉強になった 215人(15.7%)
- 3 栄養士の話がためになった 165人(12.1%)
- 4 歯科衛生士の話がためになった 115人(8.4%)
- 5 もっとゆとりした時間が欲しかった 123人(9.0%)
- 6 個別の相談がなかった 49人(3.6%)
- 7 決まりだから受けた 382人(28.0%)
- 8 知っていることばかり教えられた 58人(4.2%)
- 9 形式的だった 218人(16.0%)
- 10 友達ができ良かった 3人(0.2%)
- 11 その他 150人(11.0%)

問12 『子どもの発達に気がなった時に相談できる機関』を知っていますか？（○印は1つ）

- 1 知っている 610人(44.7%)
- 2 知らない 633人(46.3%)
- ★ 無回答 123人(9.0%)

問13 発達障害について知っていますか？（○印は1つ）

- 1 言葉、内容とも知っている 849人(62.2%)
- 2 言葉のみ知っている 396人(29.0%)
- 3 知らない 20人(1.5%)
- ★ 無回答 101人(7.4%)

健康なごやプラン21（第3次）

名古屋市健康福祉局健康部健康増進課

〒460-8508 名古屋市中区三の丸三丁目1番1号

電話番号 052-972-2637

ファックス 052-972-4152

電子メール a2637@kenkofukushi.city.nagoya.lg.jp

発行： 令和6年3月



健康なごやプラン 21 第 3 次

名古屋市健康増進計画(第 3 次)
計画期間：令和 6 年度～令和 17 年度