

生活習慣病（糖尿病、循環器病、がん）

課題

生活習慣病は、生活の質や健康寿命に影響を与えます。食生活、運動、喫煙、飲酒などの生活習慣を改善する必要があります。生活習慣病の予防についての正しい知識を持ち、健康的な生活をおくり、予防することが必要です。

市民の取り組み

食塩や脂肪のとりすぎに注意し、緑黄色野菜を食べます。

運動する習慣を身につけます。

喫煙や多量の飲酒の健康への影響に関する正しい知識を得ます。

定期的に健康診査を受けます。

生活習慣病が進行しないように、適切や医療や生活習慣の改善をします。

市民の目標

基本健康診査を受ける人の増加

40歳以上で会社などで健康診査を受ける機会のない人

60%以上（現状59.0%）

がん検診を受ける人の増加

40歳以上で会社などで検診を受ける機会のない人

胃がん検診 30%以上（現状21.4%）

肺がん検診 40%以上（現状33.9%）

大腸がん検診 40%以上（現状25.8%）

30歳以上で会社などで検診を受ける機会のない人

乳がん検診 30%以上（現状16.8%）

子宮がん検診 30%以上（現状15.1%）

肥満者の減少

BMI 25.0以上の20～60歳代の男性

目標15%以下（現状25.0%）

BMI 25.0以上の40～60歳代の女性

目標11%以下（現状18.3%）

緑黄色野菜を毎日食べる人の増加

青年～高年期 目標 60%以上 (現状 32.3%)

緑黄色以外の野菜を毎日食べる人の増加

青年～高年期 目標 60%以上 (現状 33.1%)

運動習慣(1回30分以上で週2回以上の運動を1年以上継続実施している)のある人の増加

青年～高年期の男性 27%以上 (現状 16.4%)

女性 24%以上 (現状 14.0%)

喫煙の影響を受ける疾患についての十分な知識の普及

肺がん 100% (中学3年生 87.5%、青年～高年期 69.7%)

心臓病 100% (中学3年生 41.6%、青年～高年期 30.2%)

脳卒中 100% (中学3年生 46.2%、青年～高年期 26.5%)

歯周病 100% (中学3年生 50.4%、青年～高年期 19.8%)

多量に飲酒する人の減少

青年～高年期の男性 3.5%以下 (現状 4.4%)

女性 0.9%以下 (現状 1.2%)

多量な飲酒の影響を受ける疾患についての十分な知識の普及

肝臓疾患 100% (中学3年生 59.7%、青年～高年期 70.6%)

高血圧症 100% (中学3年生 62.2%、青年～高年期 42.4%)

脳卒中 100% (中学3年生 46.4%、青年～高年期 36.0%)

がん 100% (中学3年生 41.1%、青年～高年期 26.9%)

心臓病 100% (中学3年生 40.5%、青年～高年期 26.6%)

痴呆 100% (中学3年生 22.4%、青年～高年期 11.3%)

市民を支える取り組み

生活習慣の改善のための情報を提供します。

健康診査、健康相談などの充実を図ります。

関係機関と連携して、生活習慣の改善に取り組めるように支援します。