

分野別目標及び目標値

基本施策 1 個人の健康状態の改善

領域 1 生活習慣の改善

分野 1 栄養・食生活						
目標	指標		基準値		目標値	目標値の考え方
適正体重を維持している人の増加	20～60歳代男性の肥満者の割合の減少		令和 4 年度 1)	38.0%	30%未満	国の指標を勘案（同様の目標値）
	40～60歳代女性の肥満者の割合の減少			18.6%	15%未満	
	20～30歳代女性のやせの割合の減少			17.2%	15%未満	
	低栄養傾向（BMI20以下）の女性高齢者の割合の維持		令和 4 年度 2)	10.5%	現状維持	他調査の結果、50～64歳BMI20以下の者が多く、今後増加が見込まれるため
	小学生（5年生）の肥満傾向児の減少		令和 4 年度 3)	2.12%	減少傾向へ	現状より改善を目指す
栄養バランスのよい食事をしている人の増加	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が 1 日 2 回以上の日がほぼ毎日の者の割合の増加		令和 3 年度 4)	40.2%	50%以上	第4次旭川市食育推進計画の指標を勘案（同様の目標値）
	野菜摂取量の増加		令和 3 年度 5)	273 g	350g以上	
	食塩摂取量の減少		令和 3 年度 5)	男性 14.8g 女性 11.9g	男性 13g未満 女性 10g未満	
朝食をとる人の増加	朝食を欠食する若い世代（20～30歳代）の割合の減少		令和 3 年度 4)	39.3%	25%以下	第4次旭川市食育推進計画の指標を勘案（同様の目標値）
	朝食を欠食する小学生（5年生）の割合の減少		令和 2 年度 6)	6.8%	5%以下	
	朝食を欠食する中学生（2年生）の割合の減少			7.9%	6%以下	

1）健康日本21旭川計画アンケート調査， 2）旭川市介護予防・日常生活圏域ニーズ調査， 3）旭川市学校保健会 学校保健研究録， 4）旭川市食育に関するアンケート調査， 5）旭川市栄養調査， 6）食生活調査

分野2 身体活動・運動							
目標	指標		基準値		目標値	目標値の考え方	
日常的に歩くことなど身体活動の増加	①日常生活における歩数の増加（1日歩数の平均値）	日常生活における歩数（男性20～64歳）	令和6年度	1) あさひかわ健幸アプリの利用者データから算出	8,000歩	国の指標を勘案（同様の目標値）	
		日常生活における歩数（女性20～64歳）			8,000歩		
		日常生活における歩数（男性65歳以上）			6,000歩		
		日常生活における歩数（女性65歳以上）			6,000歩		
運動やスポーツを習慣的に行う市民の増加	②運動習慣者の増加 （1回30分以上の運動を週2回以上実施し、1年以上継続している者の割合）	運動習慣者（男性20～64歳）	令和4年度	2)	17.3%	30%	国の数値を大きく下回っていることから現状値をもとに10%以上の増加を目指し、国の指標に近づける。
		運動習慣者（女性20～64歳）			8.1%	20%	
		運動習慣者（男性65歳以上）			25.7%	40%	
		運動習慣者（女性65歳以上）			12.9%	30%	
	③運動やスポーツを習慣的にを行っている子どもの増加 （1週間の総運動時間（学校の授業を除く。）が60分以上の割合）	小学生 中学生	令和3年度	3)	87.9% 82.2%	94% 91%	スポーツ推進計画と同様の数値。目標値は令和9年度の目標値であるため、中間評価時に必要に応じて見直しを行う。

1）あさひかわ健幸アプリ利用者データ， 2）健康日本21旭川計画アンケート調査， 3）全国体力・運動能力，運動習慣等調査

分野3 休養・睡眠

目標	指標		基準値		目標値	目標値の考え方
十分な睡眠や休養を確保できている人の増加	① 睡眠による休養がとれている者の増加	アンケートで「十分とれている」「まあまあとれている」と回答した者	令和4年度 1)	82.2%	85%以上	国の目標値を達成しており、評価時点で1%ずつの増加とした。
	② 睡眠時間が十分に確保できている者の増加	アンケートで、睡眠時間が6～9時間（60歳以上については、6～8時間）と回答した者の割合	令和11年度 2)	中間評価時に算出	80%	国の指標を勘案（同様の目標値）
	③ 週労働時間40時間を超える雇用者の減少	旭川市労働基本調査「1週間の所定労働時間」より算出	令和3年度 1)	11.1%	11%	現状値は過去の評価時点より10ポイント程度低下しており、現状維持とした。

1）健康日本21旭川計画アンケート調査， 2）旭川市労働基本調査

分野2 循環器病・糖尿病						
目標	指標		基準値		目標値	目標値の考え方
生活習慣病の発症や重症化予防の正しい知識の普及・啓発	①旭川市国保特定健診受診率の向上	旭川市国保特定健診受診率	令和4年度	1)	29.5%（速報値） 令和5年11月に確定	60.0%
	②特定保健指導実施率の向上	特定保健指導実施率	令和4年度	1)	令和5年11月に確定	60.0%
	③早期介入健診(35～39歳)受診率の向上	早期介入健診(35～39歳)受診率	令和4年度	1)	10.3%	12.0%
	④メタボリックシンドローム該当者の減少	メタボリックシンドローム該当者の割合	令和4年度	1)	20.5%	18.50%
	⑤メタボリックシンドローム予備群の減少	メタボリックシンドローム予備群の割合	令和4年度	1)	9.80%	7.80%
生活習慣病の早期発見・重症化予防	⑥糖尿病未治療者のうちHbA1c 6.5以上又は空腹/随時血糖126mg/dl以上の者の割合の減少	糖尿病未治療者のうちHbA1c 6.5以上又は空腹/随時血糖126mg/dl以上の者の割合	令和4年度	1)	4.40%	3.50%
	⑦高血圧未治療者のうちⅡ度高血圧（160/100mmHg）以上の者の割合の減少	高血圧未治療者のうちⅡ度高血圧（160/100mmHg）以上の者の割合	令和4年度	1)	5.90%	4.40%
	⑧脂質異常症未治療者のうち、LDLコレステロール180mg/dl以上又は中性脂肪300mg/dl以上（食後を除く）の者の割合の減少	脂質異常症未治療者のうち、LDLコレステロール180mg/dl以上又は中性脂肪300mg/dl以上（食後を除く）の者の割合	令和4年度	1)	5.90%	減少傾向へ
	⑨糖尿病治療中者のうち、HbA1c 7.0%以上の者の割合の減少	糖尿病治療中者のうち、HbA1c 7.0%以上の者の割合	令和4年度	1)	37.80%	29.50%
	⑩高血圧治療中者のうちⅡ度高血圧（160/100mmHg）以上の者の割合の減少	高血圧治療中者のうちⅡ度高血圧（160/100mmHg）以上の者の割合	令和4年度	1)	7.10%	4.80%
	⑪脂質異常症治療中者のうち、LDLコレステロール180mg/dl以上、又は中性脂肪300mg/dl以上（食後を除く）の者の割合の減少	脂質異常症治療中者のうち、LDLコレステロール180mg/dl以上、又は中性脂肪300mg/dl以上（食後を除く）の者の割合	令和4年度	1)	1.80%	減少傾向へ
	⑫合併症（更生医療で人工透析を受けている人のうち、原傷名が糖尿病腎症・糖尿病等による人の減少	合併症（更生医療で人工透析を受けている人のうち、原傷名が糖尿病腎症・糖尿病等による人）	令和5年3月末	2)	319人	減少傾向へ
	⑬脳血管疾患（SMR）の減少	脳血管疾患（SMR）	平成22年～令和元年	3)	92	減少傾向へ
	⑭虚血性心疾患（SMR）の減少	虚血性心疾患（SMR）	平成22年～令和元年	3)	137.5	100以下

1）国保特定健診， 2）市障害福祉課資料， 3）北海道健康づくり財団算出SMR

基本施策2 誰もが健康づくりに取り組める環境の整備

社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上						
目標	指標		基準値		目標値	目標値の考え方
社会とのつながりを持ち続けることができる環境の整備	①週1回以上地域での活動に参加している高齢者の割合の増加		令和4年度	1)	42.1%	47%
ストレスと上手につき合える人の増加	②メンタルヘルス対策に取り組む事業場の増加	「健康経営」に取り組んでいると回答した事業所のうち、実践している内容として「メンタルヘルス対策」と回答した事業所の割合	令和3年度	2)	21.5%	30%
	③ゲートキーパーの増加		令和5年3月末	3)	263名	1, 500名
	④ストレス解消法を知っている人の割合の増加		令和4年度	4)	70.7%	90%

1）旭川市介護予防・日常生活圏域ニーズ調査， 2）旭川市労働基本調査， 3）市ゲートキーパー養成研修（市民受講者数）， 4）健康日本2 1旭川計画アンケート調査

自然に健康になれる環境の整備						
目標	指標		基準値		目標値	目標値の考え方
健康に関する意識の向上	①ふだんから、健康のために何か取り組んでいる者の割合の増加		令和4年度	1)	48.6%	60%
	②あさひかわ健幸アプリダウンロード者数		令和6年度	2)	運用開始となる令和6年度の利用者数を基準値とする	15,000人以上

1）旭川市民アンケート調査， 2）あさひかわ健幸アプリダウンロード者数