

# 健幸いわた21に係る市民意識調査の結果

## ●調査概要

1. 調査時期：令和5年9月～10月

2. 調査対象・回収状況・調査方法

調査対象	対象者数(人)	回答数(人)	回答率(%)	調査方法
幼稚園保育園保護者	403	257	63.8	施設配布 WEB回答
小学5年生	584	573	98.1	
中学2年生	899	721	80.2	
高校2年生	1,398	1,204	86.1	
成人(20歳以上)	63,829	2,522	4.0	LINE配信 WEB回答

3. 回答の属性(成人)

性別(%)	男性	女性	その他
成人(20歳以上)	32.6	67.1	0.3

年齢(%)	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上	不明
成人(20歳以上)	3.2	11.7	15.5	17.5	25.1	26.8	0.2

4. 質問項目

	質問項目	幼稚園保育園 保護者※1	小学 5年生	中学 2年生	高校 2年生	成人
1	普段、朝食を食べていますか	○	○	○	○	○
2	朝食や夕食を、自分以外の誰かと一緒に食べることはどのくらいありますか	○	○	○		
3	1週間の食事の中で3色(赤・黄・緑)の食品をそろえて食べた日は何日ありましたか	○	○	○	○	○
4	「ミニやごちゃん」を知っていますか		○	○		
5	食事づくりのお手伝いをすることがありますか	○	○	○		
6	毎日の食事で気をつけている(実践している)ことはありますか	○	○※2	○※2	○	○
7	食の安全性について気をつけていることはありますか	○				○
8	家庭で、一覧の行事食を食べる習慣がありますか	○	○	○		○
9	磐田市でとれる野菜や果物などが学校給食で使われていることを知っていますか		○	○		
10	一覧のことについて地域や次世代(子どもや孫を含む)に伝えたことがありますか	○				○
11	食育について関心がありますか	○			○	○
12	買い物をする際、地場産の食品を意識して購入していますか	○				○
13	日常生活において歩行、または同等の身体活動を1日1時間以上行っていますか					○
14	「ロコモティブシンドローム」「ロコモ」という言葉を知っていますか					○

※1：幼稚園保育園保護者へは、お子さんについての質問と保護者への質問をしています。

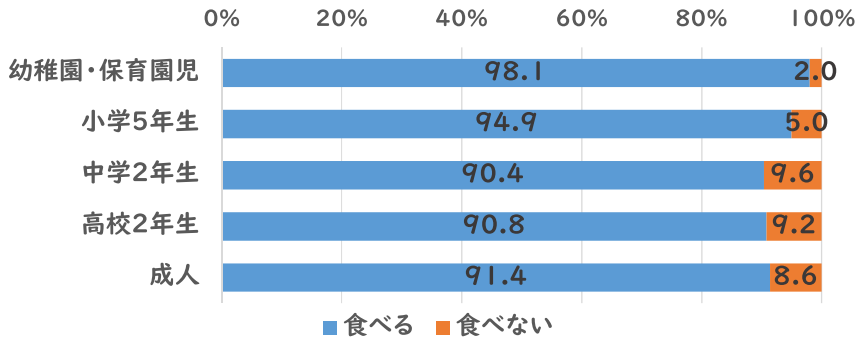
※2：小・中学生へは、選択肢を小中学生向けに変更しています。

## ●調査結果の活用について

この調査結果は、現計画の最終評価および次期計画策定に活用していきます。

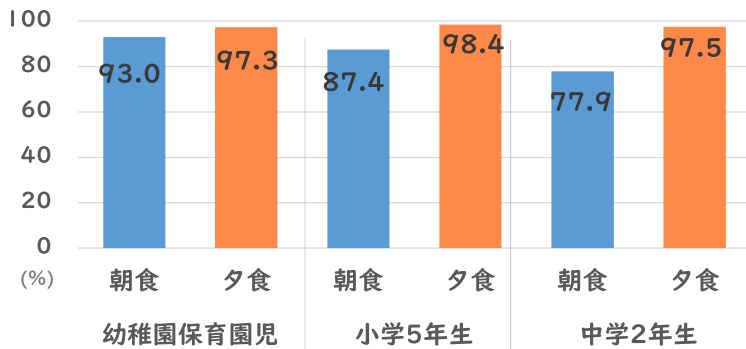
# ●調査結果

## 問1 普段、朝食を食べていますか（週5日以上）



週5日以上、朝食を食べている人の割合は、**全世代で90%以上**の結果となった。

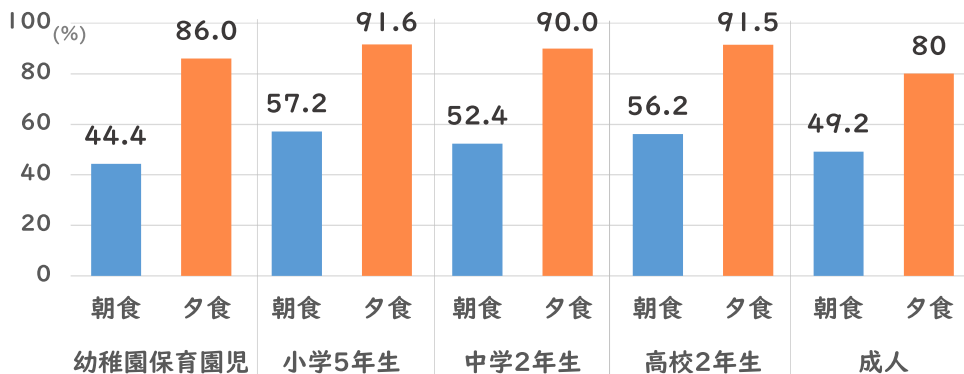
## 問2 朝食や夕食を自分以外の誰かと一緒に食べることはありますか（週1日以上）



全世代で、夕食に比べ**朝食を一人で食べる割合が高い**傾向にある。

また、朝食を一人で食べる割合は、**年齢が高くなるほど増える**傾向にある。

## 問3 1週間の食事の中で、バランスのよい食事を食べましたか（週4日以上）



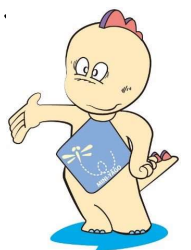
週4日以上、**バランスのとれた朝食**を食べている割合は、**全世代で半数**にとどまった。  
一方、**バランスのとれた夕食**を食べている割合は、**全世代で8割以上**であった。

## 問4 「ミニやごちゃん」を知っていますか

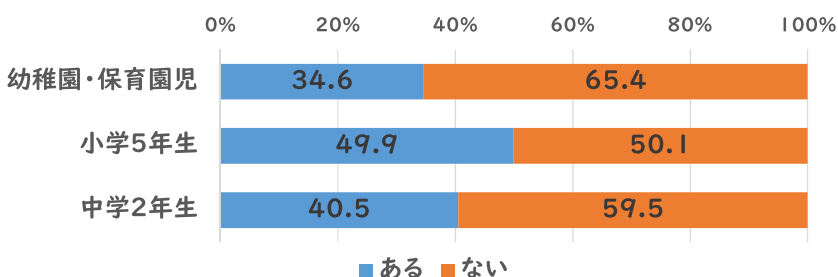
小学校、中学校で使用されている食育推進キャラクターの「ミニやごちゃん」について、言葉も意味も知っている児童・生徒の割合は、**小学5年生では87.9%**、**中学2年生では91.7%**となった。

ミニやごちゃんとは…

**ミ**みそ汁 **ニ**にく **や**やさい **ご**ごはんを **ちゃん**と食べよう。という意味です。

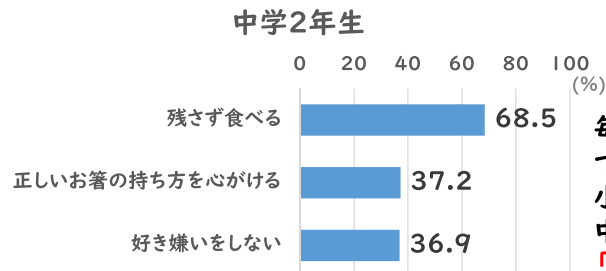
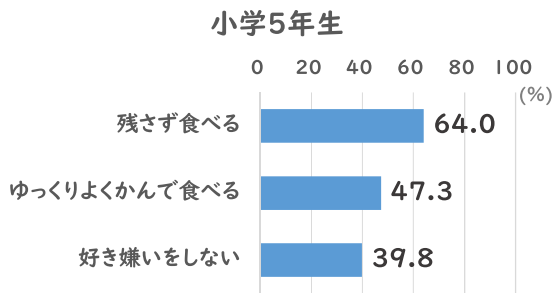


## 問5 食事づくりのお手伝いをすることがありますか（週4日以上）

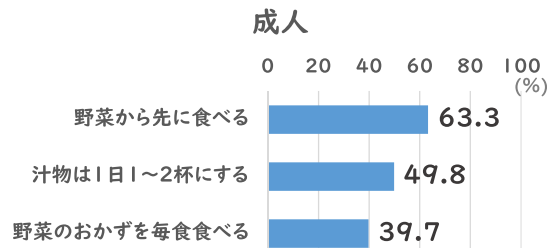
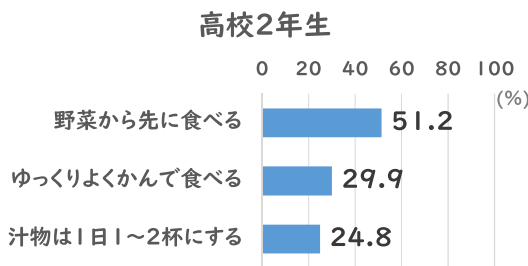


食事づくりを週4日以上お手伝いする人は、**小学5年生で最も高く約50%**、**幼稚園・保育園児で最も低く約35%**となった。

## 問6 毎日の食事で気をつけていることはありますか（上位3つ）

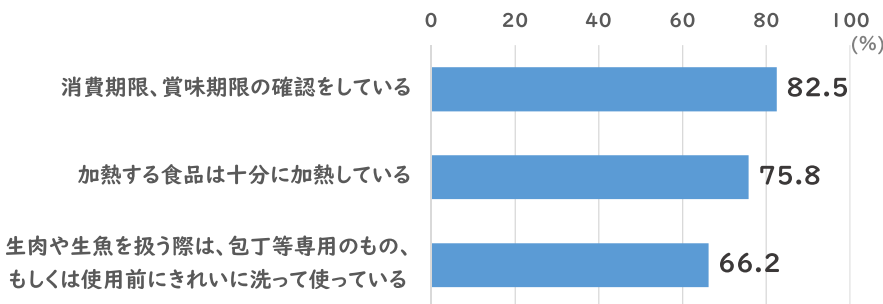


毎日の食事で気をつけていることでは、小学5年生、中学2年生ともに、「残さず食べる」が最も高い結果となった。



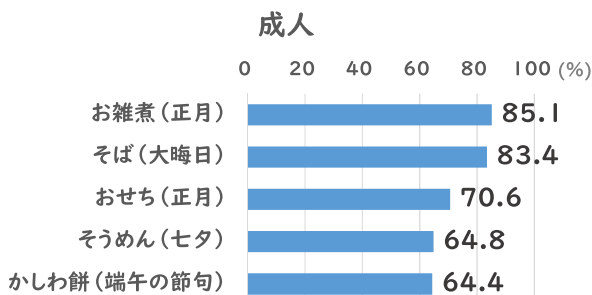
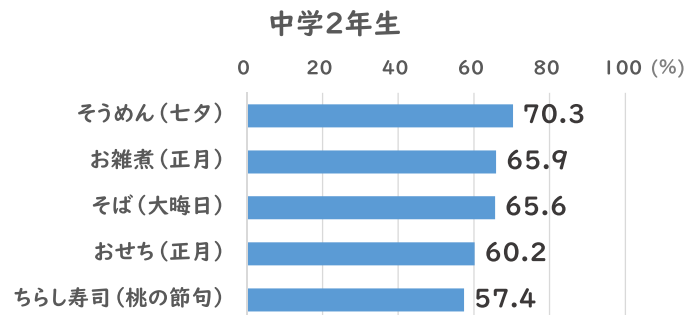
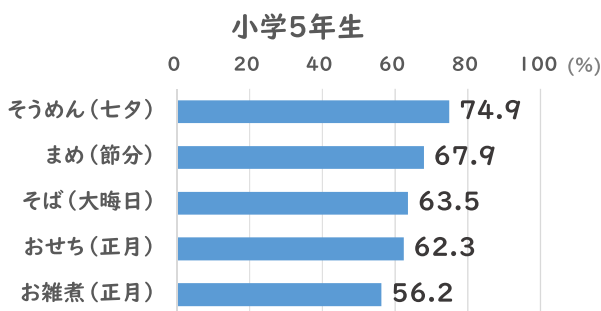
毎日の食事で気をつけていることでは、高校2年生、成人ともに、「野菜から先に食べる」が最も高い結果となった。

## 問7 食の安全性について気をつけていることはありますか（上位3つ）



食の安全性について気をつけていることでは、「消費期限、賞味期限の確認をしている」が8割以上と最も高く、次いで「加熱する食品は十分に加熱している」となっている。

## 問8 家で食べる習慣のある行事食はありますか（上位5つ）



家で食べられている行事食は、正月の「お雑煮」や「おせち」、七夕の「そうめん」、大晦日の「そば」が多い結果となった。

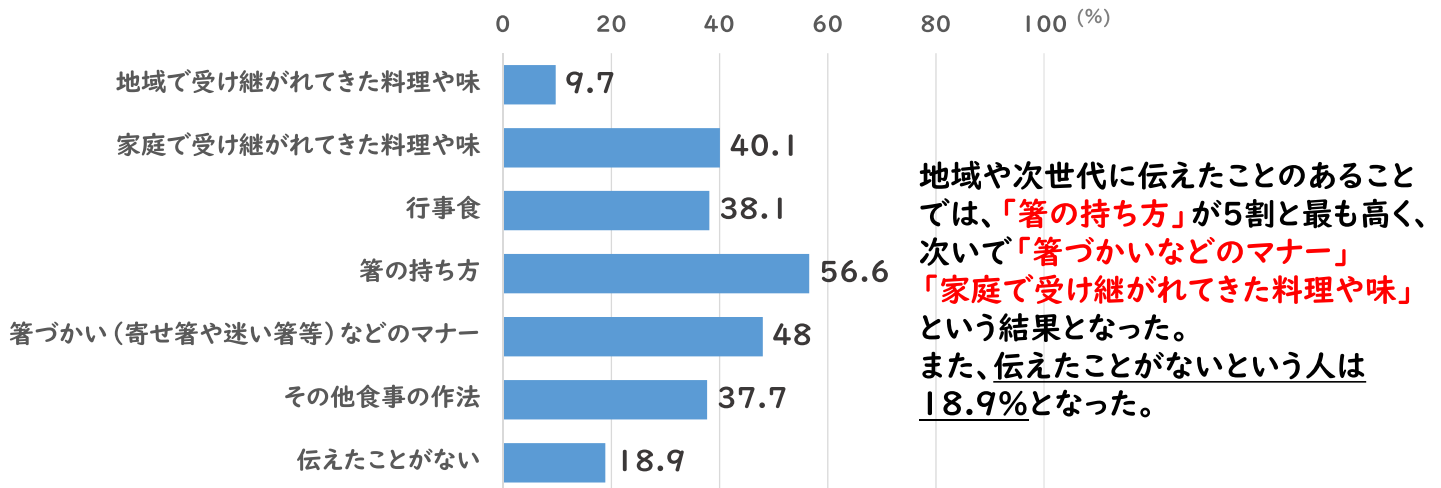
### 項目一覧

【正月】おせち、お雑煮、七草粥／【節分】まめ／【桃の節句】ひな菓子、ちらし寿司／【春分の日】ぼた餅／【端午の節句】ちまき、かしわ餅／【七夕】そうめん／【土用】うなぎ、もち／【お盆】団子／【十五夜】月見団子／【秋分の日】おはぎ／【七五三】千歳飴／【冬至】かぼちゃ料理／【大晦日】そば

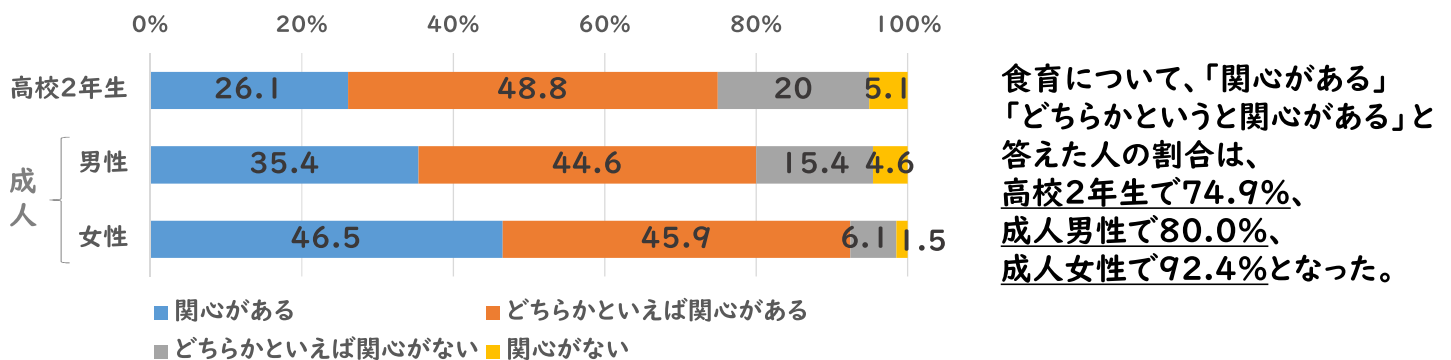
問9 磐田市でとれる野菜や果物などが学校給食で使われていることを知っていますか

「磐田市産の野菜や果物が学校給食で使用されていること」の認知度は、小学5年生では92.5%、  
中学2年生では94.5%となった。

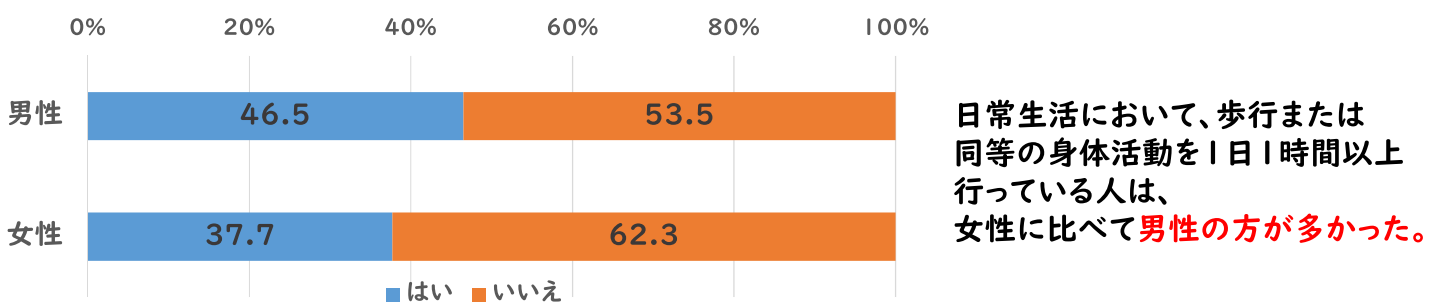
問10 地域や次世代（子どもや孫を含む）に伝統食や作法を伝えたことがありますか



問11 食育について関心がありますか



問12 日常生活において、歩行または同等の身体活動を1日1時間以上行っていますか



問13 あなたは次の言葉を知っていますか。「ロコモティブシンドローム」「ロコモ」

「**ロコモティブシンドローム**」「**ロコモ**」(※)という言葉の認知度は、  
成人において30.5%であった。

※ロコモティブシンドロームとは…

骨、関節、筋肉など身体を支えたり動かしたりする運動器の機能が低下し、  
要介護や寝たきりになる危険が高い状態のこと。

# 健幸いわた 21 策定について

(第3次健康増進計画・第4次食育推進計画・第2次自殺対策計画)

## 1 計画策定の趣旨

令和6年度をもって「健幸いわた 21」(第2次健康増進計画・第3次食育推進計画・第1次自殺対策計画)の計画期間が終了することから、本市の健康づくり施策を引き続き進めていくために、磐田市総合計画やその他関連計画と整合性をとりながら策定するものです。

## 2 計画の位置づけ

健康づくり施策を総合的に推進していくため、健康増進法に基づく健康増進計画、食育基本法に基づく食育推進計画、自殺対策基本法に基づく自殺対策計画を一体的に策定します。

## 3 計画期間

令和7年度(2025)～令和18年度(2036)までの12年間とします。

(参考)国 健康日本 21(第3次)2024～2035(12年間)

(参考)県 ふじのくに健康増進計画(第4次)2024～2035(12年間)

## 4 計画策定経過及び今後の予定

年月日		計画策定経過 今後の予定	健康づくり推進協議会・協議事項	
令和5年度	令和5年7月26日		第1回協議会	健幸いわた 21 概要 市民意識調査について 令和5年度の取り組み内容報告
	令和5年9～10月	市民意識調査		
	令和6年1月		第2回協議会 (書面)	次期計画策定スケジュール提示 市民意識調査報告 令和5年度の実績報告
	令和6年3月19日	現計画最終評価	第3回協議会 (対面)	現計画最終評価報告 令和6年度の計画策定スケジュール提示
令和6年度	令和6年7月	骨子案作成	第1回協議会	計画骨子案報告・検討
	令和6年10月	素案作成	第2回協議会	計画素案報告・検討
	令和6年12月	素案修正	第3回協議会	計画素案修正報告・検討
	令和7年1月	パブリックコメント		
	令和7年3月	計画策定・公表	第4回協議会	計画最終案報告

## 5 令和5年度 今後の健康づくり推進協議会での協議について

第3回協議会(対面開催)▶▶▶事前にお送りする予定の計画最終評価へのご意見をお願いします。

# 令和5年度の取り組み実績

R5 年度～新規の取り組みを抜粋

【重点課題1】 健康寿命の延伸										
令和5年度の取り組み計画(前回の資料参照)	取り組みの実績(R5年11月末時点)									
<p>・健診未受診・病院受診なし・介護状態ではない方へ質問票を送付し健康状態不明者の実態把握を行い、<u>健康状態不良者の発見及び必要な支援につなげていく。</u></p>	<p>●健康状態不明者の実態把握</p> <p>健診・医療・介護認定のない者に高齢者質問票を送付し、未回答の者または回答者のうち訪問が必要と判断した者に対し、実態把握の訪問を行っている。</p> <p>(訪問対象者数：320名)</p>									
【重点課題2】生活習慣病の重症化予防										
<p>・新規国保加入者へ電話での受診勧奨を実施していく。</p> <p>・休日・夜間の保健指導実施により対象者の利便性、保健指導実施率の向上を図っていく。</p> <p>・歯と歯肉の健診の受診率向上のため、<u>受診勧奨の対象を拡大、広報誌や掲示板にて啓発を実施する。</u></p> <p>・腎不全や人工透析への移行を防止し市民の健康維持増進及び医療費の適正化を図るため、<u>糖尿病患者のうち腎症の重症化リスクが高い方に対して、医療機関と連携し適切な治療・保健指導を実施していく。</u></p>	<p>●特定健診・特定保健指導</p> <p>・新規国保加入者に対し電話での受診勧奨を実施し、そのうち3割の人が健診受診につながった。</p> <p>・10月末に杏林堂薬局と委託契約し、休日・夜間の特定保健指導実施体制を整備した。</p> <p>(保健指導実施について案内した人数：17人)</p> <p>●歯と歯肉の健診 受診率向上のための取り組み</p> <p>送付対象年齢を40・50歳から40・50・<u>60歳</u>に拡大した。</p> <p>(R5.11月末時点)</p> <div data-bbox="807 1328 1461 1668" data-label="Figure"> <table border="1"> <caption>受診勧奨による受診者数・受診率</caption> <thead> <tr> <th>年度</th> <th>受診者数</th> <th>11月末時点の受診率</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>R4</td> <td>320人</td> <td>3.6%</td> </tr> <tr> <td>R5</td> <td>487人</td> <td>5.3%</td> </tr> </tbody> </table> </div> <p>※昨年同時期と比較して受診率は1.7%上昇した。</p> <p>●重症化予防(糖尿病性腎症重症化予防事業)</p> <p>市内医療機関、磐田市立総合病院と連携し、重症化リスクの高い方に対して適切な治療・保健指導につなげた。</p> <p>(6月末実績調査実施時： 専門医紹介4名、保健指導67人)</p>	年度	受診者数	11月末時点の受診率	R4	320人	3.6%	R5	487人	5.3%
年度	受診者数	11月末時点の受診率								
R4	320人	3.6%								
R5	487人	5.3%								

【重点課題3】こころの健康～自殺対策計画～

令和5年度の取り組み計画(前回の資料参照)	取り組みの実績(R5年11月末時点)
<ul style="list-style-type: none"> <li>・こころの健康に関する相談窓口の周知等のため市内店舗や駅への資料掲示、SNSの情報発信など幅広い年代の方々への周知・啓発を行っている。</li> <li>・妊娠期から産後、子育て期まで<u>担当保健師が継続してサポートする体制(iぽーと)</u>をつくり、<u>切れ目ない寄り添い型の子育て支援</u>を行っている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●自殺対策 周知啓発・取り組み                     <ul style="list-style-type: none"> <li>9月自殺予防週間での自殺対策街頭キャンペーン、健康づくりイベントなどで啓発グッズやチラシの配布を実施した。3月自殺対策強化月間では、磐田駅や図書館等にポスター掲示予定。</li> </ul> </li> <li>●子育て支援の充実                     <ul style="list-style-type: none"> <li>(担当保健師の認知度向上とiぽーと体制の周知)</li> <li>「iぽーと」の情報を広報いわたに掲載した。</li> <li>現在、「iぽーと」についての紹介動画を作成中。YouTube等で発信していく予定。</li> </ul> </li> </ul>

【重点課題4】生活習慣の改善子どもから大人まで

<ul style="list-style-type: none"> <li>・磐田市の健康課題である糖尿病をはじめとする生活習慣病、肥満などへの対策として、<u>食事を野菜から食べることで血糖値の急激な上昇を抑える働きがある「ベジ・ファースト」</u>を推進。</li> <li>・企業やスーパーなどの店舗へ<u>ロゴマークの周知</u>を行っている。</li> <li>・健康に不安を抱えた人やその家族などが<u>自宅にしながら保健師・栄養士と相談できる「オンライン健康相談」</u>により気軽に相談できる場を広げていく。</li> <li>・働き盛り世代に対し<u>デジタルを活用した(ヘルスケアアプリ開発)健康づくり</u>の取り組みを行う。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●ロゴマークを活用した「ベジファースト」の周知                     <ul style="list-style-type: none"> <li>磐田駅南北通路へのポスターの掲示、スーパーや企業社員食堂等で卓上POPを掲出等による啓発を行った。</li> </ul> </li> <li>●オンラインでの健康相談                     <ul style="list-style-type: none"> <li>自宅で気軽に健康相談できるようZOOMを活用したオンライン相談の体制を整えた。</li> </ul> </li> <li>●デジタルを活用した健康づくり                     <ul style="list-style-type: none"> <li>日本電気株式会社と実証実験に関する協定を結びヘルスケアアプリ※の実証事業を実施している。</li> <li>市内企業に呼びかけ18社が実証事業に参加している。</li> </ul> </li> </ul> <p>※歩数等の記録、健診結果の予測(過去2年分の健診結果を入力することで3年後までの結果を未来予測する)機能などが備わっている</p>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------



# データでみる磐田市

～特定健診結果等からわかる わがまちの健康課題～

令和4年度末磐田市の基本データ  
 総人口：167,375人(288人減)  
 65歳以上人口：48,709人(179人増)  
 高齢化率：29.1% (0.2%増)  
 ※外国人を含む (カッコ内は前年度との比較)

令和5年度作成

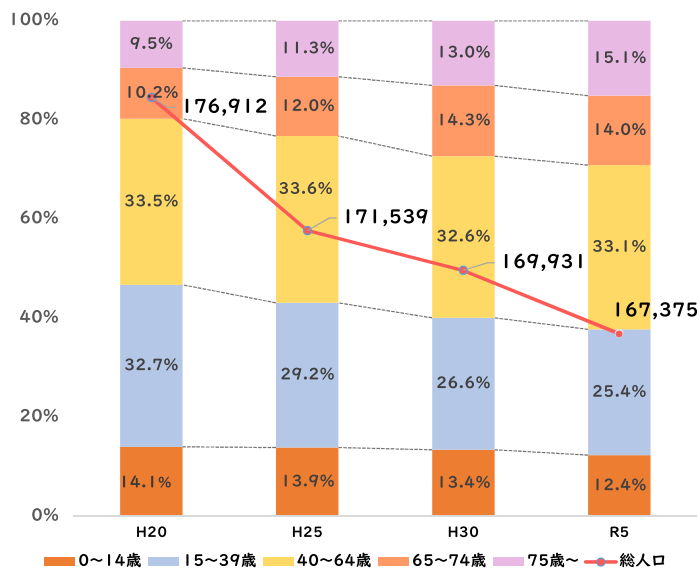
## 1. 健康寿命

医療や介護に依存せず自立した生活ができる期間



出典	平均寿命:KDB 健康寿命:第16回健康日本21(第2次)推進専門委員会資料より静岡県の値	年度	令和元年度
考察	平均寿命と健康寿命の差は男性約9年間、女性は約11年間あり、この差が縮まるように前段階での介護予防に取り組んでいくことが必要。		

## 2. 人口推移



出典	磐田市統計情報	年度	経年5年 (~R5.3末時点)
考察	20年前と比較すると約1万人ほど減少。年代別では子どもの割合が減り、75歳以上の割合が増加している。高齢者を支える世代が少なくなっている。		

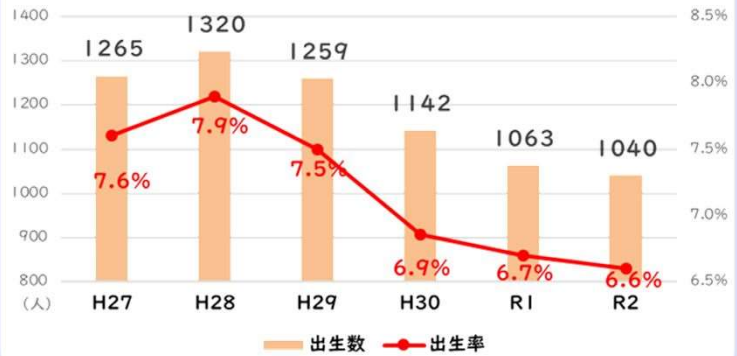
\*KDB: 国保データベースシステム

## こども世代

### 3. 子どもの統計

出生数と出生率※の推移

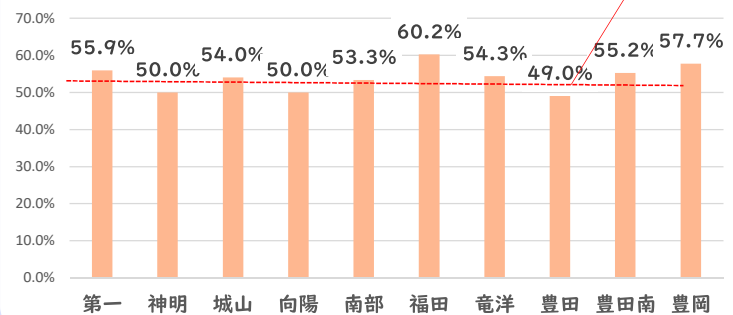
※出生率は人口1,000人あたりの出生数の割合



出典	静岡県人口動態統計	年度	H27~R2年度
考察	H28年度をピークに年々出生数は減少傾向。ここ数年は横ばいになっている。		

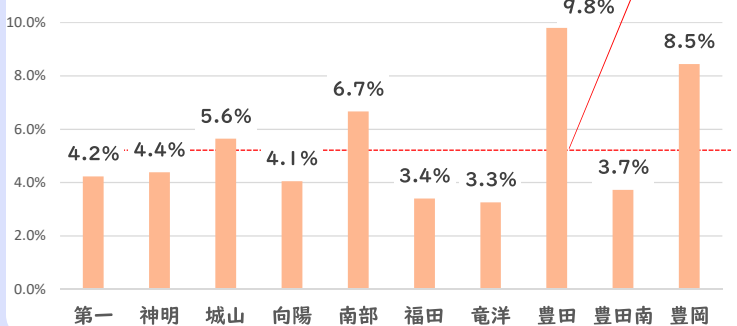
21時以降就寝(3歳児)

磐田市53.9%



肥満15%以上(3歳児)

磐田市5.3%

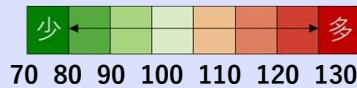


出典	3歳児健康診査 アンケート項目 (各地区の該当者数÷各地区の受診者数)	年度	R4年度
考察	21時以降に就寝している子の割合(3歳児)は各地区によって差はなく40~60%程度いる状況。肥満度15%以上の割合は、地区による差が大きく、特に豊田・豊岡地区が高い。		



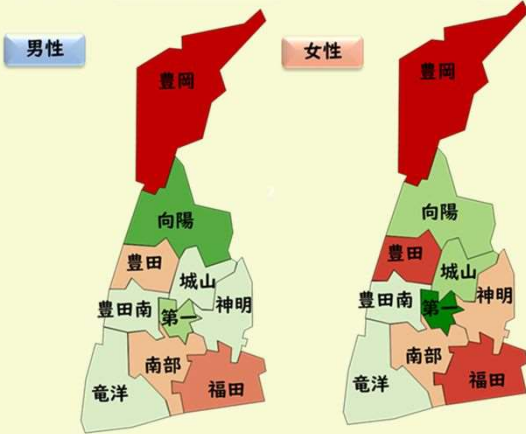
# 働き盛り世代

## 4. 特定健診結果

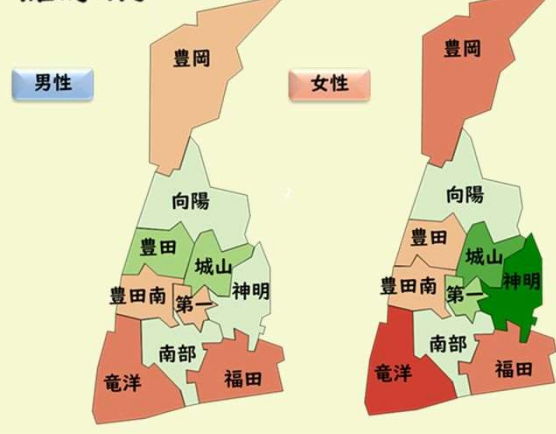


磐田市全体を100としたときに、各地区はそれに比べて多いか少ないか

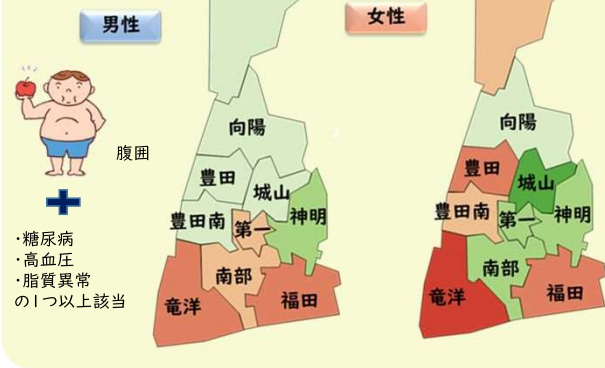
### 糖尿病予備群



### 糖尿病



### メタボ



出典	静岡県特定健康診査データ 健診結果より	年度	R2年度
考察	糖尿病予備群や糖尿病有病者の該当者割合は、山間部や沿岸部に多くメタボは沿岸部に多い。		
	《参考》 該当者割合 県を100とした場合		
	R2年度	静岡県	磐田市
糖尿病	男性	100	97.1
	女性	100	111.1
糖尿病予備軍	男性	100	108.8
	女性	100	107.1

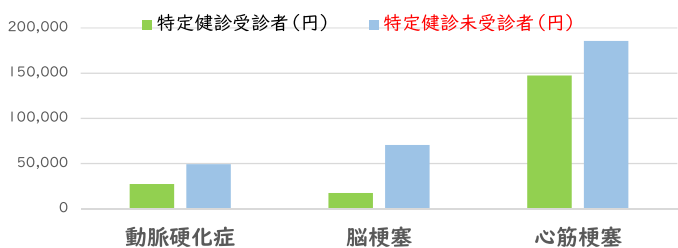
## 5. 疾病別医療費

※上位5疾患

### 国保（40～74歳）

入外区分	細小分類	疾病別医療費	医療費割合
合計	慢性腎臓病（透析あり）	704,855,030	6.1
	糖尿病	664,713,290	5.7
	関節疾患	403,217,350	3.5
	高血圧症	398,526,270	3.4
	不整脈	360,831,090	3.1

### 一人あたり医療費

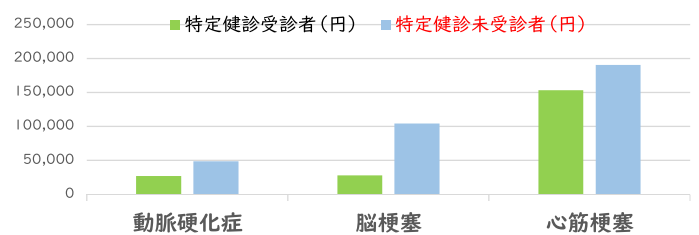


### 後期（75歳以上）

11.7億

入外区分	細小分類	疾病別医療費	医療費割合
合計	慢性腎臓病（透析あり）	1,171,972,960	6.4
	骨折	849,204,100	4.6
	糖尿病	797,576,850	4.4
	不整脈	753,224,580	4.1
	骨粗しょう症	658,786,250	3.6

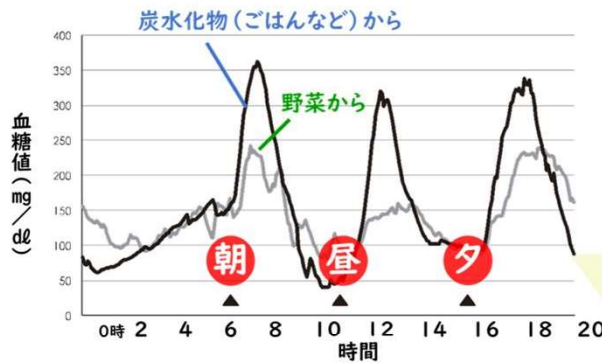
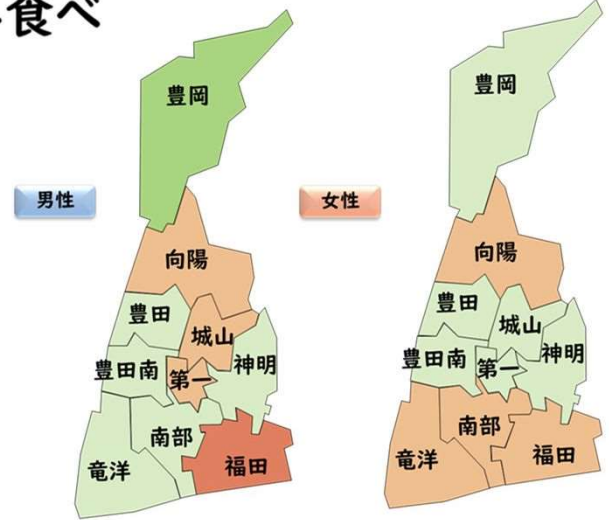
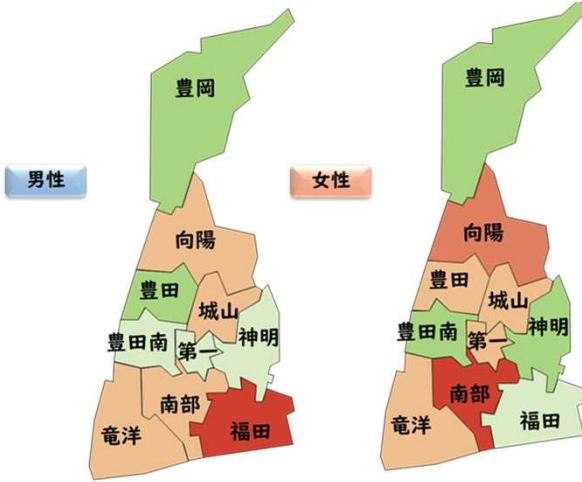
### 一人あたり医療費



出典	KDB	年度	R4年度
考察	国保の医療費は慢性腎臓病や糖尿病の医療費が高く、後期でも上位を占めている。後期になると骨折や骨粗しょう症が上位に入る。1人あたり医療費は高血圧症や不整脈等の循環器疾患との関連が強い心筋梗塞が高い。		

## 就寝前夕食あり

## 早食べ



### 『ベジファースト』



野菜から食べることで  
血糖値の急激な上昇が  
抑えられ、インスリン(血糖値  
を下げるホルモン)の分泌を  
減らすことができる。

出典	静岡県特定健康診査データ 問診項目より	大阪府立大学 今井佐恵子教授 野菜から食べる「食べる順番」の効果より	年度	R2年度
考察	「就寝前夕食あり」「早食べ」の該当割合は同じ地区であっても男女の違いが大きい。			

## 令和5年度 磐田市健康診断



【初めて・久しぶりに受診する方】

右記QRコードまたは健康増進課(0538-37-2011)に電話でお申し込みください。

【令和4年度に受診されている方】

同じ内容の案内通知が届きますので、ご確認ください。

年に1回自分のからだの状態を知る機会を  
つくりましょう



交流センター等で開催中【予約制】

### 「まちの保健室」

健康づくりについて相談したり  
学んだりすることができます

【電話予約の場合】

予約希望日の前日まで  
健康増進課(下記電話  
番号)にご連絡下さい

【WEB予約の場合】

予約を希望する月の  
前月1日~末日まで  
QRコードから  
電子申請



健康相談  
健康チェック

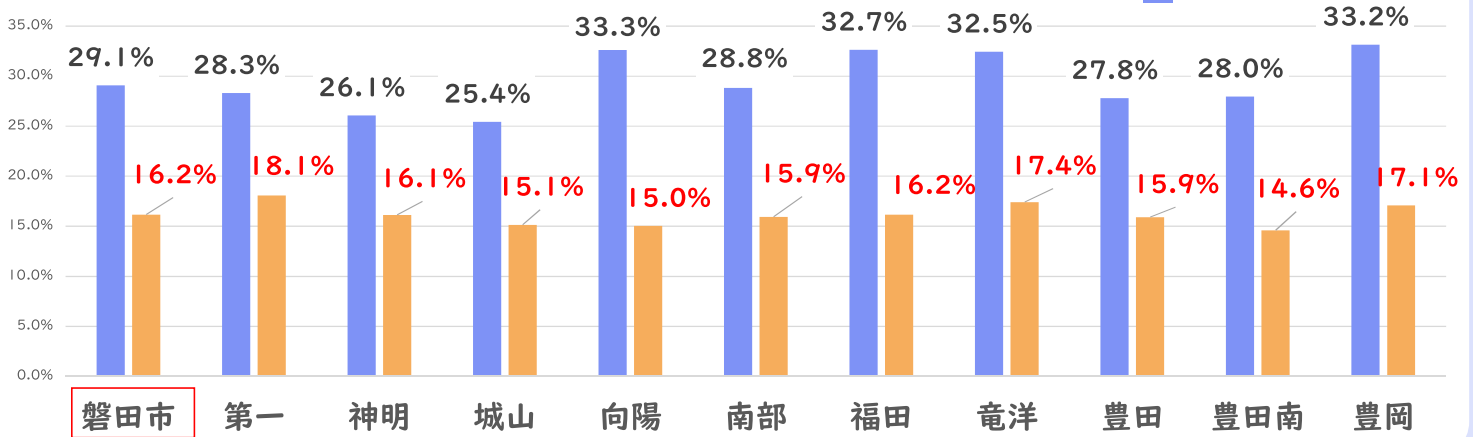
赤ちゃんの  
体重測定



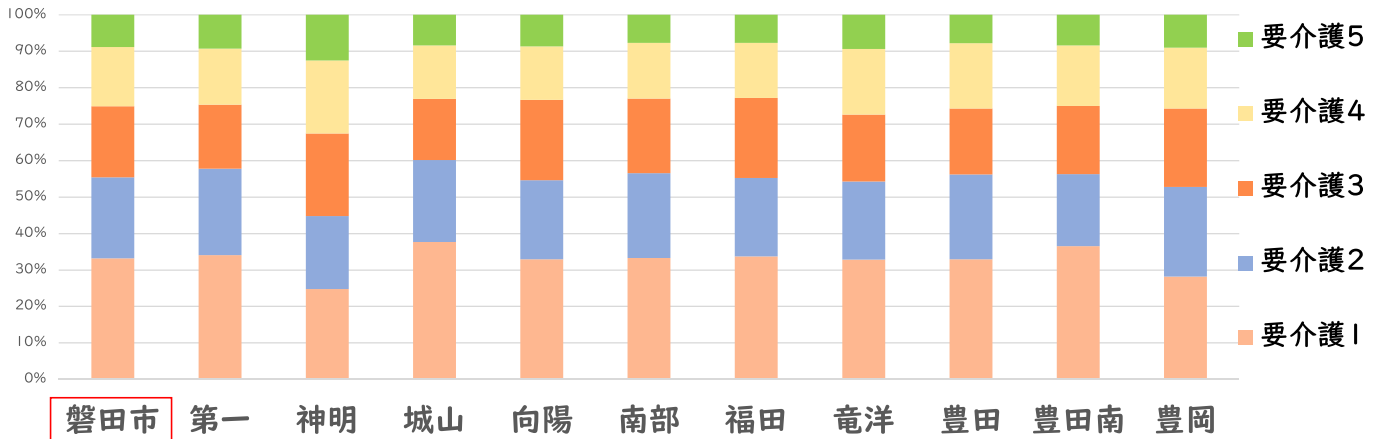
# 高齢者世代

## 6. 高齢者の統計

高齢化率と要介護認定率(令和5年3月末時点)



要介護度別の認定者数の割合(令和5年4月1日)



出典	磐田市統計情報・高齢者支援課要介護認定者情報より	年度	高齢化率と要介護認定率:令和5年3月末 要介護度別の認定者割合:令和5年4月1日
考察	高齢化率は30%前後の地区が多い。高齢化率が高い地域が認定率も高いわけではない。 介護度別認定者の割合は神明地区で要介護1の割合が低い傾向にあり、要介護3以上が半数を占める。全体的には要介護3以上は約4割が該当している。		

## 7. 介護が必要になった主な要因

出典	国民生活基礎調査 介護情報より	年度	R1年度
考察	認知症、脳血管疾患、骨折・転倒や高齢による衰弱がほぼ同率であり、全体の6割を占めている。		

