

# 資料1:目標値一覧

## (1) 健康管理

指標・項目		現状値 (R3)	最終目標値	出典・考え方			
肥満傾向にある3歳児の割合		3.9%	減少	出典:市乳幼児健康診査 考え方:市独自の項目であり目標値を定めない			
肥満傾向にある1歳児の割合《参考》		5.0%					
肥満傾向にある児の割合(小学校5年生)		男子	9.8%	減少 (R11) 出典:公立小・中学校児童・生徒の肥満とやせの状況報告書(市教育委員会) 考え方:なら健康長寿基本計画(第2期)に併せて設定			
		女子	9.3%				
肥満(BMI25以上)の人の割合		男性	20歳代<県>	21.3%	19%	出典:なら健康長寿基礎調査 考え方:現状値の10%減少	
			30歳代<県>	31.6%	28%		
			40~64歳	38.3%	30%未満		
			65~74歳	30.2%	27%		
		女性	20歳代<県> 《参考》	13.3%	15%未満	出典:市国民健康保険特定健康診査 考え方:健康日本 21(第三次)に合わせて設定	
			30歳代<県> 《参考》	11.0%			
			40~64歳	18.5%			
			65~74歳	18.4%			
やせの人の割合		男性	20歳代<県> 《参考》	11.3%	出典:なら健康長寿基礎調査		
			30歳代<県> 《参考》	6.1%			
			40~64歳 《参考》	3.2%			
		女性	20歳代<県>	19.1%	15%未満	出典:なら健康長寿基礎調査 考え方:健康日本 21(第三次)に合わせて設定	
			30歳代<県>	14.1%	12%		
			40~64歳 《参考》	14.4%			
		BMI20未満	男性	65~74歳	10.3%	9%	出典:市国民健康保険特定健康診査 考え方:現状値の10%減少
				75歳~	今後把握	減少	
			女性	65~74歳	26.0%	13%未満	出典:市国民健康保険特定健康診査 考え方:健康日本 21(第三次)に合わせて設定
				75歳~	今後把握	減少	

指標・項目			現状値 (R3)	最終 目標値	出典・考え方	
特定健康診査受診率			33.9%	60% (R11)	出典:市国民健康保険特定健康診査(法定報告) 考え方:データヘルス計画・特定健康診査等実施計画に合わせて設定	
特定保健指導対象者の割合	積極的支援該当者		男性	12.7%		減少
			女性	2.0%		減少
	動機付け支援該当者	40～64歳	男性	10.4%		減少
			女性	4.4%		減少
		65～74歳	男性	14.2%		減少
女性	5.3%		減少			
特定保健指導の終了率			6.9%	45% (R11)		
特定保健指導の終了率 (積極的支援該当者・動機付け支援該当者別、性別、年齢別)《参考》	積極的支援該当者		男性	5.7%	出典:市国民健康保険特定健康診査(法定報告)	
			女性	10.5%		
	動機付け支援該当者	40～64歳	男性	5.8%		
			女性	8.1%		
		65～74歳	男性	6.0%		
			女性	8.3%		
メタボリックシンドローム該当者・予備群者数の割合《参考》	該当者	男性	31.4%			
		女性	9.9%			
	予備群	男性	19.9%			
		女性	6.3%			
血圧値の要医療・要保健指導該当者の割合(40～74歳)	要医療	男性	29.5%	減少 (R11)		出典:市国民健康保険特定健康診査 考え方:なら健康長寿基本計画(第2期)に合わせて設定
		女性	24.7%			
	要保健指導	男性	25.0%			
		女性	22.2%			
LDLコレステロール値の要医療・要保健指導該当者の割合(40～74歳)	要医療	男性	26.5%			
		女性	36.3%			
	要保健指導	男性	24.3%			
		女性	25.3%			
HbA1c値の要医療・要保健指導該当者の割合(40～74歳)	要医療	男性	13.0%			
		女性	6.0%			
	要保健指導	男性	39.7%			
		女性	42.4%			
がん検診受診率 ※ 受診率の算定は肺がん・大腸がん・乳がん 40～69歳、胃がん 50～69歳、子宮頸がん 20～69歳とする。胃がん・乳がん・子宮頸がんの受診率の計算式は、前年度受診者数+当該年度受診者数-前年度及び当該年度における2年連続受診者数÷当該年度の対象者数×100=受診率とする。			胃がん	3.8%	5%	出典:市健康増進課調べ 考え方:現状値の10%増加
			肺がん	0.9%	2%	出典:市健康増進課調べ 考え方:現状値の20%増加
			大腸がん	8.4%	10%	出典:市健康増進課調べ 考え方:現状値の10%増加
			乳がん	15.7%	18%	
			子宮頸がん	16.4%	19%	

指標・項目		現状値 (R3)	目標値	出典・考え方
精密検査受診率 ※子宮頸がん精密検査の受診結果が正確に判明しなかった者は未把握とし、精密検査受診者に含めない。	胃がん	94.5%	98%	出典:市健康増進課調べ 考え方:奈良市21健康づくり<第2次>と同様
	肺がん	100.0%	98%	
	大腸がん	78.9%	82%	出典:市健康増進課調べ 考え方:現状値の10%増加
	乳がん	98.8%	98%	
	子宮頸がん	85.2%	93%	
骨粗鬆症検診受診率		8.4%	10%	出典:市健康増進課調べ 考え方:H23年数値(9.9%)の維持

## (2) 栄養・食生活

指標・項目		現状値 (R3)	目標値	出典・考え方		
朝食を毎日食べている3歳児の割合		94.3%	増加	出典:市乳幼児健康診査 考え方:奈良市母子保健計画と合わせて設定		
朝食を毎日食べる人の割合	小学5年生	男子	今後把握	出典:全国体力・運動能力、運動習慣等調査 考え方:—		
		女子	今後把握			
	中学2年生	男子	今後把握			
		女子	今後把握			
朝食をほぼ毎日食べている人の割合<<参考>>		18~74歳	88.9% (R2)	出典:市「食育・地産地消」に関する意識調査		
朝食を抜くことが週3回以上ある人の割合	40~64歳	男性	20.5%	13%		
		女性	14.1%	7%		
	65~74歳	男性	6.1%	4%	出典:市国民健康保険特定健康診査 考え方:奈良市21健康づくり計画<第2次>計画と同様	
		女性	3.7%	3%		
主食・主菜・副菜を3つそろえて1日に2回以上食べる頻度が「ほぼ毎日」の人の割合<県>		男性	41.3%	50% (R11)		出典:なら健康長寿基礎調査 考え方:なら健康長寿基本計画(第2期)に合わせて設定
女性	43.1%					
1日の野菜摂取量	近畿Ⅱブロック (奈良・和歌山・滋賀) (1歳以上)		—	350g	出典:国民健康・栄養調査 考え方:健康日本21(第三次)に合わせて設定	
	市(20歳以上)<<参考>>	男性	266g	出典:県民健康・食生活実態調査		
女性		262g				
1日の食塩摂取量	近畿Ⅱブロック (奈良・和歌山・滋賀) (1歳以上)		—	7g	出典:国民健康・栄養調査 考え方:健康日本21(第三次)に合わせて設定	
	市(20歳以上)<<参考>>	男性	14.1g	出典:県民健康・食生活実態調査		
女性		11.1g				
食に関する正しい知識の普及や、食の環境整備に関する取り組みをしている団体数<<参考>>		42団体		出典:市食育ネット参加団体数(活動内容が「栄養バランス」・「規則正しい食生活」・「健康的な食事」カテゴリーで登録している団体数)		

(3) 運動

指標・項目			現状値 (R3)	最終 目標値	出典・考え方	
1週間の総運動時間(体育授業除く)が 60分未満の人の割合	小学5年生	男子	今後把握	減少	出典:全国体力・運動能力、運動 習慣等調査 考え方:—	
		女子				
	中学2年生	男子				
		女子				
運動習慣がある人の割合(1日合計30 分以上の運動を週2日以上) <県>	20~29歳	男性	54.4%	61.2%	出典:なら健康長寿基礎調査 考え方:なら健康長寿基本計画 (第2期)に合わせて設定	
		女性	41.8%	58.1%		
	30~39歳	男性	39.2%	61.2%		
		女性	36.1%	58.1%		
運動習慣がある人の割合(1回30分以 上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1 年以上実施)	40~64歳	男性	35.3%	39%	出典:市国民健康保険特定健康 診査 考え方:現状値の10%増加	
		女性	28.1%	31%		
	65~74歳	男性	52.7%	58%		出典:市国民健康保険特定健康 診査 考え方:現状値の10%増加
		女性	49.0%	54%		
日常生活において歩行又は同等の身体 活動を1日1時間以上実施している人の 割合	40~64歳	男性	48.3%	54%	出典:市国民健康保険特定健康 診査 考え方:現状値の10%増加	
		女性	48.7%	54%		
	65~74歳	男性	56.5%	63%		
		女性	55.9%	62%		
ウォーキング等の運動を週に1回以上し ている人の割合	75歳~				出典:後期高齢健康調査 考え方:現状値を上回る	
日常生活における歩数<県>	20~64歳	男性	今後把握	増加	出典:国民健康・栄養調査 考え方:—	
		女性				
	65歳以上	男性				
		女性				
足腰に痛みのある高齢者の人数(人口千人当たり65歳以上)			今後把握	減少	出典:国民生活基礎調査 考え方:—	
地域で正しい運動方法を教えてくれる人の数 (運動習慣づくり推進員の人数)			80人	100人	出典:奈良市運動習慣づくり推 進員協議会活動報告 考え方:奈良市運動習慣づくり 推進員協議会の運営に適する 数値とする	
生活習慣病予防の運動ができる機会や 場づくり(運動習慣づくり推進員の活動 箇所数・回数・対象者数と延べ人数)	公民館依頼	箇所数	2箇所	増加	出典:奈良市運動習慣づくり推 進員協議会活動報告 考え方:奈良市運動習慣づくり 推進員協議会の運営に適する 数値とする	
		回数	4回			
		人数	78人			
	市事業参加	箇所数	1箇所	増加		
		回数	2回			
		人数	48人			
	運動習慣 づくり推進員 独自の 地域活動	箇所数	57箇所	増加		
		回数	61回			
		人数	911人			

(4) こころの健康・休養

指標・項目		現状値 (R3)	目標値	出典・考え方	
ストレスを感じた人の割合<県>	男性	82.2%	67.1%	出典:なら健康長寿基礎調査 考え方:奈良市 21 健康づくり<第 2 次>計画と同様	
	女性	90.0%	74.6%		
自分なりのストレス対処法をもっている人の割合<県>	男性	65.7%	85.0%		
	女性	70.0%	87.2%		
自殺死亡率(人口 10 万対)		13.5%	限りなく ゼロに近づける	出典:警察庁統計資料 考え方:奈良市第 5 次総合計画に合わせて設定	
睡眠時間が 8 時間以上の人の割合	小学 5 年生	今後把握	増加	出典:全国体力・運動能力、運動習慣等調査 考え方:—	
睡眠時間が 9 時間以上の人の割合	男子				
	女子				
睡眠時間が 6 時間以上 9 時間未満の人の割合<県>	男子				
	女子				
睡眠時間が 6 時間以上 9 時間未満の人の割合<県>	20 代	男性	82.7%	86%	出典:なら健康長寿基礎調査 考え方:現状値の 3%増加
		女性	79.6%	82.2%	出典:なら健康長寿基礎調査 考え方:なら健康長寿基本計画(第 2 期)に合わせて設定
	30 代	男性	78.6%	82.2%	
		女性	79.9%	82.2%	
睡眠で休養が十分とれている人の割合(40~74 歳)	男性	78.6%	80%	出典:市国民健康保険特定健康診査 考え方:なら健康長寿基本計画(第 2 期)に合わせて設定	
	女性	73.3%	80%		
生涯学習、ボランティア、文化、スポーツなどの地域活動参加率	20 歳以上	42.2%	46.5%	出典:なら健康長寿基礎調査 考え方:なら健康長寿基本計画(第 2 期)に合わせて設定	
	65 歳以上	48.3%	増加		
ゲートキーパー数 (ゲートキーパー養成講座延べ受講者数)		500人	増加	出典:市保健予防課調べ 考え方:策定時を上回る	

(5) 飲酒

指標・項目		現状値 (R3)	最終 目標値	出典・考え方
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 (40~74 歳・飲酒日1日当たりの飲酒量)	男性 (2合以上)	16.7%	10%	出典:市国民健康保険特定健康診査 考え方:健康日本 21(第三次)に合わせて設定
	女性 (1合以上)	12.4%	10%	
毎日アルコールを飲む人の割合 (40~74 歳)	男性	40.4%	36.3%	出典:市国民健康保険特定健康診査 考え方:健康日本 21(第三次)に合わせて現状値から 10%減少
	女性	11.3%	10.1%	
妊娠中に飲酒している人の割合		0.1%	0%	出典:市妊娠届出書 考え方:市独自の項目として設定

(6) たばこ

指標・項目			現状値 (R3)	最終 目標値	出典・考え方
妊娠中の喫煙率			1.3%	0%	出典:市妊娠届出書 考え方:奈良市母子保健計画と合わせて設定
乳幼児の受動喫煙率	4か月児健康診査	父	24.2%	それぞれが減少	出典:市乳幼児健康診査 考え方:奈良市母子保健計画と合わせて設定
		母	2.5%		
	3歳6か月児健康診査	父	22.8%		
		母	3.2%		
喫煙率(20歳以上)〈県〉			男性 20.1%	11.1% (R11)	出典:なら健康長寿基礎調査 考え方:奈良健康長寿基本計画(第2次)に合わせて設定
			女性 4.8%	2.6% (R11)	
喫煙率〈参考〉	40~74歳	男性	17.2%	/	出典:市国民健康保険特定健康診査
		女性	4.1%		
現在喫煙している人のうち、たばこを「やめたい」人の割合〈県〉〈参考〉			男性 44.1%	/	出典:なら健康長寿基礎調査
			女性 64.1%		
日常生活で受動喫煙の機会を有する人の割合〈県〉			職場 20.4%	12.4% (R11)	出典:なら健康長寿基礎調査 考え方:なら健康長寿基本計画(第2期)に合わせて設定
			飲食店 17.9%	14.8% (R11)	

(7) 歯の健康

指標・項目			現状値 (R3)	最終 目標値	出典
むし歯のある3歳児の割合			13.1%	5%	出典:市乳幼児健康診査 考え方:歯科口腔保健の推進に関する基本事項(第2次)に合わせて設定
3歳児でフッ化物応用の経験がある者の割合			60.1%	80%	出典:市乳幼児健康診査 考え方:歯科口腔保健の推進に関する基本事項(第2次)に合わせて設定
むし歯のある12歳児(中学1年生)の割合			19.0%	10%	出典:県歯科医師会調べ 考え方:なら歯と口腔の健康づくり計画(第2次)に合わせて設定
歯肉に炎症所見を有する12歳児(中学1年生)の割合			11.2%	10%	出典:県歯科医師会調べ 考え方:歯科口腔保健の推進に関する基本事項(第2次)に合わせて設定
20歳代で歯ぐきの腫れがある人の割合	男性		11.3%	10%	出典:なら健康長寿基礎調査 考え方:歯科口腔保健の推進に関する基本事項(第2次)に合わせて設定
	女性		9.3%	8%	
30歳代で歯ぐきの腫れがある人の割合	男性		13.2%	11%	出典:なら健康長寿基礎調査 考え方:現状値の10%減少
	女性		9.7%	8%	
歯周疾患検診受診率(40・50・60・70歳)			1.6%	8%	出典:市歯周疾患検診 考え方:H16数値の維持
過去1年間歯科健康診査を受けた人の割合(40・50・60・70歳)			43.2%	60%	出典:市歯周疾患検診 考え方:奈良市21健康づくり<第2次>計画と同様

指標・項目		現状値 (R3)	最終 目標値	出典
定期的に(1年に1回以上)歯科検診を受診している人の割合(20歳以上)<県> «参考»	男性	44.0%		出典:なら健康長寿基礎調査
	女性	54.0%		
未処置歯を有する人の割合	40歳	37.3%	20%	出典:市歯周疾患検診 考え方:歯科口腔保健の推進に関する基本的事項(第2次)に合わせて設定
	60歳	22.2%	20%	
	80歳	今後把握	減少	
進行した歯周炎を有する人の割合	40歳	67.8%	45%	出典:市歯周疾患検診 考え方:なら歯と口腔の健康づくり計画(第2期)に合わせて設定
	60歳	69.1%	55%	
	80歳	今後把握	減少	
咀嚼が良好な人の割合	40歳代	87.6%	92%	出典:市国民健康保険特定健康診査 考え方:現状値の5%増加
	50歳代	84.1%	89%	
	60~64歳	83.3%	88%	
	65~74歳	78.0%	82%	
	75歳~	今後増加	増加	
嚥下機能が良好な人の割合«参考»		今後把握		出典:後期高齢者健康診査
60歳で24歯以上自分の歯を有する人の割合		92.6%	95%	出典:市歯周疾患検診 考え方:歯科口腔保健の推進に関する基本的事項(第2次)に合わせて設定
80歳で20歯以上自分の歯を有する人の割合(75~84歳)<県>		49.6%	75%	出典:なら健康長寿基礎調査 考え方:なら歯と口腔の健康づくり計画(第2期)に合わせて設定
地域で正しい歯の知識を教えてくれる人の数		68人	増加	出典:市健康増進課調べ 考え方:現状値を上回る
障害者・障害児が利用する施設での過去1年間の歯科検診実施率		今後把握	増加	出典:— 考え方:—
要介護高齢者が利用する施設での過去1年間の歯科検診実施率		今後把握	増加	出典:— 考え方:—