

第4章. 総合評価

奈良市 21 健康づくり（平成 15 年度策定）は、市民の主体的な健康づくり運動と関係機関と連携したヘルスプロモーションの推進につなげるため、市民の意見をもとにライフステージごとのめざす姿を出し合い、9つの領域に対し課題と行動目標を決定しました。平成 16 年度から、「市民主体の健康づくり運動」「健康づくりの環境整備（基盤整備）」の方向で推進し、毎年度その視点で評価を行いました。

平成 18 年度の間評価の結果から、中高年の男性の約 3 人に 1 人、女性の約 5 人に 1 人が肥満であり、生活習慣病を予防するためには肥満を改善することが大切であることから、目標を「肥満の人を減らす」「生活習慣病になる人を減らす」とし、重点領域を①乳幼児期の「生活リズム」領域②壮中年期の「栄養・食生活」領域③壮中年期の「運動」領域にしぼり、④「喫煙」領域⑤「歯の健康」領域は全ライフステージを通じて取り組みました。

① 乳幼児期の「生活リズム」領域

「朝食を毎日食べている児の割合（1 歳、3 歳）」「主食・主菜・副菜のそろった朝食をしている児の割合（3 歳）」「夜 9 時までに就寝する児の割合（3 歳）」「朝 7 時半までに起床する児の割合（3 歳）」は、目標を達成しています。しかし、「肥満児の割合（3 歳）」「外遊びをしている児の割合（3 歳）」はともに改善がみられませんでした。体を動かして遊べる場の情報提供や生活習慣病予防についての啓発が必要です。

② 壮中年期の「栄養・食生活」領域

「朝食をほとんど食べない人の割合」は、青年期・壮中年期の男女とも目標を達成しています。「栄養バランスに気をつけて食事をする人の割合」の青年期は悪化していますが、壮中年期は改善がみられます。

また、「食育推進のためのボランティア数」は、目標に達成しなかったものの、食生活改善推進員協議会の活動回数・参加者は増加しています。

③ 壮中年期の「運動」領域

「運動習慣がある人の割合」は壮中年期の女性が、目標を達成しており、青年期の男女・壮中年期の男性は改善傾向がみられます。

「生活習慣病予防の運動ができる機会や場づくり」は、運動習慣づくり推進員協議会の会員数・活動回数・参加者が増加し、目標を達成しています。

壮中年期の「栄養・食生活」領域「運動」領域ともに、ボランティア活動が活発で、市民主体の健康づくりができています。しかし、健

康診査等（各種がん検診、特定健康診査等）の受診率は、計画策定時と国の制度や位置づけが大きく変化したこともあり比較は困難ですが、平成 20 年度からは総じて低下しています。「メタボリックシンドローム該当者・予備軍の割合」は、男性は改善傾向、女性は目標を達成し、「血圧の要指導・要医療の人の割合」「総コレステロールの要指導・要医療の人の割合」は、男女とも目標を達成しています。しかし、「HbA1c の要指導・要医療の人の割合」は、男女とも悪化しています。今後は、健診受診率の向上と糖尿病を重点とした生活習慣病予防対策が必要です。

④ 「喫煙」領域

「成人の喫煙率」「禁煙登録医療機関数」は、目標を達成しています。「応援団禁煙施設登録数」は改善しています。「妊娠中の喫煙率」「育児期間中の受動喫煙率」は、減少傾向にあります。目標には遠い状況です。

法的整備や禁煙治療・教育の効果が出てきた一方で、女性の喫煙率の減り幅が低下しており、依存性の高い女性や若年者へのさらなる対策が必要です。

⑤ 「歯の健康」領域

「夜寝る前の仕上げ磨きを毎日している児の割合（1歳）」は目標を達成しています。「むし歯り患率（1歳・3歳）」「甘い飲み物や菓子を1日3回以上取っている児の割合（1歳）」「フッ化物塗布を受けたことのある児の割合（3歳）」「かかりつけ歯科医をもっている児の割合（3歳）」は、すべて改善がみられ目標値に近づいています。「歯周疾患罹患率」「60歳で24歯以上の自分の歯を有する人の割合」は、目標達成しています。

計画の主旨である「市民主体の健康づくり運動」「健康づくりの環境整備（基盤整備）」という視点においては、市立幼稚園・小学校・中学校・高等学校の完全敷地内禁煙（平成 19 年度）の実施と、「20 日ならウォークの日」の制定（平成 20 年度）が、大きな成果です。

禁煙推進のために、平成 16 年度から関係機関とネットワーク会議を立ち上げ、共催で啓発や禁煙講座を実施しました。市立幼稚園・小学校・中学校・高等学校の完全敷地内禁煙を視野に入れ、平成 18 年度には、教職員を対象に禁煙講座を実施しました。

生活習慣の改善を食と運動の双方で推進するため、食生活改善推進員の他に、平成 15 年度から運動習慣づくり推進員を養成し、活動支援に取り組みました。平成 19 年度にウォーキング推進事業を市の政策事業として実施するにあたり、運動推進員と 20 日ならウォークを協働で企画・運営しました。年間参加者は約 2,500 人で好評を得、事業実績が認められ「20 日ならウォークの日」が制定されました。

奈良市 21 健康づくりを推進した過程で、市民ボランティアや関係機関が協働して健康づくり事業や啓発を実施することができました。

最終評価では、全 9 領域 179 項目の指標（その他及び再掲を除く）のうち、評価可能な 134 項目で判定した結果、目標を達成した項目は 61 項目（45.5%）、改善した項目は 32 項目（23.9%）、横ばいもしくは悪化した項目は 41 項目（30.6%）でした。

表3 領域別ライフステージ別指標および評価一覧表

代表指標項目

領域	番号	指標	ベースライン値	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22	目標値	評価	調査		
運動	1	運動不足だと感じている者の割合	20～39歳	男性	84.8%(県)	83.3%(県)	—	—	—	—	—	男性:40% 女性:45%	—	A	
				女性	90.6%(県)	90.3%(県)	—	—	—	—	—				
			40～64歳	男性	80.8%(県)	81.1%(県)	—	—	—	—	—				—
				女性	84.5%(県)	85.9%(県)	—	—	—	—	—				—
			65～69歳	男性	67.3%(県)	69.2%(県)	—	—	—	—	—				—
				女性	70.1%(県)	79.2%(県)	—	—	—	—	—				—
2	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)		31人	45人	50人	50人	54人	54人	64人	60人	100人	△	L		
3	生活習慣病予防の運動ができる機会や場づくり(運動活動数・回数、対象者数と延べ人数)	公民館依頼	—	1箇所 1回 延23人	6箇所 9回 約230人	11箇所 17回 未把握	10箇所 11回 延394人	4箇所 4回 延171人	9箇所 9回 延301人	9箇所 10回 延282人	増加	◎	L		
		市事業参加	—	1箇所 6回 延451人	1箇所 4回 延285人	1箇所 1回 延212人	2箇所 14回 延2,537	2箇所 13回 延2,719	1箇所 11回 延2,956人	2箇所 41回 延4,303人	増加	◎	L		
		運動独自の地域活動	—	10箇所 30回 未把握	16箇所 37回 未把握	9箇所 52回 未把握	19箇所 82回 延1,921	17箇所 116回 延2,113	15箇所 105回 延1,705人	22箇所 152回 延2,395人	増加	◎	L		
4	運動習慣がある人の割合	20～39歳	男性	11.5%(県)	12.2%(県)	—	—	21.6%(県)	△	—	26.4%(県)	35%	○	A	
			女性	8.5%(県)	6.1%(県)	—	—	10.9%(県)	—	—	24.4%(県)	25%	○		
		40～64歳	男性	—	15.6%(県)	—	—	40～69歳 26.8%(県)	—	—	39.7%(県)	男性:40% 女性:35%	○		
			女性	40～69歳 男性17.5% 女性17.5%	14.4%(県)	—	—	40～69歳 26.0%(県)	—	—	40.4%(県)		◎		
		65～69歳	男性	—	24.8%(県)	—	—	60～69歳 47.2%(県)	—	—	65.9%(県)		◎		
			女性	—	26.6%(県)	—	—	60～69歳 35.8%(県)	—	—	57.9%(県)		◎		
5	BMI 25以上の人の割合	20～39歳	男性	20.3%(県)	22.1%(県)	—	—	28.4%(県)	—	—	24.8%(県)		減少	×	A
			女性	5.1%(県)	6.2%(県)	—	—	6.5%(県)	—	—	5.7%(県)		減少	×	
		40～64歳	男性	22.0%	31.0%	40～69歳 男性 30.2% 女性 18.6%	32.1%	33.1%	29.8%	32.0%	32.0%	15%	×		
			女性	18.0%	17.4%		16.7%	16.4%	15.8%	15.5%	14.8%	10%	△		
		65～69歳	男性	25.6%	27.7%	26.8%	26.5%	24.4%	25.2%	22.6%	22.6%	減少	◎		
			女性	24.1%	22.1%	20.6%	20.0%	16.9%	15.4%	14.9%	14.9%	減少	◎		
6	メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の概念を知っている人の割合	成人 (20歳以上)	男性	—	—	—	—	62.3%(県)	—	—	71.2% (623県)	80%以上	○		
7	メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の該当者・予備群の割合	40～74歳	男性	—	—	—	—	46.2%	45.8%	44.5%	減少率 10%以上	△			
8	メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の概念を導入した健診・保健指導の実施率	40～74歳	健診受診率	—	—	—	—	27.0%	24.5%	24.0%	65%	×			
9	血圧の要指導、要医療の人の割合 (～H19収縮期血圧130mmHg以上、もしくは拡張期血圧90mmHg以上、H20～収縮期血圧130mmHg以上、もしくは拡張期血圧85mmHg以上)	40～64歳	男性	37.0%	36.2%	40～69歳 男性 36.8% 女性 27.5%	34.7%	35.1%	53.4%	51.7%	49.3%	減少	◎	B	
女性	27.0%	25.9%	23.9%	22.5%	44.5%		41.7%	39.7%	減少	◎					
65～69歳	男性	44.7%	43.0%	39.4%	39.1%		60.1%	59.6%	59.3%	減少	◎				
	女性	42.3%	40.4%	35.0%	35.0%		55.0%	53.5%	52.6%	減少	◎				
10	総コレステロールの要指導、要医療の人の割合 (～H19:総コレステロール200mg/dl以上、H20～:中性脂肪150mg/dl以上・LDLコレステロール120mg/dl以上・HDLコレステロール40mg/dl未満いずれかの該当者)	40～64歳	男性	58.4%	59.9%		57.8%	61.3%	74.4%	73.0%	70.1%	減少	◎		
女性	51.9%	58.6%	54.2%	58.0%	74.9%		69.7%	67.5%	減少	◎					
65～69歳	男性	—	—	—	—	71.7%	69.1%	68.1%	減少	◎					
	女性	—	—	—	—	78.3%	74.6%	72.8%	減少	◎					
11	HbA1cの要指導、要医療の人の割合 (～H19:5.5%以上、H20～:5.2%以上)	40～64歳	男性	26.9%	17.6%	40～69歳 男性 20.6% 女性 11.1%	21.5%	19.8%	32.4%	42.3%	41.6%	減少	×	A	
女性	14.0%	8.3%	11.1%	9.3%	27.9%		41.9%	39.3%	減少	×					
65～69歳	男性	—	—	—	—		40.2%	53.7%	50.5%	減少	×				
	女性	—	—	—	—		36.3%	51.2%	47.8%	減少	×				
12	現在の生活全体としての満足している人の割合	男性	—	62.3(県)	—		—	—	—	—	—	増加	—		
女性	—	68.1(県)	—	—	—		—	—	—	—	—	—			
13	「生きがい」や「生活のはり」「いきいきといきているな」などの生きがいを感じる程度	男性	—	79.5(県)	—	—	—	—	—	—	増加	—			
女性	—	83.7(県)	—	—	—	—	—	—	—	—	—				

領域	番号	指標	ベースライン値	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22	目標値	評価	調査			
栄養	1	自分の理想(適正)体重を知っている人の割合	20～69歳 男性 女性	— 97.0%(果) 85.1%(果)	—	—	—	—	—	—	—	増加 増加	— —	A		
	2	食育推進のためのポランティア数	食生活改善推進員の数	140人	146人	181人	170人	150人	119人	92人	108人	150人	×	L		
	3	栄養バランスについて正しく教えてくれる機会の数と参加者数	食育地域促進活動 回数 参加者数	32回 243人	41回 255人	51回 724人	71回 757人	60回 854人	79回 892人	71回 893人	63回 914人	80回 1200人	○ ○	L		
	4	栄養成分表示およびヘルシーメニュー提供店の数		—	41店	45店	47店	51店	52店	61店	69店	70店	○	E		
	5	朝食をほとんど食べない人の割合	20～39歳	男性 女性	41.8%(果) 19.0%(果)	41.0%(果) 26.6%(果)	— —	— —	20.0%(果) 7.7%(果)	— —	— —	18.3%(果) 11.1%(果)	減少 減少	⊕ ⊕	A	
	40～64歳		男性 女性	17.7%(果) 9.2%(果)	19.3%(果) 10.1%(果)	— —	— —	40～59歳 8.3%(果) 40～59歳 5.3%(果)	— —	— —	8.3%(果) 4.1%(果)	減少 減少	⊕ ⊕			
	65～69歳		男性 女性	5.6%(果) 4.2%(果)	4.8%(果) 4.6%(果)	— —	— —	60～69歳 2.5%(果) 60～69歳 1.1%(果)	— —	— —	2.4%(果) 0.6%(果)	減少 減少	⊕ ⊕			
	20～39歳		男性 女性	21.3%(果) 31.0%(果)	17.5%(果) 26.5%(果)	— —	— —	— —	— —	— —	16.7%(果) 28.1%(果)	80%以上 80%以上	×	×		A
	40～64歳		男性 女性	27.5%(果) 42.0%(果)	27.1%(果) 39.9%(果)	— —	— —	— —	— —	— —	32.8%(果) 46.3%(果)	80%以上 80%以上	△ △	△ △		
	65～69歳		男性 女性	40.4%(果) 41.6%(果)	40.4%(果) 51.6%(果)	— —	— —	— —	— —	— —	45.3%(果) 65.9%(果)	80%以上 80%以上	△ ○	△ ○		
	7	BMI 18.5未満の人の割合	20～29歳 女性	29.6%(果)	23.2%(果)	—	—	—	—	—	11.9%(果)	減少	⊕	A		
	8	運動領域指標5参照														
	9	運動領域指標6参照														
	10	運動領域指標7参照														
	11	運動領域指標8参照														
	12	運動領域指標9参照														
13	運動領域指標10参照															
14	運動領域指標11参照															
15	運動領域指標12参照															
16	運動領域指標13参照															
喫煙	1	たばこと早産に関する正しい知識をもつ人の割合		65.8%(果)	71.6%(果)	—	—	—	—	—	—	100%	—	A		
	2	たばこと低出生体重児に関する正しい知識をもつ人の割合		49.8%(果)	56.1%(果)	—	—	—	—	—	—	100%	—	A		
	3	就学前後で喫煙防止教育を受けている子どもの割合		0%	38.30%	69.10%	69.10%	—	—	—	—	100%	—	L		
	4	たばこと心臓病に関する正しい知識をもつ人の割合		58.2%(果)	62.5%(果)	—	—	—	—	—	—	100%	—	A		
	5	たばこと脳卒中に関する正しい知識をもつ人の割合		55.0%(果)	69.3%(果)	—	—	—	—	—	—	100%	—			
	6	たばこと骨質低下に関する正しい知識をもつ人の割合		35.5%(果)	43.5%(果)	—	—	—	—	—	—	100%	—			
	7	受動喫煙による肺がんへの影響に関する正しい知識をもつ人の割合		89.2%(果)	94.6%(果)	—	—	—	—	—	—	100%	—			
	8	受動喫煙による気管支炎への影響に関する正しい知識をもつ人の割合		75.9%(果)	77.4%(果)	—	—	—	—	—	—	100%	—			
	9	禁煙登録医療機関数		—	—	—	15件	15件	22件	24件	30件	増加	⊕	L		
	10	公共の場や事業所の禁煙実施施設の割合		20%(果)	—	—	—	—	—	—	果調査時	100%	—	L		
	11	応援団禁煙施設登録数		—	—	179件	222件	226件	221件	215件	226件	250件	○	E		
	12	妊婦中の喫煙率		—	7.4%	6.6%	5.5%	5.4%	4.4%	6.8%	5.7%	0%	△	C		
	13	育児期間中の受動喫煙率		23.7%	34.9%	21.1%	19.6%	17.2%	16.7%	22.0%	19.8%	0%	△			
	14	中学3年生の喫煙率	男子	7.2%(果)	—	6.5%(果)	—	—	—	—	—	調査不能	0%	—	F	
	女子		2.8%(果)	—	2.3%(果)	—	—	—	—	—	調査不能	0%	—			
	15	中学3年生喫煙者のうち若い始めが小学校4年生以下だった人の割合	男子	23.8%(果)	—	23.5%(果)	—	—	—	—	—	調査不能	0%	—	A	
	女子		30.6%(果)	—	18.6%(果)	—	—	—	—	—	調査不能	0%	—			
	16	成人の喫煙率	男性	49.8%(果)	39.8%(果)	—	—	39.3%(果)	—	—	24.2%(果)	減少	⊕	A		
	女性		12.8%(果)	13.3%(果)	—	—	7.7%(果)	—	—	7.5%(果)	減少	⊕				
17	全出生に占める低出生体重児の割合		8.20%	9.40%	9.70%	10.15%	10.47%	11.04%	9.52%	10.18%	減少	×	E			
18	運動領域指標12参照															
19	運動領域指標13参照															

領域	番号	指標	ベースライン値	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22	目標値	評価	調査	
歯科 保健	1	フッ化物塗布を受けたことがある3歳児の割合	33.7%	43.8%	37.2%	62.6%	61.2%	62.1%	62.8%	59.8%	63%	○	C	
	2	かぶりつけ歯科医をもっている3歳児の割合	34.6%	35.8%	39.9%	39.3%	36.0%	42.6%	42.2%	43.0%	50%	○		
	3	夜寝る前の仕上げみがきを毎日している1歳7か月児の割合	56.3%	60.5%	76.2%	86.9%	80.0%	88.8%	90.8%	91.8%	90%	◎		
	4	甘い飲み物や菓子を1日3回以上とっている1歳7か月児の割合	23.4%	19.8%	18.8%	19.0%	17.1%	16.9%	16.7%	17.3%	15%	○		
	5	小学生のむし歯未処置者の割合	35.2%	33.3%(県)	31.2%(県)	36.4%(県)	35.1%(県)	35.4%(県)	32.4%(県)	31.8%(県)	減少	◎	G	
	6	給食後に歯みがきを実施している学校数	—	25.6%	33.3%	33.3%	—	—	—	—	増加	—	L	
	7	中学生のむし歯未処置者の割合	24.4%	18.9%(県)	22.1%(県)	29.8%(県)	25.0%(県)	26.0%(県)	26.1%(県)	23.6%(県)	減少	◎	G	
	8	フッ化物を塗り入れたむし歯予防の行動がとれる人の割合(40・50・60歳)	—	34.2%	30.4%	30.5%	35.1%	29.6%	31.5%	27.9%	40%	×	H	
	9	過去1年間で歯の治療目的以外(歯の健康診断や歯石除去など)で歯科医にかかったことがある人の割合(40・50・60歳)	—	39.1%	35.2%	39.6%	34.0%	29.7%	38.7%	32.0%	70%	×		
	10	フッ化物を塗り入れたむし歯予防の行動がとれる人の割合(70歳)	—	33.3%	31.8%	33.6%	36.3%	39.0%	38.2%	31.4%	40%	×		
	11	過去1年間で歯の治療目的以外(歯の健康診断や歯石除去など)で歯科医にかかったことがある人の割合(70歳)	—	55.1%	57.2%	59.8%	52.4%	47.6%	51.9%	51.5%	70%	×	H	
	12	むし歯罹患率	1.7歳児	3.60%	3.4%	3.2%	3.4%	2.5%	2.9%	2.0%	2.4%	2.0%	○	C
	3歳児		32.80%	34.0%	32.2%	34.2%	30.0%	27.6%	28.2%	25.5%	20%	○		
	13	小学6年生の一人平均むし歯数(永久歯)	1.5本	1.35本	1.45本	1.12本	—	—	—	—	—	1本以下	—	L
	14	12歳児における一人平均むし歯数(永久歯)	2.9本(国)	1.8本	1.62本	1.66本	1.29本	1.22本	1.09本	0.97本	1本以下	◎	L	
	15	歯周疾患罹患率(歯周疾患検診CPIコード2~4)(40歳・50歳・60歳)	90.90%	84.3%	82.0%	83.7%	86.9%	86.9%	85.2%	68.0%	76%	◎	H	
	16	むし歯がある人の割合(40歳・50歳・60歳)	33.30%	32.8%	38.1%	42.5%	41.7%	35.4%	36.3%	36.9%	30%	×		
	17	歯間清掃用具を使っている人の割合(40歳・50歳・60歳)	—	42.0%	43.8%	47.9%	44.9%	45.9%	44.7%	39.6%	60%	×		
	18	60歳で24歯以上の自分の歯を有する人の割合	—	80.2%	80.7%	80.7%	83.1%	81.3%	80.3%	87.0%	85%	◎		
	19	歯周疾患の罹患率(歯周疾患検診CPIコード2~4)(70歳)	—	86.5%	85.9%	84.9%	85.3%	61.3%	84.1%	79.6%	80%	◎		
	20	むし歯がある人の割合(70歳)	—	32.9%	41.5%	35.9%	38.5%	34.6%	31.4%	35.8%	30%	×		
	21	歯間清掃用具を使っている人の割合(70歳)	—	40.1%	41.2%	45.1%	49.8%	53.9%	50.0%	50.4%	50%	◎		
	22	運動領域指標12参照												
23	運動領域指標13参照													

領域	番号	指標	ベースライン値	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22	目標値	評価	調査	
妊娠と性	1	避妊方法を正確に知っている高校生の割合(コンドームとピル)	男子	26.2%(国)	コンドーム 95.7% ピル32.2% (県)	12.5%(国)	/	/	/	/	/	100%	/	I J
			女子	28.3%(国)	コンドーム 96.0% ピル35.3% (県)	22.7%(国)	/	/	/	/	/	/	100%	
	2	性感染症を正確に知っている高校生の割合 性器クラミジア感染症	男子	11.3%(国)	44.4%(県)	48.4%(国)	/	/	/	/	/	100%	/	I J
			女子	16.5%(国)	56.4%(県)	55.8%(国)	/	/	/	/	/	/	100%	
	3	性感染症を正確に知っている高校生の割合 淋菌感染症	男子	15.4%(国)	17.7%(県)	19.9%(国)	/	/	/	/	/	100%	/	I J
			女子	14.5%(国)	—	20.1%(国)	/	/	/	/	/	/	100%	
	H18年度より1,2,3の項目が本項目に変更	性行動による性感染症等身体的影響等について知能のある高校生の割合	男子	/	/	/	63.9%(国)	—	—	—	—	増加傾向	—	I
			女子	/	/	/	68.6%(国)	—	—	—	—	増加傾向	—	
			男子	/	/	/	66.6%(国)	—	—	—	—	増加傾向	—	
			女子	/	/	/	73.9%(国)	—	—	—	—	増加傾向	—	
4	学校保健委員会での性に関する研修実施校数	—	1	3	3	1	0	0	—	69	×	L		
5	指導者向け研修会の参加者数	67	31	35	35	63	55	51	—	増加	×	L		
6	10代の人工妊娠中絶の実施率(人口千対)	5.5(県) 12.1(国)	5.2(県) 10.5(国)	11.9(国)	8.7(国)	7.8(国) 4.3(県)	8.8(国) 4.6(県)	—	—	減少	⊕	K		
7	10代の性感染症罹患率 性器クラミジア感染症(人口10万対)	男子	196.0(国)	—	—	—	—	—	—	—	減少	—	I J	
		女子	968.0(国)	—	—	—	—	—	—	—	減少	—		
		定点医療機関報告件数	5697(国)	—	6198(国)	—	—	3214(国)	—	—	減少	⊕		
8	10代の性感染症罹患率 淋菌感染症(人口10万対)	男子	145.2(国)	—	—	—	—	—	—	—	減少	—	I J	
		女子	132.2(国)	—	—	—	—	—	—	—	減少	—		
		定点医療機関報告件数	1,688(国)	—	2,189(国)	—	—	830(国)	—	—	減少	⊕		
23(県)	24(県)	—	—	—	4(県)	—	—	減少	⊕					
生活リズム	1	栄養領域指標2目標												
	2	栄養バランスについて正しく教えてくれる教員回数と参加者数	回数	26回	20回	22回	27回	16回	17回	10回	9回	増加	×	L
			参加者数	722人	484人	345人	393人	253人	316人	170人	171人	増加	×	L
	3	栄養領域指標4目標												
	4	夜9時までに就寝する3歳児の割合	40.0%	34.6%	40.9%	40.7%	41.9%	45.6%	43.3%	42.1%	増加	⊕	C	
	5	夜9時までに就寝する1歳児の割合	—	—	—	—	46.0%	43.2%	43.6%	43.4%	増加	×		
	6	朝7時半までに起床する3歳児の割合	—	—	—	—	73.0%	80.9%	76.5%	77.6%	増加	⊕		
	7	朝7時半までに起床する1歳児の割合	—	—	—	—	73.8%	74.4%	72.7%	72.5%	増加	×		
	8	朝食を毎日食べている3歳児の割合	90.0%	91.8%	93.1%	95.3%	95.3%	96.2%	96.3%	95.9%	増加	⊕		
	9	朝食を毎日食べている1歳児の割合	—	—	93.6%	94.6%	94.8%	96.5%	94.6%	95.3%	増加	⊕		
	10	主食(ごはん・パン・めんなど)、主菜(肉・魚・卵・豆腐などの料理)、副菜(野菜を中心とした料理)のそろった朝食をしている3歳児の割合	—	—	—	—	45.80%	48.60%	49.90%	47.2%	増加	⊕		
	11	主食(ごはん・パン・めんなど)、主菜(肉・魚・卵・豆腐などの料理)、副菜(野菜を中心とした料理)のそろった朝食をしている1歳児の割合	—	—	—	—	51.40%	46.60%	47.60%	47.8%	増加	×		
	12	外あそびをよくしている3歳児の割合	—	81.1%	84.3%	81.3%	83.3%	89.9%	83.5%	80.6%	増加	×		
	13	果汁やイオン飲料、赤ちゃんせんべいなどのおやつをとっている乳児の割合(県・国)	—	—	—	—	—	/	/	/	減少	—		
	14	肥満児の割合(1歳半)	—	1.7%	—	—	—	1.1%	1.9%	1.5%	低下	⊕		C
	15	肥満児の割合(3歳半)	—	1.6%	—	—	—	0.8%	2.0%	1.7%	低下	×		
16	家で楽しく食事をしている3歳児の割合	—	—	—	—	94.4%	94.4%	95.2%	93.9%	増加	×			

領域	番号	指標	ベースライン値	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22	目標値	評価	調査	
心の健康 (育児支援)	1	家族で子育てについて話し合っている人の割合	—	93.0%	94.3%	95.5%	94.2%	93.8%	93.6%	92.6%	増加	×	C	
	2	子育てについて相談できる人がいる人の割合	—	97.5%	98.0%	97.7%	97.7%	98.1%	97.6%	97.6%	増加	⊕		
	2より 変更	附いている時に相談にのってくれる人や機関がある割合								97.5%	97.6%	増加	⊕	L
	3	地域で集まれる場の数(市営保育児サークル数)	36	37	48	58	—	61	55	44	増加	⊕	L	
	4	子育てに自信を持ってない母親の割合	9.7%	8.9%	8.7%	7.9%	9.4%	9.7%	7.1%	7.4%	減少	⊕	C	
	5	ゆったりとした気分子どもと過ごす時間がある母親の割合	—	90.6%	92.2%	92.9%	93.3%	93.2%	93.0%	93.0%	増加	⊕		
5より 変更	子どもとの生活について 毎日が楽しいor負担が増えたが育児は楽しい								86.8%	93.0%	増加	⊕	C	
事故	1	事故防止対策を実施している家庭の割合	1.6歳児	87.3%	86.9%	89.4%	91.1%	88.8%	91.3%	85.4%	88.8%	100%	△	C
			3歳児	72.6%	71.8%	79.5%	81.4%	82.7%	82.3%	79.9%	78.3%	100%	△	
	2	浴室のドアを子どもが一人で開けることができないような工夫している家庭の割合	1.6歳児	—	—	—	—	45.2%	44.6%	44.8%	45.6%	100%	△	
	3	乳児のSIDS死亡数		0	0	2	2	0	1	0	1	0	×	
4	不慮の事故死亡数	0歳児	0	2	1	0	0	1	1	0	0	⊕	E	
		1~4歳児	1	0	0	0	0	1	0	1	0	×		

【調査方法】

A: 県民健康生活調査(H12, H16)、県民健康・栄養調査(H19, H23)、なら健康長寿基礎調査(H22)

B: 基本健康診査 / H20年度以降は、国保特定健康診査

※BMIのデータについてベースライン値は奈良市国保アンケートより、H16年～H19年は奈良市の基本健康診査より

H20以降は国保特定健康診査より抽出

※メタボリックシンドロームの該当者・予備群、健診・保健指導実施率については法定報告に合わせる

※血圧・脂質・血糖については、健診受診者全数のデータ

※最終評価は特定健康診査(H20, H22)の比較により評価する

C: 乳幼児健康診査

D: 市政概況

E: 保健所概況

F: 子どもの生活習慣予防調査報告書(県)

G: 学校保健統計調査

H: 歯周疾患検診

I: すこやか親子21中間報告書

J: 平成16年度地域保健総合推進事業報告書

K: 母子保健の主たる統計

L: その他

表 4 各領域別指標判定区分の状況

判定区分 領域	◎	○	△	×	合計
栄養・食生活	18 43.9%	6 14.6%	6 14.6%	11 26.9%	41 100%
運動	17 50.0%	5 14.7%	4 11.8%	8 23.5%	34 100%
心の健康・休養	4 80.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 20.0%	5 100%
喫煙	3 42.9%	1 14.3%	2 28.5%	1 14.3%	7 100%
生活リズム	6 42.9%	0 0.0%	0 0.0%	8 57.1%	14 100%
歯の健康	8 40.0%	5 25.0%	0 0.0%	7 35.0%	20 100%
事故	0 0.0%	0 0.0%	3 50.0%	3 50.0%	6 100%
妊娠と性	5 71.4%	0 57.1%	0 0.0%	2 28.6%	7 100%
合計	61 45.5%	17 12.7%	15 11.2%	41 30.6%	134 100%

最終評価では、全 9 領域 179 項目の指標（その他及び再掲を除く）のうち、評価可能な 134 項目で判定した結果、目標を達成した項目は 61 項目（45.5%）、改善した項目は 32 項目（23.9%）、横ばいもしくは悪化した項目は 41 項目（30.6%）でした。

表 5：「奈良市 21 健康づくり」判定区分

評価	判定基準
◎	現状値が目標に達成している。
○	現状値が目標達成にむけて改善している。（50～100%改善）
△	現状値が目標達成にむけて改善している。（1～49%改善）
×	現状値が横ばいもしくは悪化している。（0 以下）

