

第3期

七ヶ浜町健康増進計画

【2024（令和6）年度～2028（令和10）年度】



七ヶ浜町

目 次

第1章 計画の策定にあたって

- 1. 計画策定の趣旨・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1
- 2. 計画の位置づけ等・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2
- 3. 計画の基本目標・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 4

第2章 七ヶ浜町民の健康に関する現状と課題

- 1. 健康づくりを取り巻く状況・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 5
- 2. 七ヶ浜町民の健康意識や生活習慣の状況・・・・・・・・ 29

第3章 施策の展開（ライフステージに応じた健康づくり）

- 1. 乳幼児期・学童期・思春期の健康づくり・・・・・・・・ 34
- 2. 青年期・壮年期の健康づくり・・・・・・・・・・・・・・・・ 35
- 3. 高齢期の健康づくり・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 36
- 4. 5年後の目標とする七ヶ浜町の健康づくり一覧表・・ 37

第4章 計画の進行管理

- 1. 計画の進行管理・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 39

資 料

- 市町村別データ等・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 40

第1章 計画の策定にあたって

1. 計画策定の趣旨

医学の進歩などにより、我が国の平均寿命は延伸しているものの、ライフスタイルの変化や人口の高齢化などにより、疾病全体に占めるがん、心疾患、脳血管疾患や糖尿病等の生活習慣病の死亡割合は増加し、介護を必要とする人は増えています。

こうした状況を改善するため、生活習慣病の発症と重症化の予防を図り、健康寿命の延伸に向けた取り組みが求められています。

当町では、平成19年度に第1期計画、平成27年に第2期計画を策定し、一次予防を重視しながら健康づくりを推進してまいりました。本計画でも、第2期計画の基本的な考え方を継承しつつ、国が策定した「健康日本21」や、宮城県で策定した「第3次みやぎ健康プラン」を踏まえ、県の基本方針である「健康格差の縮小」、「予防対策の充実」を共通の方針として策定しています。

七ヶ浜町長期総合計画の基本理念である「安心 笑顔 心いやされるまち」の実現を図るために、誰もが健康で生きがいを持ち幸せに暮らせるよう、町民の「健幸※」につながる施策を推進してまいります。

※健幸（けんこう）：まちの取り組みにおいて「だれもが幸せで健やかに人生100年時代をいきいきと暮らしてほしい」という意味の造語

2. 計画の位置づけ等

(1) 法的な位置づけ

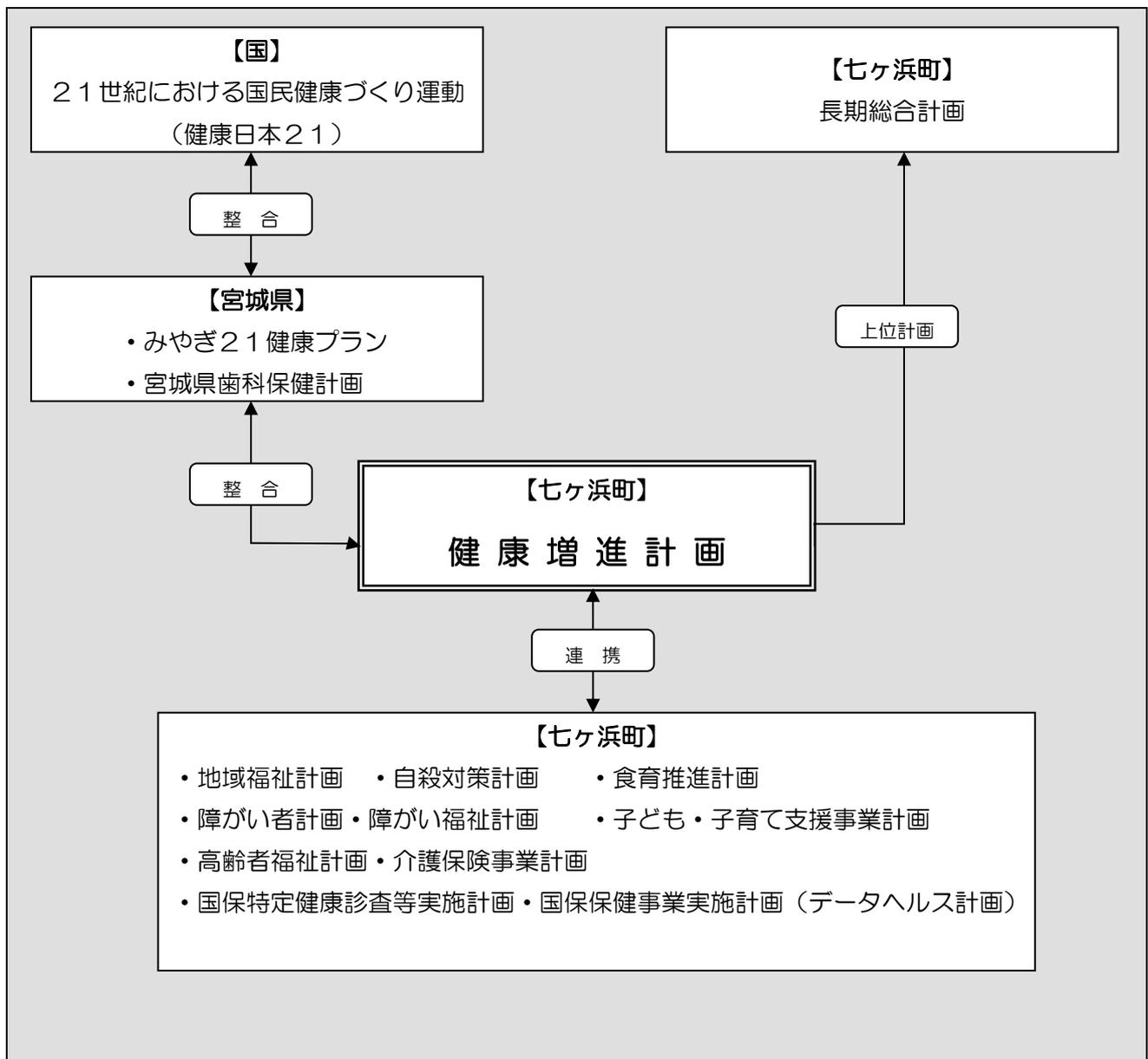
健康増進法※第8条第2項に規定する市町村健康増進計画に位置付けます。

(2) 町の各種計画における位置づけ

長期総合計画を上位計画とし、町の個別計画と連携して健康づくり施策の基本的な方向性を示します。

(3) 国・宮城県の計画との関係

国の「21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21）」、宮城県の「みやぎ21健康プラン」「宮城県歯科保健計画」と整合性を図った計画とします。



(4) 計画の期間

本計画の期間は、令和 6 年度を初年度とし令和 10 年度を目標年度とする5年間の計画とします。

なお、計画期間中、進行状況や社会的情勢の変化等に応じて、計画の見直しの必要性が生じた場合は、適切に対応します。

また、計画期間に取り組んだ内容を評価し、目標達成に向け効果的な施策の展開を図っていきます。

< 計画の期間 >

令和5年	令和6年	令和7年	令和8年	令和9年	令和10年	令和11年
第2期 計画期間	← 第3期計画期間 →					第4期 計画期間
第3期 計画策定			第3期 計画中間 評価		第4期 計画策定	

※健康増進法

急速な高齢化の進展及び疾病構造の変化に伴い、国民の健康の増進の重要性が著しく増大していることから、国民の健康の増進の総合的な推進に関し基本的な事項を定めるとともに、国民の栄養改善、その他の国民の健康の増進を図るための措置を講じ、もって国民保健の向上を図ることを目的に、平成15年5月1日に施行されました。



3. 計画の基本理念・基本目標

基本理念

「町民一人ひとり、生き生きと元気に活動できる健康寿命の長い町を目指します」

町民一人ひとりが、健康で生きがいを持ち幸せに暮らせるように、2つの基本目標を設定し、計画を実施してまいります。

町民一人ひとり、生き生きと元気に活動できる健康寿命の長い町を目指します

基本目標①

・健康格差の縮小

町、学校、関係機関・団体と連携し、総合的に健康づくりに取り組むことで、各生活習慣の健康水準の底上げを図り、健康寿命の延伸と健康格差の縮小を目指します。

基本目標②

・予防対策の充実

生活習慣病の発症のみならず、重症化予防や生活機能の低下を予防する取り組みを推進していきます。

3. 基本目標を推進するための取組みについて

本計画は、町民一人ひとりが健康増進を意識し行動するとともに、町民を取り巻く団体等が連携・協力し、かつ、積極的に健康づくり活動を実践していくことで、より効果的に推進されます。

そのために町民・家庭、地域・団体・学校、行政の各々のレベルでライフステージに合わせながら町民の健康づくりを推進します。

第2章

七ヶ浜町民の健康に関する現状と課題

1. 健康づくりを取り巻く状況

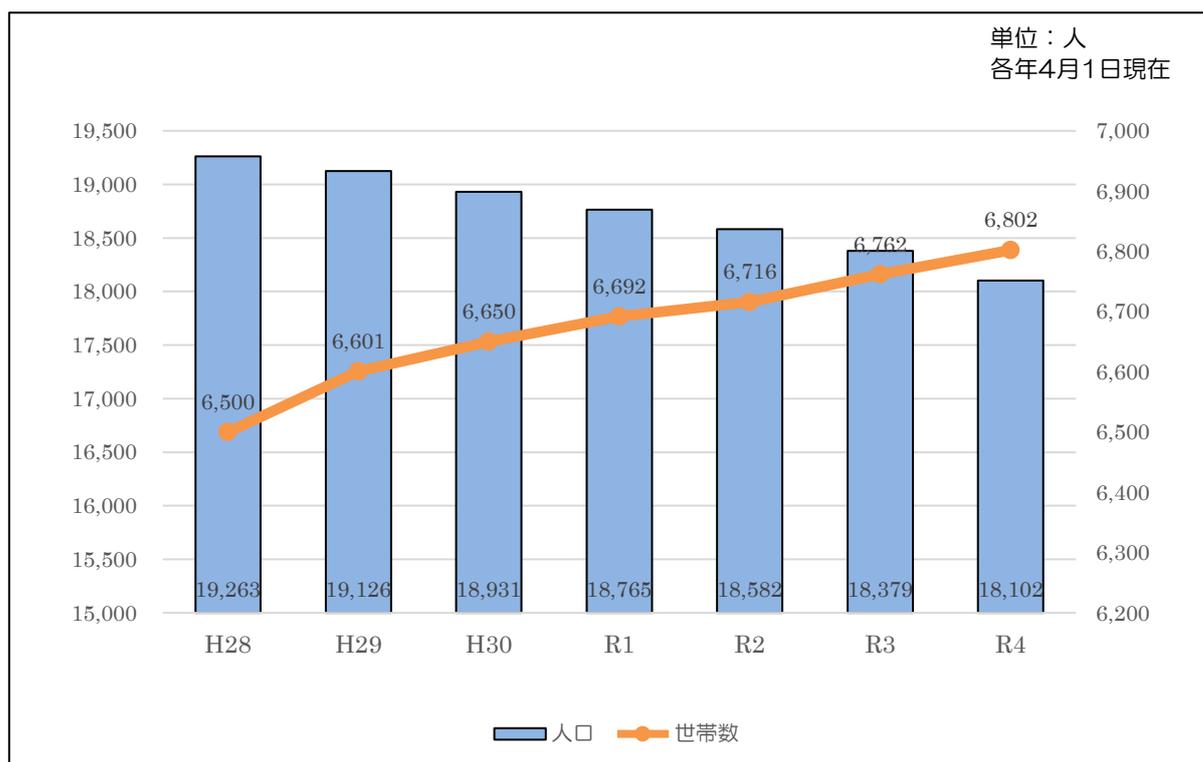
(1) 人口・世帯数の推移

本町の人口は、平成28年度の19,263人以降減少傾向で、令和4年度では18,102人となっています。

全国的な傾向と同様に、本町でも少子高齢化が進んでおり、令和2年度の65歳以上の人口は全体の30%を超えています。また、15歳未満及び15歳から64歳までの人口の割合は減少しています。

本町の長期総合計画における人口の将来推計でも、少子高齢化の傾向は続くものとされています。

世帯数は増加傾向ですが、一世帯当たりの構成人数は減少を続け、核家族化が進んでいます。



※ 住民基本台帳（外国人含む）

(2) 健診・検診の状況

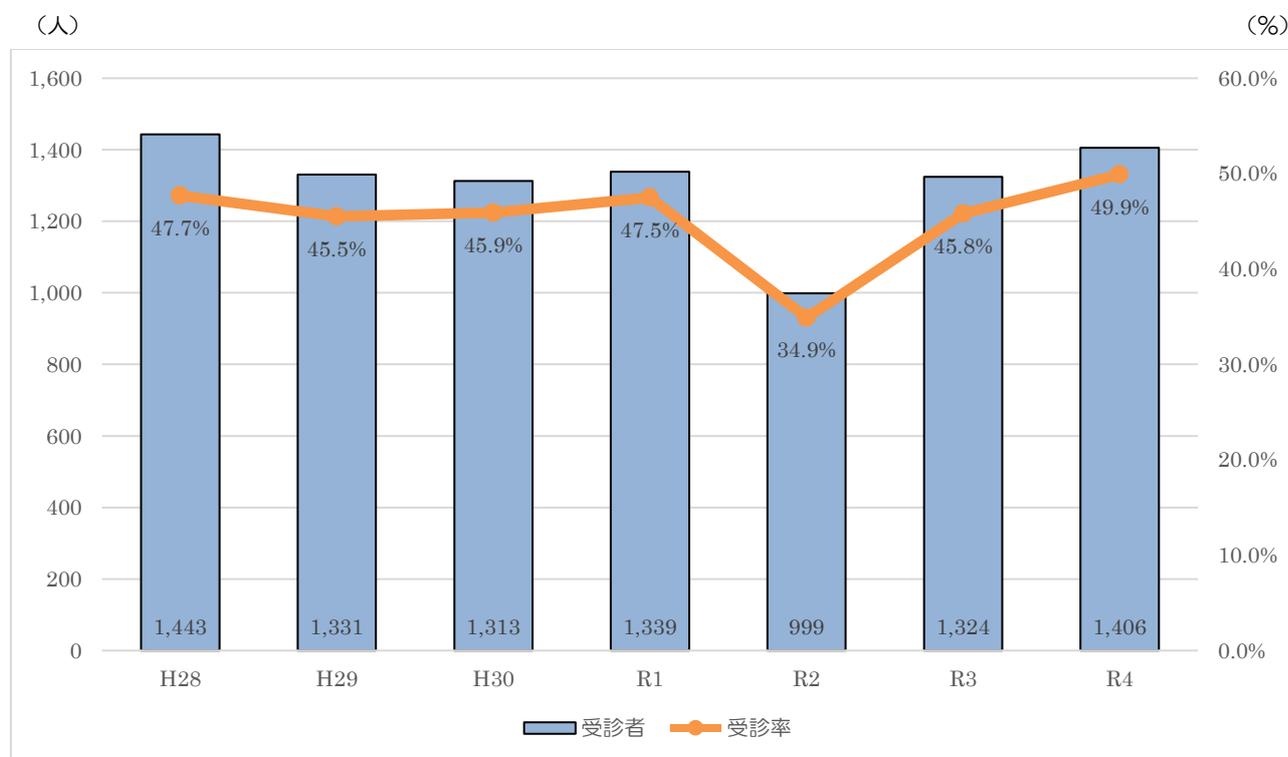
① 特定健康診査

特定健康診査（40～74歳の国民健康保険加入者）の受診率は、45.0%を維持していましたが、令和2年度には新型コロナウイルス感染症による影響から34.9%まで落ち込みました。

しかしながら、会場の感染対策やワクチン接種を推進し、令和4年度には追加健診を実施したことにより受診率は49.9%とコロナ禍以前を上回りました。

実施年度	対象人数	受診人数	受診率
平成 28 年度	3,022	1,443	47.7%
平成 29 年度	2,925	1,331	45.5%
平成 30 年度	2,858	1,313	45.9%
令和 元 年度	2,821	1,339	47.5%
令和 2 年度	2,861	999	34.9%
令和 3 年度	2,892	1,324	45.8%
令和 4 年度	2,820	1,406	49.9%

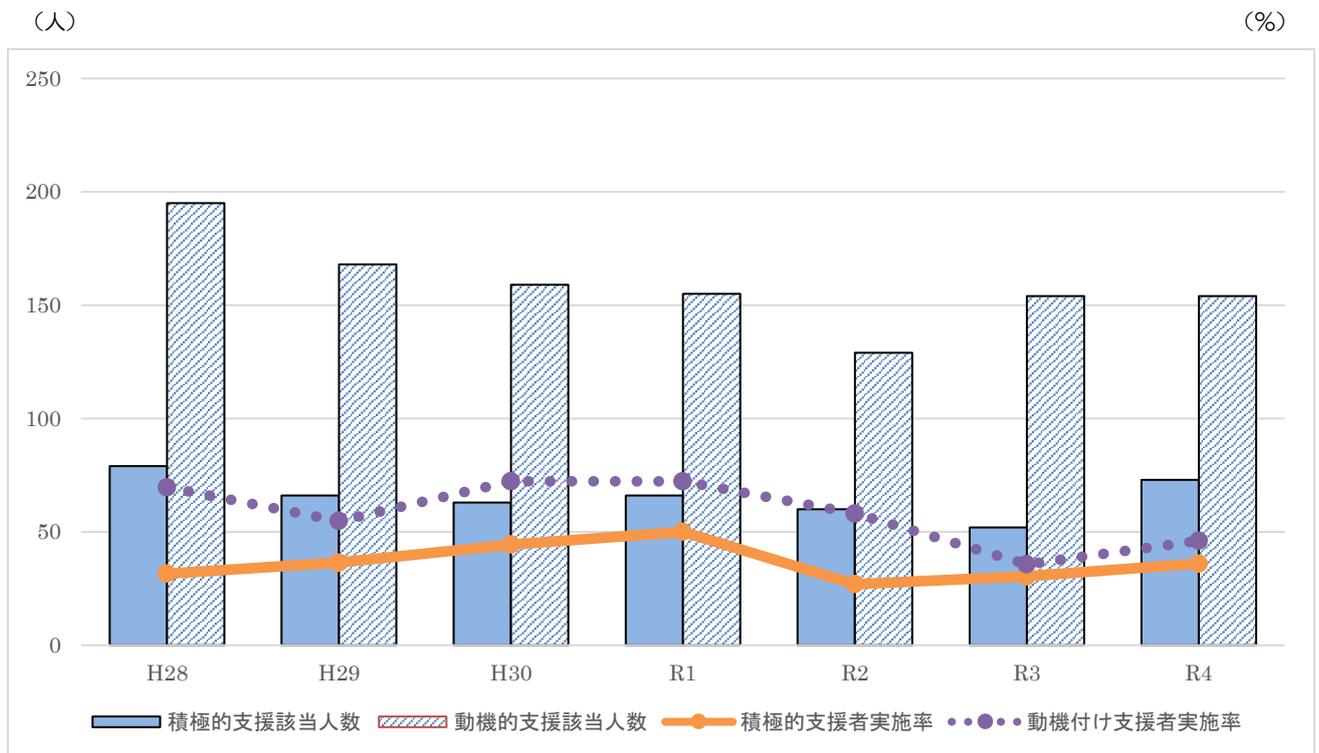
※令和4年度特定健診・特定保健指導の法定報告



② 特定保健指導

特定保健指導の状況は、動機付支援は令和2年度に26.9%、積極的支援は令和3年度に35.7%と落ち込みましたが、令和4年度には動機付け支援37.0%、積極的支援46.1%と前年度を上回る結果となりました。

実施年度	メタボリックシンドローム 積極的支援			メタボリックシンドローム 動機付支援		
	該当者	支援終了 者数	実施率	該当者	支援終了 者数	実施率
平成 28 年度	79	25	31.6	195	136	69.7
平成 29 年度	66	24	36.4	168	92	54.8
平成 30 年度	63	28	44.4	159	115	72.3
令和 元 年度	66	33	50.0	155	112	72.3
令和 2 年度	52	14	26.9	129	75	58.1
令和 3 年度	69	21	30.4	154	55	35.7
令和 4 年度	73	27	37.0	154	71	46.1



* 令和4年度特定健診・特定保健指導告

③ 健康診査、後期高齢者健康診査

健康診査（35歳～39歳、生活保護受給者）の受診率は年度によってばらつきがみられます。

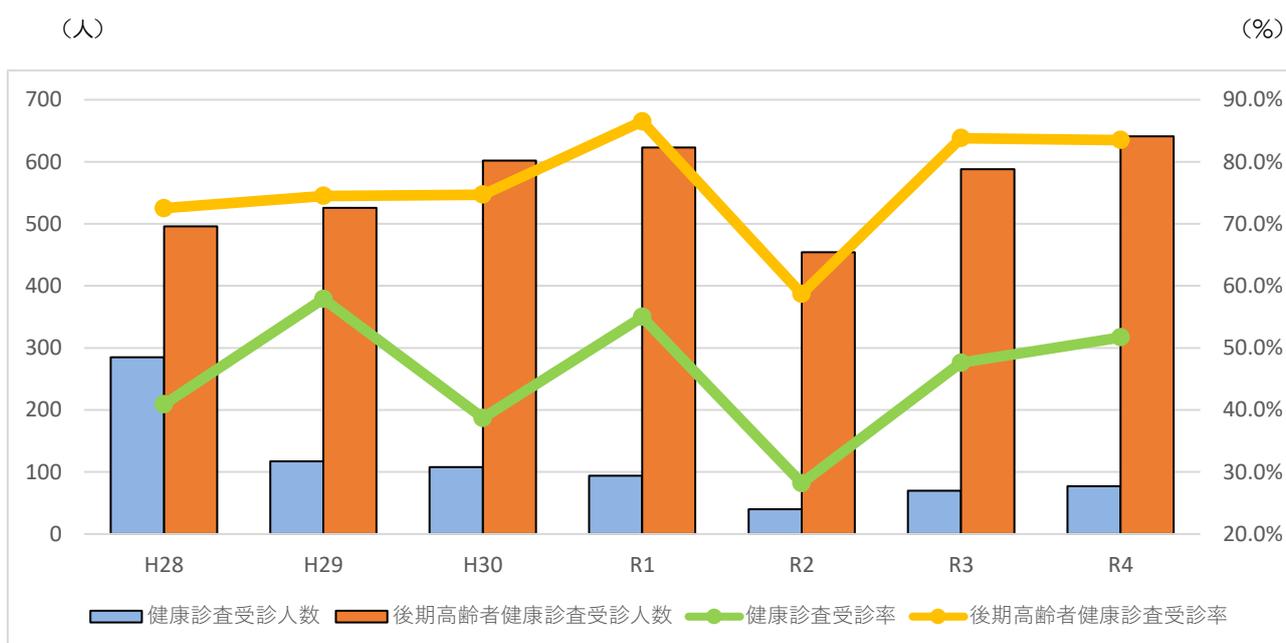
令和2年度は新型コロナウイルス感染症による影響から28.2%まで落ち込みました。

会場での感染対策やワクチン接種を推進し、令和4年度には受診率は51.7%とコロナ禍以前に戻りつつあります。

後期高齢者健康診査（後期高齢者医療制度）の受診率は令和元年度以降80%台でしたが、令和2年度は新型コロナウイルス感染症による影響から58.7%まで落ち込みました。

会場で感染対策やワクチン接種を推進し、令和4年度には受診率は83.5%とコロナ禍以前に戻りつつあります。

実施年度	健康診査			後期高齢者健康診査		
	申込人数	受診人数	受診率	申込人数	受診人数	受診率
平成28年度	697	285	40.9	684	496	72.5
平成29年度	202	117	57.9	706	526	74.5
平成30年度	279	108	38.7	806	602	74.7
令和元年度	171	94	55.0	720	623	86.5
令和2年度	142	40	28.2	773	454	58.7
令和3年度	147	70	47.6	702	588	83.8
令和4年度	149	77	51.7	768	641	83.5



* 七ヶ浜町 健康福祉課調べ

④がん検診

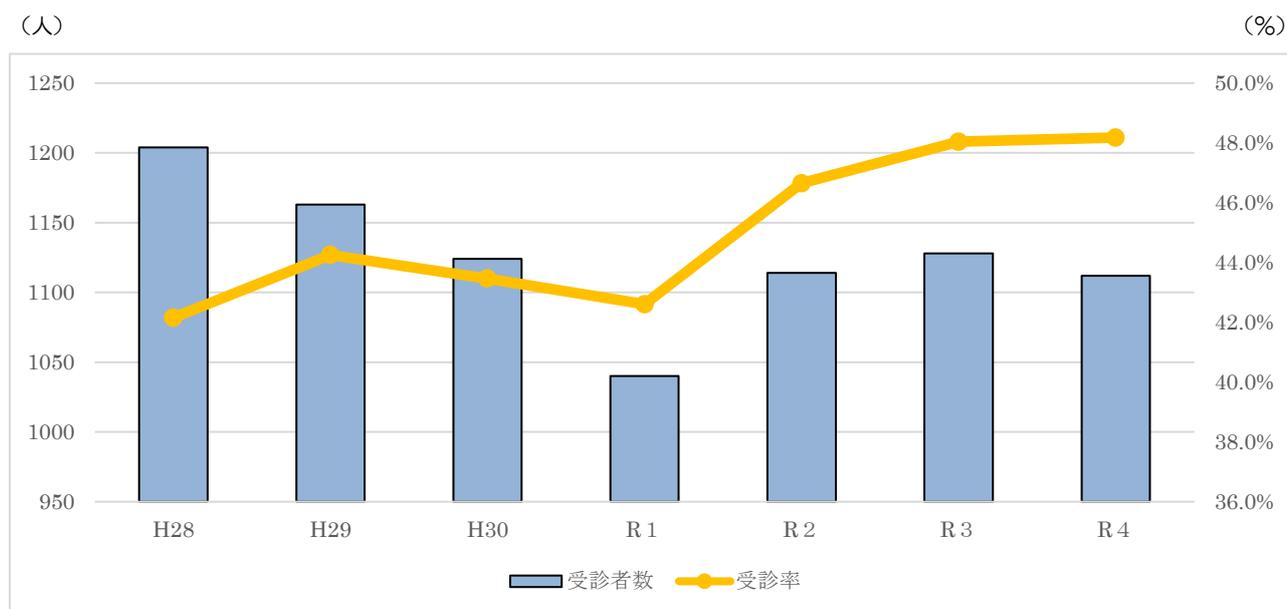
●胃がん検診

胃がん検診(35歳以上)の受診率は横ばいで推移しています。

会場で新型コロナウイルス感染対策やワクチン接種を推進し、令和4年度には追加検診を実施しましたが、受診率は48.2%と横ばいでした。

実施年度	申込人数	受診人数	受診率 (%)
平成 27 年度	2,829	1,221	43.2
平成 28 年度	2,856	1,204	42.2
平成 29 年度	2,628	1,163	44.3
平成 30 年度	2,586	1,124	43.5
令和 元 年度	2,441	1,040	42.6
令和 2 年度	2,388	1,114	46.6
令和 3 年度	2,348	1,128	48.0
令和 4 年度	2,308	1,112	48.2

* 七ヶ浜町 健康福祉課調べ

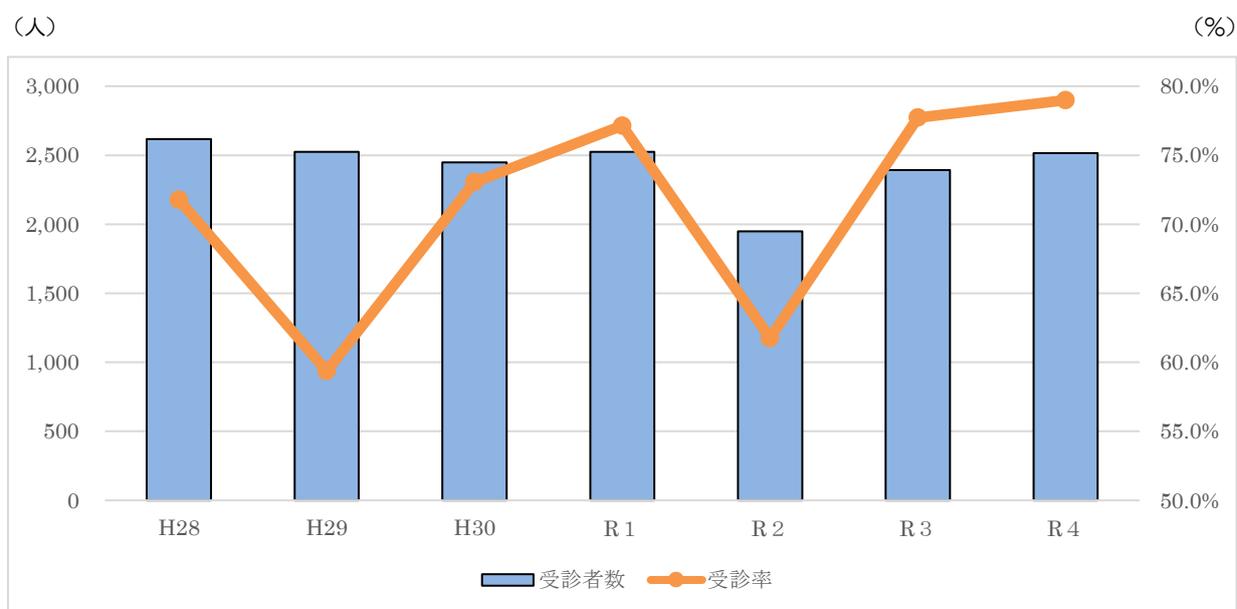


* 七ヶ浜町 健康福祉課調べ

●肺がん検診

肺がん検診(40歳以上)の受診率は増加傾向で推移しています。
 新型コロナウイルス感染症による影響から61.8%まで落ち込みましたが、会場の感染対策やワクチン接種を推進し、コロナ禍以前に戻りつつあります。

実施年度	申込人数	受診人数	受診率 (%)
平成 28 年度	3,645	2,616	71.8
平成 29 年度	4,252	2,524	59.4
平成 30 年度	3,351	2,448	73.1
令和 元 年度	3,272	2,524	77.1
令和 2 年度	3,156	1,949	61.8
令和 3 年度	3,079	2,393	77.7
令和 4 年度	3,184	2,515	79.0

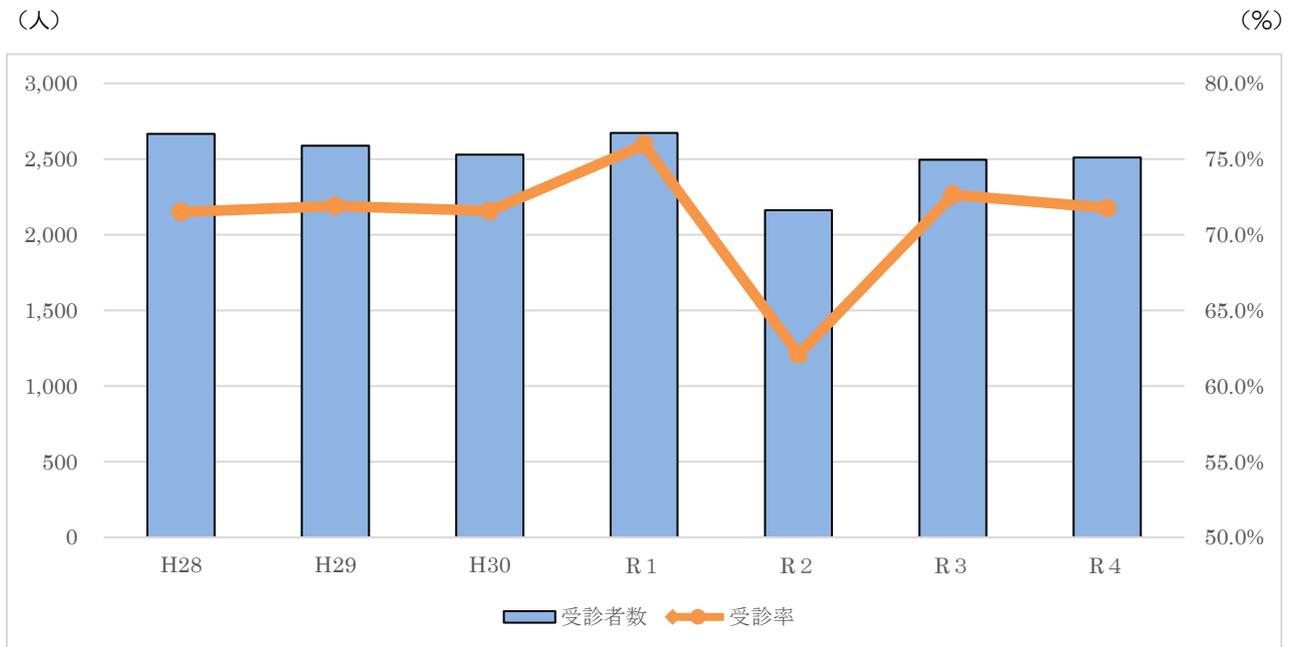


* 七ヶ浜町 健康福祉課調べ

●大腸がん検診

大腸がん検診(40歳以上)の受診率は横ばいで推移しています。
 新型コロナウイルス感染症による影響から62.1%まで落ち込みましたが、会場の感染対策やワクチン接種を推進し、コロナ禍以前に戻りつつあります。

実施年度	申込人数	受診人数	受診率(%)
平成28年度	3,730	2,667	71.5
平成29年度	3,601	2,589	71.9
平成30年度	3,535	2,530	71.6
令和元年度	3,519	2,672	75.9
令和2年度	3,480	2,161	62.1
令和3年度	3,435	2,495	72.6
令和4年度	3,499	2,511	71.8



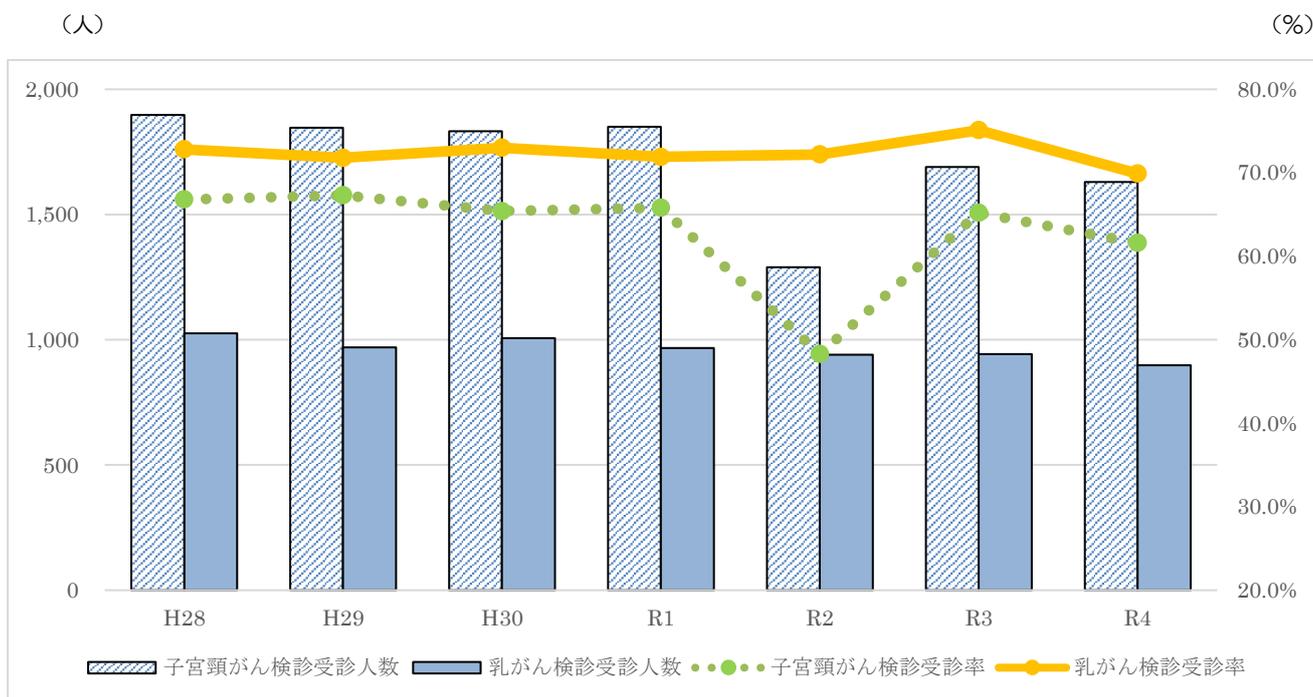
* 七ヶ浜町 健康福祉課調べ

●子宮頸がん検診・乳がん検診

子宮頸がん検診(20歳以上の女性)の受診率は横ばいで推移しています。新型コロナウイルス感染症による影響から48.3%まで落ち込みましたが、会場の感染対策やワクチン接種を推進し、コロナ禍以前に戻りつつあります。

乳がん検診(40歳以上の偶数年齢の女性)の受診率は横ばいで推移しています。新型コロナウイルス感染症による影響による落ち込みはありませんでしたが、令和4年度は72.0%に落ち込みました。

実施年度	子宮頸がん検診			乳がん検診		
	申込人数	受診人数	受診率	申込人数	受診人数	受診率
平成28年度	2,838	1,897	66.8	1,410	1,026	72.8
平成29年度	2,741	1,846	67.3	1,350	969	71.8
平成30年度	2,802	1,832	65.4	1,378	1,006	73.0
令和元年度	2,812	1,851	65.8	1,345	967	71.9
令和2年度	2,667	1,289	48.3	1,302	940	72.2
令和3年度	2,593	1,702	65.6	1,254	943	75.2
令和4年度	2,646	1,643	61.6	1,284	924	72.0

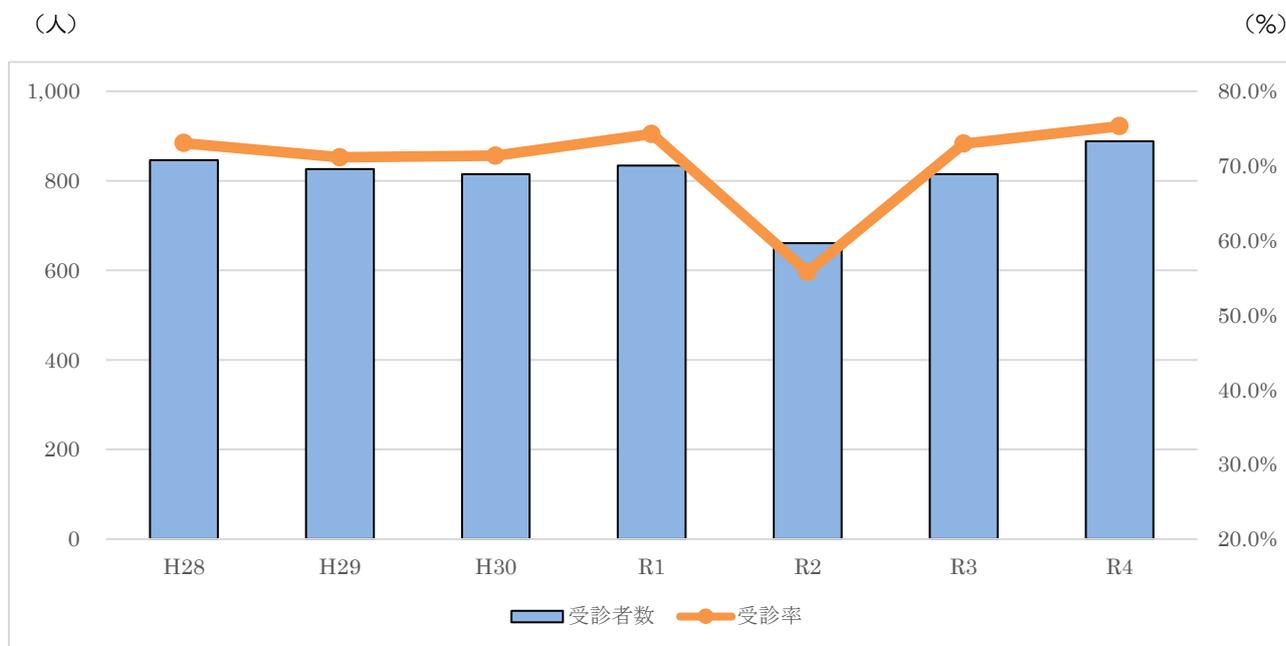


* 七ヶ浜町 健康福祉課調べ

●前立腺がん検診

前立腺がん検診(50歳以上の男性)の受診率は横ばいで推移しています。新型コロナウイルス感染症による影響から55.8%まで落ち込みましたが、会場の感染対策やワクチン接種を推進し、コロナ禍以前に戻りつつあります。

実施年度	申込人数	受診人数	受診率 (%)
平成 28 年度	1,158	846	73.1
平成 29 年度	1,161	826	71.1
平成 30 年度	1,142	815	71.4
令和 元 年度	1,123	834	74.3
令和 2 年度	1,185	661	55.8
令和 3 年度	1,117	815	73.0
令和 4 年度	1,179	888	75.3

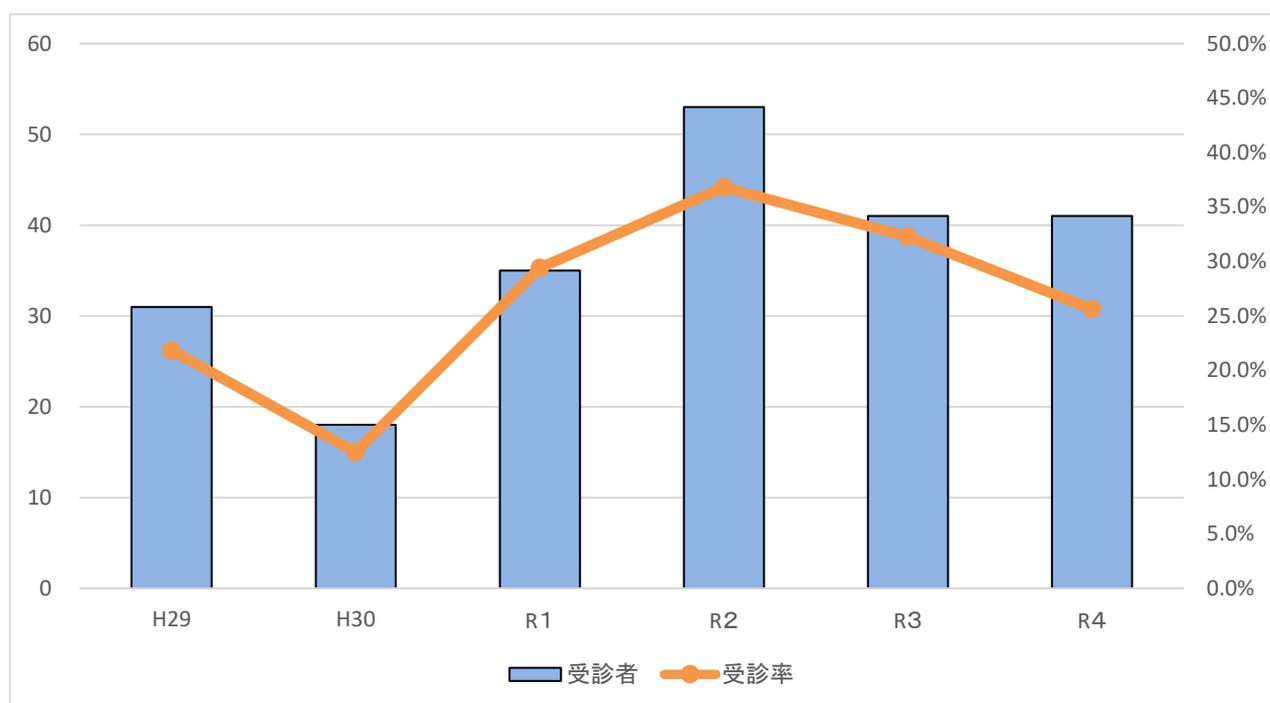


* 七ヶ浜町 健康福祉課調べ

●歯周病検診

歯周病検診(40・50・60・70歳)は平成29年度より実施しています。
 新型コロナウイルス感染症による影響はありませんでしたが、受診率は減少傾向で推移
 しています。

実施年度	申込人数	受診人数	受診率 (%)
平成 29 年度	142	31	21.8
平成 30 年度	144	18	12.5
令和元年度	119	35	29.4
令和 2 年度	144	53	36.8
令和 3 年度	127	41	32.3
令和 4 年度	160	41	25.6

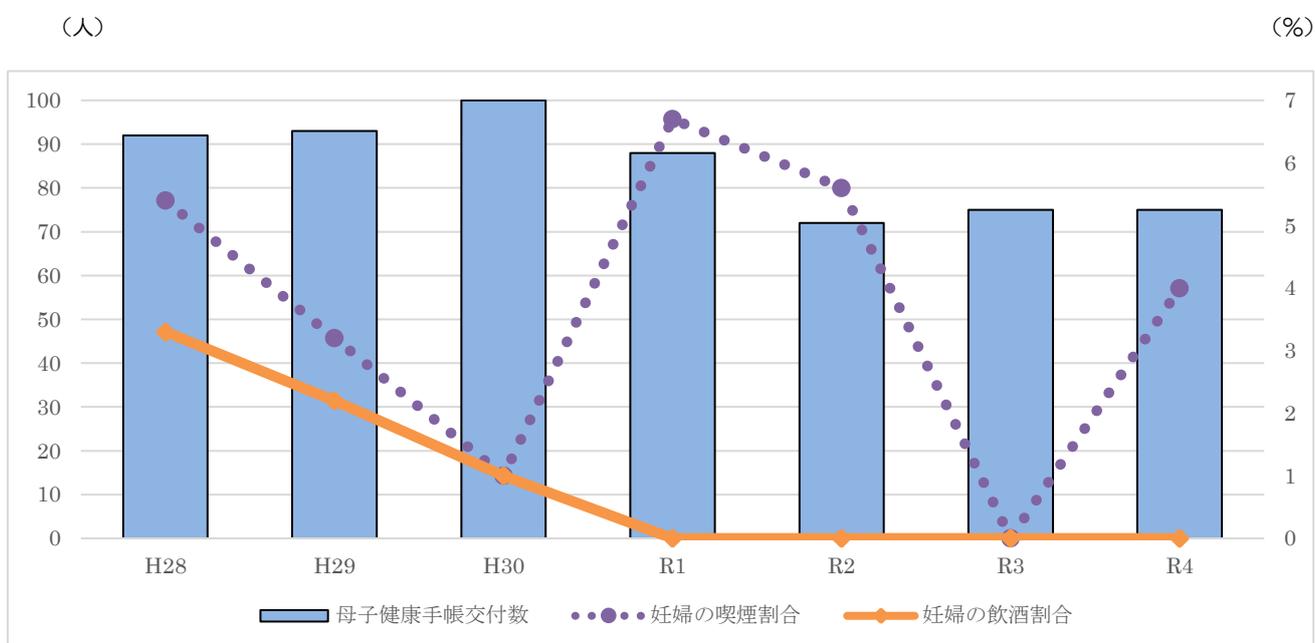


* 七ヶ浜町 健康福祉課調べ

(3) 母子保健事業に関するデータ

①母子健康手帳交付状況等

年 度	母子健康手帳交付数	妊婦の喫煙割合	妊婦の飲酒割合
平成 28 年度	93	5.4	3.3
平成 29 年度	93	3.2	2.2
平成 30 年度	100	1.0	1.0
令和 元 年度	89	6.7	0.0
令和 2 年度	72	5.6	0.0
令和 3 年度	75	0.0	0.0
令和 4 年度	75	4.0	0.0



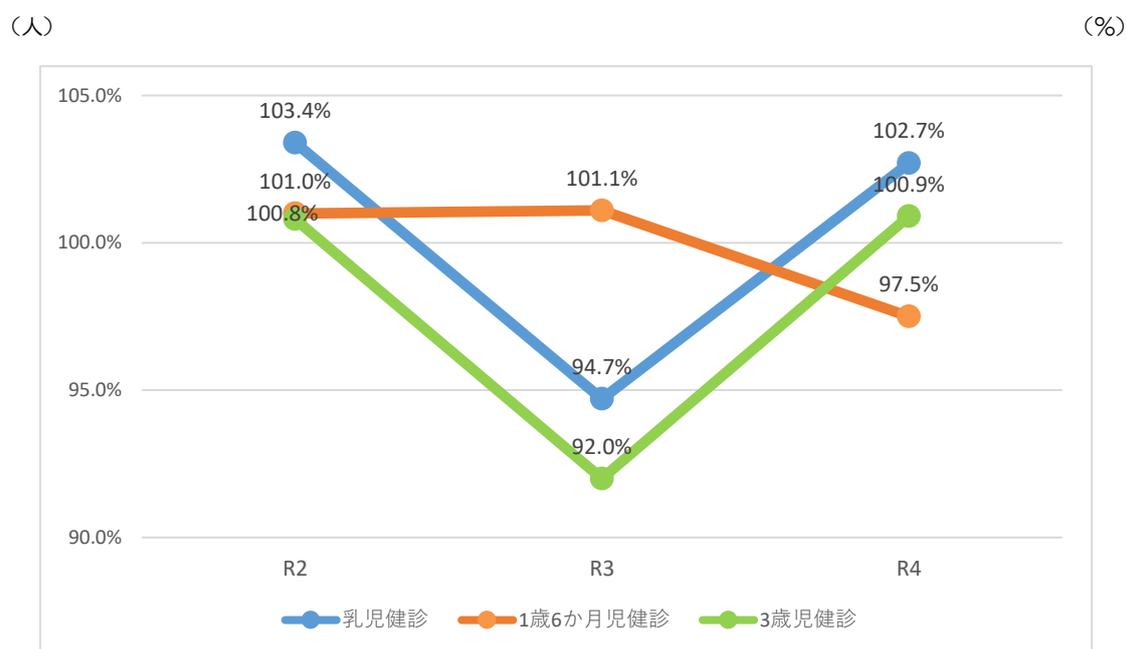
*七ヶ浜町 健康福祉課調べ

- 母子手帳交付数は平成30年度をピークに、以後減少傾向で70人台を推移しています。喫煙については、令和3年度について皆減したものの、令和4年度に4.0%に上昇しました。令和元年度以降、妊婦で飲酒している方はおりません。

②乳幼児健診受診率

	R2※1	R3※1	R4※1	県平均※1 (R3)	全国平均※2 (R3)
3～4か月児	103.4%	94.7%	102.7%	98.4%	95.4%
1歳6か月児	101.0%	101.1%	97.5%	97.5%	95.2%
3歳児	100.8%	92.0%	100.9%	97.1%	94.6%

※1 市町村母子保健統計・※2 地域保健・健康増進事業報告の概要より



・各健診とも受診率は90%以上で推移し、県・全国を上回っています。

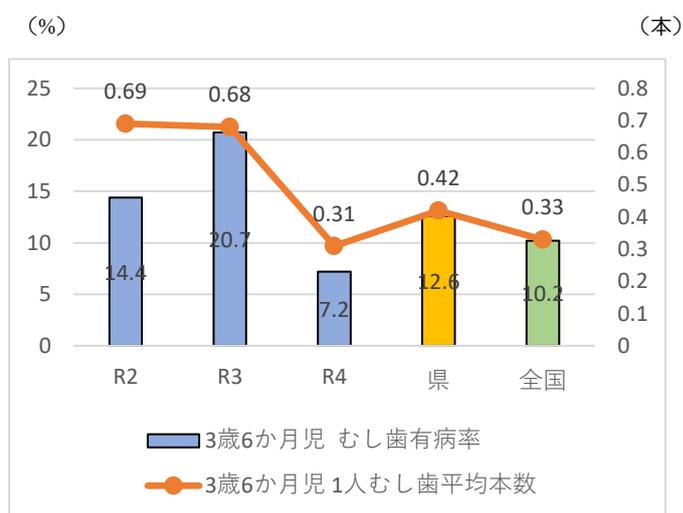
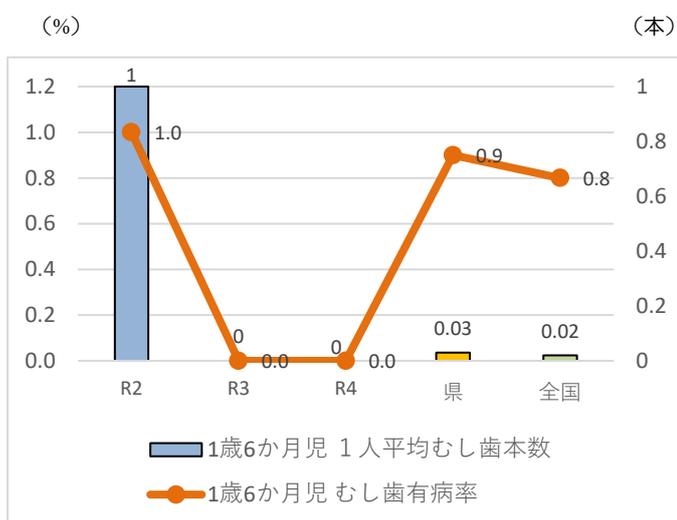
※健診受診率は受診人数を当該年度の対象人数で除して算出します。

過年度の受診対象者が当該年度に受診した場合、受診率が100%を超えることがあります。

③むし歯予防

		R2※1	R3※1	R4※1	県平均※1 (R3)	全国平均※2 (R3)
1歳6か月児	むし歯有病率	1.0	0.0	0.0	0.9	0.8
	1人平均 むし歯本数	0.1本	0本	0本	0.03本	0.02本
3歳児	むし歯有病率	14.4	20.7	7.2	12.6	10.2
	1人平均 むし歯本数	0.69本	0.68本	0.31本	0.42本	0.33本

※1 市町村母子保健統計 ※2 地域保健報告・健康増進事業報告の概要より

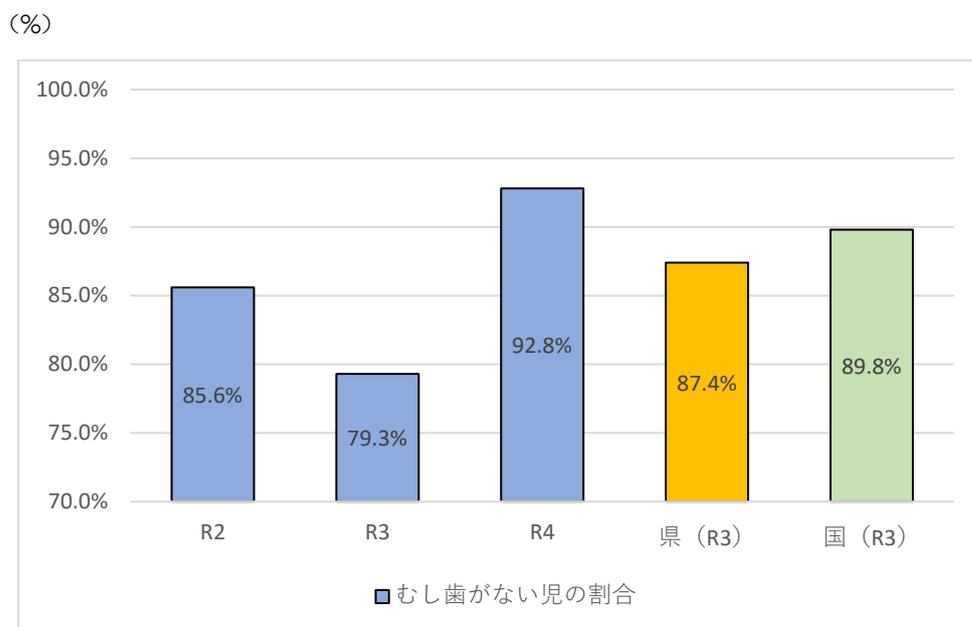


乳幼児のむし歯予防については、各種乳幼児健診や健康相談時に歯科保健指導等を実施しています。

- 1歳6か月児のむし歯有病率および1人平均本数は県や全国を下回る状況です。
- 3歳児のむし歯有病率は令和3年度に20.7%まで増加しましたが、令和4年度に7.2%に減少し、県や全国を下回る状況となりました。

	R2※1	R3※1	R4※1	県※1 (R3)	全国※2 (R3)
3歳児のむし歯がない者の割合	85.6%	79.3%	92.8%	87.4%	89.8%

※1 市町村母子保健統計 ※2 地域保健報告・健康増進事業報告より

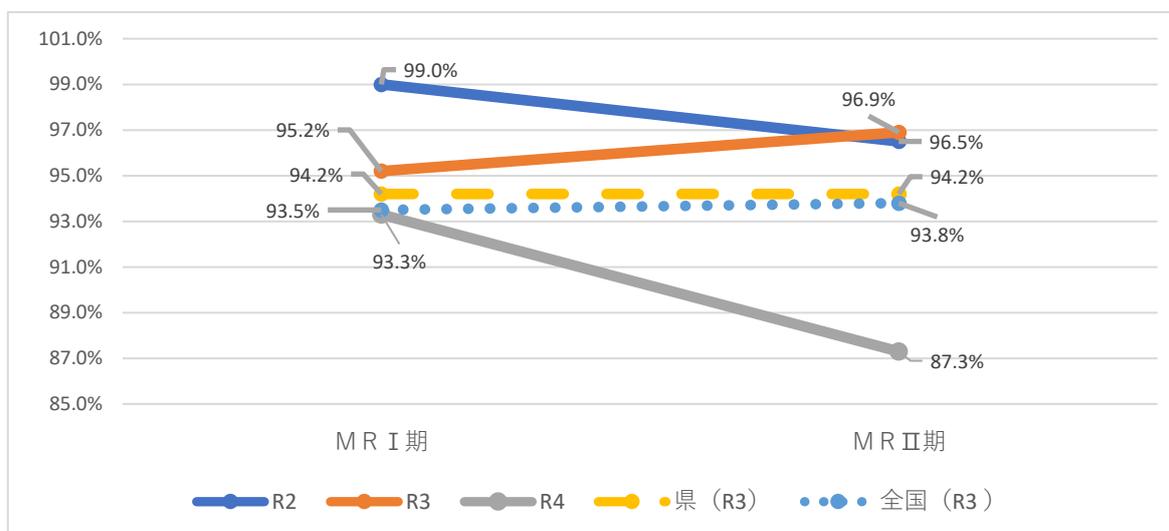


● 3歳6か月児では、むし歯のない児の割合は県や全国を上回っています。

④ 予防接種（MRⅠ期・MRⅡ期）の接種率

	R2	R3	R4	県平均 (R3)	全国平均 (R3)
MRⅠ期	99.0%	95.2%	93.3%	94.2%	93.5%
MRⅡ期	96.5%	96.9%	87.3%	94.2%	93.8%

※七ヶ浜町 子ども未来課調べ ※厚生労働省健康局健康課、国立感染症研究所感染症疫学センター調べ



- 様々な機会（出生届出時・新生児訪問・乳幼児健診・健康相談・就学時健診等）で、予防接種の必要性和接種勧奨に努めています。
- MRⅠ・Ⅱ期の接種率はR3年度で比較すると、県・全国平均を上回る結果となりましたが、年々減少傾向となっています。
- MRⅡ期は全国平均より接種率が高くなっています。



(4) 食に関する状況

<欠食状況>

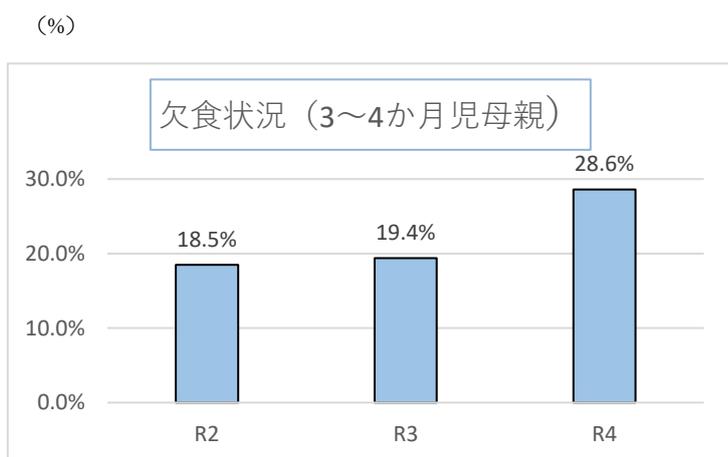
○幼児



*七ヶ浜町 子ども未来課調べ

- 幼児の欠食状況は、1歳6か月児は令和3年度に18.8%まで増加しましたが、令和4年度には減少しました。3歳6か月児については横ばいで推移しています。

○乳児の母親

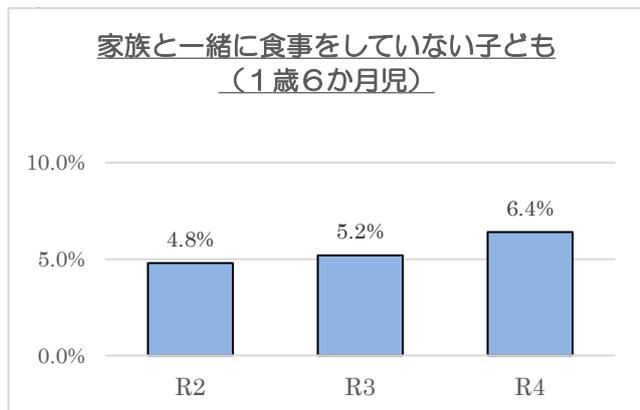


*七ヶ浜町 子ども未来課調べ

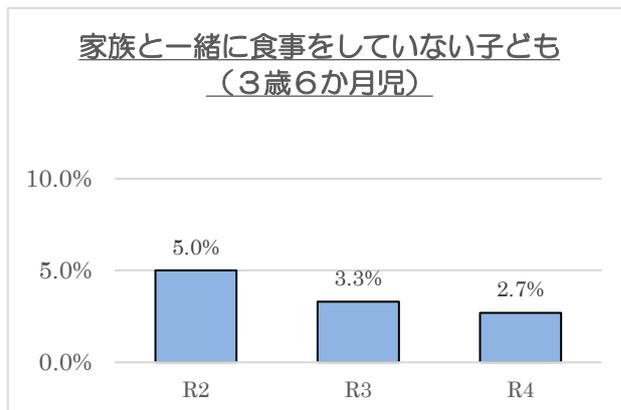
- 母親の欠食状況は、年々増加傾向で推移しています。

< 幼児の食事環境 >

(%)



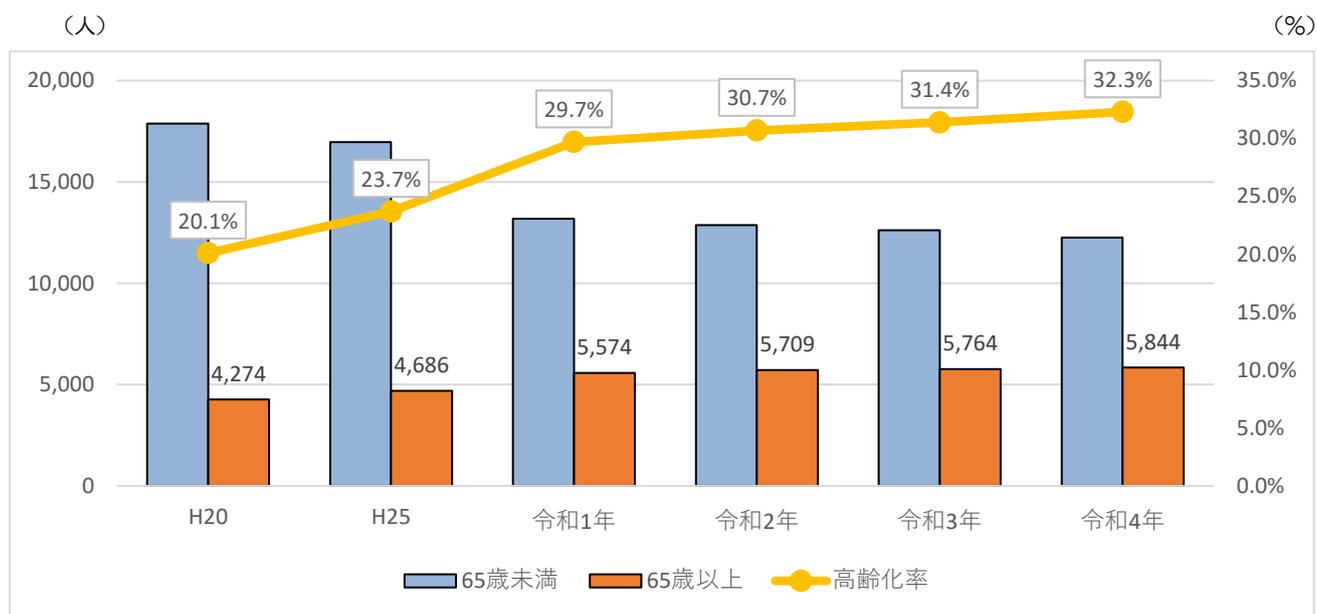
(%)



- 家族と一緒に食事をしていない子どもは、1歳6か月児では年々増加傾向です。
- 3歳6か月児は1歳6か月児と比較すると年々減少傾向にあります。



(5) 高齢者の状況



* 令和4年統計書調べ

●本町の人口は平成17年をピークに減少傾向にあります。65歳以上の人口は、令和4年4月1日現在で5,844人、高齢化率は32.3%です。平成20年と比較すると高齢者は2,209人増加し、高齢化率は2倍となっています。高齢化率が最も高いのは吉田浜の46.8%ですが、65歳を迎えた汐見台地区・汐見台南地区での高齢者数の増加が顕著です。

平成 28 年 4 月 1 日現在

令和 3 年 4 月 1 日現在

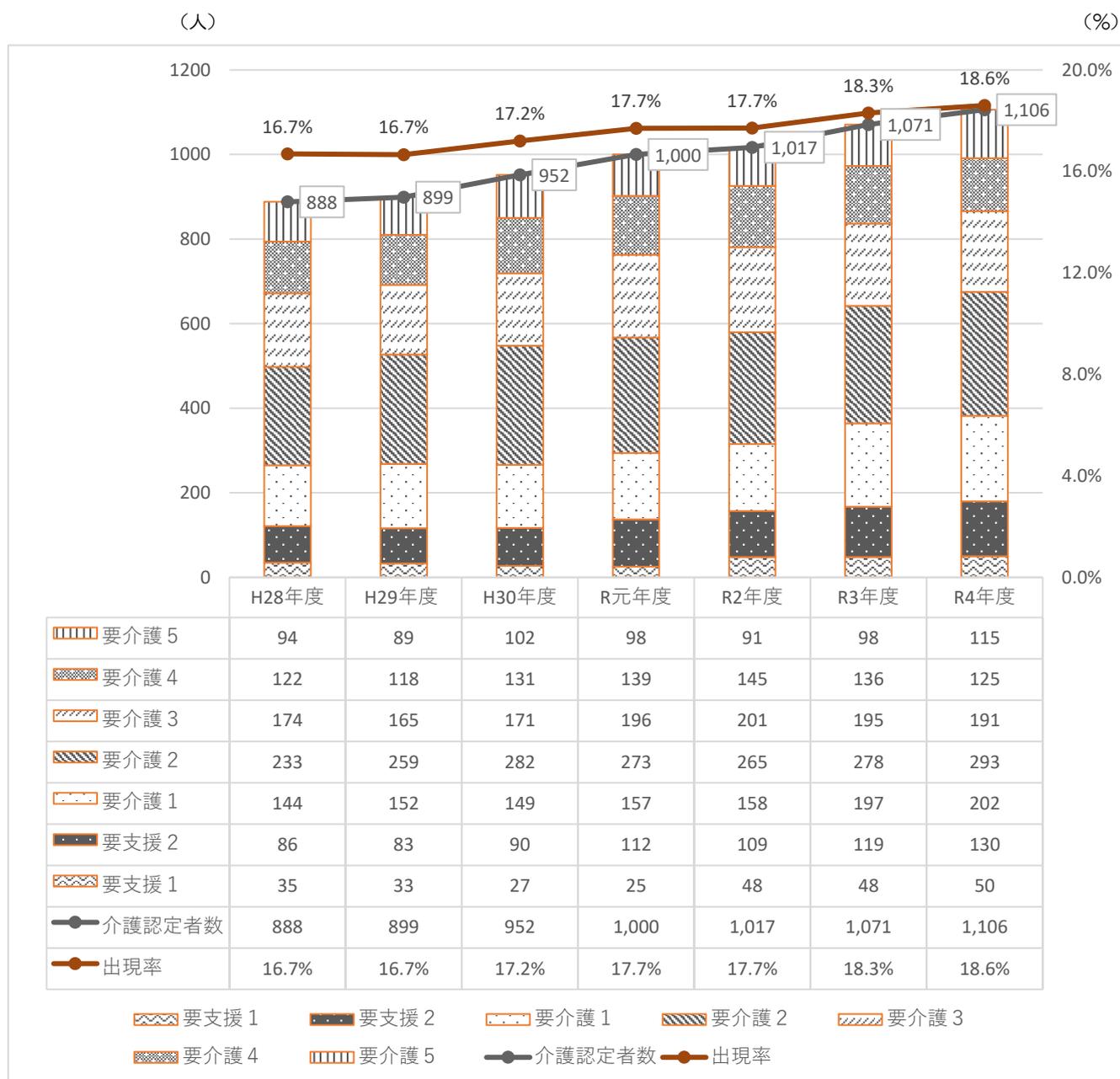
令和 5 年 4 月 1 日現在

地区名	平成 28 年 4 月 1 日現在			令和 3 年 4 月 1 日現在			令和 5 年 4 月 1 日現在		
	人口	65 歳以上人口	高齢化率	人口	65 歳以上人口	高齢化率	人口	65 歳以上人口	高齢化率
湊浜	603 人	201 人	33.3%	573 人	208 人	36.3%	546 人	200 人	36.6%
松ヶ浜	1,790 人	538 人	30.1%	1,707 人	553 人	32.4%	1,660 人	562 人	33.9%
菖蒲田浜	929 人	308 人	33.2%	970 人	280 人	28.9%	960 人	292 人	30.4%
花渚浜	948 人	358 人	37.8%	823 人	339 人	41.2%	811 人	342 人	42.2%
吉田浜	769 人	323 人	42.0%	681 人	300 人	44.1%	645 人	302 人	46.8%
代ヶ崎浜	650 人	243 人	37.4%	591 人	248 人	42.0%	586 人	244 人	41.6%
東宮浜	776 人	275 人	35.4%	683 人	278 人	40.7%	653 人	274 人	42.0%
要害	665 人	199 人	29.9%	717 人	222 人	31.0%	686 人	223 人	32.5%
境山	1,885 人	474 人	25.1%	1,837 人	528 人	28.7%	1,788 人	537 人	30.0%
亦楽	871 人	209 人	24.0%	883 人	219 人	24.8%	860 人	235 人	27.3%
火力	35 人	0 人	0.0%						
御林	409 人	58 人	14.2%	361 人	58 人	16.1%	341 人	56 人	16.4%
遠山	3,364 人	838 人	24.9%	3,208 人	913 人	28.5%	3,108 人	925 人	29.8%
汐見台	2,909 人	791 人	27.2%	2,791 人	1,080 人	38.7%	2,740 人	1,153 人	42.1%
汐見台南	2,207 人	295 人	13.4%	2,102 人	394 人	18.7%	2,056 人	438 人	21.3%
笹山	399 人	109 人	27.3%	452 人	144 人	31.9%	444 人	151 人	34.0%
合計	19,209 人	5,219 人	27.2%	18,379 人	5,764 人	31.4%	17,884 人	5,934 人	33.2%

(6) 要介護者数の状況

要介護認定者の状況

本町の要介護認定者数は令和4年に1,106人に達し、出現率は18.6%となっています。特に要支援2、要介護1・2の軽度者の増加が顕著です。高齢化の進行により年々増加傾向となっています。



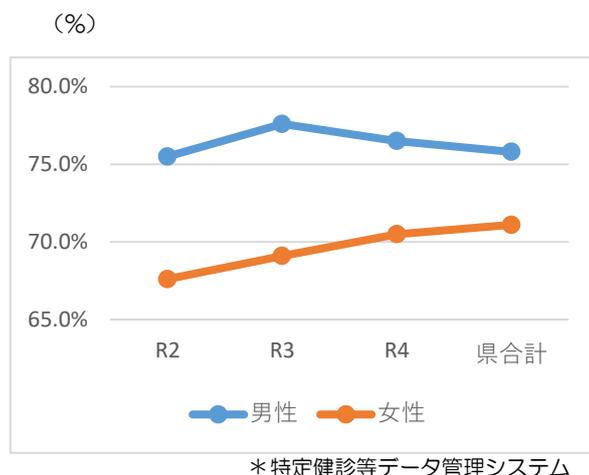
*七ヶ浜町 長寿社会課 介護保険事業状況報告（各年10月1日現在）

(7) ことろに関する状況

○睡眠による休養を十分にとれている人

	R2	R3	R4	県合計 (R4)
男性	75.5%	77.6%	76.5%	75.8%
女性	67.6%	69.1%	70.5%	71.1%

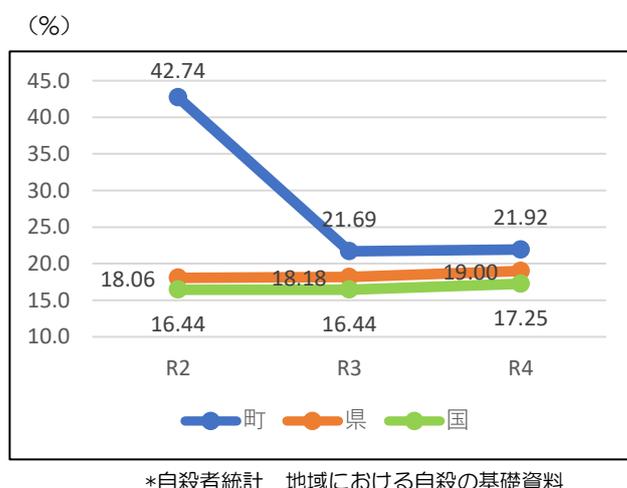
睡眠による休養を十分にとれている人の割合は、男性・女性ともに県と変わらない傾向にあります。しかし、男女別に見ると県と同様に女性の方が低い傾向にあります。



○自死による死亡状況（人口10万対死亡率）

	R2	R3	R4
町	42.74	21.69	27.4
県	18.06	18.18	19.0
国	16.44	16.44	17.25

本町の自死の死亡率は、令和2年に最も高い42.74となりましたが、翌年の令和3年度からは減少傾向となっています。しかしながら、県や全国を上回る状況です。



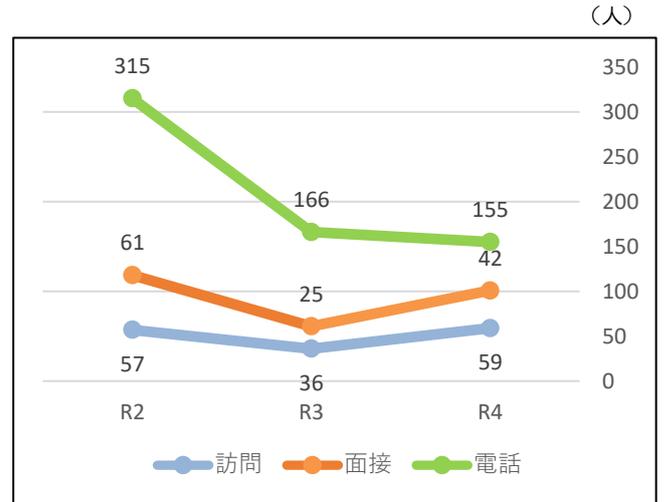
〇こころの相談

面接・訪問相談実人数

	R2	R3	R4
訪問	25	17	19
面接	27	15	19

面接・電話・訪問相談延べ人数

	R2	R3	R4
訪問	57	36	59
面接	61	25	42
電話	315	166	155



*七ヶ浜町 健康福祉課調べ

●保健師によるこころの健康に関する相談件数は、実人数・延人数ともに令和2年度より減少していましたが、令和4年度には増加傾向です。精神疾患のある方の継続相談に加え、『不眠』『イライラしやすい』『気持ちの落ち込み』等の心の相談がみられています。

〇こころの講演会・研修会等の参加状況

年度	回数	参加人数
R2年度	3	273
R3年度	3	97
R4年度	4	255

*七ヶ浜町 健康福祉課調べ



- 新型コロナウイルスの影響から健康づくり講演会の中止など余儀なくされましたが、関係団体向けに各年度でゲートキーパー講座を実施しました。
- 自殺対策計画における若年層予防事業の一環として、小中学生向けに、SOS の出し方について講演会を実施しました。

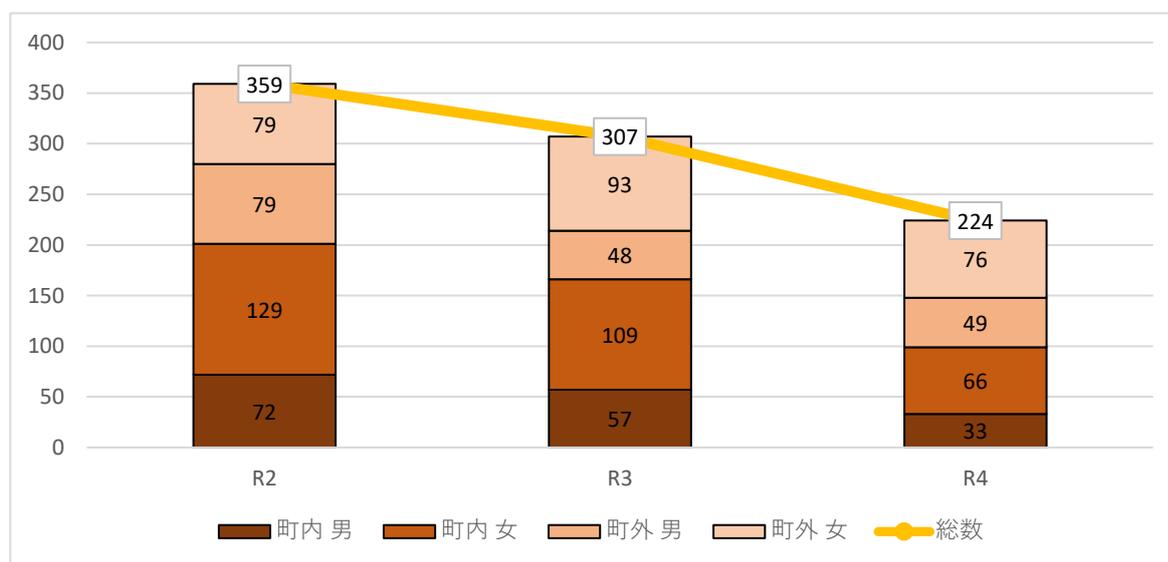
○ストレスチェックサイト

- 町独自の『こころのストレスチェックサイト』を構築し、町民が自らこころの健康状態を把握できセルフケアに役立てるよう、講演会や研修会等、様々なイベントや事業を通じて普及啓発しています。

年度	町内		町外		総数
	男	女	男	女	
R2	72人	129人	79人	79人	359人
R3	57人	109人	48人	93人	307人
R4	33人	66人	49人	76人	224人

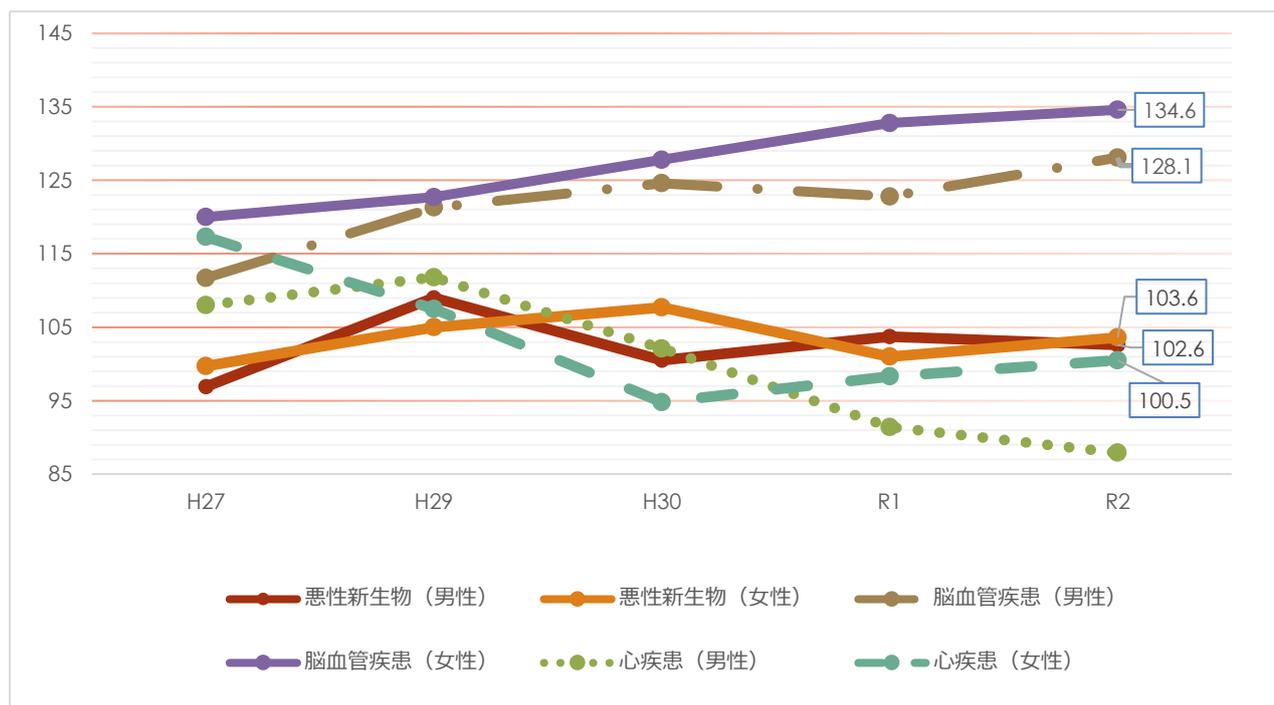
※七ヶ浜町 健康福祉課調べ

(人)



- ストレスチェックサイト利用者は年々減少している状況です。男女別では女性の利用者が多くなっています。
令和4年度には町内利用者に比べ町外利用者が上回る結果となりました。

(8) 主要死因の標準化死亡比（EBSMR）の推移



注) 標準化死亡比

年齢構成による差を取り除き、市町村間比較するために全国平均を100として相対値で表したもので、当該市町村の標準化死亡比が100より大きい場合は、平均と比べて出現割合が高いことを示しています。

本町の主要死因の標準化死亡比の推移をみると、男女ともに脳血管疾患が100を超えているだけでなく、年々上昇傾向にあります。

2. 七ヶ浜町民の健康意識や生活習慣の状況

本町では、平成27年から「七ヶ浜町健康増進計画 しちがはま健康21」の第2期目となる「第2期七ヶ浜町健康増進計画」を策定し、町民一人ひとりが健康づくりを意識し行動できるよう、ライフステージに合わせた各分野での取り組みを推進してきました。

第2期計画の評価から、町民の健康への意識や状況は次の通りです。

(1) 健康づくり行動計画の達成状況と課題

取組分野	主な目標項目
からだ	<ul style="list-style-type: none"> ○定期健診受診率の向上 ○メタボリックシンドローム該当者及び予備群の減少 ○肥満者（BMI\geq25）の割合の減少 ○地区組織活動への参加者数の増加
運動	<ul style="list-style-type: none"> ○意識的に運動を心がけている人の増加 ○アクアリーナの利用者数の増加
食	<ul style="list-style-type: none"> ○乳児健診の母の欠食率 ○食塩摂取量の減少 ○野菜の摂取量の増加 ○妊娠中の飲酒をなくす
こころ	<ul style="list-style-type: none"> ○健診時の問診で睡眠による休養がとれている人の増加
たばこ	<ul style="list-style-type: none"> ○成人の喫煙率の減少 ○妊婦喫煙率 ○肺がん・結核検診受診者の増加 ○公共施設の敷地内・施設内禁煙の促進
がん	<ul style="list-style-type: none"> ○がん検診受診率の向上
歯	<ul style="list-style-type: none"> ○3歳児のむし歯のない人の割合の増加

評価	項目数	主な項目
A 目標に達した	10	<ul style="list-style-type: none"> • 基本健診受診率 • 肺がん・大腸がん検診受診率 • 地区活動参加者数（老人クラブ） • 公共施設の敷地内・施設内禁煙の促進 • 3歳児のむし歯のない人の割合の増加
B 目標に達していないが改善傾向にある	2	<ul style="list-style-type: none"> • 特定健康診査受診率 • 胃がん検診受診率
C 変わらない	3	<ul style="list-style-type: none"> • 特定健診健診受診者喫煙率（男性） • 子宮がん・乳がん検診受診率
D 悪化している	17	<ul style="list-style-type: none"> • 後期高齢者健康診査受診率 • メタボリックシンドローム該当者及び予備群の減少 • 肥満者（BMI\geq25）の割合の減少（40～60歳代の男女） • 意識的に運動を心がけている人 • 地区活動参加者数（健康づくり推進員） • アクアリーナ利用者数※ • 乳児健診の母の欠食率 • 特定健診健診受診者喫煙率（女性） • 妊婦喫煙率
E 評価困難	2	<ul style="list-style-type: none"> • 食塩摂取量の減少 • 野菜の摂取量の増加

※アクアリーナの利用者数については、休館による利用者減少が推測されます。

(2) 第2期計画の目標値及び数値一覧

	指標	七ヶ浜町		宮城県		備考
		現状 (H26年)	目標 (R2年)	現状 (H22年)	目標 (R4年)	
からだ	定期健診受診率の向上					
	39歳以下	39.7%	50.0%	67.9%	80.0%	健康福祉課調べ
	40～74歳(国保)	44.9%	50.0%			
	75歳以上	22.0%	30.0%			
	メタボリックシンドローム該当者 及び予備群の減少	31.3%	23.0%	29.4%	23.0%	H26年度 KDBデータベース
	肥満者(BMI≥25)の割合の減少 (40～60歳代 男性)	37.9%	34.5%	34.5%	25.0%	H26年度 KDBデータベース
		(40～60歳代 女性)	25.3%	23.8%	23.8%	
	地区組織活動への参加者数の増加					
	老人クラブ	1,065人				地区 老人クラブ参加者
	健康づくり推進員	3,269人				地区活動参加者
運動	意識的に運動を心がけている人の増加					
	1回30分以上の軽く汗をかく 運動を週2回以上を1年以上実施	男性	47.0%	40.2%	40.2%	H26年度 KDBデータベース 特定健診質問票の 経年比較
		女性	41.4%	34.6%	34.6%	
	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	男性	55.0%			
		女性	53.5%			
	アクアリーナの利用者数の増加					
	アクアリーナ利用者	男性	53,846人			H26年度 実績報告調
		女性	38,117人			
	トレーニングルーム利用者	男性	20,312人			
		女性	11,967人			

	指標	七ヶ浜町		宮城県		備考	
		現状 (H26年)	目標 (R2年)	現状 (H22年)	目標 (R4年)		
食	乳児健診の母の欠食率	16.7%	→			H26年度 乳児健診	
	食塩摂取量の減少	—	→	男 11.9g 女 10.4g	男 8g 女 7g		
	野菜の摂取量の増加	—	→	307g	350g		
	妊娠中の飲酒をなくす	0%	0%	2.2%	0%	H26年度 母子手帳交付者	
たばこ	成人の喫煙率の減少						
	40～74歳健診受診者	男性	29.9%	20.0%	40.7%	20.0%	H26年度 健診受診者
		女性	6.1%	5.0%	22.0%	6.0%	
	妊婦喫煙率		3.3%	0%	4.8%	0%	H26年度 母子手帳交付者
	肺がん・結核検診受診者の増加		2,754人	→	\		健康福祉課調べ
	公共施設の敷地内禁煙の促進		52.9%	→			19施設中 10施設
	公共施設の施設内禁煙状況		100%	維持			
公民分館の施設内禁煙状況		100%	維持				
がん	がん検診受診率の向上						
	胃がん	43.8%	70.0%	55.6%	70.0%	健康福祉課調べ	
	肺がん	68.6%		68.5%			
	大腸がん	71.8%		52.0%			
	子宮がん	60.6%		53.2%			
乳がん	70.1%	56.4%					
歯	3歳児のむし歯のない人の割合の増加	74.6%	80.0%	70.2%	80.0%	H26年度 3歳児健診	

(3) 令和4年度宮城県と七ヶ浜町のベースライン値

項目	宮城県 ベースライン値	七ヶ浜町 ベースライン値
健康寿命の延伸 (男性) (女性)	80.05年※1 84.17年	78.34年※1 80.61年
肥満者(BMI \geq 25)の割合の減 (参考:40~74歳 男性) (40~74歳 女性)	37.8%※2 25.3%	42.2% ※2 27.4%
メタボリックシンドローム該当者及び予備群の減少	35.0%※2	37.8%※2
妊娠中の飲酒をなくす	0.5% (R4) ※3	0%※5
運動習慣者の増加 (参考:40~74歳 男性) (参考:40~74歳 女性)	40.2% ※4 35.2%	41.6%※4 37.1%
成人の喫煙率の減少 (参考:40~74歳 男性) (参考:40~74歳 女性)	24.9%※4 6.1%	27.3%※4 8.6%
妊娠中の喫煙をなくす	1.4%※3	4.0%※5

(出典) ※1 データからみたみやぎの健康(令和4年度)

※2 令和4年度特定健診・特定保健指導法定報告

※3 第2次みやぎ21健康プラン(R4)

※4 特定健診データ管理システム(令和4年)

※5 七ヶ浜町こども未来課(令和4年)



第3章 施策の展開（ライフステージに応じた健康づくり）

第2期計画に引き続き、【乳幼児期・学童期・思春期】、【青年期・壮年期】、【高齢期】の3つのライフステージに応じた健康づくりを推進していきます。

さらに、町民一人ひとりが、自ら健康や医療に関する正しい情報を入手し、行動することができる“ヘルスリテラシーの向上”を全ライフステージ共通の健康づくりテーマに掲げます。各ライフステージに応じた健康づくりに加え、宮城県の「第3次みやぎ健康プラン21」で推進するライフコースアプローチの観点を踏まえ、本町においても【子ども】、【女性】、【高齢者】への取り組みを強化・推進していきます。

1. 乳幼児期・学童期・思春期の健康づくり

ライフステージ	おおよその年齢	健康づくりのテーマ
乳幼児期	0～5歳	<ul style="list-style-type: none"> ・ 規則正しい生活習慣を身につける ・ 情緒豊かで、健やかな心を育む ・ ヘルスリテラシーの向上を図る
学童期	6～12歳	
思春期	13～18歳	

重点項目	推進する主な取り組み事項	
食育 発育 感染症予防	町民 (家庭)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 1日3回のバランスの良い食事をする ・ 早寝早起きを心がけ、朝食を食べる習慣を身につける ・ 適度な運動を行い丈夫な体をつくる ・ 生活リズムを整え十分な睡眠をとる ・ 予防接種を受け感染症を予防する ・ むし歯予防のために毎日、歯磨きをする ・ 健康診査を積極的に受診する
	地域・団体	<ul style="list-style-type: none"> ・ 地域の健康づくりに関する普及啓発をする ・ 地域の食文化等を伝承する
	学校等	<ul style="list-style-type: none"> ・ 子どもたちへの健康教育をする ・ 保護者へ健康情報を提供する ・ 健康診査を実施する
	町 (行政)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 健康診査を実施し、受診率の向上に努める ・ 健康に関する相談及び健康教育を行う ・ 望ましい食習慣の形成と定着を図るため食育を推進する ・ 予防接種を実施し対象者への接種勧奨をする ・ 歯みがき及び口腔衛生に関する啓発をする

		<ul style="list-style-type: none"> ・ 受動喫煙の健康影響に関する普及啓発をする ・ メディアコントロールに関する情報提供をする
--	--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------

2. 青年期・壮年期の健康づくり

ライフステージ	おおよその年齢	健康づくりのテーマ
青年期	19～39歳	<ul style="list-style-type: none"> ・ 自分の健康に関心を持ち、健康づくりと疾病予防に取り組む
壮年期	40～64歳	<ul style="list-style-type: none"> ・ 健全な生活習慣を実現する ・ ヘルスリテラシーの向上を図る

重点項目	推進する主な取り組み事項	
生活習慣 こころ	町民 (家庭)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 生活習慣を見直し健康づくりに努める ・ 十分な睡眠や休養をとる ・ 歯周病の予防に努める ・ 気軽に相談できる人をつくり、相談先を知る ・ 禁煙や分煙に努める ・ 受動喫煙の健康影響に関する普及啓発をする ・ 健康診査や検診を積極的に受診する ・ 感染症予防のためワクチン接種に努める
	地域 団体	<ul style="list-style-type: none"> ・ 健康づくりに関する普及啓発をする ・ 禁煙や分煙を推進する
禁煙 感染症 予防	職場	<ul style="list-style-type: none"> ・ 従業員の健康づくりに努める ・ 従業員のメンタルヘルスに努める ・ 禁煙や分煙を推進する
	町 (行政)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 各種健(検)診を実施し受診率の向上に努める ・ 誰もが心と身体に関する情報を入手できるよう、多様に情報発信を行う ・ 自らが健康づくりに取り組めるよう、健康相談を行い、健康づくりのサポートを実施する ・ 疾病の発症予防のために、食育・身体活動・口腔衛生・たばこ・休養や睡眠に関する情報発信および普及啓発を行う

3. 高齢期の健康づくり

ライフステージ	おおよその年齢	健康づくりのテーマ
高齢期	65歳～	<ul style="list-style-type: none"> 健康な心と身体を保ち自分らしく生きる 健全な生活習慣を維持する ヘルスリテラシーの向上を図る

重点項目	推進する主な取り組み事項	
生活習慣 食生活 運動	町民 (家庭)	<ul style="list-style-type: none"> 生活習慣を見直し健康づくりに努める バランスの良い食事をする 自分の健康状態に合わせた適度な運動をする 様々な人と交流し、生きがいのある生活に努める 歯及び口腔内の健康を維持する 健康診査や検診を積極的に受診する
	地域・団体	<ul style="list-style-type: none"> 健康づくりに関する普及啓発をする 健康づくりイベントの実施に努める 禁煙や分煙を推進する
	職場	<ul style="list-style-type: none"> 地域における健康づくりイベントに協力する
	町 (行政)	<ul style="list-style-type: none"> 健康診査及び検診を実施し受診率の向上に努める 誰もが心と身体に関する情報を入手できるよう、多様に情報発信を行う 自らが健康づくりに取り組めるよう、健康相談を行い、健康づくりのサポートを実施する 疾病の重症化予防・コントロールのために、低栄養・身体活動・口腔衛生・たばこ・休養や睡眠に関する情報発信および普及啓発を行う 介護予防や健康づくりを通して身近に相談できる環境づくりを提供する 予防接種事業を実施する

4. 5年後の目標とする七ヶ浜町の健康づくり一覧表

目標値

	指標	七ヶ浜町		宮城県		備考
		現状 (R4年)	目標 (R10年)	現状 (R4年)	目標 (R17年)	
か い だ	定期健診受診率の向上					
	39歳以下	51.7%	60.0%	72.4%	80.0%	健康福祉課調べ
	40～74歳(国保)	49.9%	60.0%			
	75歳以上	83.5%	85.0%			
	メタボリックシンドローム該当者 及び予備群の減少	37.8%	32.0%	32.2%	全国平均を 上回る改善	R4 法定報告
	肥満者 (BMI≥25) の割合の減少 (40～74歳代 男性) (40～74歳代 女性)	42.2%	25.0%	39.6%		R4 法定報告
		27.4%	18.0%	24.8%		
	地区組織活動への参加者数の増加					
	老人クラブ	5,478人	→			地区 老人クラブ参加者
	健康づくり推進員	942人	→			地区活動参加者
運 動	意識的に運動を心がけている人の増加					
	1回30分以上の軽く汗をかく 運動を週2回以上1年以上実施	41.6%	50.0%			R4年度 特定健診等データ 管理システム
		37.1%	50.0%			
	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	47.1%	57.0%			
		47.9%	58.0%			
	アクアリーナの利用者数の増加					
	アクアリーナ利用者	男性	30,504人	→		R4年度 実績報告調べ
		女性	5,374人	→		
トレーニングルーム利用者	男性	16,495人	→			
	女性	5,599人	→			

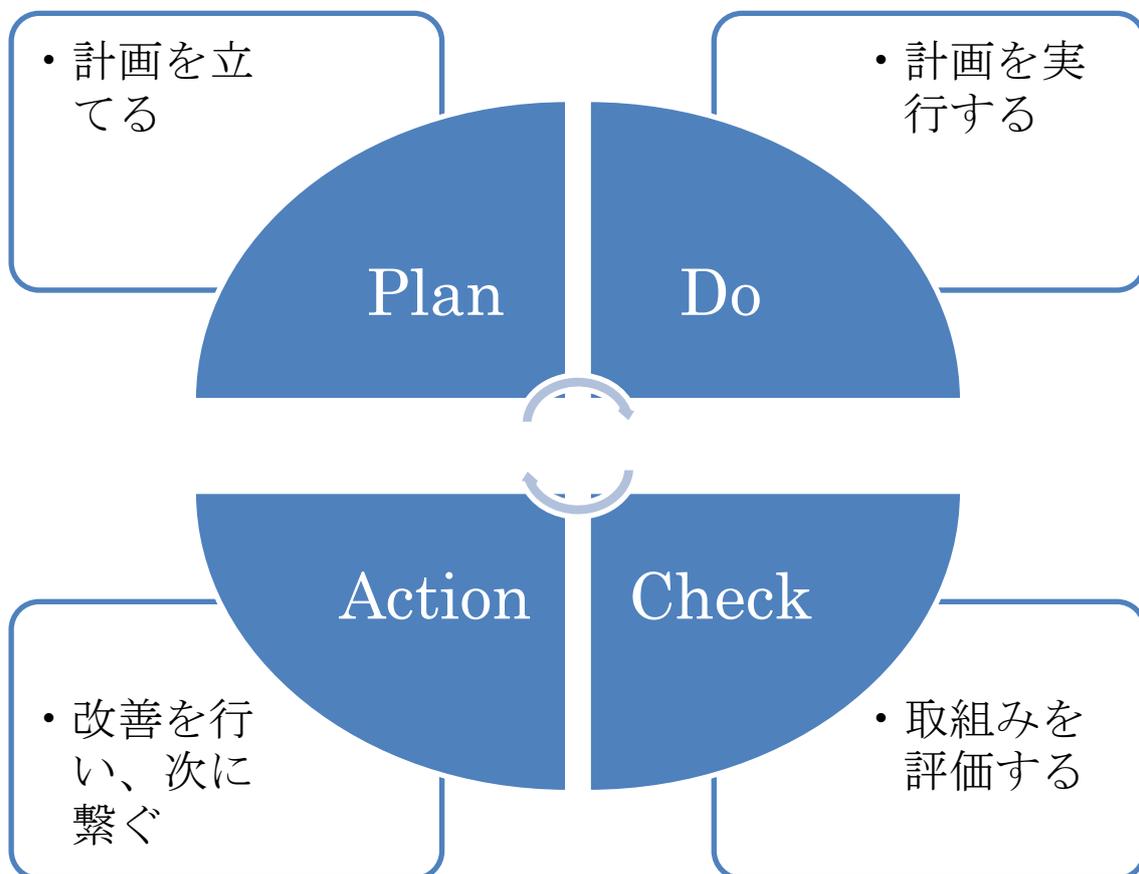
	指標	七ヶ浜町		宮城県		備考	
		現状 (R4年)	目標 (R10年)	現状 (R4年)	目標 (R17年)		
食	乳児健診の母の欠食率	28.6%	10.0%	19.7%	10.0%	R4年度 乳児健診	
	食塩摂取量の減少	—	↘	男 11.2g 女 9.7g	男 7.5g 女 6.5g	R4 宮城県民健康・ 栄養調査報告書（宮 城県保健福祉部）	
	野菜の摂取量の増加	—	↗	275g	350g	R4 宮城県民健康・ 栄養調査報告書（宮 城県保健福祉部）	
	妊娠中の飲酒をなくす	0%	0%	0.5%	0%	R4 年度 母子手帳交付者	
休養・睡眠	睡眠で休養が十分に とれている者の割合	男性	76.5%	85.0%	79.5%	85.0%	健康福祉課調べ
		女性	70.5%	80.0%			
	自殺率（人口10万対）の減少		27.4	12.1	19.0	12.1	自殺者統計
	40～74歳健診受診者	男性	27.3%	20.0%	24.9%	20.0%	R4 年度 特定健診等デー タ管理システム
女性		8.6%	5.0%	6.1%	4.0%		
たばこ	成人の喫煙率の減少						
	妊婦喫煙率		4.0%	0%	1.4%	0%	R4 年度 母子手帳交付者
	現在、たばこを習慣的に吸って いる者の割合	男性	27.3%	22.0%	24.9%	20.0%	健康福祉課調べ
		女性	8.6%	5.0%	6.1%	4.0%	
	公共施設の敷地内禁煙の促進		82.0%	↗			44 施設中 36 施設
	公共施設の施設内禁煙状況		100%	維持			
公民分館の施設内禁煙状況		100%	維持				
がん	がん検診受診率の向上						
	胃がん	48.2%	70.0%	55.3%	70.0%	健康福祉課調べ	
	肺がん	79.0%		72.2%			
	大腸がん	71.8%		59.8%			
	子宮頸がん	61.6%		54.3%			
乳がん	69.9%	58.7%					
歯	3歳児のむし歯のない人の割合の増加	92.8%	90.0%	87.4%	95.0%	R4 年度 3歳児健診	

第4章 計画の進行管理

1. 計画の進行管理

本計画は、基本目標「健康格差の縮小」「予防対策の充実」を目指し、町民の健康づくりを推進するため、PDCAサイクル※を用いて進行管理を行います。

PDCAサイクル：Plan（計画）、Do（実行）、Check（評価）、Action（対策）の検証型プロセスを循環させ、マネジメントの品質を高めようという概念



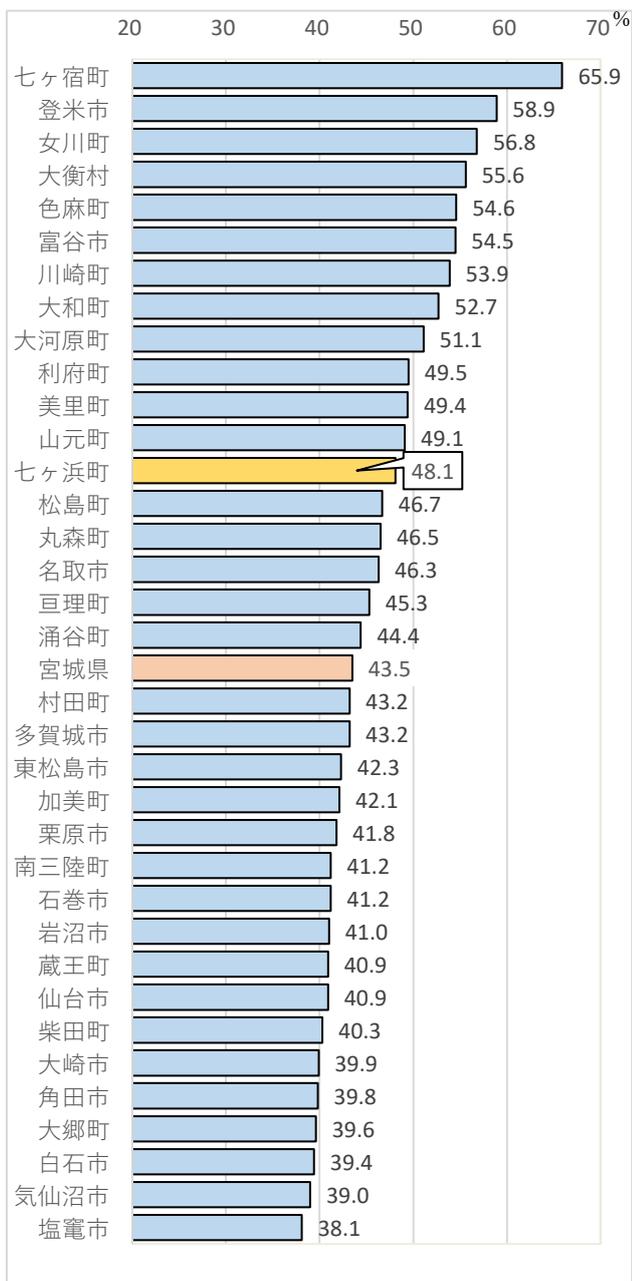
1. 特定健診

特定健康診査は、医療保険者が加入者の40～74歳の方を対象に行う健診で、法律で義務付けられています。

七ヶ浜町では七ヶ浜町国民健康保険に加入している方を対象に実施しており、心筋梗塞や脳梗塞などのリスクが高まるメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した健診項目となっていますので、生活習慣病の予防計画の指標として、特定健診結果が活用されています。（健康増進法に基づく統計例）

1) 特定健診受診率

男性



女性



（出典）令和4年度宮城県国保連合会特定健診法定報告

・男性の特定健診受診率は県内で13位となっている。

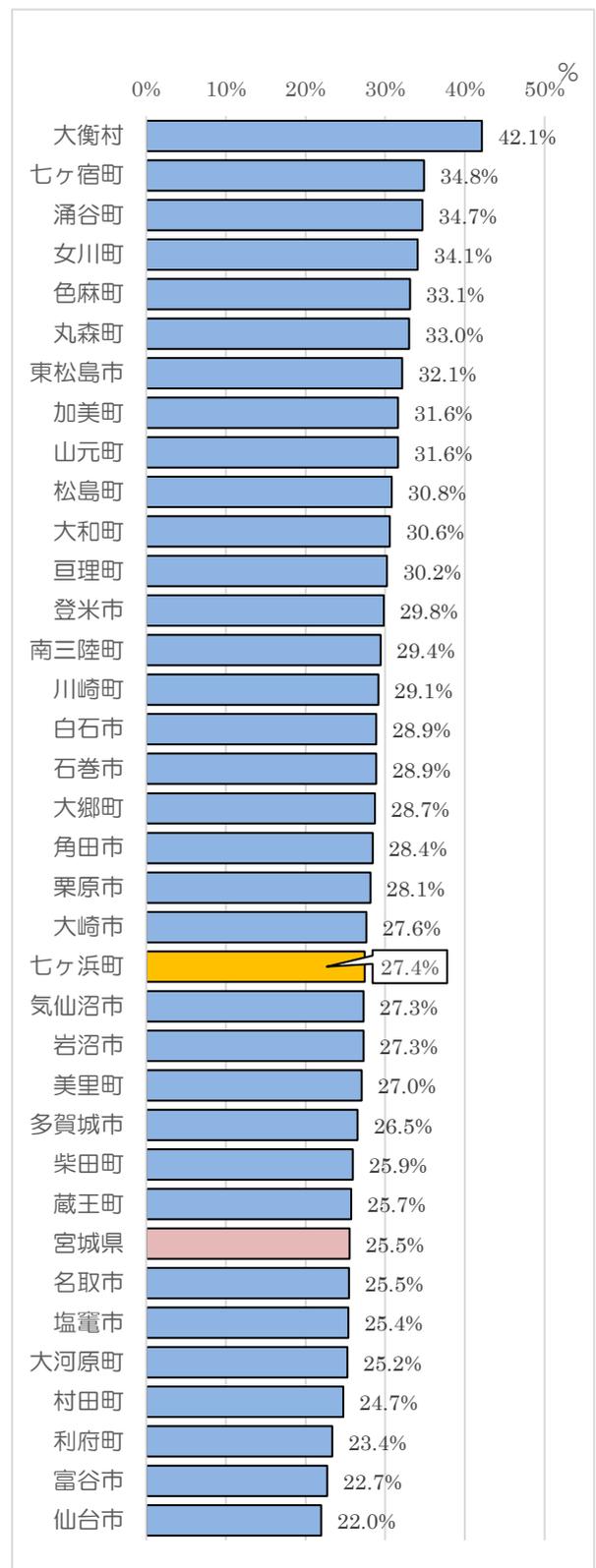
・女性の特定健診受診率は県内で16位となっている。

2) 肥満度 (BMI 25以上) の割合

男性



女性



(出典) 令和4年度宮城県国保連合会特定健診法定報告

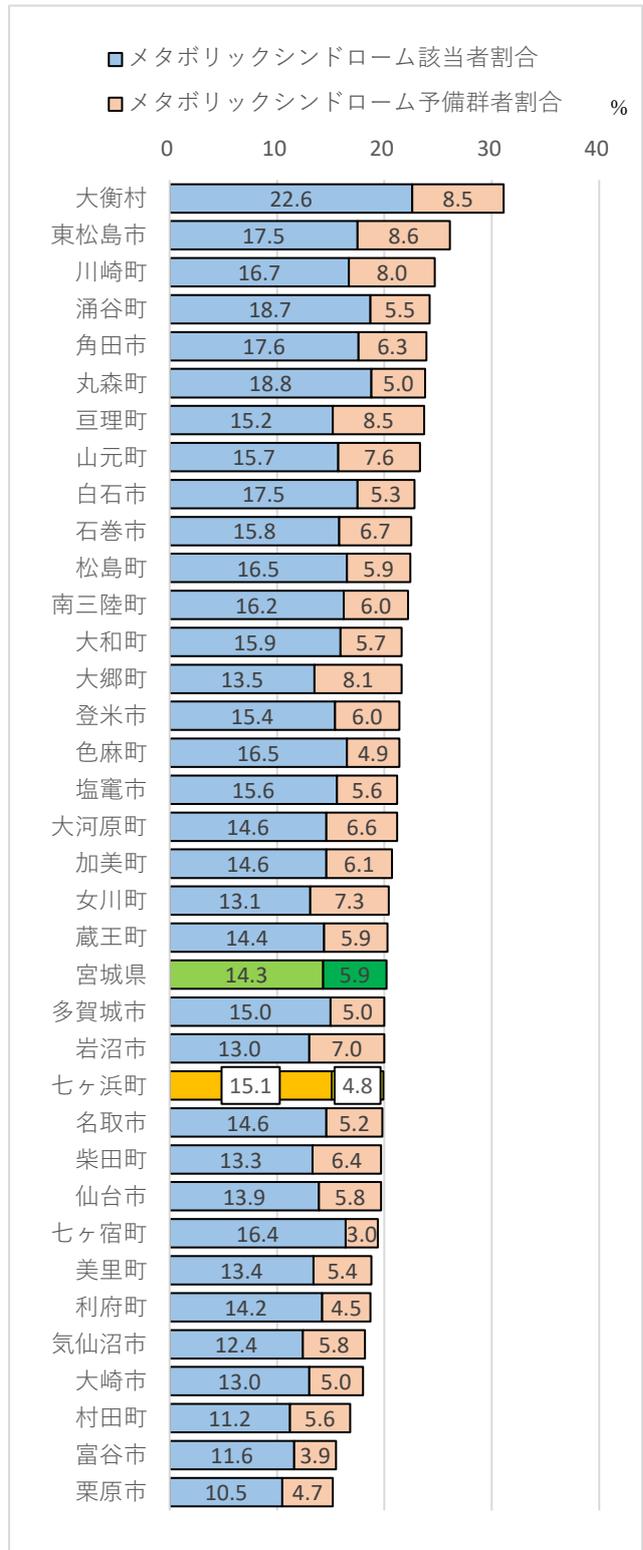
・男性の肥満度 (BMI 25以上) の割合は県内ではワースト第5位となっている。

・女性の肥満度（BMI 25以上）の割合は県内では第22位となっている。

3) メタボリックシンドローム該当者の割合

男性

女性



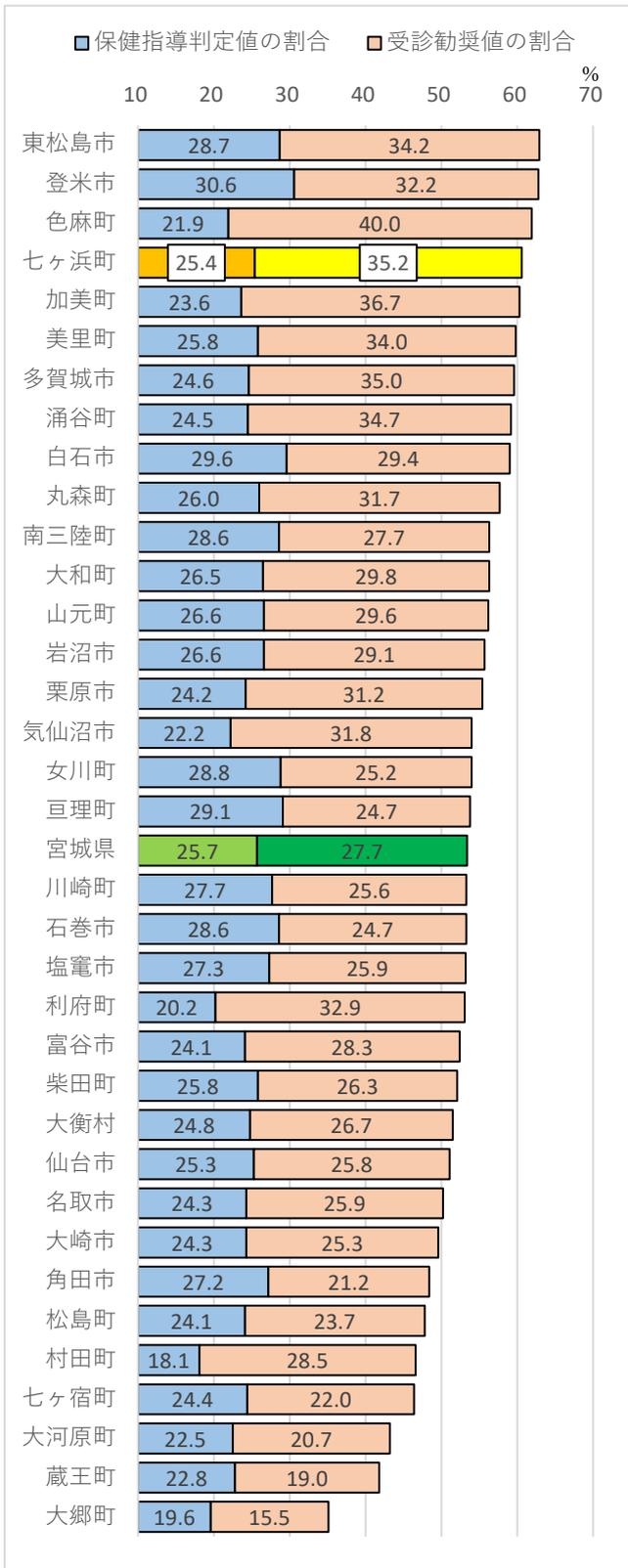
(出典) 令和4年度宮城県国保連合会特定健診法定報告

・男性のメタボリックシンドローム該当者の割合は県内ではワースト第5位、予備群は第26位となっている。

・女性のメタボリックシンドローム該当者の割合は県内では第18位、予備群は第31位となっている。

4) 血圧判定の割合

男性



女性



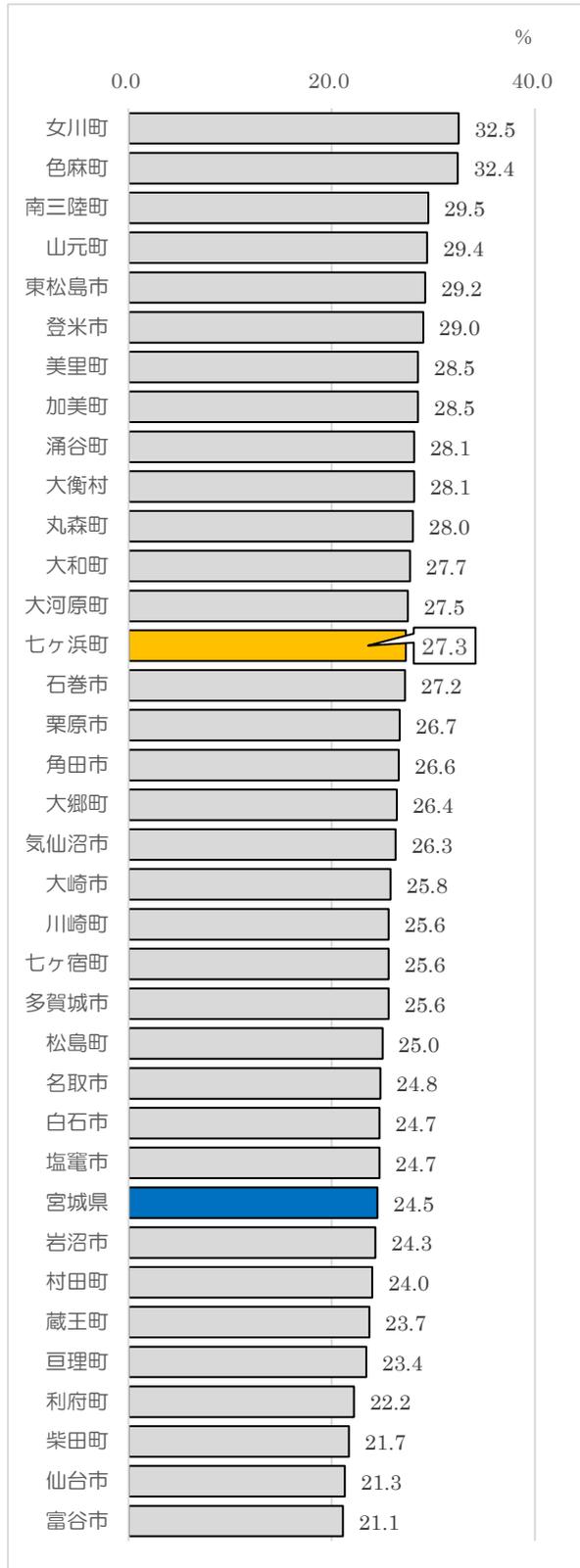
出典) 令和4年度宮城県国保連合会特定健診法定報告

・男性の血圧判定で保健指導判定値は第17位、受診勧奨値は第11位となっている。

・女性の血圧判定で保健指導判定値は第11位、受診勧奨値は第3位となっている。

5) 喫煙率

男性



女性



(出典) 令和4年度宮城県国保連合会特定健診法定報告

・男性の喫煙率の割合は県内では第14位となっている。

- 女性の喫煙率の割合は県内ではワースト第2位となっている。

標準化死亡比

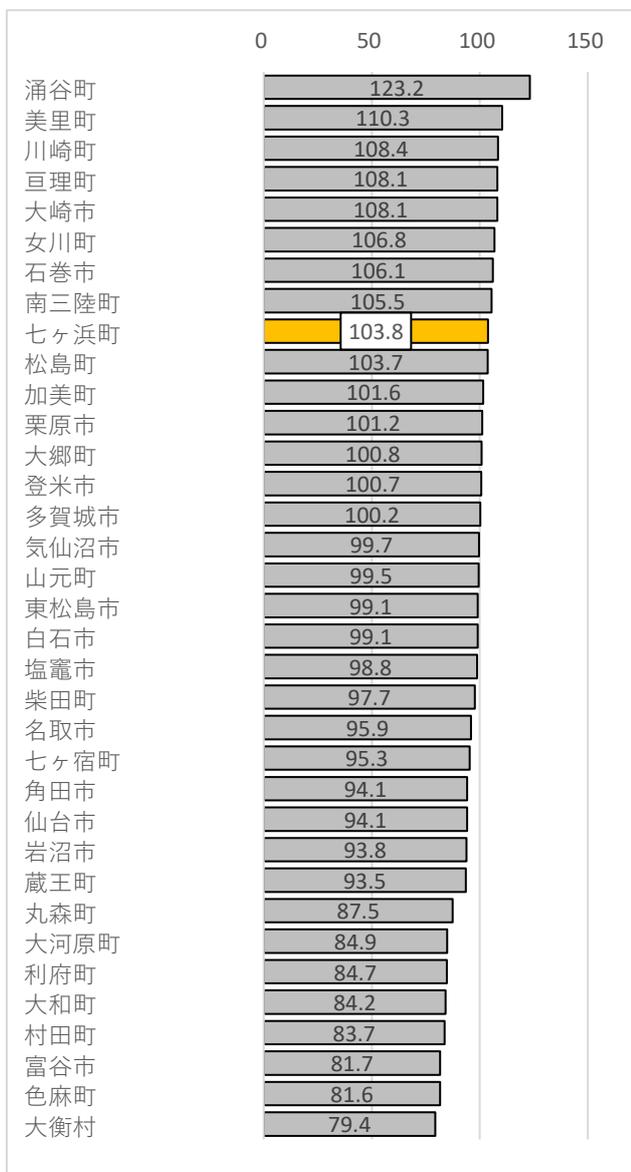
市町村別に、死亡数を人口で除した（粗死亡率）を比較すると、各市町の年齢構成に差があるため、高齢者の多い市町では高くなり、若年者の多い市町では低くなる傾向があります。

このような年齢構成の異なる地域間で死亡状況の比較ができるように年齢構成を調整し、そろえた死亡率が標準化死亡比（SMR）です。このSMRを用いることによって、年齢構成の相違を気にすることなく、より正しく地域比較を行うことができます。

標準化死亡比が 100 より大きい場合、その地域の死亡率は全国より高いと判断され、100 より小さい場合、全国より低いと判断されます。

1) 悪性新生物（がん）の割合

男性



女性



- 男性の悪性新生物での死亡の割合は県内で第9位となっている。
- 女性の悪性新生物での死亡の割合は県内でワースト2位となっている。

(出典) 厚生労働省 人口動態特殊報告 (H25~H29)

2) 心疾患の割合

男性



女性



・男性の心疾患での死亡の割合は県内で第4位となっている。

・女性の心疾患での死亡の割合は県内でワースト1位となっている。

3) 脳血管疾患の割合

男性

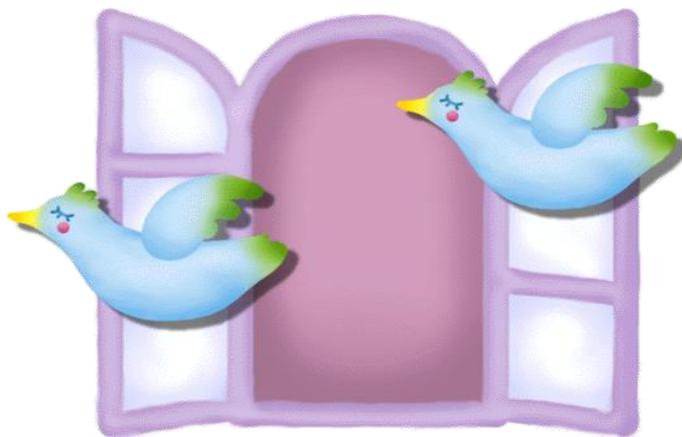


女性



・男性の脳血管疾患での死亡の割合は県内で第26位となっている。

- 女性の脳血管疾患での死亡の割合は県内で第7位となっている。



七ヶ浜町健康増進計画

令和6年3月

発行 七ヶ浜町健康増進課
〒985-8577 宮城県宮城郡七ヶ浜町東宮浜字丑谷辺 5-1