

宇治市健康づくり・食育推進計画 中間評価について

令和2年度 第2回 宇治市健康づくり・食育推進協議会

場所：うじ安心館3F ホール

日時：令和3年2月17日（水）

宇治市健康づくり・食育推進計画

○計画の期間

平成27年度～令和6年度（10年間）



○健康づくり・食育推進の考え方

6つのライフステージへ、7つの分野（健康づくり）、3つの視点（食育）で推進

○重点課題

- ・生活習慣病の発症予防と重症化予防
- ・次世代の健康づくりと食育



アンケート調査

○実施概要

<調査対象・調査方法>

- ◇小学生：市内の4小学校（御蔵山・大久保・北小倉・三室戸）で
直接配布・回収
- ◇中学生：市内の3中学校（宇治・東宇治・西宇治）で
直接配布・回収
- ◇成人：市内在住の16歳以上から3,000名を無作為抽出
郵送による配布・回収（WEBでも受付）

アンケート調査

<調査期間>

◇小学生：令和２年９月から１０月まで

◇中学生：令和２年９月から１０月まで

◇成人：令和２年１０月１日から２３日まで

<回収状況>

区分	配布数	有効回収数	有効回収率
小学生	418	416	99.5%
中学生	528	495	93.8%
成人	3,000	1,204（紙 572 WEB 632）	40.1%

中間評価結果

I.『第3章 健康づくりの推進』

II.『第4章 食育の推進』

III.『第5章 重点課題の推進』

中間評価結果

I. 『第3章 健康づくりの推進』

(1) 栄養・食生活

(2) 運動・身体活動

(3) 休養・こころの健康

(4) 歯の健康

(5) 喫煙

(6) 飲酒

(7) 健康行動

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第3章 健康づくりの推進』

（1）妊娠出産期・乳幼児期（0～5歳）

分野	項目	現状 (策定時)	資料	中間評価	資料	目標値
(1) 栄養・食生活	朝食を毎日食べている 子どもの割合	93.3%	※1	95.3%	※Ⅰ	100%
	食事のバランスをよく 考える親	92.3%	※1	88.2%	※Ⅰ	100%
	バランスの良い食事を 心がけている妊婦	32.1%	※2	82.2%	※Ⅱ	60%

※1 健康づくりに関するアンケート（平成26年度）

※2 妊娠届出時アンケート（平成25年）

※Ⅰ 3歳児健診調査票（令和元年度）

※Ⅱ 妊娠届出時アンケート（令和元年）

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第3章 健康づくりの推進』

(2) 少年期（6～15歳）

分野	項目	現状 (策定時)	資料	中間評価	資料	目標値
(1) 栄養・食生活	適正体重の小学生（男子） ※ローレル指数で「標準」	36.8%	※1	47.2%	※I	40%
	適正体重の小学生（女子） ※ローレル指数で「標準」	30.5%	※1	41.6%	※I	35%
	適正体重の中学生（男子） ※ローレル指数で「標準」	34.0%	※1	28.2%	※I	40%
	適正体重の中学生（女子） ※ローレル指数で「標準」	42.6%	※1	43.5%	※I	50%

※1 健康づくりに関するアンケート（平成26年度）

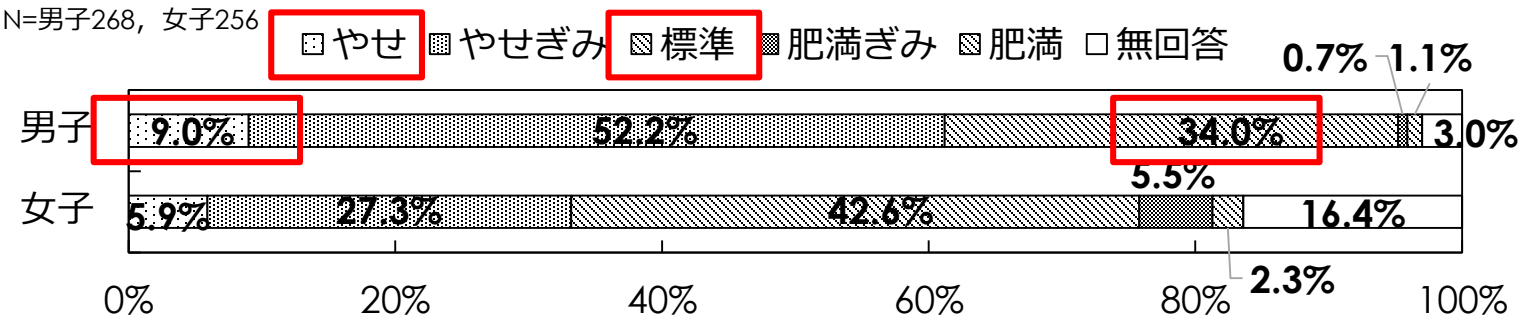
※I 健康づくりに関するアンケート（令和2年）

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

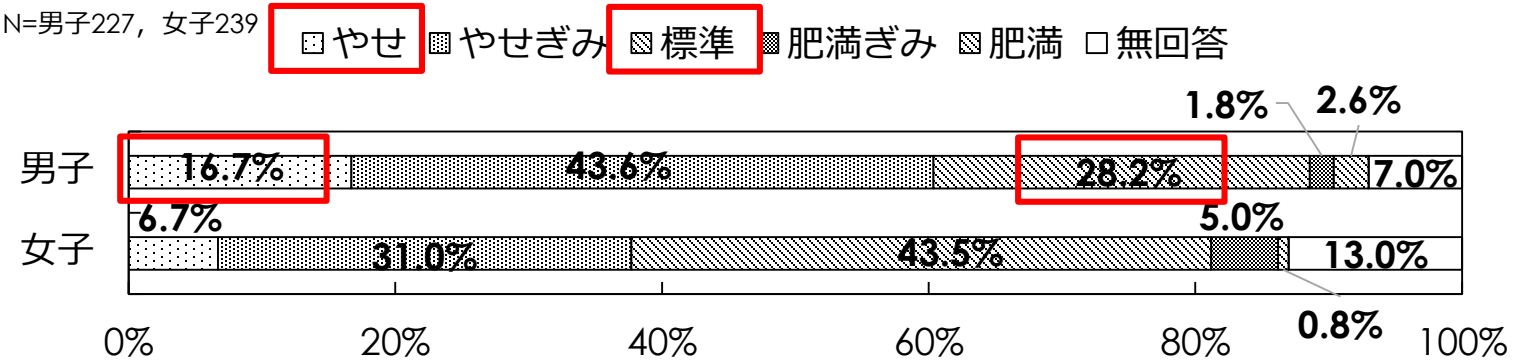
○『第3章 健康づくりの推進』

■中学生 ローレル指数（性別）（健康づくり・食育に関するアンケート）

計画策定時(H26)



中間評価(R2)



数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第3章 健康づくりの推進』

(5) 壮年後期 (45～64歳)

分野	項目	現状 (策定時)	資料	中間評価	資料	目標値
(1) 栄養・食生活	肥満の男性の割合	25.3%	※1	30.0%	※I	20%以下
	メタボリックシンドロームの予防 や改善のために適切な食事や運動 を心がけている人	42.9%	※1	49.5%	※I	50%

※1 健康づくりに関するアンケート（平成26年度）

※I 健康づくりに関するアンケート（令和2年）

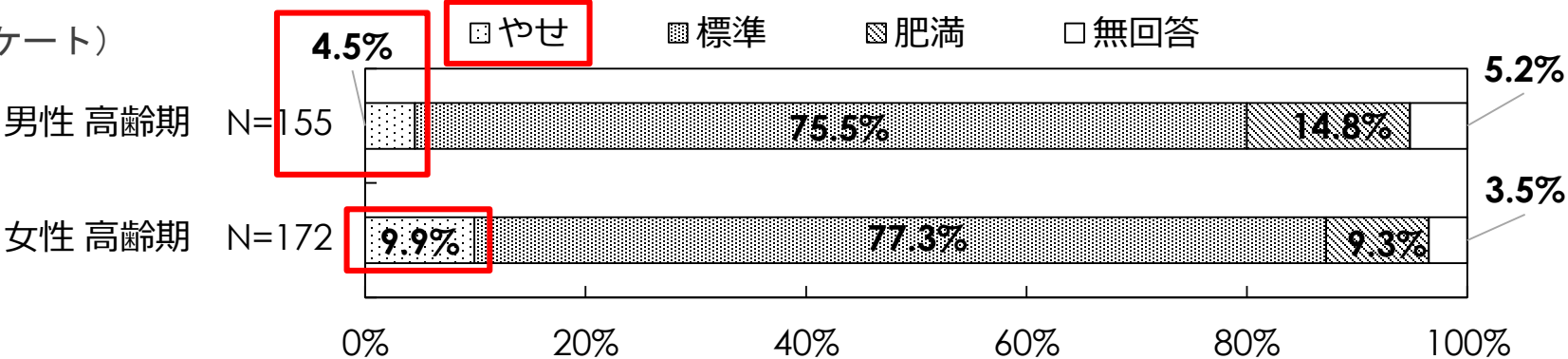
数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第3章 健康づくりの推進』

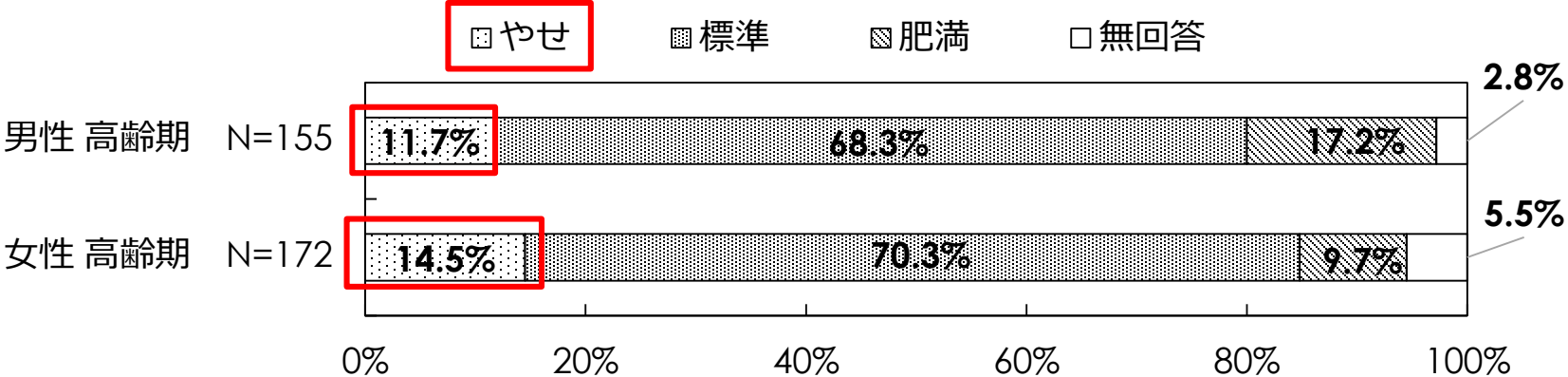
(6) 高齢期（65歳以上）BMI

(健康づくり・食育に関するアンケート)

計画策定時(H26)



中間評価(R2)



数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第3章 健康づくりの推進』

(1) 栄養・食生活

◇ 妊娠出産期・乳幼児期（0～5歳）

▽ 妊娠期から、バランスの良い食事をとるための知識や技術の啓発を実施

◇ 少年期（6～15歳）

▽ 「適正体重の中学生（男子）」の割合が増加するよう、普及啓発を実施

◇ 壮年後期（45～64歳）

▽ メタボリックシンドロームの予防や改善のために適切な食事や運動を心がけている人の割合がさらに増えるよう、この層をターゲットにした啓発の実施

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第3章 健康づくりの推進』

(1) 栄養・食生活

◇ 高齢期（65歳以上）

▽ 高齢者向けフレイル予防事業

対象：令和2年10月15日時点で70歳以上の宇治市民

期間：令和2年11月～令和3年3月

内容：フレイルチェック票の送付、回収後に結果票の送付、必要に応じて訪問実施



中間評価結果

I.『第3章 健康づくりの推進』

(1) 栄養・食生活

(2) 運動・身体活動

(3) 休養・こころの健康

(4) 歯の健康

(5) 喫煙

(6) 飲酒

(7) 健康行動

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第3章 健康づくりの推進』

（1）妊娠出産期・乳幼児期（0～5歳）

分野	項目	現状 (策定時)	資料	中間評価	資料	目標値
（2）運動・身体活動	1日2時間以上外遊びをしている子ども	38.0%	※1	22.9%	※I	60%
	テレビ等を見る時間が1日2時間以内の子ども	31.0%	※1	34.9%	※I	35%

※1 健康づくりに関するアンケート（平成26年度）

※I 3歳児健診調査票（令和元年度）

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第3章 健康づくりの推進』

(3) 青年期（16～29歳）

分野	項目	現状 (策定時)	資料	中間評価	資料	目標値
(2) 運動・身体活動	ふだんから歩くことに 努めている人	66.5%	※1	51.7%	※I	75%
	週一回以上、運動やス ポーツをする人	45.8%	※1	54.0%	※I	50%

※1 健康づくりに関するアンケート（平成26年度）

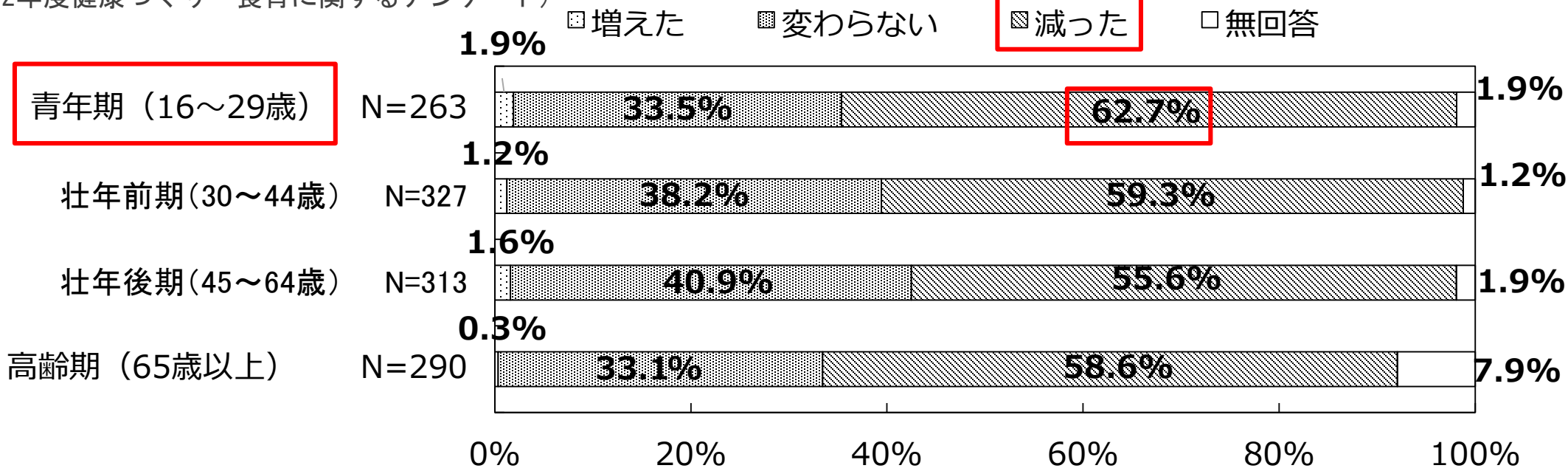
※I 健康づくりに関するアンケート（令和2年度）

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第3章 健康づくりの推進』

＜参考＞ 外出（通勤・通学を含む）回数
（新型コロナウイルス感染症感染拡大に伴う生活習慣等の変化）

（令和2年度健康づくり・食育に関するアンケート）



数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第3章 健康づくりの推進』

(5) 壮年後期（45～64歳）

分野	項目	現状 (策定時)	資料	中間評価	資料	目標値
(2) 運動・身体活動	ふだんから歩くことに 努めている人	55.8%	※1	54.0%	※I	70%
	週一回以上、運動やス ポーツをする人	48.9%	※1	49.7%	※I	55%

※1 健康づくりに関するアンケート（平成26年度）

※I 健康づくりに関するアンケート（令和2年度）

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第3章 健康づくりの推進』

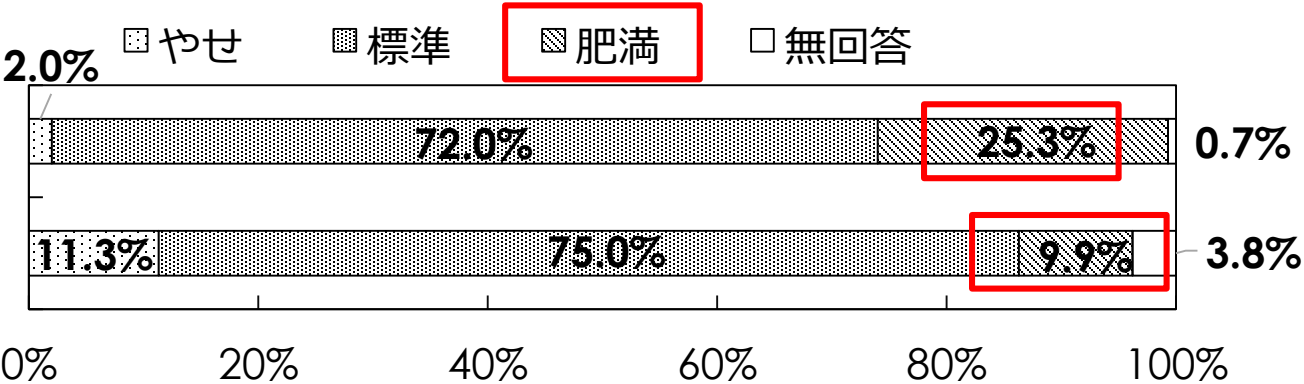
(5) 壮年後期（45～64歳）BMI

(健康づくり・食育に関するアンケート)

計画策定時(H26)

男性 壮年後期 N=150

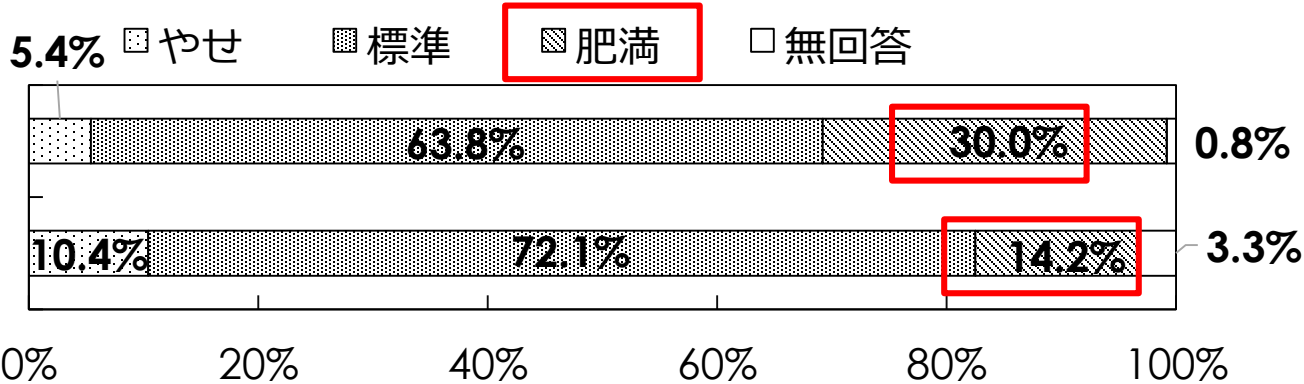
女性 壮年後期 N=212



中間評価(R2)

男性 壮年後期 N=130

女性 壮年後期 N=183



数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第3章 健康づくりの推進』

(5) 壮年後期（45～64歳）

分野	項目	現状 (策定時)	資料	中間評価	資料	目標値
(1) 栄養・食生活	肥満の男性の割合	25.3%	※1	30.0%	※I	20%以下
	メタボリックシンドロームの予防 や改善のために適切な食事や運動 を心がけている人	42.9%	※1	49.5%	※I	50%

※1 健康づくりに関するアンケート（平成26年度）

※I 健康づくりに関するアンケート（令和2年）

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第3章 健康づくりの推進』

(6) 高齢期（65歳以上）

分野	項目	現状 (策定時)	資料	中間評価	資料	目標値
(2) 運動・身体活動	ふだんから歩くことに努めている人	63.4%	※1	54.8%	※I	70%
	週一回以上、運動やスポーツをする人	58.8%	※1	57.6%	※I	65%
	週2～3日以上外出する人	78.7%	※1	70.0%	※I	90%

※1 健康づくりに関するアンケート（平成26年度）

※I 健康づくりに関するアンケート（令和2年）

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第3章 健康づくりの推進』

(2) 運動・身体活動

◇ 妊娠出産期・乳幼児期（0～5歳）

▽ 様々な機会を活用し、体づくりの大切さに関する啓発を実施

◇ 青年期（16～29歳）

▽ 家でも体を動かせる体操等の普及啓発を実施

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第3章 健康づくりの推進』

(2) 運動・身体活動



◇ 壮年後期（45～64歳）

▽ メタボリックシンドロームの予防や改善のために適切な食事を運動を心がけている人の割合がさらに増えるよう、この層をターゲットにした啓発の実施

◇ 高齢期（65歳以上）

▽ 家でもできる簡単な運動や体操の普及啓発などを実施
(高齢者向けフレイル予防事業)



中間評価結果

I. 『第3章 健康づくりの推進』

- (1) 栄養・食生活
- (2) 運動・身体活動
- (3) 休養・こころの健康
- (4) 歯の健康
- (5) 喫煙
- (6) 飲酒
- (7) 健康行動

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第3章 健康づくりの推進』

(2) 少年期（6～15歳）

分野	項目	現状 (策定時)	資料	中間評価	資料	目標値
(3) 休養・こころの健康	テレビ等を見る時間が1日2時間以内の小学生	44.4%	※1	41.1%	※I	50%
	テレビ等を見る時間が1日2時間以内の中学生	32.4%	※1	22.4%	※I	40%

※1 健康づくりに関するアンケート（平成26年度）

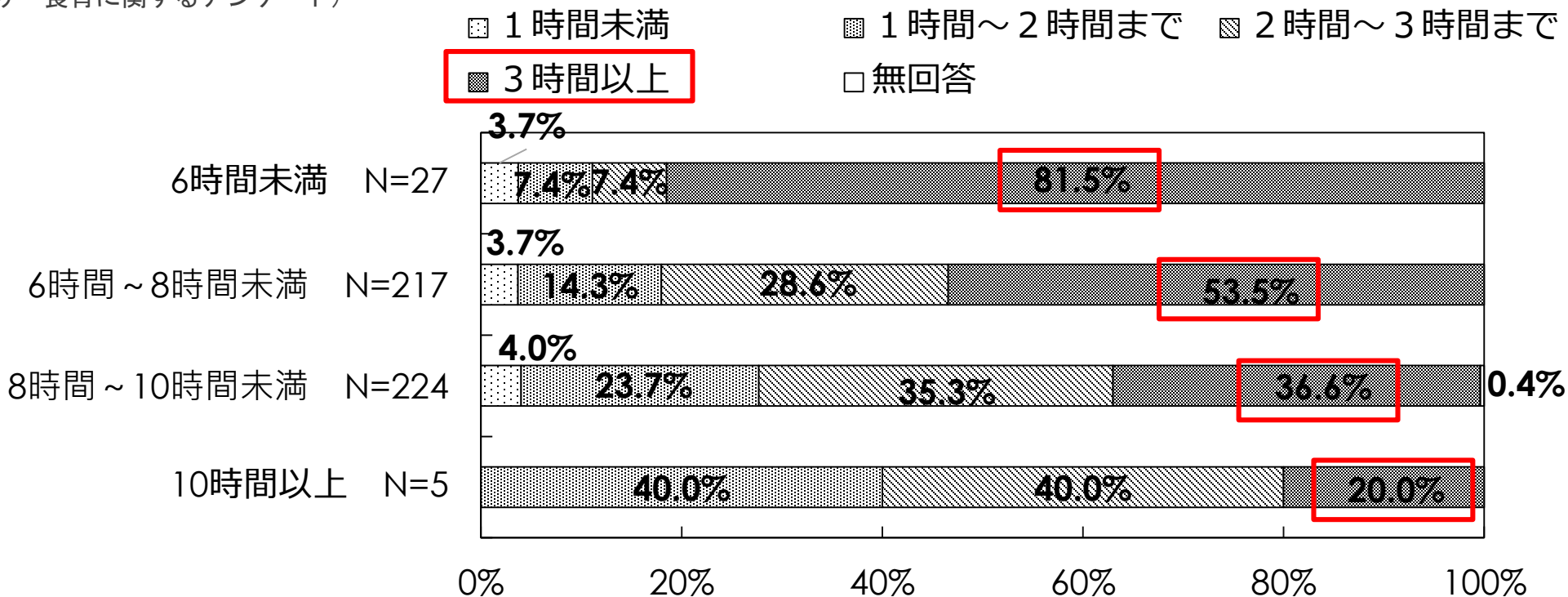
※I 健康づくりに関するアンケート（令和2年）

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第3章 健康づくりの推進』

■ 1日にテレビを見たり、ゲームをする時間（中学生・睡眠時間別）

（令和2年度健康づくり・食育に関するアンケート）



数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第3章 健康づくりの推進』

(5) 壮年後期（45～64歳）

分野	項目	現状 (策定時)	資料	中間評価	資料	目標値
(3) 休養・こころの健康	睡眠による休養を十分にとっている人	53.6%	※1	41.5%	※I	60%
	ストレスによる体の不調を感じる人	57.4%	※1	66.1%	※I	45%以下

※1 健康づくりに関するアンケート（平成26年度）

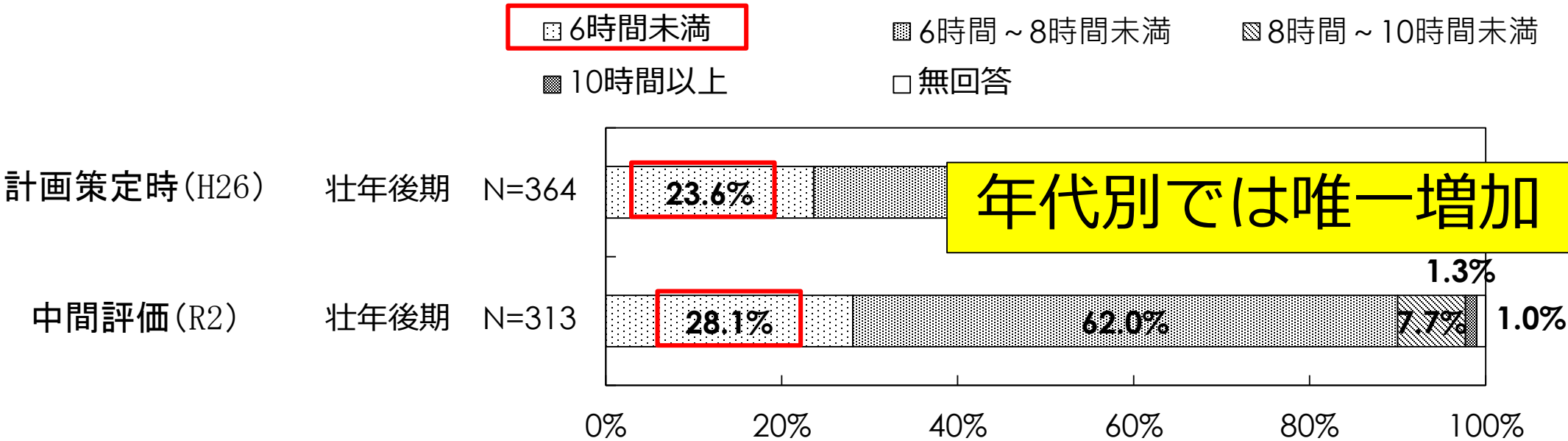
※I 健康づくりに関するアンケート（令和2年）

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第3章 健康づくりの推進』

■ 壮年後期における睡眠時間の比較（H26・R2）

（健康づくり・食育に関するアンケート）

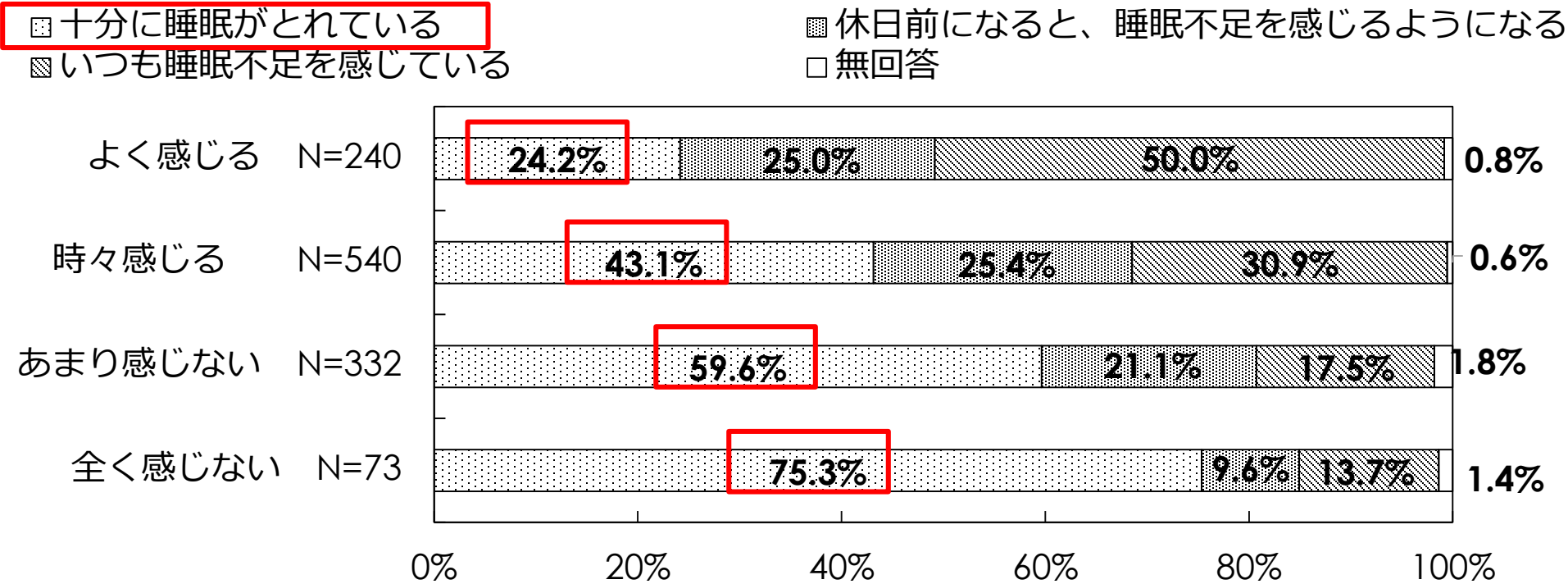


数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第3章 健康づくりの推進』

■ 十分に睡眠がとれているか（ストレスによる不調の有無別）

（令和2年度健康づくり・食育に関するアンケート）



数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第3章 健康づくりの推進』

(3) 休養・こころの健康

◇ 少年期（6～15歳）

▽ テレビ等を見る時間が1日2時間以内の中学生の割合が増加するよう普及啓発を実施

◇ 壮年後期（45～64歳）

▽ 壮年後期における睡眠時間6時間未満の割合が増加している事実の周知

▽ 健康づくりのための睡眠や、ストレスとの上手な付き合い方について普及啓発を実施

中間評価結果

I.『第3章 健康づくりの推進』

- (1) 栄養・食生活
- (2) 運動・身体活動
- (3) 休養・こころの健康
- (4) 歯の健康
- (5) 喫煙
- (6) 飲酒
- (7) 健康行動

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第3章 健康づくりの推進』

(3) 青年期（16～29歳）

分野	項目	現状 (策定時)	資料	中間評価	資料	目標値
(4) 歯の健康	むし歯や歯周病について正しい知識を持つ人	16.9%	※1	33.8%	※I	20%
	よくかんで食べている人	45.8%	※1	65.0%	※I	50%
	定期的に歯科健診を受けている人	36.9%	※1	34.6%	※I	45%

※1 健康づくりに関するアンケート（平成26年度）

※I 健康づくりに関するアンケート（令和2年）

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第3章 健康づくりの推進』

(6) 高齢期（65歳以上）

分野	項目	現状 (策定時)	資料	中間評価	資料	目標値
(4) 歯の健康	むし歯や歯周病について正しい知識を持つ人	37.2%	※1	47.6%	※I	45%
	よくかんで食べている人	47.9%	※1	57.2%	※I	55%
	定期的に歯科健診を受けている人	46.6%	※1	32.4%	※I	55%
	80歳代で自分の歯が20本以上ある人	25.8%	※1	43.3%	※I	30%

※1 健康づくりに関するアンケート（平成26年度）

※I 健康づくりに関するアンケート（令和2年）

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第3章 健康づくりの推進』

(4) 歯の健康

◇ 青年期（16～29歳）

▽ 定期的に歯科健診を受けている人の割合が増加するよう普及啓発を実施

◇ 高齢期（65歳以上）

▽ オーラルフレイル及びその予防、改善方法について普及啓発を実施

（高齢者向けフレイル予防事業）

中間評価結果

I.『第3章 健康づくりの推進』

- (1) 栄養・食生活
- (2) 運動・身体活動
- (3) 休養・こころの健康
- (4) 歯の健康
- (5) 喫煙
- (6) 飲酒
- (7) 健康行動

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第3章 健康づくりの推進』

(3) 青年期（16～29歳）

全体的には減少している
中での増加！！

分野	項目	現状 (策定時)				
(5) 喫煙	喫煙率（男性）	10.9%	※1	14.4%	※I	10%以下
	喫煙率（女性）	5.3%	※1	4.4%	※I	0%
	受動喫煙に配慮する喫煙者	65.0%	※1	73.9%	※I	75%

※1 健康づくりに関するアンケート（平成26年度）

※I 健康づくりに関するアンケート（令和2年）

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第3章 健康づくりの推進』

(3) 壮年後期（45～64歳）

分野	項目	現状 (策定時)	資料	中間評価	資料	目標値
(5) 喫煙	喫煙率（男性）	26.7%	※1	24.6%	※I	20%以下
	喫煙率（女性）	9.0%	※1	8.2%	※I	0%
	受動喫煙に配慮する喫煙者	86.4%	※1	85.1%	※I	100%

※1 健康づくりに関するアンケート（平成26年度）

※I 健康づくりに関するアンケート（令和2年）

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第3章 健康づくりの推進』

(5) 喫煙

◇ 青年期（16～29歳）

▽ 男性の喫煙率が低下するよう、この層にターゲットを絞った普及啓発を実施

◇ 壮年後期（45～64歳）

▽ 受動喫煙に配慮する人の割合が増加するよう、改正健康増進法等の普及啓発を実施

中間評価結果

I.『第3章 健康づくりの推進』

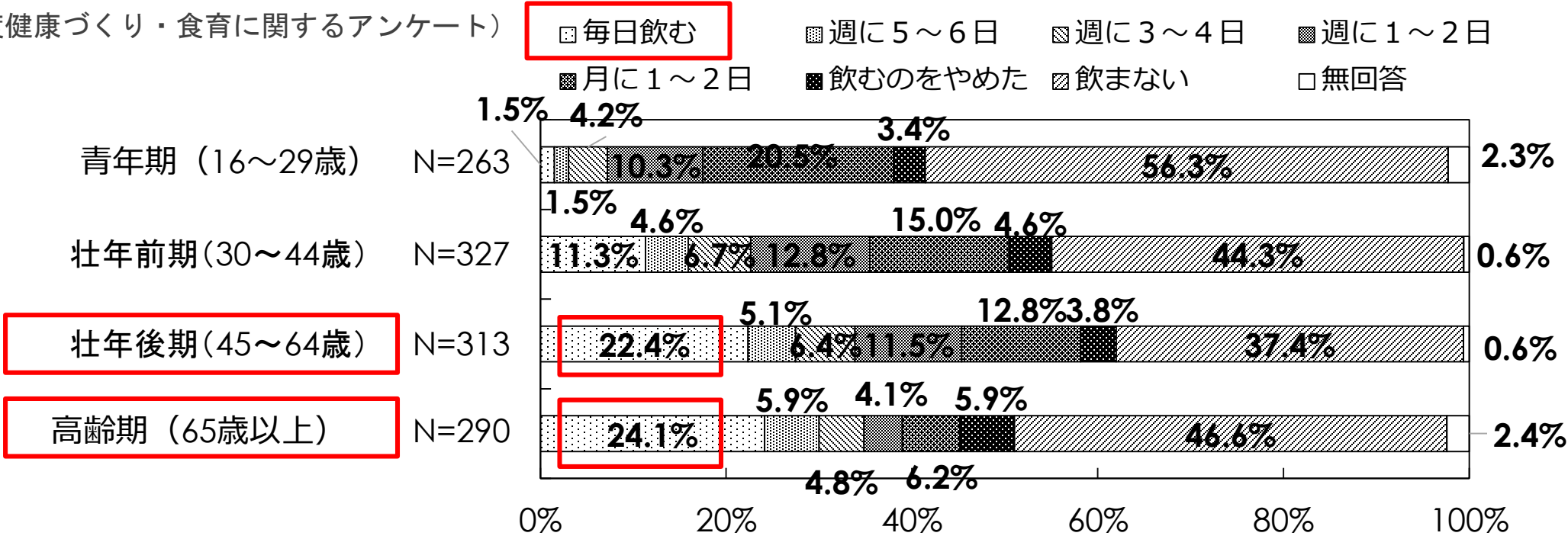
- (1) 栄養・食生活
- (2) 運動・身体活動
- (3) 休養・こころの健康
- (4) 歯の健康
- (5) 喫煙
- (6) 飲酒
- (7) 健康行動

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第3章 健康づくりの推進』

■ アルコール類（酒類）を飲むか（R2 ライフステージ別）

（令和2年度健康づくり・食育に関するアンケート）



数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第3章 健康づくりの推進』

(5) 壮年後期（45～64歳）

分野	項目	現状 (策定時)	資料	中間評価	資料	目標値
(6) 飲酒	毎日お酒を飲む人（男性）	35.3%	※1	35.4%	※I	30%以下
	毎日お酒を飲む人（女性）	12.3%	※1	13.1%	※I	10%以下

※1 健康づくりに関するアンケート（平成26年度）

※I 健康づくりに関するアンケート（令和2年）

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第3章 健康づくりの推進』

(6) 高齢期（65歳以上）

分野	項目	現状 (策定時)	資料	中間評価	資料	目標値
(6) 飲酒	毎日お酒を飲む人（男性）	36.1%	※1	38.6%	※I	30%以下
	毎日お酒を飲む人（女性）	5.2%	※1	9.7%	※I	0%

※1 健康づくりに関するアンケート（平成26年度）

※I 健康づくりに関するアンケート（令和2年）

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第3章 健康づくりの推進』

(6) 飲酒

◇ 壮年後期（45～64歳）

▽ 「毎日飲む人」の割合が減少するよう、普及啓発を実施

◇ 高齢期（65歳以上）

▽ 増加している「毎日飲む人」の割合が減少するよう、普及啓発を実施

中間評価結果

I.『第3章 健康づくりの推進』

- (1) 栄養・食生活
- (2) 運動・身体活動
- (3) 休養・こころの健康
- (4) 歯の健康
- (5) 喫煙
- (6) 飲酒
- (7) 健康行動

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第3章 健康づくりの推進』

(1) 妊娠出産期・乳幼児期（0～5歳）

分野	項目	現状 (策定時)	資料	中間評価	資料	目標値
(7) 健康行動	かかりつけ医を持つ子ども	87.4%	※1	81.4%	※I	100%
	かかりつけ歯科医を持つ子ども	31.0%	※1	32.1%	※I	40%

※1 健康づくりに関するアンケート（平成26年度）

※I 健康づくりに関するアンケート（令和2年）

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第3章 健康づくりの推進』

(7) 健康行動

◇ 妊娠出産期・乳幼児期（0～5歳）

▽ 「かかりつけ医を持つ子ども」の割合が増加するよう、健診等の機会に啓発を実施

中間評価結果

I.『第3章 健康づくりの推進』

II.『第4章 食育の推進』

III.『第5章 重点課題の推進』

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第4章 食育の推進』

(3) 青年期（16～29歳）

分野	項目	現状 (策定時)	資料	中間評価	資料	目標値
食育	食育に関心を持っている人	66.5%	※1	54.0%	※I	90%
	週3日以上、家族や友人と一緒に食事をする人 ※現状値は週3日以上家族の誰かと一緒に食事をする人	82.3%	※1	85.2%	※I	%
	農業体験をしたことがある人	63.1%	※1	66.5%	※I	70%

※1 健康づくりに関するアンケート（平成26年度）

※I 健康づくりに関するアンケート（令和2年）

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第4章 食育の推進』

(4) 壮年前期 (30～44歳)

分野	項目	現状 (策定時)	資料	中間評価	資料	目標値
食育	食育に関心を持っている人	73.6%	※1	70.9%	※I	90%
	週3日以上、家族や友人と一緒に食事をする人 ※現状値は週3日以上家族の誰かと一緒に食事をする人	80.4%	※1	85.9%	※I	90%
	農業体験をしたことがある人	44.0%	※1	47.4%	※I	50%

※1 健康づくりに関するアンケート（平成26年度）

※I 健康づくりに関するアンケート（令和2年）

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第4章 食育の推進』

(8) 「食」やお茶を通じた食文化の継承

分野	項目	現状 (策定時)	資料	中間評価	資料	目標値
食育	家庭で郷土料理や行事食を伝えたい人	30.6%	※1	21.0%	※I	35%
	農産物を購入する際に、京都府内産のものを購入する人	33.8%	※1	28.4%	※I	40%
	緑茶をほぼ毎日飲んでいる人	43.5%	※1	28.7%	※I	50%
	ふだんから急須で淹れたお茶を飲んでいる人	42.0%	※1	18.5%	※I	50%

※1 健康づくりに関するアンケート（平成26年度）

※I 健康づくりに関するアンケート（令和2年）

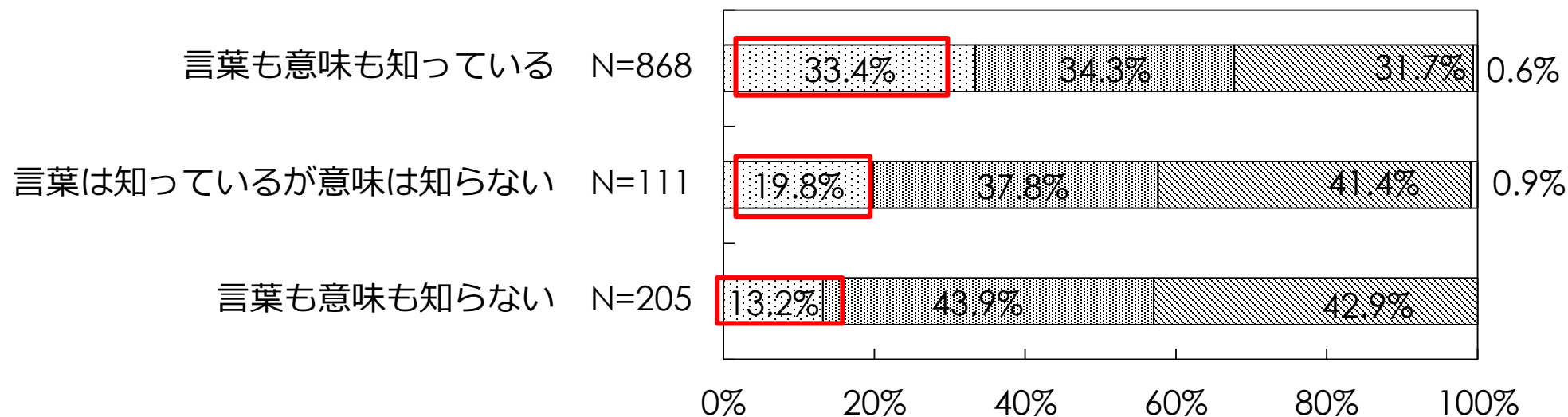
数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第4章 食育の推進』

■ 京都府内で生産された農産物を購入するか (R2・「地産地消」の認識度別)

(令和2年度健康づくり・食育に関するアンケート)

■ 購入している ■ 購入していない ■ わからない □ 無回答



数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第4章 食育の推進』

ライフステージに応じた行動目標

◇ 青年期（16～29歳）

▽ 行政・関係団体が連携し、「食」について楽しく学べる機会等の提供

◇ 壮年前期（30～44歳）

▽ 行政・関係団体が連携し、「食」について楽しく学べる機会等の提供

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第4章 食育の推進』

「食」やお茶を通じた食文化の継承

- ▽ 京都府内産の農産物を購入する人の割合が増加するよう、「地産地消」をテーマとした様々な取組を実施
- ▽ あわせて郷土料理や行事食、緑茶に関する普及啓発を実施

中間評価結果

I.『第3章 健康づくりの推進』

II.『第4章 食育の推進』

III.『第5章 重点課題の推進』

中間評価結果

Ⅲ.『第5章 重点課題の推進』

1. 生活習慣病の発症予防と重症化予防

2. 次世代の健康づくりと食育

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第5章 重点課題の推進』

(1) がん [各種がん検診の受診率]

項目	現状 (策定時)	資料	中間評価	資料	目標値
胃がん	3.2%	－	1.4%	－	40%
肺がん	5.3%	－	2.7%	－	40%
乳がん	18.6%	－	10.5%	－	50%
子宮頸がん	14.8%	－	7.4%	－	50%
大腸がん	18.1%	－	7.3%	－	40%
前立腺がん	17.2%	－	12.6%	－	40%

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第5章 重点課題の推進』

(2) 循環器疾患

項目	現状 (策定時)	資料	中間評価	資料	目標値
メタボリックシンドロームの該当者	16.4%	※1	19.5%	※I	12%以下
メタボリックシンドロームの予備群	9.7%	※1	10.2%	※I	7%以下
特定健康診査の実施率	30.2%	※1	36.1%	※I	60%
特定保健指導の実施率	23.6%	※1	20.2%	※I	60%
収縮期血圧130mmHg以上の人	48.4%	※2	50.6%	※II	44%以下

※1 平成24年度特定健診・特定保健指導法定報告結果

※2 国保データベースシステム

※I 平成30年度特定健診・特定保健指導法定報告結果

※II 国保データベースシステム

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第5章 重点課題の推進』

(3) 糖尿病

項目	現状 (策定時)	資料	中間評価	資料	目標値
HbA1c 5.6% 以上 (NGSP値) の人	53.5%	※1	56.9%	※I	48%以下
糖尿病有病者の割合	9.0%	※1	10.6%	※I	10%以下

※1 国保データベースシステム

※I 国保データベースシステム

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第5章 重点課題の推進』

(5) 生活習慣病の改善 ① 禁煙

項目	現状 (策定時)	資料	中間評価	資料	目標値
喫煙率(男性)	20.9%	※1	19.2%	※I	15%以下
喫煙率(女性)	7.4%	※1	5.7%	※I	0%以下
受動喫煙へ配慮する喫煙者	80.8%	※1	85.9%	※I	90%

※1 健康づくりに関するアンケート(平成26年度)

※I 健康づくりに関するアンケート(令和2年)

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第5章 重点課題の推進』

(5) 生活習慣病の改善 ② 適切な食事

項目	現状 (策定時)	資料	中間評価	資料	目標値
適正体重を維持している人 (男性・青年期)	70.9%	※1	70.2%	※I	80%
適正体重を維持している人 (男性・壮年前期)	69.8%	※1	72.6%	※I	80%
適正体重を維持している人 (男性・壮年後期)	72.0%	※1	63.8%	※I	80%
適正体重を維持している人 (男性・高齢期)	75.5%	※1	68.3%	※I	85%

※1 健康づくりに関するアンケート（平成26年度）

※I 健康づくりに関するアンケート（令和2年）

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第5章 重点課題の推進』

(5) 生活習慣病の改善 ② 適切な食事

項目	現状 (策定時)	資料	中間評価	資料	目標値
適正体重を維持している人 (女性・青年期)	72.0%	※1	68.4%	※I	80%
適正体重を維持している人 (女性・壮年前期)	74.1%	※1	67.1%	※I	85%
適正体重を維持している人 (女性・壮年後期)	75.0%	※1	72.1%	※I	85%
適正体重を維持している人 (女性・高齢期)	77.3%	※1	70.3%	※I	85%

※1 健康づくりに関するアンケート（平成26年度）

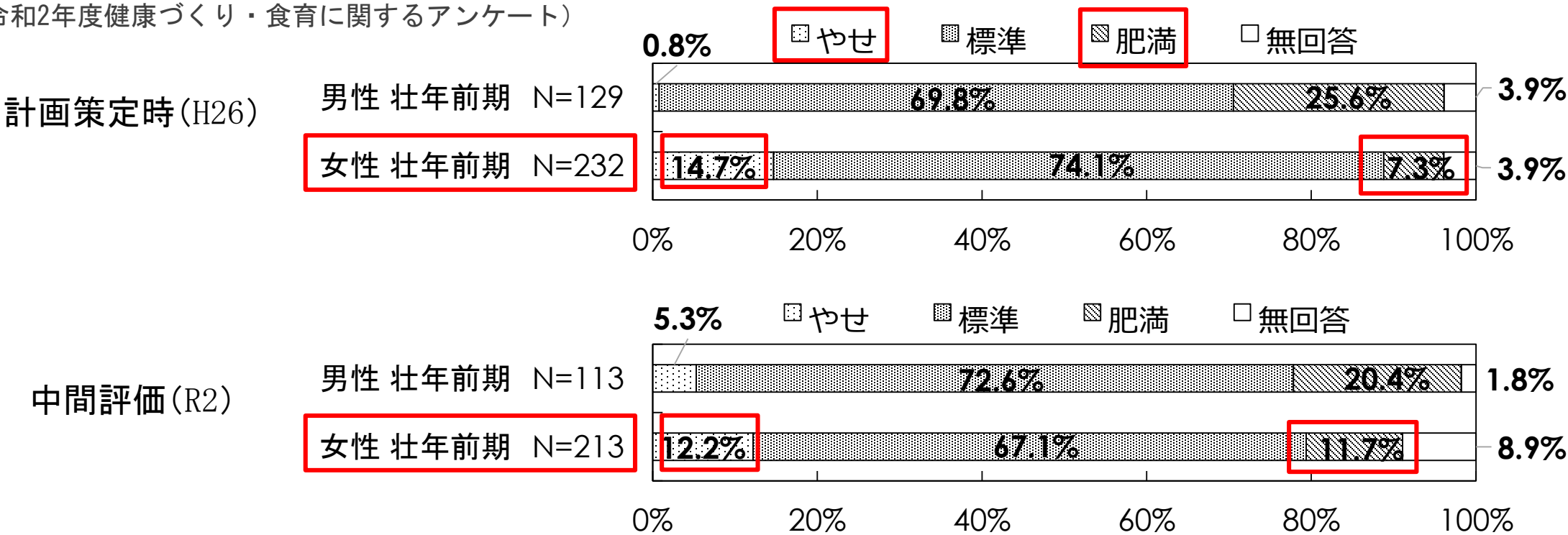
※I 健康づくりに関するアンケート（令和2年）

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第5章 重点課題の推進』

■ BMI 壮年前期（30～44歳）

（令和2年度健康づくり・食育に関するアンケート）



数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第5章 重点課題の推進』

(5) 生活習慣病の改善 ② 適切な食事

項目	現状 (策定時)	資料	中間評価	資料	目標値
減塩を心がけている人	56.5%	※1	50.3%	※I	65%
緑黄色野菜をほぼ毎日とっている人	63.1%	※1	58.7%	※I	70%
淡色野菜をほぼ毎日とっている人	77.7%	※1	75.9%	※I	85%

※1 健康づくりに関するアンケート（平成26年度）

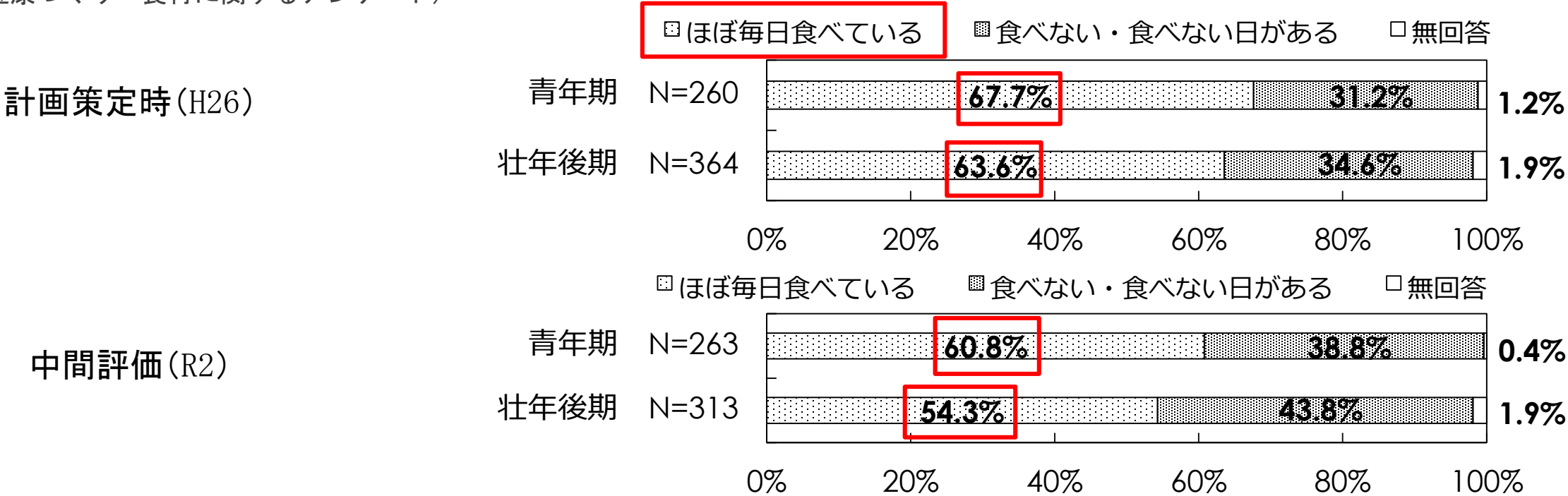
※I 健康づくりに関するアンケート（令和2年）

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第5章 重点課題の推進』

■ 緑黄色野菜をほぼ毎日食べているか（青年期・壮年後期）

（健康づくり・食育に関するアンケート）

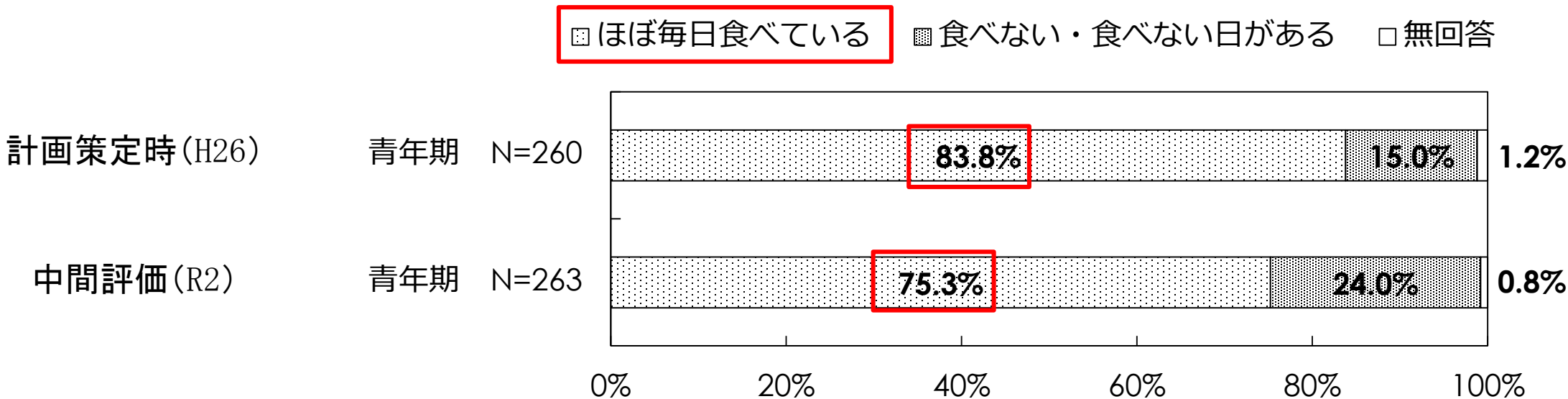


数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第5章 重点課題の推進』

■ その他の野菜をほぼ毎日食べているか（青年期 H26・R2）

（健康づくり・食育に関するアンケート）

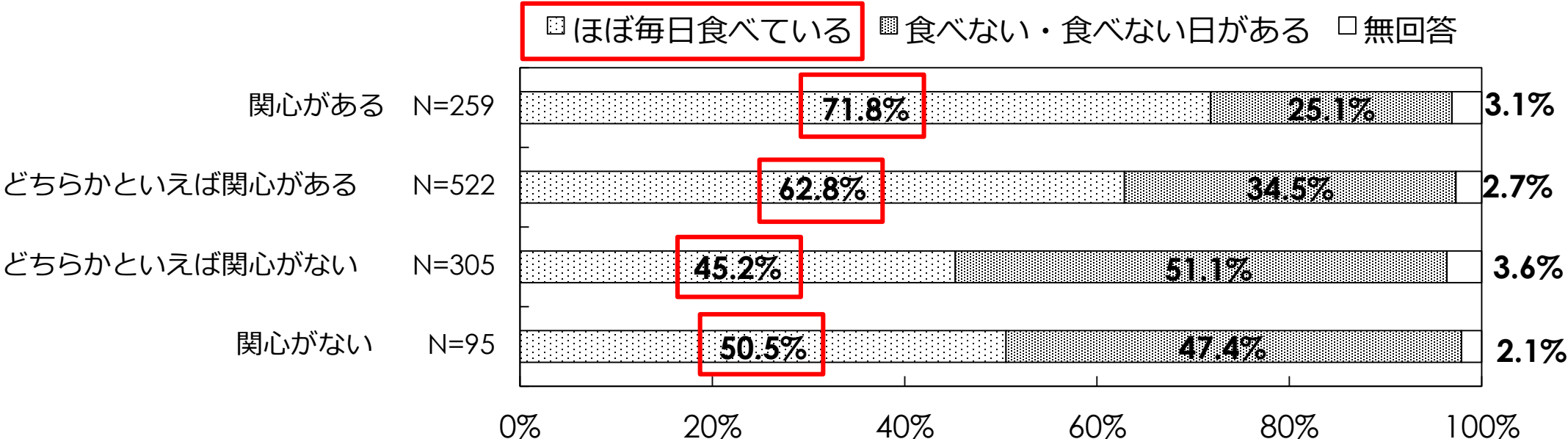


数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第5章 重点課題の推進』

■ 緑黄色野菜をほぼ毎日食べているか（「食育」への関心度別）

（令和2年度健康づくり・食育に関するアンケート）

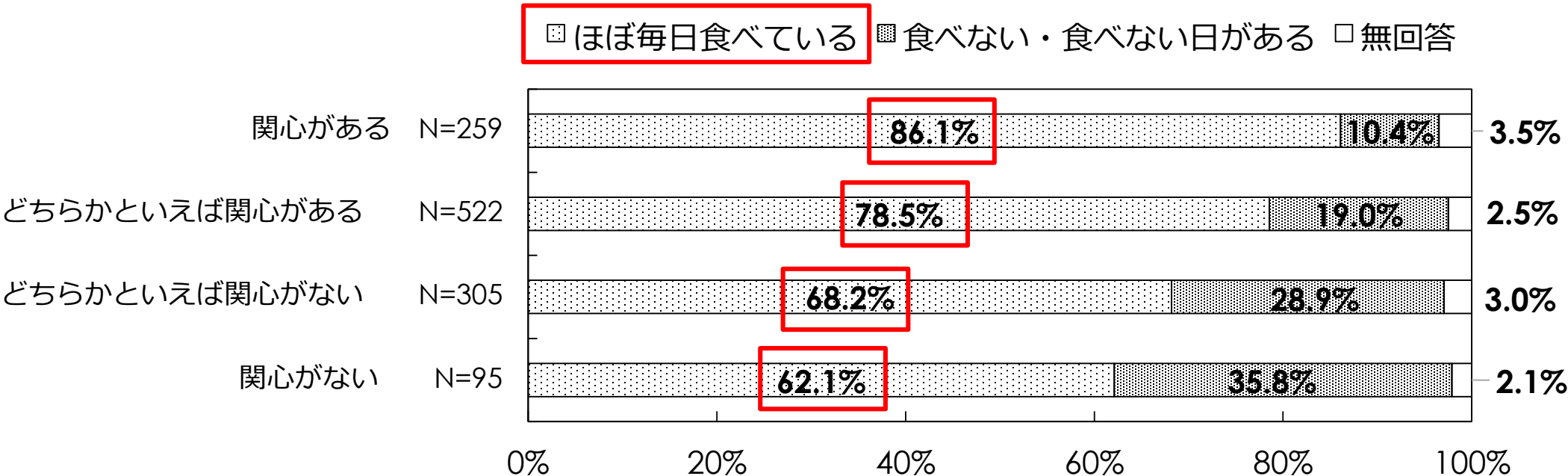


数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第5章 重点課題の推進』

■ その他の野菜をほぼ毎日食べているか（「食育」への関心度別）

（令和2年度健康づくり・食育に関するアンケート）



数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第5章 重点課題の推進』

(6) 地域活動や市民活動への支援

項目	現状 (策定時)	資料	中間評価	資料	目標値
宇治市健康づくり＜うー茶ん＞連絡会 加入団体数(※1)	11団体	－	51団体 (※2)	－	増加を目指す
宇治市食生活改善推進協議会 「若葉の会」会員数	73名	－	45名	－	増加を目指す

※1 ＜うー茶ん＞連絡会は平成31年に解散、その後宇治市健康づくり・食育アライアンス U－CHAへ移行しました

※2 令和2年3月31日時点のU－CHA加入団体数

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第5章 重点課題の推進』

1. 生活習慣病の発症予防と重症化予防

(1) がん

▽ 各種がん検診の受診率向上へ向け、ナッジ理論を取り入れた受診勧奨等の実施

(2) 循環器疾患

▽ 特定保健指導の実施率向上へ向けた取組の実施

▽ メタボリックシンドロームの予防や改善策を実施している人の割合が増加するよう
普及啓発の実施

▽ 現在推進している“適塩”の取組を継続実施

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第5章 重点課題の推進』

1. 生活習慣病の発症予防と重症化予防

(3) 糖尿病

- ▽ 特定保健指導の実施率を向上させ、適切な生活改善指導を実施
- ▽ 発症予防のための普及啓発、重症化予防への個別的なアプローチの実施

(5) 生活習慣の改善 ① 禁煙

- ▽ 青年期（男性）の喫煙率が低下するよう、普及啓発を実施
- ▽ 壮年後期における「受動喫煙へ配慮する喫煙者の割合」が減少するよう、改正健康増進法等のさらなる普及啓発を実施

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第5章 重点課題の推進』

1. 生活習慣病の発症予防と重症化予防

(5) 生活習慣の改善 ② 適切な食事

- ▽ 壮年後期（男性）における「肥満」の割合が減少するよう、普及啓発を実施
- ▽ 壮年前期（女性）の「肥満」の割合が増加しないよう、必要に応じ普及啓発を実施
- ▽ 高齢期へのフレイル予防等に係る取組の推進
- ▽ より多くの市民へ普及するよう、“適塩”の取組を継続して実施
- ▽ 野菜をほぼ毎日とっている人の割合の減少が顕著な青年期、壮年後期へ向けた食育への関心を高める取組の実施

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第5章 重点課題の推進』

1. 生活習慣病の発症予防と重症化予防

(6) 地域活動や市民活動への支援

- ▽ 地域での健康づくり・食育活動が活性化するように、宇治市健康づくり・食育アライアンス U-CHA 及び、宇治市食生活改善推進員協議会「若葉の会」の活動について、引き続き活動支援を行う

中間評価結果

Ⅲ.『第5章 重点課題の推進』

1. 生活習慣病の発症予防と重症化予防

2. 次世代の健康づくりと食育

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第5章 重点課題の推進』

（4）次世代のこころの健康

項目	現状 (策定時)	資料	中間評価	資料	目標値
ストレスを感じる小学生	57.5%	※1	67.3%	※I	50%以下
ストレスを感じる中学生	66.4%	※1	74.3%	※I	60%以下
悩みを相談できる相手がいる小学生	87.1%	※1	88.8%	※I	100%
悩みを相談できる相手がいる中学生	84.5%	※1	85.1%	※I	100%

※1 健康づくりに関するアンケート（平成26年度）

※I 健康づくりに関するアンケート（令和2年）

数値目標に係る現状の評価と今後の方向性

○『第5章 重点課題の推進』

1. 次世代の健康づくりと食育

(4) 次世代のこころの健康

- ▽ ストレスを感じる小学生および中学生が増加している事実を踏まえ、ストレスとの上手な付き合い方等について、普及啓発を実施