

7 糖尿病

		指 標		高浜市		愛知県		国		指標・目標値の考え方	
				現状値	目標値	現状値	目標値	現状値	目標値		
実現したい目標	糖尿病を予防しよう	耐糖能異常率の増加の抑制	耐糖能異常率の割合	13.20%	18%以下	13.4%	18%以下			耐糖能異常率が年に0.6%の割合で上昇しているが、糖尿病予防事業の介入により18%を目標値とする。	
		肥満者の減少	20～60歳代男性	23.4%	15%以下	22.0%	15%以下	24.3%	15%以下	20歳以上の肥満者(BMI 25)の割合を、男15%以下、女18%以下に減少させると、糖尿病有病率は男約6.2%、女約5.7%減少と推計されている。20～60歳代男性15%以下、40～60歳代女性18%以下を目標値とする。 (栄養・食生活参照)	
			40～60歳代女性	23.1%	18%以下	17.6%	12%以下	25.2%	20%以下		
生活スタイルの提案(市民の取り組み)	体重のコントロール	1.週に一度は体重計にのろう	週に一度体重計にのっている人の割合	未	未					平成15年度以降調査予定	
		2.自分の適正体重を知ろう	自分の適正体重を認識し、体重コントロールを実践している人の割合	44.4%	49%以上	43.9%				血糖値低下の目標値として設定(栄養・食生活参照)	
		3.体重のコントロールをこころがけよう									
	適正な食事内容・量	4.自分の必要なカロリーを知ろう	自分の適正体重を維持することのできる食事量を理解している人の割合	男性	62.1%	80%以上	58.1%	80%以上	成人男性 65.6%	成人男性 80%以上	行動変容に関わる要因の一つである知識レベルの目標を達成していく上で重要であり、現状値より10%程度高い値を目標にすることが妥当と考えて、目標値を80%以上と設定している。本市の現状値は、男性については国と大差がないので、国と同様80%以上を目標し、女性は52.9%と国、県と比べ低値であるので、70%を目標値とする。 (栄養・食生活参照)
				女性	52.9%	70%以上	63.4%	80%以上	成人女性 73%	成人女性 80%以上	
		5.1日3食きちんとした食事をとろう	朝食を欠食する人の割合	16～19歳	8.8%	0%	7.6%	0%	6.0%	0%	必要な栄養素を適度に摂取することとあわせて、食行動の変容が重要である。 (栄養・食生活参照)
				男性20歳代	23.5%	12%以下	20.7%	10%以下	32.9%	15%以下	
		6.脂肪のとりすぎに注意しよう	1日あたりの平均脂肪エネルギー比率	26.3%	25%以下	26.3%	25%以下	27.1%	25%以下	脂肪エネルギー比率が30%を超えると、心疾患による死亡率や耐糖能異常が上昇する。一方、必須脂肪酸欠乏症予防の観点から13%は必要であり、20%以下では脳出血しやすいことや、平均余命が短いとの報告があることから目標値を25%とする。(現状値、目標値とも愛知県と同じ) (栄養・食生活参照)	
	7.野菜を多くとろう	1日あたりの野菜摂取量	292g	350g	292g	350g	292g	350g以上	特定の成分を強化した食品に依存するのではなく、基本的に通常の食事として摂取することが望ましいとされている。野菜は350g～400gの摂取が必要と推定されており、愛知県の現状値は国と同値であることから、目標値も350gとする。(現状値、目標値とも愛知県と同じ) (栄養・食生活参照)		

7 糖尿病

		指 標	高浜市		愛知県		国		指標・目標値の考え方			
			現状値	目標値	現状値	目標値	現状値	目標値				
生活スタイルの提案 (市民の取り組み)	適正な食事内容・量	8. 外食や食品を購入する時は、栄養成分表示を見て選ぶ習慣を身につけよう	外食や食品を購入する時、カロリーなどの栄養成分表示を参考にする人の割合		11.0%	未	11.5%	未		県は、平成14年度中に設定予定であるので、その考え方を確認し、平成15年度に目標値を設定することとする。(栄養・食生活参照)		
	運動	9. ふだんから健康のために歩こう	日常生活における歩行の増加	男性	7,721歩	3,700歩以上	7,721歩	3,700歩以上	8,202歩	9,200歩以上	身体活動と死亡率の関連調査で1日1万歩が理想との報告や週2,000kcal以上の消費に関する身体活動が推奨されています。1,000歩は約10分の歩行で得られる歩数で、距離として600m~700mに相当する。糖尿病の相対危険度は週1回未満とそれ以上の運動で1.43、糖尿病発症率が3.2%減少できることから目標値を国、県と1,000歩増加として設定する。(身体活動・運動参照)	
				女性	8,421歩	3,400歩以上	8,421歩	3,400歩以上	7,282歩	3,300歩以上		
		10. 日ごろから身体を動かそう	意識的に身体を動かすなどの運動をしている人の割合	男性	40.7%	51%以上	33.6%	44%以上	52.6%	63%以上		国、県と同様10ポイント増を目標値とする。(身体活動・運動参照)
				女性	29.6%	40%以上	37.1%	47%以上	52.8%	63%以上		
	11. 運動やスポーツを習慣にしよう	運動習慣のある人の割合	男性	25.3%	35%以上	21.5%	32%以上	28.6%	39%以上	1回30分以上の運動を週2回以上実施する運動習慣は健康の増進に有効である。国、県と同様10ポイント増を目標値とする。(身体活動・運動)		
			女性	16.0%	26%以上	19.7%	30%以上	24.6%	35%以上			
	健康管理	12. 定期的に健診を受けよう	老人保健法による基本健康診査受診率		41.7%	60%	48.5%	60%	成人男性 65.10%	成人男性 84%	高齢者保健福祉計画で示している平成19年度目標値を目標とする。	
		13. かかりつけ医、かかりつけ薬局をもとう			未	未			成人女性 73.4%	成人女性 84%	平成15年度以降調査予定	
		14. 生活習慣病予防の健康教室に参加しよう	健康教育参加者数		5,968人	6,600人					生活習慣病予防の機会として、参加人数を事業の介入効果として、1割増を目標値とする。	
組(健康づくり行政)・健康づくり健康関連団体等 の提案取	1. 糖尿病予防に関する知識の普及を行います	老人保健法による基本健康診査受診率		41.7%	60%	48.5%	60%	成人男性 65.10%	成人男性 84%	高齢者保健福祉計画で示している平成19年度目標値を目標とする。		
	2. 健康診査の受診率の向上を図り、糖尿病ハイリスク者の早期発見に努めます							成人女性 73.4%	成人女性 84%			
	3. 健康づくり推進委員が、地域で生活習慣予防の活動をします	健康づくり推進委員の地区活動参加人数		1,347人	1,500人					健康づくり推進委員による地域での活動が充実していくことにより、事業の介入効果として1割増を目標値とする。		