

5 代表目標項目

	目標内容	最終目標値	策定時	現 状
1. 栄養・食生活	適正な食生活をする人の割合の増加 (3食きちんと食べている人の割合の増加)	男性 88.0% 女性 93.0%	81.5% 88.5%	80.1% (H16) 88.8% (H16)
	脂肪エネルギー比率の減少	20～40歳代の1日当たりの 平均摂取量25%以下	24.1%	26.4% (H18)
	野菜摂取量の増加	成人1人当たりの平均摂取量350g	241.1g	277.2g (H18)
	朝食欠食率の減少	20歳代男性、30歳代男性 15%以下	—	20歳代 18.0% (H18) 30歳代 13.5% (H18)
2. 身体活動・運動	日常生活における1日の歩数の増加	歩数 1,000歩増やす	男性 8,144歩 女性 7,439歩	男性 6,577歩 (H18) 女性 6,247歩 (H18)
	運動習慣者の増加 (運動を1日30分以上週2回以上1年以上している人の増加)	運動習慣者 男性 29.0% 女性 27.0%	23.1% 20.9%	31.1% (H18) 28.1% (H18)
3. 休養・こころの健康づくり	睡眠による休養を充分にとれていない人の減少	減らす	—	13.7% (H18)
4. たばこ	未成年者の喫煙をなくす	喫煙 0%	—	
	公共施設の禁煙分煙の割合増加	県及び市町が管理する施設 100%	—	71.5% (H18)
	喫煙する人の割合減少	男性(成人) 36.0% 女性(成人) 4.0%	46.0% 6.0%	37.7% (H18) 6.3% (H18)
5. 飲酒	未成年者の飲酒をなくす	飲酒 0%	—	
	多量に飲酒する人の減少	減らす	—	男性 4% (H18) 女性 0% (H18)
6. 歯の健康づくり	う蝕のない幼児の増加	3歳児 80%以上	43.0%(H10)	59.9%(H18)
	歯周疾患のある人の減少	40歳代 40%以下	68.3%(H11)	97.4%(H17)
	8020達成者の増加 (80歳以上で自分の歯を20本以上保つ人の増加)	80歳以上 30.5% (策定時の2倍)	15.25%(H11)	19.4%(H17)
7. 生活習慣病対策	適正体重を維持している人の増加	適正体重維持		
	肥満者(BMI25.0以上)の減少	20～60歳代男性 20%以下 40～60歳代女性 15%以下	27.5% 21.5%	36.5%(H18) 28.0%(H18)
	やせの者(BMI18.5以下)の減少	20歳代女性 15%以下	20.1%	30.0%(H18)
	メタリック・リック・ローム(内臓脂肪症候群)該当者及び予備群の推定数の減少	該当者 10%減少(H20年比) 予備群 10%減少(H20年比)	—	参考*192,454人 参考*185,618人
	特定健診・特定保健指導を受ける人の増加	特定健診受診率 70% 特定保健指導実施率 45%	—	— (H20開始) — (H20開始)
	がん検診受診率の増加 (がん対策推進計画による)	がん検診受診率 50% 胃がん 50% 子宮がん 50% 乳がん 50% 肺がん 50% 大腸がん 50%	12.7% 16.8% 16.1% 31.3% 14.6%	12.6%(H17) 24.3%(H17) 17.7%(H17) 24.3%(H17) 17.0%(H17)

*H18長崎県健康・栄養調査による成人(20歳以上)の推定数