

健康日本21の各項目についてのデータ一覧表

資料2-3

分野	目標(指標の目安)	対象	目標値	ベースライン調査 (又は参考値)		中間実績値等		現状値実績値等	
1 栄養・食生活	1.1 適正体重を維持している人の増加 (肥満者等の割合)	a)児童・生徒の肥満児 (6～14歳)	7%以下	10.7%	H9年 国民栄養調査	10.2%	H16年 国民健康・栄養調査		
		b)20歳代女性のやせの者	15%以下	23.3%		21.4%			
		c)20～60歳代男性の肥満者	15%以下	24.3%		29.0%			
		d)40～60歳代の女性の肥満者	20%以下	25.2%		24.6%			
	1.2 脂肪エネルギー比率の減少 (1日当たり平均摂取比率)	a)20～40歳代	25%以下	27.1%	H9年 国民栄養調査	26.7%	H16年 国民健康・栄養調査		
	1.3 食塩摂取量の減少 (1日当たり平均摂取量)	a)成人	10g未満	13.5g	H9年 国民栄養調査	11.2g	H16年 国民健康・栄養調査		
	1.4 野菜の摂取量の増加 (1日当たり平均摂取量)	a)成人	350g以上	292g	H9年 国民栄養調査	267g	H16年 国民健康・栄養調査		
	1.5 カルシウムに富む食品の摂取量の増加 (1日当たりの平均摂取量・成人)	a)牛乳・乳製品	130g以上	107g	H9年 国民栄養調査	101g	H16年 国民健康・栄養調査		
		b)豆類	100g以上	76g		65g			
		c)緑黄色野菜	120g以上	98g		89g			
1.6 自分の適正体重を認識し、体重コントロールを実践する人の増加 (実践する人の割合)	a)男性(15歳以上)	90%以上	62.6%	H10年 国民栄養調査	60.2%	H16年 国民健康・栄養調査			
	b)女性(15歳以上)	90%以上	80.1%		70.3%				
1.7 朝食を欠食する人の減少 (欠食する人の割合)	a)中学、高校生	0%	6.0%	H9年 国民栄養調査	6.2%	H16年 国民健康・栄養調査			
	b)男性(20歳代)	15%以下	32.9%		34.3%				
	c)男性(30歳代)	15%以下	20.5%		25.9%				
1.8 量・質ともに、きちんとした食事を する人の増加 (一日最低一食、きちんとした食事を、家族 等2人以上で楽しく、30分以上かけてとる人 の割合)	a)成人(20歳以上)	70%以上	56.3%	H8年 国民栄養調査	61.0%	H16年 国民健康・栄養調査			

分野		目標(指標の目安)	対象	目標値	ベースライン調査 (又は参考値)		中間実績値等		現状値実績値等	
1 栄養・食生活	1.9	外食や食品を購入する時に栄養成分表示を参考にする人の増加 (参考にする人の割合)	a)成人男性	30%以上	20.1%	H12年 国民栄養調査	18.0%	H16年 国民健康・栄養調査		
			b)成人女性	55%以上	41.0%		40.4%			
	1.10	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増加 (理解している人の割合)	a)成人男性	80%以上	65.6%	H8年 国民栄養調査	69.1%	H16年 国民健康・栄養調査		
			b)成人女性	80%以上	73.0%		75.0%			
	1.11	自分の食生活に問題があると思う人のうち、食生活の改善意欲のある人の増加 (改善意欲のある人の割合)	a)成人男性	80%以上	55.6%	H8年 国民栄養調査	59.1%	H16年 国民健康・栄養調査		
			b)成人女性	80%以上	67.7%		67.3%			
	1.12	ヘルシーメニューの提供の増加と利用の促進 (提供数、利用する人の割合)	a)男性(20～59歳)	50%以上	34.4%	H12年 国民栄養調査	28.1%	H16年 国民健康・栄養調査		
b)女性(20～59歳)			50%以上	43.0%	43.7%					
1.13	学習の場の増加と参加の促進 (学習の場の数、学習に参加する人の割合)	a)成人男性(20歳以上)	10%以上	6.1%	H12年 国民栄養調査	7.4%	H16年 国民健康・栄養調査			
		b)成人女性(20歳以上)	30%以上	14.7%		15.3%				
1.14	学習や活動の自主グループの増加 (自主グループの数)	a)成人男性(20歳以上)	5%以上	2.4%	H12年 国民栄養調査	3.5%	H16年 国民健康・栄養調査			
		b)成人女性(20歳以上)	15%以上	7.8%		7.4%				
1.15	メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)を認知している国民の割合の増加 (メタボリックシンドロームを知っている人の割合(全国平均))	a)20歳以上	80%以上	—	—	—	—			

分野		目標(指標の目安)	対象	目標値	ベースライン調査 (又は参考値)		中間実績値等		現状値実績値等	
2 身体活動・運動	2.1	【成人(20歳以上)】 意識的に運動を心がけている人の増加 (意識的に運動している人の割合)	a)男性	63%以上	51.8%	H8年 保健福祉動向調査	54.2%	H15年 国民健康・栄養調査		
			b)女性	63%以上	53.1%		55.5%			
	2.2	【成人】 日常生活における歩数の増加(日常生活における歩数)	a)男性(15歳以上)	9,200歩以上	8,202歩	H9年 国民栄養調査	7,532歩	H16年 国民健康・栄養調査		
			b)女性(15歳以上)	8,300歩以上	7,282歩		6,446歩			
	2.3	【成人(20歳以上)】 運動習慣者の増加 (運動習慣者の割合)	a)男性	39%以上	28.6%	H9年 国民栄養調査	30.9%	H16年 国民健康・栄養調査		
			b)女性	35%以上	24.6%		25.8%			
	2.4	【高齢者】 外出について積極的な態度をもつ人の増加 (運動習慣者の割合)	a)男性(60歳以上)	70%以上	59.8%	H11年 高齢者の日常生活に関する意識調査	51.8%	H15年 国民健康・栄養調査		
			b)女性(60歳以上)	70%以上	59.0%		51.4%			
c)80歳以上(全体)			56%以上	46.3%	38.7%					
2.5	【高齢者】 何らかの地域活動を実施している者の増加 (地域活動を実施している人)	a)男性(60歳以上)	58%以上	48.3%	H10年 高齢者の地域社会への参加に関する意識調査	66.0%	H15年 国民健康・栄養調査			
		b)女性(60歳以上)	50%以上	39.7%		61.0%				
2.6	【高齢者】 日常生活における歩数の増加 (日常生活の歩数)	a)男性(70歳以上)	6,700歩以上	5,436歩	H9年 国民栄養調査	5,386歩	H16年 国民健康・栄養調査			
		b)女性(70歳以上)	5,900歩以上	4,606歩		3,917歩				
2.7	【高齢者】 安全に歩行可能な高齢者の増加 (開眼片脚起立時間20秒以上に該当する人の増加)	a)男性(65~74歳)	80%以上	68.1%	H8年度 健康づくりに関する意識調査	—	—			
		b)男性(75歳以上)	60%以上	38.9%		—				
		c)女性(65~74歳)	75%以上	62.4%		—				
		d)女性(75歳以上)	50%以上	21.2%		—				
2.8	メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)を認知している国民の割合の増加	1. 15 栄養・食生活 参照								

分野		目標(指標の目安)	対象	目標値	ベースライン調査 (又は参考値)		中間実績値等		現状値実績値等	
3 休養・こころの健康	3.1	ストレスを感じた人の減少 (ストレスを感じた人の割合)	a)全国平均	49%以下	54.6%	H8年度 健康づくりに関する 意識調査	62.2%	H15年 国民健康・栄養調査		
	3.2	睡眠による休養を十分にとれていない人の減少 (とれない人の割合)	a)全国平均	21%以下	23.1%	H8年度 健康づくりに関する 意識調査	21.2%	H16年 国民健康・栄養調査		
	3.3	睡眠の確保のために睡眠補助品やアルコールを使うことのある人の減少 (睡眠補助品等を使用する人の割合)	a)全国平均	13%以下	14.1%	H8年度 健康づくりに関する 意識調査	17.6%	H15年 国民健康・栄養調査		
	3.4	自殺者の減少 (自殺者数)	全国数	22,000人以下	31,755人	H10年 人口動態統計	30,539人	H16年 人口動態統計		
4 たばこ	4.1	喫煙が及ぼす健康影響についての十分な知識の普及 (知っている人の割合)	a)肺がん	100%	84.5%	H10年度 喫煙と健康問題に 関する実態調査	87.5%	H15年 国民健康・栄養調査		
			b)喘息	100%	59.9%		63.4%			
			c)気管支炎	100%	65.5%		65.6%			
			d)心臓病	100%	40.5%		45.8%			
			e)脳卒中	100%	35.1%		43.6%			
			f)胃潰瘍	100%	34.1%		33.5%			
			g)妊娠に関連した異常	100%	79.6%		83.2%			
			h)歯周病	100%	27.3%		35.9%			
	4.2	未成年者の喫煙をなくす (喫煙している人の割合)	a)男性(中学1年)	0%	7.5%	H8年度 未成年者の喫煙行 動に関する全国調 査	3.2%	H16年度 未成年者の喫煙 および 飲酒行動に関する 全国調査		
			b)男性(高校3年)	0%	36.9%		21.7%			
c)女性(中学1年)			0%	3.8%	2.4%					
d)女性(高校3年)			0%	15.6%	9.7%					

分野		目標(指標の目安)	対象	目標値	ベースライン調査 (又は参考値)		中間実績値等		現状値実績値等	
4 たばこ	4.3	公共の場及び職場における分煙の徹底及び効果の高い分煙に関する知識の普及 (分煙を実施している割合・知っている人の割合)	a)公共の場	100%	都道府県→89.4% 政令市等→95.9% 市町村→50.7% 保健所→95.5%	H12年 地方自治体庁舎等における禁煙・分煙の実施状況調査	都道府県→100% 政令市等→100% 市町村→89.7% 保健所→100%	H16年 地方自治体庁舎等における禁煙・分煙の実施状況調査		
			b)職場	100%	40.3%	H9年 労働者健康状況調査	55.9%	H14年 労働者健康状況調査		
			c)効果の高い分煙に関する知識の普及	100%	-	-	-	H17年 分煙の知識に関する全国調査		
	4.4	禁煙支援プログラムの普及 (禁煙支援プログラムが提供されている市町村の割合)	a)全国	100%	32.9%	H13年度 地域保健・老人保健事業報告	39.7%	H15年度 地域保健・老人保健事業報告		
	4.5	喫煙をやめたい人がやめる 参考(喫煙率、禁煙希望者の割合)	喫煙率	-	-	-	男性:43.2% 女性:12.0%	H16年 国民健康・栄養調査		
禁煙希望者の割合			-	-	-	男性:24.6% 女性:32.7%	H15年 国民健康・栄養調査			
5 アルコール	5.1	多量に飲酒する人の減少 (多量に飲酒する人の割合)	a)男性	3.2%以下	4.1%	H8年度 健康づくりに関する意識調査	5.4%	H16年 国民健康・栄養調査		
			b)女性	0.2%以下	0.3%		0.7%			
	5.2	未成年者の飲酒をなくす (飲酒している人の割合)	a)男性(中学3年)	0%	26.0%	H8年度 未成年者の飲酒行動に関する全国調査	16.7%	平成16年度 未成年者の喫煙および飲酒行動に関する全国調査		
			b)男性(高校3年)	0%	53.1%		38.4%			
			c)女性(中学3年)	0%	16.9%		14.7%			
d)女性(高校3年)			0%	36.1%	32.0%					
5.3	「節度のある適度な飲酒」の知識の普及 (知っている人の割合)	a)男性	100%	50.3%	H13年 国民栄養調査	48.6%	H15年 国民健康・栄養調査			
		b)女性	100%	47.3%		49.7%				

分野	目標(指標の目安)	対象	目標値	ベースライン調査 (又は参考値)		中間実績値等		現状値実績値等		
6 歯 の 健 康	6.1	う歯のない幼児の増加 (う歯のない幼児の割合-3歳)	全国平均	80%以上	59.5%	H10年度 3歳児歯科健康診 査	68.7%	H15年度 3歳児歯科健康診 査		
	6.2	フッ化物歯面塗布を受けたことのある 幼児の増加 (受けたことのある幼児の割合-3歳)	全国平均	50%以上	39.6%	H5年 歯科疾患実態調査	37.8%	H16年 国民健康・栄養調査		
	6.3	間食として甘味食品・飲料を頻回飲 食する習慣のある幼児の減少 (習慣のある幼児の割合-1歳6ヶ月)	全国平均	15%以下	29.9%	H3年 久保田らによる調 査	22.6%	H16年 国民健康・栄養調査		
	6.4	一人平均う歯数の減少 (一人平均う歯数-12歳)	全国平均	1歯以下	2.9歯	H11年度 学校保健統計調査	1.9歯	H16年度 学校保健統計調査		
	6.5	フッ化物配合歯磨剤使用の増加(使 用している人の割合)	全国平均	90%以上	45.6%	H3年 荒川らによる調査	52.5%	H16年 国民健康・栄養調査		
	6.6	個別的な歯口清掃指導を受ける人 の増加 (過去1年間に受けたことのある人の割合)	全国平均	30%以上	12.8%	H5年 保健福祉動向調査	16.5%	H16年 国民健康・栄養調査		
	6.7	進行した歯周炎の減少 (有する人の割合)	a)40歳	22%以下	32.0%	H9~10年 富士宮市 モデル事業報告	26.6%	H16年 国民健康・栄養調査		
			b)50歳	33%以下	46.9%		42.2%			
	6.8	歯間部清掃用器具の使用の増加 (使用する人の割合)	a)40歳(35歳~44歳)	50%以上	19.3%	H5年 保健福祉動向調査	39.0%	H16年 国民健康・栄養調査		
			b)50歳(45~54歳)	50%以上	17.8%		40.8%			
	6.9	喫煙が及ぼす健康影響についての 十分な知識の普及 (知っている人の割合)	4. 1 たばこ参照							
	6.10	禁煙支援プログラムの普及	4. 4 たばこ参照							
	6.11	80歳で20歯以上、60歳で24歯以 上の自分の歯を有する人の増加 (自分の歯を有する人の増加)	a)80歳(75~84)で20歯以 上	20%以上	11.5%	H5年 歯科疾患実態調査	25.0%	H16年 国民健康・栄養調査		
b)60歳(55~64)で24歯以 上			50%以上	44.1%	60.2%					
6.12	定期的な歯石除去や歯面清掃を受 ける人の増加 (過去1年間に受けた人の割合)	60歳(55~64歳)	30%以上	15.9%	H4年 寝屋川市調査	43.2%	H16年 国民健康・栄養調査			
6.13	定期的な歯科検診の受診者の増加 (過去1年間に受けた人の割合)	60歳(55~64歳)	30%以上	16.4%	H5年 保健福祉動向調査	35.7%	H16年 国民健康・栄養調査			

分野	目標(指標の目安)	対象	目標値	ベースライン調査 (又は参考値)	中間実績値等	現状値実績値等		
7 糖尿病	7.1	成人の肥満者の減少	1. 1 栄養・食生活 参照					
	7.2	日常生活における歩数の増加	2. 2 身体活動・運動 参照					
	7.3	質・量ともにバランスのとれた食事	1. 8 栄養・食生活 参照					
	7.4	糖尿病健診の受診の促進 (受けている人の数)	定期健康診断等糖尿病に関する健康診断受診者	6,860万人以上	4,573万人	H9年 健康・福祉関連 サービス需要実態 調査	5,850万人	H16年 国民生活基礎調査
	7.5	糖尿病検診受診後の事後指導の推進 (受けている人の割合)	a)糖尿病検診における異常所見者の事後指導受診率(男性)	100%	66.7%	H9年 糖尿病実態調査	74.2%	H14年度 糖尿病実態調査
			b)糖尿病検診における異常所見者の事後指導受診率(女性)	100%	74.6%		75.0%	
	7.6	糖尿病有病者の減少 (推計)	糖尿病有病者数	1,000万人	690万人	H9年 糖尿病実態調査	740万人	H14年度 糖尿病実態調査
	7.7	糖尿病有病者の治療の継続 (治療継続している人の割合)	糖尿病有病者の治療継続率	100%	45.0%	H9年 糖尿病実態調査	50.6%	H14年度 糖尿病実態調査
	7.8	糖尿病合併症の減少 (合併症を発症した人の数) (合併症を有する人の数)	【合併症を発症した人の数】 a)糖尿病性腎症 (糖尿病性腎症によって新規に人工透析導入となった患者)	11,700人	10,729人	1998年 「わが国の慢性透析療法 の現況」(日本透析医学会)	13,920人	2004年 「わが国の慢性透析療法 の現況」(日本透析医学会)
			【合併症を有する人の数】 b)失明 (糖尿病性網膜症による視覚障害)	—	約3,000人	1988年 「視覚障害の疾病 調査研究」	—	—
	7.9	メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)を認知している国民の割合の増加	1. 15 栄養・食生活 参照					
7.10	メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の該当者・予備群の減少(メタボリックシンドロームの該当者・予備群の人数(40~74歳))	該当者・予備群(男性)	H24年10%以上減少 (対H20年) H27年25%以上減少 (対H20年)	1,400万人 (参考値)	H16年 国民健康・栄養調査	—	—	
		該当者・予備群(女性)	H24年10%以上減少 (対H20年) H27年25%以上減少 (対H20年)	560万人 (参考値)		—		
7.11	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・保健指導の受診者数の向上 (特定健康診査の実施率) (特定保健指導の実施率)	a)健診実施率	H24年70% H27年80%	38.9%	H20年度 特定健康診査・特定保健指導の実施 状況	—	—	
		b)保健指導実施率	H24年45% H27年60%	7.7%		—	—	

分野	目標(指標の目安)	対象	目標値	ベースライン調査 (又は参考値)	中間実績値等	現状値実績値等		
8 循環器病	8.1 食塩摂取量の減少	1. 3 栄養・食生活 参照						
	8.2 カリウム摂取量の増加 (1日当たりの平均摂取量)	成人	3. 5g以上	2.5g	H9年 国民栄養調査	2.4g	H16年 国民健康・栄養調査	
	8.3 成人の肥満者の減少	1. 1 栄養・食生活 参照						
	8.4 運動習慣者の増加	2. 3 身体活動・運動 参照						
	8.5 高血圧の改善 (推計)	(推計値)平均最大血圧	†	男性132.7mmHg 女性126.2mmHg	H10年 国民栄養調査	131.5mmHg 125.0mmHg	H16年 国民健康・栄養調査	
	8.6 たばこ対策の充実	4. たばこ 参照						
	8.7 高脂血症の減少 (高脂血症の人の割合)	a)男性 ----- b)女性	5. 2%以下 ----- 8. 7%以下	10.5% ----- 17.4%	H9年 国民栄養調査	12.1% ----- 17.8%	H16年 国民健康・栄養調査	
	8.8 糖尿病有病者の減少	7. 6 糖尿病 参照						
	8.9 飲酒対策の充実	5 アルコール 参照						
	8.10 健康診断を受ける人の増加 (健診受診者の数)	全国数	6, 860万人以上	4,573万人	H9年 健康福祉関連サー ビス需要実態調査	5,850万人	H16年 国民生活基礎調査	
	8.11	生活習慣の改善等による循環器病 の減少(推計) 脳卒中死亡率(人口10万対)	全体	†	110.0	H10年 人口動態統計	102.3	H16年 人口動態統計
			男性	†	106.9		99.9	
			女性	†	113.1		104.5	
		生活習慣の改善等による循環器病 の減少(推計) 脳卒中死亡数	全体	†	13万7,819人	H10年 人口動態統計	12万9,055人	H16年 人口動態統計
男性	†		6万5,529人	6万1,547人				
女性	†		7万2,290人	6万7,508人				
生活習慣の改善等による循環器病 の減少(推計) 虚血性心疾患死亡率(人口10万対)	全体	†	57.2	H10年 人口動態統計	56.5	H16年 人口動態統計		
	男性	†	62.9		63.4			
	女性	†	51.8		50.0			
生活習慣の改善等による循環器病 の減少(推計) 虚血性心疾患死亡数	全体	†	7万1,678人	H10年 人口動態統計	7万1,285人	H16年 人口動態統計		
	男性	†	3万8,566人		3万9,014人			
	女性	†	3万3,112人		3万2,271人			
8.12	メタボリックシンドローム(内臓脂肪 症候群)を認知している国民の割合 の増加	1. 15 栄養・食生活 参照						
8.13	メタボリックシンドローム(内臓脂肪 症候群)の該当者・予備群の減少	7. 10 糖尿病 参照						
8.14	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 健指導の受診者数の向上	7. 11 糖尿病 参照						

分野	目標(指標の目安)	対象	目標値	ベースライン調査 (又は参考値)		中間実績値等		現状値実績値等		
9 がん	9.1	たばこ対策の充実	4. たばこ 参照							
	9.2	食塩摂取量の減少	1. 3 栄養・食生活 参照							
	9.3	野菜の摂取量の増加 (1日当たり平均摂取量)	1. 4 栄養・食生活 参照							
	9.4	1日の食事において、果物類を摂取している者の増加 (摂取している人の割合)	成人	60%以上	29.3%	H9年 国民栄養調査	63.5%	H16年 国民健康・栄養調査		
	9.5	脂肪エネルギー比率の減少	1. 2 栄養・食生活参照							
	9.6	飲酒対策の充実	5. アルコール 参照							
	9.7	がん検診の受診者の増加 (検診受診者数)	a)胃がん ----- b)子宮がん ----- c)乳がん ----- d)肺がん ----- e)大腸がん	2,100万人以上 ----- 1,860万人以上 ----- 1,600万人以上 ----- 1,540万人以上 ----- 1,850万人以上	1,401万人 ----- 1,241万人 ----- 1,064万人 ----- 1,023万人 ----- 1,231万人		H9年 健康・福祉関連 サービス需要実態 調査	1,777万人 ----- 1,056万人 ----- 836万人 ----- 1,100万人 ----- 1,432万人	H16年 国民生活基礎調査	