



みんなが主役！ 元気なうわじま！！

～これまでの5年を これからの5年へ～

宇和島市健康づくり推進計画(第2次) 中間評価ダイジェスト版
☆計画策定から5年。こんな変化がありました☆



宇和島市では健康づくり推進計画(第2次)(H25～H35年度)に基づいた活動を推進しています。
計画の中間評価(H29年度)を行い、行政の取り組みを見直しました。
改善された部分もありますが、まだまだ課題も残っているようです。



行政の取り組み(平成30年～)

小中学校と協働し、こども達の生活習慣病予防に取り組みます



若い人達にも健診の機会を提供します
(19～39歳対象 若年者健診)



2歳児歯科健診をはじめます



心臓病の減少に向けて心電図を無料化します(特定健診受診者)



人工透析を防ぐため、糖尿病の重症化予防を強化します



歯周疾患検診対象者を拡げます(40～70歳)



自殺者ゼロに向けて、宇和島市自殺対策推進計画を策定します



運動習慣をつけられるよう、健康マイレージ事業「うわじま歩ポ」を広めます



保健師や栄養士がサポートします!!



宇和島市健康づくり推進計画(第2次)
中間評価ダイジェスト版

平成30年10月発行/発行:宇和島市

編集:保健福祉部 保険健康課 〒798-8601 愛媛県宇和島市曙町1番地 ☎:0895-24-1111(代表)

ここが良くなれば、さらに元気な宇和島市になれる!!

ライフ
ステージ



乳幼児(0~5歳)



学童・思春期(6~18歳)



青年期・壮年期(19~64歳)

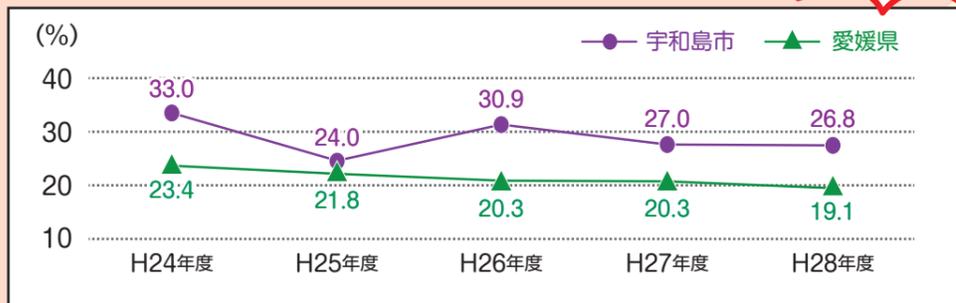


高齢期(65歳~)

宇和島市の現状と課題

★ もっと減らせる! う歯のある子ども

● う歯のある子どもの割合(3歳児)



県内ワースト
5位!(H28)

(母子保健報告)

★ 子どもの頃から肥満・コレステロール異常者が多い!

● 中学生の健診有所見割合(H27年度)

		肥満			脂質検査			血圧		
		割合 (%)								
宇和島市	男	12.3	1.2	0.3	1.2	3.7	1.4	1.2	1.4	0.3
	女	8.9	3.7	1.4	1.4	3.7	1.4	1.4	3.7	1.4
愛媛県	男	8.7	1.6	0.5	1.6	3.4	1.5	1.6	3.4	0.5
	女	8.0	3.4	1.5	3.4	3.4	1.5	3.4	3.4	1.5

(「学校保健実施報告」公益財団法人 愛媛県総合保健協会)

★ 生活習慣改善が必要な40~50歳代が2割以上!

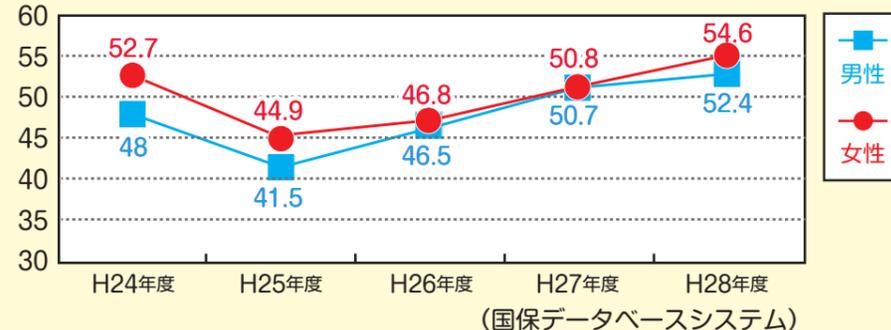
● 特定健診でメタボに該当した人の割合(H28年度)

	40~49歳	50~59歳	60~64歳	65~74歳	計
特定健診受診者数(人)	506	732	917	3,230	5,385
メタボの割合(%)	23.7	22.0	15.3	11.2	14.6

(事業評価)

★ 血糖値が高い人が増加中!

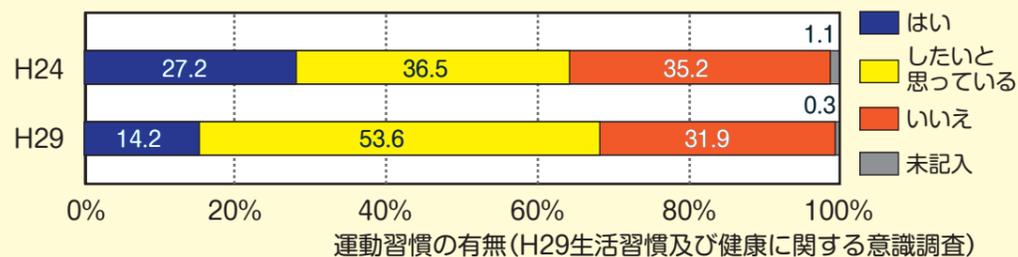
● 特定健診のHbA1c5.6%以上の年次推移



(国保データベースシステム)

★ 運動の習慣づけが難しい人が5割!

● 運動習慣はありますか(1回30分以上週2回以上1年継続)



運動習慣の有無(H29生活習慣及び健康に関する意識調査)

★ 高血圧と脂質異常症をダブルで持つ人が多い!

● 虚血性心疾患の原因

全体		虚血性心疾患
10,096人		1,127人
		11.2%
基礎疾患の重なり	高血圧	909人
		80.7%
	糖尿病	522人
	46.3%	
	脂質異常症	844人
	74.9%	

(国保データベースシステム)H29年5月国保診療分

心筋梗塞
脳卒中
につながる!

お金がかかる病気は?

- 第1位: 高血圧
- 第2位: 歯周疾患
- 第3位: 腎不全

(国保データベースシステム)H29年5月国保診療分

みなさんの取り組み

健康づくりは、市民のみなさん一人ひとりが主役です!

あなただったら何からはじめますか?

「食べたら磨く」を習慣づける



3食バランス良く食べる



自分の適正体重を維持する



年に1回は必ず健診を受ける
検診結果の見直しをする



生活の中に運動をとり入れる



1人で悩まず相談する

