

第4章 健康・食育に関する具体的な取組みと目標

～宜野湾市食生活改善推進員について～

食生活改善推進員は、「私たちの健康は、私たちの手で」をスローガンに、食を通じた地域の健康づくりを推進しているボランティア団体で、地域では「食改さん」という愛称で親しまれています。平成 15 年度に食生活改善推進協議会を発足し、「もえぎの会」と名付け、「のぼそう健康寿命、つなごう郷土の食」を掲げて活動しています。

もえぎ菜園を活用した子どもの食育では、栽培から調理までの体験を通して、食べ物や命の大切さを伝えています。さらに、男性料理教室の開催などにより、減塩や栄養バランスを学ぶ機会を提供し、健康的な食生活の普及に取り組んでいます。



第4章 健康・食育に関する具体的な取組みと目標

1. 個人の行動と健康状態の改善

(1) 生活習慣の改善

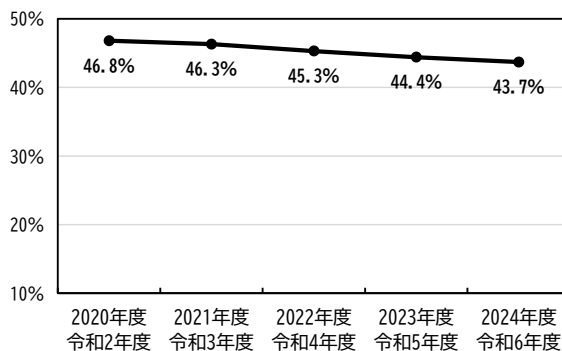
1) 栄養・食生活

【現状】

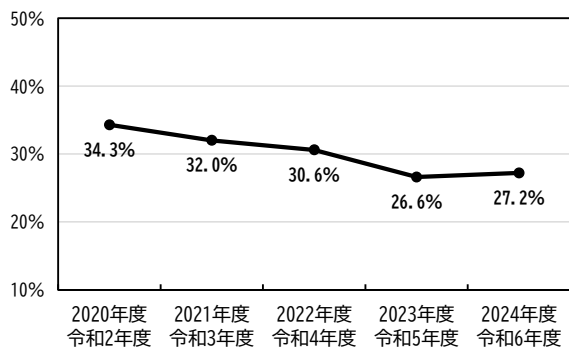
- ・特定健診受診者のうち、男性の肥満率（BMI25以上）は40%台で推移している一方で、女性は30%台から20%台に減少傾向にあります。（図表 4章-1, 図表 4章-2）
- ・児童生徒については、本市のやせ傾向にある男子の割合は、沖縄県や全国と比べて低いものの、近年増加傾向にあります。一方で、肥満傾向にある男子の割合は、沖縄県や全国と比べて高い状態が続いています。やせ傾向にある女子の割合は沖縄県や全国の動向とおおむね同じである一方、肥満傾向にある女子の割合は、直近では沖縄県や全国よりも高くなっています。（図表 4章-3, 図表 4章-4）
- ・市民アンケートの調査結果において、ふだんから適正体重の維持や減塩などについて、『実践している』（1.いつも気をつけて実践+2.気をつけて実践）割合は56.9%で、沖縄県（61.5%）や全国（63.7%）と比べて低い状況です。（図表 4章-5）また、食習慣については、「改善しなくてはいけないと思うが、実行できない」と回答した割合が、約2人に1人（45.6%）となっています。（図表 4章-6）
- ・小中学生アンケートの調査結果において、朝食を「ほとんど毎日食べる割合」は2013（平成25）年度の調査結果と比べて減少しています（小学生89.8%⇒86.3%、中学生84.3%⇒78.8%）。（図表 4章-7, 図表 4章-8, 図表 4章-9, 図表 4章-10）

【データ】

図表 4章-1 BMI25以上の者の割合 男性



図表 4章-2 BMI25以上の者の割合 女性



宜野湾市出典：「国保データベース（KDB）システム」

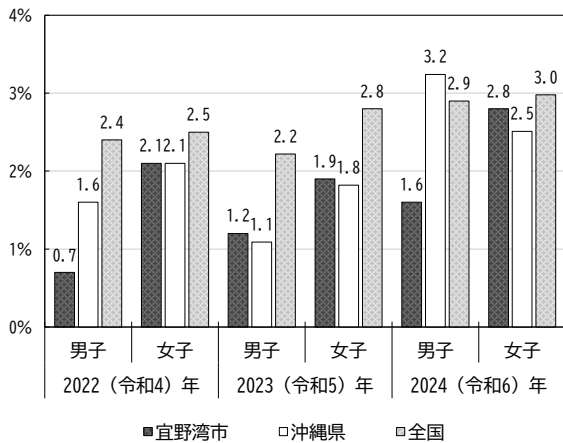
■市民アンケート及び小中学生アンケートに係るデータについて

- ・市民アンケート（令和6年度 健康と食育に関するアンケート調査）の集計対象数は509件である。
- ・小中学生アンケート（令和7年度 健康と食育に関するアンケート調査（小学5年生・中学2年生））の集計対象数は小学生864件、中学生866件である。

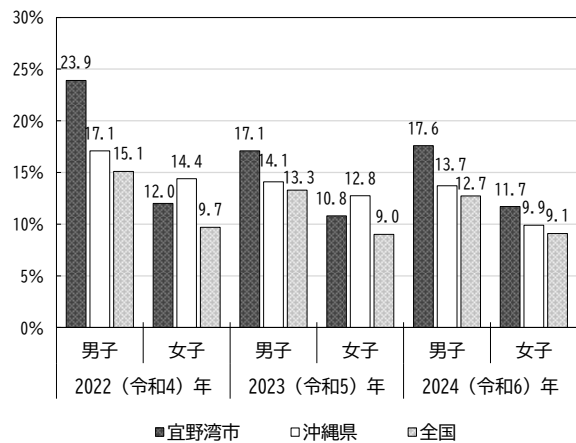
※設問によっては対象数が異なる場合がある。

※実施概要については「各種調査の実施概要」（p.115）を参照

図表 4章-3 小学5年生のやせの割合



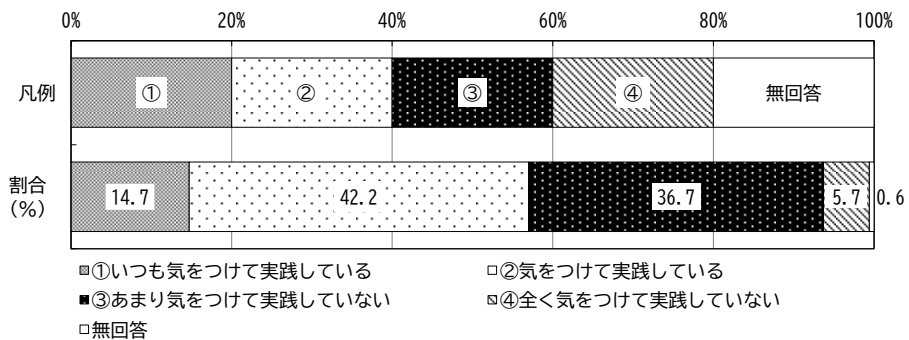
図表 4章-4 小学5年生の肥満の割合



宜野湾市出典：宜野湾市教育委員会資料

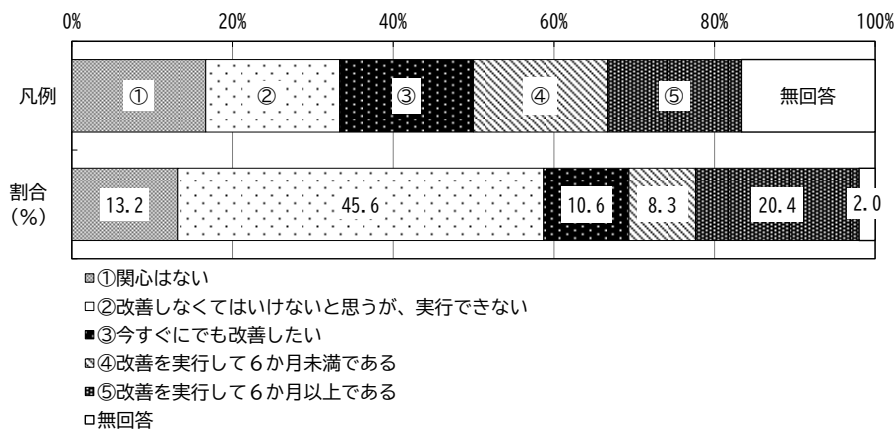
沖縄県・全国出典：文部科学省「学校保健統計調査」

図表 4章-5 適正体重の維持や減塩などに気をつけた食生活を実践しているか



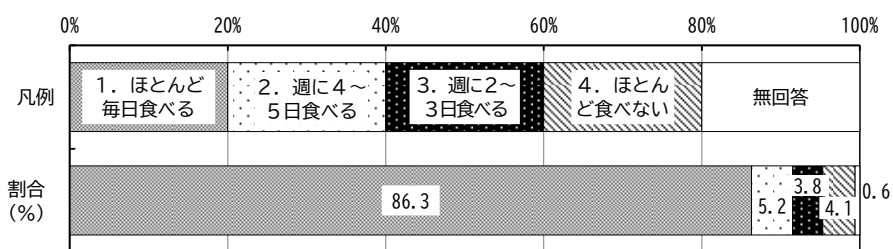
参考：体重管理や減塩などに気をつけた食生活を実践している者の割合
 ・沖縄県 61.5% 出典：「食育に関する県民意識調査」（令和4年度）
 ・全国 63.7% 出典：「食育に関する意識調査」（令和6年度）

図表 4章-6 食習慣について



出典：宜野湾市「令和6年度 健康と食育に関するアンケート調査」

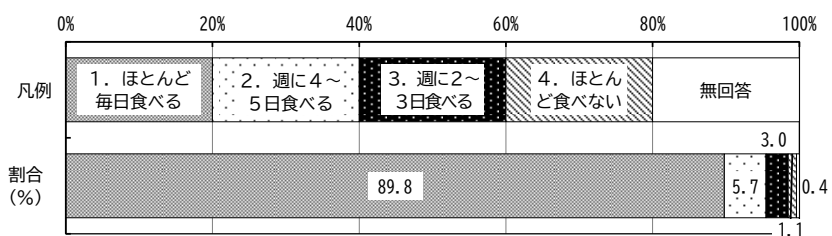
図表 4章-7 普段の朝食について（小学5年生）



出典：宜野湾市「令和7年度 健康と食育に関するアンケート調査（小学5年生・中学2年生）」

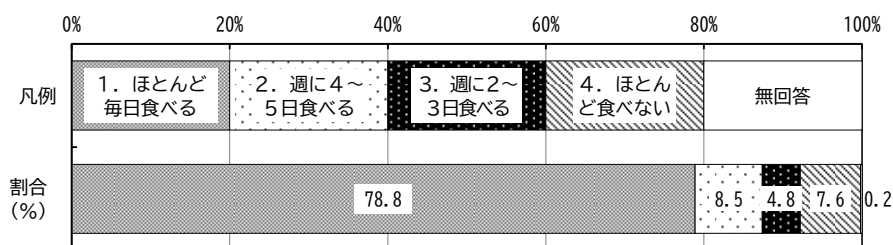
【参考：2013年度調査】

図表 4章-8 参考) 普段の朝食について（小学5年生）



出典：宜野湾市「平成25年度 食育に関するアンケート調査（小学5年生・中学2年生）」

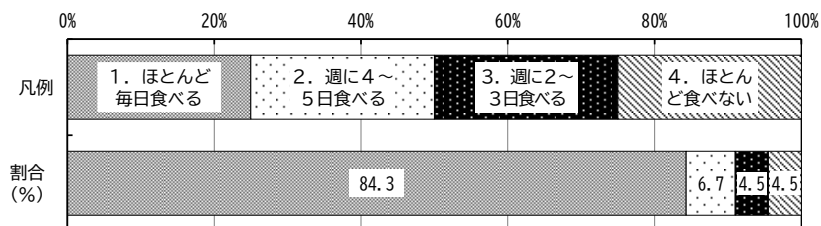
図表 4章-9 普段の朝食について（中学2年生）



出典：宜野湾市「令和7年度 健康と食育に関するアンケート調査（小学5年生・中学2年生）」

【参考：2013年度調査】

図表 4章-10 (参考) 普段の朝食について（中学2年生）



出典：宜野湾市「平成25年度 食育に関するアンケート調査（小学5年生・中学2年生）」

【課題】

- ・特に男性（男子）の肥満割合が高く、食習慣の改善、栄養バランスのとれた食事を働きかけることで、生活習慣病を引き起こす要因の1つである肥満の解消につなげる必要があります。
- ・朝食を欠食すると集中力の低下だけでなく、肥満や生活習慣病の発症と関連するほか、必要な栄養素の不足につながりやすいため、こどもの頃から朝食摂取や日常生活における生活習慣の改善を促す取り組みが必要です。
- ・若年女性のやせは、骨密度の低下を引き起こし、将来の骨折のリスクを高めるだけでなく、低出生体重児の出産にもつながりやすくなるため、栄養バランスを意識した食事の重要性についての認識が広がるような取り組みが必要です。
- ・高齢者の低栄養傾向（BMI20以下）はADL（日常生活動作）の低下や、要介護状態のリスク要因となるため、栄養バランスのとれた食事の重要性や手軽に栄養を補う方法について、周知・普及させる必要があります。

【目指す姿】

市民の栄養状態や食生活の質が向上し、適正体重を維持している者が増えている。

【目標項目・指標】

目標項目	指標		現状値	目標値	出典
児童・生徒における肥満傾向児の減少	肥満傾向（肥満度20%以上）の小学5年生の割合	男子	17.6%（R6）	12.7%	学校健診
		女子	11.7%（R6）	9.1%	
肥満の減少	肥満（BMI25以上）の40～60代の割合	男性	43.7%（R6）	28%	特定健診
	肥満（BMI25以上）の40～60代の割合	女性	27.2%（R6）	25%	
若年女性のやせの減少	やせ（BMI18.5未満）の20～30代女性の割合		18.9%（R6）	15%	健康診査
低栄養傾向の高齢者の減少	低栄養傾向（BMI20以下）の高齢者（65歳以上）の割合		11.7%（R6）	8%	特定健診 長寿健診
低出生体重児の減少	全出生数中の低出生体重児（2500g以下）の割合		12.1%（R5）	9.6%	宜野湾市福祉保健の概要
朝食を毎日食べる児童生徒を増やす	朝食をほとんど毎日食べる児童生徒の割合	小5	86.3%（R7）	増加	健康と食育に関するアンケート
		中2	78.8%（R7）		
朝食を欠食する若い世代を減らす	朝食を抜くことが週3回以上ある20～30代の者の割合		26.9%（R6）	15%以下	健康診査
バランスの良い食事を摂っている者の増加	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほとんど毎日の者の割合		39.9%（R6）	50%	健康と食育に関するアンケート

目標項目	指標	現状値	目標値	出典
生活習慣病の予防や改善のための食生活を実践している者の増加	適正体重の維持や減塩などに気をつけた食生活を『実践している』者の割合（「いつも気をつけて実践している」+「気をつけて実践している」割合）	56.9% (R6)	75%	健康と食育に関するアンケート
ゆっくりよくかんで食べている者の増加	ふだんゆっくりよくかんで食べている者の割合（「ゆっくりよくかんで食べている」+「どちらかといえばゆっくりよくかんで食べている」割合）	44.4% (R6)	55%以上	健康と食育に関するアンケート

【取組の方向性】

①健康的な食に関する普及啓発

【具体的な取組】

ライフステージ	取組内容	担当課
全世代	・適切な量と質の食事をとることへの関心を高め、よりよい食習慣を身につけることで、適正体重を維持している者が増加するよう、情報発信、講話・実習・試食を行います。	健康増進課
こども	・教室や健診を通じて、食習慣の基礎づくりがはじまる大切な時期であることを保護者へ周知啓発するとともに、乳幼児の食への親しみや味覚の形成等の育成を促します。	こども家庭課
	・適切な量と質の食事をとることへの関心を高め、健康的な食習慣を身につけることで、適正体重を維持している者が増加するよう、情報発信、講話・実習・試食を行います。	指導課 学校給食センター
	・食に関する学習機会や情報提供のほか、野菜の栽培・調理を通じて食育を推進します。	健康増進課
成人	・生活習慣病の予防や健康づくりに関する事項について、正しい知識の普及・啓発を図ります。	健康増進課
高齢者	・適切な量と質の食事をとることへの関心を高め、よりよい食習慣を身につけることで、適正体重を維持している者が増加するよう、情報発信、講話を行います。	介護長寿課

【取組の方向性】

②体重・栄養管理の個別支援

【具体的な取組】

ライフ ステージ	取組内容	担当課
妊婦	・親子健康手帳交付時や母子健康相談で、妊娠期のバランスのとれた食事や適正な体重増加に関して説明し相談・指導を行います。	こども家庭課
こども	・健康診断で、肥満傾向にある児童生徒に対し、養護教諭等が改善に向けて指導します。	指導課
成人	・肥満またはメタボリックシンドロームに該当する方を対象に、健康相談や健康教室を実施します。	健康増進課
高齢者	・低栄養傾向にならないよう、食事を用意するのが困難な一人暮らし高齢者等に対し、食生活や栄養改善の支援を行います。	介護長寿課



▲食生活改善推進員によるシニアカフェの様子

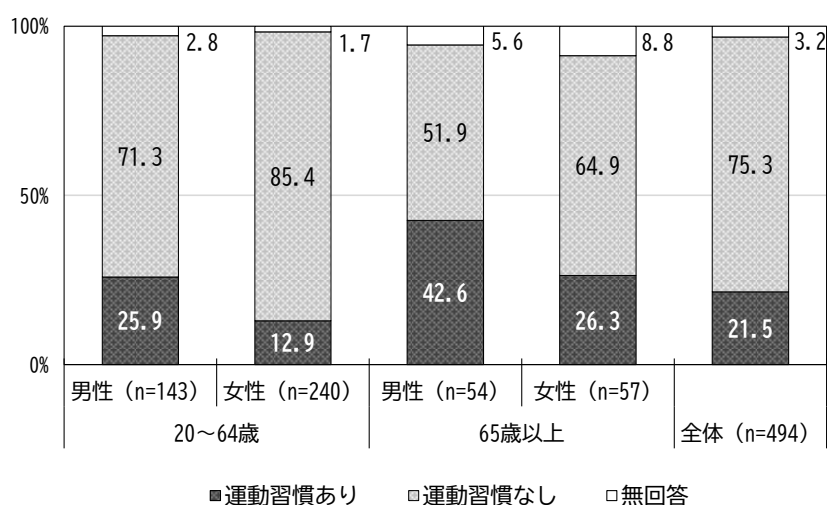
2) 身体活動・運動

【現状】

- ・市民アンケートの調査結果において、宜野湾市の『運動習慣者』の割合は21.5%であり、沖縄県（31.7%）や全国（28.8%）と比べて低い状況にあります。（図表 4章-11）
- ・運動を行わない理由として、「時間に余裕がないから」が最も高く（62.6%）なっています（図表 4章-12）。また、運動習慣については、「運動しなくてはいけないと思うが、実行できない」と回答した人が約2人に1人（49.9%）となっています。（図表 4章-13）
- ・また、特定健診受診者における運動習慣者の割合をみると、男性では29～32%台、女性では27～29%台で推移しています（図表 4章-14）。
- ・小中学生のアンケートの調査結果において、1日少なくとも60分間の身体活動をした日数が7日と回答したのは、小学5年生では男子22.5%、女子17.4%、中学2年生では男子26.6%、女子15.6%となっています。（図表 4章-15, 図表 4章-16）

【データ】

図表 4章-11 宜野湾市の運動習慣者の割合



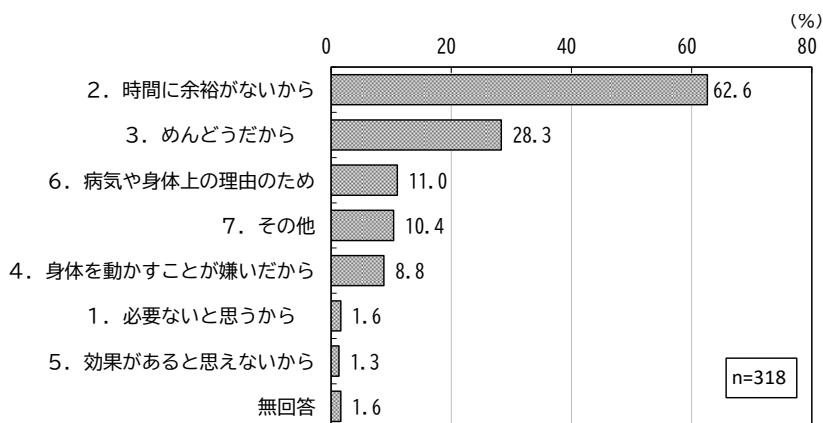
参考：運動習慣がある者の割合（20～74歳）

- ・沖縄県 31.7% 出典：「令和3年度県民健康・栄養調査」
- ・全国 28.8% 出典：「国民健康・栄養調査（令和5年）」

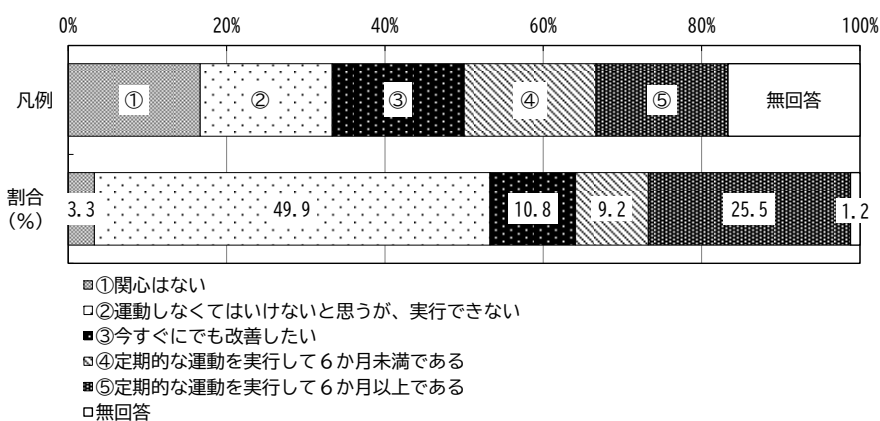
※本市調査の対象年齢（20～74歳）にあわせて、沖縄県及び全国の調査結果を再集計している。

出典：宜野湾市「令和6年度 健康と食育に関するアンケート調査」

図表 4 章-12 運動を行わない主な理由（複数回答）

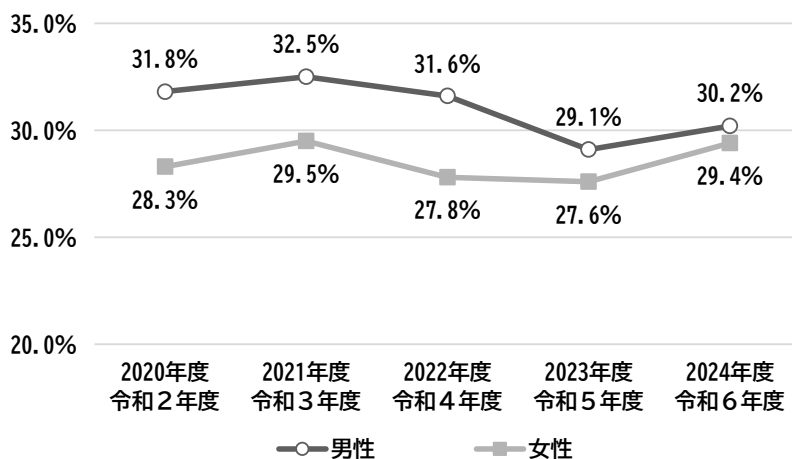


図表 4 章-13 運動習慣について



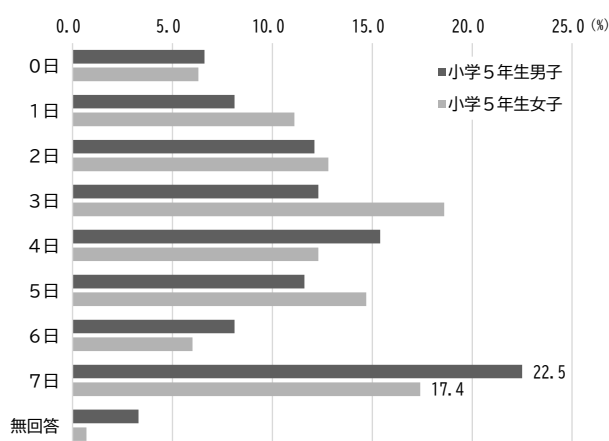
出典：宜野湾市「令和6年度 健康と食育に関するアンケート調査」

図表 4 章-14 特定健診受診者における運動習慣者の割合

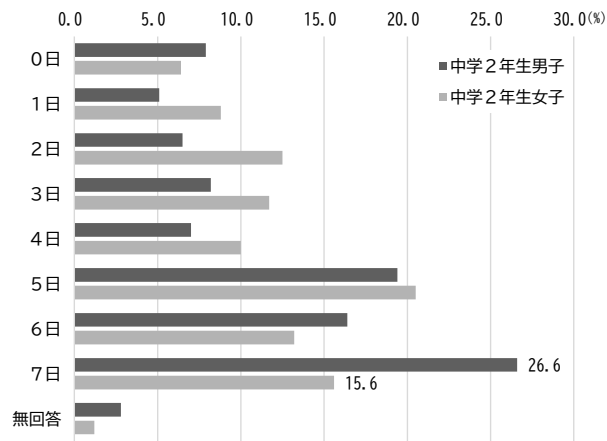


出典：「特定健診等データ管理システム」

図表 4 章-15 身体活動をした日数の割合 (小学5年生)



図表 4 章-16 身体活動をした日数の割合 (中学2年生)



出典：宜野湾市「令和7年度 健康と食育に関するアンケート調査 (小学5年生・中学2年生)」

【課題】

- ・運動不足は生活習慣病を引き起こす要因の一つです。市民アンケートの調査結果によると、運動習慣者の割合は低く、運動の必要性を感じていながらも、時間的制約等により実行できていない状況がうかがえます。このため、手軽に取り組める身体活動・運動の普及を図り、まずは体を動かしてみることを促すことで、運動習慣者の増加につなげていく必要があります。

【目指す姿】

市民の身体活動や運動を促進し、習慣的に運動している者が増えている。

【目標項目・指標】

目標項目	指標	現状値	目標値	出典
日常生活における歩数の増加	日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施している者の割合	男性 32.4% (R5)	40.3%	特定健診
		女性 36.8% (R5)	42.5%	
運動習慣者の割合の増加	1回30分以上の運動を週2回以上かつ1年以上継続している者の割合	男性 29.1% (R5)	45%	特定健診
		女性 27.6% (R5)	40%	
児童生徒の身体活動・運動の増加	1週間のうち、60分以上の身体活動をした日が7日である児童生徒の割合	小5男子 22.5% (R7)	増加	健康と食育に関するアンケート
		小5女子 17.4% (R7)		
		中2男子 26.6% (R7)		
		中2女子 15.6% (R7)		
ロコモティブシンドローム ²⁰⁾ の減少	筋骨格の病気(骨粗しょう症、関節症等)の治療中または後遺症があると回答した割合	10.5% (R4)	減少	介護予防・日常生活圏域ニーズ調査

【取組の方向性】

①地域における運動機会の提供

【具体的な取組】

ライフ ステージ	取組内容	担当課
全世代	・美らがんじゅう体操 ²¹⁾ の普及を健康づくり推進員 ²²⁾ とともに取り組みます。市民の運動機会として、はごろもウォーク ²³⁾ を開催します。	健康増進課
	・市民が様々な運動に親しめるよう、運動に関する情報発信、教室やイベントの開催、運動機会の提供を行います。	観光スポーツ課
こども	・体を動かす遊びを通じて児童の体力向上に寄与するよう、児童センターの活動に取り組みます。また、児童センターの利用が困難な地域においては、移動児童館の巡回を引き続き行います。	こども政策課

【取組の方向性】

②身体機能の向上支援

【具体的な取組】

ライフ ステージ	取組内容	担当課
成人	・運動習慣のない市民も運動への関心を高め、また、習慣化のきっかけとなるよう、ウォーキングマップの作成やフィットネス教室の開催、特定保健指導や健康相談での運動指導等を行います。	健康増進課
成人 (女性)	・40歳～70歳までの女性を対象に、寝たきりや骨折の原因となる骨粗鬆症を予防するため、検診を実施します。	健康増進課
高齢者	・高齢者の体力や IADL ²⁴⁾ 、主観的健康観等の向上につながるよう、運動教室を開催します。	介護長寿課

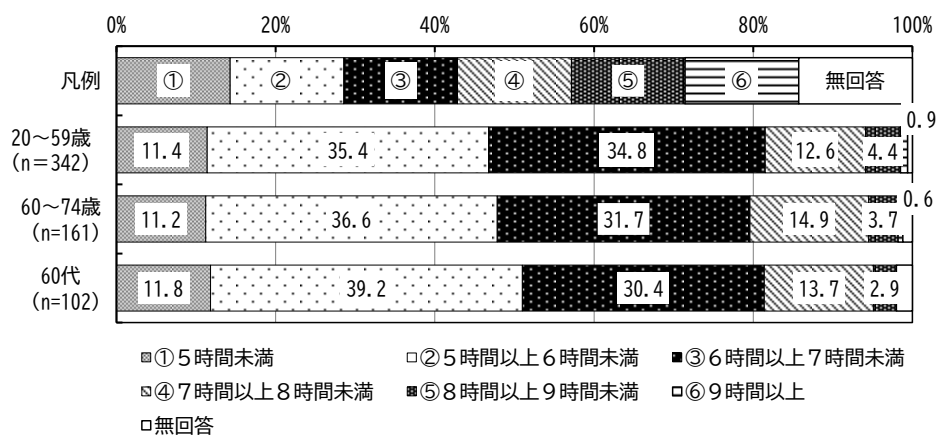
3) 休養・睡眠

【現状】

- ・市民アンケートの調査結果において、20～59歳で睡眠時間が「6～9時間」の割合は51.8%であり、沖縄県（59.8%）より低く、全国（51.5%）と同程度となっています。60代で睡眠時間が「6～8時間」の割合は44.1%と、沖縄県（52.5%）や全国（52.3%）と比べて低い状況です。（図表 4章-17）
- ・睡眠で休養が『とれている』（1.充分とれている+2.まあまあとれている）と回答した割合は68.9%です（図表 4章-18）。参考までに20～60代において県や国と比較すると、本市では67.1%と沖縄県（77.5%）より低く、全国（69.4%）と同程度となっています。
- ・小学生アンケートの調査結果において、学校に行く前日の就寝時間は「午後8時～10時」が69.5%と最も高い一方、約4人に1人（23.9%）が『午後10時以降』（「3. 午後10時～午前0時まで」+「4. 午前0時より後」）に就寝しています。（図表 4章-19）
- ・中学生アンケートの調査結果において、学校に行く前日の就寝時間は「午後10時～午前0時」が57.9%と最も高くなっています。（図表 4章-20）

【データ】

図表 4章-17 最近の1日の平均睡眠時間

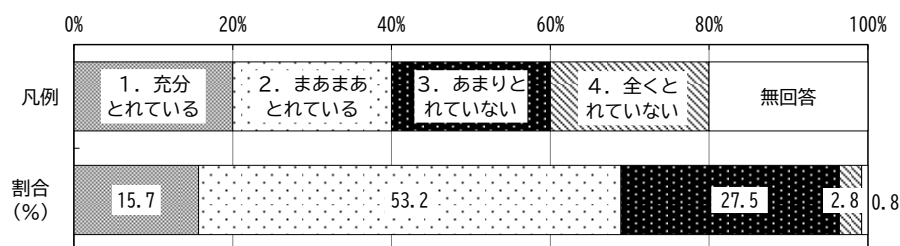


参考：睡眠時間が十分に確保できている者の割合（20～69歳）			
	20～59歳（6～9時間）	60～69歳（6～8時間）	総数
・市	51.8%	44.1%	50.0%
・沖縄県	59.8%	52.5%	57.6%
・全国	51.5%	52.3%	51.7%

出典：「令和3年度県民健康・栄養調査」、「国民健康・栄養調査（令和5年）」
 ※本市調査の対象年齢（20～74歳）のうち20～60代にあわせて、沖縄県及び全国の調査結果を再集計している。

出典：宜野湾市「令和6年度 健康と食育に関するアンケート調査」

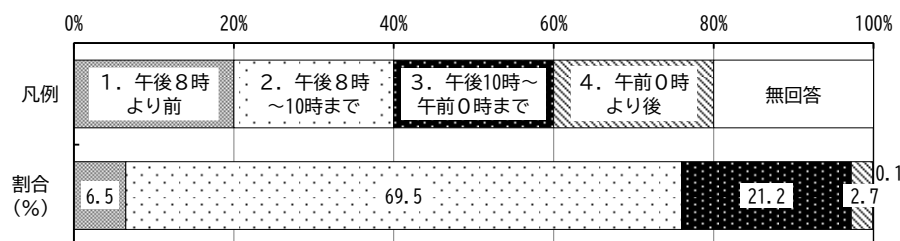
図表 4章-18 最近は睡眠で休養がとれているか



参考：睡眠で休養がとれている割合
 ・市 67.1% ・沖縄県 77.5% (令和3年度) ・全国 69.4% (令和5年)
 出典：「令和3年度県民健康・栄養調査」、「国民健康・栄養調査(令和5年)」
 ※本市調査の対象年齢(20～74歳)のうち20～60代にあわせて、沖縄県及び全国の調査結果を再集計している。

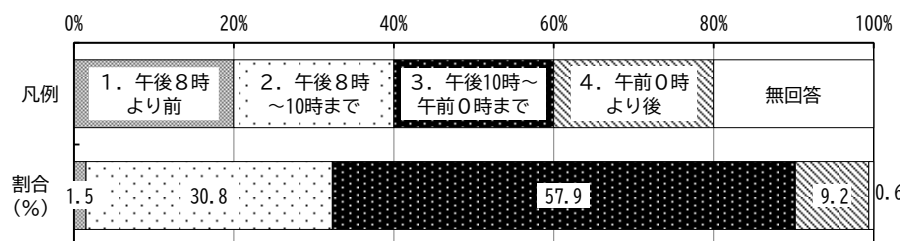
出典：宜野湾市「令和6年度 健康と食育に関するアンケート調査」

図表 4章-19 学校に行く前日の就寝時間(小学5年生)



出典：宜野湾市「令和7年度 健康と食育に関するアンケート調査(小学5年生・中学2年生)」

図表 4章-20 学校に行く前日の就寝時間(中学2年生)



出典：宜野湾市「令和7年度 健康と食育に関するアンケート調査(小学5年生・中学2年生)」

【課題】

- ・ 休養・睡眠は心身の健康を保つうえで重要であることから、市民アンケートの調査結果において、睡眠の質や量が十分と感じている者が5～6割程度にとどまっている現状を踏まえ、良好な睡眠の確保に向けた情報発信を行い、睡眠の質・量が十分な者の増加につなげていく必要があります。

【目指す姿】

市民の休養・睡眠の質が向上し、睡眠時間を十分に確保し休養がとれている者が増えている。

【目標項目・指標】

目標項目	指標		現状値	目標値	出典
睡眠時間が十分に確保できている者の増加	睡眠時間が6～9時間（60歳以上は6～8時間）の者の割合	20～59歳	51.8% (R6)	60%	健康と食育に関するアンケート
		60～74歳	46.6% (R6)	60%	
睡眠で休養がとれている者の増加	睡眠で休養がとれている者の割合（「充分とれている」+「まあまあとれている」割合）（20～74歳）		68.9% (R6)	80%	健康と食育に関するアンケート

【取組の方向性】

- ① 休養・睡眠に関する周知啓発

【具体的な取組】

ライフステージ	取組内容	担当課
全世代	・ 国が作成した「健康づくりのための睡眠ガイド ²⁵⁾ 」などの活用を通じて、休養・睡眠に関する周知啓発を行います。	健康増進課



▲ 出前講座のようす

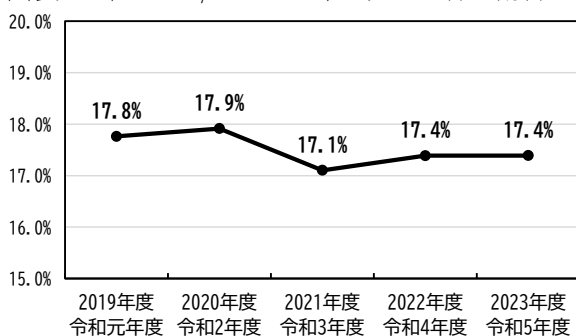
4) 飲酒

【現状】

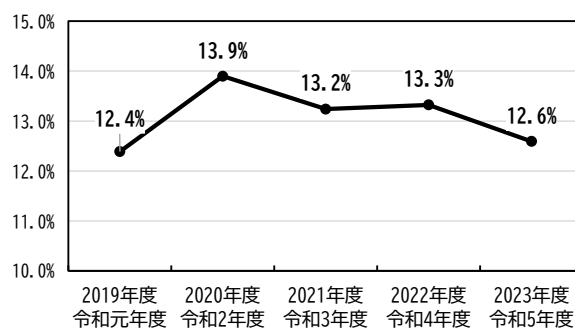
- ・国保データベース（KDB）²⁶⁾ システムによると、肝疾患などにつながる γ -GT²⁷⁾ 51U/L以上の者の割合は17%台で推移しています（図表 4章-21）。肝疾患や肝障害などで上昇するAST²⁸⁾ が31U/L以上の者の割合は、13%前後で推移しています（図表 4章-22）。脂肪肝や肝炎の初期兆候となるALT²⁹⁾ 31U/L以上の者の割合は、17~20%の間で推移しています（図表 4章-23）。
- ・ハイリスク飲酒者の割合は、20~60代の健診結果及び特定健診結果において、男性15.5%、女性13.5%となっています（図表 4章-24）。また、市民アンケートの調査結果においては、男性23.9%、女性14.3%となっています（図表 4章-25, 図表 4章-26）。参考までに20~60代において県や国と比較すると、本市の男性では25.3%と、沖縄県（22.2%）や全国（17.3%）よりも高く、本市の女性では15.2%と、沖縄県（16.0%）と同程度であるものの、全国（12.2%）よりも高い状況です。
- ・本市の肝疾患による死亡率は、男女ともに全国に比べて約2倍と極めて高く（p.12 図表 2章-13, 図表 2章-14）、各死因別死亡数（全年齢）に占める20~64歳の男性の割合をみると、肝疾患では64.5%で約3人に2人となっています。（p.14 図表 2章-18）

【データ】

図表 4章-21 γ -GT 51 U/L 以上の者の割合

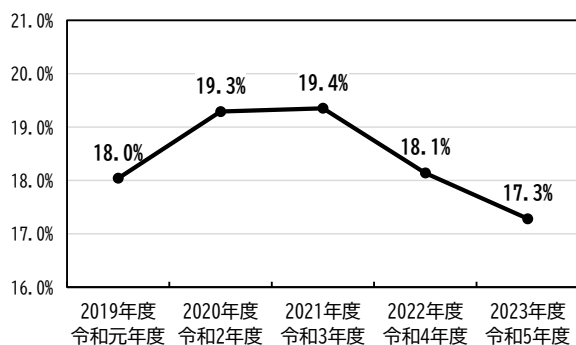


図表 4章-22 AST 31 U/L 以上の者の割合



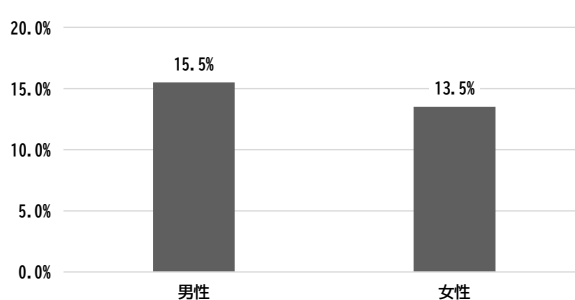
出典：「国保データベース（KDB）システム」

図表 4章-23 ALT 31 U/L 以上の者の割合



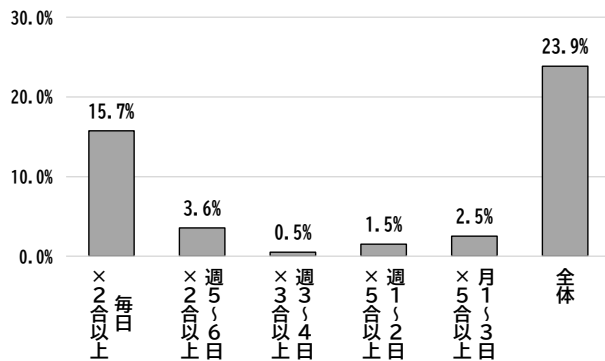
出典：「国保データベース（KDB）システム」

図表 4章-24 ハイリスク飲酒をする者の割合 (20~60代)

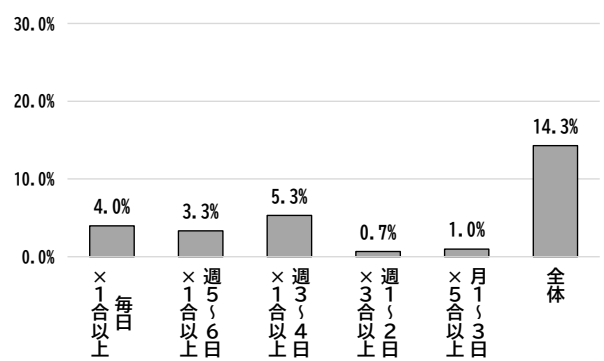


出典：「令和6年度健診結果、特定健診結果」

図表 4章-25 ハイリスク飲酒をする男性の割合 (n=197)



図表 4章-26 ハイリスク飲酒をする女性の割合 (n=301)



出典：宜野湾市「令和6年度 健康と食育に関するアンケート調査」

参考：生活習慣病のリスクを高める飲酒をしている割合 (20~60代)

	宜野湾市	沖縄県	全国
男性	25.3%	22.2%	17.3%
女性	15.2%	16.0%	12.2%

出典：「令和3年度県民健康・栄養調査」、「国民健康・栄養調査（令和5年）」
 ※本市調査の対象年齢（20~74歳）のうち20~60代にあわせて、沖縄県及び全国の調査結果を再集計している。

【課題】

- ・市民アンケートの調査結果から、生活習慣病の要因の一つであるハイリスク飲酒に該当する者が比較的多いことに加え、肝疾患による死亡が多い状況にあることから、適正飲酒や節酒に関する理解を深め、ハイリスク飲酒の減少につなげていく必要があります。
- ・国や県が提供する情報媒体も活用しながら、市民に対して計画的に情報発信を行うとともに、市内の事業者や地域住民と連携し、過度な飲酒や不適切な飲酒を誘発しないよう、意識醸成及び環境形成にも取り組むことが重要です。



▲健康に関するパネル展のようす

【目指す姿】

市民に適正飲酒の考えが普及し、生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者が減っている。

【目標項目・指標】

目標項目	指標	現状値	目標値	出典
生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の減少	1日当たりの純アルコール摂取量が男性 40g 以上、女性 20g 以上の者の割合（20～60代）	男性 15.5%（R6）	13%	健康診査 特定健診
		女性 13.5%（R6）	6.4%	
肝疾患による死亡の抑制	対全国の肝疾患の標準化死亡比（全国=100）	男性 208.5（R1～5）	100 以下	沖縄県市町村別健康指標
		女性 182.6（R1～5）	100 以下	
	対沖縄県の肝疾患の標準化死亡比（沖縄=100）	男性 96.5（R1～5）	90	
		女性 101.3（R1～5）	97	
20歳未満の飲酒をなくす	小学生の飲酒率	0%（R6）	0%	教育委員会
	中学生の飲酒率	0.06%（R6）	0%	教育委員会

【取組の方向性】

①適正飲酒や節酒・酒害に関する普及啓発

【具体的な取組】

ライフステージ	取組内容	担当課
全世代	・アルコールに対する正しい知識と節度ある適度な飲酒の普及のため、計画的に情報提供をしていきます。	健康増進課
子ども	・未成年飲酒を防止するため、小中学校において飲酒防止に関する教育や指導を行います。	指導課

【取組の方向性】

②飲酒管理の個別支援

【具体的な取組】

ライフステージ	取組内容	担当課
妊産婦	・飲酒の害について、親子健康手帳の交付時等に情報提供および保健相談支援を行います。	子ども家庭課
成人	・健康相談や健診結果説明等で、飲酒について相談・支援を行います。	健康増進課
高齢者	・健診の問診票の結果や聞き取りに基づき、個別に、適正飲酒について相談・支援を行います。	健康増進課 介護長寿課

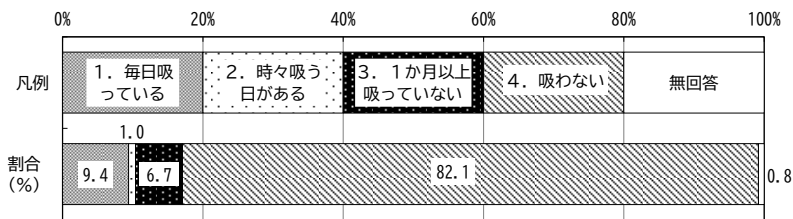
5) 喫煙

【現状】

- ・市民アンケートの調査結果において、たばこを「吸わない」と回答した者の割合は82.1%と最も高いです。一方、『吸っている』（「1. 毎日吸っている」+「2. 時々吸う日がある」）者の割合は10.4%となっています（図表 4章-27）。参考までに20～60代の喫煙率を比較すると、本市では11.3%と、沖縄県（16.5%）や全国（18.8%）と比べても低いです。
- ・特定健診受診者では、「現在、たばこを習慣的に吸っている」男性は約4人に1人の割合で推移しており（図表 4章-28）、働き盛り世代を中心に喫煙が依然としてみられます。
- ・COPD（慢性閉塞性肺疾患）³⁰⁾の標準化死亡比は、対全国で女性が高くなっていますが、沖縄県に比べると低くなっています（図表 4章-29）。
- ・市内の小中学校において喫煙経験のある児童生徒が若干名みられます（図表 4章-30）。

【データ】

図表 4章-27 喫煙状況



出典：宜野湾市「令和6年度 健康と食育に関するアンケート調査」

参考：たばこ又は加熱式たばこ³¹⁾を吸っているか（20～60代のみ）

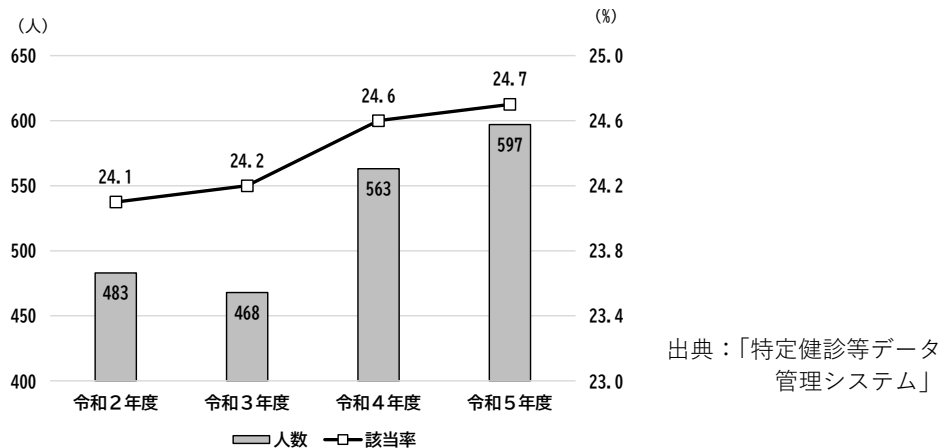
・市 11.3% ・沖縄県 16.5% ・全国 18.8%

沖縄県出典：「令和3年度県民健康・栄養調査」 全国出典：「国民健康・栄養調査（令和5年）」

※「毎日吸っている」または「時々吸う日がある」に回答した者の合計

※本市調査の対象年齢（20～74歳）のうち20～60代にあわせて、沖縄県及び全国の調査結果を再集計。

図表 4章-28 特定健診の間診で「現在、たばこを習慣的に吸っている」と答えた男性の人数・該当率



出典：「特定健診等データ管理システム」

図表 4章-29 COPD（慢性閉塞性肺疾患）標準化死亡比（SMR）（2019（令和元）～2023（令和5）年）

単位：死亡数（人）

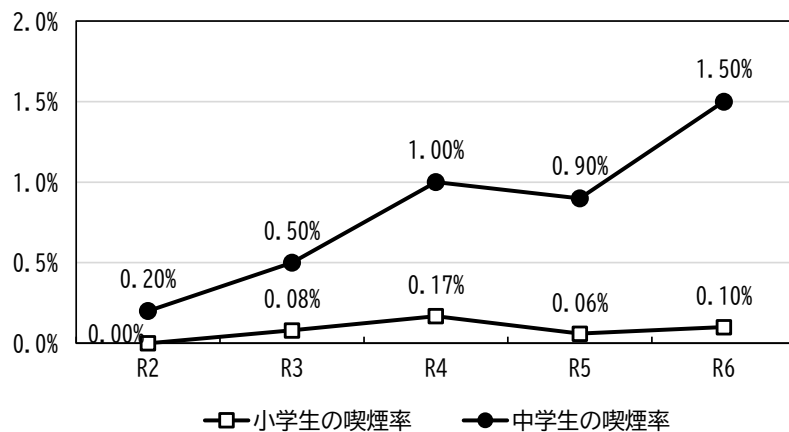
	死亡数	対全国（全国=100）					対沖縄県（沖縄県=100）						
		期待死亡数	SMR	95%信頼区間 下限	95%信頼区間 上限	判定 区分	過剰死亡数	期待死亡数	SMR	95%信頼区間 下限	95%信頼区間 上限	判定 区分	過剰死亡数
男性	1983	2,071.0	95.8	91.6	100.1	-88.0	2,129.7	93.1	89.1	97.3	▽	-146.7	
Se27 慢性閉塞性肺疾患	32	36.8	86.9	59.4	122.6	-4.8	39.6	80.7	55.2	113.9		-7.6	
女性	1739	1,923.8	90.4	86.2	94.7	▽	-184.8	1,866.5	93.2	88.8	97.7	▽	-127.5
Se27 慢性閉塞性肺疾患	9	7.2	125.5	57.3	238.3		1.8	10.3	87.5	39.9	166.1		-1.3

判定区分 ▲：基準（沖縄県または全国）と比べて有意に高い（SMR>100 かつ 95%信頼区間下限>100）

▽：基準（沖縄県または全国）と比べて有意に低い（SMR<100 かつ 95%信頼区間上限<100）

出典：沖縄県「令和7年2月 沖縄県市町村別健康指標」

図表 4章-30 2020（令和2）年度～2024（令和6）年度 市内小学生・中学生の喫煙率



出典：「宜野湾市教育委員会資料」

【課題】

- ・喫煙は生活習慣病や COPD（慢性閉塞性肺疾患）を引き起こす要因の一つであることから、全体として喫煙率は低いものの、働き盛り世代の男性を中心に喫煙率が徐々に増加している現状を踏まえ、喫煙の健康影響についての理解を深め、禁煙を促進していく必要があります。
- ・妊娠中の喫煙は胎児の発育・発達に悪影響を及ぼすことから、引き続き、妊婦やその家族に対する保健相談支援を行っていくことが重要です。
- ・小中学生ともに喫煙経験の割合が増加しているため、学校ではいろいろな喫煙防止教育を行っていますが、喫煙に対する意識の向上が十分でないことがあります。他機関との連携を通じた生徒やその家庭への支援を含めた啓発が必要です。

【目指す姿】

市民に喫煙の害の認識が普及し、喫煙している者が減っている。

【目標項目・指標】

目標項目	指標	現状値	目標値	出典
成人の喫煙率の減少	特定健診受診者の喫煙率	男性 24.7% (R5)	22.6%	特定健診
		女性 7.3% (R5)	5%	
COPD（慢性閉塞性肺疾患）による死亡の抑制	対全国の COPD の標準化死亡比（全国=100）	男性 86.9 (R1~5)	85 以下	沖縄県市町村別健康指標
		女性 125.5 (R1~5)	100 以下	
妊娠中の喫煙をなくす	妊婦の喫煙率	2.4% (R5)	0%	妊婦健診
20歳未満の者の喫煙をなくす	小学生の喫煙率	0.1% (R6)	0%	教育委員会
	中学生の喫煙率	1.5% (R6)	0%	

【取組の方向性】

①喫煙防止・禁煙に関する普及啓発

【具体的な取組】

ライフステージ	取組内容	担当課
全世代	・5月31日の世界禁煙デーに合わせて禁煙週間を設け、たばこの害に関する情報発信を行い、喫煙者の減少に努めます。	健康増進課
こども	・未成年喫煙を防止するため、小中学校において非行防止教室や啓発活動、保健の授業における健康教育の実施、個別指導を通じた啓発活動等を行います。	指導課
	・宜野湾市青少年健全育成協議会、学校、警察と連携し、市内コンビニエンスストアやスーパーマーケット等に対して、未成年者にたばこ販売規制について、改めて意識啓発を行います。	はごろも学習センター

【取組の方向性】

②禁煙の個別支援

【具体的な取組】

ライフステージ	取組内容	担当課
妊産婦	・妊産婦や乳幼児の保護者に対して、たばこや副流煙 ³²⁾ の害について情報提供、保健相談支援を行います。	こども家庭課
成人	・喫煙者もたばこの害への関心を高め、禁煙に取り組めるように、禁煙に関する指導を行います。	健康増進課
高齢者	・健診の問診票の結果や聞き取りに基づき、個別に禁煙について相談・支援を行います。	健康増進課 介護長寿課

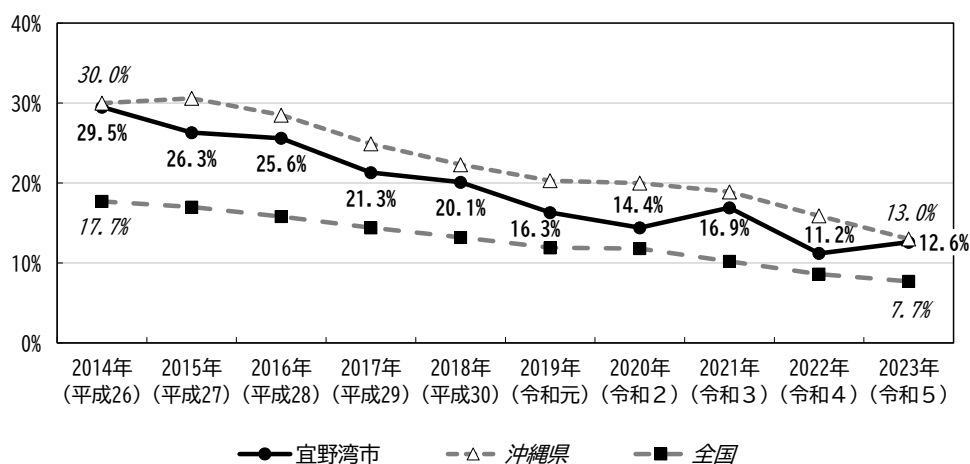
6) 歯・口腔の健康

【現状】

- ・3歳児のむし歯の割合は9年間で半減し、2023(令和5)年には12.6%となっていますが、全国(7.7%)と比べると依然として高い水準にあります。(図表 4章-31)
- ・むし歯のない児童生徒の割合は、小学5年生では増加傾向にある一方で、中学2年生では40%程度で推移しています。(図表 4章-32, 図表 4章-33)
- ・市民アンケートの調査結果において、40歳以上で歯周炎³³⁾を有する者の割合は43.0%となっています。(図表 4章-34)
- ・「何でもかんで食べることができる」と回答した50歳以上の割合は78.7%と、全国(76.9%)と同程度です。(図表 4章-35)
- ・約2人に1人(54.8%)が普段の食事で『よくかんでいない』(3.どちらかといえばゆっくりよくかんで食べていない+4.ゆっくりよくかんで食べていない)と回答しています。(図表 4章-36)
- ・小中学生アンケートの調査結果において、「むし歯はあるが、歯医者さんに行っていない」児童生徒の割合は小学生 2.8%、中学生 6.2%となっています。(図表 4章-37, 図表 4章-38)

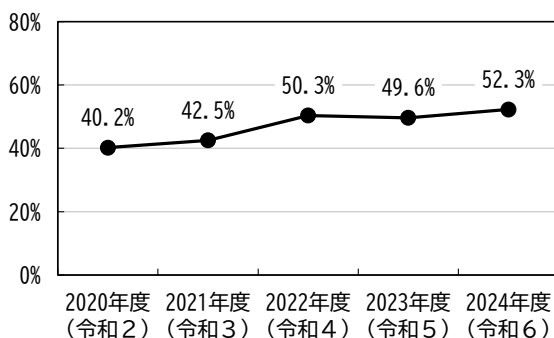
【データ】

図表 4章-31 3歳児健康診査時のむし歯有病者率

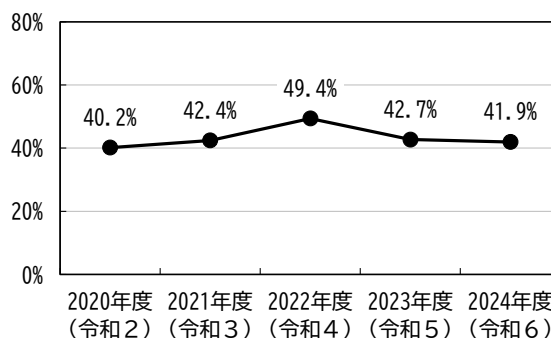


出典：沖縄県小児保健協会「乳幼児健康診査報告書」

図表 4章-32 むし歯のない児童の割合(小学5年生)

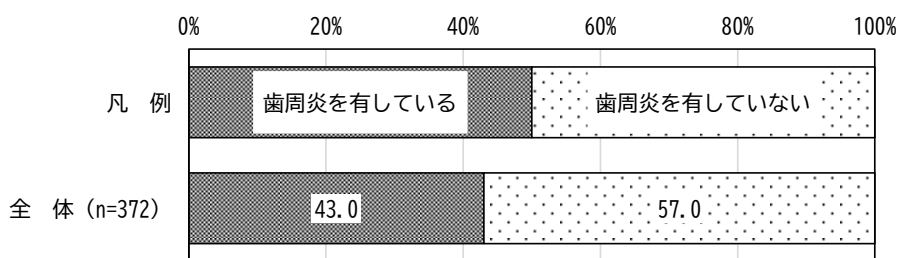


図表 4章-33 むし歯のない生徒の割合(中学2年生)

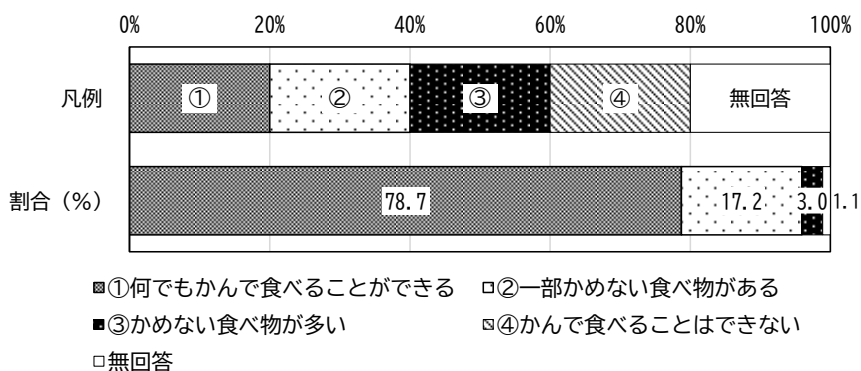


出典：宜野湾市教育委員会資料

図表 4章-34 40歳以上の歯周炎を有する者の割合



図表 4章-35 50歳以上咀嚼良好者の状況



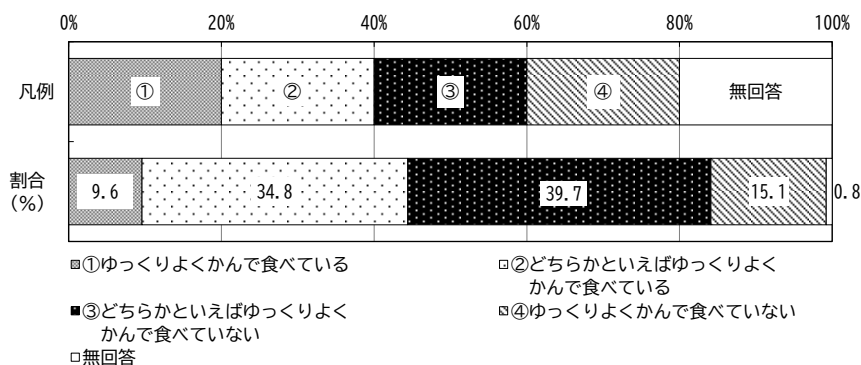
参考：50歳以上の咀嚼良好者の状況

・沖縄県 72.1% ・全国 86.2%

出典：沖縄県「令和3年度県民健康・栄養調査結果」
厚生労働省「国民健康・栄養調査（令和4年）」

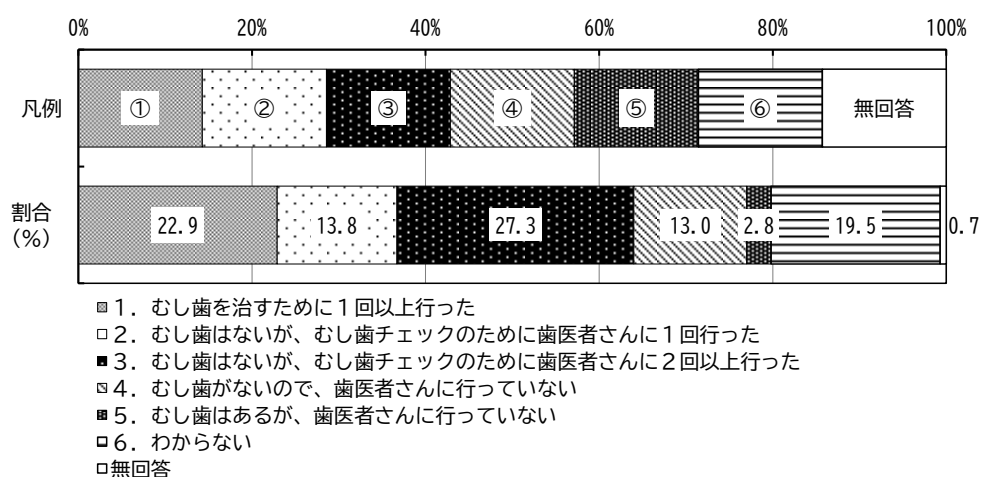
※本市調査の対象年齢（20～74歳）にあわせて、沖縄県および全国の調査結果を再集計。

図表 4章-36 ふだんゆっくりよくかんで食べている者の割合

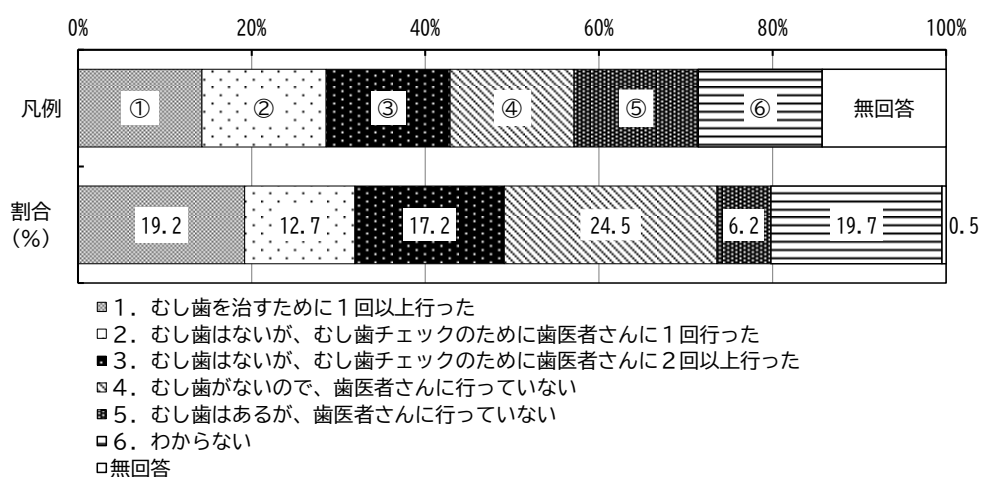


出典：宜野湾市「令和6年度 健康と食育に関するアンケート調査」

図表 4章-37 1年間で歯医者に行った割合（小学5年生）



図表 4章-38 1年間で歯医者に行った割合（中学2年生）



出典：宜野湾市「令和7年度 健康と食育に関するアンケート調査（小学5年生・中学2年生）」

【課題】

- ・ 歯と口腔の健康は生涯にわたる健康の基盤であることから、全世代を通じたむし歯や歯周病³⁴⁾の予防、口腔機能の維持・向上に継続的に取り組むことが必要です。
- ・ むし歯のない児童及び生徒の割合が低いことから、むし歯予防に関する正しい知識や、小さなころからの適切な歯みがき習慣の普及を図る必要があります。
- ・ 歯周病が糖尿病や心疾患、低出生体重児出産などの全身の健康と深く関連していることについて、市民への理解を深めていくことが重要です。

【目指す姿】

市民に歯・口腔の健康の重要性が認知され、歯周病を有している者が減っている。

【目標項目・指標】

目標項目	指標	現状値	目標値	出典
乳幼児・学齢期のむし歯のない者の増加	3歳児でむし歯のない者の割合	88.5% (R5)	93%	乳幼児健診
	12歳児(中学1年生)でむし歯のない者の割合	49.0% (R6)	60%	学校健診
歯周炎を有する者の減少	歯周炎を有する40歳以上の者の割合	43.0% (R6)	40%	健康と食育に関するアンケート
よく噛んで食べることができる者の増加	何でもかんで食べることができる50歳以上の者の割合	78.7% (R6)	80%	健康と食育に関するアンケート
歯科検診の受診者の増加	過去1年間に歯科検診を受診した者の割合	62.7% (R6)	70%	健康と食育に関するアンケート

【取組の方向性】

- ①歯周病予防・口腔ケアに関する啓発

【具体的な取組】

ライフステージ	取組内容	担当課
全世代	・6月の歯と口の健康週間及び11月の歯～がんじゅう月間に合わせ、むし歯予防や歯周病予防に関する情報発信を行います。	健康増進課
高齢者	・高齢者の口腔機能の維持・向上のため、口腔ケアに関する講話や教室を実施します。	介護長寿課

【取組の方向性】

- ②むし歯・歯周病の予防

【具体的な取組】

ライフステージ	取組内容	担当課
こども	・むし歯の初発する時期に、歯磨きの仕方・おやつ・飲み物の与え方・フッ素塗布 ³⁵⁾ 等を行い、むし歯予防の衛生指導を行います。	こども家庭課
	・うがいの励行、歯磨き指導、歯磨きタイムなどを通じて、むし歯予防を促進します。また、小学生へのフッ化物洗口 ³⁶⁾ の実施に取り組みます。	学務課
成人	・歯科健診の実施に向けた取り組みを進めます。	健康増進課

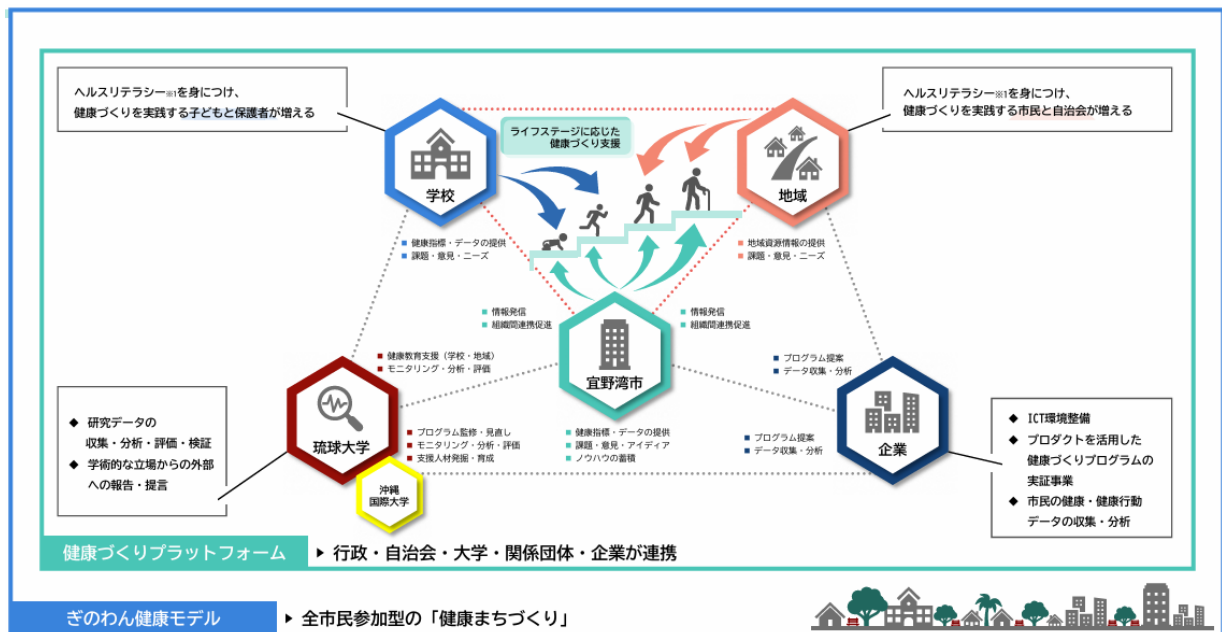
7) ヘルスリテラシーの向上

新規

【現状】

- 本市は、琉球大学との連携協定に基づき、健康都市としてのまちづくりの推進を図るために令和4（2022）年度から「ぎのわん健康プロジェクト」を開始しています。ぎのわん健康プロジェクトでは、琉球大学による「小学校と地域で取り組む食や健康に関する調査」や「食育・健康教育の実践」を通して、学校・家庭・地域で取り組む健康づくりの支援からヘルスリテラシー³⁷⁾（健康に関する情報を適切に収集し、理解して、自身の健康のために正しく活用できる能力）の向上を目的として取り組んでおり、その成果を今後の市の健康づくりの推進に向け活用していく予定です。（図表 4章-39）
- 市民アンケート調査では、伝達的・批判的ヘルスリテラシー尺度（CCHL）³⁸⁾を用いてヘルスリテラシーを測定した結果、その平均値は3.77でした。
- ほとんどの市民（82.7%）が「情報収集」はできる（「まあ思う」＋「強く思う」）と答えたのに対して、「判断」できる（「まあ思う」＋「強く思う」）は65.6%、「計画・行動」できる（「まあ思う」＋「強く思う」）は67.4%と能力によって差がみられました。（図表 4章-40）

図表 4章-39 「ぎのわん健康プロジェクト」の全体イメージ



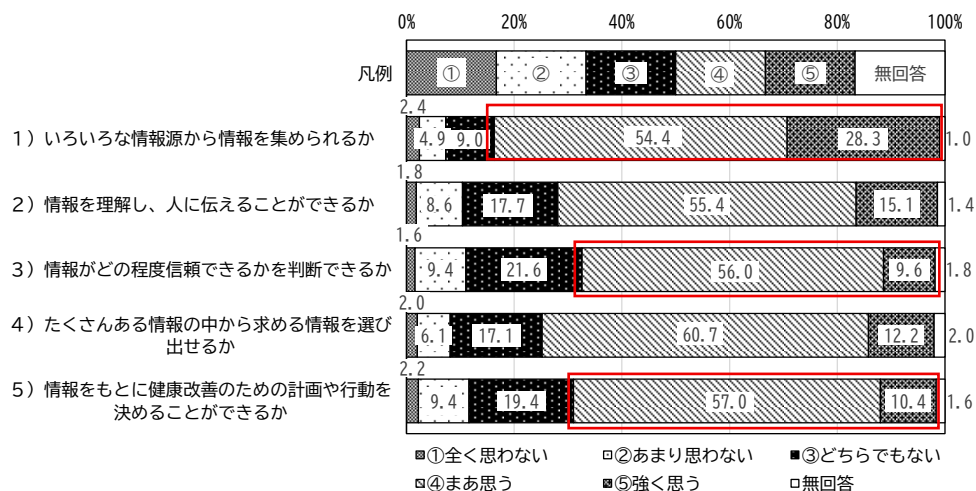
出典：ぎのわん健康プロジェクトホームページ

新規

：「健康ぎのわん 21（第2次）及び「宜野湾市食育推進計画」から新たに加えた施策項目に表示しています。

【データ】

図表 4章-40 病気や健康に関連した情報収集



出典：宜野湾市「令和6年度 健康と食育に関するアンケート調査」

【課題】

- ・市民全体のヘルスリテラシーの底上げを図り、得られた知識を市民が実際の健康行動に結びつけられるようにする必要があります。

【目指す姿】

科学的根拠に基づく健康に関する情報にアクセスでき、それらを理解・活用できるようになっている。

【目標項目・指標】

目標項目	指標	現状値	目標値	出典
ヘルスリテラシーの向上	ヘルスリテラシーの平均値	3.77 (R6)	増加	健康と食育に関するアンケート

【取組の方向性】

- ①ヘルスリテラシーの向上と科学的根拠に基づく健康に関する情報発信

【具体的な取組】

ライフステージ	取組内容	担当課
全世代	・ヘルスリテラシーの向上に役立つ情報や科学的根拠に基づく健康情報に触れる機会づくりや情報発信を行います。	健康増進課

(2) 生活習慣病の発症予防・重症化予防

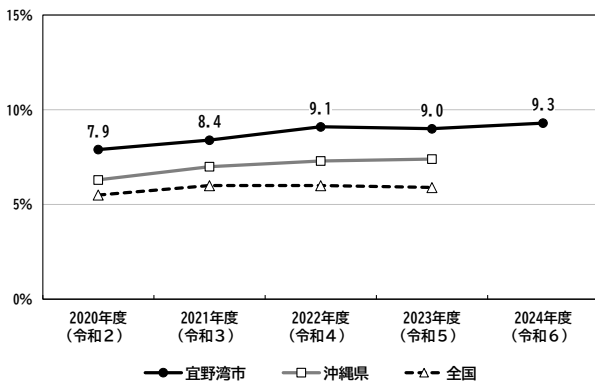
1) がん

【現状】

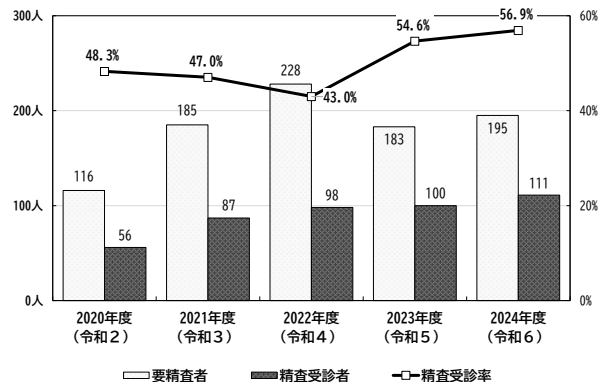
- 本市の肺がん、胃がん、大腸がんの検診受診率はいずれも1割を下回って推移しています。ただ、全国及び沖縄県も同程度の受診率で推移しています。(図表 4章-41, 図表 4章-43, 図表 4章-45)
- 本市の子宮頸がん及び乳がんの検診受診率は肺がん、胃がん、大腸がんに比べて高いものの、2020(令和2)年度以降減少傾向にあります。(図表 4章-47, 図表 4章-49)
- 精密検査受診率は検診の種類によって異なり、5年平均で見ると乳がんが69.9%と最も高く、次いで肺がん49.8%、子宮頸がん47.0%、胃がん37.1%、大腸がん28.7%となっています。(図表 4章-42, 図表 4章-44, 図表 4章-46, 図表 4章-48, 図表 4章-50)

【データ】

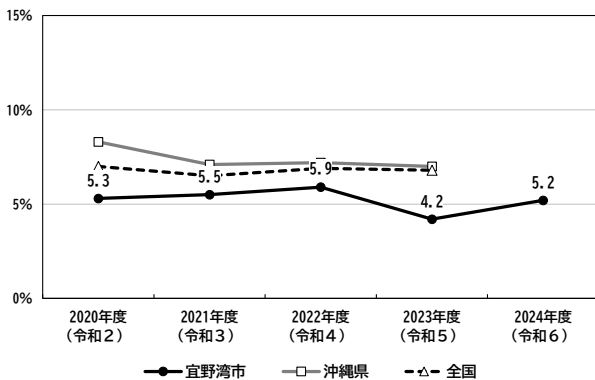
図表 4章-41 肺がん検診受診率



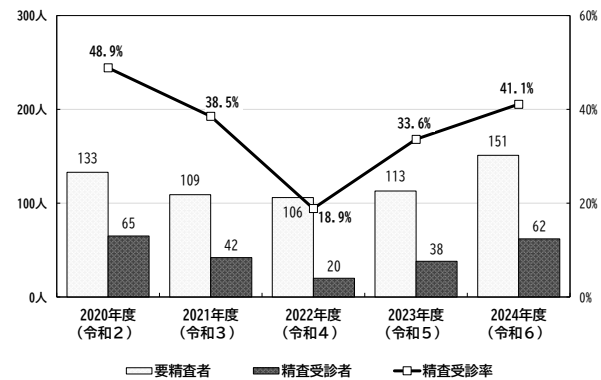
図表 4章-42 肺がん精密検査実施率



図表 4章-43 胃がん検診受診率



図表 4章-44 胃がん精密検査実施率



※宜野湾市は40歳以上、沖縄県及び全国は40～69歳(胃がんは50～69歳)を対象として算定

・肺がん

$$\text{受診率} = (\text{受診者数} / \text{対象者数}) \times 100$$

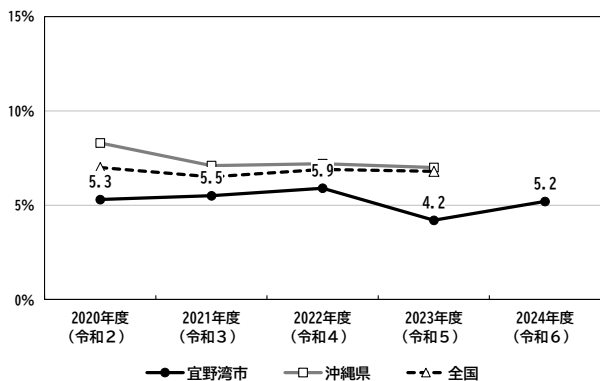
・胃がん

$$\text{受診率} = (\text{前年度の受診者数} + \text{当該年度の受診者数} - 2\text{年連続の受診者数}) / (\text{当該年度の対象者数}) \times 100$$

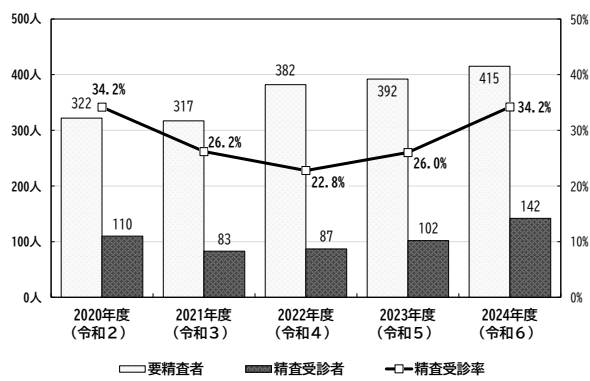
出典：宜野湾市福祉保健の概要

全国・沖縄県出典：厚生労働省「地域保健・健康増進事業報告」

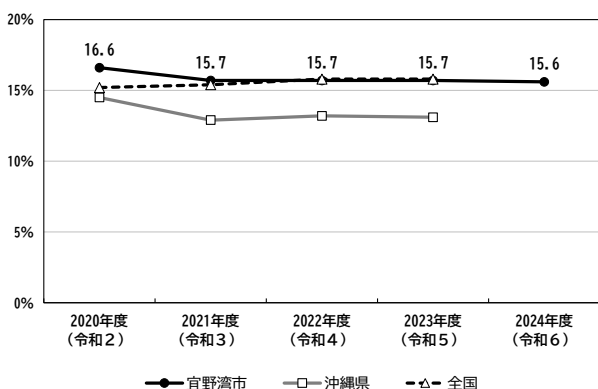
図表 4章-45 大腸がん検診の受診率



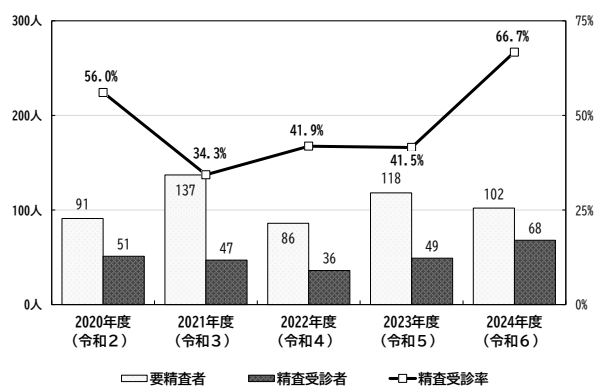
図表 4章-46 大腸がん精密検査実施率



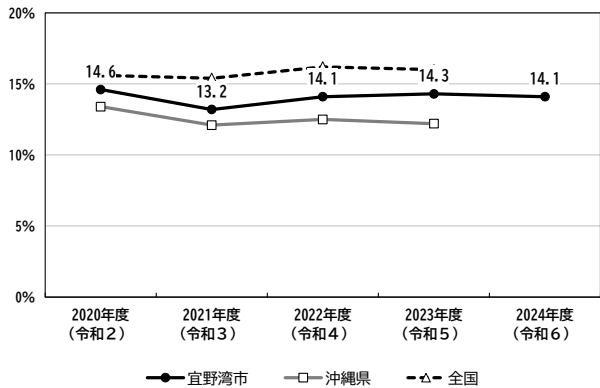
図表 4章-47 子宮頸がん検診実施率



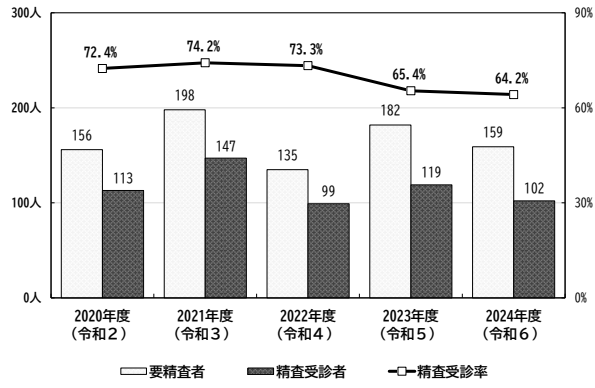
図表 4章-48 子宮頸がん精密検査実施率



図表 4章-49 乳がん検診受診率



図表 4章-50 乳がん精密検査実施率



※宜野湾市は40歳以上（子宮頸がんは20歳以上）、沖縄県及び全国は40～69歳（子宮頸がんは20～69歳）を対象として算定

- ・大腸がん
受診率 = (受診者数 / 対象者数) × 100
- ・子宮頸がん及び乳がん
受診率 = (前年度の受診者数 + 当該年度の受診者数 - 2年連続の受診者数) / (当該年度の対象者数) × 100

出典：宜野湾市福祉保健の概要
全国・沖縄県出典：厚生労働省「地域保健・健康増進事業報告」

【課題】

- ・本市の死因で最も多いのがんであり、がんの中でも肺がん、大腸がん、乳がんが約半分を占めています。また、子宮がんで亡くなる本市の女性は全国的に見ても多い状況です。がん検診の受診率向上とともに、早期発見・早期治療につなげるためには、検診で精密検査が必要となった場合の精密検査受診率の向上が重要です。

【目指す姿】

がん検診の受診を通じて、がんの早期発見・早期治療につながる者が増えている。

【目標項目・指標】

目標項目	指標	現状値	目標値	出典
がん検診の受診率*の向上	胃がん検診受診率	5.2% (R6)	増加	宜野湾市福祉保健の概要
	肺がん検診受診率	9.3% (R6)	増加	宜野湾市福祉保健の概要
	大腸がん検診受診率	9.3% (R6)	増加	宜野湾市福祉保健の概要
	子宮がん検診受診率	14.1% (R6)	増加	宜野湾市福祉保健の概要
	乳がん検診受診率	15.6% (R6)	増加	宜野湾市福祉保健の概要

※受診率は40歳以上（子宮頸がんは20歳以上）を対象として算定

- ・肺がん及び大腸がん

$$\text{受診率} = (\text{受診者数} / \text{対象者数}) \times 100$$

- ・胃がん、子宮頸がん及び乳がん

$$\text{受診率} = (\text{前年度の受診者数} + \text{当該年度の受診者数} - 2\text{年連続の受診者数}) / (\text{当該年度の対象者数}) \times 100$$

【取組の方向性】

- ①がん検診の受診勧奨

【具体的な取組】

ライフステージ	取組内容	担当課
全世代	・がんの早期発見・早期治療を促進するため、がん検診推進事業を行います。また、検診や精密検査の受診率が低いいため受診率向上に努めます。	健康増進課
子ども	・子宮頸がん予防ワクチン（HPVワクチン）について、正しい知識の普及啓発と接種率向上に努めます。	健康増進課

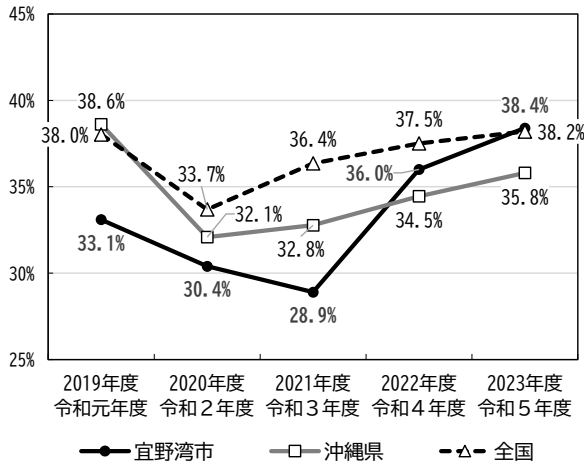
2) 循環器病・糖尿病・メタボリックシンドローム

【現状】

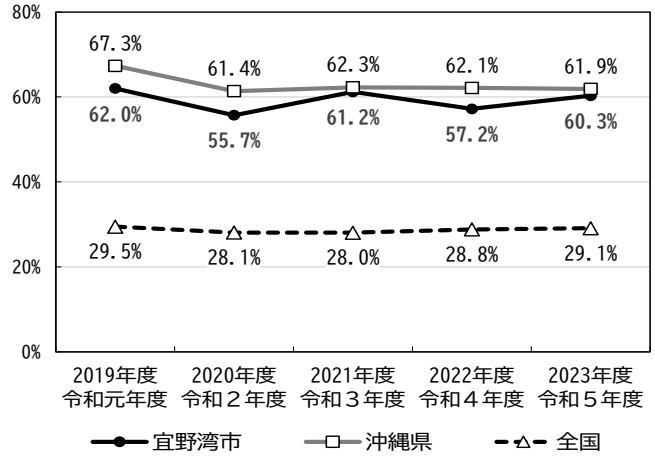
- ・特定健診の受診率は、新型コロナウイルス感染症の影響により2020（令和2）年度から2021（令和3）年度にかけて低下しましたが、その後は回復し、全国平均と同程度（市38.2%、全国38.4%）になっています（図表 4章-51）。受診率は女性が男性より高く、男女ともに年齢が上がるにつれて受診率が高くなる傾向があります。（図表 4章-53）
- ・特定健診で有所見となった者に対する特定保健指導の実施率は60%前後で推移しており、全国平均の約2倍となっています。（図表 4章-52）
- ・特定健診受診者のうち約4人に1人がI度高血圧（収縮期血圧140～159mmHgかつ、または拡張期血圧90～99mmHg）に該当しています。（図表 4章-54）
- ・動脈硬化を引き起こす要因となる「高LDLコレステロール血症（脂質異常症）³⁹⁾」に該当する、LDLコレステロール160mg/dl以上の者の割合は、10%台で推移しています。（図表 4章-55）
- ・慢性腎臓病（CKD）の重症度分類でステージ4に相当するeGFR⁴⁰⁾30未満の者の割合は、0.5～0.6%で推移しており、わずかながら増加傾向がみられます。（図表 4章-56）
- ・糖尿病が強く疑われるHbA1c⁴¹⁾6.5以上の者の割合は10%前後で推移しており（図表 4章-57）、糖尿病治療や合併症のリスクも高まるHbA1c7.0以上の者の割合は、6%前後で推移しています。（図表 4章-58）
- ・男性のメタボリックシンドローム該当者は30%台で推移しており、予備群を含めると約2人に1人の状況となっています。また、女性のメタボリックシンドローム該当者は10%台で推移しており、予備群を含めると約4人に1人の状況となっています。（図表 4章-59、図表 4章-60）
- ・75歳以上を対象とした長寿健康診査（長寿健診）⁴²⁾の受診率は20%台で推移しており、約4～5人に1人の割合となっています。（図表 4章-62）
- ・市民アンケートの調査結果において、男性の約4人に1人（24.9%）が治療中または後遺症のある病気として「高血圧」を挙げています。（図表 4章-63）また、回答した市民の約10人に1人が健診や人間ドックを「受けていない」と回答しており（図表 4章-64）、その理由として「時間がとれなかったから」が36.4%と最も高くなっています。（図表 4章-65）
- ・2024（令和6）年1月に、宜野湾市、中部地区医師会、全国健康保険協会沖縄支部の3者により「宜野湾市CKD・糖尿病性腎臓病対策連携協定」を締結し、慢性腎臓病（CKD）対策を連携して進めています。

【データ】

図表 4章-51 特定健康診査の受診率の推移

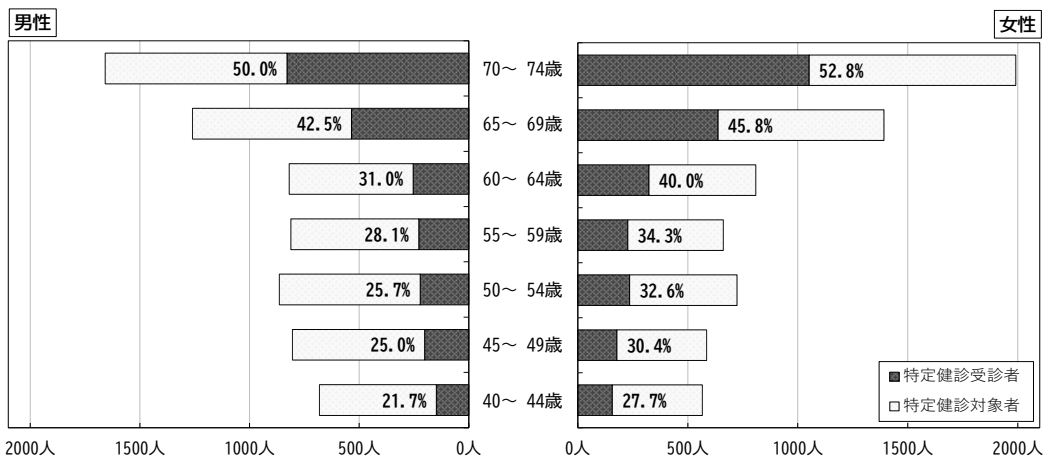


図表 4章-52 特定保健指導の実施率の推移



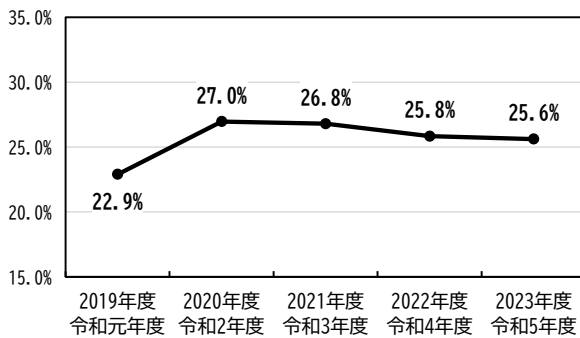
出典：厚生労働省「特定健康診査・特定保健指導の実施状況」

図表 4章-53 性別・年代別の特定健康診査受診率（2023（令和5）年度）「宜野湾市国保加入者」

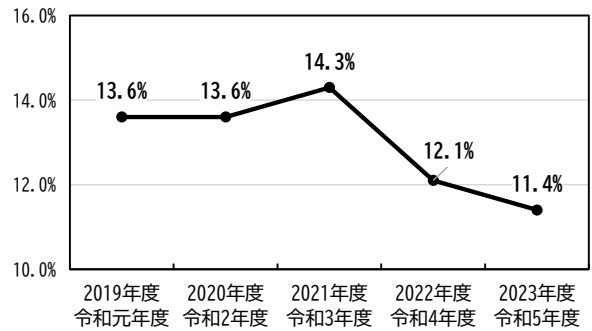


出典：厚生労働省「健診受診状況」

図表 4章-54 1度高血圧の者の割合

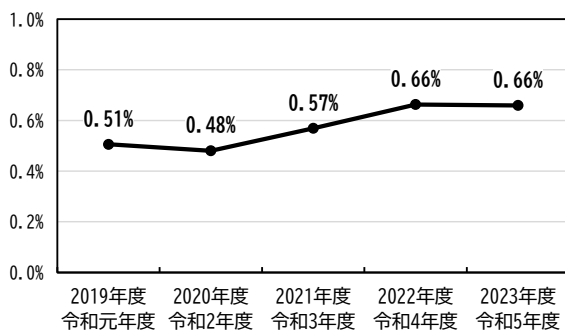


図表 4章-55 LDL160mg/dl以上の者の割合

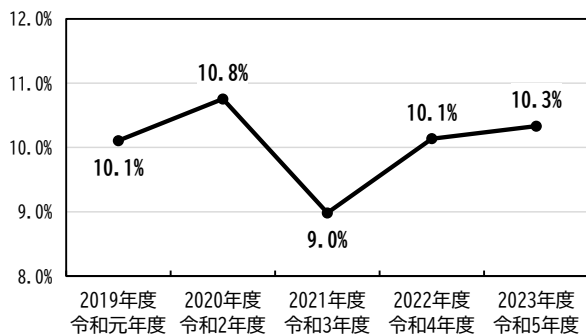


宜野湾市出典：「国保データベース（KDB）システム」

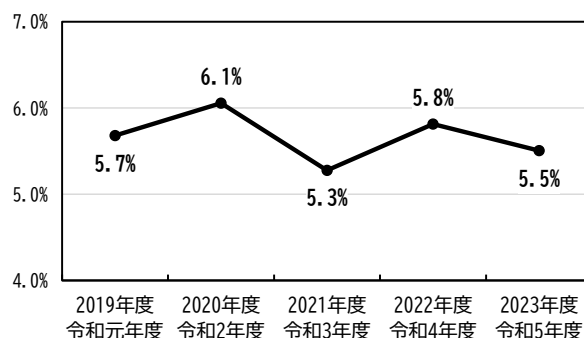
図表 4章-56 eGFR30未満の者の割合



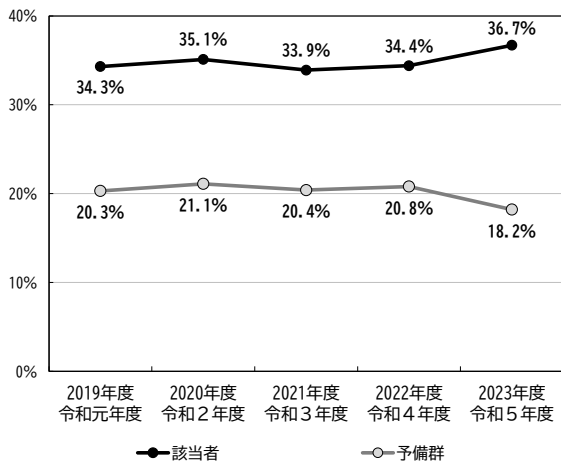
図表 4章-57 HbA1c 6.5%以上の割合



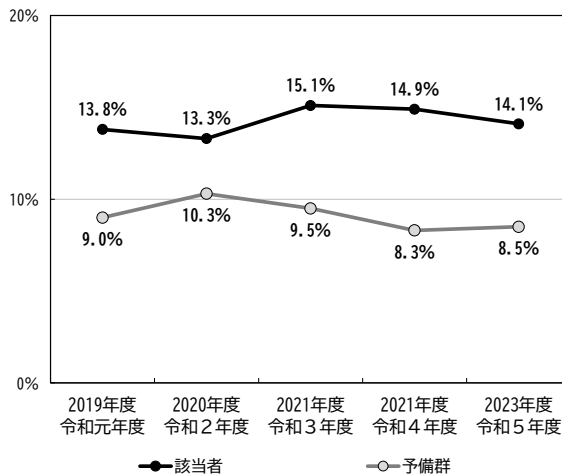
図表 4章-58 HbA1c 7.0%以上の割合



図表 4章-59 男性のメタボリックシンドロームの割合



図表 4章-60 女性のメタボリックシンドロームの割合



出典：「特定健康診査等データ管理システム」

図表 4章-61 メタボリックシンドロームの判定基準

腹囲	追加リスク	判定
	①血糖 ②脂質 ③血圧	
≧85 cm (男性)	2つ以上該当	メタボリックシンドローム基準該当者
≧90 cm (女性)	1つ該当	メタボリックシンドローム予備群該当者

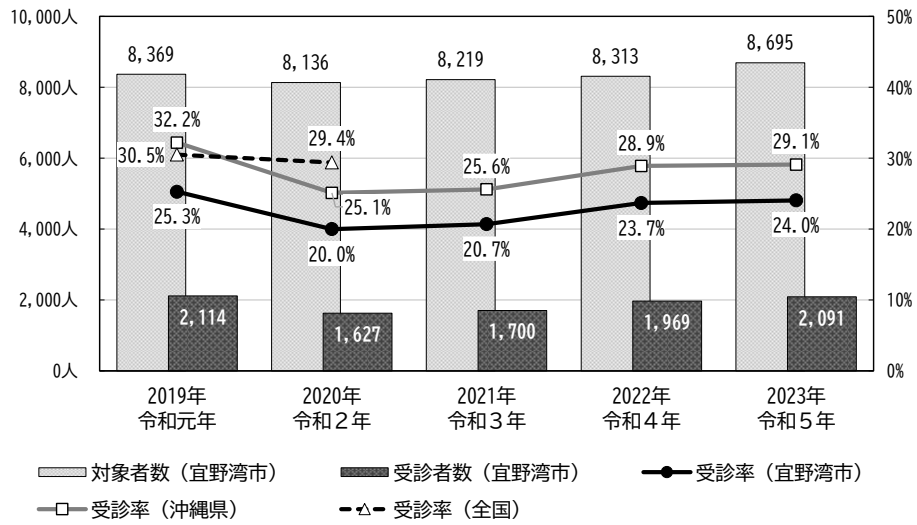
※①血糖：空腹時血糖が110mg/dl以上

②脂質：中性脂肪150mg/dl以上、またはHDLコレステロール40mg/dl未満

③血圧：収縮期130mmHg以上、または拡張期85mmHg以上

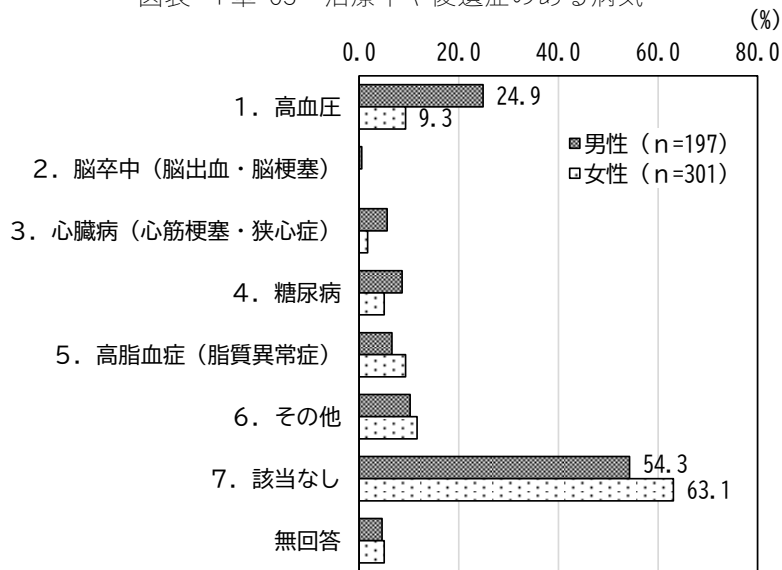
出典：厚生労働省「データヘルス計画作成の手引き（改訂版）」

図表 4章-62 長寿健康診査の状況



出典：沖縄県後期高齢者医療広域連合「後期高齢者医療事業報告書」

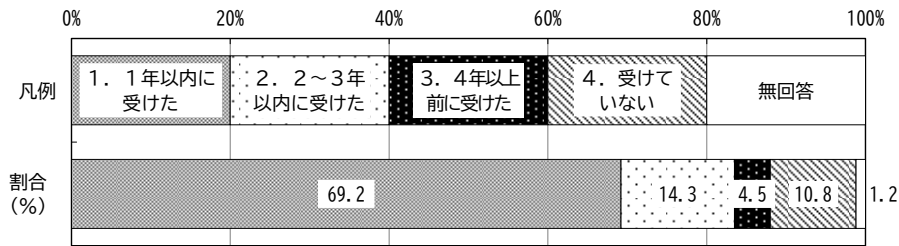
図表 4章-63 治療中や後遺症のある病気



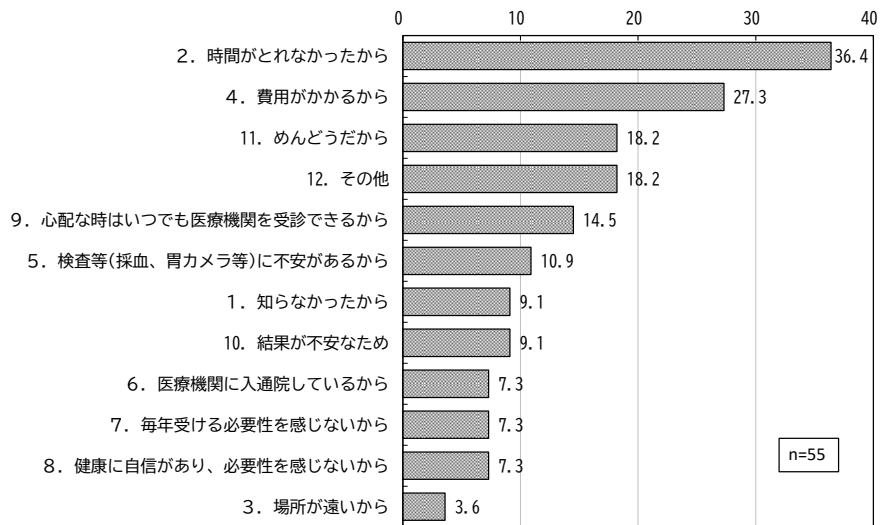
出典：宜野湾市「令和6年度 健康と食育に関するアンケート調査」



図表 4章-64 今までに健診や人間ドックを受けたか



図表 4章-65 健診等を受けていない理由（複数回答）



出典：宜野湾市「令和6年度 健康と食育に関するアンケート調査」

【課題】

- ・本市の特定健診受診率は全国平均並みまで回復したものの、さらなる向上には至っておらず、特に40～50代の受診率が低い状況にあります。このため、国民健康保険加入者を中心とした働き盛り世代に対し、効果的な受診勧奨を行う必要があります。
- ・特定保健指導の実施率は高い水準にある一方で、特定健診受診者の約4人に1人が高血圧、約10人に1人は糖尿病が強く疑われる結果となっており、生活習慣の改善や重症化予防に向けた継続的な支援が求められています。
- ・慢性腎臓病（CKD）や糖尿病性腎臓病は、重症化すると生活の質の低下や医療費の増大につながることから、医療機関等と連携し、早期発見・早期介入を一層推進していく必要があります。

【目指す姿】

生活習慣の改善、特定健診の受診を通じて、循環器病や糖尿病の予防・早期発見につながる者が増えている。

【目標項目・指標】

目標項目	指標		現状値	目標値	出典
高血圧の改善	I度高血圧以上の割合(40歳以上75歳未満)		25.6% (R5)	16.4%	特定健診
脂質(LDLコレステロール)高値の者の減少	LDLコレステロール 160mg/dl以上の者の割合(40歳以上75歳未満)		11.4% (R5)	8.5%	特定健診
糖尿病の合併症(糖尿病腎症)の減少	糖尿病腎症による年間新規透析導入患者数		8人 (R4)	減少	障がい福祉課データ
血糖コントロール不良者の減少	HbA1c8.0%以上の者の割合		1.5% (R5)	1%	特定健診
メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少	メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の割合	該当者	23.2% (R6)	14.1%	特定健診
		予備群	13.5% (R6)	11.3%	
特定健康診査の実施率の向上	特定健康診査の実施率		38.4% (R5)	60%	特定健診
特定保健指導の実施率の維持・向上	特定保健指導の実施率		60.3% (R5)	60%	特定健診

【取組の方向性】

①健康づくりに関する啓発

【具体的な取組】

ライフ ステージ	取組内容	担当課
全世代	・市民の健康保持・増進を促すために、生活習慣病の予防や健康づくりについて、正しい知識の普及・啓発を図ります。	健康増進課

【取組の方向性】

②健康相談及び健診・保健指導の実施

【具体的な取組】

ライフ ステージ	取組内容	担当課
全世代	・市民の心身の健康に関する個別の相談に応じ、必要な指導及び助言を行うため、総合健康相談（40～64歳）、一般健康相談（40歳未満と65歳以上）を実施します。	健康増進課
	・対象となる市民に、健康診査・保健指導を行います。また、健診の受診率が低いため受診率向上に努めます。	健康増進課
成人	・40～74歳までの国民健康保険加入者全員を対象に、メタボリックシンドロームに着目した生活習慣病予防のための特定健康診査・特定保健指導を行います。健診受診率向上の取組を継続し、特に受診率が低い40～50代への受診勧奨を強化します。	健康増進課
	・糖尿病予備群の早期発見、生活改善につなげる保健指導の資料とするため、糖負荷試験、頸動脈超音波検査、微量アルブミン尿検査等を実施します。	健康増進課
高齢者	・75歳以上の後期高齢者を対象に、長寿健診を行います。	国民健康保険課

2. 社会環境の質の向上

(1) 社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上

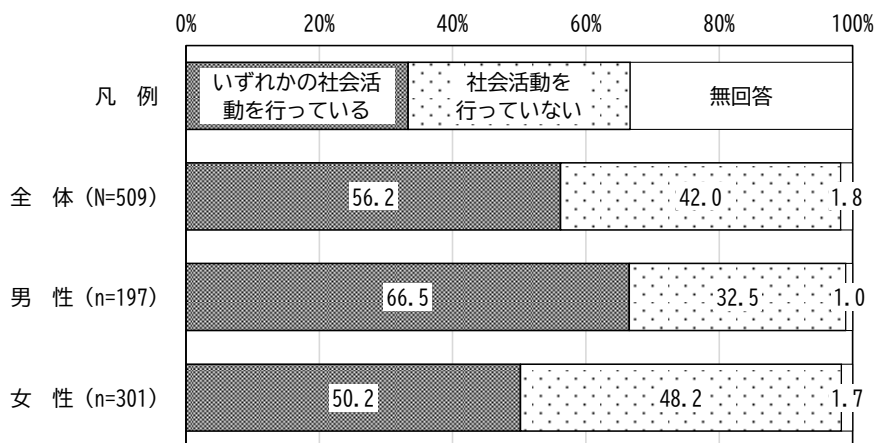
新規

【現状】

- ・単身世帯(一人暮らし)は増加傾向にあり、2020(令和2)年には約5世帯に2世帯(41.0%)となっています。また、高齢世帯や高齢夫婦世帯も増加しており、約6世帯に1世帯(16.1%)となっています。(p.7 図表 2章-5)
- ・なんらかの社会活動を行っている者の割合は56.2%であり、男性66.5%、女性50.2%となっています。(図表 4章-66)
- ・年に1回以上、地域等において誰か(地域の人)と一緒に食事をしている者の割合は44.0%となっています。(図表 4章-67)
- ・市民アンケート調査によると、地域の人々は一般的に『信用できる※』と回答した者の割合は54.0%となっています。(図表 4章-68)
※「とても信頼できる」+「まあ信頼できる」の合計割合
- ・市民アンケートの調査結果において、心理的苦痛を感じている者の割合は13.9%と、沖縄県(9.2%)や全国(10.0%)と比べて高いです。(図表 4章-69)

【データ】

図表 4章-66 社会活動を行っている者の状況



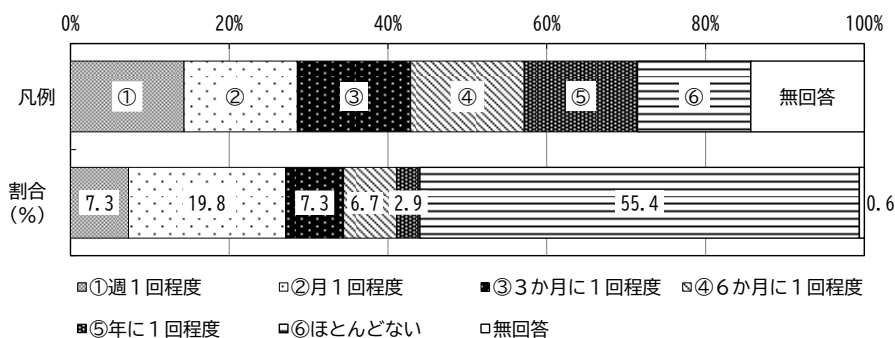
参考：社会活動を行っている者の状況

・沖縄県 22.3% ・全国 ※対応するものなし

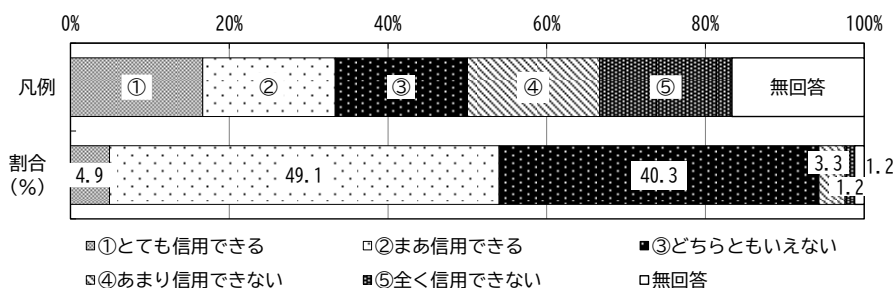
出典：「国民健康・栄養調査（令和4年）」

出典：宜野湾市「令和6年度 健康と食育に関するアンケート調査」

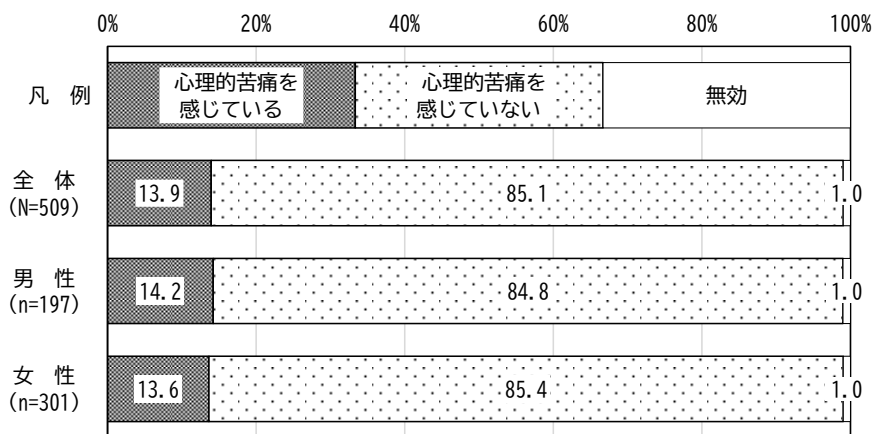
図表 4章-67 地域等において誰か（地域の人）と一緒に食事をする機会



図表 4章-68 地域の人々は一般的に信用できると思うか



図表 4章-69 心理的苦痛を感じている者の状況



参考：心理的苦痛を感じている者の割合（20～74歳）
 ・沖縄県 9.2% ・全国 10.0%
 出典：「国民生活基礎調査（令和4年）」
 ※本市調査の対象年齢（20～74歳）にあわせて、沖縄県及び全国の調査結果を再集計している。

出典：宜野湾市「令和6年度 健康と食育に関するアンケート調査」

【課題】

- ・単身世帯や高齢世帯の増加により、社会や地域との関わりが希薄になりやすい状況が進む中、孤独感の高まりや社会参加意欲の低下、精神的な不調につながるものが懸念されます。このため、身近な地域での活動や地域の人と関わる機会をつくり、社会とのつながりを促していくことが重要です。
- ・過重労働や長時間労働が続くと心身の健康に悪影響を及ぼすことから、働き盛り世代を中心にメンタルヘルス⁴³⁾対策の重要性や適切な働き方に関する理解を広げていく必要があります。
- ・約7人に1人が心理的苦痛を感じていると考えられ、精神的な不調を抱える人が増加傾向にあることから、こころの健康を保ち、必要に応じて回復を支援する取り組みを進めていくことが求められています。

【目指す姿】

社会活動への参加や地域等で共食の機会が増え、社会とのつながりやこころの健康が維持・向上している。

【目標項目・指標】

目標項目	指標	現状値	目標値	出典
社会活動を行っている者の増加	何らかの社会活動を行っている者の割合	56.2% (R6)	61.2%	健康と食育に関するアンケート
地域等で共食している者の増加	地域等で共食している者の割合	44.0% (R6)	増加	健康と食育に関するアンケート
心理的苦痛を感じている者の減少	K6（こころの状態を評価する指標） ⁴⁴⁾ の合計得点が10点以上の者の割合	13.9% (R6)	9.4%	健康と食育に関するアンケート



▲健康づくり推進員による地域活動（体操普及）のようす

【取組の方向性】

①地域活動及び地域参加の支援

【具体的な取組】

ライフ ステージ	取組内容	担当課
全世代	・市のホームページ等を通じ、共食に関する情報提供等を行います。	健康増進課
	・中央公民館や自治会、老人福祉センター等の文化講座やレクリエーション活動等を通じた交流を促進し、地域活動へつなげていく仕組みづくりを推進します。	生涯学習課 介護長寿課
	・高齢者の通いの場や居場所、地域活動支援センターなど地域の居場所への参加を促すとともに、これまで地域との関わりが少なくこもりがちだった方の相談対応に努めます。	介護長寿課 障がい福祉課 福祉総務課
こども	・不登校・ひきこもりなど、社会的に孤立しているこども・若者を、こども支援員と地域、学校等各関係機関が連携し適切な対応を進めます。	指導課 はごろも学習センター こども家庭課
高齢者	・健康づくりやスポーツ、趣味及び文化活動等で高齢者の皆様が外出する機会を増やし、生きがいづくりを応援します。	介護長寿課

【取組の方向性】

②こころの健康支援

【具体的な取組】

ライフ ステージ	取組内容	担当課
全世代	・こころの健康に関する相談対応（電話、来所、家庭訪問等）を行います。	健康増進課 障がい福祉課
	・ゲートキーパー ⁴⁵⁾ 養成講座を実施します。	障がい福祉課
成人	・沖縄県ワーク・ライフ・バランス企業 ⁴⁶⁾ 認証制度の周知とあわせて、過重労働や長時間労働等と自殺リスクの関連やメンタルヘルス対策の普及に向けた情報提供等を行います。	市民協働課 産業政策課

(2) 自然に健康になれる環境づくり

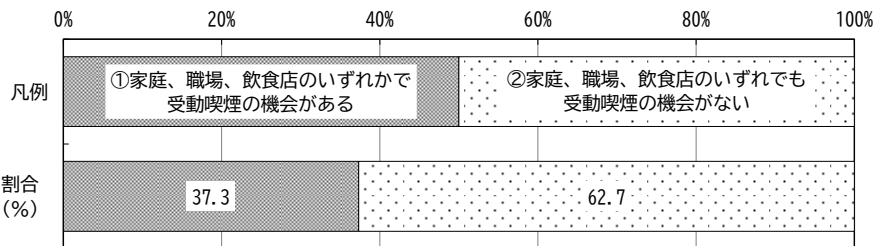
新規

【現状】

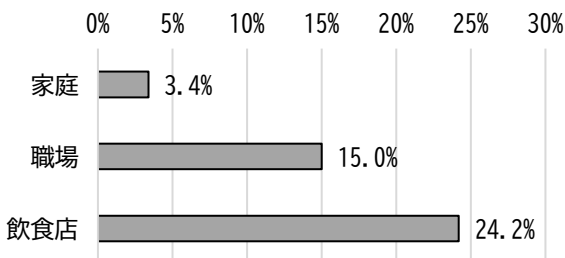
- ・2018（平成30）年の改正健康増進法により、望まない受動喫煙防止のため、公共施設は敷地内禁煙、多くの人々が利用する施設は原則屋内禁煙となりました。
- ・市民アンケートの調査結果において、たばこを吸わない人のうち、「家庭、職場、飲食店のいずれかで受動喫煙の機会がある」と回答した者の割合は37.3%となっています。また、家庭、職場、飲食店ごとに受動喫煙の機会を有する者の割合は、家庭（ほぼ毎日）が3.4%、職場（月1回以上）が15.0%、飲食店（月1回以上）が24.2%となっています。（図表4章-70）
- ・西普天間住宅地区跡地に琉球大学医学部及び琉球大学病院が移転したことを契機に、ウォーカブルなまちづくり⁴⁷⁾に取り組んでおり、都市計画道路西普天間線の歩道にベンチなどの休憩施設やフットライトなどの夜間照明を設置し、安全にウォーキングができる環境整備が進められています。
- ・市内では、健康づくり推進員が自主活動や美らがんじゅう体操普及など地域で活動しており、市民の運動習慣を広げる重要な役割を担っています。

【データ】

図表 4章-70 望まない受動喫煙の機会（家庭・職場・飲食店）を有する者の割合



※家庭・職場・飲食店いずれかにおいて、望まない受動喫煙を受けた者の割合を集計
 【(家庭、職場、飲食店のいずれか1つ以上の設間において、「ほぼ毎日」、「週に数回程度」、「週に1回程度」、「月に1回程度」のいずれかを選択した者の数 ÷ 家庭、職場、飲食店の全ての設間に回答した者の数) × 100】
 ※現在喫煙者は集計対象から除く



※家庭：「ほぼ毎日」を選択した者の割合を算出
 飲食店、職場：月1回以上（「ほぼ毎日」、「週に数回程度」、「週に1回程度」、「月に1回程度」のいずれか）を選択した者の割合を算出

※現在喫煙者は集計対象から除く

※飲食店、職場において「行かなかった」と回答した者は集計対象から除く

参考：たばこを吸わない人のうち望まない受動喫煙の機会を有する者の割合

	宜野湾市	沖縄県	全国
(家庭)	3.8%	6.1%	5.8%
(職場)	15.9%	22.0%	18.7%
(飲食店)	24.8%	23.1%	18.2%

沖縄県出典：「令和3年度県民健康・栄養調査」

国出典：「国民健康・栄養調査（令和5年）」

※本市調査の対象年齢（20～74歳）のうち20～60代にあわせて、沖縄県及び全国の調査結果を再集計している。

出典：宜野湾市「令和6年度 健康と食育に関するアンケート調査」

【課題】

- ・受動喫煙は、たばこを吸わない人に対しても健康リスクを及ぼします。本市では望まない受動喫煙の機会があると回答した者が約3人に1人（37.3%）であることから、副流煙の健康影響についての理解を深め、受動喫煙を減らしていく取り組みが求められています。
- ・本市では日常的に運動やウォーキングに取り組んでいる市民の割合が高いとは言えない状況にあります。このため、日常生活の中で自然と身体を動かしたくなるような、「居心地がよく歩きたくなる」環境づくりを一層進めていく必要があります。
- ・市内23自治会のうち、健康づくり推進員がいる自治会が12か所、不在は11か所となっています。市民及び地域ぐるみの健康づくりを展開する上で、人材の確保や育成が必要です。

【目指す姿】

健康への関心の有無にかかわらず、自然に健康になれる環境が整っている。

【目標項目・指標】

目標項目	指標		現状値	目標値	出典
望まない受動喫煙の機会を有する者の減少	家庭		3.4% (R6)	減少	健康と食育に関するアンケート調査
	職場		15.0% (R6)		
	飲食店		24.2% (R6)		
健康づくりの推進を担う地域人材の確保	健康づくり推進員がいる自治会数		12か所	全23か所	宜野湾市福祉保健の概要

【取組の方向性】

- ①受動喫煙防止のための情報発信

【具体的な取組】

ライフステージ	取組内容	担当課
全世代	・望まない受動喫煙を防止するため、市内公共施設での全面禁煙や副流煙の害について情報を発信します。	健康増進課 総務課 人事課
こども	・宜野湾市青少年健全育成協議会、学校、警察と連携し、市内コンビニエンスストアやスーパーマーケット等に対して、未成年者にたばこ販売規制について、改めて意識啓発を行います。	はごろも学習センター

【取組の方向性】

②歩行空間の整備

【具体的な取組】

ライフ ステージ	取組内容	担当課
全世代	・西普天間住宅地区において、ウォークブルなまちづくりの実現に向けて快適な歩行空間の整備等に取り組みます。	都市計画課 市街地整備課

【取組の方向性】

③健康づくり推進員の養成

【具体的な取組】

ライフ ステージ	取組内容	担当課
全世代	・健康づくり推進員養成講座を実施し、市民及び地域ぐるみの健康づくりの展開に必要な学びを提供し、自主活動等の実践を支援するとともに、連携して各種健康づくりに取り組みます。	健康増進課



▲「ウォークブルなまち」のシンボルロード都市計画道路西普天間線のアンナはし

(3) 誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備

新規

【現状】

- ・2021（令和3）年度に「沖縄健康医療拠点健康まちづくり基本方針」を策定し、2022（令和4）年度からは琉球大学と連携した「ぎのわん健康プロジェクト（健康行動プログラム構築実証事業）」を、2024（令和6）年度からは沖縄セルラー電話株式会社が加わり産学官連携によるデジタル技術を活用した「ぎのわんスマート健康増進プロジェクト」を開始し、市民の健康行動に結びつく各種事業を展開しています。（図表 4章-71）
- ・沖縄県が実施する、健康に配慮したメニューを提供している店舗を登録する制度「食deがんじゅう応援店」が創設され、市民が飲食店等を通じて健康的な食を選択しやすい環境づくりが進められています。
- ・健康経営に取り組む市内の法人数は12社です。
- ・「うちなー健康経営宣言⁴⁸⁾」をした市内の事業所数は111件です（2025（令和7）年11月末時点）。（図表 4章-72）また、宜野湾市商工会も「うちなー健康経営推進団体宣言⁴⁹⁾」を行っており、会員の「うちなー健康経営宣言」の登録を推進しています。

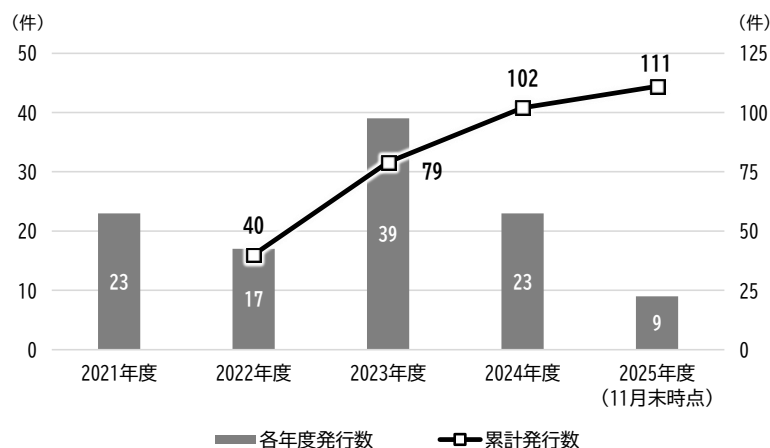
図表 4章-71 宜野湾市の健康まちづくりの実現に向けた参加主体の展望



出典：宜野湾市ホームページ

【データ】

図表 4章-72 「うちなー健康経営宣言」をした市内の事業所数



出典：全国健康保険協会沖縄支部「うちなー健康経営宣言 事業所一覧」
厚生労働省沖縄労働局「うちなー健康経営宣言をした事業場一覧」

【課題】

- 健康アプリや測定機器といった ICT の活用には不慣れな市民も一定数いると想定されるため、丁寧な説明や体験機会の提供といったデジタルデバインド対策⁵⁰⁾、ハイブリッド型⁵¹⁾（対面とデジタルの併用）による展開等が重要です。今後の実証事業で得られた成果や改善策も踏まえて取り組む必要があります。
- 「食 de がんじゅう応援店」を通じて、市民が健康的な食を選択できるよう、制度の周知を図るとともに、登録店舗の拡大に取り組む必要があります。
- 市内の「うちなー健康経営推進団体宣言」は2023（令和5）年度に大幅に増加しましたが、その後は伸び悩んでいます。事業所を増やしていけるよう、宜野湾市商工会と連携して取り組むことが重要です。

【目指す姿】

行政だけでなく、大学や企業、民間団体等と連携した健康づくりに取り組み、誰もがアクセスできる健康増進のための基盤が整備されている。また、科学的根拠に基づく健康に関する情報を入手しやすくなっている。

【目標項目・指標】

目標項目	指標	現状値	目標値	出典
ぎのわんスマート健康増進プロジェクトの推進	健康アプリのダウンロード数	新規	4,000件 (R11)	第五次総合計画(基本目標3目標指標)
食deがんにゅう応援店に取り組む店舗数の増加	食 de がんにゅう応援店に取り組む店舗数(市内)	1店舗	新規登録 10店舗	中部保健所提供データ
健康経営の推進	うちなー健康経営宣言事業所数(市内)	111件(R7)	増加	全国健康保険協会沖縄支部「うちなー健康経営宣言」



▲「食 de がんにゅう応援店」ロゴマーク

登録基準

- 屋内禁煙 禁煙はお客様、従業員への優しさです。

飲食店・職場等は改正健康増進法で原則屋内禁煙が義務づけられています。



- 下記のメニューを1品以上提供



バランス食

主食・主菜・副菜がそろった1食分の食事
副菜の量は70g以上



野菜たっぷり

定食・単品にかかわらず1食(1品)あたり
野菜の使用量が120g以上(きのこ、海藻類含む)



塩分控えめ

塩分が1食あたり3.0g未満、単品の場合は
1品100gあたり1.0g未満

▲「食 de がんにゅう応援店」登録基準

出典：沖縄県ホームページ

【取組の方向性】

①ぎのわんスマート健康増進プロジェクトの推進

【具体的な取組】

ライフ ステージ	取組内容	担当課
全世代	・市民の健康行動を促すため、産官学連携による、ICTを活用した「ぎのわんスマート健康増進プロジェクト」に取り組みます。	プロジェクト推進室 健康増進課

【取組の方向性】

②健康増進に取り組む店舗等に関する情報発信

【具体的な取組】

ライフ ステージ	取組内容	担当課
全世代	・沖縄県が実施する、健康に配慮したメニューを提供している店舗を登録する制度『食 de がんじゅう応援店』の登録促進に取り組み、地域全体で健康的な食環境づくりを推進します。	健康増進課 産業政策課

【取組の方向性】

③健康増進に取り組む企業に関する情報発信

【具体的な取組】

ライフ ステージ	取組内容	担当課
全世代	・「健康経営®」や「うちなー健康経営宣言」の普及に向けた情報提供等を行います。	健康増進課 産業政策課

※健康経営は、NPO 法人健康経営研究会の登録商標です。

3. 食育に対する関心向上と食文化の継承

(1) 食に関する学び・体験の充実

【現状】

- ・市民アンケートの調査結果において、「食育」に『関心がある』(1.関心がある+2.どちらかといえば関心がある)割合は76.0%で、2013(平成25)年度の調査結果(85.8%)と比べて、減少しています。(図表 4章-73) また、沖縄県(82.8%)や全国(80.8%)と比べて低いです。
- ・食品ロス削減のために意識して『取り組んでいる』人は87.1%^{*}と高くなっています。(図表 4章-74)

※「取り組んでいる」+「どちらかといえば取り組んでいる」の合計割合

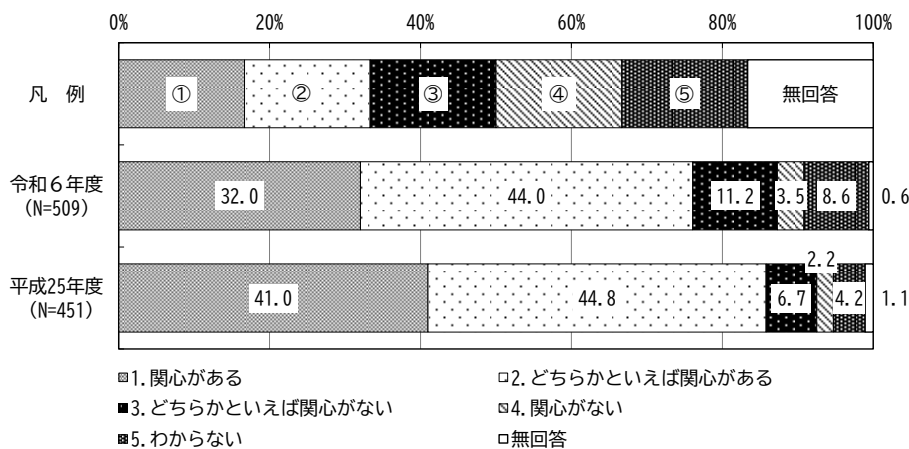
- ・小学生アンケートの調査結果において、学校給食を『残すことがある』割合^{*}は女子のほうが男子よりも高くなっています(女子63.8%、男子43.6%)(図表 4章-75)。給食を残す理由として最も多いのは「きれいなものがあるから」(男子53.8%、女子50.4%)ですが、女子では「給食時間が短いから」が2番目に多くなっています(40.9%)。(図表 4章-77)

※「たまたに残すことがある」+「いつも残す」の合計割合

- ・中学生アンケートの調査結果においても、学校給食を『残すことがある』割合は女子のほうが男子よりも高くなっています(女子50.9%、男子32.0%)。(図表 4章-76) 給食を残す理由として最も多いのは「きれいなものがあるから」(男子60.6%、女子62.5%)ですが、女子では「給食時間が短いから」が2番目に多くなっています(31.3%)。(図表 4章-78)
- ・食生活改善推進員の人数は、2025(令和7)年10月時点で44人であり、年度によって増減があるものの長期的には減少傾向にあります。

【データ】

図表 4章-73 「食育」の関心度

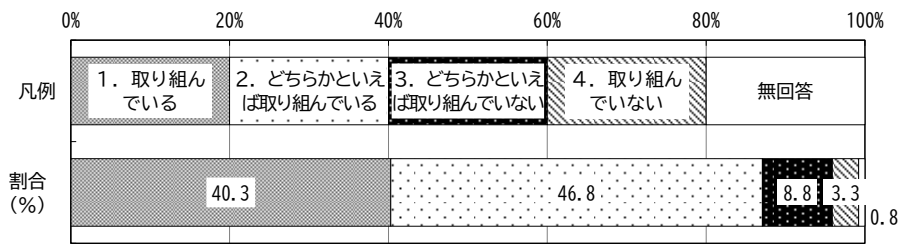


参考：食育に関心がある者の割合

- ・沖縄県 82.8% 出典：「食育に関する県民意識調査」(令和4年度)
- ・全国 80.8% 出典：「食育に関する意識調査」(令和6年度)

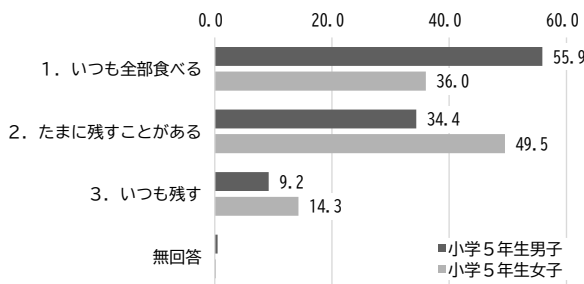
出典：宜野湾市「令和6年度 健康と食育に関するアンケート調査」

図表 4章-74 食品ロス削減のために意識して取り組んでいるか

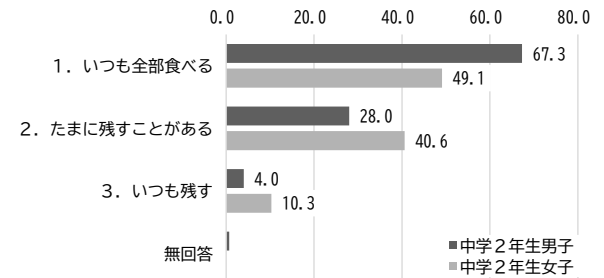


出典：宜野湾市「令和6年度 健康と食育に関するアンケート調査」

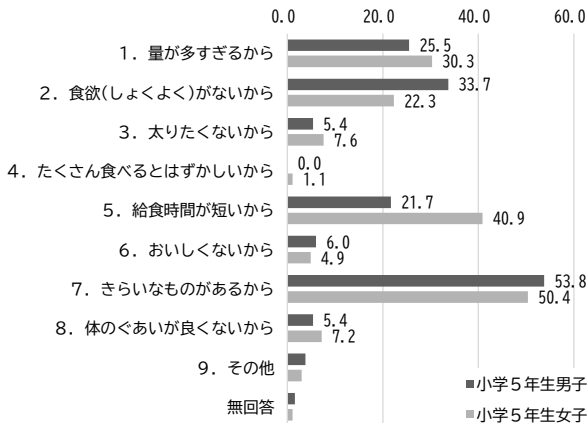
図表 4章-75 学校給食を全部食べているか (小学5年生)



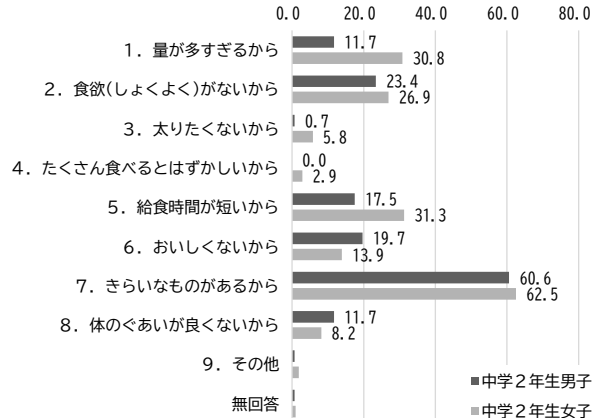
図表 4章-76 学校給食を全部食べているか (中学2年生)



図表 4章-77 学校給食を残す理由 (小学5年生)



図表 4章-78 学校給食を残す理由 (中学2年生)



出典：宜野湾市「令和7年度 健康と食育に関するアンケート調査 (小学5年生・中学2年生)」

【課題】

- ・食育は心や体の健康等の観点からも重要であることから、デジタル技術を活用し人手が限られている状況下でも適切に食育が行える仕組みづくりや、情報発信方法の改善に取り組むことが重要です。
- ・食生活改善推進員は地域の健康づくりを支える重要な役割を担っていることから、活動条件の緩和や活動の魅力化など人材確保・育成・多様化に向けた取り組みが必要です。
- ・食品ロス削減について、具体的な取り組みや行動につなげるため、理解を深める普及啓発が必要です。

【目指す姿】

学校・地域等での食に関する学び・体験を通じて、食育に関心をもつ者が増えている。

【目標項目・指標】

目標項目	指標	現状値	目標値	出典
食育の推進を担う人材の育成・確保	食生活改善推進員の人数	44人 (R7.10月)	増加	宜野湾市福祉保健の概要
食品ロス削減のために何らかの行動をしている市民を増やす	食品ロス削減のため『取り組んでいる』者の割合(「取り組んでいる」+「どちらかといえば取り組んでいる」割合)	87.1% (R6)	91%	健康と食育に関するアンケート

【取組の方向性】

- ①食育や食の安全を学ぶ機会の提供

【具体的な取組】

ライフステージ	取組内容	担当課
全世代	・食材の選び方や調理方法などを学べる各種料理講座を開催し、市民が食を選ぶ力を身につけるとともに、料理の楽しさや大切さを実感できるような機会を提供します。また、地域のニーズに応じた新たな料理教室の開催についても検討します。	健康増進課 生涯学習課
	・食に対する市民の関心が高まるよう、沖縄県が実施する、健康に配慮したメニューを提供する店舗を登録する制度『食deがんじゅう応援店』の情報提供等を行います。	健康増進課 産業政策課
	・食生活改善推進員養成講座を開催し、食生活改善推進員を食育の担い手として位置づけ、関連機関等と連携して食育の推進を図ります。	健康増進課
こども	・保育所やこども園等において、日々の保育の中での食に触れる機会を通じて、食に関する興味関心を育むとともに、こどもの成長に必要な栄養や食事バランス等について保護者向けの情報発信に努めます。	保育こども園課
こども	・給食や食育授業等を通して、児童生徒の食に関する知識や判断力を育むとともに、こどもの成長に必要な栄養や食事バランス等について保護者向けの情報発信に努めます。	指導課 学校給食センター
こども	・食物アレルギーへの適切な配慮を行いながら、こどもたちに食の多様性への理解を広げ、保護者や関係機関との情報共有を図るとともに、職員の意識啓発と適切な対応に努めます。	保育こども園課 指導課 学校給食センター

【取組の方向性】

②食品ロス削減に向けた普及啓発

【具体的な取組】

ライフ ステージ	取組内容	担当課
全世代	・食品ロス削減について、国の指針に基づいた普及啓発を行います。	生活安全課 環境対策課 健康増進課
こども	・学校給食センターや栄養教諭等と連携して、学校給食における食品ロス（残食）を減らせるよう努めます。	指導課 学校給食センター



▲食生活改善推進員による畑を活用した食育のようす

(2) 食文化の継承・地産地消の推進

【現状】

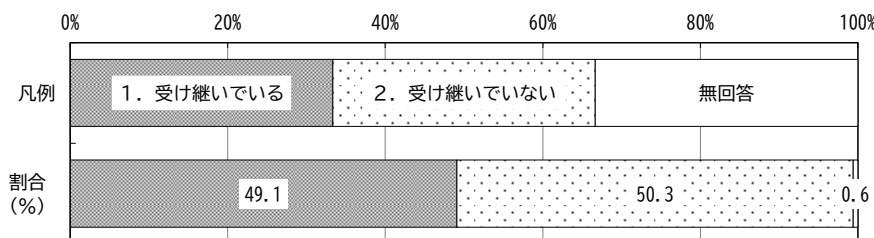
- ・本市では2015（平成27）年に「宜野湾市ターウムの日に関する条例」を施行し、ターウムのター（ターチ：2を意味する方言）と、ム（ムーチ：6を意味する方言）の語呂合わせをとり、2月6日を「宜野湾市ターウムの日」と定めています。大山の田芋（ターウム）は地場農産物として県内でも有名でしたが、近年は生産者の高齢化にともなって生産量が年々少なくなっています。
- ・市民アンケートの調査結果において、約半数（49.1%）が地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を受け継いでおり、そのうち3人に2人（65.2%）が地域や次世代に伝えています。（図表 4章-79, 図表 4章-80）
- ・産地や生産者を意識して農林水産物・食品を『選んでいる』割合※は69.3%となっています。（図表 4章-81）

※「いつも選んでいる」＋「時々選んでいる」の合計割合

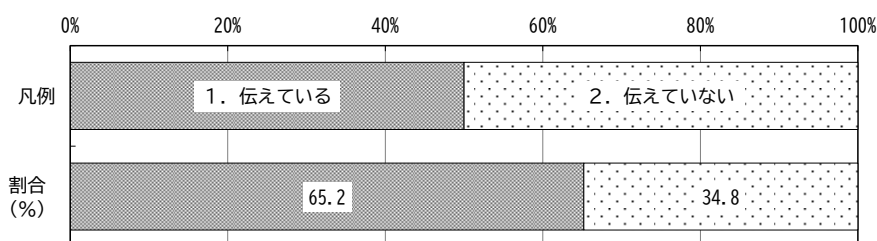
- ・浦添宜野湾漁業協同組合はソデイカの漁獲量が県内でも3番目に多く、主要な水産物となっており、未利用部分を加工した食品もみられます。浦添宜野湾漁業協同組合の宜野湾地区では海ぶどうやウニの養殖にも取り組んでいます。（図表 4章-82）

【データ】

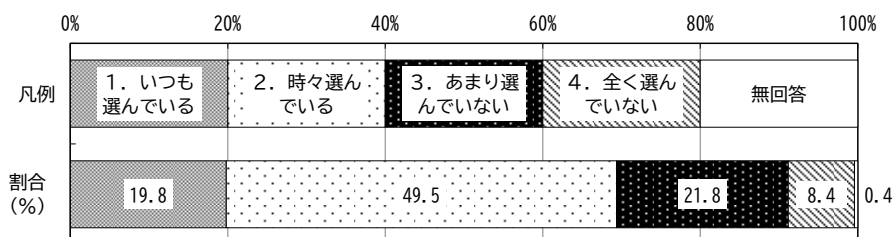
図表 4章-79 地域や家庭の料理を味、食べ方・作法を受け継いでいるか



図表 4章-80 料理や味、食べ方・作法を地域や次世代に伝えているか (n=250)

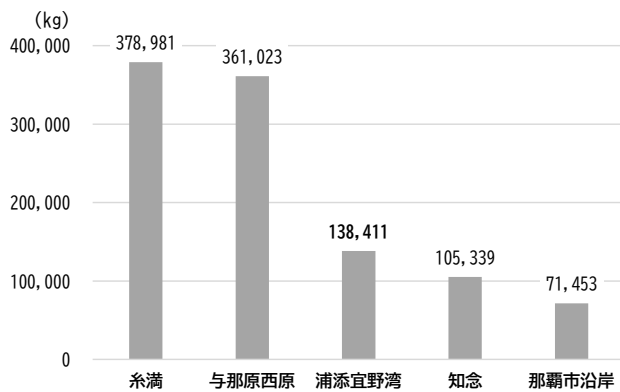


図表 4章-81 産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選んでいるか



出典：宜野湾市「令和6年度 健康と食育に関するアンケート調査」

図表 4 章-82 漁協別ソデイカの累計漁獲量



出典：沖縄県水産海洋技術センター
「2024（令和6）-2025（令和7）年漁期ソデイカ年報」



▲ソデイカを活用した学校給食
(ソデイカ入りかまぼこ)

【課題】

- ・地場農産物に加えて水産物についても活用や消費が増えるよう、積極的にPRしていく必要があります。
- ・県産食材を活用することで、地域の食文化に興味関心をもち、食文化の継承につながることから、市と地元生産者の連携強化を図ることが重要です。

【目指す姿】

地域や家庭に受け継がれてきた食文化や伝統的な料理・作法への理解が深まり、地産地消を大切にしながら、それらを地域や次世代へ継承しようとする者が増えている。

【目標項目・指標】

目標項目	指標	現状値	目標値	出典
学校給食における地産地消の推進	地産地消食材が全体に占める割合（使用率）	32.3% (R6)	34%	学校給食センター
食文化を受け継いでいる者の増加	地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を受け継いでいる者の割合	49.1% (R6)	55%	健康と食育に関するアンケート
食文化を地域や次世代に伝えている者の増加	上記のうち、伝統的な料理や作法等を地域や次世代に伝えている者の割合	65.2% (R6)	80%	健康と食育に関するアンケート

【取組の方向性】

①食文化・地産地消に関する情報発信

【具体的な取組】

ライフ ステージ	取組内容	担当課
全世代	・家庭で郷土料理や行事食、地場農水産物に親しむ機会を増やすため、情報発信に努めるとともに、料理教室を開催します。	健康増進課
こども	・保育所やこども園等において、食文化への理解を深められるよう、郷土料理や行事食を提供するとともに、日々の保育の中で食に触れて学ぶ機会の充実を図ります。	保育こども園課
	・児童・生徒等が料理に親しみ、地産地消や食文化への理解を深めるよう、食育授業の実施や学校給食において郷土料理や行事食、イベント給食を提供します。	指導課 学校給食センター

【取組の方向性】

②地場農水産物の PR 及び活用

【具体的な取組】

ライフ ステージ	取組内容	担当課
全世代	・市民が地場農水産物について知る機会となるよう、産業まつり等で地場農水産物やその加工品について PR や情報発信を行います。	産業政策課
こども	・食への生産過程への理解を深め、生産者への感謝の気持ちを育むことができるよう、関係機関と連携して農業・漁業等の体験学習の充実に努めます。	指導課
	・給食に地場農水産物を活用できるよう、関係機関と連携強化に努めます。	学校給食センター 産業政策課

4. ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり

個人の現在の健康状態は、これまでの生活習慣や社会環境の影響を受けることに加え、次の世代の健康にも影響を及ぼす可能性があることから、胎児期から高齢期に至る生涯を通じた継続的な健康づくり＝ライフコースアプローチが重要となります。

ライフコースアプローチの考え方を踏まえ、健康・食育に関する目標項目の中から、各ライフステージ（こども、働き盛り、高齢者、女性）における目標項目を設定し、関連機関と連携して取り組みます。

(1) こどもの健康

①【p.44 再掲】栄養・食生活

目標項目	指標		現状値	目標値	出典
児童・生徒における肥満傾向児の減少	肥満傾向(肥満度20%以上)の小学5年生の割合	男子	17.6% (R6)	12.7%	学校健診
		女子	11.7% (R6)	9.1%	
低出生体重児の減少	全出生数中の低出生体重児(2500g以下)の割合		12.1% (R5)	9.6%	宜野湾市福祉保健の概要
朝食を毎日食べる児童生徒を増やす	朝食をほとんど毎日食べる児童生徒の割合	小5	86.3% (R7)	増加	健康と食育に関するアンケート
		中2	78.8% (R7)		

②【p.49 再掲】身体活動・運動

目標項目	指標		現状値	目標値	出典
児童生徒の身体活動・運動の増加	1週間のうち、60分以上の身体活動をした日が7日である児童生徒の割合	小5男子	22.5% (R7)	増加	健康と食育に関するアンケート
		小5女子	17.4% (R7)		
		中2男子	26.6% (R7)		
		中2女子	15.6% (R7)		

③【p56 再掲】飲酒

目標項目	指標		現状値	目標値	出典
20歳未満の飲酒をなくす	小学生の飲酒率		0% (R6)	0%	教育委員会
	中学生の飲酒率		0.06% (R6)	0%	教育委員会

④【p. 58 再掲】喫煙

目標項目	指標	現状値	目標値	出典
20歳未満の者の喫煙をなくす	小学生の喫煙率	0.1% (R6)	0%	教育委員会
	中学生の喫煙率	1.5% (R6)	0%	

⑤【p. 63 再掲】歯・口腔の健康

目標項目	指標	現状値	目標値	出典
乳幼児・学齢期のむし歯のない者の増加	3歳児でむし歯のない者の割合	88.5% (R5)	93%	乳幼児健診
	12歳児(中学1年生)でむし歯のない者の割合	49.0% (R6)	60%	学校健診

(2) 働き盛りの健康

①【p. 44 再掲】栄養・食生活

目標項目	指標	現状値	目標値	出典
肥満の減少	肥満(BMI25以上)の40~60代の割合 男性	43.7% (R6)	28%	特定健診
	肥満(BMI25以上)の40~60代の割合 女性	27.2% (R6)	25%	
朝食を欠食する若い世代を減らす	朝食を抜くことが週3回以上ある20~30代の者の割合	26.9% (R6)	15%以下	健康診査
バランスの良い食事を摂っている者の増加	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほとんど毎日の者の割合	39.9% (R6)	50%	健康と食育に関するアンケート
生活習慣病の予防や改善のための食生活を実践している者の増加	適正体重の維持や減塩などに気をつけた食生活を『実践している』者の割合(「いつも気をつけて実践している」+「気をつけて実践している」割合)	56.9% (R6)	75%	健康と食育に関するアンケート
ゆっくりよくかんで食べている者の増加	ふだんゆっくりよくかんで食べている者の割合(「ゆっくりよくかんで食べている」+「どちらかといえばゆっくりよくかんで食べている」割合)	44.4% (R6)	55%以上	健康と食育に関するアンケート

②【p. 49 再掲】身体活動・運動

目標項目	指標		現状値	目標値	出典
日常生活における歩数の増加	日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施している者の割合	男性	32.4% (R5)	40.3%	特定健診
		女性	36.8% (R5)	42.5%	
運動習慣者の割合の増加	1回30分以上の運動を週2回以上かつ1年以上継続している者の割合	男性	29.1% (R5)	45%	特定健診
		女性	27.6% (R5)	40%	

③【p53 再掲】睡眠・休養

目標項目	指標		現状値	目標値	出典
睡眠時間が十分に確保できている者の増加	睡眠時間が6～9時間（60歳以上は6～8時間）の者の割合	20～50代	51.8% (R6)	60%	健康と食育に関するアンケート
		60歳以上	46.6% (R6)	60%	
睡眠で休養がとれている者の増加	睡眠で休養がとれている者の割合（「充分とれている」+「まあまあとれている」割合）（20～74歳）		68.9% (R6)	80%	健康と食育に関するアンケート

④【p. 56 再掲】飲酒

目標項目	指標		現状値	目標値	出典
生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の減少	1日当たりの純アルコール摂取量が男性40g以上、女性20g以上の者の割合（20～60代）	男性	15.5% (R6)	13.0%	健康診査 特定健診
		女性	13.5% (R6)	6.4%	

⑤【p. 58 再掲】喫煙

目標項目	指標		現状値	目標値	出典
成人の喫煙率の減少	特定健診受診者の喫煙率	男性	24.7% (R5)	22.6%	特定健診
		女性	7.3% (R5)	5%	

⑥ 【p. 63 再掲】 歯・口腔の健康

目標項目	指標	現状値	目標値	出典
歯周病を有する者の減少	歯周炎を有する 40 歳以上の者の割合	43.0% (R6)	40%	健康と食育に関するアンケート
よく噛んで食べることができる者の増加	何でもかんで食べることができる 50 歳以上の者の割合	78.7% (R6)	80%	健康と食育に関するアンケート
歯科検診の受診者の増加	過去 1 年間に歯科検診を受診した者の割合	62.7% (R6)	70%	健康と食育に関するアンケート

⑦ 【p. 68 再掲】 がん

目標項目	指標	現状値	目標値	出典
がん検診の受診率の向上	胃がん検診受診率	5.2% (R6)	増加	宜野湾市福祉保健の概要
	肺がん検診受診率	9.3% (R6)	増加	宜野湾市福祉保健の概要
	大腸がん検診受診率	9.3% (R6)	増加	宜野湾市福祉保健の概要

(3) 高齢者の健康

① 【p. 44 再掲】 栄養・食生活

目標項目	指標	現状値	目標値	出典
低栄養傾向の高齢者の減少	低栄養傾向 (BMI20 以下) の高齢者 (65 歳以上) の割合	11.7% (R6)	8%	特定健診 長寿健診

② 【p. 49 再掲】 身体活動・運動

目標項目	指標	現状値	目標値	出典
ロコモティブシンドロームの減少	筋骨格の病気(骨粗しょう症、関節症等)の治療中または後遺症があると回答した割合	10.5% (R4)	減少	介護予防・日常生活圏域ニーズ調査

③【p53再掲】睡眠・休養

目標項目	指標	現状値	目標値	出典
睡眠で休養がとれている者の増加	睡眠で休養がとれている者の割合（「充分とれている」+「まあまあとれている」割合）（20～74歳）	68.9%（R6）	80%	健康と食育に関するアンケート

④【p78再掲】社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上

目標項目	指標	現状値	目標値	出典
社会活動を行っている者の増加	何らかの社会活動を行っている者の割合	56.2%（R6）	61.2%	健康と食育に関するアンケート

（4）女性の健康

①【p.44再掲】栄養・食生活

目標項目	指標	現状値	目標値	出典
若年女性のやせの減少	やせ（BMI18.5未満）の20～30代女性の割合	18.9%（R6）	15%	健康診査

②【p.49再掲】身体活動・運動

目標項目	指標	現状値	目標値	出典
日常生活における歩数の増加	日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施している者の割合	女性 36.8%（R5）	42.5%	特定健診
運動習慣者の割合の増加	1回30分以上の運動を週2回以上かつ1年以上継続している者の割合	女性 27.6%（R5）	40%	特定健診

③【p.56再掲】飲酒

目標項目	指標	現状値	目標値	出典
生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の減少	1日当たりの純アルコール摂取量が男性40g以上、女性20g以上の者の割合（20～60代）	女性 13.5%（R6）	6.4%	健康診査 特定健診

④【p. 58 再掲】喫煙

目標項目	指標		現状値	目標値	出典
成人の喫煙率の減少	特定健診受診者の喫煙率	女性	7.3% (R5)	5%	特定健診
妊娠中の喫煙をなくす	妊婦の喫煙率		2.4% (R5)	0%	妊婦健診

⑤【p. 68 再掲】がん

目標項目	指標	現状値	目標値	出典
がん検診の受診率の向上	子宮がん検診受診率	14.1% (R6)	増加	宜野湾市福祉保健の概要
	乳がん検診受診率	15.6% (R6)	増加	宜野湾市福祉保健の概要



▲ディスコステップのようす



▲フィットネス教室のようす