

## 第5章●達成したい目標値の設定

## 1 達成したい目標値

市民一人ひとりと地域社会・行政が、目標に向かってできることを実践し、その成果を評価していくための〈長岡市が目指すもの（評価指標）〉と〈目標値〉を一覧にしました。

目標値については長岡市や県、国の現状値を比較したり、他計画等で既に数値が設定されているものを参考にし可能な範囲で具体的な数値を示しました。また、その他については数値でなく方向性として〈↑ 増加〉〈→ 維持〉〈↓ 減少〉として示しています。

### ■ 乳幼児期 0～6歳

長岡市が目指すもの	内容	HP 21 現状値	HP 21 目標値 (2012)	目標値設定の根拠
QOL(ありがたい姿)				
安心してのびのび育つ	子どもが安心・安全に育つ環境であると思う親の割合	6ヵ月児：77.2% 3歳児：80.7% 5歳児：76.6% #2	→	どの年代においても75%以上あるので現状維持を目指す。
	子どもが健康に生まれ育つことへの満足度	6ヵ月児：82.1% 3歳児：85.4% 5歳児：86.7% #2	→	どの年代においても80%以上あるので現状維持を目指す。
わくわくドキドキうれしい体験をたくさんする	物事に興味を持ったりわくわくするような体験をしている子どもの割合	3歳児：91.5% 5歳児：91.6% #2	→	どの年代においても90%以上あるので現状維持を目指す。
すくすく育つ	身体的に健康に育っている子どもの割合	6ヵ月児：82.1% 3歳児：85.4% 5歳児：86.7% #2	→	「子育てに関する意識調査」に比べて現状は良い。現状維持
家族や地域で安心して子育てできる	長岡が子育てしやすいまちだと思う人の割合	全体：52.2% 20代：47.1% 30代：38.7% #27	60%	「ながおか男女共同参画基本計画」による。年代によって差が見られるので、特に20代・30代の増加を目指す。
心にゆとりをもって子育てができる	ゆったりとした気分子どもと過ごせる時間がある親の割合	86.8% #6	↑	「幼児健康度調査」に比べると高い。「健やか親子21」の指標に基づき増加を目指す。
健康指標				
親子のスキンシップが十分ある	スキンシップ(ふれあい)が十分ある親子の割合	6ヵ月児：94.3% 3歳児：93.8% 5歳児：88.2% #2	↑	スキンシップは親子関係構築の基本となることから、さらに増加を目指す。
子ども同士がふれあう	同じくらいの年齢の子と接する(遊ぶ)機会がある子どもの割合(6か月)	62.6% #2	↑	子ども同士がふれあう機会を通して、子どもの社会性の基礎づくりをすること、親同士が交流することで育児不安の解消を図る。
	いつも遊ぶ友達がいる子どもの割合(3歳)	69.7% #2	↑	子ども同士がふれあう機会を通して、子どもの社会性の基礎づくりをすること、親同士が交流することで育児不安の解消を図る。
基本的な生活習慣を身につける	指標なし			
肥満にならない	5歳児の肥満(+15%以上)の割合	男性：5.4% 女性：4.3% #42	→	県平均よりも肥満割合は低い。現状を維持する。
むし歯をつくらない	1人平均むし歯数(乳歯) 3歳児	1.18本 #7	1本以下	「長岡市歯科保健計画」による。
	1人平均むし歯数(乳歯) 5歳児	2.75本 #31	2.5本以下	「長岡市歯科保健計画」の目標を達成している。フッ素塗布及びフッ素洗口によりむし歯数の減少が見込まれる。
	むし歯罹患率 3歳児	32.1% #7	20%	「長岡市歯科保健計画」による。
みんなで楽しく子育てできる	育児が楽しいと感じる母の割合	1.6歳児：77.6% 3歳児：68.0% #7	↑	子育て環境の充実か支援により、幼児期の保護者が育児を楽しんでいる割合が増えることを目指す。

長岡市が目指すもの	内容	HP 21 現状値	HP 21 目標値 (2012)	目標値設定の根拠
子育てのストレスに対処することができる	子どもを虐待していると思う親の割合	6ヵ月児： 母7.4%、父0.8% 3歳児： 母15.4%、父4.7% 5歳児： 母20.6%、父8.1% #2	↓	育児を楽しんだり、ゆとりをもって子どもと時間を過ごせる親が増えるように支援することで、子どもに対しての虐待の気持や不安を持つ親が減ることを目指す。
	虐待相談実人員	長岡児童相談所 56人 市児童福祉課 29人 #18 .36	設定しない	相談しやすい環境を整えることにより相談件数が増加することから、単に相談件数が減少することが望ましいとは言えないので、目標値は設定しない。
	育児をしていてイライラする事が多い親の割合	6ヵ月児：10.0% 1.6歳児：22.9% 3歳児：29.3% #7	↓	育児の悩みやストレスを気軽に相談できたり、自分なりの気晴らしの方法を知って実践する親が増えるように支援することにより育児ストレスの解消を図る。
行動・生活様式				
家族が子どもの近くではタバコを吸わない	家庭での受動喫煙の割合	6ヵ月児：54.0% 3歳児：53.0% 5歳児：49.1% #2	0%	「健やか親子21」の目標値0%に準じる。子どものいる部屋ではタバコを吸わないようにする。
麻疹の予防接種を1歳6ヶ月までにしている子どもの割合	麻疹の予防接種を1歳6ヶ月までにしている子どもの割合	91.2% (H14.4～H15.3生まれ児) #1	95%	「健やか親子21」に準じる。
予防接種・健診について理解を深め、安心して受けられる(自分の気持を話すことができる)	乳幼児健診に満足している親の割合	①4ヵ月児健診 27.3% ②赤ちゃん相談 78.3% ③1歳6ヵ月児健診 33.6% ④2歳児歯科保健相談 28.6% ⑤3歳児健診 60.8% #2	↑	「健やか親子21」に準じる。現状は国とほぼ同程度だが、より充実する。
適切な医療を受ける	休日・夜間の小児救急医療機関を知っている親の割合	6ヵ月児：56.1% 3歳児：70.8% 5歳児：69.2% #2	100%	「健やか親子21」に比べて低い。健やか親子21の目標値に合わせ、すべての子育て中の親が小児救急医療機関を知っていることを目指す。
	かかりつけの小児科医をもつ親の割合	90.8% #6	100%	「健やか親子21」の目標に合わせ、すべての親がかかりつけ医を持つことを目指す。
	子どもの発熱時など、すぐ診てくれる病院が見つからず困ったことがある人の割合	6ヵ月児：12.4% 3歳児：12.3% 5歳児：19.8% #2	↓	「健やか親子21」に比べて数値は低いが、より減少を目指す。
自分にあった母乳育児ができる	母乳栄養(混合栄養も含む)の割合	(H14) 0～2ヵ月児 母乳のみ36.9% 混合56.3% 2～4ヵ月児 母乳のみ29.1% 混合33.8% #7	↑	母乳のみの割合が低い。親子のスキンシップを多くするため、自分にあった母乳育児ができるよう援助を進め、結果として母乳のみの割合を上げる。
	生後1ヶ月時の母乳育児の割合	母乳のみ37.4% ミルクと混合59.3% #2	↑	母乳のみの割合が低い。親子のスキンシップを多くするため、自分にあった母乳育児ができるよう援助を進め、結果として母乳のみの割合を上げる。
親子で外遊びを楽しむ(からだをつかった遊びを毎日する)	天気の良い日は外遊び又は散歩をしている子どもの割合	94.8% #6	↑	乳幼児期から体を動かす機会を増やすために、増加を目指す。
遊びの教室・サークルに参加する	親子サークル、子育て支援センター、ちびっこ広場、体操教室などに参加している親子の割合	6ヵ月児：27.0% 3歳児：52.8% #2	↑	現状は、「幼児健康度調査結果」よりも多い。今後も親同士、子ども同士の交流を深める機会として、参加割合を増やす。
いろいろな体験をつむ(誉められる・触る・やってみる・喜ばれる)	親子でゆっくりすごす時間がある家庭の割合	86.8% #6	↑	「健やか親子21」の現状値より高いが、虐待の予防のために増加を目指す。

長岡市が目指すもの	内容	HP 21 現状値	HP 21 目標値 (2012)	目標値設定の根拠
早寝、早起きなど生活リズムを確立する	7時までに起きる子どもの割合、21時までに寝る子どもの割合	3歳児 起きる22.9% 寝る11.5% #2	→	「幼児健康度調査」に比べて「7時までに起きる子」の割合、「21時までに寝る子」の割合は高い。夜型生活の進行にともない、現状維持を目指す。
		5歳児 起きる31.4% 寝る9.2% #7	→	
時間を決めてテレビ・ビデオをみたりゲームをする	テレビ・ビデオを2時間以上見たり、ゲームを1時間以上している子どもの割合	①テレビ・ビデオ 3歳児63.1% 5歳児75.8% ②ゲーム 3歳児 1.6% 5歳児19.7% #2	→	全国値よりも低いので、長時間テレビ・ビデオを見たり、ゲームをする子どもを現状よりも増やさないようにする。
食事のマナーを身につける(「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつ・箸の持ち方・正しい姿勢・テレビを消して食べる)	食事のマナーに気を付けている家庭の割合	85.2% #2	↑	心がけている内容は、「テレビを消す」など数値が低い項目があるので、増加を目指す。 内訳：いただきますごちそうさま74.4%、箸49.2、姿勢72.3%、テレビを消す27.7%
	食事の時にテレビをつけていることが多い家庭の割合	①1.6歳児 多い56.3% 時々29.7% つけない14.0% ②3歳児 多い47.6% 時々34.5% つけない17.9% #2	↓	「食事の時に気を付けているマナー」で少なかった「テレビを消す」については、特に実施する家庭を増やすことを目指す。
バランスのよい食事を食べる(好き嫌いをしない)	好き嫌いが多い子どもの割合	3歳児：16.5% 5歳児：18.4% #2	↓	全国値よりも低いが、より好き嫌いの多い子どもの割合を減らす。
おやつの内容と量を適切にする	おやつを1日3回以上与えている家庭の割合	2歳児：24.0% #6 3歳児：24.4% #2 5歳児：8.7% #2	→	全国値より低いので現状を維持する。
	ジュース類をよく与える習慣のある家庭の割合	2歳児：51.8% #6 5歳児： ジュース：40.6% #2	↓	比較値はないが甘い飲み物の日常的な摂取は生活習慣病につながるのでジュース類の摂取を減らす。
フッ化物を利用する	フッ素塗布をしたことのある子どもの割合	45.9% #6	52%	県の現状値に準じる。
仕上げ磨きをする	毎日仕上げ磨きをしている家庭の割合	66.8% #6	↑	時々する家庭は28.0%。むし歯の罹患率を下げるために、毎日する人を増やす。
地域みんなが気軽に声をかけられる	町内会や子ども会、老人クラブ等の地域活動に参加している人の割合	①20代13.7% ②30代39.8% #27	↑	年代の特徴として地域活動に参加している人の割合が少ないので増加を目指す。
	親子サークル、子育て支援センター、ちびっこ広場、体操教室などに参加している親子の割合(再掲運：遊びの教室・サークルに参加する)	6ヵ月児：27.0% 3歳児：52.8% #2	↑	現状は、「幼児健康度調査」に比較して高い。今後も地域で親同士、子ども同士の交流を深める機会として、参加割合を増やす。
母親が子どもを預けたいときに預けられる	一時保育を利用している人の割合	6ヵ月児：9.2% 3歳児：7.0% #2	↑	子どもを預けやすいように一時保育を利用している人の割合を増やす。
	ファミリーサポートを利用している人の割合	6ヵ月児：3.7% 3歳児：2.6% #2	↑	子どもを預けやすいようにファミリーサポートを利用している人の割合を増やす。
	病後時保育を利用している人の割合	6ヵ月児：0% 3歳児：0.9% #2	↑	子どもを預けやすいように病後児保育を利用している人の割合を増やす。
	子どもを預けたいときに預けられる母親の割合	6ヵ月児：88.6% 3歳児：90.6% #2	↑	虐待の防止のために、子育て中の人でも、子どもを預けられるようになるように増加を目指す。
	保育園待機児童数	10人 内訳 0～2歳児： 6人 3～5歳児：4人 #18	↓	仕事をしたい時にいつでも子どもをみてくれるところがあることは環境条件として必要であるので、待機児童の解消を目指す。

長岡市が目指すもの	内容	HP 21 現状値	HP 21 目標値 (2012)	目標値設定の根拠
子育てをすることで社会的不利益をこうむらない	育児休業が取れる人の割合	37.5% #2	↑	県の現状値より低い。次世代育成支援対策推進法の市町村行動計画の中で具体値を設定する。
	出産・子育てにより自分の仕事に不利に影響すると考える親の割合	6ヵ月児：26.0% 3歳児：30.5% 5歳児：29.0% #2	↓	出産・子育てが、人生にとって不利と思う人の割合が多いので、これを減少させる。
母親が同世代の仲間に育児のストレスや自分の気持ちを話す	同世代の仲間に育児のストレスや自分の気持ちを話すことができる母親の割合	6ヵ月児：86.2% 5歳児：93.8% #2	→	同世代の仲間にストレスを話せる人の割合をこのまま維持する。
子育てについて周囲の人や専門家に相談できる	育児の相談相手がいる母親の割合	98.4% #6	↑	「健やか親子21」の現状値より若干低いので増加を目指す。
子育てを学ぶ(虐待予防を含む)	育児講座や育児について学習の場がある人の割合	6ヵ月児：14.6% 3歳児：24.4% 5歳児：43.8% #2	↑	特に入園前の年代で学習の機会が少ない。育児のストレスに対処していくことができるために、育児についての学習の機会がある人の割合の増加を目指す。
父親が育児や家事に参加する	父親の育児参加率	よくやっている 6ヵ月児：52.5% 3歳児：50.8% 5歳児：41.6% 時々 6ヵ月児：36.1% 3歳児：41.4% 5歳児：48.4% #2	↑	全国の指標より高値であるが、父親の育児参加を進めるために「よくやっている人」の増加を目指す。
	父親の家事参加率	よくやっている 6ヵ月児：22.3% 3歳児：19.5% 5歳児：18.6% 時々 6ヵ月児：39.7% 3歳児：38.3% 5歳児：39.4% #2	↑	全国の指標より高値であるが、男女共同参画を進めるために、やっている人の増加を目指す。
家族のコミュニケーションがある	父親が母親の相談相手、精神的な支えになっている家庭の割合	6ヵ月児：65.6% 3歳児：69.5% 5歳児：58.8% #2	↑	「父が精神的な支えになっている人」の割合は全国値より低い年代もあるので、増加を目指す。

■ 学童・思春期 7～18歳

長岡市が目指すもの	内容	HP 21 現状値	HP 21 目標値 (2012)	目標値設定の根拠
QOL (ありたい姿)				
元気な身体をつくる・病気になる	自分は健康だと思う児童・生徒の割合	小：90.9% 中：84.3% 高：80.1% #2	小 → 中90.0% 高85.0%	小学生並みの90%をめざすが、高校生は段階的に引き上げていくこととし、当面85.0%とする。
自分なりの目標を持ち、充実した生活を送る	自分のやりたいことを周囲が認めてくれていると思っ ている児童・生徒の割合	小：74.8% 中：71.2% 高：58.9% #2	↑	将来的な引きこもりにつながりかねないため、自分の気持ちを表現できるような人間関係を築くことを目指す。
	毎日の生活が楽しいと思 う児童・生徒の割合	小：92.1% 中：84.9% 高：77.1% #2	→	楽しいとした割合が高いので、現状維持。
性別にとらわれることなく・個性と能力を十分に発揮できる	自分のやりたいことをする のに性別を理由に制約 を感じる児童・生徒の割 合	小：54.2% 中：50.9% 高：57.1% #2	↓	女性も男性も可能性を十分に伸ばして自分らしく生き、お互いの人格を尊重し、共に支え合っていくことを目指すため、制約を感じる者の減少を目指す。
福祉の心を持つ	他の人の役に立ちたいと 思う児童・生徒の割合	小：92.3% 中：87.6% 高：85.8% #2	→	助け合いの気持ちや、思いやりの心をみんなで育てるために、現状を維持する。
家庭や地域で安心して暮らす	家庭や地域に自分の居場 所があると思う児童・生 徒の割合	小：92.3% 中：89.4% 高：85.0% #2	→	安心して放課後や、休日を安全に過ごすことができる環境があることから現状を維持する。
健康指標				
適正体重である	肥満児童・生徒の割合	小：10.4% 中：9.5% #21	小7.0%以下 中7.0%以下	肥満は各種疾病の危険因子であり、肥満予防が疾病発症の予防につながることから、増加傾向に歯止めをかけ7.0%以下にすることを旨とする。「健康日本21」に準じる。
	やせ児童・生徒の割合	小：0.02% 中：0% #21	→	国、県の「学校保健・安全等統計資料」と比較し栄養不良の者が少ないため現状を維持する。
食事が楽しいと思う	食事が楽しいと思う児童 ・生徒の割合	小：71.6% 中：58.1% 高：52.6% #2	↑	家族とのふれあいの場としての食事は、子どもの健全な心身の育成や、生涯を通じて良好な食生活を実践する力を育むために重要であることから増加を目指す。
自分自身を健康だと思 う	朝だるいと感じる児童・ 生徒の割合	小：26.8% 中：46.7% 高：62.1% #2	↓	疲労感の原因として、生活習慣、生活環境が関係していることも考えられるため、生活習慣の改善により、減少させることが可能である。
	睡眠不足を感じている児 童・生徒の割合	小：57.3% 中：75.8% 高：78.0% #2	↓	睡眠不足の状況は、県の数値に比較して多くの子どもが感じており、生活習慣の改善により、減少させることが可能である。
運動が楽しいと思う	体を動かすことが好きな 児童・生徒の割合	小：87.6% 中：84.9% 高：83.8% #2	→	体力低下、小児肥満の予防のためにも活動的な生活を送ることができるようになる。
体力が向上する	児童・生徒の体力	現状値なし	↑	体力の充実、心身ともに健康で生きていくために大切であることと体力低下を認めないことから向上を目指す。
むし歯、歯肉炎をつ くらない	虫歯がある12歳児(中学 校)の割合	44.6% #31	↓	歯、及び口腔の健康を保つことは、食事や会話の基礎となるためむし歯予防は大切である。
	一人平均むし歯数 12歳 児(永久歯)	1.20本 #31	1本以下	県の現状よりは良好であるが、永久歯への移行後、適切な指導を受け予防行動が取れるようにする。「長岡市歯科計画」の目標値に準じる。
	一人平均むし歯数 17歳 児(永久歯)	3.94本 #32	3本以下	生涯にわたる歯と口腔の健康のため、適切な生活習慣を、定着させる必要がある。「長岡市歯科計画」の目標値に準じる。



長岡市が目指すもの	内容	HP 21 現状値	HP 21 目標値 (2012)	目標値設定の根拠
自分の気持ちを表現したり、ストレスに対処することができる。	家族や友人と本音で話すことができる	小：83.7% 中：75.2% 高：69.3% #2	↑	家族とのコミュニケーションがとれることは、心の健康に重要であるという点から、増加を目指す。
	不登校児童・生徒数(割合)	小：49人(0.5%) 中：139人(2.5%) #22	↓	県の状況とほぼ同様であるが、近年の大きな課題であるので、特に中学生以降の不登校生徒数の減少を目指す。
	心の教室相談件数	9,180件 #22	設定しない	相談件数が減少することが望ましいとはいえないので、目標値は設定しない。
	いじめの発生校率	小：1校(2.7%) 中：4校(25%) #22	↓	県や国の値よりは少ないが、発生が無くなるのが望ましいので、引き続き減少を目指す。
行動・生活様式				
おやつは質と量を考えて食べる	スナック菓子・ファーストフード・ジュースの1日の摂取頻度	小： 1回51.9% 2回18.3% 3回以上5.7% 中： 1回44.4% 2回17.3% 3回以上5.3% 高： 1回51.2% 2回11.8% 3回以上2.8% #2	1日3回以上食べる者を減少させる	間食の回数が多くなるほど、食習慣の乱れ、むし歯の増加、肥満の増加につながることから、間食の回数を改善することを目指す。
	水・お茶・牛乳以外の飲み物を毎日飲んでいる児童・生徒の割合	小：29.7% 中：27.0% 高：25.0% #2	↓	ジュース類の摂取量が多くなるほど、食習慣の乱れ、むし歯の増加、肥満の増加につながることから、摂取量を減らすことを目指す。
3度の食事をきちんと食べる	朝食の欠食率	小：2.0% 中：2.1% 高：5.6% #2	0%	朝食欠食は、栄養摂取の偏りにつながる要因であり、特にこの年代は食習慣形成の重要な時期であることから、努力目標とする。「健康日本21」に準じる。
	主食・主菜・副菜がそろった食事が1日に2食以上の児童・生徒の割合	小：70.6% 中：75.9% 高：73.3% #2	↑	バランスよく食することは、身体の形成や、良い生活習慣の基礎となるため、増加を目指す。
	魚を週2～3回以上食べる児童・生徒の割合、野菜を毎日食べる児童・生徒の割合	魚 小：84.1% 中：87.9% 高：88.7% 野菜 小：96.3% 中：96.1% 高：97.2% #2	↑	バランスよく食することは、身体の形成や、良い生活習慣の基礎となるため、増加を目指す。
	1日1回以上家族で食事をしている人の割合	小：70.9% 中：47.3% 高：41.1% #2	70%以上	家族とのふれあいの場としての食事は、子どもの健全な心身の育成や、生涯を通じて良好な食生活を実践する力を育てるために重要であるが、特に中学、高校生で低い。「健康日本21」に準じる。
生活リズムを守り早寝早起きをする	テレビ・ビデオ・ゲームをする時間	小：2-3時間20.6% 3時間以上25.5% 中：2-3時間20.8% 3時間以上38.0% 高：2-3時間21.6% 3時間以上38.4% #2	↓	適切な生活リズムを整え、睡眠不足を予防するために、テレビやゲームをする時間が減少することを目指す。
スポーツや遊びで身体を動かす	学校の体育の他に運動や身体を動かす遊びなどを行っている児童・生徒の割合(週3日～ほぼ毎日)	小：80.5% 中：74.8% 高：51.6% #2	↑	学年が上がるにつれ実施の割合が低い。体力低下、小児肥満の予防のためにも、日常生活の中で身体活動の機会を増やすことを目指す。
	スポーツ活動に参加している児童・生徒の割合	小：男84.0% 女64.0% 中：男93.0% 女65.0% #41	↑	男子では高い割合を示しているが、女子の実施割合が男子に比較して低いため、女子の参加しやすい種目設定や環境整備を図ることで実施率増加を目指す。

長岡市が目指すもの	内容	HP 21 現状値	HP 21 目標値 (2012)	目標値設定の根拠
フッ化物(歯みがき粉・フッ素洗口)を利用する	フッ素入り歯みがき粉の使用率	63.9% (全年代) #5	90%以上 (全年代)	フッ素入り歯みがき粉は、手軽にフッ素を利用できる方法であることから、使用者の割合の増加を目指す。「健康日本21」に準じる。
食後は歯磨きをする	(毎食後)歯磨きをしている児童・生徒の割合	1回25.2% 2回49.1% 3回20.4% 4回以上3.1% (15歳以上) #5	↑	生涯にわたる歯と口腔の健康のため、適切な生活習慣を、定着させる必要があることから増加を目指す。
タバコを吸わない	未成年者の喫煙率	小：0.9% 中：0.9% 高：3.2% #2	0%	年齢があがるにつれて、喫煙経験者が多くなっている。喫煙が及ぼす健康への影響についての正しい知識の普及により、未成年者の喫煙をなくす。「健康日本21」に準じる。
お酒を飲まない	10代の飲酒率	小：3.8% 中：11.7% 高：34.0% #2	0%	現在の健康問題だけでなく、将来にわたっての影響が大きいことから、未成年者の飲酒をなくす。「健康日本21」に準じる。
性に対して適切な行動をとる	10代の妊娠中絶率(人口1000人対)	15.3 #36	↓	「健やか親子21」に比較して高い。10代の妊娠中絶は、生涯に渡る女性の健康に影響を与えることから減少を目指す。
	10代の性感染症罹患率	現状値なし	↓	10代の性感染症の増加は不妊をはじめ、将来の健康問題に大きくかかわるので、減少を目指す。
友人と何でも話したり、遊べる	何でも話せ、仲良く遊ぶ友人がいる児童・生徒の割合	小：84.9% 中：77.9% 高：80.6% #2	↑	現状で、何かあったときに相談できる相手がいるとした児童・生徒の割合は高いが、いない人が20%ということを考えると、さらに増やすことを目指す。
家庭、学校、地域で物事をやり遂げる経験をつむ	障害につまづいたときに、克服しようと努力する児童・生徒の割合	小：90.1% 中：83.9% 高：80.6% #2	→	困難や課題に直面したときに、投げ出さずに成し遂げることは大事な経験である。努力している割合が多いので、現状維持を目指す。
	家庭でお手伝いをしている児童・生徒の割合	小：90.7% 中：84.4% 高：75.3% #2	↑	家族の一員として、子どものときから役割を担っていくことが大事である。
	家族は協力して家のことをしていると思う児童・生徒の割合	小：85.8% 中：74.8% 高：59.9% #2	↑	家族の一員として、それぞれが役割を担っていくことが大事である。家族関係が良好なことを示す指標であり、増加を目指す。
	ボランティアの意義や素晴らしさを実感している児童・生徒の割合	小：66.1% 中：53.9% 高：42.5% #2	↑	助け合いの気持ちや、思いやりの心をみんな育てる。
いろんな人と交流する	社会福祉協力校数	小：39校 中：17校 #19	→	施設や地域のいろんな人と交流をはかることで、社会福祉への理解と関心を深めることができる。
親が帰宅するまでや、休日に安心して過ごすことができる	放課後児童対策が不十分と思う親の割合	19.0% 21.3% #27 #28	↓	安心して放課後や、休日を安全に過ごすことができる環境がある。
地域行事に参加してみんなと交流する	地域行事に参加する児童・生徒の割合	小：96.9% 中：54.1% 高：24.7% #2	↑	地域の人々とのふれあいや交流を図ることは、郷土の文化に親しみ、ふるさとを愛することができるような大人になるための環境づくりとなる。
	近所の人にあいさつする児童・生徒の割合	小：94.6% 中：91.2% 高：88.7% #2	100%	誰とでもあいさつすることで、近所の人に子どもの存在がわかり見守ってもらえる。



■ 青年期 19～39歳

長岡市が目指すもの	内容	HP 21 現状値	HP 21 目標値 (2012)	目標値設定の根拠
<b>QOL(ありたい姿)</b>				
仲間と仕事や余暇を楽しみ、生活に充実感がある	充実感のある生活をしていると思う人の割合	68.9% #2	↑	「あまり充実していない人」の約半数が、仲間のある生活やコミュニケーションのとれた生活ができ充実感があると感じていることを目指す。
病気にならずに元気に過ごす	自分が健康だと感じる人の割合	20代：82.7% 30代：82.3% #27	90%	「保健福祉動向調査(国)」の現状値まで高めることを目指す。
妊娠・出産期を健やかに送る	妊娠・出産に対して満足している人の割合	61.0% #2	80%	不満の理由の「夫の協力が無い」の改善をはかることで、「どちらも言えない」18.7%が「満足」になることを目指す。
女性が安心して生活できる	女性への暴力に関する相談件数	54件 #1 .18 .20	設定しない	単に相談件数が減少することが望ましい状態とは言えないので目標値は設定しない。
地域で支えあい生きがいを持って暮らす	生きがいや喜びを感じる人の割合	61.9% #2	↑	地域での役割を持ち、生きがいを感じる人が増えることを目指す。
<b>健康指標</b>				
運動を通じて体力が つき・仲間ができる	地域の運動サークル数	青年以上 ※一部重複あり 612 #23 .24	↑	運動を行なわない理由として「機会がない」ことがあげられていることから、身近な活動の場が増加することが望まれる。
	仲間と一緒に運動をする人の割合	57.3% #2	↑	他の調査から、「仲間と楽しみながら運動をしたい」という人の割合が多いことから、今後の増加が見込まれる。
心にゆとりを持つ	自分の時間を持つ人の割合	63.9% #2	↑	いろいろな制度の充実により、自分の時間が持て、また学習講座等で前向きな考え方や生き方を振り返ることの大切さを普及することで、ゆとりのある生活を送る人が増えることを目指す。
お互いが尊重される 人間関係がある	自分の意見も主張できるし、相手の意見も受容できる人の割合	65.9% #2	↑	学習講座等の推進により、「相手の言うことは受け入れるが自分の意見は言えない(24.5%)」が、自分の意見も言えるようになることを目指す。
ストレスに対処できる	ストレスがあった時にうまく対処している人の割合	67.2% #2	↑	「ストレスがある」と答えた人は多い。「あまり対処できていない人」の約半数が対処できることを目指す。
生活習慣病を予防する	高血圧の人の割合	男性：42.0% 女性：12.9% #8	男女とも→	国、県の現状より低い現状にあるので現状維持とする。
	高脂血症の人の割合	男性：52.3% 女性：38.0% #8	男女とも↓	「健康日本21」の目標値は男5.2%以下、女8.7%以下である(ただし基準が総コレステロール240mg/dl以上)が高脂血症の基準が違うので長岡市にあてはめることが難しい。
	肥満の人の割合	男性：17.7% 女性：5.2% #8	男 15%以下 女 →	「健康日本21」目標値の男15%以下を参考としたが女は「健康日本21」の現状値と比べても良いので現状維持とする。
	肺がんの年齢調整死亡率	(H5～9) 男性：97.3 女性：85.8 #34	男女とも→	喫煙率は国県より低い※国100とみる。
	虚血性心疾患年齢調整死亡率	(H8～12) 男性：92.4 女性：83.9 #34	男女とも→	※国100とみる。
	脳血管疾患年齢調整死亡率	(H8～12) 男性：113.0 女性：109.3 #34	男女とも↓	青年期からの高脂血症の割合の減少により脳血管疾患の死亡減少を目指す。 ※国100とみる。
	妊娠や出産への不安がない	妊娠中の異常の発生率	33.4% #11	↓
女性への暴力がない	女性への暴力に関する相談件数	54件 #1 .18 .20	設定しない	単に相談件数が減少することが望ましい状態とは言えないので目標値は設定しない。
	夫や恋人から暴力を受けたことがある人の割合	男性：10.4% 女性：17.6% #2	男女とも↓	いかなる状況でもあってはならないと考え、限りなく0に近くなることを目指す。

長岡市が目指すもの	内容	HP 21 現状値	HP 21 目標値 (2012)	目標値設定の根拠
行動・生活様式				
運動習慣がある	運動習慣(1回30分以上、週2回以上、1年以上)がある人の割合	男性：14.0% 女性：6.8% #2	男30%以上 女15%以上	意識の高揚をはかり、又スポーツをしたくなるような設備や機会等を充実することで1年未満継続中の人が1年以上継続できることを目指す。
自分の時間を持つ	自分の時間を持つ人の割合	63.9% #2	↑	色々な制度の充実により、自分の時間が持て、学習講座等で前向きな考え方や生き方を振りかえることの大切さを普及することで、ゆとりのある生活を目指す。
男性も家事や育児に参加する	家庭生活の炊事、洗濯、掃除、子育てを夫婦で協力・分担している人の割合	43.4% #27	50%	「ながおか男女共同参画基本計画」では、H17の目標値は50%である。学校教育や市民への啓発活動等を進め、男女平等と共同参画を目指したまちづくりを進めることにより、家庭生活での協力・分担がさらに進むと考えられる。
自分の意見も主張できるし、相手の意見も受容できる	自分の意見も主張できるし、相手の意見も受容できる人の割合	65.9% #2	↑	学習講座等の推進により、「相手の言うことは受け入れるが自分の意見は言えない」が、自分の意見も言えるようになることを目指す。
家族とのコミュニケーションがとれる	家族との会話(団欒)がある人の割合	*現状値なし		
心の悩みを相談する	心の悩みを相談したいが、できない人の割合	11.9% #2	↓	「ストレスがある人(80.7%)」が多いのに対し「悩みを相談できない人」(国の保健福祉動向調査では年代・性別により約5～9%)も多い。相談事業のPRに努め、相談先がわからない人が0%になることを目標とし、気軽に相談できる社会を目指す。
年1回、健康診断を受ける	1年に1回健診を受ける人の割合	67.0% #27	80%	企業が健診への支援をさらにすすめること等により、「受けていない(約35%)」の半数が受けることを目指す。県の値も80%程度なので、80%までは増加可能と考えられる。
	各種検診の受診率 -①基本健診(19～39歳) -②子宮がん検診(30～39歳) -③乳がん検診(30～39歳) -④肺がん検診(19～39歳)	①9.9% ②5.2% ③3.5% ④11.6% #8	↑	早期発見、早期治療の二次予防の観点から、受診率の増加を目指す。
規則的な生活を送る	睡眠で休養を十分に取れていない人の割合	36.9% #2	21%以下	規則正しい生活の重要性を普及し、睡眠時間不足を解消することを目指す。「健康日本21」に準じる。
3度の食事をきちんととる	朝食を欠食する人の割合	28.8% #2	15%以下	親の良い生活習慣が子世代の良い生活習慣につながることも考え、規則正しい生活の重要性を普及し、朝食をとる人を増やす。「健康日本21」に準じる。
自分に合った質と量の食事をとる	摂取エネルギー 平均値	男性：2,306kcal 女性：1,848kcal #33	男→ 女↑	若年女性は、やせが問題となっているため、活動量をあげて、摂取エネルギー量を多くする必要がある。(女性エネルギー所要量2,000kcal)男性は肥満予防の観点から過剰にならないようにする。(男性エネルギー所要量2,550kcal)
	脂肪エネルギー比平均	男性：25.8% 女性：27.4% #2	25%以下	脂肪エネルギー比の適正範囲が20～25%であり、日本人の脂肪摂取量は年々増加していることから、「健康日本21」に準じる。
	一日塩分摂取量	男性：14.1g 女性：11.6g #33	10g未未満	高血圧、循環器疾患予防の観点から、10g未未満が望ましいとされる。「健康日本21」に準じる。
節度ある適度な飲酒をする	多量(3合以上)に飲酒する人の割合	男性：9.8% 女性：4.2% #2	男 5.0%以下 女 2.0%以下	「健康日本21」目標値は男4.1% 女0.2%だが、長岡の現状より減少を目指す。

長岡市が目指すもの	内容	HP 21 現状値	HP 21 目標値 (2012)	目標値設定の根拠
生活の中で身体を動かす	一日の平均歩数	参考値：大積地区 20代 男性：9,597歩 女性：5,099歩 30代 男性：5,751歩 女性：7,161歩 #33	男 9,200歩以上 女 8,300歩以上	「健康日本21」に準じる。
	生活の中で身体を動かすなどの運動をする人の割合	男性：46.0% 女性：27.9% #33	男女とも 63%以上	国の値よりも低いことから、かなり改善が可能であり、必要であると思われる。「健康日本21」に準じる。
食事づくりの習慣がある	日常的な調理頻度	*現状値なし		
禁煙する人の支援と分煙を徹底する	喫煙している人の割合	男性：55.1% 女性：18.2% #2	男女とも↓	意識啓発事業をさらに進めることで、時々吸っている人が吸わなくなることを目指す。
	家庭や職場で分煙をしている人の割合	家庭：57.1% 職場：22.1% #2	家庭100% 公共の場100% 職場100%	特に職場での分煙ができていないので、普及啓発を行ないながら分煙実施の増加を目指す。職場・公共の場・家庭ともに「健康日本21」に準じる。
	管内公共施設(学校除く)たばこ対策実施割合	84.4% #38		
両親学級等を受ける(第一子)	(第一子)妊娠中に両親で育児について学習する機会があった人の割合	42.4% #2	↑	子育ての協働を促進するためにも、両親での学習の機会の増加を目指す。
妊娠中は飲酒・喫煙をしない	妊娠中の飲酒率	3.4% #10	0%	なくすることが望ましい。「健やか親子21」目標値に準じる。
	妊娠中の喫煙率	2.5% #10	0%	なくすることが望ましい。「健やか親子21」目標値に準じる。
不妊相談・治療を受けることができる	不妊で悩んでいる人が相談できている割合	60.0% #2	65%	不妊の相談をしない人のうち、恥ずかしくて相談できない人がもっと相談できることを目指す。
	不妊で悩んでいる人が治療を受けた割合	44.8% #2	65%	費用がかかり治療を受けられない人の減少を目指す。受けなかった理由-時間がかかる(60%)、費用がかかる(46.7%)
不妊のため、周りからのプレッシャーを感じないで生活できる	不妊で悩んでいる人がプレッシャーを感じている割合	79.3% #2	↓	啓発活動により、社会の理解が深まり、不妊の者自身も、生きる選択肢が増えることを目指す。プレッシャーの理由-周囲の心ない言葉(69.6%)、自分のせいと罪悪感を感じる(39.1%)
暴力を受けたら相談する	暴力を受けたことがある人の割合	男性：10.4% 女性：17.6% #2	男女とも↓	意識啓発・相談事業の普及等を進めることで、相談しない人が相談するようになることを目指す。
	暴力を受けた人が相談した割合	男性：26.1% 女性：58.5% #2	男女とも↑	
女性への暴力をしない	妻や恋人に対する暴力(身体的・精神的・経済的・性的)が女性への人権侵害であると思う人の割合	93.5% #27	100%	「ながおか男女平等参画基本計画」H17目標値 90%
地域の社会活動に参加する	町内会や子ども会、老人クラブ、スポーツクラブ等の地域活動に参加している人の割合	20代：13.7% 30代：39.8% #27	↑	コミュニティセンター化に伴い、若い世代を含めて、交流のある地域を目指す。
	地域行事に主体的に参加する人の割合	15.2% #2	↑	コミュニティセンター化等により、誘われて参加している人が主体的に参加するようになることを目指す。
地域みんなが気軽に声をかけあえる	地域の子どもを気軽に注意できる人の割合	40.3% #2	↑	子ども会やコミュニティ活動等を通して地域とのつながりを楽しみたいと思ひ、ひいては地域の子どもをみんなで見守ることができることを目指す。
	地域で挨拶をする人の割合	98.3% #2	100%	地域の人みんなが声をかけるようになることを目指す。
地域で支え合える福祉活動に参加する	ボランティアに参加している人の割合	20代：4.8% 30代：6.3% #27	20代10% 30代15%	活動してみたい20代25.0% 30代36.7%の人をコーディネートすることにより約1/3が参加につながることを目指す。

## ■ 壮年期 40～64歳

長岡市が目指すもの	内容	HP 21 現状値	HP 21 目標値 (2012)	目標値設定の根拠
QOL (あいたい姿)				
病気にならずにやりたいことができる	自分が健康だと思う人の割合	76.3% #27	↑	健康と感じている人の割合は高いが、さらに増加を目指す。
身体を動かすことを楽しめる	体を動かすことが楽しいと思う人の割合	89.9% #2	→	多くの人が楽しいと感じている現状を維持する。
楽しくゆったり食事ができる	家族と一緒に食事をとっている人の割合	71.8% #2	↑	ほぼ毎日家族と食事をする人の割合は高いが、子どもから見ると低いので、特に子どもと食事をする人の増加を目指す。
気持ちを明るくもって暮らす	生きがいを感じて生活している人の割合	69.0% #2	↑	他の世代と比べると低い。増加を目指す。
地域に親しみふれあって暮らす	この地域に住んでよかったと思う人の割合	89.8% #2	→	多くの人がこの地域に住んで良かったと思っている現状を維持する。
家庭や地域で男女が力を合わせて暮らす	男女の地位(立場)が平等と思う人の割合	家庭：24.9% 職場：18.2% 学校教育の場：54.3% 政治の場：12.1% #26	家庭30% 職場25% 学校60% 政治15%	「ながおか男女共同参画基本計画」の目標値に準じる。
健康指標				
がんにならない(胃・大腸・子宮・乳・肺)	胃がんの標準死亡比(SMR)	(H8~12) 男性：104.4 女性：138.3 #34	100	全国平均の100にする。
	大腸がんの標準死亡比(SMR)	(H8~12) 男性：77.8 女性：127.8 #34	男→ 女100	全国平均の100にする。
	子宮がんの標準死亡比(SMR)	(H9~13) 102.3 #34	100	全国平均の100にする。
	乳がんの標準死亡比(SMR)	(H9~13) 94.6 #34	→	全国平均の100より低いので現状より増加させない。
	気管、気管支、肺ガンがんの標準死亡比(SMR)	(H5~9) 男性：97.3 女性：85.8 #34	→	全国平均の100より低いので現状より増加させない。
動脈硬化を予防する	高血圧の人の割合	男性：63.3% 女性：46.6% #8	↓	減少を目指す。
	脂質代謝異常の人の割合	男性：67.3% 女性：51.1% #8	↓	減少を目指す。
	脳血管疾患の標準死亡比(SMR) *年齢区別なし	(H9~13) 男性：111.1 女性：108.3 #34	100	全国平均の100にする。
	虚血性心疾患の標準死亡比(SMR) *年齢区別なし	(H9~13) 男性：96 女性：79.5 #34	→	全国平均の100より低いので現状より増加させない。
糖尿病にならない	糖代謝異常の人の割合	13.8% 男性：24.4% 女性：11.2% #8	↓	全国、新潟県全体でも増加傾向にあるので、減少を目指す。
	糖尿病あるいは糖尿病の疑いがあると言われたことがある人の割合	11.4% #2	↓	全国、新潟県全体でも増加傾向にあるので、減少を目指す。
肥満にならない	肥満の人の割合(肥満度20%以上)	男性：13.9% 女性：9.9% #8	↓	「健康日本21」の目標値を男性の40代50代が上回っているので減少を目指す。
山歩き・スポーツを楽しめる体力がある	体力がないと感じている人の割合	男性：34.3% 女性：47.8% #41	↑	5年前に比較して体力がないと感じている人の割合は増えている。「自信がない」と「どちらとも言えない」を合わせると79.9%。山歩きやスポーツを楽しむために体力があると感じる人が増えることを目指す。
運動を通して体力がつき、仲間ができる	仲間と一緒に運動する人の割合	49.6% #2	↑	運動のためにも、心の健康のためにも運動する仲間がいる人の割合を増やすことを目指す。
ストレスに対処することができる	ストレスを感じている人の割合	71.7% #2	↓	ストレスを多いに感じている人が24.4%いることから、減少を目指す。
	ストレスにうまく対処している人の割合	76.0% #2	↑	対処できていない人も24%おり、対処できる人を増やす。
	自殺者数	34人 #36	↓	自殺は増加傾向にあることから減少を目指す。

長岡市が目指すもの	内容	HP 21 現状値	HP 21 目標値 (2012)	目標値設定の根拠
行動・生活様式				
禁煙する人の支援と分煙をする	喫煙している人の割合	男性：45.6% 女性：7.2% #2	↓	意識啓発事業をさらに進めることで、時々吸っている人が吸わなくなることを目指す。
	家庭や職場で分煙している人の割合	家庭：52.8% 職場：23.4% #2	家庭100% 職場100% 公共の場100%	分煙の実施率を増加させる。職場、公共の場は「健康日本21」に準じる。家庭は長岡市独自で100%を目指す。
塩分を10g未満に控える	一日 塩分摂取量	40代 男性：13.9g 女性：12.3g 50代 男性：15.8g 女性：13.0g #33	10g未満	高血圧や循環器疾患の予防の観点から10g未満が望ましいとされる。「健康日本21」に準じる。
年1回、健康診断を受ける	1年に1回健康診断を受ける人の割合	84.0% #2	↑	さらに増加を目指す。
	各種検診の受診率	①一般的な健康診断 87.0% ②人間ドック 12.1% ③胃がん検診 31.3% ④大腸がん検診 26.9% ⑤肺がん検診 10.0% ⑥子宮がん検診 26.7% ⑦乳がん検診 23.5% #2	①75.0% ②15.0% ③30.0% ④30.0% ⑤15.0% ⑥40.0% ⑦35.0%	検診を受けない理由の「都合が悪かった」「やっているかどうかわからない」などの人が、一般健康診断または人間ドックや、各種がん検診を受けることを目指す。
健診結果に応じた必要な行動がとれる	市のがん検診の検査結果で精密検査が必要とされた人が受診した割合	①胃がん：94.2% ②大腸がん：83.2% ③子宮がん：100% ④乳がん：98.8% #8	全検診100%	がんは早期のうちに発見できれば死亡を防ぐことができることから、有所見者が精密検査を受けることは欠かせない。
	要医療者の医療機関受診率	56.7% #8	↑	放置することにより状態の悪化を招くので、早期治療の観点から増加を目指す。
	健診後気になるところがあり、精密検査をうけた人の割合	26.5% #2	35%	健診の結果「気になるところはあったがそのままにしている」の人の半数が精密検査を受けることを目標とする。
	有所見者で事後指導を受けた人の割合	78.4% #2	86%	糖尿病改善の指導を受けない人の理由が「どこで受けたらいいかわからない」「なんともないから」と答えた人のうち、半数が指導を受けることを目指す。
適度な飲酒量を守る	日常的に多量(3合以上)飲酒する人の割合	男性：11.8% 女性：6.9% #2	男 3.2%以下 女 0.2%以下	「健康日本21」に準じる。
野菜を多く食べる	野菜の摂取量(緑黄色野菜)の平均値	平均 85.3g (内訳) 40代 男性：78.6g 女性：75.5g 50代 男性：115.4g 女性：93.1g #33	120g以上	「健康日本21」に準じる。
	野菜の摂取量(野菜全体)の平均値	平均 311.3g (内訳) 40代 男性：304.6g 女性：290.0g 50代 男性：406.1g 女性：351.0g #33	350g以上	「健康日本21」に準じる。



長岡市が目指すもの	内容	HP 21 現状値	HP 21 目標値 (2012)	目標値設定の根拠
自分に合った質と量の食事を食べる	摂取エネルギーの平均値	40代 男性：2,255kcal 女性：1,816kcal 50代 男性：2,422kcal 女性：1,841kcal #33	設定しない	生活の強度によって個人の摂取エネルギーの適性量は異なるため目標値の設定はしない。ただ、自分自身の適性摂取エネルギー量を知ることが必要であるので事業等で啓発し、知識を持って自分に合った質と量の食事をとることができる人を増やす。
	脂肪エネルギー比	平均 25.3% (内訳) 40代 男性：24.9% 女性：27.4% 50代 男性：23.2% 女性：23.2% #33	25%以下	「健康日本21」に準じる。
運動を習慣づける	運動習慣(1回30分以上、週2回以上、1年以上)がある人の割合	男性：17.4% 女性：22.6% #2	男 39.0%以上 女 35.0%以上	「健康日本21」に準じる。
	一日の平均 歩数	男性：8,434歩 女性：7,854歩 #33	男 9200歩以上 女 8300歩以上	「健康日本21」に準じる。
生活の中で身体を動かす事を心がける	日常生活の中で意識的に身体を動かす人の割合	56.5% #2	63%以上	「健康日本21」に準じる。
家族で会話をしながら食事をする	家族そろって食事を楽しむようにしている人の割合	男性：74.5% 女性：87.3% #5	↑	特に男性の増加を目指す。
自分の時間を大切に する	ボランティア活動に生きがいや喜びを感じている人の割合	5.9% #28	↑	地域でのボランティア活動や趣味・スポーツ活動の活発化で、増加することを目指す。
	趣味やスポーツに熱中している人の割合	49.7% #3 #28	↑	地域でのボランティア活動や趣味・スポーツ活動の活発化で、増加することを目指す。
心の悩みを相談したい時に相談する	心の悩みがある時に相談する人の割合	83.5% #2	↑	「相談したいがためらっている」や「相談先が分からない」や「相談相手がない」などを減少させる。
	ストレス解消のために何かをしている人の割合	76.0%	↑	自分なりのストレスの解消や気晴らしの方法を持ち、実践することができる人が増えることを目指す。
	アルコール依存者数(長岡保健所管内)	111人 #36	↓	増加しないように予防するとともに、現在の依存者が回復するように支援することで、減少を目指す。
家族とのコミュニケーションがとれる	家族との会話や意思の疎通がとれている人の割合	87.1% #2	↑	特に、子どもと意思の疎通がよくとれている人の増加を目指す。
長岡野菜を使った食の伝承をする	長岡野菜を使った料理を作ったり食べたりする人の割合	86.5% #2	→	長岡野菜を使っている人が多い現状を維持していく。
地域行事に主体的に参加する	地域行事へ主体的に参加している人の割合	男性：26.8% 女性：23.2% #2	↑	特に女性について増加を目指す。
地域のみんが気軽に声をかけあえる	近所の子どもの気軽に注意できる人の割合	56.0% #2	↑	子どもの健全な成長を地域で見守る社会をつくるために、増加を目指す。
	地域で挨拶をする人の割合	99.7% #2	100%	あいさつをする事から地域のふれあいが始まるので、100%を目指す。
男女共に家事や育児に参加する	家庭生活の炊事、洗濯、掃除、子育てを夫婦で協力・分担している人の割合	60.1% #27	→	「ながおか男女共同参画基本計画」の目標値が50%であることから、これより数値を下げないように現状維持とする。
女性が主体的、自立的に(自分の名前で)地域の行事に参加する	委員会、審議会等への女性の登用率	26.8% #25	30%	「ながおか男女共同参画基本計画」に準じる。
	地域行事へ主体的に参加している女性の割合	23.2% #2	↑	参加の増加を目指す。



## ■ 高齢期 65歳～

長岡市が目指すもの	内容	HP 21 現状値	HP 21 目標値 (2012)	目標値設定の根拠
<b>QOL(ありたい姿)</b>				
自分のことが自分でできる	自分のことが自分でできる人の割合	84.8% #2	↑	要介護の高危険群となる後期高齢者の増加は免れないが、介護予防事業の充実に努めるため増加を目指す。
	痴呆性老人の割合	2.9% #12	→	高齢化の進行に伴い、痴呆者の数は年々増加傾向にある。痴呆予防の啓発普及を進めることにより現状維持を目指す。特に要因となる閉じこもりを防ぐために地域活動の参加を積極的に進めていく。
	要介護等認定者の割合	13.3% #12	15%	介護予防事業の充実に努めるが、要介護の高危険群となる後期高齢者の増加は免れないため増とする。目標値は「長岡市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画」による。後期高齢化率 8.6%→10.1%(H19)
楽しく食事ができる	食事が楽しい人の割合	92.9% 男性：96.1% 女性：89.7% #2	→	家族や仲間とともに食卓を囲む機会を増やすことにより、食の楽しみが増え、生活の質の向上につながることを啓発し、場の提供をしていくことで現状維持とする。
	食事をおいしく食べられる人の割合	85.4% #5	↑	食事サービスの回数の増加、参加しやすい料理教室の設定、歯の喪失予防の啓発、食事バランスや外食・惣菜の利用の仕方等の健康教育を行っていくことにより、増加を目指す。
生きがいを持って暮らす	生きがいや喜びを感じる人の割合	93.7% #2	↑	多くの人が生きがいを感じており、生きがいがないとした人は少ない。市の全体としては現状を維持するが、一部に支援が必要な人やその予備軍がいることを認識して対応し、全ての人が自分なりの生きがいをもって生活できることを目指す。
地域に親しみ支え合って暮らす	この地域に住んでよかったと思う人の割合	95.0% #2	→	よかったと思う人の割合は極めて高いが、さらにその質を高めることを目指す。
家庭や地域で適切な介護サービスを利用しながら安心して暮らす	地域福祉サービスに満足している人の割合	73.0% #28	↑	満足している人は多いといえるが、今後さらに増加することを目指す。
<b>健康指標</b>				
歩く体力を維持する	1 kmを続けて歩くことができる人の割合	81.5% #4	↑	介護予防事業の実施地区を増やしていくことにより、増加することを目指す。
	10m歩行時間(秒)	60代 男性：5.0 女性：5.4 70代 男性：5.5 女性：6.2 80代 男性：6.6 女性：7.7 #4	↓	介護予防事業の実施地区を増やしていくことにより、改善の可能性がある。
	転倒不安のある人の割合	28.6% #3	→	高齢期における転倒不安は3～4割といわれている。介護予防事業の実施地区を増やしていくことにより、現状維持を目指す。
畑仕事を続ける体力を維持する	畑仕事などをする体力があると思う人の割合	82.1% #2	→	介護予防事業の実施地区を増やしていくことにより、現状維持を目指す。
脳卒中にならない	65歳以上の脳血管疾患の受療件数 ①入院件数②入院外件数 *脳血管疾患＝脳内出血、脳梗塞、その他の脳血管疾患(脳卒中)	5月診療分 ①220件 ②3295件 #17	↓	基本健診の受診率を上げ、事後指導の充実を図ることにより減少を目指す。
	脳血管疾患死亡率(人口10万人対)	120.1 #38	↓	脳卒中の危険因子である高血圧症、心疾患、高脂血症、糖尿病等に対する健康教育・健康相談の充実により発症率が減少する。
	基本健康診査結果で高血圧、心疾患について所見があった者の割合	高血圧(境界含む) 男性：50.7% 女性：50.8% 心疾患 男性：39.7% 女性：30.6% #8	↓	脳卒中の危険因子である高血圧症、心疾患、高脂血症、糖尿病等に対する健康教育・健康相談事業の充実により発症率が減少する。

長岡市が目指すもの	内容	HP 21 現状値	HP 21 目標値 (2012)	目標値設定の根拠
骨折をしない	介護保険申請者のうち「骨折が有り」の人の割合	15% #13	↓	介護予防事業において筋力トレーニングを普及強化するとともに、カルシウムの摂取を増やす工夫の啓発普及・環境整備を進めることで減少を目指す。
	1年間の転倒経験者の割合	男性：14.2% 女性：19.2% #4	↓	介護予防事業の実施地区を増やしていくことにより、減少を目指す。
	1年間の骨折者の割合	6.3% #3	↓	介護予防事業において筋力トレーニングを普及強化するとともに、カルシウムの摂取を増やす工夫の啓発普及・環境整備をすすめることで、減少を目指す。
	骨密度測定で精密検査が必要な人(BUA30以下)の受診割合	53.7% #4	↑	骨折の高危険群の精密検査必要者が医療に結びつくことにより、骨折の発生人数を減らすことができる。検査後の受診勧奨を強化することにより精密検査受診者の増加を目指す。
食事を楽しむ気持ちをもつ	食事を工夫して楽しむ人の割合	86.4% #2	↑	家族や仲間と一緒に食事を楽しめる人が増えることにより増加を目指す。
歯の喪失を防ぐ	80歳で20本以上歯が残っている人の割合	①70歳(65～74歳) 61.0% ②80歳(75～84歳) 32.1% #5	①70%以上 ②40%以上	「長岡市歯科保健計画」に準じる。
自分の存在感がある(役割がある)	家庭や社会の中で自分の役割がある人の割合	86.9% #2	↑	地域活動に対しての情報を提供していくと共に、地域・家族に対する意識啓発を図ることで増加を目指す。
	地域の行事に参加している人の割合	80.2% #4	↑	高齢者の地域活動参加を支援するため、各関係課・コミュニティセンター等においても様々な取り組み(例 リーダー養成、高齢者大学、まちの先生、地区運動会)が行われていることから増加を目指す。
くよくよせず明るい前向きな気持ちをもつ	心配だったり、気がなったりして、眠れないことがある人の割合	37.5% #4	↓	「健康日本21」に準じる。
	ストレス解消や気晴らしの方法がある人の割合	男性：50.9% 女性：60.0% #4	↑	
	自殺者数	6人 #36	↓	
介護度を上げない	介護保険認定者の介護度割合(要支援+要介護1・2)	51.8% #15	55.4%	ケアマネージャーが中心となり、各サービス提供事業者、主治医が連携をとってサービスを提供していくことにより、重症化予防を図る。目標値は県の現状値を目指す。
介護負担が軽減する	在宅介護サービスの利用率	66.9% #16	71.4%	在宅サービスの利用率は国・県に比べ低い。今後ますます利用者が増えることが予想され、在宅と施設サービスの両輪で介護負担を軽減していかなければならない。現在、県に比較し、訪問介護・通所介護・通所リハビリの利用率が低いため、これらの利用率を増やすことで、国の現状値を目指す。
行動・生活様式				
1日 男性：6,700歩、女性：5,900歩以上歩く(70歳以上)	1日の平均歩数	現状値なし	70歳以上 男6,700歩以上 女5,900歩以上	体力を維持するのに運動が必要と思っている人が93.3%いる。介護予防事業の推進により、今より15分、1,300歩程度の増加をする。「健康日本21」に準じる。
生活の中で体を動かす	日常生活の中で意識的に体を動かす人の割合	85.2% 男性：87.3% 女性：82.9% #2	→	健康教育や介護予防事業を通し、家事・買い物等の生活活動・空き時間を利用した散歩などを取り入れることによって日常の運動量を確保することを啓発する。県や国の現状よりも望ましい状況なので、現状維持を目指す。
定期的に健康診断を受ける	1年に1回、健康診断を受ける人の割合	84.3% #2	85.0%	個別健診など、身近でいつでも受けられる体制を進め、かかりつけ医を持ってもらうことにより増加を目指す。

長岡市が目指すもの	内容	HP 21 現状値	HP 21 目標値 (2012)	目標値設定の根拠
(受療必要者が)適切に医療機関を受診する	基本健康診査結果で精密検査が必要な人の受療率	(集団全年代) 要指導 b : 38.8% 要医療 : 56.7% 平均 : 45.3% #8	要指導 b 50.0% 要医療 70.0%	事後指導の体制を強化するとともに、医師会との連携を密にし、診療結果通知書の回収率を向上させることにより増加を目指す。
自分に合った質と量の食事をとる	主食・主菜・副菜が揃った食事が1日2食以上の人の割合	59.5% #2	↑	惣菜等を上手に利用しながら、自分に合った量・質の食事をとることができるように、健康教育等を通して意識啓発していく。
家族や仲間と一緒に食事をする	1日1回以上家族や仲間と一緒に食事をする人の割合	80.3% #2	↑	家族や仲間とともに食卓を囲む機会を増やすことにより、食の楽しみが増え、生活の質の向上につながることを啓発し、場の提供をしていくことで増加を目指す。
	ふれあい型食事サービスを利用している人の割合	H14 1,466人 (50%) #16	1,635人 (50%)	全地区週1回の食事サービス実施により増加を目指す。
長岡の食を伝承し、地産地消をすすめる	地域内生産物(長岡野菜)を使った料理を作ったり食べたりしている人の割合	93.5% #2	↑	保育園や小中学校の献立や授業で取り上げられることが多くなってきており、若い世代の関心が増し、高齢者が教える場面も増えることなどから増加を目指す。
	周囲の人に地域内生産物(長岡野菜)を使った料理の伝承をしている人の割合	64.6% #2	↑	保育園や小中学校の献立や授業で取り上げられることが多くなってきており、若い世代の関心が増し、高齢者が教える場面も増えることなどから増加を目指す。
定期的に歯科検診を受ける	定期的に歯科を受診する人の割合	4.9% #5	10%以上	「長岡市歯科保健計画」に準じる。
毎食後歯磨きをする	毎食後に歯磨きをする人の割合	23.5% #5	↑	「長岡市歯科保健計画」において、1日1回しっかり磨くことを推奨することにより、口腔衛生に対する関心が高まり、毎食後磨く人の割合の増加を目指す。
	歯間清掃用具を使用している人の割合	17.7%(65歳以上) #5	40%以上 (全年代)	「長岡市歯科保健計画」において、1日1回しっかり磨くことを推奨することにより、口腔衛生に対する関心が高まり、毎食後磨く人の増加を目指す。目標値は「長岡市歯科保健計画」に準じる。
趣味や楽しみをもつ	趣味の活動やスポーツをしている人の割合	56.5% #2	↑	高齢者の趣味・スポーツ活動を支援するため、各関係課においても様々な取り組み(例 リーダー養成、高齢者大学、まちの先生)が行われていることから増加を目指す。
	楽しみや生きがいを感じることが特にない人の割合	6.4% #2	↓	人との交流や社会参加が、心の健康につながることを高齢者が知る機会を増やすことにより、減少を目指す。
色々な社会的活動に参加する	老人クラブ数、加入者数	老人クラブ数 : 180 加入者数 : 10,251人 #39	老人クラブ数 190 人数11,000人	「長岡市高齢者保健福祉計画」に準じる。
	シルバー人材センターの会員数、就業率	会員数 : 1,418人 就業率 : 81.9% #40	↑	高齢者が仕事を持つことにより、生きがいを持って過ごせるように、就業機会の確保・講習会等を実施することにより増加を目指す。
	地域の行事に参加している人の割合(男女別)	43.9% (男女別なし) #28	男女とも50%	「健康日本21」に準じる。
心の悩みを相談する	人と話したり、話を聞いてもらう人の割合	89.8% #2	→	趣味・運動・サークル活動・社会活動等を通して、体の健康を維持するとともに、相談できる仲間を得ることにより心の健康の維持につながる。社会参加を促していくことにより現状維持を目指す。
家族とコミュニケーションをとる	家族と話をすることが多い人の割合	83.1% #2	→	地域に伝わる郷土料理や歴史・文化を伝える場を設定することによって、家族における役割の再認識や生きがいづくりにつながっていくが、今後、核家族化が進むことから現状維持を目指す。
異世代と交流する	異世代と交流している人の割合	83.8% #2	→	さまざまな世代とのふれあいができる場づくりをすすめていくことにより現状維持を目指す。

長岡市が目指すもの	内容	HP 21 現状値	HP 21 目標値 (2012)	目標値設定の根拠
地域福祉をお互いに支え合う	ボランティア活動をしている人の割合	13.6% #28	20%	まちづくりアンケートで「ボランティア活動してみたい」と答えた人が18.1%いることから、それらの人をコーディネートすることにより、約3分の1の人が参加につながることで増加を目指す。
地域行事に主体的に参加する	地域の行事に参加している人の割合(男女別)	43.9%(男女別なし) #28	男女とも50%	「健康日本21」に準じる。
福祉や介護に関する情報やサービスを利用できる	介護保険制度をよく知らない人の割合	23.6% #14	↓	ガイドブックやパンフレットの配布等を行ない、サービス内容の情報提供を行なうことで減少を目指す。

## ■ 全年代共通 環境

長岡市が目指すもの	内容	HP 21 現状値	HP 21 目標値 (2012)	目標値設定の根拠
QOL(ありたい姿)				
豊かな自然があり触れ合える	豊かな自然があると感じている人の割合	59.4% #27	↑	「長岡市緑の基本計画推進事業」により増加を目指す。
健康で安心(安全)に暮らせるまち	健康で安心に暮せるまちだと思ふ人の割合	42.5% #2	↑	ユニバーサルデザインのまちづくり・リサイクルの普及で住みよいまちづくりを目指す。
健康指標				
きれいな川(魚がすみやすい川・蛙やザリガニがいる川・めだかや蛍がいる川)がある	生物的酸素要求量(BOD)	H5~14平均値 BOD平均値 mg/ℓ ①信濃川1.1②猿橋川1.7③柿川・丹波橋2.0 ④栖吉川・栖吉橋4.98⑤太田川3.4⑥稲葉川⑦浄土川3.5⑧福島江1.8⑨渋海川1.4⑩黒川・黒川橋1.6⑪菖蒲川2.0⑬道満川2.3 #29	H 19 BOD平均値 mg/ℓ ①信濃川 2②猿橋川 霞橋より上流 2、霞橋より下流 3③柿川2④栖吉川5⑤太田川3⑥稲葉川2⑦浄土川3⑧福島江2⑨渋海川2⑩黒川3⑪菖蒲川2⑬道満川3※BOD平均値はその時の自然環境に大きく左右される	「長岡市環境基本計画」に準じる。
緑が多く自然が身近にある	緑の多さの満足している人の割合	83.2% #27	↑	「長岡市緑の基本計画推進事業」実施により、増加を目指す。
	緑地面積	約57% #21	60%	「長岡市緑の基本計画推進事業」に準じる。H27目標値。
	一人当たり公園面積	14.4m <sup>2</sup> #21	22m <sup>2</sup>	「長岡市緑の基本計画推進事業」に準じる。H27目標値。
ユニバーサルデザインによるまちづくり	バリアフリー歩道の設置距離	2,200m (H15.4.1現) #30	8,930m	「長岡市交通バリアフリー基本構想推進事業」に準じる。H22目標値。
	歩道の設置率	市道13% #30	↑	「長岡市交通バリアフリー基本構想推進事業」により増加を目指す。
地域循環型を取入れたまちづくり	リサイクル率	(H13実績)10.5% #29	23%	「長岡市ごみ処理基本計画」に準じる。H22目標値。
	リサイクルに協力している人の割合	47.0% #27	↑	「長岡市ごみ処理基本計画」に準じる。
行動・生活様式				
自然豊かな川辺や緑の中を散策する	自然豊かな川辺で散策する人の割合	26.2% #2	↑	時間がないため散策しない人が多いことから、長岡市民は緑や自然を楽しみたいという価値観が低い。価値観を高めるためにも、小さいときから自然にふれる機会を増やし、散策する人の増加を目指す。
	豊かな自然(道・公園・野山等)で散策する人の割合	43.7% #2	↑	
	庭に花や緑を植える人の割合 ①花の咲く樹木②鉢植え	①55.5% ②66.7% #2	↑	
誰もが安心して出かけられる	歩道の除雪に満足している人の割合	10.5% #28	↑	「雪道計画推進事業」や、地域での取り組み等の増加を目指す。
	歩道・自転車道の段差等に困る人の割合	全体58.8% #2	50%	「長岡市交通バリアフリー基本構想推進事業」等により増加を目指す。
	歩道・自転車道の街灯等に満足している人の割合	現状値なし	↑	街灯及び防犯灯の設置により増加を目指す。
ごみをできるだけ出さないようにする(ごみの減量)	1人・1日当たりごみ排出量	(H13実績) 1,200g #29	1,000g	「長岡市ごみ処理基本計画」に準じる。H22目標値。
	簡易包装や買い物袋の持参に協力している人の割合	16.9% #27	↑	ごみの有料化に伴い過剰な包装等を希望しないことや、買い物袋の持参など、市民の意識がかわることにより増加を目指す。
	洗剤は詰め替え製品を選んでる人の割合	55.9% #27	65%	ごみの有料化に伴い過剰な包装等を希望しないことや、詰め替え製品を買うなど、市民の意識がかわることにより増加を目指す。

現状値は下記の資料及び調査等から引用しました。

#No.	団体・機関名	出典（調査名等）	（年度）
1	市健康課		
2	市健康課	ながおかヘルシープラン21 基礎調査結果報告	(H15)
3	市健康課	ながおかヘルシープラン21 健脚度調査事業報告	(H15)
4	市健康課	ながおかヘルシープラン21 健脚度調査事業報告	(H14)
5	市健康課	歯と健康に関するアンケート	(H14)
6	市健康課	乳幼児健診事業	(H15)
7	市健康課	乳幼児健診事業	(H14)
8	市健康課	健康診査結果報告	(H14)
9	市健康課	健康診査結果報告	(H13)
10	市健康課	妊娠届出書集計結果	(H15)
11	市健康課	妊婦一般健康診査結果	(H15)
12	市介護保険課	長岡市の高齢者の現況	(H14)
13	市介護保険課	介護予防調査	(H14)
14	市介護保険課	長岡市高齢者等生活実態調査結果報告	(H13)
15	市介護保険課	介護保険認定調査	(H15)
16	市福祉総務課	長岡市高齢者保健福祉計画 介護保険事業計画	
17	市国保医療課		
18	市児童福祉課		
19	市福祉総務課	長岡市の社会福祉	(H14)
20	市福祉相談課		
21	市学校教育課	学校保健安全等統計資料	(H14)
21	市公園緑地課		
22	市学校教育課	長岡市内のいじめ不登校の実態調査	(H13)
23	市生涯学習課		
24	市スポーツ振興課		
25	市企画課		
26	市企画課	男女共同参画社会づくりのための市民意識調査	(H11)
27	市行政管理課	まちづくり評価アンケート	(H15)
28	市行政管理課	まちづくり評価アンケート	(H14)
29	市環境政策課		
30	市道路管理課		
31	県	小児う蝕実態調査報告	(H14)
32	県	小児う蝕実態調査報告	(H13)
33	県	県民栄養調査結果（長岡市集計分）	(H13)
34	県	新潟県主要疾患 SMR 分布表	
35	県	衛生年報	(H13)
36	県	健康福祉環境の現況	(H14)
37	県	長岡児童相談所	
38	県	たばこ対策実施状況調査	(H14.3)
39	市老人クラブ連合会		
40	長岡市シルバー人材センター		
41	長岡市体育協会	生涯スポーツに関する実態調査結果報告書	(H15)
41	県市町村栄養協議会	小児肥満等発育調査	(H14)