第２次いけだ　いきいき　健康プラン 21（健康増進計画）中間評価

概要版

計画策定の方向性

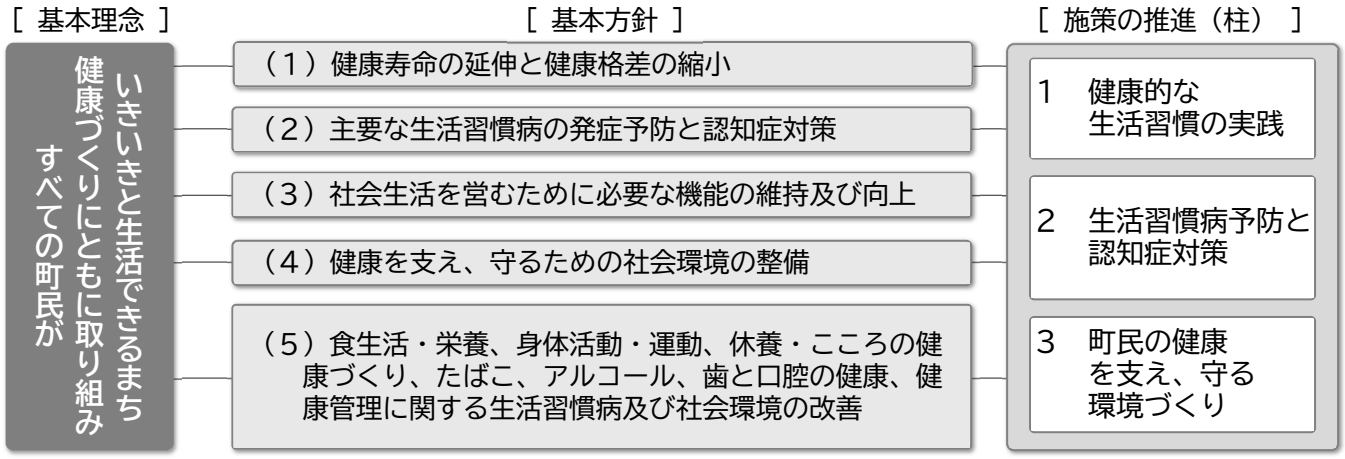
池田町では、令和２年３月に「第２次いけだ　いきいき　健康プラン 21」を策定し、『すべての町民が健康づくりにともに取り組み　いきいきと生活できるまち』をめざして、町民の皆様が生涯を通じていきいきと健康で暮らしていけるよう、主体的な健康づくりの支援に取り組んでいます。

この度、現計画は長期にわたる計画であることから、これまでの取組を評価し、国や岐阜県の健康づくりに関わる動向など、新たな課題をふまえて、健康づくりを効果的に推進し、更なる町民の健康の増進を図るために「第２次いけだ　いきいき　健康プラン 21」の中間評価を実施します。

計画の期間

令和２年度から令和 12 年度までの 11 年間を実施期間とします。

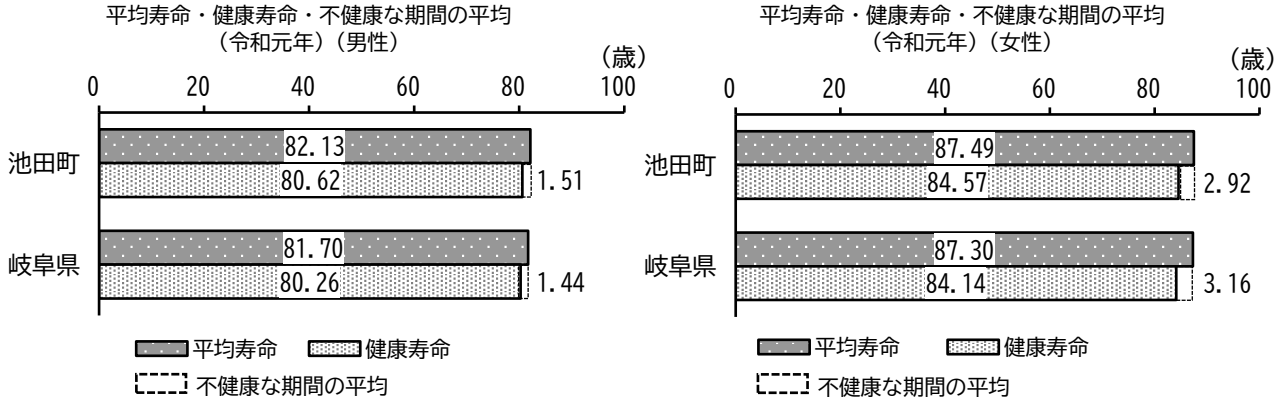
計画の体系



池田町の現状

令和元年の女性の平均寿命、健康寿命※1は男性よりわずかに高くなっています。また、男女ともに県よりわずかに高くなっています。平均寿命と健康寿命の差である不健康な期間は、男性で 1.51 歳、女性で 2.92 歳となっており、女性は男性と比べると長くなっていますが、県と比べると短くなっています。

※1健康寿命…要介護度１以下を自立（健康）とした「日常生活動作が自立している期間の平均」



資料：岐阜県における平均寿命と健康寿命

（１） 健康的な生活習慣の実践

① 食生活・栄養

分野別目標

自分のからだと食生活を意識し、楽しく食事をしましょう。

今後の方向性

朝食を毎日食べない者の割合の減少

	令和６年度現状値		令和 12 年度目標値
20 歳代男性	23.8%	➡	20%以下
20 歳代女性	47.7%	➡	20%以下

『池田町健康に関するアンケート調査 調査結果報告書』より

○ 子どもの頃から、朝食の重要性や生活リズムの定着、正しい食の選択ができるよう周知啓発を強化し、食育に取り組みます。

○ 成人の男性の肥満や女性のやせの割合が多いため、将来の健康状態に向けて、各学校と連携し、適正体重について情報提供を行い、食に対する学習機会を充実します。

② 身体活動・運動

分野別目標

気軽に仲間をつくって、体を動かしましょう。

今後の方向性

運動習慣者※2の増加

	令和６年度現状値		令和 12 年度目標値
男性	19.1%	➡	20%以上
女性	13.5%	➡	22%以上

『池田町健康に関するアンケート調査 調査結果報告書』より

※2運動習慣者…「週２回以上、１回 30 分以上、１年以上、運動をしている者」

○ 各種スポーツ団体と連携し、運動に関する情報や取り組む機会を提供します。

○ 健康でいきいきと過ごすために、運動についての意識を高め、自分にあった運動を楽しみながら行えるよう、引き続き、身体活動・運動に関する知識の普及啓発を行います。

③ 休養・こころの健康

分野別目標

ストレス解消法を見つけ、心の健康を保ちましょう。

今後の方向性

ストレスを解消できている人の増加

	令和６年度現状値		令和 12 年度目標値
成人	53.7%	➡	75%以上

『池田町健康に関するアンケート調査 調査結果報告書』より

○ こころの健康づくりやストレスへの対処法、睡眠や休養についての正しい知識の普及啓発を行います。

○ 必要な時に気軽に相談できるよう、相談内容に応じた相談先を広く周知し、利用を啓発します。

④ たばこ

分野別目標

たばこの身体への影響を理解し、禁煙に努めましょう。

今後の方向性

喫煙している人の割合の減少

	令和６年度現状値		令和 12 年度目標値
男性	20.4%	➡	20%以下
女性	5.7%	➡	3%以下

『池田町健康に関するアンケート調査 調査結果報告書』より

○ 喫煙や受動喫煙が及ぼす健康への影響を理解し、行動できるよう広報やホームページを利用して情報を発信し、受動喫煙防止対策をさらに推進します。

○ 禁煙希望者に禁煙方法や禁煙外来などの情報提供を行い、禁煙につながるよう支援します。

⑤ アルコール

分野別目標

適量飲酒で健康長寿、過度の飲酒は避けましょう。

今後の方向性

生活習慣病のリスクを高める飲酒※3する人の割合の減少

	令和６年度現状値		令和 12 年度目標値
男性	6.4%	➡	減少
女性	1.6%		

『池田町健康に関するアンケート調査 調査結果報告書』より

※3生活習慣病のリスクを高める飲酒…「1 日平均　男性 40ｇ（日本酒２合程度）以上、女性 20ｇ（日本酒１合程度）以上」

○ 節度ある飲酒ができるよう、生活習慣病のリスクを高める飲酒量やアルコールが身体に与える影響について普及啓発や情報提供を行います。

○ 20 歳未満の者にアルコールが及ぼす身体への影響について、正しく認識できるよう学校での教育を推進するとともに、注意できる地域づくりができるよう普及啓発を行います。

⑥ 歯と口腔の健康

分野別目標

生涯を通じて自分の歯で食事をし、生活習慣病を予防しましょう。

今後の方向性

歯科検診を受診する人の割合の増加

令和６年度現状値		令和 12 年度目標値
成人 48.0%	➡	50%以上

『池田町健康に関するアンケート調査 調査結果報告書』より

- ○ 口腔機能を育成・維持・向上できるよう、ライフステージに応じた、正しい歯や口腔のケアに関する知識の普及啓発を行います。
- ○ かかりつけ歯科医を持ち、定期的な歯科検診の受診を推進します。

⑦ 健康管理

分野別目標

健康は自分でつくるもの、健康診断を受け、病気の早期発見・早期治療に心がけ、日ごろの生活習慣を見直し、健康管理に努めましょう。

今後の方向性

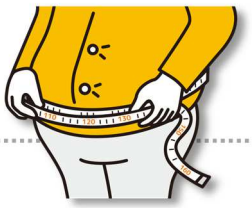
定期健康診査受診率の増加

令和６年度現状値		令和 12 年度目標値
男性 82.2% 女性 74.0%	➡	増加

『池田町健康に関するアンケート調査 調査結果報告書』より

- ○ 引き続き、広報、健康教育やイベントの機会、ＳＮＳなどを通じて各種健（検）診の目的・重要性や健康に関する情報提供と知識の普及啓発に取り組みます。
- ○ 特定健診や特定保健指導、がん検診について医師会と連携し、受診しやすい環境整備の充実を図ります。

（２） 生活習慣病予防と認知症対策



① 循環器疾患

目標

健診を受けて生活習慣の改善や維持につなげるとともに、早期発見、早期治療につなげましょう。

今後の方向性

メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少

令和５年度現状値		令和 12 年度目標値
該当者 20.0% 予備群 9.8%	➡	減少

岐阜県（市町村国保）における医療費・疾病・特定健診の状況（令和５年度）より

- ○ 国保特定健康診査について、受診しやすい体制の整備・充実と、医師会と連携を強化し受診率向上を図ります。
- ○ 健診受診者のうち血圧や脂質等で受診勧奨判定値以上の方には、受診勧奨を行い、適切な治療につなげていくことができるような取組を継続します。

② 糖尿病

目標

健診を受けて生活習慣を改善し、糖尿病の発症予防・合併症予防につなげましょう。

今後の方向性

糖尿病が強く疑われる人（ＨｂＡ１ｃ 6.5%以上の人）の割合の減少

令和５年度現状値		令和 12 年度目標値
40～74 歳 9.0%	➡	5%以下

岐阜県（市町村国保）における医療費・疾病・特定健診の状況（令和５年度）より

- ○ 国保特定健康診査受診者のうち HbA1c6.0～6.4 に該当した方への 75ｇ糖負荷検査の受診勧奨を継続し、糖尿病予備群対策を継続します。
- ○ 国保特定健康診査受診者のうち HbA1c6.5 以上で治療を受けていない方へ受診勧奨し、かかりつけ医と連携した保健指導を実施し、糖尿病性腎症重症化予防対策を継続します。

③ がん

目標

がん検診を受診し、生活習慣の改善や早期発見、
早期治療につなげましょう。

今後の方向性

がん検診受診率の増加［検診受診者］

	令和６年度現状値		令和 12 年度目標値
胃がん	27.3%	→	40%以上
子宮がん	32.3%	→	40%以上
乳がん	33.3%	→	40%以上
肺がん	26.4%	→	35%以上
大腸がん	31.5%	→	40%以上

『池田町健康に関するアンケート調査 調査結果報告書』より

○ 引き続き、がんに関する正しい知識の普及啓発に取り組みます。

○ がん検診体制の整備・充実を図り、受診率向上を図ります。

○ がん検診で精密検査となった方への受診勧奨支援を継続します。

④ 認知症

目標

認知症予防に取り組み、認知症になっても希望を持って暮らせる地域づくりに参加します。

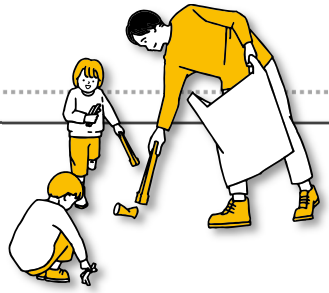
今後の方向性

○ 「揖斐広域連合高齢者福祉計画・介護保険事業計画」と整合を図りながら、引き続き、認知症予防と早期発見や適切な対応の重要性の周知・啓発、サービスや介護する家族への支援の充実に取り組みます。

○ 認知症に対する正しい理解の促進を図り、地域でともに取り組むことができるよう支援します。

○ 認知症予防対策として、地域活動への参加の促進を図ります。

（３） 町民の健康を支え、守る環境づくり



目標

健康づくりの活動や地域活動に参加し、自身の健康につなげましょう。

今後の方向性

地域活動（町内行事、公民館活動、ボランティア活動、サロンなど）に参加したことがある人の割合の増加

	令和６年度現状値		令和 12 年度目標値
成人	59.7%	→	70%以上

『池田町健康に関するアンケート調査 調査結果報告書』より

○ 健康づくり推進のため、分かりやすい情報提供を行い、健康づくりに取り組みやすい環境の整備を図ります。

○ 積極的な社会活動の参加が、健康状態やＱＯＬ（生活の質）に深く関係することから、地域活動に参加することで地域や人とのつながりを深め、健康を支援する環境づくりに取り組みます。

第２次　いけだ　いきいき　健康プラン 21
（健康増進計画）中間評価　概要版

発行　池田町
編集　民生部　保健センター
〒503-2417　岐阜県揖斐郡池田町本郷 1628-2
ＴＥＬ 0585-45-3191　　ＦＡＸ 0585-45-8688