

みんなをめざす 健康東吉野21（第3次）

東吉野村第3次健康増進計画・第2次食育推進計画・第2次自殺対策計画



奈良県東吉野村
令和8年3月

はじめに

私たち東吉野村では、自然豊かな環境の中で、世代を超えて住民一人ひとりが健康で心豊かに暮らせる地域をめざしてまいりました。これまでの健康増進計画や食育推進計画、自殺対策計画の取り組みによって、村民の皆さまの健康意識は確実に高まり、地域ぐるみで支え合う仕組みも少しずつ広がってきています。



しかしながら、少子高齢化の進行や生活習慣病の増加、孤立や心の健康に関する課題など、私たちの村を取り巻く状況は決して楽観できるものではありません。こうした中で、一人ひとりが自分らしく暮らし続けられるよう、また未来の世代が健やかに成長できるように、健康づくりを一層推進していくことが求められています。

このたび策定した「みんなでめざす健康東吉野 21（第3次）」は、第3次健康増進計画、第2次食育推進計画、そして第2次自殺対策計画を一体的にまとめたものです。

本計画では、「健康寿命の延伸」と「心身ともにいきいきと暮らせる村づくり」を大きな目標に掲げ、生活習慣の改善や食育の推進、こころのケアや社会的なつながりづくりなど、幅広い分野での取り組みを進めてまいります。

健康は、行政だけでなく、住民の皆さま一人ひとりの意識や行動の積み重ねによって守られるものです。ご家庭や地域、学校、職場など、それぞれの場で「できること」から一歩を踏み出し、互いに支え合うことが大切です。

本計画をきっかけに、健康について考え、行動する輪がさらに広がっていくことを心から願っています。

村民の皆さまが笑顔で安心して暮らし続けられる東吉野村をめざして、行政としても全力で取り組んでまいります。今後とも、皆さまのご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

令和8年3月

東吉野村長 水本 実

目次

はじめに	P1
第1章 計画策定にあたって	P4
1. 計画策定の趣旨と背景	P4
2. 計画の対象	P4
3. 計画の位置づけ	P4
4. 計画の実施期間	P5
5. 推進体制	P5
第2章 東吉野村の現状	P6
1. 人口	P6
2. 健康寿命	P9
3. がん	P11
4. 特定健康診査及び特定保健指導	P13
5. 医療費	P16
6. 介護	P18
7. 自殺者の現状	P19
第3章 第2次計画評価	P20
1. 食生活・栄養	P21
2. 身体活動・運動	P22
3. こころの健康(第1次自殺対策評価を含む)	P23
4. 歯の健康	P24
5. たばこ対策	P24
6. がん・生活習慣病予防	P25
第4章 計画の基本的な考え方	P26
1. 基本理念	P26
2. 施策体系	P26
3. ロジックモデルについて	P27

第5章 分野別の取り組み	P28
1. 食生活・栄養	P28
2. 身体活動と運動	P29
3. 休養・心の健康づくり	P30
4. 飲酒・喫煙について	P31
5. 歯と口腔の健康	P32
6. 特定健康診査・がん検診	P33
7. ロジックモデル	P35

資料編

1. 東吉野村第3次健康増進計画・第2次食育推進計画・第2次自殺対策計画指標一覧	P47
1-1. 全体目標	P47
1-2. 分野目標	P47
2. 健康についてのアンケート	P68
3. 健康についてのアンケート調査結果	P77
4. 生活習慣アンケート	P105
委員名簿	P114

第1章 計画策定にあたって

1. 計画策定の趣旨と背景

わが国では、生活環境の改善や医療技術の進歩により、平均寿命は世界有数の水準に達しています。しかし、急速な高齢化の進行や生活習慣の変化により、がん、心臓病、脳血管疾患、糖尿病などの生活習慣病の割合が増加し、加えて要介護者やこころの健康問題の増加が社会全体の課題となっています。

こうした状況を踏まえ、全ての国民が健やかで心豊かに生活できる持続可能な社会実現のために、国は令和6年度より、誰一人取り残さない、より実効性のある取り組みに重点を置いた「健康日本21（第3次）」を策定しました。また県においても、「誰もが生涯を通して健康で自分らしく心豊かに暮らすことで、健康寿命を男女とも日本一にする」ことを目標とした「なら健康長寿基本計画（第2期）」を策定し、各種健康づくり施策を推進しています。

本村においても、国や県の方針を踏まえ、これまで「みんなでめざす健康東吉野21（第1次・第2次）」を策定し、健康増進と食育の推進を一体的に進めてきましたが、今回の評価にあたり、生活習慣病の増加等、新たな健康課題が浮き彫りになってきました。

こうした現状を踏まえ、東吉野村では今回、「みんなでめざす健康東吉野21（第3次）」として、第3次健康増進計画・第2次食育推進計画・第2次自殺対策計画を一体的に策定しました。

本計画では、「子どもから高齢者までともに支え合い、生涯笑顔でいきいきと暮らせる」ことを理念に掲げ、村民の皆様と行政が協働して、世代を超えた健康づくりの取り組みをさらに推進してまいります。

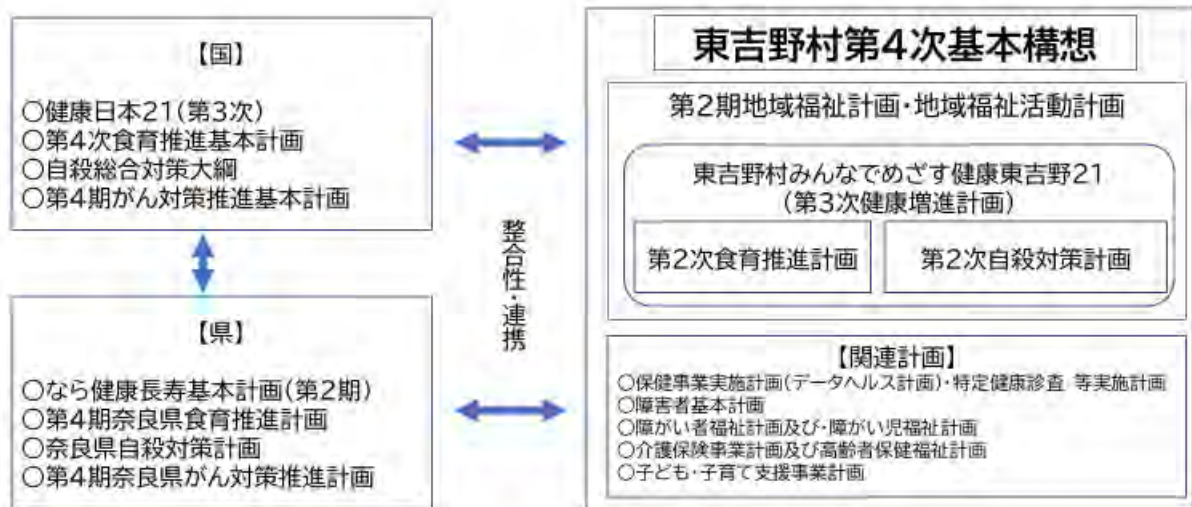
2. 計画の対象

この計画は、東吉野村の全ての村民を対象とします。

3. 計画の位置づけ

本計画は、「東吉野村第4次基本構想」を最上位計画、「第2期 東吉野村地域福祉計画・地域福祉活動計画」を上位計画として位置づけ、保健事業実施計画等その他の関連計画とのつながりを大切にしながら、国や県の取り組みの方向性も踏まえて策定しました。

本計画は、これまで積み重ねてきた取り組みの成果と課題をふまえ、健康づくりや食育、こころの健康、自殺対策などを総合的に進めるための村の指針です。村民の皆さん一人ひとりのご家族、地域、行政、そして関係機関が力を合わせて、「子どもから高齢者までともに支え合い、生涯笑顔でいきいきと暮らせる東吉野村」を未来に引き継いでいくための道しるべとなることを目指しています。



4. 計画の実施期間

本計画は、令和8年度から令和19年度までの12年計画とします。

中間評価を令和13年度に実施し、法改正や社会情勢の変化等に応じて、柔軟に見直しを行い、目標達成に向けて取り組んでいきます。

令和8年	令和9年	令和10年	令和11年	令和12年	令和13年	令和14年	令和15年	令和16年	令和17年	令和18年	令和19年
→					中間評価 見直し 修正	→					最終評価 目標年度

5. 推進体制

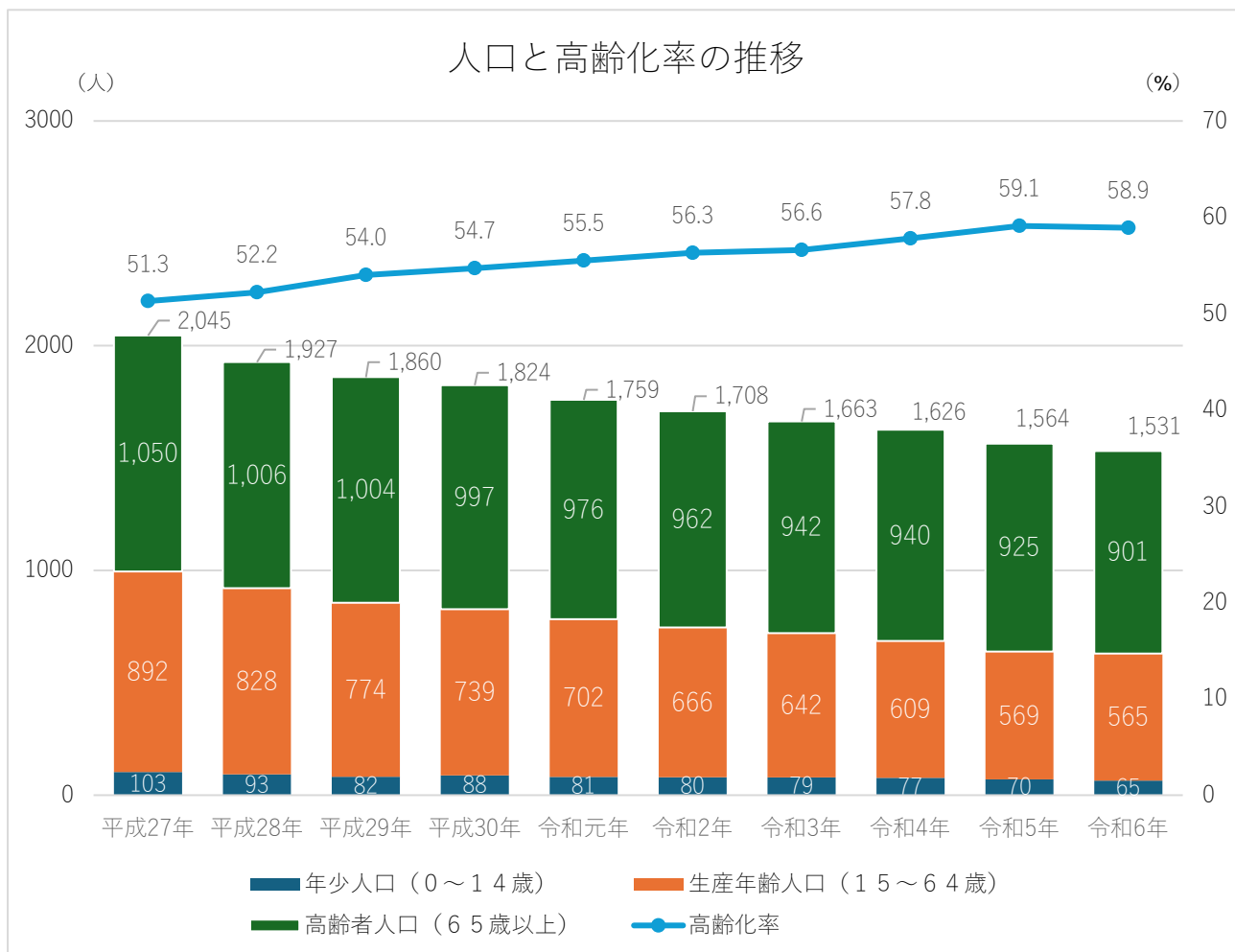
本計画の目標実現に向けて、住民福祉課が中心となり、関係機関との連携のもと、計画の推進及びPDCAサイクルに基づく進捗管理を行います。

第2章 東吉野村の現状

1. 人口

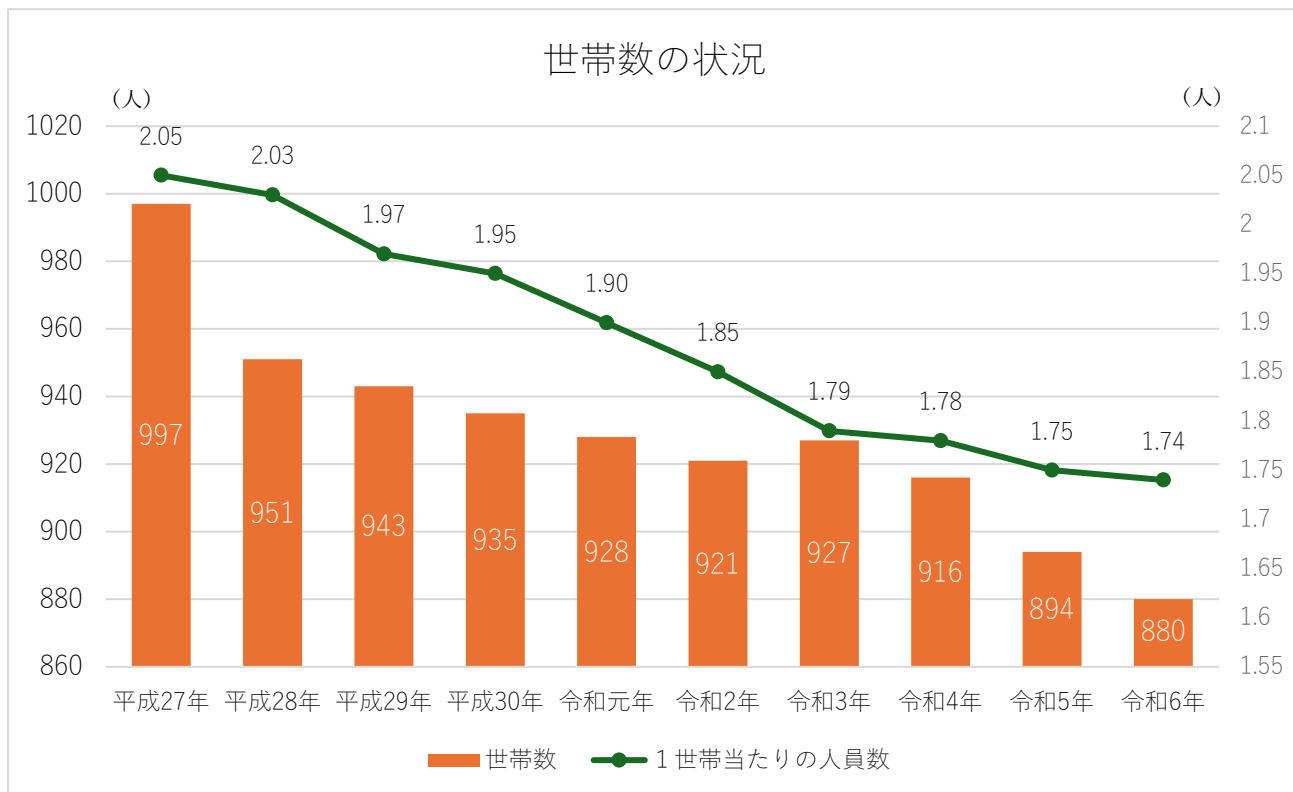
1. 人口の状況

総人口は年々減少傾向であり、令和6年度には1,531人となっています。年齢3区分でみると、すべての年齢区分において減少傾向となっていますが、年少人口、生産年齢人口の減少が顕著であり、高齢化率（総人口に対する高齢者人口の割合）は増加傾向です。令和6年度には58.9%と近年は6割近い水準で推移しています。



2. 世帯の状況

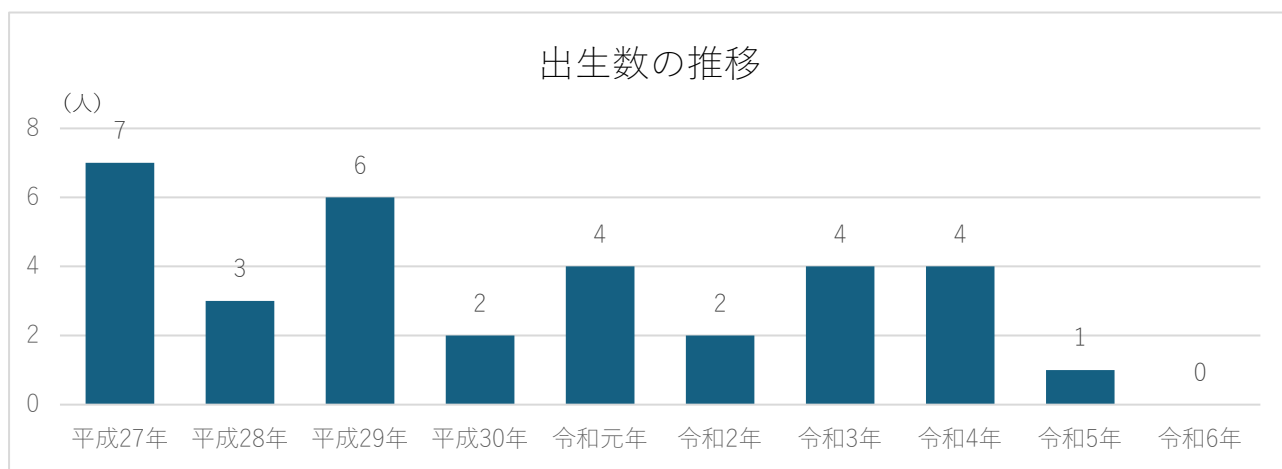
世帯数と1世帯あたり人員の推移をみると、人口減少とともにどちらも減少傾向となっています。世帯数は緩やかに減少しており、令和6年度では880世帯、1世帯あたり人員は1.74人であり、独居もしくは二人暮らしの小規模世帯化が進んでいると考えられます。



出典：住民基本台帳及び外国人登録（4月1日）現在

3. 出生数

出生数は年々減少傾向にあります。



出典：住民基本台帳

4. 死因の状況

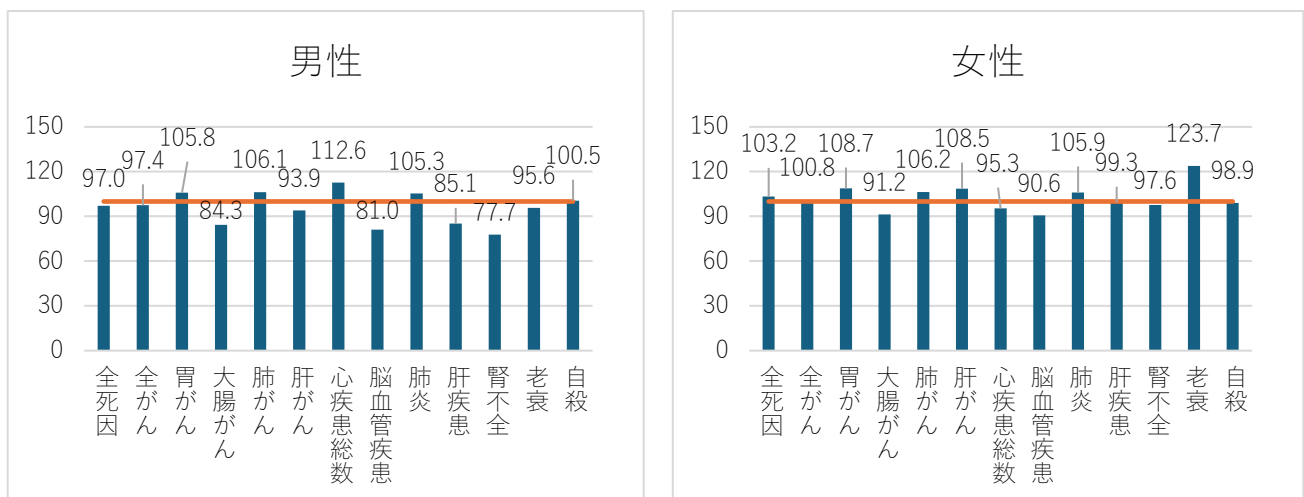
死因は年度ごとに変動があるものの、主要死因の上位は「悪性新生物」「心疾患」「老衰」が占めています。

順位	令和元年度		令和2年度		令和3年度		令和4年度		令和5年度	
	死因	割合	死因	割合	死因	割合	死因	割合	死因	割合
第1位	悪性新生物	28.8%	悪性新生物	40.5%	悪性新生物	36.8%	老衰	34.4%	悪性新生物	21.6%
第2位	心疾患	22.0%	老衰	31.0%	心疾患	18.4%	悪性新生物	15.6%	老衰	21.6%
第3位	肺炎	11.9%	脳血管疾患	14.3%	老衰	18.4%	心疾患	12.5%	心疾患	16.2%
第4位	脳血管疾患	8.5%	心疾患	11.9%	その他呼吸器系の疾患	7.9%	その他呼吸器系の疾患	6.3%	その他呼吸器系の疾患	8.1%
第5位	老衰	8.5%	その他呼吸器系の疾患	7.1%	脳血管疾患	5.3%	ヘルニア及び腸閉塞	6.3%	肺炎	5.4%

出典：奈良県吉野保健所業務概況

5. SMR（標準化死亡比）

全国を基準(100)とした標準化死亡比では、男女ともに胃がん、肺がん、肺炎が全国より高くなっています。また、男性では心疾患、女性では肝がんと老衰が全国より高くなっています。

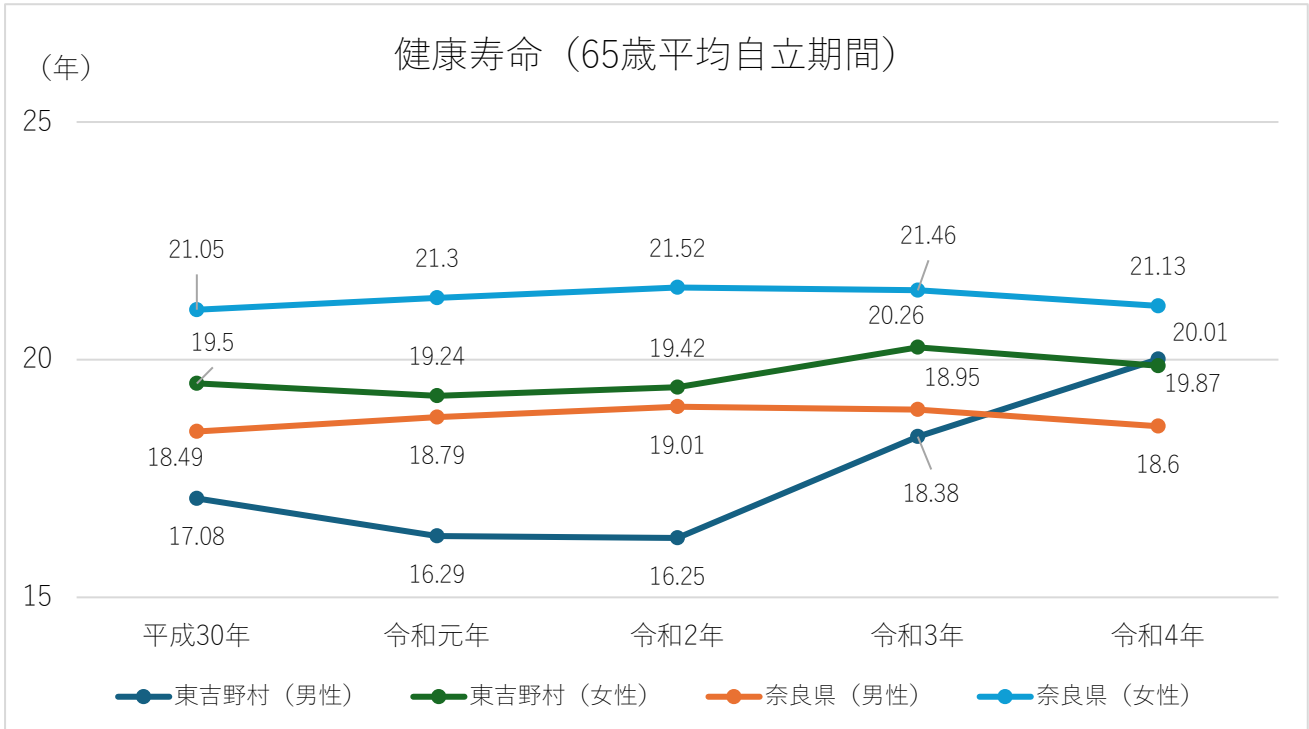


出典：平成30年～令和4年人口動態保健所・市区町村別統計

標準化死亡比（SMR）とは、各地域の年齢階級別人口と全国の年齢階級別死亡率から算出された各地域の期待死亡数と実際の死亡数との差であり、全国を100（基準値）として、100より大きい場合は死亡状況が全国より高い、小さい場合は全国より低いことを示します。

2. 健康寿命

健康寿命は、男女ともに奈良県より低い傾向がありましたが、近年男性の健康寿命に改善が見られています。また、要介護期間については男性では奈良県より短く、女性では長い傾向にあります。



出典：奈良県疾病対策課 市町村別健康寿命の算出値について

健康寿命について

健康寿命とは、日常的に介護を必要とせず、健康で自立した生活ができる期間であり、平均余命から介護が必要な期間（平均要介護期間）を差し引いた期間に相当します。

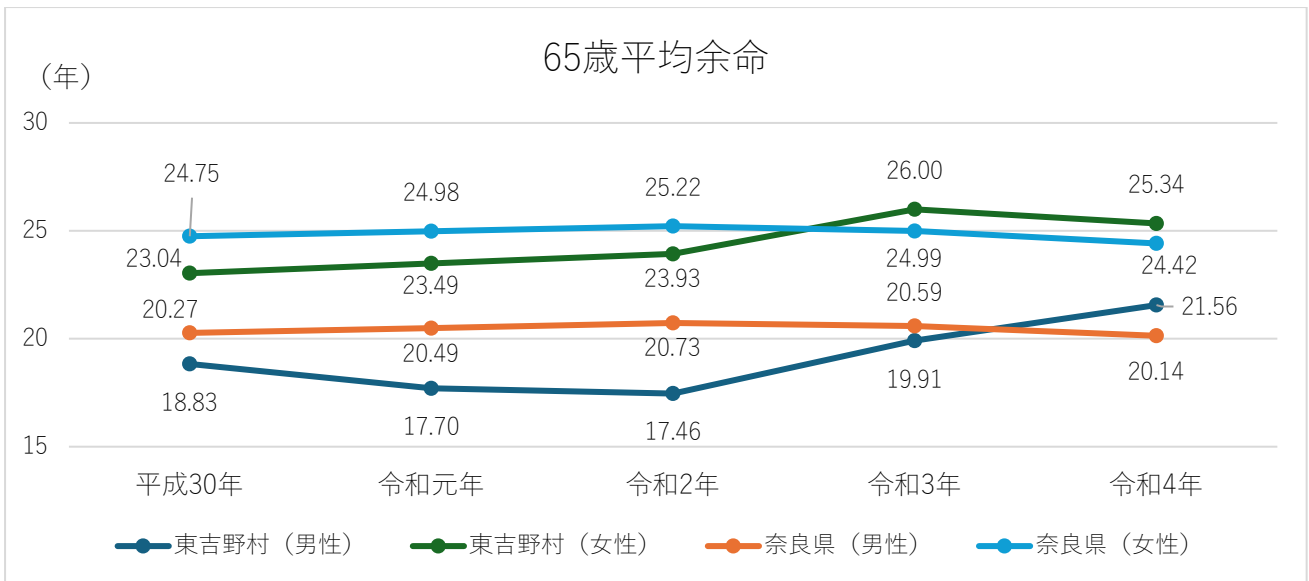
本県では、介護保険制度の要介護1までの方を「健康」とし、「65歳平均自立期間」を健康寿命と定義しています。（詳細は奈良県健康推進課ホームページに掲載）

$$\text{健康寿命} = (\text{平均余命}) - (\text{平均要介護期間})$$

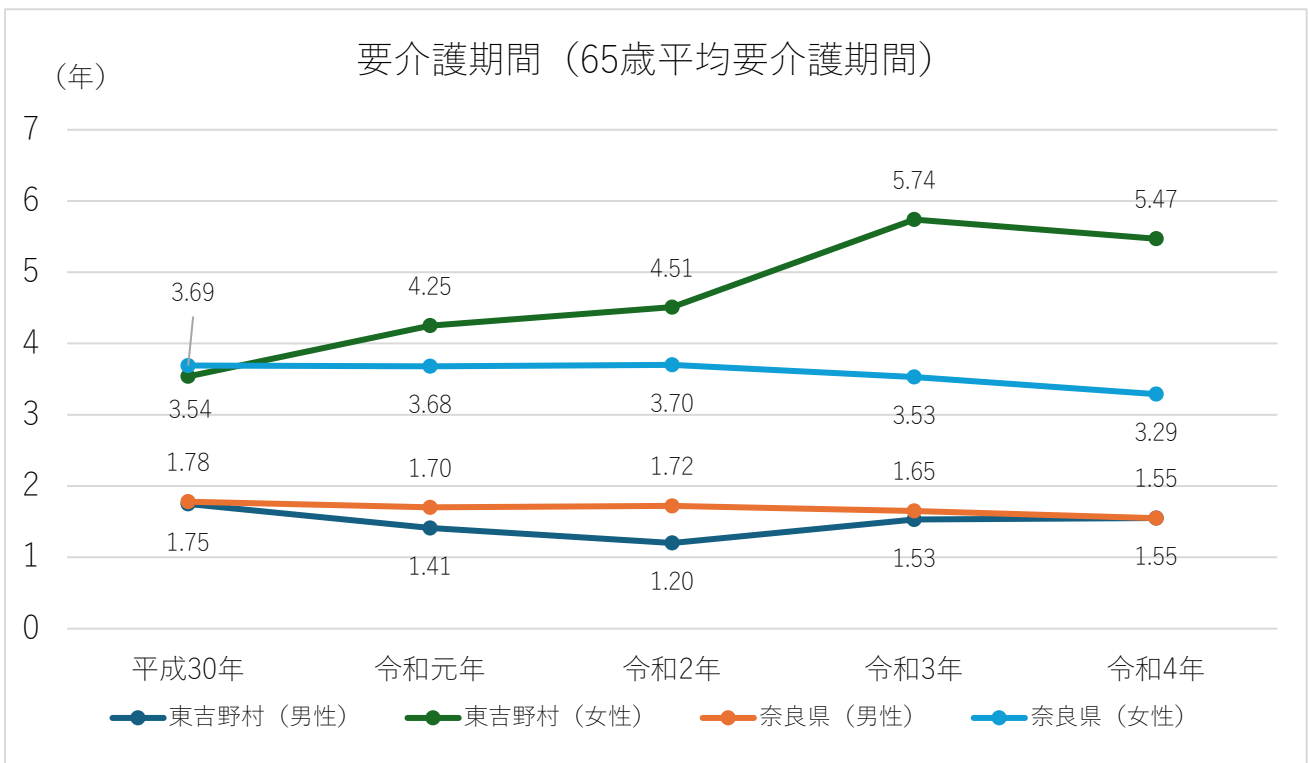
$$(\text{65歳平均自立期間}^{*1}) \quad (\text{65歳平均余命}^{*2})$$

※1 65歳平均自立期間：65歳の人が要介護2以上の認定を受けずに過ごせる期間

※2 65歳平均余命：65歳に達した人が平均してあと何年生きられるかという期待値



出典：奈良県疾病対策課 市町村別健康寿命の算出値について

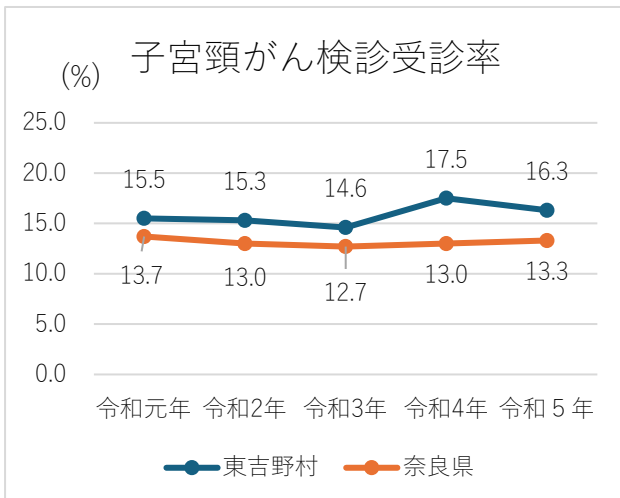
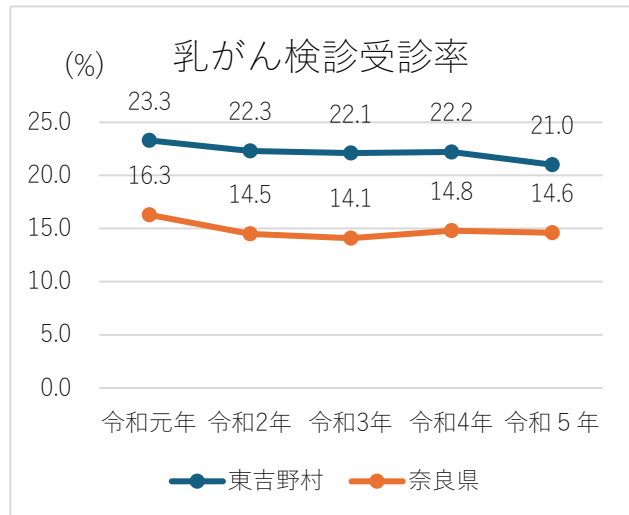
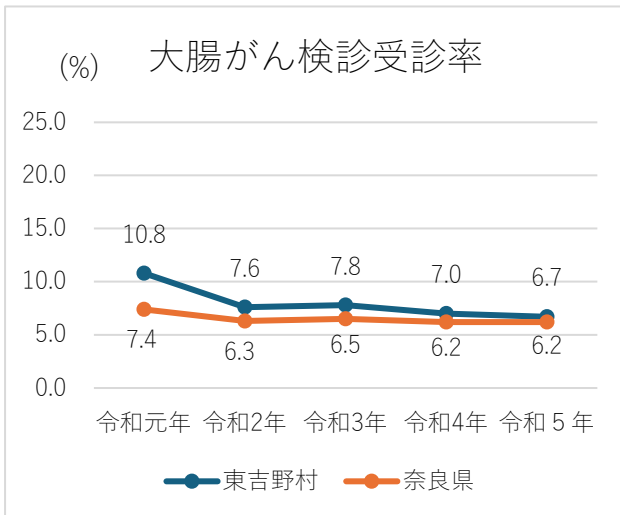
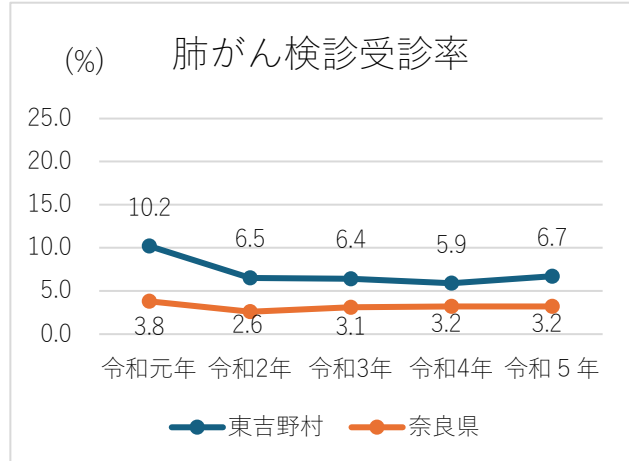
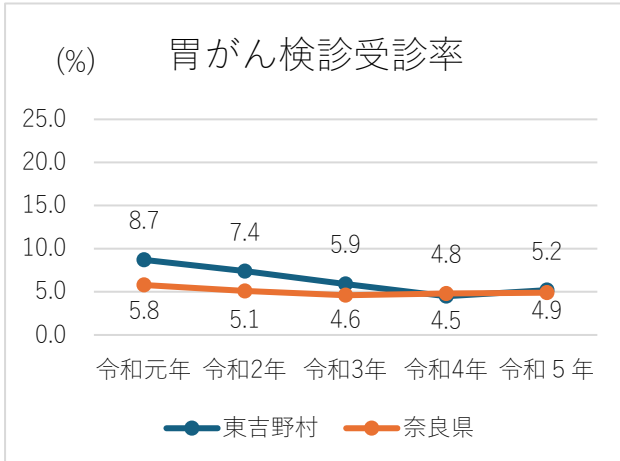


出典：奈良県疾病対策課 市町村別健康寿命の算出値について

3. がん

1. がん検診の受診状況

がん検診の受診率は奈良県に比べると高いものの、子宮頸がん以外は低下傾向にあります。



出典：地域保健・健康増進事業報告

2. がん検診精密検査受診率

本村のがん検診における精密検査の受診率は、大腸がん以外の検診では受診率 100%となっていますが、大腸がん検診は低い傾向にあります。

がん検診精密検査受診率（％）

	令和元年	令和 2 年	令和 3 年	令和 4 年	令和 5 年
胃がん（50～74 歳）	－	－	－	100	100
肺がん（40～74 歳）	－	－	－	－	－
大腸がん（40～74 歳）	40.0	50.0	80.0	66.7	80.0
乳がん（40～74 歳）	100	100	100	100	－
子宮がん（20～74 歳）	－	－	－	－	－

※表中「－」：対象者なし

出典：地域保健・健康増進事業報告

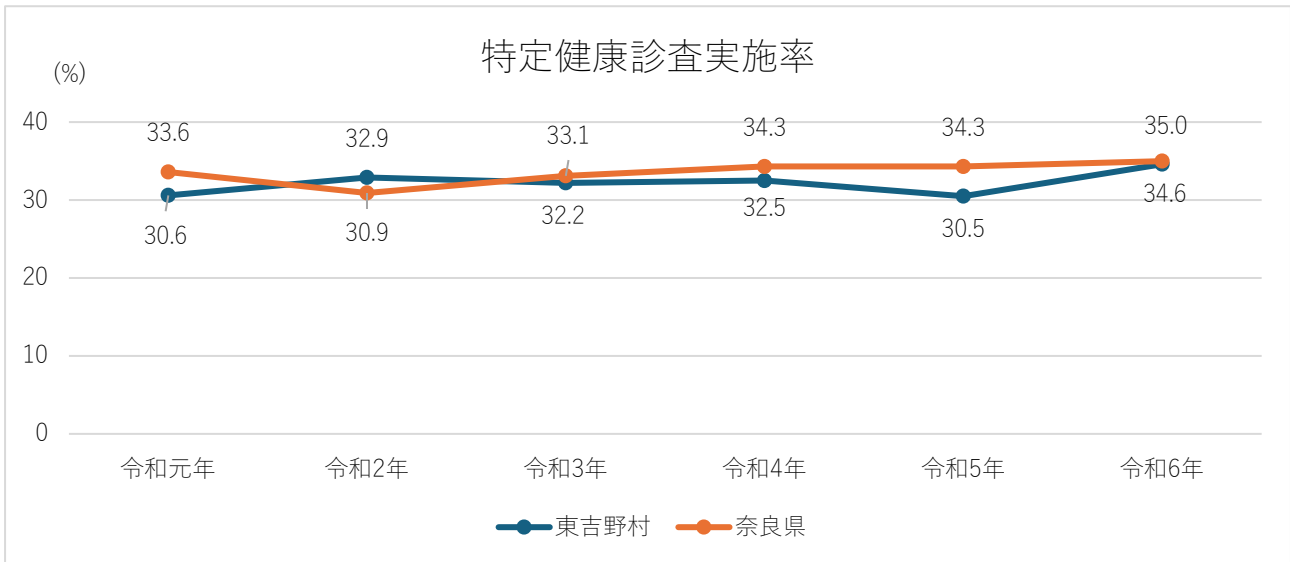
4. 特定健康診査及び特定保健指導

1. 特定健康診査

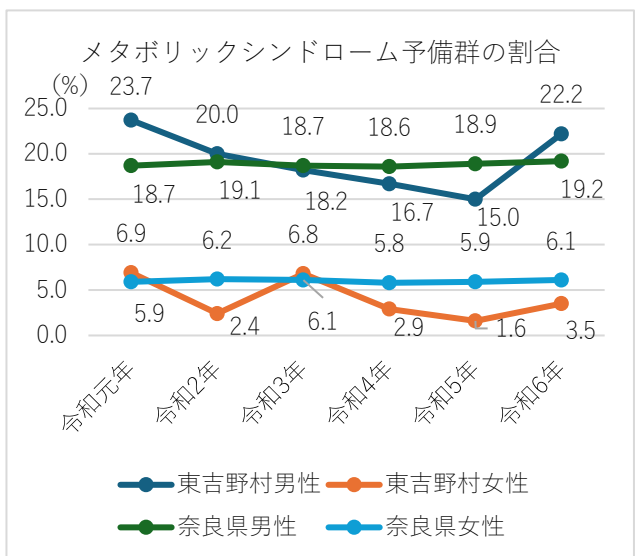
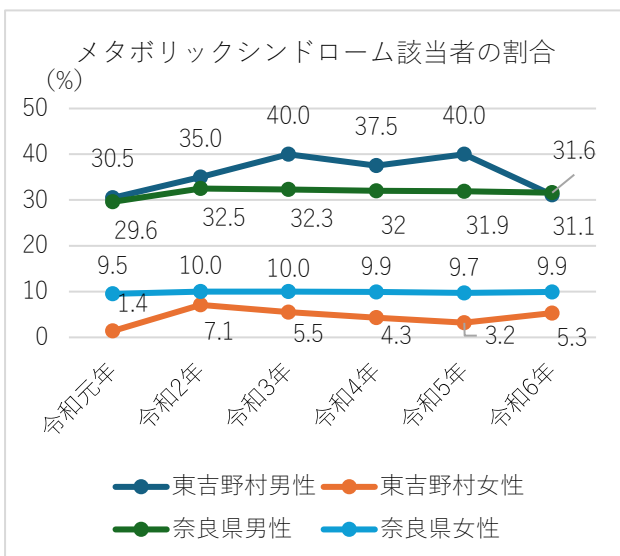
特定健康診査の実施率は奈良県より低めで推移していましたが、直近では受診率の改善が見られ、奈良県に並ぶ受診率になっています。

メタボリックシンドロームの該当者及び予備群については、男性は奈良県より高く、女性は低い傾向にあります。また女性については、65歳以上の高齢者において、肥満度（BMI）が20以下の低栄養のリスクがある方が一定数います。

生活習慣病の有所見者の割合については、男女ともに血糖値や血圧が奈良県に比べ高い傾向にあります。

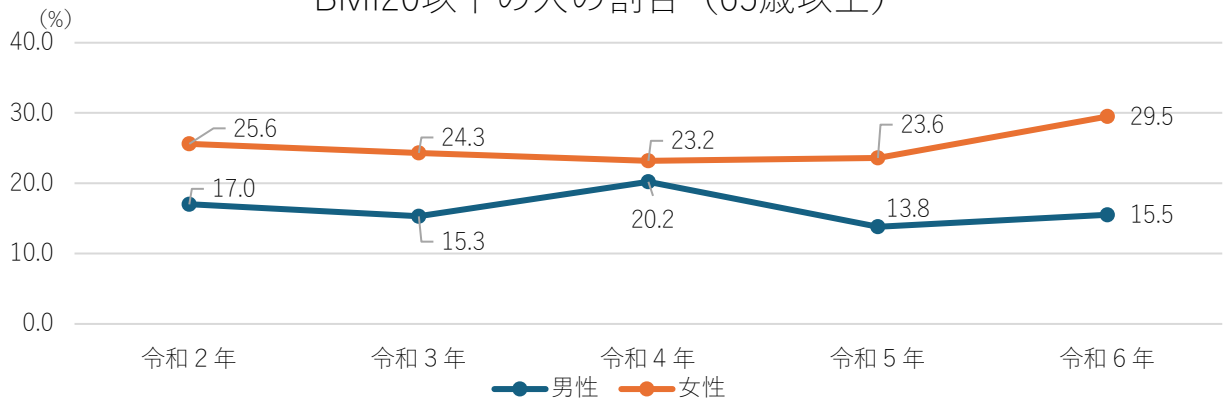


出典：「特定健診・特定保健指導状況」法定報告値



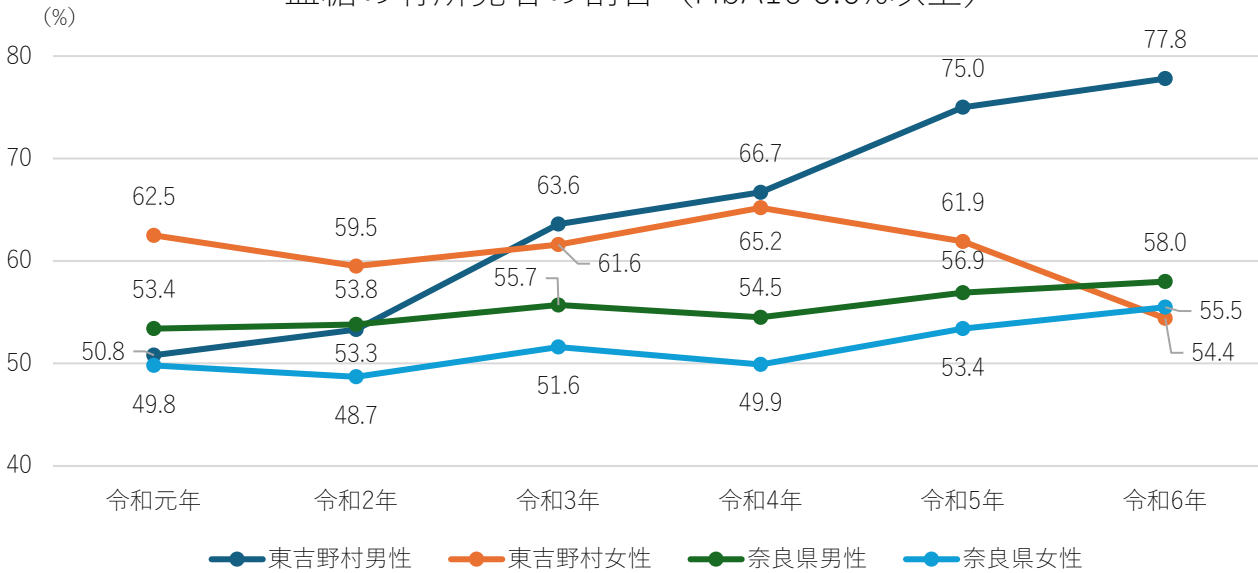
出典：国保データベース（地域の全体像の把握）

BMI20以下の人の割合（65歳以上）

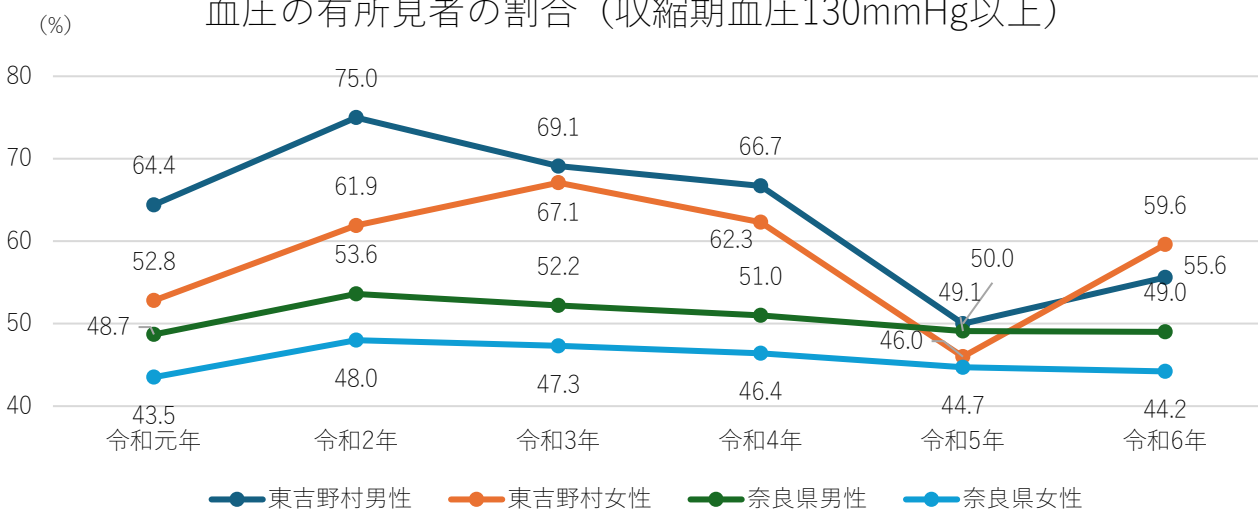


出典：村健康診断データ

血糖の有所見者の割合（HbA1c 5.6%以上）



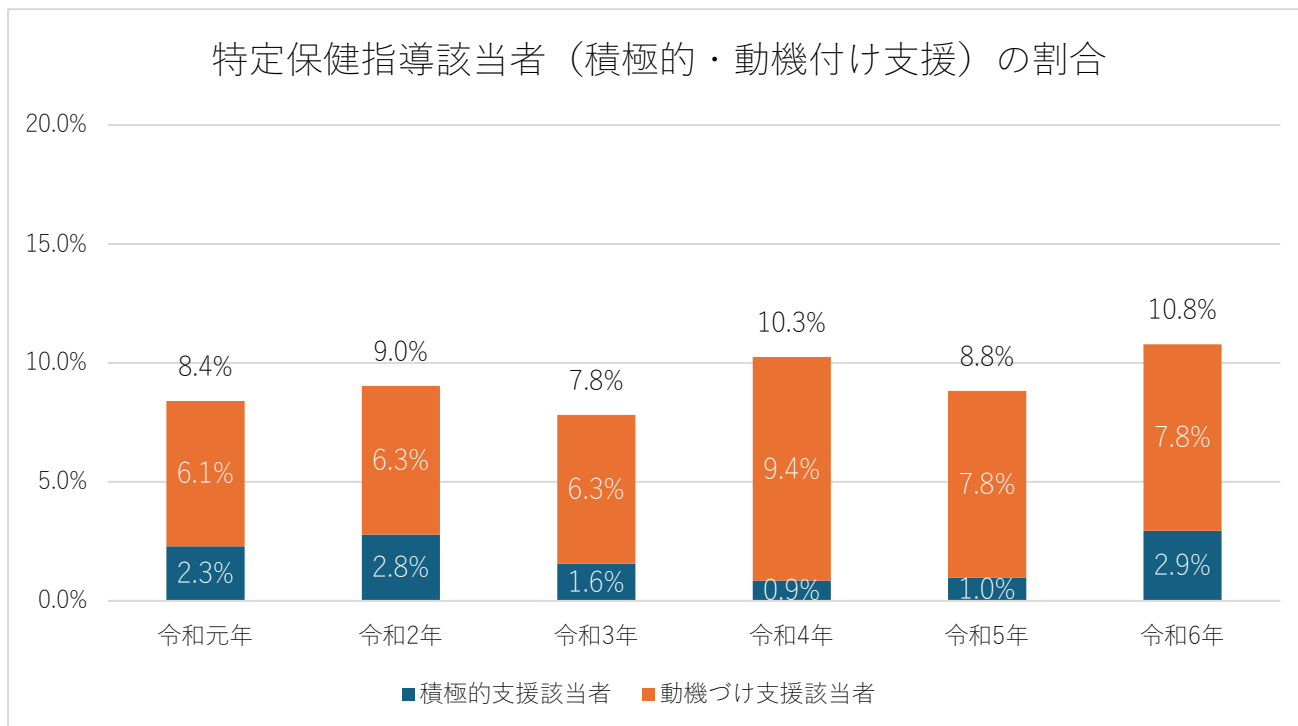
血圧の有所見者の割合（収縮期血圧130mmHg以上）



出典：国保データベース厚生労働省様式（様式5-2）健診有所見者状況（男女別・年代別）

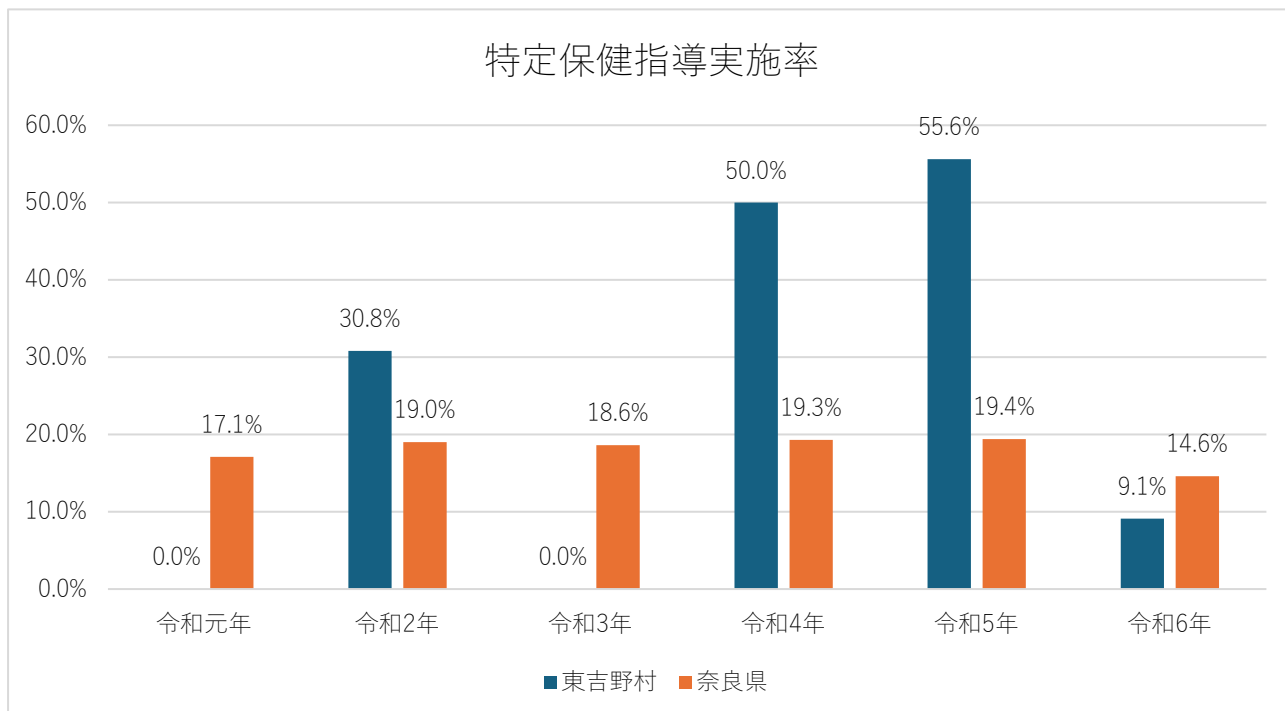
2. 特定保健指導

特定健康診査受診者のうち、毎年1割が保健指導の対象者となっています。特定保健指導の実施率は年度によりばらつきがあります。



※小数点以下第2位を四捨五入しているため、各項目の割合と合計は必ずしも一致しません。

出典：国保データベース（地域の全体像の把握）

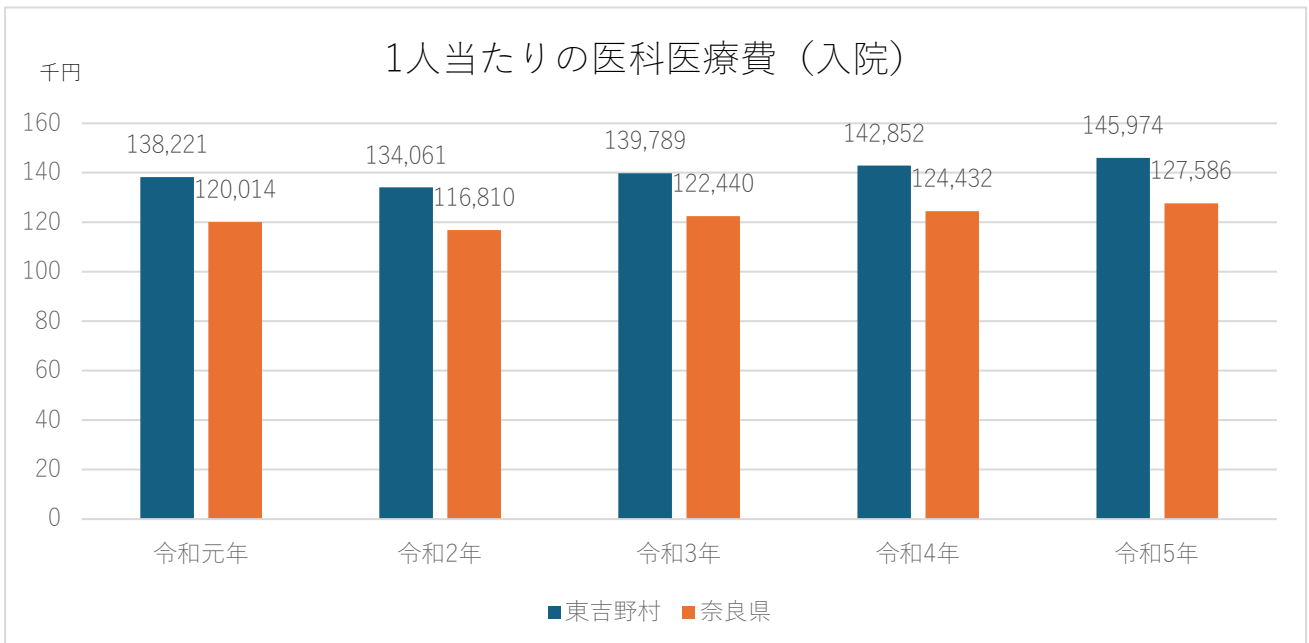
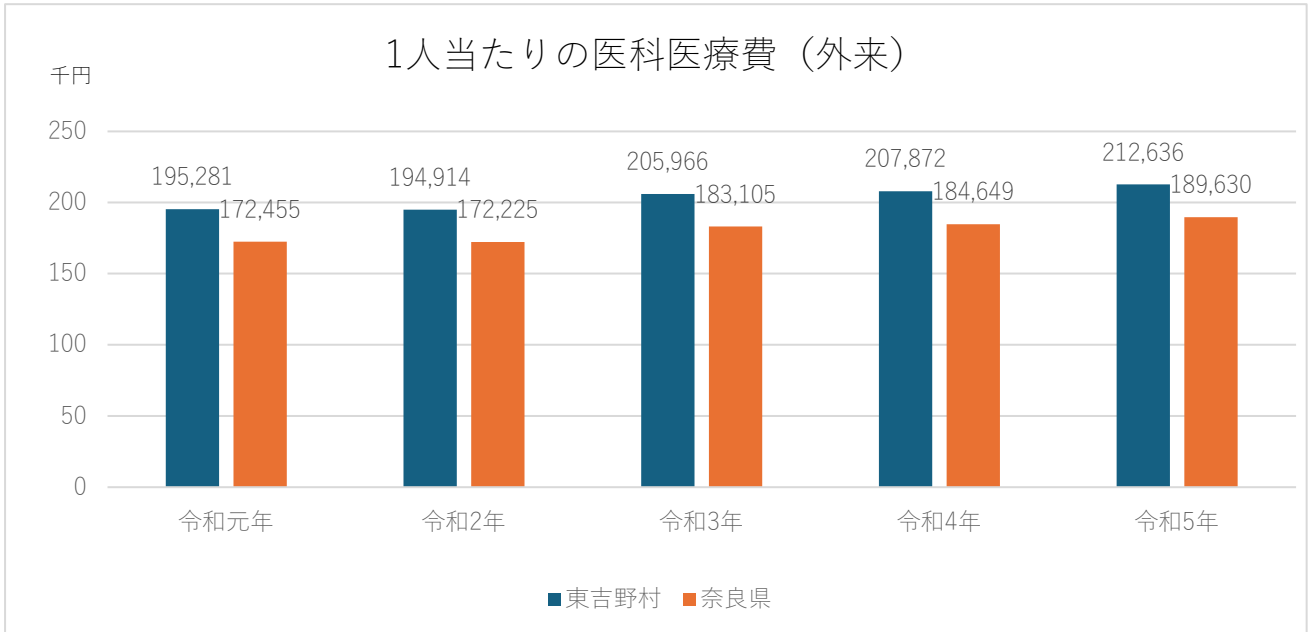


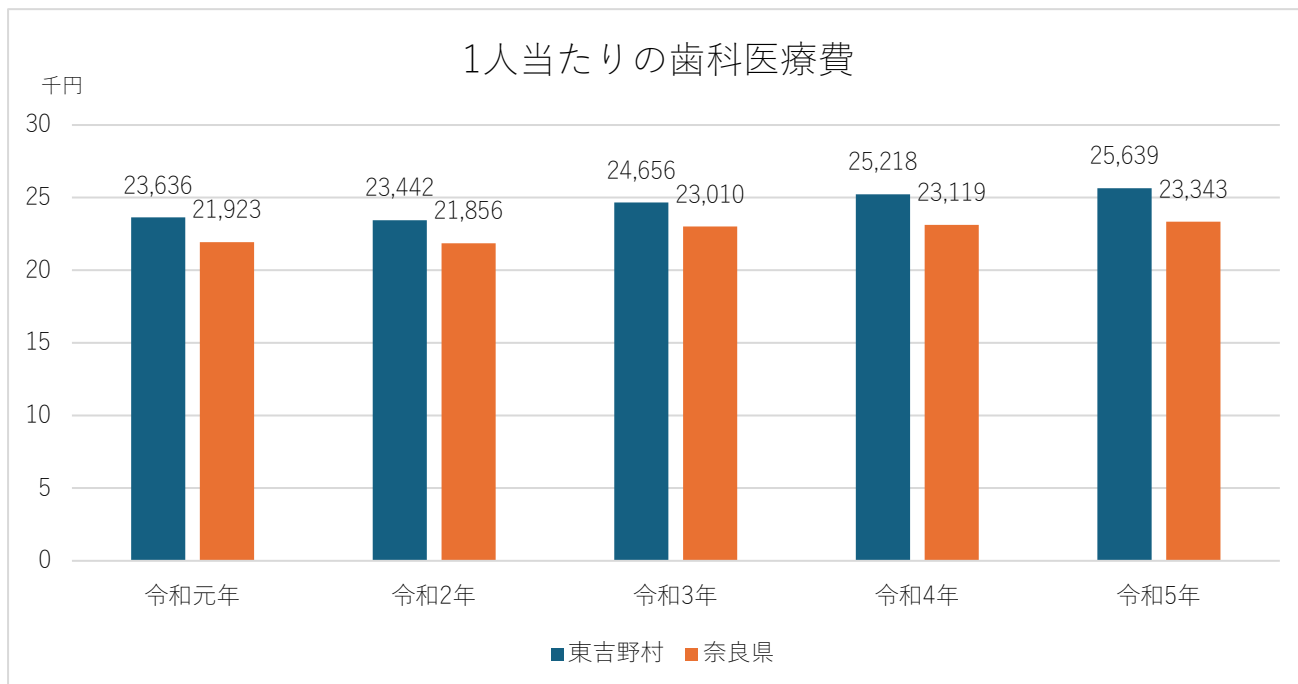
出典：国保データベース（地域の全体像の把握）

5. 医療費

1. 一人当たりの医療費の推移

1人当たりの医療費は、医科・歯科医療費ともに年々増加傾向にあります。令和6年度の医療費分析結果では、医療費総計が最も高い疾患は「新生物（腫瘍）」、患者数が最も多い疾患は「内分泌、栄養及び代謝疾患」でした。また、「循環器疾患」は医療費総計、患者数ともに高くなっています。





出典：村：国保データベース「健康スコアリング（医療）」、県：県実績

医療費合計が高い疾患（令和6年）

	医療費合計が高い疾患	医療費（円）	構成比（%）
1	新生物＜腫瘍＞	47,964,710	28.7%
2	循環器系の疾患	18,235,280	10.9%
3	血液及び造血器の疾患並びに免疫機構の障害	15,913,220	9.5%
4	内分泌、栄養及び代謝疾患	14,637,530	8.8%
5	尿路性器系の疾患	14,102,780	8.4%

出典：国保データベース「疾病医療費分析」より算出

患者数が多い疾患（令和6年）

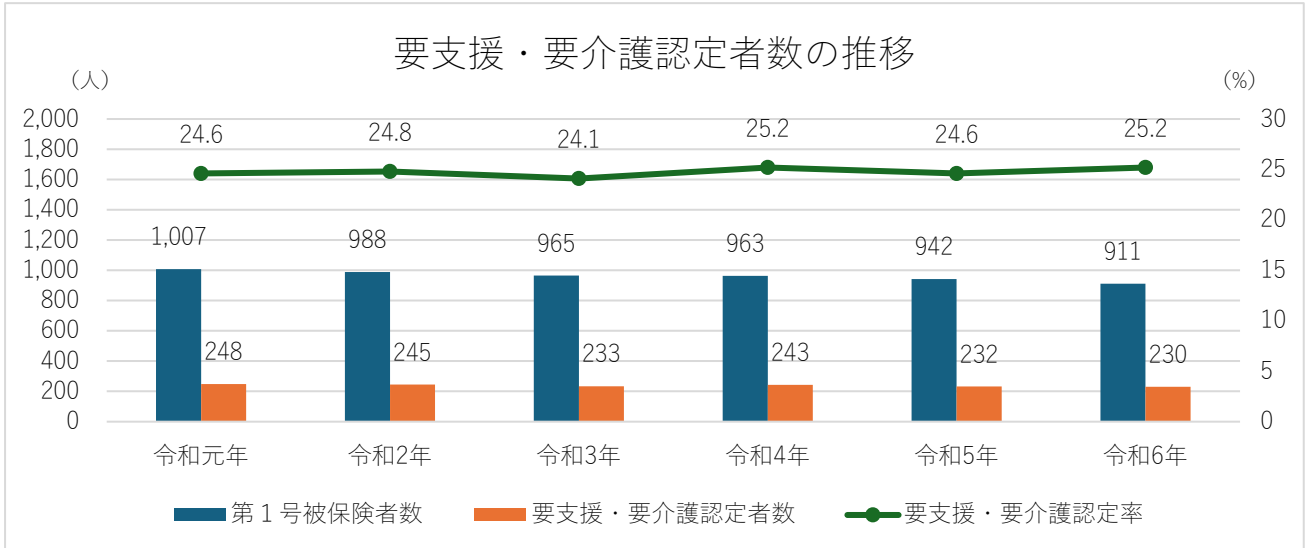
	患者数が多い疾患	患者数（人）	構成比（%）
1	内分泌、栄養及び代謝疾患	631	18.2%
2	循環器系の疾患	533	15.4%
3	筋骨格系及び結合組織の疾患	448	12.9%
4	消化器系の疾患	292	8.4%
5	眼及び付属器の疾患	273	7.9%

出典：国保データベース「疾病医療費分析」より算出

6. 介護

1. 要支援・要介護認定状況

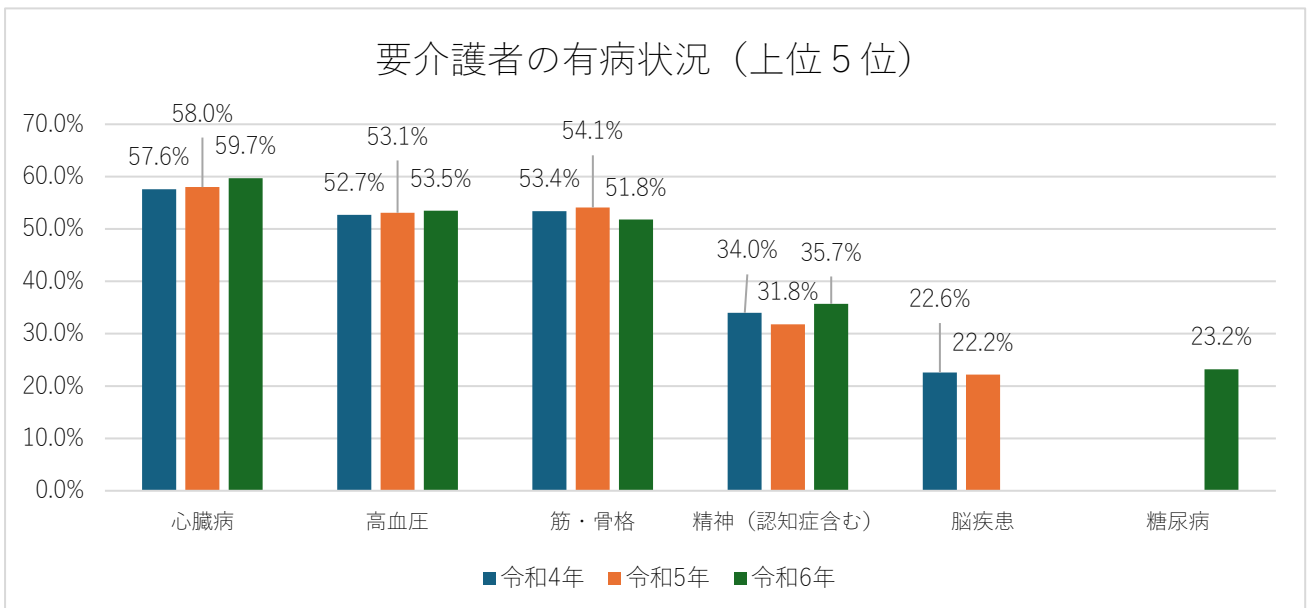
高齢者人口の減少に伴い認定者数が減少している一方で、認定率は25%前後で推移しています。



出典：住民福祉課

2. 要支援・要介護者の有病状況（複数選択）

介護認定を受けている方の2人に1人が循環器疾患（心臓病や高血圧）や筋骨格系疾患を有しています。各年とも心臓病、高血圧、筋・骨格、精神疾患が上位4位を占めていますが、令和6年は脳血管疾患に変わり、糖尿病が第5位となりました。



出典：国保データベース「地域の全体像の把握」

7. 自殺者の現状

1. 自殺者推移

直近5年間での自殺者は0となっています。

	令和2年	令和3年	令和4年	令和5年	令和6年
自殺者数（人）	0	0	0	0	0

出典：奈良県地域医療連携課 人口動態統計

2. 悩み事相談の相談者数

本村では、毎月1回第3土曜日に臨床心理士による悩み事相談所を開設しています。ここ数年相談者数に大きな変化は見られませんが、延べ人数はやや減少傾向にあります。

悩み事相談での相談者数

	令和元年	令和2年	令和3年	令和4年	令和5年	令和6年
実人数（人）	4	4	4	1	4	2
延べ人数（人）	13	12	5	2	8	2

出典：住民福祉課データ

第3章 第2次計画評価

第2次計画において設定した6分野に自殺対策に関する項目を加えた52項目について、下記の評価基準に基づき評価を行いました。

目標達成（評価A）は8項目、改善傾向（評価B）は3項目、変わらない（評価C）は7項目、悪化している（評価D）は17項目、評価困難（評価E）が17項目でした。

評価		評価方法	
A	目標値に達成した	目標達成	策定時の値から5%以上改善したもの ※現状維持の場合は、現状値以上改善したもの
B	目標値に達成していないが改善傾向にある	中間評価時の値と目標値との差が30%以上改善したもの	
C	変わらない	A、B、Dに該当しないもの	
D	悪化している	中間評価時の値から5%以上悪化したもの	
E	評価困難	各項目の評価部分に理由を記載 ※1 今回実施のアンケートと設問が異なる ※2 今回実施のアンケートに設問なし ※3 対象者が異なる	

6分野	目標項目数	評価判定				
		A	B	C	D	E
食生活・栄養	12	1	1	1	2	7
身体活動・運動	6	0	0	0	0	6
こころの健康	14	4	1	2	5	2
歯の健康	4	0	0	0	2	2
たばこ対策	4	3	0	1	0	0
がん・生活習慣予防	12	0	1	3	8	0
合計	52	8	3	7	17	17

1. 食生活・栄養

第1次食育推進計画では、栄養バランスを考えた健康的な食習慣を実践することができるよう、各種健診での栄養指導、まるとフェスティバルや広報を活用した啓発活動を行いました。今回のアンケートと設問内容が異なるため単純な比較はできませんが、望ましい野菜量が摂取できていなかったり、栄養バランスの取れた食事ができていない等、食生活の改善が課題として残りました。

目標項目	対象	基準値 (令和3年)	目標	現状 (令和7年)	評価	資料
栄養バランスを考えた食事をする人の割合の増加	男性	81.1%	82.5%	72.4%	E※1	健康についてのアンケート
	女性	88.8%	93.5%	70.4%	E※1	
塩分控えめを心がける人の割合の増加	男性	73.0%	77.1%	71.9%	E※1	
	女性	83.2%	94.6%	85.1%	E※1	
一日に野菜を両手に3杯(加熱したものであれば片手に3杯)摂る人の割合の増加	男性	42.7%	50.0%	16.4%	D	
	女性	44.9%	50.0%	19.2%	D	
基本的な挨拶(頂きます、ごちそうさま)をいつもする子どもの割合の増加	こども園	54.5%	100%	100%	A	生活習慣アンケート
	小学校	63.0%	100%	68.0%	C	
	中学校	57.1%	100%	70.0%	B	
主食・主菜・副菜を組み合わせた朝食をおおよそ毎日食べている子どもの割合の増加	こども園	40.9%	45.0%	—	E※1	
	小学校	55.6%	61.2%	—	E※1	
	中学校	52.4%	57.6%	—	E※1	

2. 身体活動・運動

第2次健康増進計画では、生涯健康な体づくりのために、日々の運動習慣を身につけることができるよう、いきいき百歳体操等の集いの場での運動指導、広報や東吉野テレビを活用した啓発活動を行いました。全項目に渡り設問内容が異なるため、中間評価との比較はできませんでしたが、健康についてのアンケートからフレイルに対する認識が低く、フレイルについての周知啓発やフレイル予防のための運動習慣づくりが課題として残りました。

目標項目	対象	基準値 (令和3年)	目標	現状 (令和7年)	評価	資料
1回30分以上軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上行っている人の増加	男性	38.5%	43.5%	75.9%	E*1	健康についてのアンケート
	女性	26.3%	28.1%	83.1%	E*1	
日常生活において、歩行または同等の身体活動を1日1時間以上行っている人の増加	男性	50.8%	56.4%	—	E*2	
	女性	46.3%	50.9%	—	E*2	
ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速い人の増加	男性	55.4%	66.6%	—	E*2	
	女性	36.3%	39.2%	—	E*2	

3. こころの健康(第1次自殺対策評価を含む)

第2次健康増進計画および第1次自殺対策計画では、いきいきとした笑顔あふれる毎日を送ることができるよう、臨床心理士による悩み事相談や各種サポーターによる相談体制の確保、集いの場の提供による孤立予防を行いました。中間評価時に比べ、自分なりのストレス解消法をもつ住民の割合に改善が見られたものの、悩みがある時に相談できる場所や人がいる人の割合が悪化しており、相談窓口の周知が課題として残りました。

目標項目	対象	基準値 (令和3年)	目標	現状 (令和7年)	評価	資料
自分なりのストレス解消方法がある人の増加	男性	58.9%	76.7%	77.8%	A	健康についてのアンケート
	女性	79.0%	86.0%	98.0%	A	
悩みがあるとき相談できる場所・人がいる人の増加	男性	86.5%	100%	75.0%	D	
	女性	96.3%	100%	90.2%	D	
睡眠で休養が十分とれている人の増加	男性	69.2%	89.4%	79.3%	C	
	女性	65.0%	80.6%	85.2%	A	
8時間以上の睡眠を取っている子どもの増加	こども園	100%	100%	80.0%	D	生活習慣アンケート
	小学校	88.9%	100%	96.0%	B	
	中学校	23.8%	28.6%	20.0%	D	
ゲートキーパー養成者数		延40人 (平成30年)	増加	延40人 (令和6年)	C	総務企画課データ
認知症サポーター養成者数		延536人 (平成30年)	増加	延718人 (令和6年)	A	市町村別認知症サポーター数
高齢者サロン参加者数		1,450人 (平成30年)	増加	1,167 (令和6年)	D	社会福祉協議会データ
独居・高齢者ふたり世帯の訪問		100% (平成30年)	維持	70% (令和6年)	E※3	
働き盛り世代健診受診率(平成30年)		9%	18%	—	E※3	

4. 歯の健康

第2次健康増進計画では、歯と口の健康に関心を持ち、生涯を通じて自分の歯でしっかり噛むことができるよう、乳幼児健診でのフッ化物塗布や教育機関と連携した知識の普及啓発を行いました。子どものむし歯の状況は中間評価時から悪化しています。また、大人についても十分な歯の手入れができていない状況となっており、歯の手入れを習慣化するための意識づけが課題として残りました。

目標項目	対象	基準値 (令和3年)	目標	現状 (令和6年)	評価	資料
寝る前に歯の手入れ (歯みがきまたは入 れ歯の手入れ)をして いる人の増加	男性	85.3%	88.3%	49.1% (R7)	E※1	健康についての アンケート
	女性	97.2%	100%	67.9% (R7)	E※1	
3歳児のむし歯有病者 率の減少	3歳児健 診受診者	0%	0%	50%	D	乳幼児健診問診票
12歳児の一人平均む し歯数を増やさない	12歳児	0本 (令和2年)	0本	0.3%	D	吉野郡学校保健実態調査

5. たばこ対策

第2次健康増進計画では、たばこの煙を吸わない・吸わせない環境を作るため、教育機関での防煙教室やまるごとフェスティバルでの正しい知識の普及啓発を行いました。中間評価時に比べて改善傾向にありますが、健康についてのアンケート結果より、全体の約半数がCOPDを認知しておらず、全体の約4割が職場や自宅、飲食店で受動喫煙を受けていることが明らかになり、受動喫煙対策が課題として残りました。

目標項目	対象	基準値 (令和3年)	目標	現状 (令和7年)	評価	資料
たばこを吸っている人の 割合の減少	男性	16.0%	14.5%	8.8%	A	健康についての アンケート
	女性	4.7%	2.8%	1.9%	A	
たばこをやめたいと思っ ている人の割合の増加	喫煙して いる村民	31.3%	100%	50.0%	C	
公共の場における建物内 禁煙の徹底（学校は敷地 内禁煙）	村内15 施設	100%	100%	100%	A	住民福祉課データ

対象施設：役場庁舎、住民ホール、学校施設3カ所、学童施設、公民館、運動公園、温泉施設2カ所、ふるさと村、奉仕活動リハビリセンター、村内医療機関3カ所

6. がん・生活習慣病予防

第2次健康増進計画では、規則正しい生活習慣を身につけ、生涯健康な生活を送ることができるよう、各種健診・検診の同時開催や土日開催、葉書等を用いた受診勧奨を行いました。特定健康診査の受診率には改善が見られましたが、がん検診については受診率の低下が見られます。健康についてのアンケートからも、「健康なので必要がないと思った」、「時間がない」を理由に、定期的な受診を行っていない住民がおり、受診の必要性についての意識づけや、受診しやすい環境づくりが課題として残りました。

目標項目	対象	基準値 (令和3年)	目標	現状 (令和6年)	評価	資料
肺がん検診受診率の増加	男性	10.8%	50.0%	7.1%	D	地域保健・健康増進事業 報告（全住民）
	女性	13.0%	50.0%	8.1%	D	
胃がん検診受診率の増加	男性	6.6%	50.0%	4.8%	D	
	女性	7.1%	50.0%	5.1%	D	
大腸がん検診受診率の増加	男性	11.8%	50.0%	6.7%	D	
	女性	13.1%	50.0%	10.7%	D	
子宮がん検診受診率の増加	女性	11.2%	50.0%	9.8%	D	
乳がん検診受診率の増加	女性	16.6%	50.0%	15.0%	D	
特定健診受診率の増加	男性	26.1%	60.0%	30.6%	C	KDB（国保データベース）
	女性	38.6%	60.0%	38.8%	C	
メタボリックシンドローム 基準該当、予備軍の割合の 減少	男性	58.2%	29.6%	53.3%	C	
	女性	12.3%	5.9%	8.8%	B	

第4章 計画の基本的な考え方

1. 基本理念

国の示す「二十一世紀における第3次国民健康づくり運動（健康日本21（第3次）」では、基本的な方針として「すべての国民が健やかで心豊かに生活できる持続可能な社会の実現に向け、誰一人取り残さない健康づくりの展開とより実効性をもつ取り組みの推進を通じて、国民の健康の増進の総合的な推進を図る」と述べられています。

本計画の上位計画にあたる東吉野村第4次基本構想では、施策の柱の一つとして「生涯健康で笑顔あふれる村づくり」を掲げ、村民が日々の生活を健やかに安心して暮らすことができ、やすらぎと憩いを実現できる村づくりを推進しています。

誰もが住み慣れた村で生涯を通して心身ともに健康で自分らしく暮らし、健康寿命を延伸できるように、本計画においても「子どもから高齢者までともに支え合い、生涯笑顔でいきいきと暮らせる」ことをあるべき姿として健康づくりを進めていきます。

2. 施策体系

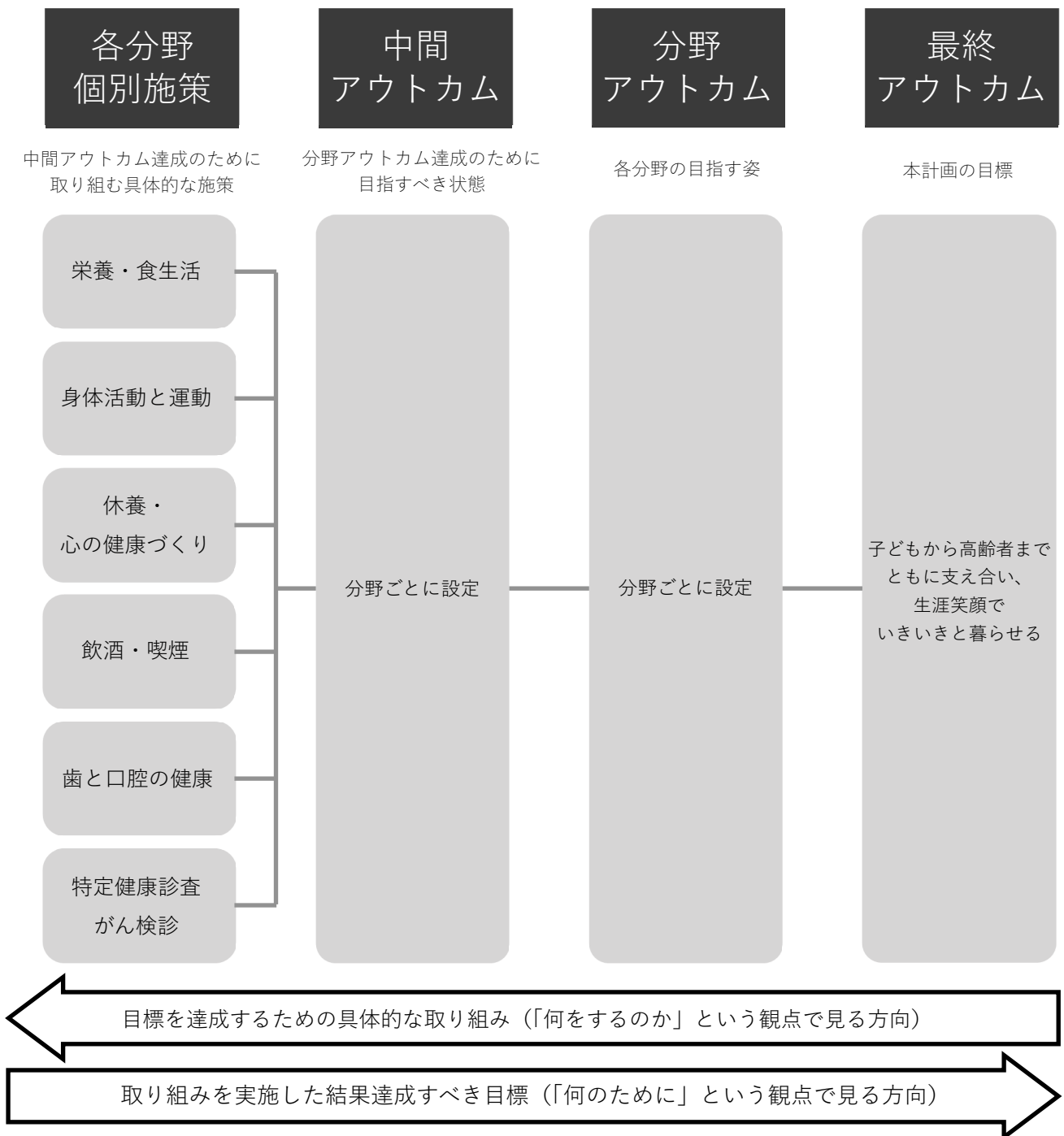
本計画では、「子どもから高齢者までともに支え合い、生涯笑顔でいきいきと暮らせる」をあるべき姿とし、健康寿命の延伸を大目標に、下記6つの分野ごとに目指す姿と目標を設定し施策を推進します。

- 1) 栄養・食生活
- 2) 身体活動と運動
- 3) 休養・心の健康づくり
- 4) 飲酒・喫煙
- 5) 歯と口腔の健康
- 6) 特定健康診査・がん検診

3. ロジックモデルについて

本計画では、計画の目標（分野目標、中間目標）、個別施策、指標、目標値をロジックモデルで表しています。ロジックモデルとは、施策が目標とする成果を達成するに至るまでの原因と結果の因果関係の論理構造図のことです。「何のために、何をする」を視覚的にとらえやすく示しています。

図 本計画におけるロジックモデルのイメージ



第5章 分野別の取り組み

1. 食生活・栄養

食習慣は生活習慣の中でも特に重要で、健康づくりに大きく影響します。食生活の乱れや栄養の偏りは生活習慣病発症の危険因子となります。本村では、男性に肥満傾向があり、男女ともに血糖値や血圧の有所見者が多い傾向にあります。また、土地柄、野菜が不足しやすかったり、保存のきく塩分の高い食品を取りがちな傾向にあります。健康についてのアンケートの結果からも望ましい野菜量が摂取できていなかったり、塩分への意識が低い住民が一定数いることがわかりました。

生活習慣病を予防し健康寿命を延伸するためにも、自らの食生活に関心を持ち、生涯を通じて望ましい食習慣を実践できるよう、生活習慣病予防に向けた望ましい食事の在り方に対する知識の普及啓発を行います。

《目指す姿》

- ・子どもの頃から心身ともに健やかに成長できる
- ・健康的な食習慣を実践し、生活習慣病を予防できている
- ・フレイルの予防ができている

《目標》

- ・望ましい食習慣を実践できる
- ・減塩に気を付け、バランスの良い食生活を実践できる

《目標達成のために取り組むこと》

(行政の取り組み) 担当課：住民福祉課、教育機関

- ・減塩とバランスの良い食事に関する普及啓発
- ・低栄養予防に関する普及啓発
- ・食生活の基礎を作るためのこども園・小学校・中学校での食育

(住民一人ひとりができること)

- ・朝食を毎日摂りましょう
- ・主食、主菜、副菜を組み合わせたバランスの良い食事を1日2回以上摂りましょう
- ・1日に野菜を350g以上摂り、塩分は7g以下に控えるようにしましょう
- ・間食や甘い飲み物を控え、ゆっくりよく噛んで食べましょう。
- ・純アルコール量(1週間)男性280g、女性140g未満にしましょう。
- ・月に1回以上は周囲の人と一緒に食事を楽しむ機会を作りましょう

2. 身体活動と運動

定期的な運動は、生活習慣病の予防をはじめ、ストレス解消やメンタルヘルスの改善につながり、生活の質を向上させます。また、高齢者に対しては運動機能や認知機能の維持、向上など介護予防にもつながります。健康についてのアンケートより、本村ではフレイルについての認知度が低く、運動習慣のない住民も一定数いることがわかりました。

フレイル予防や運動習慣の大切さに対する正しい知識の普及啓発を行うとともに、いきいき百歳体操をはじめ、ライフステージやライフスタイルに合わせて、無理なく楽しく体を動かし、運動機能を維持できる取り組みを行います。

《目指す姿》

- ・子どもの頃から心身ともに健やかに成長できる
- ・健康的な運動習慣を実践し、生活習慣病を予防できている
- ・フレイル予防を行い、身体機能を維持して生活できている

《目標》

- ・遊び等を通じて体を動かす機会を作ることができている
- ・定期的な運動習慣を身につけている
- ・フレイル予防の必要性を理解できている

《目標達成のために取り組むこと》

(行政の取り組み) 担当課：住民福祉課、教育委員会、教育機関

- ・子どもの頃からの運動習慣作り
- ・早期からのフレイル予防、介護予防対策の推進
- ・フレイルの早期発見、早期治療の推進
- ・運動しやすい環境づくり

(住民一人ひとりができること)

- ・子どもは遊びの中で体を動かし、体力づくり・運動習慣作りをいましょう
- ・定期的な運動習慣を身につけましょう

3. 休養・心の健康づくり

誰しもがライフステージに応じた悩みやストレスを抱えるものですが、過度のストレスは心の健康を損ない、日常生活に支障をきたすリスクを高めます。健康についてのアンケートからも、全体の約7割が直近1か月の間にストレスを感じるがあったと回答しており、そのうち一定数はストレス解消法を持っていませんでした。また、約2割は身近に相談できる人や場所がない状況でした。さらに、全体の約半数は睡眠時間が短い傾向にあり、約2割が睡眠で休養が取れていない状況でした。なお、こころの相談窓口の認知度は全体の約5割でした。

心の健康を保つために、住民一人ひとりが十分な休養を心がけるとともに、ストレスに気づき対応できるストレスマネジメント力を高めていく必要があります。悩み事を一人で抱え込まず、必要に応じて誰かに相談できるよう、こころの相談窓口の周知や集いの場づくりを行います。

《目指す姿》

- ・自分を大切にし、お互いを思いやり、命を大切にする

《目標》

- ・子育てに関する不安や悩みを表出できる
- ・アイデンティティを持ち、自己肯定感及び生きる強さを獲得することができる
- ・適切な心の健康づくりができる
- ・認知症を含め、精神疾患の発症リスクを低下させることができる

《目標達成のために取り組むこと》

(行政の取り組み) 担当課：住民福祉課、教育委員会、教育機関

- ・子育てしやすい環境づくり
- ・命の大切さを理解できる環境づくり
- ・SOSを出しやすい、適切な相談ができる環境づくり
- ・規則正しい生活習慣の確立、ストレスコーピング等に対する啓発促進

(住民一人ひとりができること)

- ・自分なりのストレス解消法を身につけましょう
- ・悩み事は一人で抱え込まず、周りの人や専門機関に相談しましょう
- ・普段から相談先を見つけておきましょう
- ・十分な睡眠時間を確保しましょう
- ・外出して周囲の人と食事を楽しんだり、一緒に活動したりする機会を作りましょう

4. 飲酒・喫煙について

過度の飲酒は生活習慣病やがん等の危険因子となるだけでなく、睡眠障害や精神疾患など心の健康を損なうことにもつながります。健康についてのアンケート結果からも、一定数、健康を損なうような飲酒をしている人がいることがわかりました。

アルコール量は少なければ少ないほど健康リスクは低くなります。健康を損なうことのないアルコールとの付き合い方を身に付けられるよう、正しい知識の普及啓発を行う必要があります。

また、喫煙は様々な病気の発症や死亡に関連する危険因子であり、健康への影響は喫煙者本人だけでなく周囲の人にも及びます。健康についてのアンケート結果より、全体の約半数がCOPDを認知していません。また、全体の約4割が職場や自宅、飲食店で受動喫煙を受けている状況です。

COPDや望まない受動喫煙を防ぐためにも、子ども達を含め正しい知識を普及啓発し、将来に渡り喫煙者を減らす取り組みを行います。

《目指す姿》

- ・生活習慣病の発症、重症化予防ができています
- ・早世の原因となる疾患が減少している
- ・妊婦、胎児ともに健康に過ごすことができる

《目標》

- ・喫煙の健康被害を認識し、喫煙しない（特に妊娠中、育児期間中）
- ・望まない受動喫煙にあわない
- ・生活習慣病予防に気を付けた飲酒を心がける
- ・妊娠中に飲酒しない

《目標達成のために取り組むこと》

(行政の取り組み) 担当課：住民福祉課、教育委員会、教育機関

- ・喫煙、飲酒が健康に及ぼす害と禁煙、受動喫煙防止の普及活動
- ・希望者が禁煙できる環境づくり
- ・受動喫煙のない環境づくり
- ・生活習慣病予防に気を付けた飲酒についての普及啓発

(住民一人ひとりができること)

- ・喫煙者（特に妊娠中や子育て中）は禁煙しましょう
- ・純アルコール量（1週間）男性 280g、女性 140g 未満にしましょう
- ・妊娠中は禁酒しましょう

【純アルコール量の目安】

・ビール中瓶1本（500ml）	20g	・ワイン1杯（120ml）	12g
・清酒1合（180ml）	22g	・焼酎1合（180ml）	50g
・ウイスキー、ブランデー（ダブル60ml）	20g		

5. 歯と口腔の健康

健康な歯を保つことは、食事や会話を楽しむために欠かせません。むし歯や歯周病は食生活や社会生活に大きな影響を及ぼします。健康な歯を保つためには日ごろから歯みがきを行い、定期的に歯科検診を受診する必要があります。健康についてのアンケートより、全体の1.0%は歯みがきを行っていない状況であり、デンタルフロスや歯間ブラシ等、補助清掃用具の利用も全体の約6割にとどまっています。8020達成者は男女ともに半数をきり、80歳の約25%が咀嚼に不具合を感じていることがわかりました。

本村は無歯科医村となっており、受診の機会を得られない住民も一定数いると考えられるため、歯科口腔に対する正しい知識の普及啓発を行うとともに、節目年齢での無料の歯科検診を実施する等、歯科検診を受診しやすい体制づくりを行います。また、子どものむし歯予防のために、教育機関と連携しながら子どもの歯を守るセーフティーネット作りを行います。

《目指す姿》

- ・ 健やかな歯と口腔を保ち、むし歯や歯周病の予防ができる
- ・ 生涯を通じて自分の歯でしっかり噛める

《目標》

- ・ むし歯や歯周病予防のためのセルフケア行動がとれている
- ・ むし歯や歯周病の早期発見・早期治療ができる

《目標達成のために取り組むこと》

(行政の取り組み) 担当課：住民福祉課、教育委員会、教育機関

- ・ ライフステージに応じた歯科検診体制の確立
- ・ 歯みがき習慣の基本を身につけるための普及啓発
- ・ 歯と口の健康課題の発見、解決を自主的にできるための普及啓発
- ・ 歯周病や口腔機能の低下を予防するための普及啓発

(住民一人ひとりができること)

- ・ 毎日3回以上歯みがきをしましょう
- ・ 補助清掃用具を利用しましょう
- ・ かかりつけの歯科医院をもちましょう
- ・ 歯科医師による定期的なチェックを受けましょう

6. 特定健康診査・がん検診

生活習慣病の予防には、日頃の生活習慣に気を付けることはもとより、定期的に特定健康診査やがん検診を受診し、自分の健康状態を知り、生活習慣の改善に役立てることが重要です。本村の特定健康診査、がん検診の受診率は奈良県と同等あるいは奈良県を上回る受診率となっていますが、国が掲げる目標値（特定健康診査 70%、がん検診 60%）には及びません。

受診率の向上に向けて、生活習慣病予防に関する普及啓発や特定健診、がん検診の受診勧奨を行うことに加え、健診会場までの移動手段がない住民や働き盛り世代に配慮した、受診しやすい環境づくりを行います。また、住民一人ひとりが生活習慣を見直し改善を図るとともに、早期に必要な治療を開始できるよう、健康管理に対する意識の向上が必要です。

《目指す姿》

- ・生活習慣病・がんを早期に発見し、重症化予防ができています

《目標》

- ・年に1回特定健診を受けることができています
- ・がん検診を定められた間隔で受診できています
- ・特定健診、がん検診の精密検査対象者が確実に受診できています
- ・健康的な生活習慣を実践できます

《目標達成のために取り組むこと》

(行政の取り組み) 担当課：住民福祉課、税務保険課

- ・受診率向上に関する普及啓発
- ・特定健診、がん検診を受診しやすい環境づくり（個別検診の導入）
- ・特定保健指導の推進
- ・慢性腎臓病発症の予防対策
- ・精密検査対象者への受診勧奨
- ・精度管理を踏まえた適切ながん検診の提供

(住民一人ひとりができること)

- ・定められた受診間隔（特定健診、胃がん・肺がん・大腸がん検診は1年に1回、乳がん・子宮頸がん検診は2年に1回）で特定健診、がん検診を受診しましょう
- ・精密検査は必ず受診しましょう
- ・1日に野菜を350g以上摂り、塩分は7g以下に抑えるよう心がけましょう
- ・純アルコール量（1週間）男性280g、女性140g未満にしましょう
- ・喫煙者は禁煙しましょう

7. ロジックモデル

■栄養・食生活

ライフステージ	施策の柱	個別施策	指標	基準値 (R6)	目標
乳幼児期	食生活の基礎を作るための食育	乳幼児健康診査栄養相談の実施	乳幼児健診受診率	100%	100%
		給食を通じての食育(こども園)	実施回数	通年	継続
学童期 思春期	食に関する普及啓発	給食を通じての食育(小中学校)	実施回数	通年	継続
		学校での望ましい食生活の教育	実施回数	年3回	継続
		食育だよりを活用した食育情報提供	配布回数	年12回	継続

ライフステージ	施策の柱	個別施策	指標	基準値 (R6)	目標
妊娠期	減塩とバランスの良い食事に関する普及啓発	妊娠届出時の栄養相談	実施率	100%	100%

ライフステージ	施策の柱	個別施策	指標	基準値 (R6)	目標
青年期 壮年期 高齢期	減塩とバランスの良い食事に関する普及啓発	集合健診時における減塩や野菜摂取量増加の普及啓発	健診受診者数	194人	増加
		特定保健指導担当者への栄養相談	特定保健指導実施率	9.1%	増加
		健診結果説明会での栄養相談	結果説明会参加者数	16人	増加
		栄養教室(食事バランス、減塩の指導等)の実施	実施の有無	未実施	実施
	低栄養予防に関する普及啓発	栄養士による個別栄養相談	参加者数	2人	増加
		シニア世代の健康教室	参加延べ人数	22人	増加

ライフステージ	施策の柱	個別施策	指標	基準値 (R6)	目標
全体	減塩とバランスの良い食事に関する普及啓発	村広報を通じた減塩や野菜摂取量増加についての普及啓発	実施回数	通年	継続
		東吉野TVを通じた減塩や野菜摂取量増加についての普及啓発	実施回数	通年	継続
		まるごとフェスティバルでの減塩や野菜摂取量増加の普及啓発	実施回数	年1回	継続
		地域食堂を通じた食育	実施回数	年12回	継続

中間アウトカム	指標	基準値 (R6)	目標	出典
望ましい食習慣を実践できる	朝ご飯をほぼ毎日食べている児の割合(こども園)	60.0% (R7)	100%	生活習慣アンケート
	朝ご飯をほぼ毎日食べている児の割合(小学生)	96.0% (R7)	100%	
	朝ご飯をほぼ毎日食べている児の割合(中学生)	90.0% (R7)	100%	
	主食、主菜、副菜を組み合わせた食事が1日2回以上がほぼ毎日の人の割合(こども園)	60.0% (R7)	増加	
	主食、主菜、副菜を組み合わせた食事が1日2回以上がほぼ毎日の人の割合(小学校)	84.0% (R7)	増加	
	主食、主菜、副菜を組み合わせた食事が1日2回以上がほぼ毎日の人の割合(中学校)	90.0% (R7)	増加	

中間アウトカム	指標	基準値 (R6)	目標	出典		
減塩に気をつけ、バランスの良い食生活を実践できる	塩分を控えている人の割合	男性	71.9% (R7)	増加	健康についてのアンケート	
		女性	85.1% (R7)	増加		
	350g以上野菜を摂取している人の割合	男性	16.4% (R7)	増加		
		女性	19.2% (R7)	増加		
	主食、主菜、副菜を組み合わせた食事が1日2回以上がほぼ毎日の人の割合	男性	72.4% (R7)	増加		
		女性	70.4% (R7)	増加		
	週4回以上朝食を抜いている人の割合	男性	8.8% (R7)	減少		
		女性	7.5% (R7)	減少		
	人と比較して食べる速度が速い人の割合	男性	44.4%	38.5%		KDB(国保データベース)
		女性	23.2%	減少		
	毎日間食や甘い飲み物を摂取する人の割合	男性	20.0%	減少		
		女性	28.6%	減少		
フレイルについて、「言葉も意味もよく知っている」「言葉も知っており、意味も大体知っている」人の割合	男性	26.7% (R7)	増加	健康についてのアンケート		
	女性	54.9% (R7)	増加			
月に1回以上地域等で共食している人の割合	男性	58.6% (R7)	増加			
	女性	66.0% (R7)	増加			

分野アウトカム	指標	基準値 (R6)	目標	出典
子どもの頃から心身ともに健やかに成長できる	基準体重の児の割合(3歳児)	100%	100%	乳幼児健診問診票
	基準体重の児童の割合(小学生)	96.8%	100%	学校保健実態調査結果
	基準体重の生徒の割合(中学生)	60.0%	100%	

分野アウトカム	指標	基準値 (R6)	目標	出典	
健康的な食習慣を実践し、生活習慣病を予防できている	BMI 2.5以上の人の割合	男性	42.2%	減少	KDB(国保データベース)
		女性	12.3%	減少	
	中性脂肪が基準値(150)以上の人の割合	男性	11.1%	減少	
		女性	3.5%	減少	
	LDLコレステロール値が基準値(120)以上の人の割合	男性	53.3%	減少	
		女性	63.2%	減少	
	HDLが基準値(40)未満の人の割合	男性	13.3%	減少	
		女性	0.0%	維持	
	HbA1cが基準値(5.6)以上の人の割合	男性	77.8%	減少	
		女性	54.4%	減少	
	収縮期血圧が基準値(130)以上の人の割合	男性	55.6%	減少	
		女性	59.6%	減少	
	拡張期血圧が基準値(85)以上の人の割合	男性	33.3%	減少	
		女性	17.5%	減少	
	血清クレアチニンが基準値(1.3)以上の人の割合	男性	2.2%	減少	
		女性	0.0%	維持	
	メタボリックシンドローム該当者の割合	男性	31.1%	減少	
		女性	5.3%	減少	
	メタボリックシンドローム予備群の割合	男性	22.2%	減少	
		女性	3.5%	減少	
心疾患のSMR	男性	112.6 (H30~R4)	100未満	厚生労働省人口動態統計特殊報告	
	女性	95.3 (H30~R4)	100未満		
胃がんのSMR	男性	105.8 (H30~R4)	100未満	KDB(国保データベース)	
	女性	108.7 (H30~R4)	100未満		
新規透析導入数		0	維持		
フレイルの予防ができている	低栄養傾向の高齢者(65歳以上でBMI20以下)の割合	男性	15.5%	減少	村健診データ
		女性	29.5%	減少	

最終アウトカム	指標	基準値 (R4)	目標	
子どもから高齢者までともに支え合い、生涯笑顔でいきいきと暮らせる	健康寿命	男性	20.01年	延伸
		女性	19.87年	
	主観的健康観(良い、まあ良いの人の割合)	男性	53.4% (R7)	増加
		女性	57.4% (R7)	
主観的幸福感(5点以上の人の割合)	男性	100% (R7)	増加	
	女性	96.3% (R7)		

■身体活動と運動

ライフステージ	施策の柱	個別施策	指標	基準値 (R6)	目標
乳幼児期 学童期 思春期	子どもの頃からの運動習慣作り	こども園での外遊びを通じた体力づくりと室内での体幹を鍛える遊びの実施	実施回数	通年	継続
		小学校でのひよトレ実施（週2回15分間全校児童で運動を行う）	実施回数	実施	週2回
		乳幼児健診での保護者への啓発	実施回数	4回/年	継続

中間アウトカム	指標	基準値 (R6)	目標	出典
遊び等を通じて体を動かす機会を作ることができている	1日の総運動時間が60分以上の割合（こども園）	40.0% (R7)	増加	生活習慣アンケート
	1日の総運動時間が60分以上の割合（小学校）	12.0% (R7)	増加	
	1日の総運動時間が60分以上の割合（中学校）	20.0% (R7)	増加	

分野アウトカム	指標	基準値 (R6)	目標	出典
子どもの頃から心身ともに健やかに成長できる	基準体重の児の割合（3歳児）	100%	100%	乳幼児健診問診票
	基準体重の児童の割合（小学生）	96.8%	100%	学校保健実態調査結果
	基準体重の生徒の割合（中学生）	60.0%	100%	

最終アウトカム	指標	基準値 (R4)	目標	
子どもから高齢者までともに支え合い、生涯笑顔でいきいきと暮らせる	健康寿命	男性	20.01年	延伸
		女性	19.87年	
	主観的健康観（良い、まあ良いの人の割合）	男性	53.4% (R7)	増加
		女性	57.4% (R7)	
	主観的幸福感（5点以上の人の割合）	男性	100% (R7)	増加
		女性	96.3% (R7)	

ライフステージ	施策の柱	個別施策	指標	基準値 (R6)	目標
青年期 壮年期 高齢期	早期からのフレイル予防・介護予防対策の推進	シニア世代の健康教室	参加延べ人数	22	増加
		いきいき百歳体操での理学療法士によるミニ講座	参加人数	49	継続
		いきいき百歳体操の実施	実施地区数	11カ所	継続
フレイルの早期発見早期治療の推進	骨粗鬆症検診の実施	実施の有無	未実施	実施	
	まるとフェスティバルでの骨密度検査	実施回数	年1回	継続	

中間アウトカム	指標	基準値 (R6)	目標	出典	
フレイル予防の必要性を理解できている	フレイルについて、「言葉も意味もよく知っている」「言葉も知っているし、意味も大体知っている」人の割合	男性 26.7% (R7) 女性 54.9% (R7)	増加	健康についてのアンケート	
	1日合計30分以上の運動を週2日以上実施している人の割合	男性 75.9% (R7) 女性 83.1% (R7)	増加		
定期的な運動習慣を身につけている	歩行速度が遅い人の割合	男性 48.9% 女性 66.7%	減少	KDB (国保データベース)	
	以前に比べて歩く速度が遅くなってきた人の割合	男性 66.7% 女性 77.7%	減少		
	この1年間に転んだことがある人の割合	男性	22.2%	減少	KDB (後期高齢)
		女性	24.5%	減少	

分野アウトカム	指標	基準値 (R6)	目標	出典	
(健康的な運動習慣を実践し)生活習慣病を予防できている	BMI 25以上の人の割合	男性	42.2%	減少	KDB (国保データベース)
		女性	12.3%	減少	
	中性脂肪が基準値(150)以上の人の割合	男性	11.1%	減少	
		女性	3.5%	減少	
	LDLコレステロール値が基準値(120)以上の人の割合	男性	53.3%	減少	
		女性	63.2%	減少	
	HDLコレステロール値が基準値(40)未満の人の割合	男性	13.3%	減少	
		女性	0.0%	維持	
	HbA1cが基準値(5.6)以上の人の割合	男性	77.8%	減少	
		女性	54.4%	減少	
	収縮期血圧が基準値(130)以上の人の割合	男性	55.6%	減少	
		女性	59.6%	減少	
	拡張期血圧が基準値(85)以上の人の割合	男性	33.3%	減少	
		女性	17.5%	減少	
	血清クレアチニンが基準値(1.3)以上の人の割合	男性	2.2%	減少	
		女性	0.0%	維持	
メタボリックシンドローム該当者の割合	男性	31.1%	減少		
	女性	5.3%	減少		
メタボリックシンドローム予備群の割合	男性	22.2%	減少		
	女性	3.5%	減少		
フレイル予防を行い、身体機能を維持して生活できる	平均要介護期間	男性	1.1年	短縮	奈良県
		女性	5.4年	短縮	
	要介護(支援)者有病状況の筋骨格疾患の割合	51.8%	減少	KDB(国保データベース)	

ライフステージ	施策の柱	個別施策	指標	基準値 (R6)	目標
全体	運動しやすい環境づくり	広報誌・東吉野TV・まるとフェスティバルでの教室の周知	実施回数	通年	継続
		東吉野TVでの自宅でできるフレイル予防(いきいきぶるぶる体操)	実施の有無	通年	継続
		各種教室(ヨガ、軽スポーツ、3B体操)の実開催	実施回数	年10回	継続
		各種スポーツ大会の実施	実施回数	年5回	継続
		清流ウォークの実施	実施回数	年1回	継続
		スポーツ推進委員認定者数	人数	4	継続
		村体育館、運動公園の無料貸出し	実施の有無	通年	継続

■休養・心の健康づくり

ライフステージ	施策の柱	個別施策	指標	基準値 (R6)	目標
妊娠 子育て期	子育てしやすい環境づくり	妊娠期、産後の伴走型支援(面談、訪問等)	実施率	100%	継続
		子育てサロンの実施体制	実施の有無	実施	継続
		産後ケア実施体制の確立	実施の有無	未実施	実施

乳幼児期	命の大切さを理解できる環境づくり	こども園での植物や生き物の飼育を通じた学習	実施の有無	実施	継続
学童期 思春期		小学校、中学校での植物や生き物の飼育、道徳の授業を通じた学習	実施の有無	実施	継続
		スクールカウンセリングの実施	実施の有無	実施	継続
		若者向け講演会(命の授業等)の実施	実施の有無	未実施	実施

青年期 壮年期 高齢期	SOSを出しやすい、適切な相談が出来る環境づくり	各種いきがい講座(ガーデニング・コーラス教室等)の開催	実施回数	年30回	継続
		介護予防教室の開催	実施回数	年3回	継続
		いきいき百歳体操	実施地区数	11カ所	継続
		いきいきふれあいサロン	実施地区数	18カ所	継続
		アクティブシニアスクール	実施回数	年4回	継続
		高齢者福祉交流会	実施回数	年1回	継続
		認知症初期集中支援	実施の有無	実施	継続
独居高齢者自宅訪問	実施の有無	実施	継続		

全体	規則正しい生活習慣の確立、ストレスコーピング等に関する啓発促進	村広報での啓発	実施回数	年1回	継続
	適切な相談ができる環境づくり	各種相談窓口(悩み事相談、障害者介護相談、人権・行政・法律相談等)の開設	実施回数	月1回	継続
		まるごとフェスティバルでの臨床心理士のおしゃべりコーナー開設	実施回数	年1回	継続

中間アウトカム	指標	基準値 (R6)	目標	出典
子育てに関する不安や悩みを表現できる	妊娠期に相談相手がいる親の割合	100%	100%	妊娠届出時アンケート
	産後に相談相手がいる親の割合	100%	100%	出産後アンケート
	ゆったりとした気分でもともと過ごせる親の割合(3歳児)	75.0%	増加	乳幼児健診問診票
	日常の育児の相談相手がいる親の割合(3歳児)	100%	100%	

アイデンティティを持ち、自己肯定感および生きる強さを獲得することができる	普段家族と会話をする児の割合	100%	100.0%	こども子育て支援計画小学生アンケート
	悩みを相談する相手がいる児の割合	72.7%	100%	
	将来の夢を持っている児の割合	45.5%	増加	
	誰にも負けないところを持っていると感じている(そう思う、ややそう思う)児の割合	81.8%	増加	
	自分のことを認めてくれる人がいると感じている(そう思う、ややそう思う)児の割合	81.8%	増加	
何か落ち込むことがあってもすぐに立ち直ることができる(そう思う、ややそう思う)児の割合	54.6%	増加		

適切な心の健康づくりができる	こちらの相談窓口を知っている人の割合	男性	38.6% (R7)	増加	健康についてのアンケート
		女性	60.4% (R7)	増加	
	自分なりのストレス解消法がある人の割合	男性	77.8% (R7)	増加	
		女性	98.0% (R7)	増加	
	睡眠で休養が充分にとれている人の割合	男性	79.3% (R7)	増加	
		女性	85.2% (R7)	増加	
	7時間以上睡眠をとれている人の割合	男性	50.0% (R7)	増加	
		女性	50.1% (R7)	増加	
	身近に相談できる人や場所がある人の割合	男性	75.0% (R7)	増加	
		女性	90.2% (R7)	増加	

精神疾患(認知症を含む)の発症リスクを低下することができる	週に1回以上外出している人の割合	男性	94.9% (R7)	増加	健康についてのアンケート	
		女性	88.9% (R7)	増加		
	週に1回以上、同居人以外の誰かと直接対面で会話をする機会がある人の割合	男性	98.4% (R7)	増加		
		女性	100% (R7)	維持		
	月に1回以上地域等で共食している人の割合	男性	58.6% (R7)	増加		
		女性	66.0% (R7)	増加		
	閉じこもり傾向		40.1% (R5)	減少		第9期東吉野村介護予防・日常生活圏域ニーズ調査
	認知機能の低下		56.8% (R5)	減少		
うつ傾向		45.5% (R5)	減少			

分野アウトカム	指標	基準値 (R6)	目標	出典
自分を大切にし、お互いを思いやり、命を大切にする	自殺死亡率(人口10万人当たりの自殺者数)	0	0	奈良県地域医療連携課人口動態統計

最終アウトカム	指標	基準値 (R4)	目標	
子どもから高齢者までともに支え合い、生涯笑顔でいきいきと暮らせる	健康寿命	男性	20.01年	延伸
		女性	19.87年	
	主観的健康観(良い、まあ良いの人の割合)	男性	53.4% (R7)	増加
		女性	57.4% (R7)	
	主観的幸福感(5点以上の人の割合)	男性	100% (R7)	増加
		女性	96.3% (R7)	

■ 飲酒・喫煙

ライフステージ	施策の柱	個別施策	指標(R6)	基準値	目標
乳幼児期 学童期 思春期	喫煙・飲酒が健康に及ぼす害と受動喫煙防止の普及啓発	こども園での防煙教育	実施回数	未実施	1回/3年
		小学校での防煙教育	実施回数	1回/3年	継続
		中学校での防煙教育	実施回数	1回/3年	継続
		小学校での薬物乱用防止教育	実施回数	1回/2年	継続
		中学校での薬物乱用防止教室	実施回数	1回/年	継続

中間アウトカム	指標	基準値 (R6)	目標	出典
喫煙の健康被害を認識し、喫煙しない	喫煙が体に悪いと認識している小学生の割合	92.0%	100%	防煙教室アンケート
	喫煙が体に悪いと認識している中学生の割合	100% (R7)	100%	
	20歳を過ぎたらたばこ「吸っていない」、「たぶん吸っていない」と思う小学生の割合	76.0%	100%	
	20歳を過ぎたらたばこ「吸っていない」、「たぶん吸っていない」と思う中学生の割合	88.9% (R7)	100%	
20歳未満の飲酒による健康被害を認識し、飲酒しない	20歳未満の飲酒による健康被害を認識している中学生の割合	100% (R7)	100%	生活習慣アンケート

分野アウトカム	指標	基準値 (R6)	目標	出典	
生活習慣病の発症・重症化予防ができている	収縮期血圧が基準値(130)以上の人の割合	男性	55.6%	減少	KDB(国保データベース)
		女性	59.6%	減少	
	拡張期血圧が基準値(85)以上の人の割合	男性	33.3%	減少	
		女性	17.5%	減少	
	中性脂肪が基準値(150)以上の人の割合	男性	11.1%	減少	
		女性	3.5%	減少	
LDLコレステロール値が基準値(120)以上の人の割合	男性	53.3%	減少		
	女性	63.2%	減少		
HDLが基準値(40)未満の人の割合	男性	13.3%	減少	KDB(国保データベース)	
	女性	0.0%	維持		

最終アウトカム	指標	基準値 (R4)	目標	
子どもから高齢者までともに支え合い、生涯笑顔でいきいきと暮らせる	健康寿命	男性	20.01年	延伸
		女性	19.87年	
	主観的健康観(良い、まあ良いの人の割合)	男性	53.4% (R7)	増加
		女性	57.4% (R7)	
	主観的幸福感(5点以上の人の割合)	男性	100% (R7)	増加
		女性	96.3% (R7)	

ライフステージ	施策の柱	個別施策	指標(R6)	基準値	目標
妊娠 子育て期	妊婦への禁煙・禁酒の促進、保護者への禁煙の促進	妊娠届出時の妊婦の喫煙・飲酒状況の確認及び指導	実施率	100%	100%
		新生児訪問時の家族の喫煙・飲酒状況の確認及び指導	実施率	100%	100%
		乳幼児健診で、喫煙者・家族の喫煙者に対する禁煙指導	実施率	100%	100%

中間アウトカム	指標	基準値 (R6)	目標	出典
妊婦・胎児ともに健康に過ごすことができる	妊娠中に喫煙しない母親の割合	100%	100%	妊娠届出時のアンケート
	妊婦の受動喫煙率	25.0%	0%	
	妊娠中に飲酒しない妊婦の割合	100%	100%	

分野アウトカム	指標	基準値 (R6)	目標	出典	
早世の原因となる疾患が減少している	肺がんのSMR	男性	106.1 (H30-R4)	100未満	厚生労働省人口動態統計特殊報告
		女性	106.2 (H30-R4)	100未満	
	肝がんのSMR	男性	93.9 (H30-R4)	100未満	
		女性	108.5 (H30-R4)	100未満	

ライフステージ	施策の柱	個別施策	指標(R6)	基準値	目標
青年期 壮年期 高齢期	禁煙と受動喫煙防止に関する普及啓発	がん検診場での禁煙・受動喫煙防止に関する普及啓発	実施回数	年1回	継続
		特定保健指導での喫煙者に対する禁煙指導	実施率	100%	100%
	禁煙の促進	健診結果説明会、健康相談等での喫煙者に対する禁煙指導	実施率	100%	100%
		がん検診場での生活習慣病予防に気をつけた飲酒に関する普及啓発	実施回数	年1回	継続
生活習慣病予防に気をつけた飲酒に関する普及啓発	特定保健指導での生活習慣病予防に気をつけた飲酒に関する指導	実施率	100%	100%	
	健診結果説明会、健康相談等での生活習慣病予防に気をつけた飲酒に関する指導	実施率	100%	100%	

中間アウトカム	指標	基準値 (R6)	目標	出典
親が育児期間中に喫煙しない	育児期間中に喫煙しない母親の割合(4か月児健診)	100%	100%	乳幼児健診問診票
	育児期間中に喫煙しない父親の割合(4か月児健診)	100%	100%	
	育児期間中に喫煙しない母親の割合(3歳児健診)	100%	100%	
	育児期間中に喫煙しない父親の割合(3歳児健診)	100%	100%	

ライフステージ	施策の柱	個別施策	指標(R6)	基準値	目標
全体	受動喫煙のない環境づくり	村公共施設や村内飲食店等への受動喫煙防止の啓発(啓発グッズ・リーフレットの配布)	実施回数	未実施	年1回
		広報・ホームページ等での禁煙・受動喫煙防止に関する普及啓発	実施回数	年1回	継続
	禁煙と受動喫煙防止に関する普及啓発	まるごとフェスティバルでの禁煙・受動喫煙防止に関する普及啓発	実施回数	年1回	継続
禁煙をしたと考えている方への禁煙支援医療機関の紹介		実施率	100%	100%	
希望者が禁煙できる環境づくり		禁煙相談窓口の設置	設置の有無	未実施	実施
	禁煙外来受診費用助成	助成の有無	未実施	実施	

中間アウトカム	指標	基準値 (R6)	目標	出典	
喫煙しない	たばこを吸っている人の割合	男性	8.8% (R7)	減少	健康についてのアンケート
		女性	1.9% (R7)	減少	
	たばこをやめたいと思っている人の割合	男性	60.0% (R7)	増加	
		女性	0% (R7)	増加	
望まない受動喫煙に悩まない	たばこの煙を吸う機会があった人の割合	男性	46.3% (R7)	減少	健康についてのアンケート
		女性	35.3% (R7)	減少	
	COPDについて「言葉も意味もよく知っている」「言葉も知っており、意味も大体知っている」人の割合	男性	25.4% (R7)	増加	
		女性	43.8% (R7)	増加	
生活習慣病予防に気をつけた飲酒を心がける	毎日飲酒をする人の割合	男性	22.4% (R7)	減少	健康についてのアンケート
		女性	3.8% (R7)	減少	
	1日3合以上飲酒している人の割合	男性	6.5% (R7)	減少	
		女性	0% (R7)	維持	

■歯と口腔の健康

ライフステージ	施策の柱	個別施策	指標	基準値 (R6)	目標
乳幼児期	発達に応じた口腔機能を獲得し、歯みがき習慣の基本を身につけるための普及啓発をし、むし歯予防に努める	乳幼児健診歯科検診の実施	受診率	100%	100%
		乳幼児健診歯科相談の実施	受診率	100%	100%
		乳幼児健診フッ化物歯面塗布の実施	実施回数	年3回	継続
		こども園むし歯予防教室の開催	実施回数	年1回	継続
学童期 思春期	歯と口の健康課題の発見・解決を自主的にできるための普及啓発	小学校むし歯予防教室の開催	実施回数	1回/2年	継続
		中学校むし歯予防教室の開催	実施回数	1回/3年	継続

ライフステージ	施策の柱	個別施策	指標	基準値 (R6)	目標
妊娠 子育て期	妊婦のむし歯予防や歯周病予防	妊娠届出時の歯周疾患予防の啓発	実施率	100%	100%
		妊婦歯科検診の実施 (R8年度)	実施の有無	—	実施

ライフステージ	施策の柱	個別施策	指標	基準値 (R6)	目標
青年期 壮年期	歯周病や口腔機能の低下を予防するための普及啓発	歯科衛生士によるお口の健康講座	実施の有無	未実施	実施
		個別歯科・歯周疾患検診 (個別検診) の実施	実施の有無	未実施	実施
高齢期		訪問歯科診療の実施	体制確保	実施	継続

ライフステージ	施策の柱	個別施策	指標	基準値 (R6)	目標
全体	歯周疾患予防に関する普及啓発 歯科保健体制の充実	広報誌での歯周疾患予防の情報提供	実施回数	年1回	継続
		歯科保健担当会議	実施の有無	未実施	実施

中間アウトカム	指標	基準値 (R6)	目標	出典
むし歯や歯周病予防のためのセルフケア行動がとれている	毎日3回以上歯みがきをしている児の割合 (こども園)	60.0% (R7)	100%	生活習慣アンケート
	毎日3回以上歯みがきをしている児の割合 (小学校)	64.0% (R7)	100%	
	毎日3回以上歯みがきをしている児の割合 (中学校)	80.0% (R7)	100%	

中間アウトカム	指標	基準値 (R6)	目標	出典	
むし歯や歯周病予防のためのセルフケア行動がとれている	歯科医師による定期的なチェックを受けている者の割合 (20歳以上)	男性	43.6% (R7)	70.0%	健康についてのアンケート
		女性	58.5% (R7)	80.0%	
	1日3回以上歯みがきをしている人の割合	男性	16.4% (R7)	増加	
		女性	28.0% (R7)	増加	
	補助清掃用具を使っている人の割合	男性	42.9% (R7)	増加	
		女性	79.2% (R7)	増加	
かかりつけ歯科医院がある人の割合	男性	75.4% (R7)	増加		
	女性	88.9% (R7)	増加		

中間アウトカム	指標	基準値 (R6)	目標	出典
むし歯や歯周病の早期発見早期治療	歯周疾患検診の受診率	—	増加	歯周疾患検診
	歯周疾患検診で要精密検査となった者のうち、精密検査受診者率	—	100%	

分野アウトカム	指標	基準値 (R6)	目標	出典
健やかな歯と口腔を保ち、むし歯や歯周病の予防ができる	3歳児でう蝕のない者の割合	50.0%	95%	乳幼児健診問診票
	小学生で永久歯のう蝕がない児童の割合	64.5%	増加	吉野郡学校保健実態調査
	中学生で永久歯のう蝕がない生徒の割合	86.7%	増加	
	小学生で歯肉に所見がない児童の割合	96.8%	増加	
	中学生で歯肉に所見がない生徒の割合	73.3%	増加	

分野アウトカム	指標	基準値 (R6)	目標	出典		
生涯を通じて自分の歯でしっかり噛める	60代における咀嚼良好者の割合	男性	90.5% (R7)	100.0%	健康についてのアンケート	
		女性	66.7% (R7)	95.0%		
	60歳 (55~64歳) で自分の歯が24本以上の者の割合	男性	85.7% (R7)	95.0%		
		女性	76.5% (R7)	80.0%		
	80歳 (75~84歳) における咀嚼良好者の割合	男性	47.1% (R7)	75.0%		
		女性	41.2% (R7)	75.0%		
	80歳 (75~84歳) で自分の歯が20本以上の者の割合	男性	30.2%	減少		
		女性	37.2%	減少		
	半年前に比べて固いものが食べにくくなった高齢者の割合	男性	22.2%	減少		KDB (後期高齢)
		女性	36.2%	減少		

最終アウトカム	指標	基準値 (R4)	目標	
子どもから高齢者までともに支え合い、生涯笑顔でいきいきと暮らせる	健康寿命	男性	20.01年	延伸
		女性	19.87年	
	主観的健康観 (良い、まあ良いの人の割合)	男性	53.4% (R7)	増加
		女性	57.4% (R7)	
	主観的幸福感 (5点以上の人の割合)	男性	100% (R7)	増加
		女性	96.3% (R7)	

■特定健康診査・がん検診

ライフステージ	施策の柱	個別施策	指標	基準値 (R6)	目標
特定健診	特定健診を受診しやすい環境づくり	特定健診受診勧奨、再勧奨 (個別通知)	受診勧奨率	100%	100%
		国保加入者への特定健診受診費用の無料化	実施の有無	実施	継続
		集合健診の実施 (がん検診 (肺、大腸、胃) と特定健診の同時実施)	実施の有無	3回/年	継続
		集合健診の日曜日開催	実施の有無	1回/年	継続
		集合健診会場への送迎	実施の有無	実施	維持
		個別健診の実施	実施の有無	7月～3月	継続
		満35歳以上国保加入者への人間ドック費用の助成	実施の有無	未実施	実施
	特定保健指導の推進	健康づくりポイント付与	実施の有無	実施	継続
		国保加入者への特定保健指導受診勧奨 (個別連絡)	実施率	100%	100%
	CKD対策の推進	レッドカード事業対象者への受診勧奨	実施率	100%	100%
医療機関受診レベルの方への個別受診勧奨		実施率	100%	100%	
生活習慣改善レベルの方への保健指導の実施		実施率	—	100%	

ライフステージ	施策の柱	個別施策	指標	基準値 (R6)	目標
がん検診	受診勧奨	男性40～69歳、女性20歳～69歳への受診勧奨葉書の送付	実施率	100%	100%
		子宮頸がん未受診者への再勧奨葉書の送付	実施率	100%	100%
	がん検診を受診しやすい環境づくり	集合健診の実施 (特定健診と同時実施) (再掲)	実施回数	3回/年	継続
		集合健診の日曜日開催 (再掲)	実施の有無	1回/年	継続
		婦人科検診 (乳がん子宮がん) の実施	実施回数	3回/年	継続
		婦人科検診 (乳がん子宮がん) の土曜日開催	実施の有無	1回/年	継続
		子宮がん検診の個別検診実施	実施の有無	5月～3月	継続
		子宮がん検診以外のがん検診の個別検診実施体制の確立	実施の有無	未実施	実施
		大腸がん検診節目年齢対象者 (40、45、50、55、60歳) の受診費用無料化	実施の有無	実施	継続
	精密検査対象者への受診勧奨	乳がん検診節目年齢対象者 (40、45、50、55、60歳) の受診費用無料化	実施の有無	実施	継続
子宮がん検診の節目年齢対象者 (20、25、30、35、40歳) の受診費用無料化		実施の有無	実施	継続	
健康づくりポイント付与		実施の有無	実施	継続	
適切ながん検診の提供	肺がん検診精密検査対象者への受診勧奨	実施率	100%	100%	
	大腸がん検診精密検査対象者への受診勧奨	実施率	100%	100%	
	胃がん検診精密検査対象者への受診勧奨	実施率	100%	100%	
	乳がん検診精密検査対象者への受診勧奨	実施率	100%	100%	
	子宮がん検診精密検査対象者への受診勧奨	実施率	100%	100%	
	肺がん検診精度管理の実施	チェックリスト実施率	98.2%	100%	
適切ながん検診の提供	大腸がん検診精度管理の実施	チェックリスト実施率	98.1%	100%	
	胃がん検診精度管理の実施	チェックリスト実施率	98.1%	100%	
	乳がん検診精度管理の実施	チェックリスト実施率	98.1%	100%	
	子宮がん検診精度管理の実施	チェックリスト実施率	92.9%	100%	

ライフステージ	施策の柱	個別施策	指標	基準値 (R6)	目標
全体	健診受診率向上に関する普及啓発	村広報や東吉野TVによる特定健診、がん検診の受診啓発	実施回数	過年	継続
		まるごとフェスティバルでの特定健診、がん検診の受診啓発	実施回数	年1回	継続
		商工会と連携した特定健診、がん検診の受診啓発	実施回数	年1回	実施
		学校でのがん検診受診啓発	実施の有無	未実施	実施

中間アウトカム	指標	基準値 (R6)	目標	出典
年1回特定健診を受けることができる	特定健診受診率	34.6%	40%	法定報告値
	特定保健指導実施率	9.1%	増加	KDB(国保データベース)
精密検査が必要な人が確実に受診できている	医療機関受診レベル者精密検査受診率 (40～74歳)	73.5%	増加	KDB(国保データベース)
	レッドカード事業対象者医療機関受診率 (40～74歳)	36.4%	増加	国保連合会資料 レッドカード事業実施結果

中間アウトカム	指標	基準値 (R6)	目標	出典		
健康的な生活習慣を実践できる	塩分を控えている人の割合	男性	71.9% (R7)	増加	健康についてのアンケート	
		女性	85.1% (R7)	増加		
	350g以上野菜を摂取している人の割合	男性	16.4% (R7)	増加		
		女性	19.2% (R7)	増加		
	主食、主菜、副菜を組み合わせた食事が1日2回以上がほぼ毎日の人の割合	男性	72.4% (R7)	増加		
		女性	70.4% (R7)	増加		
	週4回以上朝食を抜いている人の割合	男性	8.8% (R7)	減少		
		女性	7.5% (R7)	減少		
	人と比較して食べる速度が速い人の割合	男性	44.4%	38.5%		KDB (国保データベース)
		女性	23.2%	減少		
毎日間食や甘い飲み物を摂取する人の割合	男性	20.0%	減少	KDB (国保データベース)		
	女性	28.6%	減少			
1日合計30分以上の運動を週2日以上実施している人の割合	男性	75.9% (R7)	増加	健康についてのアンケート		
	女性	83.1% (R7)	増加			
たばこを吸っている人の割合	男性	8.8% (R7)	減少	健康についてのアンケート		
	女性	1.9% (R7)	減少			
たばこをやめたいと思っている人の割合	男性	60.0% (R7)	増加	健康についてのアンケート		
	女性	0% (R7)	増加			
毎日飲酒をする人の割合	男性	22.4% (R7)	減少	健康についてのアンケート		
	女性	3.8% (R7)	減少			
1日3合以上飲酒している人の割合	男性	6.5% (R7)	減少	健康についてのアンケート		
	女性	0% (R7)	維持			

中間アウトカム	指標	基準値 (R6)	目標	出典
がん検診を定められた間隔で受診できている	肺がん検診受診率 (40～69歳)	7.6%	増加	地域保健・健康増進事業報告 (全住民)
	大腸がん検診受診率 (40～69歳)	8.6%	増加	
	胃がん検診受診率 (50～69歳)	4.9%	増加	
	乳がん検診受診率 (40～69歳)	15.0%	増加	
	子宮がん検診受診率 (20～69歳)	9.8%	増加	
	一生のうち、肝炎ウイルス検査を受けている人の割合	27.9%	増加	
精密検査が必要な人が確実に受診できている	肺がん検診精密検査受診率 (40～74歳)	—	100%	村がん検診データ (全住民)
	大腸がん検診精密検査受診率 (40～74歳)	83.3%	100%	
	胃がん検診精密検査受診率 (50～74歳)	100%	100%	
	乳がん検診精密検査受診率 (40～74歳)	—	100%	
	子宮がん検診精密検査受診率 (20～74歳)	100%	100%	

分野アウトカム	指標	基準値 (R6)	目標	出典	
生活習慣病・がんを早期に発見し、重症化予防ができています	BMI 25以上の人の割合	男性	42.2%	減少	KDB(国保データベース)
		女性	12.3%	減少	
	中性脂肪が基準値 (150) 以上の人の割合	男性	11.1%	減少	
		女性	3.5%	減少	
	LDLコレステロール値が基準値 (120) 以上の人の割合	男性	53.3%	減少	
		女性	63.2%	減少	
	HDLコレステロール値が基準値 (40) 未満の人の割合	男性	13.3%	減少	
		女性	0.0%	維持	
	HbA1cが基準値 (5.6) 以上の人の割合	男性	77.8%	減少	
		女性	54.4%	減少	
収縮期血圧が基準値 (130) 以上の人の割合	男性	55.6%	減少		
	女性	59.6%	減少		
拡張期血圧が基準値 (85) 以上の人の割合	男性	33.3%	減少		
	女性	17.5%	減少		
血清クレアチニンが基準値 (1.3) 以上の人の割合	男性	2.2%	減少		
	女性	0.0%	維持		
新規透析導入数		0人	0人		
心疾患のSMR	男性	112.6 (H30～R4)	100未満	厚生労働省人口動態統計特殊報告	
	女性	95.3 (H30～R4)	100未満		
脳血管疾患のSMR	男性	81.0 (H30～R4)	100未満	厚生労働省人口動態統計特殊報告	
	女性	90.6 (H30～R4)	100未満		
胃がんのSMR	男性	105.8 (H30～R4)	100未満	厚生労働省人口動態統計特殊報告	
	女性	108.7 (H30～R4)	100未満		
肺がんのSMR	男性	106.1 (H30～R4)	100未満	厚生労働省人口動態統計特殊報告	
	女性	106.2 (H30～R4)	100未満		
大腸がんのSMR	男性	84.3 (H30～R4)	100未満	厚生労働省人口動態統計特殊報告	
	女性	91.2 (H30～R4)	100未満		
肝がんのSMR	男性	93.9 (H30～R4)	100未満	厚生労働省人口動態統計特殊報告	
	女性	108.5 (H30～R4)	100未満		
がん75歳未満年齢調整死亡率 (人口10万対)	男性	204.9 (R3)	100未満	奈良県市町村の特性分析結果報告書	
	女性	0.0 (R3)	100未満		

最終アウトカム	指標	基準値 (R4)	目標	
子どもから高齢者までともに支え合い、生涯笑顔でいきいきと暮らせる	健康寿命	男性	20.01年	延伸
		女性	19.87年	
	主観的健康観 (良い、まあ良いの人の割合)	男性	53.4% (R7)	増加
		女性	57.4% (R7)	
	主観的幸福感 (5点以上の人の割合)	男性	100% (R7)	増加
		女性	96.3% (R7)	

資料編

1. 東吉野村第3次健康増進計画・第2次食育推進計画・第2次自殺対策計画指標一覧

1. 全体目標

分野別目標		指標	基準値 (令和4年)	目標	出典	
最終アウトカム	子どもから高齢者までともに支え合い、生涯笑顔でいきいきと暮らせる	健康寿命	男性	20.01年	延伸	奈良県疾病対策課 市町村別健康寿命の算出値
			女性	19.87年		
		主観的健康観(良い、まあ良いの人の割合)(令和7年)	男性	53.4% (令和7年)	増加	健康についてのアンケート
			女性	57.4% (令和7年)		
		主観的幸福感(5点以上の人の割合)(令和7年)	男性	100% (令和7年)	増加	
			女性	96.3% (令和7年)		

※アウトカム：取り組みによってもたらされる最終的な成果

2. 分野目標

分野別目標		指標	基準値 (令和6年)	目標	出典	
栄養・食生活						
分野アウトカム	子どもの頃から心身ともに健やかに成長できる	基準体重の児の割合(3歳児)	100%	100%	乳幼児健診問診票	
		基準体重の児童の割合(小学生)	96.8%	100%	学校保健実態調査結果	
		基準体重の生徒の割合(中学生)	60.0%	100%		
	健康的な食習慣を実践し、生活習慣病を予防できている	BMI25以上の人の割合	男性	42.2%	減少	KDB(国保データベース)
			女性	12.3%	減少	
		中性脂肪が基準値(150)以上の人の割合	男性	11.1%	減少	
			女性	3.5%	減少	
		LDLコレステロール値が基準値(120)以上の人の割合	男性	53.3%	減少	
			女性	63.2%	減少	
	HDLが基準値(40)未満の人の割合	男性	13.3%	減少		
		女性	0.0%	維持		
	HbA1cが基準値(5.6)以上の人の割合	男性	77.8%	減少		
女性		54.4%	減少			

分野別目標		指標		基準値 (令和6年)	目標	出典
分野 アウトカム	健康的な食習慣を実践し、生活習慣病を予防できている	収縮期血圧が基準値(130)以上の人の割合	男性	55.6%	減少	KDB(国保データベース)
			女性	59.6%	減少	
		拡張期血圧が基準値(85)以上の人の割合	男性	33.3%	減少	
			女性	17.5%	減少	
		血清クレアチニンが基準値(1.3)以上の人の割合	男性	2.2%	減少	
			女性	0.0%	維持	
		メタボリックシンドローム該当者の割合	男性	31.1%	減少	
			女性	5.3%	減少	
		メタボリックシンドローム予備群の割合	男性	22.2%	減少	
			女性	3.5%	減少	
心疾患の SMR	男性	112.6 (平成30年 ~令和4年)	100 未満	厚生労働省人口動態統計特殊報告		
	女性	95.3 (平成30年 ~令和4年)	100 未満			
	男性	105.8 (平成30年 ~令和4年)	100 未満			
	女性	108.7 (平成30年 ~令和4年)	100 未満			
胃がんの SMR	男性	105.8 (平成30年 ~令和4年)	100 未満	厚生労働省人口動態統計特殊報告		
	女性	108.7 (平成30年 ~令和4年)	100 未満			
新規透析導入数				0	維持	KDB(国保データベース)
フレイルの予防ができている	低栄養傾向の高齢者(65歳以上でBMI20以下)の割合	男性	15.5%	減少	村健診データ	
		女性	29.5%	減少		
中間 アウトカム	望ましい食習慣を実践できる	朝ご飯をほぼ毎日食べている児の割合(こども園)		60.0% (令和7年)	100%	生活習慣アンケート
		朝ご飯をほぼ毎日食べている児の割合(小学生)		96.0% (令和7年)	100%	
		朝ご飯をほぼ毎日食べている児の割合(中学生)		90.0% (令和7年)	100%	
		主食、主菜、副菜を組み合わせた食事が1日2回以上がほぼ毎日の人の割合(こども園)		60.0% (令和7年)	増加	

分野別目標		指標	基準値 (令和6年)	目標	出典		
中間 アウトカム	望ましい食習慣を実践できる	主食、主菜、副菜を組み合わせた食事が1日2回以上が ほぼ毎日の人の割合(小学校)	84.0% (令和7年)	増加	生活習慣アンケート		
		主食、主菜、副菜を組み合わせた食事が1日2回以上が ほぼ毎日の人の割合(中学校)	90.0% (令和7年)	増加			
	減塩に気を付け、バランスの良い食 生活を実践できる	塩分を控えている人の割合	男性	71.9% (令和7年)	増加	健康についてのアンケート	
			女性	85.1% (令和7年)	増加		
		350g以上野菜を摂取している人の割合	男性	16.4% (令和7年)	増加		
			女性	19.2% (令和7年)	増加		
		主食、主菜、副菜を組み合わせた食事が1日 2回以上がほぼ毎日の人の割合	男性	72.4% (令和7年)	増加		
			女性	70.4% (令和7年)	増加		
		週4回以上朝食を抜いている人の割合	男性	8.8% (令和7年)	減少		
			女性	7.5% (令和7年)	減少		
		人と比較して食べる速度が速い人の割合	男性	44.4%	38.5%		KDB(国保データベース)
			女性	23.2%	減少		
		毎日間食や甘い飲み物を摂取する人の割合	男性	20.0%	減少		
			女性	28.6%	減少		
		フレイルについて、「言葉も意味もよく知っ ている」「言葉も知っているし、意味も大体 知っている」人の割合	男性	26.7% (令和7年)	増加		健康についてのアンケート
			女性	54.9% (令和7年)	増加		
	月に1回以上地域等で共食している人の割 合	男性	58.6% (令和7年)	増加			
		女性	66.0% (令和7年)	増加			

分野別目標	指標	基準値 (令和6年)	目標	出典	
乳幼児期					
食生活の基礎を作るための食育	乳幼児健康診査栄養相談の実施	乳幼児健診受診率	100%	100%	東吉野村役場調べ
	給食を通じての食育(こども園)	実施回数	通年	継続	
学童期・思春期					
食に関する普及啓発	給食を通じての食育(小中学校)	実施回数	通年	継続	東吉野村役場調べ
	学校での望ましい食生活の教育	実施回数	年3回	継続	
	食育だよりを活用した食育情報提供	配布回数	年12回	継続	
妊婦期					
減塩とバランスの良い食事に関する普及啓発	妊娠届出時の栄養相談	実施率	100%	100%	東吉野村役場調べ
青・壮年期・高齢期					
減塩とバランスの良い食事に関する普及啓発	集合健診時における減塩や野菜摂取量増加の普及啓発	健診受診者数	194人	増加	東吉野村役場調べ
	特定保健指導該当者への栄養相談	特定保健指導実施率	9.1%	増加	
	健診結果説明会での栄養相談	結果説明会参加者数	16人	増加	
	栄養教室(食事バランス、減塩の指導等)の実施	実施の有無	未実施	実施	
高齢期					
低栄養予防に関する普及啓発	栄養士による個別栄養相談	参加者数	2人	増加	東吉野村役場調べ
	シニア世代の健康教室	参加延べ人数	22人	増加	
全体					
減塩とバランスの良い食事に関する普及啓発	村広報を通じた減塩や野菜摂取量増加についての普及啓発	実施回数	通年	継続	東吉野村役場調べ
	東吉野てれびを通じた減塩や野菜摂取量増加についての普及啓発	実施回数	通年	継続	
	まるごとフェスティバルでの減塩や野菜摂取量増加の普及啓発	実施回数	年1回	継続	
	地域食堂を通じた食育	実施回数	年12回	継続	

個別施策

分野別目標	指標	基準値 (令和6年)	目標	出典		
【身体活動と運動】						
分野 アウトカム	子どもの頃から心身ともに健やかに成長できる	基準体重の児の割合(3歳児)	100%	100%	乳幼児健診問診票	
		基準体重の児童の割合(小学生)	96.8%	100%	学校保健実態調査結果	
		基準体重の生徒の割合(中学生)	60.0%	100%		
	(健康的な運動習慣を実践し)生活習慣病を予防できている	BMI25以上の人の割合	男性	42.2%	減少	KDB(国保データベース)
			女性	12.3%	減少	
		中性脂肪が基準値(150)以上の人の割合	男性	11.1%	減少	
			女性	3.5%	減少	
		LDL コレステロール値が基準値(120)以上の人の割合	男性	53.3%	減少	
			女性	63.2%	減少	
		HDL コレステロール値が基準値(40)未満の人の割合	男性	13.3%	減少	
			女性	0.0%	維持	
		HbA1cが基準値(5.6)以上の人の割合	男性	77.8%	減少	
			女性	54.4%	減少	
		収縮期血圧が基準値(130)以上の人の割合	男性	55.6%	減少	
			女性	59.6%	減少	
		拡張期血圧が基準値(85)以上の人の割合	男性	33.3%	減少	
			女性	17.5%	減少	
	血清クレアチニンが基準値(1.3)以上の人の割合	男性	2.2%	減少		
		女性	0.0%	維持		
	メタボリックシンドローム該当者の割合	男性	31.1%	減少		
女性		5.3%	減少			
メタボリックシンドローム予備群の割合	男性	22.2%	減少			
	女性	3.5%	減少			
フレイル予防を行い、身体機能を維持して生活できる	平均要介護期間	男性	1.1年	短縮	奈良県データ	
		女性	5.4年	短縮		
	要介護(支援)者有病状況の筋骨格疾患の割合	51.8%	減少	KDB(国保データベース)		
中間 アウトカム	遊び等を通じて体を動かす機会を作ることができる	1日の総運動時間が60分以上の割合(こども園)	40.0% (令和7年)	増加	生活習慣アンケート	
		1日の総運動時間が60分以上の割合(小学校)	12.0% (令和7年)	増加		
		1日の総運動時間が60分以上の割合(中学校)	20.0% (令和7年)	増加		

分野別目標		指標		基準値 (令和6年)	目標	出典	
中間 アウトカム	フレイル予防の必要性を理解できている	フレイルについて、「言葉も意味もよく知っている」「言葉も知っているし、意味も大体知っている」人の割合	男性	26.7% (令和7年)	増加	健康についてのアンケート	
			女性	54.9% (令和7年)	増加		
	定期的な運動習慣を身につけている	1日合計30分以上の運動を週2日以上実施している人の割合	男性	75.9% (令和7年)	増加		KDB(国保データベース)
			女性	83.1% (令和7年)	増加		
		歩行速度が遅い人の割合	男性	48.9%	減少		KDB(後期高齢)
			女性	66.7%	減少		
		以前に比べて歩く速度が遅くなってきた人の割合	男性	66.7%	減少		KDB(後期高齢)
			女性	77.7%	減少		
	この1年間に転んだことがある人の割合	男性	22.2%	減少	KDB(後期高齢)		
		女性	24.5%	減少			
乳幼児期 学童期・思春期							
子どもの頃からの運動習慣作り	こども園での外遊びを通じた体力づくりと室内での体幹を鍛える遊びの推進	実施回数	通年	継続	東吉野村役場調べ		
	小学校でのひよトレ(週2回15分間全校児童で運動を行う)実施	実施回数	実施	週2回			
	乳幼児健診での保護者への啓発	実施回数	4回/年	継続			
青年期・壮年期・高齢期							
早期からのフレイル予防・介護予防対策の推進	シニア世代の健康教室	参加延べ人数	22	増加	東吉野村役場調べ		
	いきいき百歳体操での理学療法士によるミニ講座	参加人数	49	継続			
	いきいき百歳体操の実施	実施地区数	11カ所	継続			
フレイルの早期発見早期治療	骨粗鬆症検診の実施	実施の有無	未実施	実施	東吉野村役場調べ		
	まるごとフェスティバルでの骨密度検査	実施回数	年1回	継続			
全体							
運動しやすい環境づくり	広報誌、東吉野てれび、まるごとフェスティバルでの教室の周知	実施回数	通年	継続	東吉野村役場調べ		
	東吉野てれびでの自宅でできるフレイル予防(いきいきぶるぶる体操)	実施の有無	通年	継続			

分野別目標		指標		基準値 (令和6年)	目標	出典	
個別施策	運動しやすい環境づくり	各種教室(ヨガ、軽スポーツ、3B体操)の実開催	実施回数	年10回	継続	東吉野村役場調べ	
		各種スポーツ大会の実施	実施回数	年5回	継続		
		清流ウォークの実施	実施回数	年1回	継続		
		スポーツ推進委員の認定者数	人数	4	継続		
		村体育館、運動公園の無料貸し出し	実施の有無	通年	継続		
【休養・心の健康づくり】							
分野アウトカム	自分を大切にし、お互いを思いやり、命を大切にする	自殺死亡率(人口10万人当たりの自殺者数)		0	0	奈良県地域医療連携課 人口動態統計	
中間アウトカム	子育てに関する不安や悩みを表出できる	妊娠期に相談相手がいる親の割合		100%	100%	妊娠届出時アンケート	
		産後に相談相手がいる親の割合		100%	100%	出産後アンケート	
		ゆったりとした気分でこどもと過ごせる親の割合(3歳児)		75.0%	増加	乳幼児健診問診票	
		日常の育児の相談相手がいる親の割合(3歳児)		100%	100%		
	アイデンティティを持ち、自己肯定感および生きる強さを獲得することができる	普段家族と会話をする児の割合		100%	100.0%	こども子育て支援計画小中学生アンケート	
		悩みを相談する相手がいる児の割合		72.7%	100%		
		将来の夢を持っている児の割合		45.5%	増加		
		誰にも負けないところを持っていると感じている(そう思う、ややそう思う)児の割合		81.8%	増加		
		自分のことを認めてくれる人がいると感じている(そう思う、ややそう思う)児の割合		81.8%	増加		
	何か落ち込むことがあってもすぐに立ち直ることができる(そう思う、ややそう思う)児の割合		54.6%	増加			
	適切な心の健康づくりができる	こころの相談窓口を知っている人の割合	男性		38.6% (令和7年)	増加	健康についてのアンケート
			女性		60.4% (令和7年)	増加	
自分なりのストレス解消法がある人の割合		男性		77.8% (令和7年)	増加		
		女性		98.0% (令和7年)	増加		

分野別目標		指標		基準値 (令和6年)	目標	出典		
中間 アウトカム	適切な心の健康づくりができる	睡眠で休養が充分にとれている人の割合	男性	79.3% (令和7年)	増加	健康についてのアンケート		
			女性	85.2% (令和7年)	増加			
		7時間以上睡眠をとれている人の割合	男性	50.0% (令和7年)	増加			
			女性	50.1% (令和7年)	増加			
		身近に相談できる人や場所がある人の割合	男性	75.0% (令和7年)	増加			
			女性	90.2% (令和7年)	増加			
	精神疾患(認知症を含む)の発症リスクを低下することができる	週に1回以上外出している人の割合	男性	94.9% (令和7年)	増加			
			女性	88.9% (令和7年)	増加			
		週に1回以上、同居人以外の誰かと直接対面で会話をする機会がある人の割合	男性	98.4% (令和7年)	増加			
			女性	100% (令和7年)	維持			
		月に1回以上地域等で共食している人の割合	男性	58.6% (令和7年)	増加			
			女性	66.0% (令和7年)	増加			
	個別施策	妊娠・子育て期						
		子育てしやすい環境づくり	妊娠期、産後の伴走型支援(面談、訪問等)	実施率	100%		継続	第9期東吉野村介護予防・日常生活圏域ニーズ調査
子育てサロンの実施体制			実施の有無	実施	継続			

分野別目標	指標	基準値 (令和6年)	目標	出典	
子育てしやすい環境づくり	産後ケア実施体制の確立	実施の有無	未実施	実施	東吉野村役場調べ
乳幼児期					
命の大切さを理解できる環境づくり	こども園での植物や生き物の飼育を通じた学習	実施の有無	実施	継続	東吉野村役場調べ
学童期・思春期					
命の大切さを理解できる環境づくり	小学校、中学校での植物や生き物の飼育、道徳の授業を通じた学習	実施の有無	実施	継続	東吉野村役場調べ
	スクールカウンセリングの実施	実施の有無	実施	継続	
	若者向け講演会(命の授業等)の実施	実施の有無	未実施	実施	
青・壮年期・高齢期					
SOSを出しやすい、適切な相談ができる環境づくり	各種いきがい講座(ガーデニング・コーラス教室等)の開催	実施回数	年30回	継続	東吉野村役場調べ
	介護予防教室の開催	実施回数	年3回	継続	
	いきいき百歳体操	実施地区数	11カ所	継続	
	いきいきふれあいサロン	実施地区数	18カ所	継続	
	アクティブシニアスクール	実施回数	年4回	継続	
	高齢者福祉交流会	実施回数	年1回	継続	
	認知症初期集中支援	実施の有無	実施	継続	
	独居高齢者自宅訪問	実施の有無	実施	継続	
全体					
規則正しい生活習慣の確立、ストレスコーピング等に関する啓発促進	村広報での啓発	実施回数	年1回	継続	東吉野村役場調べ
適切な相談ができる環境づくり	各種相談窓口(悩み事相談、障害者介護相談、人権・行政・法律相談等)の開設	実施回数	月1回	継続	
	まるごとフェスティバルでの臨床心理士のおしゃべりコーナー開設	実施回数	年1回	継続	

個別施策

分野別目標		指標		基準値 (令和6年)	目標	出典
【飲酒・喫煙】						
分野 アウトカム	生活習慣病の発症・重症化予防が できている	収縮期血圧が基準値(130)以上の人の割合	男性	55.6%	減少	KDB(国保データベース)
			女性	59.6%	減少	
		拡張期血圧が基準値(85)以上の人の割合	男性	33.3%	減少	
			女性	17.5%	減少	
		中性脂肪が基準値(150)以上の人の割合	男性	11.1%	減少	
			女性	3.5%	減少	
		LDL コレステロール値が基準値(120)以上 の人の割合	男性	53.3%	減少	
			女性	63.2%	減少	
	HDL が基準値(40)未満の人の割合	男性	13.3%	減少		
		女性	0.0%	維持		
	早世の原因となる疾患が減少して いる	肺がんの SMR	男性	106.1 (平成30年 ～令和4年)	100 未満	厚生労働省人口動態統計特殊報告
			女性	106.2 (平成30年 ～令和4年)	100 未満	
		肝がんの SMR	男性	93.9 (平成30年 ～令和4年)	100 未満	
			女性	108.5 (平成30年 ～令和4年)	100 未満	
中間 アウトカム	喫煙の健康被害を認識し、喫煙しな い	喫煙が体に悪いと認識している小学生の割合		92.0%	100%	防煙教室アンケート
		喫煙が体に悪いと認識している中学生の割合		100% (令和7年)	100%	
		20歳を過ぎたらたばこ「吸っていない」、「たぶん吸って いない」と思う小学生の割合		76.0%	100%	
		20歳を過ぎたらたばこ「吸っていない」、「たぶん吸って いない」と思う中学生の割合		88.9% (令和7年)	100%	
	20歳未満の飲酒による健康被害を認 識し、飲酒しない	20歳未満の飲酒による健康被害を認識している中学生 の割合		100% (令和7年)	100%	生活習慣アンケート

分野別目標		指標	基準値 (令和6年)	目標	出典	
中間 アウトカム	妊婦・胎児ともに健康に過ごすことができる	妊娠中に喫煙しない母親の割合	100%	100%	妊娠届出時のアンケート	
		妊婦の受動喫煙率	25.0%	0%		
		妊娠中に飲酒しない妊婦の割合	100%	100%		
	親が育児期間中に喫煙しない	育児期間中に喫煙しない母親の割合(4か月児健診)	100%	100%	乳幼児健診問診票	
		育児期間中に喫煙しない父親の割合(4か月児健診)	100%	100%		
		育児期間中に喫煙しない母親の割合(3歳児健診)	100%	100%		
		育児期間中に喫煙しない父親の割合(3歳児健診)	100%	100%		
	喫煙しない	たばこを吸っている人の割合	男性	8.8% (令和7年)	減少	健康についてのアンケート
			女性	1.9% (令和7年)	減少	
		たばこをやめたいと思っている人の割合	男性	60.0% (令和7年)	増加	
			女性	0.0% (令和7年)	増加	
	望まない受動喫煙にあわない	たばこの煙を吸う機会があった人の割合	男性	46.3% (令和7年)	減少	
			女性	35.3% (令和7年)	減少	
		COPDについて「言葉も意味もよく知っている」「言葉も知っており、意味も大体知っている」人の割合	男性	25.4% (令和7年)	増加	
			女性	43.8% (令和7年)	増加	
生活習慣病予防に気をつけた飲酒を心がける	毎日飲酒をする人の割合	男性	22.4% (令和7年)	減少		
		女性	3.8% (令和7年)	減少		
	1日3合以上飲酒している人の割合	男性	6.5% (令和7年)	減少		
		女性	0.0% (令和7年)	維持		

分野別目標	指標	基準値 (令和6年)	目標	出典	
乳幼児期・学童期・思春期					
喫煙・飲酒が健康に及ぼす害と受動喫煙防止の普及啓発	こども園での防煙教育	実施回数	未実施	1回/3年	東吉野村役場調べ
	小学校での防煙教育	実施回数	1回/3年	継続	
	中学校での防煙教育	実施回数	1回/3年	継続	
	小学校での薬物乱用防止教室	実施回数	1回/2年	継続	
	中学校での薬物乱用防止教室	実施回数	1回/年	継続	
妊娠期・子育て期					
妊婦への禁煙・禁酒の促進、保護者への禁煙の促進	妊娠届出時の妊婦の喫煙・飲酒状況の確認及び指導	実施率	100%	100%	東吉野村役場調べ
	新生児訪問時の家族の喫煙・飲酒状況の確認及び指導	実施率	100%	100%	
	乳幼児健診で、喫煙者・家族の喫煙者に対する禁煙指導	実施率	100%	100%	
青年期・壮年期・高齢期					
禁煙と受動喫煙防止に関する普及啓発	がん検診の場での禁煙・受動喫煙防止に関する普及啓発	実施回数	年1回	継続	東吉野村役場調べ
	禁煙の促進	特定保健指導での喫煙者に対する禁煙指導	実施率	100%	
健診結果説明会、健康相談等での喫煙者に対する禁煙指導		実施率	100%	100%	
生活習慣病予防に気をつけた飲酒に関する普及啓発	がん検診の場での生活習慣病予防に気をつけた飲酒に関する普及啓発	実施回数	年1回	継続	
	特定保健指導での生活習慣病予防に気をつけた飲酒に関する普及啓発	実施率	100%	100%	
	健診結果説明会、健康相談等での生活習慣病予防に気をつけた飲酒に関する普及啓発	実施率	100%	100%	
全体					
受動喫煙のない環境づくり	村公共施設や村内飲食店等への受動喫煙防止の啓発(啓発グッズ・リーフレットの配布)	実施回数	未実施	年1回	東吉野村役場調べ
禁煙と受動喫煙防止に関する普及啓発	広報・ホームページ等での禁煙・受動喫煙防止に関する普及啓発	実施回数	年1回	継続	
	まるごとフェスティバルでの禁煙・受動喫煙防止に関する普及啓発	実施回数	年1回	継続	

個別施策

分野別目標		指標		基準値 (令和6年)	目標	出典
個別施策	希望者が禁煙できる環境づくり	禁煙をしたいと考えている方への禁煙支援医療機関の紹介	実施率	100%	100%	東吉野村役場調べ
		禁煙相談窓口の設置	設置の有無	未実施	実施	
		禁煙外来受診費用助成	助成の有無	未実施	実施	
【歯と口腔の健康】						
分野アウトカム	健やかな歯と口腔を保ち、むし歯や歯周病の予防ができる	3歳児でう蝕のない者の割合		50.0%	95.0%	乳幼児健診問診票
		小学生で永久歯のう蝕がない児童の割合		64.5%	増加	吉野郡学校保健実態調査
		中学生で永久歯のう蝕がない生徒の割合		86.7%	増加	
		小学生で歯肉に所見がない児童の割合		96.8%	増加	
		中学生で歯肉に所見がない生徒の割合		73.3%	増加	
	生涯を通じて自分の歯でしっかり噛める	60代における咀嚼良好者の割合		90.5% (令和7年)	100.0%	健康についてのアンケート
		60歳(55~64歳)で自分の歯が24本以上の者の割合	男性	66.7% (令和7年)	95.0%	
			女性	85.7% (令和7年)	95.0%	
		80歳(75~84歳)における咀嚼良好者の割合	男性	76.5% (令和7年)	80.0%	
			女性	76.5% (令和7年)	80.0%	
		生涯を通じて自分の歯でしっかり噛める	80歳(75~84歳)で自分の歯が20本以上の者の割合	男性	47.1% (令和7年)	
	女性			41.2% (令和7年)	75.0%	
	半年前に比べて固いものが食べにくくなった高齢者の割合		男性	30.2%	減少	
			女性	37.2%	減少	
	お茶や汁物等でむせることがある高齢者の割合		男性	22.2%	減少	
女性			36.2%	減少		
中間アウトカム	むし歯や歯周病予防のためのセルフケア行動がとれている		毎日3回以上歯みがきをしている児の割合(こども園)		60.0% (令和7年)	100%
		毎日3回以上歯みがきをしている児の割合(小学校)		64.0% (令和7年)	100%	
		毎日3回以上歯みがきをしている児の割合(中学校)		80.0% (令和7年)	100%	

分野別目標		指標		基準値 (令和6年)	目標	出典		
中間アウトカム	むし歯や歯周病予防のためのセルフケア行動がとれている	歯科医師による定期的なチェックを受けている者の割合(20歳以上)	男性	43.6% (令和7年)	70.0%	健康についてのアンケート		
			女性	58.5% (令和7年)	80.0%			
		1日3回歯みがきをしている人の割合	男性	16.4% (令和7年)	増加			
			女性	28.0% (令和7年)	増加			
		補助清掃用具を使っている人の割合	男性	42.9% (令和7年)	増加			
			女性	79.2% (令和7年)	増加			
		かかりつけの歯科医院がある人の割合	男性	75.4% (令和7年)	増加			
			女性	88.9% (令和7年)	増加			
		むし歯や歯周病の早期発見早期治療	歯周疾患検診の受診率		—		増加	歯周疾患検診
			歯周疾患検診で要精密検査となった者のうち、精密検査受診者率		—		100%	
個別施策	乳幼児期							
	発達に応じた口腔機能を獲得し、歯みがき習慣の基本を身につけるための普及啓発をし、むし歯予防に努める	乳幼児健診歯科検診の実施	受診率	100%	100%	東吉野村役場調べ		
		乳幼児健診歯科相談の実施	受診率	100%	100%			
		乳幼児健診フッ化物歯面塗布の実施	実施回数	年3回	継続			
		こども園むし歯予防教室の開催	実施回数	年1回	継続			
	学童期・思春期							
	歯と口の健康課題の発見・解決を自立的にできるための普及啓発	小学校むし歯予防教室の開催	実施回数	1回/2年	継続	東吉野村役場調べ		
		中学校むし歯予防教室の開催	実施回数	1回/3年	継続			
	妊婦・子育て期							
	妊婦のむし歯予防や歯周病予防	妊娠届出時の歯周疾患予防の啓発	実施率	100%	100%	東吉野村役場調べ		
妊婦歯科検診の実施(令和8年度)		実施の有無	—	実施				

分野別目標		指標	基準値 (令和6年)		目標	出典
個別施策	青・壮年期					
	歯周病や口腔機能の低下を予防するための普及啓発	歯科衛生士によるお口の健康講座	実施の有 無	未実施	実施	東吉野村役場調べ
		個別歯科・歯周疾患検診(個別検診)の実施	実施の有 無	未実施	実施	
	高齢期					
	歯周病や口腔機能の低下を予防するための普及啓発	訪問歯科診療の実施	体制確保	実施	継続	東吉野村役場調べ
	全体					
	歯周疾患予防に関する普及啓発	広報誌での歯周疾患予防の情報提供	実施回数	年1回	継続	東吉野村役場調べ
歯科保健体制の充実	歯科保健担当者会議	実施の有 無	未実施	実施		
【特定健康診査・がん検診】						
分野アウトカム	生活習慣病・がんを早期に発見し、重症化予防ができています	BMI25以上の人割合	男性	42.2%	減少	KDB(国保データベース)
			女性	12.3%	減少	
		中性脂肪が基準値(150)以上の人の割合	男性	11.1%	減少	
			女性	3.5%	減少	
		LDLコレステロール値が基準値(120)以上の人の割合	男性	53.3%	減少	
			女性	63.2%	減少	
		HDLコレステロール値が基準値(40)未満の人の割合	男性	13.3%	減少	
			女性	0.0%	維持	
		HbA1cが基準値(5.6)以上の人の割合	男性	77.8%	減少	
			女性	54.4%	減少	
		収縮期血圧が基準値(130)以上の人の割合	男性	55.6%	減少	
			女性	59.6%	減少	
		拡張期血圧が基準値(85)以上の人の割合	男性	33.3%	減少	
			女性	17.5%	減少	
血清クレアチニンが基準値(1.3)以上の人の割合	男性	2.2%	減少			
	女性	0.0%	維持			
新規透析導入数		0人	0人			

分野別目標		指標		基準値 (令和6年)	目標	出典
分野 アウトカム	生活習慣病・がんを早期に発見し、重症化予防ができています	心疾患の SMR	男性	112.6 (平成30年 ～令和4年)	100 未満	厚生労働省人口動態統計特殊報告
			女性	95.3 (平成30年 ～令和4年)	100 未満	
		脳血管疾患の SMR	男性	81.0 (平成30年 ～令和4年)	100 未満	
			女性	90.6 (平成30年 ～令和4年)	100 未満	
		胃がんの SMR	男性	105.8 (平成30年 ～令和4年)	100 未満	
			女性	108.7 (平成30年 ～令和4年)	100 未満	
		肺がんの SMR	男性	106.1 (平成30年 ～令和4年)	100 未満	
			女性	106.2 (平成30年 ～令和4年)	100 未満	
		大腸がんの SMR	男性	84.3 (平成30年 ～令和4年)	100 未満	
			女性	91.2 (平成30年 ～令和4年)	100 未満	

分野別目標		指標		基準値 (令和6年)	目標	出典	
分野 アウトカム	生活習慣病・がんを早期に発見し、重症化予防ができています	肝がんの SMR	男性	93.9 (平成30年 ～令和4年)	100 未満	厚生労働省人口動態統計特殊報告	
			女性	108.5 (平成30年 ～令和4年)	100 未満		
		がん 75 歳未満年齢調整死亡率(人口 10 万 対)	男性	204.9 (令和3年)	100 未満	奈良県市町村の特性分析結果報告書	
			女性	0.0 (令和3年)	100 未満		
中間 アウトカム	年 1 回特定健診を受けることができ ている	特定健診受診率		34.6%	40%	法定報告値	
		特定保健指導実施率		9.1%	増加	KDB(国保データベース)	
	精密検査が必要な人が確実に受診で きている	医療機関受診レベル者精密検査受診率(40~74 歳)		73.5%	増加	国保連合会資料レッドカード事業実施 結果	
		レッドカード事業対象者医療機関受診率(40~74 歳)		36.4%	増加		
	健康な生活習慣を實踐できる	塩分を控えている人の割合	男性	71.9% (令和7年)	増加	健康についてのアンケート	
			女性	85.1% (令和7年)	増加		
		350g 以上野菜を摂取している人の割合	男性	16.4% (令和7年)	増加		
			女性	19.2% (令和7年)	増加		
		主食、主菜、副菜を組み合わせた食事が 1 日 2 回以上がほぼ毎日の人の割合	男性	72.4% (令和7年)	増加		
			女性	70.4% (令和7年)	増加		
		週 4 回以上朝食を抜いている人の割合	男性	8.8% (令和7年)	減少		
			女性	7.5% (令和7年)	減少		
		人と比較して食べる速度が速い人の割合	男性	44.4%	38.5%		KDB(国保データベース)
			女性	23.2%	減少		
毎日間食や甘い飲み物を摂取する人の割合	男性	20.0%	減少				
	女性	28.6%	減少				

分野別目標		指標		基準値 (令和6年)	目標	出典		
中間 アウトカム	健康な生活習慣を実践できる	1日合計30分以上の運動を週2日以上実施している人の割合	男性	75.9% (令和7年)	増加	健康についてのアンケート		
			女性	83.1% (令和7年)	増加			
		たばこを吸っている人の割合	男性	8.8% (令和7年)	減少			
			女性	1.9% (令和7年)	減少			
		たばこをやめたいと思っている人の割合	男性	60.0% (令和7年)	増加			
			女性	0% (令和7年)	増加			
		毎日飲酒をする人の割合	男性	22.4% (令和7年)	減少			
			女性	3.8% (令和7年)	減少			
		1日3合以上飲酒している人の割合	男性	6.5% (令和7年)	減少			
			女性	0% (令和7年)	維持			
		がん検診を定められた間隔で受診できている	肺がん検診受診率(40~69歳)		7.6%		増加	地域保健・健康増進事業報告(全住民)
			大腸がん検診受診率(40~69歳)		8.6%		増加	
			胃がん検診受診率(50~69歳)		4.9%		増加	
			乳がん検診受診率(40~69歳)		15.0%		増加	
子宮がん検診受診率(20~69歳)			9.8%	増加				
がん検診を定められた間隔で受診できている	一生のうち、肝炎ウイルス検診を受けている人の割合		27.9%	増加	村肝炎ウイルス検診結果			
精密検査が必要な人が確実に受診できている	肺がん検診精密検査受診率(40~74歳)		—	100%	村がん検診データ(全住民)			
	大腸がん検診精密検査受診率(40~74歳)		83.3%	100%				
	胃がん検診精密検査受診率(50~74歳)		100%	100%				
	乳がん検診精密検査受診率(40~74歳)		—	100%				
	子宮がん検診精密検査受診率(20~74歳)		100%	100%				

分野別目標	指標	基準値 (令和6年)	目標	出典			
個別施策	特定健診壮年期・高齢期				東吉野村役場調べ		
	受診勧奨	特定健診受診勧奨、再勧奨（個別通知）	受診勧奨率	100%		100%	
	特定健診を受診しやすい環境づくり	国保加入者への特定健診受診費用の無料化	実施の有無	実施		継続	
		集合健診の実施(がん検診(肺、大腸、胃)と特定健診の同時実施)	実施の有無	3回/年		継続	
		集合健診の日曜日開催	実施の有無	1回/年		継続	
		集合健診会場への送迎	実施の有無	実施		維持	
		個別健診の実施	実施の有無	7月~3月		継続	
		満35歳以上国保加入者への人間ドック費用の助成	実施の有無	未実施		実施	
		健康づくりポイント付与	実施の有無	実施		継続	
	特定保健指導の推進	国保加入者への特定保健指導受診勧奨(個別連絡)	実施率	100%		100%	
	CKD 対策の推進	レッドカード事業対象者への受診勧奨	実施率	100%		100%	
		医療機関受診レベルの方への個別受診勧奨	実施率	100%		100%	
		生活習慣改善レベルの方への保健指導の実施	実施率	—		100%	
	がん検診壮年期・高齢期					東吉野村役場調べ	
	受診勧奨	男性40~69歳、女性20歳~69歳への受診勧奨葉書の送付	実施率	100%			100%
		子宮頸がん未受診者への再勧奨葉書の送付	実施率	100%			100%
	がん検診を受診しやすい環境づくり	集合健診の実施(特定健診と同時実施)(再掲)	実施回数	3回/年			継続
		集合健診の日曜日開催(再掲)	実施の有無	1回/年			継続
婦人科検診(乳がん子宮がん)の実施		実施回数	3回/年	継続			
婦人科検診(乳がん子宮がん)の土曜日開催		実施の有無	1回/年	継続			

分野別目標		指標		基準値 (令和6年)	目標	出典
個別施策	がん検診を受診しやすい環境づくり	子宮がん検診の個別検診実施	実施の有 無	5月~3月	継続	東吉野村役場調べ
		子宮がん検診以外のがん検診の個別検診実施体制の確立	実施の有 無	未実施	実施	
		大腸がん検診節日年齢対象者(40,45,50,55,60歳)の受診費用無料化	実施の有 無	実施	継続	
		乳がん検診節日年齢対象者(40,45,50,55,60歳)の受診費用無料化	実施の有 無	実施	継続	
		子宮がん検診の節日年齢対象者(20,25,30,35,40歳)の受診費用無料化	実施の有 無	実施	継続	
		健康づくりポイント付与	実施の有 無	実施	継続	
	精密検査対象者への受診勧奨	肺がん検診精密検査対象者への受診勧奨	実施率	100%	100%	
		大腸がん検診精密検査対象者への受診勧奨	実施率	100%	100%	
		胃がん検診精密検査対象者への受診勧奨	実施率	100%	100%	
		乳がん検診精密検査対象者への受診勧奨	実施率	100%	100%	
		子宮がん検診精密検査対象者への受診勧奨	実施率	100%	100%	
	適切ながん検診の提供	肺がん検診精度管理の実施	チェック リスト実 施率	98.2%	100%	
		大腸がん検診精度管理の実施	チェック リスト実 施率	98.1%	100%	
		胃がん検診精度管理の実施	チェック リスト実 施率	98.1%	100%	
		乳がん検診精度管理の実施	チェック リスト実 施率	98.1%	100%	
		子宮がん検診精度管理の実施	チェック リスト実 施率	92.9%	100%	

分野別目標		指標	基準値 (令和6年)	目標	出典	
個別 施策	全体					
	健診受診率向上に関する普及啓発	村広報や東吉野てれびによる特定健診、がん検診の受診啓発	実施回数	通年	継続	東吉野村役場調べ
		まるごとフェスティバルでの特定健診、がん検診の受診啓発	実施回数	年1回	継続	
		商工会と連携した特定健診、がん検診の受診啓発	実施回数	年1回	実施	
		学校でのがん検診受診啓発	実施の有無	未実施	実施	

2. 健康についてのアンケート

健康についての アンケート

「みんなで目指す健康東吉野21(第3次)」計画策定
のための村民アンケート調査票

東吉野村役場 住民福祉課

健康についてのアンケート あなたのことについてお聞かせください。

1. 基本的なことからについて伺います

問1 性別はどちらですか?(どちらかに○)

- ①男性 ②女性

問2 令和7年4月1日の時点で何歳ですか?(数値を記入)

()歳

問3 過去1年間に健康診断(血液検査・血圧測定・尿検査等)やがん検診(乳がん・子宮がん検診は過去2年間)を受けましたか?

それぞれの健診・検診について、あてはまるところに○あるいは数値を記入してください。

項目	受けた	どこで受けましたか? (下の①～⑤から選択)	受けていない	受けなかった理由 (下の①～⑪から選択) ※⑪を選択した場合は、 具体的に記載してください
健康診断				
肺がん検診				
大腸がん検診				
胃がん検診				
乳がん検診				
子宮がん検診				

- ①村の健康診査やがん検診(集団または個別)
- ②職場や健康保険組合等(扶養者含む)の健康診査やがん検診
- ③個人的に医療機関で健康診査・がん検診を受診
- ④学校の健康診断
- ⑤上記①～④以外で受診

20歳以上の国民健康保険加入者及び75歳以上の後期高齢者は村の健康診査を無料で受けられます。また、年齢に応じたがん検診も500円で実施しています。今年度の健康診査・がん検診の実施時期と対象者は同封のお知らせのとおりです。ぜひお申込み下さい。

- ①健康診断があることを知らなかった
- ②受診方法がわからなかった
- ③持病で病院にかかっているから
- ④健康なので必要がないと思ったから
- ⑤結果を信用していないから
- ⑥時間的な余裕がないから
- ⑦面倒だから
- ⑧費用がかかるから
- ⑨結果を知るのが怖いから
- ⑩年齢や性別等が対象外だから
- ⑪その他
()

2. こころの健康づくりについて伺います

問4 ▶ 平日の平均睡眠時間はどれくらいですか？(数字を記入)

()時間くらい

問5 ▶ ここ1か月、睡眠で休養が充分とれていますか？(ひとつに○)

①充分とれている ②まあまあとれている ③あまりとれていない ④まったくとれていない

問6-1 ▶ ここ1か月間にストレスを感じたことがありますか？(ひとつに○)

①よくある ②少しある ③ない

問6-2 ▶ 問6-1で①または②と答えた方に伺います。ストレスを感じる内容をお聞かせください。(あてはまるものすべてに○)

①職場や仕事のこと(量・質・適性・人間関係) ②健康のこと ③経済的なこと
④家族のこと ⑤その他()

問6-3 ▶ 問6-1で①または②と答えた方に伺います。身近に相談できる人や相談できる場所がありますか？(ひとつに○)

①ある ②ない

問7 ▶ ストレスがある時の対処法をお聞かせください。(あてはまるものすべてに○)

①体を動かす(運動する) ②趣味を楽しむ ③リラックスする時間を作る
④テレビを見たりラジオを聴く ⑤家族や友人に悩みを聞いてもらう
⑥甘いものを食べる ⑦問題解決に努める ⑧楽観的に考えるようにする
⑨特にない ⑩その他()

問8 ▶ こころの相談窓口を知っていますか？(ひとつに○)

①知っている ②知らない

東吉野村では、月に1回臨床心理士による「悩み事相談所」を開設しています。相談された内容は秘密厳守されます。仕事や人間関係、子育ての悩みなど、どんな事でもお気軽にご相談ください。ご希望の方は、東吉野村役場住民福祉課(TEL:0746-42-0441)へご連絡ください。



5. 運動習慣について伺います

問15 「フレイル」という言葉を知っていますか？(あてはまるものに○)

- ①言葉も意味もよく知っている ②言葉も知っており、意味も大体知っている
③言葉は知っているが、意味を知らない ④言葉も意味も知らない

「フレイル」とは、加齢により心身が衰えた状態の事です。高齢者のフレイルは、生活の質を落とすだけでなく、様々な合併症も引き起こすリスクがあります。しかし、フレイルは早く介入して対策を行えば、元の健常な状態に戻る可能性があります。

問16-1 1日合計30分以上の運動(スポーツ、散歩、歩行、通勤、農作業、体を動かす家事等)をどれくらいの頻度でしていますか？(あてはまるものに○)

- ①毎日 ②週に2日以上 ③週に1回 ④ほとんどしていない

問16-2 問16-1で「④ほとんどしていない」と答えた方に伺います。その理由を教えてください。(あてはまるものすべてに○をし、⑧を選択した方は具体的な理由をご記入ください)

- ①時間がない ②場所がない ③運動する必要性を感じない
④一緒に運動する仲間がない ⑤面倒である ⑥体調が悪い
⑦人目が気になる ⑧その他()

東吉野てれびでは、理学療法士による「いきいきふるふる体操」を定期的に放映しています。自宅でもできる体操を紹介していますので、ぜひご活用ください。また、いきいき百歳体操の活動も支援しています。ご興味のある方は東吉野村役場住民福祉課(TEL:0746-42-0441)へご連絡ください。



6. 栄養・食生活について伺います

問17 あなたは1週間で何日、朝食を食べていますか?(ひとつに○)

- ①ほぼ毎日 ②週に4～5日 ③週に2～3日 ④ほとんど食べない

問18 1日に2回以上、主食・主菜・副菜のそろった食事をすることが、週に何日ありますか?(ひとつに○)

- ①ほぼ毎日 ②週に4～5日 ③週に2～3日 ④ほとんどない

「主食」とは主に米・パン・麺類等の料理、「主菜」とは主に魚・肉・卵・大豆製品を使った料理、「副菜」は主に野菜・きのこ・海藻類を使った料理の事です。

問19 健康的な食事を摂取するために、食材の調達(買物等)や調理(料理)が十分できていますか?(ひとつに○)

- ①調達(買物等)も調理(料理)も十分できている ②調達(買物等)が不十分である
③調理(料理)が不十分である ④調達(買物等)も調理(料理)もできていない

問20 食事をするとき塩分を控えていますか(調理する時も含む)?(ひとつに○)

- ①控えている ②少し控えている ③控えていない

問21 1日に350g以上野菜を食べていますか?(ひとつに○)

- ①ほぼ毎日食べている ②週に4～5日は食べている
③週に2～3日は食べている ④ほとんど食べていない

野菜の1日の目安量は350g(生野菜なら両手に3杯、温野菜なら片手に3杯分)です。

問22 地域の人や友人・知人(家庭・職場・学校を除く)と一緒に食事を食べる頻度はどのくらいですか?(ひとつに○)

- ①ほぼ毎日 ②週に1回以上 ③月に1回以上 ④年1回以上 ⑤一緒に食べることはない

問23-1 あなたのお酒を飲む頻度はどれくらいですか?(ひとつに○)

- ①毎日 ②週5～6日 ③週3～4日 ④週1～2日 ⑤月1～3日
⑥やめた(1年以上飲んでいない) ⑦ほとんど飲まない(飲めない)

問23-2 問23-1で①～⑤と答えた方に伺います。お酒を飲む日は清酒に換算し、1日どのくらいの量を飲みますか?(ひとつに○)

- ①1合(180ml) ②1合以上2合(360ml)未満 ③2合以上3合(540ml)未満
④3合以上4合(720ml)未満 ⑤4合以上5合(900ml)未満 ⑥5合以上

※清酒1合(180ml)は次の量にほぼ相当します。

清酒1合(180ml)・・・ビール・発泡酒(約500ml)、焼酎20度(135ml)、焼酎30度(80ml)、
ウイスキーダブル1杯(60ml)、ワイン2杯(240ml)

7. たばこについて伺います

問24-1 現在、たばこ(加熱式たばこ・電子たばこを含む)を吸いますか?(ひとつに○)

- ①吸っている ②以前は吸っていたが、今は吸わない ③以前から吸っていない

問24-2 問24-1で①と答えた方に伺います。たばこをやめたいと思いますか?(ひとつに○)

- ①やめたい ②やめたくない

「加熱式たばこ」とは、たばこ葉を直接加熱し、ニコチンを含む蒸気を吸引します。
「電子たばこ」とは、グリセリンや香料の入った液体(リキッド)を加熱して、蒸気を発生させて吸引します。

問25-1 この1か月間に、自分以外の人なたばこの煙を吸う機会がありましたか?(ひとつに○)

- ①あった ②なかった

問25-2 問25-1で①と答えた方に伺います。それはどこですか?(あてはまるものすべてに○)

- ①行政機関 ②職場 ③自宅 ④飲食店 ⑤その他()

問26 あなたはCOPD(慢性閉塞性肺疾患)という言葉を知っていますか?(ひとつに○)

- ①言葉も意味もよく知っている ②言葉も知っており、意味も大体知っている
③言葉は知っているが、意味を知らない ④言葉も意味も知らない

「COPD(慢性閉塞性肺疾患)」とは、慢性気管支炎や肺気腫等の病気の総称で、たばこの煙を主とする有害物質を長期に吸入することで生じた肺の炎症性疾患であり、喫煙習慣を背景に中高年に発症する生活習慣病のことで。



8. 歯の健康について伺います。

問27 ▶ ご自分の歯は何本ありますか？

()本

歯の数え方：「根っこだけ」や「差し歯」も1本とします。
親知らず、入れ歯、ブリッジ、インプラントは含みません。

問28 ▶ 食事をかんで食べる時の状態はどれにあてはまりますか？(ひとつに○)

- ①なんでもかんで食べることができる ②ほとんどかめない。
③歯や歯ぐき、かみ合わせなど気になる部分があり、かみにくいことがある。

問29 ▶ あなたは一日に何回歯をみがきますか？(あてはまるものすべてに○)

- ①0回 ②1回 ③2回 ④3回以上

問30 ▶ 歯みがきをいつしますか？(あてはまるものすべてに○)

- ①起床後 ②朝食後 ③昼食後 ④夕食後 ⑤寝る前 ⑥その他()

問31 ▶ デンタルフロスや歯間ブラシ等を利用していますか？(あてはまるものに○)

- ①利用している ②利用していない

問32 ▶ かかりつけの歯科医院がありますか？

- ①ある ②ない

問33-1 ▶ 定期的(1年に1回以上)に歯科医師による歯の健診を受けていますか？(ひとつに○)

- ①受けている ②受けていない

問33-2 ▶ 問33-1で②と答えた方に伺います。受けていない理由をお聞かせください。
(あてはまるものすべてに○)

- ①受診方法がわからなかった ②受診の必要がないと思ったから
③時間的な余裕がないから ④面倒だから ⑤費用がかかるから

問33-3 ▶ 問33-2で⑤と答えた方に伺います。費用の助成があれば、歯科健診を受けますか？
(ひとつに○)

- ①受ける ②受けない

質問は以上です。
ご協力ありがとうございました。



東吉野村
マスコットキャラクター
「ひよしちゃん」

3. 健康についてのアンケート調査結果

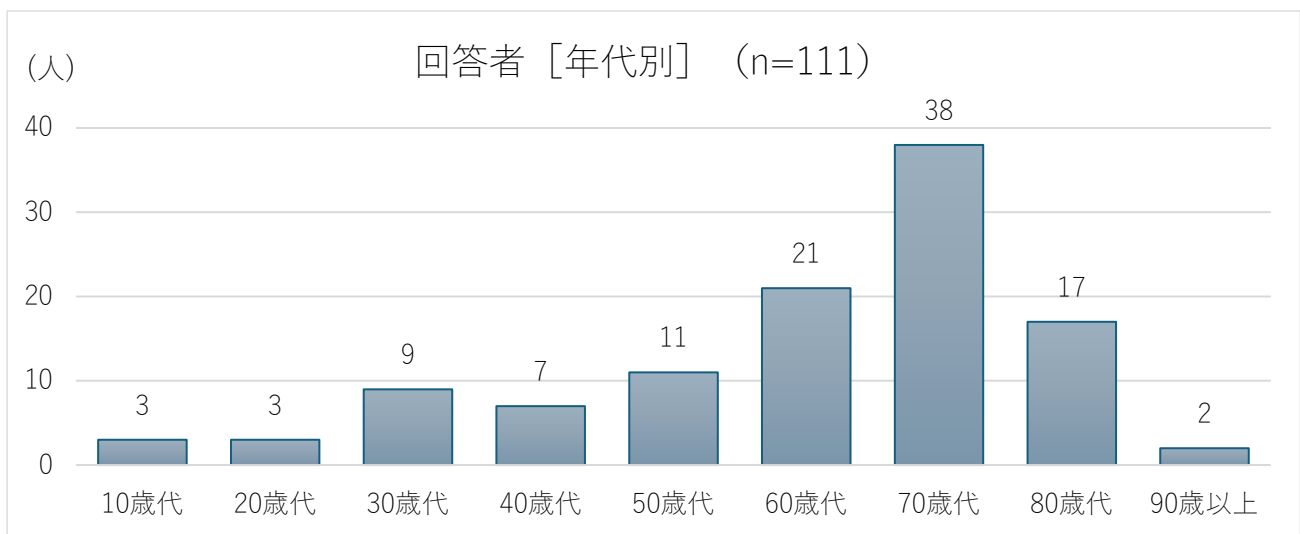
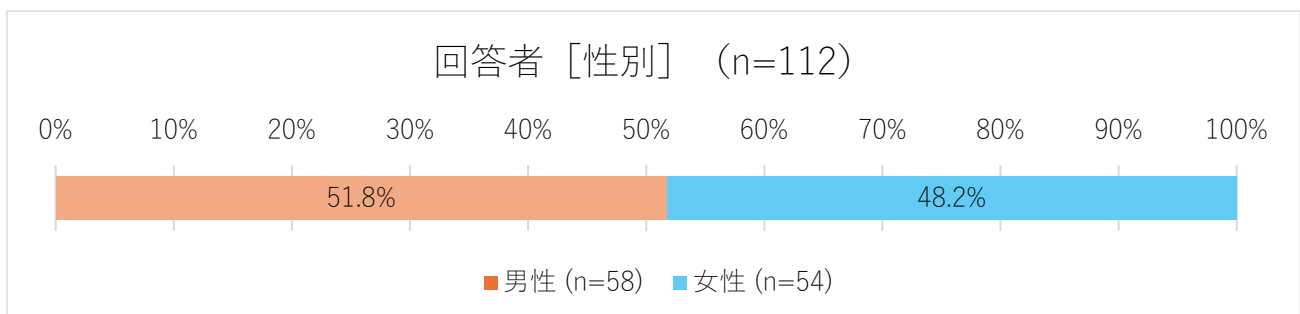
本計画を策定するにあたり、住民の健康状態や生活習慣等に関する実態を把握するため、下記要領で調査を行いました。

1. アンケート調査の実施要領

対象者	東吉野村内に住民登録から無作為に抽出された18歳以上の男女
対象者数	200名
調査期間	令和7年6月6日～6月23日
調査方法	郵送による発送、回収
有効回答者（率）	113名（56.5%） 集計対象：7月6日までに到着したアンケート

2. 調査結果

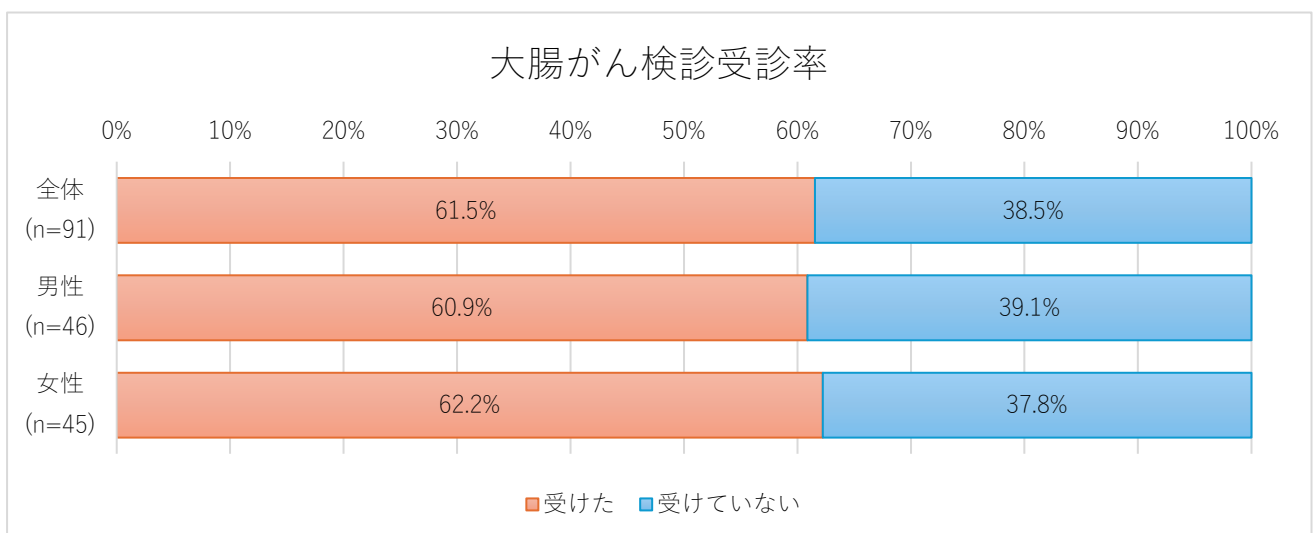
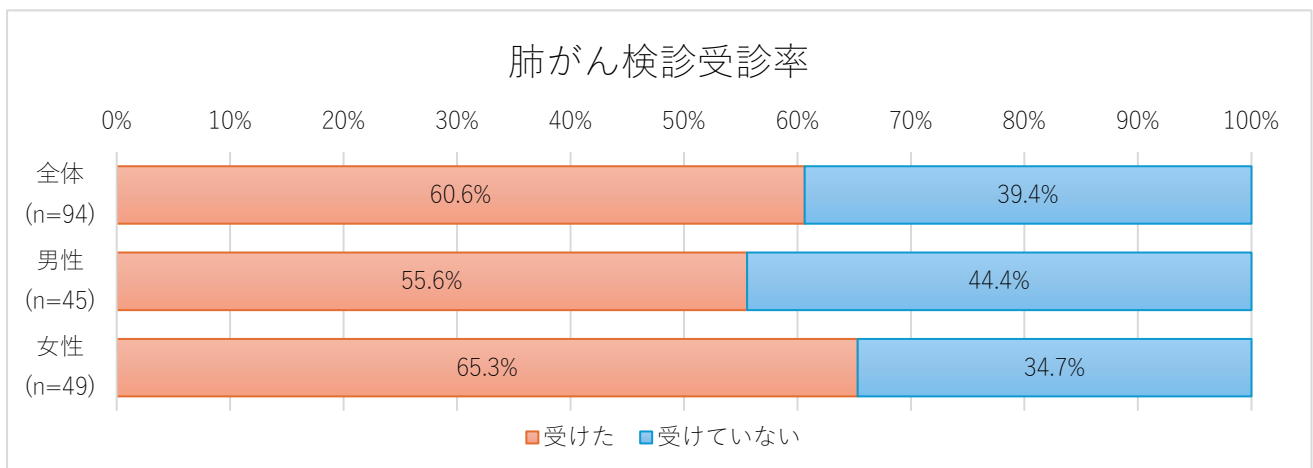
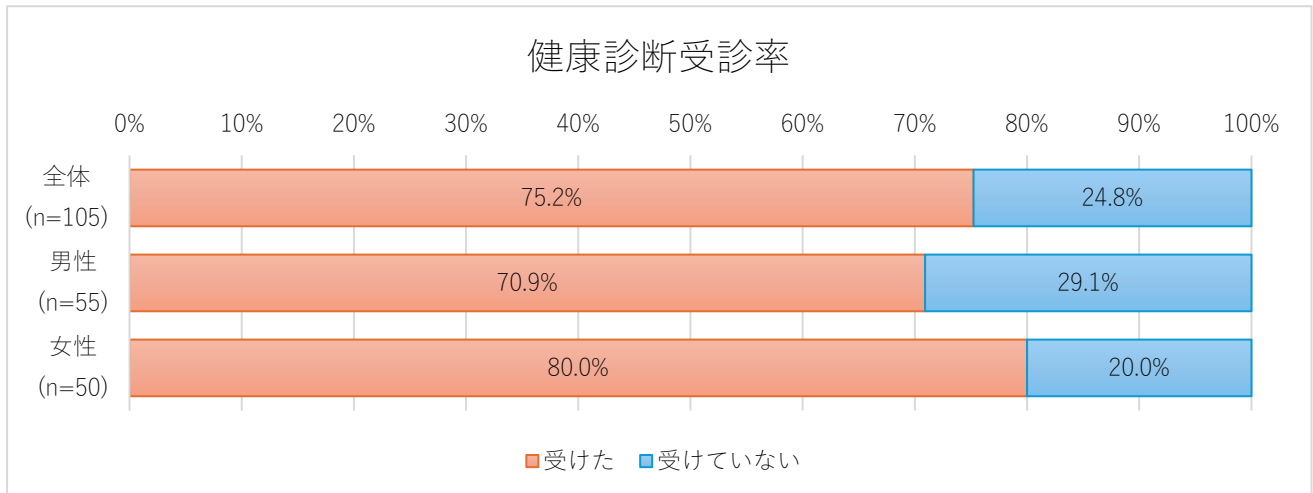
(1) 有効回答者の性別、年齢別人数



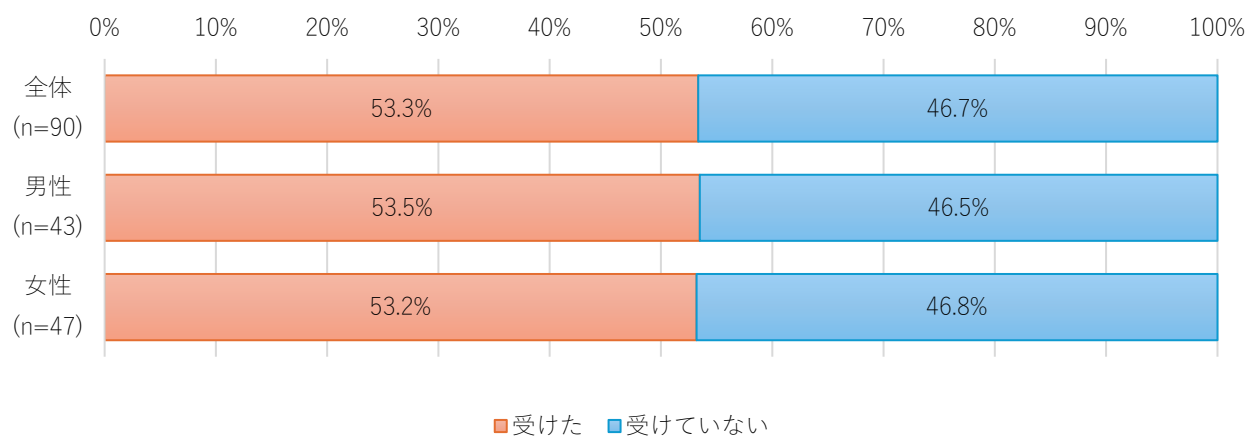
(2) 健康診査・がん検診について

【健康診査・がん検診の受診状況】

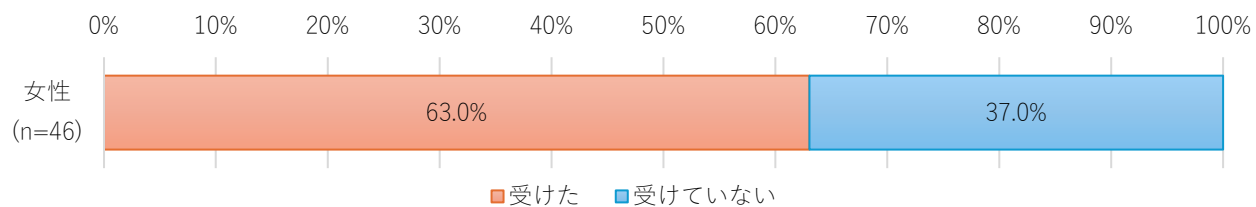
- ・健康診断の受診率は全体の75.2%で、男性より女性の受診率が高くなっています。
- ・がん検診の受診率については、肺がん検診が60.6%、大腸がん検診が61.5%、胃がん検診が53.3%となっており、胃がん検診以外は男性より女性の受診率が高くなっています。



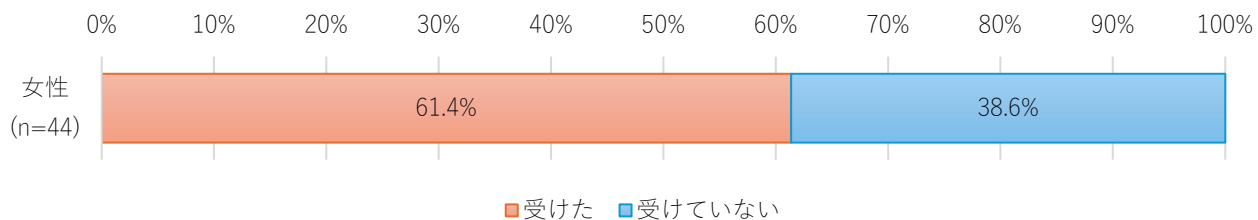
胃がん検診受診率



乳がん検診受診率

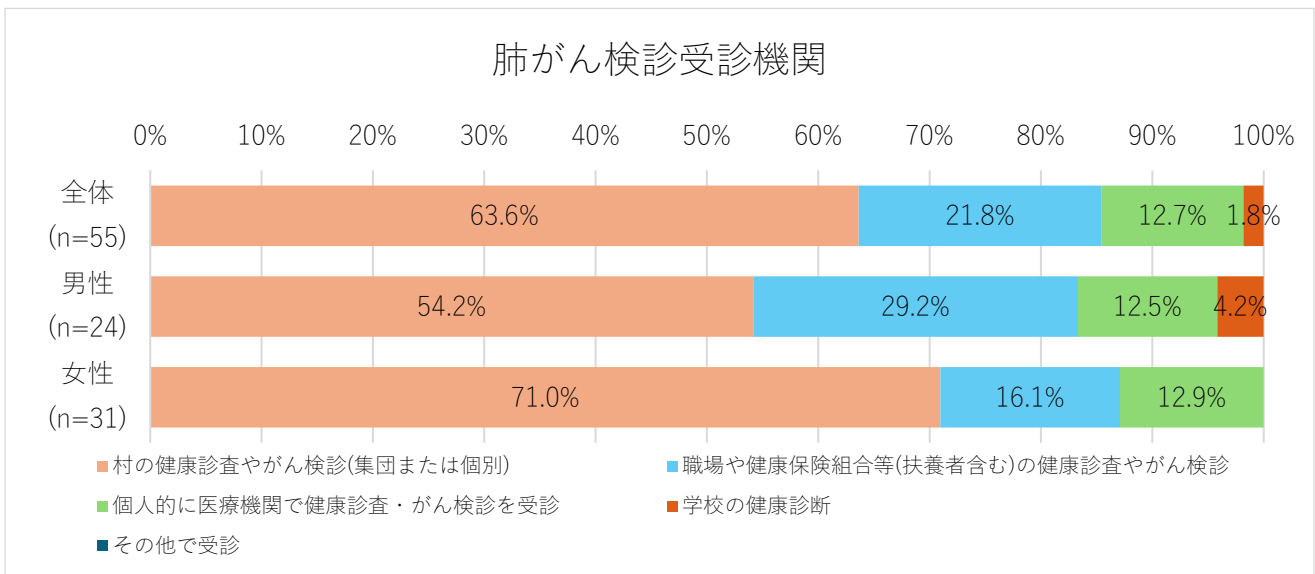
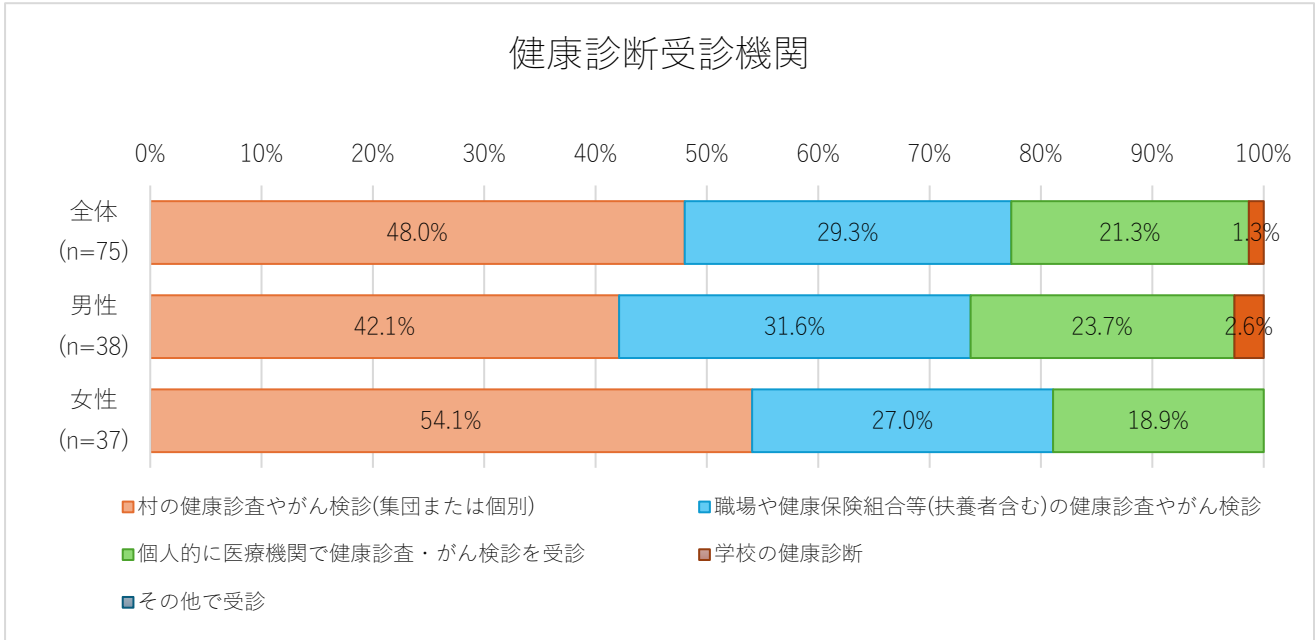


子宮がん検診受診率

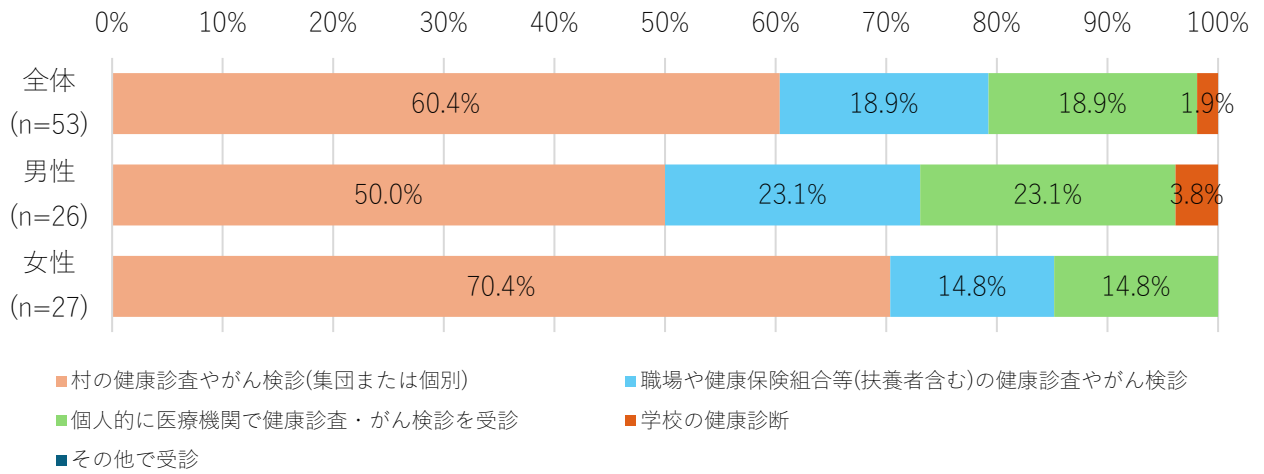


【健康診査・がん検診の受診先】

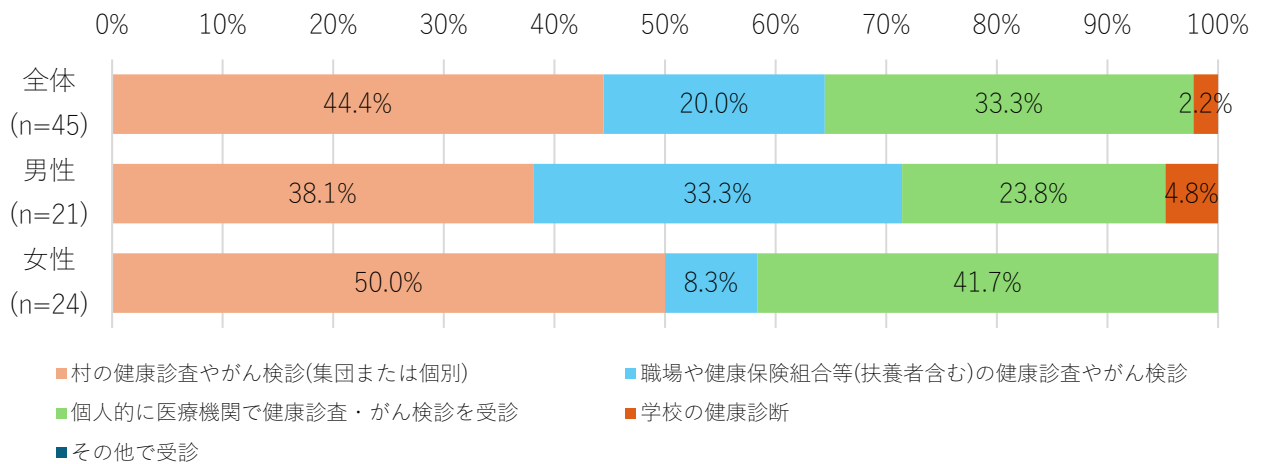
・健康診査、がん検診の受診先については、村の健康診査・がん検診が最も多く、次いで職域、個人的に医療機関で受診となっています。



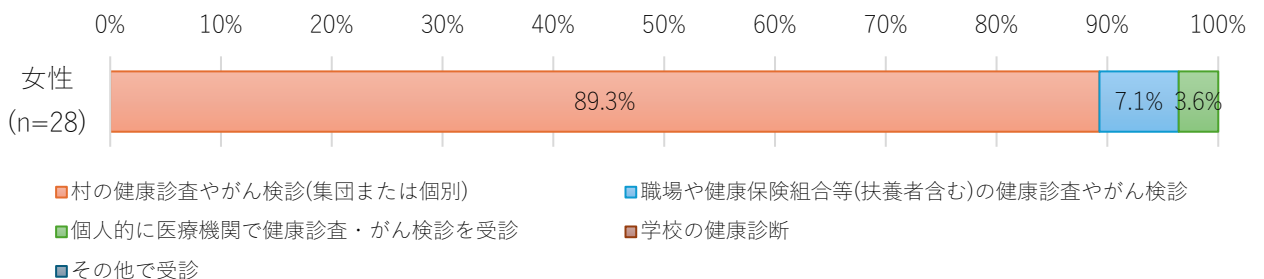
大腸がん検診受診機関



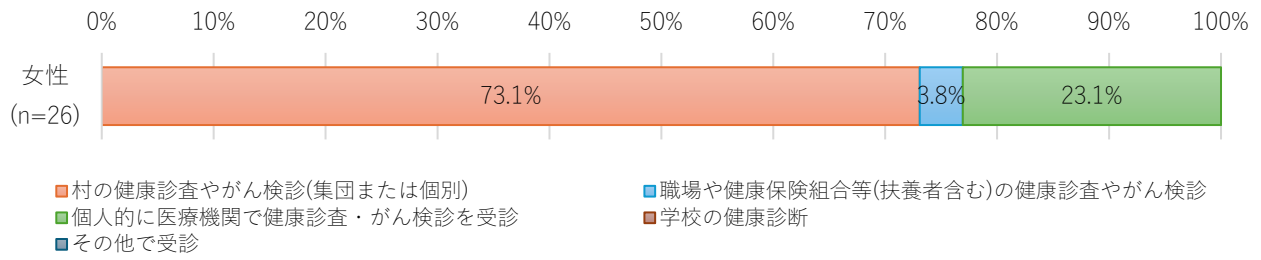
胃がん検診受診機関



乳がん検診受診機関



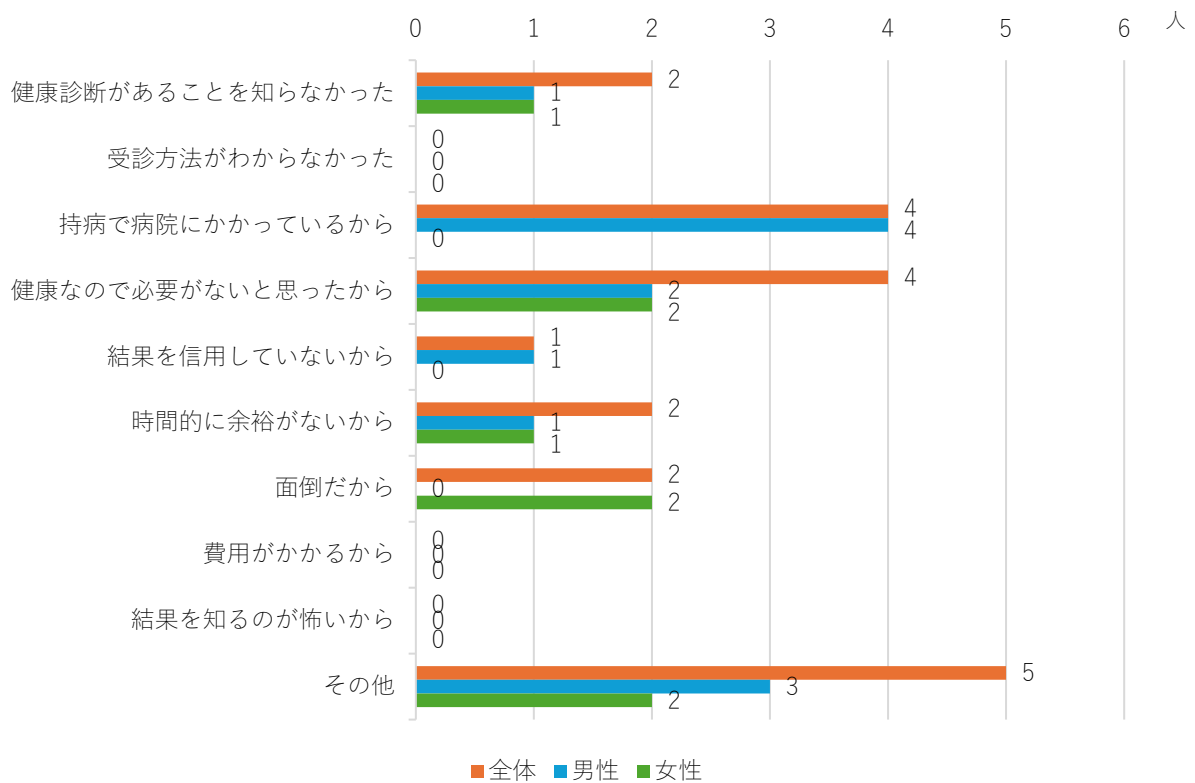
子宮がん検診受診機関



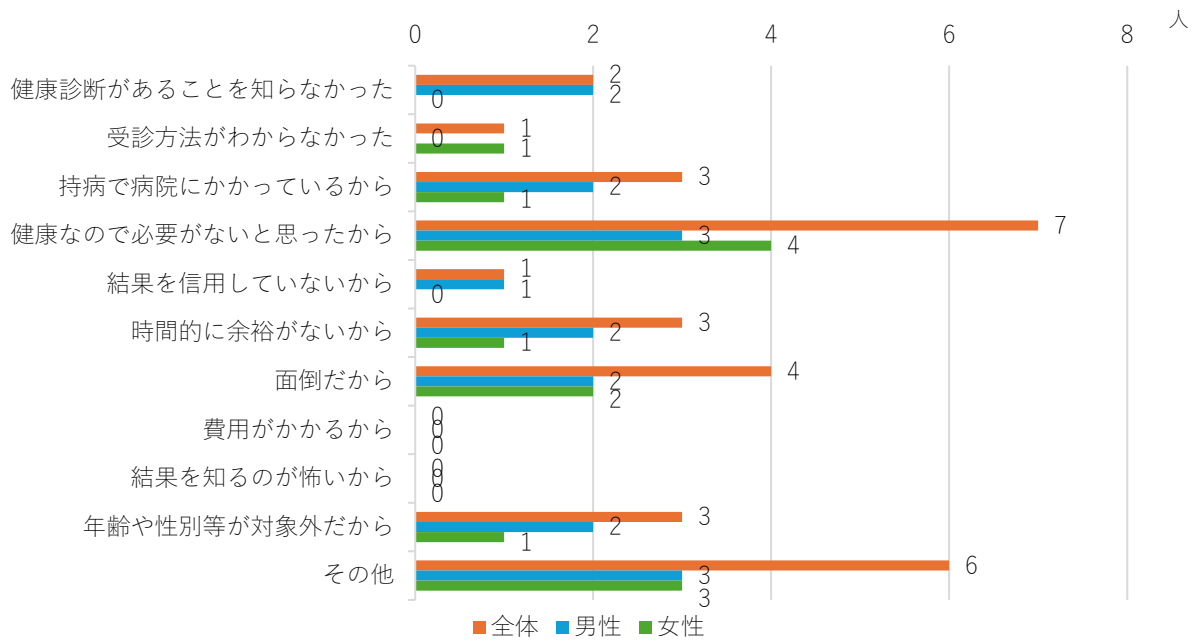
【健診・検診を受診しない理由】

各健診・検診を受けなかった理由については、「健康なので必要がないと思ったから」が最も多く、次いで「持病で病院にかかっているから」や「時間的に余裕がないから」となっています。

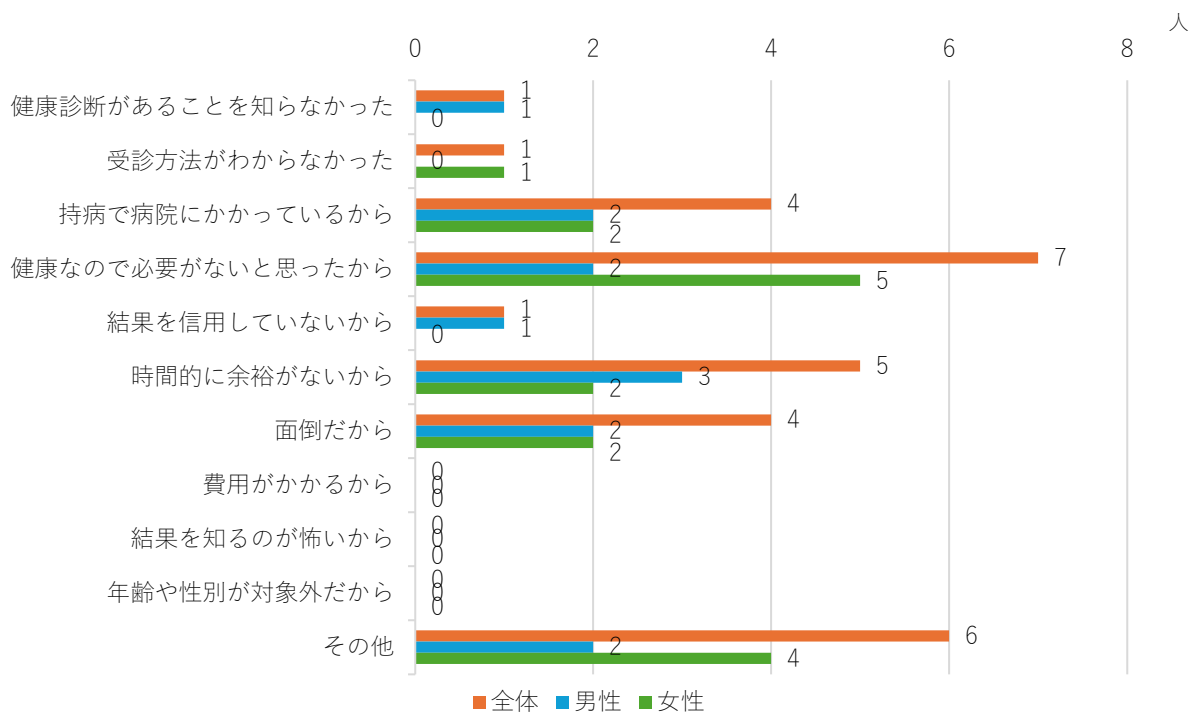
健康診断を受けなかった理由(n=20)



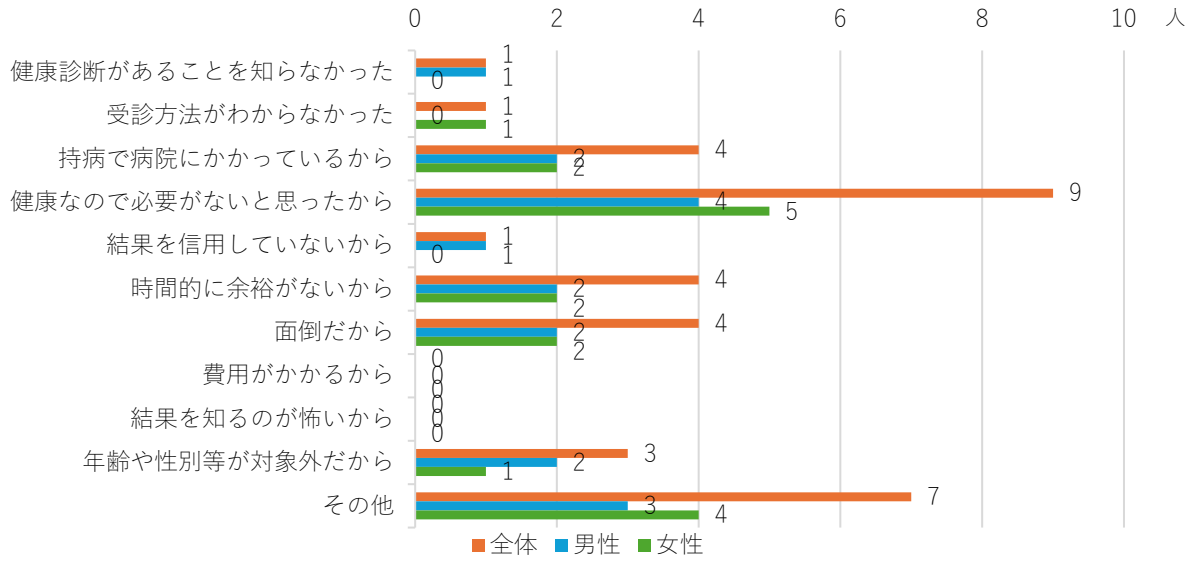
肺がん検診を受けなかった理由(n=30)



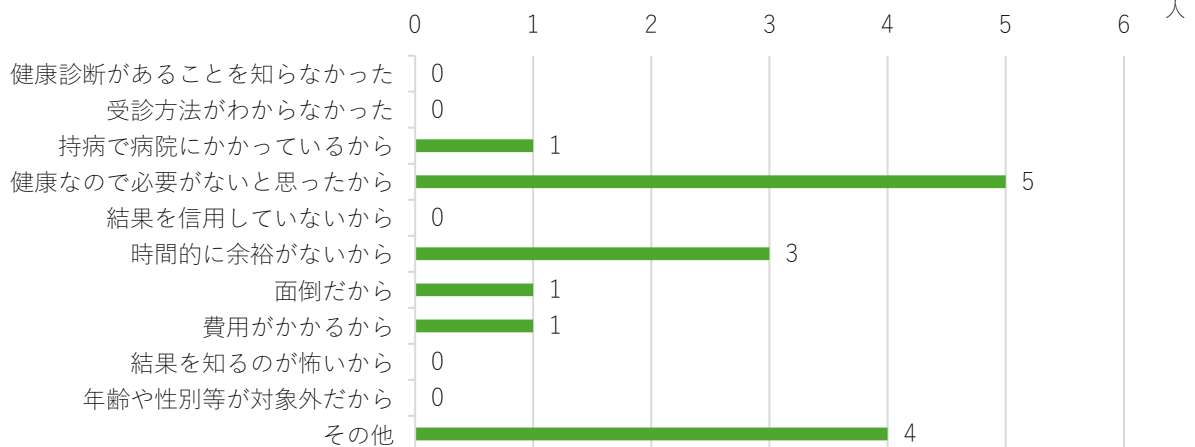
大腸がん検診を受けなかった理由(n=29)



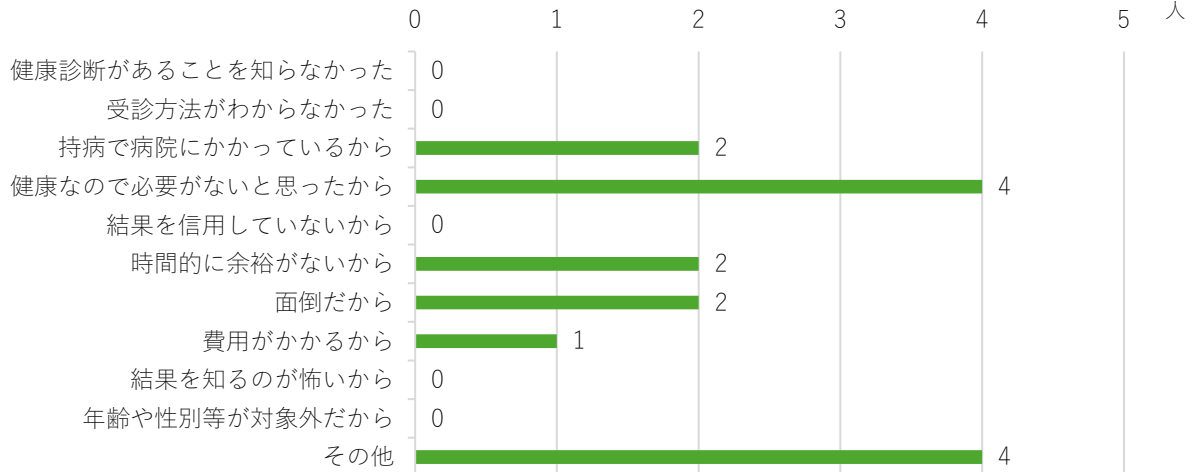
胃がん検診を受けなかった理由(n=34)



乳がん検診を受けなかった理由(n=15)



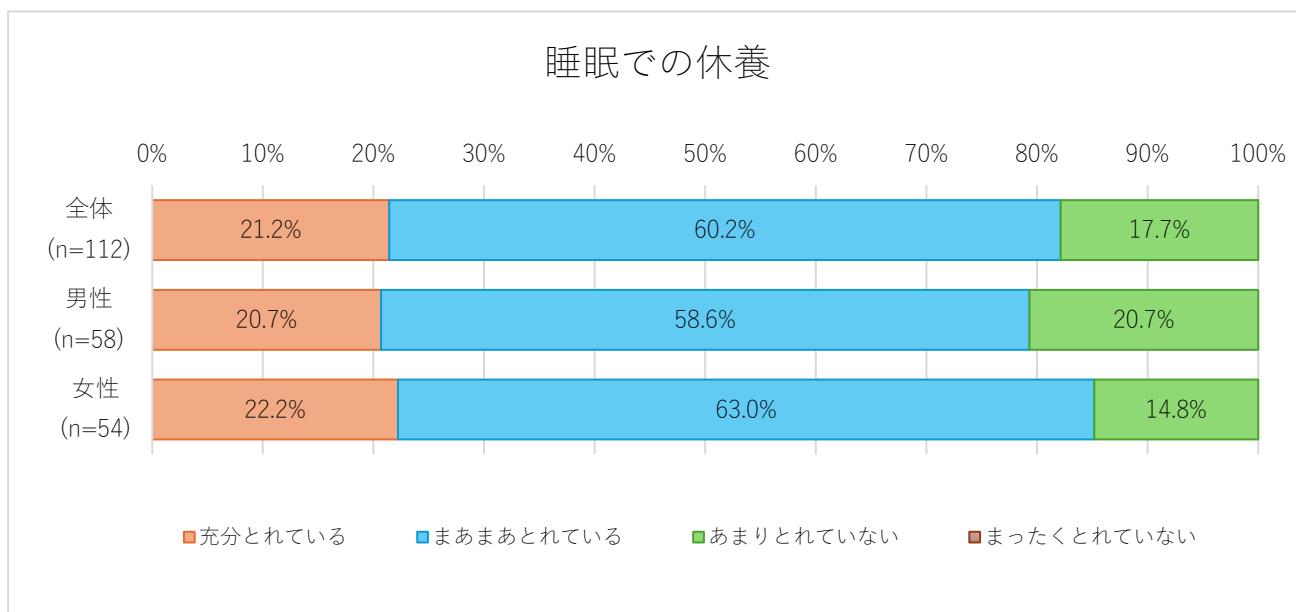
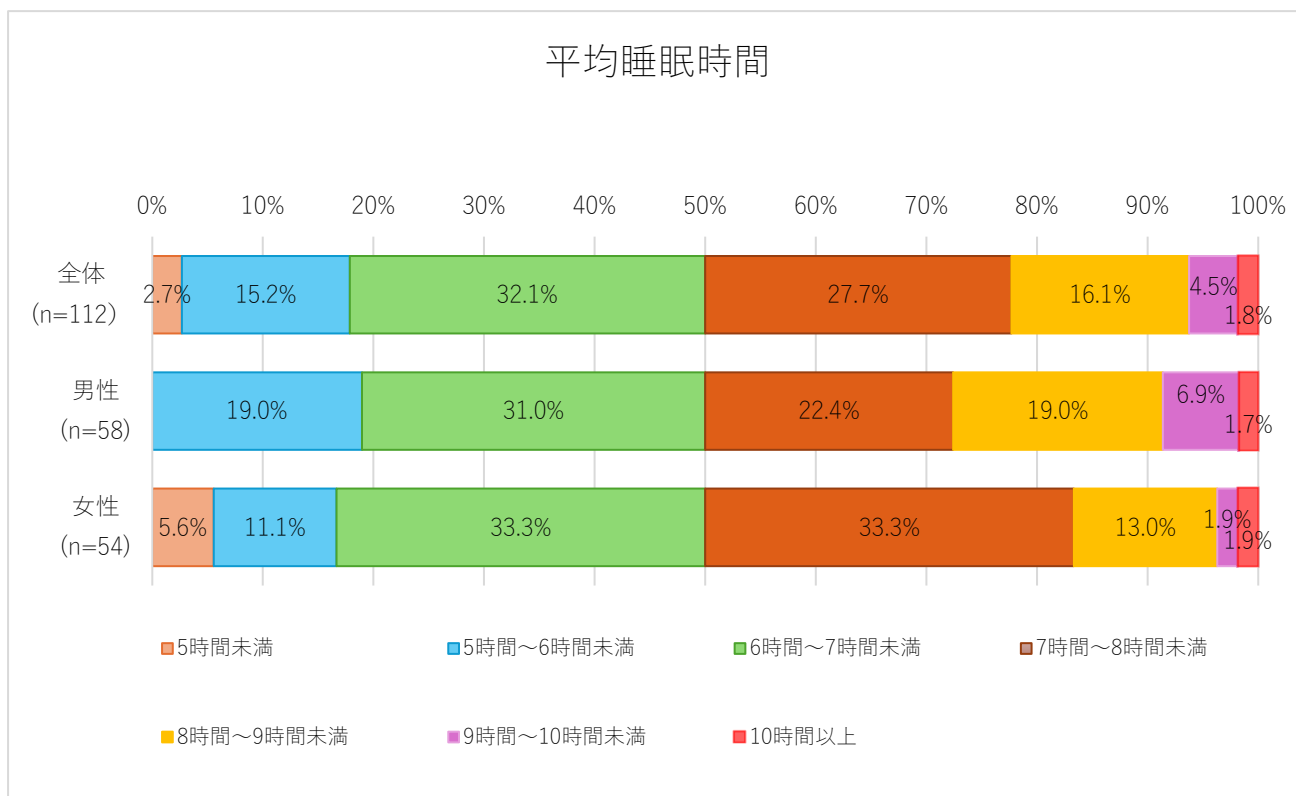
子宮がん検診を受けなかった理由(n=15)



(3) こころの健康づくりについて

【休養の状況】

- ・睡眠時間については、全体の約5割が7時間以上睡眠をとれていました。
- ・睡眠での休養では、全体の81.4%がとれており、男性の方が休養をとれていない傾向があります。

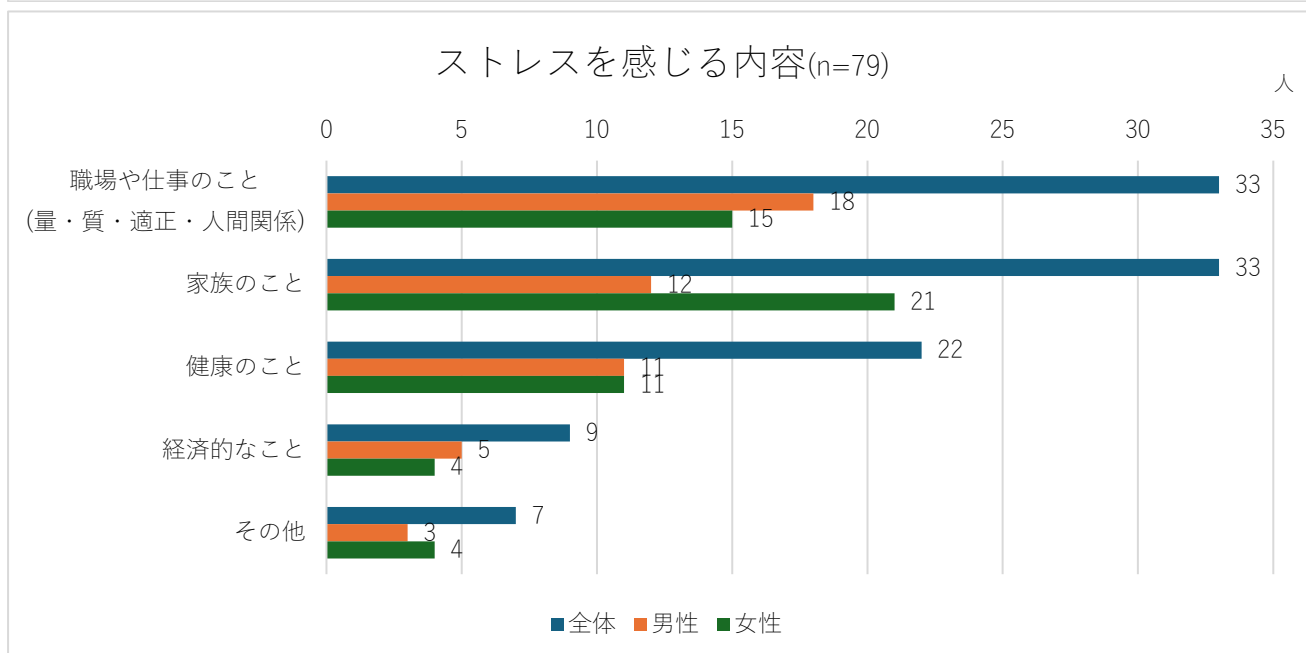
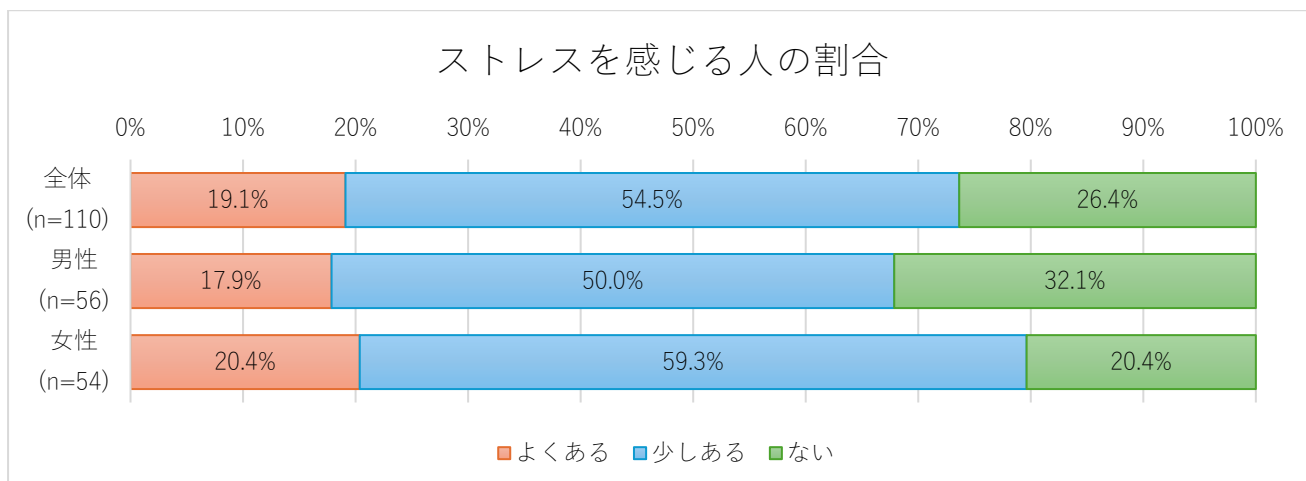


【ストレスの有無とその内容】

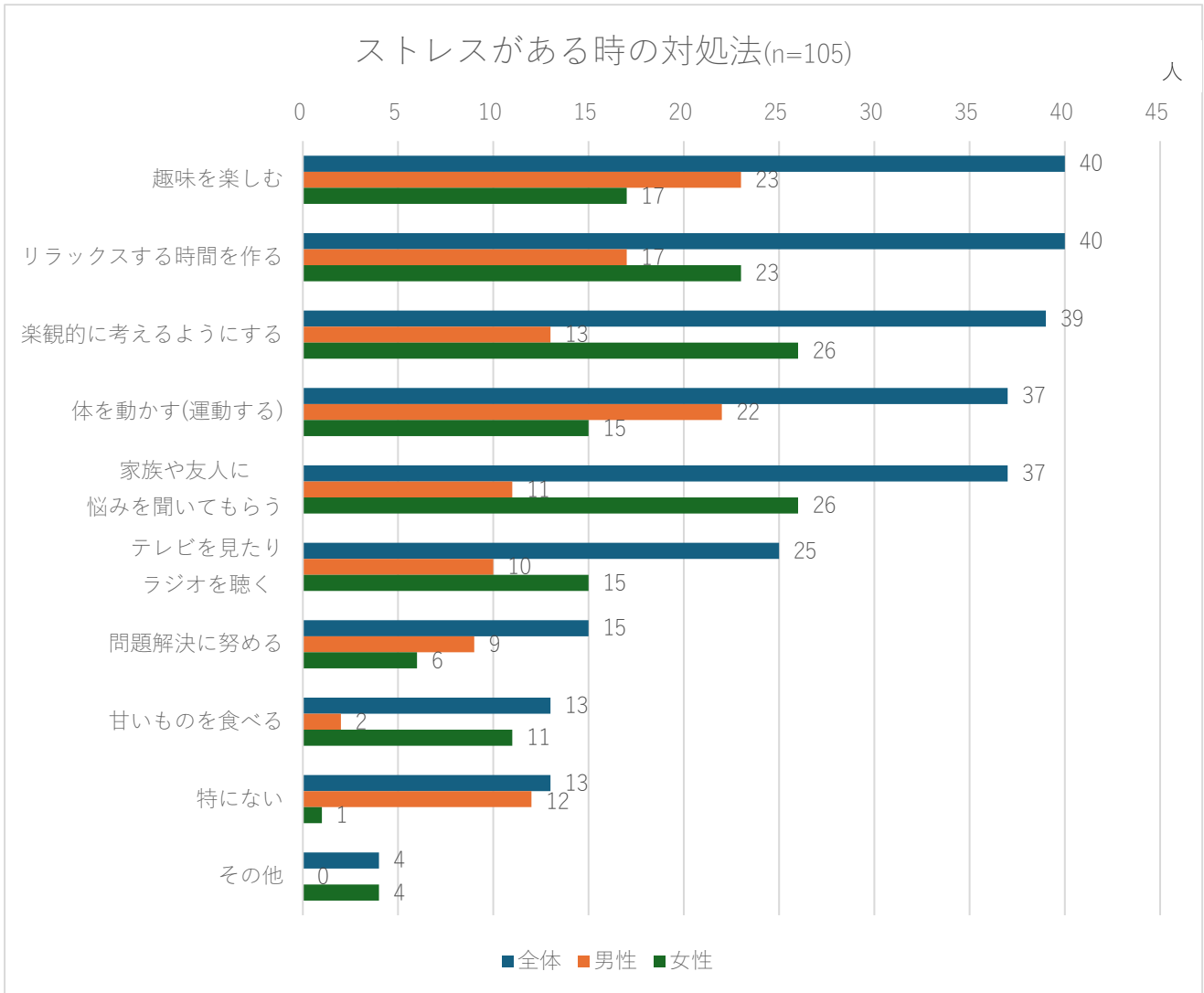
- ・ストレスを感じる人の割合は、73.6%で女性の割合が多い傾向にあります。
- ・ストレスを感じる内容は、男性は「職場や仕事のこと」が最も多く、女性は「家族のこと」が最も多くなっています。

【ストレスへの対処法と相談先】

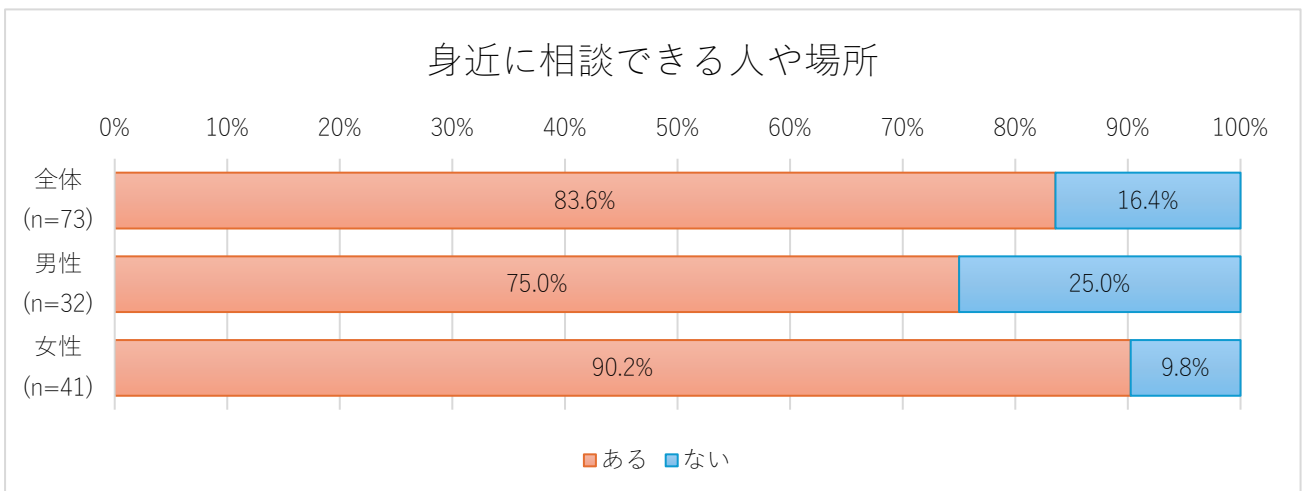
- ・ストレスへの対処法は男女間で差が見られ、男性では「趣味を楽しむ」、「体を動かす」等、何かに打ち込んでストレスを発散させる傾向にある一方、女性では「家族や友人に悩みを聞いてもらう」、「楽観的に考えるようにする」等、思いを吐き出したり、ストレスを柔軟に受け止めて解消する傾向が見られました。
- ・直近1か月間にストレスを感じたことがある人の身近に相談できる人や場所の有無については、83.6%があると回答しており、女性の方が相談先をもっている傾向にあります。
- ・こころの相談窓口については、全体の49.1%が認知しており、女性の認知度が高い傾向にあります。



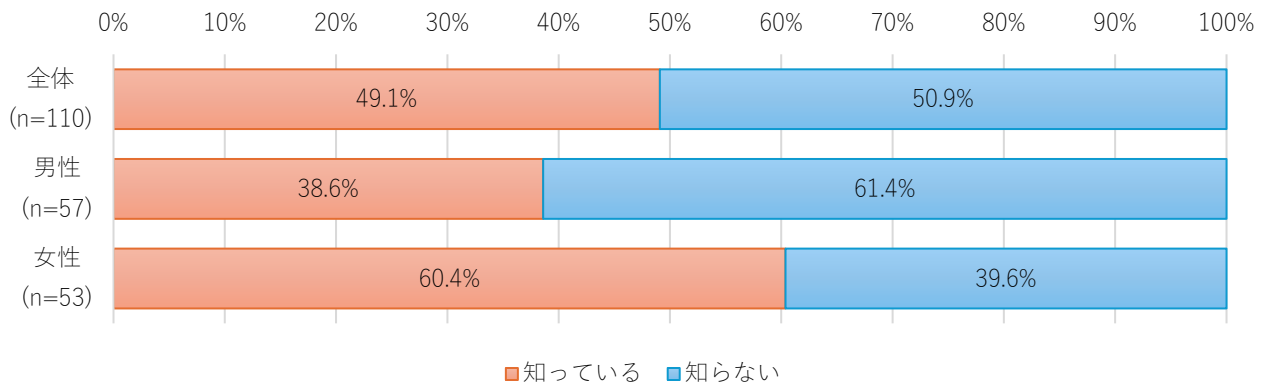
※複数回答可



※複数回答可



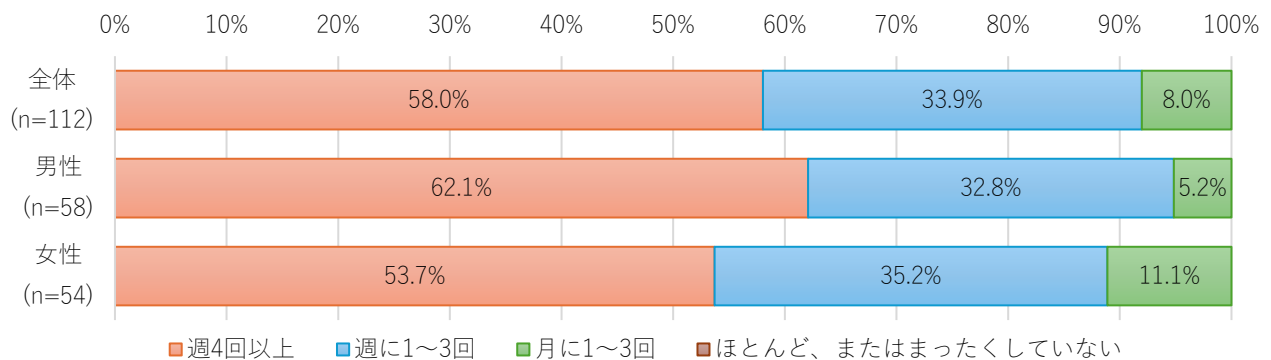
こころの相談窓口の認知



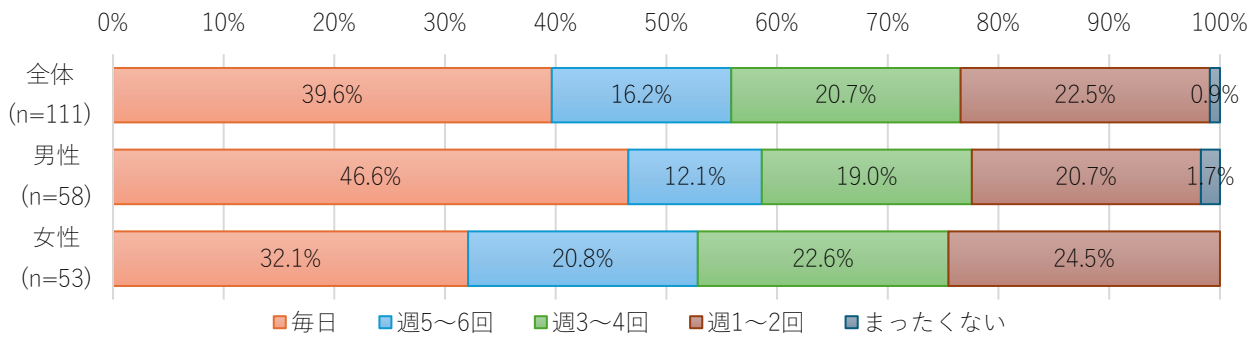
(4) 地域との関わりについて

- ・外出の機会については、全体の91.9%が週に1回以上の頻度で外出しており、まったく外出をしていない人はいませんでした。
- ・直接対面で会話をする機会については、99.1%が週に1回以上会話をしており、男性の1.7%はまったく会話の機会を持っていない状況でした。
- ・普段のつながりでは、男女ともに「近隣住民」や「家族・親戚」が多くなっていました。
- ・集いの場やイベントへの参加状況では、男女ともに「村のイベント」や「近所等個人的なつながり」に参加する傾向が高くなっていました。

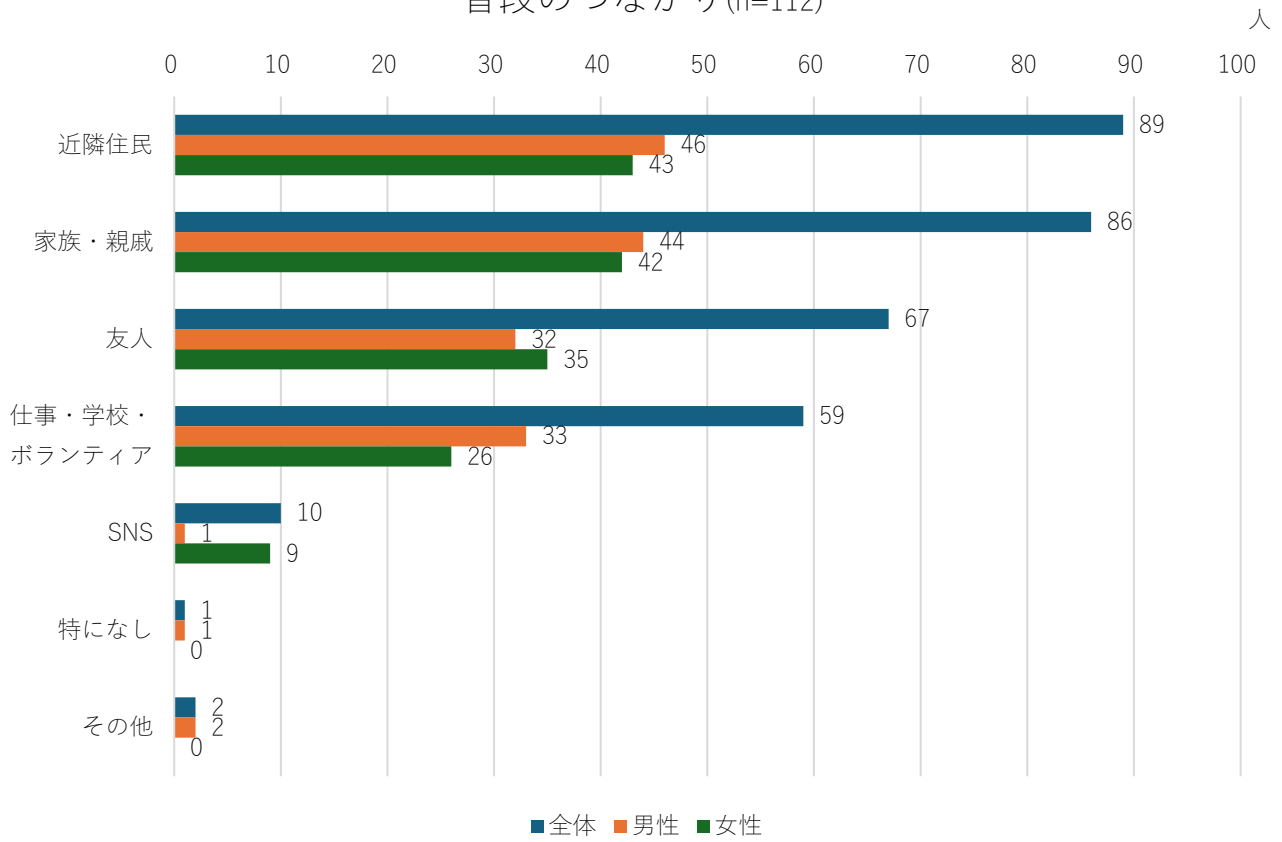
外に出る機会



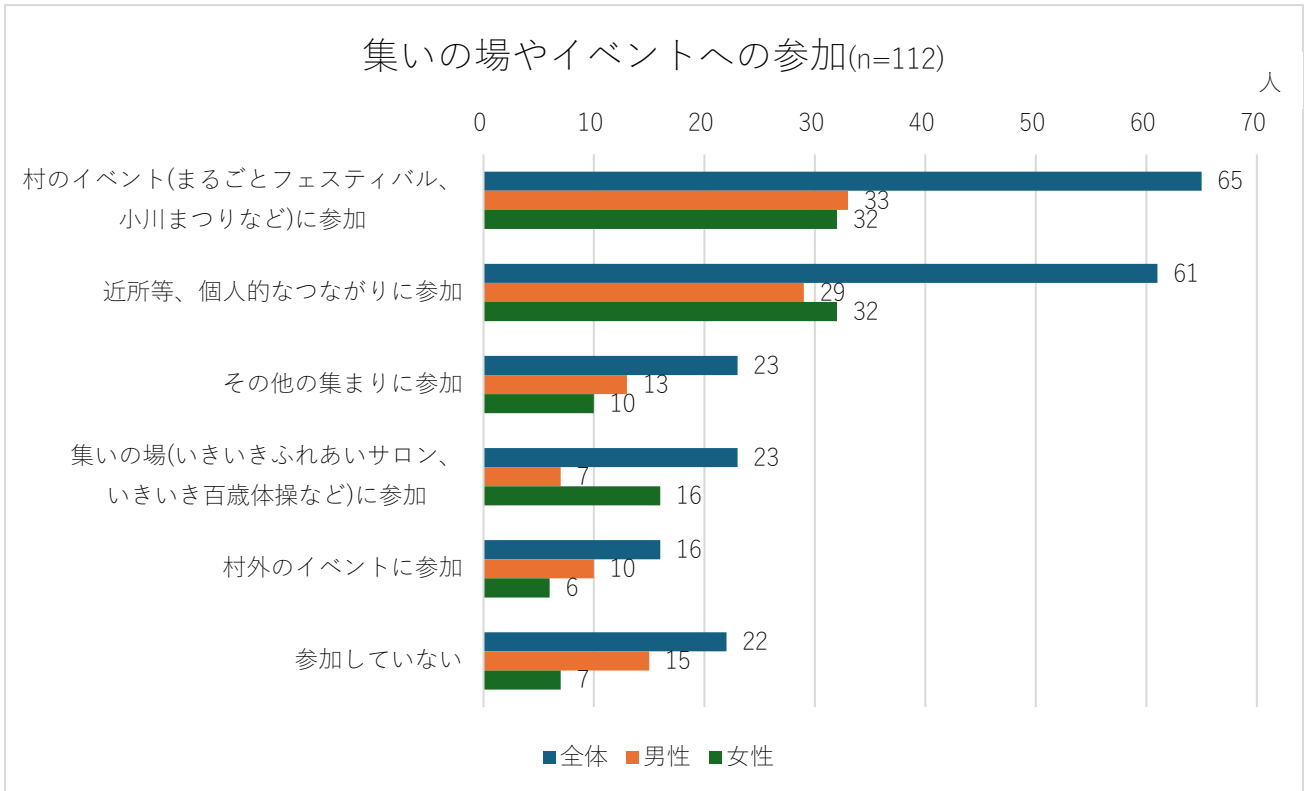
直接対面で会話する機会



普段のつながり (n=112)



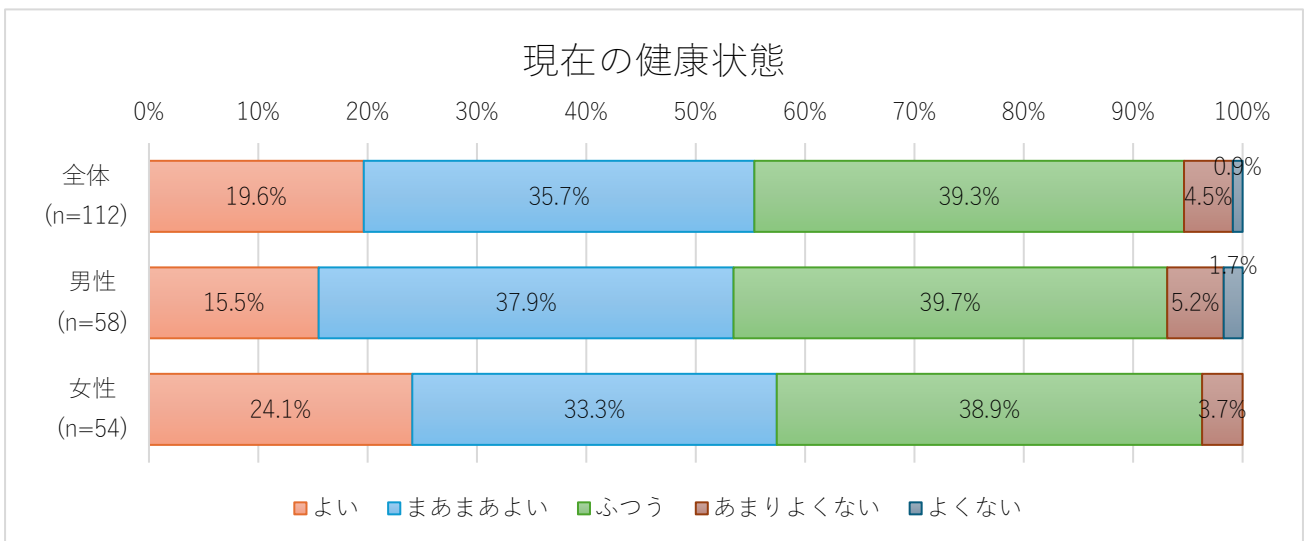
※複数回答可



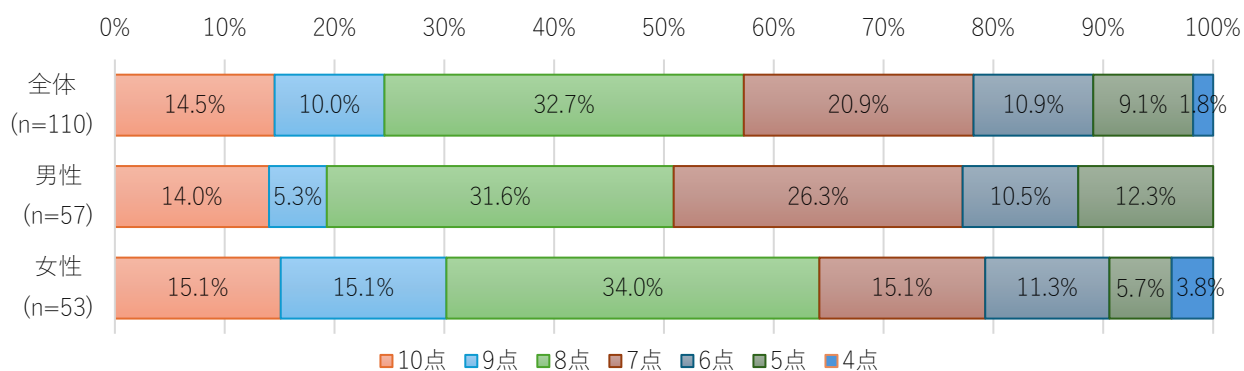
※複数回答可

(5) 健康観について

- ・現在の健康状態について、全体の94.6%が「よい」「まあまあよい」「ふつう」と回答する一方で5.4%の住民が「あまりよくない」「よくない」と回答していました。
- ・幸福度については、全体の約98.1%が5点以上と回答していましたが、5点未満が1.8%いました。



現在の幸福度

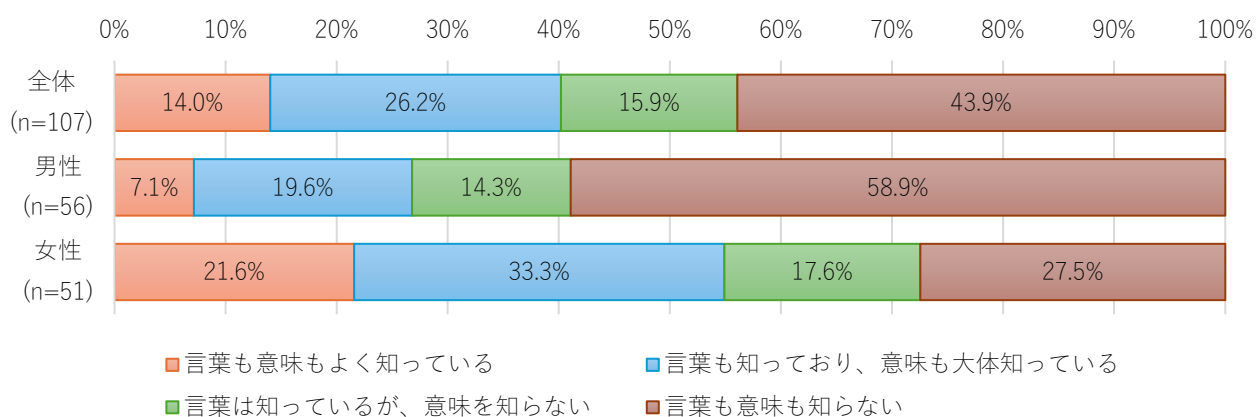


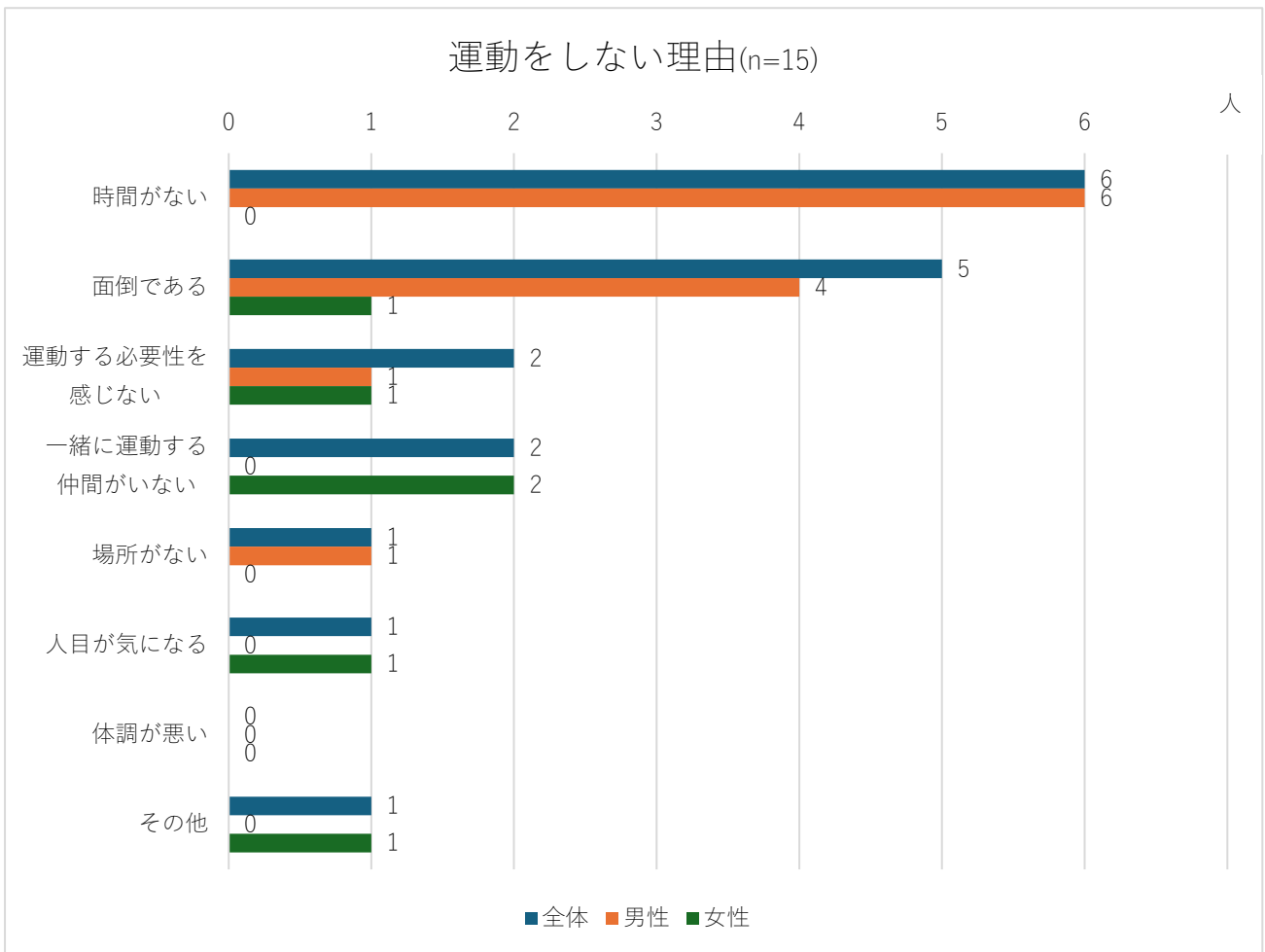
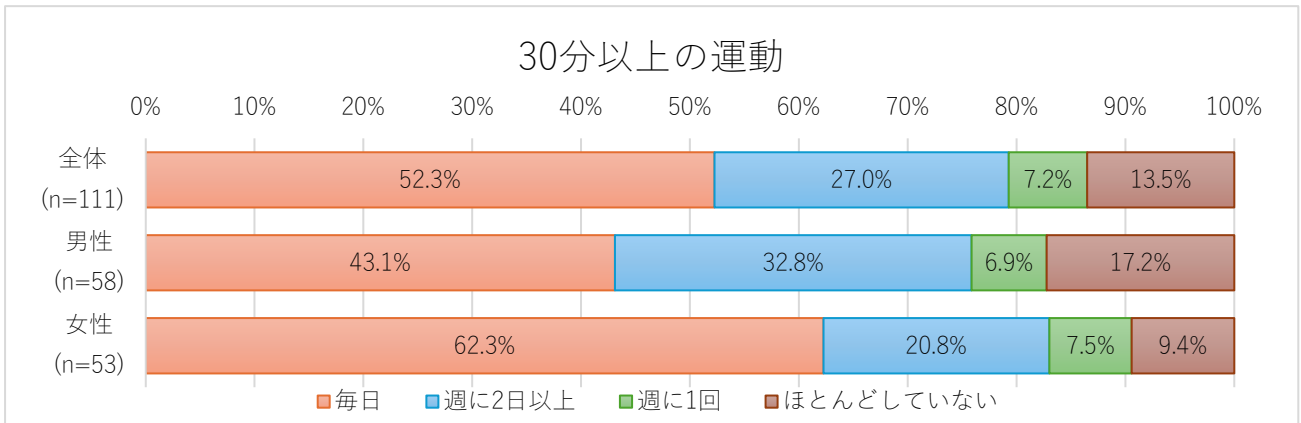
(6) 運動習慣について

【フレイルの認知度と運動習慣】

- ・フレイルについては、全体の40.2%が認知していますが、59.8%が認知していません。
- ・運動時間については、全体の79.3%が週に2日以上、30分以上運動をしていますが、13.5%はほとんど運動できていない状況で、男性の方が運動していない傾向にあります。
- ・運動をしない理由については、「時間がない」、「面倒である」が上位にあがっていました。

フレイルの認知



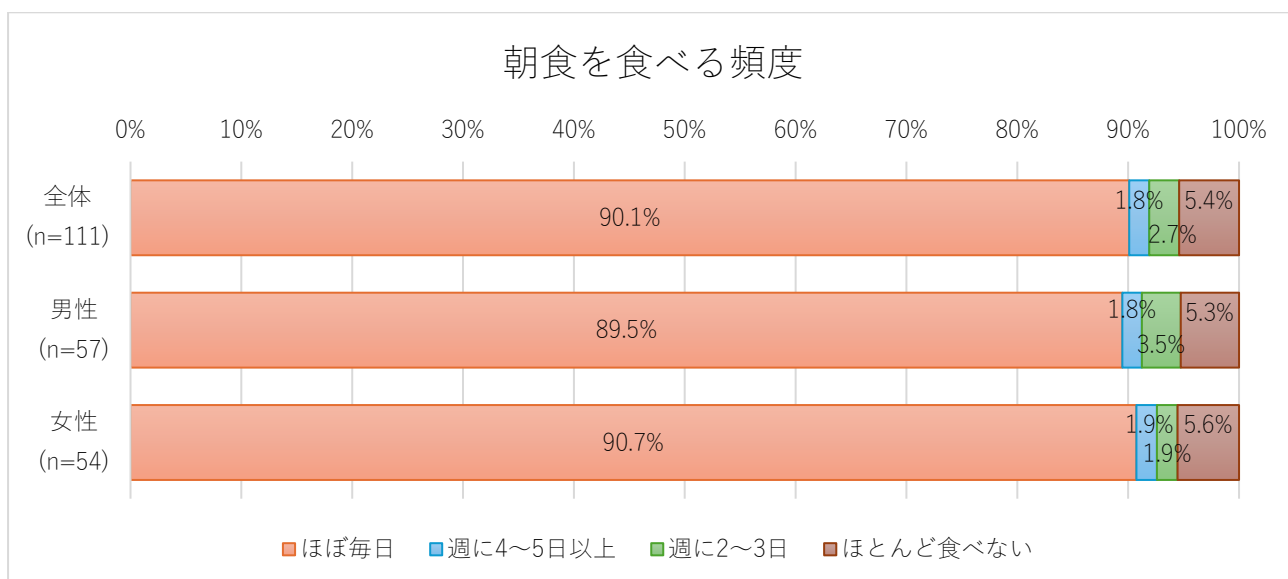


※複数回答可

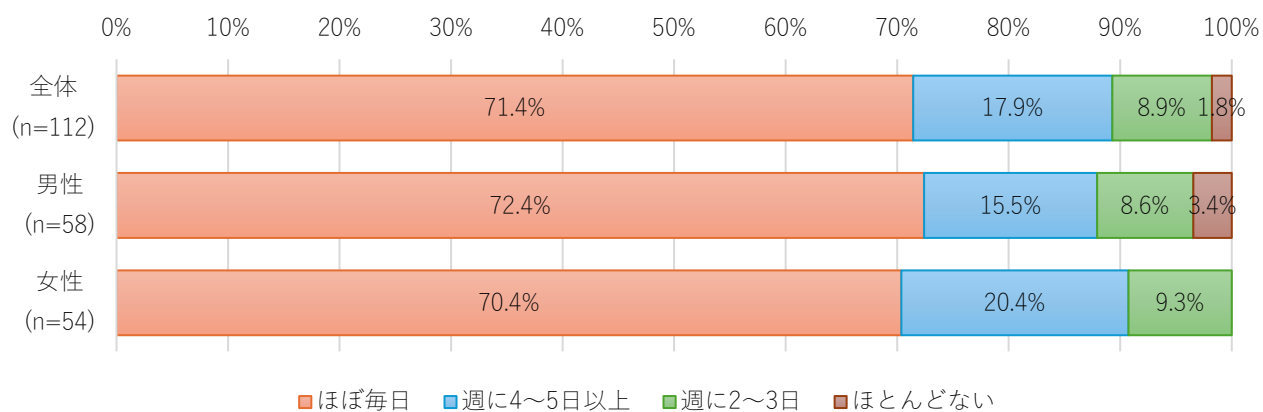
(7) 栄養・食生活について

【食生活の状況】

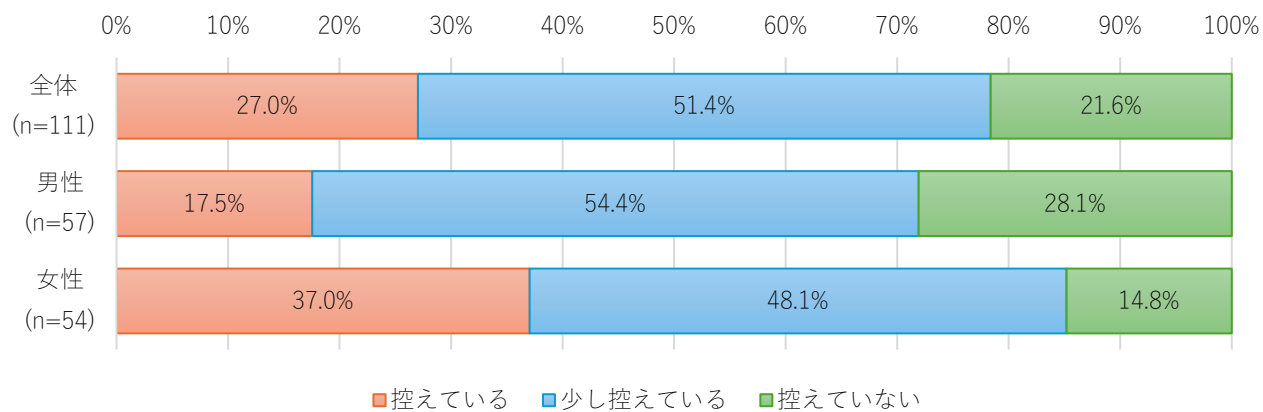
- ・健康についてのアンケート結果より、朝食は全体の90.1%がほぼ毎日食べていますが、5.4%がほとんど食べない状況です。
- ・食事のバランスについては、全体の71.4%がほぼ毎日バランスの良い食事を摂っていますが、1.8%はほとんどできていない状況です。
- ・塩分摂取への意識については、全体の78.4%が控えている傾向にあり、男性に比べ女性の方が減塩への意識が高い傾向にありました。一方で、全体の21.6%がまったく意識していない状況です。
- ・望ましい野菜摂取量については、全体の17.8%がほぼ毎日摂取できており、女性の方が望ましい野菜量を摂取する傾向にありました。一方で、全体の9.3%がほとんど摂取できていない状況です。
- ・食材調達と調理については、全体の87.4%が調理も買い物も十分できていますが、12.6%が調理や調達に不自由を感じています。
- ・共食の頻度については、全体の62.1%が月に1回以上家族以外の者と共食をしており、女性の方が共食の頻度が多い傾向にありました。一方、全体の8.1%はほとんど共食していない状況です。



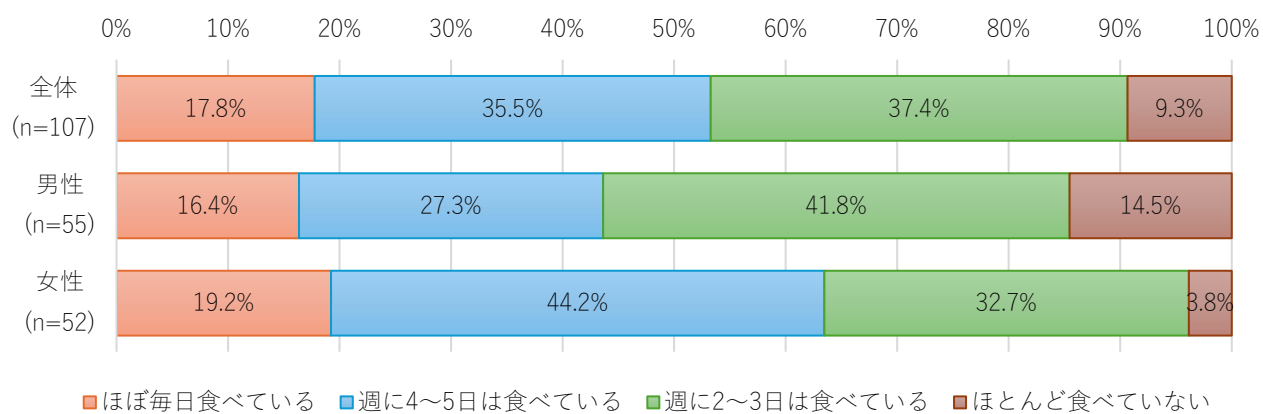
主食・主菜・副菜の揃った食事



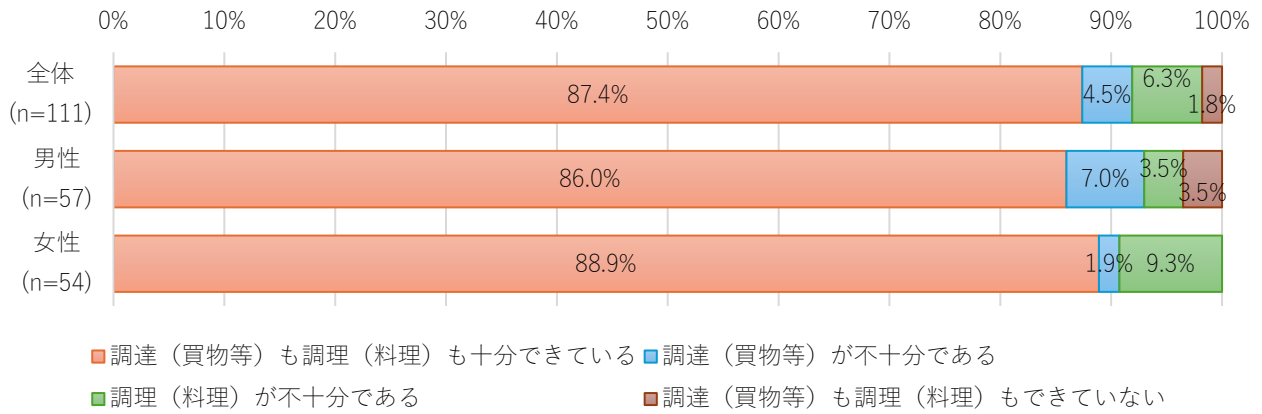
塩分摂取への意識



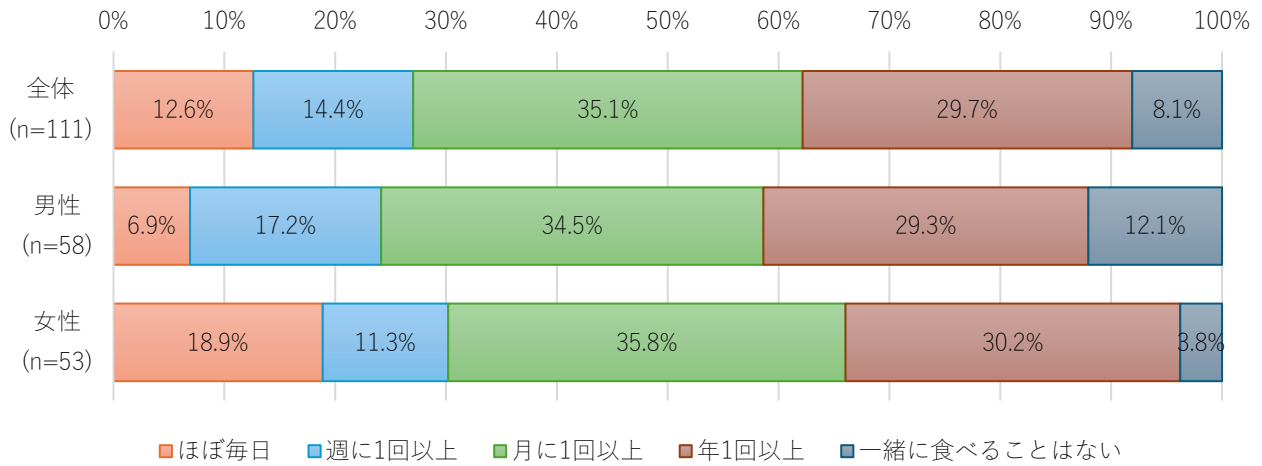
350g以上の野菜の摂取



食材の調達や調理



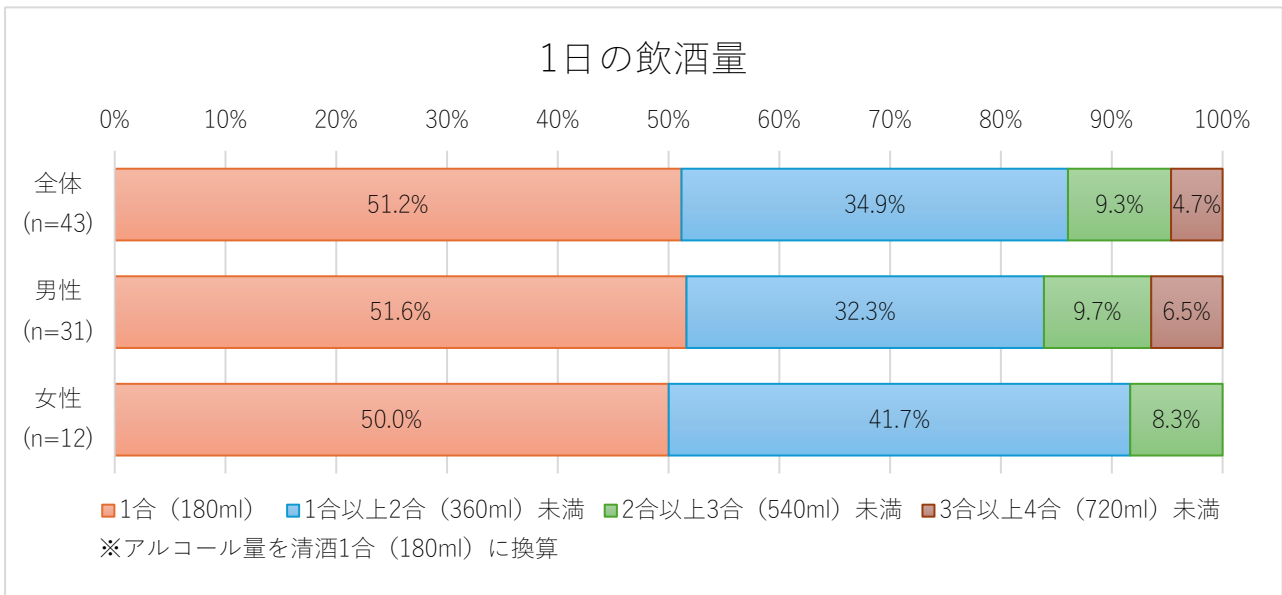
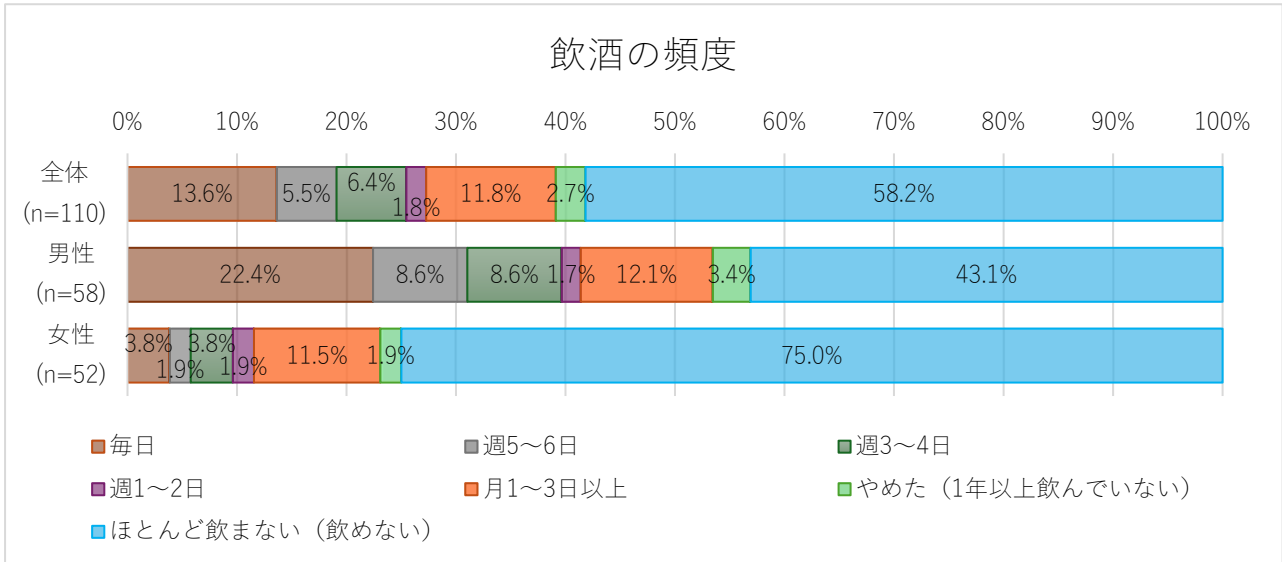
一緒に食事を食べる頻度



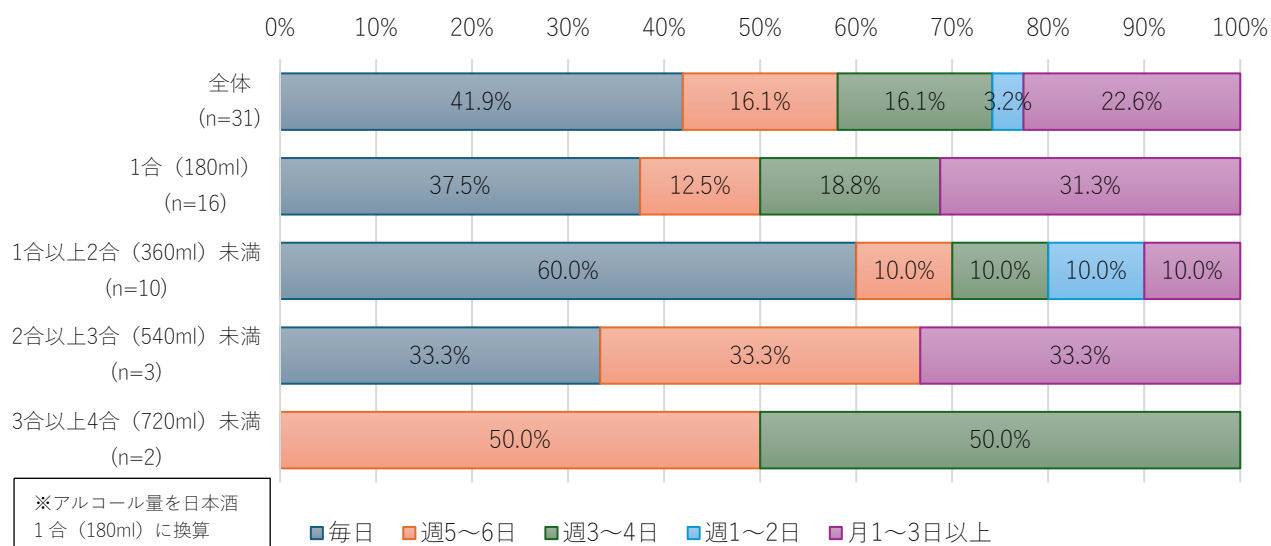
(8) 飲酒・喫煙について

【飲酒の状況】

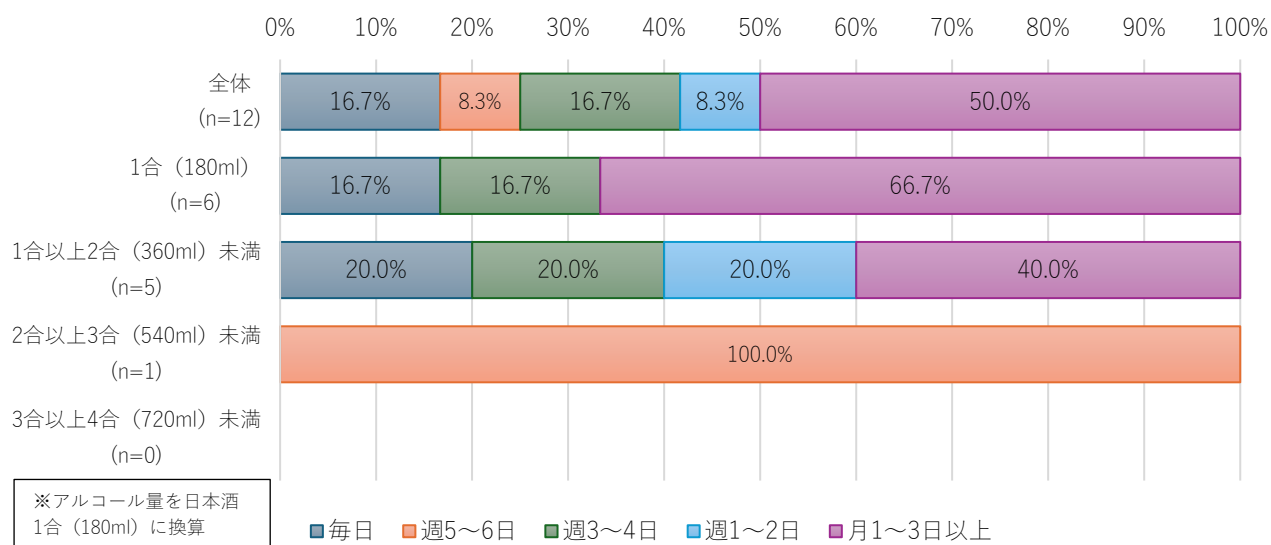
- ・ 毎日飲酒している人の割合は全体の 13.6%で、男性の方が女性に比べて多くなっています。
- ・ 飲酒量については、全体の 51.2%が 1 合未満である一方で、4.7%は 3 合以上の飲酒をしています。



お酒を飲む頻度×お酒を飲む場合の量（男性）

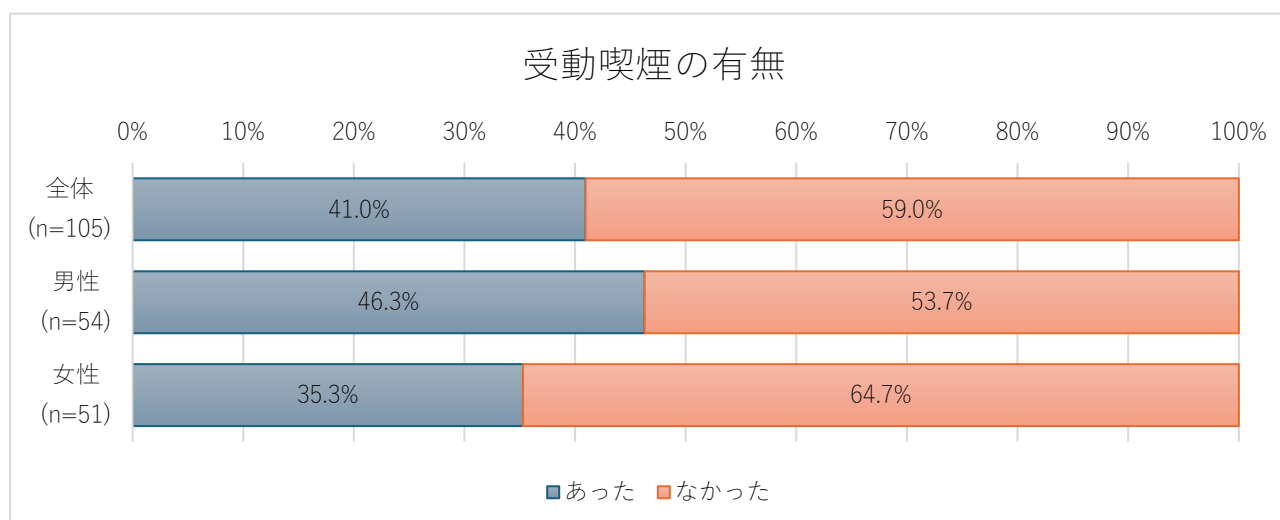
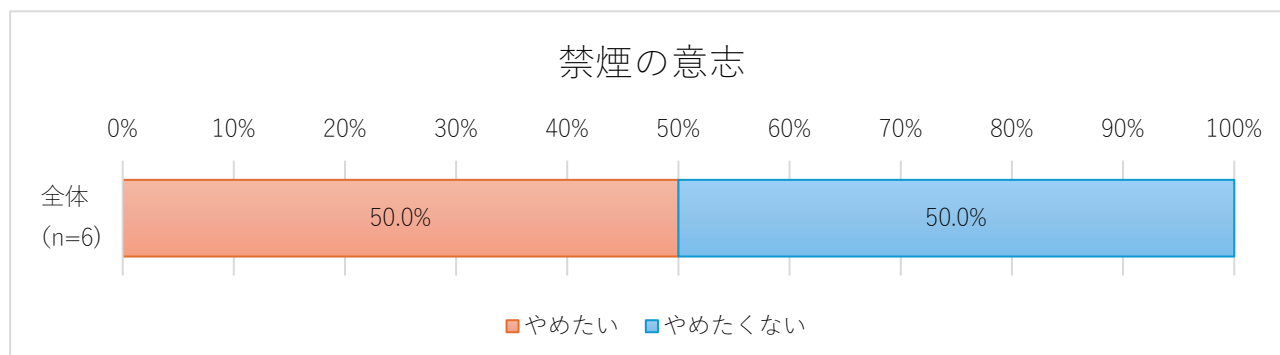
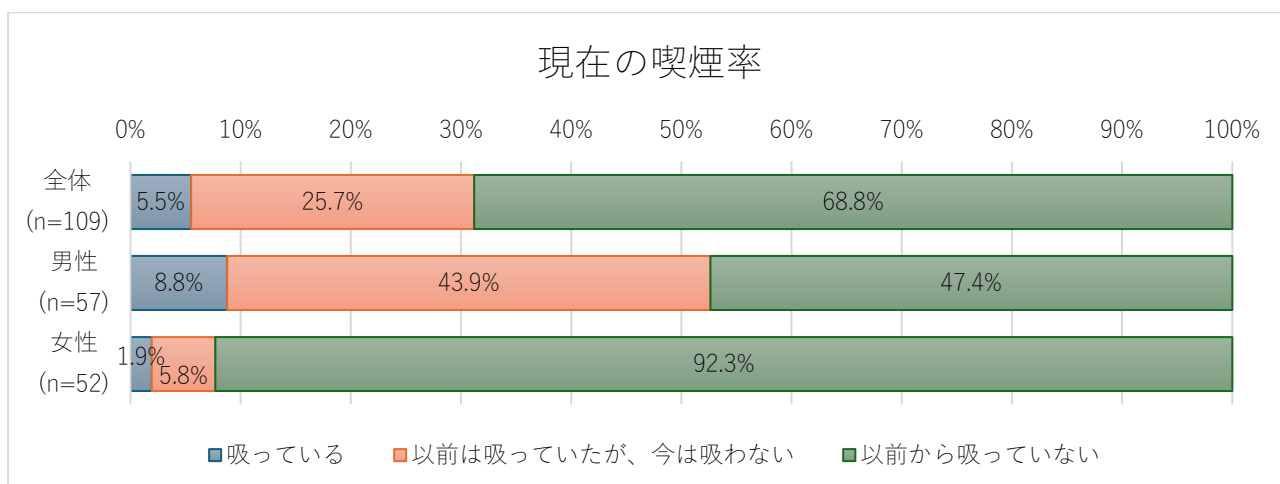


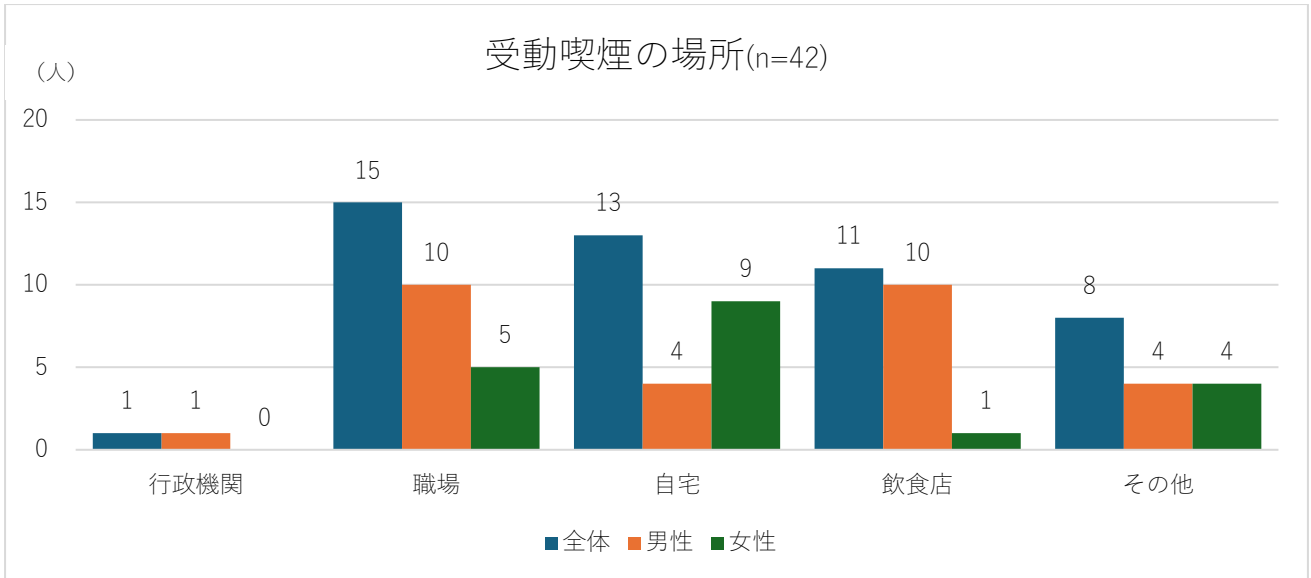
お酒を飲む頻度×お酒を飲む場合の量（女性）



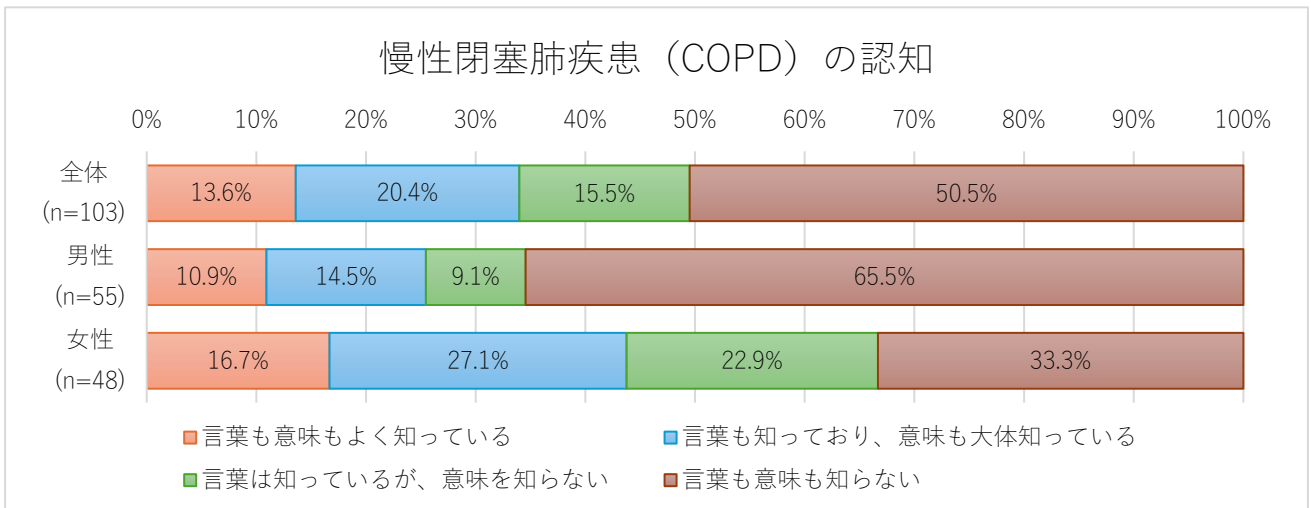
【喫煙、受動喫煙の状況】

- ・全体の5.5%が喫煙者、25.7%が禁煙者で、男性の方が喫煙率・禁煙率ともに高い傾向にありました。また喫煙者の半数が禁煙への意欲を持っていました。
- ・受動喫煙の有無について、41%があったと回答し、男性の方が高い傾向にありました。また、受動喫煙の場所は「職場」「自宅」「飲食店」の順に多くなっており、男性は「職場」や「飲食店」で、女性は「自宅」が多くなっていました。
- ・COPDの認知度は全体の34%であった一方、全体の66.0%は認知しておらず、特に男性の認知度が低い傾向にあります。





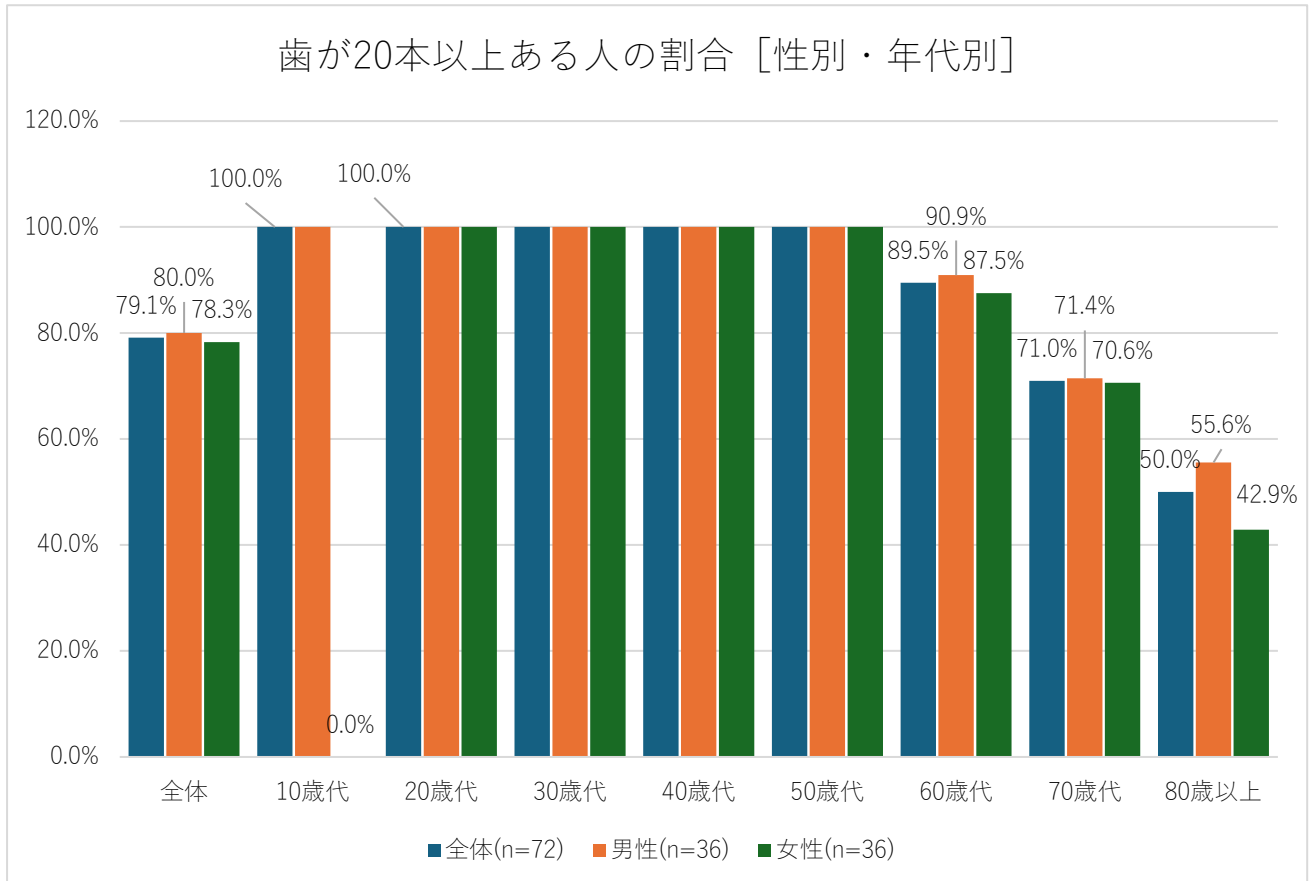
※複数回答可



(9) 歯と口腔の健康について

【歯と口腔の状況】

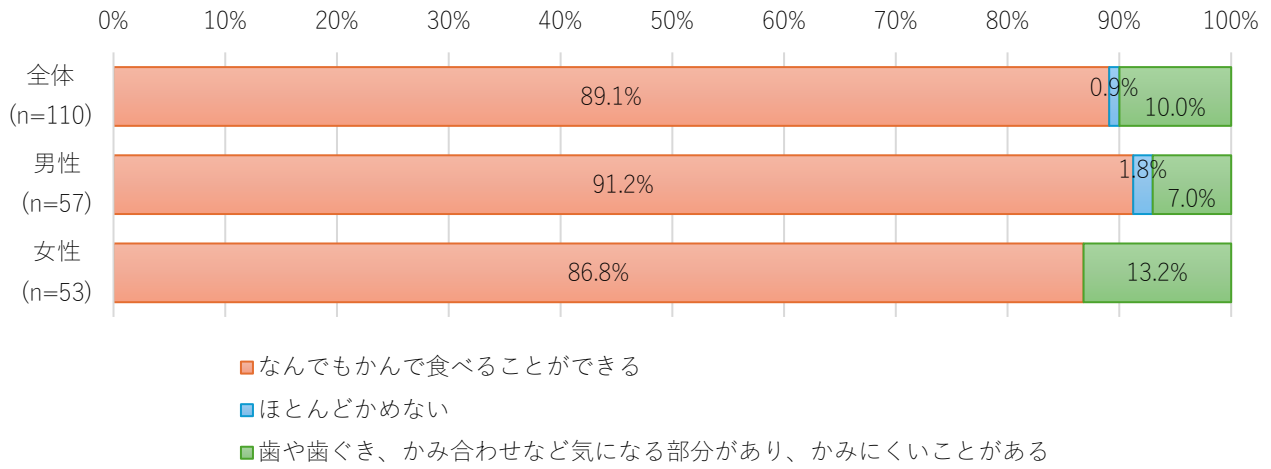
- ・ 歯が 20 本以上ある人の割合は、全体の 79.1%で、男女差は有りませんでした。
- ・ 食事の咀嚼状態については、全体の 89.1%がなんでも噛んで食べることができる一方で、10.9%が咀嚼に不具合がある状況でした。



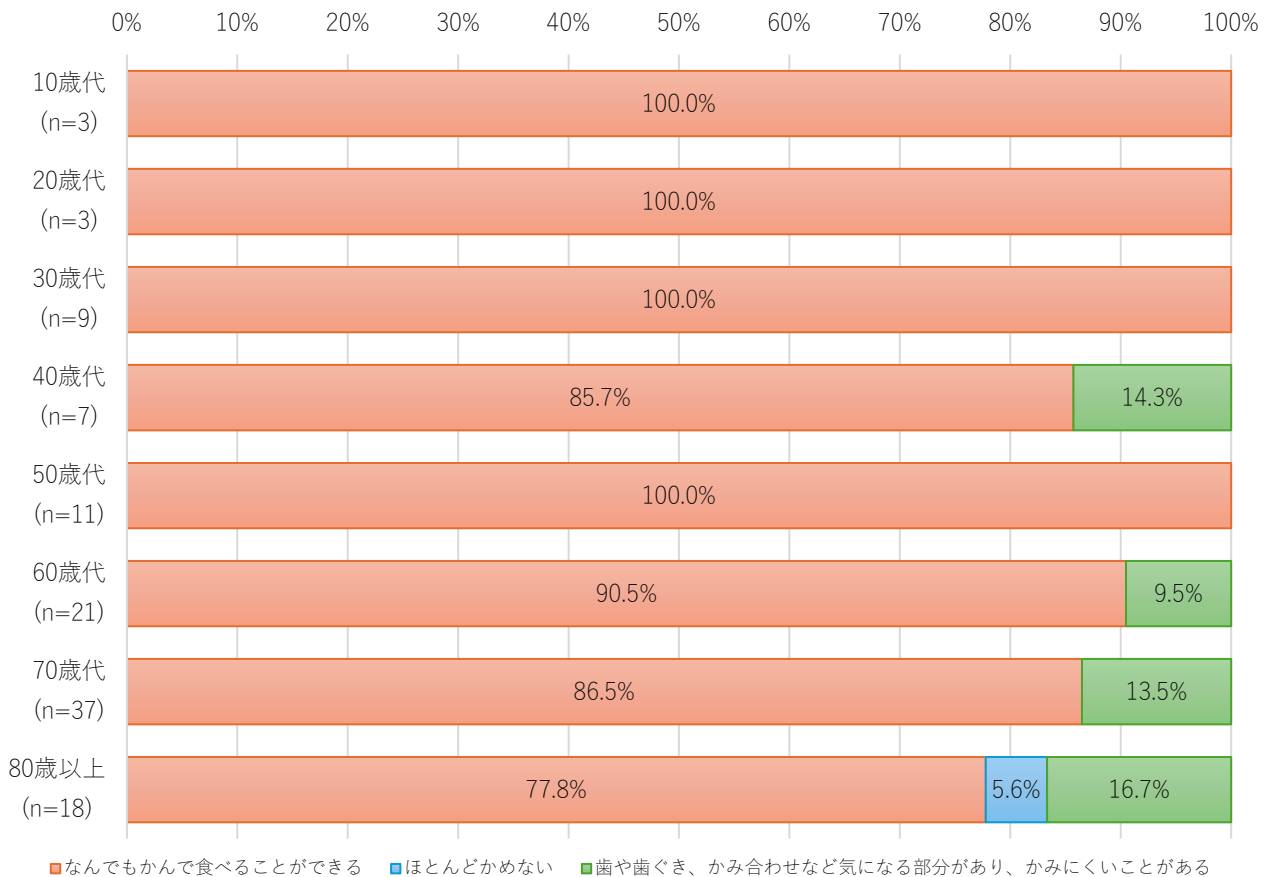
※60（55～64）歳で自分の歯が 24 本以上ある人の割合：男性 66.7%、女性 85.7%

※80（75～84）歳で自分の歯が 20 本以上ある人の割合：男性 47.1%、女性 41.2%

食事を食べる時の状態

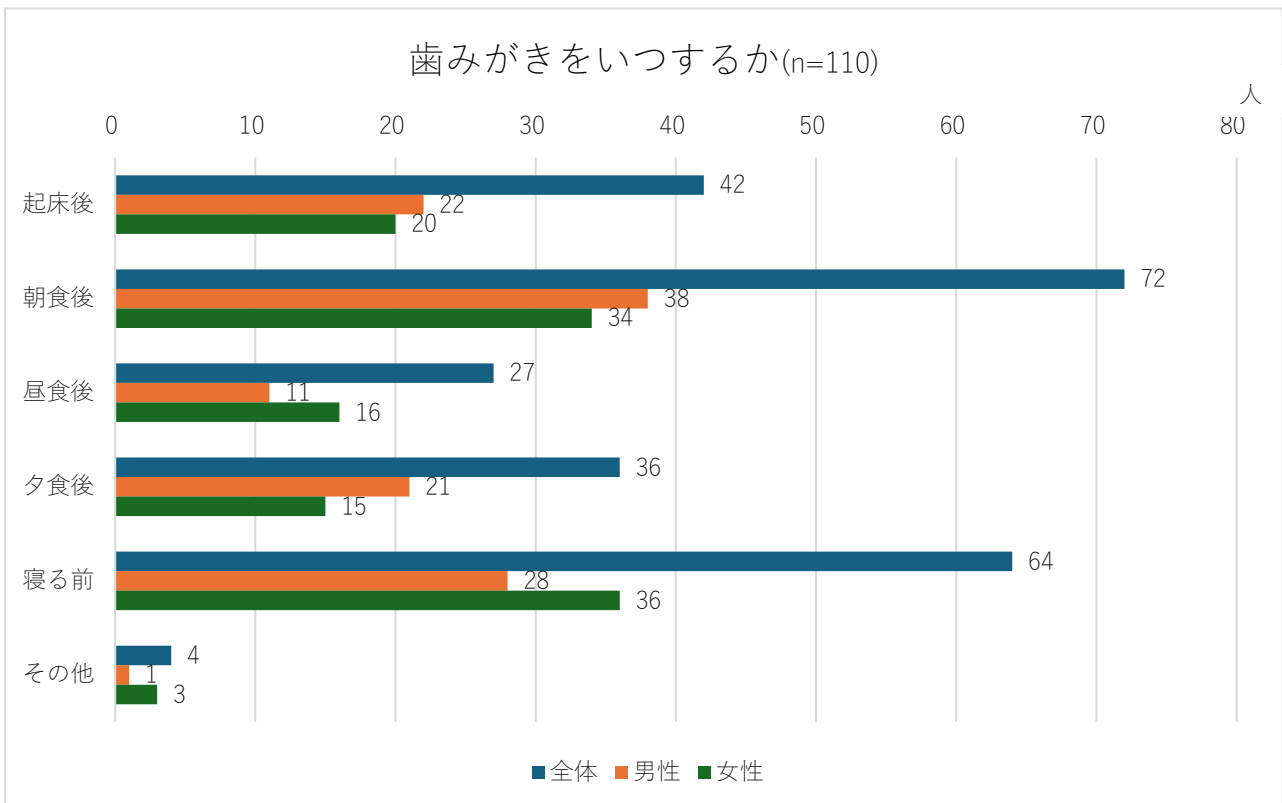
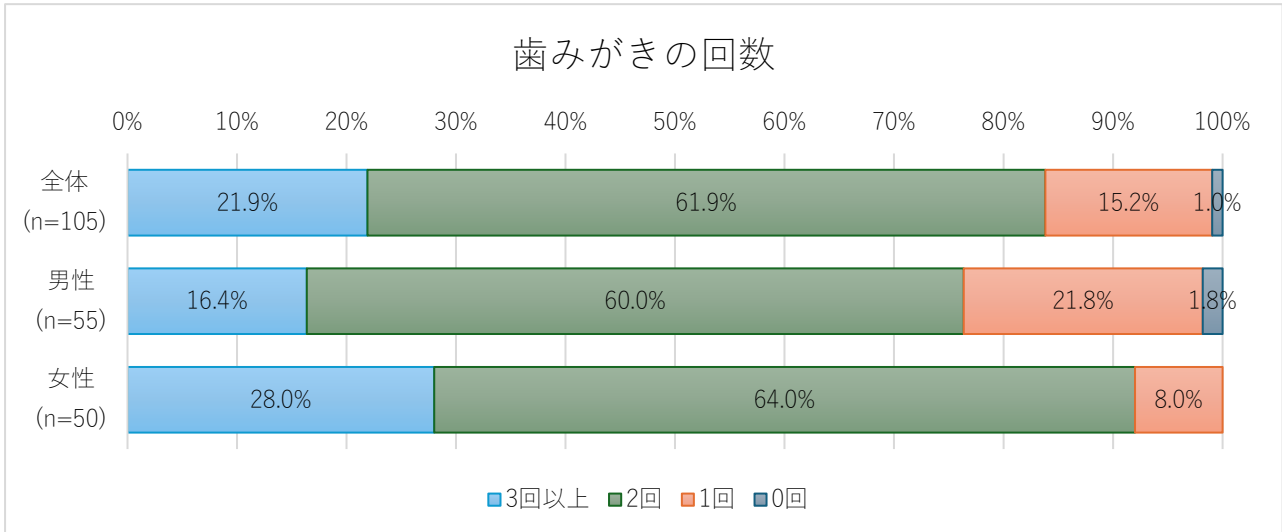


食事をかんで食べる時の状態 [年代別]



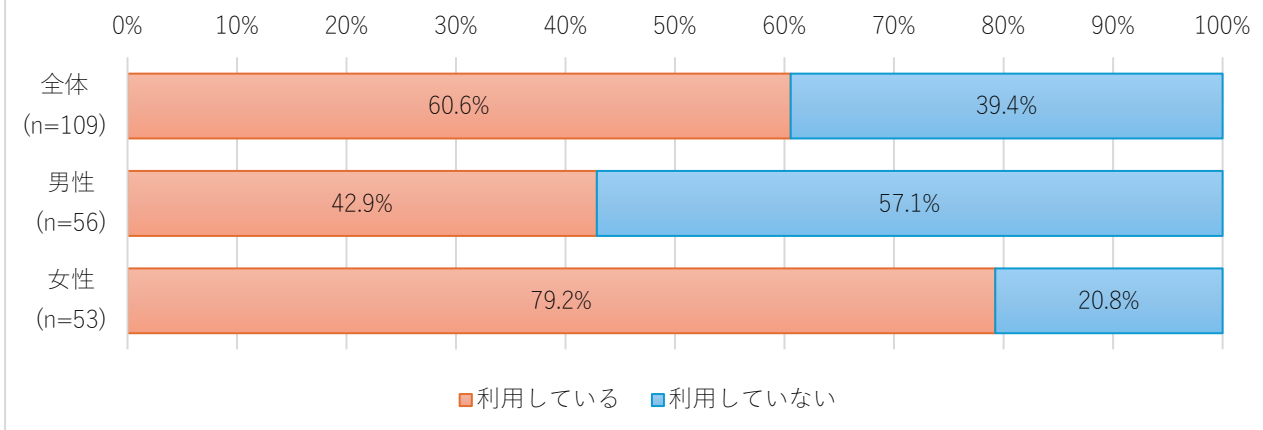
【歯の手入れについて】

- ・歯みがき回数については、全体の21.9%が1日に3回以上歯をみがいている一方で、1.0%は全くみがいていない状況でした。また、女性の方が歯みがき回数が多い傾向にありました。
- ・補助清掃用具については、全体の60.6%が利用しており、女性の方が利用する割合が高くなっていました。



※複数回答可

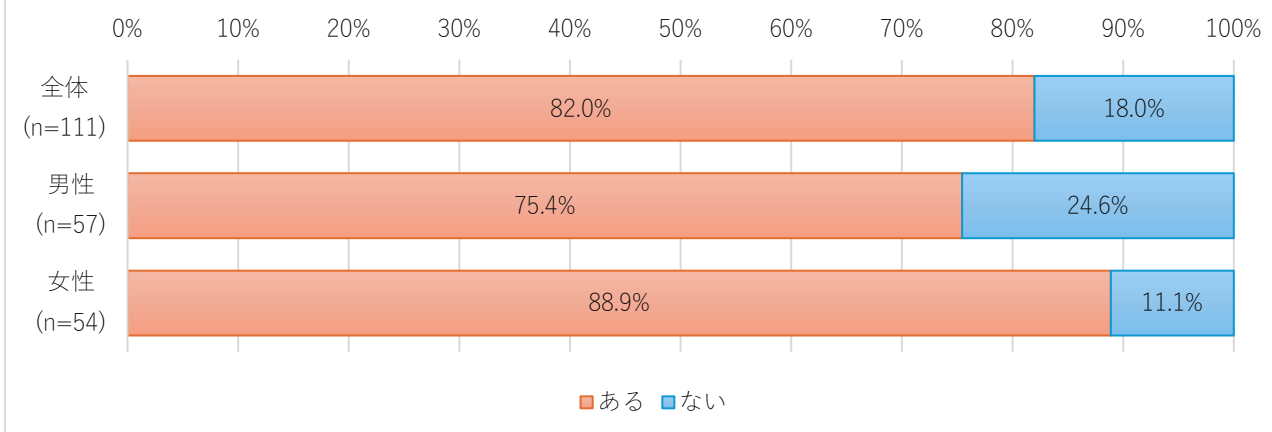
デンタルフロスや歯間ブラシの利用

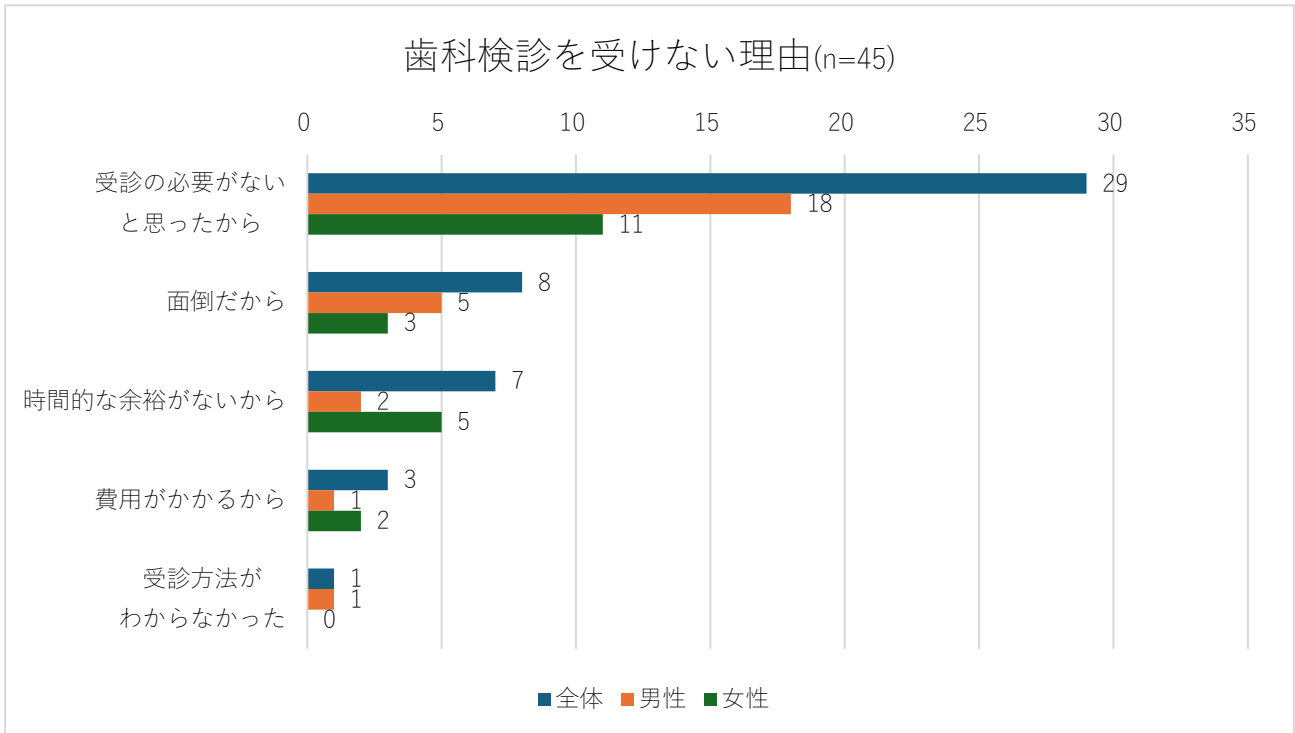
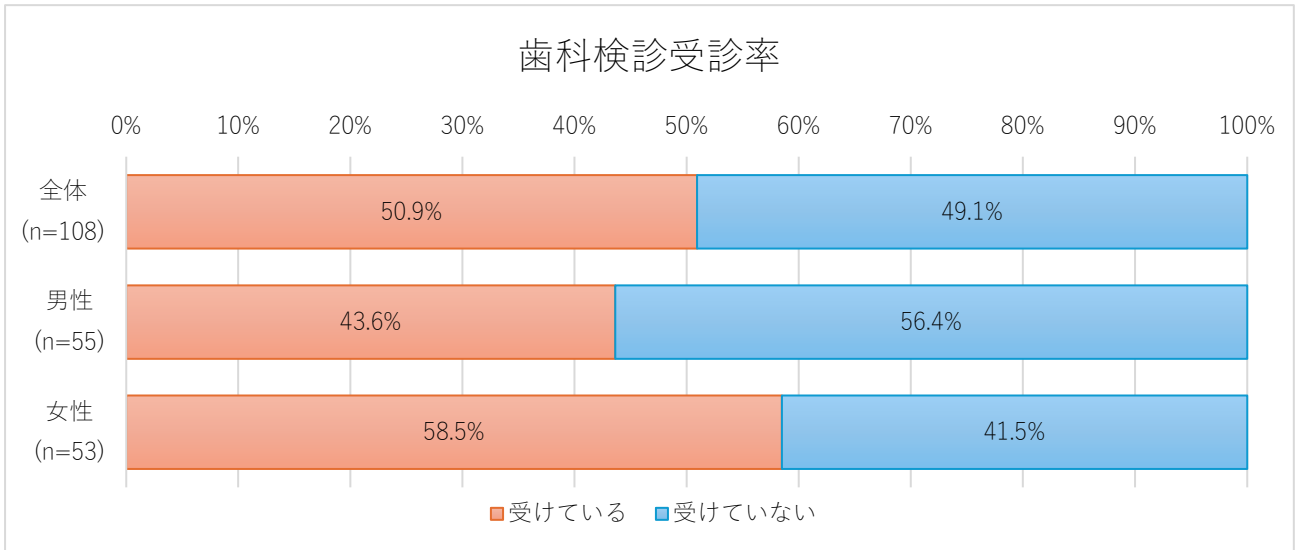


【定期的な歯科検診について】

- ・全体の82%がかかりつけ歯科医院を持っており、その割合は女性の方が高くなっていました。
- ・歯科検診の受診率については、全体の50.9%が受診しており、女性の方が受診率が高くなっていました。なお、歯科検診を受けない理由としては、「受診の必要がないと思ったから」が最も多く、次いで「面倒だから」「時間的な余裕がないから」の順でした。

かかりつけの歯科医院の有無





※複数回答可

費用がかかることによって受診していない場合、費用の助成があれば歯科検診を受けるか

	件数	割合
受ける	3	100%
受けない	0	0.0%
無回答・不明	0	0.0%

4. 生活習慣アンケート

生活アンケートこども園用

生活習慣アンケート

◇保護者の方へ

このアンケートはお子さんの日常生活の実態を把握し、今後の村の施策の検討材料にさせていただきますことを目的としています。お渡しした封筒に入れ6月13日(金)までにこども園へご提出ください。ご不明な点がございましたら、下記へご連絡ください。ご協力のほど、どうぞよろしくお願い致します。

1. お子さんのことについて教えてください。

こども園 _____ (くみ) 性別 _____



2. お子さんの生活について教えてください。

(1) お子さんは、いつも何時間寝ていますか? () 時間

(2) お子さんは朝食を食べていますか? (1つだけ○)

①ほぼ毎日 ②週に4~5日 ③週に2~3日 ④ほとんど食べない

(3) お子さんは1日2回以上、主食・主菜・副菜のそろった食事をする
ことが週に何日ありますか? (1つだけ○)

①ほぼ毎日 ②週に4~5日 ③週に2~3日 ④ほとんどない

主食：米・パン・めんのこと。 主菜：肉や魚や卵や大豆を使った料理のこと。
副菜：野菜やきのこや海藻類を使った料理のこと。

(4) お子さんは食事をするとき「いただきます」「ごちそうさま」のあいさ
つをしますか? (1つだけ○)

①いつもする ②することが多い ③しないことが多い ④しない

(5) お子さんは、1日に何回歯をみがきますか? (1つだけ○)

①0回 ②1回 ③2回 ④3回以上

(6) お子さんはいつ歯みがきをしますか? (あてはまるもの全部に○)

①朝起きた後 ②朝食後 ③昼食後 ④夕食後 ⑤寝る前

(7) お子さんは合計1時間以上運動する日が、週に何日ありますか?
(1つだけ○)

①毎日 ②週に4~6日 ③週に1~3日 ④ほとんどない

運動：体を動かす遊びや習い事など

ご協力ありがとうございました。



【お問い合わせ先】
東吉野村役場 住民福祉課
TEL:0746-42-0441

対象者数

	全校生徒数 (人)	回答者数 (人)	回答率 (%)
こども園	8	5	62.5
村外こども園	1	0	0
合計	9	5	55.6

Q1. いつも何時間寝ているか？ (N=5)

合計時間数 (時間)	回答数 (人)	平均値 (時間)
43.5	5	8.7

Q2. 朝食を食べているか？ (N=5)

	回答数 (人)	割合 (%)
ほぼ毎日	3	60.0
週に 4~5 回	2	40.0
週に 2~3 回	0	0.0
ほとんど食べない	0	0.0
無回答	0	0.0

Q3. 1日2回以上主食・主菜・副菜のそろった食事をすることが週に何回あるか？ (N=5)

	回答数 (人)	割合 (%)
ほぼ毎日	3	60.0
週に 4~5 回	2	40.0
週に 2~3 回	0	0.0
ほとんど食べない	0	0.0
無回答	0	0.0

Q4. 食事をするときに「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶をするか？ (N=5)

	回答数 (人)	割合 (%)
いつもする	5	100
することが多い	0	0.0
しないことが多い	0	0.0
しない	0	0.0
無回答	0	0.0

Q5. 1日に何回歯を磨くか？ (N=5)

	回答数 (人)	割合 (%)
0回	0	0.0
1回	0	0.0
2回	2	40.0
3回以上	3	60.0
無回答	0	0.0

Q6. いつ歯を磨くか？ (N=5) ※複数回答可

	回答数 (人)	割合 (%)
朝起きた後	3	60.0
朝食後	1	20.0
昼食後	4	80.0
夕食後	0	0.0
寝る前	5	100

Q7. 合計1時間以上運動する日が、週に何回あるか？ (N=5)

	回答数 (人)	割合 (%)
毎日	2	40.0
週に4~6日	1	20.0
週に1~3日	1	20.0
ほとんどない	1	20.0
無回答	0	0.0

せいかつしゅうかん
生活習慣アンケート

◇保護者の方へ

このアンケートはお子さんの日常生活の実態を把握し、今後の村の施策の検討材料にさせていただきますことを目的としています。お渡しした封筒に入れ6月13日(金)までに小学校へご提出ください。ご不明な点がございましたら、下記へご連絡ください。ご協力の程、どうぞよろしくお願い致します。

1. あなたのことについておし教えてください。

しょうがっこう ねん せいべつ
小学校 年 性別



2. あなたの生活についておし教えてください。

(1) あなたは、いつも何時間寝ていますか？ () 時間

(2) あなたは朝食を食べていますか？(1つだけ○)

①ほぼ毎日 ②週に4~5日 ③週に2~3日 ④ほとんど食べない

(3) あなたは1日2回以上、主食・主菜・副菜のそろった食事をする

ことが週に何日ありますか？(1つだけ○)

①ほぼ毎日 ②週に4~5日 ③週に2~3日 ④ほとんどない

しゅしよく こめ しゅさい にく さかな たまご だいず つか りょうり
主食：米・パン・めん。 主菜：肉や魚や卵や大豆を使った料理のこと。

ふくさい やさい かいそうるい つか りょうり
副菜：野菜やきのこや海藻類を使った料理のこと。

(4) あなたは食事をするとき「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしますか？(1つだけ○)

①いつもする ②することが多い ③しないことが多い ④しない

(5) あなたは、1日に何回歯をみがきますか？(1つだけ○)

①0回 ②1回 ③2回 ④3回以上

(6) あなたはいつ歯みがきをしますか？(あてはまるもの全部に○)

①朝起きた後 ②朝食後 ③昼食後 ④夕食後 ⑤寝る前

(7) あなたは1時間以上運動する日が、週に何日ありますか？(1つだけ○)

①毎日 ②週に4~6日 ③週に1~3日 ④ほとんどない

うんどう たいいく しゅぎょう ふかつどう からだ うご あそ
運動：体育の授業や部活動、体を動かす遊びのこと。

きょうりやく
ご協力ありがとうございました。



【お問い合わせ先】
東吉野村役場 住民福祉課
TEL:0746-42-0441

対象者数

	全校生徒数 (人)	回答者数 (人)	回答率 (%)
小学校	30	25	83.3

Q1. いつも何時間寝ているか？ (N=25)

合計時間数 (時間)	回答数 (人)	平均値 (時間)
219.5	25	8.8

Q2. 朝食を食べているか？ (N=25)

	回答数 (人)	割合 (%)
ほぼ毎日	24	96.0
週に 4~5 回	1	4.0
週に 2~3 回	0	0.0
ほとんど食べない	0	0.0
無回答	0	0.0

Q3. 1日2回以上主食・主菜・副菜のそろった食事をすることが週に何回あるか？ (N=25)

	回答数 (人)	割合 (%)
ほぼ毎日	21	84.0
週に 4~5 回	4	16.0
週に 2~3 回	0	0.0
ほとんど食べない	0	0.0
無回答	0	0.0

Q4. 食事をするときに「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶をするか？ (N=25)

	回答数 (人)	割合 (%)
いつもする	17	68.0
することが多い	4	16.0
しないことが多い	2	8.0
しない	1	4.0
無回答	1	4.0

Q5. 1日に何回歯を磨くか？ (N=25)

	回答数 (人)	割合 (%)
0回	0	0.0
1回	1	4.0
2回	8	32.0
3回以上	16	64.0
無回答	0	0.0

Q6. いつ歯を磨くか？ (N=25) ※複数回答可

	回答数 (人)	割合 (%)
朝起きた後	2	8.0
朝食後	19	76.0
昼食後	20	80.0
夕食後	4	16.0
寝る前	21	84.0

Q7. 合計1時間以上運動する日が、週に何回あるか？ (N=25)

	回答数 (人)	割合 (%)
毎日	3	12.0
週に4~6日	8	32.0
週に1~3日	9	36.0
ほとんどない	4	16.0
無回答	1	4.0

生活習慣アンケート

中学生の皆さんの日常生活の様子を把握するためのアンケートです。
ご記入のうえ、6月13日（金）までに担任の先生へご提出ください。
ご協力よろしくお願いします。

1. あなたのことについて教えてください。

中学校 _____ 年 性別 _____



2. あなたの生活について教えてください。

- (1) あなたは、いつも何時間寝ていますか？（ ）時間
- (2) あなたは朝食を食べていますか？（1つだけ○）
①ほぼ毎日 ②週に4～5日 ③週に2～3日 ④ほとんど食べない
- (3) あなたは1日2回以上、主食・主菜・副菜のそろった食事をする
ことが週に何日ありますか？（1つだけ○）
①ほぼ毎日 ②週に4～5日 ③週に2～3日 ④ほとんどない

主食：米・パン・めんのこと。主菜：肉や魚や卵や大豆を使った料理のこと。
副菜：野菜やきのこや海藻類を使った料理のこと。

- (4) あなたは食事をするときに「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつ
をしますか？（1つだけ○）
①いつもする ②することが多い ③しないことが多い ④しない
- (5) あなたは、1日に何回歯をみがきますか？（1つだけ○）
①0回 ②1回 ③2回 ④3回以上
- (6) あなたはいつ歯みがきをしますか？（あてはまるもの全部に○）
①朝起きた後 ②朝食後 ③昼食後 ④夕食後 ⑤寝る前
- (7) あなたは合計1時間以上運動する日が、週に何日ありますか？
（1つだけ○）
①毎日 ②週に4～6日 ③週に1～3日 ④ほとんどない

運動：体育の授業や部活動、体を動かす遊びのこと。

- (8) あなたは飲酒が体に悪影響を及ぼすことを知っていますか？
（1つだけ○）
①はい ②いいえ

ご協力ありがとうございました。



【お問い合わせ先】
東吉野村役場 住民福祉課
TEL:0746-42-0441

対象者数

	全校生徒数 (人)	回答者数 (人)	回答率 (%)
中学校	10	10	100

Q1. いつも何時間寝ているか？ (N=10)

合計時間数 (時間)	回答数 (人)	平均値 (時間)
74	10	7.4

Q2. 朝食を食べているか？ (N=10)

	回答数 (人)	割合 (%)
ほぼ毎日	9	90.0
週に 4~5 回	0	0.0
週に 2~3 回	1	10.0
ほとんど食べない	0	0.0
無回答	0	0.0

Q3. 1日2回以上主食・主菜・副菜のそろった食事をすることが週に何回あるか？ (N=10)

	回答数 (人)	割合 (%)
ほぼ毎日	9	90.0
週に 4~5 回	0	0.0
週に 2~3 回	1	10.0
ほとんど食べない	0	0.0
無回答	0	0.0

Q4. 食事をするときに「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶をするか？ (N=10)

	回答数 (人)	割合 (%)
いつもする	7	70.0
することが多い	3	30.0
しないことが多い	0	0.0
しない	0	0.0
無回答	0	0.0

Q5. 1日に何回歯を磨くか？ (N=10)

	回答数 (人)	割合 (%)
0回	0	0.0
1回	1	10.0
2回	1	10.0
3回以上	8	80.0
無回答	0	0.0

Q6. いつ歯を磨くか？ (N=10) ※複数回答可

	回答数 (人)	割合 (%)
朝起きた後	3	30.0
朝食後	7	70.0
昼食後	8	80.0
夕食後	5	50.0
寝る前	7	70.0

Q7. 合計1時間以上運動する日が、週に何回あるか？ (N=10)

	回答数 (人)	割合 (%)
毎日	2	20.0
週に4~6日	6	60.0
週に1~3日	0	0.0
ほとんどない	2	20.0
無回答	0	0.0

Q8. 飲酒が体に悪影響を及ぼすことを知っていますか？ (N=10)

	回答数 (人)	割合 (%)
はい	10	100
いいえ	0	0.0

令和7年度東吉野村健康づくり推進協議会委員名簿

(敬称略・順不同)

		所属・職名	氏名
1	村を代表する者	副村長	欠
2	議会を代表する者	厚生建設経済委員長	網谷 眞治
3	村医の代表	村医	下間 庸光
4	歯科医師	村歯科医	松本 靖之
5	老人クラブの代表	老人クラブ連合会 会長	橋本 史郎
6	区長会の代表	区長会 会長	岡本 史朗
7	民生児童委員の代表	民生児童委員協議会 会長	河野 環
8	小学校の校長	東吉野小学校 校長	城之内 善博
9	中学校の校長	東吉野中学校 校長	山崎 正悟
10	こども園の園長	東吉野こども園 園長	岸本 智香子
11	栄養士	東吉野小学校 栄養教諭	今澤 裕子
12	吉野保健所代表	吉野保健所 所長	柳生 善彦
13	その他必要と認める者	教育委員会 教育長	橋本 眞一

企画・編集

東吉野村役場 住民福祉課

〒633-2492 奈良県吉野郡東吉野村大字小川99番地

TEL 0746-42-0441 FAX 0746-42-0446

HP <http://www.vill.higashiyoshino.nara.jp>

発行年月：令和8年3月