



參考資料

I 用語解説

あ 行	
ICT	パソコンやスマートフォンなど、さまざまな形状のコンピュータを使った情報処理や通信技術の総称のこと
医科歯科連携	病院等での病気の治療と歯科治療を組み合わせで行うこと
LDLコレステロール	肝臓でつくられたコレステロールを全身へ運ぶ役割があるが、増えすぎると動脈硬化を促進させる（一般的に「悪玉コレステロール」とも呼ぶ）
か 行	
かかりつけ医	健康に関することを何でも相談でき、必要な時は専門の医療機関を紹介してくれる身近にいて頼りになる医師のこと
かかりつけ歯科医	生涯を通じて口腔の健康を維持するために、継続的に適切な治療や管理を提供し、いつでも相談に応じてくれる身近な歯科医のこと
かかりつけ薬局（薬剤師）	薬による治療のこと、健康や介護に関することなどに豊富な知識と経験を持ち、患者さんや生活者のニーズに沿った相談に応じてくれる薬局（薬剤師）のこと
拡張期血圧	血液が心臓に戻り、心臓がふくらみ次に送り出す血液をためている状態のときの血圧のこと（一般的に「最低血圧」等とも呼ぶ）
共食	一人ではなく、家族や友人、職場の人や地域の人等、誰かと共に食事をする
健康格差	地域や社会経済状況の違いによる集団における健康状態の差のこと
健康寿命	健康で自立した生活を送れる期間のこと
口腔機能	食べる、話す、唾液の分泌等に関わり、人が社会のなかで健康な生活を営むための必要な基本的機能
さ 行	
歯科疾患	むし歯、歯周病（歯肉炎・歯周炎）、不正咬合、顎関節症、腫瘍等の歯科に関わる病気のこと
地場農産物	その地域で生産・収穫された穀物、野菜、果物、その他農産物のこと
収縮期血圧	心臓が収縮して血液を送り出すときの血圧のこと（一般的に「最高血圧」等とも呼ぶ）
出生率	人口1,000人に対する1年間の出生数の割合を示す数値のこと
受動喫煙	本人が喫煙しなくても身の回りのたばこの煙を吸わされてしまうこと
循環器病	血液を全身に循環させる臓器である心臓や血管等が正常に働かなくなる疾患のことで、高血圧、心疾患（急性心筋梗塞・心不全）、脳血管疾患（脳梗塞・脳出血・くも膜下出血）、動脈瘤等に分類される
食環境整備	食物の入手に関する「食物へのアクセス」と、より健康的な食物選択を容易にする「情報へのアクセス」などにより、食生活を営みやすい環境を整備すること

食環境づくり推進事業	栄養状態や食物摂取の目標達成に必要な個人の行動変容を支援するための環境づくりを行う事業
人生100年時代	平均寿命の伸びにより、100歳まで生きるのが当たり前になる時代がくるという考え方のこと
生活機能低下	歩行や食事等の基本的日常生活動作能力、電話対応や家事等の手段的日常生活動作能力等の人が生きていくための機能が低下すること
生活習慣病	食事や運動、喫煙、飲酒、ストレスなどの生活習慣が深く関与し、発症の原因となる疾患で、がん（悪性新生物）、心疾患、脳血管疾患、高血圧性疾患、糖尿病、肝疾患、腎疾患等がある
生活の質（QOL）	単に健康や幸福だけでなく、個々の生活満足度や充実感、自分らしさについてを重要視する、生活の質を評価するための概念
そしゃく 咀嚼	食物を細かくなるまでよくかむこと
た 行	
地域医療	地域全体で住民の健康を守る医療体制のこと
地域歯科医療	医療機関や行政、市民等が連携して取り組む総合的な歯科医療活動のこと
地産地消	その土地でとれた農林水産物をその地で消費すること
中性脂肪	体を動かすための大切なエネルギー源であるが、とりすぎると体脂肪として蓄えられ、肥満の原因となるもの
低出生体重児	出生体重が2,500g未満で出生した児のこと
な 行	
尿中ナトリウム比測定	尿中に排泄されるナトリウムとカリウムの比を尿検査により測定すること
は 行	
PHR（パーソナルヘルスレコード）	生涯にわたる個人の健康や身体の情報記録した、健康・医療・介護等のデータのこと
病診連携	地域医療等において、核となる病院と地域内の診療所が行う連携のこと
平均寿命	0歳における平均余命のこと
平均余命	ある年齢の人が、あと何年生きられるかを表した期待値のこと
HbA1c	糖化ヘモグロビンがどのくらいの割合で存在しているかをパーセント（％）で表したもの
ヘルスリテラシー	健康や医療に関する正しい情報を入手し、理解して活用する能力のこと
ま 行	
マイナポータル	政府が運営する行政手続きのオンライン窓口のこと
ら 行	
ライフコースアプローチ	胎児期から高齢期に至るまでの人の生涯を経時的に捉えた健康づくりのこと

2 行動目標一覧表

(1) 第4次健康日本21・川越市計画

項目		実績値*1	目標値*2	備考*3
栄養・食生活				
適正体重の人の割合		67.9%	75%以上	
BMI18.5未満の20歳～30歳代女性の割合		17.8%	15%未満	
1日に食べる野菜の入った料理の平均皿数		2.2皿	増加	
1日2回以上、主食・主菜・副菜がそろった食事をとっている人の割合		31.6%	増加	
食塩の摂取量について気を付けている人の割合		62.2%	67%以上	
身体活動・運動				
意識的に身体を動かしている人の割合		67.8%	70%以上	
運動習慣者の割合 (運動習慣者：30分・週2回以上の運動を1年以上続けている人)		【20～64歳】 男性 36.7% 女性 29.3% 【65歳以上】 男性 52.6% 女性 56.1%	【20～64歳】 男性 40%以上 女性 35%以上 【65歳以上】 男性 55%以上 女性 60%以上	
歯と口の健康				
かかりつけ歯科医を持つ人の割合		72.7%	80%以上	
年に1度は歯科健診を受ける人の割合		52.7%	60%以上	
12歳児でむし歯のない人の割合		72.3%	77%以上	川越市学校保健統計
6024達成者の割合		71.2%	80%以上	
8020達成者の割合		62.5%	65%以上	
ゆっくりよくかんで食べる人の割合		24.1%	増加	
60歳代における咀嚼(そしゃく)良好者の割合		74.7%	80%以上	
休養・こころの健康				
睡眠により疲れがとれている人の割合		57.7%	60%以上	
ストレスとうまく付き合っている人の割合		36.2%	増加	
地域行事やサークル、習い事等に参加している人の割合		18.7%	28%以上	
たばこ・アルコール				
喫煙率	妊娠中	2.2%	0%	4か月児健診問診結果
	成人	12.3%	12%以下	
COPDの死亡率		10.7*4	10.0以下	厚生労働省人口動態統計
生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人の割合		【男性】 14.8% 【女性】 5.2%	減少	

*1 実績値：令和5（2023）年度

*2 目標値：令和18（2036）年度

*3 備考：実績値に対するデータソース

*4 実績値：令和3（2021）年

項目	実績値*1	目標値*2	備考*3
健康管理【健（検）診・重症化予防】			
国民健康保険特定健康診査の受診率	44.2%	60%以上*4	特定健診データ「法定報告」
後期高齢者健康診査の受診率	29.8%	43%以上*5	埼玉県後期広域連合調べ
がん検診の受診割合 【胃がん】	37.4%	40%以上	
【肺がん】	46.0%	50%以上	
【子宮がん（頸部）】	41.5%	45%以上	
【乳がん】	37.4%	40%以上	
【大腸がん】	42.1%	45%以上	
国民健康保険特定保健指導の実施率	12.3%	60%以上*4	特定健診データ「法定報告」
HbA1c8.0%以上の者の割合*6	1.4%	1.0%以下*4	KDB システム

*1 実績値：令和 5（2023）年度 *2 目標値：令和 18（2036）年度 *3 備考：実績値に対するデータソース

*4 川越市国民健康保険第 3 期保健事業等実施計画の目標値：令和 11（2029）年度

*5 埼玉県後期高齢者医療広域連合第 3 期高齢者保健事業実施計画の目標値：令和 11（2029）年度

*6 川越市国民健康保険特定健康診査の結果

（2）第 4 次川越市食育推進計画

項目	実績値*1	目標値*2	備考
適正体重の人の割合	67.9%	75%以上	
BMI18.5 未満の 20 歳～30 歳代女性の割合	17.8%	15%未満	
1 日に食べる野菜の入った料理の平均皿数	2.2 皿	増加	
1 日 2 回以上、主食・主菜・副菜がそろった食事をとっている人の割合	31.6%	増加	
食塩の摂取量について気を付けている人の割合	62.2%	67%以上	
20～30 歳代の朝食を欠食する人の割合	23.6%	22%以下	
毎日 1 食以上、家族や友人等と一緒に食事をしている人の割合	58.9%	60%以上	
食品ロスを減らすための平均取組数	2.5 項目	増加	

*1 実績値：令和 5（2023）年度 *2 目標値：令和 18（2036）年度

（3）第 3 次川越市歯科口腔保健計画

項目	実績値*1	目標値*2	備考*3
かかりつけ歯科医を持つ人の割合	72.7%	80%以上	
年に 1 度は歯科健診を受ける人の割合	52.7%	60%以上	
12 歳児でむし歯のない人の割合	72.3%	77%以上	川越市学校保健統計
6024 達成者の割合	71.2%	80%以上	
8020 達成者の割合	62.5%	65%以上	
ゆっくりよくかんで食べる人の割合	24.1%	増加	
60 歳代における咀嚼 ^{くしやく} 良好者の割合	74.7%	80%以上	

*1 実績値：令和 5（2023）年度 *2 目標値：令和 18（2036）年度 *3 備考：実績値に対するデータソース

3 川越市健康づくり推進協議会 委員名簿

任期：令和4年7月15日～令和6年7月14日

	所属団体	氏名
1	川越市医師会	◎ 元山 猛
2	川越市自治会連合会	○ 村田 一男
3	埼玉医科大学	宮山 徳司
4	女子栄養大学	西村 早苗
5	明海大学	深井 智子
6	川越市校長会	新家子 直之
7	川越市歯科医師会	鶴田 淳子
8	川越市薬剤師会	須田 弘子
9	埼玉県歯科衛生士会川越支部	清水 克子
10	川越市スポーツ協会	大塚 賢一
11	川越市社会福祉協議会	柴 明孝
12	川越市老人クラブ連合会	本木 春男
13	川越市保健推進員協議会	長峰 す美子
14	川越市食生活改善推進員協議会	米原 民子
15	川越商工会議所	鹿倉 隆
16	地域活動栄養士PFCの会	志村 洋子
17	川越地区私立幼稚園協会	三芳 弘道
18	川越市PTA連合会	大澤 克哉
19	健康づくりボランティアグループやまぶき21	江尻 句子

◎：会長 ○：副会長

任期：令和6年7月15日～令和8年7月14日

	所属団体	氏名
1	川越市医師会	◎ 松本 吉郎
2	川越市自治会連合会	○ 村田 一男
3	埼玉医科大学	宮山 徳司
4	女子栄養大学	西村 早苗
5	明海大学	深井 智子
6	川越市校長会	金井 進
7	川越市歯科医師会	鶴田 淳子
8	川越市薬剤師会	須田 弘子
9	埼玉県歯科衛生士会川越支部	清水 克子
10	川越市スポーツ協会	三戸 まさみ
11	川越市社会福祉協議会	宇津 和高
12	川越市老人クラブ連合会	本木 春男
13	川越市保健推進員協議会	長峰 す美子
14	川越市食生活改善推進員協議会	米原 民子
15	川越市勤労者福祉サービスセンター	松本 清一
16	地域活動栄養士PFCの会	志村 洋子
17	川越市私立幼稚園・認定こども園協会	森田 繁子
18	川越市PTA連合会	矢部 孝
19	健康づくりボランティアグループやまぶき21	江尻 旬子

◎：会長 ○：副会長

4 計画策定の経緯

月 日	会 議 名 等	内 容
令和5年 9月～10月	川越市民の健康についてアンケート調査実施 (市内在住の20～80歳:4,000人、16歳:500人、郵送配布・郵送とオンライン回収) (市内保育園等の5歳児・市立小学校5年生・市立中学校2年生、直接配布・回収) (市内の保育園等・小・中学校の保護者、直接配布・オンライン回収)	
令和6年 2月8日	令和5年度第2回川越市健康 づくり推進協議会	・健康かわごえ推進プラン(第2次)の最終評価について
5月	令和6年度第1回川越市健康 づくり推進庁内会議	・健康かわごえ推進プラン(第2次)の評価について ・(仮称)健康かわごえ推進プラン(第3次)の概要について
5月17日	令和6年度第1回川越市健康 づくり推進協議会	・健康づくり推進協議会に諮問 ・健康かわごえ推進プラン(第2次)の評価について ・(仮称)健康かわごえ推進プラン(第3次)の概要について
7月3日	令和6年度第2回川越市健康 づくり推進庁内会議	・川越市の健康課題について ・(仮称)健康かわごえ推進プラン(第3次)の骨子について
7月26日	令和6年度第2回川越市健康 づくり推進協議会	・川越市の健康課題について ・(仮称)健康かわごえ推進プラン(第3次)の骨子について ・目指す姿(スローガン)について
7月～10月	庁内グループヒアリング	・関係各課における健康づくりの取組について
9月	令和6年度第3回川越市健康 づくり推進庁内会議	・(仮称)健康かわごえ推進プラン(第3次)の素案について
9月～10月	関係団体ヒアリング	・関係団体における健康づくりの取組について
9月27日	令和6年度第3回川越市健康 づくり推進協議会	・(仮称)健康かわごえ推進プラン(第3次)の素案について ・目指す姿(スローガン)について
10月	令和6年度第4回川越市健康 づくり推進庁内会議	・健康かわごえ推進プラン(第3次)の原案について
10月23日	令和6年度第4回川越市健康 づくり推進協議会	・目指す姿(スローガン)について ・健康かわごえ推進プラン(第3次)の原案について
12月5日	健康かわごえ推進プラン(第3次)の原案に関する意見公募の実施(令和7年1月6日まで)	
令和7年 1月	令和6年度第5回川越市健康 づくり推進庁内会議	・健康かわごえ推進プラン(第3次)の原案について
2月12日	令和6年度第5回川越市健康 づくり推進協議会	・健康かわごえ推進プラン(第3次)の原案について
2月18日	答申	・健康づくり推進協議会からの答申

健康かわごえ推進プラン（第3次）

【第4次健康日本21・川越市計画】

【第4次川越市食育推進計画】

【第3次川越市歯科口腔保健計画】

令和7年3月

発行 川越市

編集 保健医療部健康づくり支援課

〒350-1104 川越市大字小ヶ谷817番地1

TEL : 049-229-4121（直通）

FAX : 049-225-1291

URL : <https://www.city.kawagoe.saitama.jp/>



リサイクル適性(A)

この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。