

第4章 目標と取り組みの方向（案）

第1節 第2次健康いるま21計画の目標（指標）に対する評価

4 たばこ・アルコール

（1）たばこが健康に及ぼす影響についての認知度

項目	前回値 (平成24年度)	目標値 (第2次計画)	現状値 (平成29年度)	評価
COPD	38.8%	80%	65.6%	B
歯周病	41.4%	100%	55.0%	B
胃かいよう	43.4%	100%	42.4%	D
乳幼児突然死症候群	47.2%	100%	43.4%	D
妊婦・胎児への影響	83.8%	100%	82.4%	D

- COPDの認知度は26.8ポイント増加がみられました。また歯周病も13.6ポイント増加がみられ認知度が高まりました。これは健康長寿サポーター養成講座等の健康教室で普及啓発をしてきた結果と考えます。

しかし、その他の認知度は微減しており、さらなる普及啓発が必要です。

（2）喫煙率の低下

項目	前回値 (平成24年度)	目標値 (第2次計画)	現状値 (平成29年度)	評価
喫煙者の割合	20.3%	12%以下	16.3%	B

- 喫煙者の割合は、4.0ポイント減少し、目標値までは届きませんでした。改善がみられています。毎年5月31日の世界禁煙デーに合わせた禁煙週間では、たばこの害に関する掲示物の展示や禁煙のPRを行ってきました。また、乳幼児健診や成人健診の際にもポスター等で普及啓発活動を行ってきました。

(3) 多量に飲酒する人の割合

項目	前回値 (平成24年度)	目標値 (第2次計画)	現状値 (平成29年度)	評価
週に2日以上休肝日を設定している人の割合	男性 52.1%	男性 55%以上	男性 56.2%	A
	女性 74.4%	女性 78%以上	女性 79.8%	A
多量に飲酒する人の割合 (1日当たりの純アルコール摂取量が男性40g以上、女性20g以上)	—	男性 13%以下	男性 14.3%	—
	—	女性 6.4%以下	女性 10.1%	—

- 週に2日の休肝日は男性4.1ポイント、女性5.4ポイントの増加がみられ、目標値に到達しました。これは、健康福祉センター内各所に適正飲酒量やお酒との付き合い方についての掲示等を行ったことや、毎年11月10日～16日のアルコール関連問題啓発週間では、1日の適正飲酒量についての模型を展示し、週に2日の休肝日を推進するチラシを配布する等の普及啓発を行った結果と考えます。
- 多量に飲酒する人の割合については、女性の飲酒量が目標値より3.7ポイント高い結果でした。

第2節 分野別の目標と取り組み

4 たばこ・アルコール

(1) 現状と課題

①喫煙の状況

市民実態調査によると、喫煙率は16.3%と前回調査より減ってはいるものの、年

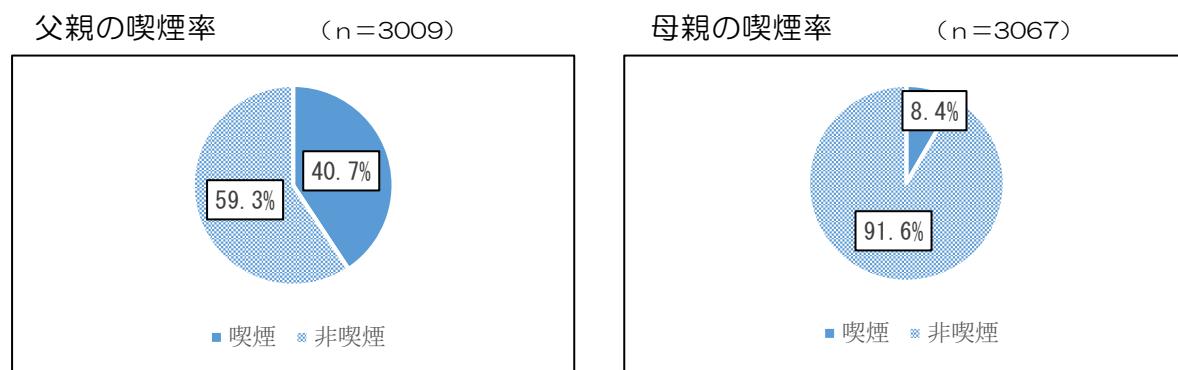
代別に見ると、男性は30歳代～50歳代が30%を超え、女性は20歳代～50歳代が10%を超えており高い状況です。また、乳幼児健診の問診票からも乳幼児の親が喫煙していることがわかります。(図1)

受動喫煙の機会が「ある」と答えた方は、49.2%でした。受動喫煙の場所は、飲食店が56.6%、職場が36.1%、家庭が27.0%の順番に高いです。(図2)

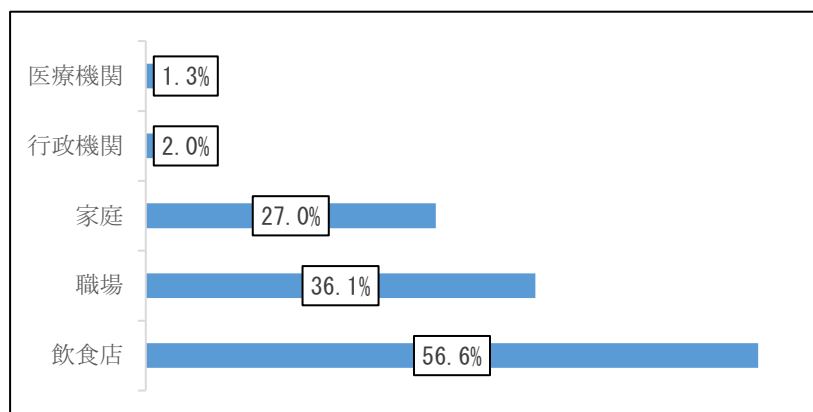
2020年4月より健康増進法の改正が施行されると、公共施設や飲食店での望まない受動喫煙は減少することが予想されますが、そのためには、喫煙場所の整備ができるよう周知をしていく必要があります。

さらに、喫煙者の中で「禁煙を希望する者の割合」が62.9%あり、禁煙に向けてのサポート体制も整えていくことが必要です。

(図1) 平成28年度 乳幼児健診



(図2) 受動喫煙の場所



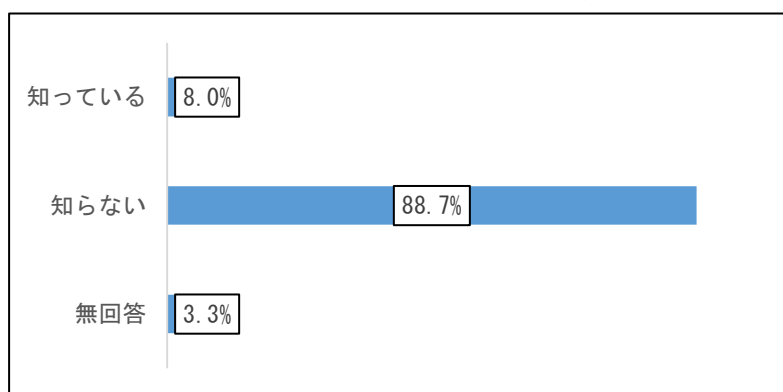
②飲酒の状況

市民健康実態調査によると、1日適量飲酒量が純アルコールで男性は20g以下、女性は10g以下であることを「知らない」と答えた方が88.7%と高値でした。1日の適量はアルコールの度数で異なること、女性の適量飲酒量は男性の半量ということを知らないことがうかがえます。(図3)

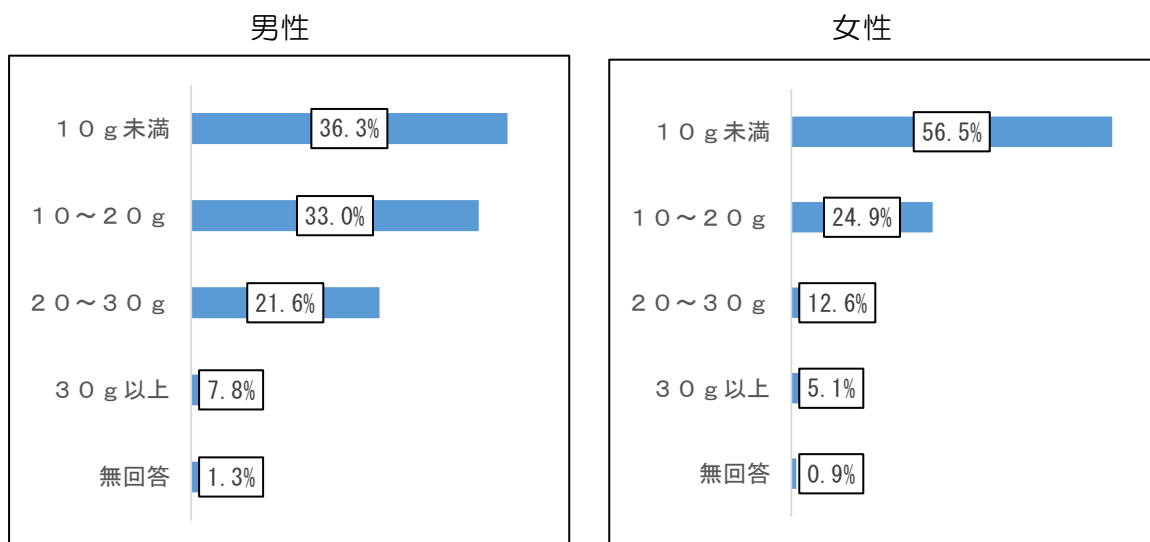
また、生活習慣病のリスクを高めるアルコール量(純アルコールが男性40g以上、女性は20g以上)を飲酒している人の割合は、男性が14.3%、女性が10.1%でした。そして飲酒する人の1日の飲酒量は図4のとおりでした。

近年、ビールや焼酎はアルコール度数が異なる様々な商品が販売されており、飲酒する各自がアルコール度数を考えた適量飲酒量を認識し、多量飲酒へつながらないようにする対策が必要です。

(図3) 1日のお酒の適量は純アルコールが20g(女性は10g)の認知度



(図4) 1日の飲酒量 純アルコール量(g)



(参考) 1日あたりの適正飲酒量

種類	日本酒 	ビール 	酎ハイ 	ワイン 	焼酎 	ウイスキー 
アルコール 度数	15%	5%	7%	12%	25%	43%
男性	1合 180ml	500ml	350ml	200ml	100ml	ダブル 60ml
女性	90ml	250ml	175ml	100ml	50ml	30ml

お酒に含まれるアルコールの量 (g) = お酒の量 (ml) × (アルコール度数 (%)) ÷ 100 × 0.8

(2) 目標

- ① たばこによる健康被害を減らす
- ② 飲酒についての適量を知り、実践している人を増やす

(3) 目標値

- ① たばこによる健康被害を減らす

指標	現状値 (平成 29 年度)	目標値 (平成 35 年度)	県 (平成 28 年度)	国 (平成 28 年度)
喫煙率の減少	16.3%	12.0%	19.6%	18.3%

指 標	現状値 (平成 29 年度)	目標値 (平成 35 年度)	県 (平成 28 年度)	国 (平成 28 年度)
受動喫煙の機会を有する者の減少				
家庭	27.0%	13.5%	7.9%	7.7%
職場	36.1%	18.1%	15.0%	30.9%
飲食店	56.6%	28.3%	33.5%	42.2%

◎目標値の設定は、国「健康日本 21 (第2次)」の目標値に合わせました。受動喫煙の機会は、国が目標とする値に準じて設定しました。

②飲酒についての適量を知り、実践している人を増やす

指標	現状値 (平成29年度)	目標値 (平成35年度)	県 (平成28年度)	国 (平成28年度)
1日の適量飲酒量の 認知度(※1)の増加	8%	25%	—	—

※1 1日の適正飲酒量は純アルコール20g(女性は10g)以下

指標	現状値 (平成29年度)	目標値 (平成35年度)	県 (平成28年度)	国 (平成28年度)
生活習慣病のリスクを 高める量(※2)を飲酒 している者の減少	男性 14.3%	男性 13.2%	男性 12.8%	男性 14.6%
	女性 10.1%	女性 9.3%	女性 9.9%	女性 9.1%

※2 生活習慣病のリスクを高める量(1日の純アルコール男性40g、女性20g)

◎認知度は、目標としたい値に設定しました。生活習慣病のリスクを高める量は、国は10年で15%低減を目標としているため、市は5年で7.5%低減の値にしました。

県：平成28年度国民健康栄養調査埼玉県分

国：平成28年度国民健康栄養調査

(4) 目標の実現に向けた主な取組み

- ・2020年健康増進法改正に向けて、望まない受動喫煙がなくなるよう環境整備を推進していきます。
- ・禁煙を希望する人が実行できるよう、禁煙外来や禁煙マラソン等サポート体制の情報提供を行います。
- ・家庭での受動喫煙を減らすため、妊娠届時や乳幼児健診時に禁煙への助言や情報提供を行います。
- ・適正飲酒量についてポスターや広報紙で普及啓発をはかります。
- ・健康診断や乳幼児健診時の機会に多量飲酒者へ助言と情報提供を行います。