

基本目標1	意識・行動指標	指標	現状	目標 (中間のまとめ時点)	出典・備考	目標 (見直し後)	目標設定 の区分 ^(※)	説明		
		1-1. 1日3回主食・主菜・副菜をそろえた食事をしている区民の増加								
		子ども(17歳以下)	35.1%	上げる	中央区民の健康・食育に関する意識調査(R4)	上げる	C	国・都の計画等で有効な数値目標がないため。		
		成人(18歳以上)	16.8%	上げる		上げる	C	国・都の計画等で有効な数値目標がないため。		
		1-2. 朝食を毎日食べる区民の増加								
		子ども(17歳以下)	84.4%	上げる	中央区民の健康・食育に関する意識調査(R4)	100%	A	国の食育推進基本計画の目標値「朝食を欠食する子供の割合：0%」及び都の食育推進計画の目標値「(毎日、きちんとした朝食を)食べないことが多い・全く、ほとんど食べない：0%に近づける」に基づいて設定。		
		成人(18歳以上)	71.0%	上げる		85.0%	A	国の食育推進基本計画の目標値「朝食を欠食する若い世代の割合：15%以下」に基づいて、成人の目標を85%と設定。		
		男性(20歳代～30歳代)	44.3%	上げる		65.0%	A'	ただし、男性(20歳代～30歳代)については、乖離が大きい(40.7ポイント)ため、現状値との中間値の65%と設定。		
		1-3. 野菜の摂取目標量を認知している区民の増加								
		成人(18歳以上)	46.1%	上げる	中央区民の健康・食育に関する意識調査(R4)	上げる	C	国・都の計画等で有効な数値目標がないため。		
1-4. 野菜の1日当たりの平均摂取量の増加										
成人(18歳以上)	154.5g	350g以上	中央区民の健康・食育に関する意識調査(R4)	350g以上	A	国の食育推進基本計画の目標値「1日あたりの野菜摂取量の平均値：350g以上」に基づいて設定。				
1-5. 食品の安全性に関する基礎知識を持っている区民の増加										
成人(18歳以上)	59.6%	上げる	中央区民の健康・食育に関する意識調査(R4)	80.0%	A	国の食育推進基本計画の目標値「食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する国民の割合：80%以上」に基づいて設定。				
1-6. バランスのよい食事を作るのに必要な知識や技術がある区民の増加										
成人(18歳以上)	51.6%	上げる	中央区民の健康・食育に関する意識調査(R4)	上げる	C	国・都の計画等で有効な数値目標がないため。				
1-7. 朝食を同居の人とほとんど一緒に食べている区民の増加										
小学生	76.1%	上げる	中央区民の健康・食育に関する意識調査(R4) (朝食を同居の人と「ほとんど毎日」または「週4～5日」一緒に食べると回答した割合)	上げる	C	国・都の計画等で有効な数値目標がないため。				
中学生	67.8%	上げる		上げる	C					
成人(18歳以上)	50.9%	上げる		上げる	C					
1-8. ゆっくりよく噛んで食べる区民の増加										
子ども(17歳以下)	48.0%	上げる	中央区民の健康・食育に関する意識調査(R4)	55.0%	A	国の食育推進基本計画の目標値「ゆっくりよく噛んで食べる国民の割合：55%以上」に基づいて設定。				
成人(18歳以上)	40.8%	上げる		55.0%	A					
1-9. 減塩に気をつけた食事をしている区民の増加										
子ども(17歳以下)	45.5%	上げる	中央区民の健康・食育に関する意識調査(R4)	75.0%	A	国の食育推進基本計画の目標値「生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践する国民の割合：75%以上」に準じて設定。				
成人(18歳以上)	46.2%	上げる		75.0%	A					
1-10. 食育に関心を持っている区民の増加										
成人(18歳以上)	64.5%	上げる	中央区民の健康・食育に関する意識調査(R4)	90.0%	A	国の食育推進基本計画の目標値「食育に関心を持っている国民の割合：90%以上」に基づいて設定。				

※目標設定の区分 A…国の数値目標等に基づき数値目標を設定 A'…国の数値目標等に基づき数値目標を設定(中間値等) B…国の数値目標達成済or差が小さい C…国の目標等が「上げる/下げる」or有効な数値目標なし

目標設定一覧表

基本目標	意識・行動指標	指標	現状	目標 (中間のまとめ時点)	出典・備考	目標 (見直し後)	目標設定 の区分(※)	説明	
		健康指標	2-1. 進行した歯周病の減少						
		40歳代	42.9%	下げる	中央区成人歯科健康診 査結果 (R4)	35.0%	A	都の歯科保健推進計画の次期計画目標値 (案) 「進行した歯周病を有する者の割合 (40歳～49歳) : 35%」に基づいて設定。	
		50歳代	45.6%	下げる		35.0%	A	都の歯科保健推進計画の次期計画目標値 (案) 「進行した歯周病を有する者の割合 (40歳～49歳) : 35%」に準じて設定。	
		2-2. 日常生活における歩数の増加							
		成人	5,396歩	増やす	中央区民の健康・食育 に関する意識調査 (R4)	7,100歩	A	国の健康日本21 (第三次) 推進のための説明資料 (p35) の目標値「1日の歩数の平均値 : 7,100歩」に基づいて設定。	
		男性	5,638歩	増やす		8,000歩	A	国の健康日本21 (第三次) 推進のための説明資料 (p35) の目標値「1日の歩数の平均値 : 20～64歳 : 男性8,000歩、女性8,000歩」に準じて設定。	
		女性	5,242歩	増やす		8,000歩	A		
		男性 (65歳以上)	5,373歩	増やす		6,000歩	A	国の健康日本21 (第三次) 推進のための説明資料 (p35) の目標値「1日の歩数の平均値 : 65歳以上 : 男性6,000歩、女性6,000歩」に基づいて設定。	
		女性 (65歳以上)	5,004歩	増やす		6,000歩	A		
		2-3. 運動習慣のある区民の増加 (1日30分以上の運動を週2回以上実施し、1年以上継続している人)							
		成人	37.9%	増やす	中央区民の健康・食育 に関する意識調査 (R4)	50.0%	A'	国の健康日本21 (第三次) 推進のための説明資料 (p36) の目標値「運動習慣者の割合 : 40%」は現状値との差が小さい (1~2.5ポイント) ため、国の算出方法に基づき、現状値に10%加えた上で分かりやすく覚えやすい値を設定。	
		男性	39.0%	増やす		50.0%	A'		
		女性	37.5%	増やす		50.0%	A'		
		2-4. 成人の喫煙率の低下							
		成人	9.5%	下げる	中央区民の健康・食育 に関する意識調査 (R4)	下げる	B	国の健康日本21 (第三次) 推進のための説明資料 (p53) の目標値「20歳以上の者の喫煙率 : 12%」を現状値が下回っているため、より割合を下げることを目標に設定。 国の健康日本21 (第三次) 推進のための説明資料 (p53) の指標「20歳以上の者の喫煙率」では男女別の目標を設定していないため。	
		男性	14.1%	下げる		下げる	C		
		女性	6.0%	下げる		下げる	C		
		2-5. 生活習慣病のリスクが高まる量を飲酒している区民 (1日当たりの純アルコール摂取量が男性40g以上、女性20g以上のもの) の減少							
		成人	26.0%	下げる	中央区民の健康・食育 に関する意識調査 (R4)	10.0%	A	国の健康日本21 (第三次) 推進のための説明資料 (p48) の目標値「1日当たりの純アルコール摂取量が男性40g以上、女性20g以上の者の割合 : 10%」に基づいて設定。 国の健康日本21 (第三次) 推進のための説明資料 (p48) の目標値「1日当たりの純アルコール摂取量が男性40g以上の者の割合 : 13%」に基づいて設定。 国の健康日本21 (第三次) 推進のための説明資料 (p48) の目標値「1日当たりの純アルコール摂取量が女性20g以上の者の割合 : 6.4%」に基づいて設定。	
		男性	28.5%	下げる		13.0%	A		
		女性	24.1%	下げる		6.4%	A		
		2-6. 補助具 (フロスや歯間ブラシ) を毎日使う習慣がある区民の増加							
		40歳代	31.9%	上げる	中央区成人歯科健康診 査結果 (R4)	上げる	C	国・都の計画等で有効な数値目標がないため。	
		50歳代	38.4%	上げる		上げる	C		
		2-7. 産前・産後歯科健康診査の受診率の上昇							
		妊婦 (産前歯科健康診査)	35.8%	上げる	中央区産前・産後歯科 健康診査結果 (R4)	上げる	C	国・都の計画等で有効な数値目標がないため。	
		産後1年未満女性 (産後歯科健康診査)	29.1%	上げる		上げる	C		
		2-8. 甘味をほぼ毎日飲食する区民 (3歳) の減少							
		子ども (3歳) 甘味食品	37.0%	下げる	3歳児歯科健康診査結 果 (R4)	下げる	C	国・都の計画等で有効な数値目標がないため。	
		子ども (3歳) 甘味飲料	30.1%	下げる		下げる	C		
		2-9. 定期的に歯科健診や予防処置を受けている者の増加							
		成人 定期健診	42.9%	上げる	中央区民の健康・食育に 関する意識調査 (R4)	上げる	C	国・都の計画等で有効な数値目標がないため。	
		成人 歯石除去・歯面清掃	55.3%	上げる		上げる	C		
		2-10. 糖尿病や喫煙が歯周病のリスクであることを知っている者の増加							
		成人 糖尿病と歯周病の関係	47.8%	上げる	中央区民の健康・食育に 関する意識調査 (R4)	上げる	C	国・都の計画等で有効な数値目標がないため。	
		成人 喫煙と歯周病の関係	57.8%	上げる		上げる	C		

※目標設定の区分 A…国の数値目標等に基づき数値目標を設定 A'…国の数値目標等に基づき数値目標を設定 (中間値等) B…国の数値目標達成or差が小さい C…国の目標等が「上げる/下げる」or有効な数値目標なし

目標設定一覧表

	指標	現状	目標 (中間のまとめ時点)	出典・備考	目標 (見直し後)	目標設定 の区分(※)	説明
基本目標3	健康指標						
	3-1. 適正体重を維持している区民の増加						
	児童・生徒の肥満児	7.1%	下げる	児童生徒肥満度調査 (R4)	下げる	C	国の成育医療等基本方針の目標が「児童・生徒における肥満傾向児の割合：減少」のため。
	20～30歳代女性のやせの者	16.5%	15%未満	中央区民の健康・食育 に関する意識調査 (R4)	15%未満	A	国の健康日本21（第三次）推進のための説明資料（p28）の目標値「20～30歳代女性のやせの者の割合：15%未満」に基づいて設定。
	20～60歳代男性の肥満者	30.0%	30%未満		下げる	B	国の健康日本21（第三次）推進のための説明資料（p28）の目標値「20～60歳代男性の肥満者の割合：30%未満」は現状値との差が小さいため、より割合を下げることを目標に設定。
	40～60歳代女性の肥満者	10.1%	下げる		下げる	B	国の健康日本21（第三次）推進のための説明資料（p28）の目標値「40～60歳代女性の肥満者の割合：15%未満」を現状値が下回っているため、より割合を下げることを目標に設定。
	3-2. 健康診査の受診率の上昇						
	全体	80.8%	上げる	中央区民の健康・食育 に関する意識調査 (R4)	上げる	B	国の医療費適正化に関する施策についての基本的な方針及び都の医療費適正化計画（案）の「特定健康診査の実施率：70%以上」を現状値が上回っているため、より上げることを目標に設定。
	3-3. 外食や食品を購入するときに栄養成分表示を参考にする区民の増加						
	成人	71.6%	上げる	中央区民の健康・食育 に関する意識調査 (R4)	75.0%	A	都の食育推進計画の目標値「食品を購入するときに栄養成分表示を参考にしている人の割合：75%」に基づいて設定。
	男性	63.2%	上げる		上げる	C	都の食育推進計画の目標値「食品を購入するときに栄養成分表示を参考にしている人の割合：75%」では男女別の目標を設定していないため。
	女性	78.3%	上げる		上げる	C	
	3-4. 次の病気が生活習慣病だと知っている区民の増加						
	糖尿病	81.6%	上げる	中央区民の健康・食育 に関する意識調査 (R4)	上げる	C	国・都の計画等で有効な数値目標がないため。
	高血圧	80.6%	上げる		上げる	C	
	動脈硬化症	46.1%	上げる		上げる	C	
がん	12.2%	上げる	上げる		C		
歯周病	38.3%	上げる	上げる		C		
3-5. がん検診受診率の向上、未受診者の減少							
胃がん	43.0%	上げる	中央区民の健康・食育 に関する意識調査 (R4)	60.0%	A	国のがん対策推進基本計画の目標値「がん検診受診率：60%」に基づいて設定。	
大腸がん	39.7%	上げる		60.0%	A		
肺がん	34.8%	上げる		60.0%	A		
乳がん	53.9%	上げる		60.0%	A		
子宮がん	57.5%	上げる		60.0%	A		
未受診者	34.3%	下げる		下げる	B		国のがん対策推進基本計画の目標値「がん検診受診率：60%」に基づく（受診率が60%のため未受診率40%と換算）が、未受診者の割合の現状値が40%を下回っているため、より割合を下げることを目標に設定。

※目標設定の区分 A…国の数値目標等に基づき数値目標を設定 A'…国の数値目標等に基づき数値目標を設定（中間値等） B…国の数値目標達成済or差が小さい C…国の目標等が「上げる/下げる」or有効な数値目標なし

目標設定一覧表

基本目標	指標	現状	目標 (中間のまとめ時点)	出典・備考	目標 (見直し後)	目標設定 の区分 ^(※)	説明	
基本目標 4	健康指標	4-1. 自殺死亡率の減少						
		全体 (人口10万人当たりの死亡者数)	17.5	下げる	厚生労働省 自殺の統計：地域における自殺の基礎資料 (R4)	11.9	A'	国の自殺総合対策大綱及び都の自殺総合対策計画の目標値「自殺死亡率の30%以上減少」を踏まえて設定した区の自殺対策計画の目標値「自殺死亡率(人口10万人当たりの自殺者数)：11.9」に基づいて設定。
	意識・行動指標	4-2. こころの問題について気軽に相談できる場所・窓口を知っている区民の増加						
		成人	41.4%	上げる	中央区民の健康・食育に関する意識調査 (R4)	上げる	C	国・都の計画等で有効な数値目標がないため。
		4-3. 睡眠による休養を充分にとれていない区民の減少						
		成人	36.3%	下げる	中央区民の健康・食育に関する意識調査 (R4)	20.0%	A	国の健康日本21(第三次)推進のための説明資料(p41)の目標値「睡眠で休養がとれている者の割合：80%」に基づいて設定。
		4-4. ストレスを解消できている区民の増加						
成人	61.3%	上げる	中央区民の健康・食育に関する意識調査 (R4)	上げる	C	国・都の計画等で有効な数値目標がないため。		
4-5. ゲートキーパーについて知っている区民の増加								
成人	15.7%	上げる	中央区民の健康・食育に関する意識調査 (R4)	上げる	C	国・都の計画等で有効な数値目標がないため。		

※目標設定の区分 A…国の数値目標等に基づき数値目標を設定 A'…国の数値目標等に基づき数値目標を設定(中間値等) B…国の数値目標達成済or差が小さい C…国の目標等が「上げる/下げる」or有効な数値目標なし

目標設定一覧表

	指標	現状	目標 (中間のまとめ時点)	出典・備考	目標 (見直し後)	目標設定 の区分(※)	説明
基本目標5	5-1. 健康寿命の延伸						
	男性（要介護2以上）	83.34歳	上げる	65歳健康寿命（R3:東 京都福祉保健局）	上げる	C	国の健康日本21（第三次）推進のための説明資料（p22）の目標値が「平均寿命の増加分を上回る健康寿命の増加」のため。
	男性（要支援1以上）	81.63歳	上げる		上げる	C	
	女性（要介護2以上）	86.14歳	上げる		上げる	C	
	女性（要支援1以上）	82.84歳	上げる		上げる	C	
	5-2. 主観的健康観の向上						
	成人	84.3%	上げる	中央区民の健康・食育 に関する意識調査 (R4)	上げる	C	国・都の計画等で有効な数値目標がないため。
	男性	83.2%	上げる		上げる	C	
	女性	85.4%	上げる		上げる	C	
	65歳以上	77.3%	上げる		上げる	C	
	男性（65歳以上）	75.2%	上げる		上げる	C	
	女性（65歳以上）	79.5%	上げる		上げる	C	
	5-3. 高齢者に占める要介護・要支援認定者数の割合の維持						
		20.8%	横ばい	中央区高齢者保健福祉 計画・介護保険事業計 画（R5）	上げない	C	国・都の計画等で有効な数値目標がないため。
	5-4. 口腔機能（咀嚼または嚥下機能）に不安がある高齢者の減少						
	65歳以上	16.9%	下げる	中央区民の健康・食育に 関する意識調査（R4）	下げる	C	国・都の計画等で有効な数値目標がないため。
	男性（65歳以上）	19.0%	下げる		下げる	C	
	女性（65歳以上）	15.7%	下げる		下げる	C	
	5-5. 低栄養傾向（BMI20以下）の高齢者の減少						
	65歳以上	20.4%	下げる	中央区民の健康・食育 に関する意識調査 (R4)	13%未満	A	国の健康日本21（第三次）推進のための説明資料（p28）の目標値「BMI20以下の高齢者（65歳以上）の割合：13%未満」に基づいて設定。
男性（65歳以上）	8.3%	下げる	下げる		C	国の健康日本21（第三次）推進のための説明資料（p28）の目標値「BMI20以下の高齢者（65歳以上）の割合：13%未満」では男女別の目標を設定していないため。	
女性（65歳以上）	30.7%	下げる	下げる		C		
5-6. 区民の歩数の増加							
65歳以上	5,171歩	増やす	中央区民の健康・食育 に関する意識調査 (R4)	6,000歩	A	国の健康日本21（第三次）推進のための説明資料（p35）の目標値「1日の歩数の平均値：65歳以上：男性6,000歩、女性6,000歩」に基づいて設定。	
男性（65歳以上）	5,373歩	増やす		6,000歩	A		
女性（65歳以上）	5,004歩	増やす		6,000歩	A		
5-7. 区民の外出への意欲の向上							
65歳以上	73.7%	上げる	中央区民の健康・食育 に関する意識調査 (R4)	上げる	C	国・都の計画等で有効な数値目標がないため。	
男性（65歳以上）	74.4%	上げる		上げる	C		
女性（65歳以上）	71.7%	上げる		上げる	C		
5-8. 区民のうつ傾向の減少							
65歳以上	23.1%	下げる	中央区民の健康・食育 に関する意識調査 (R4)	下げる	C	国・都の計画等で有効な数値目標がないため。	
男性（65歳以上）	24.0%	下げる		下げる	C		
女性（65歳以上）	22.8%	下げる		下げる	C		
5-9. 地域活動をしている区民の増加							
65歳以上	23.9%	上げる	中央区民の健康・食育 に関する意識調査 (R4)	上げる	C	国・都の計画等で有効な数値目標がないため。	
男性（65歳以上）	19.0%	上げる		上げる	C		
女性（65歳以上）	28.3%	上げる		上げる	C		
5-10. かかりつけ医のいる区民（高齢者）の増加							
かかりつけ医師	71.3%	上げる	中央区高齢者の生活実態等 調査および介護サービス利 用状況等調査（R4）	上げる	C	国・都の計画等で有効な数値目標がないため。	
かかりつけ歯科医	73.7%	上げる		上げる	C		
かかりつけ薬剤師	20.8%	上げる		上げる	C		

※目標設定の区分 A…国の数値目標等に基づき数値目標を設定 A'…国の数値目標等に基づき数値目標を設定（中間値等） B…国の数値目標達成済or差が小さい C…国の目標等が「上げる/下げる」or有効な数値目標なし