

東京都健康推進プラン(第三次)指標一覧

区分	項目	指標	
総合目標	健康寿命の延伸	65歳健康寿命(要介護2以上)	
	健康格差の縮小	区市町村別65歳健康寿命(要介護2以上)の下位4分の1の平均	
個人の行動と健康状態の改善	栄養・食生活	適正体重(BMI18.5以上25未満、65歳以上はBMI20を超え25未満)を維持している人の割合(20歳以上)増やす	
	栄養・食生活	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の者の割合(20歳以上)増やす	
	栄養・食生活	野菜の1日当たりの平均摂取量(20歳以上)増やす	
	栄養・食生活	果物の1日当たりの平均摂取量(20歳以上)増やす	
	栄養・食生活	食塩の1日当たりの平均摂取量(20歳以上)減らす	
	身体活動・運動	日常生活における1日当たりの平均歩数(20歳以上)増やす	
	身体活動・運動	日常生活における1日当たりの平均歩数が6,000歩未満(65歳以上は4,000歩未満)の者の割合(20歳以上)減らす	
	身体活動・運動	運動習慣者の割合(1回30分以上の運動を週2日以上実施し、1年以上継続している者)(20歳以上)増やす	
	生活習慣の改善	休養・睡眠	睡眠で休養がとれている者の割合(20歳以上)増やす
	生活習慣の改善	休養・睡眠	睡眠時間が6~9時間(60歳以上は6~8時間)の者の割合(20歳以上)増やす
	生活習慣の改善	休養・睡眠	年間就業日数200日以上かつ週間就業時間60時間以上の就業者の割合(15歳以上)減らす
	生活習慣の改善	飲酒	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(1日当たりの純アルコール摂取量が男性40g以上、女性20g以上の人の割合)(20歳以上)減らす
	生活習慣の改善	喫煙	20歳以上の者の喫煙率 下げる
	生活習慣の改善	歯・口腔の健康	進行した歯周病を有する者の割合(40歳~49歳)減らす
	生活習慣の改善	歯・口腔の健康	4本以上のむし歯(う蝕)のある者の割合(3歳児)減らす
	生活習慣の改善	歯・口腔の健康	むし歯(う蝕)のない者の割合(12歳)増やす
	生活習慣の改善	歯・口腔の健康	何でもかんで食べることができる者の割合(50歳~64歳)増やす

健康日本21(第三次)指標一覧

区分	項目	指標名	
総合目標	健康寿命	健康寿命の延伸	
	健康寿命	健康格差の縮小	
個人の行動と健康状態の改善に関する目標	生活習慣の改善	栄養・食生活	適正体重を維持している者の増加
	生活習慣の改善	栄養・食生活	児童・生徒における肥満傾向児の減少
	生活習慣の改善	栄養・食生活	バランスの良い食事を摂っている者の増加
	生活習慣の改善	栄養・食生活	野菜摂取量の増加
	生活習慣の改善	栄養・食生活	果物摂取量の改善
	生活習慣の改善	栄養・食生活	食塩摂取量の減少
	生活習慣の改善	身体活動・運動	日常生活における歩数の増加
	生活習慣の改善	身体活動・運動	運動習慣者の増加
	生活習慣の改善	身体活動・運動	運動やスポーツを習慣的に行っていないこどもの減少
	生活習慣の改善	休養・睡眠	睡眠で休養がとれている者の増加
	生活習慣の改善	休養・睡眠	睡眠時間が十分に確保できている者の増加
	生活習慣の改善	休養・睡眠	週労働時間60時間以上の雇用者の減少
	生活習慣の改善	飲酒	生活習慣病(NCDs)のリスクを高める量を飲酒している者の減少
	生活習慣の改善	飲酒	20歳未満の者の飲酒をなくす
	生活習慣の改善	喫煙	喫煙率の減少(喫煙をやめたい者がやめる)
	生活習慣の改善	喫煙	20歳未満の者の喫煙をなくす
	生活習慣の改善	喫煙	妊娠中の喫煙をなくす
	生活習慣の改善	歯・口腔	歯周病を有する者の減少
	生活習慣の改善	歯・口腔	よく噛んで食べることができる者の増加
生活習慣の改善	歯・口腔	歯科検診の受診者の増加	

わくわく健康プラン東くるめ(第3次)指標(案)

項目	指標	他課連携	
総合目標	健康寿命の延伸		
健康管理	①適正体重(BMI18.5以上25未満、65歳以上はBMI20を超え25未満)を維持している者の増加	学校関連部署	
健康管理	<参考> 児童・生徒における肥満傾向児の減少		
食事	1日2回以上は主食・主菜・副菜をそろえた食事をしている者の増加	農業関連部署	
食事	野菜摂取量の増加		
食事	食塩摂取量の認知度の増加		
運動	日常生活における歩数の増加	生涯学習関連部署	
運動	運動をしている者の増加(1回30分以上の運動を週2日以上実施し、1年以上継続している者)		
7つの生活習慣	休養・こころの健康	睡眠で休養がとれている者の増加(小学生:9時間以上、中・高生:8時間以上、成人:6時間以上)	自殺対策計画
7つの生活習慣	たばこ・酒	1日あたりの純アルコール摂取量が男性40g以上、女性20g以上の者の減少	
7つの生活習慣	たばこ・酒	20歳以上の者の喫煙率の減少	
7つの生活習慣	口腔ケア	3歳児健康診査でむし歯のない子の減少	母子保健計画
7つの生活習慣	口腔ケア	12歳児の1人平均う蝕数(DMFT指数)の減少	データヘルス計画
7つの生活習慣	口腔ケア	よく噛んで食べることができる者の増加	学校関連部署
7つの生活習慣	口腔ケア	よく噛んで食べることができる者の増加	高齢者関連部署
7つの生活習慣	口腔ケア	定期的な歯科健診受診者の増加	
7つの生活習慣	口腔ケア	デンタルフロスや歯間ブラシなどを使用している者の増加	データヘルス計画

東京都健康推進プラン(第三次)指標一覧

区分	項目	指標
個人の行動と健康状態の改善	がん	がん種別年齢調整罹患率 減らす
	がん	がんの 75 歳未満年齢調整死亡率(人口 10 万対) 減らす
	がん	がん検診受診率 増やす
	がん	がん検診精密検査受診率 増やす
	循環器病	人口 10 万人当たり脳血管疾患による年齢調整死亡率 下げる
	循環器病	人口 10 万人当たり心疾患による年齢調整死亡率 下げる
	循環器病	収縮期血圧の平均値(40~74 歳) 下げる
	循環器病	LDL コレステロール 160mg/dl 以上の者の割合(40~74 歳) 減らす
	循環器病	メタボリックシンドローム該当者の割合(40~74 歳) <再掲> 減らす
	循環器病	メタボリックシンドローム予備群の割合(40~74 歳) <再掲> 減らす
	循環器病	特定健康診査の実施率(40~74 歳) <再掲> 増やす
	循環器病	特定保健指導の実施率(40~74 歳) <再掲> 増やす
	糖尿病	人口 10 万人当たり糖尿病性腎症による新規透析導入率 減らす
	糖尿病	治療継続者の割合(20 歳以上) 増やす
	糖尿病	HbA1c8.0%以上の者の割合(40~74 歳)減らす
	糖尿病	糖尿病有病者・予備群の割合(40~74 歳) 減らす
	糖尿病	メタボリックシンドローム該当者の割合(40~74 歳) 減らす
	糖尿病	メタボリックシンドローム予備群の割合(40~74 歳) 減らす
	糖尿病	特定健康診査の実施率(40~74 歳) 増やす
	糖尿病	特定保健指導の実施率(40~74 歳) 増やす
COPD	人口 10 万人当たりCOPD による死亡率 減らす	
生活機能の維持・向上		
	こころの健康	支援が必要な程度の心理的苦痛を感じている者(K6 の合計点数 10 点以上)の割合(20 歳以上) 減らす
社会環境の質の向上	社会とのつながり	地域の人々とのつながりがあると思う者の割合(20 歳以上) 増やす
	社会とのつながり	いずれかの社会活動(就労・就学を含む)を行っている者の割合(20 歳以上) 増やす

健康日本21(第三次)指標一覧

区分	項目	指標名	
個人の行動と健康状態の改善に関する目標	がん	がんの年齢調整罹患率の減少	
	がん	がんの年齢調整死亡率の減少	
	がん	がん検診の受診率の向上	
	循環器病	脳血管疾患・心疾患の年齢調整死亡率の減少	
	循環器病	高血圧の改善	
	循環器病	脂質(LDLコレステロール)高値の者の減少	
	循環器病	メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少	
	循環器病	特定健康診査の実施率の向上	
	循環器病	特定保健指導の実施率の向上	
	糖尿病	糖尿病の合併症(糖尿病腎症)の減少	
	糖尿病	治療継続者の増加	
	糖尿病	血糖コントロール不良者の減少	
	糖尿病	糖尿病有病者の増加の抑制	
	糖尿病	メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少(再掲)	
	糖尿病	特定健康診査の実施率の向上(再掲)	
	糖尿病	特定保健指導の実施率の向上(再掲)	
	COPD	COPDの死亡率の減少	
	生活機能の維持・向上	生活機能の維持・向上	ロコモティブシンドロームの減少
		生活機能の維持・向上	骨粗鬆症検診受診率の向上
		生活機能の維持・向上	心理的苦痛を感じている者の減少
社会環境の質の向上	社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上	地域の人々とのつながりが強いと思う者の増加	
	社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上	社会活動を行っている者の増加	
	社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上	地域等で共食している者の増加	

わくわく健康プラン東くるめ(第3次)指標(案)

項目	指標	他課連携	
健康管理	がん検診受診率の増加	データヘルス計画	
健康管理	特定健診受診率の増加		
健康管理	特定健診受診率の増加(再掲)		
たばこ・酒	COPDの認知度の増加		
社会参加	地域の人々とのつながりが強いと思う者の増加		関係各課と連携
社会参加	社会活動を行っている者の増加		
			高齢者関係部署
			自殺対策計画



## 東京都健康推進プラン(第三次)指標一覧

区分	項目	指標
独自  東京都独自の指標	歯・口腔の健康	8020 を達成した者の割合(75 歳～84 歳)増やす
	こころの健康	専門家(機関)への相談が必要だと感じた時に適切な相談窓口を見つけることができた人の割合(20 歳以上) 増やす
	こころの健康	自殺死亡率(人口 10 万人当たりの自殺による死亡数) 減らす
	社会とのつながり	健康状態の評価(主観的健康感)(自分自身の健康状態を「よい」「まあよい」と回答した人の割合の合計)(20 歳以上) 増やす
	自然に健康になれる環境づくり	東京都スポーツ推進企業認定数 増やす
	多様な主体による健康づくりの推進	地域・職域連携に取り組む(職域関係者を委員に含む会議を設置する)区市町村等の数 増やす
	こどもの健康	毎日朝食を食べる児童・生徒の割合 増やす

## 健康日本21(第三次)指標一覧

区分	項目	指標名
----	----	-----

## わくわく健康プラン東くるめ(第3次)指標(案)

項目	指標	他課連携
----	----	------