

北九州市の健康課題・ワースト3



健康課題①

オーラルヘルス

【北九州市の現状】

- むし歯のない子ども割合が低い!
3歳児の割合(86.8%・R3年値)は、政令市の中で16位!
- 進行した歯周炎のある40歳の割合が高い!

むし歯や歯周病により歯を失うことで、要介護リスクが増加!



健康課題②

高血圧

【北九州市の現状】

- 脳卒中を起こした人の8割が高血圧!

いきなり寝たきりになる人も…
健診を受診していたのは、わずか2割!

- 高血圧の人の半数以上が未治療

53%の人が未治療…



健康課題③

肥満

【北九州市の現状】

- 肥満の子どもが全国に比べて多い!
- 働き盛りの男性の肥満が多く、増加傾向

《BMI25以上の成人男性》
(20～69歳)

平成28年：25.3%
令和4年：31.3%

見た目(体のサイズ)の問題ではなく、生活習慣病につながる!

生活習慣の改善



強化ターゲット



若い・働き盛り世代

次期健康づくり推進プラン 体系図 (案)

【健康づくりスローガン】 ○○○○○○○○

【基本理念】
全ての市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のため、個人の行動と健康状態の改善に加え、個人を取り巻く社会環境の整備やその質の向上を通じて、健康寿命の延伸及び健康格差の縮小を実現します。

【大目標】 健康寿命の延伸・健康格差の縮小

【基本目標1】 個人の行動と健康状態の改善

〈基本施策①〉 生活習慣の改善 (リスクファクターの低減)
栄養・食生活、身体活動、運動、休養、飲酒、喫煙、歯・口腔の健康に関する生活習慣を改善する

〈基本施策②〉 生活習慣病の発症予防及び重症化予防の更なる推進
健(検)診受診率の向上を図り、結果に基づいた保健指導を徹底し、生活習慣病の改善や適切な治療につなぐ

〈基本施策③〉 生活機能の維持・向上
生活習慣病に罹患せずとも日常生活に支障をきたす人も含め、誰一人取り残さない健康づくりに取り組む

【基本目標2】 社会環境の質の向上

〈基本施策①〉 社会とのつながり・こころの健康の維持・向上
その人らしい健康づくりを推進
就労、ボランティア、通いの場などの居場所づくりや社会参加の取組に加え、より緩やかな関係性を含んだつながりを各人が持つことができる環境を整備する

〈基本施策②〉 自然に健康になれる環境づくり
無関心層を含む幅広い世代を取り込む
健康的な食環境や身体活動・運動を促す環境を整備する

〈基本施策③〉 誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備
自ら健康づくりに取り組むことを後押し
・基盤構築(DXの推進)
・自ら健康情報入手できるインフラの整備
・科学的根拠に基づく健康に関する情報入手・活用
・周知啓発の強化



北九州市の健康づくりの課題と健康を支える食育推進上の現状と課題

令和5年7月20日
北九州市食育推進懇話会資料
〈強化ターゲット〉

若い・働き盛り世代

本市の健康課題

食育の課題

北九州市の現状

対策

※健康づくりの課題は北九州市健康づくり懇話会で検討

オーラルヘルス

高血圧

肥満

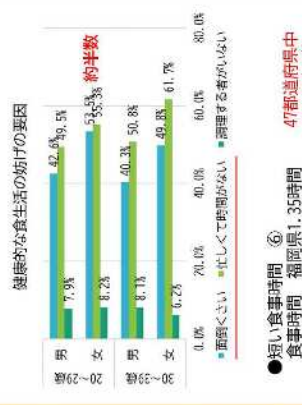
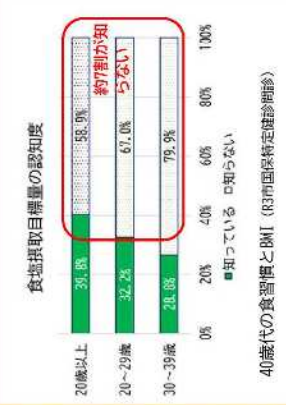
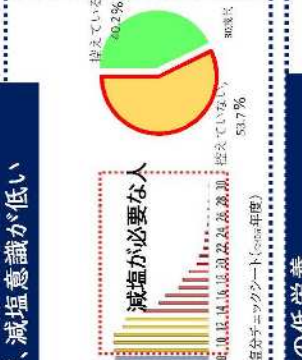
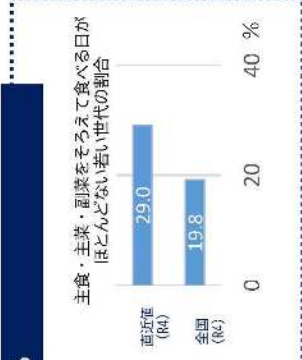
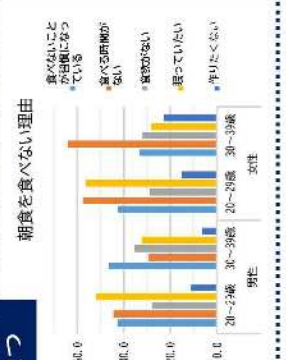
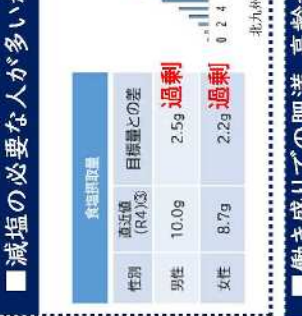
【食行動】
1. 朝食の欠食
1日に必要な栄養素の摂取、肥満などの生活習慣病予防には朝・昼・夕の3食を基本に!

【食物摂取】
2. 野菜摂取不足
野菜は、カリウムや抗酸化ビタミン、食物繊維を豊富に含む。食べすぎ防止や高血圧や糖尿病などの生活習慣病予防・重症化予防にも重要だが、不足している。

【食物摂取】
3. 食塩の過剰摂取
塩分の過剰摂取は高血圧の原因に!

【栄養摂取（栄養状況）】
4. エネルギー・栄養素の過不足
エネルギーの過剰摂取をはじめ、高血糖や脂質異常など生活習慣病につながる。低栄養予防は高齢期のフレイル対策に重要。

5. 食への理解と感謝の意識の醸成



世帯構造の変化、就労状況の変化、物価高騰など

I 学びと実践による健康な生活習慣の確立

III 様々な機会を活用して食育情報の発信(デジタル化への対応)

II 次世代へ社会環境の整備

個人の健康の視点
横断的視点
社会・環境・文化の視点