

#### 4. 健康ちば21（第2次）目標項目の状況

健康ちば21（第2次）の目標項目は、目標作成時と同じ条件での集計が必要なことから、市町村国保のみの集計値を示している。附表も市町村国保のみのデータを掲載している。

##### 1) 運動習慣者の割合の増加

男性の目標値（令和4年）は、40～64歳28%、65歳以上38%となっていることから、表85-1のとおり40～64歳では1.4ポイント、65～74歳は6.1ポイント上回っていた。

女性の目標値（令和4年）は、40～64歳27%、65歳以上33%となっていることから、表85-2のとおり40～64歳では2.0ポイント下回っていたが、65～74歳は6.0ポイント上回っていた。

表 85-1 1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施 市町村国保（男性）

	40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	40～64歳合計	65～69歳	70～74歳	65～74歳合計
はい	1,250	1,700	1,820	1,800	3,360	9,930	12,984	28,290	41,274
いいえ	2,620	3,391	3,653	3,775	5,650	19,089	15,067	24,287	39,354
無回答	644	937	959	935	1,314	4,789	4,026	8,974	13,000
合計	4,514	6,028	6,432	6,510	10,324	33,808	32,077	61,551	93,628
「はい」の割合	27.7%	28.2%	28.3%	27.6%	32.5%	29.4%	40.5%	46.0%	44.1%

表 85-2 1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施 市町村国保（女性）

	40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	40～64歳合計	65～69歳	70～74歳	65～74歳合計
はい	876	1,261	1,554	2,315	5,556	11,562	17,117	33,957	51,074
いいえ	3,216	4,096	4,425	5,392	10,853	27,982	23,929	35,805	59,734
無回答	706	954	1,103	1,378	2,504	6,645	6,806	13,284	20,090
合計	4,798	6,311	7,082	9,085	18,913	46,189	47,852	83,046	130,898
「はい」の割合	18.3%	20.0%	21.9%	25.5%	29.4%	25.0%	35.8%	40.9%	39.0%

##### 2) 睡眠で十分休養がとれている者の割合の増加（参考値）

目標値（令和4年）は40～74歳70%となっていることから、表86のとおり3.8ポイント下回っていた。

表 86 睡眠で十分休養がとれている者の割合 市町村国保（合計）

	40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳	合計
はい	5,961	7,847	8,151	9,584	19,072	53,973	96,901	201,489
いいえ	1,969	2,571	3,256	3,645	6,246	14,869	24,913	57,469
無回答	1,382	1,921	2,107	2,366	3,919	11,087	22,783	45,565
合計	9,312	12,339	13,514	15,595	29,237	79,929	144,597	304,523
「はい」の割合	64.0%	63.6%	60.3%	61.5%	65.2%	67.5%	67.0%	66.2%

3) 高血圧の改善（収縮期血圧の中央値の低下）

本年度の収縮期血圧の中央値は、表 68 のとおり男性 130mmHg、女性 128mmHg であった。目標値（令和 4 年）は 40～74 歳男性 126mmHg、40～74 歳女性 124mmHg となっていることから、男女とも 4mmHg 上回っていた。

4) 脂質異常症の減少（LDL コレステロール 160mg/dL 以上の者）

目標値（令和 4 年）は 40～74 歳男性が 6.9%、40～74 歳女性が 10.7%となっていることから、表 87-1 のとおり男性 3.4 ポイント、表 87-2 のとおり女性 4.6 ポイント上回っていた。

表 87-1 年齢階級別 LDL コレステロール値分布 市町村国保（男性）

	40～44 歳	45～49 歳	50～54 歳	55～59 歳	60～64 歳	65～69 歳	70～74 歳	合計
120mg/dl 未満	2, 117	2, 814	3, 269	3, 351	5, 617	16, 780	35, 182	69, 130
120～140mg/dl 未満	1, 191	1, 636	1, 873	1, 762	2, 649	8, 155	15, 680	32, 946
140～160mg/dl 未満	867	1, 151	1, 324	1, 211	1, 776	4, 920	8, 991	20, 240
160mg/dl 以上	819	1, 098	1, 231	1, 024	1, 355	3, 184	5, 198	13, 909
合計	4, 994	6, 699	7, 697	7, 348	11, 397	33, 039	65, 051	136, 225
160mg/dl 以上割合	16. 4%	16. 4%	16. 0%	13. 9%	11. 9%	9. 6%	8. 0%	10. 2%

表 87-2 年齢階級別 LDL コレステロール値分布 市町村国保（女性）

	40～44 歳	45～49 歳	50～54 歳	55～59 歳	60～64 歳	65～69 歳	70～74 歳	合計
120mg/dl 未満	3, 239	3, 710	3, 545	3, 696	7, 315	19, 150	37, 602	78, 257
120～140mg/dl 未満	1, 126	1, 676	2, 170	2, 575	5, 246	12, 760	23, 020	48, 573
140～160mg/dl 未満	589	962	1, 567	2, 088	4, 069	9, 457	15, 931	34, 663
160mg/dl 以上	383	667	1, 412	1, 942	3, 719	7, 850	11, 764	27, 737
合計	5, 337	7, 015	8, 694	10, 301	20, 349	49, 217	88, 317	189, 230
160mg/dl 以上割合	7. 2%	9. 5%	16. 2%	18. 9%	18. 3%	15. 9%	13. 3%	14. 7%

5) メタボリックシンドロームの該当及び予備群の割合の減少

本年度のメタボリックシンドロームの該当及び予備群の割合は男性が表 69-1 のとおり 52.1%、女性が表 69-2 のとおり 18.1%であった。目標値（平成 27 年度）は 40～74 歳男性 33.2%、40～74 歳女性 13.0%となっていることから、男性 18.9 ポイント、女性 5.1 ポイント上回っていた。

6) 血糖コントロール指標におけるコントロール不良者（HbA1c が JDS 値 8.0% (NGSP 値 8.4%) 以上の者）の割合の減少

目標値（令和 4 年）は男性が 1.4%、女性が 0.6%となっていることから、男性は表 88-1 のとおり 0.1 ポイント下回っており、女性は表 88-2 のとおり目標値と同じであった。

表 88-1 年齢階級別 HbA1c 値分布 市町村国保（男性）

	40～44 歳	45～49 歳	50～54 歳	55～59 歳	60～64 歳	65～69 歳	70～74 歳	合計
5.6%未満	3,055	3,602	3,455	3,174	4,313	12,025	20,733	50,357
5.6～6.0%未満	1,096	1,607	1,878	1,931	3,255	10,299	20,264	40,330
6.0～6.5%未満	200	417	560	721	1,431	5,135	10,793	19,257
6.5～8.4%未満	100	277	393	561	1,148	4,129	8,954	15,562
8.4%以上	44	99	118	114	158	410	668	1,611
合計	4,495	6,002	6,404	6,501	10,305	31,998	61,412	127,117
8.4%以上割合	1.0%	1.6%	1.8%	1.8%	1.5%	1.3%	1.1%	1.3%

表 88-2 年齢階級別 HbA1c 値分布 市町村国保（女性）

	40～44 歳	45～49 歳	50～54 歳	55～59 歳	60～64 歳	65～69 歳	70～74 歳	合計
5.6%未満	3,711	4,472	4,150	4,498	8,225	18,423	29,543	73,022
5.6～6.0%未満	889	1,430	2,164	3,220	7,214	18,477	32,155	65,549
6.0～6.5%未満	120	262	511	919	2,343	7,397	14,138	25,690
6.5～8.4%未満	52	111	192	367	971	3,151	6,570	11,414
8.4%以上	14	21	46	56	119	276	458	990
合計	4,786	6,296	7,063	9,060	18,872	47,724	82,864	176,665
8.4%以上割合	0.3%	0.3%	0.7%	0.6%	0.6%	0.6%	0.6%	0.6%