

# 第2次西東京市健康づくり推進プラン 進捗状況

---

令和4年2月15日  
健康福祉部健康課



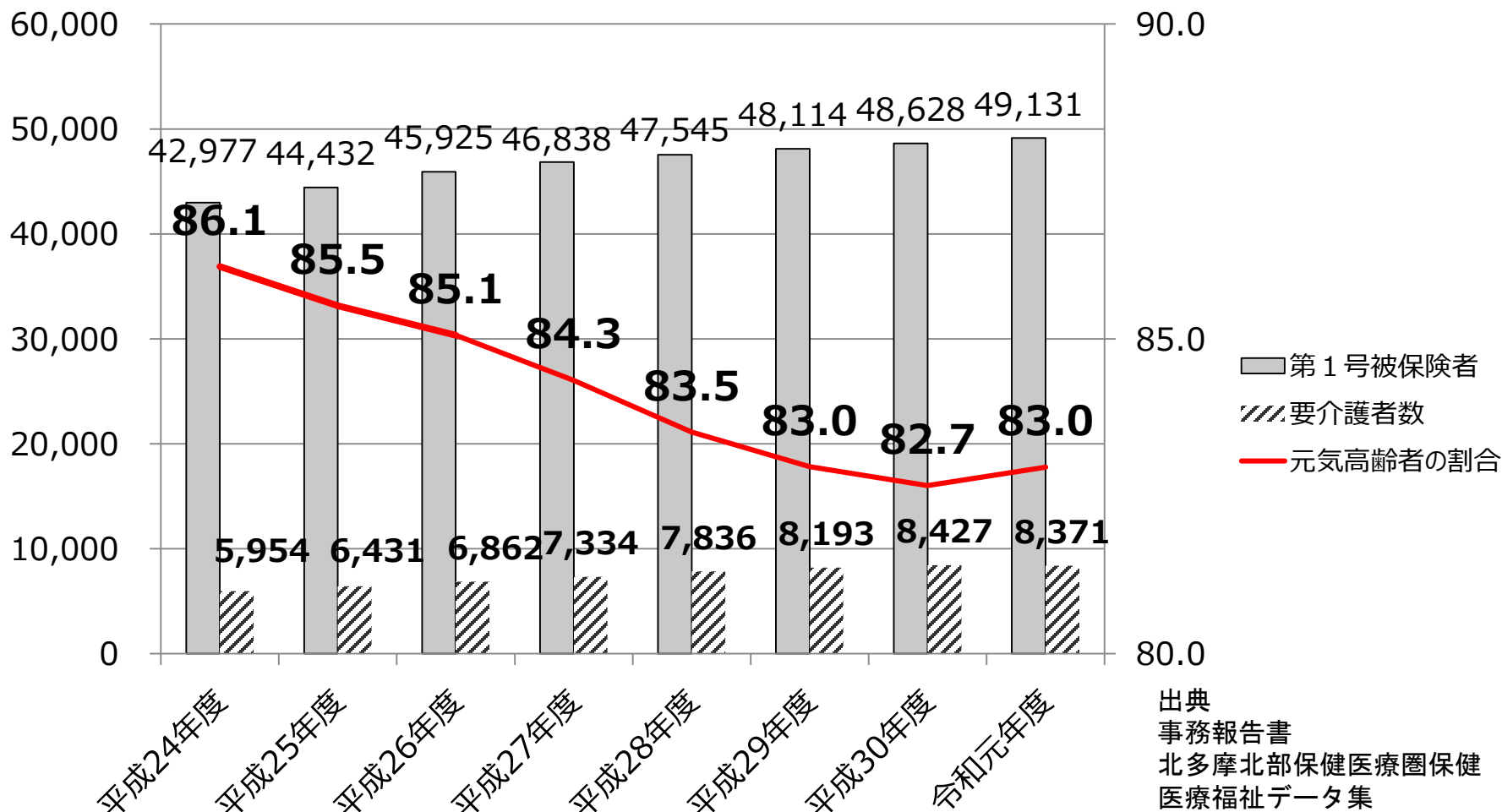
①

# 第2次西東京市 健康づくり推進プラン

総合目標

# 1 元気な高齢者の割合

プラン 総合目標	基準値（平成22年）	目標
	87.4%	上げる



元気高齢者の割合 =  $\frac{\text{第1号被保険者数} - \text{要介護者（要支援者除く）}}{\text{第1号被保険者数}}$

第1号被保険者数

## 2 令和元年 65歳健康寿命（要介護2以上）

プラン 総合目標	基準値（平成23年）		目標
	男性	82.83歳	上げる
	女性	85.46歳	

### 要介護2（男性）

東京都	82.93歳（1.73）
西東京市	83.12歳（2.07）

### 要介護2（女性）

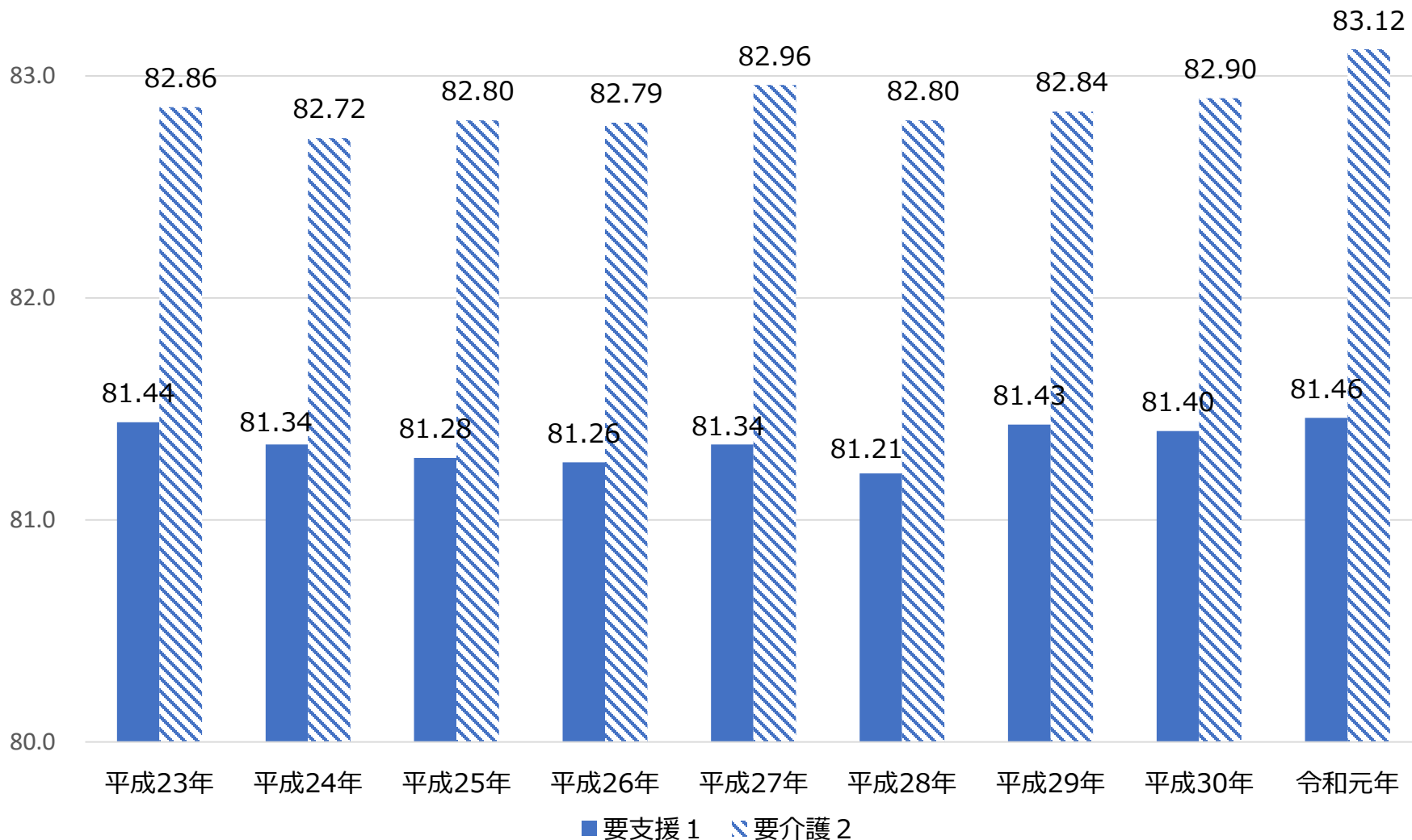
東京都	86.02歳（3.53）
西東京市	85.67歳（4.05）

要介護2：要介護2以上の認定を受けるまでの平均自立期間で算出した場合

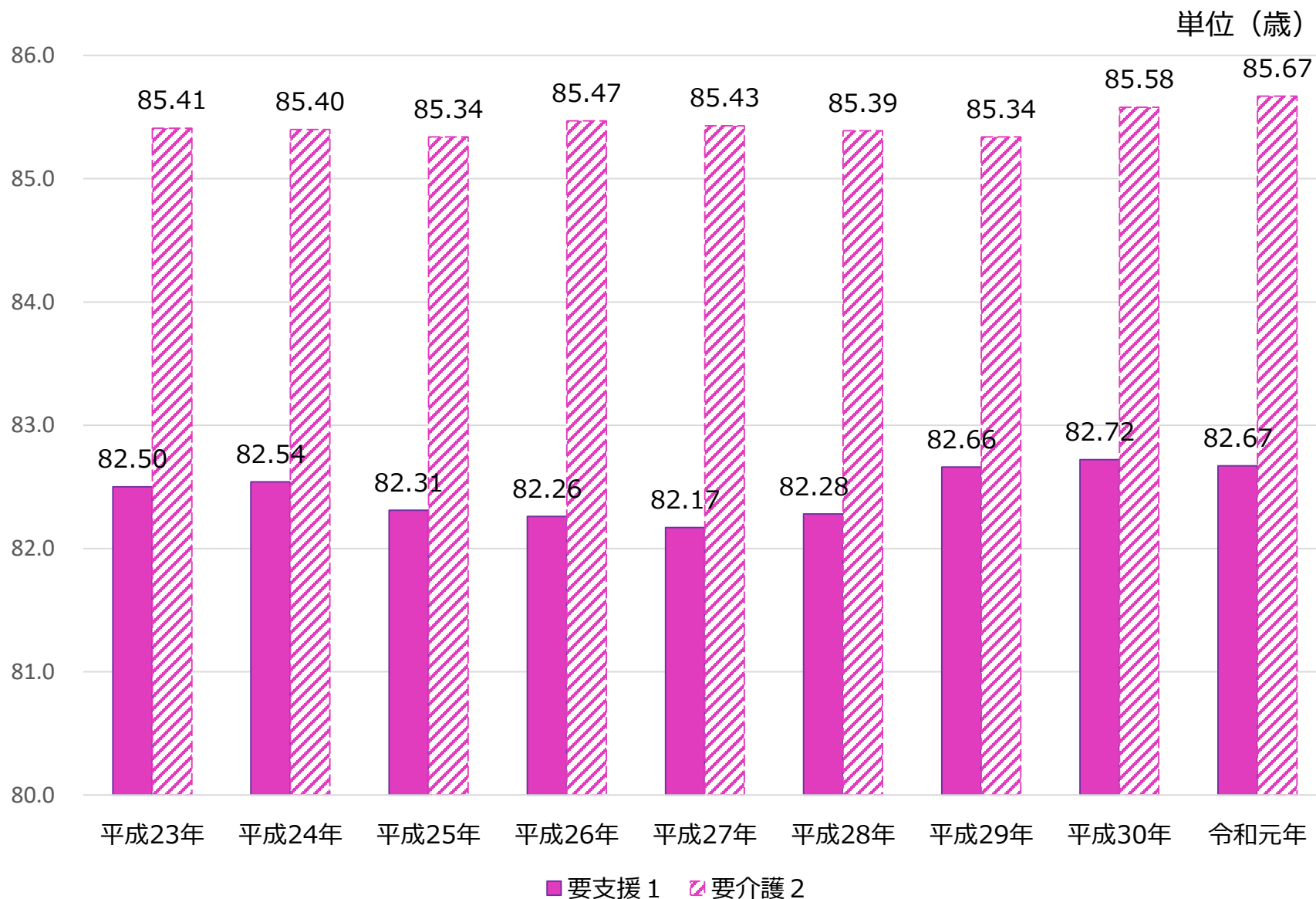
※（ ）平均障害期間（年）：要介護認定を受けてから死亡するまでの期間の平均

### 3 65歳健康寿命（男性）

単位（歳）

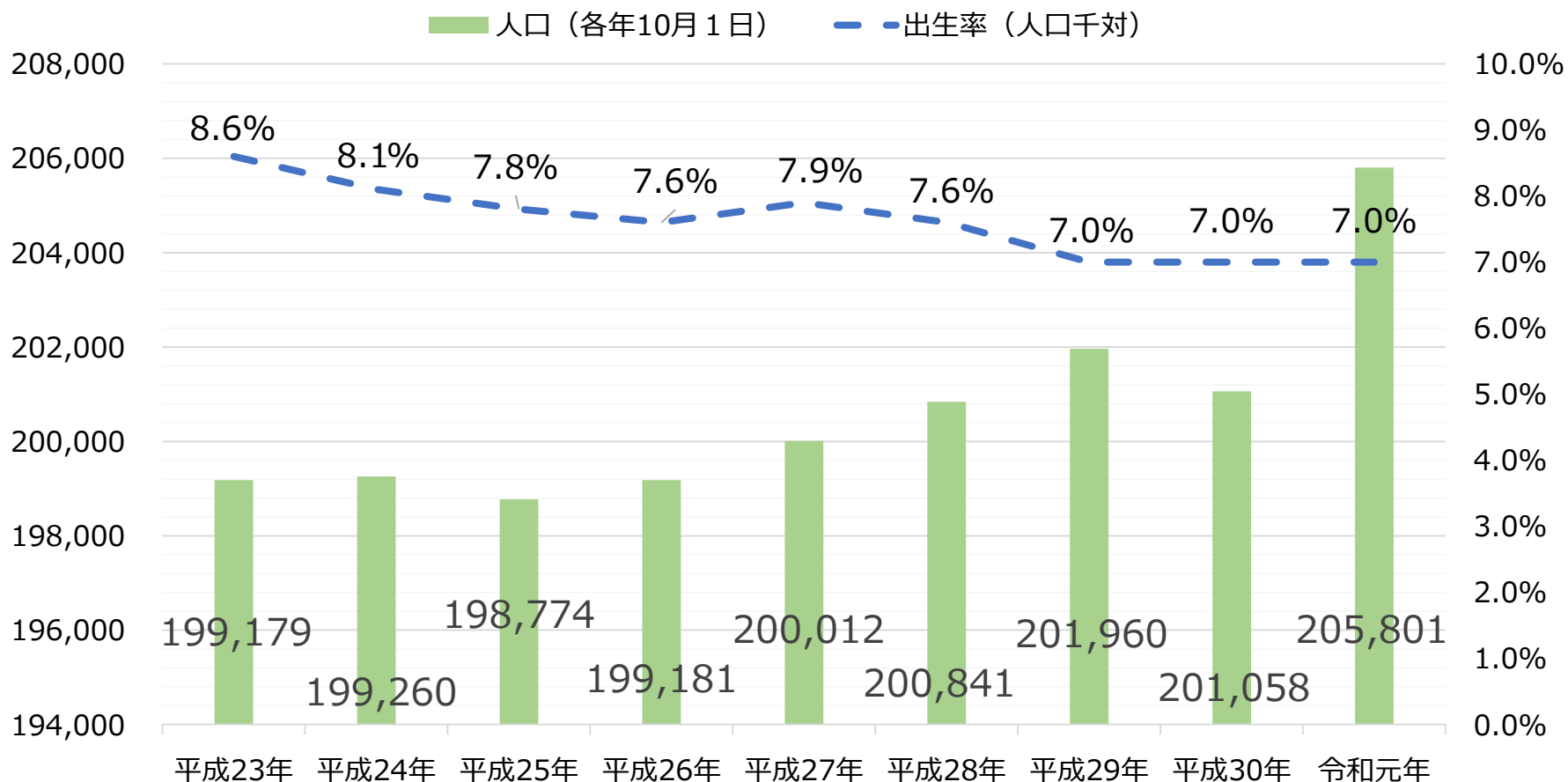


## 4 65歳健康寿命（女性）



# 5 人口推移と出生率

プラン	基準値（平成22年）	目標
総合目標	8.5%	上げる



②

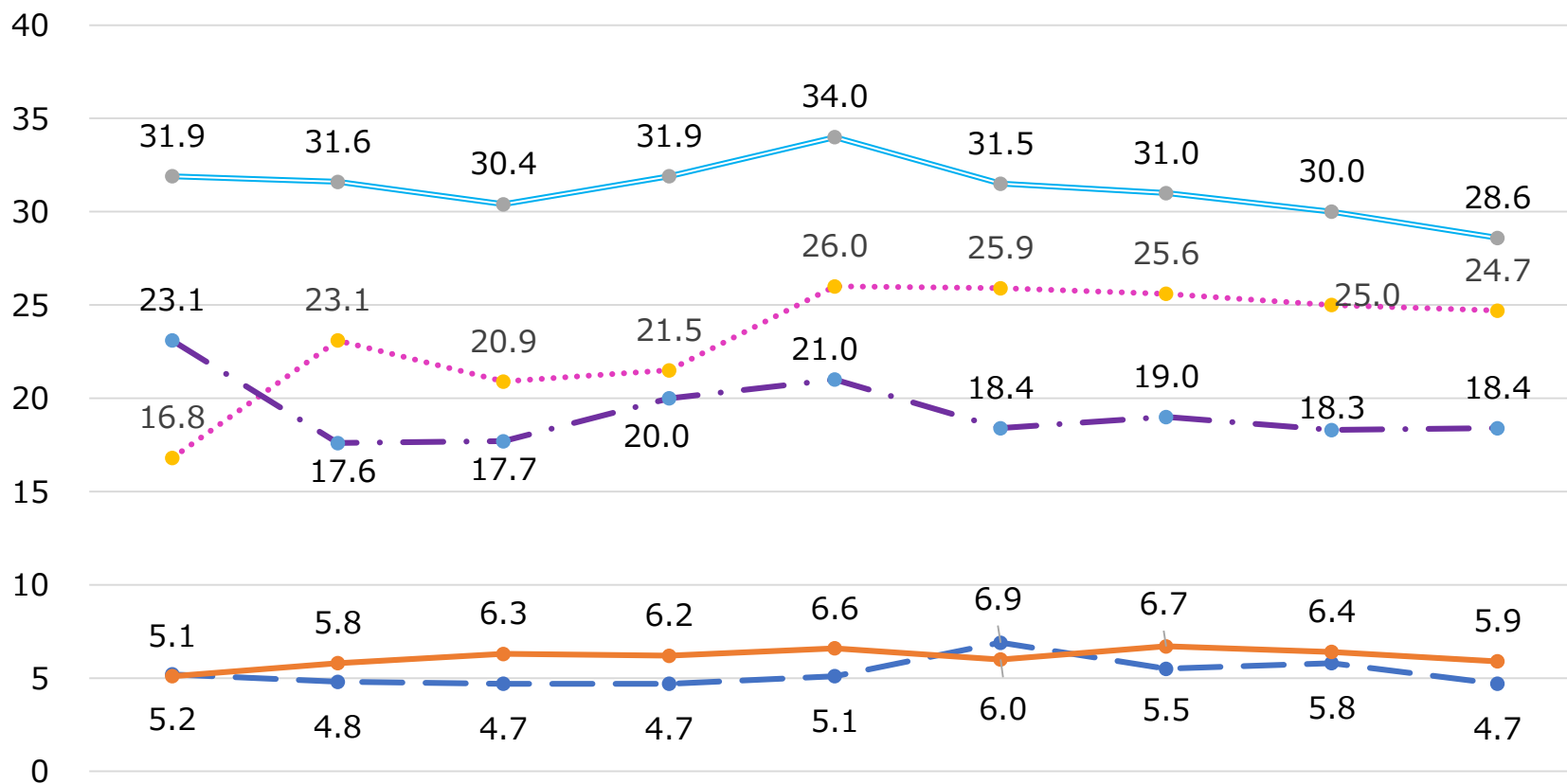
第2次西東京市  
健康づくり推進プラン  
後期計画(健康都市プログラム)

**目標指標**



# 1 対策型がん検診受診率

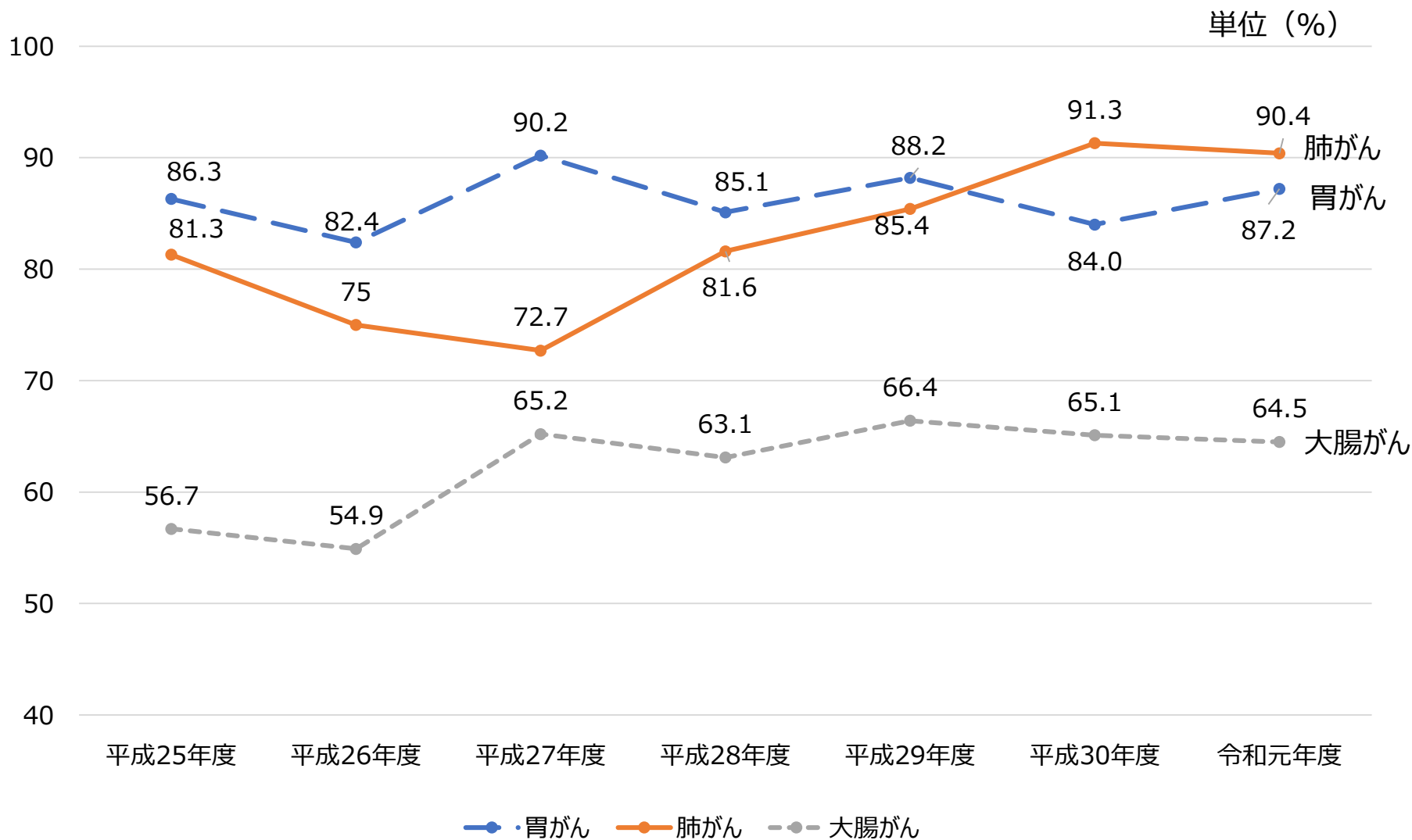
単位 (%)



平成23年度 平成24年度 平成25年度 平成26年度 平成27年度 平成28年度 平成29年度 平成30年度 令和元年度

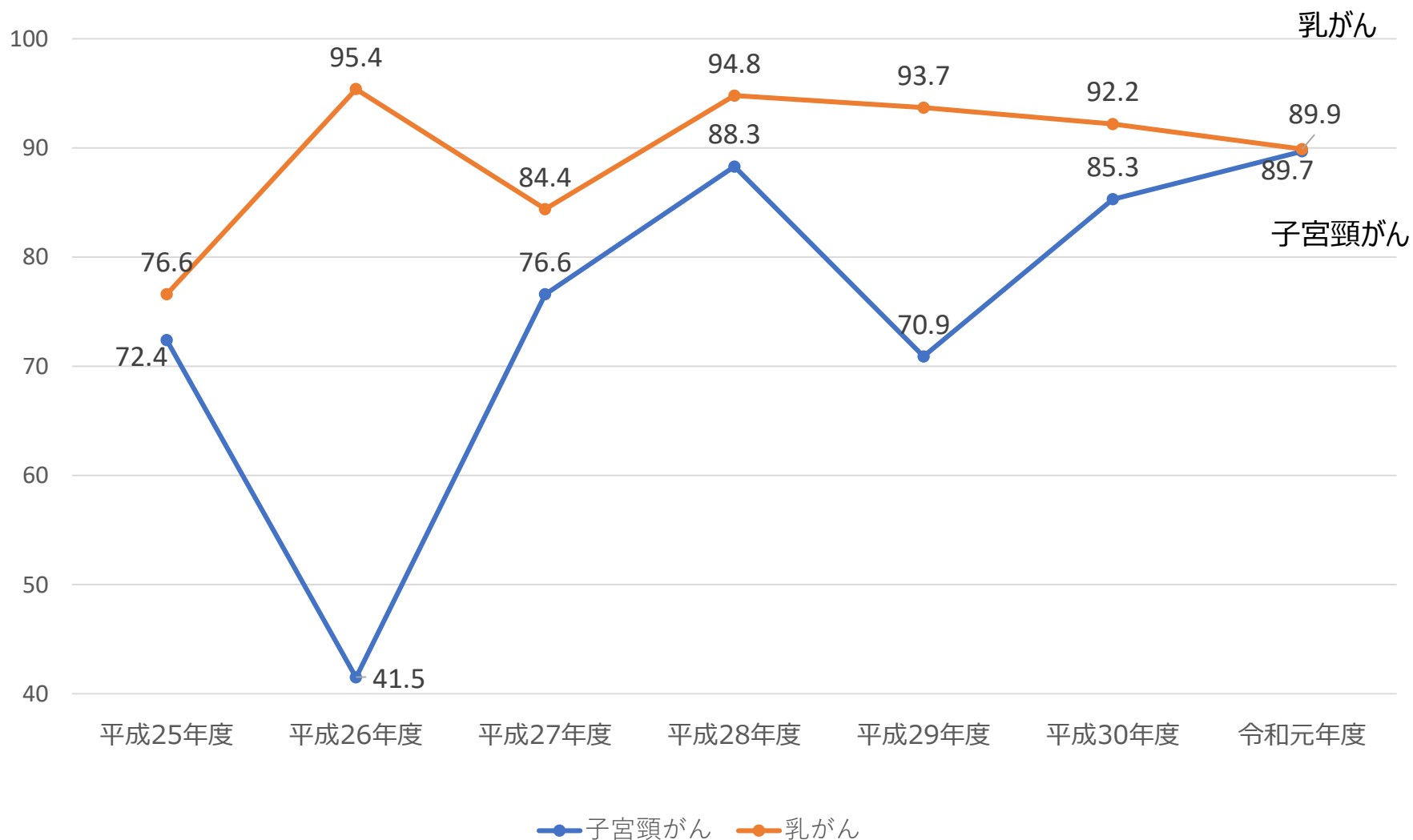
●胃がん ●肺がん ●大腸がん ●乳がん ●子宮頸がん

## 2 がん検診精密検査受診率（胃・肺・大腸がん）



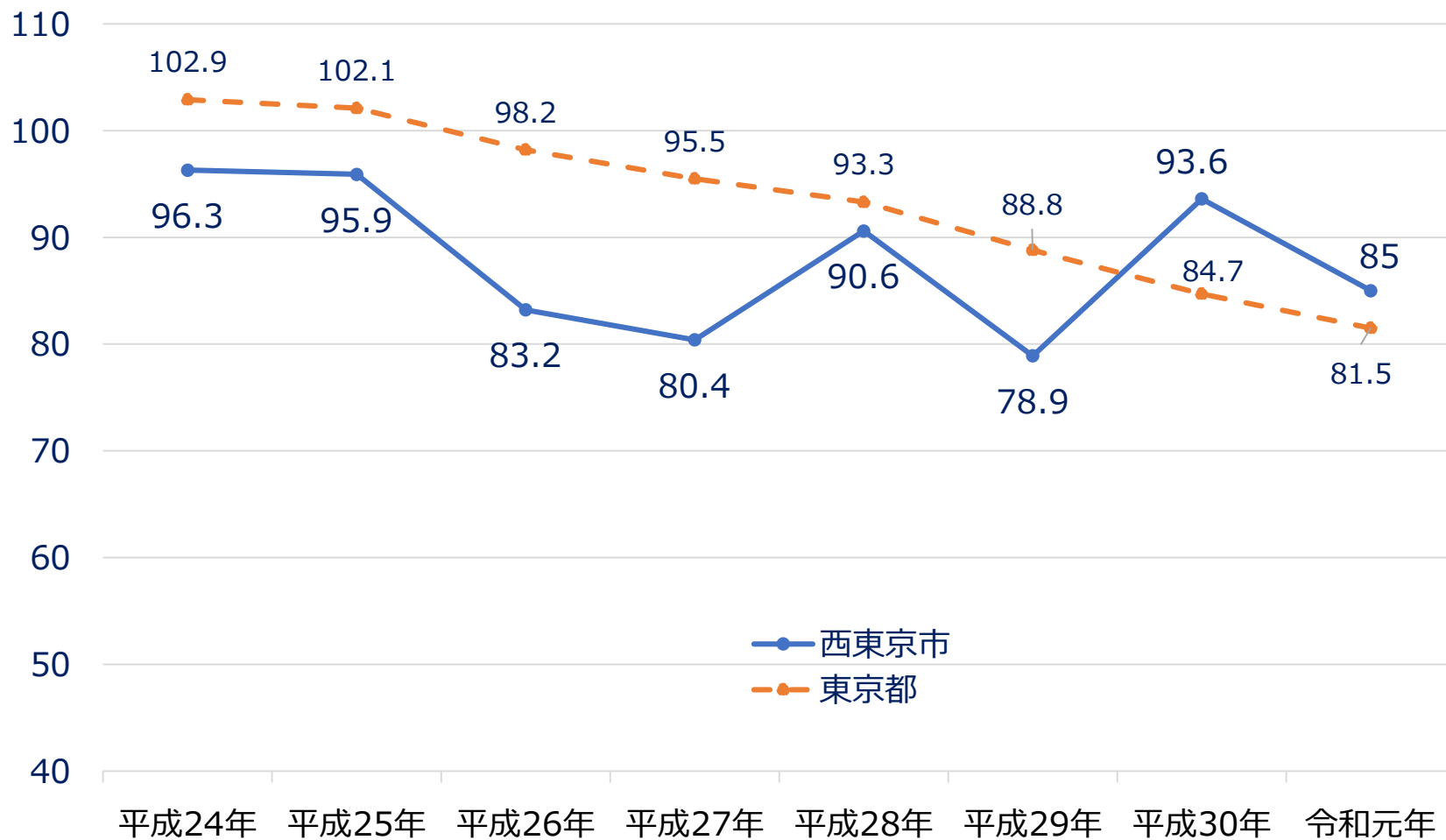
### 3 がん検診精密検査受診率（子宮頸がん・乳がん）

単位（%）



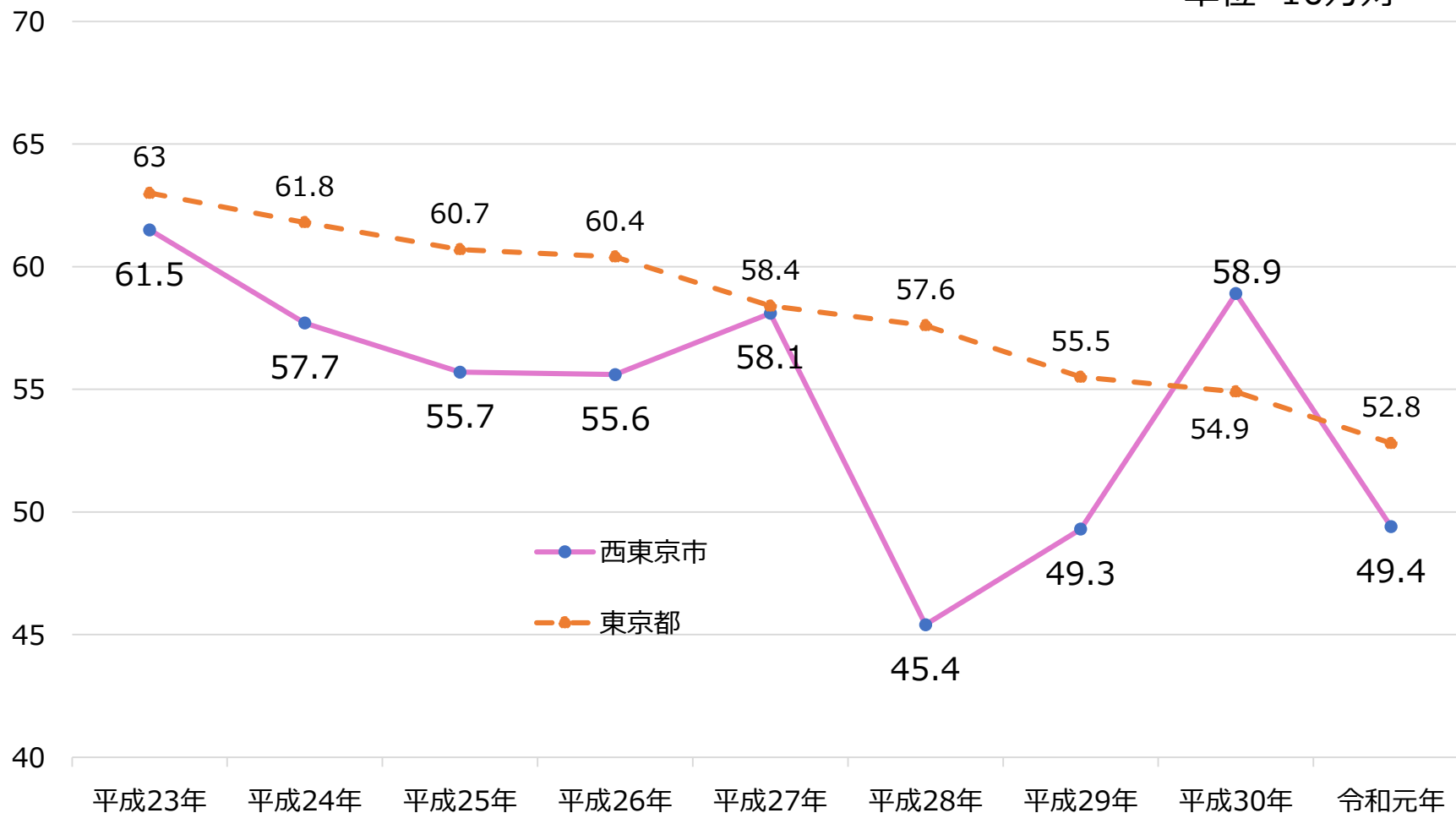
## 4 75歳未満年齢調整死亡率（部位別 全がん 男性）

単位 10万対

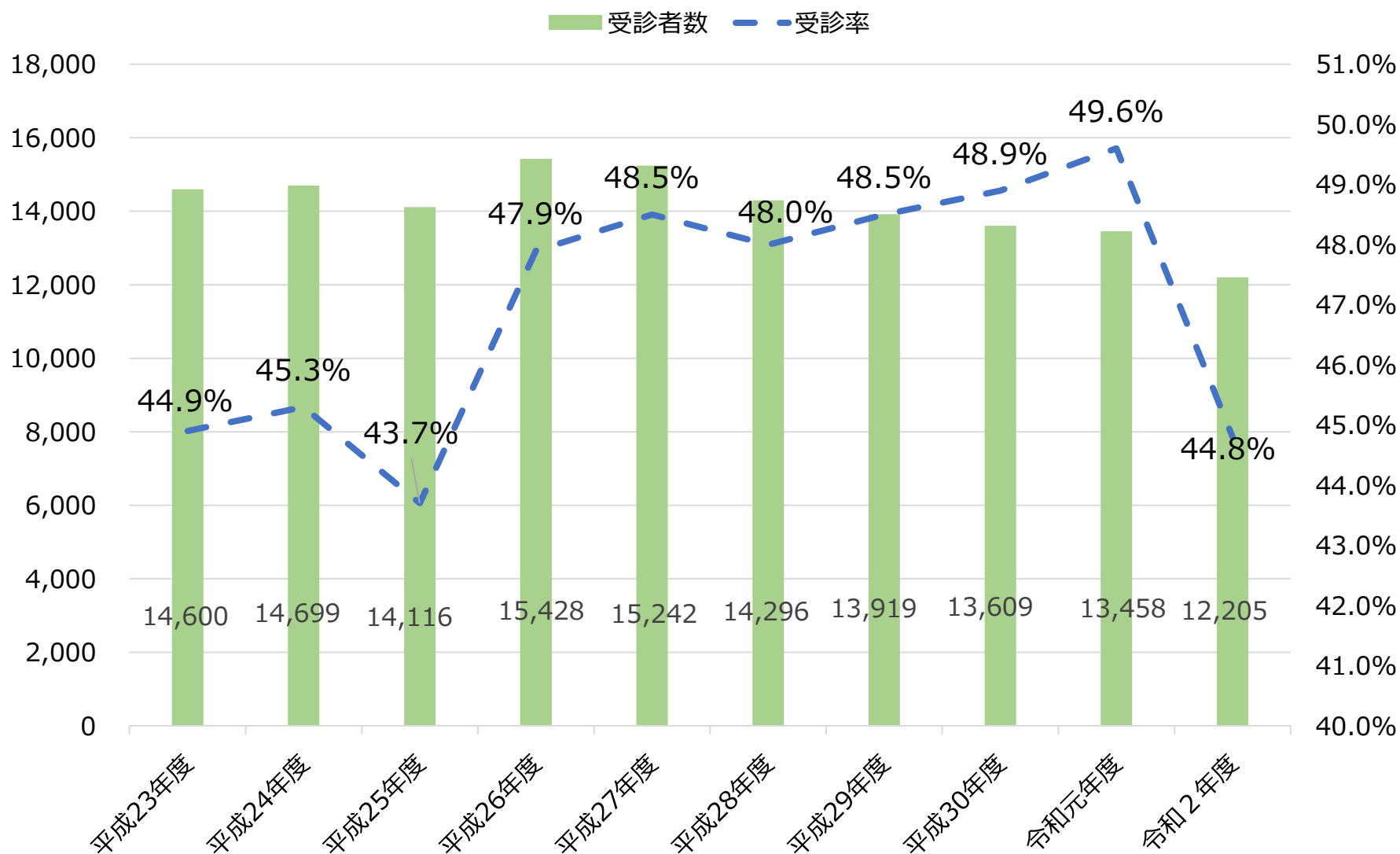


## 5 75歳未満年齢調整死亡率（部位別 全がん 女性）

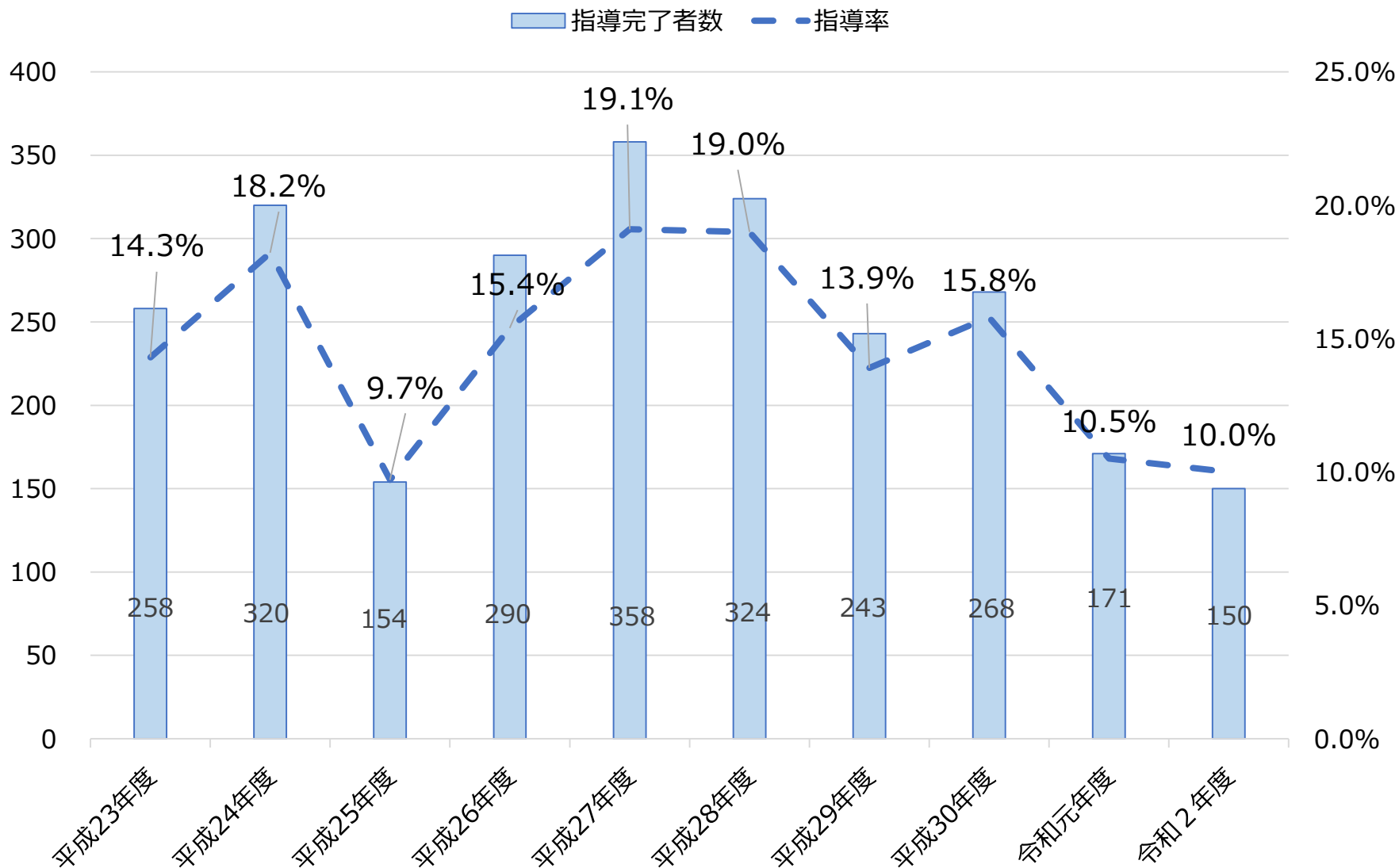
単位 10万対



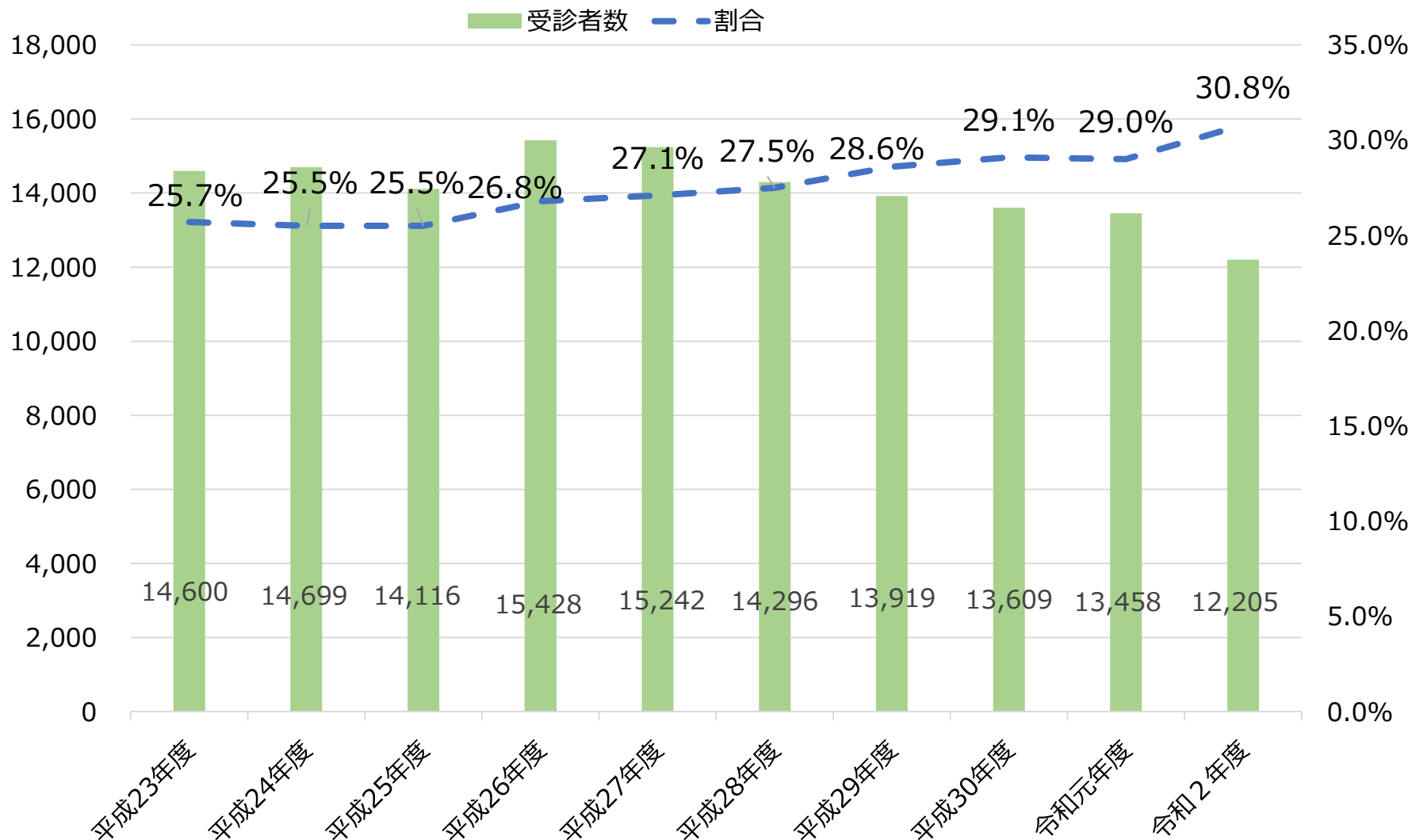
## 6 特定健康診査受診率・受診者数推移



# 7 特定保健指導実施率・指導者数推移



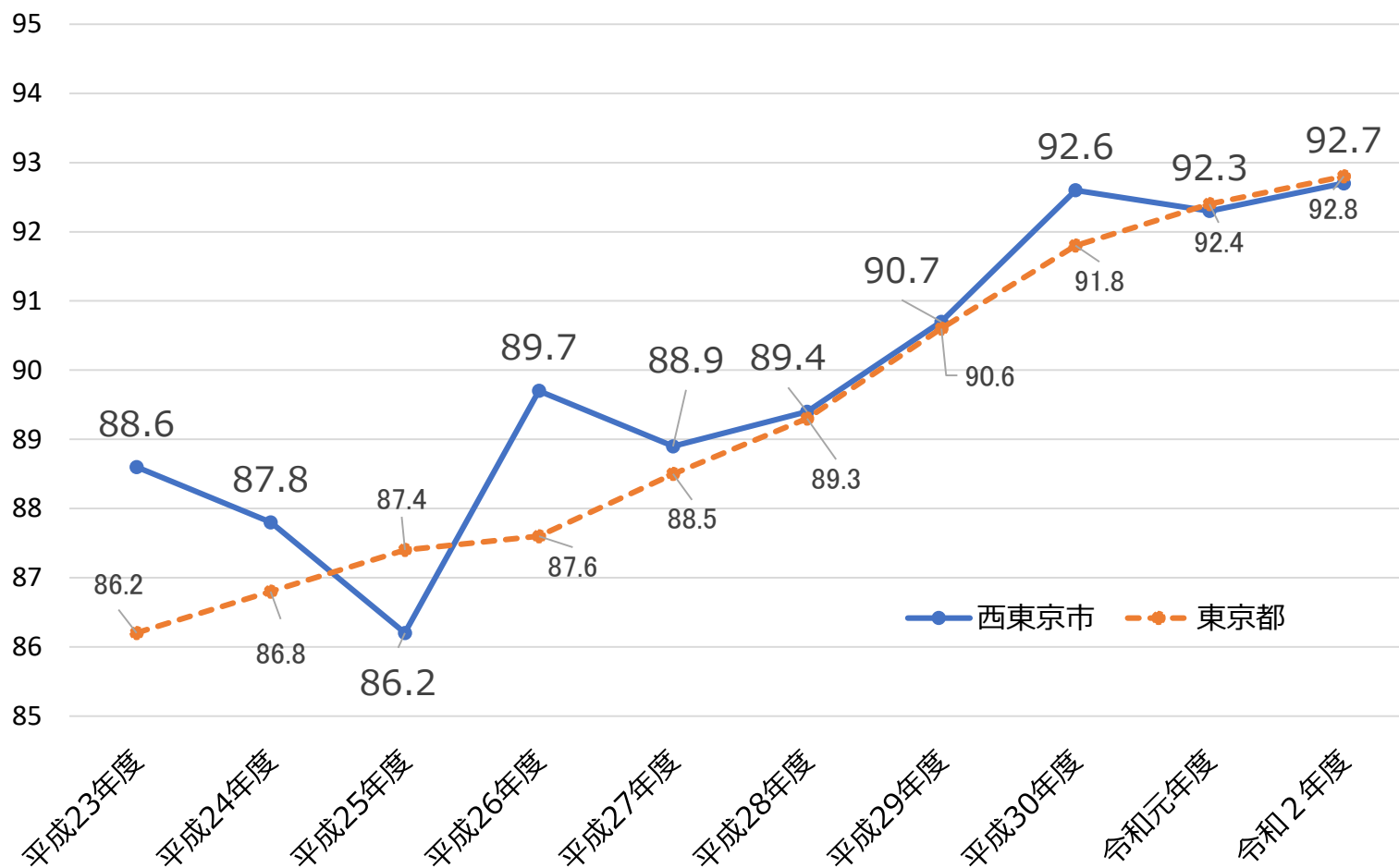
## 8 メタボリックシンドロームの該当者・予備群の割合



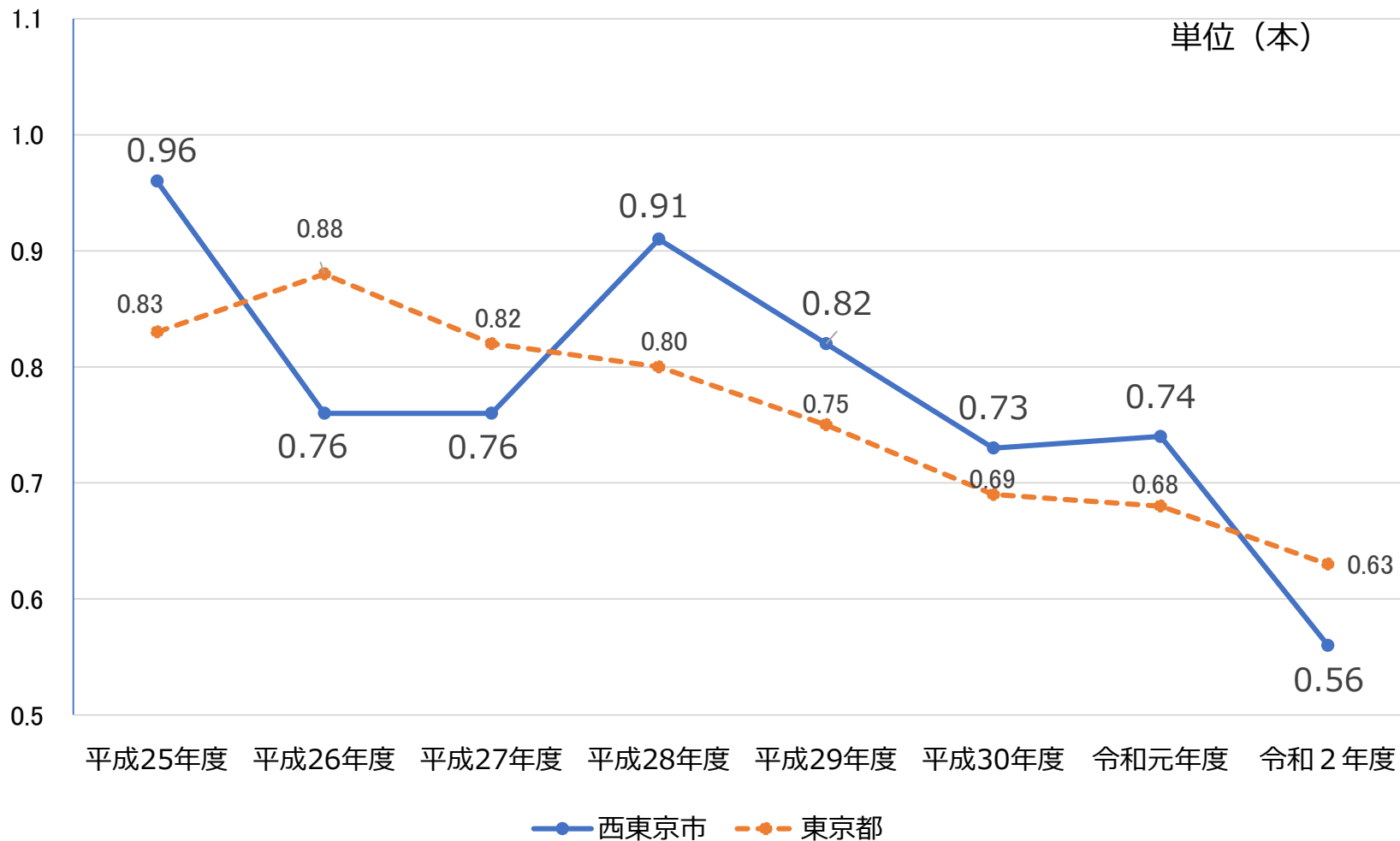


## 9 むし歯（う歯）のない3歳児の割合

単位（％）

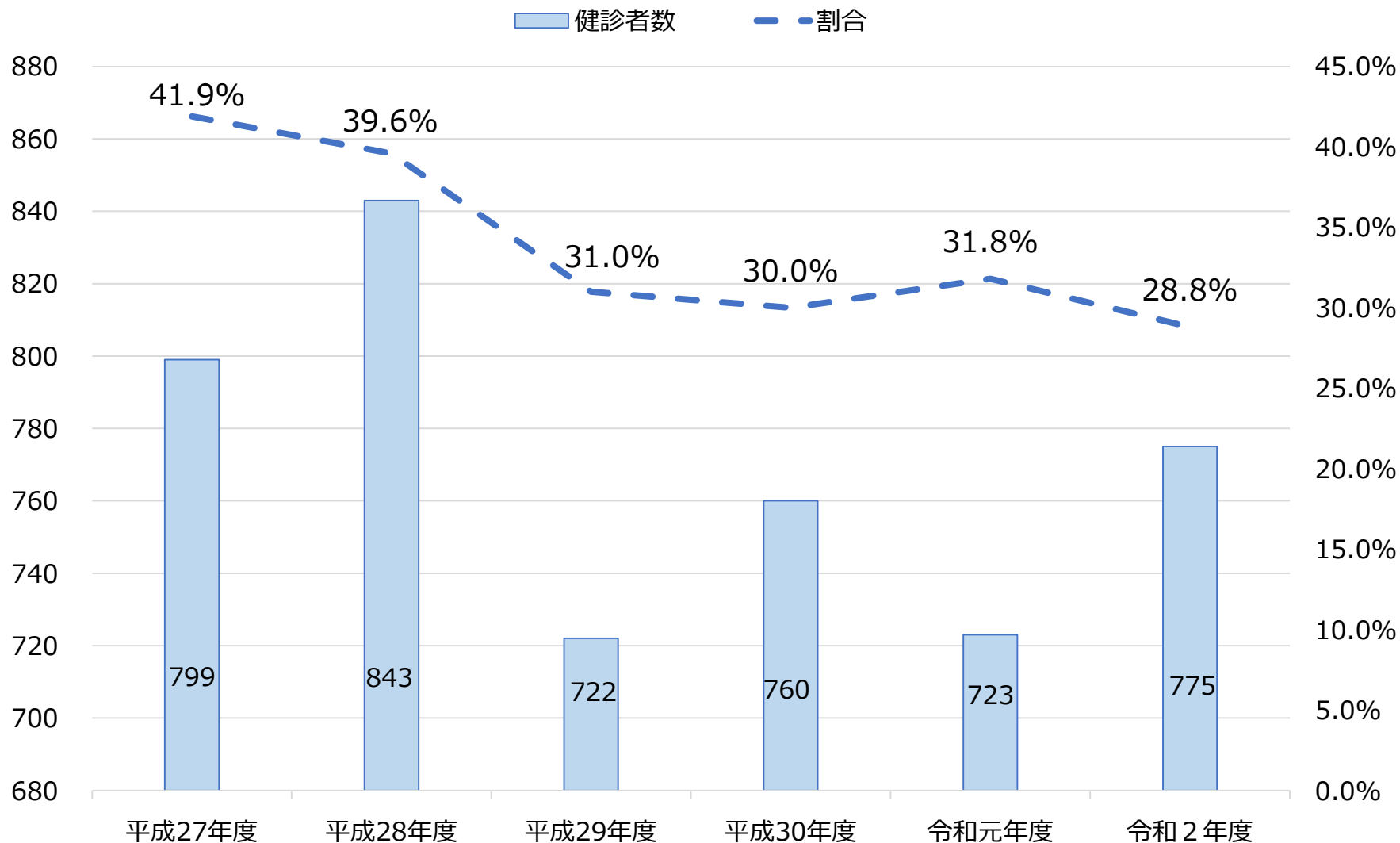


# 10 12歳児の一人平均むし歯の本数 ～中学校1年生 DMFT指数～



# 1 1 重度歯周病を有する人の割合（35～44歳）

重度歯周病：進行した歯周病に罹っている（CPIコード3以上）



出典 歯科健康診査等実施状況調査表（西東京市健康課）

# ③施策の展開

## 取り組み分野別の健康づくり

### 具体的な取組事例

- ①健康ポイントアプリ「あるこ」
- ②子育て応援アプリ「いこいこ」

# 健康ポイントアプリ あ る こ

「新しい生活様式」において、「歩く」ことを中心に、日常の中で健康づくりを行うことができるアプリを令和2年11月に運用開始



- 970種類以上のエクササイズ動画
- ウォーキングやランニングの記録
- 体重や食事の記録
- 歩数ランキング
- 西東京市健康課からのインフォメーション

令和4年1月7日現在  
登録者数3,340名

ポイント達成やチャレンジ課題の  
達成で電子マネーや市内特産品  
を抽選でプレゼント！

# あ る こ で街中ウォーキング

日時：令和3年10月30日（土）午前10時～午後3時

会場：いこいの森公園、田無駅、ひばりヶ丘駅、多摩六都科学館

内容：市内3か所のチェックポイント（1か所以上）を回り、  
ゴール地点のいこいの森公園を目指して歩く。

ウォーキング講座としゃきしゃき体操講座を同日開催

参加者：370人



ひばりヶ丘駅のチェックポイント



最終ゴール地点のいこいの森公園で  
参加者に野菜等の景品を進呈



ウォーキング講座

# 子育て応援アプリ「いこいこ」

妊娠出産・子育て期の方向けに、市の妊娠出産・子育て情報を掲載したアプリを令和2年11月に運用開始

## 【予防接種】

予防接種のスケジュールを立てられる。

## 【記録】

妊娠中から、その日の写真やコメントを記録  
出産後はお子様の身長や体重を登録すると、日々の成長がグラフ化され、一目で確認ができる。

## 【施設検索】

市内の保育施設や医療機関などの検索ができる。  
地図上で場所の確認もできる。

## 【その他】

市内の妊娠・子育て関連イベントを紹介  
妊娠や出産、子育てに関するQ&A  
西東京市の子育て情報の案内



令和4年1月7日現在  
登録者数 9,646名