

第3次西東京市健康づくり推進プラン (健康都市プログラム)

進捗状況

令和8年2月20日

健康福祉部健康課

基本目標 1

健康寿命を延ばすまち



【施策の方向性】

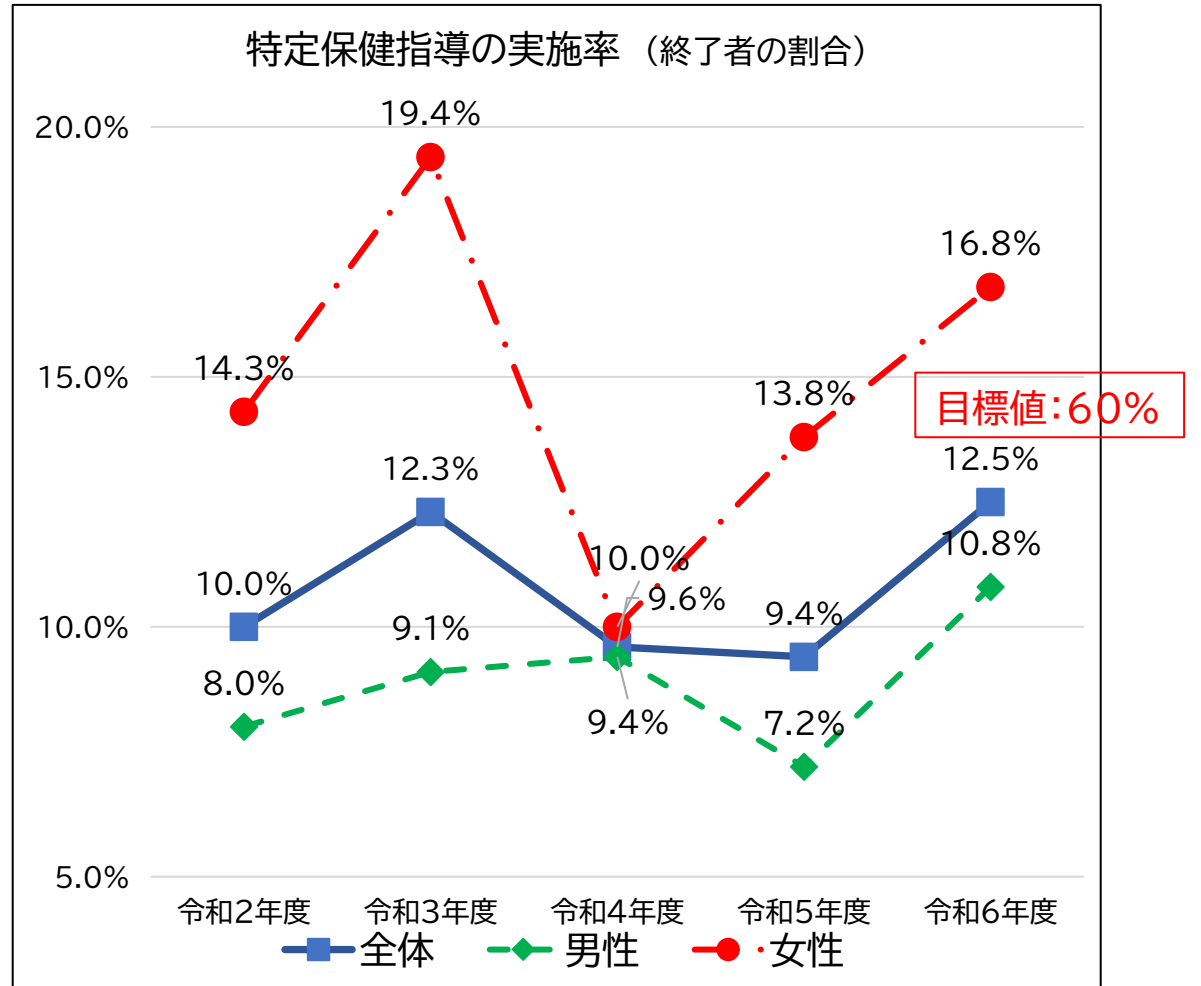
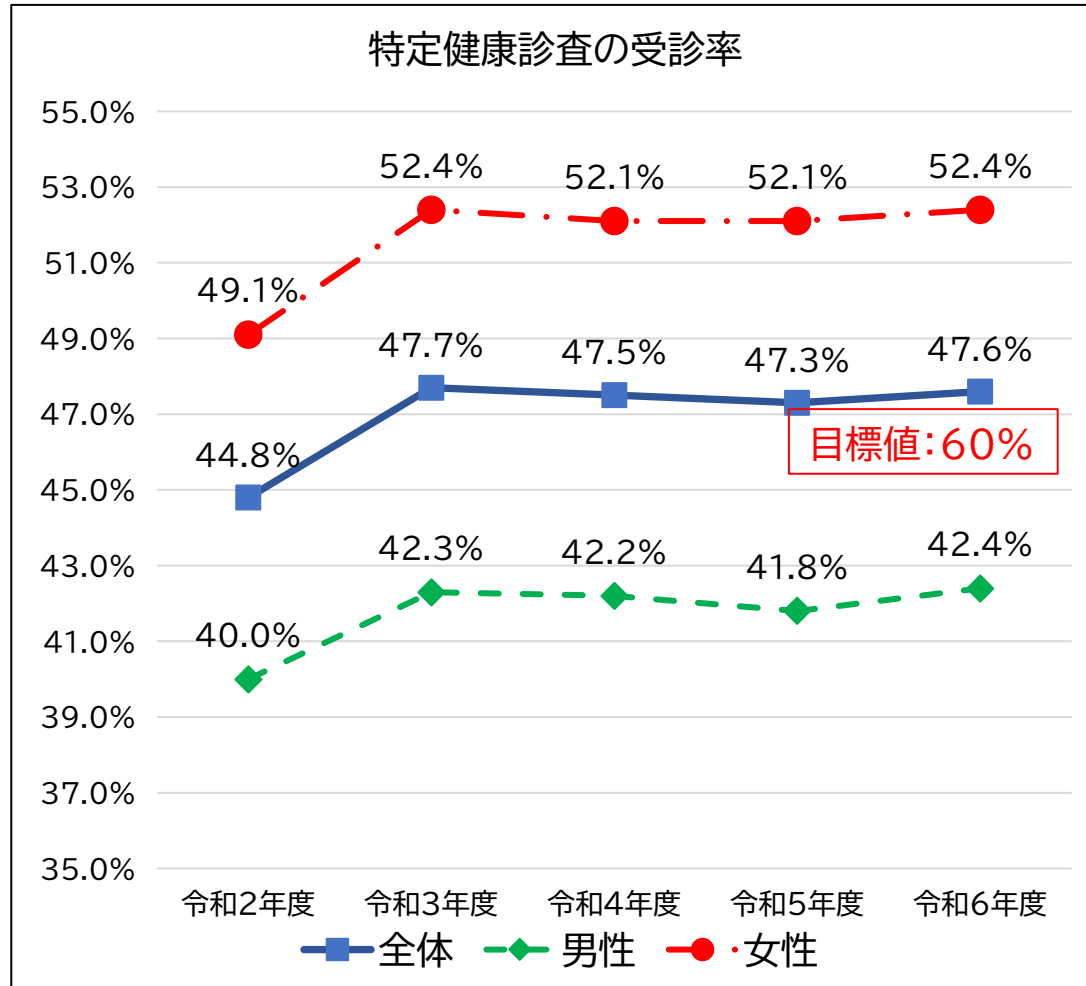
全ての人に向けた生活習慣病の発症と重症化の予防

1 生活習慣病予防の推進（循環器疾患・糖尿病・メタボリックシンドローム）

指標

～特定健康診査の受診率・特定保健指導の実施率～

※目標値は、厚生労働省「特定健康診査等実施計画作成の手引き（第4版）」に基づき設定

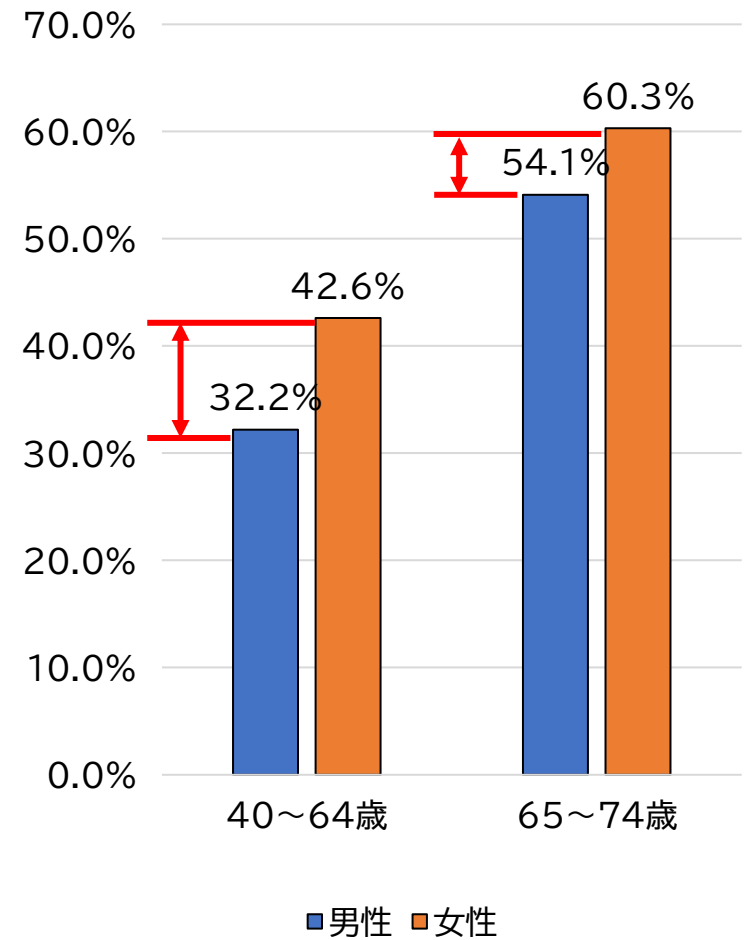
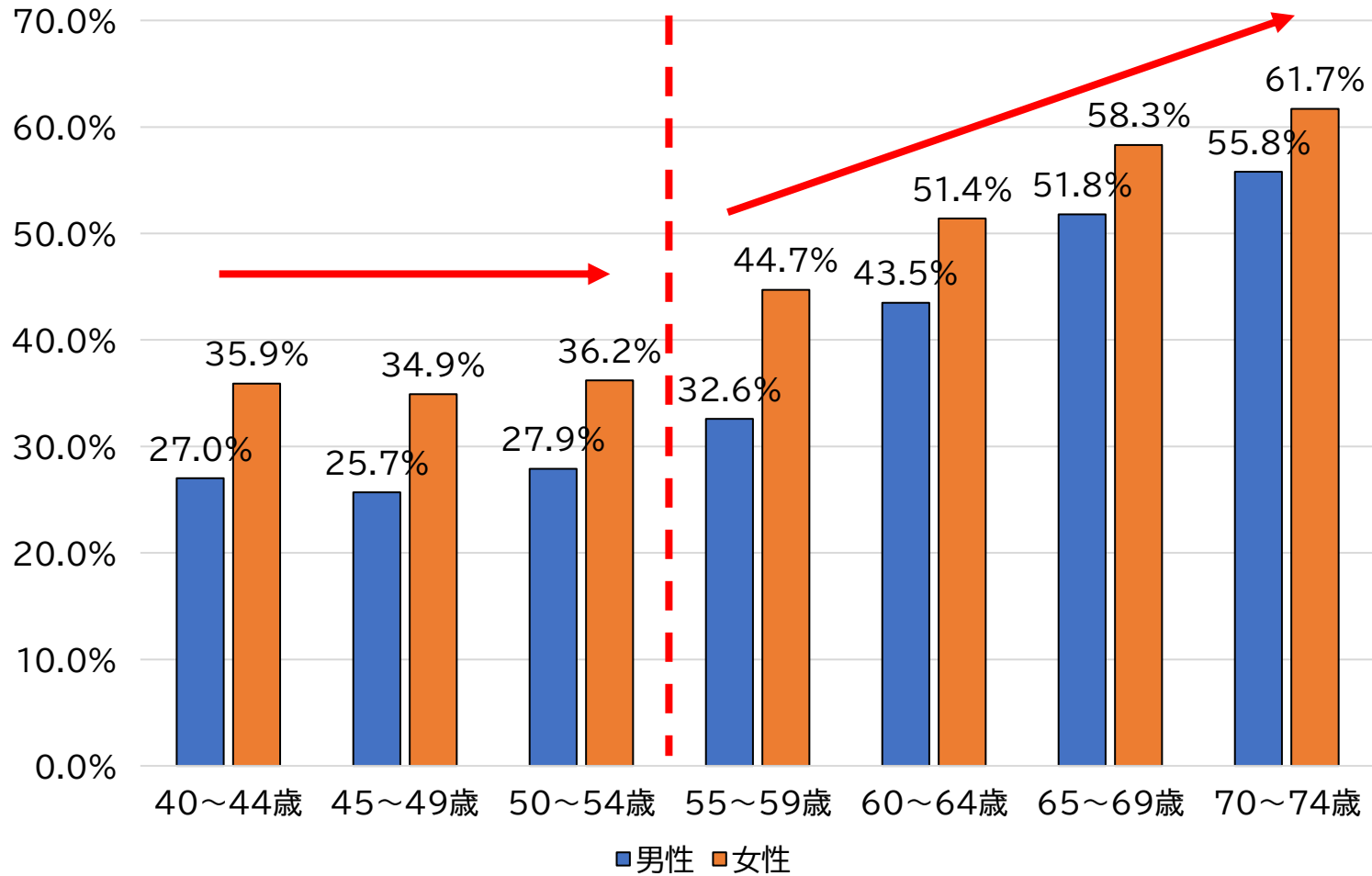


出典：特定健診・特定保健指導実施結果総括表

1 生活習慣病予防の推進（循環器疾患・糖尿病・メタボリックシンドローム）

参考

～令和6年度 特定健康診査の年代別受診率～

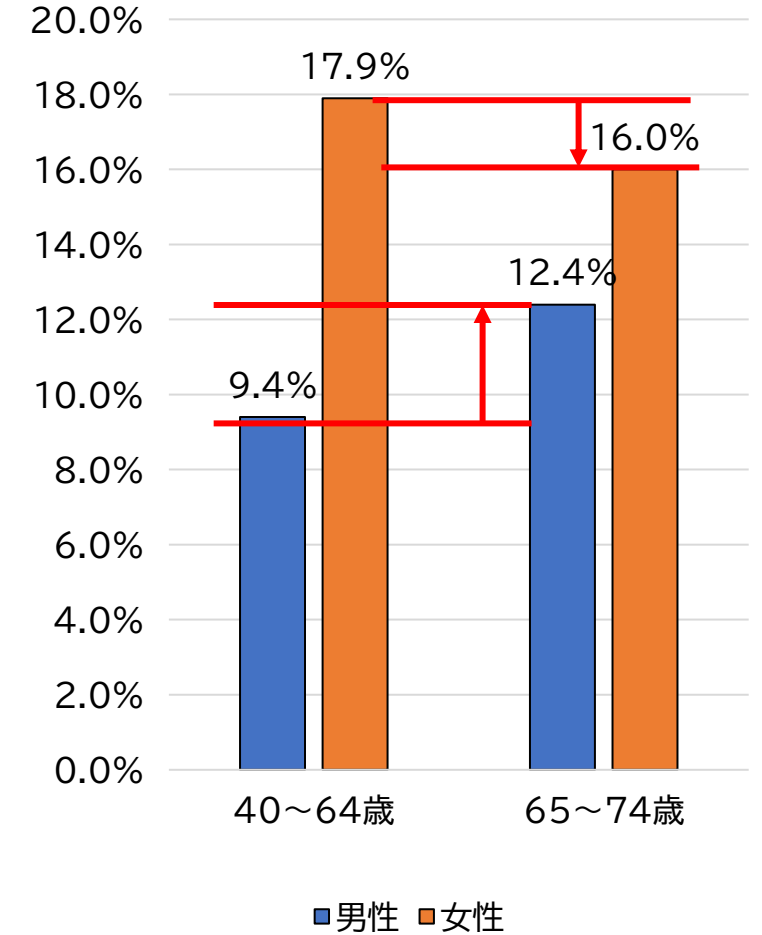
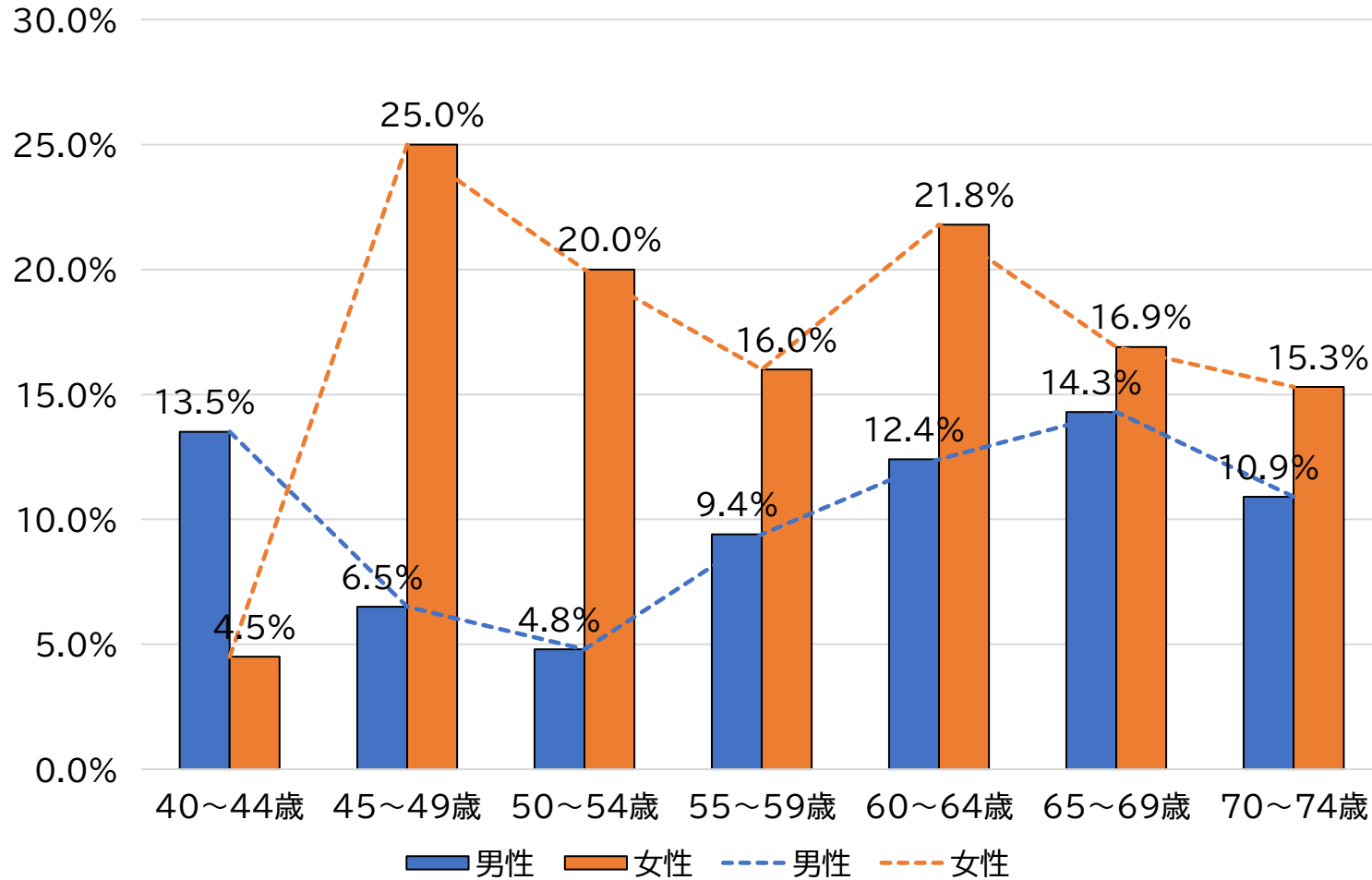


出典：特定健診・特定保健指導実施結果総括表

1 生活習慣病予防の推進（循環器疾患・糖尿病・メタボリックシンドローム）

参考

～令和6年度 特定保健指導の年代別実施率～



出典：特定健診・特定保健指導実施結果総括表

1 生活習慣病予防の推進（循環器疾患・糖尿病・メタボリックシンドローム）

～メタボリックシンドロームの該当者・予備軍の割合～

メタボリックシンドロームとは

腹囲
 男性:85cm以上
 女性:90cm以上



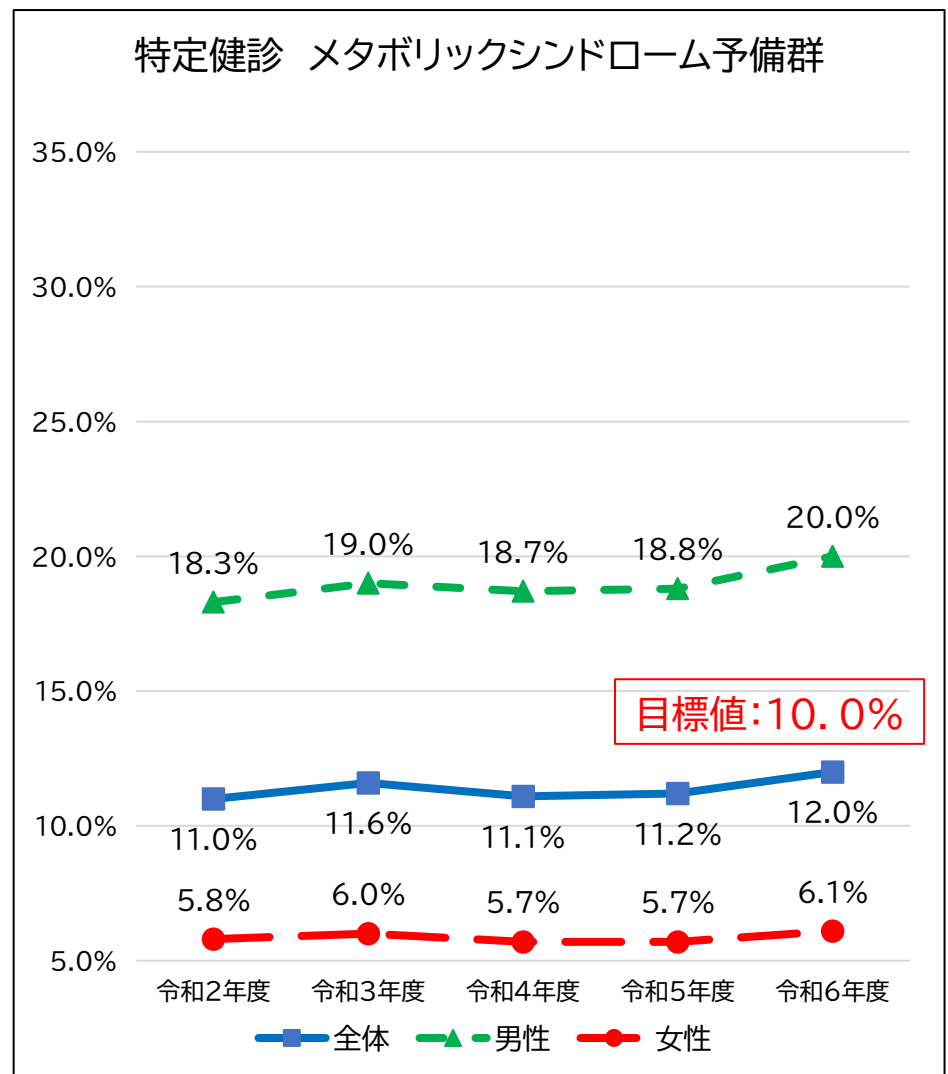
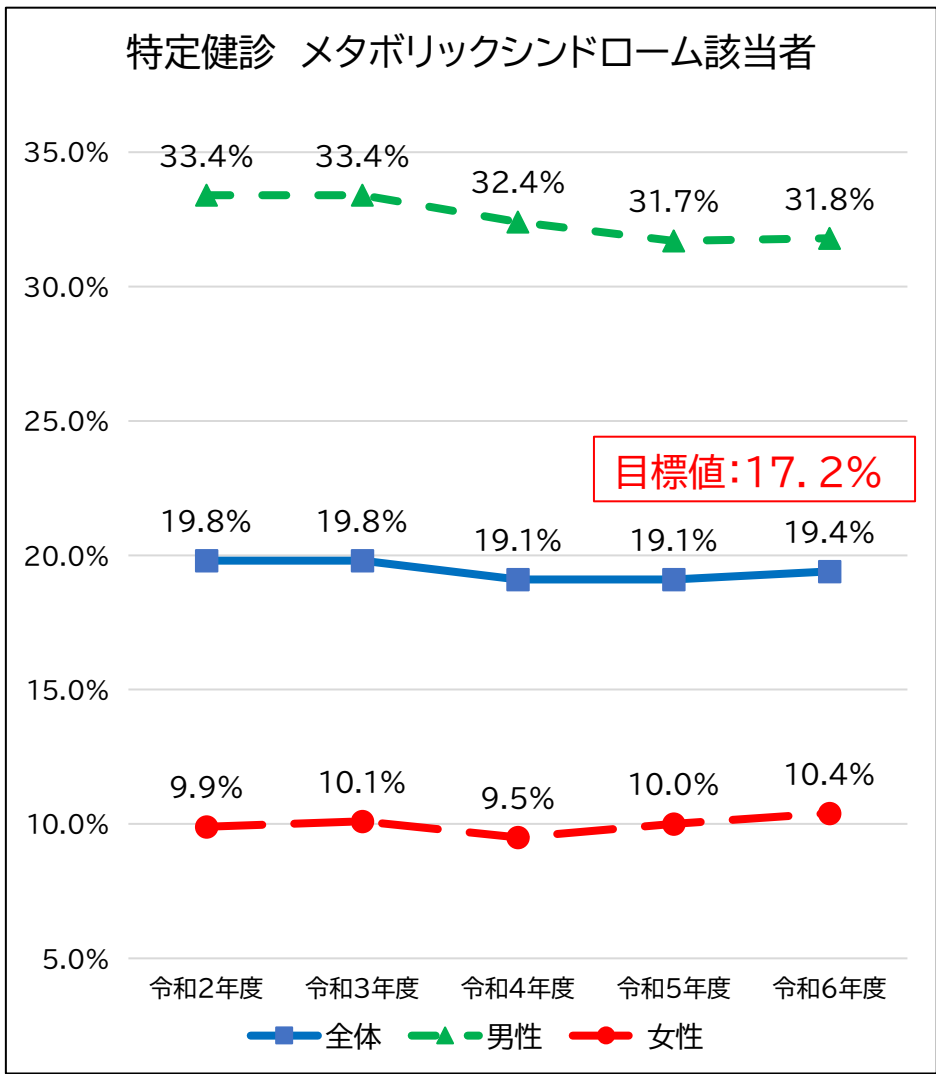
高血糖、脂質異常、高血圧のうち、2つ以上が基準値を超える

【基準値】
 高血糖
 空腹時血糖110mg/dl以上
 またはHbA1c6.0%以上
 (NGSP値)

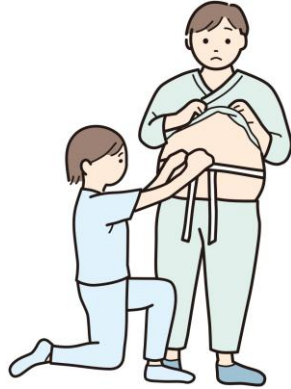
脂質異常
 中性脂肪150mg/dl以上
 または/かつ
 HDLコレステロール40mg/dl未満

高血圧
 収縮期血圧130mmHg 以上
 または/かつ
 拡張期血圧が85mmHg以上

※1つが基準値を超えると、「予備群」

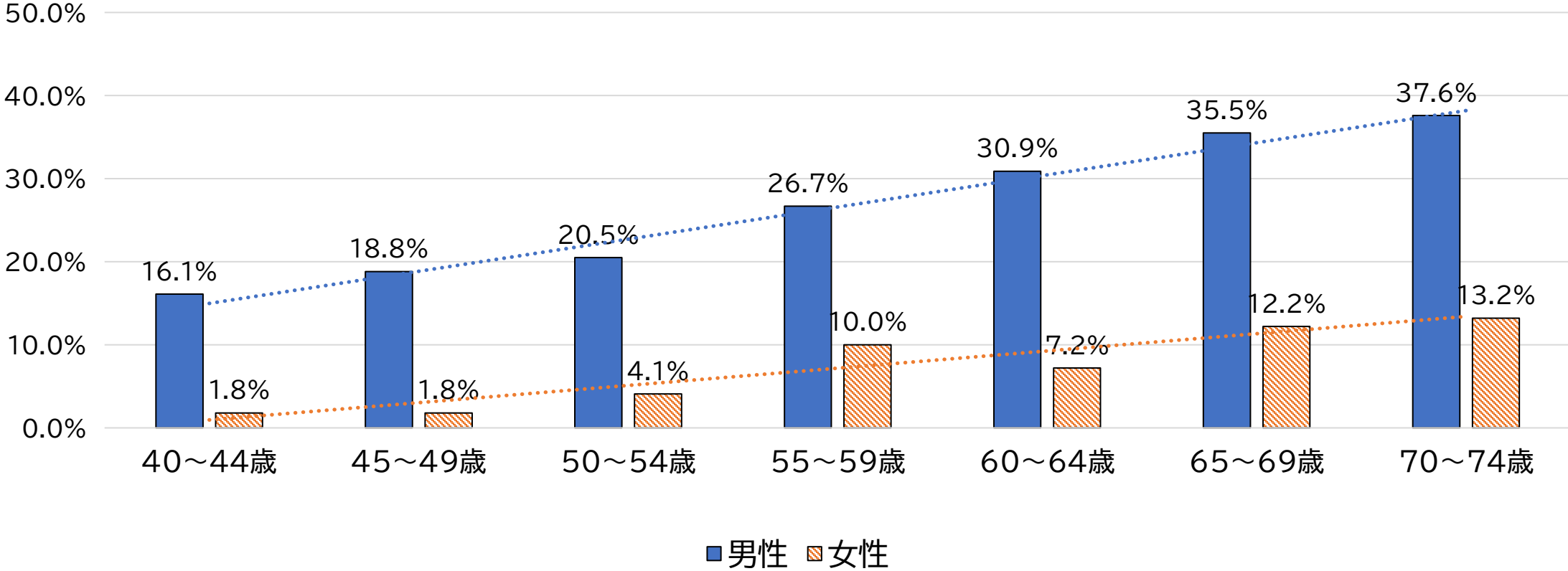


出典：特定健診・特定保健指導実施結果報告



1 生活習慣病予防の推進（循環器疾患・糖尿病・メタボリックシンドローム）

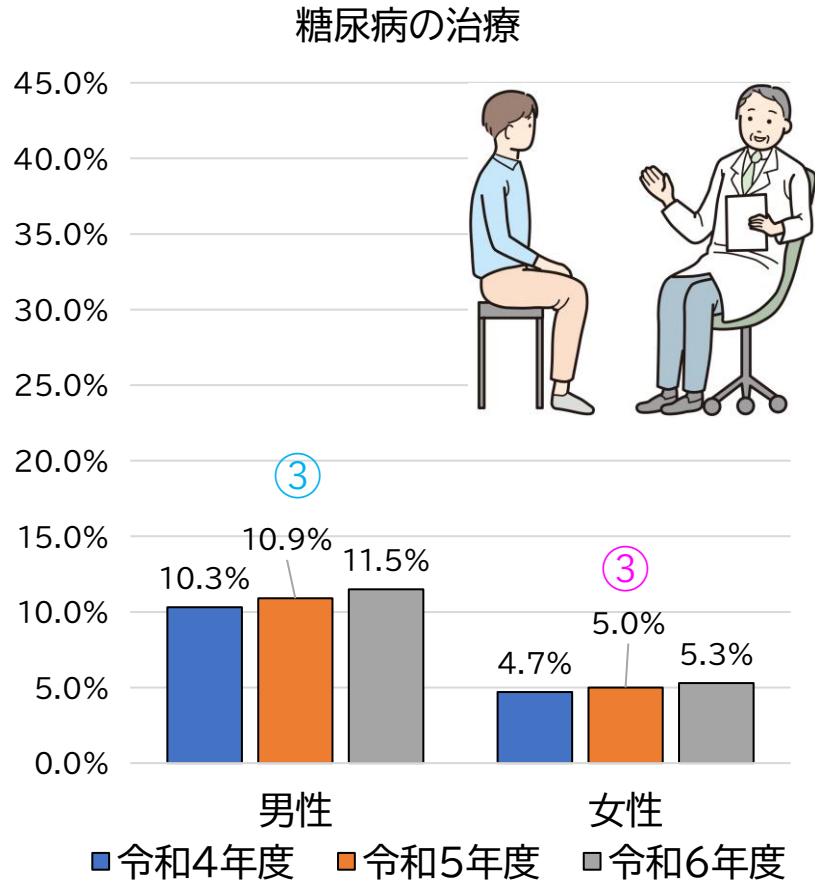
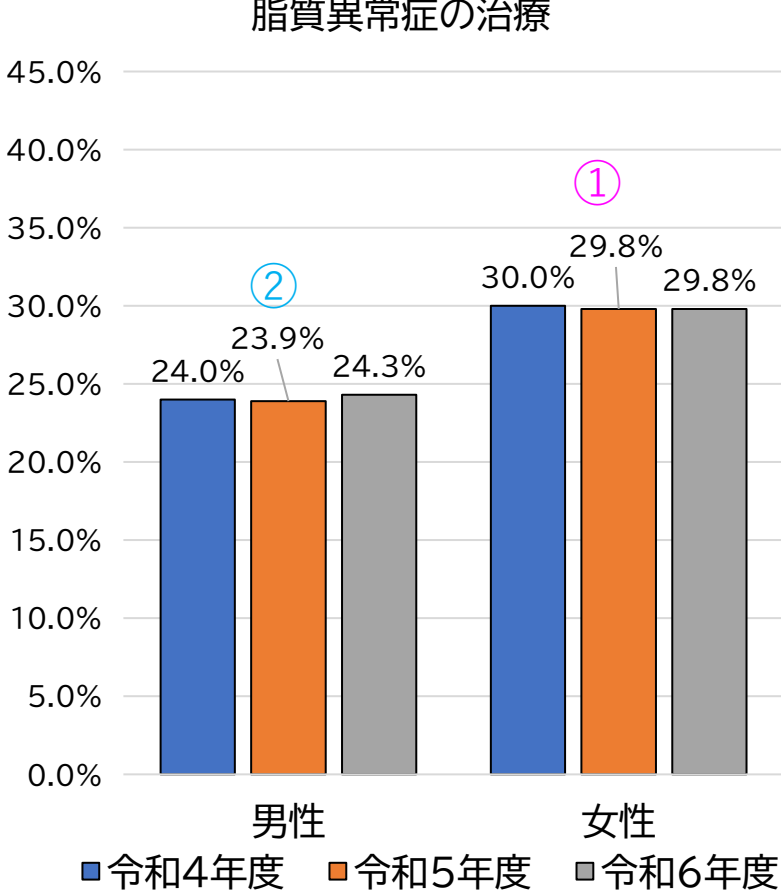
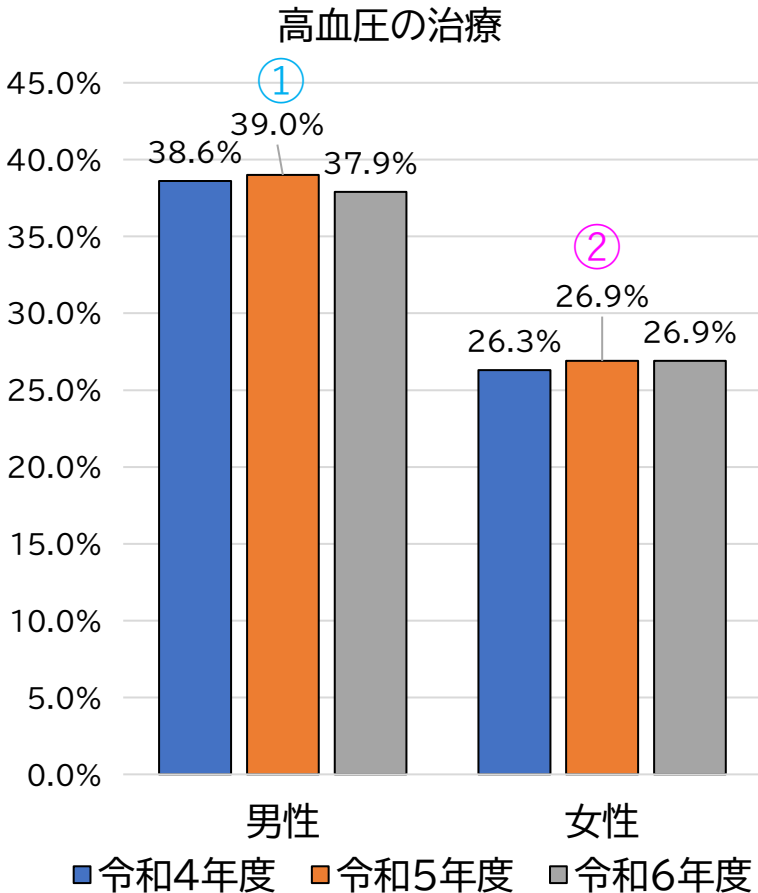
～令和6年度 メタボリックシンドロームの該当者の年代別割合～



出典：特定健診・特定保健指導実施結果総括表（令和6年度）

1 生活習慣病予防の推進（循環器疾患・糖尿病・メタボリックシンドローム）

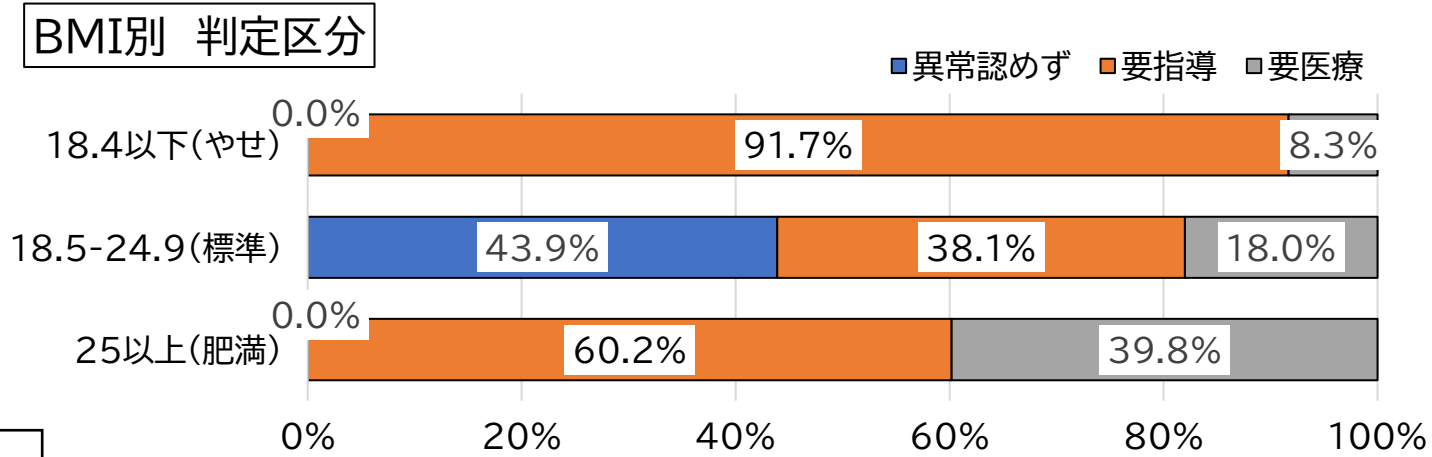
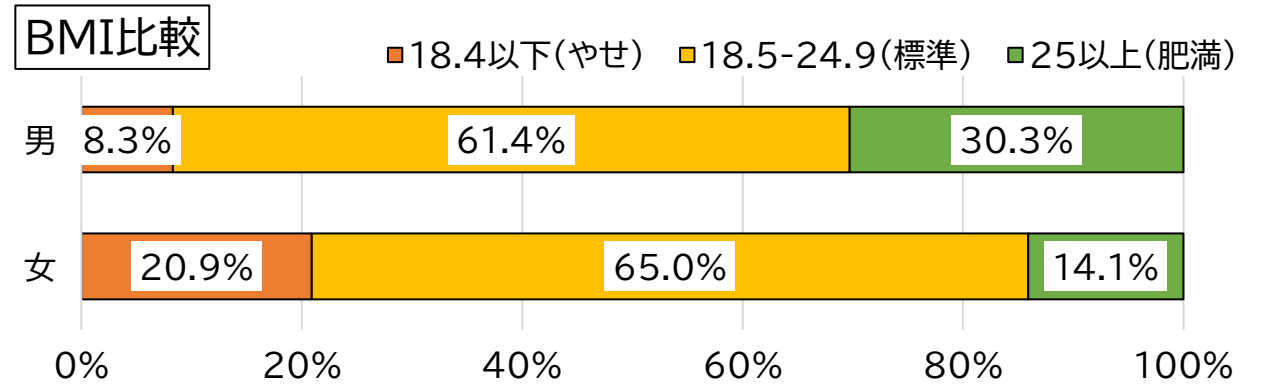
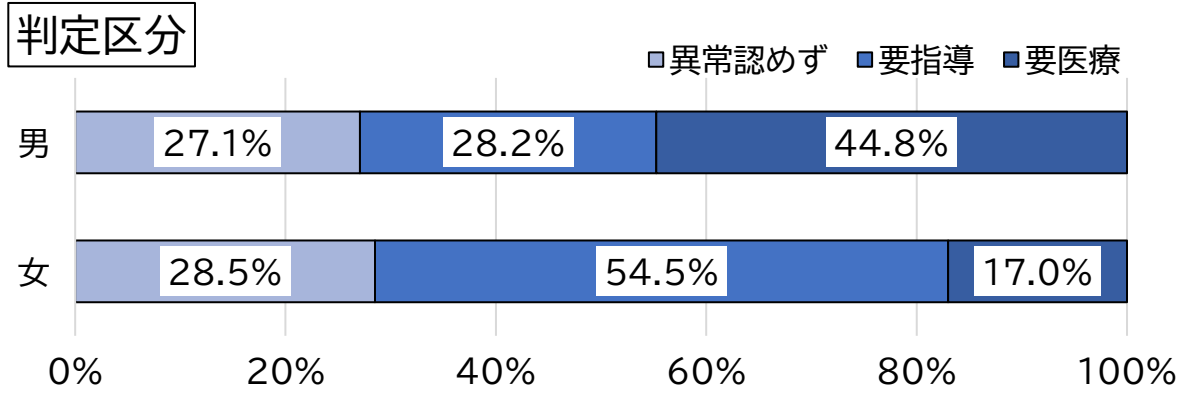
～服薬者の割合～



出典：特定健診・特定保健指導実施結果総括表

～令和7年度 若年健康診査(18～39歳) 結果～ 受診者:860人 ※令和8年1月23日時点での暫定値

参考



18.4以下
25以上 } 要指導

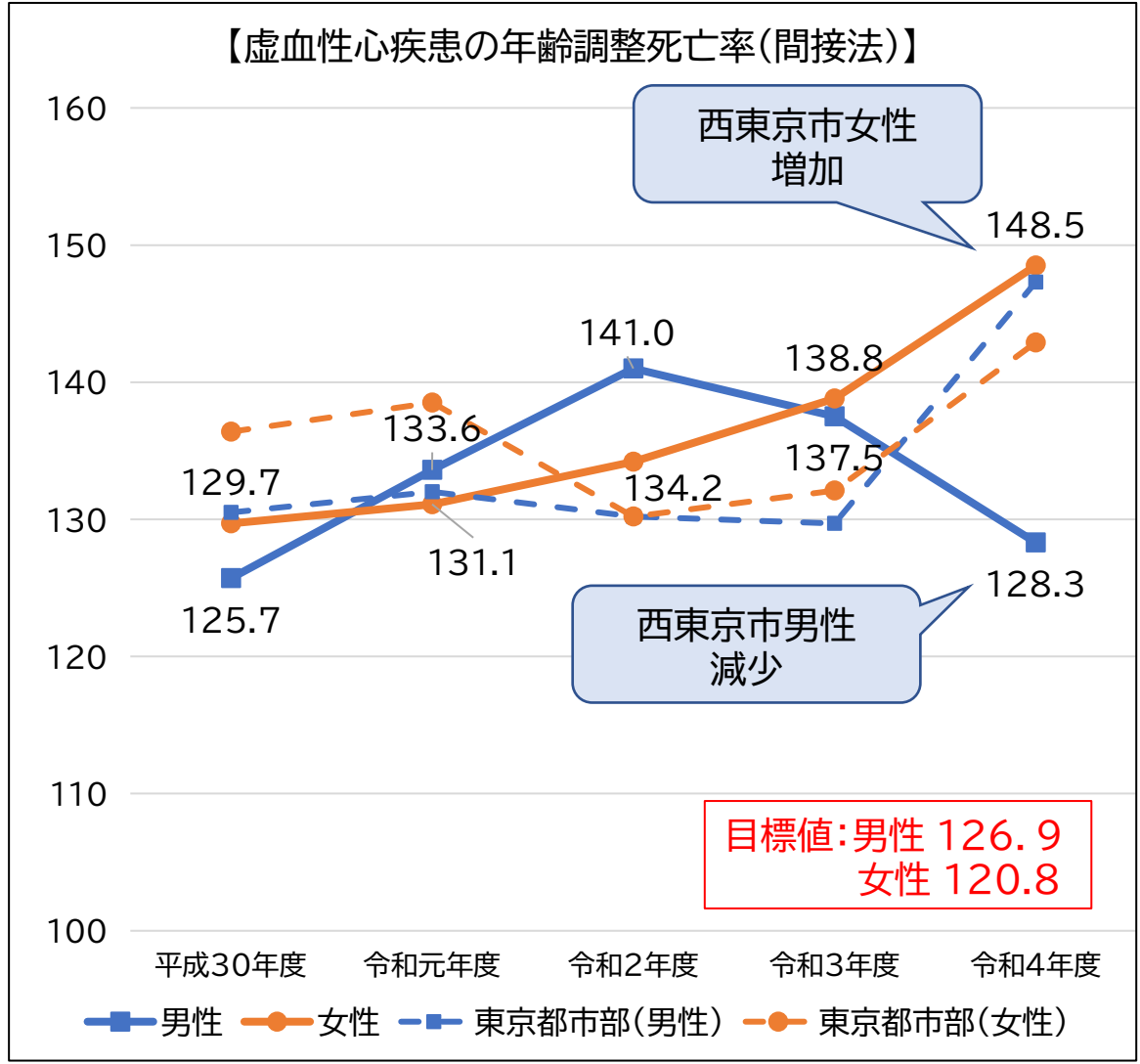
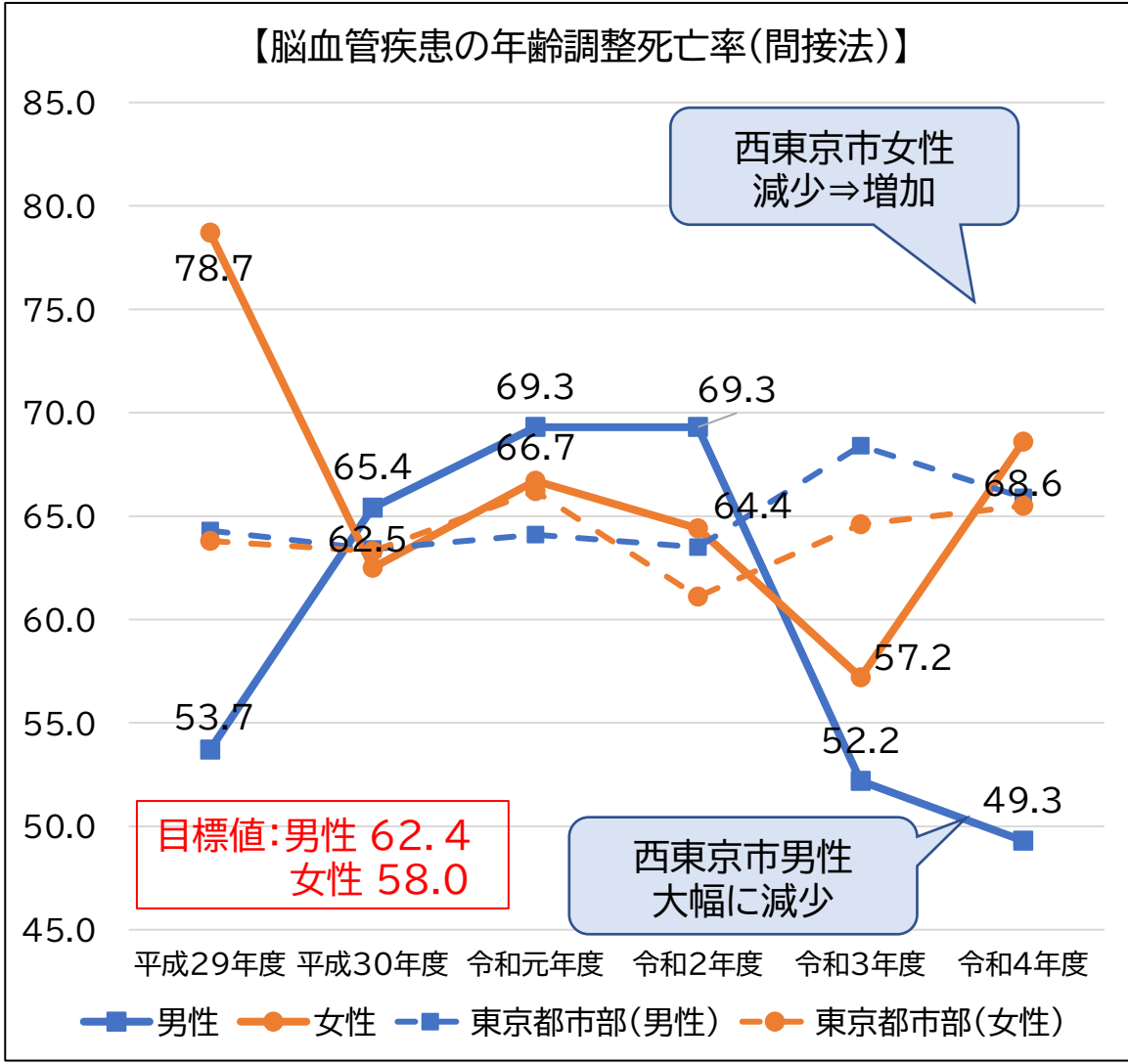
「要医療」の内訳 (人)

	肝機能			脂質		糖代謝		血圧	
	γ-GTP	ALT	AST	LDL コレステロール	中性脂肪	HbA1c	空腹時血糖	拡張期血圧	収縮期血圧
18.4以下(やせ)	0	1	0	0	0	0	0	1	0
18.5-24.9(標準)	9	12	8	8	0	2	1	1	0
25.0以上(肥満)	16	29	8	5	2	3	2	3	3

※重複あり

1 生活習慣病予防の推進（循環器疾患・糖尿病・メタボリックシンドローム）

～脳血管疾患・虚血性心疾患の年齢調整死亡率(間接法)～



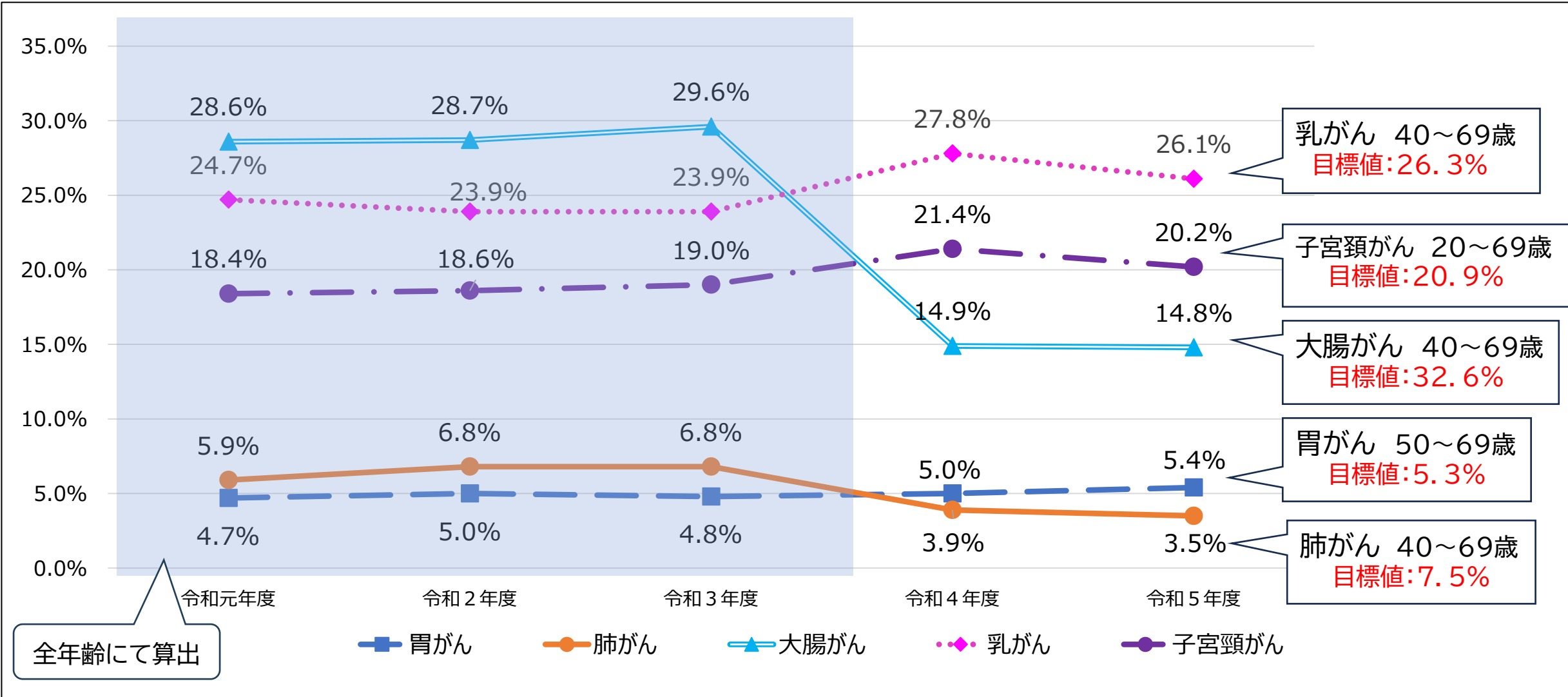
出典：北多摩北部保健医療圏 保健医療福祉データ集

2 がん対策の推進

～がん検診受診率～

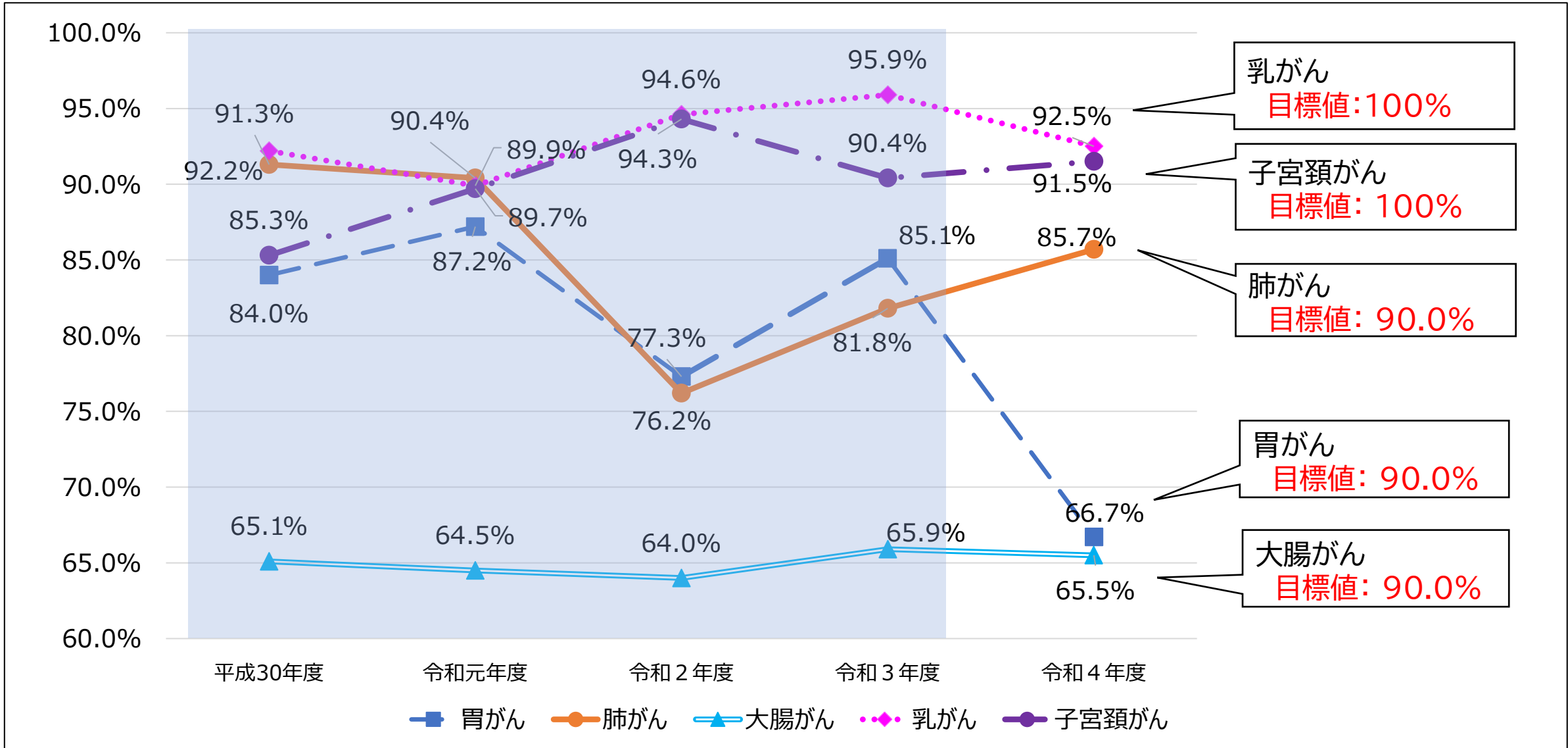


※令和6年度に東京都の評価基準が変更。
指標算出対象年齢を「検診対象年齢～69歳」にて算出。



7 がん検診精密検査受診率

指標



出典：とうきょう健康ステーション

基本目標 2

健康的な生活を送れるまち

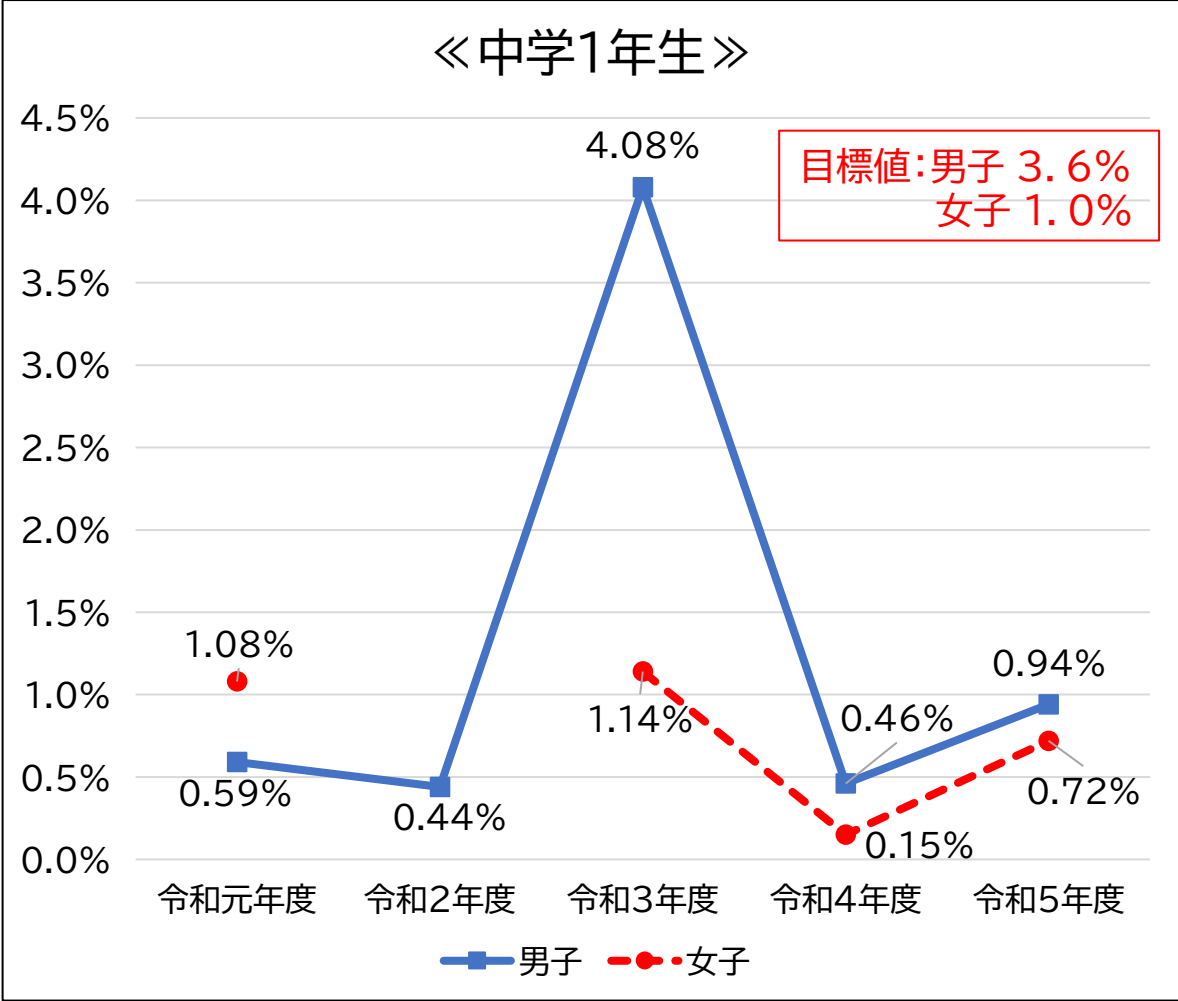
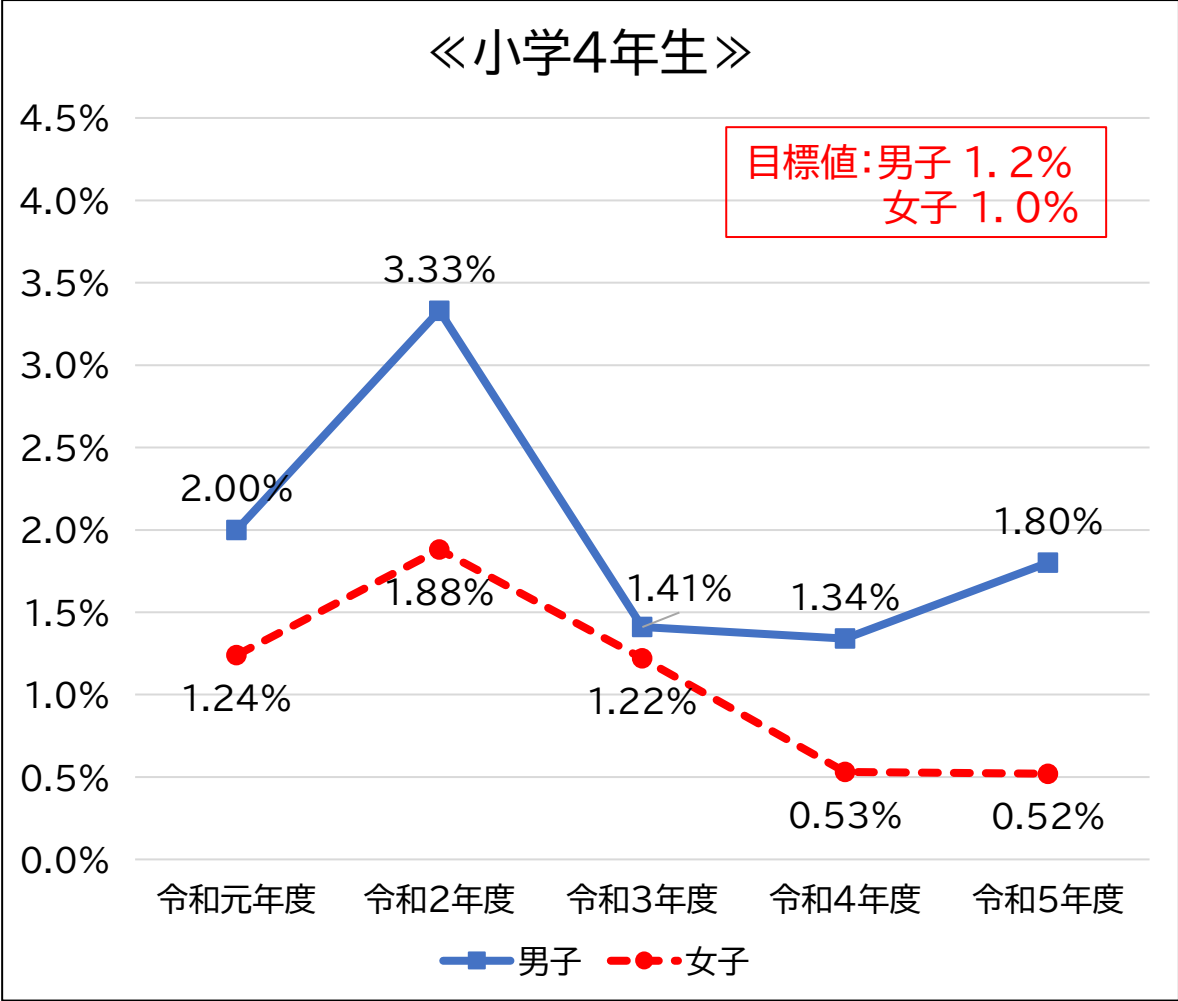


【施策の方向性】

ライフステージに応じた生活習慣改善の促進

1 正しい栄養・食生活の促進

～児童・生徒における肥満傾向の割合～

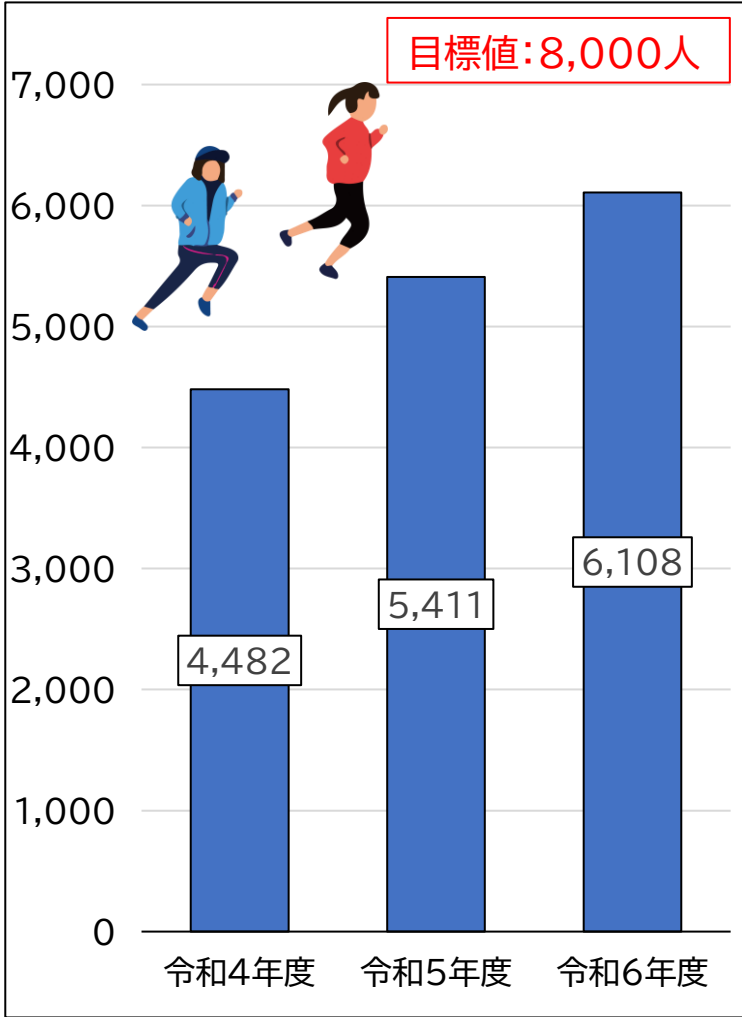


※中学1年生女子 令和2年度のデータなし

出典：北多摩北部保健医療圏 保健医療福祉データ集
「東京都の学校保健統計書」

2 身体活動・運動の促進 (6 フレイル予防の推進)

～健康ポイントアプリ「あるこ」登録者数～



「健康」応援都市 西東京市

あなたの街の健康ポイントアプリ!

健康ポイント 6,000 pt を貯めて都の特典をゲットしよう!

ちょっと実行、ずっと健康♪
東京健康UPplus

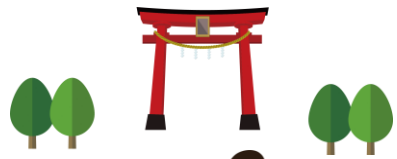
ポイントたまる! 景品も当たる!

電子ギフト券が当たります!

PayPay amazon gift card QUOPay

ポイントをためると 500円分の電子ギフト券が毎月抽選で当たります!

今すぐダウンロード



出典：事務報告書

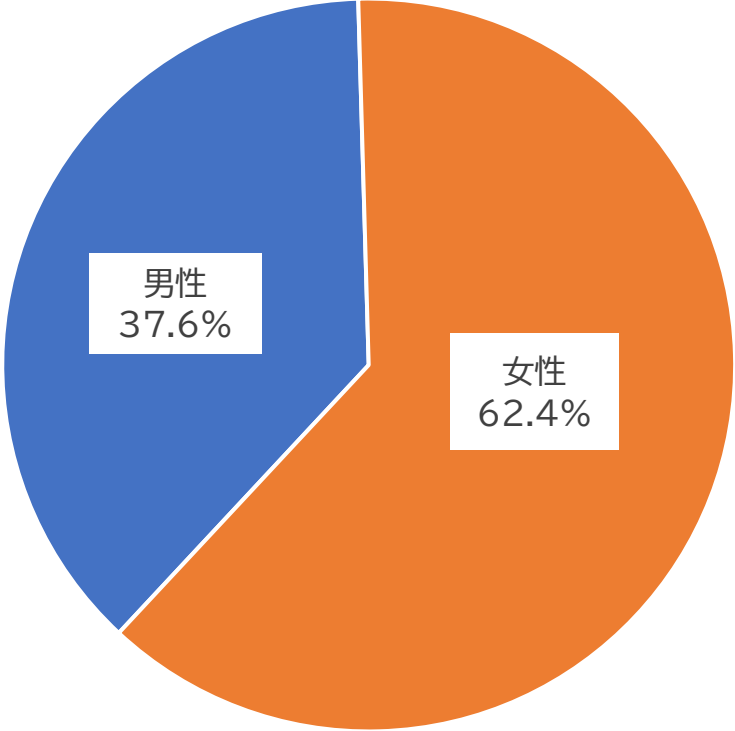
2 身体活動・運動の促進 (6 フレイル予防の推進)



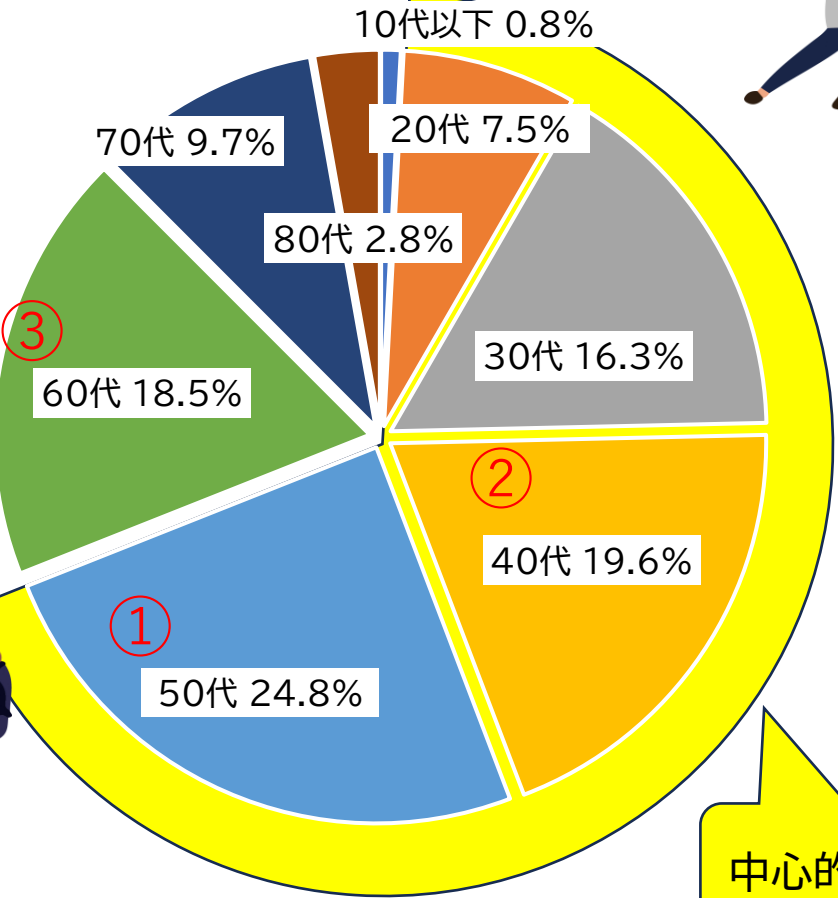
～登録者の内訳 (令和7年3月31日時点)～



性別



年代別



中心的な対象者

出典：株式会社グッピーズ「健康ポイント事業実施法臆書」

健康ポイントアプリ「あるこ」 令和7年度イベント

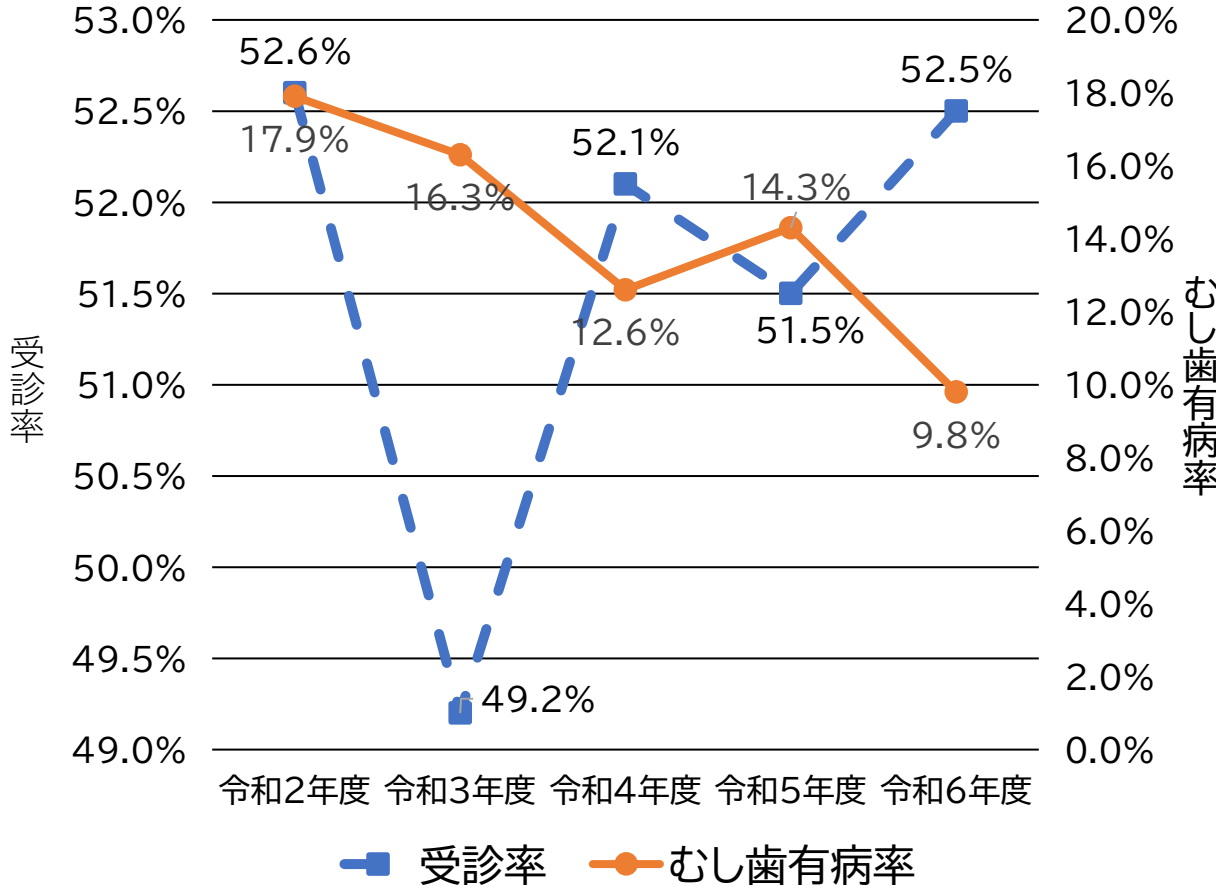
イベント名	期間	内容	インセンティブ
第17回あるチャレ	4月15日～28日	7日以上8,000歩を達成しよう！	アクエリアス粉末 (24名)
第1回三市合同 ウォークラリー	6月1日～30日	参加市：西東京市、青梅市、富士市（静岡県） 北海道一周コース。襟裳岬（248,766歩）達成 者から抽選で景品贈呈	青梅市景品 (15名)
第18回あるチャレ	7月28日～8月11日	エクササイズ動画を7日以上視聴しよう！	熱中症対策セット (塩分タブレット他) (29名)
第2回三市合同 ウォークラリー	10月1日～31日	富士市の独自コース。 248,000歩達成者から抽選で景品贈呈	富士市景品 (20名)
あるこで街なか ウォーキング	11月8日	ワンポイントウォーキング講座を受講後、「いこいの森 公園（市民まつり会場）」まで歩く	アスタ商品券他
第19回あるチャレ	12月1日～14日	動画2種を5日以上視聴＋クイズに正解しよう！	ロッテのお菓子セッ ト（50名）
第3回三市合同 ウォークラリー	令和8年2月1日～ 28日	西東京市の独自コース。 1日の目標歩数×28日達成者から抽選で景品贈 呈（1日の目標歩数別にチームを設定）	西東京市景品 (94名)

3 口腔ケアの促進

～歯科健診の状況～

≪5歳児 歯科健診受診率・むし歯有病率≫

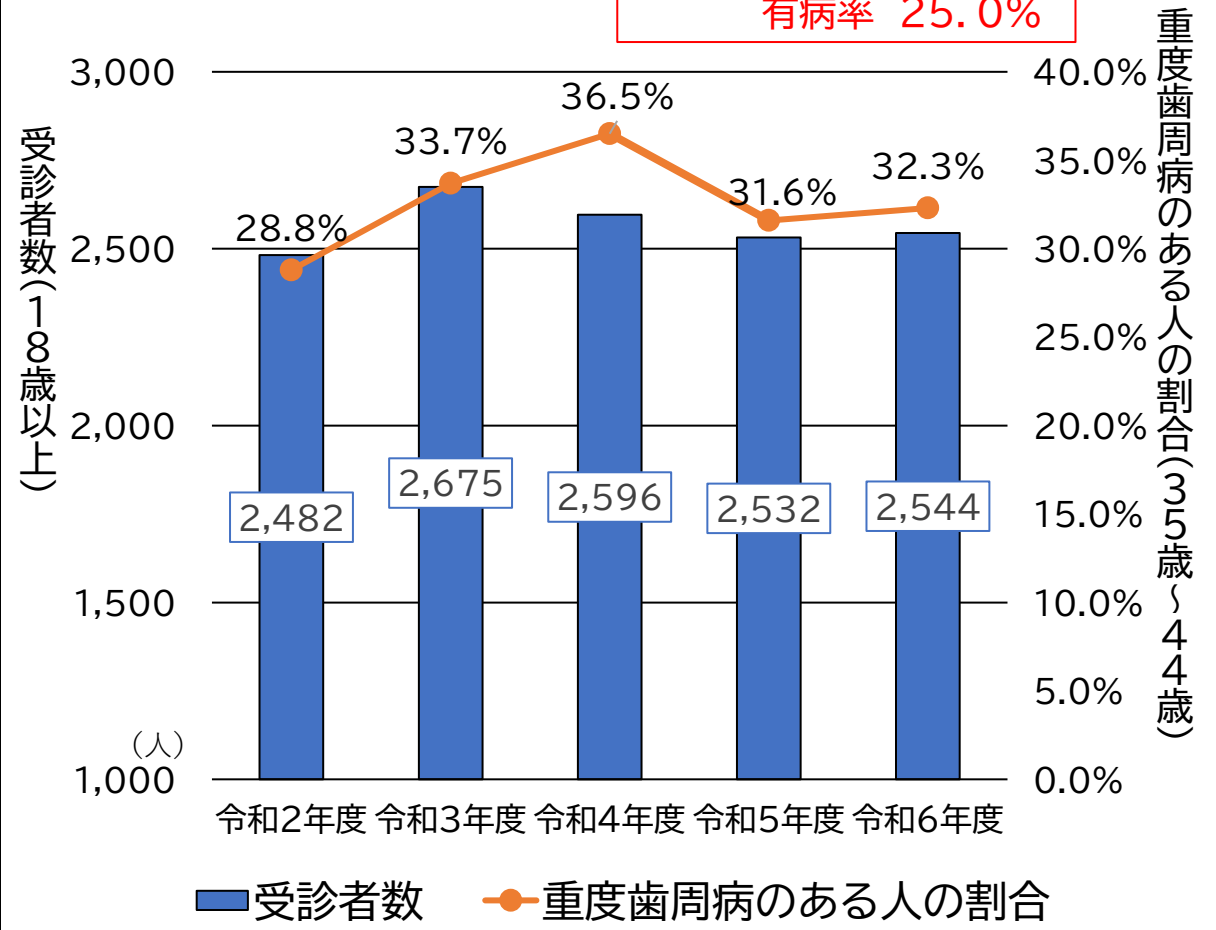
目標値:受診率 60.0%
有病率 9.0%



出典：事務報告書

≪成人歯科健診受診者数
・重度歯周病のある人(35～44歳)≫

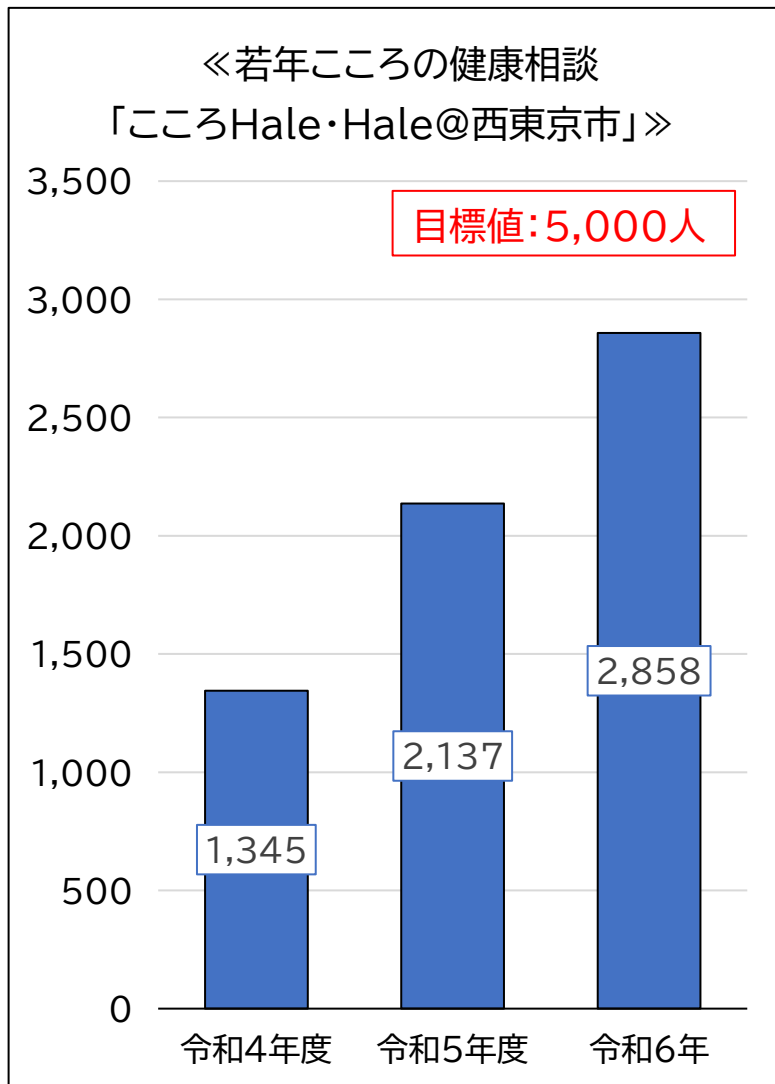
目標値:受診者 3,000人
有病率 25.0%



出典：事務報告書・健康課資料

4 休養・余暇の確保・充実

～若年こころの健康相談「こころHaleHale@西東京市」(LINE相談)の登録者数～



出典:事務報告書



ポスター



ポケットティッシュ



LINE広告



しおり

基本目標 3



子どもが健やかに育つまち

【施策の方向性】

子どもの健やかな成長の促進

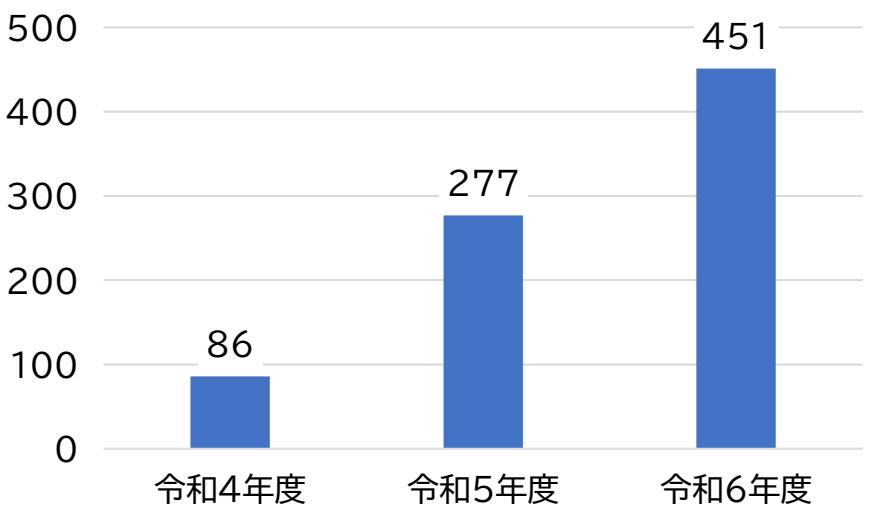
1 相談体制の充実

2 母子保健の推進

～「こんにちは赤ちゃん訪問」の実施率～ 目標値:100%

～産後ケア事業の利用登録者数～ 目標値:110人

令和4年度	令和5年度	令和6年度
100.5%	101.6%	99.9%



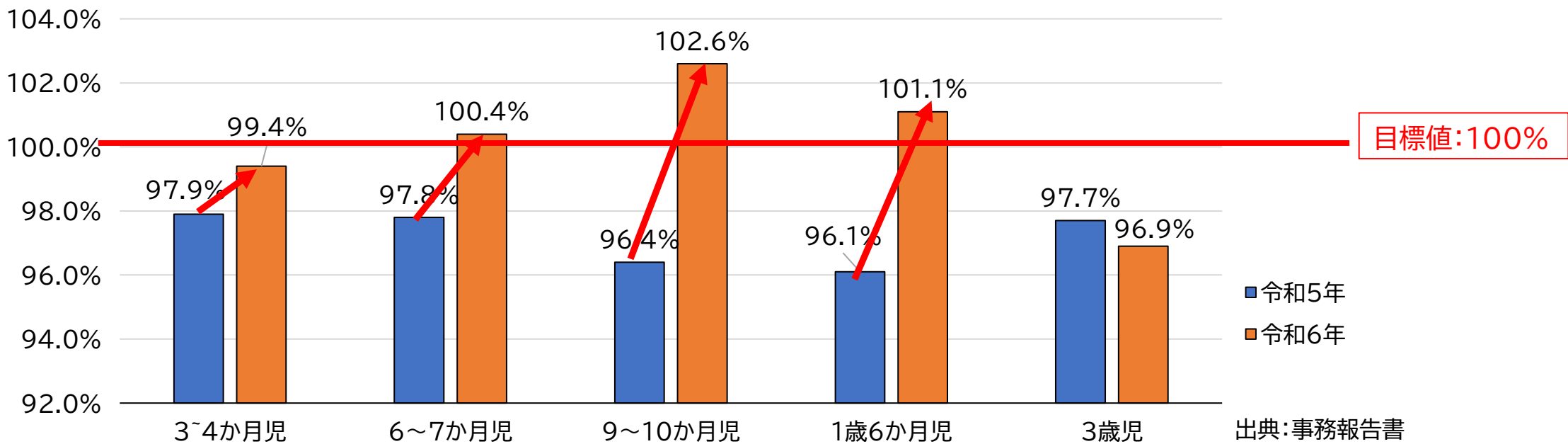
※実施率 = 訪問件数 / 市内出生届の件数 × 100
 出生届は市外で提出されたが、間もなく転居した場合や、市内で里帰り出産をしたため他市より西東京市からの訪問の依頼を受けた等の理由により、西東京市より訪問した場合も訪問件数に計上しており、出生件数を上回ることがあるため。

出典：子ども家庭課資料

出典：事務報告書

2 母子保健の推進

～乳幼児健診の受診率～



出典：事務報告書

3 こどもの発達に関する包括的な支援の充実

中核機能の強化

関係機関との連携



地域の発達支援の推進

西東京市ホームページより

～市民向け講座の参加者数～

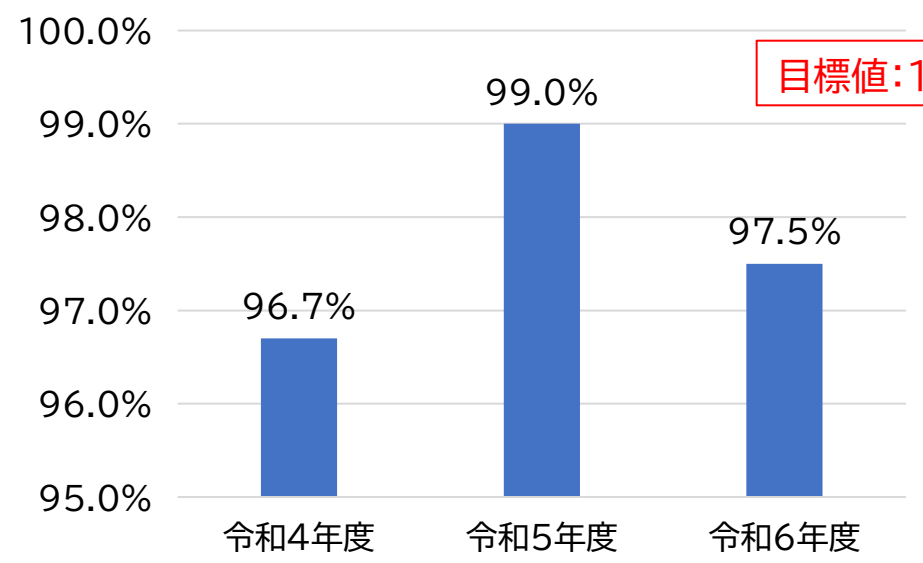
目標値:180人

令和4年度	令和5年度	令和6年度
164人	200人	217人

出典：子ども家庭課資料

～「児童発達支援評価アンケート」における事業評価の満足度～

目標値:100%



出典：子ども家庭課資料

基本目標 4

安全・安心に暮らせるまち

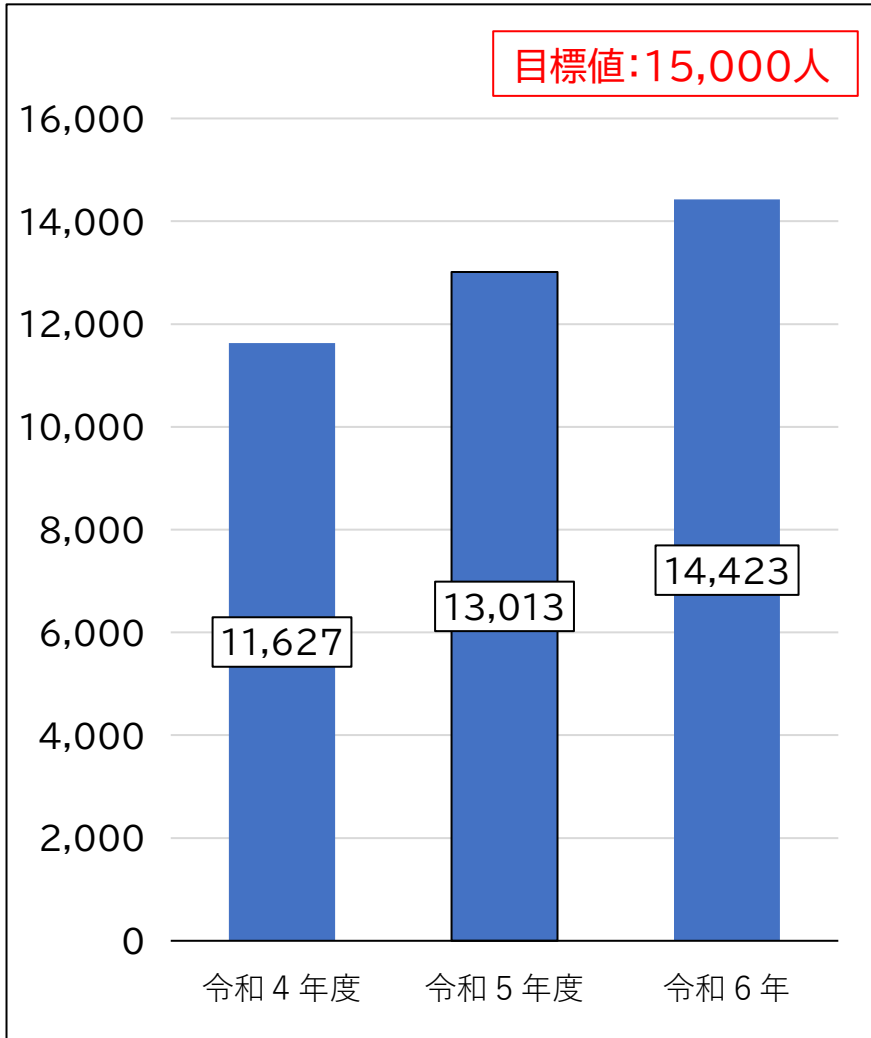


【施策の方向性】

安全・安心な環境づくり

1 感染症予防の推進

～子育て応援アプリ「いこいこ」登録者数～



出典：事務報告書

イベント情報や健診、
予防接種の予定日を
プッシュ通知でお知らせ



予防接種のスケジュールを
生年月日から自動作成



保育施設
幼稚園
医療機関
などが
検索可能



令和7年度の取組

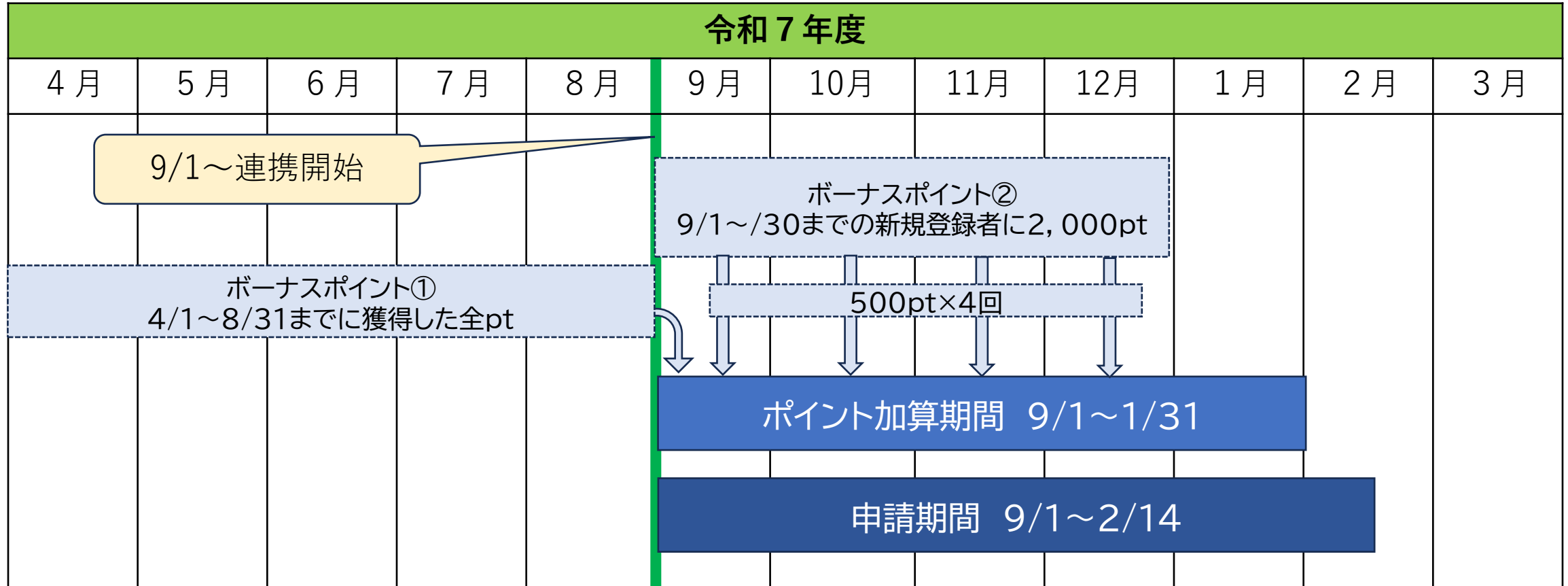


とうきょう健康応援事業と連携



対象：健康ポイントアプリ「あるこ」の登録者
（西東京市在住・在勤者）

特典付与基準：6,000ポイント



東京健康Uplus 特典獲得者 399人 (67.4%) ※令和8年2月9日(月)時点