

長崎県版健康寿命の評価指標

健康長寿日本一の長崎県づくりに向けた取組を市町と共に推進するため、長崎健康革命の4つの柱（運動・食事・禁煙・健診）に加えて、有所見率の改善及び社会環境の改善項目ごとに取組成果を反映できる評価指標を設定しました。

身体活動習慣やメタボリックシンドローム該当者数などの抽出した各種データにより、指標ごとに市町の順位付けを行い、算出した順位スコアを基にレーダーチャートを作成しました。

これらの指標は客観的なものであり、毎年評価が可能であることから、この結果を参考に市民・町民への普及啓発に御利用いただくとともに、自治体の課題を把握し取組を強化するなど、健康づくり施策に活用されることを期待しています。

■評価指標

番号	項目	指標	
①	運動	身体活動習慣	1日30分以上運動を週2日以上、1年以上実施
②	食事	食習慣	3食以外に間食や甘い飲み物の摂取がない
③		咀嚼	何でもかんで食べることができる
④	禁煙	行政施設	第一種施設の完全敷地内禁煙の実施率
⑤		喫煙習慣	喫煙しない
⑥	健診	特診受診率	特定健康診査受診率
⑦	有所見率の改善	血圧リスク	収縮期血圧130mmHg以上、又は拡張期血圧85mmHg以上
⑧		血糖リスク	HbA1c6.5%以上
⑨		メタボ該当者数	腹囲リスク該当かつ血圧、代謝、脂質のうち2つ以上のリスクに該当
⑩	仲間づくり・職場ぐるみでの社会環境の改善	健康アプリダウンロード数	ながさき健康づくりアプリ「歩こーで！」ダウンロード率
⑪		通いの場への参加者数	65歳以上の通いの場への参加率
⑫		宣言事業所数	全国健康保険協会長崎支部加入の事業所数 1万当たりの健康経営宣言事業所数

■評価方法

- 抽出したデータを基に、指標ごとに1位から最下位まで順位付けを行い、順位スコアを付ける。
- 順位スコアは、各指標の数値を良い順番に並び替え、その順位を市町ごとに算出する。
(例：1位は21ポイント、21位は1ポイント)
- 各指標の順位スコアを基に、市町ごとのレーダーチャートを作成する。

■留意事項

・順位のみに着目せず、県内における大まかな位置を把握することが望ましいと考えます。

■抽出方法

番号	指標	抽出方法		時点
①	身体活動習慣	分子	質問票10で「①はい」と回答した者の数	令和4年度特定健診 (協会けんぽ、国保)
		分母	特定健診受診者のうち当該回答がある者の数	
②	食習慣	分子	質問票16で「③ほとんど摂取しない」と回答した者の数	令和4年度特定健診 (協会けんぽ、国保)
		分母	特定健診受診者のうち当該回答がある者の数	
③	咀嚼	分子	質問票13で「①何でもかんで食べることができる」と回答した者の数	令和4年度特定健診 (協会けんぽ、国保)
		分母	特定健診受診者のうち当該回答がある者の数	
④	行政施設	分子	市町が管理する第一種施設の完全敷地内禁煙実施施設数	令和5年10月1日
		分母	市町が管理する第一種施設数	
⑤	喫煙習慣	分子	質問票8で「②いいえ」と回答した者の数	令和4年度特定健診 (協会けんぽ、国保)
		分母	特定健診受診者のうち当該回答がある者の数	
⑥	特診受診率	分子	特定健診受診者数	令和4年度特定健診 (市町国保)
		分母	特定健診対象者数	
⑦	血圧リスク	分子	①収縮期血圧 ≥ 130 mmHg、②拡張期血圧 ≥ 85 mmHg以上のいずれかを満たす者の数	令和4年度特定健診 (協会けんぽ、国保)
		分母	特定健診受診者のうち血圧の検査結果がある者の数	
⑧	血糖リスク	分子	HbA1c6.5以上の者の数	令和4年度特定健診 (協会けんぽ、国保)
		分母	特定健診受診者のうちHbA1cの検査結果がある者の数	
⑨	メタボ該当者数	分子	腹囲 ≥ 85 (男性) ≥ 90 (女性)かつ①血糖②脂質③血圧の追加リスク(※1)のうち2つ以上該当する者の数	令和4年度特定健診 (協会けんぽ、国保)
		分母	特定健診受診者数	
⑩	健康アプリダウンロード数	分子	ながさき健康づくりアプリ「歩こーで!」ダウンロード数	令和6年8月31日
		分母	推計人口	令和6年8月1日
⑪	通いの場への参加者数	分子	通いの場への参加者数(65歳以上)	令和4年度厚生労働省調査
		分母	住民基本台帳に基づく人口(65歳以上)	令和5年1月1日
⑫	宣言事業所数	分子	健康経営宣言事業所数 $\times 1$ 万	令和6年9月30日
		分母	全国健康保険協会長崎支部の加入事業所数	

※1 ①血糖：空腹時血糖 110 mg/dl 以上

②脂質：中性脂肪 150 mg/dl 以上かつ/又は HDL コレステロール 40 mg/dl 未満

③血圧：収縮期血圧 130 mmHg 以上かつ/又は拡張期血圧 85 mmHg 以上

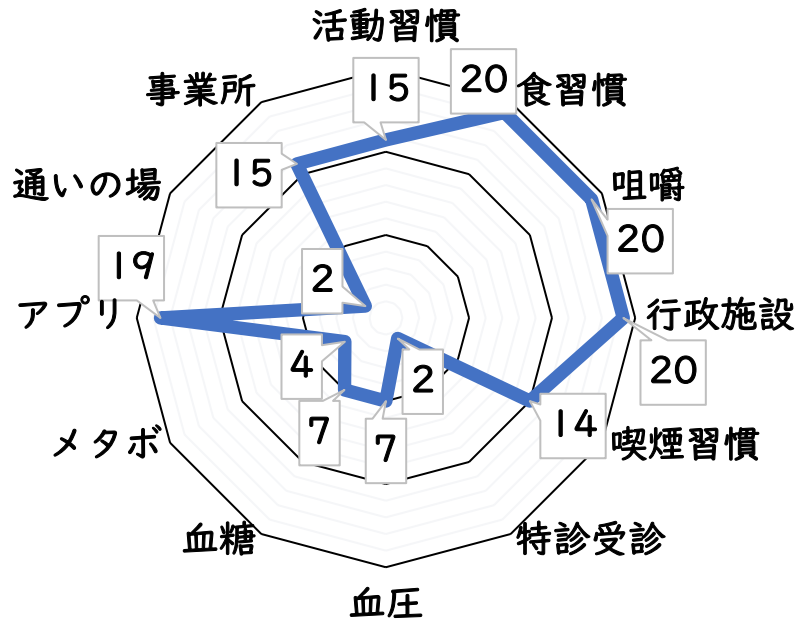
長崎県版健康寿命の評価指標に係る得点表

単位：ポイント

市町 指標	長崎市	佐世保 市	島原市	諫早市	大村市	平戸市	松浦市	対馬市	壱岐市	五島市	西海市	雲仙市	南島原 市	長与町	時津町	東彼杵 町	川棚町	波佐見 町	小値賀 町	佐々町	新上五 島町
活動習慣	15	14	9	11	18	5	7	4	1	12	10	2	3	20	16	6	19	8	17	21	13
食習慣	20	14	11	18	13	12	16	3	2	9	10	8	6	15	21	4	17	19	1	7	5
咀嚼	20	12	7	18	15	17	3	2	4	5	6	8	16	21	13	19	14	11	1	9	10
行政施設	20	8	18	17	2	9	11	4	1	13	7	12	3	19	16	7	21	11	15	5	15
喫煙習慣	14	8	19	13	15	7	1	3	5	10	4	18	21	20	11	12	9	16	17	6	2
特診受診	2	3	13	6	6	16	11	11	15	4	8	7	9	18	14	21	17	20	12	19	1
血圧	7	13	20	12	17	10	19	2	3	4	11	15	21	16	9	6	14	18	1	8	5
血糖	7	9	6	4	14	8	5	2	3	18	12	20	16	11	10	15	21	13	19	17	1
メタボ	4	8	18	10	14	5	11	2	3	9	17	13	21	12	6	16	19	20	1	15	7
アプリ	19	2	4	16	17	14	13	5	12	1	8	11	6	21	15	18	9	20	3	10	7
通いの場	2	8	10	16	1	15	9	7	14	4	13	11	6	19	5	20	21	18	3	12	17
事業所	15	13	18	17	19	11	8	7	14	16	20	12	6	9	4	1	10	2	3	5	21
総得点	145	112	153	158	151	129	114	52	77	105	126	137	134	201	140	145	191	176	93	134	104

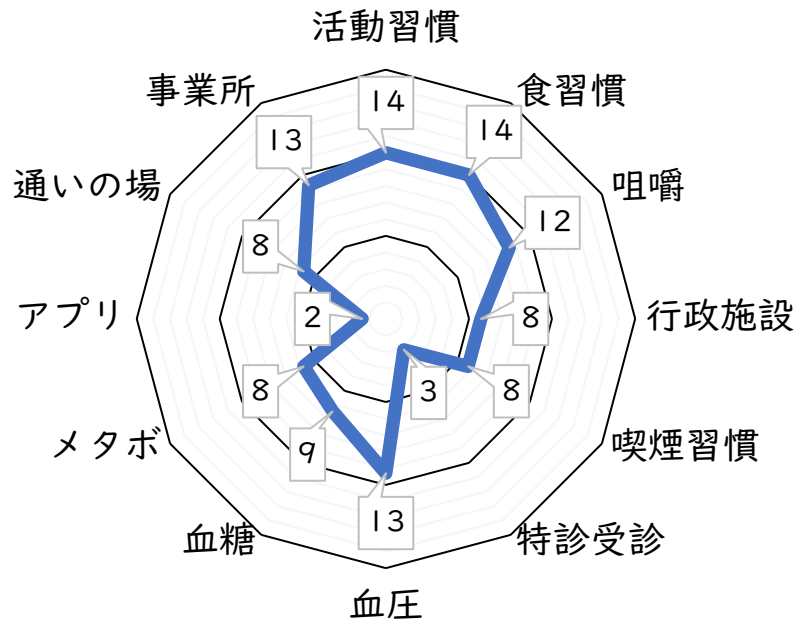
	長崎市	佐世保 市	島原市	諫早市	大村市	平戸市	松浦市	対馬市	壱岐市	五島市	西海市	雲仙市	南島原 市	長与町	時津町	東彼杵 町	川棚町	波佐見 町	小値賀 町	佐々町	新上五 島町
R5総得点	147	106	155	163	159	118	114	68	68	98	105	136	136	203	132	142	182	182	101	144	116
改善率	-1.4	5.7	-1.3	-3.1	-5.0	9.3	0.0	-23.5	13.2	7.1	20.0	0.7	-1.5	-1.0	6.1	2.1	4.9	-3.3	-7.9	-6.9	-10.3

長崎市



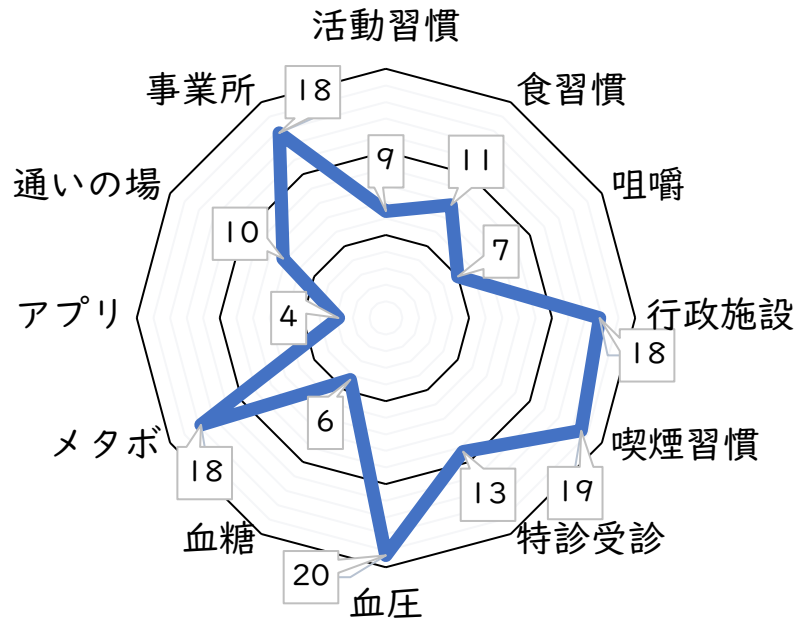
指標	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫	総得点
ポイント	15	20	20	20	14	2	7	7	4	19	2	15	145

佐世保市



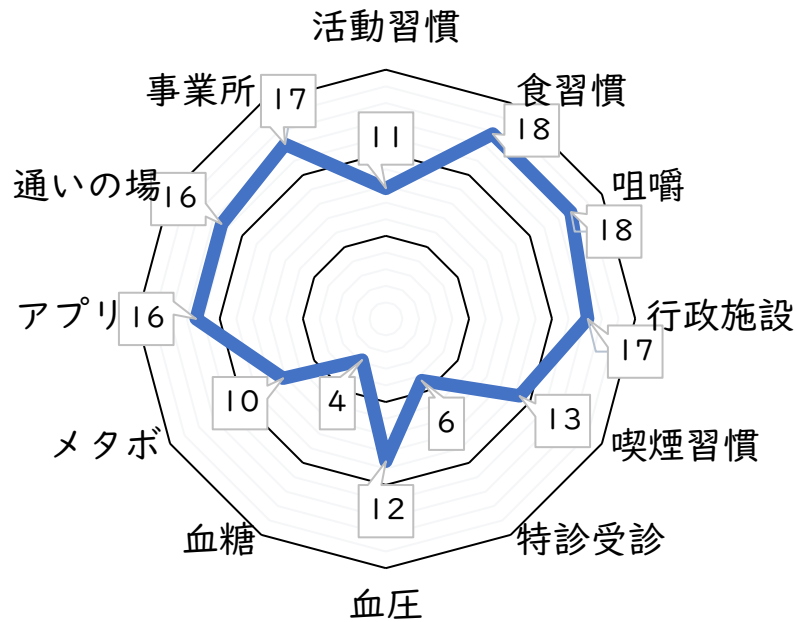
指標	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫	総得点
ポイント	14	14	12	8	8	3	13	9	8	2	8	13	112

島原市



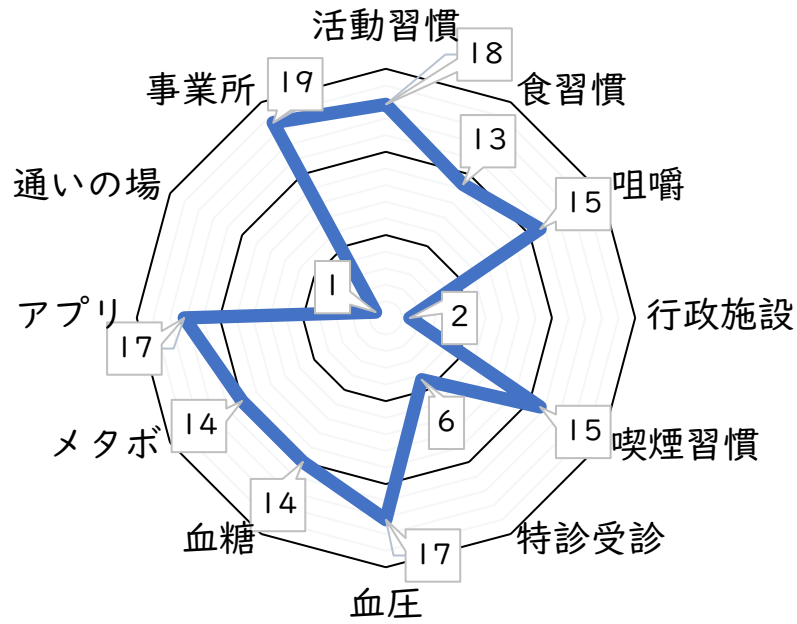
指標	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫	総得点
ポイント	9	11	7	18	19	13	20	6	18	4	10	18	153

諫早市



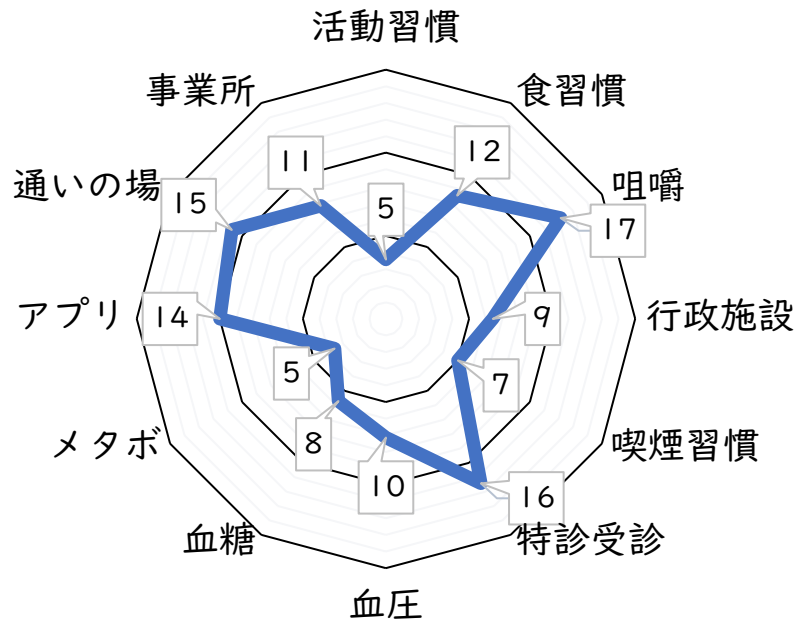
指標	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫	総得点
ポイント	11	18	18	17	13	6	12	4	10	16	16	17	158

大村市



指標	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫	総得点
ポイント	18	13	15	2	15	6	17	14	14	17	1	19	151

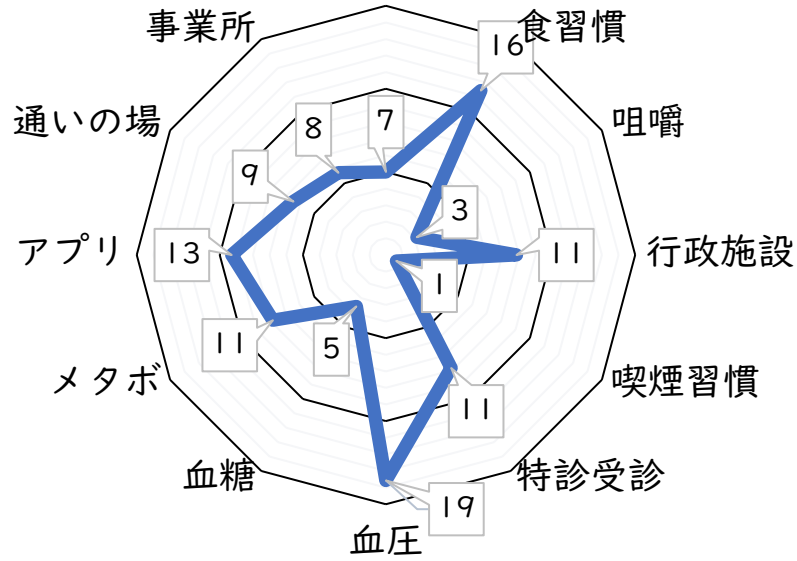
平戸市



指標	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫	総得点
ポイント	5	12	17	9	7	16	10	8	5	14	15	11	129

松浦市

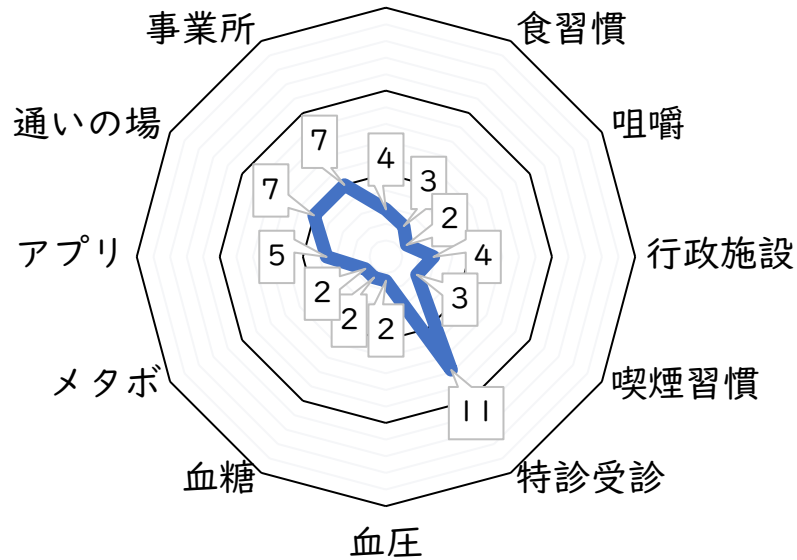
活動習慣



指標	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫	総得点
ポイント	7	16	3	11	1	11	19	5	11	13	9	8	114

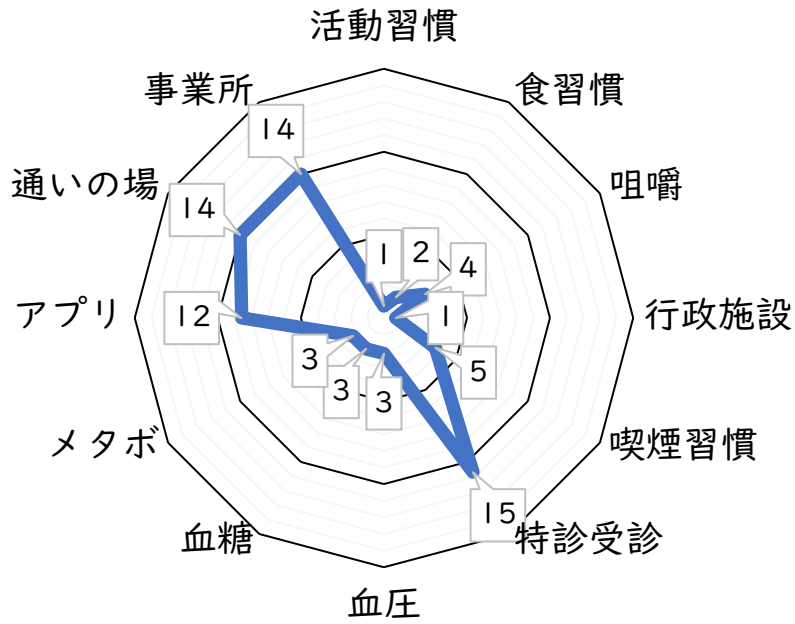
対馬市

活動習慣



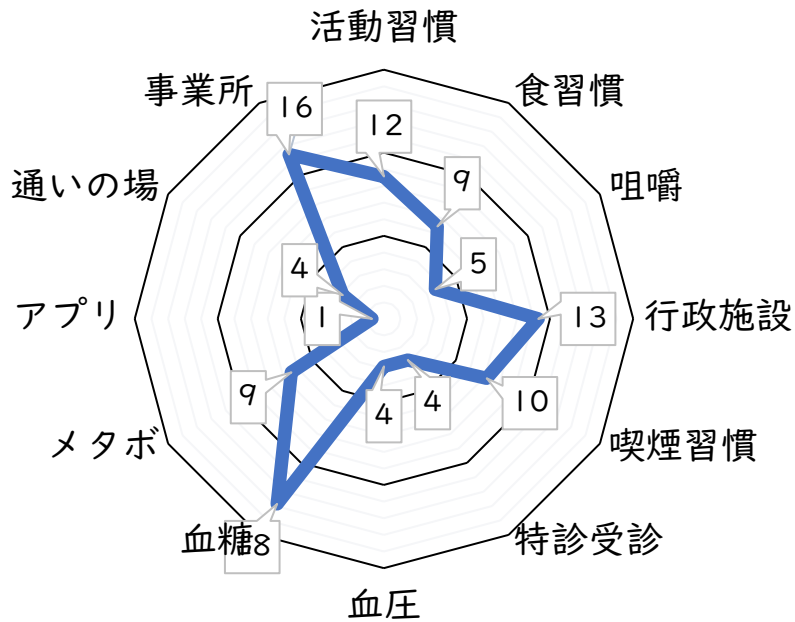
指標	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫	総得点
ポイント	4	3	2	4	3	11	2	2	2	5	7	7	52

壱岐市



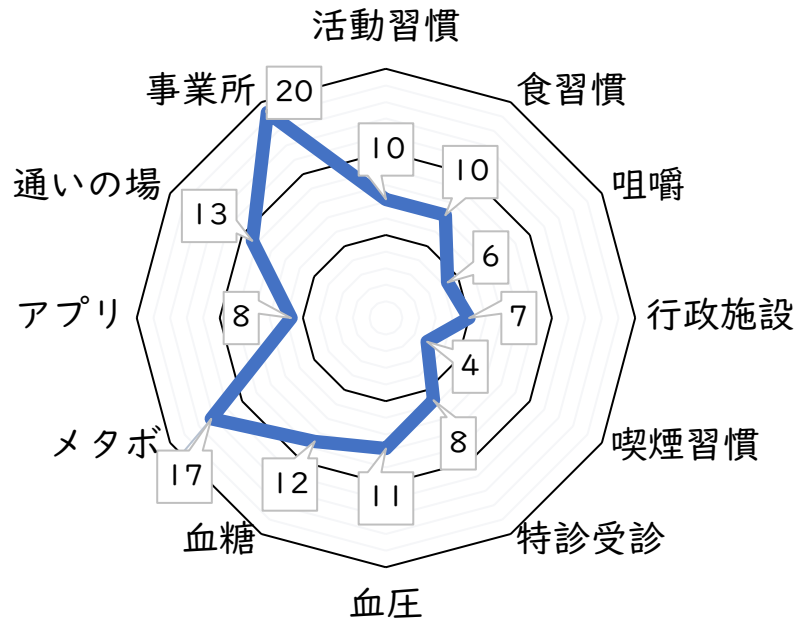
指標	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫	総得点
ポイント	1	2	4	1	5	15	3	3	3	12	14	14	77

五島市



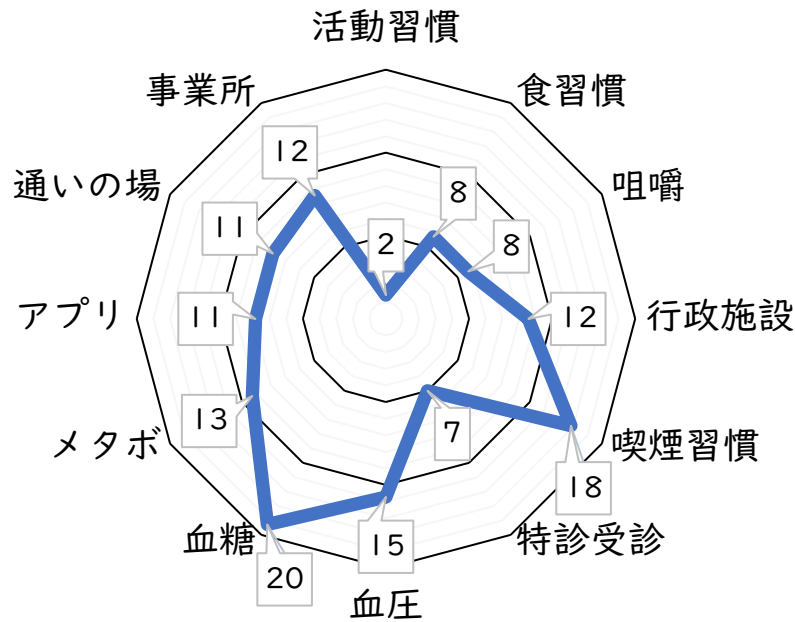
指標	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫	総得点
ポイント	12	9	5	13	10	4	4	18	9	1	4	16	105

西海市



指標	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫	総得点
ポイント	10	10	6	7	4	8	11	12	17	8	13	20	126

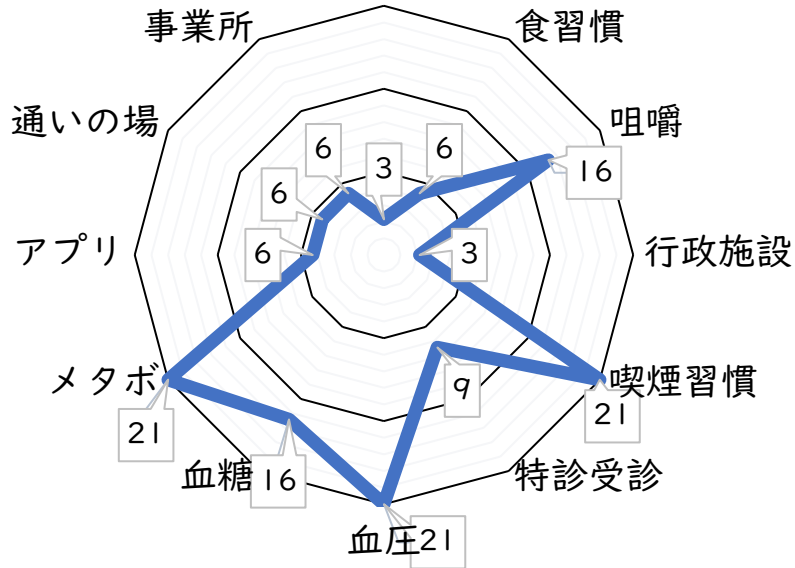
雲仙市



指標	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫	総得点
ポイント	2	8	8	12	18	7	15	20	13	11	11	12	137

南島原市

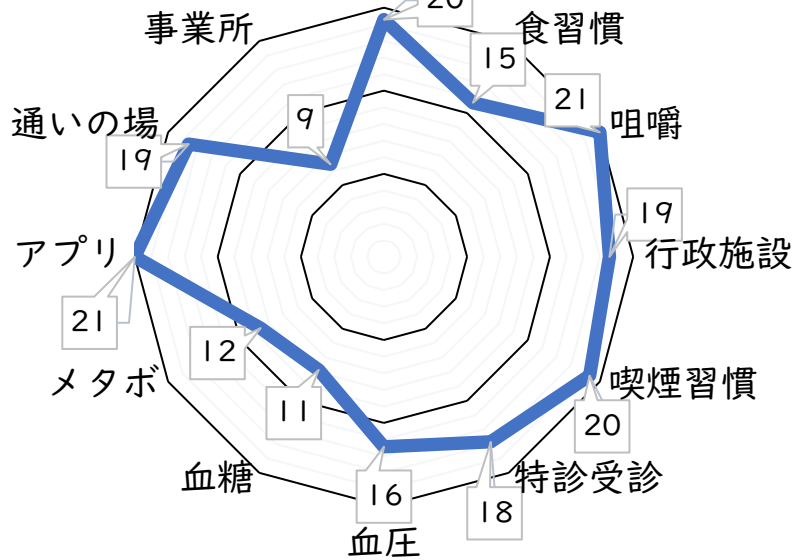
活動習慣



指標	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫	総得点
ポイント	3	6	16	3	21	9	21	16	21	6	6	6	134

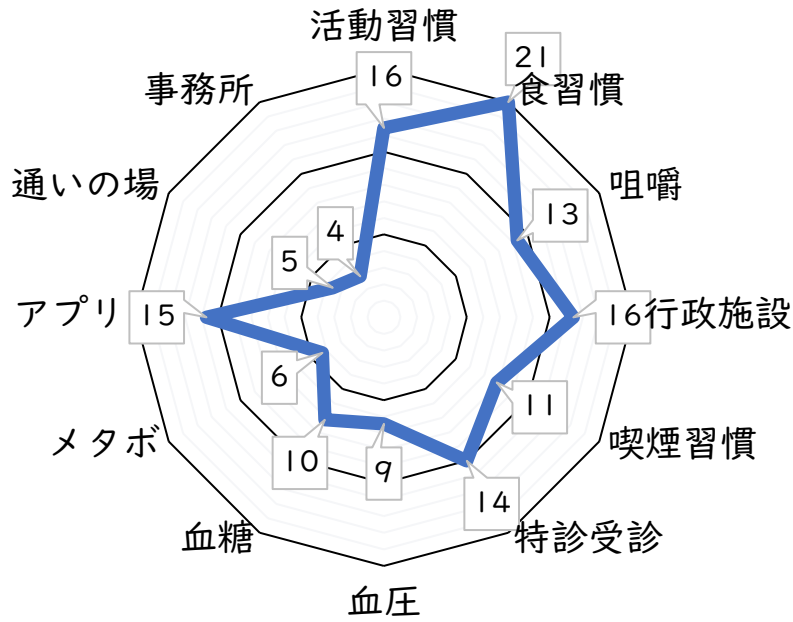
長与町

活動習慣



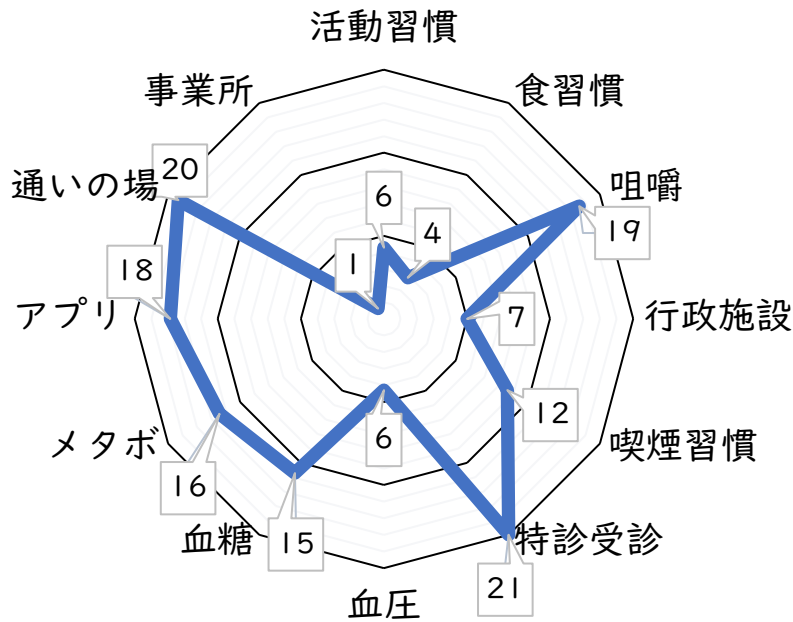
指標	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫	総得点
ポイント	20	15	21	19	20	18	16	11	12	21	19	9	201

時津町



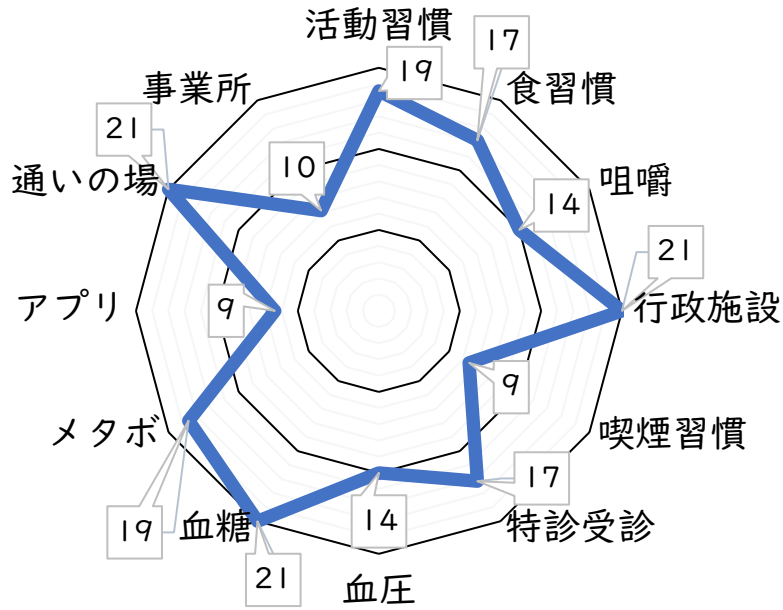
指標	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫	総得点
ポイント	16	21	13	16	11	14	9	10	6	15	5	4	140

東彼杵町



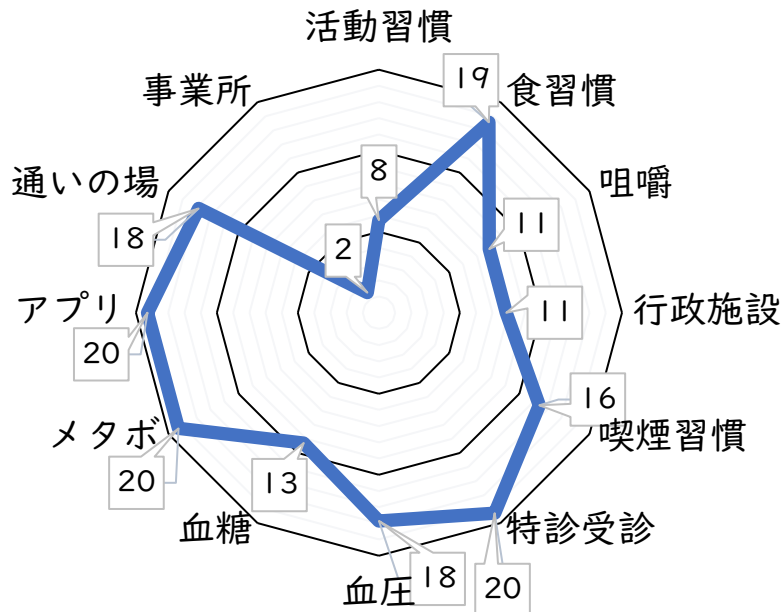
指標	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫	総得点
ポイント	6	4	19	7	12	21	6	15	16	18	20	1	145

川棚町



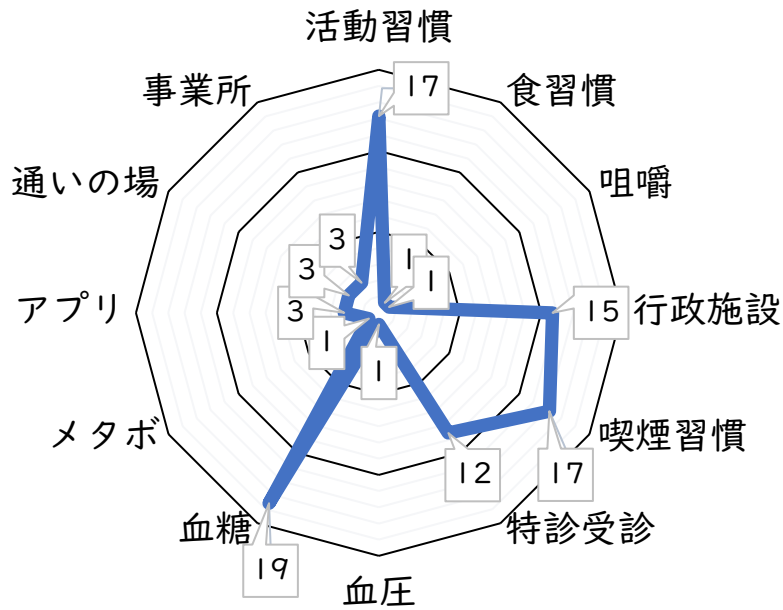
指標	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫	総得点
ポイント	19	17	14	21	9	17	14	21	19	9	21	10	191

波佐見町



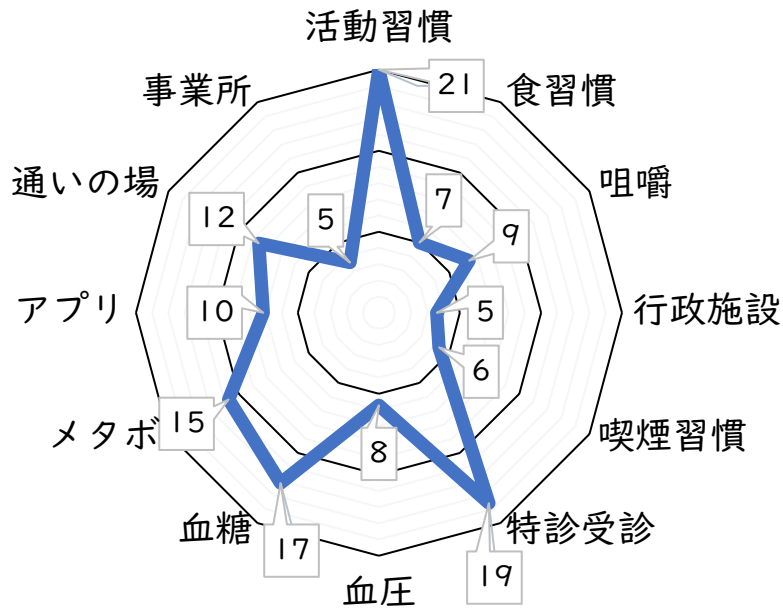
指標	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫	総得点
ポイント	8	19	11	11	16	20	18	13	20	20	18	2	176

小値賀町



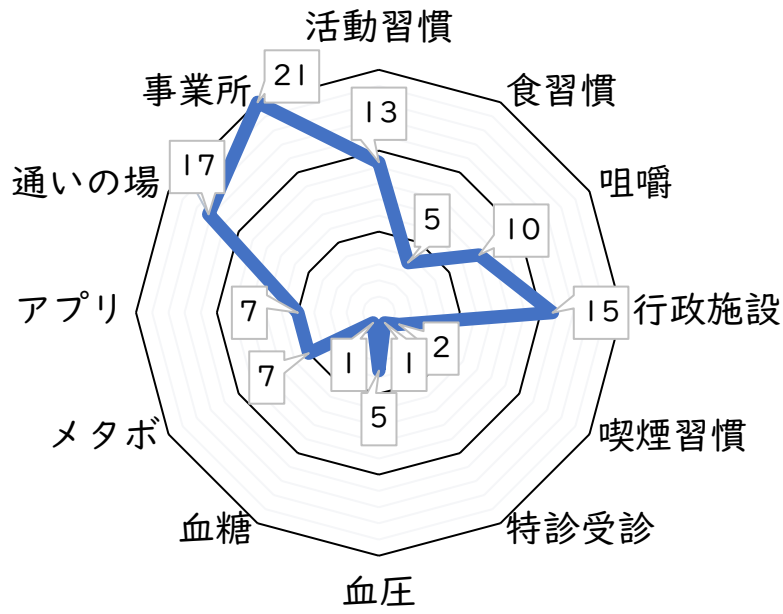
指標	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫	総得点
ポイント	17	1	1	15	17	12	1	19	1	3	3	3	93

佐々町



指標	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫	総得点
ポイント	21	7	9	5	6	19	8	17	15	10	12	5	134

新上五島町



指標	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫	総得点
ポイント	13	5	10	15	2	1	5	1	7	7	17	21	104