






令和4年度 宮崎県(健康増進課)の主な取組

「健康みやざき行動計画21(第二次)」主な目標項目		策定時値 (H23)	直近値 (H28)	評価	目標値 (R4)		
全体目標	健康寿命(日常生活に制限のない期間)の平均の延伸	男性	-	72.05	-	-	R1健康寿命 73.30歳(全国9位)
		女性	-	74.93	-	-	R1健康寿命 76.71歳(全国3位)
 <p>&lt;①普及月間での啓発&gt; ・健康増進普及月間 9月 ・全国生活習慣病予防月間 2月</p>  <p>&lt;②Karada Good Miyazaki&gt; フェスタ 2022</p>		 <p>&lt;③健康長寿社会づくり推進会議&gt; R4年12月6日開催 ※健康長寿推進企業等知事表彰と同時実施 ・事例発表(宮崎商工会議所) ・健康長寿社会づくりプロジェクトの推進 ・構成団体の取組</p>		 <p>&lt;④健康長寿推進企業等知事表彰&gt; R4年度 最優秀健康長寿推進賞 1社(宮崎商工会議所) 優秀健康長寿推進賞 2社 奨励賞 5社</p>		 <p>&lt;⑤健康寿命普及啓発&gt; ポスター等現在作成中 ※写真は昨年度作成</p>	

「健康みやざき行動計画21(第二次)」主な目標項目		策定時値 (H23)	直近値 (H28)	評価	目標値 (R4)		
1 栄養・食生活	BMIが25以上の人の割合を減らす	男性 (20~60歳代)	33.5%	39.8%	☹	31%	 
		女性 (40~60歳代)	26.2%	29.4%	☹	24%	
	野菜摂取量の少ない人(1日350g未満)の割合を減らす		90%	74%	☺	45%	
1日平均食塩摂取量を減らす	男性	10.1g	10.6g	☹	9.0g		
	女性	8.9g	9.2g	☹	7.5g		

	 	<p>&lt;①へらしお実践普及事業&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○各保健所、協力事業所等におけるへらしおの啓発 549事業所※</li> <li>※事業所、店舗、医療機関、公共施設等</li> <li>○保健所による減塩メニュー助言 1店舗(3品)</li> <li>○へらしおテレビCM 9/1~9/30</li> <li>○減塩の日テレビCM(味の素)9/15~9/19</li> <li>○へらしおSNS広告(TikTok動画) 9/1~9/30</li> <li>○へらしおパブリシティ UMK Uコレ 9/7</li> <li>○食品栄養成分表示チラシ作成 10,000部</li> <li>○へらしおポスター2,000部(市町村、保健所、関係機関、ベジ活応援店等へ配布)</li> </ul>	<p>&lt;②おうちでベジ活サポート事業&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○野菜の日(8/31)普及啓発</li> <li>○ベジ活応援店の登録 158店舗(R5.3月現在)</li> <li>○ベジ活応援店利用促進</li> <li>「ベジ活応援プレゼントキャンペーン」3月実施</li> <li>・応募数:現在集計中(店舗に掲示する二次元バーコードから応募)</li> <li>・野菜の詰め合わせ(3,000円相当)5名、</li> <li>・オリジナルクオカード(1,000円分)30名</li> <li>※ベジ活応援店を利用し、月平均歩数8,500歩以上の方を対象にオリジナルタンブラープレゼント(SALKOの活用促進)</li> <li>○ベジ活応援店普及啓発テレビCM 3/7~3/23</li> <li>○ベジ活応援店SNS紹介</li> </ul>
---	---	--	--

「健康みやざき行動計画21(第二次)」主な目標項目		策定時値 (H23)	直近値 (H28)	評価	目標値 (R4)	
2 身体活動・運動	一日平均歩数を増やす	男性 (20～64歳)	7,962歩	7,092歩	☹	9,000歩
		女性 (20～64歳)	7,301歩	6,256歩	☹	8,500歩
		男性 (65歳以上)	5,606歩	5,993歩	☺	7,000歩
		女性 (65歳以上)	5,009歩	5,481歩	☹	6,000歩



＜①ロコモ予防運動推進事業＞

養成講座 計2回(串間市、都城市) 合計41名受講  
普及講座 計9回(串間市、都城市、高原町、木城町)  
合計165名受講  
ロコモチラシ2,500枚作成市町村・保健所、イベントで配布

＜②1日プラス10分! 運動習慣推進＞

チラシ3,000枚、ポスター(2種)500枚、  
クリアバッグファイル2,000個、ポケット  
ティッシュ1,000個  
市町村・保健所・企業、イベントで配布

＜③各県対抗ウォーキングイベント＞

(九州・山口健康寿命延伸対策プロジェクト)  
10月の1ヶ月間で実施  
参加者1,235名

「健康みやざき行動計画21(第二次)」主な目標項目		策定時値 (H23)	直近値 (H28)	評価	目標値 (R4)
3 休養・こころ	趣味やスポーツなどの積極的休養をとっている人の割合を増やす	64%	67%	☺	80%



「健康みやざき行動計画21(第二次)」主な目標項目		策定時値 (H23)	直近値 (H28)	評価	目標値 (R4)	
4 たばこ	公共の場や事業所での禁煙・分煙実施率を上げる	行政機関(禁煙)	77.8%	84.7%	☺	100%
		医療機関(禁煙)	76.1%	81.8%	☺	100%
		事業所(禁煙)	54.8%	62.1%	☺	100%



＜受動喫煙対策促進事業＞

- ・世界禁煙デー(5月)、禁煙週間(6月)啓発
- ・リーフレット1,000部、ボールペン500個、  
ウェットティッシュ500個製作  
(市町村、保健所、関係団体、イベント等配布)
- ・受動喫煙防止キャンペーンイベントでのPR

「健康みやざき行動計画21(第二次)」主な目標項目		策定時値 (H23)	直近値 (H28)	評価	目標値 (R4)		
5 アルコール	生活習慣病のリスクを高める量(1日当たり純アルコール量男性40g、女性20g以上)を飲酒している人の割合を減らす	男性	22.7%	18.7%	☺	16%	飲酒についての正しい知識の普及 
		女性	6.1%	13.3%	☹	5.2%	
「健康みやざき行動計画21(第二次)」主な目標項目		策定時値 (H23)	直近値 (H28)	評価	目標値 (R4)		
6 歯の健康	12歳児の一人平均むし歯数を減らす	2本	0.9本※ ※R3年度宮崎県の学校における歯科保健統計	☺	0.8本		
	過去1年間に歯科健診を受診した者の割合を増やす	17.9%	21.5%	☺	50%		
 <②歯と口の健康週間(6月4日～6月10日) 歯と口の健康づくりに関する啓発パネル等の展		 		<①歯科疾患予防対策> ・クリアファイル11,000作成、配布/対象:県内小学新一年生 ・若い世代の歯と口の健康づくりサポート  <③いい歯の日(11月8日)キャンペーンイベント> ○いい歯の日プレゼントキャンペーン(11月～12月) ・歯科健診を受けた方を対象に、抽選で30名にオリジナルカードをプレゼント (応募総数 1,230通) ○いい歯の日キャンペーンイベント等 ・イオンモール宮崎、都城、延岡にて、ノベルティ配布(各1,000セット) ・パブリシティ:11月7日 UMK「smile」 「いい歯 の日キャンペーン告知」 ○定期歯科健診受診勧奨>			
「健康みやざき行動計画21(第二次)」主な目標項目		策定時値 (H23)	直近値 (R元)	評価	目標値 (R4)		
7 糖尿病	特定健診を受ける人の割合を増やす	35.7%	49.8%	☺	70%	 <糖尿病発症予防及び糖尿病性腎症重症化予防>	
	特定保健指導を受ける人の割合を増やす	23.5%	28.2%	☺	45%		
「健康みやざき行動計画21(第二次)」主な目標項目		策定時値 (H23)	直近値 (H28)	評価	目標値 (R4)		
8 循環器疾患	高血圧を改善する(収縮期血圧の平均値を下げる)	男性	138mmHg	137mmHg	☹	134mmHg	<へらしお実践普及事業> <おうちでベジ活サポート事業>
		女性	134mmHg	136mmHg	☹	130mmHg	

「健康みやぎ行動計画21(第二次)」主な目標項目		策定時値 (H23)	直近値 (H28)	評価	目標値 (R4)		
9 が ん	がん検診受診者の割合を増やす	胃がん(男性)	34.7%	46.9%	☺	50%	※直近値はR1国民生活基礎調査より
		胃がん(女性)	27.5%	34.7%			
		肺がん(男性)	23.6%	53.1%	☺		
		肺がん(女性)	21.9%	46.4%			
		大腸がん(男性)	26.4%	46.0%	☺		
		大腸がん(女性)	20.6%	36.5%			
		子宮がん(女性)	38.2%	41.6%	☺		
		乳がん(女性)	39.5%	47.3%	☺		



<①がん検診啓発ポスター>


1,000部作成  
(市町村、保健所、関係機関等へ配布)

<②がん検診啓発動画>

「不安を安心に変えるがん検診」  
(当課公式YouTube、インスタグラム等)

<③乳がん早期発見強化月間(ピンクリボン月間)>

・県庁本館ライトアップ 10/1~10/7  
・ピンクリボングッズの紹介を通じた普及・啓発

「健康みやぎ行動計画21(第二次)」主な目標項目		策定時値 (H23)	直近値 (H28)	評価	目標値 (R4)		
0 小 児 期 ( 栄 養 ・ 食 生 活	野菜が足りない子どもの割合を減らす	3歳児	85%	89%	☺	60%	 <学校等でのベジ活の推進等>
		就学前児	80%	86%	☺		
		小学5年生	76%	77%	☺		
		中学2年生	63%	74%	☹		
		高校2年生	83%	80%	☹		

※評価 ☺ :改善  
☺ :横ばい  
☹ :悪化