

# 鹿行保健医療圏 地域における現状と茨城県の取組

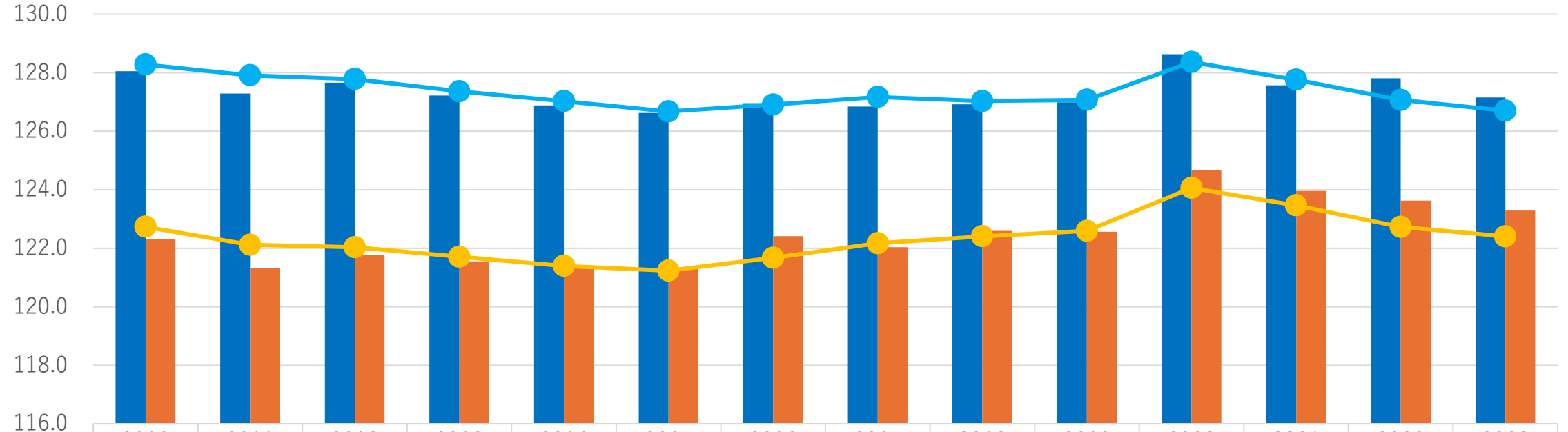
潮来保健所 健康増進課

- 1 潮来保健所管内の健康をめぐる現状と健診について
- 2 茨城県の取組

# 収縮期血圧

## 収縮期血圧の平均値

(mmHg)



	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023
鹿行 男性	128.0	127.3	127.7	127.2	126.9	126.6	127.0	126.8	126.9	127.0	128.6	127.6	127.8	127.1
鹿行 女性	122.3	121.3	121.8	121.6	121.4	121.3	122.4	122.0	122.6	122.6	124.7	124.0	123.6	123.3
茨城県 男性	128.3	127.9	127.8	127.4	127.0	126.7	126.9	127.2	127.0	127.1	128.4	127.8	127.1	126.7
茨城県 女性	122.7	122.1	122.0	121.7	121.4	121.2	121.7	122.2	122.4	122.6	124.1	123.5	122.7	122.4

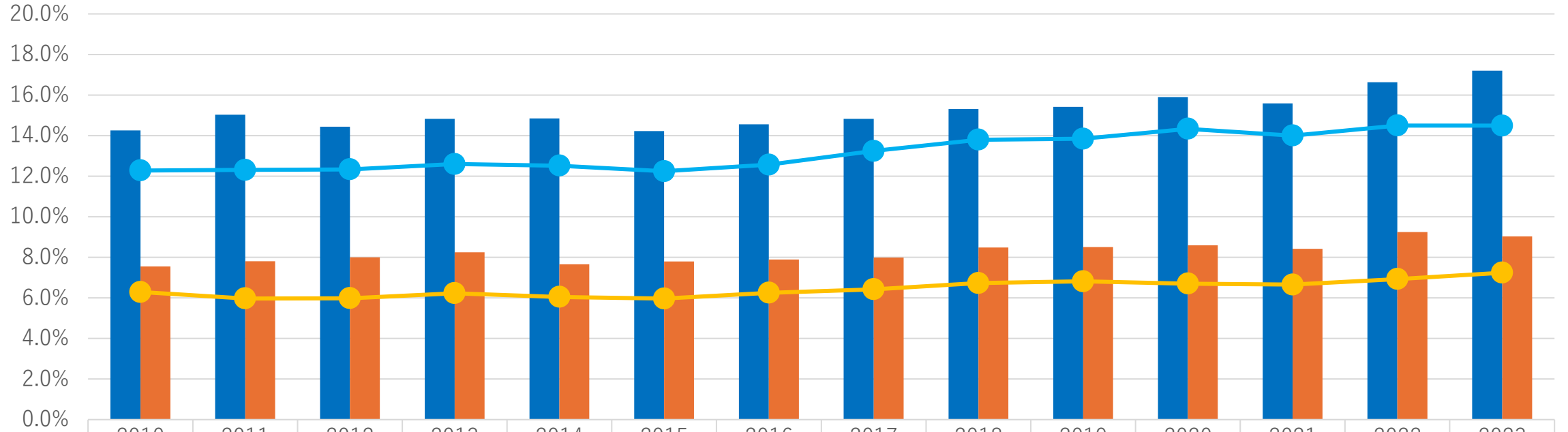
■ 鹿行 男性 ■ 鹿行 女性 ● 茨城県 男性 ● 茨城県 女性

令和7年度 市町村別健康指標をもとに作成

# 糖代謝

血糖値126mg/dl以上、HbA1c6.5%以上  
または糖尿病治療中の方の割合

(%)



	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023
鹿行 男性	14.3%	15.0%	14.4%	14.8%	14.9%	14.2%	14.6%	14.8%	15.3%	15.4%	15.9%	15.6%	16.6%	17.2%
鹿行 女性	7.5%	7.8%	8.0%	8.2%	7.7%	7.8%	7.9%	8.0%	8.5%	8.5%	8.6%	8.4%	9.3%	9.0%
茨城県 男性	12.3%	12.3%	12.3%	12.6%	12.5%	12.2%	12.6%	13.2%	13.8%	13.8%	14.3%	14.0%	14.5%	14.5%
茨城県 女性	6.3%	6.0%	6.0%	6.2%	6.0%	6.0%	6.3%	6.4%	6.7%	6.8%	6.7%	6.7%	6.9%	7.2%

■ 鹿行 男性 ■ 鹿行 女性 ● 茨城県 男性 ● 茨城県 女性

令和7年度 市町村別健康指標をもとに作成

# 腹囲

## 腹囲基準値以上の方の割合

男性：85cm 女性：90cm

(%)

60.0%

50.0%

40.0%

30.0%

20.0%

10.0%

0.0%

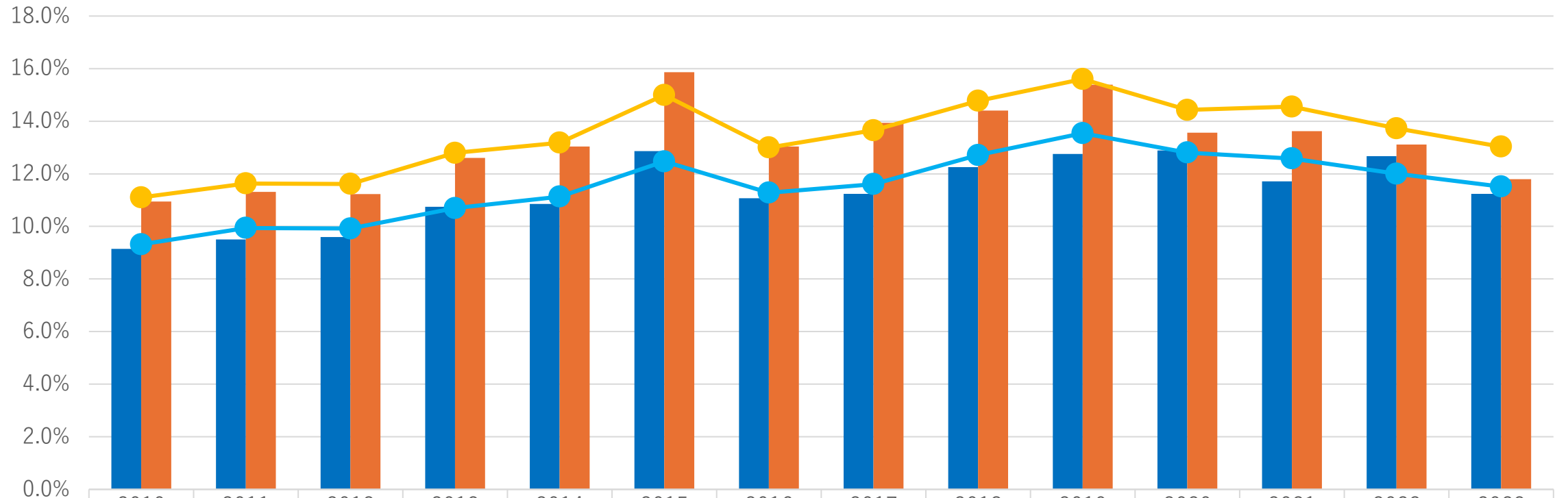
	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023
鹿行 男性	52.6%	51.7%	53.4%	51.8%	51.6%	51.1%	51.7%	53.3%	54.0%	52.9%	54.4%	56.0%	56.1%	55.6%
鹿行 女性	17.9%	17.5%	17.8%	17.8%	17.7%	17.9%	18.3%	18.8%	19.0%	19.3%	19.8%	20.3%	19.6%	19.8%
茨城県 男性	49.2%	49.1%	49.5%	48.4%	48.6%	48.3%	49.2%	49.9%	51.2%	51.7%	53.8%	53.9%	53.7%	53.3%
茨城県 女性	15.9%	15.6%	15.3%	15.2%	15.1%	14.9%	15.4%	15.6%	16.3%	16.7%	17.1%	17.3%	16.9%	17.1%

■ 鹿行 男性 ■ 鹿行 女性 ● 茨城県 男性 ● 茨城県 女性

# LDLコレステロール

## LDL160mg/dl以上の方の割合

(%)

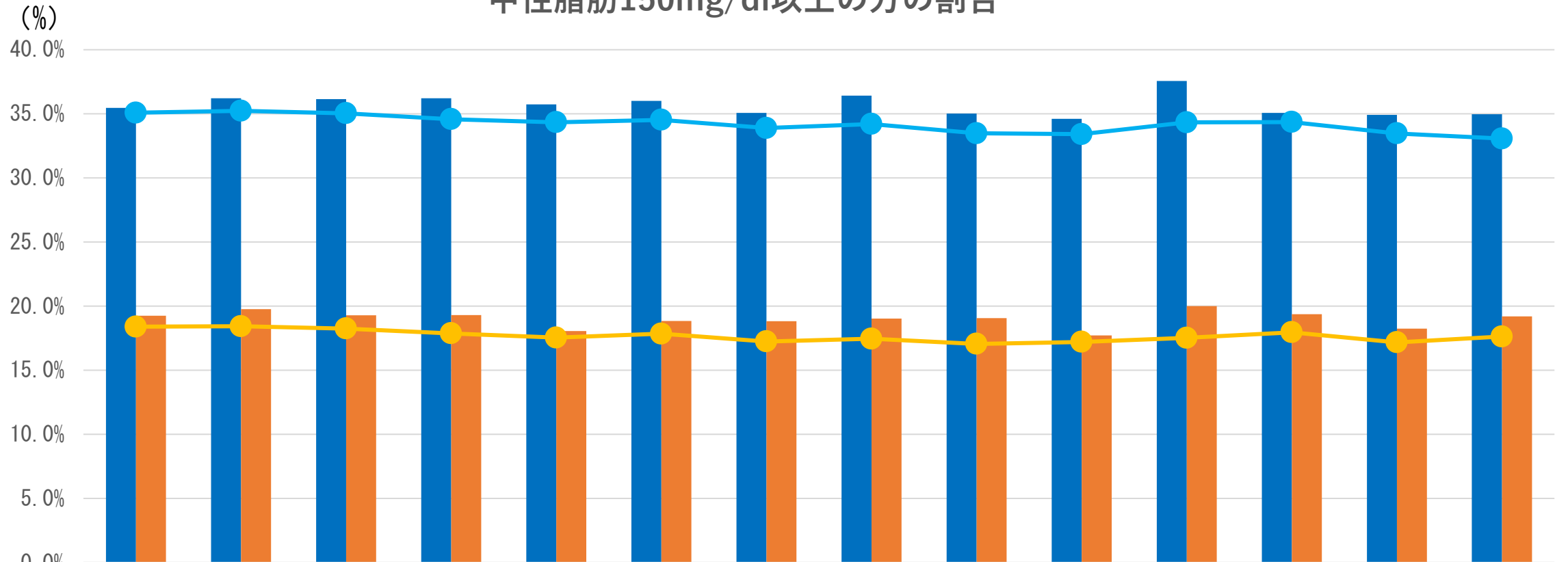


	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023
鹿行 男性	9.1%	9.5%	9.6%	10.7%	10.9%	12.9%	11.1%	11.2%	12.3%	12.8%	12.9%	11.7%	12.7%	11.2%
鹿行 女性	10.9%	11.3%	11.2%	12.6%	13.0%	15.9%	13.0%	13.9%	14.4%	15.4%	13.6%	13.6%	13.1%	11.8%
茨城県 男性	9.3%	9.9%	9.9%	10.7%	11.1%	12.5%	11.3%	11.6%	12.7%	13.5%	12.8%	12.6%	12.0%	11.5%
茨城県 女性	11.1%	11.6%	11.6%	12.8%	13.2%	15.0%	13.0%	13.7%	14.8%	15.6%	14.4%	14.6%	13.7%	13.0%

■ 鹿行 男性 ■ 鹿行 女性 ● 茨城県 男性 ● 茨城県 女性

# 中性脂肪

## 中性脂肪150mg/dl以上の方の割合

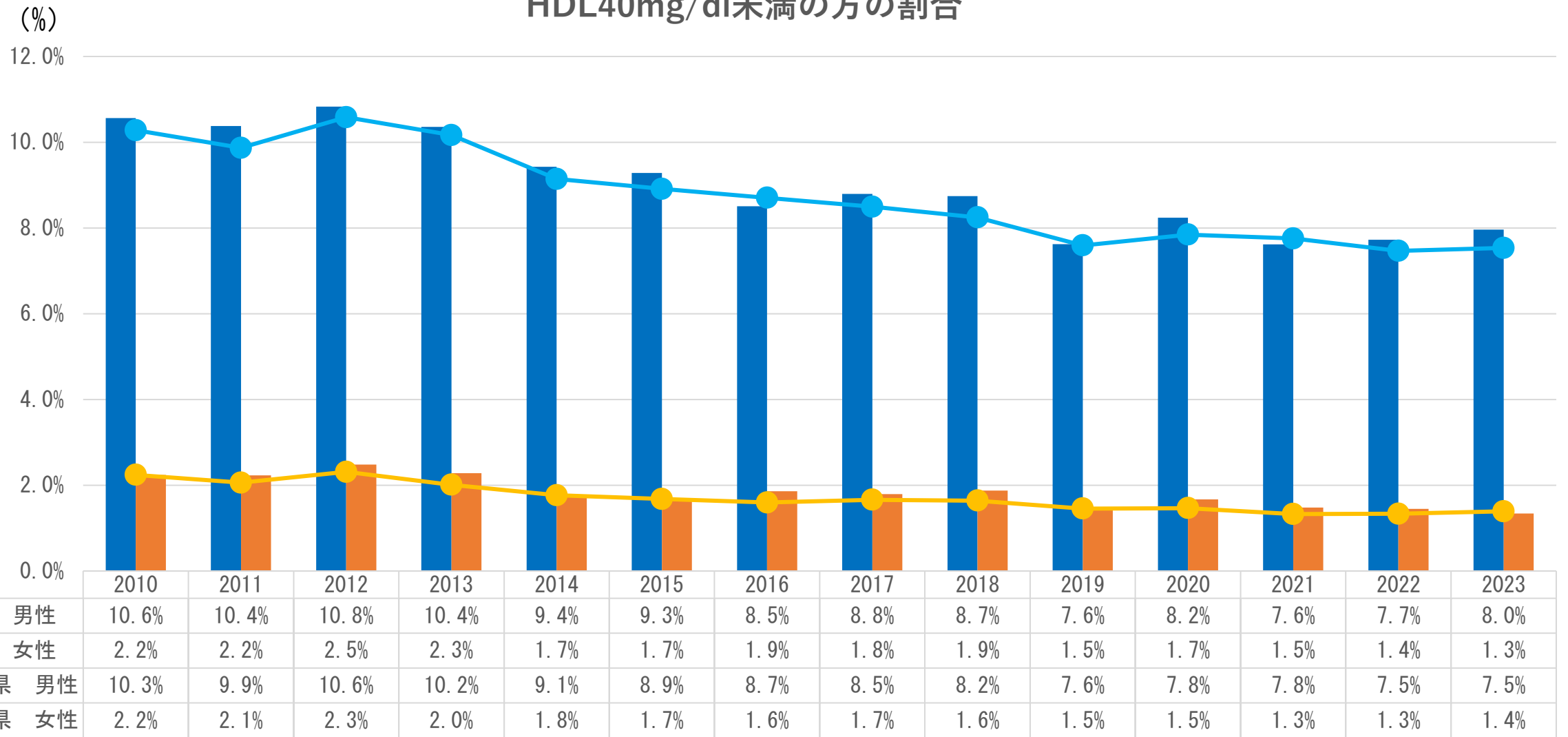


	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023
鹿行 男性	35.5%	36.2%	36.1%	36.2%	35.7%	36.0%	35.1%	36.4%	35.0%	34.6%	37.6%	35.1%	34.9%	35.0%
鹿行 女性	19.3%	19.8%	19.3%	19.3%	18.1%	18.9%	18.8%	19.0%	19.1%	17.7%	20.0%	19.4%	18.2%	19.2%
茨城県 男性	35.1%	35.2%	35.0%	34.6%	34.3%	34.5%	33.9%	34.2%	33.5%	33.4%	34.3%	34.4%	33.5%	33.1%
茨城県 女性	18.4%	18.4%	18.3%	17.9%	17.5%	17.8%	17.2%	17.5%	17.1%	17.2%	17.5%	18.0%	17.2%	17.6%

■ 鹿行 男性   ■ 鹿行 女性   ● 茨城県 男性   ● 茨城県 女性

# HDLコレステロール

## HDL40mg/dl未満の方の割合



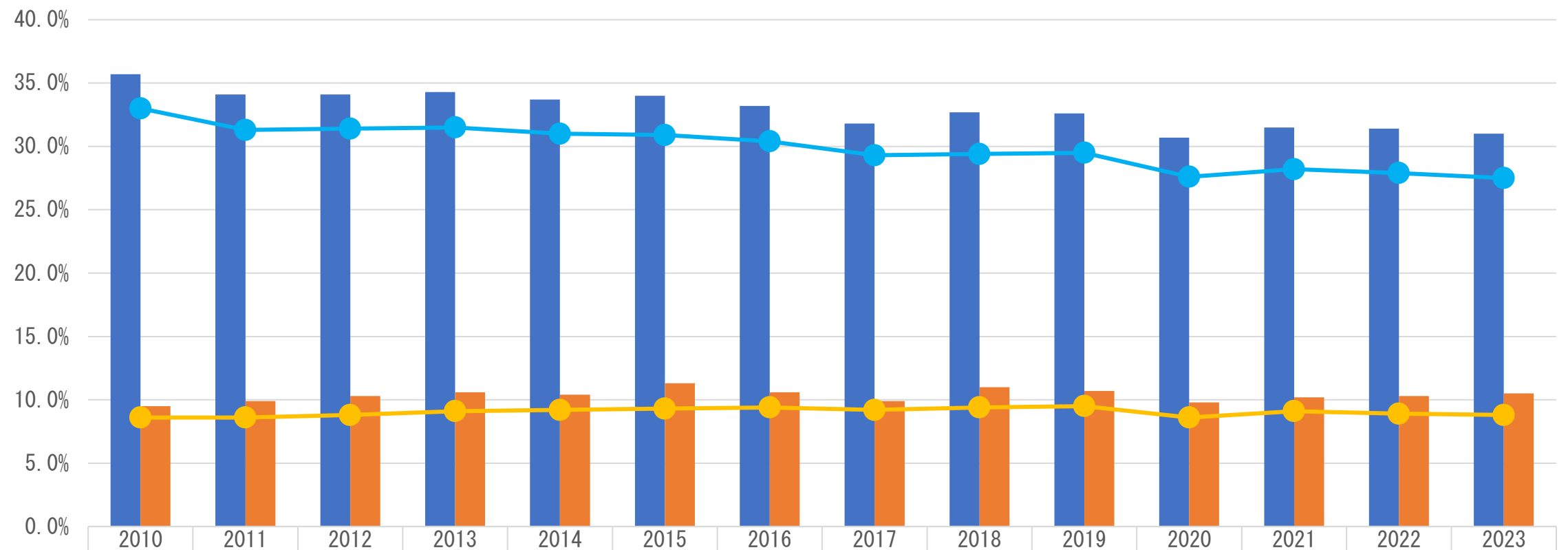
■ 鹿行 男性 ■ 鹿行 女性 ● 茨城県 男性 ● 茨城県 女性

令和7年度 市町村別健康指標をもとに作成

# 喫煙状況

## 喫煙

(%)



	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023
鹿行 男性	35.7%	34.1%	34.1%	34.3%	33.7%	34.0%	33.2%	31.8%	32.7%	32.6%	30.7%	31.5%	31.4%	31.0%
鹿行 女性	9.5%	9.9%	10.3%	10.6%	10.4%	11.3%	10.6%	9.9%	11.0%	10.7%	9.8%	10.2%	10.3%	10.5%
茨城県 男性	33.0%	31.3%	31.4%	31.5%	31.0%	30.9%	30.4%	29.3%	29.4%	29.5%	27.6%	28.2%	27.9%	27.5%
茨城県 女性	8.6%	8.6%	8.8%	9.1%	9.2%	9.3%	9.4%	9.2%	9.4%	9.5%	8.6%	9.1%	8.9%	8.8%

■ 鹿行 男性 ■ 鹿行 女性 ● 茨城県 男性 ● 茨城県 女性

令和7年度 市町村別健康指標をもとに作成

# 各市 喫煙率

R4~5

保険者名	2022年	2023年	2022年	2023年
	男性		女性	
鹿嶋市	27.4%	28.6%	10.1%	10.1%
潮来市	29.1%	29.3%	9.3%	10.1%
神栖市	30.5%	29.9%	12.3%	11.7%
行方市	33.0%	32.6%	8.0%	8.8%
鉾田市	33.5%	32.5%	9.5%	9.8%

# 各市の健康づくり計画における喫煙関係 目標値

(データの出典元)

市町村	項目	各市 目標値
鹿嶋市	成人の喫煙率の減少 (R1健康づくりに関するアンケート)	12% (R6までの目標値)
潮来市	成人喫煙率の減少 現状値 (H22) 男性 : 27.7% 女性 : 6.1% (市国保特定健康診査)	男性 : 減少 女性 : 現状維持・減少 (H34までの目標値)
神栖市	「たばこを吸う人の割合」 の減少 (20歳以上の市民 単純無作為抽出アンケート)	男性 : 25% 女性 : 8% (R7までの目標値)

市町村	項目	各市 目標値
行方市	たばこを吸っている人の割合 (市民アンケート)	12%以下 (R14までの目標値)
鉾田市	<b>妊娠・産婦期</b> 妊婦の喫煙率 <b>乳幼児期</b> 乳児健診時の 父親の喫煙率 乳児健診時の 母親の喫煙率 <b>学童・思春期</b> 喫煙防止教育の 開催回数 <b>青壮年期</b> 健康教育の実施回数 <b>高齢期</b> 健康教育の開催 回数 (市内調査： 生活習慣に関するアンケート)	0%  32% 4%  10回  21回  21回  (全てR9までの目標値)

茨城県 目標値  
 喫煙率 (20歳以上)  
 男性：12%  
 女性：4%  
 R17までの目標値  
 (データソース：茨城県がんモニ)

# 潮来保健所管内の特定健康診査実施率・保健指導実施率

R6

保険者名	特定健康診査 実施率	特定保健指導 実施率
鹿嶋市	35.7%	37.5%
潮来市	39.1%	43.7%
神栖市	39.0%	52.0%
行方市	40.1%	58.5%
鉾田市	43.8%	58.2%

**【健診受診率】**  
 全国目標 市町村国保  
 70%以上 60%以上

**【保健指導実施率】**  
 全国目標 市町村国保  
 45%以上 60%以上

1 潮来保健所管内の健康をめぐる現状と  
健診について

2 茨城県の取組

# いばらき健康経営推進事業所認定制度

## 【健康経営】

生活習慣病やメンタルヘルス不調を未然に防ぐなど、従業員の健康づくりを積極的に企業がサポートすることで、活力向上や生産性の向上等の組織の活性化を図り、業績向上にもつなげる経営スタイルのこと。

### 認定を受けた企業のメリット

#### 求人

ハローワークの求人票に認定企業であることを記載して、企業のイメージアップが図れます。また、県が主催する就職面接会等に優先的に参加できます。

※求人票作成時に認定者の方が記入する必要があります。

#### 事業資金融資

県内の金融機関(常陽銀行、筑波銀行、茨城県信用組合、水戸信用金庫)で用意している、認定企業向けの金利優遇プランを利用することができます。茨城県信用保証協会が用意している信用保証料率優遇プランへの申込も可能です。

※詳しくは、各金融機関及び茨城県信用保証協会にお問い合わせください。

#### 茨城県建設工事入札 参加資格審査における 評価点数の加点

茨城県建設工事入札参加資格審査における評価点数の加点を受けられます。

※詳しくは茨城県土木部監理課建設業担当ホームページをご確認ください。

#### 企業イメージ

認定を受けた事業所は県のHPIに公表され、優良企業としての印象を広くPRできます。

#### 認定ロゴマーク



左記のロゴマークを名刺や自社のHPなどで使用でき、認定企業であることを周知できます。

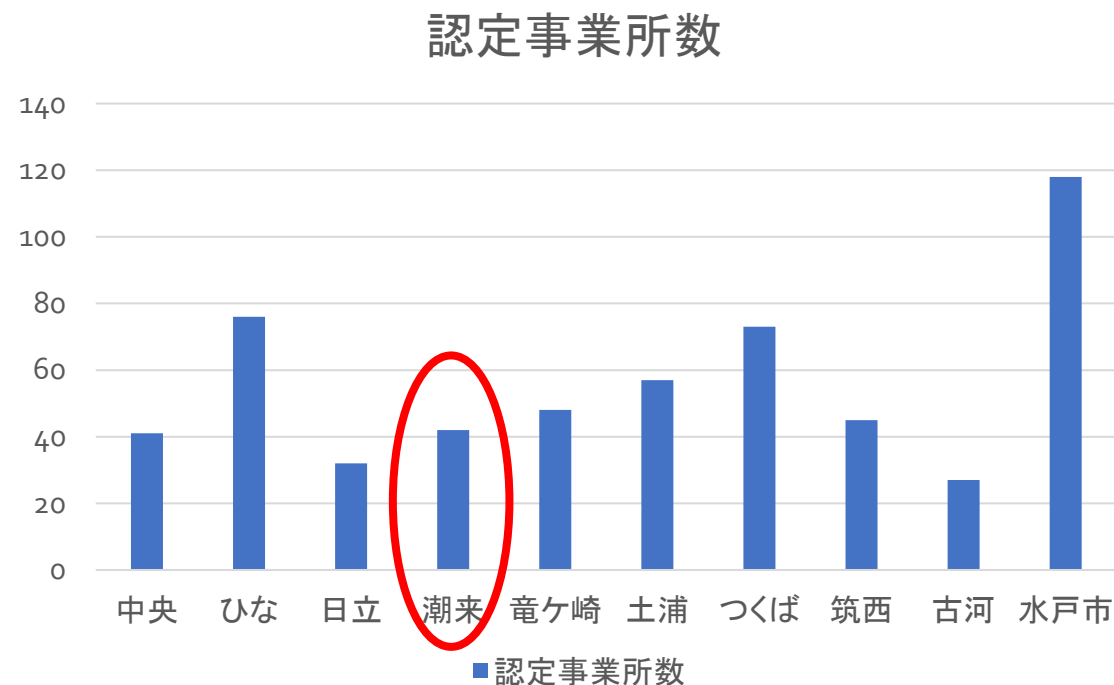


いばらき健康経営  
推進事業所

<参考> 認定事業所の保健所管内別事業所数

R7. 12月末時点

保健所	事業所数 (A)	割合 (A) / (B) (%)
中央保健所	41	7.3%
ひたちなか保健所	76	13.6%
日立保健所	32	5.7%
潮来保健所	42	7.5%
竜ヶ崎保健所	48	8.6%
土浦保健所	57	10.2%
つくば保健所	73	13.1%
筑西保健所	45	8.1%
古河保健所	27	4.8%
水戸市保健所	118	21.1%
合計 (B)	559	



# いばベジスタイル～野菜350gで高血圧予防～

いばらき  
茨城をたべよう



いばベジスタイル  
～野菜350gで高血圧予防～

いばベジスタイルとは・・・  
塩分排出効果のある「カリウム」を多く含んだ野菜を  
1日350g食べて、高血圧を予防すること

野菜たっぷり&適塩メニューレシ  
ピとして、ヘルシーメニューコン  
クールでの受賞作品を紹介してい  
るリーフレット



# いばベジスタイル～野菜350gで高血圧予防～

## 1.日々の食事で「1日350gの野菜」を摂ること

高血圧対策として、塩分排出効果のある「カリウム」を多く含んだ野菜を1日350g食べることが大切

## 2.血圧を測定する習慣をつけること

日頃から血圧を測定し、血圧の変化を意識することが重要

## 3.高血圧診断基準（上140/下90）を超えた場合は治療を受けること

適切な治療を始めることが大切

# 昨年度（R6）の協議会の振り返り

## 管内の喫煙率が高い

### 【飲食店向けの受動喫煙対策リーフレット改善点の話し合い】

- ・ 対象者を具体的に絞り込んだ方が良い
- ・ グラフの数字だけにして、全国平均も出した方が良い
- ・ リーフレット配布のみでなく、次の段階についても検討する必要がある。

### 【喫煙に関する教育について】

- ・ 市では小学生を対象に喫煙に対する知識を持ってもらう教室を行っているが、参加者が少ない。
- ・ 地域と職域が連携して健康教育を行うと、広く企業の方にも周知できるため連携していく
- ・ ストレスの解消法が喫煙にならないように運動等の別のものになるよう促していく