

2020年度 支部別スコアリングレポート

《長野支部》

支部別スコアリングレポートは、支部ごとの健診受診率、特定保健指導実施率に加え、男女別の健診結果や問診結果の年齢調整平均値及び医療費をレーダーチャートやグラフにより見える化した資料です。

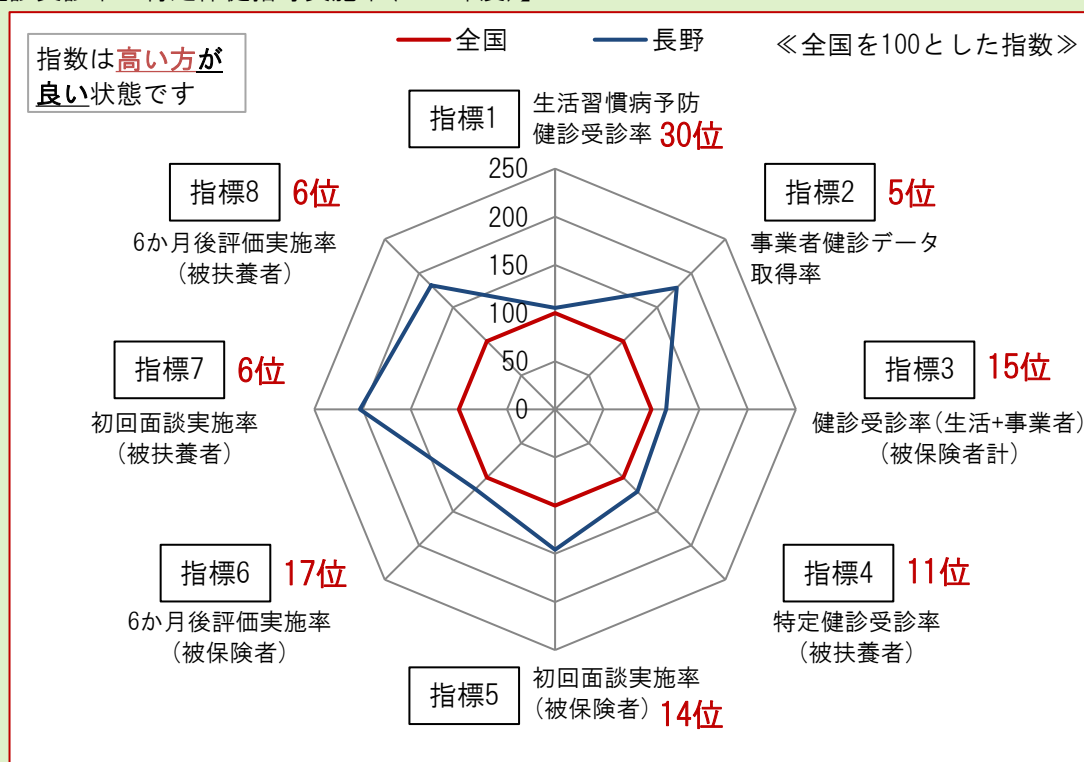
棒グラフは、直近年度の全支部の数値ですので、他支部との比較を行う際に活用いただけます。また、折れ線グラフは自支部の直近4年間の経年変化について全国比と全国順位をご確認いただけます。そのほか、レーダーチャートに加えて順位に基づくABC区分を記載しておりますので、レーダーチャートと合わせて支部の課題を把握する際の参考としてください。

《目次》

I	健診受診率・特定保健指導実施率の概要	2
	（健診受診率の状況）	3
	（特定保健指導実施率の状況）	5
II	生活習慣病リスク保有者の割合	
	（男性）	8
	（女性）	12
III	生活習慣要改善者の割合	
	（男性）	16
	（女性）	20
IV	医療費の状況	24
V	生活習慣に関する参考データ	25
VI	各指標の算出方法	28

I 健診受診率・特定保健指導実施率の概要

【健診受診率・特定保健指導実施率(2020年度)】



※ 健診受診率・特定保健指導実施率が高い順に1位→47位となっています。

指標1	生活習慣病予防健診受診率
B	

指標2	事業者健診データ取得率
A	

指標3	健診受診率(被保険者計)
B	

指標4	特定健診受診率(被扶養者)
B	

指標5	初回面談実施率(被保険者)
B	

指標6	実績評価実施率(被保険者)
B	

指標7	初回面談実施率(被扶養者)
A	

指標8	実績評価実施率(被扶養者)
A	

A: 順位1位～10位、B: 順位11位～37位、C: 順位38位～47位

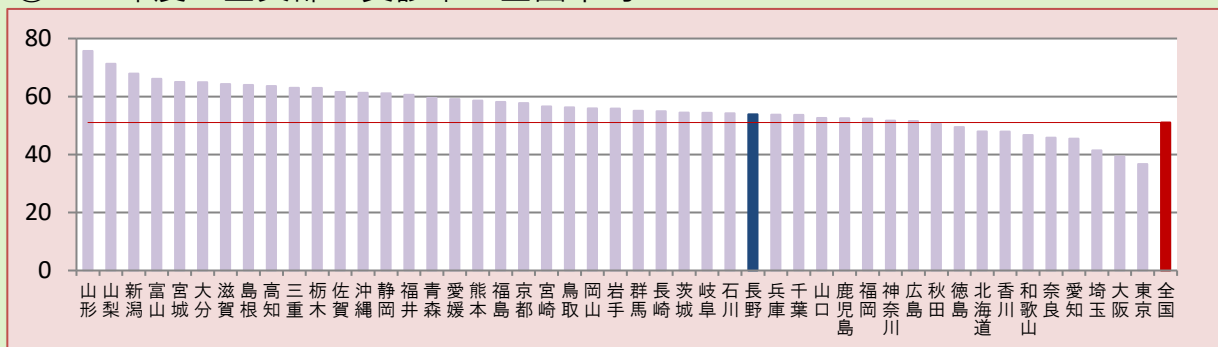
2020年度の健診受診率と特定保健指導実施率の概要は上記のとおりです。それぞれの数値の詳細及び経年変化等については、次ページ以降をご確認ください。

健診受診率の状況

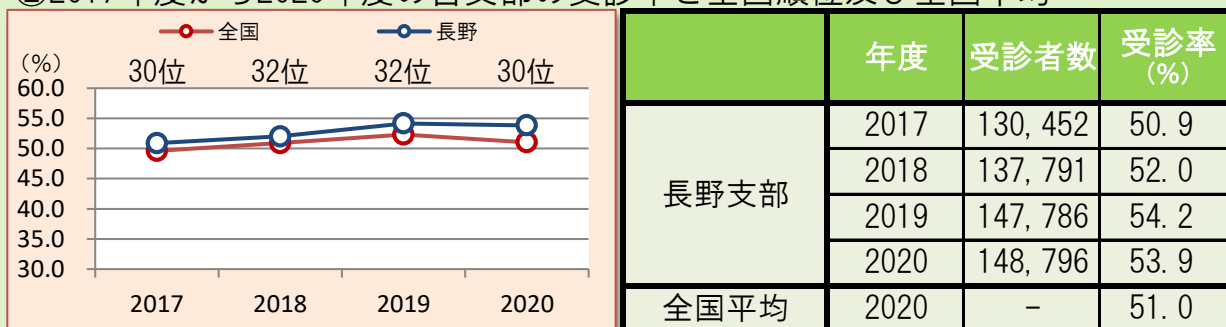
指標1【生活習慣病予防健診受診率（40～74歳）】

①2020年度の全支部の受診率と全国平均

（%）



②2017年度から2020年度の自支部の受診率と全国順位及び全国平均

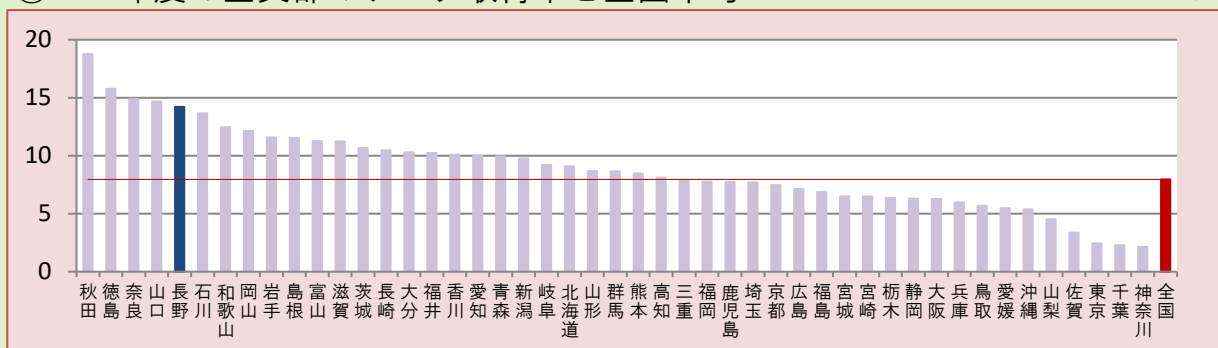


（データソース：各支部からの報告による請求ベースのデータ）

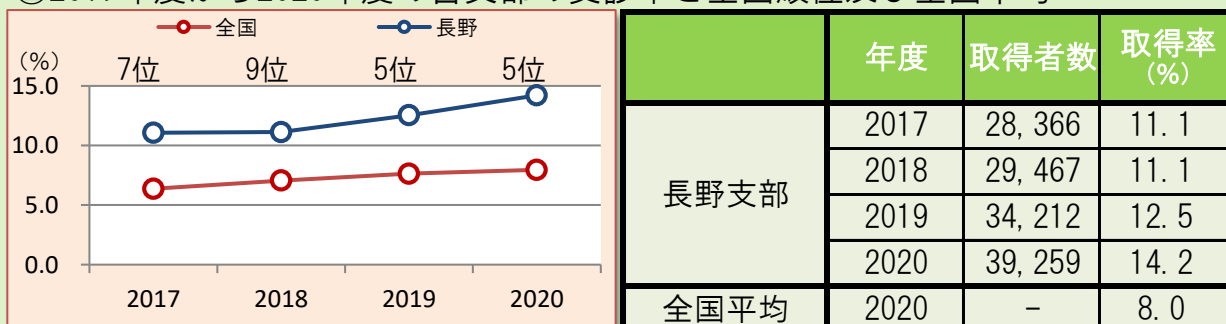
指標2【事業者健診データ取得率】

①2020年度の全支部のデータ取得率と全国平均

（%）



②2017年度から2020年度の自支部の受診率と全国順位及び全国平均

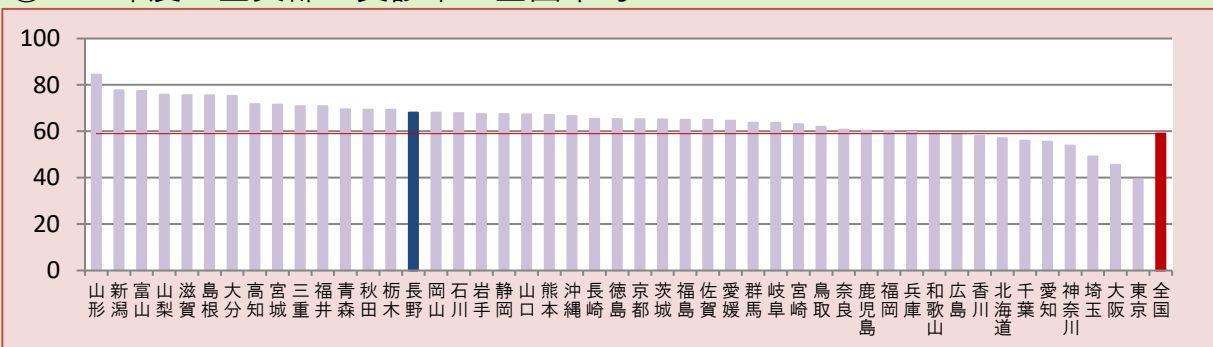


（データソース：各支部からの報告による請求ベースのデータ）

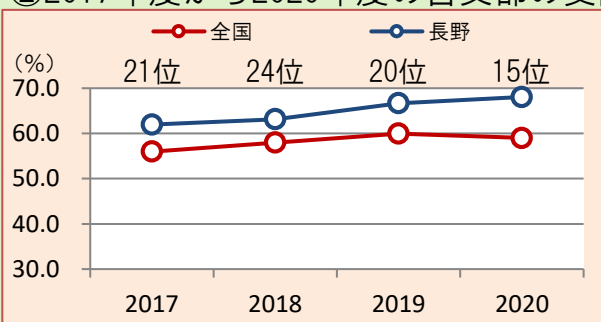
指標3【被保険者健診受診率（生活習慣病予防健診+事業者健診）】

①2020年度の全支部の受診率と全国平均

(%)



②2017年度から2020年度の自支部の受診率と全国順位及び全国平均



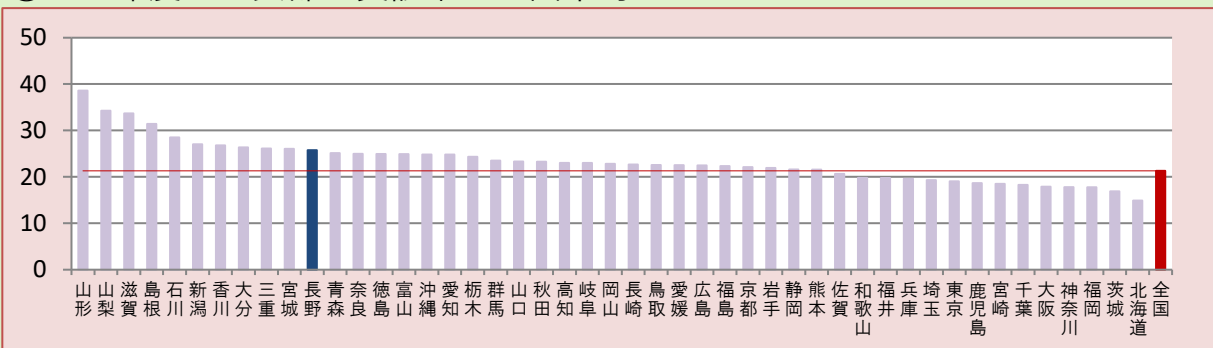
	年度	受診者数	受診率 (%)
長野支部	2017	158,818	62.0
	2018	167,258	63.1
	2019	181,998	66.7
	2020	188,055	68.1
全国平均	2020	－	59.0

(データソース：各支部からの報告による請求ベースのデータ)

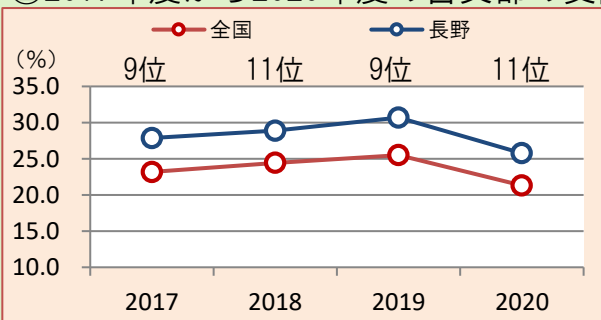
指標4【特定健診受診率（被扶養者）】

①2020年度の全支部の受診率と全国平均

(%)



②2017年度から2020年度の自支部の受診率と全国順位及び全国平均



	年度	受診者数	受診率 (%)
長野支部	2017	18,440	27.8
	2018	19,060	28.9
	2019	20,228	30.7
	2020	16,813	25.8
全国平均	2020	-	21.3

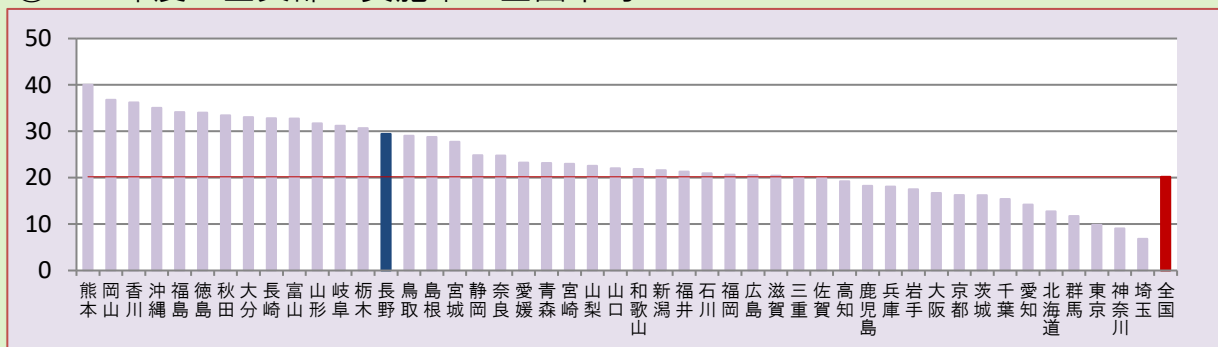
(データソース：各支部からの報告による請求ベースのデータ)

特定保健指導実施率の状況

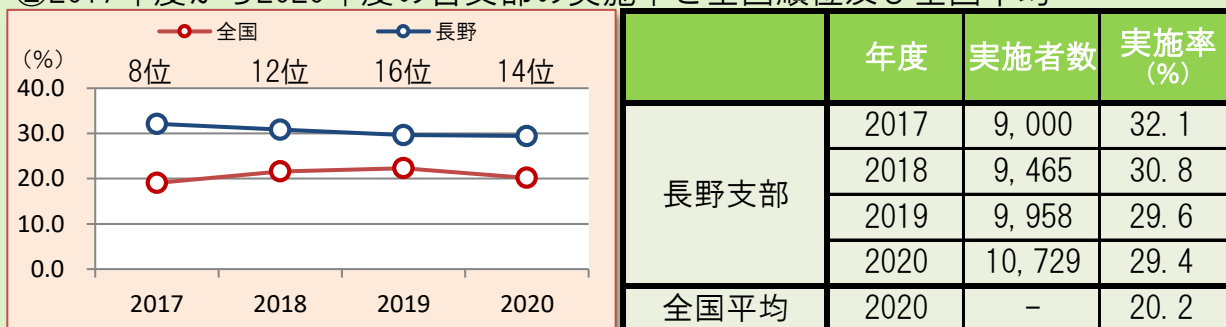
指標5【特定保健指導実施率（被保険者・初回面談）】

①2020年度の全支部の実施率と全国平均

（%）



②2017年度から2020年度の自支部の実施率と全国順位及び全国平均

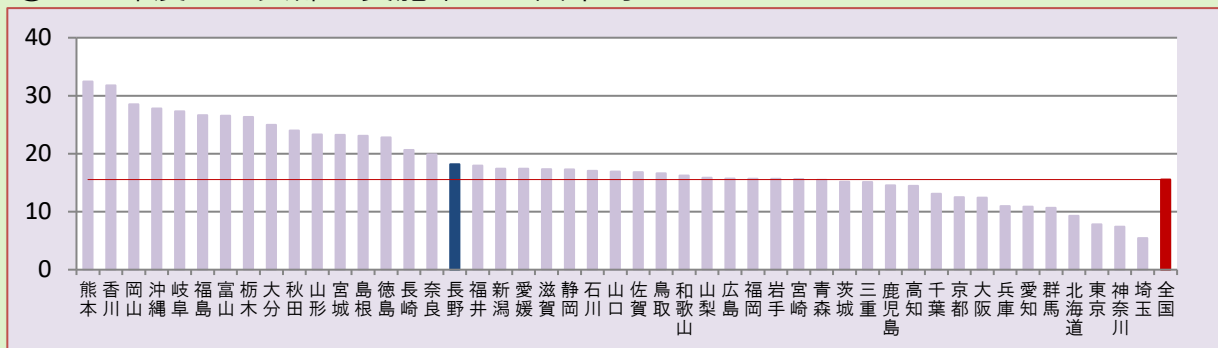


（データソース：各支部からの報告による請求ベースのデータ）

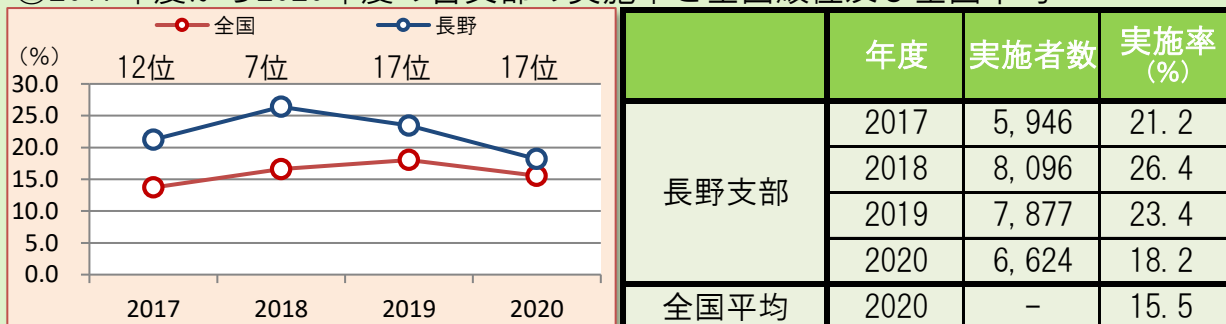
指標6【特定保健指導実施率（被保険者・実績評価）】

①2020年度の全支部の実施率と全国平均

（%）



②2017年度から2020年度の自支部の実施率と全国順位及び全国平均

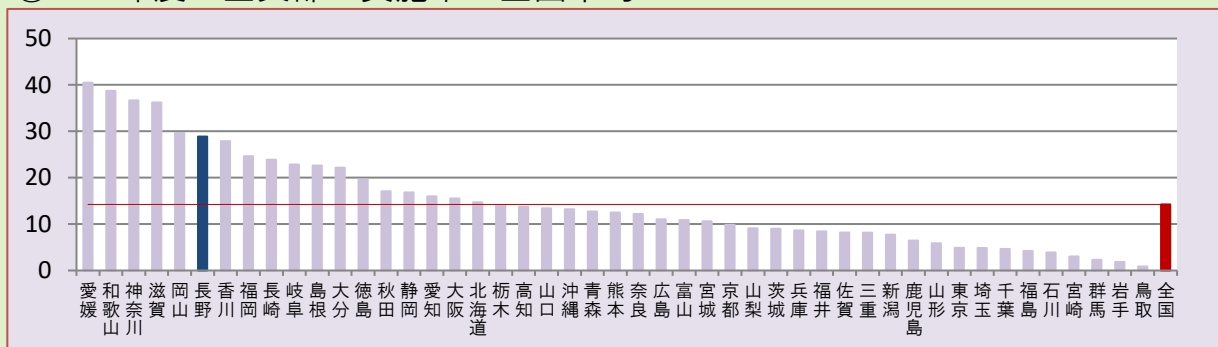


（データソース：各支部からの報告による請求ベースのデータ）

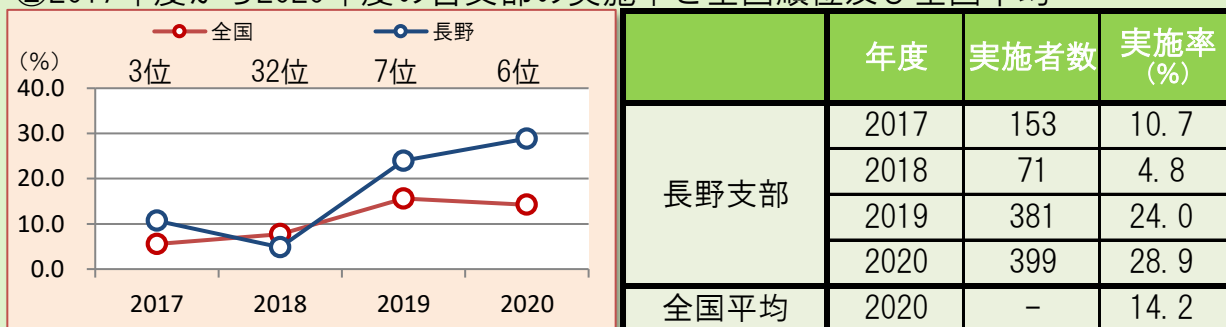
指標7【特定保健指導実施率（被扶養者・初回面談）】

①2020年度の全支部の実施率と全国平均

(%)



②2017年度から2020年度の自支部の実施率と全国順位及び全国平均

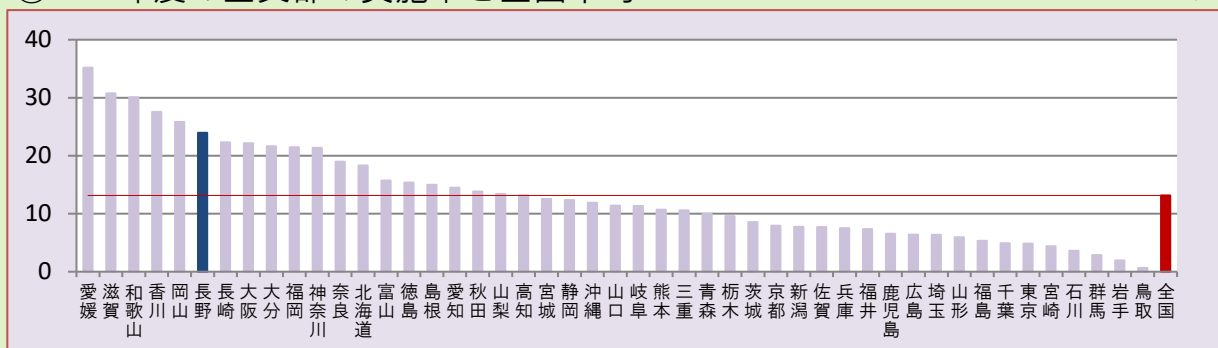


(データソース：各支部からの報告による請求ベースのデータ)

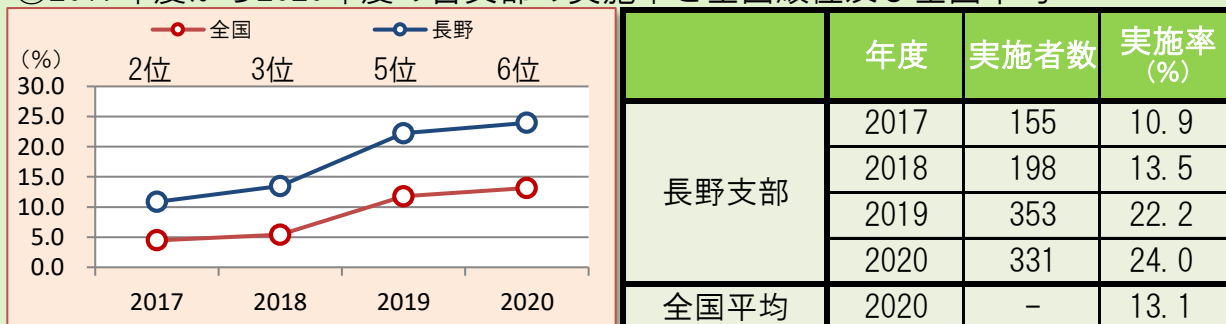
指標8【特定保健指導実施率（被扶養者・実績評価）】

①2020年度の全支部の実施率と全国平均

(%)



②2017年度から2020年度の自支部の実施率と全国順位及び全国平均

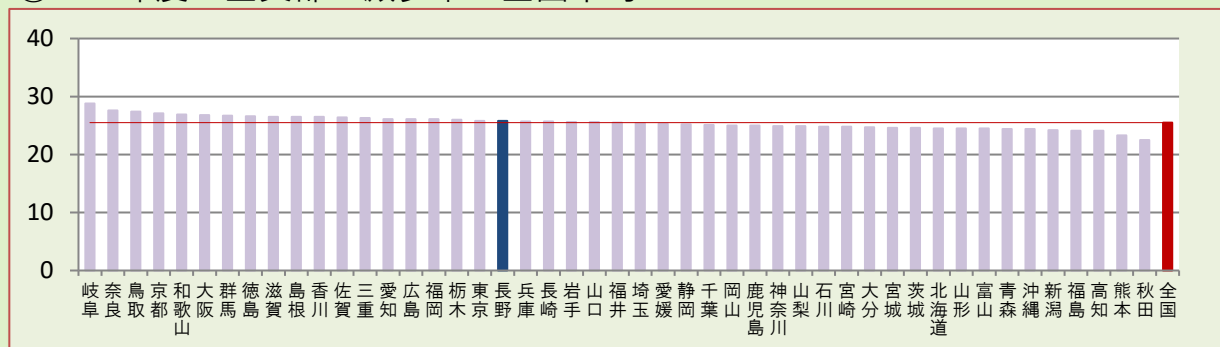


(データソース：各支部からの報告による請求ベースのデータ)

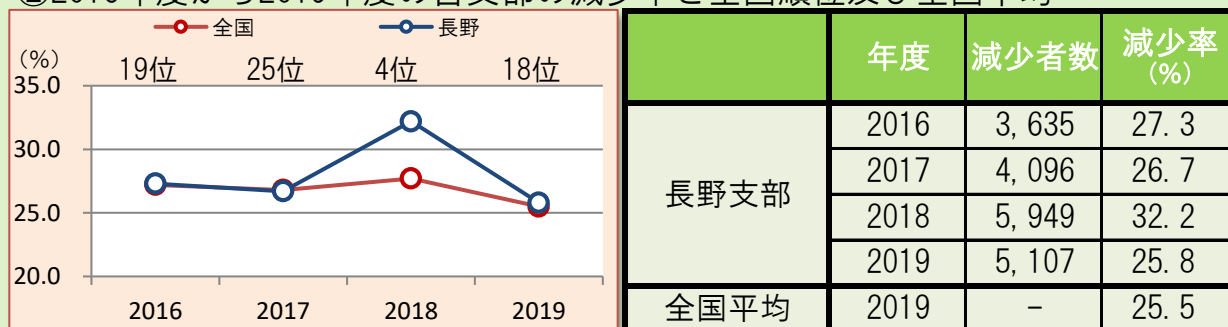
【メタボリックシンドローム該当者減少率】

①2019年度の全支部の減少率と全国平均

(%)



②2016年度から2019年度の自支部の減少率と全国順位及び全国平均



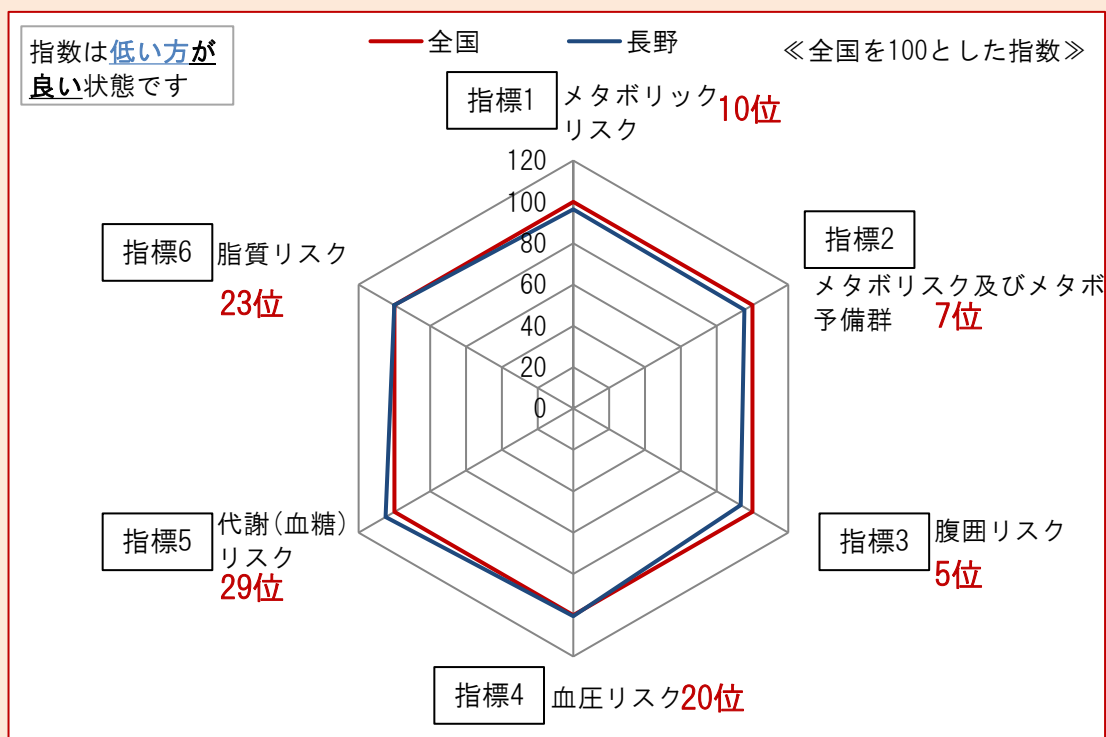
(データソース：国への報告データ「内臓脂肪症候群該当者の減少率」)

Ⅱ 生活習慣病リスク保有者の割合(男性)

【生活習慣病リスクの判定基準】

- メタボリックリスク : 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する者
- メタボリック予備群 : 腹囲リスク該当かつ血圧、代謝、脂質のうち1つのリスクに該当する者
- 腹囲リスク : 男性85cm以上、女性90cm以上
- 血圧リスク : 収縮期130mmHg以上 又は 拡張期85mmHg以上 又は服薬
- 代謝(血糖)リスク : 空腹時血糖100mg/dl以上
- 脂質リスク : 中性脂肪150mg/dl以上

【生活習慣病リスク保有者割合(2020年度)】



※ 順位は1位が最もリスクが低い(良い)状態です

指標1	メタボリックリスク
	A

指標2	メタボリスク及びメタボ予備群
	A

指標3	腹囲リスク
	A

指標4	血圧リスク
	B

指標5	代謝(血糖)リスク
	B

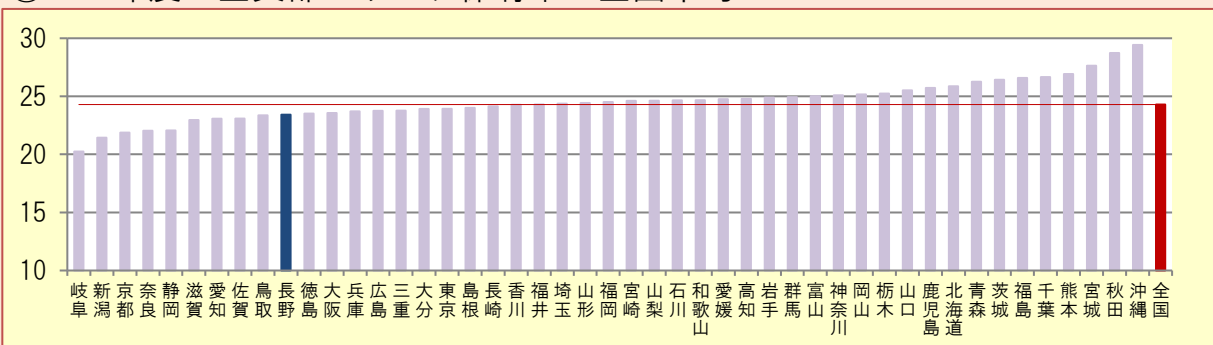
指標6	脂質リスク
	B

A: 順位1位～10位、B: 順位11位～37位、C: 順位38位～47位

指標1 【メタボリックリスク保有者の割合】

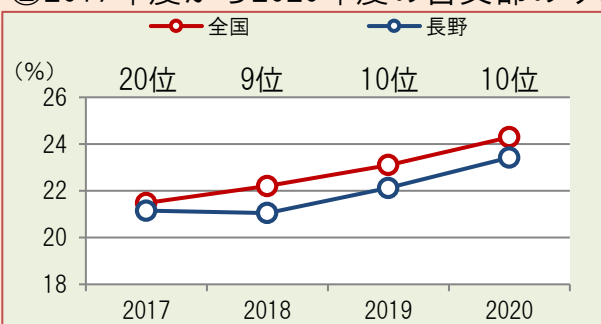
①2020年度の全支部のリスク保有率と全国平均

(%)



②2017年度から2020年度の自支部のリスク保有率と全国順位及び全国平均（％）

(%)



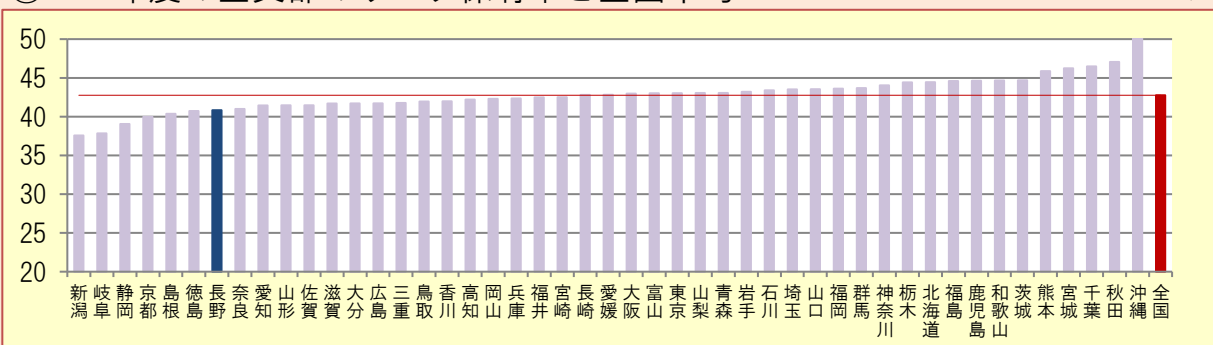
	年度	メタリック リスク
長野支部	2017	21.2
	2018	21.0
	2019	22.1
	2020	23.4
全国平均	2020	24.3

(データソース:「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整割合)

指標2【メタボリスク及びメタボ予備群の割合】

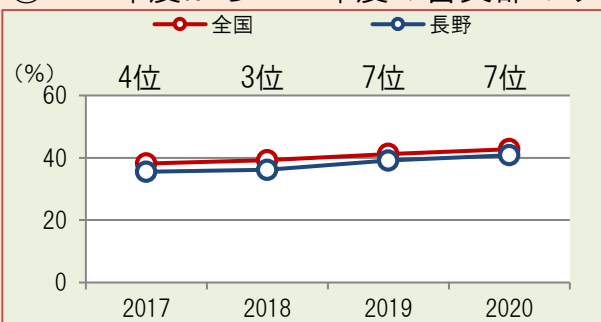
①2020年度の全支部のリスク保有率と全国平均

(%)



②2017年度から2020年度の自支部のリスク保有率と全国順位及び全国平均（％）

(%)



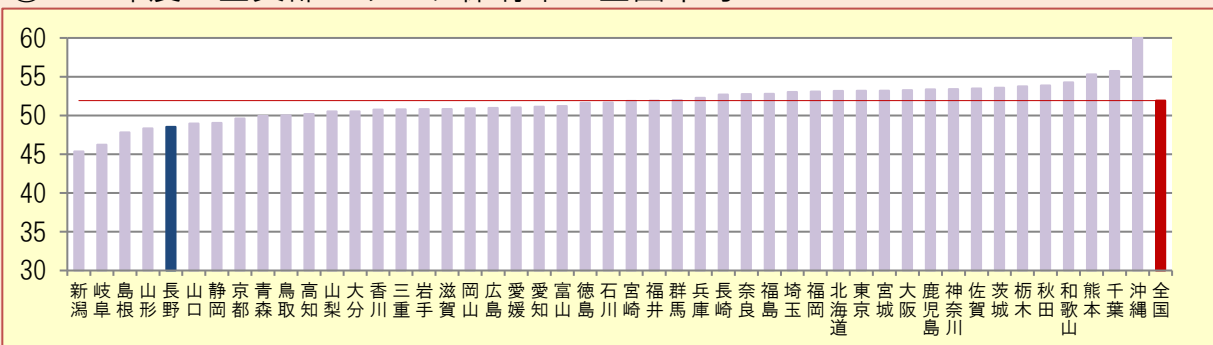
	年度	メタボリスク及びメタボ予備群
長野支部	2017	35.5
	2018	36.1
	2019	39.1
	2020	40.8
全国平均	2020	42.8

(データソース：「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整割合)

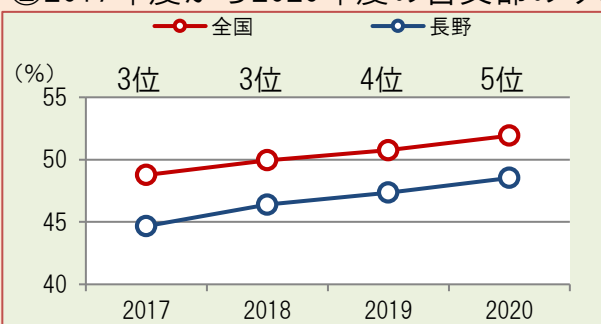
指標3【腹囲リスク保有者の割合】

①2020年度の全支部のリスク保有率と全国平均

(%)



②2017年度から2020年度の自支部のリスク保有率と全国順位及び全国平均（％）



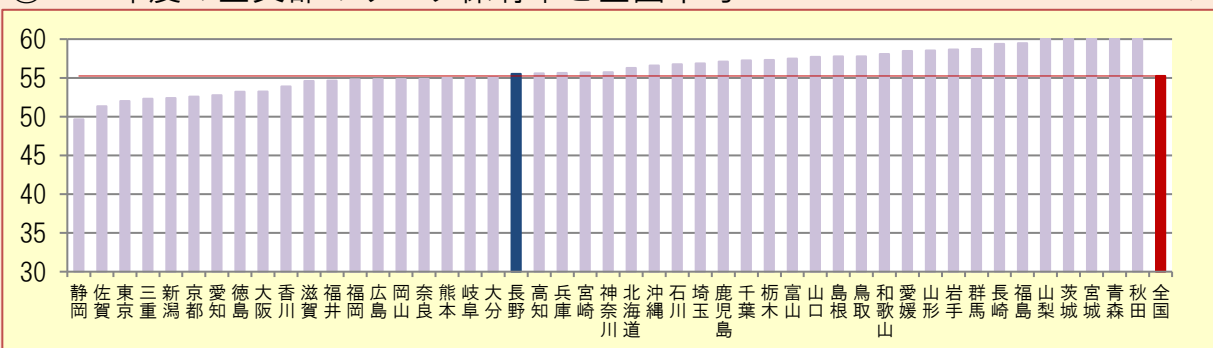
	年度	腹 囲 リスク
長野支部	2017	44.7
	2018	46.4
	2019	47.4
	2020	48.5
全国平均	2020	51.9

(データソース:「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整割合)

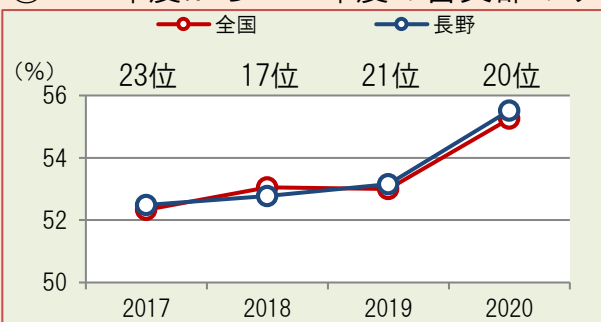
指標4【血圧リスク保有者の割合】

①2020年度の全支部のリスク保有率と全国平均

(%)



②2017年度から2020年度の自支部のリスク保有率と全国順位及び全国平均（％）

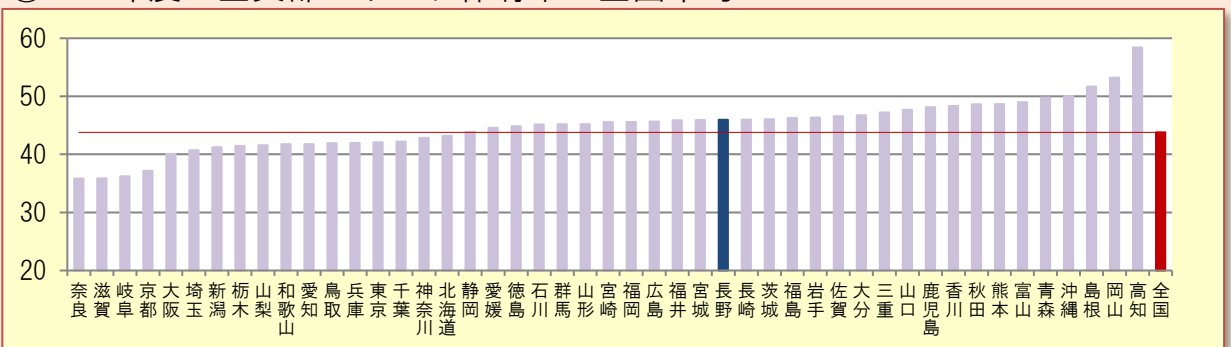


	年度	血 圧 リスク
長野支部	2017	52.5
	2018	52.8
	2019	53.2
	2020	55.5
全国平均	2020	55.2

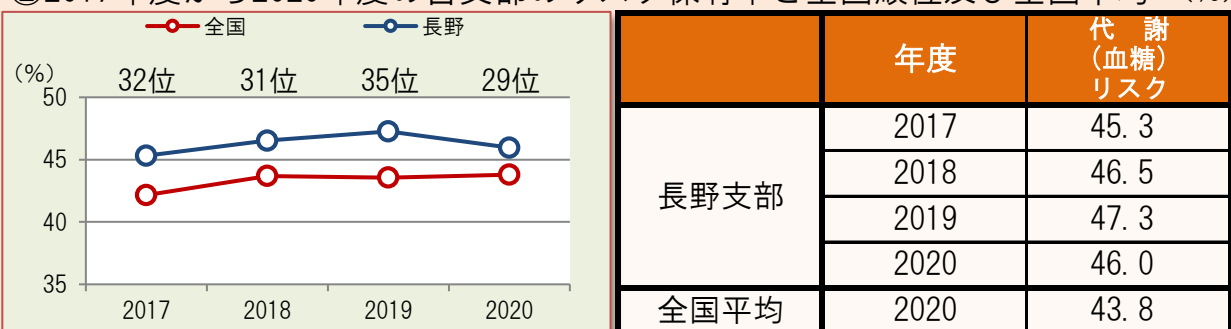
(データソース：「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整割合)

指標5【代謝(血糖)リスク保有者の割合】

①2020年度の全支部のリスク保有率と全国平均



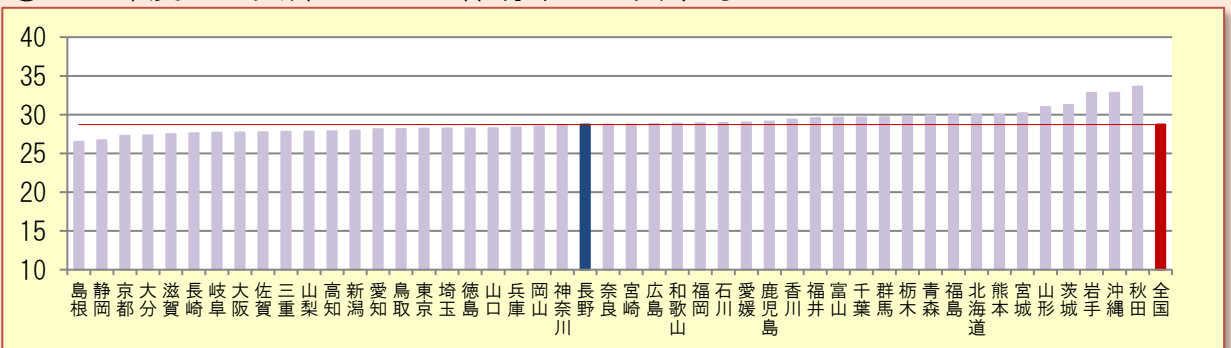
②2017年度から2020年度の自支部のリスク保有率と全国順位及び全国平均（％）



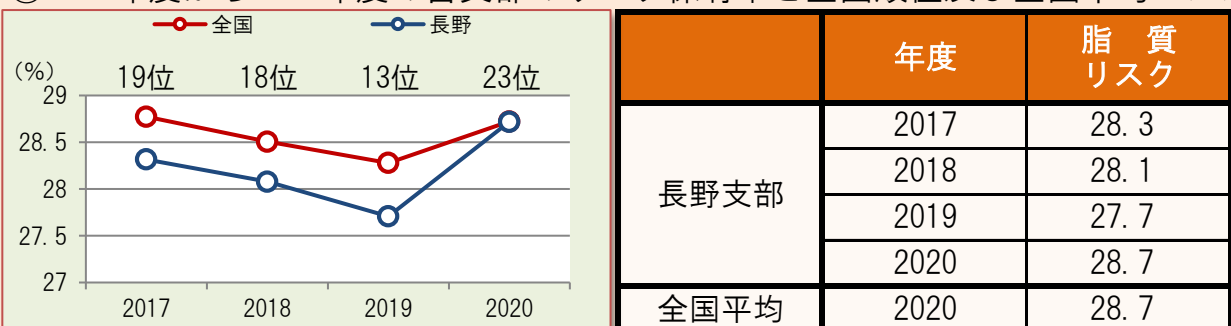
(データソース：「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整割合)

指標6【脂質リスク保有者の割合】

①2020年度の全支部のリスク保有率と全国平均



②2017年度から2020年度の自支部のリスク保有率と全国順位及び全国平均 (%)



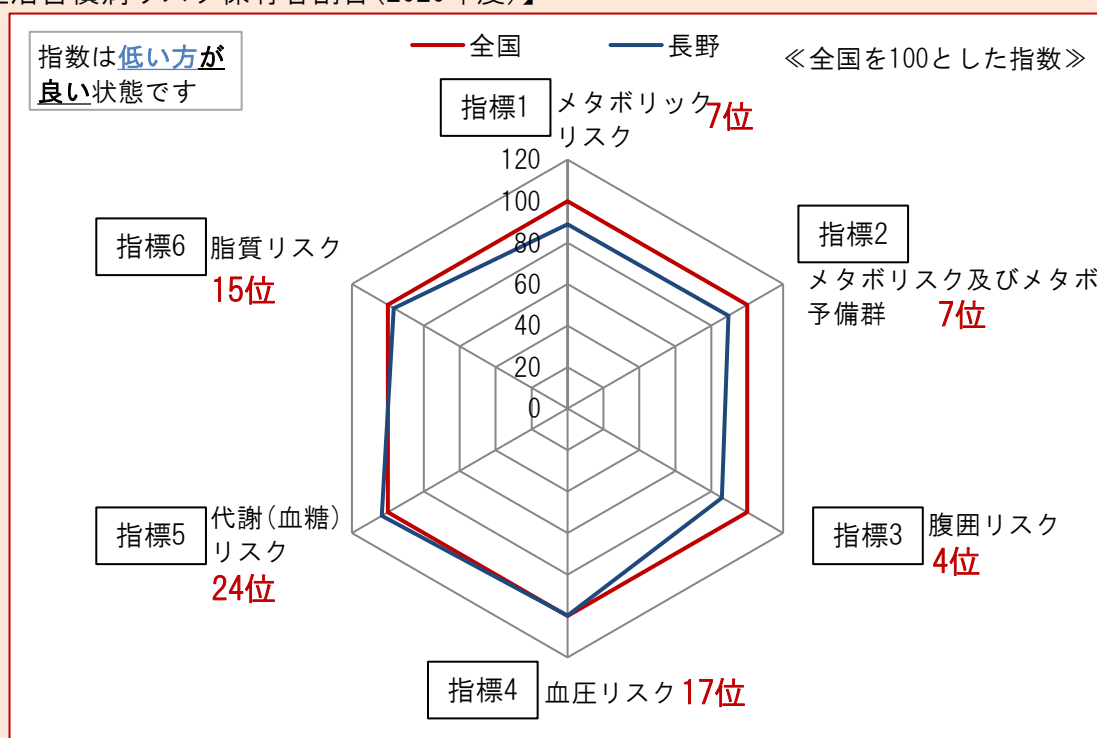
(データソース：「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整割合)

Ⅱ 生活習慣病リスク保有者の割合(女性)

【生活習慣病リスクの判定基準】

- メタボリックリスク : 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する者
- メタボリック予備群 : 腹囲リスク該当かつ血圧、代謝、脂質のうち1つのリスクに該当する者
- 腹囲リスク : 男性85cm以上、女性90cm以上
- 血圧リスク : 収縮期130mmHg以上 又は 拡張期85mmHg以上 又は服薬
- 代謝(血糖)リスク : 空腹時血糖100mg/dl以上
- 脂質リスク : 中性脂肪150mg/dl以上

【生活習慣病リスク保有者割合(2020年度)】



※ 順位は1位が最もリスクが低い(良い)状態です

指標1	メタボリックリスク
	A

指標2	メタボリスク及びメタボ予備群
	A

指標3	腹囲リスク
	A

指標4	血圧リスク
	B

指標5	代謝(血糖)リスク
	B

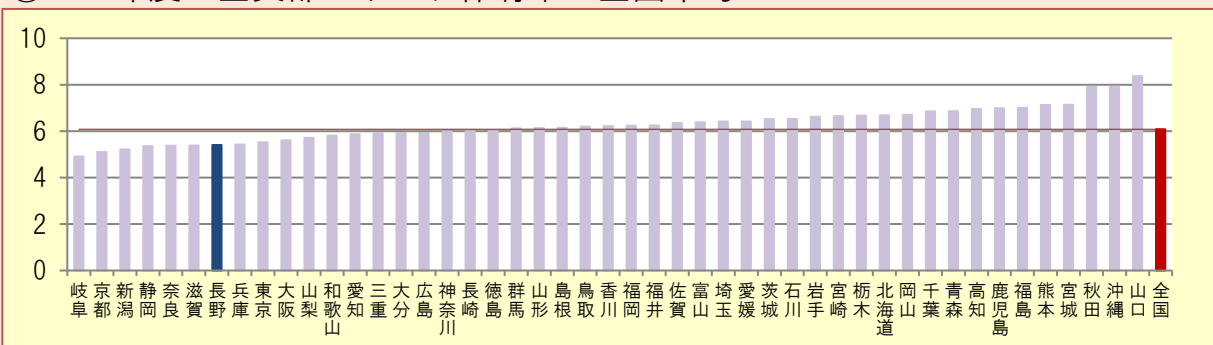
指標6	脂質リスク
	B

A: 順位1位～10位、B: 順位11位～37位、C: 順位38位～47位

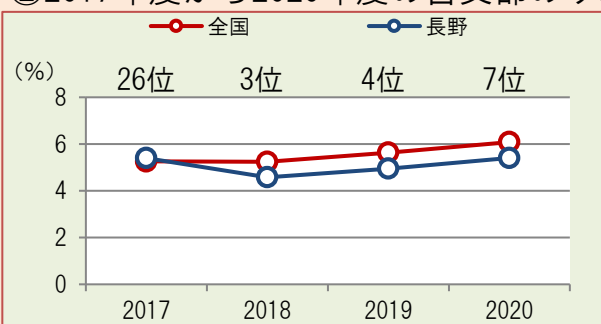
指標1 【メタボリックリスク保有者の割合】

①2020年度の全支部のリスク保有率と全国平均

(%)



②2017年度から2020年度の自支部のリスク保有率と全国順位及び全国平均（％）



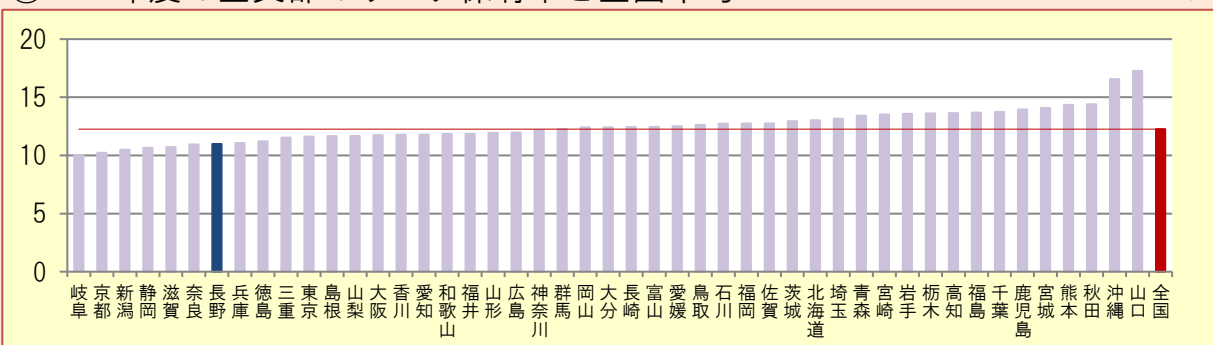
	年度	メタリック リスク
長野支部	2017	5.4
	2018	4.6
	2019	5.0
	2020	5.4
全国平均	2020	6.1

(データソース:「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整割合)

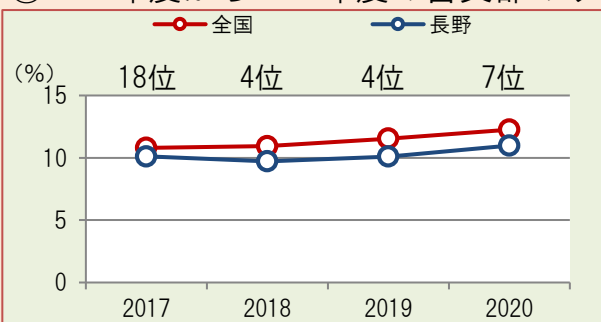
指標2【メタボリスク及びメタボ予備群の割合】

①2020年度の全支部のリスク保有率と全国平均

(%)



②2017年度から2020年度の自支部のリスク保有率と全国順位及び全国平均（％）



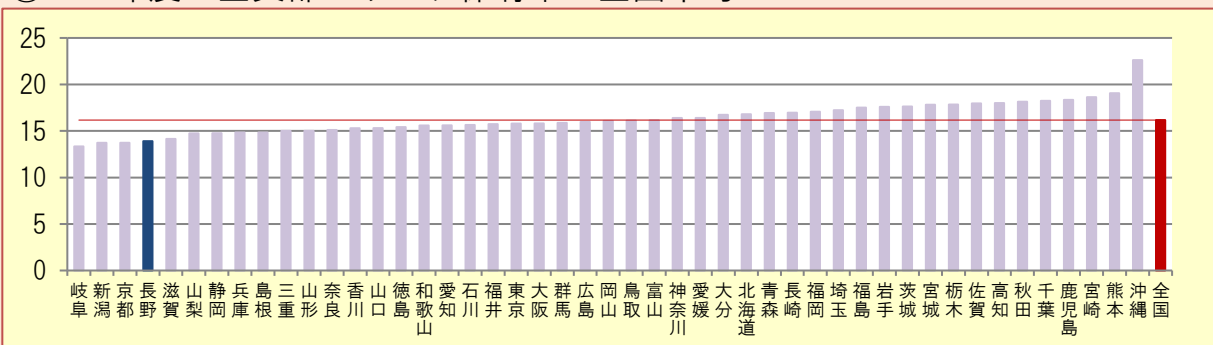
	年度	メタボリスク及びメタボ予備群
長野支部	2017	10.1
	2018	9.7
	2019	10.1
	2020	11.0
全国平均	2020	12.3

(データソース：「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整割合)

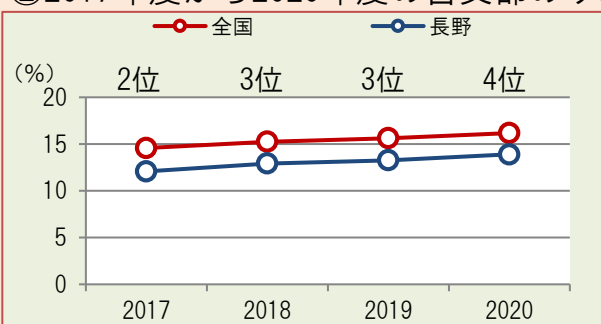
指標3【腹囲リスク保有者の割合】

①2020年度の全支部のリスク保有率と全国平均

(%)



②2017年度から2020年度の自支部のリスク保有率と全国順位及び全国平均（％）



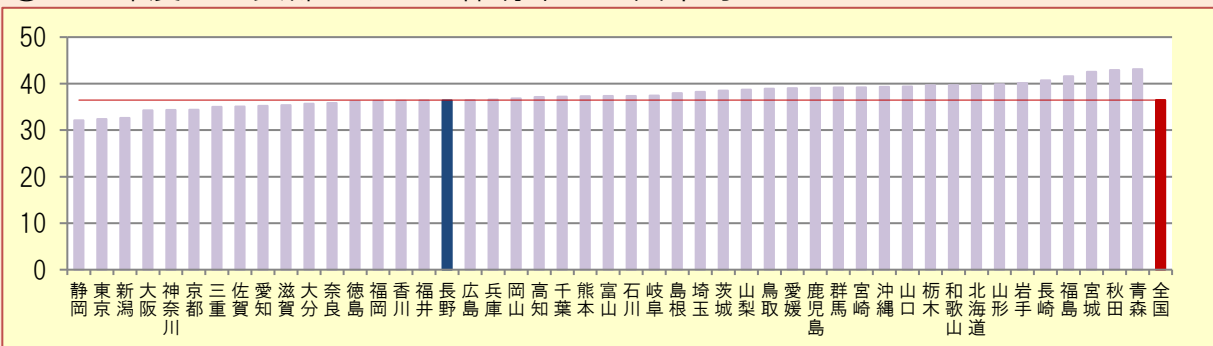
	年度	腹 囲 リスク
長野支部	2017	12.1
	2018	12.9
	2019	13.3
	2020	13.9
全国平均	2020	16.2

(データソース：「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整割合)

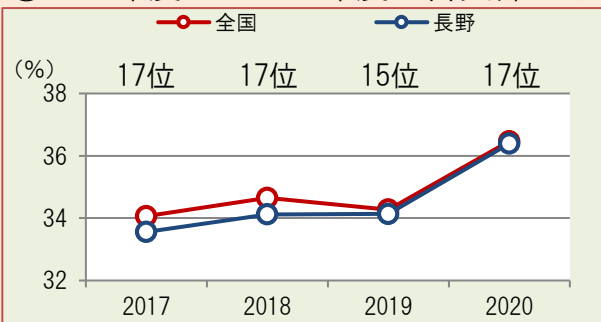
指標4【血圧リスク保有者の割合】

①2020年度の全支部のリスク保有率と全国平均

(%)



②2017年度から2020年度の自支部のリスク保有率と全国順位及び全国平均 (%)



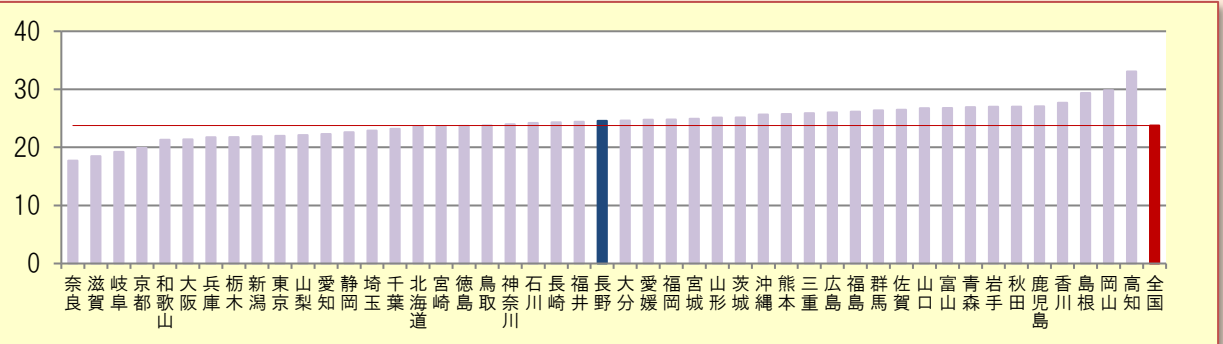
	年度	血圧 リスク
長野支部	2017	33.6
	2018	34.1
	2019	34.1
	2020	36.4
全国平均	2020	36.5

(データソース：「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整割合)

指標5【代謝(血糖)リスク保有者の割合】

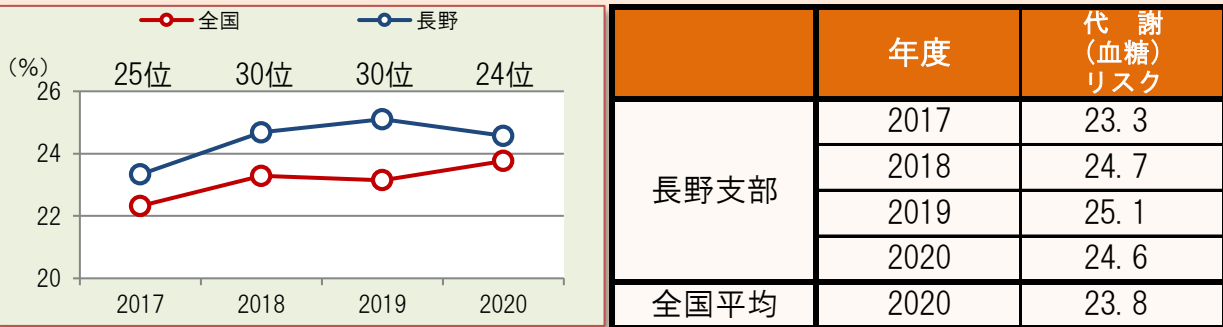
①2020年度の全支部のリスク保有率と全国平均

(%)



②2017年度から2020年度の自支部のリスク保有率と全国順位及び全国平均

(%)

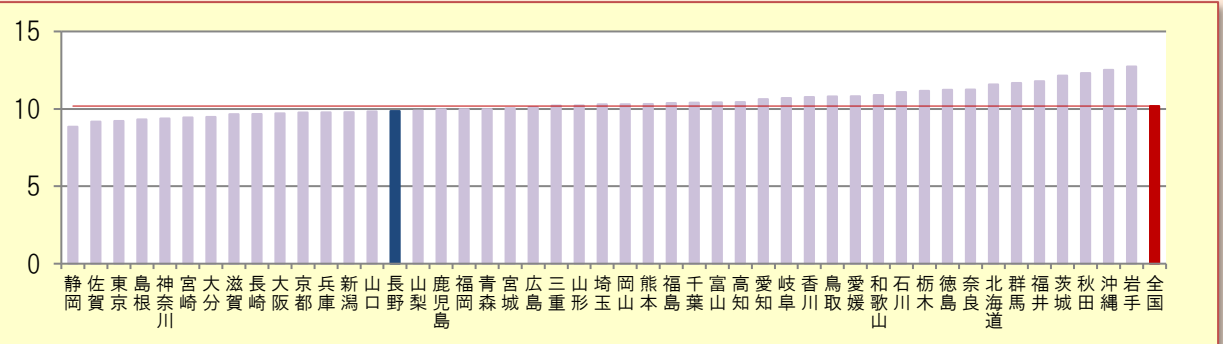


(データソース: 「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整割合)

指標6【脂質リスク保有者の割合】

①2020年度の全支部のリスク保有率と全国平均

(%)

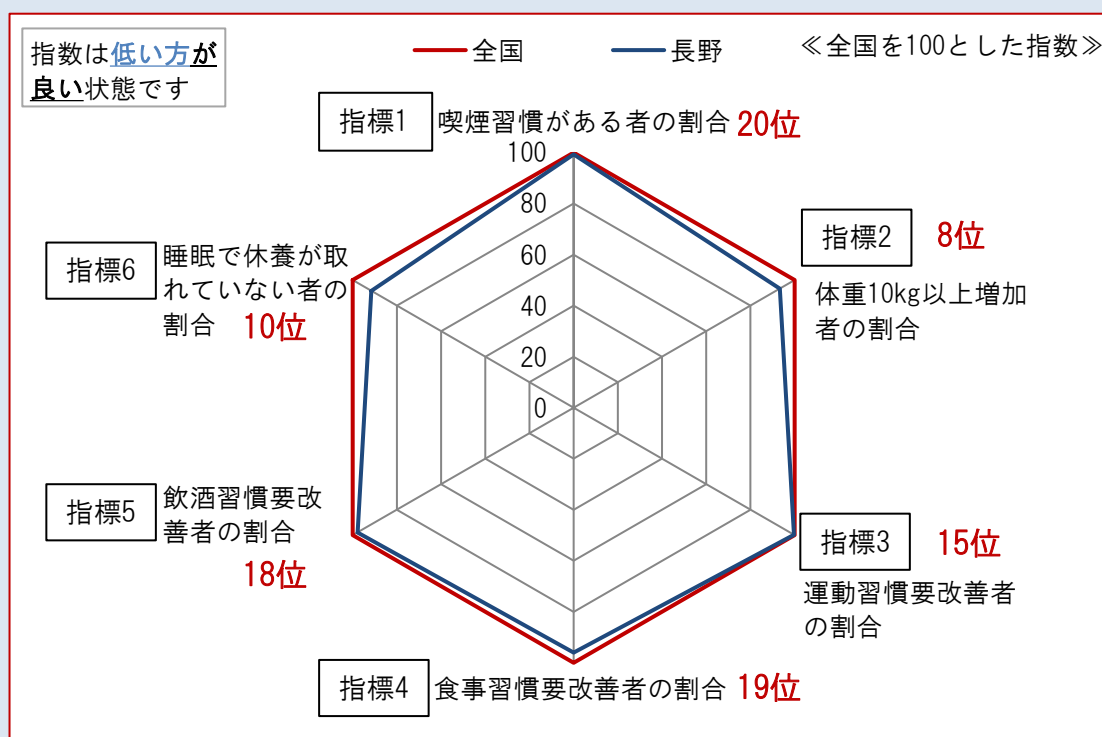


Ⅲ生活習慣要改善者の割合(男性)

【生活習慣要改善者の判定基準】

- 喫煙習慣がある者 :「現在、たばこを習慣的に吸っている」に「はい」と回答した者の割合
- 体重10kg以上増加者 :「20歳の時の体重から10kg以上増加している」に「はい」と回答した者の割合
- 運動習慣要改善者 :「1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上1年以上実施している」と「日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施」と「ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速い」それぞれに「いいえ」と回答した者の割合の平均
- 食事習慣要改善者 :「人と比較して食べる速度が速い」に「速い」と回答した者の割合と「就寝前の2時間以内に夕食をとることが週に3回以上ある」に「はい」と回答した者の割合と「朝昼夜の3食以外に間食や甘い飲み物を摂取していますか」に「毎日」と回答した者の割合と「朝食を抜くことが週に3回以上ある」に「はい」と回答した者の割合の平均。
- 飲酒習慣要改善者 :「お酒(日本酒、焼酎、ビール、洋酒など)を飲む頻度」に「毎日」と回答した者の割合と「飲酒日の1日当たりの飲酒量」に「3合以上」と回答した者の割合の平均
- 睡眠で休養が取れていない者 :「睡眠で休養が十分とれている」に「いいえ」と回答した者の割合

【生活習慣病リスク保有者割合(2020年度)】



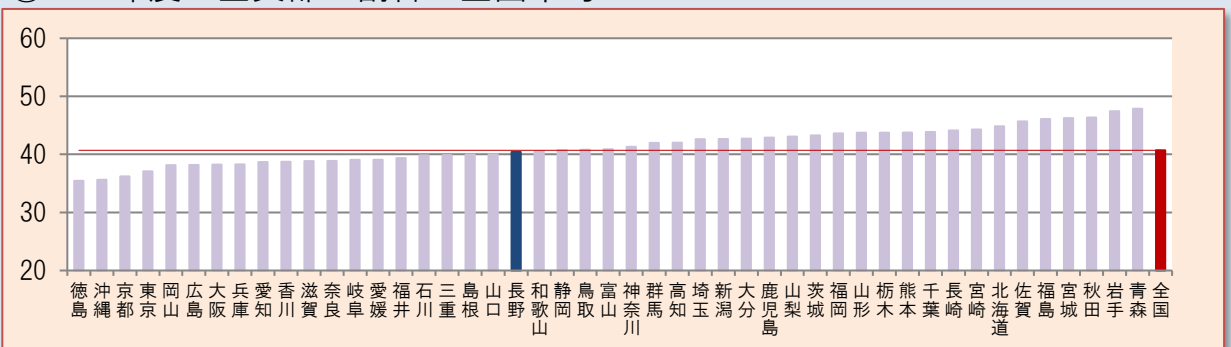
※ 順位は1位が最もリスクが低い(良い)状態です

指標1	喫煙習慣がある者の割合	B	指標2	体重10kg以上増加者の割合	A
指標3	運動習慣要改善者の割合	B	指標4	食事習慣要改善者の割合	B
指標5	飲酒習慣要改善者の割合	B	指標6	睡眠で休養が取れていない者の割合	A

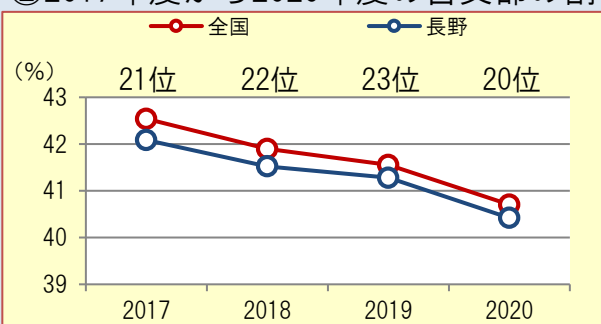
A: 順位1位～10位、B: 順位11位～37位、C: 順位38位～47位

指標1 【喫煙習慣がある者の割合】

①2020年度の全支部の割合と全国平均



②2017年度から2020年度の自支部の割合と全国順位及び全国平均

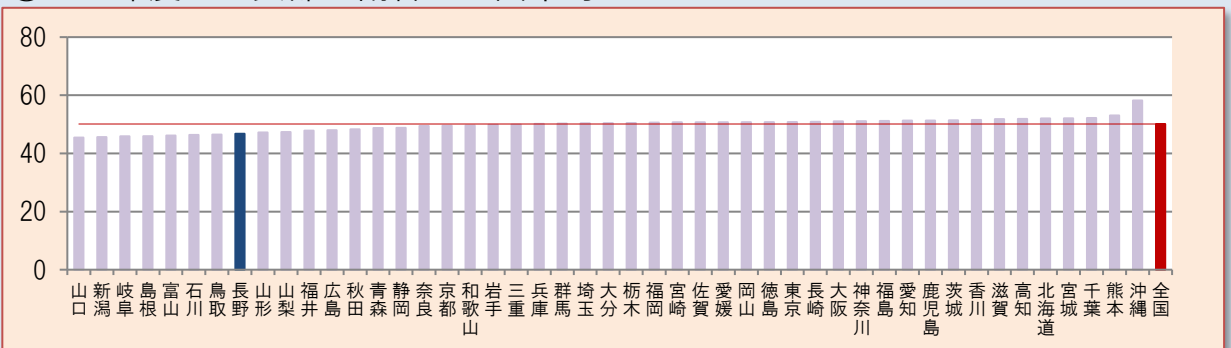


	年度	喫煙習慣 がある者 の割合
長野支部	2017	42.1
	2018	41.5
	2019	41.3
	2020	40.4
全国平均	2020	40.7

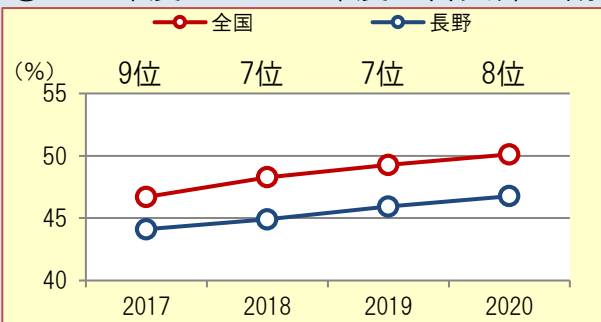
(データソース：「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整割合)

指標2【体重10kg以上増加者の割合】

①2020年度の全支部の割合と全国平均



②2017年度から2020年度の自支部の割合と全国順位及び全国平均



	年度	体重10kg 以上増加 者の割合
長野支部	2017	44.1
	2018	44.9
	2019	45.9
	2020	46.8
全国平均	2020	50.1

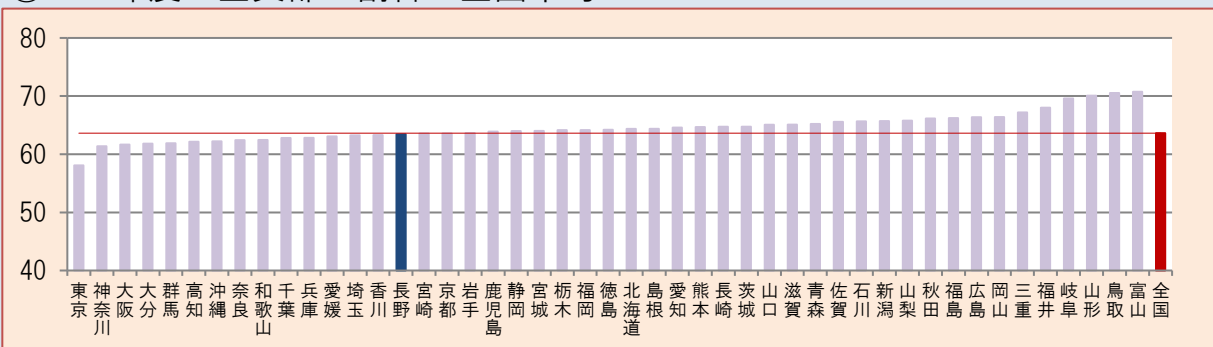
(データソース：「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整割合)

指標3【運動習慣要改善者※の割合】

※「1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上1年以上実施している」と「日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施」と「ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速い」それぞれに「いいえ」と回答した者の割合の平均。個々の詳細データはP. 25を参照してください。

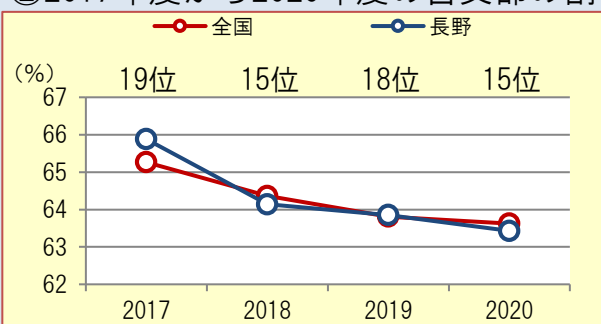
①2020年度の全支部の割合と全国平均

(%)



②2017年度から2020年度の自支部の割合と全国順位及び全国平均

(%)



	年度	運動習慣 要改善者 の割合
長野支部	2017	65.9
	2018	64.1
	2019	63.9
	2020	63.4
全国平均	2020	63.6

(データソース:「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整割合)

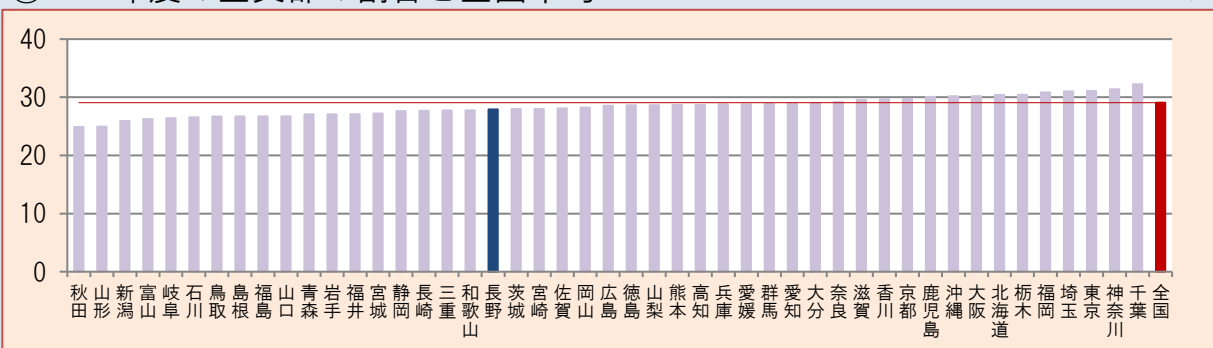
指標4【食事習慣要改善者※の割合】

※「人と比較して食べる速度が速い」に「速い」と回答した者の割合と「就寝前の2時間以内に夕食をとることが週に3回以上ある」に「はい」と回答した者の割合と「朝食夜の3食以外に間食や甘い飲み物を摂取していますか」に「毎日」と回答のした者の割合と「朝食を抜くことが週に3回以上ある」に「はい」と回答した者の割合の平均。

個々の詳細データはP. 26を参照してください。

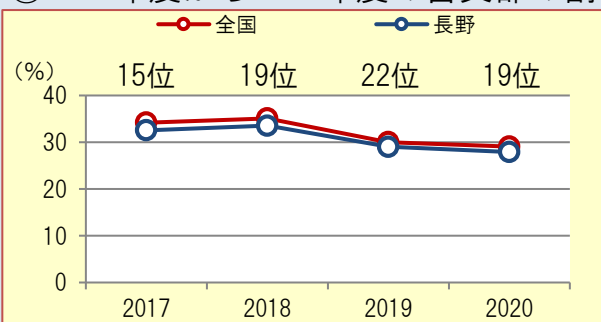
①2020年度の全支部の割合と全国平均

(%)



②2017年度から2020年度の自支部の割合と全国順位及び全国平均

(%)



	年度	食事習慣 要改善者 の割合
長野支部	2017	32.5
	2018	33.6
	2019	29.0
	2020	27.9
全国平均	2020	29.1

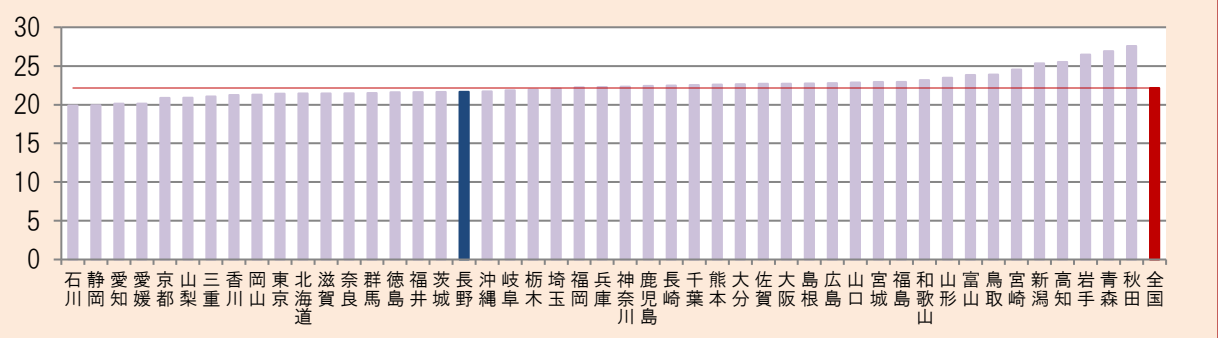
(データソース：「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整割合)

注：2018年度版スコアリングレポートとは項目数を変更している。

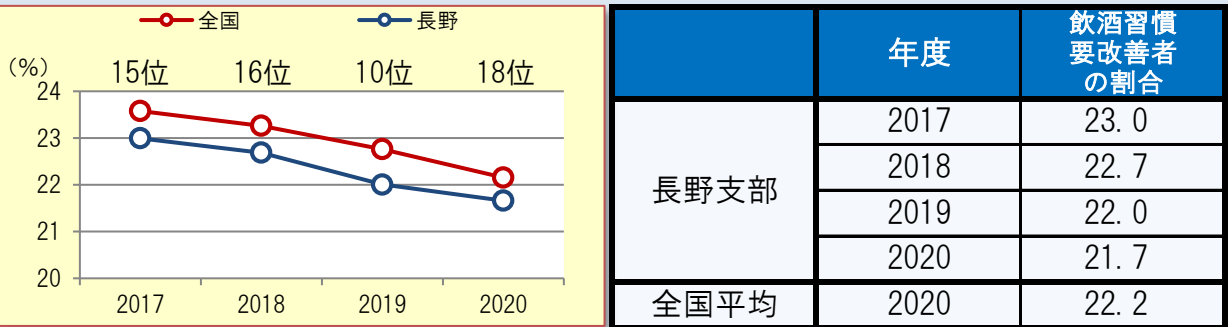
指標5【飲酒習慣要改善者※の割合】

※「お酒（日本酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲む頻度」に「毎日」と回答した者の割合と「飲酒日の1日当たりの飲酒量」に「3合以上」と回答した者の割合の平均。
個々の詳細データはP. 27を参照してください。

①2020年度の全支部の割合と全国平均 (％)



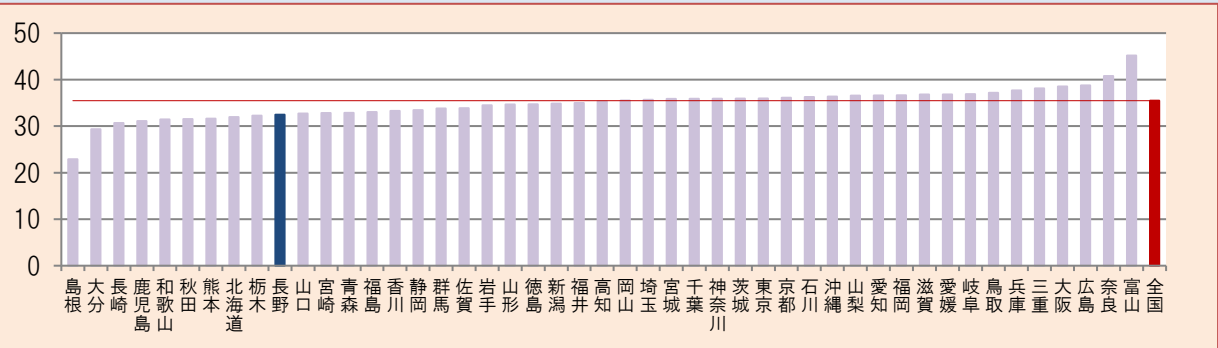
②2017年度から2020年度の自支部の割合と全国順位及び全国平均 (％)



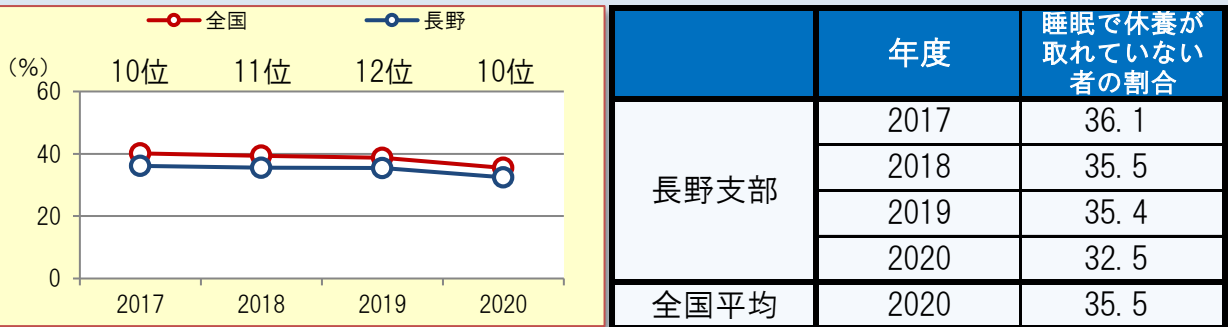
(データソース：「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整割合)

指標6【睡眠で休養が取れていない者の割合】

①2020年度の全支部の割合と全国平均



②2017年度から2020年度の自支部の割合と全国順位及び全国平均 (％)



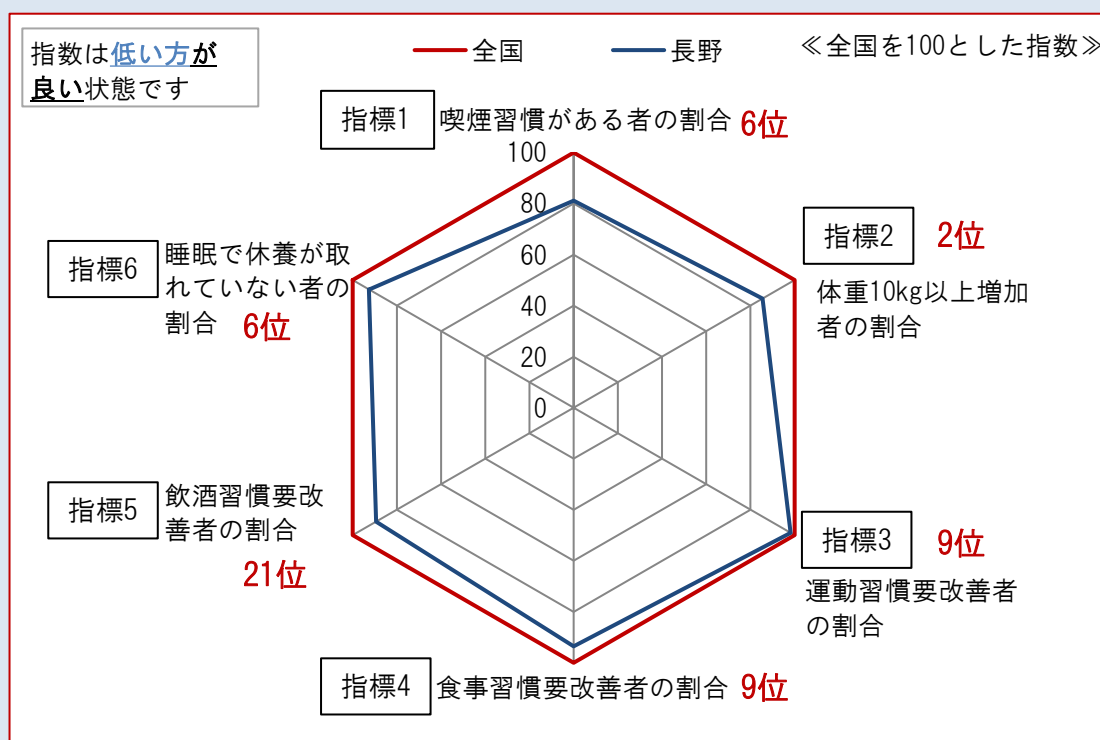
(データソース：「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整割合)

Ⅲ生活習慣要改善者の割合(女性)

【生活習慣要改善者の判定基準】

- 喫煙習慣がある者 : 「現在、たばこを習慣的に吸っている」に「はい」と回答した者の割合
- 体重10kg以上増加者 : 「20歳の時の体重から10kg以上増加している」に「はい」と回答した者の割合
- 運動習慣要改善者 : 「1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上1年以上実施している」と「日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施」と「ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速い」それぞれに「いいえ」と回答した者の割合の平均
- 食事習慣要改善者 : 「人と比較して食べる速度が速い」に「速い」と回答した者の割合と「就寝前の2時間以内に夕食をとることが週に3回以上ある」に「はい」と回答した者の割合と「朝昼夜の3食以外に間食や甘い飲み物を摂取していますか」に「毎日」と回答した者の割合と「朝食を抜くことが週に3回以上ある」に「はい」と回答した者の割合の平均。
- 飲酒習慣要改善者 : 「お酒(日本酒、焼酎、ビール、洋酒など)を飲む頻度」に「毎日」と回答した者の割合と「飲酒日の1日当たりの飲酒量」に「3合以上」と回答した者の割合の平均
- 睡眠で休養が取れていない者 : 「睡眠で休養が十分とれている」に「いいえ」と回答した者の割合

【生活習慣病リスク保有者割合(2020年度)】



※ 順位は1位が最もリスクが低い(良い)状態です

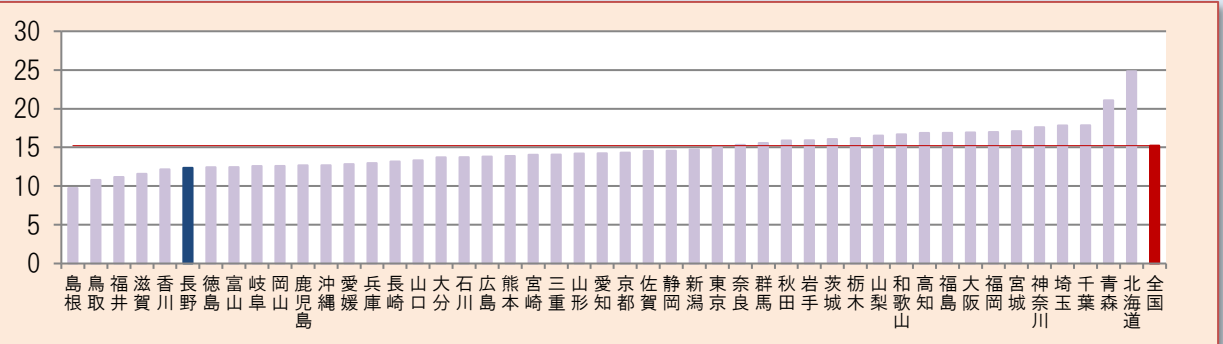
指標1	喫煙習慣がある者の割合	A	指標2	体重10kg以上増加者の割合	A
指標3	運動習慣要改善者の割合	A	指標4	食事習慣要改善者の割合	A
指標5	飲酒習慣要改善者の割合	B	指標6	睡眠で休養が取れていない者の割合	A

A: 順位1位～10位、B: 順位11位～37位、C: 順位38位～47位

指標1【喫煙習慣がある者の割合】

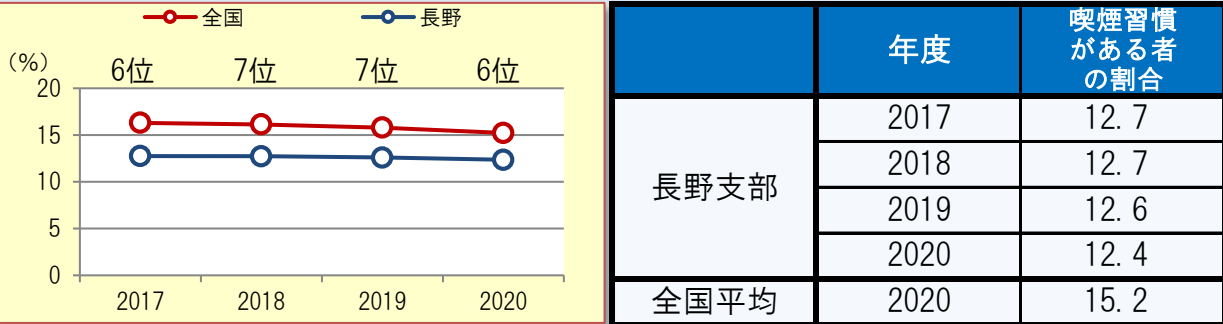
①2020年度の全支部の割合と全国平均

(%)



②2017年度から2020年度の自支部の割合と全国順位及び全国平均

(%)

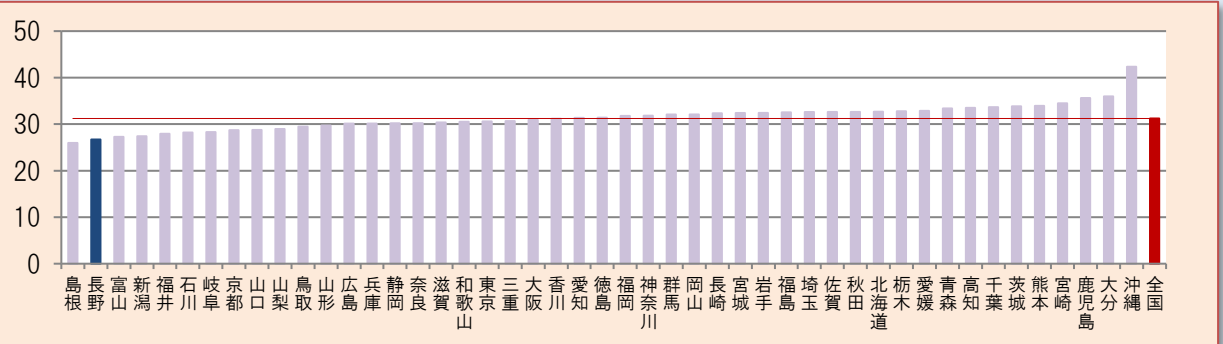


(データソース：「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整割合)

指標2【体重10kg以上増加者の割合】

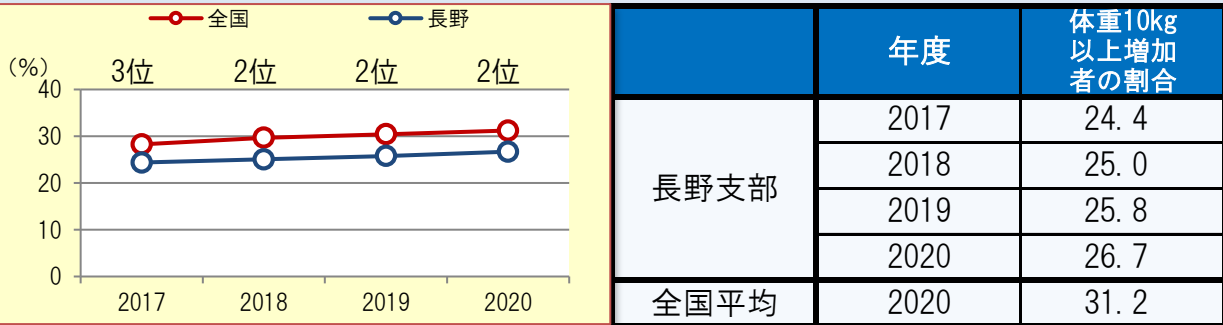
①2020年度の全支部の割合と全国平均

(%)



②2017年度から2020年度の自支部の割合と全国順位及び全国平均

(%)



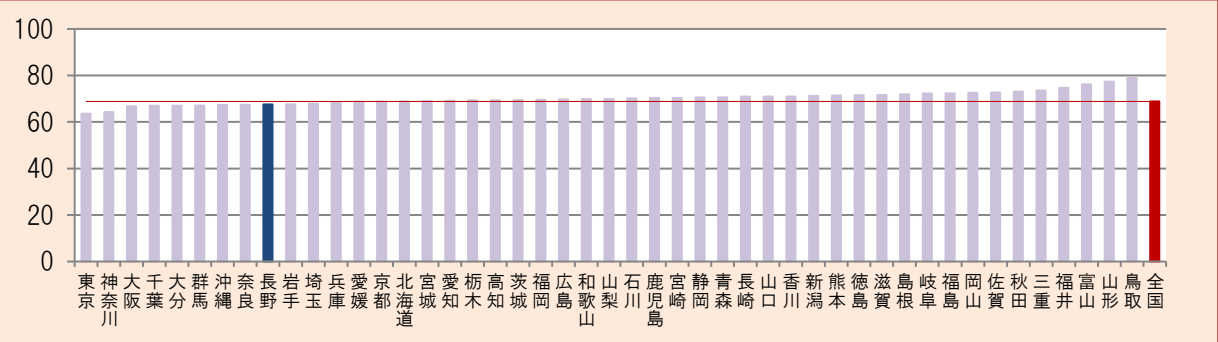
(データソース：「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整割合)

指標3【運動習慣要改善者※の割合】

※「1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上1年以上実施している」と「日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施」と「ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速い」それぞれに「いいえ」と回答した者の割合の平均。個々の詳細データはP. 25を参照してください。

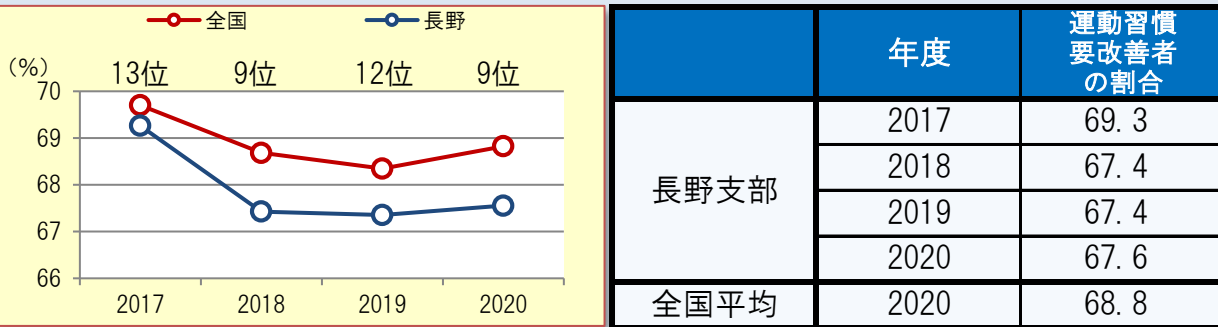
①2020年度の全支部の割合と全国平均

(%)



②2017年度から2020年度の自支部の割合と全国順位及び全国平均

(%)



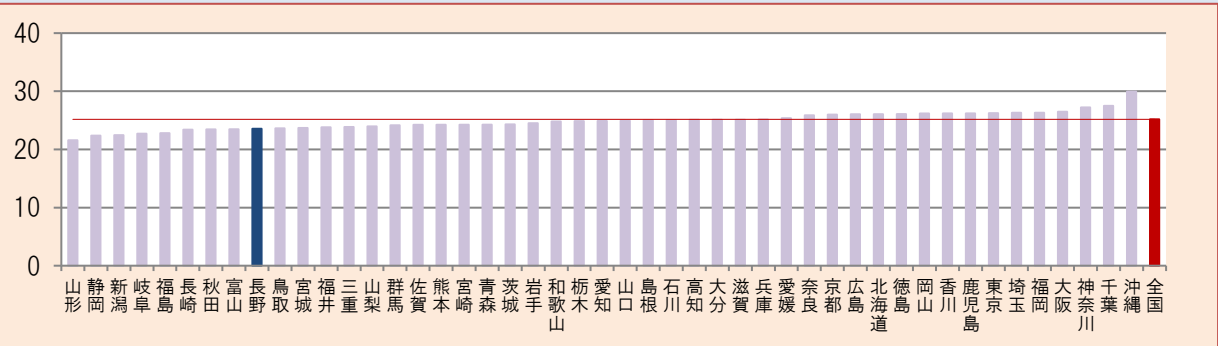
(データソース:「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整割合)

指標4【食事習慣要改善者※の割合】

※「人と比較して食べる速度が速い」に「速い」と回答した者の割合と「就寝前の2時間以内に夕食をとることが週に3回以上ある」に「はい」と回答した者の割合と「朝昼夜の3食以外に間食や甘い飲み物を摂取していますか」に「毎日」と回答した者の割合と「朝食を抜くことが週に3回以上ある」に「はい」と回答した者の割合の平均。個々の詳細データはP. 26を参照してください。

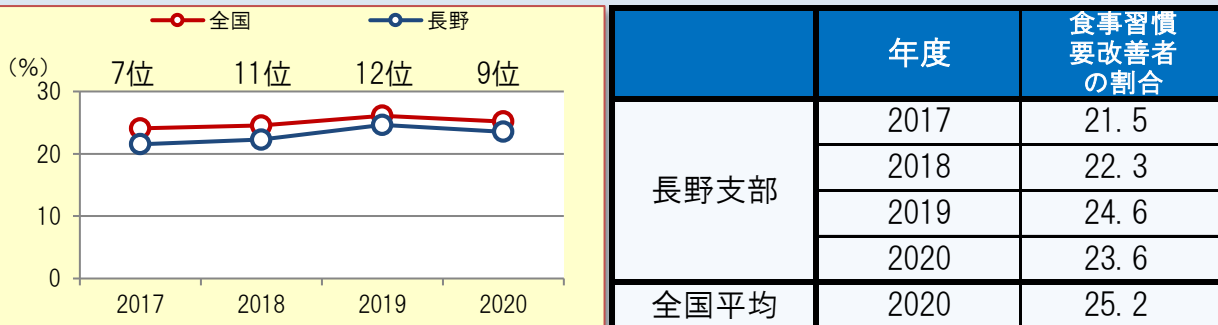
①2020年度の全支部の割合と全国平均

(%)



②2017年度から2020年度の自支部の割合と全国順位及び全国平均

(%)



(データソース:「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整割合)

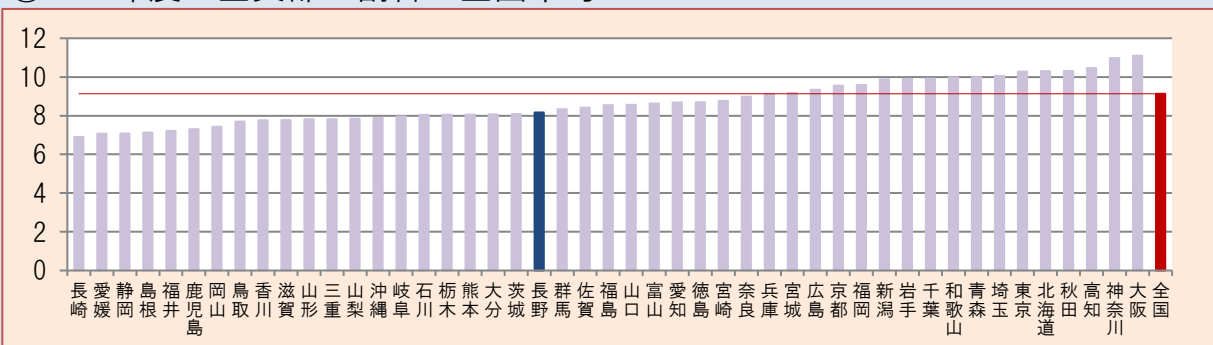
注:2018年度版スコアリングレポートとは項目数を変更している。

指標5 【飲酒習慣要改善者の割合】

※「お酒（日本酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲む頻度」に「毎日」と回答した者の割合と「飲酒日の1日当たりの飲酒量」に「3合以上」と回答した者の割合の平均。
個々の詳細データはp. 27を参照してください。

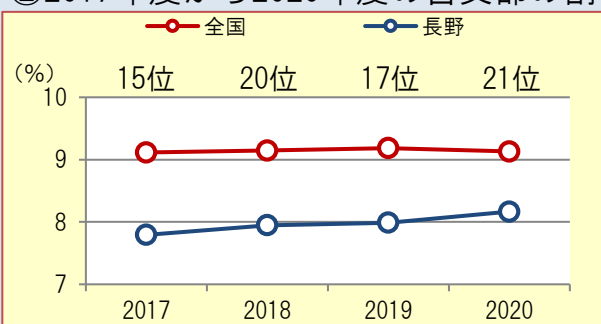
①2020年度の全支部の割合と全国平均

(%)



②2017年度から2020年度の自支部の割合と全国順位及び全国平均

(%)



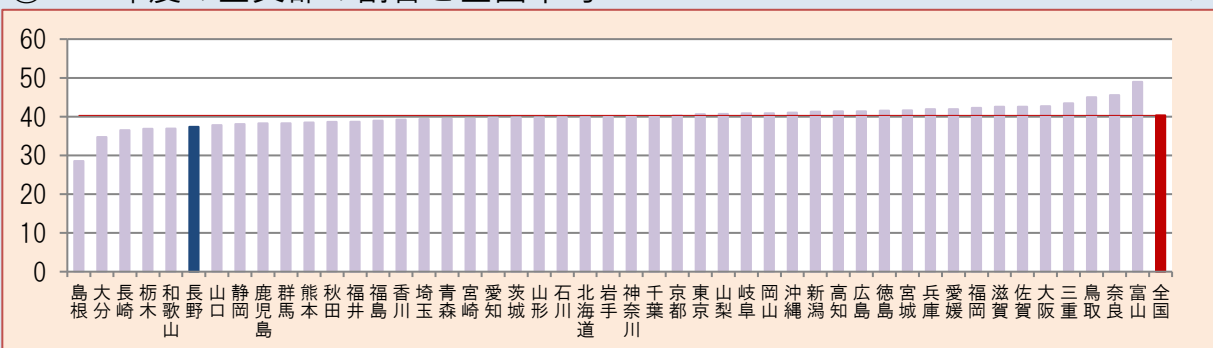
	年度	飲酒習慣 要改善者 の割合
長野支部	2017	7.8
	2018	7.9
	2019	8.0
	2020	8.2
全国平均	2020	9.1

(データソース:「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整割合)

指標6【睡眠で休養が取れていない者の割合】

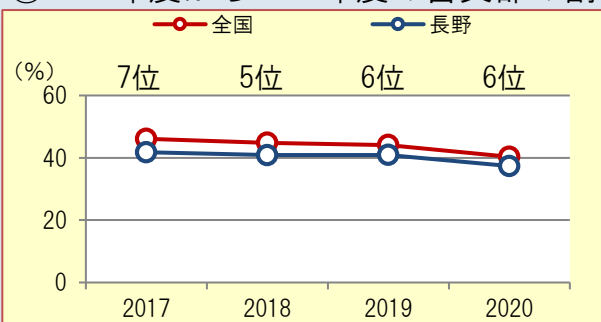
①2020年度の全支部の割合と全国平均

(%)



②2017年度から2020年度の自支部の割合と全国順位及び全国平均

(%)



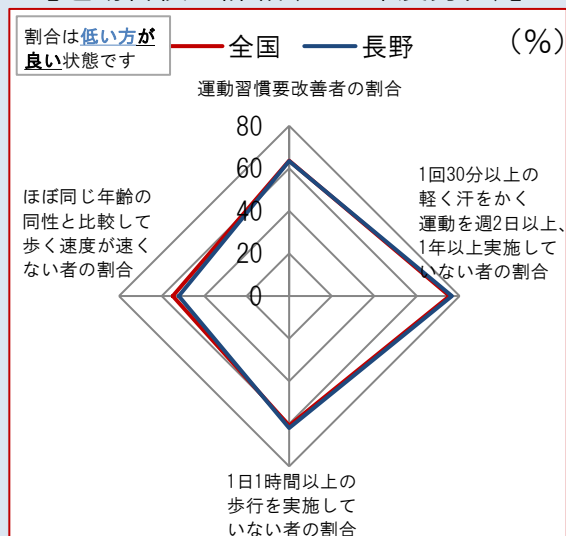
	年度	睡眠で休養が 取れていない 者の割合
長野支部	2017	41.8
	2018	40.8
	2019	40.9
	2020	37.4
全国平均	2020	40.3

(データソース：「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整割合)

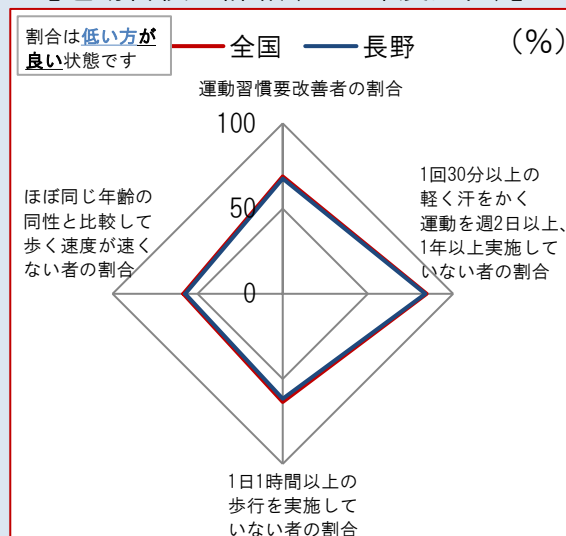
V 生活習慣に関する参考データ

【運動習慣の詳細】

【運動習慣の詳細(2020年度男性)】



【運動習慣の詳細(2020年度女性)】



(%)

	年度	全国男性	長野支部男性	全国女性	長野支部女性
運動習慣要改善者の割合	2017	65.3	65.9	69.7	69.3
	2018	64.4	64.1	68.7	67.4
	2019	63.8	63.9	68.3	67.4
	2020	63.6	63.4	68.8	67.6

(%)

	年度	全国男性	長野支部男性	全国女性	長野支部女性
1回30分以上の軽く汗を かく運動を週2日以上、1 年以上実施していない者の 割合	2017	77.2	79.1	84.7	85.2
	2018	76.5	77.8	84.1	83.9
	2019	76.0	77.3	83.8	83.6
	2020	75.3	76.4	84.4	83.6

(%)

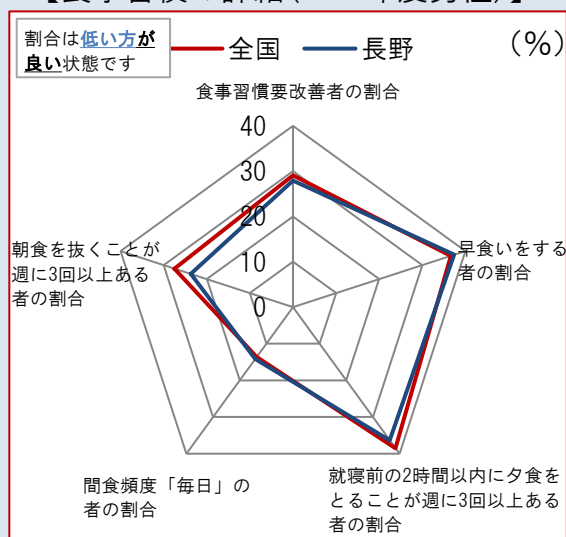
	年度	全国男性	長野支部男性	全国女性	長野支部女性
1日1時間以上の歩行を実 施していない者の割合	2017	64.2	64.9	66.0	63.8
	2018	62.8	63.9	64.5	62.7
	2019	61.5	63.3	63.8	62.2
	2020	60.9	62.0	63.6	61.7

(%)

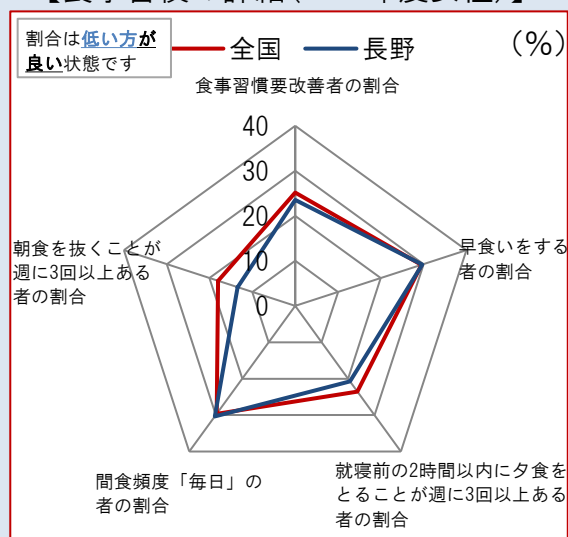
	年度	全国男性	長野支部男性	全国女性	長野支部女性
ほぼ同じ年齢の同性と比 較して歩く速度が速く ない者の割合	2017	54.4	53.6	58.4	58.8
	2018	53.8	50.7	57.4	55.8
	2019	53.9	51.0	57.4	56.3
	2020	54.7	51.9	58.5	57.3

【食事習慣の詳細】

【食事習慣の詳細(2020年度男性)】



【食事習慣の詳細(2020年度女性)】



(%)

	年度	全国男性	長野支部男性	全国女性	長野支部女性
食事習慣要改善者の割合	2017	34.2	32.5	24.1	21.5
	2018	35.1	33.6	24.5	22.3
	2019	30.0	29.0	26.1	24.6
	2020	29.1	27.9	25.2	23.6

注：2019年度版スコアリングレポートから項目数を変更しているため、時系列で比較する場合はご注意ください。

(%)

	年度	全国男性	長野支部男性	全国女性	長野支部女性
人と比較して食べる速度が速い者の割合	2017	35.5	35.7	29.6	29.2
	2018	36.9	38.0	30.3	30.6
	2019	37.0	38.2	30.0	30.2
	2020	36.6	37.4	29.5	29.7

(%)

	年度	全国男性	長野支部男性	全国女性	長野支部女性
就寝前の2時間以内に夕食をとることが週に3回以上ある者の割合	2017	40.6	38.9	25.0	22.2
	2018	41.5	39.5	25.8	23.0
	2019	41.5	39.5	25.8	22.8
	2020	38.5	36.4	23.5	20.7

(%)

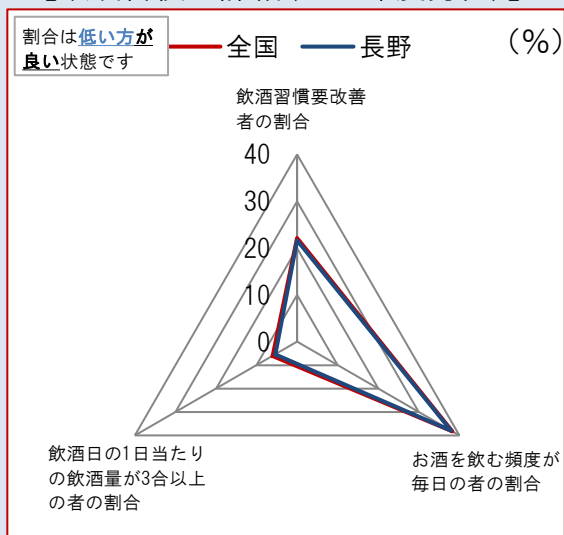
	年度	全国男性	長野支部男性	全国女性	長野支部女性
間食頻度「毎日」の者の割合	2017	—	—	—	—
	2018	—	—	—	—
	2019	14.0	14.7	30.5	31.9
	2020	13.6	14.2	29.7	30.4

注：2019年度版スコアリングレポートから新規追加している。

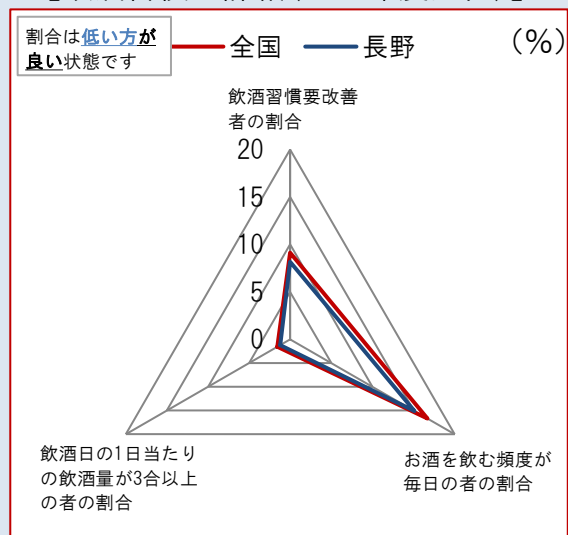
	年度	全国男性	長野支部男性	全国女性	長野支部女性
朝食を抜くことが週に3回以上ある者の割合	2017	26.5	23.0	17.6	13.2
	2018	26.8	23.2	17.5	13.2
	2019	27.5	23.8	18.1	13.6
	2020	27.5	23.7	18.0	13.4

【飲酒習慣の詳細】

【飲酒習慣の詳細(2020年度男性)】



【飲酒習慣の詳細(2020年度女性)】



(%)

	年度	全国男性	長野支部男性	全国女性	長野支部女性
飲酒習慣要改善者の割合	2017	23.6	23.0	9.1	7.8
	2018	23.3	22.7	9.1	7.9
	2019	22.8	22.0	9.2	8.0
	2020	22.2	21.7	9.1	8.2

(%)

	年度	全国男性	長野支部男性	全国女性	長野支部女性
お酒を飲む頻度が毎日の者の割合	2017	40.5	40.3	16.4	14.4
	2018	39.9	39.7	16.5	14.6
	2019	38.8	38.2	16.5	14.7
	2020	38.3	38.0	16.7	15.1

(%)

	年度	全国男性	長野支部男性	全国女性	長野支部女性
飲酒日の1日当たりの飲酒量が3合以上の者の割合	2017	6.7	5.7	1.8	1.2
	2018	6.6	5.6	1.8	1.3
	2019	6.7	5.8	1.8	1.3
	2020	6.0	5.4	1.6	1.2

Ⅵ各指標の算出方法

【使用データ】

- 健診受診率、特定保健指導実施率…各支部からの報告による請求ベースのデータ(2017-2020)
- メタボリックシンドローム減少率…国への報告データ「内臓脂肪症候群該当者の減少率」(2016-2019)
- 生活習慣病リスク及び生活習慣要改善者…「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」の支部別全受診者(40歳-74歳)より各項目の年齢調整割合(2017-2020)
- 医療費…協会けんぽの都道府県支部別医療費の状況(運営委員会公表資料)のバックデータから年齢構成を標準化した1人当たり医療費(2016-2019)
(入院外医療費は調剤除く)
(その他医療費は食事療養費、訪問看護療養費、療養費、移送費の合計)

【生活習慣病リスク及び生活習慣リスクの判定基準】

- メタボリックリスク : 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する者
- メタボリック予備群 : 腹囲リスク該当かつ血圧、代謝、脂質のうち1つのリスクに該当する者
- 腹囲リスク : 男性85cm以上、女性90cm以上
- 血圧リスク : 収縮期130mmHg以上 又は 拡張期85mmHg以上 又は服薬
- 代謝(血糖)リスク : 空腹時血糖100mg/dl以上
- 脂質リスク : 中性脂肪150mg/dl以上
- 喫煙習慣がある者 : 「現在、たばこを習慣的に吸っている」に「はい」と回答した者の割合
- 体重10kg以上増加者 : 「20歳の時の体重から10kg以上増加している」に「はい」と回答した者の割合
- 運動習慣要改善者 : 「1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上1年以上実施している」と「日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施」と「ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速い」それぞれに「いいえ」と回答した者の割合の平均
- 食事習慣要改善者 : 「人と比較して食べる速度が速い」に「速い」と回答した者の割合と「就寝前の2時間以内に夕食をとることが週に3回以上ある」に「はい」と回答した者の割合と「朝昼夜の3食以外に間食や甘い飲み物を摂取していますか」に「毎日」と回答した者の割合と「朝食を抜くことが週に3回以上ある」に「はい」と回答した者の割合の平均。
- 飲酒習慣要改善者 : 「お酒(日本酒、焼酎、ビール、洋酒など)を飲む頻度」に「毎日」と回答した者の割合と「飲酒日の1日当たりの飲酒量」に「3合以上」と回答した者の割合の平均
- 睡眠で休養が取れていない者 : 「睡眠で休養が十分とれている」に「いいえ」と回答した者の割合

【順位の判定について】

それぞれの項目において、順位の1位は以下の状態を表しています。

- 健診受診率 …受診率が最も高い=1位
- 特定保健指導実施率 …実施率が最も高い=1位
- メタボリックシンドローム該当者減少率 …減少率が最も高い=1位
- 生活習慣病リスク保有者の割合 …リスク保有者の割合が低い=1位
- 生活習慣要改善者の割合 …要改善者の割合が低い=1位
- 医療費 …医療費が低い=1位

指標○	○○○○○ A	指標○	○○○○○ B	指標○	○○○○○ C
	(順位1位～10位)		(順位11位～37位)		(順位38位～47位)