

総合目標

指標案		指標の方向	現状値	主な出典 [調査主体]
健康寿命の延伸	65歳健康寿命（要介護2以上）	65歳平均余命の増加分を上回る65歳健康寿命の増加	【令和3年】 65歳健康寿命 男性：83.01歳 女性：86.19歳 65歳平均余命 男性：19.70年 女性：24.66年	65歳健康寿命（東京保健所長会方式） [東京都福祉保健局]
健康格差の縮小	区市町村別65歳健康寿命（要介護2以上）の下位4分の1の平均	上位4分の1の平均の増加分を上回る下位4分の1の平均の増加	【令和3年】 下位4分の1 男性：82.28歳 女性：85.73歳 上位4分の1 男性：83.93歳 女性：86.79歳	65歳健康寿命（東京保健所長会方式） [東京都福祉保健局]

分野別目標

領域区分	分野	指標案 (●：国と同じ、△：国と一部同じ(出典が異なる)) ※：都独自	指標の方向	現状値	主な出典 [調査主体]
生活習慣の改善	栄養・食生活	● 適正体重（BMI 18.5以上25未満、65歳以上はBMI 20を超え25未満）を維持している人の割合（20歳以上）	増やす	【平成29～令和元年】 男性（20～64歳）：72.1% 女性（20～64歳）：68.7% 男性（65歳以上）：56.2% 女性（65歳以上）：49.3%	国民健康・栄養調査 [厚生労働省]
		△ 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の者の割合（20歳以上）	増やす	【平成30年】※参考 男性：43.6% 女性：49.5%	健康に関する世論調査 [東京都生活文化局] ※参考：国民健康・栄養調査 [厚生労働省] 再集計にて把握
		● 野菜の1日当たりの平均摂取量（20歳以上）	増やす	【平成29～令和元年】 男性：293.5g 女性：295.1g	国民健康・栄養調査 [厚生労働省]
		● 食塩の1日当たりの平均摂取量（20歳以上）	減らす	【平成29～令和元年】 男性：11.0g 女性：9.2g	国民健康・栄養調査 [厚生労働省]
		● 果物の1日当たりの平均摂取量（20歳以上）	増やす	【平成29～令和元年】 男性：83.4g 女性：104.3g	国民健康・栄養調査 [厚生労働省]
	身体活動・運動	● 日常生活における1日当たりの平均歩数（20歳以上）	増やす	【平成29～令和元年】 男性（20～64歳）：8,585歩 女性（20～64歳）：7,389歩 男性（65歳以上）：5,913歩 女性（65歳以上）：5,523歩	国民健康・栄養調査 [厚生労働省]
		日常生活における1日当たりの平均歩数が6,000歩未満（65歳以上は4,000歩未満）の者の割合（20歳以上） ※	減らす	【平成29～令和元年】 男性（20～64歳）：28.2% 女性（20～64歳）：40.6% 男性（65歳以上）：38.4% 女性（65歳以上）：36.6%	国民健康・栄養調査 [厚生労働省]
		● 運動習慣者の割合（1回30分以上の運動を週2日以上実施し、1年以上継続している者）（20歳以上）	増やす	【平成29～令和元年】 男性：40.5% 女性：28.3%	国民健康・栄養調査 [厚生労働省]
	休養・睡眠	△ 睡眠で休養がとれている者の割合（20歳以上）	増やす	【平成28～30年】※参考 男性（20～59歳）：67.6% 女性（20～59歳）：72.3% 男性（60歳以上）：85.3% 女性（60歳以上）：87.7%	健康に関する世論調査 [東京都生活文化局] ※参考：国民健康・栄養調査 [厚生労働省] 再集計にて把握
		△ 睡眠時間が6～9時間（60歳以上は6～8時間）の者の割合（20歳以上）	増やす	【平成29～令和元年】※参考 男性（20～59歳）：52.9% 女性（20～59歳）：58.7% 男性（60歳以上）：50.7% 女性（60歳以上）：52.7%	健康に関する世論調査 [東京都生活文化局] ※参考：国民健康・栄養調査 [厚生労働省] 再集計にて把握
		年間就業日数200日以上かつ週間就業時間60時間以上の就業者の割合（15歳以上）	減らす	【平成29年】 総数：8.4%	就業構造基本調査 [総務省]
	飲酒	△ 生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人の割合（1日当たりの純アルコール摂取量が男性40g以上、女性20g以上の人の割合）（20歳以上）	減らす	【令和3年】 男性：16.4% 女性：17.7%	健康に関する世論調査 [東京都生活文化局]
	喫煙	△ 20歳以上の者の喫煙率	下げる	【令和4年】 総数：13.5% 男性：20.2% 女性：7.4%	国民生活基礎調査 [厚生労働省]
	歯・口腔の健康	4本以上のむし歯（う蝕）のある者の割合（3歳児）	減らす	【令和4年度】 1.33%	東京の歯科保健 [東京都福祉保健局]
		むし歯（う蝕）のない者の割合（12歳）	増やす	【令和3年度】 77.4%	東京都の学校保健統計書 [東京都教育委員会]
		△ 進行した歯周病を有する者の割合（40歳～49歳）	減らす	【令和3年度】 43.9%	東京の歯科保健 [東京都福祉保健局]
		△ 何でもかんで食べることができる者の割合（50歳～64歳）	増やす	【令和2年度】 83.1%	NDBオープンデータ・特定健康診査（質問票） [厚生労働省]
		8020を達成した者の割合（75歳～84歳）	増やす	【令和4年度】 61.5%	東京都歯科診療所患者調査 [東京都福祉保健局]

東京都健康推進プラン21（第三次） 指標（案）暫定版

領域区分	分野	指標案 (●：国と同じ、△：国と一部同じ(出典が異なる)) ※：都独自	指標の方向	現状値	主な出典 [調査主体]	
主な生活習慣病の発症予防と重症化予防	がん	人口10万人当たりがんによる75歳未満年齢調整死亡率	減らす			
		指標検討中（東京都がん対策推進計画と整合を図る）				
		都民のがん検診の受診率	増やす			
	指標検討中（東京都がん対策推進計画と整合を図る）					
		精密検査受診率 ※	増やす			
	指標検討中（東京都がん対策推進計画と整合を図る）					
	糖尿病	人口10万人当たり糖尿病性腎症による新規透析導入率		減らす	【令和3年】 11.0	わが国の慢性透析療法の現況 [一般社団法人 日本透析医学会]
		● 治療継続者の割合（20歳以上）		増やす	【平成29～令和元年】 男性：64.9% 女性：43.5%	国民健康・栄養調査 [厚生労働省]
		● HbA1c8.0%以上の者の割合（40～74歳）		減らす	【令和2年度】 男性：1.88% 女性：0.66%	NDBオープンデータ [厚生労働省]
		糖尿病有病者・予備群の割合（40～74歳）		減らす	【平成29～令和元年】 男性：34.1% 女性：23.4%	国民健康・栄養調査 [厚生労働省]
		メタボリックシンドローム該当者の割合（東京都全体）（40～74歳）		減らす	【令和3年度】 15.1%	特定健康診査・特定保健指導の実施状況 [厚生労働省]
		メタボリックシンドローム予備群の割合（東京都全体）（40～74歳）		減らす	【令和3年度】 12.3%	特定健康診査・特定保健指導の実施状況 [厚生労働省]
		● 特定健康診査の実施率（東京都全体）（40～74歳）		増やす	【令和3年度】 65.4%	特定健康診査・特定保健指導の実施状況 [厚生労働省]
		● 特定保健指導の実施率（東京都全体）（40～74歳）		増やす	【令和3年度】 23.1%	特定健康診査・特定保健指導の実施状況 [厚生労働省]
	循環器病	● 人口10万人当たり脳血管疾患による年齢調整死亡率		下げる	【令和2年】※参考 男性：30.1 女性：15.8	人口動態統計特殊報告 [厚生労働省] ※参考：人口動態統計 [東京都福祉保健局]（昭和60年モデル）
		● 人口10万人当たり心疾患による年齢調整死亡率		下げる	【令和2年】※参考 男性：60.4 女性：27.2	人口動態統計特殊報告 [厚生労働省] ※参考：人口動態統計 [東京都福祉保健局]（昭和60年モデル）
		△ 収縮期血圧の平均値（40～74歳）		下げる	【令和2年度】 男性：126.0mmHg 女性：120.2mmHg	NDBオープンデータ [厚生労働省]
		△ LDLコレステロール160mg/dl以上の者の割合（40～74歳）		減らす	【令和2年度】 男性：14.5% 女性：13.8%	NDBオープンデータ [厚生労働省]
		メタボリックシンドローム該当者の割合（東京都全体）（40～74歳） <再掲>		減らす	【令和3年度】 15.1%	特定健康診査・特定保健指導の実施状況 [厚生労働省]
		メタボリックシンドローム予備群の割合（東京都全体）（40～74歳） <再掲>		減らす	【令和3年度】 12.3%	特定健康診査・特定保健指導の実施状況 [厚生労働省]
		● 特定健康診査の実施率（東京都全体）（40～74歳） <再掲>		増やす	【令和3年度】 65.4%	特定健康診査・特定保健指導の実施状況 [厚生労働省]
● 特定保健指導の実施率（東京都全体）（40～74歳） <再掲>			増やす	【令和3年度】 23.1%	特定健康診査・特定保健指導の実施状況 [厚生労働省]	
COPD	● 人口10万人当たりCOPDによる死亡率		減らす	【令和3年度】 男性：17.0 女性：3.7	人口動態統計年報（確定数） [東京都福祉保健局]	

東京都健康推進プラン21（第三次） 指標（案）暫定版

領域区分	分野	指標案 (●：国と同じ、△：国と一部同じ(出典が異なる)) ※：都独自	指標の方向	現状値	主な出典 [調査主体]
生活機能の維持・向上	こころの健康	● 支援が必要な程度の心理的苦痛を感じている者（K6の合計点数10点以上）の割合（20歳以上）	減らす	【令和4年】 男性：9.2% 女性：12.0%	国民生活基礎調査 [厚生労働省]
		● 専門家（機関）への相談が必要だと感じた時に適切な相談窓口を見つけることができた人の割合（20歳以上） ※	増やす	【令和3年】 52.1%	健康に関する世論調査 [東京都生活文化局]
		● 人口10万人当たり自殺死亡率 ※	減らす	【令和3年】 総数：15.9 男性：20.1 女性：11.8	人口動態統計年報（確定数） [東京都福祉保健局]
身体の健康		● 人口千人当たりの足腰に痛みのある高齢者の人数（65歳以上）	減らす	【令和4年】 総数：211.3人	国民生活基礎調査 [厚生労働省]
		△ 地域の人々とのつながりが強いと思う者の割合（20歳以上）	増やす	【令和元年】 ※参考 男性：32.7% 女性：32.4%	都民の健康や地域とのつながりに関する意識・活動状況調査 [東京都福祉保健局] ※参考：国民健康・栄養調査 [厚生労働省] 再集計にて把握
		△ いずれかの社会活動（就労・就学を含む）を行っている者の割合（20歳以上）	増やす	【令和元年】 ※参考 男性：85.6% 女性：78.2%	都民の健康や地域とのつながりに関する意識・活動状況調査 [東京都福祉保健局] ※参考：国民健康・栄養調査 [厚生労働省] 再集計にて把握
社会環境の質の向上	社会とのつながり	健康状態の評価（主観的健康感） （自分自身の健康状態を「よい」「まあよい」と回答した人の割合の合計）（20歳以上） ※	増やす	【令和3年】 男性：81.4% 女性：79.9%	健康に関する世論調査 [東京都生活文化局]
		● 東京都スポーツ推進企業認定数 ※	増やす	【令和4年度】 366社	東京都スポーツ推進企業認定制度 [東京都生活文化スポーツ局]
		● 受動喫煙の機会	なくす	【平成29～令和元年】 職 場：30.9% 飲 食 店：49.4%	国民健康・栄養調査 [厚生労働省]
誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備	自然に健康になれる環境づくり	健康経営に取り組む企業数	増やす	検討中	
		● 1週間の総運動時間（体育授業を除く）が60分未満の児童の割合	減らす	【令和4年度】 男子（小5）：7.5% 男子（中2）：9.6% 女子（小5）：12.4% 女子（中2）：19.2%	全国体力・運動能力、運動習慣等調査 [スポーツ庁]
ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり	こどもの健康	● 毎日朝食を食べる児童・生徒の割合 ※	増やす	【令和4年度】 男子（小5）：87.5% 男子（中2）：83.8% 男子（高2）：74.6% 女子（小5）：87.5% 女子（中2）：79.4% 女子（高2）：74.5%	東京都児童・生徒体力・運動能力、生活・運動習慣等調査 [東京都教育委員会]
		● 児童・生徒における肥満傾向児の割合	減らす	【令和3年度】 男子（小5）：8.59% 女子（小5）：8.99%	学校保健統計調査 [文部科学省]
		● 低栄養傾向（BMI20以下）の高齢者の割合（65歳以上）	減らす	【平成29～令和元年】 男性：10.8% 女性：25.4%	国民健康・栄養調査 [厚生労働省]
高齢者の健康		● 人口千人当たりの足腰に痛みのある高齢者の人数（65歳以上） <再掲>	減らす	【令和4年】 総数：211.3人	国民生活基礎調査 [厚生労働省]
		△ いずれかの社会活動（就労・就学を含む）を行っている高齢者の割合（65歳以上）	増やす	【令和元年】 ※参考 男性：72.7% 女性：76.2%	都民の健康や地域とのつながりに関する意識・活動状況調査 [東京都福祉保健局] ※参考：国民健康・栄養調査 [厚生労働省] 再集計にて把握
		● 20～30歳代女性のやせ（BMI18.5未満）の人の割合	減らす	【平成29～令和元年】 23.1%	国民健康・栄養調査 [厚生労働省]
女性の健康		生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人の割合 （1日当たりの純アルコール摂取量が女性20g以上の人の割合） （20歳以上） <再掲>	減らす	【令和3年】 女性：17.7%	健康に関する世論調査 [東京都生活文化局]

※指標は、「東京都保健医療計画」「東京都医療費適正化計画」「東京都がん対策推進計画」「東京都歯科保健推進計画」「東京都循環器病対策推進計画」等、各種関連計画との整合を図る