

4. 「人が輝く」

②生涯健康づくり

前期基本計画の取組状況

(1) ライフステージに応じた健康な生活習慣づくり

生後 4 カ月までの乳児のいる家庭を保健師や助産師が訪問して支援しており、平成 23 年度の訪問実施率は 98.4%で、入院中や里帰りの方を除き、ほぼ全戸訪問ができます。

妊娠届時個別面接の機会をとらえ、保健師が栄養や喫煙等の指導を行いました。

休日検診の導入、節目がん検診の実施、一部のがん検診における節目年齢無料クーポン券の送付などを実施し、受診者数の増加に努めるとともに、子宮頸がん・乳がん検診の広域化や大腸がん検診の医療機関実施を開始するなど、受診しやすい体制づくりに取り組みました。受診者数は平成 23 年度 3,557 人（目標 4,200 人：達成率約 84%）と増加したものの、受診率は全国、県に比べて低く、引き続き受診者数の増加に努める必要があります。

特定健診結果でのメタボリックシンドロームの該当者などに特定保健指導を実施するとともに、該当者以外の方には、生活習慣病予防に関する健康講座を行いました。また、高齢者に対しては、地元老人会や地域包括支援センターの協力のもと、市内 10 か所の公民館等で健康相談を実施しました。

(2) 地域ぐるみの健康づくり支援

食に関するボランティア組織である食生活改善推進員（ヘルスマイト）の養成講座を平成 22 年度に開催し、16 名のヘルスマイトを養成しました。また、ポンポコくらぶにおける安全確認や遊びを通して、母子保健推進員が自主的に活動できるよう支援しました。さらに、乳児相談や親子教室（ポンポコくらぶなど）を実施し、遊び場の提供、育児の相談、地域の交流を図りました。

(3) 健康づくりのための環境整備

「健康こまつしま 21」については、実施した中間評価の結果をもとに、取り組む重点課題と具体的な内容について、平成 22 年度に見直しを図りました。

予防接種については、子宮頸がんワクチンなどの無料接種を平成 22 年度から開始して感染予防を図りました。また、乳幼児定期予防接種については、受診率 85% を目標に取り組んだ結果、平成 23 年度接種率は BCG、三種混合、麻疹・風疹は目標を達成しましたが、ポリオが 80%、日本脳炎が 39%

でした。ポリオは不活化ワクチンへの移行期で保護者が接種を控えたため、日本脳炎は平成 17 年から約 5 年間、国が接種を控えたためと考えられます。

保健師、管理栄養士等の資質の向上については、毎月の業務検討会の開催や、県内研修会への積極的な参加により、知識の向上に努めています。

現況と課題

国・県では

平成 12 年度に国において「健康日本 21」が策定され、健康づくり施策が進められました。公共の場での分煙が進み、成人男性の喫煙者が減るなどの成果がありましたが、日常生活における歩数の減少や、壮年期のうつ病の増加など新たな課題も出ています。こうした状況の変化等を踏まえ、平成 24 年度に「健康日本 21（第 2 次）」が策定され、社会経済の変化に対応した健康づくり運動が推進されます。

徳島県では全国と比べ糖尿病死亡率が高く、慢性透析患者数は全国第 2 位となっています。

小松島市では

平成 11 年に完成した保健センター・ミリカホールは、健康情報の発信、乳幼児から高齢者の人達の健康づくりの拠点として、市民の皆さんに総合的な保健サービス事業を展開してきました。

また、平成 13 年に長期的な市民の皆さんの健康づくり計画「健康こまつしま 21」を策定し、ライフステージに応じた健康課題を明確にし、市民の皆さんのが主導的に健康づくりに取り組めるように、行政、地域、医療機関などがそれぞれの立場で支援することを示しました。

平成 20 年度に「健康こまつしま 21」の中間評価を実施し、平成 22 年度より、課題である糖尿病等の生活習慣病予防対策の充実、強化に取り組んでいます。

また、平成 20 年度から実施している特定健診・特定保健指導は、メタボリックシンドロームの認知度をあげ、健診データから抽出した対象者に対し効果的な保健指導を行っています。



健康づくりのつどい

基本方針

小松島市健康づくり計画「健康こまつしま21」の推進

「自らの健康は自らがつくるなければなりません。市では、一人ひとりの健康づくりを地域全体で支援できるようなまちづくりをめざします。また、市民の皆さんに「健康こまつしま21」の主旨を広く知っていただき、自ら健康づくりに取り組めるよう保健サービスの充実を図ります。」

乳幼児から高齢者までのライフステージに応じた望ましい生活習慣づくりのため、効果的な保健サービスを提供し、一人ひとりの健康づくり活動を支援するとともに、医療機関や学校、福祉、地区組織などと連携し、個人の健康づくりを地域全体で支援できるような体制づくりに取り組みます。

施策体系

●生涯健康づくり

- ライフステージに応じた健康な生活習慣づくり
- 地域ぐるみの健康づくり支援
- 健康づくりのための環境整備

主な取組

(1) ライフステージに応じた健康な生活習慣づくり

- 母子健康手帳の交付の時から、妊婦健診、乳幼児健診、親子教室を通して継続的に親子、家族に関わり、より良い生活習慣の形成と子どもの健やかな成長、発達を支援します。特に幼少期の食習慣は成人期の食習慣に影響を与えることより、幼児の朝食欠食率ゼロをめざします。
- 学童期は学校の指導を中心に連携・協力をし、健康な生活に必要な知識、技能の普及を行います。
- 就職・結婚など自分自身のライフスタイルを確立する青年期においては、妊娠、出産、育児などの機会をとらえ、栄養や喫煙、飲酒に対する指導を行い、正しい知識の普及や望ましい生活習慣への改善を図ります。

- 生活習慣病の発生する壮年期は、がん検診無料クーポンや検診手帳の配布、個別通知によりがん検診のPRを図るとともに、休日検診や特定健診との同日実施など受けやすい検診の体制づくりに努め、がん検診の受診率を胃がん、肺がん、大腸がん検診は40%を、子宮頸がん、乳がん検診は50%をめざします。特定保健指導等の充実を図り、メタボリックシンドロームの該当者及び予備軍の減少をめざします。また血糖、脂質、血圧、喫煙のリスクのある非肥満者に対する保健指導も行います。

目標指標	現状値	目標値	指標の説明等
がん検診の受診率 (%)	23年度	28年度	対象者に対する検診の受診率
胃がん	7.7	40	※受診者は40歳から69歳で計算(子宮頸がんは20歳から69歳)し、国民健康保険による人間ドックでの胃・肺・大腸がん受診者(40歳から69歳)を含む。
肺がん	8.3	40	
大腸がん	12.9	40	
子宮頸がん	23.4	50	※対象者は、胃がん・肺がん・大腸がん(7,206人)、子宮頸がん(5,963人)、乳がん(4,264人)
乳がん	24.7	50	

- 身体機能や運動機能に個人差が見られる高齢期は、地元の老人会や地域包括支援センター、福祉部門などと連携し、口コモティブ症候群(運動器症候群)や生活習慣病によるQOL¹⁷の低下を予防し、健康寿命の延伸を図ります。
- 関係機関と連携しながら、自殺予防に関する正しい知識の普及啓発を図るとともに、心の健康づくりに関する相談を行います。

(2) 地域ぐるみの健康づくり支援

- 食生活改善推進協議会、母子保健推進員などの健康ボランティアの育成と活動の活性化を図り、参加しやすい地域に根ざした健康づくり運動を推進します。
- 「糖尿病地域連携パス¹⁸」などを活用し、地域医療機関と連携を持ち、糖尿病の重症化予防に努めます。

¹⁷QOL Quality of Life の頭文字をとったもので、「生活の質」と訳されることが多く、物質的な豊かさやサービスの量、個々の身辺自立だけでなく、精神面を含めた生活全般的な豊かさと自己実現を含めた概念です。

¹⁸糖尿病地域連携パス 徳島県医師会糖尿病対策班で、糖尿病の受診が必要な方が早期の段階から治療できることを目的に作成された、地域保健師と医療機関医相互の連携のための情報提供様式です。

- 現在、実施している乳児相談や親子教室（ポンポコくらぶなど）の開催を継続し、育児中の親子に交流の場を設け、地域ぐるみの育児サポートを行います。
- 学校保健や地域スポーツクラブ、地域組織など健康づくりに関連する諸機関とのネットワークにより、市民一人ひとりが主体的に健康づくりに取り組めるよう支援します。

(3) 健康づくりのための環境整備

- 「健康こまつしま 21」の最終年度である平成 25 年度に計画の見直しを行い、「健康日本 21（第 2 次）」計画や小松島市第 2 期特定健診等実施計画などと整合性を保ちつつ、市の実情に即した計画の更新を図ります。
- 乳幼児から高齢者まで、市民の皆さんのが気軽に健康づくりに取り組める拠点として保健センター・ミリカホールの利用を進めます。
- 感染症予防については、衛生的な生活習慣の普及に努めるとともに、保育所、幼稚園、学校、医療機関の協力のもと、定期予防接種の接種率 90%以上をめざします。

目標指標	現状値	目標値	指標の説明等
乳幼児、児童・生徒の定期予防接種の接種率(%)	23 年度	28 年度	BCG、三種混合、ポリオ、4 種混合、麻しん・風しん、日本脳炎、二種混合の予防接種率
	平均 (57.1)	各 90	

- 乳幼児から高齢者まで市民一人ひとりの特性に応じ、生活習慣病の発生予防や重症化予防に従事する市の保健師、管理栄養士、看護師などの人材確保と資質の向上をめざします。