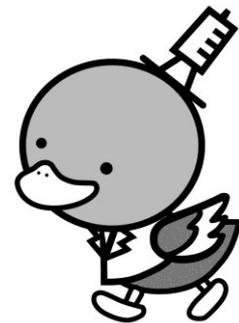


第2章 第二次計画の取組みと分野別の現状と課題



健康づくり
マスコットキャラクター
健診カモンくん

第2章 第二次計画の取組みと分野別の現状と課題

1. 健康づくり事業の変遷

(1) 健康づくり事業の変遷

第二次計画の10分野54項目の目標を達成するために、各種健康づくり事業を前期5年間（平成25年度～平成29年度）取組んできました（表13、表14）。

表13 健康づくり事業の変遷（生活習慣病の発症予防・重症化予防）

取組み分野		H25年度	H26年度	
生活習慣病の発症予防・重症化予防	がん	検診体制	○集団検診（胃X線・肺・大腸・子宮頸・乳、前立腺）	
			○施設検診（子宮頸）	
			○無料クーポン券発行（H21～子宮頸・乳 H23～大腸） ○子宮頸・乳がん検診無	
			○肝炎ウイルス検診	
	啓発	○検診会場における乳がん自己検診法の普及	○生活習慣病予防セミナー（胃がん）	
		○生活習慣病予防セミナー（大腸がん）		
	循環器疾患	健診体制	○医療機関向け説明会開催開始	
			○特定健康診査（集団・施設）	
			○休日健診（土日9日間）	
			○生活習慣病予防健康診査（若年・生活保護）	
			○40歳受診料無料開始	
			○個別健診に市外医療機関2か所追加	
	健診等検査データ提供	○事業主からの健診等検査データ提供（国保連）開始、受診券に健診等検査	○市国保医療費通知に健診等検査	
		啓発	○生活習慣病予防セミナー	
	循環器疾患 糖尿病 共通事項	計画	○第2期特定健康診査等実施計画（H25～H29）に基づき実施	
		メタボ対策	○特定保健指導（専任者の配置）	
		保健指導ツール		
		重症化予防	○重症化予防保健指導（医療連携、糖尿病管理台帳の活用）	
啓発		○健診結果説明会		
糖尿病	啓発	○加賀市糖尿病協議会発足（症例検討会・薬局による血糖測定事業・コメディカル）		
		○生活習慣病予防セミナー（糖尿病）		

第2章 第二次計画の取組みと分野別の現状と課題

前期5年間（平成25年度～平成29年度）の取組みをまとめた結果、「生活習慣病の発症予防・重症化予防」や「生活習慣の改善」の全項目にわたり、「特定健康診査等実施計画」と一体的に取り組んできました。また、「生活習慣の改善」における「栄養・食生活」や「身体活動・運動」の分野、「健康づくりの基盤整備」は、保健推進員や食生活改善推進員の活動を中心に啓発普及に取り組んできました。

今後、高齢化が更に進むことで、医療費や介護給付費などの社会保障費などの増大が見込まれることから、健康に資する「食事」「運動」習慣の取組みが定着するための継続的な支援体制を保健分野のみならず、医療、介護、スポーツの分野と協働で取り組むことが重要となります。

H27年度	H28年度	H29年度
		○内視鏡胃がん施設検診開始(8か所)
	○妊婦健診に子宮頸がん検診追加	
料券発行		
	○市医療センターにて休日乳がん検診実施	○乳がん施設検診開始(1か所)
○生活習慣病予防セミナー(子宮頸がん)	○かが健幸長寿講座(乳がん)	○生活習慣病予防セミナー(胃がん)
○土日10日間		
○65歳受診料無料開始		
○レディース健診日設置		
	○総合健診日設置	
	○健診時に体組成測定導入(4回)	
データ提供書同封		
データ提供書同封		
○生活習慣病予防セミナー	○健幸長寿講座(脳卒中)	
○加賀市国保データヘルス計画(H27～H29)に基づき実施		
○人間ドック受診者への特定保健指導開始		
	○特定保健指導(積極的支援)に運動・食体験メニュー導入	
	○保健指導教材(タブレット)導入	○メタボ予防・改善事業(運動施設利用券交付事業)
	○健診結果説明会に運動体験導入(4回)	
研修会等)		
○思春期地域健康講座(糖尿病)		○生活習慣病予防セミナー(糖尿病)
	○糖尿病週間行事(かが健幸長寿講座)	

表 14 健康づくり事業の変遷（生活習慣の改善・こころの健康・健康づくりの基盤整備）

		H25年度	H26年度
生活習慣の改善	栄養・食生活	○食生活改善基礎講座の開催	
		○生活習慣病予防セミナー	
		○思春期地域健康講座(PTA対象)	
	身体活動・運動		
	飲酒		
	喫煙	○生活習慣病予防セミナー(受動喫煙防止講演会)	
	歯・口腔の健康	○歯と口の健康週間行事(加賀市歯科医師会委託)	
		○乳幼児う歯予防対策事業	
○歯周病検診			
休養			
生活習慣の改善共通	○広報などによる周知、および個別指導の実施		
こころの健康	専門家による相談事業	○加賀市こころの健康づくり相談	
	「こころの健康」に関する教育の推進	○こころの健康づくりのための映画会	○こころの健康づくり講演会
		○自殺予防週間街頭キャンペーン	
		○ゲートキーパー養成出前講座	
健康づくりの基盤整備	健康づくり啓発パンフレット (かがし健康応援プラン21推進・周知編)	健康づくり啓発パンフレット (食事編)	
	健康相談の実施(平日の随時相談、イベント時相談、月1回定例相談(骨密度測定)		
	○保健推進員協議会活動 スローガン:「私たちは市民の健康づくりを応援します」 重点目標:特定健診・がん検診の受診率向上を目指そう、健康寿命を延ばすため 活動内容:住民への受診勧奨、ラジオ体操・ウォーキング会・健康講座の開催など		
	○食生活改善推進協議会活動 スローガン:「私達の健康は私達の手で」 重点活動:バランス食の推進 (健診結果説明会)	重点活動:野菜摂取を増やそう 市販食品に含まれる糖分展示	

H27年度	H28年度	H29年度
		○かが健幸長寿講座(食)
	○健診会場で適量確認のおにぎり配布 (4回)	(4回)
	○ラジオ体操の推進(物品貸し出し、正しいラジオ体操教室)	○ラジオ体操ステーション認定制度(11か所)
○生活習慣病予防セミナー (脱メタボ)(運動習慣作るコツ)		○かが健幸長寿講座(運動)
	○ウォーキング教室の開催(KAGA健幸フェスタ)	
		○ウォーキングコース調査とウォーキングマップの作成(金沢学院大学)
		○生活習慣病予防セミナー (こころの健康づくりと飲酒について)
○禁煙フォーラムの開催	○かが健幸長寿講座(受動喫煙防止講演会)	○生活習慣病予防セミナー(受動喫煙防止講演会)
	○生活習慣病予防セミナー(睡眠)	
○こころの健康づくり講演会	○生活習慣病予防セミナー(睡眠)	○生活習慣病予防セミナー(飲酒)
健康づくり啓発パンフレット (メタボ改善・運動編)	健康づくり啓発パンフレット (糖尿病編)	健康づくり啓発パンフレット (高血圧症編)
・血圧測定)		○測定種目の充実 (体組成・内臓脂肪測定、運動機能分析)
の食事・運動を推進しよう		
重点活動:野菜摂取を増やそう 減塩に取組もう	重点活動:糖尿病予防 野菜摂取を増やそう	重点活動:野菜摂取を増やそう 減塩に取組もう
		◎「KAGA健食健歩プロジェクト」により、 健康づくりを推進
	○KAGA健康フェスタ開催	
	○健康・医療・介護分野による「かが健幸長寿講座」を開催(12回/年)	
	○健康のまちづくり市内ウォーキング開始	
	○健康のまちづくり友好都市連盟に加盟	
	サミット参加(福井県高浜町)	サミット参加(宮崎県延岡市)
		○タニタ健康プログラム開始 (運動、食セミナー・活動量計・測定)
		○タニタ監修によるヘルシーメニューの導入
		○KAGA健幸ポイント開始

(2) 健康づくり事業の取組み内容

主な健康づくり事業について、事業名ごとに目的、対象、内容についてまとめました(表15)。

表15 主な健康づくり事業

事業名	目的	対象	内容
がん検診	がんの早期発見・早期治療に結びつけることにより、がんによる早世を減らす。	胃・肺・大腸 ：40歳以上男女 胃(内視鏡) ：50～68歳偶数年齢 乳：40歳以上女性 子宮頸 ：20歳以上女性 前立腺 ：50～74歳男性	胃：X線検査・内視鏡 大腸：便潜血検査 肺：X線検査・喀痰検査 乳：マンモグラフィ 子宮頸：子宮頸部の細胞診 前立腺：血液検査
特定健診	国保保険者として、被保険者の糖尿病や心疾患等生活習慣病の早期発見と重症化予防を図る。	市国保保険被保険者 (40歳～74歳)	問診・身体計測・診察・血圧測定・尿検査・血液検査(基準により心電図・眼底検査等)
生活習慣病予防健康診査	市民自らの健康状態を理解し、健康の保持増進(健康管理)を図る。	若年者(19歳～39歳) その他(生活保護の者)	特定健診に準じる
後期高齢者健康診査	後期高齢者医療広域連合により、後期高齢者の生活習慣病予防を推進し、心身の健康の保持増進を図る。	後期高齢者医療被保険者	特定健診に準じる
生活習慣病の発症予防・重症化予防事業	予防可能である糖尿病等を中心とした、生活習慣病の発症予防・重症化予防のため、市民自らが健康状態を理解し、自己管理能力を身につけ、健康の保持増進を図る。	特定健診結果及び糖尿病重症化予防管理台帳による受診勧奨対象者、優先重症化予防対象者	1. 受診勧奨判定値者の未治療者及び治療中断者を医療機関へ確実につなぐ 2. 治療中者で治療コントロール不良者への保健指導 3. 健康管理状況確認訪問を実施し(糖尿病管理台帳の活用)、健診や医療機関受診につなぐ
歯科検診 歯周病検診	成人・高齢期における健康を維持し、食べる楽しみを享受できるよう歯の喪失を予防する。	19歳以上の加賀市民	1. 歯と口の健康週間行事 2. 歯周病検診
かが健幸長寿講座 生活習慣病予防セミナー	講座を通して、生活習慣病の発症予防や重症化予防のための知識や技術を習得する。	一般市民	健康・介護・医療の分野が協働でかが健幸長寿講座や生活習慣病予防セミナーを開催する
KAGA 健康フェスタ	食や運動について、様々な体験などを通して自己の生活を振り返る機会とする。	一般市民	1. ステージイベント 2. 健康づくり体験 食、ウォーキング・ラジオ体操、健康相談(血圧・骨密度・体組成・内臓脂肪の測定、運動機能分析)コグニサイズ 3. その他協力団体ブース

事業名	目的	対象	内容
野菜摂取増・減塩・適量摂取普及活動 (マイベジ活動)	全てのライフステージにおいて、健やかな成長に必要な正しい食生活の必要性や摂取方法等普及推進する。	一般市民	1. 母子保健事業や健康増進事業における栄養指導 2. 食生活改善推進員による啓発普及活動及び食育活動 3. 栄養士連絡会での課題共有と各部署での展開検討
ラジオ体操推進事業	高齢になっても運動習慣を定着し続けるため、多くの市民が無理なく実施できる、ラジオ体操の普及を図る。	一般市民	1. ラジオ体操ステーション認定制度によりラジオ体操実施拠点を市民に周知 2. ラジオ体操物品の貸し出し 3. 正しいラジオ体操教室の開催
ウォーキング推進事業	幼児期から高齢期まで誰もが無理なく運動習慣を形成する取組みとして、ウォーキングの正しい実施方法の啓発やウォーキングイベントを通してウォーキングを推進する。	一般市民	1. K A G A健康フェスタでのウォーキングイベントの開催(スポーツ課主催) 2. 地区組織によるウォーキング会の開催 3. 大学と協働でコース調査と活用しやすいウォーキングマップの作成
こころの健康づくり	自殺対策基本法や自殺対策要綱に基づき「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現を目指す。	一般市民	1. 対面相談事業 2. 人材育成事業 3. 普及啓発事業 4. 若年層へのこころの健康づくりの普及 5. 自殺対策計画策定実施調査事業
タニタ健康プログラム	市民の健康増進やメタボリックシンドローム改善等健康管理として、「運動習慣」をつけ、「食習慣の改善」等の知識や技術の習得により、市民の生活習慣改善及び定着を図る。	運動習慣のない19歳以上の市民	1. 活動量計の購入費用助成 2. 活動量計を活用したWEBシステムによる健康管理サイトの開設 3. 参加者が健康的な生活を継続するためのイベント・健康セミナーの開催 4. 一般市民にも啓発する公開セミナーの開催 5. 地元産食材を使った健康食であるタニタ監修メニューの開発と提供
K A G A 健幸ポイント	市民の日々の健康づくり活動にポイントを付与し、継続した健康づくりへのインセンティブ(動機付け)により、健康づくりの実践と継続につなげる。	一般市民	健診や健康に関する事業などへの参加、1日のウォーキング目標の達成やラジオ体操の参加、3食野菜を食べるなど、健康づくりに関する自主活動でポイントが付与され、満点になったら協賛事業所が提供する参加賞と健康づくりに関連した景品を抽選で授与する。

(3) 主な実施内容・展開方法

各健康づくり事業及び健康づくり活動支援の展開については、個人へのアプローチのほか、中央・地区での活動、各団体としての活動のほか、庁内横断的に協働事業として推進してきました。

①個人への取組

健診結果説明会や健康相談、家庭訪問等により、個々に応じた健康管理が進むよう保健師や管理栄養士による保健指導を行い、生活習慣病の発症予防や重症化予防に取り組みました。

かが健幸長寿講座の開催や生活習慣病予防パンフレットを作成し、市民の生活習慣改善の取組みにつながるよう啓発普及を行いました。



②地区での取組

保健推進員協議会やまちづくり推進協議会等が、健診の受診勧奨や健康講座、ウォーキング会を開催し、地区住民に働きかけを行いました。

地域ぐるみでの健康づくりの拠点としてラジオ体操ステーションの認定を行い、ラジオ体操を推進しました。

食生活改善推進員は、市民の減塩や野菜摂取を増やす取組みを進めるために、啓発普及や講習会の開催、家庭訪問、食育活動を行いました。

地区でのウォーキング・ラジオ体操の様子



食生活改善活動の様子



③企業や大学との取組

ウォーキング推進のため、金沢学院大学とウォーキングマップ作成のためのコース調査を行いました。



第2章 第二次計画の取組みと分野別の現状と課題

また、健康づくり関連企業として有名な（株）タニタヘルスリンク協力のもと、KAGAタニタ健幸くらぶを発足し、活動量計を活用した「はかる（測る）」から始める、『運動』と『食』による健康づくりの基盤整備を行いました。



④庁内の取組

健康・医療・介護・スポーツ・農林水産・子育て支援等の関係課による健康のまちづくりワーキングを開催し、健康イベントの共同実施、ウォーキング・ラジオ体操の推進についての具体的な方策の検討を行い、「KAGA健食健歩プロジェクト」を各課の協働事業により、効率的・効果的に推進しました。

ラジオ体操ステーション看板授与式



リハビリテーション専門職による認知症予防（コグニサイズ）体験

大聖寺を歩こう！ノルディックウォーキング大会



1日分の野菜摂取量はどれくらい？野菜クイズ

