

## 「健康いわくら21」(第2次)推進状況

分野		令和4年度の実組
1 疾病の発症予防と重症化の予防	(1)がん	<b>がんの標準化死亡率の減少、がん検診受診率の向上</b> ①けん診ガイドを全戸配布(がん予防の情報を掲載)、がん検診のポスター掲示 ②節目の年齢の人への個別通知 ③保健センター及び医療機関におけるがん検診の体制整備、子ども連れの検診受診者への配慮、休日の申込及び検診実施、複数のがん検診を同時受診できる機会の確保 ④要精密検査の重要性をがん検診結果に同封するチラシを用いて知識を普及啓発、精密検査未受診者への受診勧奨
	(2)循環器疾患	<b>高血圧・脂質異常症の減少、特定健康診査受診率及び特定保健指導実施率の向上</b> ①健幸チャレンジ教室(高血圧予防編)の実施、保健推進員活動、老人クラブ勉強会及び健幸伝道師の講座による高血圧予防に関する知識の普及啓発 ②特定健康診査未受診者への受診勧奨(市民窓口課) ③特定保健指導未利用者への利用勧奨
	(3)糖尿病	<b>糖尿病有病者の減少、糖尿病の重症化予防、特定健康診査受診率及び特定保健指導実施率の向上</b> ①健幸チャレンジ教室(糖尿病予防編)の実施 ②特定健康診査未受診者への受診勧奨(市民窓口課) ③特定保健指導未利用者への利用勧奨 ④医療機関未受診者への受診勧奨等による糖尿病重症化予防事業(市民窓口課) ⑤糖尿病予防歯科健康診査の実施
2 健康につながる生活習慣づくり	(1)栄養・食生活	<b>朝食を欠食する人の減少、野菜摂取量の増加</b> ①妊産婦向けの講座や幼児健康診査における子育て世代への栄養指導 ②食の健康づくり推進員が作成した野菜のレシピの周知啓発(広報・ホームページ掲載) ③健幸情報ステーションとして市内の協力店舗にて健康情報を発信 ④保健推進員活動及び健幸伝道師による普及啓発
	(2)身体活動・運動	<b>運動習慣者の増加、ロコモティブシンドロームの認知度の向上</b> ①体力チェックの実施を推進 ②総合体育文化センター指定管理者と㈱今仙電機製作所との協働による体力チェックの実施 ③商工会の健診及びヤング健診における体力チェックの実施 ④保健推進員活動等におけるロコモティブシンドローム予防に関する知識の普及啓発 ⑤ウォーキングの推進(ウォーキングコース表の配布、ポールウォーキング体験講座) ⑥シルバーリハビリ体操の推進
	(3)休養・こころ	<b>睡眠による休養を十分にとれていない人の減少、ゆったりとした気分で子どもと接することができる人の増加</b> ①こころの健康講座及び健幸伝道師による講座により睡眠に関する正しい知識の普及啓発 ②臨床心理士によるこころの健康相談 ③出産前後の心理的な支援(妊婦電話相談、妊婦メール相談、産婦電話相談、産後ケア事業、新生児訪問)
	(4)たばこ	<b>喫煙率の減少、受動喫煙の減少</b> ①禁煙の個別支援(随時実施) ②健康増進法改正に伴う受動喫煙防止について普及啓発(広報、ホームページ掲載、チラシ・ポスターの設置)、公共施設での受動喫煙防止対策の推進 ③母子健康手帳交付及び乳幼児健康診査にて受動喫煙防止について個別指導
	(5)アルコール	<b>適正飲酒量及び休肝日(週2日)の知識の普及</b> ①特定保健指導時に飲酒について個別指導(随時実施)
	(6)歯の健康	<b>歯みがき習慣の確立、定期的(年1回以上)に歯科健康診査を受ける人の増加</b> ①子どもの歯みがき教室及び個別指導の実施 ②節目歯科健康診査(20・30・40・50・60・65・70・76・80歳)、訪問歯科健康診査の実施、障害者通所施設歯科健康診査事業の助成の実施 ③8020運動の推進 ④フッ化物塗布とフッ化物物洗口の推進
3 社会で支える健康づくり		①関係機関等との連携...商工会(健康診断時に体力チェックを実施)、民生児童委員(支会活動など)、市内企業(いわくら健康マイレージ事業、健幸情報ステーション登録事業)、協会けんぽ(がん検診受診勧奨案内) ②地域活動の育成・支援...保健推進員地区活動の支援、食の健康づくり推進員の活動支援、シルバーリハビリ指導士の育成及び活動支援 ③地区活動やボランティア活動等の情報提供