

第 6 章

重点課題への取り組み

- 1 重点課題の設定及び対策の推進
- 2 重点課題の取り組み
 - (1) 肥満予防対策
 - (2) がん予防対策
- 3 各ライフステージに応じた取り組み

第6章 重点課題への取り組み

1 重点課題の設定及び対策の推進

本市の平均寿命は、平成22年の市区町村別生命表によると、男性は全国最下位の青森県の平均寿命より低く、女性は県平均と同じ状況です。平均寿命に影響を与えている要因は「悪性新生物」「脳血管疾患」「心疾患」「糖尿病」などの生活習慣病であることから、生活習慣病の要因である「肥満予防」に焦点を絞り「健康くろいし腹八分目運動」を推進してきました。現在も肥満傾向児の出現率や成人肥満の割合が高いことから、引き続き「肥満予防対策」を推進することとします。

また、がんによる死亡率が高いことから「がん対策」も併せて推進していくこととし、これら重点課題を解決するため、10年後のめざす姿を目標に、施策の各課題について取り組む内容を年度毎に大まかな行程表を示しました。

2 重点課題の取り組み

(1) 肥満予防対策

「脳血管疾患」「心疾患」「糖尿病」などの生活習慣病の死亡率が高い水準にあることから、その要因である、肥満を起因とする生活習慣病の発症予防といった一次予防に重点を置いた対策と、二次予防の推進を図り、早期発見・早期治療へ繋げるとともに、合併症の発症や症状の進展等の重症化予防に重点を置いた対策を推進します。

肥満に繋がる生活習慣は、子どもの時期に形成されることから、若年期から食育、運動習慣並びに歯の健康等に関わる健康教養の普及定着を図ります。

【施策の要点】

- 1) 健康づくりのための食育の推進及び運動習慣の定着並びに歯の健康づくり等の生活習慣改善
- 2) 肥満を起因とする生活習慣病の発症予防と重症化予防

【行程表】

	平成25年度	平成26年度	平成27年度	平成28年度	平成29年度
1)健康づくりのための食育の推進及び運動習慣の定着並びに歯の健康づくり等の生活習慣改善					
健康教養の普及定着	出前講座の開催	→	→	→	評価見直し
	広報・ホームページ等で普及	→	→	→	
健康づくりの食育推進	児童への食育推進	→	→	→	
	食生活改善推進員の育成	→	→	→	
運動習慣の定着	ウォーキングの推奨	→	→	→	
8020運動の推進	幼児のう蝕予防強化	→	→	→	評価見直し
2)肥満を起因とする生活習慣病の発症予防と重症化予防					
健診受診率の向上	普及啓発	→	→	→	評価見直し
	保健協力員等の研修	→	→	→	
血圧コントロールの徹底	普及啓発	血圧測定の促進	→	→	
糖尿病の疾病管理	健診事後指導の実施	→	→	→	

(2) がん予防対策

がん発症予防及び罹患率低下による死亡率減少のために、喫煙や飲酒、食生活に関する正しい知識を情報提供するとともに、がんの早期発見・早期治療のために、がん検診受診率の向上について情報提供をしていく必要があります。

【施策の要点】

- 1) がん発症予防のための生活習慣改善
- 2) がんの早期発見・早期治療の普及啓発

【行程表】

	平成25年度	平成26年度	平成27年度	平成28年度	平成29年度
1) がん発症予防の生活習慣改善					
健康教養の普及定着	出前講座の開催	→	→	→	評価見直し
	広報・ホームページ等で普及	→	→	→	
2) がんの早期発見・早期治療の普及啓発					
検診受診率の向上	普及啓発	→	→	→	評価見直し
	保健協力員等の研修	→	→	→	
受診環境の整備	受診環境の検討	新たな取り組みの実践	→	→	評価見直し

3 各ライフステージに応じた取り組み

子どもが生まれる前の妊娠・周産期から65才以上の高齢期までの身体的、社会的機能等の主な特徴に合わせ、市民自らが健康管理に活用できる公的機関等が実施している健診及びそれぞれの世代ごとに関係機関・団体等とともに推進していく取り組みです。

	妊娠・周産期	乳幼年期（0～6歳）	少年期（7～15歳）	青年期（16～25歳）	壮年期（26～45歳）	中年期（46～64歳）	高年期（65歳～）
主な特徴	妊娠・出産による心身やライフスタイルの変化期	生理的機能の自立	精神機能の発達	生殖機能の完成	身体機能の充実	身体機能の低下	身体的な老化
		人格・習慣の形成時期	社会参加への準備期	子供から大人への移行期	子育て・労働等活動期	高年期の準備期	人生の完成期
	出産前の環境整備期	家庭での生活習慣の確立期		予防知識や技術の習得時期		具体的行動変容	
利用可能な制度	妊婦健診 パパママスクール等	乳幼児健診 幼児歯科健診	学校健診 学校歯科健診	がん検診 職場健診	がん検診・肝炎ウイルス検診 特定健診・特定保健指導（40～74歳対応）		後期高齢者の健診
肥満予防対策	栄養バランスの良い食事の推進						
	規則正しい食習慣の推進						
	適度な運動の推進	発達に応じた運動の推進			日常生活での歩行促進		転倒・骨折予防の推進
	屋外での遊びを通じた身体活動の推進						
	適正体重の維持促進						
むし歯予防の推進	歯磨き習慣の推進		歯周病予防の推進				
	口腔機能発達の促進			口腔機能維持・向上の推進			
がん予防対策	禁煙の徹底		喫煙の健康への影響について理解		禁煙の推進		
	受動喫煙の防止						
	家庭内の受動喫煙防止の徹底						
	学校内禁煙の徹底 → 職場内の受動喫煙防止の徹底						
規則正しく栄養バランスの良い食習慣の推進							
適度な運動の推進	発達に応じた運動の推進			日常生活での歩行促進			
自分のこころとからだを大切にすることを基本							