

第Ⅲ章 計画の推進

第三章 計画の推進

第1節 健康増進に向けた取組の推進

1. 活動展開の視点

健康増進法は、第2条において各個人が生活習慣への関心と理解を深め、自らの健康状態を自覚して、生涯にわたって健康増進に努めなければならないことを国民の責務とし、第8条において自治体はその取組を支援するものとしています。

一人一人の生活の状態や、能力、ライフステージに応じた主体的な取組を重視して、健康増進を図ることが基本になります。

富津市では、その活動を支えることにより、個人の理解や考え方が深まり、確かな自己管理能力が身につくために、科学的根拠に基づいた支援を積極的に進めます。

同時に、個人の生活習慣や価値観の形成の背景となる、ともに生活を営む家族や、地域の習慣や特徴等、共通性の実態把握にも努めます。そして、地域の健康課題に対し、市民が共同して取組を考え合うことによって、個々が気づき、健康実現に向かう地域づくりができる地域活動を目指します。

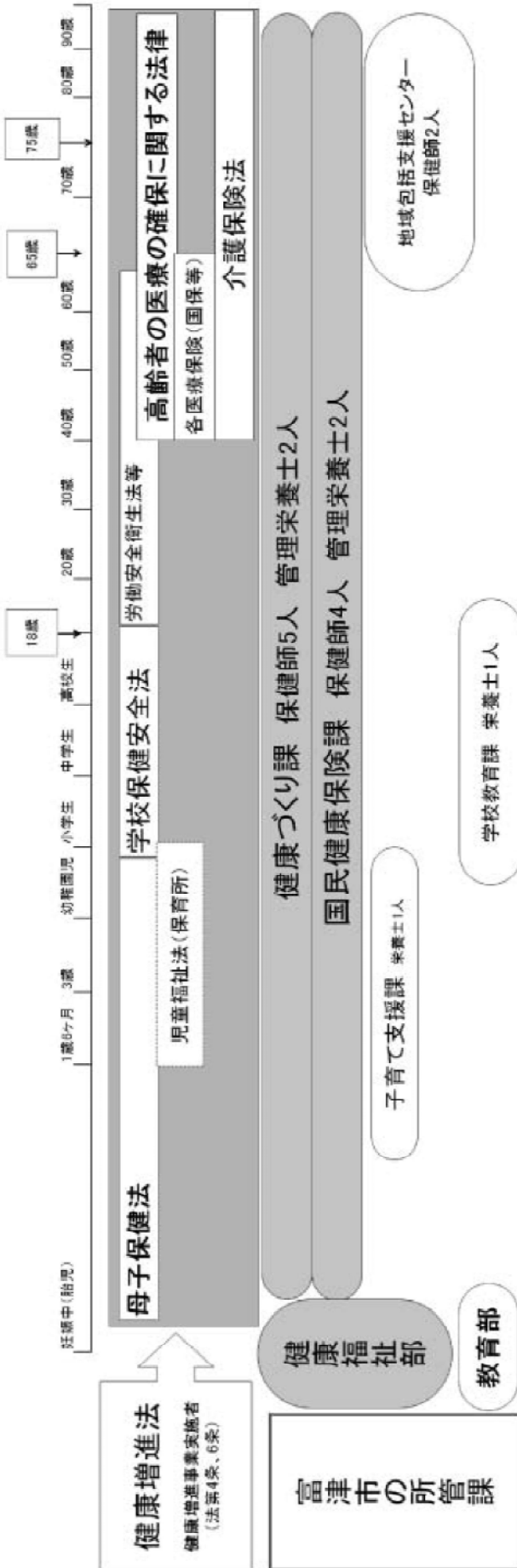
2. 関係機関との連携

ライフステージに応じた健康増進の取組を進めるに当たっては、事業の効率的な実施を図る観点から、健康増進法第6条で規定された健康増進事業実施者との連携が必要です。

富津市庁内における健康増進事業実施は、様々な部署にわたるため、庁内関係各課との連携を図ります。(図1)

また、市民の生涯を通じた健康の実現を目指し、市民一人一人の主体的な健康づくり活動を支援していくために、医師会や歯科医師会、薬剤師会等に加え、健康づくり推進協議会の構成団体等とも十分に連携を図りながら、関係機関、関係団体、行政等が協働して進めていきます。

図1 ライフステージに応じた健康の推進を図るための庁内の関係機関



法律	母子保健法		(省令) 児童福祉施設最低基準 第35条	学校保健安全法 健康診断(第13条)	労働安全衛生法 健康診断(第69条)	高齢者の医療の確保に関する法律	
	母子健康手帳(第10条) 妊婦健康診査(第13条)	健康診査(第20条)				特定健診(第20条)	健康診査(第175条)
健診の名称等	妊婦健診	1歳6ヶ月 児童健診	3歳児健診	学校健診	定期健康診断	特定健診	後非高齢者 健診
健診内容を規定する法令・通知等	平成8年11月20日厚労発第034号厚生省児童家庭局長通知「第4 妊娠時の母性保健」 平成21年2月27日厚労母発第0227001号厚生労働省厚労均等・児童家庭局母子保健課長通知「2 妊婦健康診査の内容及びについて」	厚生労働省令 保育所保育指針「第3章 健康および安全」	厚生労働省令 学校保健安全法施行規則第6条「校舎の項目」	労働安全衛生規則 第一節の二 健康診断			
対象年齢、時期等	3週前検 20週前検 36週前検	1歳 6か月児 3歳児	保育所	幼稚園、小学校、中学校、高等学校	40歳未満 日本人時、35歳、40歳以上	40歳～74歳	75歳～
	年間14回	該当年齢	年2回(検察1回)	年1回	年1回	年1回	年1回

第2節 健康増進を担う人材の確保と資質の向上

保健師、管理栄養士は、ライフステージに応じた健康増進を推進していくために、健診データを基に保健指導・栄養指導を担っています。

市町村で健康増進事業を担うのは主に衛生部門です。富津市では衛生部門（健康づくり課）での保健師数の割合が少ない状況ですが、健康づくり課と国民健康保険課の保健師がお互いに業務を兼務し健康増進事業を実施しています（表1）。

生活習慣病予防は個人や家族、地域とつながりを持ちながら長期的な関わりが求められています。今後、予防対象者の増加が見込まれることから、人材確保については年齢構成に配慮して、業務量に応じた適正な職員配置に努めます。（図1）

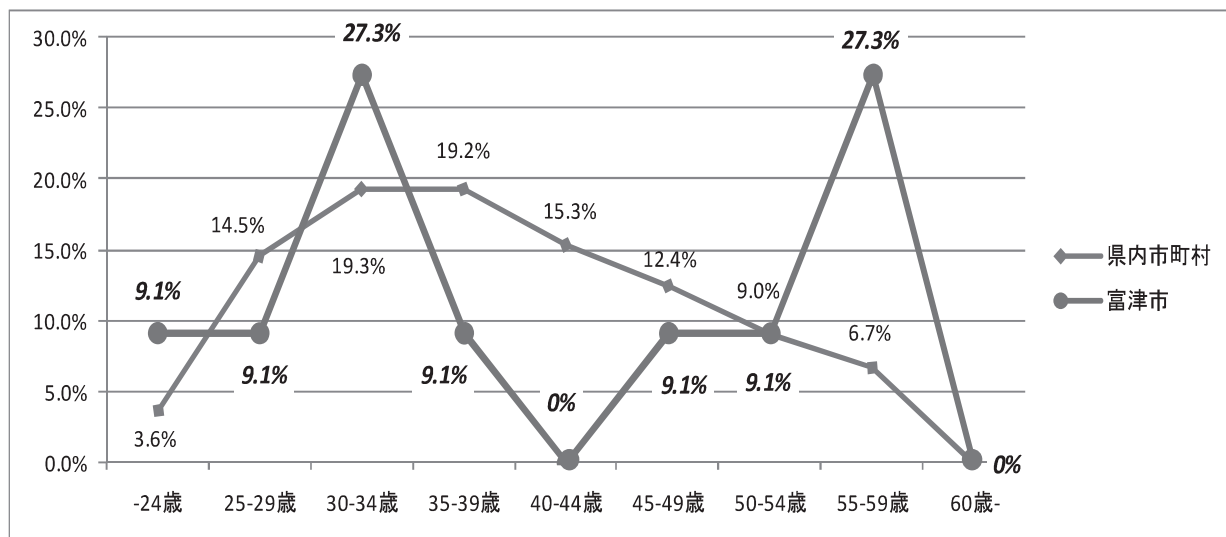
保健師や管理栄養士は、最新の科学的根拠に基づく研修や学習会に、積極的に参加して自己研鑽に努め、効果的な保健活動が展開できるよう資質の向上に努めます。

表1 県内市町村及び君津管内の保健師数と割合

	衛生行政	国民健康保険	介護保険	福祉行政	その他	計	人口10万人対保健師数	衛生行政部門の保健師の割合
県内市町村	564	20	147	80	24	835	19.7	67.5%
君津管内	木更津市	17	1	0	2	20	15.5	85.0%
	君津市	11	3	4	1	20	22.5	55.0%
	富津市	5	4	2	0	11	23.0	45.5%
	袖ヶ浦市	9	2	6	0	17	28.2	52.9%
	計	42	10	12	3	68	20.8	61.8%

資料 平成23年度 保健師活動状況

図1 市町村保健師の年齢構成割合



資料 平成23年度 保健師活動状況

用語一覧

	用 語	内 容
か	頸動脈超音波検査	頸動脈は心臓に近い大きな動脈であり、かつ皮下の浅い部位にあるため、動脈内部の状況を知るのに適している。 頸動脈の変化は脳血管や心臓の冠動脈の変化を反映しており、頸動脈の肥厚や硬化を早期に知ることは脳・心臓血管障害発症の予測につながる。 血管の肥厚度（IMT）、血管内腔面に突出した病変（プラーク）等を観察、測定する。
	血清クレアチニン	クレアチニンは、体内から排泄される老廃物の一種。筋肉内でエネルギーとして使われた後、血液中に放出され腎臓の糸球体でろ過される。クレアチニン値が高いほど、腎臓の障害が多いことになる。
さ	糸球体ろ過量 イージーエフアル (eGFR)	腎機能を評価するため、eGFRとして推算式で求められる。男女別・年齢別・血清クレアチニン値により計算し50未満は腎専門医への紹介することが望ましいとされている。
	脂質異常（症）	従来は「高脂血（症）」としていたが、最近では広い意味で「脂質異常（症）」に変更された。ただし「高コレステロール血症」「高トリグリセライド（中性脂肪）血症」を一括して呼ぶ「高脂血症」という呼称を排除するものではない。
	生活習慣病	生活習慣病は、これまで成人病対策として二次予防に重点をおいていた従来の対策に加え、生活習慣の改善を目指す一次予防対策を推進するため平成8年に新たに導入した概念
	受動喫煙	喫煙者のたばこの煙を吸い込むこと。自分の意思と関りなくたばこの被害を受けることとなり、また主流煙よりも副流煙の方が有害物質が多い。
	精神保健福祉士	精神障害者の保健及び福祉に関する専門的知識及び技術をもって、精神障害者の相談に応じ、助言、指導、日常生活への適応のために必要な訓練その他の援助を行うことを業とする者をいう。
た	第1号被保険者	65歳以上の医療保険加入者をいう。
	第2号被保険者	40歳以上65歳未満の医療保険加入者をいう。
	耐糖能異常	WHOの糖尿病診断基準に取り入れられた分類で、空腹時126mg/dl未満、75g糖負荷試験2時間値140～199mg/dlの群を示す。
	低出生体重児	出生体重が2500g未満の赤ちゃん
	特定健康診査	平成20年4月から医療保険者が40～74歳の加入者を対象として毎年度計画的に実施する、内臓脂肪型肥満に着目した検査項目での健康診査をいう。
	特定保健指導	平成20年4月から医療保険者が特定健康診査の結果により健康の保持に努める必要がある者に対し、毎年度計画的に実施する、動機付け支援・積極的支援をいう。

	用語	内容
な	75g糖負荷検査	朝まで10時間以上絶食の後、空腹のまま採血し、血糖値とインスリン量を測定する。次に75gのブドウ糖を飲み、30分後、1時間後、2時間後に採血する。それにより「糖尿病型」「正常型」「境界型」に判定する。 糖尿病の診断やインスリンの分泌状況を把握する検査
	年齢調整死亡率	年齢構成の異なる地域間で死亡状況の比較ができるように年齢構成を調整した死亡率（人口10万対）。年齢調整死亡率を用いることによって、年齢構成の異なる集団について、年齢構成の相違を気にすることなく、より正確に地域比較や年次比較をすることができる。昭和60年の国勢調査人口を基に補正した基準人口を用いて求められる。
は	非感染性疾患 エヌシーディー (NCD)	心血管疾患、がん、慢性呼吸器疾患、糖尿病を中心とする疾患で喫煙、偏りのある食事、運動不足、過度の飲酒等の危険因子を取り除くことで予防可能な疾患
	微量アルブミン 尿検査	糖尿病性腎症の早期診断に用いられる検査。さらに全身的な血管内皮障害を反映しているとされ、心血管病の予測因子の一つとして注目されている。
ま	慢性腎臓病 シーケーディー (CKD)	腎臓の障害（蛋白尿など）、もしくは糸球体ろ過量（eGFR）60未満の腎機能低下が3か月以上持続するもの
	メタボリック シンドローム	内臓脂肪の蓄積に加え脂質異常、高血圧、高血糖等の危険因子を併せ持つ状態をいう。これらの危険因子の一つ一つは軽度でも、複数併せ持つことで動脈硬化の危険性が飛躍的に高まる。 内臓脂肪蓄積の判定は、正確には腹部CT検査で内臓脂肪の面積が100cm ² を超える場合だが、それに相当する簡便な判断方法が臍高部の腹囲測定で、男性85cm以上、女性90cm以上としている。
や	要介護、 要介護状態	介護保険制度では、要介護認定の結果、要介護と認定された場合に介護保険サービスを受けることができる。要介護状態とは、日常生活における基本的な動作の全部または一部について、常時介護を要すると見込まれる状態であって、その介護の必要の程度に応じて要介護1～5の区分があり、その区分に該当する者をいう。
	要支援、 要支援状態	要支援状態とは、障害があるために日常生活を営むのに支障があると見込まれる状態であって、支援の必要の程度に応じて要支援1～2の区分があり、その区分に該当する者をいう。
ら	ロコモティブ シンドローム	運動器（骨・関節・椎間板・筋肉・神経系）の障害のために日常生活を営むのに困難をきたし、介護が必要となる危険性の高い状態をいう。

	用語	内容
B	ビーエムアイ BMI	身長あたりの体格指数。(体重kg/身長m ²) 肥満度分類では25以上を肥満とし、1度から4度まで4段階に分類されている。
C	シーオーピーディー COPD (慢性閉塞性肺疾患)	長期の喫煙によってもたらされる肺の炎症性疾患で、咳・痰・息切れを主訴として徐々に呼吸障害が進行する疾患
H	エイチディーエルファイブ HTLV-1	成人T細胞白血球ウイルスの略。成人T細胞白血病の発症因子のひとつ
	ヘモグロビンエーワンシー HbA1c	過去1,2ヶ月の平均血糖値を反映し、糖尿病の血糖コントロール状態の指標となる。
J	ジェイディーエス JDS値	糖尿病診断に用いられるHbA1c値の日本独自基準。平成24年4月から一般健診や日常診療の場でも国際基準のNGSP値に移行することになったが、NGSP値は0.4%ほど低く、混乱を避けるため当面は併記する。
N	エヌジーエスピー NGSP値	糖尿病診断に用いられるHbA1c値の国際基準。日本は独自基準のをJPSP値を採用していたが平成24年4月から一般健診や日常診療の場でもNGSP値に移行することになった。従来のJDS値より0.4%ほど高く、混乱を避けるため当面は併記する。

引用、参考文献

- ①日本糖尿病学会編、糖尿病治療ガイド20012-2013、文光堂
- ②日本動脈硬化学会、動脈硬化性疾患予防ガイドライン2012年版、日本動脈硬化学会
- ③日本腎臓学会、CKD診療ガイド2012、東京医学社
- ④健診・健康管理専門職のためのセミナー生活習慣病 第2版・日本医事新報社 田中逸 著

