

# 豊前市健康増進計画

～健康ぶぜん 21～

平成 29 年 3 月

## 目次

|                                       |           |
|---------------------------------------|-----------|
| <b>1、計画の策定にあたって</b> .....             | <b>1</b>  |
| (1) 計画策定の背景 .....                     | 1         |
| (2) 計画の位置づけ .....                     | 1         |
| (3) 計画の期間 .....                       | 2         |
| <b>2、豊前市の現状</b> .....                 | <b>3</b>  |
| (1) 統計資料からみえる現状 .....                 | 3         |
| <b>3、計画の基本的な方向</b> .....              | <b>8</b>  |
| (1) 基本理念と基本方針 .....                   | 8         |
| (2) 施策体系 .....                        | 9         |
| <b>4、計画を推進するための施策と目標</b> .....        | <b>10</b> |
| (1) 健康寿命の延伸 .....                     | 10        |
| (2) 主要な生活習慣病の早期発見、発症予防と重症化予防の推進 ..... | 11        |
| (3) ライフステージに応じた健康づくりの推進 .....         | 14        |
| (4) 生活習慣の改善の推進 .....                  | 17        |
| (5) 個人の健康づくりを支えるための環境づくりの推進 .....     | 20        |
| <b>5、計画の推進体制の整備</b> .....             | <b>21</b> |
| (1) 健康増進の取組の推進 .....                  | 21        |
| (2) 評価 .....                          | 21        |
| <b>6、資料編</b> .....                    | <b>22</b> |
| (1) 目標項目一覧 .....                      | 22        |
| (2) 関係団体等一覧 .....                     | 24        |
| (3) 施策体系における具体的な実施事業(平成29年度) .....    | 26        |

# 1、計画の策定にあたって

## (1) 計画策定の背景

国において、平成12年から展開されてきた21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21）では、壮年期死亡の減少、健康寿命の延伸及び生活の質の向上を実現することを目的とし、生活習慣病及びその原因となる生活習慣等の保健医療対策上重要となる課題について「一次予防」の観点を重視した取り組みが推進されてきました。

今後、人口減少社会の到来の中で、高齢化が進展し、医療や介護に係る負担が一層増すと予想されている一方で、これまでのような高い経済成長が望めない可能性があります。こうした状況下で、活力ある社会を実現するため、国は、生活習慣病を予防し、また社会生活を営むために必要な機能を維持・向上すること等により、国民の健康づくりを推進することが重要と捉えました。そこで、健康増進法に基づき、「国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針」（以下「基本的方針」という）を全部改正し、平成25年度から平成34年度までの21世紀における第2次国民健康づくり運動（第2次健康日本21）を推進することになりました。

市でも、このような国の「基本的方針」及び「福岡県健康増進計画（いきいき健康ふくおか21）」を踏まえ、全てのライフステージ ※において市民一人ひとりの健康意識の向上と積極的な取り組みを支援するために、健康増進計画を策定します。

※ ライフステージ：乳幼児期、青年期、壮年期、高齢期等の人の生涯における各段階

## (2) 計画の位置づけ

本市における本計画の位置づけは、以下のとおりです。

- ① 健康増進法第7条第1項(注1)の規定による、国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針及び同法第8条第2項(注2)の規定に基づき、住民の健康の増進に関する施策についての計画(市町村健康増進計画)を定めるものです。
- ② 豊前市の最上位計画である、「第5次豊前市総合計画」(基本構想：平成25～34年度)の「安心目標3 誰もが健康で幸せに暮らせるまちづくり」を推進するための、個別計画として位置づけます。

- ③ 計画の策定に当たっては、本市の個別計画である、豊前市特定健康診査等実施計画、豊前市保健事業実施計画(データヘルス計画)と一体的に策定し、その他に子ども子育て支援計画、食育推進計画、高齢者保健福祉計画、介護保険事業計画、豊前市障害者計画などの計画と整合性を保つため、総合的な調整を図っていきます。

#### 健康増進法

(注1) 第7条第1項

厚生労働大臣は、国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針(以下「基本方針」という。)を定めるものとする。

(注2) 第8条第2項

市町村は、基本方針及び都道府県健康増進計画を勘案して、当該市町村の住民の健康の増進に関する施策についての計画(以下「市町村健康増進計画」という。)を定めるよう努めるものとする。

### (3) 計画の期間

この計画は、平成29年度から平成35年度までの7年間の計画とします。実施事業については、3年間のローリング方式※で見直しを行っていきます。

| 平成29年度                  | 平成30年度 | 平成31年度 | 平成32年度   | 平成33年度 | 平成34年度 | 平成35年度 |
|-------------------------|--------|--------|----------|--------|--------|--------|
| 豊前市健康増進計画 (平成29年度～35年度) |        |        |          |        |        |        |
| 実施事業                    |        |        | 毎年度ローリング |        |        |        |

※ ローリング方式：毎年度実施事業を見直し、修正を行うこと

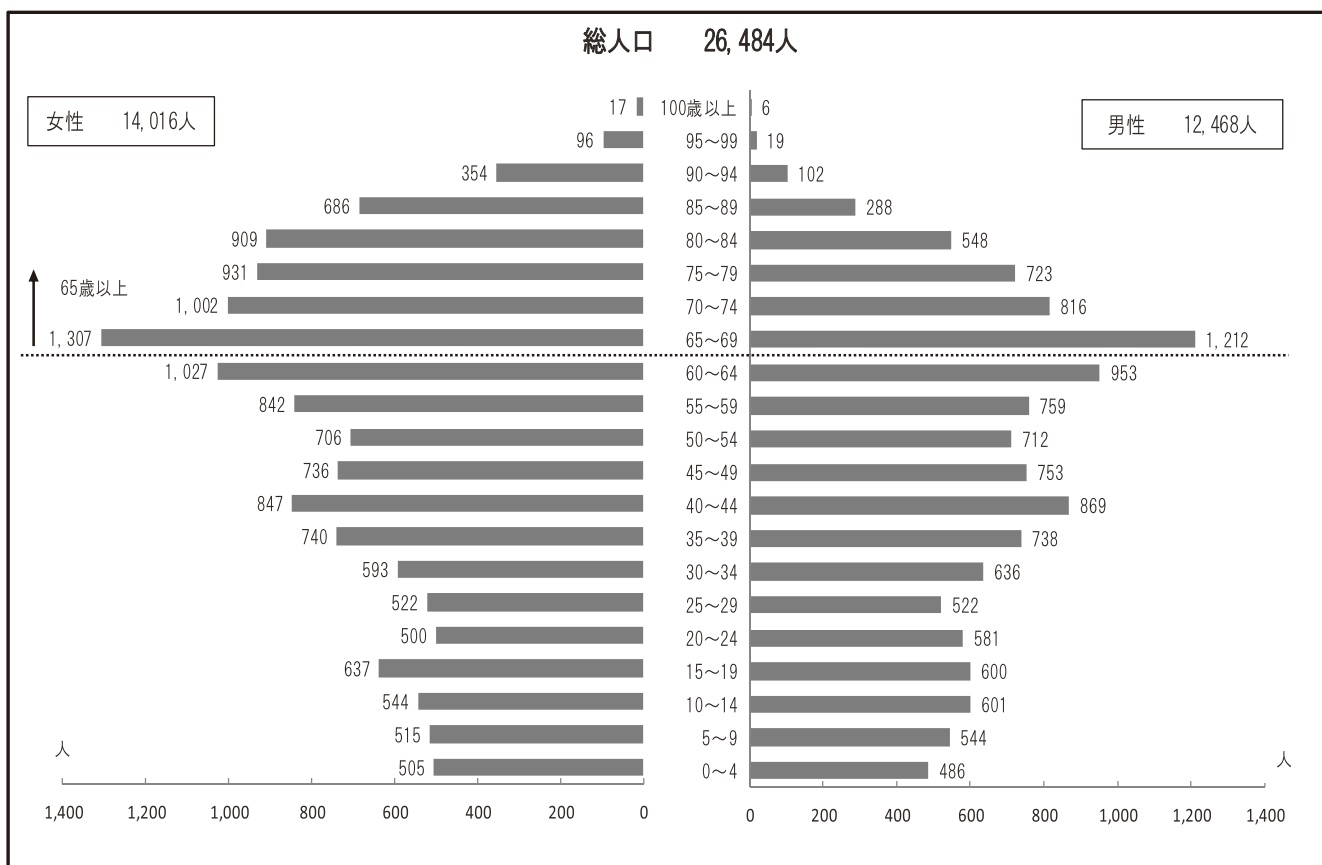
## 2、豊前市の現状

### (1) 統計資料からみえる現状

#### 【人口と年齢構成】

平成 28年 4月 1日時点の総人口は、26,484人(男性:12,468人、女性:14,016人)となっています。65歳以上の高齢者人口は9,016人で、男性(3,714人)よりも女性(5,302人)が多くなっています。昭和60年から平成27年の国勢調査人口の推移では、当市の高齢化率は15.3%から34.9%となり、約3人に1人は65歳以上の高齢者となっています。国及び福岡県と比較すると本市の高齢化率※が極めて高いことがわかります。

人口分布



資料:住民基本台帳

高齢化率の比較(%)

|         | 豊前市  | 福岡県  | 全国   |
|---------|------|------|------|
| 高齢化率    | 34.9 | 25.9 | 26.6 |
| うち75歳以上 | 18.2 | 12.5 | 12.8 |

資料:平成27年国勢調査人口等基本集計(総務省統計局)

※ 高齢化率：65歳以上の高齢者が総人口に占める割合

## 【出生と死亡】

出生数は国と同様に減少傾向にあります。現在は年間 200 人弱で推移しています。また、市町村に届出が義務付けられている 2,500g未満の低出生体重児の出生割合は、年度により偏りがあるものの、減少傾向にあります。

出生数(人)と低出生体重児の割合(%)

|               | H22 | H23  | H24  | H25 | H26 |
|---------------|-----|------|------|-----|-----|
| 出生数           | 224 | 197  | 219  | 199 | 197 |
| 2,500g未満の出生割合 | 7.1 | 11.7 | 11.9 | 8.0 | 8.1 |

資料：福岡県保健統計年報

死亡数は年間 400 人弱で推移しています。また、平成 26 年度の本市の死因別死亡割合をみると、悪性新生物(がん)、心疾患、脳血管疾患などの生活習慣病に関連するものが全体の約半数を占めています。

死亡数(人)と死因別死亡割合(%)

|             |           | H22  | H23  | H24  | H25  | H26  |
|-------------|-----------|------|------|------|------|------|
| 死亡数         |           | 379  | 371  | 383  | 371  | 356  |
| 死因別<br>死亡割合 | 悪性新生物(がん) | 29.0 | 22.6 | 23.8 | 21.8 | 19.7 |
|             | 心疾患       | 15.3 | 17.0 | 20.1 | 15.1 | 19.4 |
|             | 脳血管疾患     | 10.0 | 10.5 | 11.2 | 9.4  | 8.1  |

資料：福岡県保健統計年報

## 【平均寿命と健康寿命】

平成 22 年の本市の平均寿命※1 と健康寿命※2 をKDBシステム※3 からの数値で見ると、ともに男性より女性の方が長くなっています。また、平均寿命と健康寿命の差は男性が 13.6 年、女性 19.4 年となっており、これは「不健康な期間」(日常生活に制限のある期間の平均)を表します。

平均寿命と健康寿命

| H22                |    | 豊前市  | 福岡県  | 全国   |
|--------------------|----|------|------|------|
| 平均寿命(歳)            | 男性 | 79.1 | 79.3 | 79.6 |
|                    | 女性 | 86.6 | 86.5 | 86.4 |
| 健康寿命(歳)            | 男性 | 65.5 | 65.2 | 65.2 |
|                    | 女性 | 67.2 | 66.9 | 66.8 |
| 平均寿命と<br>健康寿命の差(年) | 男性 | 13.6 | 14.1 | 14.4 |
|                    | 女性 | 19.4 | 19.6 | 19.6 |

資料：KDBシステム

※1 平均寿命：0歳児の平均余命

※2 健康寿命：介護が必要になるなど健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間

KDBシステムにおいては次の計算式により健康寿命を算出しており、厚生労働省公表値とは異なる

0 歳平均余命－65～69 歳平均余命－{1－(介護認定者数÷40 歳以上の人口)

×65～69 歳定常人口÷65 歳生存数}

※3 KDBシステム：「国保データベースシステム」の略称。健診や医療、介護の情報に基づき、各種統計情報や個人の健康に関するデータを作成・集計し、効果的・効率的な保健事業の実施をサポートすることを目的につくられたもの

### 【乳幼児健診の状況】

乳幼児健診では、平成25年度以降すべての健診受診率が9割を超え、高い受診率となっています。また、作業療法士及び言語聴覚士による発育相談件数は年々増加傾向にあります。

受診率の推移(%)

|          | H22  | H23  | H24  | H25  | H26  |
|----------|------|------|------|------|------|
| 4か月児健診   | 97.3 | 97.1 | 99.1 | 98.5 | 99.0 |
| 7か月児健診   | 95.6 | 98.0 | 98.2 | 98.5 | 97.9 |
| 1歳6か月児健診 | 93.8 | 95.6 | 93.5 | 95.0 | 96.5 |
| 3歳児健診    | 85.0 | 93.7 | 88.2 | 92.9 | 91.8 |

資料：豊前市乳幼児健診結果

乳幼児相談及び発育相談延件数(件)

|       | H22 | H23 | H24 | H25 | H26 |
|-------|-----|-----|-----|-----|-----|
| 乳幼児相談 | 828 | 630 | 577 | 571 | 488 |
| 発育相談  | 96  | 154 | 164 | 200 | 448 |

資料：豊前市乳幼児発育相談結果

### 【歯・口腔の状況】

平成26年度の幼児歯科健康診査受診者に占めるむし歯のある幼児の割合は、1歳6か月児健診では5.2%、健康診査時の歯の本数に違いはありますが、3歳児健診になると17.4%となっています。

むし歯のある児の割合(%)

|          | H22  | H23  | H24  | H25  | H26  |
|----------|------|------|------|------|------|
| 1歳6か月児健診 | 0.6  | 1.8  | 0.5  | 3.8  | 5.2  |
| 3歳児健診    | 18.6 | 16.1 | 18.0 | 28.8 | 17.4 |

資料：豊前市乳幼児健診結果

### 【がん検診】

平成26年度のがん検診の受診率は、低いもので7.4%、高いものでも20.3%にとどまっていますが、わずかながら増加しています。

受診率の推移(%)

|       | H22  | H23  | H24  | H25  | H26  |
|-------|------|------|------|------|------|
| 胃がん   | 6.8  | 7.6  | 6.9  | 7.4  | 7.4  |
| 肺がん   | 10.6 | 10.8 | 9.7  | 9.9  | 10.7 |
| 大腸がん  | 8.8  | 9.7  | 10.1 | 10.9 | 11.9 |
| 子宮頸がん | 19.9 | 17.6 | 16.2 | 15.8 | 17.3 |
| 乳がん   | 21.8 | 18.8 | 16.9 | 17.7 | 20.3 |

資料：豊前市がん検診結果

## 【特定健康診査】

平成 26 年度豊前市特定健康診査※1 受診者は、1,598 人(受診率 33.2%)でした。特定健康診査受診率は平成 20 年の特定健康診査開始時より9%以上増加しています。また、年代別にみると、40 歳～50 歳代の受診率が低い状況であり、男女別にみると男性の受診率が低くなっています。

特定健康診査受診者のうち、メタボリックシンドローム※2 該当者及び予備群については、どちらも女性より男性の方が多くなっています。

※1 特定健康診査：40～74 歳の豊前市国民健康保険加入者を対象として実施している生活習慣病の予防を目的とした健診

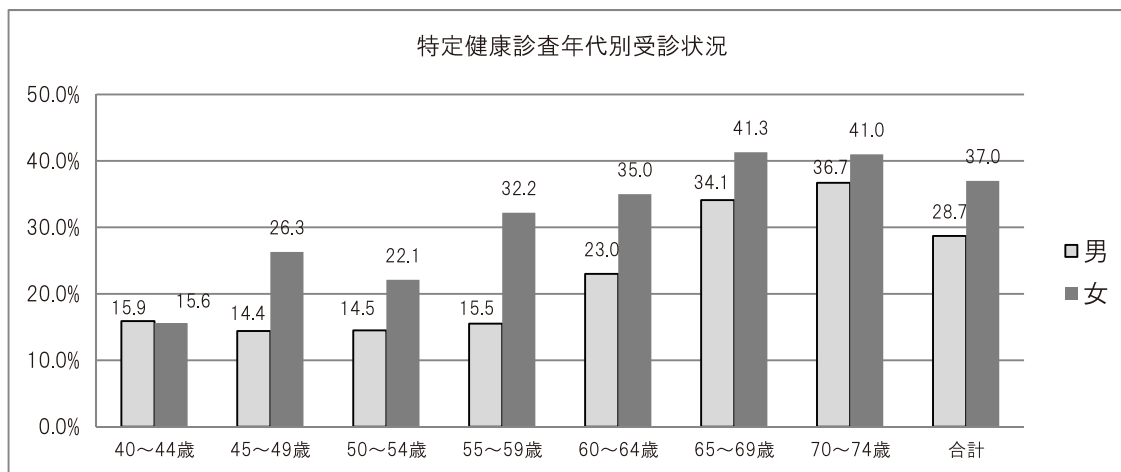
※2 メタボリックシンドローム：内臓肥満に高血圧・高血糖・脂質代謝異常が組み合わさり、心臓病や脳卒中などの動脈硬化性疾患をまねきやすい病態

特定健康診査・特定保健指導※3の状況

|     | 特定健診   |        | 特定保健指導 |        |
|-----|--------|--------|--------|--------|
|     | 受診者(人) | 受診率(%) | 修了者(人) | 指導率(%) |
| H22 | 1,205  | 24.2   | 60     | 36.1   |
| H23 | 1,271  | 25.8   | 64     | 37.4   |
| H24 | 1,186  | 24.6   | 74     | 52.4   |
| H25 | 1,175  | 24.3   | 72     | 58.1   |
| H26 | 1,598  | 33.2   | 92     | 54.4   |

資料：豊前市特定健康診査結果（法定報告）

※3 特定保健指導：腹囲・血液検査等のリスク数に応じて実施される生活習慣病予防のための保健指導



資料：豊前市特定健康診査結果（法定報告）

メタボリックシンドロームの状況 (%)

|     | 該当者  |      | 予備群  |      |
|-----|------|------|------|------|
|     | 男    | 女    | 男    | 女    |
| H22 | 22.7 | 9.4  | 18.1 | 9.2  |
| H23 | 26.2 | 9.0  | 13.6 | 10.3 |
| H24 | 24.6 | 8.1  | 17.4 | 7.2  |
| H25 | 24.6 | 8.5  | 16.6 | 6.4  |
| H26 | 26.3 | 10.8 | 14.1 | 7.7  |

資料：豊前市特定健康診査結果（法定報告）



## 【介護保険の状況】

本市の介護保険認定者数及び認定率※は、平成27年度には認定者数1,481人、認定率16.5%となっており福岡県介護保険広域連合及び福岡県と比較すると低い状況にあります。また、40歳から64歳以下の2号被保険者で介護認定を受けている者の原因疾患をみると、生活習慣病に関連するものが半数を占めています。

1号被保険者認定者数(人)

|     | 要支援1 | 要支援2 | 要介護1 | 要介護2 | 要介護3 | 要介護4 | 要介護5 | 計     |
|-----|------|------|------|------|------|------|------|-------|
| H23 | 264  | 201  | 271  | 216  | 189  | 168  | 131  | 1,440 |
| H24 | 259  | 184  | 269  | 223  | 196  | 184  | 142  | 1,457 |
| H25 | 236  | 204  | 288  | 189  | 146  | 223  | 149  | 1,435 |
| H26 | 240  | 230  | 317  | 213  | 150  | 226  | 139  | 1,515 |
| H27 | 240  | 181  | 316  | 210  | 152  | 239  | 143  | 1,481 |

資料：福岡県介護保険広域連合

1号被保険者認定率(%)

|     | 豊前市  | 広域連合 | 福岡県  | 全国   |
|-----|------|------|------|------|
| 認定率 | 16.5 | 18.6 | 19.6 | 18.4 |

資料：福岡県介護保険広域連合

2号被保険者 特定疾病状況(%)

|     | 脳血管疾患 | 糖尿病性神経障害、<br>糖尿病性腎症及び<br>糖尿病性網膜症 | がん末期 | 閉塞性<br>動脈硬化症 | 慢性閉塞性<br>肺疾患 | その他  |
|-----|-------|----------------------------------|------|--------------|--------------|------|
| H23 | 67.9  | 3.6                              | 0.0  | 3.6          | 0.0          | 24.9 |
| H24 | 59.3  | 7.4                              | 3.7  | 0.0          | 0.0          | 29.6 |
| H25 | 54.5  | 3.0                              | 6.1  | 0.0          | 0.0          | 36.4 |
| H26 | 40.0  | 5.0                              | 5.0  | 0.0          | 0.0          | 50.0 |
| H27 | 40.0  | 5.0                              | 5.0  | 0.0          | 5.0          | 45.0 |

資料：福岡県介護保険広域連合

※ 認定率：1号被保険者に対する介護認定者の割合

1号被保険者：市町村の区域内に住所を有する65歳以上の者

2号被保険者：市町村の区域内に住所を有する40歳以上65歳未満の医療保険加入者

### 3、計画の基本的な方向

#### (1) 基本理念と基本方針

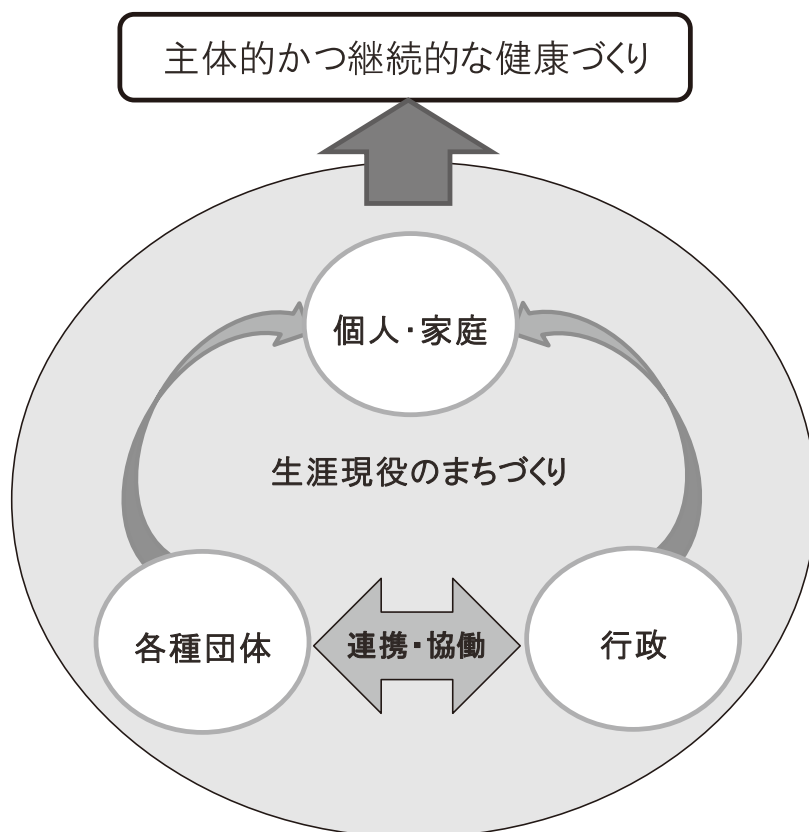
##### 【基本理念】

この計画では、「第5次豊前市総合計画」の「安心目標3 誰もが健康で幸せに暮らせるまちづくり」を基本理念としています。

この基本理念のもとに、市民の健康と生活習慣の現状を踏まえ、本計画の基本方針として、次の2つの事項を掲げます。

##### 【基本方針】

- ① 子どもから高齢者まで、生涯を通じた健康づくり・介護予防・生きがいづくりを推進します。
- ② 住民相互の支えあいを大切に、生涯現役のまちづくりを目指します。



## (2) 施策体系

重点項目

| 基本的方向                                | 施策の柱                          | 主な施策  |
|--------------------------------------|-------------------------------|---|
| <b>1、健康寿命の延伸</b>                     | <b>以下の施策を実施することで、健康寿命を延ばす</b> |   |
| <b>2、主要な生活習慣病の早期発見、発症予防と重症化予防の推進</b> | (1)がん対策の推進                    | ①がん検診の推進<br>②若い世代のがん予防の推進<br>③女性のためのがん対策  |
|                                      | (2)循環器疾患対策の推進                 | ①高血圧・脂質異常症等の予防の推進<br>②高血圧等の医療未受診者対策や保健指導の推進   |
|                                      | (3)糖尿病対策の推進                   | ①糖尿病の発症予防に関する知識や情報の提供<br>②糖尿病の医療未受診者対策や保健指導の推進                                      |
| <b>3、ライフステージに応じた健康づくりの推進</b>         | (1)次世代の健康                     | ①未熟児・低出生体重児の出生の予防<br>②健やかな発育と生活習慣形成のための支援   |
|                                      | (2)高齢者の健康                     | ①良好な栄養状態や生活習慣の維持に関する支援<br>②加齢に伴う生活機能の低下を防ぐための介護予防の推進<br>③認知症に関する正しい知識の普及・啓発と支援体制の構築 |
|                                      | (3)こころの健康                     | ①相談体制の充実  |
| <b>4、生活習慣の改善の推進</b>                  | (1)栄養・食生活                     | ①適切な量と質の食事の普及・啓発<br>②減塩に関する取組<br>③食育の推進   |
|                                      | (2)歯・口腔の健康                    | ①健康長寿社会を作るための生涯を通じた口腔ケア   |
|                                      | (3)身体活動・運動                    | ①適度な運動の推進   |
|                                      | (4)休養                         | ①ワークライフバランスの普及・啓発   |
|                                      | (5)飲酒                         | ①適正飲酒の普及・啓発   |
|                                      | (6)喫煙                         | ①喫煙が健康に及ぼす影響に関する啓発  |
| <b>5、個人の健康づくりを支えるための環境づくりの推進</b>     | (1)環境整備                       | ①生涯現役社会の推進<br>②健康づくりを進めるためのリーダーの育成  |

## 4、計画を推進するための施策と目標

### (1) 健康寿命の延伸

健康寿命とは、介護が必要になるなど健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間のことを言います。

平均寿命の延伸とともに、健康な期間だけではなく、不健康な期間も延びることが予想されるため、平均寿命の延び以上に健康寿命を伸ばすことが重要です。

#### 【現状と課題】

- 国立社会保障・人口問題研究所の日本の将来推計人口(平成24年1月推計)によれば平成22年から平成35年にかけて、男性では1.61年、女性では1.59年、平均寿命が延びることが予測されています。
- 平均寿命の延伸に伴い、健康寿命との差が拡大すれば、医療費や介護給付費が増大することが懸念されます。

#### 【今後の方向性】

高齢化率が30%を超え、今後も高齢化率がさらに高くなると予測される本市において、より一層、関係機関や関係部署と共に、認知機能や身体機能の低下を抑制するための健康づくりの推進を図る必要があります。

本市の保健・医療・福祉等の現状を市民に周知し、子どもから高齢者までそれぞれのライフステージに沿った健康づくりを推進していきます。

健康寿命の延伸は、次頁以降の(2)～(5)に掲げる4つの施策すべてに取り組むことによって、最終的に得られるものです。そのため、各項目の方向性に従い、事業の取組を行っていきます。

| 目標項目     | 現状(H27) |       | 目標(H35) |       | 出典      |
|----------|---------|-------|---------|-------|---------|
| ①健康寿命の延伸 | 男性      | 65.5歳 | 男性      | 67.1歳 | KDBシステム |
|          | 女性      | 67.2歳 | 女性      | 68.7歳 |         |
|          |         | (H22) |         | 以上    |         |

## (2) 主要な生活習慣病の早期発見、発症予防と重症化予防の推進

### ① がん対策の推進

#### 【現状と課題】

- 平成26年保健統計年報によると本市の総死亡数のうち、がんによる死亡が19.7%を占めており、部位別にみると肺がん、胃がん、肝がんの順になっています。中でも男性は胃がん、女性は肺がんが最も多くなっています。
- 平成26年度がん検診の受診率は、胃がん検診が一番低く7.4%、高いものでも乳がん検診の20.3%となっています。特定健康診査・がん検診等の併用実施、国の指針に基づく無料クーポン券の導入、未受診者対策などの推進により少しずつ受診率は向上していますが、国の目標には達していません。
- がん検診に関しては、要精密検査未受診者に対し、検診後6ヶ月以内に受診勧奨を行うことで、精密検査受診率※の向上に努めています。

※ 精密検査受診率：精密検査が必要と判断された者のうち、精密検査を受診した者の割合

#### 【今後の方向性】

平成20年度から国のがん検診推進事業が実施され、子宮頸がん・乳がん・大腸がんの無料クーポン券による検診実施により、受診率が向上しました。引き続き、健康増進法に基づく事業として実施していきます。また、働く世代や女性が検診を受診しやすくするため、土日検診やレディースデイの実施、集団検診と個別検診との併用など、体制を整備していくとともに、国の指針に基づき検診内容の検討も行っていきます。要精密検査者に関しては8割以上が受診していますが、今後も引き続き受診勧奨を実施していきます。さらに肝がんに対する対策として、40歳の節目の肝炎ウイルス検診を継続して実施し、陽性者に対するフォローを行っていきます。

#### 【主な事業】

- ・胃がん・肺がん・大腸がん・子宮頸がん・乳がん・前立腺がん検診
- ・がん検診未受診者に対する受診勧奨
- ・要精密検査未受診者に対する受診勧奨
- ・肝炎ウイルス検診(40歳節目検診)
- ・胃のリスク検査(ABC検査)
- ・がんに関する知識・情報の普及・啓発
- ・子宮頸がん・乳がん検診無料クーポン事業
- ・乳がん自己検診の普及・啓発
- ・乳腺エコー検査
- ・レディースデイの実施

| 目標項目        | 現状(H27) | 目標(H35) | 出典    |              |
|-------------|---------|---------|-------|--------------|
| ①がん検診受診率の向上 | 胃がん     | 4.7%    | 40.0% | 地域保健事業<br>報告 |
|             | 肺がん     | 6.9%    |       |              |
|             | 大腸がん    | 8.8%    |       |              |
|             | 子宮頸がん   | 5.9%    |       |              |
|             | 乳がん     | 9.3%    |       |              |

(平成27年度より地域保健事業報告のがん検診受診率の算定方法が変更されました。)

## ② 循環器疾患対策の推進

### 【現状と課題】

- 平成26年福岡県保健統計年報によると本市の総死亡数のうち、脳血管疾患と心疾患を含む循環器疾患による死亡が30.6%を占めています。
- 平成27年度特定健康診査結果によると、脳血管疾患や心疾患の危険因子である高血圧症有所見者(140/90mmHg以上)の割合が30.2%、脂質異常症有所見者(LDLコレステロール160mg/dl以上)の割合が17.2%となっています。更に、脂質異常症有所見者のうちの93.4%が未治療者となっています。
- メタボリックシンドローム該当者の割合は、平成26年度特定健康診査結果(法定報告)によると、男性で26.3%、女性で10.8%となっています。
- 生活習慣病の発症予防を目的に実施している特定健康診査の受診率は平成26年度特定健康診査結果(法定報告)によると、33.2%となっています。年代別にみると、40～50歳代の受診率が低く、また、女性より男性の受診率が低くなっています。疾病の予防及び早期発見・早期治療につながるよう、若い世代、特に男性への効果的な受診勧奨が必要になります。

### 【今後の方向性】

脳血管疾患と心疾患を含む循環器疾患は、血管の損傷によって起こる疾患であり、その予防には健診データの危険因子(高血圧・高血糖・脂質異常・喫煙)の改善を図っていく必要があります。また、特定健康診査後の保健指導については、メタボリックシンドローム該当者及び予備群に対し、個人の健診データに応じた保健指導を行うことはもちろん、特定保健指導の対象とはならないものの、生活習慣病の重複するリスクがある者に対しては、危険因子に応じた保健指導を実施していきます。また、治療が必要であるにもかかわらず医療機関を受診していない者や治療中断者のフォローが重症化予防には不可欠です。今後も個別性を重視したきめ細やかな保健指導に努めます。

また、保健指導の入口となる特定健康診査の受診率の向上にも努めます。

## 【主な事業】

- ・特定健康診査
- ・特定保健指導
- ・特定健康診査事後フォロー
- ・市民健康相談
- ・特定保健指導における人間ドックデータの活用事業

| 目標項目   | 現状(H27)         | 目標(H35) | 出典                 |
|--|-----------------|---------|--------------------|
| ① I 度以上高血圧<br>(140/90mmHg以上)の<br>者の割合の改善     | 30.2%           | 減少      | 特定健康診査<br>結果       |
| ②脂質異常症(LDLコレステ<br>ロール160mg/dl以上)の<br>者の割合の減少 | 17.2%           | 減少      | 特定健康診査<br>結果       |
| ③メタボリックシンドロームの<br>該当者及び予備群の<br>割合の減少         | 該当者 16.8%       | 減少      | 特定健康診査<br>結果(法定報告) |
|  | 予備群 10.0%       |         |                    |
| ④特定健康診査受診率・<br>特定保健指導実施率の向上                  | 特定健診受診率 30.7%   | 60.0%   | 特定健康診査<br>結果(法定報告) |
|  | 特定保健指導実施率 60.0% | 現状維持    |                    |

## ③ 糖尿病対策の推進

### 【現状と課題】

- 平成27年度特定健康診査結果によると、糖尿病有所見者(HbA1c6.5%以上)の割合は4.2%、そのうち、23.2%が未治療者となっています。
- 本市の平成27年度身体障害者手帳交付状況によると、年間新規透析導入者数に占める糖尿病性腎症の割合は20.0%となっています。
- 糖尿病は、心疾患のリスクを高めることや、重症化すると神経障害や腎症などの合併症を併発し、ひいては生活の質の低下につながるため、糖尿病の発症予防と重症化予防が重要となります。
- CKD※ 対策として、医療機関との連携による栄養指導事業を実施しています。

※ CKD：慢性腎臓病。腎障害を示す所見や腎機能低下が慢性的に続く状態

### 【今後の方向性】

生活習慣病、特に糖尿病の発症予防を目的として実施されている特定健康診査・特定保健指導の実施率の向上を図ります。

また、特定健康診査の結果から、糖尿病の治療や検査が必要と思われる者への受診勧奨の徹底を行います。更に、糖尿病の治療においては、生活習慣の改善が重要となるため、対象者が食生活等の改善に取り組めるよう医療機関と十分に連携しながら栄養指導等支援を行います。

## 【主な事業】

- ・特定健康診査
- ・特定保健指導
- ・特定健康診査事後フォロー
- ・市民健康相談
- ・糖尿病教室
- ・CKD(慢性腎臓病)対策
- ・医療機関との連携による栄養指導事業
- ・特定保健指導における人間ドックデータの活用事業

| 目標項目  | 現状(H27)        | 目標(H35) | 出典             |
|---|----------------|---------|----------------|
| ①血糖コントロール指標におけるコントロール不良者(HbA1c8.0%以上)の割合の減少 | 2.2%           | 減少      | 特定健康診査結果       |
| ②糖尿病有病者(HbA1c6.5%以上)の割合の減少                  | 4.2%           | 減少      | 特定健康診査結果       |
| ③合併症(年間新規透析導入者数に占める糖尿病性腎症の割合)の減少            | 25.0%<br>(H26) | 減少      | 豊前市身体障害者手帳交付状況 |

## (3) ライフステージに応じた健康づくりの推進

### ① 次世代の健康

#### 【現状と課題】

- 将来を担う次世代の健康を支えるため、健やかな妊娠・出産及び子どもの成長を促し、健康増進につながるような保健指導・支援が必要となります。
- 早産児、低出生体重児は発育・発達上のリスクが生じるだけでなく、将来、生活習慣病を発症しやすくなるため、予防のための支援が必要となります。

#### 【今後の方向性】

母子健康手帳交付時に、全妊婦への保健指導及び各健診・教室等への参加勧奨を行うとともに、妊娠・出産のリスクが高いと考えられる妊婦については医療機関との連携、保健指導の強化を図ります。

出産後は、子どもの健やかな発育・発達を支援するための保健指導・適切な支援を行うとともに、保護者自身が育児に対する力量形成ができるよう健診や教室等を通じて学習機会を提供します。



また、乳幼児健診時の保健指導の強化を図るとともに、健診後から就学に向けての支援についても関係機関と協働しながら実施していきます。

乳幼児健診の未受診者対策として、関係機関との情報共有、連携を強化し、個別健診の周知も行います。

早産児・低出生体重児については、発育・発達への支援にむけ、養育支援事業、乳幼児発育相談事業の推進を図るとともに、専門医療機関や保健所との連携を強化していきます。

また、保護者の育児不安、孤立化の予防として、各種保健事業を通して、育児支援や保護者同士の交流の場を提供します。

### 【主な事業】

- ・母子健康手帳交付時保健指導
- ・妊婦健康相談
- ・パパママ学級
- ・乳児家庭全戸訪問事業・養育支援事業
- ・乳幼児健診・乳幼児相談
- ・ブックスタート(4か月児健診時)
- ・離乳食教室
- ・7か月児健診時知育絵本プレゼント
- ・赤ちゃん教室
- ・もうすぐ1歳！親子教室
- ・1歳6か月児健診、3歳児健診時知育絵本プレゼント
- ・作業療法士・言語聴覚士による乳幼児発育相談事業
- ・早期からの教育相談、支援体制構築事業
- ・子育て相談(地域子育て支援センターだけのこ)
- ・親子ふれあい料理教室
- ・コミュニケーションセミナー

| 目標項目          | 現状(H27)       | 目標(H35) | 出典     |
|---------------|---------------|---------|--------|
| ①低出生体重児の割合の減少 | 8.1%<br>(H26) | 減少傾向へ   | 保健統計年報 |

## ② 高齢者の健康

### 【現状と課題】

- 平成27年国勢調査による本市の高齢化率は34.9%と急激な高齢化が進んでおり、今後介護を必要とする者もさらに増加することが見込まれます。超高齢化の進む本市において、生涯現役のまちづくりを推進するためには、高齢者の健康づくりが重要となります。
- 平成27年度特定健康診査結果によると、低体重(65～69歳BMI20未満、70歳以上BMI21.5未満)の高齢者の割合が24.2%となっています。高齢者の低栄養は、疾病発症・ADL※障害・要介護状態等心身の健康に対する影響が大きいため、予防と改善が重要です。
- 全国の認知症高齢者数は、平成24年で462万人、65歳以上の高齢者の約7人に1人と推計されており、平成37年には700万人、65歳以上の高齢者の約5人に1人に達すると見込まれています。誰にでも起こりうる脳の病気であるため、認知症に関する正しい知識の普及啓発と早期発見・早期診断等の相談体制の充実が重要です。

※ ADL：食事・排せつ・更衣など、生活していくために毎日行うべき、基本的な動作

### 【今後の方向性】

加齢に伴う心身機能の低下を遅らせ、健康寿命の延伸を実現するためには、生活習慣病や運動器疾患を予防し、日常生活を営むための機能を可能な限り維持・増進していく必要があります。

青壮年期からの生活習慣病の発症予防と重症化予防を徹底することが、健康な高齢期を送ることにつながります。高齢者が心身機能を維持し、できる限り介護を必要とせず、いきいきと過ごし、健康寿命を延伸できるよう、介護予防事業や他の機関との連携を図ります。

また、地域における認知症の方とその家族を支援する相談体制及び支援体制の構築に努めます。

### 【主な事業】

- ・訪問型食の自立支援事業
- ・生き生きエアロ塾
- ・シルバー料理教室
- ・ころばん塾
- ・脳若トレーニング
- ・いきいきサロン

- ・生きがいデイサービス
- ・介護セミナー
- ・家族介護セミナー
- ・認知症ケアパスの普及
- ・認知症サポーター養成講座
- ・もの忘れ相談、認知症スクリーニング検査
- ・認知症初期集中支援チーム設置事業

| 目標項目  | 現状(H27) | 目標(H35) | 出典       |
|---|---------|---------|----------|
| ①低体重(65～69歳BMI20未満、70歳以上BMI21.5未満)の高齢者の割合の減少  | 24.2%   | 減少      | 特定健康診査結果 |
| ②日常生活において歩行、または同等の身体活動を1日1時間以上実施している高齢者の割合の増加 | 53.3%   | 増加      | 特定健康診査結果 |

## (4) 生活習慣の改善の推進

### ① 栄養・食生活

#### 【現状と課題】

- 食生活やライフスタイルが多様化するなか、早い時期から望ましい食習慣を身につけることが重要です。生活習慣病の予防や改善のための食生活を意識し、適正体重を維持することが大切です。そのためには、一人ひとりの身体状況に応じた過不足のない適切な食事の摂取が必要です。
- 健康教室では、尿検査、血圧測定、健康講話、減塩食の調理実習をし、一食分を試食しながら自身に合った量を確認できる取り組みを行っています。

#### 【今後の方向性】

各種教室において、一人ひとりが自分に合った食事量について学び、実践できるよう取り組み、減塩・バランス食の普及・啓発に努めます。

また、離乳食時期は食に対して特に関心が強いため、保護者が自らの食事を見直すきっかけづくりを提供します。バランスの良い食事の大切さを伝え、親子で乳児期からの正しい食習慣を身につけることが将来の生活習慣病予防につながることを伝えていきます。

食生活改善推進協議会と連携して、食や健康に関する知識と実践方法等の普及啓発を図ります。

## 【主な事業】

- ・おもいっきり元気塾(食生活改善推進員養成講座)
- ・じぶんみがき塾
- ・食生活改善(減塩)事業
- ・市民健康相談
- ・離乳食教室
- ・親子ふれあい料理教室

| 目標項目                            | 現状(H27) | 目標(H35) | 出典       |
|---------------------------------|---------|---------|----------|
| ①適正体重を維持している者の割合の増加             |         |         |          |
| ア)40歳以上の肥満者(BMI25以上)の割合の減少      | 24.7%   | 減少      | 特定健康診査結果 |
| イ)20歳～39歳女性のやせ(BMI18.5未満)の割合の減少 | 34.9%   | 減少      | 若年健康診査結果 |
| ②朝食を抜くことが週に3回以上ある者の割合の減少        | 7.3%    | 減少      | 特定健康診査結果 |
| ③夕食後に間食をとることが週に3回以上ある者の割合の減少    | 12.5%   | 減少      | 特定健康診査結果 |

## ② 歯・口腔の健康

### 【現状と課題】

- 平成26年度乳幼児健診結果によると、3歳児健診でむし歯のある幼児の割合は、17.4%となっています。1歳6か月児健診後のむし歯の増え方が大きいため、妊娠中からのむし歯予防に関する知識の普及が重要です。
- 壮年期、高齢期では、多くの調査から、歯と口腔の健康は、糖尿病や循環器疾患等生活習慣病と深く関係していることが明らかになっています。特に高齢期においては、口腔機能の衰えが誤嚥性肺炎※を引き起こす原因と考えられています。生涯を通して市民一人ひとりが歯と口腔の健康管理を行うことが大切であり、そのための知識の普及が課題となります。

※ 誤嚥性肺炎：気管に入った唾液中の菌周病菌などにより肺が感染しておこる肺炎

### 【今後の方向性】

乳幼児期については、妊娠中から子どものむし歯予防の知識の普及を図るため、各種母子保健事業等で効果的なむし歯予防の対策に取り組めます。

幼児期・学童期については、保育園・小学校を通じて、むし歯予防や口腔ケアの啓発に努めます。

壮年期・高齢期については、歯科保健事業を通して、歯周病や歯の喪失の予防について正しい知識の普及・啓発を行い、高齢期の口腔機能の維持・向上に努めます。

歯と口腔の健康は、食べる喜びや話す楽しみを保つ上でも重要です。今後も継続して行うことで、市民の生活の質の向上につなげます。

### 【主な事業】

- ・歯周疾患検診
- ・1歳6か月児・3歳児健診時歯科健康診査
- ・3歳児健診時ブラッシング指導
- ・口腔がん検診
- ・節目検診(40・50・60・70歳)
- ・かむかむ教室
- ・在宅歯科訪問事業
- ・口腔ケアの普及・啓発

| 目標項目                          | 現状(H27) | 目標(H35) | 出典          |
|-------------------------------|---------|---------|-------------|
| ①歯周疾患検診受診者数の増加                | 45名     | 増加      | 歯周疾患検診結果    |
| ②60歳以上で、24歯以上の自分の歯を有する者の割合の増加 | 90.9%   | 現状維持    | 歯周疾患検診結果    |
| ③3歳児健診でむし歯のある幼児の割合の減少         | 29.8%   | 15.0%   | 3歳児歯科健康診査結果 |

## (5) 個人の健康づくりを支えるための環境づくりの推進

### ① 環境整備

#### 【現状と課題】

- 健康づくりは、一人ひとりが主体的かつ継続的に取り組むことが重要です。しかし、個人の取り組みには限界があり、家庭・学校・地域等社会環境の影響を受けることから、社会全体で、健康づくりを支える環境整備をすることが必要です。
- これまでの啓発活動や健康教育は健康に対する意識の高い人には届いていますが、関心の低い人への取り組みは十分とは言えない状況です。

#### 【今後の方向性】

一人ひとりの社会参加を促し、地域や人とのつながりを深め、企業や民間団体等含めた様々な主体が健康づくりに取り組むことができるよう支援していきます。また、身近な地域での健康づくりを推進するため、公民館等を中心とした、ふれあい学級・いきいきサロン等での出前健康講座や講習で情報の提供・意識の啓発を図ります。

住み慣れた地域で子どもから高齢者まで健康で安心して暮らすことができるよう、いきいきサロンの指導者や民生委員・児童委員、老人クラブ、また食生活改善推進協議会等と連携して地域のリーダーの育成を支援します。

#### 【主な事業】

- ・いきいきフェア
- ・出前健康講座
- ・いきいきサロン
- ・ふれあい学級(公民館)

| 目標項目            | 現状(H27) | 目標(H35) | 出典                 |
|-----------------|---------|---------|--------------------|
| ①いきいきフェア参加者数の増加 | 延べ 653名 | 増加      | 健康長寿推進課<br>生涯現役推進係 |

## 5、計画の推進体制の整備

### (1) 健康増進の取組の推進

#### ① 市の役割

- 広報誌やホームページなどを通じて、計画の内容の周知を図ります。
- 関係機関や関係団体に働きかけ、連携を深め、協力し合うことにより健康増進の取り組みを推進します。

#### ② 個人・地域・家庭の役割

- 一人ひとり、自分自身に合った健康づくりに積極的に取り組みます。
- 良い生活習慣の確立と健康づくりや子育てを地域・家族みんなで協力して行います。

#### ③ 学校の役割

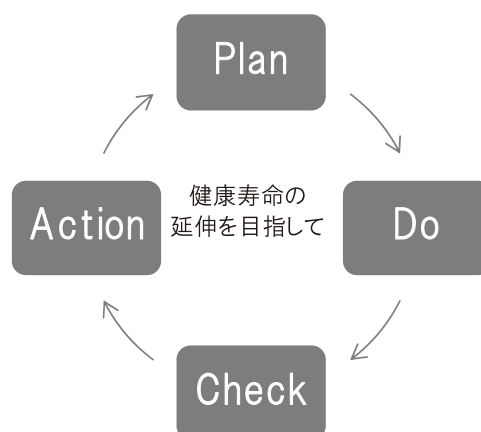
- 子どもの生活習慣は、家庭・地域に加え、学校において習得されますので、連携をとりながら、健康づくりを推進します。

#### ④ 各種団体の役割

- 食生活改善推進協議会・豊前市老人クラブ連合会・スポーツ関係団体など、各種団体は、健康についてそれぞれの立場で自主的に学び、実践するとともに、連携を図りながら、健康づくりを推進します。

### (2) 評価

健康増進の取り組みを推進していくために、PDCAサイクル※を活用し、評価検証を行っていきます。



※ PDCAサイクル：計画(Plan)を実行し(Do)評価(Check)して改善(Action)に結び付け、結果を次の計画に活かす取り組み

## 6、資料編

### (1) 目標項目一覧

| 区分                                   | 目標項目  | 現状(H27)           | 目標(H35)        | 出典             |
|--------------------------------------|---|-------------------|----------------|----------------|
| <b>1、健康寿命の延伸</b>                     |   |                   |                |                |
| 健康寿命                                 | ①健康寿命の延伸                                      | 男性 65.5歳          | 男性 67.1歳       | KDBシステム        |
|                                      |   | 女性 67.2歳<br>(H22) | 女性 68.7歳<br>以上 |                |
| <b>2、主要な生活習慣病の早期発見、発症予防と重症化予防の推進</b> |   |                   |                |                |
| がん対策の推進                              | ①がん検診受診率の向上                                   | 胃がん 4.7%          | 40.0%          | 地域保健事業報告       |
|                                      |   | 肺がん 6.9%          |                |                |
|                                      |   | 大腸がん 8.8%         |                |                |
|                                      |   | 子宮頸がん 5.9%        |                |                |
|                                      |   | 乳がん 9.3%          |                |                |
| 循環器疾患対策の推進                           | ① I 度以上高血圧 (140/90mmHg以上)の者の割合の改善             | 30.2%             | 減少             | 特定健康診査結果       |
|                                      | ②脂質異常症(LDLコレステロール160mg/dl以上)の者の割合の減少          | 17.2%             | 減少             | 特定健康診査結果       |
|                                      | ③メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の割合の減少                  | 該当者 16.8%         | 減少             | 特定健康診査結果(法定報告) |
|                                      |   | 予備群 10.0%         |                |                |
| ④特定健康診査受診率・特定保健指導実施率の向上              | 特定健診受診率 30.7%                                 | 60.0%             | 特定健康診査結果(法定報告) |                |
|                                      | 特定保健指導実施率 60.0%                               | 現状維持              |                |                |
| 糖尿病対策の推進                             | ①血糖コントロール指標におけるコントロール不良者(HbA1c8.0%以上)の割合の減少   | 2.2%              | 減少             | 特定健康診査結果       |
|                                      | ②糖尿病有病者(HbA1c6.5%以上)の割合の減少                    | 4.2%              | 減少             | 特定健康診査結果       |
|                                      | ③合併症(年間新規透析導入者数に占める糖尿病性腎症の割合)の減少              | 25.0%<br>(H26)    | 減少             | 豊前市身体障害者手帳交付状況 |
| <b>3、ライフステージに応じた健康づくりの推進</b>         |   |                   |                |                |
| 次世代の健康                               | ①低出生体重児の割合の減少                                 | 8.1%<br>(H26)     | 減少傾向へ          | 保健統計年報         |
| 高齢者の健康                               | ①低体重(65～69歳BMI20未満、70歳以上BMI21.5未満)の高齢者の割合の減少  | 24.2%             | 減少             | 特定健康診査結果       |
|                                      | ②日常生活において歩行、または同等の身体活動を1日1時間以上実施している高齢者の割合の増加 | 53.3%             | 増加             | 特定健康診査結果       |



| 区分                               | 目標項目                             | 現状(H27) | 目標(H35) | 出典             |
|----------------------------------|----------------------------------|---------|---------|----------------|
| <b>4、生活習慣の改善の推進</b>              |                                  |         |         |                |
| 栄養・食生活                           | ①適正体重を維持している者の割合の増加              |         |         |                |
|                                  | ア)40歳以上の肥満者 (BMI25以上)の割合の減少      | 24.7%   | 減少      | 特定健康診査結果       |
|                                  | イ)20歳～39歳女性のやせ (BMI18.5未満)の割合の減少 | 34.9%   | 減少      | 若年健康診査結果       |
|                                  | ②朝食を抜くことが週に3回以上ある者の割合の減少         | 7.3%    | 減少      | 特定健康診査結果       |
|                                  | ③夕食後に間食をとることが週に3回以上ある者の割合の減少     | 12.5%   | 減少      | 特定健康診査結果       |
| 歯・口腔の健康                          | ①歯周疾患検診受診者数の増加                   | 45名     | 増加      | 歯周疾患検診結果       |
|                                  | ②60歳以上で、24歯以上の自分の歯を有する者の割合の増加    | 90.9%   | 現状維持    | 歯周疾患検診結果       |
|                                  | ③3歳児健診でむし歯のある幼児の割合の減少            | 29.8%   | 15.0%   | 3歳児歯科健康診査結果    |
| <b>5、個人の健康づくりを支えるための環境づくりの推進</b> |                                  |         |         |                |
| 環境整備                             | ①いきいきフェア参加者数の増加                  | 延べ 653名 | 増加      | 健康長寿推進課生涯現役推進係 |

## (2) 関係団体等一覧

| 団体名                  |
|----------------------|
| 公益社団法人 豊前築上医師会       |
| 一般社団法人 豊前築上歯科医師会     |
| 豊前築上薬剤師会             |
| 豊前市食生活改善推進協議会        |
| 特定非営利活動法人 健康な社会をつくる会 |
| 豊前市老人クラブ連合会          |
| 福岡県京築保健福祉環境事務所       |

順不同



(3) 施策体系における具体的な実施事業(平成29年度)

重点項目

| 基本的方向                         | 施策の柱                   | 主な施策  | 具体的な実施事業 ※は重複している事業   |
|-------------------------------|------------------------|---|---|
| 1、健康寿命の延伸                     | 以下の施策を実施することで、健康寿命を延ばす |   |   |
| 2、主要な生活習慣病の早期発見、発症予防と重症化予防の推進 | (1)がん対策の推進             | ①がん検診の推進<br>②若い世代のがん予防の推進<br>③女性のためのがん対策  | <ul style="list-style-type: none"> <li>胃がん・肺がん・大腸がん・子宮頸がん・乳がん・前立腺がん検診</li> <li>がん検診未受診者に対する受診勧奨</li> <li>要精密検査未受診者に対する受診勧奨</li> <li>肝炎ウイルス検診(40歳節目検診)</li> <li>胃のリスク検査(ABC検査)</li> <li>がんに関する知識・情報の普及・啓発</li> <li>乳腺エコー検査</li> <li>レディースデイの実施</li> <li>子宮頸がん・乳がん検診無料クーポン事業</li> <li>乳がん自己検診の普及・啓発</li> </ul>  |
|                               | (2)循環器疾患対策の推進          | ①高血圧・脂質異常症等の予防の推進<br>②高血圧等の医療未受診者対策や保健指導の推進   | <ul style="list-style-type: none"> <li>特定健康診査 ※</li> <li>特定保健指導 ※</li> <li>特定健康診査事後フォロー ※</li> <li>市民健康相談 ※</li> <li>特定健康診査 ※</li> <li>市民健康相談 ※</li> <li>特定保健指導 ※</li> <li>特定保健指導における人間ドックデータの活用事業 ※</li> </ul>   |
|                               | (3)糖尿病対策の推進            | ①糖尿病の発症予防に関する知識や情報の提供<br>②糖尿病の医療未受診者対策や保健指導の推進                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>特定健康診査 ※</li> <li>市民健康相談 ※</li> <li>糖尿病教室</li> <li>医療機関との連携による栄養指導事業</li> <li>特定保健指導 ※</li> <li>特定保健指導における人間ドックデータの活用事業 ※</li> <li>特定健康診査事後フォロー ※</li> <li>CKD(慢性腎臓病)対策</li> </ul>   |
| 3、ライフステージに応じた健康づくりの推進         | (1)次世代の健康              | ①未熟児・低出生体重児の出生の予防<br>②健やかな発育と生活習慣形成のための支援   | <ul style="list-style-type: none"> <li>母子健康手帳交付時保健指導 ※</li> <li>パパママ学級</li> <li>乳児家庭全戸訪問事業・養育支援事業</li> <li>乳幼児健診・乳幼児相談</li> <li>ブックスタート(4か月児健診時)</li> <li>離乳食教室 ※</li> <li>7か月児健診時知育絵本プレゼント</li> <li>赤ちゃん教室</li> <li>もうすぐ1歳！親子教室</li> <li>妊婦健康相談</li> <li>1歳6か月児健診、3歳児健診時知育絵本プレゼント</li> <li>作業療法士・言語聴覚士による乳幼児発育相談事業</li> <li>早期からの教育相談、支援体制構築事業</li> <li>子育て相談(地域子育て支援センターたけのこ)</li> <li>親子ふれあい料理教室 ※</li> <li>コミュニケーションセミナー</li> </ul> |
|                               | (2)高齢者の健康              | ①良好な栄養状態や生活習慣の維持に関する支援<br>②加齢に伴う生活機能の低下を防ぐための介護予防の推進<br>③認知症に関する正しい知識の普及・啓発と支援体制の構築 | <ul style="list-style-type: none"> <li>訪問型食の自立支援事業</li> <li>生き生きエアロ塾</li> <li>シルバー料理教室</li> <li>ころばん塾</li> <li>脳若トレーニング</li> <li>いきいきサロン ※</li> <li>もの忘れ相談、認知症スクリーニング検査</li> <li>認知症サポーター養成講座</li> <li>認知症初期集中支援チーム設置事業</li> <li>介護セミナー</li> <li>家族介護セミナー</li> <li>認知症ケアバスの普及</li> </ul>  |
|                               | (3)こころの健康              | ①相談体制の充実  | <ul style="list-style-type: none"> <li>母子健康手帳交付時パンフレット配布</li> <li>男女共同参画こころの相談(ハートピア)</li> <li>あんしんダイヤル</li> <li>教育相談</li> <li>メンタルチェックシステム「こころの体温計」</li> <li>こころの健康相談(保健所)</li> </ul>  |
| 4、生活習慣の改善の推進                  | (1)栄養・食生活              | ①適切な量と質の食事の普及・啓発<br>②減塩に関する取組<br>③食育の推進   | <ul style="list-style-type: none"> <li>おもいっきり元気塾(食生活改善推進員養成講座)</li> <li>食生活改善(減塩)事業</li> <li>離乳食教室 ※</li> <li>親子ふれあい料理教室 ※</li> <li>じぶんみがき塾</li> <li>市民健康相談 ※</li> </ul>  |
|                               | (2)歯・口腔の健康             | ①健康長寿社会を作るための生涯を通じた口腔ケア   | <ul style="list-style-type: none"> <li>歯周疾患検診</li> <li>1歳6か月児・3歳児健診時歯科健康診査</li> <li>3歳児健診時ブラッシング指導</li> <li>口腔がん検診</li> <li>節目検診(40・50・60・70歳)</li> <li>かむかむ教室</li> <li>在宅歯科訪問事業</li> <li>口腔ケアの普及・啓発</li> </ul>   |
|                               | (3)身体活動・運動             | ①適度な運動の推進   | <ul style="list-style-type: none"> <li>健康サポート塾</li> <li>肩こり腰痛予防教室</li> <li>歩こう教室</li> <li>総合型スポーツクラブ</li> </ul>   |
|                               | (4)休養                  | ①ワークライフバランスの普及・啓発   | ワークライフバランスに関する知識・情報の普及・啓発   |
|                               | (5)飲酒                  | ①適正飲酒の普及・啓発   | <ul style="list-style-type: none"> <li>特定健康診査事後指導 ※</li> <li>適正飲酒に関する知識・情報の普及・啓発</li> <li>母子健康手帳交付時保健指導 ※</li> </ul>  |
|                               | (6)喫煙                  | ①喫煙が健康に及ぼす影響に関する啓発  | <ul style="list-style-type: none"> <li>特定健康診査事後指導 ※</li> <li>喫煙が健康に及ぼす影響に関する啓発</li> <li>母子健康手帳交付時保健指導 ※</li> </ul>  |
| 5、個人の健康づくりを支えるための環境づくりの推進     | (1)環境整備                | ①生涯現役社会の推進<br>②健康づくりを進めるためのリーダーの育成  | <ul style="list-style-type: none"> <li>いきいきフェア</li> <li>出前健康講座</li> <li>いきいきサロン ※</li> <li>ふれあい学級(公民館)</li> </ul>   |



豊前市 健康長寿推進課