

第3章 健康かごしま21セカンドステージの推進方策

1 健康づくり県民運動の展開

これまでの健康づくりの取組が、社会全体での取組として必ずしも十分に普及・定着していなかったことを踏まえ、県民、健康関連団体、産業界が一体となった健康づくりを県民運動として展開していくことが重要です。特に、生活習慣病対策としては、メタボリックシンドロームの概念を導入し、生活習慣病予防の基本的な知識等を県民に広く普及し、生活習慣の改善、行動変容に向けた個人の取組を社会全体で支援する環境整備を一層図る必要があります。

1 「かごしま健康イエローカードキャンペーン」の県民運動化

平成18年度に実施した中間評価の結果を受けて、肥満と糖尿病等生活習慣病を予防・改善するため、県民に食生活や運動など生活習慣の改善を働きかける「かごしま健康イエローカードキャンペーン」を健康関連団体と協働で展開してきました。これを、計画のセカンドステージの健康づくりにおけるポピュレーションアプローチの中心に位置付け、県民運動として更に積極的に普及啓発活動を展開し、食生活の改善、運動の習慣化、禁煙の促進及び健診の受診を県民に働きかけていきます。

2 『かごしま健康づくり協働宣言』による県民運動の気運の醸成

県民の健康づくりを支援する活動を広範かつ積極的に展開するため、平成18年8月に健康関連団体等から成る健康かごしま21推進協議会の賛同を得て、『かごしま健康づくり協働宣言』を行いました。今後、その他の健康関連団体や産業界等にも賛同を呼びかけ、県民全体で健康づくりを行う気運を醸成します。

県民の健康づくりを応援する
かごしま健康づくり協働宣言

私たちは、「健康かごしま21」に基づき、誰もが健康を実感し、生涯を通じていきいきと暮らすことができるよう、自らの健康づくりに取り組むとともに、県民の健康づくりを協働で応援します。

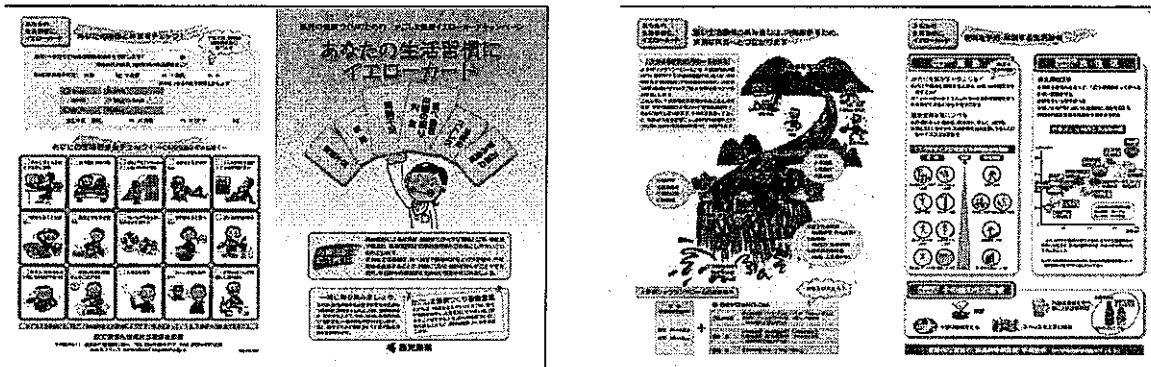
賛同機関・団体

鹿児島県 (社) 県医師会 (社) 県薬剤師会 (社) 県栄養士会 (財) 鹿児島県民総合保健センター 鹿屋体育大学 県農業協同組合中央会 県森林組合連合会 県地域女性団体連絡協議会 県生活研究グループ連絡協議会 県老人クラブ連合会 県商工会連合会 (株) 南日本新聞社	県内市町村 (社) 県歯科医師会 (社) 県看護協会 (財) 県体育協会 鹿児島大学 鹿児島国際大学 県漁業協同組合連合会 県PTA連合会 県食生活改善推進員連絡協議会 県青年団協議会 県商工会議所連合会 県中小企業団体中央会
---	--

かごしま健康イエローカードキャンペーンの取組 [平成19年度]

事 項	取 組 内 容
普 及 啓 発	
リーフレット・ポスターの作成・配布	子ども向けのリーフレットとポスターを作成し、リーフレットは小学校を通じて全ての小学生に配布し、食生活改善推進員の普及啓発活動にも活用。ポスターは全ての小・中学校、市町村等に配布
強化月間関連事業	10月をキャンペーン強化月間に設定
メタボ克服チャレンジ教室	健康増進センターにおいて、メタボリックシンドローム該当者又は予備群である青壮年層を対象に、個人の状況に応じて策定したプログラムに基づき健康づくりを支援
親子健康教室	小学校、PTA等と協働で親子を対象としたメタボ予防の健康づくり教室を開催
パネル展	ねんりんフェスタ鹿児島に健康関連のパネルやリーフレット等を出展
ワッペン着用	職員がキャンペーンワッペンを着用して広報
セミナーの開催	各地域振興局・支庁等が健康づくりをテーマにセミナーを開催
県の広報媒体の活用	<ul style="list-style-type: none"> ・県のテレビ及びラジオ広報番組、新聞による広報 ・国保連の広報誌「国保かごしま」(9月号)でキャンペーンを紹介
各種会議・研修会を活用した出前講座	健康関係団体、庁内各課が主催する会議や行事において、資料やリーフレットの配布、キャンペーンの説明
職場の健康づくり賛同事業所の拡大・支援	<ul style="list-style-type: none"> ・職場ぐるみで健康づくりに取り組む事業所の拡大・事業所への情報提供等取組の支援 ・モデル支援事業所の指定と個別支援
健康づくり情報コーナーの設置	・大隅地域振興局が合庁内に健康づくりの情報を提供するコーナーを設置
健康関連団体・企業のキャンペーンに賛同した取組	
キャンペーンに賛同した取組	<ul style="list-style-type: none"> ・市町村がキャンペーン強化月間に健康まつり等健康関連行事を実施 ・県栄養士会による食生活の改善に関するキャンペーンのポスター作成、県民公開講座の開催 ・国保連がテレビと街頭大型スクリーンのCM、ポスターで生活習慣の改善とキャンペーンを広報 ・県薬剤師会が指定する「健康かごしま21推進薬局」における広報 ・県食生活改善推進員連絡協議会の訪問活動や料理教室、おはら祭におけるキャンペーンの広報 ・「かごしま食の健康応援店」や「女性の健康づくり協力店」におけるキャンペーン強化月間にちなんだ取組 ・店内等にキャンペーンのポスター掲示 ・店舗利用者や職員へのリーフレットの配布 ・職場の健康づくり賛同事業所のキャンペーン強化月間にちなんだ健康づくり事業の実施
県職員の健康づくり	
庁内放送	・食生活、運動、喫煙の生活習慣の見直しを呼びかける庁内放送を毎週火曜日に放送
禁煙支援	・伊集院保健所における禁煙支援
健康セミナーの開催	・職員厚生課がメタボリックシンドローム予防をテーマにしたセミナーの開催

県のイエローカードキャンペーンの広報素材



▲平成18年度作成



◀平成19年度作成

関係団体との協働による主な普及啓発

県栄養士会の取組

- ◆ 県民公開講座～肥満と糖尿病～の開催
 後援：鹿児島県、鹿児島県医師会、鹿児島市
 日時：平成19年9月1日(土) 13:30～16:00
 場所：サンエールかごしま 講堂 参加者：約200名
- ◆ キャンペーンポスターの作成 キャンペーンポスター▶



鹿児島県国民健康保険団体連合会の取組

国保連が定める10月の「健康増進月間」にちなんだ広報活動で、「かごしま健康イエローカードキャンペーン」も広報。CMは9、10月の2か月にわたり、各テレビ局とアミュビジョン（鹿児島中央駅）で放映されました。

キャンペーンポスター▶



平成18年度



平成19年度

II 地域・職域・学域保健の連携推進

県民誰もが、社会的な健康支援を各ライフステージで分断されたり、途切れたりすることなく、生涯を通じて切れ目なく受けることにより、健康の保持・増進と健康格差の縮小が図られるよう、地域保健、職域保健、学域保健（学校保健）は情報の共有化や保健事業の連携・協働を推進することが必要です。

1 地域・職域・学域保健の連携推進体制の構築

県民の生涯を通じた健康づくりを支援するために、地域保健、職域保健及び学域保健の連携体制を構築し、行政機関、事業者、医療保険者及び教育機関等の関係者が相互に情報提供を行い、保健事業に関する共通理解を図るとともに、それぞれが有する保健医療資源（人材、施設等）の相互活用や保健事業の共同実施を進め、連携を図ることが求められます。

そのため、平成19年1月に設置した地域・職域・学域連携推進委員会（平成19年度に健康かごしま21推進協議会の専門部会として位置づけました。）及びその実務者レベルの協議の場として同年4月に設置したワーキンググループ、及び地域単位の組織として地域・職域・学域連携の機能を有している健康かごしま21地域推進協議会の活性化を図り、具体的な連携方策の検討や協働事業の実施を推進します。

学域保健との連携強化

ほとんどの都道府県では、地域・職域連携推進協議会が設置されていますが、本県では、子どもの頃からの健康づくりが重要であり、学域保健との連携は不可欠であるという認識に立ち、学域保健も含めた連携体制を構築するための委員会を設置しました。

2 関係団体との連携

地域・職域・学域連携推進委員会においては、医療保険者等から成る保険者協議会の協議内容を踏まえて、特定健診・特定保健指導等の総合的推進方策の検討するなど同協議会との連携が必要です。

また、学会や医会といった専門団体、患者会等様々な関係団体との連携も求められます。

3 地域・職域・学域保健の連携による健康づくりの推進

(1) 地域・職域の連携

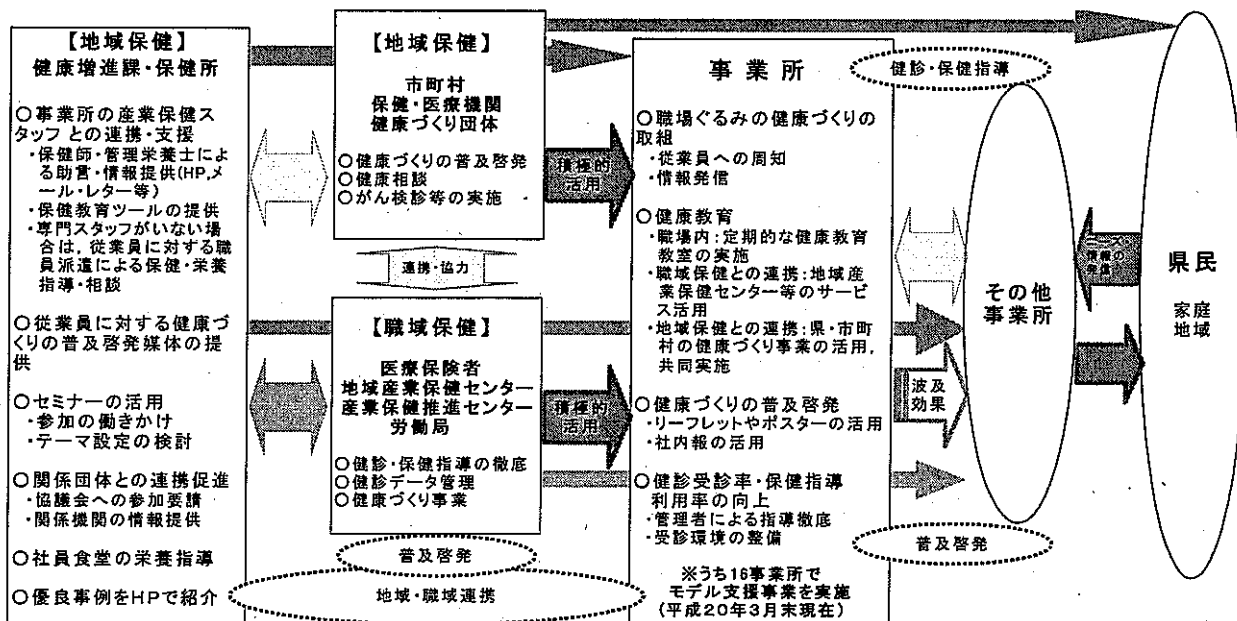
青壮年期の生活習慣病の予防やメンタルヘルス対策には、職域における健康づくりの取組が極めて重要であり、効果的です。

このため、平成18年度から「職場の健康づくり」賛同事業所を募り、健康情報の提供や健康グッズの貸出等により、その健康づくりの取組を支援してきたところですが、さらに、賛同事業所の拡大を図るとともに、特に積極的に取り組む事業所をモデル事業所として指定し、個別の支援を行っています。これらのうち先進的な取組については、県のホームページ等で積極的に紹介し、他の事業所への波及に努めます。

なお、事業所の健康づくりを支援するに当たり、市町村、鹿児島労働局、医療保険者、

産業保健推進センター、地域産業保健センター及び商工関連団体等と連携を密に図ります。

職場の健康づくり賛同事業所の支援体制



(2) 地域・学域の連携

小児期から健康な生活習慣の定着を図ることが、将来にわたる疾病予防に重要であることから、県・市町村教育委員会、学校、PTA、学校医及び学校薬剤師会等学校関係者と連携し、健康教育を推進します。

また、栄養士会や食生活改善推進員連絡協議会、NPO等、地域で活動している健康関連団体の協力を得て、学校を核とした子ども向けの取組に、メタボリックシンドロームの危険度が高い青壮年層である保護者も巻き込み、家庭・学校・地域が一体となった健康づくりの推進を図ります。

「職場の健康づくり賛同事業所」の取組 ～職場の健康づくり支援事業～

職場の健康づくり賛同事業所は、県が提供するポスターやリーフレット、健康関連情報を活用するなどにより、従業員の健康づくりにそれぞれ取り組んでいます。

そのうち、モデル事業所については、事業所が策定した実施計画に基づき、保健所等が健康教室や健康相談に職員を派遣するなど、個別に支援しています。

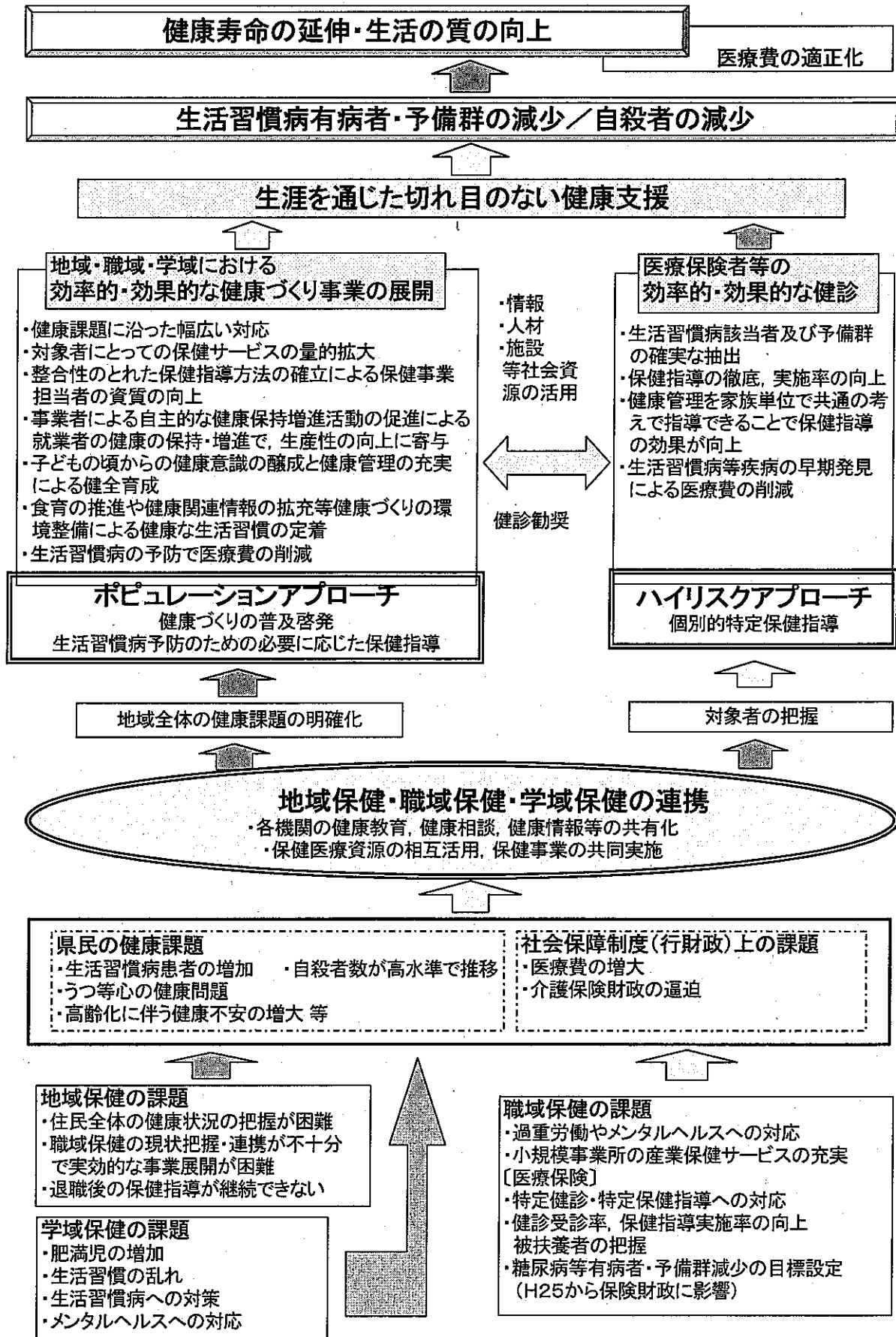
平成20年3月末現在、賛同事業所が83、そのうちモデル事業所が16あり、その一覧は県のホームページで紹介しています。

【イエローカードキャンペーン強化月間中の取組事例（平成19年度）】

企業名	市町村	取組内容
日本ガス株式会社	鹿児島市	万歩計による身体活動量調査（3週間程度）
九州電力鹿児島支店	鹿児島市	「健康づくり月間」（毎年10月）を定め、生活習慣病予防を始めとする啓発活動を実施
パナソニック半導体オプトデバイス株式会社	日置市	松下グループで設定されている「ヘルスアップデー」（10/1）における各種イベントの開催
キューピーたまご(株)蒲生工場	蒲生町	保健所職員が出向いて、健康学習・健康相談を実施
南西糖業伊仙工場	伊仙町	健康講話

地域・職域・学域連携の推進イメージ

～鹿児島県地域・職域・学域連携推進委員会の取組の方向性～



Ⅲ 女性の生涯を通じた健康支援

女性は、男性と異なる身体的特徴や心理的特徴、ライフサイクルとそれに伴う心身の変化により、女性ならではの健康問題に直面し、それには女性の職場や家庭での立場など社会的・文化的背景が影響を与えています。また、近年の研究により、男女で症状や治療方法が異なる疾病があることが明らかになっていることから、女性の特徴を踏まえた診断や治療、健康づくり対策が必要です。

男女で現状値や傾向が大きく異なる健康指標については、男女別の目標値の設定、進捗状況の把握、評価を行い、そのエビデンスに基づいた、女性の生涯を通じた健康づくり対策を推進します。

1. 女性の健康問題に関する正しい知識の普及啓発

女性が自らの心身の状態について、正しい知識と情報を得て、自分で判断し、健康を享受できるように、社会的に支援することが必要です。

また、女性が直面する男性とは異なる健康上の問題の重要性について、男性も含め、広く社会全体の認識を高め、積極的な取組が行われるよう、女性の健康問題に関する正しい知識の普及と取組への気運の醸成を図ることが必要です。

そのため、セミナーの開催等による学習機会の提供や広報媒体を活用した普及啓発を行います。

2. 性差を考慮し、受診・相談しやすい医療環境の整備

女性には子宮や卵巣など女性にしかない臓器に起因する疾病があります。また、男女に共通して起きる疾病でも、女性の内分泌機能やそれに起因する代謝の特徴から、その症状や治療方法が男性と異なることがあります。そのため、エビデンスに基づき、性差を考慮した医療の推進を図ることが必要です。

また、女性のニーズに対応した受診しやすい配慮が行われると、「病院に行きづらい」と受診をためらう女性の病気の早期発見・早期治療につながります。

そのため、医療関係者を対象とした研修会の開催等により、性差医療の知識を普及し、性差を考慮し、女性の身体とこころの状態を総合的にみる医療環境の整備を促進するとともに、「女性にやさしい医療機関」、「女性の健康サポート薬局」の指定を拡大し、受診あるいは相談しやすい医療環境づくりに努めます。

なお、「女性にやさしい医療機関」及び「女性の健康サポート薬局」を含む様々な保健医療関係者のネットワークを構築し、女性の保健医療サービスの充実を促進します。

3. 女性の健康づくりを支援する環境づくり

地域振興局及び支庁の保健福祉環境部、市町村保健センター、その他保健医療機関や各種相談機関が、女性の心身の健康問題に適切に対応できるよう、保健医療関係者や相談員等の育成に努めます。

また、食や運動、休養・癒しの面で女性の健康づくりを支援する店舗を「女性の健康づく

り協力店」として登録し、その拡大を図るとともに、その情報を県民に提供し、産業界と協働で健康づくりを支援する環境づくりを推進します。

4 乳がん死ゼロ対策

乳がんの罹患率及び死亡率は年々増加しており、他のがんに比べて、比較的若い世代の罹患率が多いことが特徴です。がんの克服のためには、定期的ながん検診受診が何より重要であり、離島を数多く含む本県は、マンモグラフィー検診車を全国に先駆けて導入するなど、積極的に検診を受けやすい体制づくりを進めてきているものの、検診受診率は20%に達しない状況です。

そのため、がん検診の必要性について積極的に啓発するため、県は、平成18年に10月を「ピンクリボン月間」に制定し、この月間を中心に、NPO法人ピンクリボンかごしまや関係機関と連携・協働して、乳がんに関する正しい知識の普及や検診受診を促進する取組を行っています。今後もその取組を推進していくとともに、検診を受診しやすい体制の整備について検討していきます。

「NPO法人ピンクリボンかごしまの取組」

「ピンクリボンかごしま」では、県民に乳がんの早期発見・早期診断・早期治療の大切さを伝えるため、「ピンクリボン活動」を積極的に展開し、その活動は、多くの団体、県民の賛同と参加を得て、本県の乳がんの正しい知識の普及や検診受診の促進等に大きく貢献しています。


○ピンクリボンinKagoshima (2004～2007) ～「ピンクリボン月間」(10月)における普及啓発活動～

- ・ピンクリボン・ウォーク
- ・ピンクリボン・フェスタ (乳がん無料検診、健康相談、その他乳がんに関する普及啓発イベント)
- ・ピンクリボンライトアップ (いおワールドかごしま水族館、アミュラン大観覧車等)
- ・ピンクリボンツリー (オブジェ) の県内各所での展示
- ・鹿児島県タクシー協会加入会社の全タクシー2000台にピンクリボンステッカーの配布 等



○その他年間を通じて、各種啓発講演会を開催するなど活動を展開

※「ピンクリボンSatsumaせんだい」は、2007年度薩摩川内市提案公募型補助事業として講演会&トークショー等を開催

 ピンクリボンは、乳がんの早期発見・早期治療の重要性を伝える世界共通のシンボルマークです。

女性に特有な疾患例

○更年期障害

女性の場合、更年期(45～55歳が目安)といわれる閉経前後に卵巣機能の衰えと女性ホルモン(エストロゲン)の減少が急激に進み、ホルモン分泌のバランスが乱れることにより起きる「ほてる」「のぼせる」「冷える」「動悸」「異常な発汗」など主に自律神経失調症に係る更年期症状(不定愁訴)を更年期障害と呼びます。その時期は、親の介護や子どもの独立、職場での立場などでストレスや悩みが多い時期であり、その影響も大きく受けます。症状の程度は人によって違うものの60～70%の女性が経験すると言われており、女性自身が病気とその対処に関する正し

い知識を持つとともに、家族や周囲は当事者の話をじっくり聞くなど理解と支援に努め、保健医療機関は当事者の背景も考慮し適切に対応することが求められます。

なお、40代以降の男性にも、テストステロンの分泌量の減少により更年期障害の症状が起こることがあります。

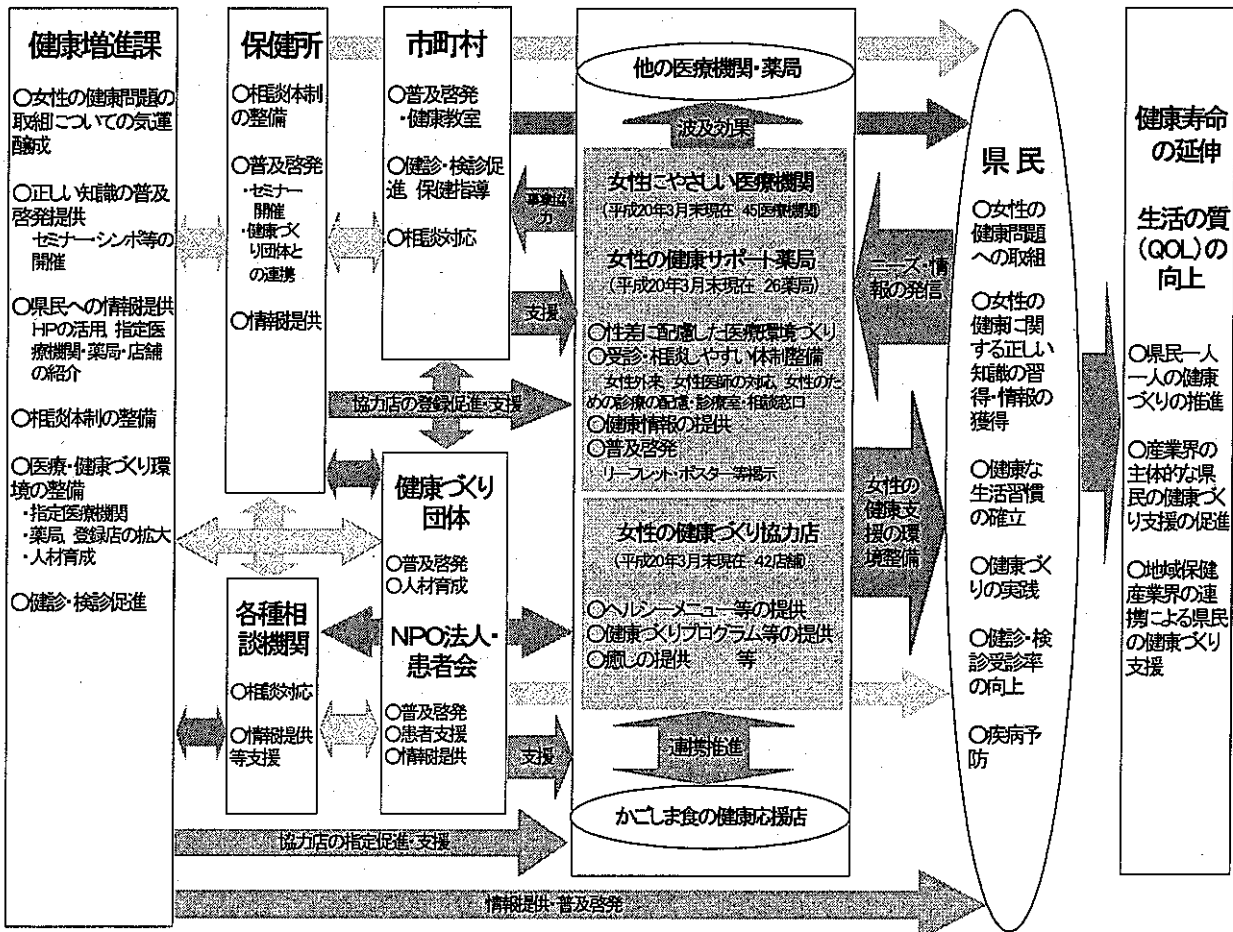
○骨粗鬆症

骨粗鬆症は女性に多い疾患です。骨の代謝に女性ホルモンがかかわっているため、閉経期に女性ホルモンの分泌が急激に減少すると、それに続いて骨量も急激に減少します。女性の場合、60歳後半で3分の1、80歳代後半で半数以上が骨粗鬆症といわれ、骨折しやすいために最期は寝たきりになる人の割合が男性より高くなります。若年層についても骨量の不足が指摘されており、女性の健康寿命を伸ばすためにも、若いうちからの骨粗鬆症への対応は重要です。

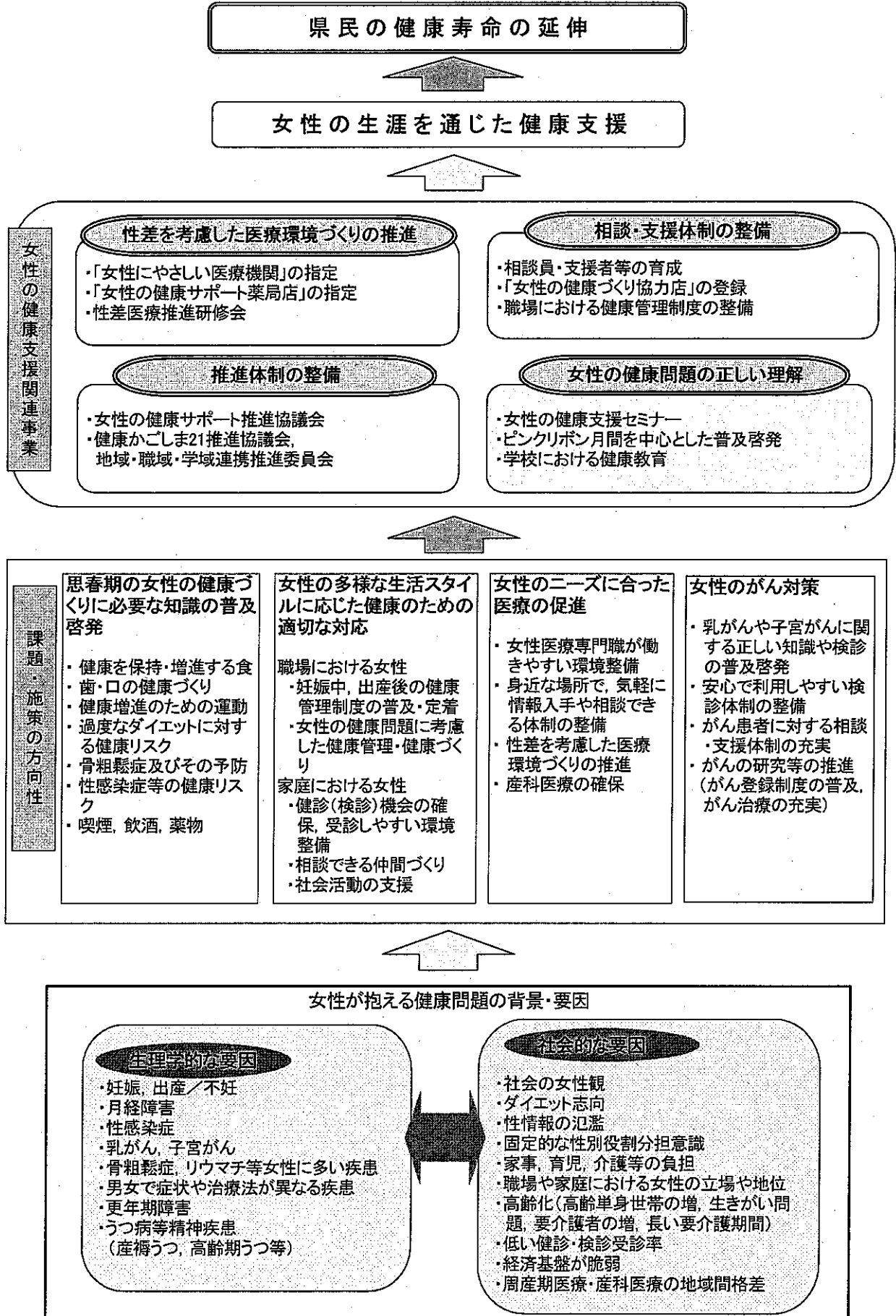
○貧血

貧血は、いまや女性の10人に1人と言われるほどの身近な病気であり、全身に様々な症状を引き起こします。老人保健法に基づく平成18年度の基本健診（40歳以上が対象）の結果によると、40歳代女性の21.7%が貧血でした。また、平成18年度の女性の献血受付者の32.2%が献血に必要な比重に達していませんでした。血液比重が低いことが必ずしも貧血というわけではありませんが、貧血が隠れている場合があります。貧血のうち発症頻度が最も高い鉄欠乏性貧血は、女性に多く、月経過多等による鉄分喪失のほか偏食やダイエットによる鉄摂取の不足も原因になります。その予防・改善のために栄養バランスの良い食事をとることが重要です。

女性の生涯にわたる健康支援事業のイメージ図



女性の健康を通じた健康支援対策



女性にやさしい医療機関

次のいずれかの要件を満たす医療機関を、「女性にやさしい医療機関」に指定し、性差に考慮し、女性が受診や相談しやすい医療環境の整備を図っています。

(平成20年3月末現在 45機関)

- 女性のための特別な外来を設置
- 女性患者については、基本的に女性医師が対応
- 女性に配慮した診療日・診療曜日・診療時間を設定
- 女性用の診療室を配置
- 女性のための専用相談窓口を設置
- 乳幼児同伴の女性のために、職員を配置した託児スペースを確保するなど、女性が受診しやすい環境を整備



女性の健康サポート薬局

次のすべての要件を満たす薬局を、「女性の健康サポート薬局」に指定し、女性が健康問題について相談しやすい環境を整備するとともに、健康づくりに関するポスターの掲示や資料の配布等により女性の健康づくりの普及啓発を図ります。(平成20年3月末現在 26薬局)

- 健康かごしま21推進薬局[※]である。
- 女性薬剤師、または複数の薬剤師を配置
- 県薬剤師会が開催する「女性の健康支援セミナー」を受講し、女性の健康問題や性差医療に関する専門的知識を有する薬剤師を配置
- 女性の健康相談に対応できる時間と空間を確保
- 女性の健康問題に関する普及啓発や情報提供を行う。
- 女性の相談内容に応じて、本人の了解のもと、医療機関や相談機関等関係機関と連携を図ることができる。



注：県薬剤師会は、禁煙サポート薬局の中から薬局の希望に応じて、「健康かごしま21」を推進するために、県民の健康づくりやそれに関する県の施策について情報提供を行う薬局を、「健康かごしま21推進薬局」に指定しています。(平成20年3月末現在 52薬局)

女性の健康づくり協力店

次のいずれか、または複数の分野におけるサービスによって、女性の心身の健康づくりを支援している店舗を「女性の健康づくり協力店」に登録し、女性の健康づくりを支援する環境づくりに努めています。

(平成20年3月末現在 42店舗)

- 栄養・食生活分野：女性の健康に配慮したメニューや食材等を提供している。
- 運動分野：女性に配慮した健康づくりのプログラムを提供している。
- 休養・癒し分野：女性がやすらぎや癒しを得ることができる機会や場所を提供している。



※ 上記の医療機関、薬局、協力店の一覧は、県のホームページに掲載

Ⅳ 小児期からの心身の健康づくり

近年の社会環境の変化や様々な社会問題は、子どもたちの心身の健康に大きな影響を与えています。小児期は健康な心身を培う大切な時期であることから、家庭や学校に限らず、市町村（保健衛生・福祉・教育部門等）、保健所、医療機関、学校医、学校歯科医、学校薬剤師、スクールカウンセラー、幼稚園、保育所、児童クラブ等の関係機関や関係者及び地域の健康づくりの推進に取り組む団体等が連携し、子どもが健康に育つことを切れ目なく支援する仕組みをつくる必要があります。

1 健康教育の推進と地域保健との連携

子どもたちが生涯を通じ、自己の健康を適切に管理・改善するため、健康の大切さを認識し、自己の健康を管理する基礎的知識と能力を習得し、健康づくりを実践できる環境づくりを、学校、家庭、地域において積極的に推進します。学校においては、栄養教諭、養護教諭等の活用を図り、健康教育の推進を図ります。

なお、性に関する問題、喫煙、飲酒、薬物乱用、不登校や保健室登校、肥満ややせすぎ、アレルギー性疾患等、児童生徒の健康問題は多様化しており、家庭や学校だけで対応することは困難であるため、広く関係機関・関係者と連携した対応が必要です。

2 小児期からのメタボリックシンドローム・生活習慣病予防

子どもが育つ環境は大きく変化し、様々な社会的背景も影響して、運動不足やエネルギー過多の食事内容、不規則な生活習慣など、肥満になる要因を多く持つ子どもが増えています。

成人の生活習慣病の発症は、小児期の肥満と関係が深いことが研究結果からも指摘されており、このままでは、30～40歳代の比較的若い時期に糖尿病など生活習慣病が急増することが懸念されます。小児期に健康な生活習慣の基礎をつくり、生涯を通じて生活習慣病を予防するため、関係者が連携した対策を講じる必要があります。学校においては、栄養教諭を中核とした食に関する指導や養護教諭等との連携による個別指導の充実が求められます。

なお、女子より男子に肥満の傾向が強く、しかも年齢が上がるにつれて肥満者（児）の割合が高くなっていくことから、小児期から性差を考慮した生活習慣病教育が必要であるということが言えます。（表「本県の子どもの肥満の状況」参照）

また、小児の肥満は、身体健康だけでなく、精神面に与える影響も大きく、いじめや不登校、引きこもりなどの問題につながる可能性があることにも配慮する必要があります。

3 発達段階に応じた性教育等の推進

思春期の女性の過度なダイエットや性感染症、及びその低年齢化は、妊娠・出産をはじめ女性の生涯にわたる健康に重大な影響を及ぼす問題です。これは、容姿を重要視する社会風潮や性モラルの希薄化、及びそれを助長するダイエットや性に関する情報の氾濫等、大人社会の問題も背景としてあります。また、子どもたちが抱える精神面の問題とも深く結びついていることがあります。

そのため、子どもたちが、自分の身体に対する正しい知識を身につけ、適切な行動が取れるような教育を推進することが必要であり、「Ⅲ 女性の生涯を通じた健康支援」の視点は、小児期からの健康づくり対策にも必要です。

発達段階に応じた性教育を進め、その中で自分自身を大切に、相手の心身の健康についても思いやりを持つことができる生命尊重・人権尊重に基づく教育を実践します。

性感染症は、不妊症や子宮がん等につながる危険性があります。また、極端な食事制限等のダイエットや運動不足は、月経異常、中高年になってからの骨粗しょう症や骨折につながるようになります。そのため、10代からの健康教育が重要です。

4 子どものこころの健康づくり

うつをはじめこころの問題を抱えている児童生徒が増加傾向にあることが指摘されていますが、その原因は親子関係や交友関係、学業等様々です。また、10代の自殺者数は他の年代と比べると少ないものの、その年代の死亡原因では不慮の事故に次いで多くなっています。

県の精神保健福祉センターや児童相談所、教育機関、保健所等では、精神的問題を抱える児童生徒の相談に対応し、学校ではスクールカウンセラーの配置も進めています。

また、県では、思春期の相談に、兄や姉のような対等な立場で応じたり、問題解決に向けた支援を行うピアカウンセラーを平成15年度から17年度にかけて養成しました。このピアカウンセラーが、各市町村の要請に応じてピアエデュケーションを実施したり、悩みや問題を抱えている人が相談に訪れたり、ピアカウンセリングを受けられるピアステーション（施設や部屋等）を開設しています。

地域保健と学校保健が連携し、このような取組の充実を図るとともに、ストレス対処法、睡眠の有効性等こころの健康のために、必要な知識を子ども達自身が身につけるための学習機会を提供します。

5 未成年者の喫煙・飲酒対策の推進

家庭、学校、地域が一体となって、未成年の喫煙・飲酒対策に取り組みます。学校では、学校薬剤師会等と連携を図りながら、喫煙や過度な飲酒の健康への影響について児童生徒に周知を図り、その防止に努めます。

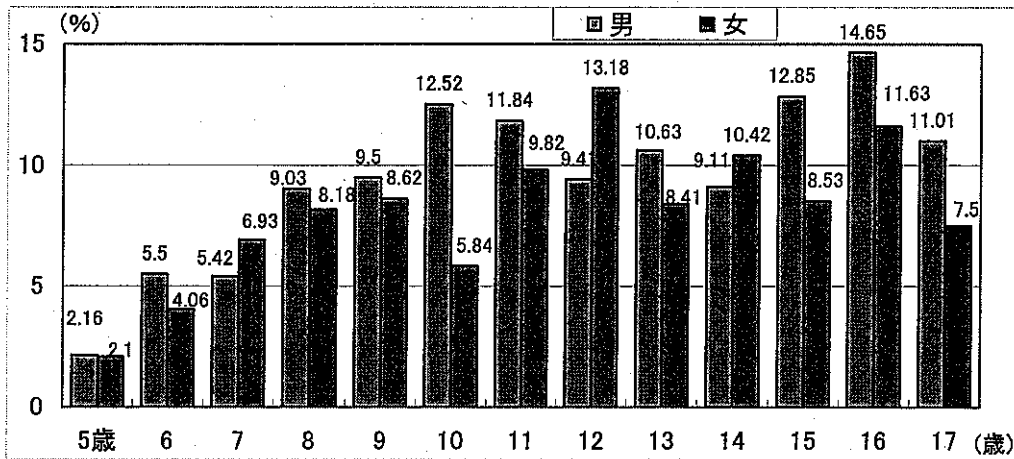
また、県立学校は敷地内禁煙を完全実施し、小中学校でも敷地内禁煙の学校が増えつつあることから、学校の受動喫煙防止対策をさらに推進します。

6 薬物乱用防止教育の充実

児童生徒が薬物乱用の健康への有害性について正しく理解し、生涯を通じて薬物を乱用しないよう、学校、学校薬剤師会、警察等が連携し、地域全体で取り組む気運を高めます。

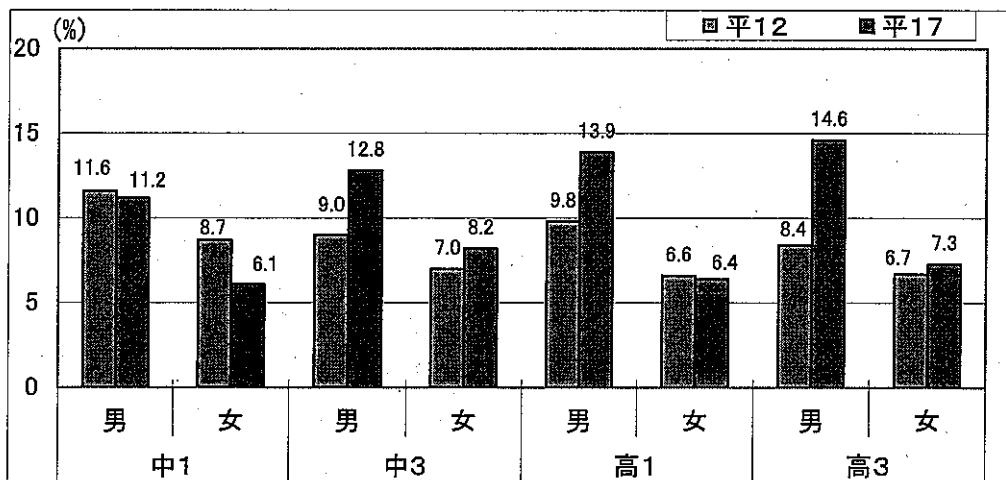
本県の子どもの肥満の状況

1 肥満傾向児の出現率（県，平成19年度）



資料：学校保健統計調査

2 肥満者の出現率の推移（県）



資料：生徒の生活習慣調査

小児のメタボリックシンドロームの診断基準

厚生労働省研究班は、小児（6～15歳）のメタボリックシンドロームの診断基準をとりまとめました。今後、関係学会とすり合わせ、合同基準とする方針です。

①に該当したうえ、②～④のうち2項目以上に該当する場合はメタボリックシンドロームと診断

①腹囲	中学生 80 cm以上，小学生 75 cm以上，もしくは 腹囲 (cm) ÷ 身長 (cm) = 0.5以上
②血中脂質	中性脂肪 (トリグリセリド) 値120 mg/dl以上もしくは HDLコレステロール値40 mg/dl未満
③血圧	最高血圧125 mmHg以上もしくは最低血圧70 mmHg以上
④血糖	空腹時血糖値100 mg/dl以上

V 高齢者・障害者の心身の健康づくり

ヘルスプロモーションの理念に基づき、自立して社会参加を果たし、自分らしくいきいきと生活を送ることができる状況を「健康」ととらえ、誰でも健康が保障される社会を実現することが必要です。

1 ニーズに応じた健康支援

高齢者や障害者の個々の疾病や障害、ニーズに応じて健康づくりを支援するため、その生活全般について配慮し、保健医療分野や福祉分野の関係機関、家族等が連携することが必要になります。

なお、高齢者や障害者に健康情報が届きにくい傾向にあることから、当事者団体や支援団体をはじめ健康関連団体等が協働して、高齢者や障害者の状況に応じた情報提供方法の多様化や情報発信量（回数）の増加に努めます。

また、障害者や高齢者に対する見守りや声掛け、相談等の体制づくり、社会活動への参加促進のための環境づくりにより、健康で安心な在宅生活を送ることができるよう、関係機関、関係者のネットワークづくりを促進します。この場合、認知症高齢者の支援体制づくりに配慮します。

なお、奄美の島唄・島踊り健康づくりプログラムでは、高齢者や下肢に障害がある方等に配慮したメニュー（エクササイズ）も作成し、各種イベントでは、そのエクササイズを紹介し、普及を図っています。

2 健康づくりと生きがい対策

中間評価やメタボリックシンドローム関連調査の結果によると、高齢になるにつれて健康指標は悪化するものの、運動習慣のある人の割合は高まり、多量飲酒者の割合や喫煙率は下がるなど生活習慣に改善傾向が顕著にみられます。これは、仕事のリタイアを機に、健康づくりへの関心が高まり、取り組むことができる時間的余裕ができたことが背景にあると考えられます。

この層には、健康づくりの自主活動や住民の健康づくりを支援するボランティア活動により、地域における健康づくりの牽引役としての活躍が期待されることから、市町村において、一緒に取り組む仲間づくりや、地域貢献できる機会の提供に努める必要があります。なお、このような取組は、高齢者のこころの健康づくりや生きがい対策にもつながります。

3 健康増進センター等施設の活用

県民健康プラザ健康増進センター、ふれあいプラザなのはな館及びハートピアかごしまでは、それぞれの機能を活用し、高齢者や障害者を対象とした健康教室や介護予防教室、健康チェック等を行っています。3施設が連携を図りながら、その健康づくりの支援機能を高めることが必要です。

4 介護予防

高齢者が、いきいきと健康な生活を送れるためには、介護予防の取組は不可欠です。

地域包括支援センターは、高齢者の生活の総合的支援と介護ケアマネジメントの拠点として設置されており、高齢者の様々な生活の支援を行う中で、要介護状態になる危険性が高い人に対して、一人ひとりの目的や状況に合わせた介護予防プランの作成も行っています。また、市町村では様々な介護予防サービスや教室を実施しています。

地域包括支援センターや市町村、その他関係機関が連携して、寝たきりなど介護が必要になる原因としてあげられる脳卒中等の生活習慣病と高齢による衰弱や転倒・骨折、認知症などの老化現象（老年症候群）を予防・改善するため、生活習慣の改善等の介護予防の取組を積極的に行う必要があります。

【介護予防の主な取組】

- ①運動機能の向上
- ②栄養が不足した「低栄養」状態の予防
- ③口腔機能の向上
- ④閉じこもり予防・支援
- ⑤認知症予防・支援
- ⑥うつ予防・支援

○脳卒中の予防

65歳以上寝たきりや認知症など要介護状態になる原因のうち最も多いのが脳卒中など脳血管障害です。健康的な生活習慣（バランスのよい食事や習慣的な運動、ストレス対応、適度な飲酒）を実践して生活習慣病の予防・改善、初期症状に注意した早期発見と早期治療が必要です。

○認知症の予防

認知症は、大きくアルツハイマー型認知症と脳血管性認知症に分かれます。前者は早期発見・早期治療で病気の進行を遅らせることが可能な場合があり、後者は脳梗塞の予防で、ある程度予防が可能です。生活習慣病を予防することや身体的・知的・社会的活動を積極的に行うなど日常生活を活発にすることが必要です。

専門病院や市町村の「もの忘れ健診」や「もの忘れ外来」、予防教室の実施による早期発見や予防の機会の充実を図るとともに、地域において高齢者の積極的な活用を促進する必要があります。

○うつ病の予防

老化や病気による身体的変化、退職や子どもの独立による役割の喪失、配偶者や友人との死別など、高齢者にはうつ病になりやすい要因が多くあります。うつ病になると、健康管理や日常生活に消極的になることから、筋力低下や閉じこもり、寝たきりなど衰弱に向かうこととなります。また、自殺につながることもあります。うつ病についての正しい知識を普及するとともに、介護予防事業との連携により、うつ病の疑いのある者の早期発見のため、基本チェックリストの活用を図り、かかりつけ医または専門医への早期受診を促進することが必要です。

VI 地域資源を活用した健康づくり

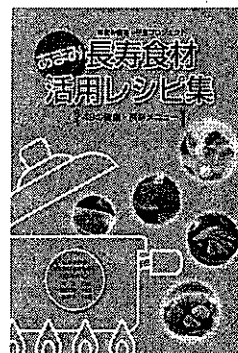
温暖な気候、温泉や海洋（タラソテラピー）、森林等の豊かな自然環境、特色ある文化等、本県は心身の健康増進に効果のある地域資源を豊富に有しており、これらを健康づくりに活用することは重要です。

そのうち、「あまみ長寿・子宝プロジェクト」において心身の健康増進効果が検証された“あまみ長寿食材”，島唄・島踊り，タラソテラピーといった奄美の地域資源が，奄美地域をはじめ県内で県民の健康づくりに活用されることや，同プロジェクトの手法を活用して，県内各地で地域資源を活かした健康づくりの取組が推進されることが期待されます。

1 あまみ長寿・子宝プロジェクトの成果活用

(1) あまみ長寿食材

健康増進に有効な栄養成分や機能性成分に富んでいる奄美地域独特の食材『あまみ長寿食材』の普及を図るために，平成18年3月に「あまみ長寿食材活用レシピ集」を発刊しました（県のホームページにも掲載）。長寿食材を活用した健康づくりを普及する人材を育成したり，長寿食材を使ったメニューを提供する飲食店等を「かごしま食の健康応援店」や「地産地消推進店」に登録し，県民にPRすることで，県民の健康づくりへの活用を促進します。



(2) 奄美の島唄・島踊り

健康増進・癒し効果が検証された奄美の島唄・島踊りを県民の運動による健康づくりに活用するため，『奄美の島唄・島踊り健康づくりプログラム』を平成18年10月に制作しました。これを引き続きイベントや研修会等で積極的に紹介・広報するとともに，特に奄美地域で健康づくりのツールとして積極的な活用が図られるよう，普及する人材を養成します。

(3) タラソテラピー

奄美市等では施設を整備し，心身の健康増進効果が実証されているタラソテラピーを健康づくりに積極的に活用していることから，その成果やノウハウを温暖で海岸線が長い地域に普及することが期待されます。

なお，タラソテラピーを活用した健康づくりを指導できる人材を育成するため，研修会を平成19年度に奄美市で開催しました。

奄美の生活習慣病対策に地域資源を活用

名瀬保健所・徳之島保健所は，奄美の地域資源を活用した健康づくりを普及する住民を育成する研修会を，平成19年度に瀬戸内町，伊仙町及び与論町において各町と協働で開催しました。

奄美の島唄・島踊り 健康づくりプログラムDVD



健康づくりプログラムの特徴

運動 健康増進効果のある島踊りをアレンジし、運動効果を高めました。ストレッチ、島踊りの特徴的な動きを取り入れた有酸素運動、本場の踊りを組み合わせています。

音楽 癒し効果の高い島唄のメロディーを運動に合うようにアレンジしました。サンシンやチジン、波の音を取り入れ、島唄の雰囲気を出しています。

目的・対象者に合わせてプログラムを選択

4種類のエクササイズから目的や利用者に応じて選択することができます。

◆体験編 約5分

初めての方も楽しく健康づくりエクササイズ
観光客など島唄・島踊りに馴染みのない人も、奄美の風景を楽しみながら利用できます。



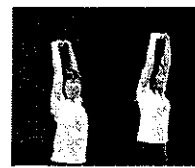
◆ゆっくり編 約5分

ゆっくりと楽しくエクササイズ
いずかに座ってもでき、高齢者や運動機能が低下した人も一緒に取り組みます。



◆基礎編 約5分

毎日無理なく運動不足解消エクササイズ
「ゆっくり編」同様、スポーツの準備運動や始業時、仕事や会議の休憩時間等様々な場で活用できます。



◆じっくり編 約21分

運動量を増やした健康づくりエクササイズ
運動量を確保したい人向けです。



奄美市のタラソセラピーを活用した健康づくりの取組

奄美市は、平成18年12月に奄美市名瀬大浜海浜公園内に健康体験交流施設「タラソ奄美の竜宮」をオープンしました。施設内には、新鮮で清浄な温海水を利用し、15種類のアトラクションを医学的にデザインした「きゅら海プール」や、海水のミネラル成分を吸収することができる「エアロゾル」、全身に海水を当てて血行改善やリラックス効果が得られる「パンジェ」、粉末の海草と海水を調合したオリジナルの「アルゴバック」などのメニューほか、奄美の食材を利用したレストランも併設されています。1年を通じて奄美の海がもたらす作用を体験できる、癒しと健康の空間です。

2 その他の地域資源の活用

(1) 温泉

大学の研究機関や健康増進センターにおいて得られた温泉に関する調査研究成果を、生活習慣病の予防等に積極的に活用することが必要です。

また、県内には、施設や周辺環境、食事に嗜好を凝らし、風情のある豊かな「温泉文化」に癒しを得ることができる温泉宿等が、数多くあります。また、公的温泉施設や公衆浴場には、地域住民の交流の場としてコミュニティセラピー効果がありますが、生活習慣病の予防や健康に関する様々な情報の提供、入浴に関する正しい知識の普及の場としての活用も期待されています。

温泉を心身の健康づくりに活用するため、温泉利用指導者や温泉入浴指導員、健康入浴

推進員の育成と活用促進、温泉の効果や効果的な入浴方法の普及を図ることが必要です。

(2) 森林セラピー

「森林セラピー（森林療法）」とは、森林の地形や自然を利用した医療、リハビリテーション、カウンセリングなどをさし、森林浴、森林レクリエーションを通じた健康回復・維持・増進活動も意味します。森林資源が豊かな本県において、健康づくりに森林セラピーを活用することは有用です。

林野庁等、産・官・学が連携して発足した「森林セラピー実行委員会」が、「癒し」効果の科学的検証等がなされた全国24か所の森を「森林セラピー基地」「森林セラピーロード」として認定していますが、本県では、霧島市が平成19年4月に「森林セラピー基地」の認定を受けました。霧島市における森林セラピーの取組とその成果の県内における普及が期待されます。

「森林セラピー」に関する取組

「森林浴」の効果を実験的に解明し、こころと身体に健康に活かそうという試みが「森林浴」から一歩進んだ「森林セラピー」です。

この研究のために発足した「森林セラピー研究会」では、森林のもつ「癒し」効果の科学的解明や、森林の「癒し」効果の活用方法等に関する研究などが進められています。さらに、この研究会の成果を踏まえて、具体的な森林のフィールドでの実践を普及することを目的として創設された「森林セラピー実行委員会」では、生理・心理・物理実験等により、「癒し」効果の検証等がなされた全国24か所の森を「森林セラピー基地」「森林セラピーロード」として認定しています。

安心して森林セラピーを楽しめるフィールドが全国各地で認定されることで、「森林セラピー」の活動は徐々に浸透し、広がりをみせています。



(3) コミュニティセラピー

コミュニケーションが希薄化する現代社会にあっても、本県には、相互扶助の精神が残っている地域が多く、人と人とのふれあい・交流から得られる心の癒し「コミュニティセラピー」は、こころの健康づくりの重要な資源となり得ます。

社会福祉協議会が、コミュニティの変化に配慮しながら「ふれあいサロン」や「子育てサロン」を実施し、住民のこころの健康に寄与しています。住民の生活スタイルや意識の多様化等に対応したコミュニティ政策の推進に当たっては、セラピー機能の発揮に着目する必要があります。

(4) その他

本県の温暖な気候自体が健康にプラスの効果があるほか、伝統文化、農村風景、身近に土と交わること（農業体験）ができる環境は癒しをもたらす、健康づくりにも活かすことができます。

VII 効果的な健診・保健指導の実施

今回の医療制度改革に伴う法改正において、平成20年度から医療保険者に対して、40～74歳の加入者を対象とする、メタボリックシンドロームに着目した健康診査（以下「特定健診」という。）及び特定健診の結果により、健康の保持に努める必要がある者に対する保健指導（以下「特定保健指導」という。）の実施が義務付けられました。

特定健診により、生活習慣の改善の必要性が高いメタボリックシンドロームの該当者及び予備群を効率的かつ確実に抽出するとともに、行動変容につながる効果的な特定保健指導を着実に実施することにより、メタボリックシンドロームの該当者及び予備群を確実に減少させ、心疾患、脳血管疾患等の発症リスクの低減を図ることを目的とするもので、結果として医療費や保険料の適正化につながります。

特定健診・特定保健指導が医療保険者に義務づけられた理由

- ・ 特定健診・特定保健指導の対象者を的確に把握でき、さらに未受診者・治療中断者を把握し、疾病予防や重症化の防止が期待できる。
- ・ 特定健診・特定保健指導データとレセプトデータを突合したデータ分析による効果的な予防事業を行うことができる。
- ・ 特定健診・特定保健指導の実施は医療費適正化につながるもので、結果的には各保険者の保険財政の安定につながる。

1 特定健診・特定保健指導の効果的、効率的な実施

医療保険者が、被保険者とその扶養者の健康増進及び保険財政の適正化を図るため、特定健診・特定保健指導の効果的、効率的に実施することを、県は、その実施率や健診結果、医療費、保険財政の現状分析などを踏まえ支援していきます。

特定健診・特定保健指導実施率等の目標（平成24年度）

項目	特定健診 実施率	特定保健指導 実施率	メタボリックシンドロームの 該当者・予備群の減少率
目標値	70%	45%	10%

※平成25年度からは、特定健診及び特定保健指導の実施率、メタボリックシンドロームの該当者・予備群の減少率の目標達成状況により、医療保険者の後期高齢者支援金¹が±10%の範囲内で加算又は減算する仕組みになっています。

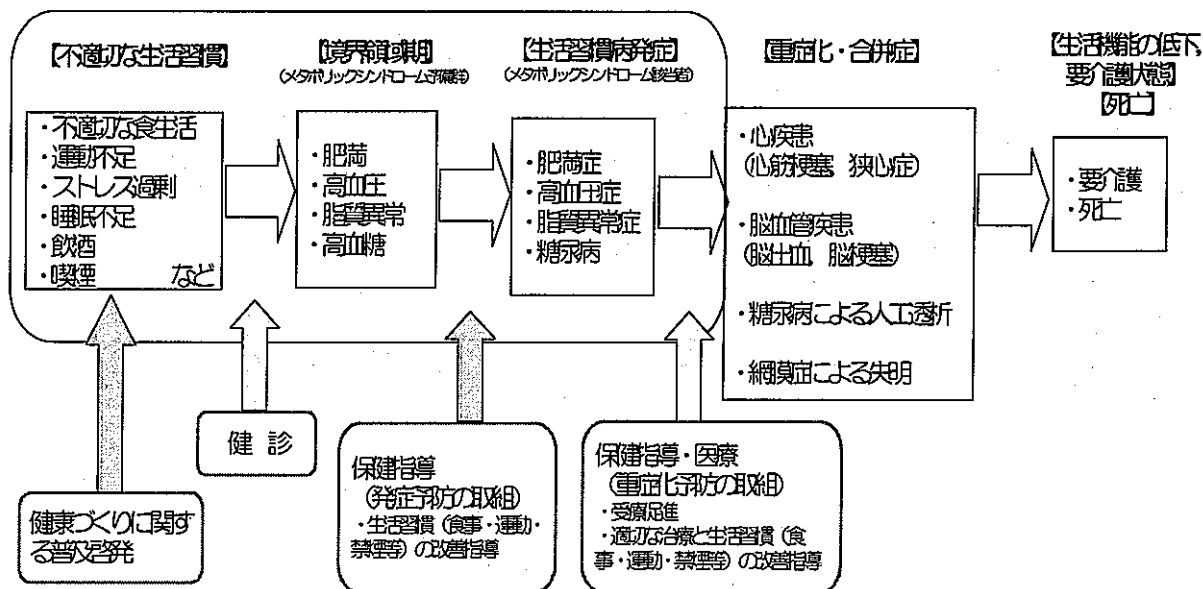
2 医療保険者による保健事業の取組強化

各医療保険者は、健診データとレセプトデータの突合により、健診未受診者や治療中断者の把握、受診勧奨により、疾病予防や重症化防止を図るとともに、現状分析や事業評価等を行い、より効果的な特定保健事業を展開していく必要があります。県は、統計データの提供

¹ 後期高齢者支援金：平成20年度から創設される後期高齢者医療制度において、75歳以上の後期高齢者の医療費の財源として、全体の約4割を若年者（0～74歳）の医療保険から各医療保険者が拠出する支援金。

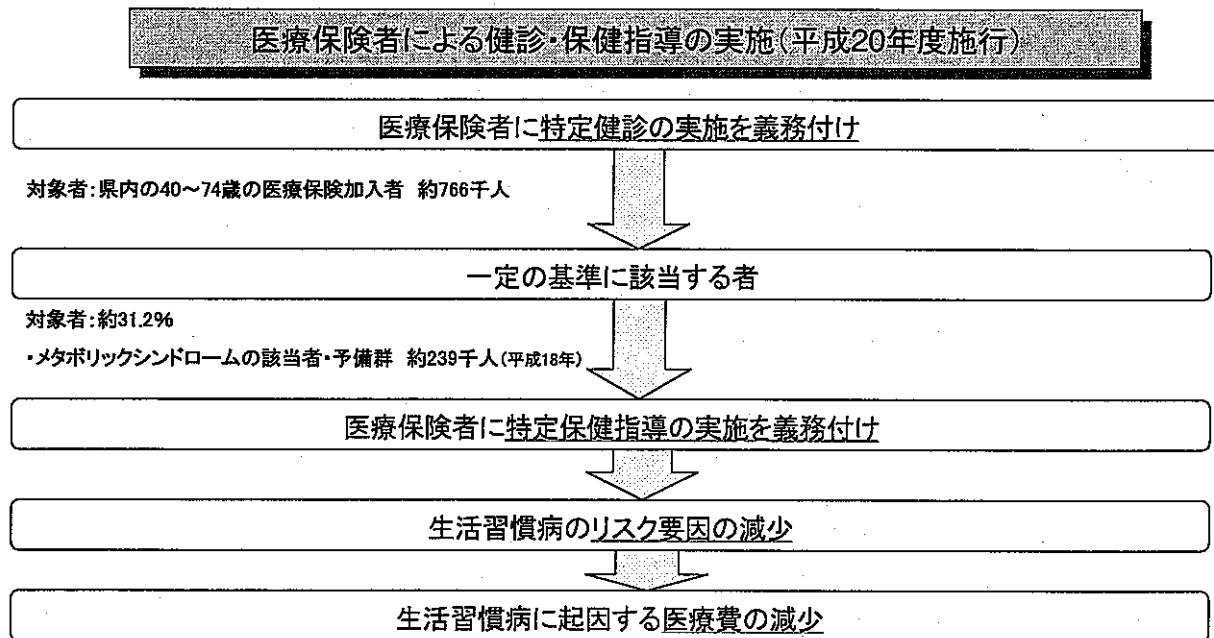
や事業評価等に係る必要な支援を行うとともに、国及び先進的な地域の動向・取組を注視し、効果的なプログラムや学習教材の活用が図られるよう、情報収集・提供に努めます。

糖尿病等の生活習慣病の疾病予防・重症化予防の流れ



【健診データ・レセプトデータ分析から見る生活習慣病管理】

保険者による特定健診・特定保健指導の流れ

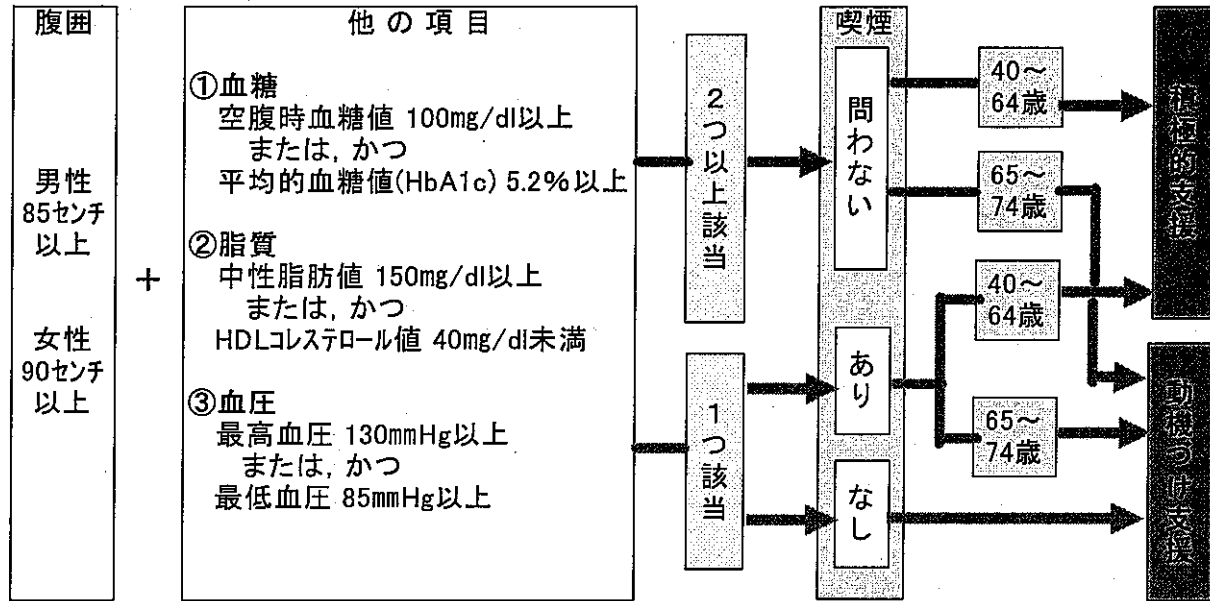


医療保険者による後期高齢者支援金の加算・減算

平成25年度より、後期高齢者支援金について、以下の項目の目標達成状況をもとに加算・減算

- 項目
 - ・特定健診の受診率(又は結果把握率)
 - ・特定保健指導の実施率(又は結果把握率)
 - ・目標設定時と比べたメタボリックシンドロームの該当者・予備群の減少率

特定保健指導の対象者（階層化）



積極的支援：面接や電話などにより3～6月継続定期的に指導

動機づけ支援：原則1回、面接による指導（65歳以上は、積極的支援の基準に該当しても動機づけ支援の対象となる。）

特定健診・特定保健指導の基本的な考え方について

	これまでの健診・保健指導	最新の科学的知識と、課題抽出のための分析	これからの健診・保健指導
健診・保健指導の関係	健診に付加した保健指導		内臓脂肪型肥満に着目した生活習慣病予防のための保健指導を必要とする者を抽出する健診
特徴	プロセス(過程)重視の保健指導		結果を出す保健指導
目的	個別疾患の早期発見・早期治療		内臓脂肪型肥満に着目した早期介入・行動変容リスクの重複がある対象者に対し、医師、保健師、管理栄養士等が早期に介入し、行動変容につながる保健指導を行う
内容	健診結果の伝達、理想的な生活習慣に係る一般的な情報提供		自己選択と行動変容 対象者が代謝等の身体のメカニズムと生活習慣との関係を理解し、生活習慣の改善を自らが選択し、行動変容につなげる
保健指導の対象者	健診結果で「要指導」と指摘され、健康教育等の保健事業に参加した者		健診受診者全員に対し、必要度に応じ、階層化された保健指導を提供 リスクに基づく優先順位をつけ、保健指導の必要性に応じて「情報提供」「動機づけ支援」「積極的支援」を行う
方法	一時点の健診結果のみに基づく保健指導 画一的な保健指導	行動変容を促す手法	健診結果の経年変化及び将来予測を踏まえた保健指導 データ分析等を通じて集団としての健康課題を設定し、目標に沿った保健指導を計画的に実施 個々人の健診結果を読み解くとともに、ライフスタイルを考慮した保健指導
評価	アウトプット(事業実施量)評価 実施回数や参加人数		アウトカム(結果)評価 糖尿病等の有病者・予備群の25%減少
実施主体	市町村		医療保険者

[標準的な健診・保健指導プログラム(確定版)]

3 関係機関等との連携

各医療保険者は、効果的・効率的な特定健診・特定保健指導を実施するために、他の医療保険者、医療機関その他関係者と積極的に連携、協力する必要があります。特に、県内の医療保険者からなる保険者協議会を活用し、情報の共有化、人材の育成、さらには委託先の事業所の質及び量の確保を図ることが重要であり、県は各医療保険者間の調整や助言などの支

援を行います。

また、対象者の心身等の特性を踏まえつつ、健康増進法に基づく健康増進事業や介護保険法に基づく地域支援事業等を活用するには、それら保健事業の実施主体である市町村との密接な連携が必要です。

4 ポピュレーションアプローチとの連携

生活習慣病予防対策を効果的に行うためには、特定健診・特定保健指導（ハイリスクアプローチ）と、衛生部門が主に担当する健康教育、健康相談、住民組織活動の支援、健康づくりのための環境整備など（ポピュレーションアプローチ）との連携が不可欠であることから、県は、市町村におけるこれらの実施体制の構築に向けた支援を行います。

5 人材育成

特定健診・特定保健指導事業の従事者を対象に、①企画立案・評価に関する知識、②個人の行動変容に着目した生活習慣病予防プログラムを活用した効果的な保健指導の知識・技術等に関する研修会等を開催し、市町村、医療保険者、医療関係団体等の人材育成に努めます。

なお、研修会等に当たっては、本人が生活習慣を改善するための行動変容・自己管理につながる支援のみならず、地区組織活動等のコミュニティアプローチや健康を支援する環境づくり、いわゆる健康なまちづくり（ヘルスプロモーション^{*1}）の視点をもって支援できる人材の養成に努めます。

*1 ヘルスプロモーション：人々が自らの健康をコントロールし、改善することができるようにするプロセス

VIII 産業界との連携

健康な生活習慣を広く県民の間に定着させる健康づくりの県民運動を推進していくためには、食料品を取り扱う百貨店、スーパーマーケット、コンビニエンスストア等や食事を提供するレストラン等の食品関連産業、及び運動の機会や施設を提供するフィットネス業界や健康関連機器業界等が、健康に配慮したサービスや正しい健康関連情報の提供等の役割を担うことが期待されます。そのため、産業界にも『かごしま健康づくり協働宣言』への賛同を求め、その自主的な企業活動と健康関連団体との連携・協働、さらに職場の健康づくりの取組を促進します。

また、医療保険者における特定健診・特定保健指導の効果的・効率的な実施のためには、その委託先である事業者の質及び量の確保等においても産業界との連携が重要です。

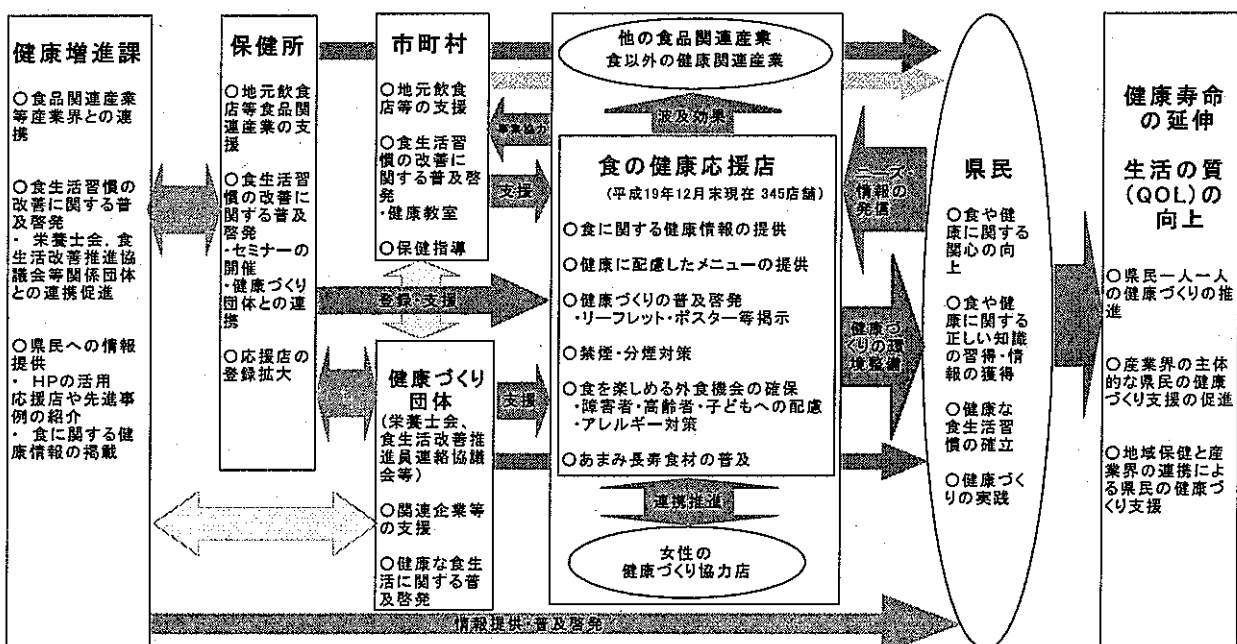
1 栄養・食生活分野

(1) 「かごしま食の健康応援店」の拡大

平成19年度に、これまでの「外食栄養成分表示店」を「かごしま食の応援店」に名称を変更し、制度内容を拡充しました。応援店は、栄養成分が表示されたメニュー、野菜たっぷりや脂質・塩分控えめのヘルシーメニュー、利用者自らエネルギーや塩分、脂質を調整できるサービスなどを提供します。応援店の拡大を図るとともに、県民にその情報を提供し、県民の健康状況やニーズに対応可能な健康に配慮した外食環境の整備促進を図っていきます。

なお、肥満や高血圧症、高脂血症対策等には、一人ひとりへの食事バランスガイドの普及とともに、食品関連産業が提供するメニューや食品に含有量が明らかな栄養成分表示が行われることが重要であり、関連産業界に協力を要請していきます。

「かごしま食の健康応援店」の推進イメージ図



(2) 「かごしま版食事バランスガイド」の普及啓発

平成19年度に作成した県民がより身近に活用できる「かごしま版食事バランスガイド」を、県栄養士会や食生活改善推進員、食品関連産業の協力を得ながら、県民に普及していきます。

2 身体活動・運動

運動の機会や施設を提供するフィットネス業界、健康関連機器業界等において、「エクササイズガイド2006」等を普及・活用したり、健康に配慮したサービスや正しい健康関連情報の提供等を行うことが求められており、関係業界を始めとする幅広い産業界の自主的な取組との一層の連携・協働を図っていきます。

3 職場の健康づくりの促進

職場ぐるみで健康づくりに取り組む「職場の健康づくり賛同事業所」を拡大するとともに、特に積極的に取り組むところを「モデル事業所」に指定し、保健所や地域保健推進センター等が連携して個別に支援します。それらの取組を県のホームページ等を活用して県民に情報提供することにより、事業所と協働で、職場における健康づくりの取組の必要性について普及啓発を図り、その取組を促進します。

4 健康づくり情報の提供

県では、(株)南九州ファミリーマート及び(株)ローソンとの間で、コンビニエンスストアの特性を生かした協働事業に取り組むことを目的とした協定を平成19年9月に締結しました。その事業内容の1つに“健康増進に関する”ことを掲げています。コンビニエンスストアにおいて、県が提供する健康関連情報（リーフレット等）を提供して、県民への普及啓発を図ったり、お弁当への栄養成分の表示や野菜たっぷり等のヘルシー弁当の提供、その他健康に配慮した商品の提供により、県民の健康づくりを協働で支援していきます。

かごしま

食の健康応援店

バランスのとれた食事をとったり、食に関する正しい知識を得ることは、健康づくりには欠かせません。

そのため、鹿児島県では、健康に配慮したメニューや健康に関する情報を提供する飲食店や惣菜店を「かごしま食の健康応援店」として登録し、その拡大を図ることにより、健康な食環境づくりに努めています。

応援店は、平成19年3月末現在346店舗です。県のHPで紹介しています。



▲応援店に掲示しているステッカー

応援店の取組内容

※お店によって、取組内容は異なります。

栄養成分の表示

ゴールドコース: エネルギー、たんぱく質、脂質、炭水化物、カルシウム、塩分を全て表示

シルバーコース: エネルギー、たんぱく質、脂質、炭水化物、カルシウム、塩分のうち1項目以上表示

ヘルシーメニューの提供

バランスばっちりメニュー: 一人分500~700kcalでバランスの取れたメニュー

55(ゴーゴー)メニュー: 一人分550kcalでバランスの取れたメニュー

野菜たっぷりメニュー: 一人分で野菜を120g以上使用

カルシウムたっぷりメニュー: 1食(品)あたりに含まれるカルシウムの量が200mg以上

脂質ひかえめメニュー: 1食あたりに含まれる脂質の量が15g以下

塩分ひかえめメニュー: 1食あたりに含まれる塩分の量が3.4g以下

ヘルシーオーダーへの対応

ア エネルギーの調整ができる。

〈例〉・ ごはんの量を減らすことができる。

- ・ 主食の量が通常の1/2のメニューがある。
- ・ 低エネルギー甘味料(飲物用)がある。

イ 塩分の調整ができる。

〈例〉・ 減塩しょうゆ等の塩分が少ない調味料を選択できる。

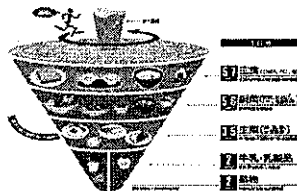
- ・ 料理にかける調味料の量を減らしたり、自分でかけることができる。

ウ 脂質の量の調整ができる。

〈例〉・ ノンオイルドレッシングや低脂肪マヨネーズなど脂質が少ない調味料等を選択できる。

食事バランスガイドの表示

1品以上のメニュー等について、食事バランスガイドを表示



あまみ長寿食材の利用

あまみ長寿食材を主たる材料とした料理を提供し、その食材名、産地名を表示

あまみ長寿食材・・・いらぶち、もずく、葉にんにく、島みかん、パパイヤ、きび酢、黒砂糖、みき等県の実施した「あまみ長寿食材活用事業」で決定した30食材

その他

その他、健康に配慮した取組で県民の健康づくりを応援します。

禁煙・完全分煙



バリアフリー

子どもや高齢者、障害者が利用しやすい施設・設備、食べやすい工夫をしている。

IX 健康増進センターの活用促進

健康増進センターは、個人の状況に応じた健康づくりプログラムの提供や健康教室の開催等により、総合的に県民の健康づくりを支援するとともに、保健所や市町村保健センター、その他健康づくり関連施設の中核施設として、健康関連情報の提供、健康づくり活動の支援、人材の養成、健康づくり関連の調査研究を行っています。

今後、メタボリックシンドロームに着目した生活習慣病対策の強化や特定健診・特定保健指導の効果的実施、地域・職域・学域保健の連携推進、介護予防対策の充実といった健康づくりの課題について、積極的に役割を果たしていくことが求められています。

また、利用者のニーズを踏まえた事業内容の充実や利用者の利便性の向上等により、利用促進を図っていくことも必要です。

1 生活習慣病予防対策と特定保健指導の支援

健康づくりの普及啓発や健康づくりメニューの充実を図り、県民の生活習慣病予防のための取組を強化する必要があります。

また、メタボリックシンドローム該当者や予備群を対象とした健康教室の実績やノウハウ、施設機能、人材、及びこれまでの調査研究成果を活用し、医療保険者が実施する特定保健指導のモデルとなる指導事業を積極的に実施し、その成果を医療保険者に提供することが求められます。

2 介護予防対策

高齢化に伴う要介護者増加を抑制し、県民の健康寿命の延伸を図るため、健康増進センターにおいては、健康づくり処方とそれに基づく指導、介護予防教室の開催、健康づくりの仲間づくりの支援等により、個人の介護予防の取組を支援します。また、それらの事業成果やこれまでの調査研究の成果を活用し、市町村等が実施する介護予防事業の参考となるモデル的な取組を実践することが必要です。

3 調査・研究

これまで実施した調査研究の成果のほか、各種統計データや特定健診・特定保健指導により得られるデータを分析・活用し、得られたエビデンスに基づくメタボリックシンドローム対策を展開することが必要です。また、収集・分析したデータについては、県民及び健康関連団体への情報提供に努めます。



X 人材の配置・育成

健康づくり事業や特定健診・特定保健指導の効果的・効率的実施のために、それらに携わる専門職の適切な配置と資質向上を図ることが重要です。

また、住民の健康づくりの支援を行うNPOやボランティア団体などによる住民主体の活動は、“健康づくりによるまちづくり”を展開するうえで期待され、団体間の連携・協働、県や市町村の必要に応じた活動の支援が求められます。

1 指導者の育成

ポピュレーションアプローチ、ハイリスクアプローチ及びポピュレーションアプローチとハイリスクアプローチの連携について、中心的な役割を担う市町村や医療保険者、事業所等の保健師、管理栄養士等の充実した配置や人材育成を図る必要があります。

そのため、保険者協議会等と連携を図り、研修機会の提供に努めます。

なお、県の保健師と管理栄養士は、市町村等の取組を広域的・専門的に支援します。

また、鹿児島県健康づくり運動指導者協議会等と連携を図り、研修会の開催等を通じて、安全で効果的な運動指導を行うことができる健康運動指導士等の育成を図ります。

○ポピュレーションアプローチ：メタボリックシンドロームに着目した生活習慣病予防対策をはじめ、メンタルヘルス、自殺予防等健康課題への対策として、保健事業を効果的に実施する。

○ハイリスクアプローチ：健診後の保健指導において、行動変容につながる保健・栄養指導、運動指導、禁煙指導等を行う。

○ポピュレーションアプローチとハイリスクアプローチの連携：一連の保健事業を企画、実行、評価し、地域・職域・学域保健と連携して切れ目のない健康支援を効果的に実施する。

○市町村における管理栄養士の配置促進

市町村は、住民に対する普及啓発や情報提供、関係団体等との連携体制の構築により、地域特性に応じた生活習慣病予防のための健康づくり事業を推進するとともに、医療保険者（市町村国民健康保険組合）として特定健診・特定保健指導の企画立案、実施及び評価や保健指導後のフォローアップを行っていく必要があります。こうした取組を着実に実施するため、市町村における保健師、管理栄養士の充実した配置が求められますが、管理栄養士については、未設置の市町村が約40%もあることから、その配置促進を図ります。

なお、県の管理栄養士は、市町村の健康増進計画や食育基本計画の策定・推進・評価・総合調整、人材育成等を支援します。

●市町村管理栄養士・栄養士配置状況

(単位：人、%)

区 分	平成13年	平成19年(12月末)
配置市町村数 (a)	18	29
管理栄養士・栄養士人数	25	46
配置率 (a)/市町村数	18.8	60.9
配置している市町村の平均配置人数	1.4	1.6
全国の配置率	52.4	75.8(平成19年)

出典：厚生労働省「行政栄養士配置状況調査」

2 健康づくりボランティアの育成・支援

食生活改善推進員（8020運動普及推進員を兼ねる。）、食育推進員、市町村の健康づくり推進員や運動普及推進員、健康づくり活動を行うNPO法人等、県民の健康づくりの支援に係わる関係者・関係団体の育成や活動の支援を行い、連携を図る必要があります。

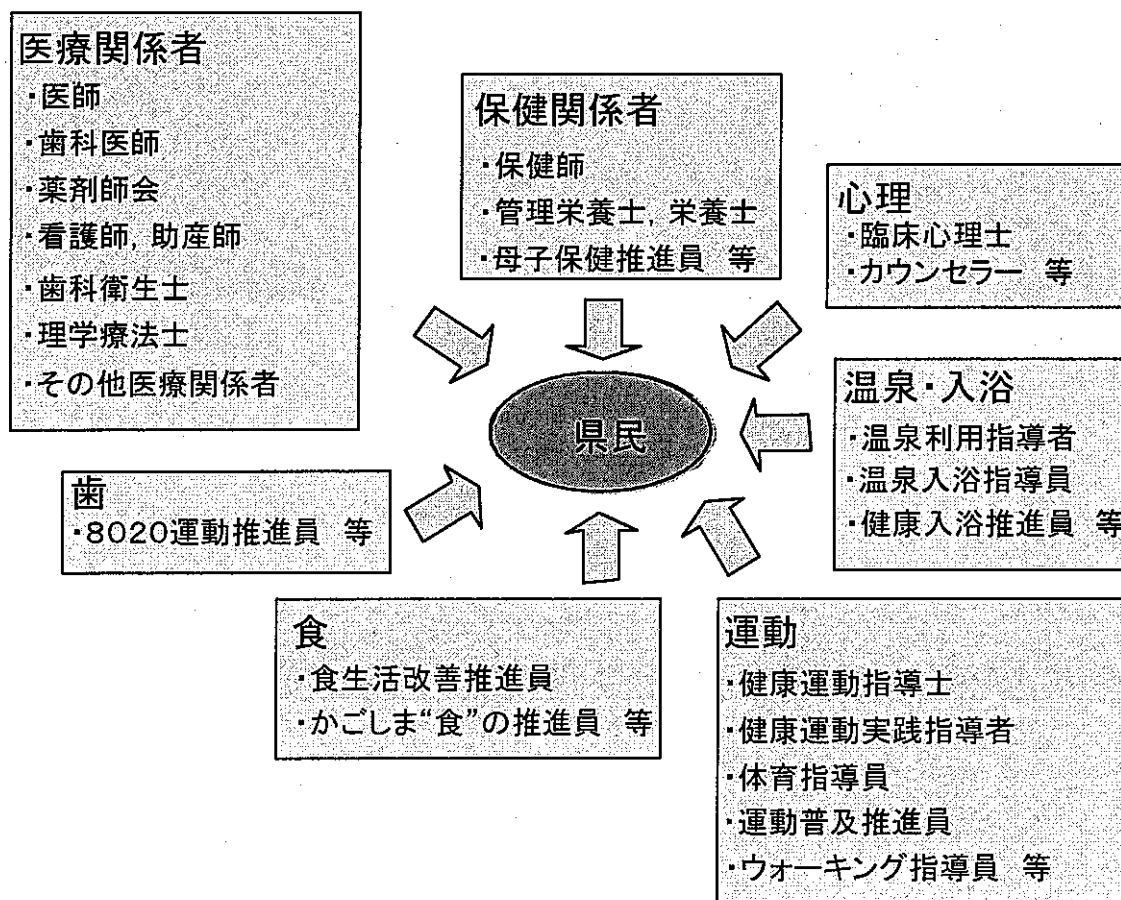
「健康づくり指導者育成研修会」

県内3か所（鹿児島市、鹿屋市、奄美市）で、運動、温泉、タラソテラピーを活用した健康づくりを指導する人材を育成するため、県・市町村の保健師・栄養士、健康運動指導士、健康づくり推進員等を対象とした研修会を開催しました。

【研修メニュー】

- 健康づくりのための運動指針（全会場）
- メタボリックシンドローム予防・改善のための運動指導（全会場）
- 運動の実践と応用（全会場）
- 温泉を活用した健康づくり（鹿児島市・鹿屋市会場）
- タラソテラピーを活用した健康づくり（奄美市会場）

県民の健康づくりを支援する主な関係者（人材）



XI 地域診断やエビデンスを活用した施策の展開

県や市町村は、各種健康関連情報（データ）の収集体制を整備し、それに基づく的確な現状分析と事業評価を踏まえた効果的な健康づくり施策を展開するとともに、健康関連団体や県民への情報提供により、その有効活用に努める必要があります。

1 情報の収集・分析と施策への反映

市町村、医療保険者、学校等保健事業の各主体は、それぞれが有する健診等のデータの活用と必要な情報の収集により、的確な現状分析と事業評価を行い、今後の保健事業に反映させることが必要です。また、県は、有用なエビデンスをできる限り速やかに健康づくり施策に反映させるために、健康関連データや市町村等の取組状況のより適切かつ迅速な把握の方法等を検討する必要があります。

そのため、人口動態統計調査、患者調査、国民生活基礎調査、全国健康・栄養調査等の全国規模の統計データ、特定健診・特定保健指導結果のデータ、各種団体が実施した調査研究結果等について、情報収集・データベース化する体制を整備し、県民の健康に関する分析、健康増進計画の進捗状況の把握、健康づくり施策の評価等に有効に活用します。その場合、特定健診・特定保健指導のデータの収集・分析・活用については、保険者協議会や地域・職域・学域連携推進委員会を活用した調整・協議を行います。

なお、収集したデータは、個人情報データの適正な取扱いを確保した上で、関連団体にも積極的に提供し、各種研究等への有効な活用を促進するとともに、県民にも情報提供し、健康づくりの普及啓発に役立てます。

2 地域診断を踏まえた保健医療計画との整合性の確保

本県の保健医療の現状や課題を明らかにし、エビデンスに基き保健医療施策の方向性を決定するために、平成19年度に見直した県保健医療計画の中で、健康寿命や早世、QOLに関する指標や標準化死亡比（SMR）と保健医療福祉サービス等との関連を分析する地域診断を行いました。この地域診断を踏まえた保健医療計画との整合性を確保し、県民の健康増進と健康格差の縮小を図るために、今後の健康づくり施策を展開します。（「第1章Ⅲ」参照）

科学的分析・検証結果に基づく対策の推進例

○あまみ長寿・子宝プロジェクト

あまみ長寿・子宝プロジェクトにおいては、奄美の長寿・子宝要因を科学的に分析・検証するため、平成14年度に既存資料のマクロ分析、15年度に生活習慣のアンケート調査や栄養調査等を実施しました。その結果、長寿要因として、長寿食材、タラソテラピー及び島唄・島踊りが示唆されました。平成16～18年度には、長寿食材の成分分析、タラソテラピー及び島唄・島踊りの効果検証を実施し、それらの健康増進効果についてエビデンスを確立しました。これに基づき、地域資源を活用した健康増進や産業振興のための具体的な事業展開を図っています。

○女性の生涯を通じた健康支援

男女ともに発症する疾患についても、症状が異なるなど女性特有の問題があり、治療方法は異なってくるものの、女性に関するエビデンスが不足しています。エビデンスに基づいた、女性専用の医療の推進が必要です。