

# 前回会議でいただいた ご提言と対応状況について

## 《ご提言のポイント》

1. 健康寿命日本一を目指した施策の方向性について
  - ・ 意識・行動変容につながる効果的な県民へのアプローチについて
  - ・ 健康づくりの両輪である栄養と運動の効果的な取組について
  - ・ 健康寿命延長のための介護予防の推進について
  - ・ 歯科口腔保健と健康づくりについて
2. 健康づくり対策の具体的な進め方等
  - ・ 特定健診の受診率向上対策について
  - ・ 県民が健康づくりに取り組むための環境づくりについて
  - ・ 子どもの頃からの健康教育の取組について

# 前回会議でいただいたご提言と対応状況について

平成29年5月8日 奈良県健康長寿プロジェクト  
なら健康長寿基本計画推進戦略会議 資料

## 1. 健康寿命日本一を目指した施策の方向性について

### ご提言

### 対応状況

(1) 健康づくりに**無関心な人や健康リスクが高い人**に対する**意識・行動変容**にはどのようなメッセージが効果的か検討が必要。

- **ポピュレーションアプローチ**の取組として、がん検診において、モデル事業により効果が確認された個別受診勧奨・再勧奨の取組を推進。(H28年度は18市町村で実施。成果例:宇陀市(子宮頸がん)受診者数3.7倍の伸び)また、日常生活の中で取り組める健康づくりに関する情報を県広報誌や新聞、スマホなどの媒体により、定期的に発信。(資料P43)
- **健康リスクの高い人**に対する取組として、禁煙を希望する人や家族等に禁煙を勧めたい人が身近なところで禁煙相談ができる窓口として禁煙支援協力薬局の登録を推進。(H29.4.1 55施設)(資料P48)
- 29年度の取組として、**糖尿病予備群やハイリスク者を対象とした糖尿病性腎症重症化予防プログラム**を策定する予定。(資料P50)また、ベンチマークとする長野県では、住民の健康づくりにおいて**健康ボランティアの役割**が大きいとの分析がされており、健康づくり推進員などボランティアと連携した市町村の取組への支援に力を入れていく。(資料P32)

(2) 栄養と運動は、健康づくりにおける車の両輪であるので、**栄養と運動を組み合わせた取組の推進**が効果的ではないか。

- なら健康長寿基礎調査データから、食習慣と運動との関係をみたところ、「食生活に気をつける人は**運動にも気をつける傾向**にある」、「食生活にも運動にも気をつけている人は、**主観的健康感が高い**」との傾向にあった。(資料P24)
- 今後、県民の健康意識を高めるために、栄養と運動をセットにした視点も取り入れた取組を検討していく。(例:平成29年度実施予定の食のイベントにおいて、運動に関する内容を工夫、特定保健指導において栄養と運動を合わせて指導できるよう市町村への支援など)(資料P44)

## ご提言

## 対応状況

(3) 健康寿命の延長のためには**介護予防**にフォーカスし、**体力向上**、**生きがいく**りなど高齢者の自立期間をいかに保つかということが必要。

- 介護予防については、「**地域づくりによる介護予防**」を促進。具体的には、簡単な体操やレクリエーションなどの活動を住民が主体となって実施する、**通いの場の充実**に取り組む市町村を支援。(具体例:研修会の実施、ノウハウの提供、指導・助言)(資料P47)
- 生きがいくりの取組として、**就労の機会や社会活動の場を創出する事業を立ち上げる高齢者グループへの支援**を実施。これまで、高齢者への生活支援サービス、特産品の販売・商品開発、大和野菜の栽培などに取り組むグループに対して支援を行うとともに、活動を紹介する冊子(ならシニアアクティブ)を作成し、参加促進を図る。
- 健康づくりや見守り等高齢者の生活支援を目的として、山間市町村を対象に生活支援スマホの導入を推進。H28年度は4市町村で導入。**買い物支援やスマホ利用者同士のコミュニケーションツール**としても活用。H29年度も、4村での導入を調整中で、地域課題、生活課題に応じた活用方法を村とともに検討し、普及につなげていく。(資料P49)

(4) **歯科検診受診率と全身の健康の維持・増進**との関係における効果を見ていくことが必要。

- なら健康長寿基礎調査データから、75歳以上の高齢者の残存歯数と健康状態との関係をみたところ、**残存歯数が多いほど**、「体調良好者の割合が高い」、「運動・スポーツの実施率が高い」、「定期的な歯科検診の受診割合が高い」など、**健康に良い行動をとる傾向**にあった。(資料P23)
- 80歳で自分の歯が20本以上ある人の割合の目標値55%(H34)達成に向け、地域巡回指導など歯科検診受診率向上に向けた取組を引き続き推進していく。なお、十分に咀嚼できることは、健康にも好影響があるとの文献もあることから、残歯数が少なく義歯装着でもしっかり噛むことの必要性も啓発していく。

## 2. 健康づくり対策の具体的な進め方等

### ご提言

### 対応状況

(1) 保険者が行う**特定健診の受診率向上**には、受診勧奨・再勧奨にも力を入れるべき。また、今後、保険者努力支援制度が設けられるため、有効に活用していくべき。

- **特定健診受診率向上に効果のあった好事例集**(受診勧奨・再勧奨の取組、健診方法の工夫など)を市町村と協働で作成。併せて**好事例活用の促進を図る**とともに、専門家から受診対象者のニーズに応じた受診勧奨の方法について、助言を得るための情報交換会を開催。
- 今後、**効果的な取組**(受診勧奨・再勧奨、がん検診とのセット健診、休日健診など)に対しては、**保険者努力支援制度を活用**した市町村の取組への支援を検討していく。
- また、受診率向上に向けては、市町村における取組の工夫に加え、受診行動に有効である**かかりつけ医からの受診勧奨**が促進されるよう、医師会等関係者間の連携強化を促進していく。(資料P50)

(2) 人々が**歩く環境づくり**や**集まる場づくり**、高齢者の増加を見据えた**公共交通の再編**など、県民が健康づくりに取り組める環境づくりも大切。

- 歩く環境づくりについては、**歩くことに着目した健康法を実践する拠点**として、平成25年度から橿原と王寺の**健康ステーションを設置、運営**。また、**健康ステーションの取組を市町村へも広げる**ため補助制度を創設し、平成28年度は、大和高田市、天理市への設置に対して支援。今後、実績や取組内容を検証し、市とともにPDCAサイクルをまわしながら、今後の取組方向を精査していく。(資料P45)
- 「**おでかけ健康フェスタ**」や「**がん検診を受けよう!**」**奈良県民会議**などのイベントを開催し、外出機会の創出を図った。それぞれ、これまでの取組を振り返り、おでかけに繋がるより効果的な実施方法等を試行していく。(資料P43)
- また、今後、公共交通利用環境の整備として、路線バスの運行情報をスマホで提供するサービス(バスロケーションシステム)を導入していく。

## ご提言

(3) 健康づくりの長期的な視点では、**子どもの頃からの食育や体力向上**といった**健康教育の取組**が必要である。

## 対応状況

- 栄養士養成大学と連携し、親子で減塩や野菜摂取の大切さをしてもらうため「**地域栄養力レッジ**」を開催するとともに、減塩のコツを学ぶ**親子減塩教室**を、市町村やボランティアと連携して実施。(資料P44)
- 昨年度初めて実施した、**食に関する大規模調査**では、**3歳児は野菜摂取不足、食塩摂取量過多**であるとの結果が見られた。(資料P30)
- 平成29年度に策定する、第3期食育推進計画において、食に関する大規模調査の結果も踏まえ、子どもの食育の推進に関する取組を検討していく。(資料P44)
- また、栄養など、生活習慣を含む複合的な幼児運動プログラムを、幼稚園等と連携し実施していく。