

令和6年度 健康づくりフェスタ 実施状況報告

【目的】

喫煙は、健康に与える影響は大きく、がんにも最も大きく寄与する。「第4期奈良県がん対策推進計画」において、健康指標と設定した喫煙率を低下させるという目標達成を目指している。喫煙率は10.5%(R4)とR3年度より低下している。令和6年4月に開始された「二十一世紀における第三次国民健康づくり運動（健康日本21（第三次））」においては、喫煙による健康影響に、新たに「COPD（慢性閉塞性肺疾患）の死亡率の減少」を目標が加わった。引き続きCOPDの認知度の向上を行うこと等が重要であることとされている。このことから、喫煙による健康への悪影響等の普及啓発活動を行うとともに、禁煙希望者に対する禁煙支援の充実を図る事を目的とする。

【内容及び実施状況】

- ・日時：令和6年9月22日（日）11時～15時 場所：イオンモール大和郡山
- ・COPD、がん検診、がん予防に関わる啓発物品の配布（186部配布）
- ・チェックリスト（COPD-Q）による問診（4点以上の人へのCOPDリーフレットを用いた保健指導）

【結果】

チェックリストによる結果

- ・COPD-Q実施：52名（40歳以上）（**図1**） COPD-PS実施：9名（39歳以下）
- ・COPD-Q実施52名。元喫煙者を含める喫煙者11名（喫煙率21%）、内**現在の喫煙者4名**。（**図2**）
- ・COPD-Qで4点以上のハイリスク者に対してCOPDリーフレットを用いて保健指導を実施（11名）した。4点未満の人に対してもCOPDリーフレットを用いて疾患の説明を行った。

禁煙支援医療機関・禁煙支援協力薬局一覧の

配付希望者6名。（COPD-Qを実施した喫煙者の一部と家族に喫煙者がいる人）

【評価】

- ・啓発物品の配布だけでなく、健康チェックを受けた方に保健師によるCOPDリーフレットを用いた疾患の説明を行うことでCOPD認知度向上に対して取り組むことができた。
- ・COPDのハイリスク者11名については保健指導を行った。現在も喫煙している人が4名おられ、その一部は禁煙支援医療機関・禁煙支援協力薬局の一覧の配付を希望し、**受診に前向きな方もいた。**
- ・健康づくり財団との共催であり、互いに集客に協力する事ができ、住民の健康意識向上に向けた取組になったと考えられる。（なお、健康づくり財団はがんの展示及びがん検診啓発を行っていた。）
- ・COPDの早期発見・早期治療のために、適切な医療に繋がられるよう、検査・治療を受けられる医療機関の名簿作成が必要である。

【今後の方針】

- ・結果についてたばこ対策推進委員会で報告、下記内容について、同委員会での議題に挙げ、協議していく。
- ・COPDリーフレットの市町村での活用について
- ・COPDの検査・治療を行う医療機関の一覧の作成

図1)年代別COPD-Q実施者内訳 (n=52)

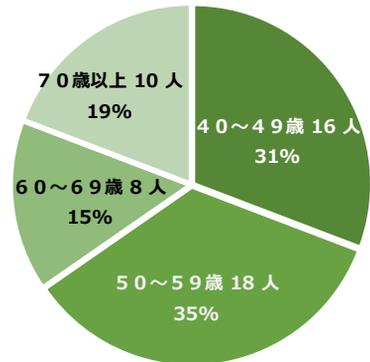


図2)喫煙率（喫煙者には元喫煙者を含む） (n=52)

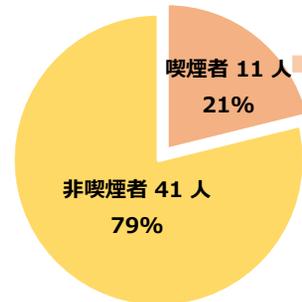
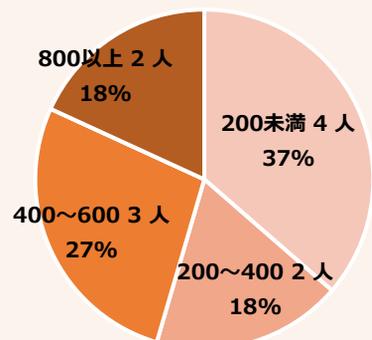


図3)喫煙者をブリンクマン指数でみた分布 (n=11)



【COPD-Q総合点の分布】

- ・ハイリスク者は4点8名、5点2名、7点1名で合計11名（21%）となっており、喫煙者（元喫煙者を含む）の割合と同程度となっている。（図5）
- ・30代の方はCOPD-Qの対象外であるため、COPD-PSを実施した。
実施者9名全員が0～1点であった。
- ・60代はハイリスク者が半数以上（約55%）を占めている。（図5）

【年代別喫煙率・総合点の分布からの考察】

- ・今回の対象集団では、総合点の分布から、60代の方がハイリスク者が多い状況となっている。また、喫煙者を年代別に分けると60代の喫煙率が高くなっており、喫煙率の高い集団にハイリスク者が多い状況であることが確認できた。（図5）
- ・加齢ともにリスクが高くなっていくため、壮年期からの禁煙支援が必要である。（図5）

図4) COPD-Q実施者の喫煙/非喫煙の年代別回答割合 (n=52)

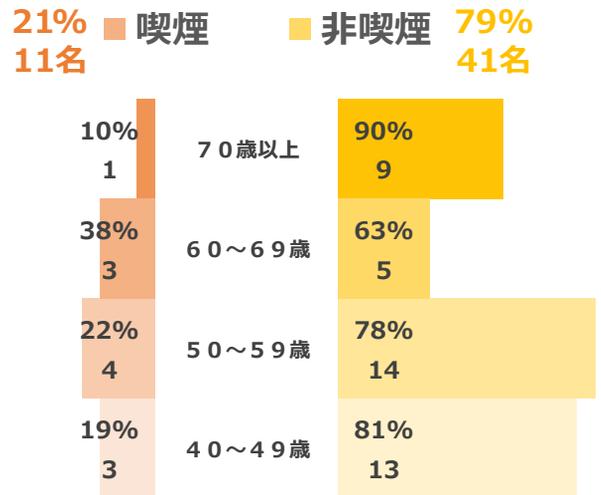
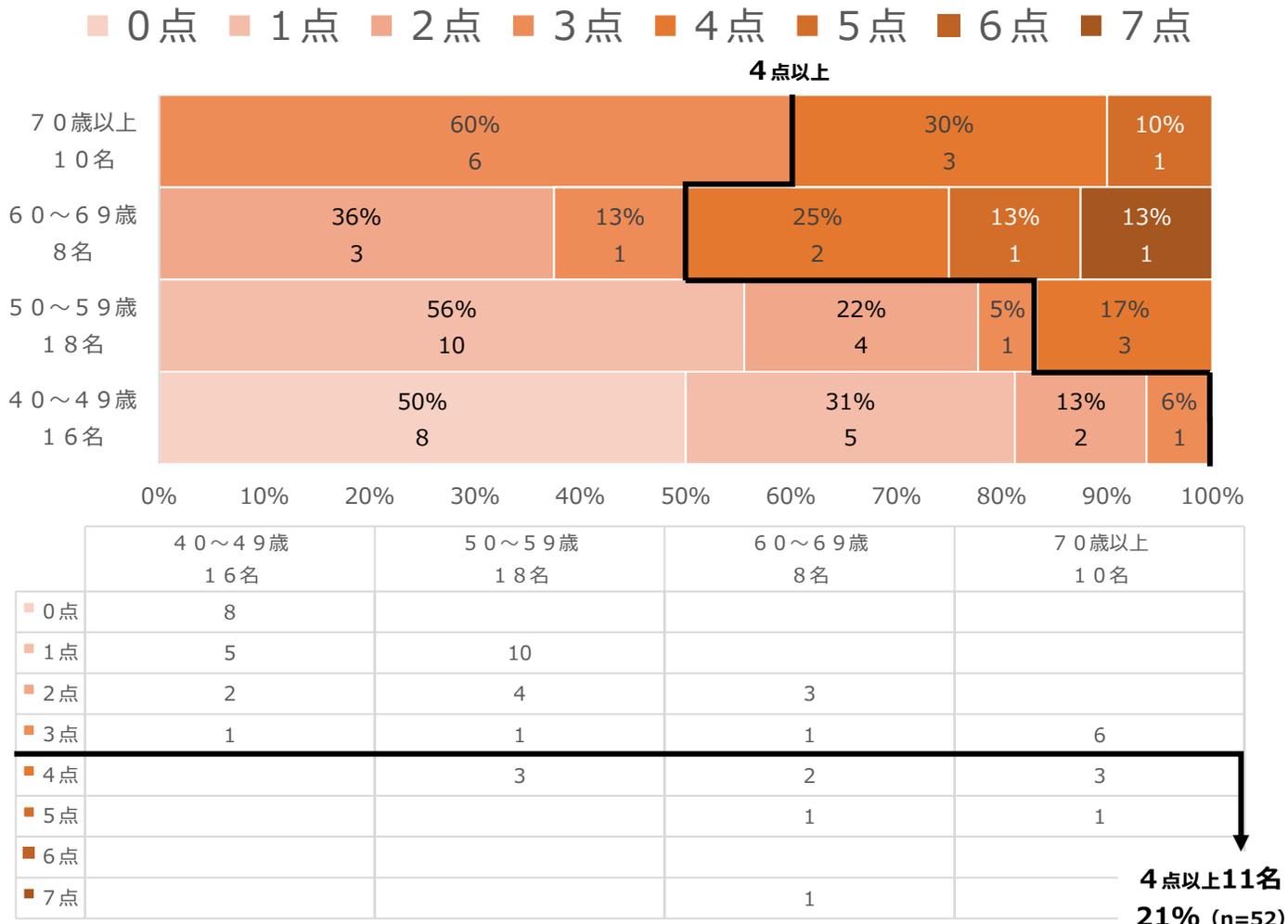


図5) 各年代における総合点の分布 (n=52)



COPDスクリーニングのための質問(COPD-Q)

1. 現在、おいくつですか？

40～49歳

0

50～59歳

1

60～69歳

2

70歳以上

3

2. かぜをひいていないのに、たんがからんでせきをすることがありますか？

いつも

1

ほとんどいつも

1

ときどき

1

まれに

0

ほとんどない

0

3. 走ったり、重い荷物を運んだりしたとき、同年代の人と比べて、息切れしやすいほうですか？

はい

1

いいえ

0

4. この一年間で、走ったり、重い荷物を運んだりしたとき、ゼイゼイやヒューヒューを感じることはありましたか？

いつも

2

ほとんどいつも

1

ときどき

0

まれに

0

ほとんどない

0

5. これまで、たばこをどれくらい吸いましたか？ ()に数字を記入し、次の計算をしてください。

1日の平均本数()×喫煙年数()= 合計()

合計はどれですか？

吸わない

0

1～399

1

400～999

2

1000以上

3

各質問の点数を足して総合点を計算して下さい

1.の点数()+2.の点数()+3.の点数()+4.の点数()+5.の点数()
= 総合点()

総合点が4点以上でCOPD(慢性閉塞性肺疾患)にかかっている可能性がありますので、
医療機関を受診し呼吸機能検査を受けることをおすすめします。