

3-7 健康づくりの推進

■現況と課題

1. 生活習慣病の予防

健康づくりには、町民一人ひとりが自ら取り組むことが大切です。この健康管理の支援として、知識の啓発・普及、健康問題の提起など情報提供による意識付けや定期的にチェックできる健診体制などの充実を図る必要があります。

当町については、生活習慣病予防からみると、高脂血症、喫煙率が高いなどの有所見者が目立ちます。今後は、若年層から重点的に生活習慣を改善できるよう、健診体制、相談体制を充実させ、糖尿病や喫煙者、肥満者の減少に努める必要があります。

2. 元気高齢者づくりの推進

高齢化が進む今日、介護予防の視点から、寝たきりにならない健康管理と加齢に伴う体力の低下防止などの取り組みが大切です。高齢期には心身の健康づくりを心がけ、できるだけ自立した生活を過ごせるよう、元気高齢者づくりに向けて事業を推進する必要があります。

3. 子どもを取り巻く環境づくりの推進

母子保健では、当町も全国同様出生数の減少傾向が見られますが、正常な妊娠経過を送ることができ、子どもが心身ともに健やかに成長するためには、家族の理解と協力が必要です。近年は女性の喫煙率増加傾向や若年世代における生活の夜型化が目立ち、子どもたちの成長に支障が生じるケースも見られています。子どもを取り巻く環境の無煙化や食生活を中心とした生活リズムの見直しができるよう、父母となる世代への働きかけが必要です。

■今後の方向性

1. 生活習慣病の予防

(1)子どもから高齢者まで、町民一人ひとりが健やかに生活できるよう、きめ細かい健康づくり事業を推進するとともに、正しい知識の啓発・普及や健康問題の提起などを随時提供し、健康づくりへの意識付けに努め、各世代に合わせた健康管理と支援ができるよう、健診や相談体制の充実を図ります。

(2)働き盛りの健康づくりとして、平成20年から実施している内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)に着目した特定健診・特定保健指導を重点的に取り組み、生活習慣病の原因として注目される肥満や内臓脂肪症候群の予防に努め、特に当町でも増加傾向にある糖尿病予備群の減少を目指します。

2. 元気高齢者づくりの推進

(1)介護予防に視点をあてた高齢期の健康管理として、特定健診後に「お達者教室」を実施するなど、高齢者の健康づくりを積極的に推進するとともに、筋力アップ・低栄養予防、口腔機能の悪化防止などを行い、元気で若々しく自立した生活が送れる高齢者の増加に努めます。

3. 子どもを取り巻く環境づくり

(1)母子保健における従来の健診・相談事業では、子どもの成長を見守り安心して子育てができ、家族みんなが健康で明るく家庭生活を送れるよう、関係機関との連携を図り、より身近で温かくきめ細かい支援体制を目指します。

(2)タバコは生涯にわたり悪影響があり、心身の発達途上にある子どもたちの健康には特に大きく影響することから、子どもの健康管理として、両親や子どもを取り巻く環境での喫煙をなくすため積極的に禁煙啓発を推進します。

特に妊娠期には「子どもに無煙環境を…」を目標に父母などの禁煙・分煙指導を強化します。また、生活習慣病予防の一環として、各世代の喫煙による健康被害を啓発し、喫煙率の減少に努めます。

(3)近年は不適切な食生活が原因で、糖尿病などの増加や子どもの欠食などが取り上げられています。町民参画によるメニューを開発し、地産地消も含め作成した「食育パンフレット」をもとに、子どもから高齢者まで、生活リズムの見直しと規則正しい楽しい食事が摂れるよう普及啓発を図ります。特に早寝早起きができ、朝食を抜かさない環境づくりを推進します。

■実施事業

- ・食生活改善推進協議会等活動の充実
- ・健康づくりに対する啓発の推進
- ・健康づくり週間の充実
- ・育児不安、保健指導の推進
- ・健康教育、保健指導の推進
- ・成人病予防対策
- ・インフルエンザ予防
- ・母子保健対策事業
- ・予防対策の推進
- ・各種健康相談事業
- ・各種予防接種事業
- ・健康づくり啓発推進事業（パパママ学級）