

## 2. 健康長寿

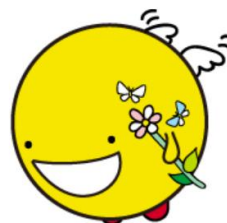
糖尿病、高血圧症、脂質異常症、肥満、心臓病、脳卒中などの生活習慣病は、食事や運動、ストレス、喫煙、飲酒などの生活習慣がその発症・進行に深く関与しています。そのため一人一人が「自分の健康は自分で守る」という意識を持って健康づくりに取り組んでいく必要があります。

平成 29 (2017) 年度は、本県の健康づくりの羅針盤である「健康日本 21 あいち新計画」(平成 25 (2013) 年～平成 34 (2022) 年) の計画期間の中間年度にあたるため、目標指標の達成状況の判定や指標の見直しなどの中間評価を実施しました。

主な指標の現状は、脳血管疾患や虚血性疾患の年齢調整死亡率など、目標値に向かって順調に改善している指標がある一方で、成人の肥満者の割合や野菜の摂取量など、悪化している指標もあり、約 3 割指標が改善を必要とする結果でした。

引き続き、病気についての知識の普及や、健康づくりを推進する取組を進め、県民のいきいきとした健康長寿の実現を目指します。

愛知県では  
「健康長寿あいち宣言」を  
掲げています



健康づくりイメージキャラクター  
エアフィー

### (1) 生活習慣病の発症予防と早期発見、重症化予防

初期の生活習慣病は特に自覚症状がないことが多いため、いつの間にか病気が進行してしまう危険があります。

そのため、県では、主要な生活習慣病である「がん」、「循環器疾患」、「糖尿病」、「COPD (慢性閉塞性肺疾患)」について、病気に対する知識の普及や定期的な健康診断の受診を勧める取組などを進めました。

#### 平成 29 (2017) 年度の主な取組

- 体育や保健体育の授業において、学習指導要領に基づき、がんの要因や予防、我が国のがんの状況などの知識や、早期発見・早期治療の重要性などについて指導しました。

- がんの診断治療に関する情報を医療機関から収集して、がんの罹患率等を把握し、がん対策やがん研究の基礎資料とするとともに、結果を医療機関や県民に情報提供し、がん医療の向上やがんの予防啓発を図りました。
- 市町村、連携企業等と協働するなど、がん検診受診促進キャンペーン月間（10月）を中心に街頭啓発などを実施し、がんの予防やがん検診の普及啓発を行いました。
- 6月1日から6月31日までの特定健診等普及啓発強化月間にあわせ、平成29（2017）年6月3日に豊田スタジアムにて、医療保険者団体（愛知県国民健康保険団体連合会、健康保険組合連合会愛知連合会、全国健康保険協会愛知支部）と連携し、特定健診等の受診をPRしました。また、商業施設と連携し、啓発ポスターを掲示しました。



名古屋グランパスの試合前に PR



- 学童期・思春期の生活習慣病（肥満・糖尿病を中心に）予防のため指導者養成研修を開催しました。（2回、96人）
- 慢性腎臓病（CKD）対策として、3月第2木曜日の「世界腎臓デー」にあわせて、疾患に関する正しい知識の普及や、予防・早期発見のための啓発を行うキャンペーン活動を実施しました。
- COPD 対策において、産業保健、地域保健、専門病院の連携を推進するため、研修会を開催しました。（参加者 83 人）

## （２）生活習慣の改善による健康の保持増進

いつまでも健康でいるために、食事や運動、ストレス、喫煙、飲酒などの生活習慣を見直し、生活習慣病の発症自体を予防することが重要です。

県民の健康づくりを推進するため、野菜の積極的な摂取促進や運動習慣の定着、歯の健康の維持、受動喫煙対策などの取組を進めました。

### 平成 29（2017）年度の主な取組

- 飲食物の栄養成分表示を参考にバランスのとれた食習慣を身に付けることは健康の保持増進に重要であることから、飲食物への栄養表示や食育の情報提供を行う「食育推進協力店」の増加を図り、県民に対する適切な栄養素摂取の普及啓発を行いました。
- 食育推進ボランティアを対象として、地域ごとに関係者と共に食育について学び、交流を図る研修交流会を開催しました。
- 健康づくりリーダーバンク登録研修会にて新たに 87 名の健康づくりリーダーを養成しました。
- 地域の歯科保健医療関係者に対する研修、地域ごとの歯科保健に係る健康課題に対応した取組及び関係機関等が行う歯科保健活動の支援を実施しました。  
（研修 27 回 1,559 人）  
高齢や障害により介護を要する状態であっても、安全においしく口から食べ、自分らしい暮らしが続けられるよう、地域の歯科専門職と在宅医療・介護の様々な職種が連携し、口腔機能の維持・管理に関する支援を受けることの必要性を啓発するためのパンフレットを作成し配布しました。
- タバコの中から立ちのぼる「副流煙」には、タール、ニコチン、一酸化炭素などの有害物質が含まれているため、基準に即し禁煙対策を取っている施設を県が認定する受動喫煙防止対策実施施設認定事業を引き続き実施しました。（平成 29(2017)年度末時点 10,024 施設）



### （３）こころの健康に関する社会全体での取組の推進

私たちは、日常生活の中で受ける様々なストレスにより、気持ちが落ち込む、食欲がない、眠れないなど、心身の不調を来すことがあります。また、こうした状況が長く続くと、うつ病を発症することもあり、その結果、心理的に追い詰められ、自殺以外の選択肢が考えられない状態になる場合があります。

このため、悩みを抱えた方が相談できる体制を整備するなど、こころの健康を推進するための様々な取組を実施しました。

#### 平成 29（2017）年度の主な取組

- 精神保健福祉センターや保健所、あいちこころほっとライン 365 において、こころの健康に関する相談・支援を実施しました。（相談件数：延 21,777 件（電話・面接））
- 県立高等学校の拠点校へのスクールカウンセラーを 54 人に増員して配置し、子どもたちが悩みを気軽に相談できる体制を継続しました。あわせて、指導的立場の臨床心理士であるスーパーバイザー（2 人）の配置を継続し、スクールカウンセラーの資質向上や、緊急に支援が必要な場合や重篤な事案に対して、適切に対応できる体制を継続しました。
- 教員研修の機会を捉えて、自殺予防啓発リーフレット等を活用した予防教育を各学校で一層推進するよう、指導しました。
- 地域住民を始め、看護師や薬剤師、司法書士等の様々な専門職や生活困窮者等の相談支援業務に従事する行政機関の職員等に対し、ゲートキーパー研修を行いました。



- ひきこもり状態にある方の家族を対象に、各保健所にて家族教室を実施しました。（76 回実施）
- 自殺対策を総合的かつ効果的に推進するために「第 3 期あいち自殺対策総合計画」（平成 30（2018）年～平成 34（2022）年）を策定しました。
- アルコール健康障害について、平成 29（2017）年 7 月から精神保健福祉センターにおいて電話相談を開始しました。

#### （４）生涯を通じた健康づくりと社会で支える健康づくり

生涯にわたりいきいきとした生活を送るために、各ライフステージにおいて、健康的な生活を営む必要があります。学齢期における健康的な生活習慣の基礎づくり、成人期における健康的な生活習慣の確立と主体的な健康づくり、高齢期における積極的な社会参加や身体機能維持などの、各段階に応じた健康づくりを推進する取組を行いました。

##### 平成 29（2017）年度の主な取組

- 体育や保健体育の授業において、学習指導要領に基づき、食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活などを続ける重要性や、生活習慣の乱れと生活習慣病などとのつながりについて指導しました。
- 60 歳以上の方を対象に学習の場を提供し、生きがい・健康づくりの促進や地域における社会活動の中核を担う人材の養成を図ることを目的として、文化、医療・福祉、環境問題などの講義を行う「あいちシルバーカレッジ」を開催しました。
- 老人クラブ会員が行った友愛活動や清掃・奉仕・環境活動等に対し助成をしました。（県の助成対象老人クラブ 3,180 クラブ、会員数 237,477 人）
- 保健所において二次医療圏ごとに地域・職域連携推進協議会及びワーキング・グループを開催し、地域の健康課題の明確化と、課題改善に向け話し合いを行いました。
- 運動や各種健診の受診、健康講座、スポーツ教室、地域活動など、市町村が決定した「健康づくりメニュー」に取り組むと、マイレージ（ポイント）を獲得することができ、一定以上のマイレージ獲得者には、県内の「協力店」で様々な特典が受けられるあいち健康マイレージ事業について、昨年度に引き続き市町村と協働実施をし、平成 29(2017)年度末時点で「優待カード」を累計 44,324 枚発行しました。



あいち健康づくり応援カード！  
～MyCa～（まいか）