

# 健康づくり事業・食育の取組における基本方針

平成31年3月

島本町

## 目 次

第1章 方針策定の背景	1
第2章 島本町の健康をめぐる状況	2
1 人口と年齢構成	2
2 出生・死亡の状況	3
3 平均寿命と健康寿命	4
4 死亡の状況	6
(1) 年齢階級別死亡者数	6
(2) 死因別死亡者の割合	6
(3) 主要死因別標準化死亡比	7
(4) 悪性新生物（がん）	8
5 がん検診の受診状況	9
(1) がん検診の受診率の推移	9
(2) がん検診の結果	10
6 国民健康保険加入者の受診状況（第2期データヘルス計画抜粋）	10
(1) 特定健診の受診率の推移	10
(2) 特定健診受診者における生活習慣病等の状況	11
7 歯科健康診査の受診状況	15
8 要支援・要介護者の状況	15
第3章 第2次「健康しまもと21」計画（活動状況）の評価	16
1 運動・身体活動	16
2 栄養・食生活	17
3 休養・こころの健康づくり	19
4 たばこ	20
5 アルコール	23
6 歯の健康	24
7 健康チェック・病気の予防	26
第4章 今後の健康づくり事業・食育の取組における基本方針	29
1 基本理念	29
2 基本目標	29
3 第3次大阪府健康増進計画に沿った島本町の取組	29
(1) 生活習慣病の予防	29
(2) 生活習慣病の早期発見・重症化予防	29
(3) ライフステージに応じた取組	29
(4) 住民の健康づくりを支えるための本町の取組方針	30
4 推進体制及び進捗管理	31
用語解説	32

## 第1章 方針策定の背景

本町では、住民の健康増進の推進に関する施策についての計画（以下、「健康増進計画」という。）として、「全ての住民が健やかで心豊かに長生きすること」を目的とし、平成17年3月に「健康しまもと21」計画（計画期間：平成17年度～平成22年度、終期を平成23年度まで延伸）、平成24年3月に食育推進計画を兼ねた第2次「健康しまもと21」計画（計画期間：平成24年度～平成28年度）を策定し、現在、第2次計画を平成30年度まで延伸しています。

健康増進計画については、健康増進法第8条の規定により、都道府県においては「定めるもの」とされていますが、市町村においては「定めるよう努めるもの」とされており、法定計画ではありません。

また、健康づくり関連の計画として、上記以外に「島本町国民健康保険特定健康診査等実施計画」、「島本町保健福祉計画及び介護保険事業計画」、「島本町国民健康保険保健事業実施計画（データヘルス計画）」があり、これらの計画において健康づくり事業の取組について記載しております。

以上のことから、健康増進計画の策定は行わず、第2次「健康しまもと21計画」の評価を行い、国の動向や大阪府の健康増進計画、食育推進計画等を参考にしながら、食育推進の視点も含めた健康づくり事業における方針として、「健康づくり事業・食育の取組における基本方針」を作成いたしました。今後は、本方針に基づき健康づくり及び食育に関する施策を推進してまいります。

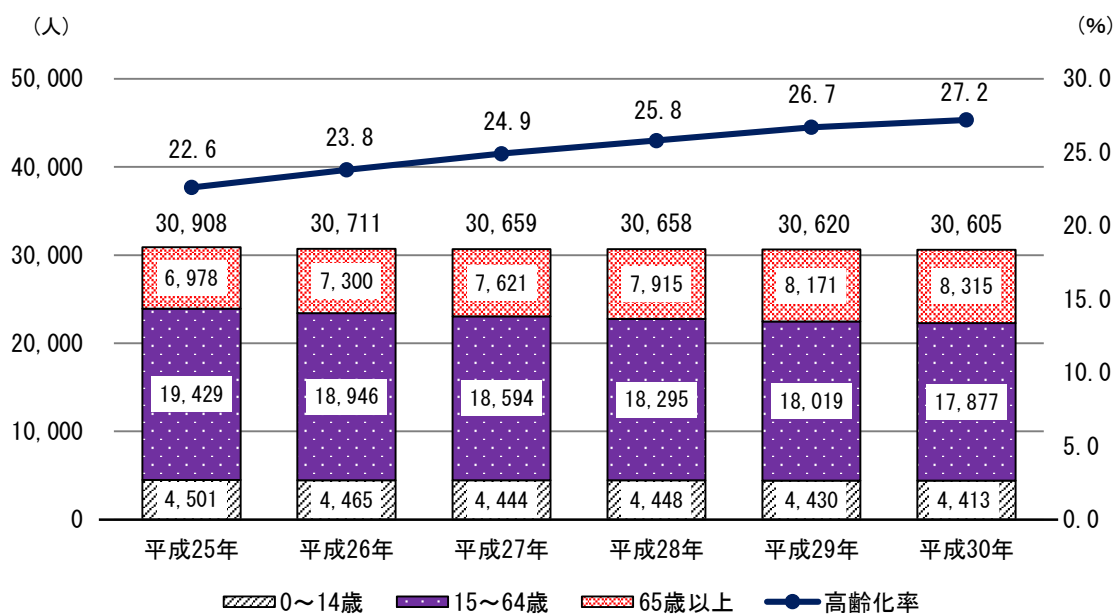
## 第2章 島本町の健康をめぐる状況

### 1 人口と年齢構成

本町の人口は、昭和40年から昭和60年にかけての住宅開発等による増加が続 き、昭和62年に3万人に到達しました。その後、一時3万人を割る時期もありま したが、平成20年のJR島本駅の開業や、大規模マンションの開発等により、平 成30年4月1日現在では、30,605人となっています。

高齢者人口は年々増加しており、平成27年で7,621人、高齢化率は24. 9%となっており、全国の高齢化率（平成27年国勢調査）の26.6%に比べて 低くなっていますが、平成30年では高齢者人口は8,315人、高齢化率は27. 2%となっており、本町においても高齢化率は確実に上昇しています。

総人口、年齢3区分別人口、高齢化率の推移

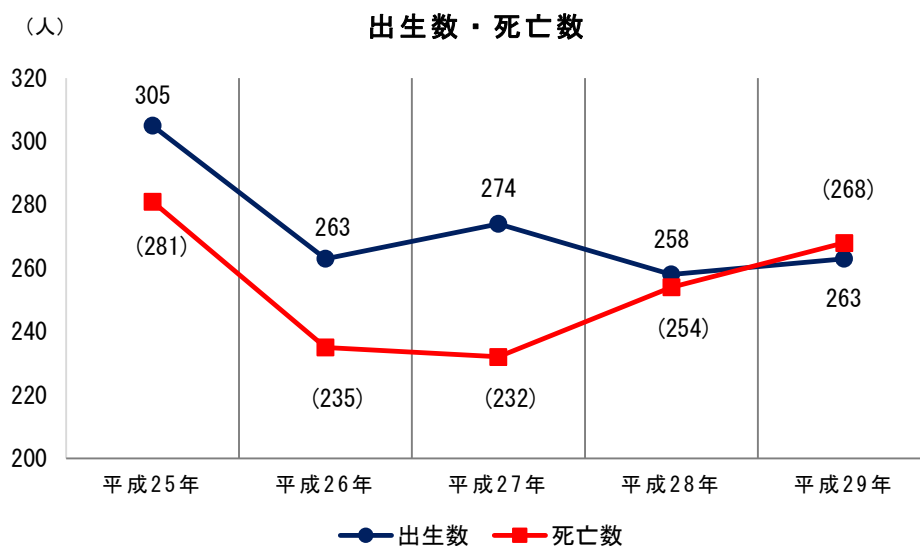


資料：島本町住民基本台帳（数値は各年4月1日現在）

## 2 出生・死亡の状況

出生数については、大規模マンションの開発等により、平成25年に305人まで増加しましたが、その後は概ね260人から270人前後で推移しており横ばい傾向にあります。

死亡数については、平成27年以降増加しており、平成29年は出生数を上回りました。



資料：島本町統計書（平成25年度～平成29年度版）

※（ ）付け数字は死亡数とする

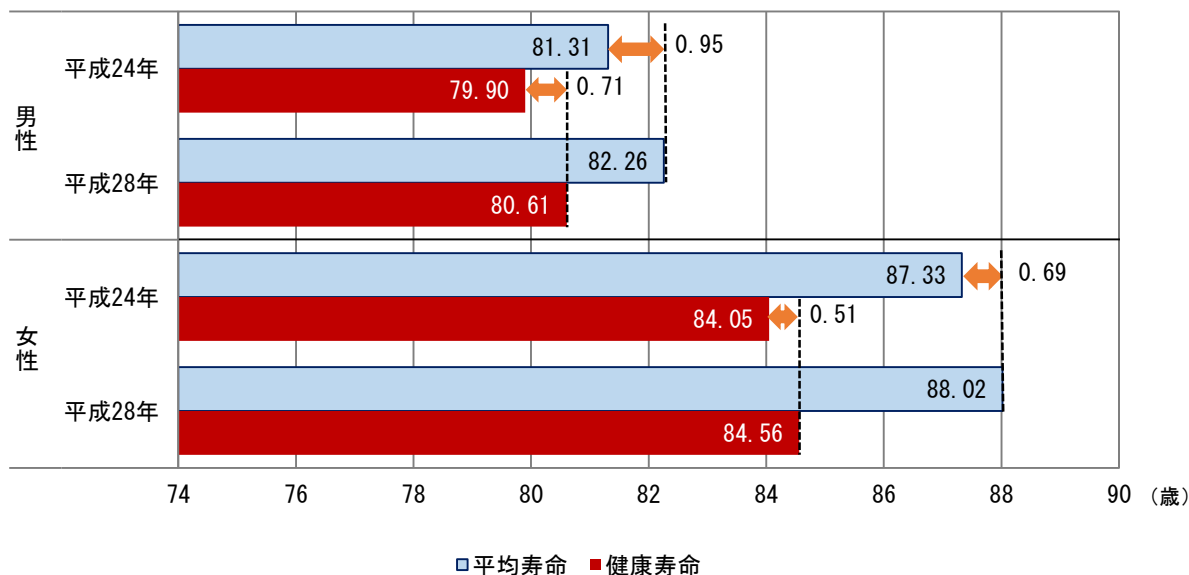
### 3 平均寿命と健康寿命

本町の平成28年の平均寿命は、男性が82.26歳、女性が88.02歳となっており、平成24年と比較すると、男性が、0.95歳、女性が0.69歳延伸しています。また、本町の平成28年の健康寿命は、男性が80.61歳、女性が84.56歳となっており、平成24年と比較すると、男性が、0.71歳、女性が0.51歳延伸しています。

平均寿命の増加分と健康寿命の増加分の差をみると、平成24年と平成28年では男性、女性ともに平均寿命の増加分が健康寿命の増加分を上回っています。

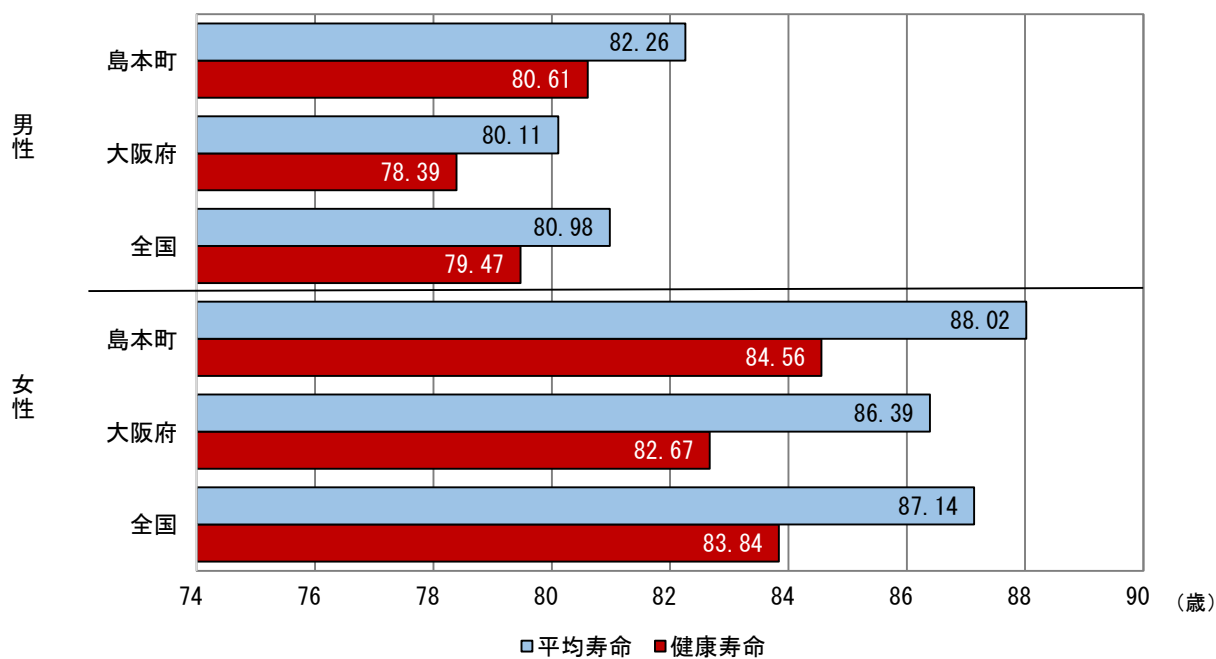
本町の平均寿命、健康寿命は、いずれも大阪府や全国よりも長くなっています。

平均寿命と健康寿命（島本町）



資料：大阪府健康医療部保健医療室健康づくり課「健康寿命算出方法の指針」

平均寿命と健康寿命（島本町、大阪府、全国との比較：平成 28 年）



資料：大阪府健康医療部保健医療室健康づくり課「健康寿命算出方法の指針」

厚生労働省「簡易生命表」

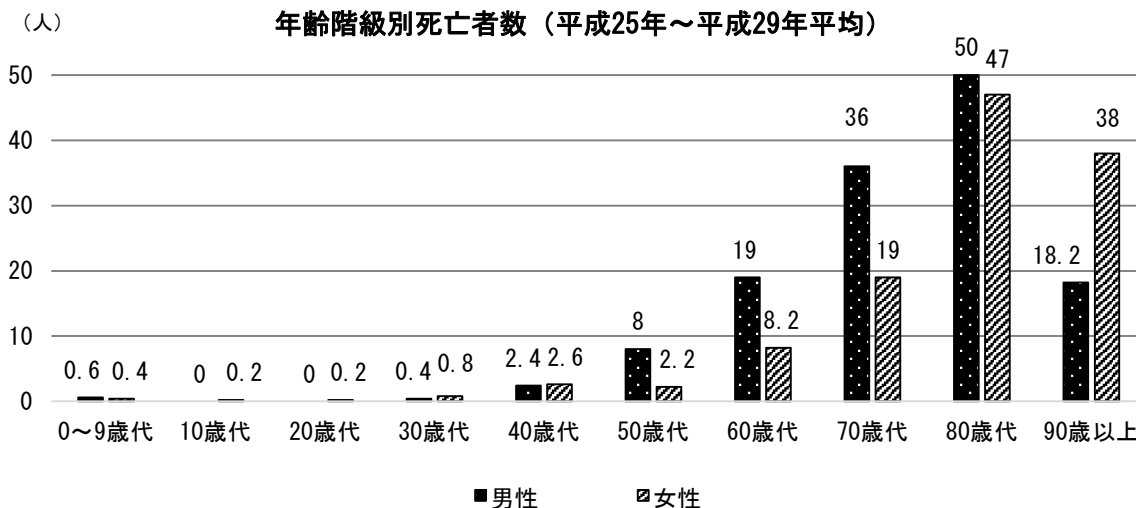
厚生労働科学研究「健康寿命のページ」

#### 4 死亡の状況

##### (1) 年齢階級別死亡者数

年齢階級別死亡者数（平成25年～平成29年平均）は、男性が50歳代から徐々に増加、女性は60歳代から増加し、男女ともに、80歳代が最も死亡者数が多くなっています。

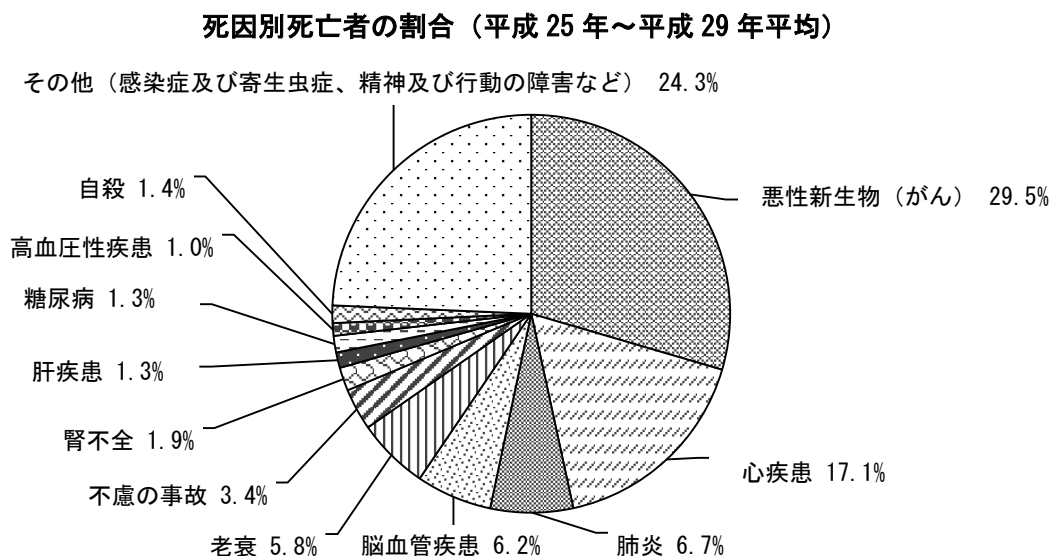
続いて、死亡者数が多くなっているのは、男性が70歳代、女性は90歳以上となっています。



資料：厚生労働省「人口動態統計」（平成25年～平成29年）

##### (2) 死因別死亡者の割合

死因別死亡者（平成25年～平成29年平均）の割合が高いのは、悪性新生物（がん）が29.5%で最も高く、次いで心疾患が17.1%、肺炎が6.7%、脳血管疾患が6.2%と続いています。

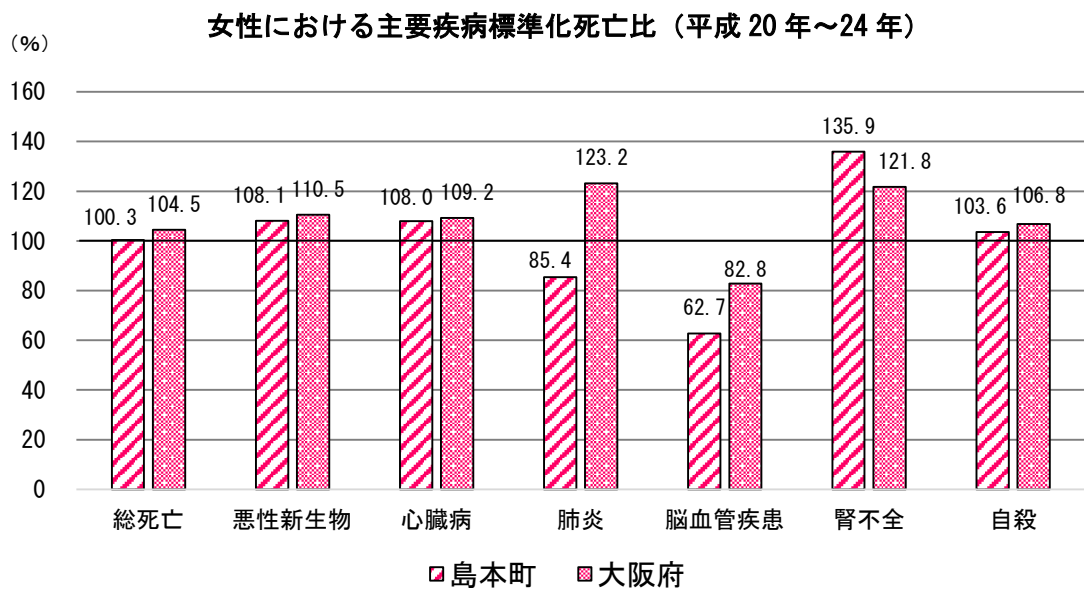
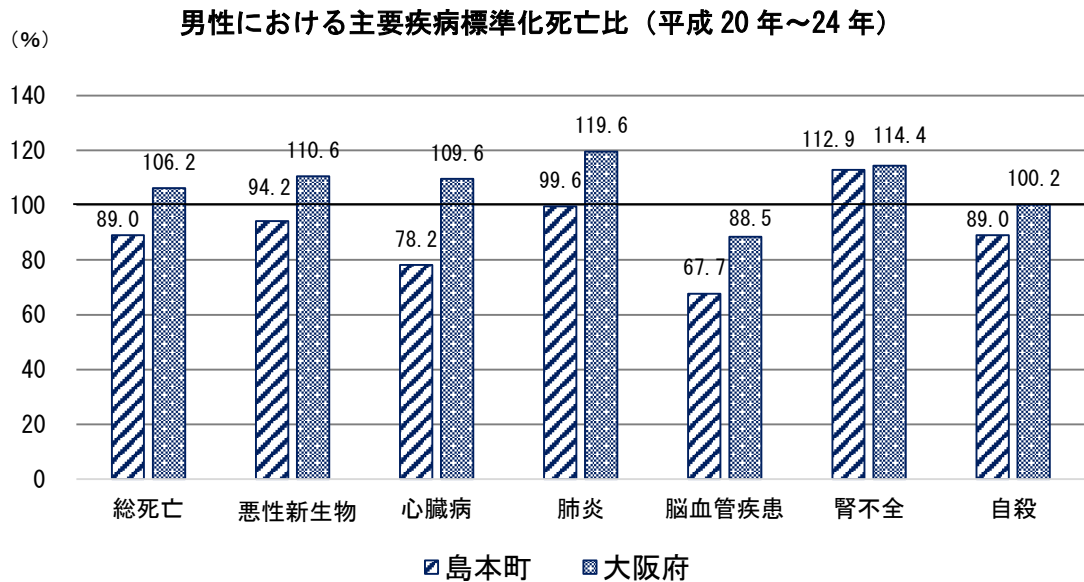


資料：厚生労働省「人口動態統計」（平成25年～29年）



### (3) 主要死因別標準化死亡比

平成20年～24年の標準化死亡比では、男性では腎不全が全国より高くなっています。女性では腎不全が全国、大阪府より高く、また、悪性新生物（がん）、心臓病、自殺が全国より高くなっています。

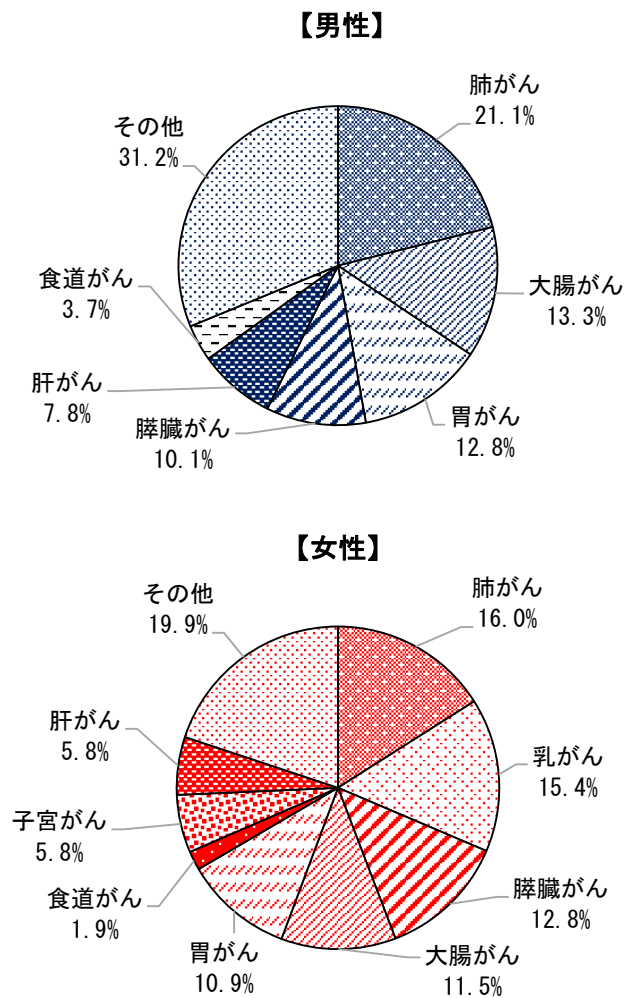


資料：厚生労働省 「人口動態統計特殊報告」

#### (4) 悪性新生物（がん）

悪性新生物（がん）による部位別死亡者（平成25年～平成29年平均）の割合をみると、男女ともに最も多いのは肺がんで、男性が21.1%、女性が16.0%となっています。次いで男性は、大腸がんが13.3%、胃がんが12.8%、膵臓がんが10.1%と続き、女性は、乳がんが15.4%、膵臓がんが12.8%、大腸がんが11.5%、胃がんが10.9%となっています。

部位別死亡者数の割合（平成25年～平成29年平均）



※その他：胆のう及び他の胆道、膵の悪性新生物、白血病など

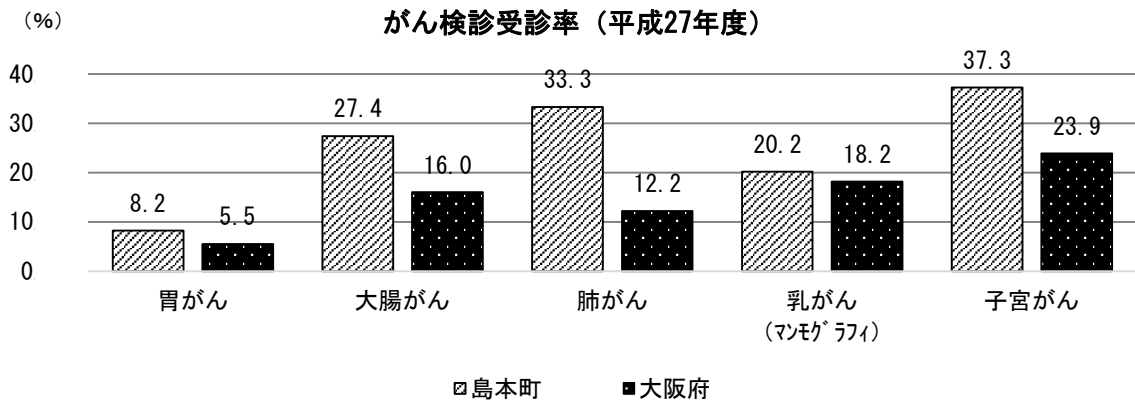
資料：厚生労働省「人口動態統計」（平成25年～平成29年平均）

## 5 がん検診の受診状況

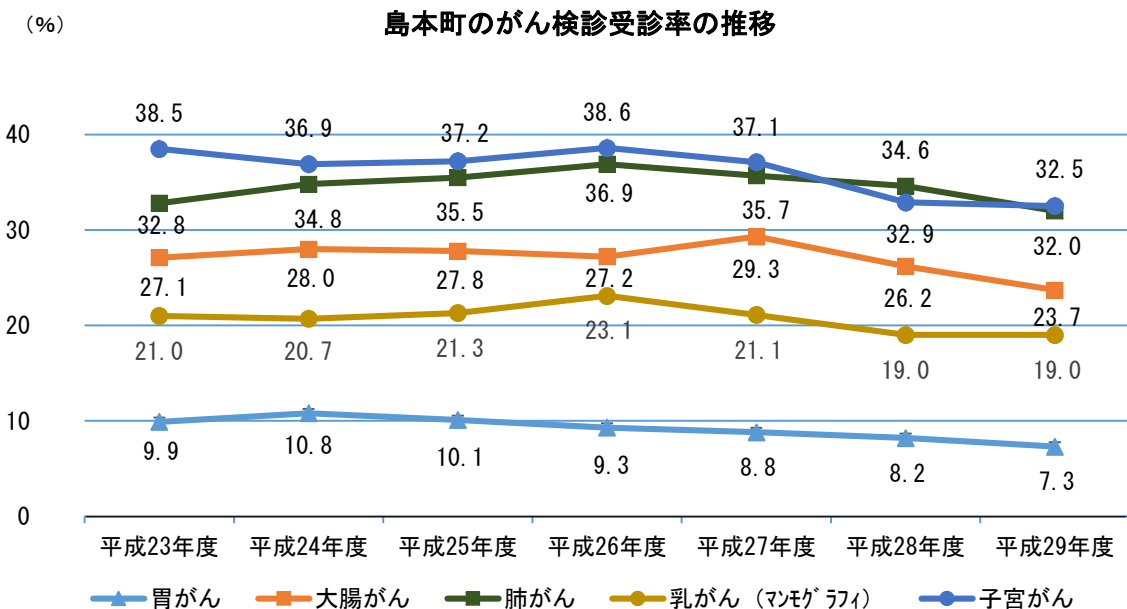
### (1) がん検診の受診率の推移

平成27年度の各種がん検診では、大阪府と比較すると全て受診率が高くなっています。

また、平成23年度からの受診率の推移をみると、年度によって増減はありますが、全てのがん検診において受診率が減少傾向にあります。



資料：大阪府健康医療部「大阪府におけるがん検診」



資料：島本町健康福祉部（平成23年～平成29年）

(2) がん検診の結果

本町におけるがん検診の精密検査受診率をみると、乳がん検診98.0%、肺がん検診97.1%と高く、次いで子宮頸がん検診が93.1%となっています。大阪府と比較すると、胃がん検診以外において上回っています。

本町のがん発見率は、乳がん検診が0.97%と最も高く、次いで大腸がん検診が0.45%となっています。大阪府と比較すると、肺がん検診、大腸がん検診、乳がん検診において上回っています。

がん検診における精密検査受診率、がん発見率（平成27年度）

（単位：％）

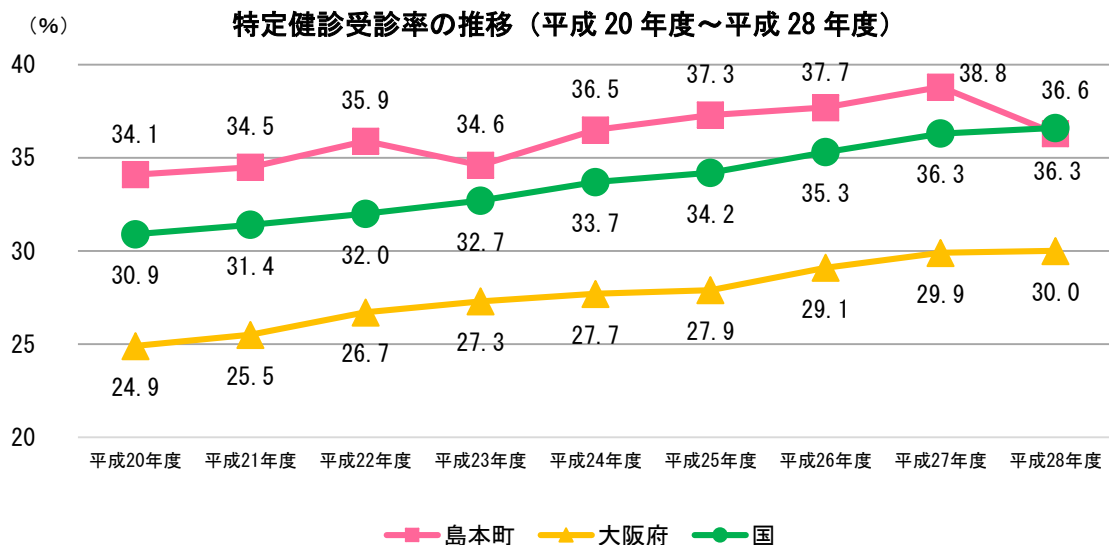
	島本町		大阪府	
	精密検査受診率	がん発見率	精密検査受診率	がん発見率
胃がん検診	77.3	0.14	85.2	0.17
大腸がん検診	81.7	0.45	70.2	0.38
肺がん検診	97.1	0.13	87.8	0.07
乳がん検診	98.0	0.97	94.3	0.41
子宮頸がん検診	93.1	0.00	82.9	0.06

資料：大阪府健康医療部「大阪府におけるがん検診」

6 国民健康保険加入者の受診状況（第2期データヘルス計画抜粋）

(1) 特定健診の受診率の推移

本町は、特定健診の導入当初から、大阪府や全国平均と比較すると概ね高い数値で推移し、微増傾向ですが、いずれの年度も40%を下回っています。また、平成28年度の受診率の減少については、未受診者に対する受診勧奨の実施回数を減らしたことが影響していると考えられます。



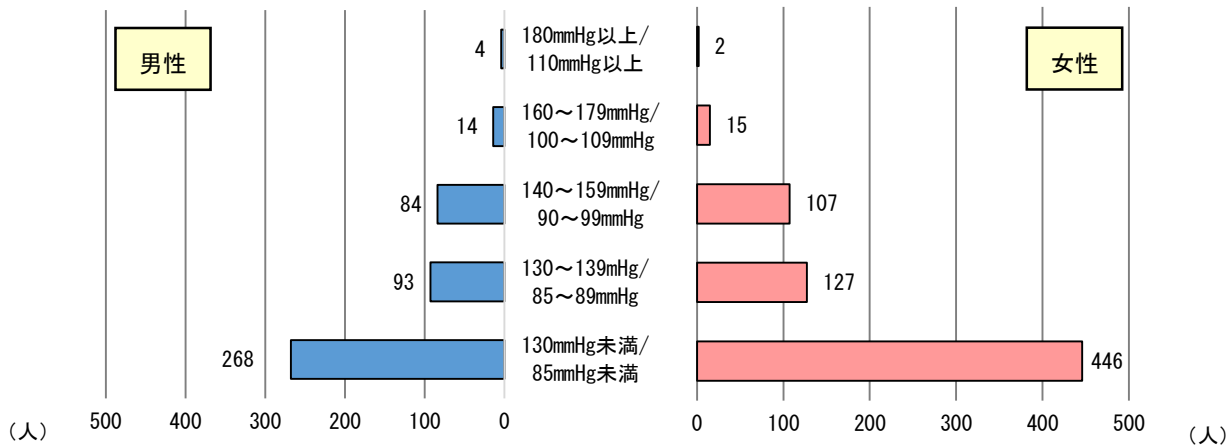
資料：特定健康診査・特定保健指導 法定報告

(2) 特定健診受診者における生活習慣病等の状況

ア 高血圧症

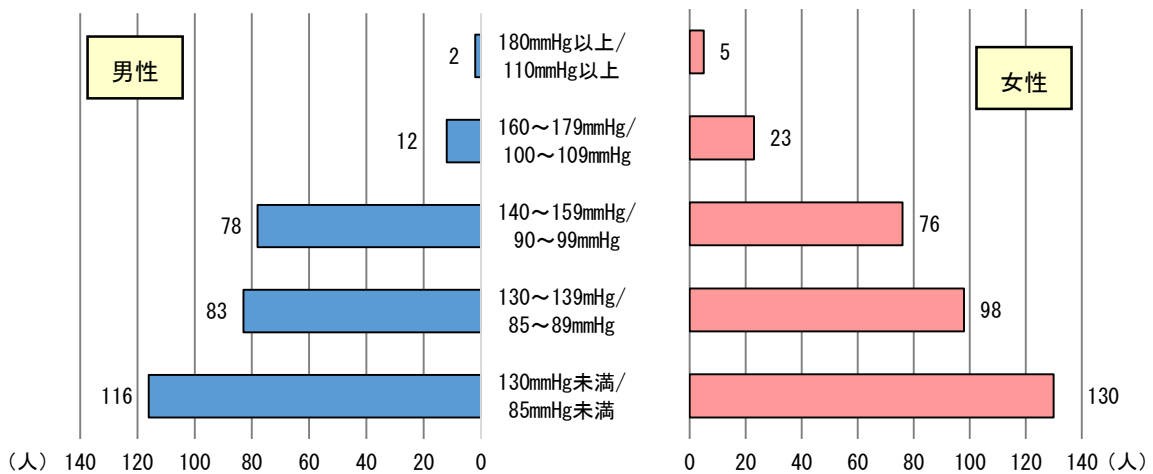
高血圧症未治療者は、男性、女性ともに、収縮期血圧130mmHg未満、拡張期血圧85mmHg未満が最も多くなっています。また、高血圧症を治療中の者は、収縮期血圧130mmHg未満、拡張期血圧85mmHg未満が最も多くなっています。

治療状況別の高血圧重症度別該当者数（未治療）



資料：KDBシステム 保健指導対象者一覧（平成29年度累計）

治療状況別の高血圧重症度別該当者数（治療中）



資料：KDBシステム 保健指導対象者一覧（平成29年度累計）

※ I度高血圧：収縮期血圧140～159mmHgかつ/または拡張期血圧90～99mmHg

II度高血圧：収縮期血圧160～179mmHgかつ/または拡張期血圧100～109mmHg

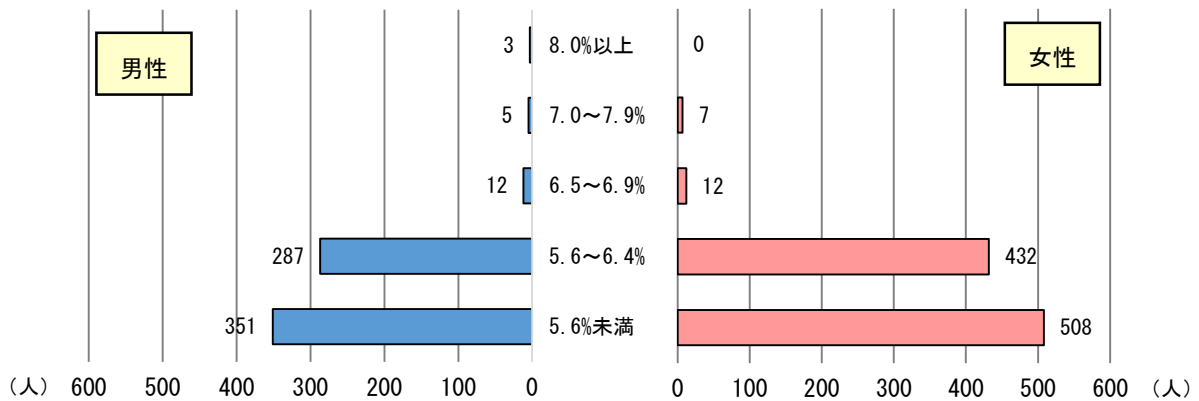
III度高血圧：収縮期血圧 $\geq$ 180mmHgかつ/または拡張期血圧 $\geq$ 110mmHg

資料：日本高血圧学会『高血圧治療ガイドライン2014』ライフサイエンス出版、2014年、19ページ

## イ 糖尿病

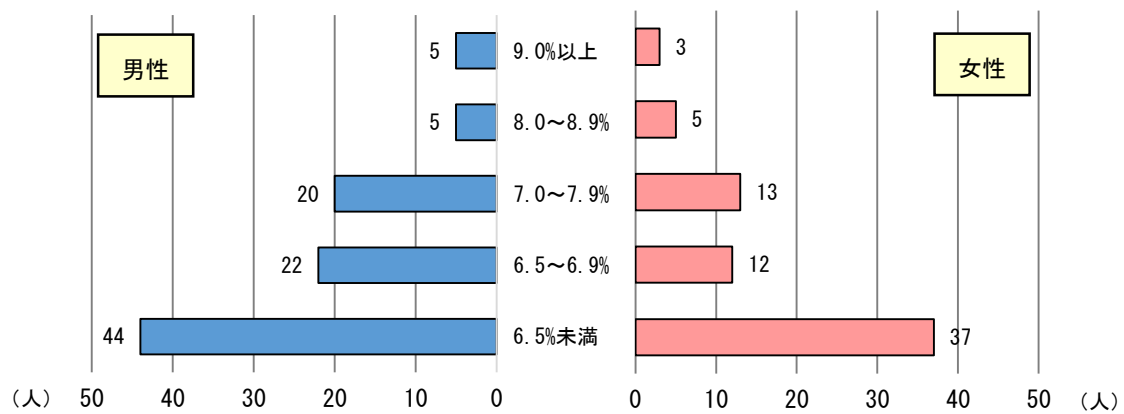
糖尿病未治療者のHbA1cでは、男性、女性ともに、5.6%未満、5.6～6.4%が多くなっています。糖尿病を治療中の者のHbA1cでは、6.5%未満が多くなっていますが、治療中でHbA1c 6.5%以上の人もあります。

治療状況別の糖尿病重症度（HbA1c）別該当者数（未治療）



資料：KDBシステム 保健指導対象者一覧（平成29年度累計）

治療状況別の糖尿病重症度（HbA1c）別該当者数（治療中）

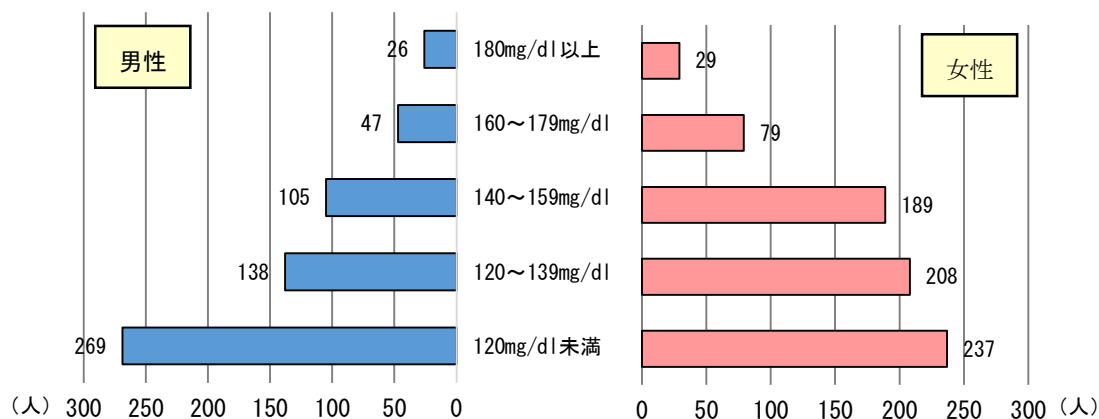


資料：KDBシステム 保健指導対象者一覧（平成29年度累計）

## ウ 脂質異常症

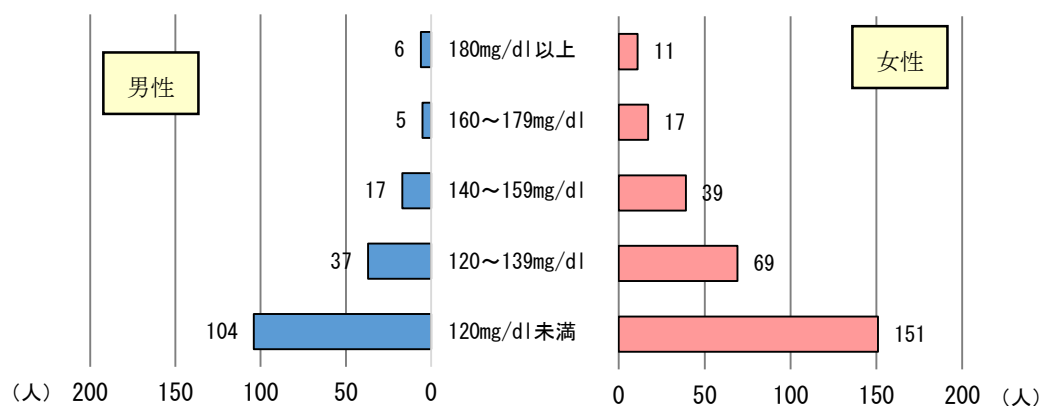
脂質異常症未治療者では、男性、女性ともに、LDLコレステロール値120mg/dl未満が最も多く、脂質異常症を治療中の者でも、男性、女性ともに、120mg/dl未満が最も多くなっています。

治療状況別の高LDLコレステロール血症重症度別該当者数（未治療）



資料：KDBシステム 保健指導対象者一覧（平成29年度累計）

治療状況別の高LDLコレステロール血症重症度別該当者数（治療中）

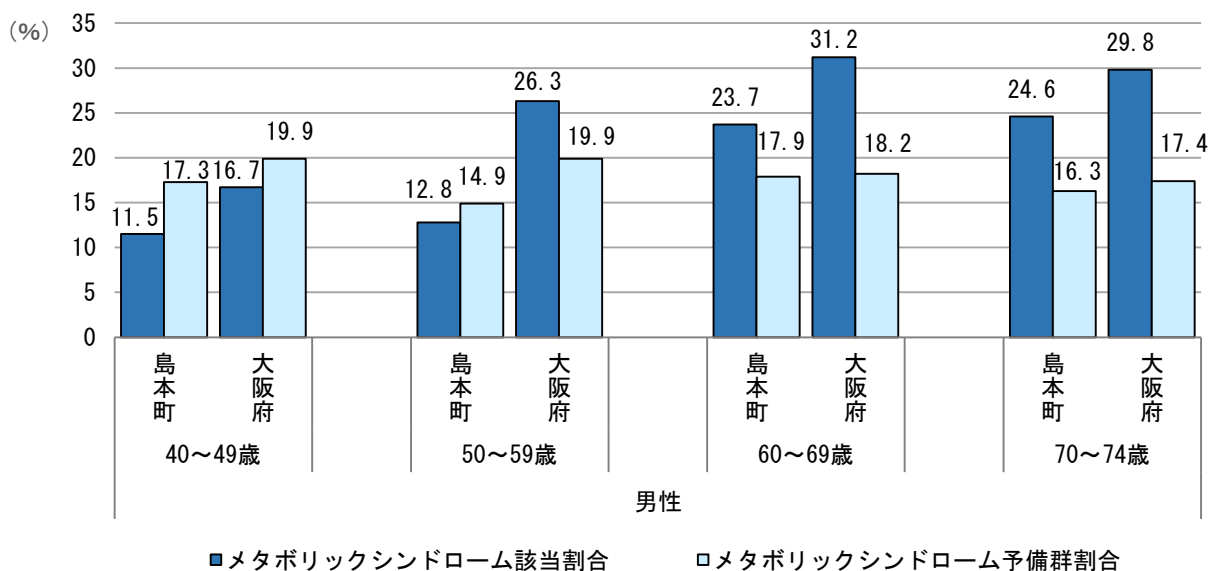


資料：KDBシステム 保健指導対象者一覧（平成29年度累計）

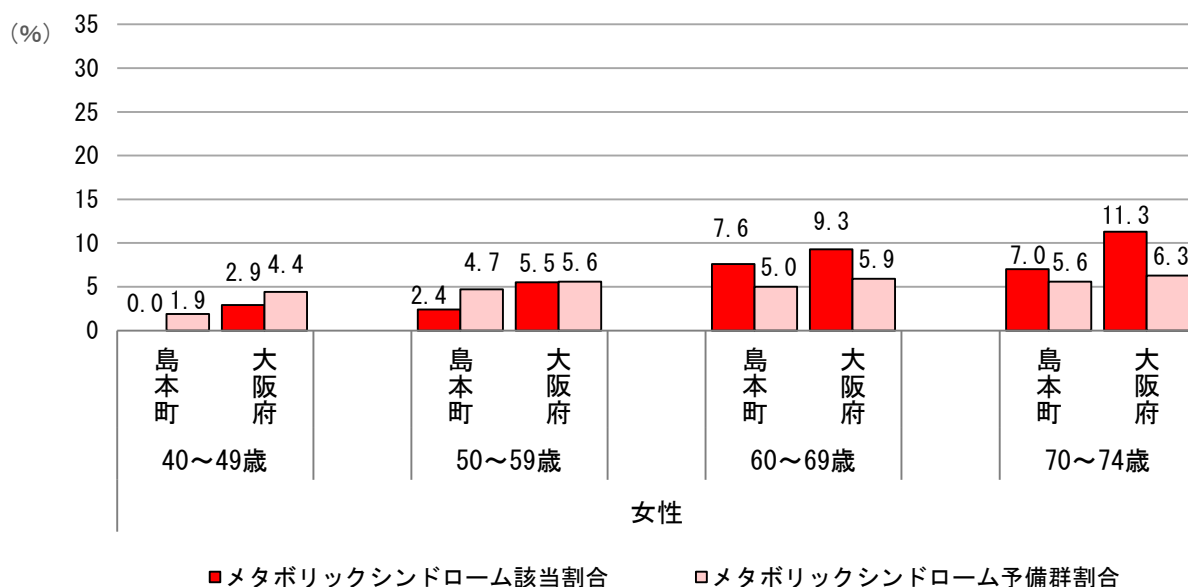
## エ メタボリックシンドローム

メタボリックシンドローム該当割合及び予備群該当割合の比較では、本町、大阪府ともに女性より男性が高くなっています。本町では、男女ともに60歳以上からメタボリックシンドローム予備群割合よりメタボリックシンドローム該当割合が高くなっています。

### 男性におけるメタボリックシンドローム該当割合及び予備群該当割合（平成28年度）



### 女性におけるメタボリックシンドローム該当割合及び予備群該当割合（平成28年度）

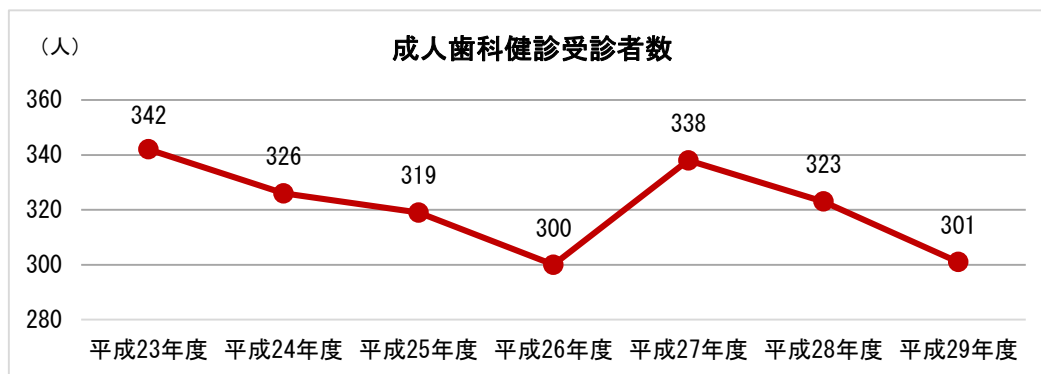


資料：特定健康診査・特定保健指導 法定報告



## 7 歯科健康診査の受診状況

歯科健康診査の受診者数は、300人から340人程度で推移していますが、近年は若干減少傾向になっています。



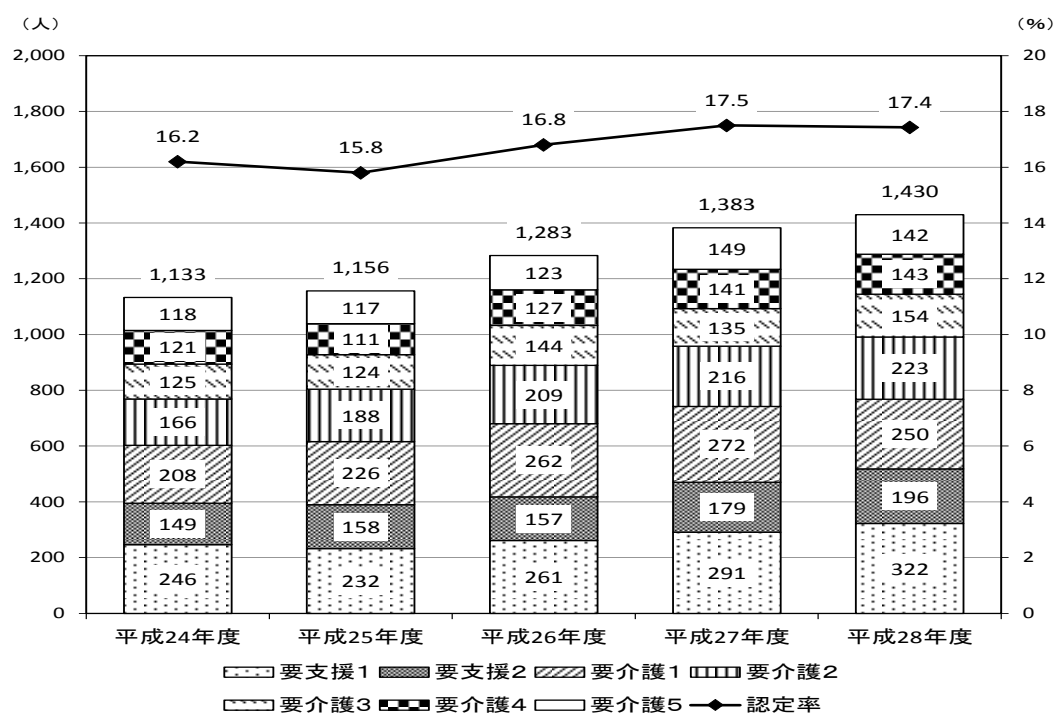
資料：島本町健康福祉部（平成23年度～平成29年度）

## 8 要支援・要介護者の状況

介護保険における要介護等認定者数の推移については、平成24年度から平成28年度にかけて、約1.3倍の増加となっています。

また、要介護度別で見ると、軽度者（要支援1・2、要介護1認定者）は、約1.3倍、中度者（要介護2・3認定者）は、約1.3倍、重度者（要介護4・5認定者）は、約1.2倍といずれも増加しています。

要支援・要介護者数の推移



資料：島本町健康福祉部（数値は、各年度末現在）

### 第3章 第2次「健康しまもと21計画」(活動状況)の評価

第2次「健康しまもと21計画」で設定した7つの分野ごとに、活動状況を中心に評価を行います。

#### 1 運動・身体活動

##### 《目標》

- 自分に合った運動を楽しく続けることができる人が増える
- 運動を始めたい人が気軽に運動を始められるようにする

##### 《健康づくりサポート》

##### ◆運動・身体活動に関する情報提供や知識の普及・啓発

取組内容	これまでの取組	参考
団体等に関する情報提供	総合型地域スポーツクラブ(特定非営利活動法人しまもとバンブークラブ)や町立体育館に関する情報提供	
ウォーキングコースなどの紹介・活用	ウォーキング教室の実施	【平成29年度実績】 実施回数3回/延参加数45人
	「健康ウォーキング」コースガイドの作成・配布	
いきいき百歳体操の普及・啓発	住民主体による地域活動の推進	【平成29年度実績】 実施場所数40か所 参加率(おさらい月間アンケート回答より) 65歳以上人口の6.7% 75歳以上人口の9.8%
	サポーター育成講座の実施	【平成29年度実績】 実参加数16人
	地域活動支援(いきいき百歳体操おさらい月間等)の実施	【平成29年度実績】 実施回数59回/延参加数852人

##### ◆楽しく取り組める運動の機会の提供

取組内容	これまでの取組	参考
運動プログラムの提供・充実/自宅でできる体操等の紹介/利用しやすい運動環境の提供	特定保健指導(運動教室)の実施	【平成29年度実績】 実施回数12回/延参加数58人
	ウォーキング教室の実施(再掲)	【平成29年度実績】 実施回数3回/延参加数45人
	水中歩行訓練事業の実施	【平成29年度実績】 実施回数83回(週2回)/延利

		用数 4,730 人
	町立体育館の利用促進や総合型地域スポーツクラブ（特定非営利活動法人しまもとバンブークラブ）の活動支援	<b>【平成 29 年度実績】</b> 町立体育館の延利用数 70,891 人 特定非営利活動法人しまもとバンブークラブ 会員数 343 人 教室種目数 23 種目

#### 《取組状況及び評価》

- 運動教室等の健康づくり事業実施の際に、団体等に関する情報提供を行いました。
- ウォーキング教室の開催及び町内のウォーキングコースをとりまとめたパンフレットを作成、配布し、ウォーキングの効果等について周知に努めました。
- いきいき百歳体操については、住民主体による継続した活動ができるよう支援を行いました。
- 運動教室の実施等により、気軽に運動を開始でき、継続的な運動習慣の形成につながる取組を行いました。

#### 《今後の取組》

- 健康寿命の延伸に効果がある運動として、今後も気軽に取り組めるウォーキングの普及・啓発に努めるとともに、いきいき百歳体操については、引き続き地域における活動を推進し、住民主体の介護予防活動の充実を図ります。
- 今後も適度な運動を継続して行うことによる健康効果の周知に努め、関係機関と連携のもと、住民一人ひとりが積極的に運動に取り組めるよう支援します。

## 2 栄養・食生活

#### 《目標》

- 適正体重を正しく認識し、体重維持を心がける人が増える
- 食に関心をもち、それぞれのライフステージに応じた食育の実践ができる

#### 《健康づくりサポート》

##### ◆栄養・食生活に関する情報提供や知識の普及・啓発

取組内容	これまでの取組	参考
生活習慣病の予防啓発の充実	福祉大会（健康コーナー）の実施	<b>【健康コーナーのテーマ】</b> 平成 27 年度「高血糖」 平成 28 年度「骨粗しょう症」 平成 29 年度「高血圧」 （※平成 29 年度は台風の影響に

		より中止)
相談体制の充実	乳幼児栄養相談	【平成 29 年度実績】 延利用数 211 人
	成人栄養相談	【平成 29 年度実績】 延利用数 16 人
	電話・訪問による栄養相談の実施	【平成 29 年度実績】 母子 電話 21 件/訪問 3 件 成人 電話 1 件
各種教室の開催	両親教室（パパママクラス）における栄養講座の実施	【平成 29 年度実績】 実施回数 3 回/参加数 17 人
	特定保健指導（栄養教室）の開催	【平成 29 年度実績】 実施回数 1 回/参加数 11 人
	年長者男性の料理教室	【平成 29 年度実績】 実施回数 10 回/延参加数 225 人
	高齢者のための楽しく料理教室	【平成 29 年度実績】 実施回数 1 回/参加数 15 人
活動団体との連携、支援	「島本町食育推進連絡会」の立ち上げ	【連絡会開催実績】 平成 26 年度 1 回 平成 30 年度 1 回
	庁内関係部署における食に関する取組の調査	【平成 29 年度実績】 年 1 回
適正体重に関する啓発	特定健康診査（集団健診）における栄養相談の実施	【平成 29 年度実績】 実施回数 13 回/利用数 36 人
栄養関連団体等に関する情報提供	大阪府食育推進月間（8 月）に食に関する掲示及びレシピ配付	

#### ◆学校教育における食育の充実

取組内容	これまでの取組	参考
小学校における食育計画の策定	毎年度、各学校にて食育計画を作成し、実施	【平成 30 年度 1 学期測定結果】 町立小・中学校の平均肥満率 小学校 5.5%（対象 6 年生） 中学校 5.6%（対象 3 年生）
中学校での学校給食の実施と献立表配布などによる知識の充実	平成 28 年度から中学校給食を実施 毎月配布する献立表により食に関する情報を提供	

#### 《取組状況及び評価》

- 住民が目的に応じて気軽に相談できるよう、相談体制の整備に努めました。また、平成 30 年度から管理栄養士職として正規職員を 1 名配置し、食育の推進

に努めています。

- 庁内関係部署との情報共有及び連携により、平成30年度から町内イベント（農林業祭）等での食育の取組を進めています。
- 各小学校において食育計画に基づき、可能な範囲で食育の授業や取組を実施し、食の重要性、食の喜び、楽しさへの理解を深めました。また、食物の生産等に関わる人々への感謝の気持ちを養うことができました。
- 中学校における学校給食の実施により、健康的な食事の摂り方を理解し、心身の成長や健康増進の上で望ましい食生活とは何かを考える機会となっています。また、食品の品質や安全性等について自ら判断できる能力を身につけられるよう情報提供に努めています。
- 小・中学校における肥満児の割合は増加傾向にあります。昨今の児童・生徒を取り巻く生活環境及び生活習慣の変化に伴う食習慣、食事内容の変化と運動量の低下が原因と考えられ、将来を見据えた食育と運動を基盤とする健康教育の重要性が高まっています。

#### 《今後の取組》

- 関係団体との連携を更に活性化させ、様々な視点からの食育の推進に取り組みます。

### 3 休養・こころの健康づくり

#### 《目標》

- 悩みやストレスを感じてもうまく解消できる人が増える
- 気軽に専門的な相談を受けられる人が増える
- 睡眠の重要性を認知できる人が増える

#### 《健康づくりサポート》

- ◆休養・こころの健康づくりに関する情報提供や知識の普及・啓発／関連機関との連携

取組内容	これまでの取組	参考
相談体制の充実	健康相談	【平成29年度実績】 実施回数 101回/延利用数 1,541人
	育児相談	【平成29年度実績】 実施回数 12回/延利用数 432人
	妊娠期・産後うつ病等の状況把握の実施	
	スクールソーシャルワーカー（SSW）、 スクールカウンセラー（SC）の配置	【平成29年度実績】 配置人数 SSW:3人、SC:3人

	自殺防止のための街頭啓発の実施	【平成 29 年度実績】 平成 29 年 9 月 11 日：阪急水無瀬駅前・JR 島本駅前で実施
団体の情報提供／ 相談機関・医療機関の紹介等	茨木保健所及び医療機関と連携	

取組内容	現状
数値目標 自殺者の減少	自殺死亡率（人口 10 万対） 平成 24 年～28 年の平均値：島本町 10.4 人 資料：自殺総合対策推進センター「地域自殺実態プロファイル」

#### 《活動状況及び評価》

- 地域に出向いての健康相談や自由来所方式の育児・離乳食相談を実施する等、必要に応じて気軽に利用できるよう相談体制の充実を図りました。また、睡眠の重要性についても周知に努めました。
- 特に妊娠期においては、妊娠届出時に実施するアンケートの内容を充実させ、個人の状況に応じた支援ができるよう体制を整えました。また、こんにちは赤ちゃん訪問においてエジンバラ産後うつ病質問票（EPDS）を含む『お母さんへの質問票』を導入したことで、必要な支援につなぐことができるようになりました。
- 専門的な支援が必要な方には、茨木保健所と連携を図りながら、医療受診につながるよう支援に努めました。
- 第 2 次「健康しまもと 21 計画」の数値目標として自殺者の減少を掲げており、過去 5 年の平均値と比較すると、本町の自殺死亡率は 17.2 人から 10.4 人に減少していることから、目標を達成しています。

#### 《今後の取組》

- 引き続きこころの健康づくりのための相談体制の充実を努め、専門的な支援が必要な方には関係機関と連携を図りながら、適切な相談先の確保に向けた取組を行います。

## 4 たばこ

#### 《目標》

- 未成年者と妊婦の喫煙をなくす
- 喫煙する人を減らす
- たばこの健康影響について知っている人が増える
- 受動喫煙をなくす

《健康づくりサポート》

◆たばこの健康影響についての知識の普及

取組内容	これまでの取組	参考
喫煙による健康影響についての啓発 ／受動喫煙についての啓発	世界禁煙デーや乳幼児突然死症候群（SIDS）対策強化月間等における啓発	【平成 29 年度実績】 広報誌による周知： 世界禁煙デー・SIDS：各 1 回 SIDS 啓発：5 回（両親教室）
	健（検）診や保健指導等における正しい知識の啓発	

◆未成年者の喫煙・受動喫煙防止対策の推進

取組内容	これまでの取組	参考
学校、警察、保健所など関係機関との連携強化	保健所と連携し、イベント（福祉大会）時に啓発	
	小・中学校における教育	【平成 29 年度実績】 非行防止教室（対象：小学 5 年生）、薬物乱用防止教室（対象：小学 6 年生）、犯罪非行防止教室（対象：中学生） それぞれ各校において 1 回実施
家庭に対する禁煙対策の推進	各校の保健だより等での啓発	

◆妊婦の喫煙・受動喫煙防止対策の推進

取組内容	これまでの取組	参考
マタニティマークの周知	妊娠届出時にマタニティキーホルダーの配付及び広報紙による周知	【平成 29 年度実績】 キーホルダー配布数 239 人 広報誌による周知 2 回
妊婦の喫煙・受動喫煙防止対策	妊婦及びその家族に対する禁煙指導の実施	【平成 29 年度実績】 妊婦 2 人、家族 53 人

◆禁煙サポートの推進

取組内容	これまでの取組	参考
実施医療機関・薬局の紹介／健康診査時などの禁煙指導	集団健診時の健康相談において禁煙指導の実施	【平成 29 年度実績】 集団健診受診の喫煙者 698 人中 71 人
	禁煙希望者に医療機関を紹介	

◆禁煙の徹底

取組内容	これまでの取組	参考
医療機関における禁煙実施状況の調査・指導	禁煙外来実施医療機関（町内1か所）	

取組内容	現状
<u>数値目標</u> 公共施設における敷地内禁煙の推進	<b>【平成30年12月1日時点】</b> <u>行政機関（6か所）</u> 敷地内禁煙0か所／建物内禁煙5か所／建物内喫煙1か所 <u>幼稚園小中学校、体育館など（12か所）</u> 敷地内禁煙10か所／建物内禁煙2か所／建物内喫煙0か所 <u>保育所（園）（4か所）</u> 敷地内禁煙（4か所） <u>医療機関（22か所）</u> 敷地内禁煙17か所／建物内禁煙4か所／建物内喫煙1か所 <u>歯科医療機関（10か所）</u> 敷地内禁煙8か所／建物内禁煙1か所／建物内喫煙1か所

《活動状況及び評価》

- 喫煙、受動喫煙及び三次喫煙による健康への影響について、紙媒体や対面指導による啓発に努めました。
- 学校において、保健・体育の授業を中心に喫煙の防止についての指導を行いました。また、小中学校において管轄警察による非行防止教室の実施や、島本ライオンズクラブによる薬物乱用防止教室を実施し、喫煙の防止を含めた指導を行いました。
- マタニティキーホルダーの配付等により、妊婦の喫煙・受動喫煙防止に努めました。
- 医療機関における禁煙実施状況について、町単独では積極的な調査や指導は行っていませんが、必要に応じて医療機関への周知等を行いました。
- 公共施設1か所を敷地内禁煙としました。また、庁舎内の会議等において、健康増進法の改正をふまえ、敷地内禁煙に関する必要性について周知を図りました。

《今後の取組》

- たばこの健康影響については、ホームページの活用等、更に充実した啓発方法を検討します。



- 未成年者及び妊婦の喫煙・受動喫煙対策を継続して行います。
- 大阪府と連携のもと、禁煙サポート実施医療機関の状況について把握します。
- 健康増進法の改正を受けて、平成31年4月から、町役場庁舎、消防本部庁舎及び上下水道部庁舎については、敷地内禁煙とします。

## 5 アルコール

### 《目標》

- 適度な飲酒量と飲酒方法を知っている人が増える
- 未成年者と妊婦の飲酒をなくす

### 《健康づくりサポート》

- ◆アルコール摂取に関する情報提供や知識の普及・啓発
- ◆アルコール摂取に関する関連機関との連携

取組内容	これまでの取組	参考
相談体制の充実／医療機関や相談窓口の紹介	茨木保健所などの関係機関と連携し、家庭訪問等での相談を実施	
断酒会など自主グループの紹介	「障害者福祉の手引き」やホームページにおいて周知・啓発を実施	【活動団体数】1団体
適度な飲酒量と飲酒方法の啓発と情報提供	特定健診や特定保健指導における啓発	

### ◆未成年者の飲酒防止対策の推進

取組内容	これまでの取組	参考
健康影響の教育・啓発	小・中学校における教育	【平成29年度実績】 非行防止教室（対象：小学5年生）、薬物乱用防止教室（対象：小学6年生）、犯罪非行防止教室（対象：中学生） それぞれ各校において1回実施
家庭に対する飲酒防止対策の推進	各校の保健だより等での啓発	

### ◆妊婦の飲酒防止対策の推進

取組内容	これまでの取組	参考
健康影響の周知	妊娠届出時における妊婦面接において正しい知識の普及・啓発	妊娠届出数 239人

取組内容	現状
<b>数値目標</b> 妊婦の飲酒をなくす	<b>【平成 29 年度】</b> 妊娠の診断後に飲酒している女性 0%

《活動状況及び評価》

- 茨木保健所の「こころの健康相談」と連携を図ることで、必要な方を医療機関につなげる等の支援を行いました。
- 健診等受診者に働きかけることで、正しい知識の普及と啓発を行いました。
- 妊娠届出時の妊婦アンケートから妊婦の飲酒状況を把握し、胎児に与える影響の周知に努めました。
- 学校において、保健・体育の授業を中心にアルコール依存について学び、飲酒防止についての指導を行いました。また、小中学校にて管轄警察による非行防止教室の実施や、島本ライオンズクラブによる薬物乱用防止教室を実施し、飲酒防止を含めた指導を行いました。

《今後の取組》

- 引き続き、飲酒の健康影響に関する情報提供や知識の普及・啓発に努め、適正飲酒への理解を深めます。
- 未成年者及び妊婦の飲酒防止対策を継続して行います。

## 6 歯の健康

《目標》

- 自分の歯でいつまでも食べられる人が増える
- 自分で歯の管理をできる人が増える

《健康づくりサポート》

- ◆歯・口腔の健康についての情報提供や知識の普及・啓発
- ◆かかりつけ歯科医の普及

取組内容	これまでの取組	参考
8020 運動、6024 運動を推進	歯科健診の実施	【平成 29 年度実績】 延受診数 257 人
	歯科相談の実施	【平成 29 年度実績】 実施回数 6 回/延利用数 47 人
乳幼児期からの正しい知識の普及・指導	1 歳 6 か月児健診、3 歳 6 か月児健診における歯科健診及びブラッシング指導の実施	
	保育所、幼稚園、小中学校における	

	歯科健診及び指導の実施	
かみかみ百歳体操の普及・啓発	住民主体による地域活動の推進	【平成 29 年度実績】 実施場所数 37 か所
イベントでの啓発	「歯の健康展」の実施	【平成 28 年度実績】 参加数 326 人 ※平成 29 年度は台風により中止

取組内容	現状
数値目標 う歯のない幼児の増加	【平成 29 年度】 1 歳 6 か月 : 99.2% (平成 28 年度 99.6%) 3 歳 6 か月 : 85.4% (平成 28 年度 89.4%)

#### ◆歯科健診に関する情報提供と受診しやすい体制の整備

取組内容	これまでの取組	参考
健診体制の充実	個別歯科健診の通年実施	【平成 29 年度実績】 受診数 211 人
	集団日曜歯科健診の実施	【平成 29 年度実績】 実施回数 2 回/受診数 46 人
	両親教室（パパママクラス）における歯科健診の実施	【平成 29 年度実績】 実施回数 3 回/受診数 20 人
健診受診啓発	健康マイレージ事業の健康プログラムとして案内	

#### 《活動状況及び評価》

- 定期的な健診等により口腔状態を把握し、歯を維持することが、高齢期の健康維持に効果的であることの周知に努めました。
- 個別歯科健診については、通年受診できるよう体制整備に努めましたが、受診者数は横ばい傾向となっています。
- かみかみ百歳体操については、いきいき百歳体操とあわせて実施しており、住民主体による継続した活動ができるよう支援を行いました。また、平成 30 年度から後期高齢者医療歯科健康診査の受診者等に対し、歯科医療機関においてかみかみ百歳体操のチラシを配布し、口腔機能向上の必要性についての啓発を行っています。
- 第 2 次「健康しまもと 21 計画」の数値目標として「う歯のない幼児の増加」を掲げていますが、平成 29 年度の実績では横ばいとなっており、目標は達成できませんでした。

《今後の取組》

- 歯科疾患予防の観点から、口腔機能の維持・向上への活動を今後も継続します。
- 高校卒業後も継続的に歯科健診を受診できるよう、歯科健診の対象年齢の拡充や妊産婦歯科健診の体制整備を行います。

7 健康チェック・病気の予防

《目標》

- 毎年健康診査を受けて自分の健康状況を把握できる人が増える
- 健康づくりに関心を持ち、生活習慣病改善にむけた行動をとれる人が増える

《健康づくりサポート》

- ◆ 健康診査の受診が健康づくりの契機となることについての啓発
- ◆ 健康診査に関する情報提供と受診しやすい体制の整備

取組内容	これまでの取組	参考
健康診査に関する情報提供や啓発	健康マイレージ事業「しまもとスマイル健康ラリー」の実施	【平成 29 年度実績】 応募数 431 人
健康診査の体制整備	特定健診の実施	【平成 29 年度実績】 特定健診受診率 37.4%
	20 歳・30 歳代健診の実施	【平成 29 年度実績】 受診数 113 人
	集団健診・がん検診の同日実施 (以下、「集団健(検)診」と記載)	【平成 29 年度実績】 16 回
	集団健(検)診の休日実施	【平成 29 年度実績】 3 回/日曜日に実施
	地域集団健(検)診の実施	【平成 29 年度実績】 1 回/江川住宅集会所
	集団健(検)診における保育の実施	【平成 29 年度実績】 15 回(マンモグラフィ検診、地域集団健(検)診を除く)
	がん検診無料クーポンの配付	【平成 29 年度の対象年齢】 子宮頸がん：20 歳 乳がん：40 歳
	高槻市内委託医療機関における個別健(検)診の受診体制整備	

取組内容	現状			
数値目標	【平成 29 年度受診率】			
がん検診受診者の増加	胃がん	7.3%	肺がん	32.0%
	大腸がん	23.7%	子宮頸がん	32.5%
	乳がん	19.0%		

◆健康診査の事後指導の充実

◆正しい健康知識の普及・啓発

取組内容	これまでの取組	参考
相談体制の充実	特定保健指導の実施	【平成 29 年度実績】 特定保健指導実施率 38.2%
	内科・栄養・健康相談の実施	
	地域での健康相談の実施	【平成 29 年度実績】 実施回数 36 回/延利用数 392 人
	窓口に自動血圧計を設置	
がん検診の精度管理の充実	個別検診については高槻市医師会に委託し、精度管理委員会を設置	
	集団検診については委託事業者において精度管理を実施	
	検診結果で精密検査となった方の受診勧奨及び受診結果の把握	

◆かかりつけ医の普及

◆気軽に健康相談できる場の普及・啓発

取組内容	これまでの取組	参考
医療機関マップの活用	窓口及び訪問、相談対応時に配布	
かかりつけ薬局の普及	薬の教室の実施	【平成 29 年度実績】 実施回数 1 回/参加数 20 人
イベント等における啓発	福祉大会における健康コーナーの実施	【平成 28 年度実績】 実施回数 1 回/利用数 146 人 ※平成 29 年度は台風の影響により中止
	地域での健康相談の実施（再掲）	【平成 29 年度実績】 実施回数 36 回/延利用数 392 人

#### 《活動状況及び評価》

- 医療機関マップを広く配布することで、かかりつけ医の普及に努めました。
- 健康マイレージ事業を実施することで、若年層や無関心層に対する健（検）診の受診啓発を行いました。応募者は年々増加傾向にありますが、健（検）受診率の向上には至っていません。
- がん検診については、大腸がん、子宮頸がん、乳がん検診の無料クーポン券を配付したことで一定の効果を得ましたが、全体としての受診率は伸び悩んでいる状況です。
- 第2次「健康しまもと21計画」では、「がん検診受診者の増加」を目標として掲げ、目標受診率を50%としていますが、経年の推移では全てのがん検診において減少傾向となっており、いずれの検診においても目標は達成できませんでした。
- 精度管理委員会を設置することで、質の高い検診の実施につながっていますが、胃がん、肺がんの精密検査受診率は90%に達しませんでした。

#### 《今後の取組》

- 引き続き、健康づくりに関する普及に努め、住民が積極的に参加しやすい取組を進めます。
- がん検診の受診率向上につながるよう、取組内容について検討します。

## 第4章 今後の健康づくり事業・食育の取組における基本方針

### 1 基本理念

#### 全ての住民が健やかで心豊かに長生きすること

第2次「健康しまもと21」計画の基本理念を継承し、住民一人ひとりが積極的に健康づくりに取り組むことができるよう、関係機関、地域等と連携して健康づくり事業・食育の取組の展開を進め、『全ての住民が健やかで心豊かに長生きすること』の実現を目指します。

### 2 基本目標

#### 【健康寿命の延伸】

生涯にわたり健やかに暮らすためには、健康寿命を延ばすことが重要です。

平成30年3月に策定された第3次大阪府健康増進計画においても、「健康寿命の延伸」を基本目標に掲げています。

本町においても、少子高齢化や疾病構造の変化が進む中で、生活習慣病の予防対策等の取組を強化するなど、ライフステージに応じた住民の主体的な健康づくりを推進することにより、「健康寿命の延伸」を目指します。

### 3 第3次大阪府健康増進計画及び食育推進計画等に沿った島本町の取組

#### (1) 生活習慣病の予防

がん、心疾患、脳血管疾患等の「生活習慣病」は、本町の住民の死因の半数以上を占めています。住民一人ひとりが健康づくりへの関心を高め、生活習慣病を予防できるよう、栄養・食生活や運動、休養、飲酒、喫煙等様々な生活習慣の改善を目的とする取組を推進します。

#### (2) 生活習慣病の早期発見・重症化予防

生活習慣病の早期発見に有効な特定健診やがん検診の受診率向上に努めます。また、特定保健指導を実施し、生活習慣病の早期発見及び重症化予防に向けた取組を行います。

#### (3) ライフステージに応じた取組

住民一人ひとりの積極的な健康づくりの取組のためには、若い世代（児童・青年期）から働く世代（成人期）、高齢者（老年期）に至る各世代の身体的特性や生活・労働環境、健康に関する意識や行動等の状況把握を踏まえた健康づくりへの取組が重要となります。ライフステージに応じたきめ細かな健康づくりの取組を推進します。

(4) 住民の健康づくりを支えるための本町の取組方針

取組項目	取組方針
食育（栄養・食生活）	<ul style="list-style-type: none"> <li>■健康と密接な関係にある食の重要性について啓発し、住民の食育への理解を深めます。</li> <li>■適切な栄養摂取と健康的な食生活に関する情報提供や知識の普及・啓発に努めます。</li> </ul>
身体活動・運動	<ul style="list-style-type: none"> <li>■幼少期、学童期に対して、運動習慣の形成につながる取組、働きかけをします。</li> <li>■適度な運動を継続して行うことによる健康効果の周知に努め、関係機関と連携のもと、住民一人ひとりが積極的に運動に取り組めるよう支援します。</li> </ul>
休養・こころの健康	<ul style="list-style-type: none"> <li>■関係機関の活用について情報提供を図り、休養の重要性とこころの健康づくりに関する知識の普及・啓発に努めます。</li> <li>■自殺対策計画に沿った取組を推進します。</li> </ul>
飲酒	<ul style="list-style-type: none"> <li>■飲酒の健康影響に関する情報提供や知識の普及・啓発に努めると共に、適正飲酒への理解を深めます。</li> <li>■未成年者及び妊婦の飲酒による健康影響に関する知識の普及・啓発に努めます。</li> </ul>
喫煙	<ul style="list-style-type: none"> <li>■喫煙の健康影響に関する知識の普及・啓発と禁煙サポートに努めます。</li> <li>■未成年者及び妊婦の喫煙・受動喫煙対策を推進します。</li> <li>■健康増進法の規定に基づき、公共施設等における敷地内禁煙を推進するとともに、受動喫煙のない環境づくりを促進します。</li> </ul>
歯と口の健康	<ul style="list-style-type: none"> <li>■歯科健診の受診率向上を目指し、健診の体制整備を図るとともに、かかりつけ歯科医の必要性等について普及・啓発を努めます。</li> <li>■生涯にわたる健康的な食生活のため、口腔機能維持の重要性について啓発し、介護予防につなげます。</li> </ul>
健康チェック・病気の予防	<ul style="list-style-type: none"> <li>■定期的な健（検）診の受診による健康チェックと疾病の予防・早期発見の重要性について啓発し、特定健診・がん検診の受診率向上及び特定保健指導の実施率向上を図ります。</li> <li>■健（検）診を受診しやすい環境整備に努めます。</li> <li>■本町のデータヘルス計画に沿って、生活習慣病の重症化予防等に取り組めます。</li> </ul>



#### 4 推進体制及び進捗管理

健康づくりでは、住民一人ひとりが主体的に健康づくりに取り組むことが基本となりますが、各個人がより良い健康のための行動をとることができるような環境整備をすることも重要になります。行政や保健医療専門家などの関係機関・団体等と連携し、推進していきます。

今後、本町の健康づくり事業・食育の取組については、基本方針に基づいて事業計画を行い、地域医療・保健事業推進協議会において実施状況等の報告をします。また、国の動向や大阪府の健康増進計画、食育推進計画等に沿って、適宜方針の見直しを行うこととします。

## ◇用語解説

用語		解説
ア 行	いきいき百歳 体操	高齢者の筋力向上を目指し、手首や足首におもりをつけてゆっくり行う体操のことです。介護予防を目的として、町内の各地域で開催されています。
	う歯	虫歯のことです。
	エジンバラ産 後うつ病質問 票 (EPDS)	英国で開発された、産後のうつ病をスクリーニングするための自己記入式の質問票のことで、10項目で構成されています。 (Edinburgh Postnatal Depression Scale)
カ 行	介護保険	介護が必要な状態になってもできる限り自分の住まいで自立した生活ができるよう、40歳以上の全国民が公平に負担をすることによって介護を社会全体で支える制度のことです。
	かかりつけ 医・かかりつ け歯科医	患者の最も身近なところでいつでも健康相談や初期診療（プライマリケア）を受けることができる医師・歯科医師のことです。
	かかりつけ薬 局	個人が常に同じ薬局で調剤を受けることです。複数の医療機関、診療科からの薬の処方箋を特定の薬局で調剤し個人の服薬状況を把握することで、同じような薬が重複して処方されていないか確認ができ、薬の相互作用による健康被害を未然に防ぐなどのメリットがあります。
	かみかみ百歳 体操	高齢者の食べる力や飲み込む力をつけることを目指し、口や舌を動かして行う体操のことです。いきいき百歳体操と併せて、町内の各地域で開催されています。
	禁煙サポート	禁煙希望者に対する医療機関や保健所などの専門家による支援のことです。喫煙には心理的・薬理的依存症があり、個人の努力だけでは禁煙が難しい場合が多いです。
	健康寿命	健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間のことです。
	健康増進法	国民の栄養の改善や健康の増進を図ることを目的に、平成15年に施行されました。国民が主体的に健康の増進に努められるよう、様々な支援の取り組みについて定められています。
	健康マイレージ事業	健康診断やがん検診の受診、健康講座などの「健康づくり」に積極的に取り組む方へ特典を付与する事業のことです。本町では、平成28年度から「しまもとスマイル健康ラリー」事業として取組を開始しています。
	国民健康保険	自営業者や高齢者など被用者保険に加入していない人や、後期高齢者医療制度の対象者及び生活保護受給者でない人を対象とする保険のことです。
サ 行	食育	様々な経験を通じて「食」に関する知識と、バランスの良い「食」を選択する力を身につけ、健全な食生活を実践できる力を育むことです。食

		糧の生産や流通、環境、食に関する文化等、様々な視点からのアプローチが試みられています。
	スクールカウンセラー (SC)	学校で児童・生徒の生活上の問題や悩みの相談に応じ、指導・助言など心理相談業務に従事する心理職専門家の職業名、及びその任に就く者のことです。学校カウンセラーと呼ばれることもあります。 (School Counselor)
	スクールソーシャルワーカー (SSW)	学校の子どもが直面している問題に対し、子ども・保護者・学校・地域、あるいは子ども家庭センターを始めとした行政機関などとの連携構築を図りながら、子どもの成長・発達保障のために教員と連携して福祉的な支援活動をする者のことです。(School Social Worker)
	受動喫煙	自分の意思とは無関係にたばこの煙にさらされ、それを吸引させられることです。
	ストレス	身体的・精神的その他様々な刺激が加えられたときに生体に生じる反応のことです。
	生活習慣病	食生活、運動習慣、休養、喫煙、飲酒などの生活習慣が、その発症や進行に深く関わっている疾病のことです。具体的には、悪性新生物(がん)、心臓病、脳卒中、糖尿病などです。
	総合型地域スポーツクラブ	人々が、身近な地域でスポーツに親しむことのできる新しいタイプのスポーツクラブで、地域住民により自主的・主体的に運営される、誰でもレベルに合わせて参加することができるスポーツクラブのことです。本町では、「特定非営利活動法人しまもとバンブークラブ」が活動しています。
タ行	断酒会	アルコール依存症の患者や元患者による自助グループのことです。
	特定健診(特定健康診査)	平成20年4月から医療保険者が40～74歳の加入者(被保険者、被扶養者)を対象として行っている内臓脂肪型肥満に着目した健康診査のことです。
	特定保健指導	特定健診受診者全員に対して、必要性に応じた保健指導を行うことです。具体的には、健診結果及び質問事項から生活習慣病のリスクに応じて、「情報提供」、「動機付け支援」、「積極的支援」の3つに階層化して保健指導を行います。
ナ行	乳幼児突然死症候群(SIDS)	何の予兆や既往歴もないまま乳幼児が死に至る原因のわからない病気のことです。窒息とは異なります。(Sudden Infant Death Syndrome)
ハ行	8020運動	80歳になっても自分の歯を20本以上保つことを目標とする歯の健康づくり運動のことです。
	標準化死亡比	地域の年齢階級別人口と全国の年齢階級別死亡率により算出された各地域の期待死亡者数に対するその地域の実際の死亡数の比のことです。年齢構成の違いを除いて死亡率を全国と比較したもので、主に小地域の

		比較に用いられます。標準化死亡比が基準値（100）より大きいということは、その地域の死亡状況は全国より悪いということを意味し、基準値より小さいということは、全国より良いということを意味しています。
	平均寿命	出生時における平均余命のことです。平均余命は、ある年齢においてその人があと何年生きるかを示した平均年数です。
マ 行	マタニティマーク	妊産婦が自ら身に付け、交通機関などを利用する際に、周囲が妊産婦への配慮を示しやすくするためのマークのことです。外見からは判別し難い妊娠初期の妊産婦に対する配慮や理解を得ることを主眼としています。
	メタボリックシンドローム	内臓脂肪型肥満を共通の要因として、高血糖、脂質異常、高血圧を呈する病態のことです。症状が重複した場合は、虚血性心疾患、脳血管疾患などの発症リスクが高くなります。
ラ 行	6024 運動	60 歳までに 24 本以上自分の歯を保つことを目標とする歯の健康づくり運動のことです。

平成31年3月

作成 島本町 健康福祉部 いきいき健康課