

I 重点的取組事項

1 次世代の健康づくりを踏まえた乳幼児期からの心身の健康づくりと食育の推進

圏域の特徴

中播磨圏域では、平成 20 年度（健康増進計画改定時）と比較すると、メタボリックシンドロームを認知している人、体重のコントロールを実践する人、適正体重を認識している人、外食や食品を購入する時に栄養成分表示を参考にする人、自分の食生活に問題があると思う人、食生活の改善意欲のある人、高齢女性で運動習慣がある人、定期的に歯科健診を受ける人、80 歳で 20 歯以上、60 歳で 24 歯以上自分の歯を有する人等の割合の増加がありました。

さらに、食塩の摂取量の減少、むし歯のない 3 歳児の増加、習慣的な喫煙率の減少等が見られています。

しかし、小学生の肥満は、平成 20 年の 10.5%をピークに平成 23 年は 7.8%と改善していますが、全県平均の 6.5%を上回る状況が続いています。

また、意識的に運動やスポーツをして健康づくりをしている人の減少、野菜の摂取量の減少、自分の適正な食事量を認識している人や一日最低 1 食きちんとした食事を家族等 2 人以上で楽しく 30 分以上かけてとる人の減少、週 4（～5）日以上朝食を欠食する人の増加、特に朝食が欠食となる時期は高校生や高校を卒業した頃から、という状況が見られます。

圏域の課題

○乳幼児期や若い世代の食育を基本とした生活習慣の定着の推進

健康な生活をするための知識は浸透しつつありますが、今後は、生活習慣病（悪性新生物（がん）・糖尿病・心疾患・脳血管疾患等）を回避し、生涯にわたり心身ともに健康で充実した社会生活を送れるよう、乳幼児期や若い世代の食育を基本とした、適切な運動や睡眠などの実践と定着が必要です。

そのため、健康に必要な食品の摂取や肥満の防止など健康な生活習慣の獲得に向けての食等を介したコミュニケーションの推進、心身の健康づくりを継続して実践できる環境も必要です。

取組事項

① 乳幼児期からの肥満防止

生涯の健康を見据え、乳幼児期からの肥満防止に向けた間食を含めた食習慣及び望ましい食品の摂取のしかた、運動・睡眠等、生活習慣全般について、家庭や学校で見直す機会を共有するとともに、保健・福祉・教育現場が協働して、健康的な生活の実践と定着に取り組みます。

② 食等を介した家族・地域におけるコミュニケーションの推進

日常生活における子どもとのコミュニケーションの増加や共食の増加に向けた啓発等の検討を行い、乳幼児期からの心身の健康づくりに努めます。

③ 姫路市と神崎郡3町の特性に応じた健康づくりの推進

各市町健康増進計画・食育推進計画に基づいた健康づくり活動を健康ひょうご21大作戦とともに推進し、医療や相談体制等の広域的な課題の解決に取り組みます。

④ 関係機関の協働体制の充実

母子保健、学校保健、職域保健、地域活動等の関係者の役割と連携が十分に発揮されるよう、各種会議及び研修会等を通じて人材育成や環境整備等健康づくりの協働体制の充実に取り組みます。

2 高齢者の介護予防を踏まえた健康づくり

圏域の特徴

平均寿命が80歳を超えている現在、長い人生を自分らしく過ごすためには、健康寿命を延ばすことが求められています。常日頃から心とからだの機能の維持・向上を図る「健康づくり」を行うことが健康寿命の延伸につながります。

運動習慣がある高齢者の割合は、全体的には増加していますが、平成16年から平成20年にかけて80歳未満の男性は61.1%から58.8%へ減少しています。要介護となる要因は、骨折・脳卒中・認知症等があり、1日あたりのカルシウムや野菜の平均摂取量は減少しており、地域活動への参加も減少しています。また、中播磨圏域での後期高齢化率は10.5%と県平均11.2%を下回っているにもかかわらず、要介護認定率は19.8%で県平均18.6%を上回っています。このため、高齢者の介護予防を踏まえた健康づくりに取り組むことが求められています。

今後、団塊の世代が75歳となる平成37年(2025年)には、圏域の高齢者人口は、約16万人となる見込みです。認知症高齢者については、平成22年(2010年)の約12千人から約21千人に増加すると推定されています。

現在、各市町では、生涯を通じた健康づくりに加え、すべての65歳以上の方を対象にして、介護が必要な状態となることを予防し、健康を維持するための「一次予防事業」として、自主活動を支援し、高齢者が誰でも参加できる場を増やし、高齢者の介護予防の取組を支援しています。さらに、日常生活で身の回りのことや家事などに支障を来し始めた方を対象にして、「運動器の機能向上」、「栄養改善」、「口腔機能の向上」、「認知機能の低下予防」などの「二次予防事業」が行われています。

表 要介護認定者数と後期高齢化率(平成23年6月実績)

	高齢者数	認定者数	認定率	後期高齢化率
姫路市	116,099人	23,367人	20.1%	10.2%
神河町	3,678人	634人	17.2%	17.7%
市川町	3,786人	611人	16.1%	16.0%
福崎町	4,510人	806人	17.9%	11.8%
神崎郡計	11,974人	2,051人	17.1%	14.6%
中播磨圏域	128,073人	25,418人	19.8%	10.5%
全県	1,275,717人	237,905人	18.6%	11.2%

※後期高齢化率は平成24年2月1日現在

圏域の課題

○骨折・脳卒中・認知症等の発症予防の推進

神崎郡3町では後期高齢化率 14.6%で要介護認定率 17.1%であり、県平均を下回っていますが、姫路市において後期高齢化率は 10.2%であるにも関わらず要介護認定率 20.1%となっています。

保健事業（健康づくり）と介護保険の地域支援事業（介護予防）の連携を図り、骨折・脳卒中・認知症等の発症予防や再発及び悪化の防止に効果的・効率的な事業の取組が必要です。

取組事項

① 元気な高齢期を過ごすための知識の普及と地域活動の推進

元気な高齢者を対象にした生活機能の維持・向上を図る（一次予防）ための介護予防や健康づくりの基本的な知識を普及したり、社会参加活動を通じた地域活動を高めます。

② 対象者の把握と効果的な二次予防事業の実施方法の検討

二次予防事業の対象者の把握が難しいうえ、参加率が低い状況にあるため、二次予防の対象者把握に努め、効果的な二次予防事業（通所型介護予防事業・訪問型介護予防事業）の実施方法を検討します。

③ 地域課題の共有

専門医療の提供と関係機関との連携を担う認知症疾患医療センターとして中播磨圏域で指定を受けた「兵庫県立姫路循環器病センター」と連携し、認知症に関する地域課題と対策の共有と推進を図ります。

Ⅱ 基本項目

健康寿命の延伸に向けた、県民の健康づくりを支え・促進する社会環境整備の充実

(1) 現状

ア 健康に関する主な指標

中播磨圏域の平均寿命は、男性 78.69 年、女性 85.96 年、健康寿命（日常生活動作が自立している期間の平均）は、男性 77.25 年、女性 82.67 年となっています。

主要原因別死亡率は、悪性新生物、心疾患が増加し、脳血管疾患が微増しています。悪性新生物の部位別死亡率では、肝がんが最も高く、肺がん、胃がん、膵がん、大腸がんの順となっています。

イ 社会資源の状況

健康ひょうご 21 県民運動構成団体数（中播磨圏域：平成 23 年度）は、平成 13 年度 65 団体でしたが、平成 23 年度には 81 団体と増加しています。

また、まちの保健室は、設置開始の平成 16 年度は 2 箇所でしたが、平成 23 年度には 4 箇所設置されています。

ウ 関係機関の連携及び人材の育成

地域・職域連携の会議等を開催し、地域保健と職域保健の連携を推進しています。

(2) 課題

健康づくりの推進を図るための社会資源の充実、関係機関等の連携強化、人材育成

(3) 推進方策

【目標】

項目	現状値	目標値
健康寿命の延伸	男性 77.25 年 女性 82.67 年 (厚生労働省算定プログラム準拠：平成 21～23 年度)	1 年延伸
健康ひょうご 21 県民運動構成団体数の増加	81	88
食の健康協力店の増加	476 店舗 (県：平成 23 年度健康増進課調)	500 店舗以上 (平成 28 年度)
利用者に応じた食事の計画、調理及び栄養の評価、改善を実施している特定給食施設の割合の増加（管理栄養士・栄養士を配置している施設の割合の増加）	49.1% (平成 23 年度衛生行政報告例)	52.0%

かかりつけ歯科医をもつ者の割合の増加	73.7% (県：平成 23 年度兵庫県健康づくり実態調査)	88.4%
まちの保健室の設置数の増加	4 箇所 (県：平成 23 年度健康増進課調)	5 箇所

【主な推進施策】

① 望ましい生活習慣等の普及啓発

適正な食生活及び適度な運動、アルコール、たばこ等に関する正しい知識の普及啓発を各種関係団体、事業者、市町等と連携しながら、「健康ひょうご 21 大作戦」を展開するとともに住民が集まる場を活用し「まちの保健室」等とも協働して、住民の健康づくりへの意識と実践の向上に努めます。

【各主体の役割】

主体	主 な 役 割
県民	<ul style="list-style-type: none"> ・ 適正な生活習慣等に関する正しい知識と実践力の習得（食育教室、健康教室等への参加等） ・ 歯及び口腔^{くわう}の健康の保持の重要性等の知識の習得 ・ 睡眠の大切さ、こころの健康に関する認識の向上
関係団体等	<ul style="list-style-type: none"> ・ 住民が集まる場を活用した啓発活動 ・ 健康ひょうご 21 県民運動への参画
事業者	<ul style="list-style-type: none"> ・ 適正な生活習慣等に関する正しい知識、技術の習得及び提供 ・ 従業員等への啓発活動
市町	<ul style="list-style-type: none"> ・ 生活習慣病予防教室等の開催 ・ 各種健康診査、健康教室等での正しい知識と適切な実践力の普及 ・ 歯と口の健康週間、いい歯の日（11 月 8 日）等での啓発事業の実施 ・ こころの健康に関する普及啓発 ・ 各種媒体を通じた情報提供
健康福祉事務所	<ul style="list-style-type: none"> ・ 健康づくり普及推進のための人材（関係団体等）の育成 ・ こころの病とその治療・対応について正しい知識の普及啓発 ・ 市町等に対する技術的助言 ・ 各種媒体を通じた情報提供

② 生活習慣改善に取り組みやすい環境整備

適正な生活習慣の取組を支援するための環境整備として、住民一人ひとりが身近な地域での実践活動への参画や情報収集・発信等に取り組むことができるよう支援します。

また、健康づくりを総合的に進めるためには、個人への働きかけに加えて社会全体への働きかけが必要です。そのため、住民の健康づくりを支援する社会資源（食の健康協力店や運動施設等）の増加や支援に携わる関係団体等の人材の育成や連携等に取り組みます。

【各主体の役割】

主体	主 な 役 割
県民	<ul style="list-style-type: none">・ 身近な地域での生活習慣改善のための活動の実践・ 生活習慣改善の実践のための情報収集・ 健康づくりを支援する社会資源（食の健康協力店、運動施設等）の活用と組織づくりへの参画
関係団体等	<ul style="list-style-type: none">・ 生活習慣改善の実践の場の提供・ 指導人材の確保・ 各種媒体を通じた情報提供
事業者	<ul style="list-style-type: none">・ 従業員等が参加できる生活習慣改善の実践活動の場の整備（健康教室の開催等）・ 健康づくりを支援する社会資源の設置（食の健康協力店、運動施設等）・ 各種媒体を通じた情報提供
市町	<ul style="list-style-type: none">・ 指導人材の養成、派遣等・ 健康づくりに取り組む施設等の整備及び活動への支援・ 各種媒体を通じた情報提供
健康福祉事務所	<ul style="list-style-type: none">・ 指導人材の養成、派遣等・ 健康づくりに取り組む施設等の整備及び活動への技術的助言・ 各種媒体を通じた情報提供

③ 健康づくり関係者の連携強化

かかりつけ医と専門医、保健医療専門職の連携、地域保健と職域保健等との連携など、関係者間で情報を共有するとともに協働し、相互に健康づくりの支援に取り組みます。

【各主体の役割】

主体	主 な 役 割
県民	・ かかりつけ医を持つことや専門医等の必要性の理解と早期受診
関係団体等	・ かかりつけ医と専門医の連携強化 ・ 医師と保健医療専門職との連携促進 ・ 健康スポーツ医と地域保健関係者の連携促進 ・ 医科歯科連携の推進 ・ 地域医療連携パスの推進 ・ 食育関係者との連携促進 ・ 教育委員会、学校と地域保健関係者の連携促進
事業者	・ 疾患に関する正しい知識や社会資源の普及と予防等に関する環境整備
市町	・ 医療、学校保健、職域保健と地域保健の連携促進
健康福祉事務所	・ 関係者間の連携体制の整備

④ 健康づくりを推進する人材の育成

健康づくりに関する普及啓発を推進するため、健康づくり推進員や認知症サポーター、キャラバン・メイト等の人材を養成します。

【各主体の役割】

主体	主 な 役 割
県民	・ 健康づくり推進員養成講座等の受講
関係団体等	・ 県民運動推進員、食の健康運動リーダー、 <small>はちまるにいまる</small> 8020運動推進員の養成
事業者	・ 健康づくり担当者の設置 ・ 人材育成
市町	・ 健康づくり推進員の養成、活動支援 ・ 認知症見守り人材の養成
健康福祉事務所	・ 専門職を対象とした研修の実施 ・ 人材養成に関する技術的助言