

## I 重点的取組事項

### 健康寿命の延伸

#### 1 圏域の特徴・課題

丹波圏域の健康寿命は、男性 77.86 年（最も長い圏域との格差 2.21 年）、女性 83.12 年（最も長い圏域との格差 1.06 年）となっています。（Ⅱ基本項目に記載）。丹波市では平成 17 年から健康寿命の算定を行っており、「健康寿命日本一」を目指した取組を進めています。

高齢化の進展が予測される丹波圏域においては、高齢になっても生活の質を維持し健康寿命延伸を図るため、栄養・休養などの生活習慣の改善や適度な運動、また社会参加を通じての閉じこもりや孤立の防止、生活習慣病の予防と介護予防などに取り組むことが必要です。

#### 2 取組事項

- (1) 特定健診・特定保健指導の実施率及びがん検診の受診率向上、特定保健指導による生活習慣の改善について普及啓発を促進します。
- (2) 地域団体による減塩食の推進や健康づくりの啓発活動などをさらに継続することにより、高血圧症を含むメタボリックシンドロームの該当者・予備群の減少を図ります。
- (3) 高齢になっても住み慣れた地域で自立した生活を続けるため、地域包括ケアシステムのなかで、健康づくり事業や地域団体による活動などを活用した介護予防の充実を図ります。

### 自殺対策

#### 1 圏域の特徴・課題

丹波圏域の自殺者数は、平成 10 年に上昇しそれ以降ほぼ毎年 30 人を超えています。年代別にみると、働き盛り世代(20～59 歳)が 56%を占めており、70 歳以上も 31%という状況であり、性別で見ると男性の占める割合が女性の 2.5 倍と多くなっています。自殺の原因・動機としては、健康問題が一番多く、次いで経済・生活問題となっています。

丹波圏域では平成 21 年度より圏域課題として、①社会的要因を踏まえた総合対策としての取組 ②うつ病などの患者が適切な医療に結びつく働きかけ ③自殺やうつについての普及啓発 について取り組んできましたが、自殺者の減少を図るために、さらに対策を強化していく必要があります。

## 2 取組事項

- (1) 自殺を防止するための地域における気づき、見守り体制の充実や地域で支えるネットワークづくりを推進していきます。
- (2) うつ病の正しい知識の普及啓発や早期発見につとめ、特に働き盛り世代、高齢者を対象に対策を強化していきます。
- (3) 自殺防止のためのうつ病対策として、一般診療科医と精神科医の連携システム「丹波地域G-Pネット」を推進していきます。

## II 基本項目

### 1 健康寿命の延伸に向けた健康づくりを支え・促進する社会環境の整備

#### (1) 現状

##### ア 健康に関する主な指標

丹波圏域の平均寿命は、男性 79.34 歳、女性 86.21 歳で、全県値よりそれぞれ 0.55 歳、0.18 歳低く、健康寿命は、男性 77.86 年（最も長い圏域との格差 2.21 年）、女性 83.12 年（最も長い圏域との格差 1.06 年）となっています。（注：厚生労働省が示す算定プログラムに準じ、平成 21～23 年度の市町介護保険情報を利用し、本県が独自に算出）

また、主要死因別死亡率は、平成 22 年では、悪性新生物（がん）、心疾患、脳血管疾患、肺炎の順で、悪性新生物（がん）と肺炎が増加傾向、心疾患、脳血管疾患は横ばい傾向となっています。死因別 SMR（標準化死亡比：平成 18～22 年）では、男女とも急性心筋梗塞が依然高くなっていますが、脳血管疾患については平成 13～17 年の値と比べ男女ともに減少、高血圧性疾患については、同年比で、女性が微減しているのに対して男性は約半減しており、男女間で格差が生じています。

##### 【目標】

項目	現状値 (丹波圏域)	目標値 (平成 29 年度)
健康寿命の延伸 (日常生活動作が自立している期間の平均の延伸)	男性 77.86 年 女性 83.12 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

##### イ 健康づくりを取り巻く主な社会資源の状況

###### <生活習慣病予防の健康づくりに関する社会資源の状況>

健康ひょうご21県民運動参画団体数（4月1日現在）は、平成13年には87団体でしたが、平成24年には125団体に増加しています。これらの参画団体による活動件数は、931件（平成23年度）となっています。

また、「ひょうご“食の健康”運動」に賛同し、食の健康運動のPRや健康メニューの提供などを行う「食の健康協力店」は年々増加し、平成23年度は168店舗と過去5年間で1.7倍に増加しています。

施設における受動喫煙防止対策では、市庁舎（支所を含む）及び保健センター、公立病院・診療所は建物内禁煙となっており、うち1診療所は敷地内禁煙も実施できています。さらに、平成24年9月から丹波市内の公立小中学校も敷地内禁煙になったことにより、丹波圏域の公立小中学校では100%敷地内禁煙となっています。県では、たばこの煙による健康被害を防止するため、「受動喫煙の防止等に関する条例」（平成24年3月）を制定し、この条例に基づき、目標の達成に向けた施設における受動喫煙防止対策を強化していくこととしています。

身近に医療や相談を受けられる場を持つ人の状況では、かかりつけ医を持つ人は72.2%（平成24年度「美しい兵庫指標」県民アンケート）で、県下で最も高くなっています。また、まちの保健室を公的機関・障害者施設、商業店舗の3箇所で開催し、健康相談などを実施しています。

### <歯及び口腔<sup>くわう</sup>の健康づくりに関する社会資源の状況>

「平成23年度兵庫県健康づくり実態調査」によると、かかりつけ歯科医を持つ人は69.0%とほぼ全県並みの状況です。「兵庫県平成23年度歯周疾患検診等結果調べ」によると過去1年間に歯科健康診査を受診した人の割合（20歳以上）は45.9%、定期的な歯石除去や歯面清掃する人の割合（20歳以上）は46.7%でした。定期的にかかりつけ歯科医を受診し、定期的な歯科健診や歯科予防処置を受けるように今後も働きかけを進めていきます。

### <こころの健康づくりに関する社会資源の状況>

悩みやストレスの状況は、平成23年度兵庫県健康づくり実態調査によると1か月以内に悩み、苦勞、ストレス、不満などが大いにあった、多少あったと答えた人は丹波圏域全体で68.2%であり、多くの人がストレスを抱えているといえます。男女別では男性60.7%、女性73.8%であり、女性の割合が高い状況です。主なストレスや悩みの原因は、男性は「勤務問題」「健康問題」「経済問題」の順に多く、女性は「健康問題」「勤務問題」「子育ての問題」の順に多い状況です。

こころの健康づくりに関して、専門相談の実施のほか、篠山市は「こころの相談窓口」「ふくし総合相談窓口」の開設、丹波市はホットラインの設置や「こころの体温計」を開設しており、今後も県民への正しい知識の普及や相談体制の強化に取り組み、家庭や地域、職場において、お互いに見守り助け合える健康づくりを推進していきます。

## (2) 課題

個人の健康づくりを社会全体で支援するため社会資源の充実、関係機関などの連携強化

## (3) 推進方策

関係機関との連携強化や支援する人材育成の充実、地域資源の効果的な活用などにより、ライフステージに応じた個人の健康づくりを、社会全体で支援する体制の整備、充実を図ります。

### 【目標】

項 目	現状値	目標値 (平成 29 年度)
健康ひょうご 21 県民運動参加団体による活動件数の増加	931 件 (圏域:平成 23 年度実績数)	1,020 件
食の健康協力店の増加	店舗数: 168 店舗 (圏域:平成 23 年度健康増進課調査)	200 店舗
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)	68.8% (圏域:平成 23 年度衛生行政報告例)	72.0%
受動喫煙の防止等に関する条例に基づく、受動喫煙対策の推進	<p>[敷地内禁煙] 教育機関(幼稚園・小学校・中学校・高校): 100%</p> <p>[建物内禁煙] 官公庁: 100% 医療機関: 100% 教育機関(大学): ー</p> <p>[建物内禁煙又は区域分煙措置] 交通機関: ー 運動施設: 丹波市内建物内禁煙 100% 篠山市 ー 文化施設: 丹波市内建物内禁煙 100% 篠山市 ー 飲食店(客室 100 m<sup>2</sup>以上): 19.6% 宿泊施設(ロビー100 m<sup>2</sup>以上): ー 事業所: ー (圏域:平成 20 年度受動喫煙防止対策実施状況調査)</p>	<p>[敷地内禁煙] 教育機関(幼稚園・小学校・中学校・高校): 100%</p> <p>[建物内禁煙] 官公庁: 100% 医療機関: 100% 教育機関(大学): 100%</p> <p>[建物内禁煙又は区域分煙措置] 交通機関: 100% 運動施設: 100% 文化施設: 100% 飲食店(客室 100 m<sup>2</sup>以上): 100% 宿泊施設(ロビー100 m<sup>2</sup>以上): 100% 事業所: 100%</p>

禁煙指導を行う医療機関の数の増加 (ニコチン依存症管理料届出済医療機関数)	12 機関 (圏域：平成24年度健康増進課調)	15 機関
かかりつけ医をもつ人の割合の増加	72.2% (圏域：平成24年度「美しい兵庫指標」県民アンケート)	70%以上
かかりつけ歯科医をもつ人の割合の増加	69.0% (圏域：平成23年度兵庫県健康づくり実態調査)	82.8%
まちの保健室の設置数の増加	3 箇所 (圏域：平成23年度健康増進課調)	4 箇所

## 【主な推進施策】

### ① 健康ひょうご21大作戦の展開と健康づくりを推進する人材の育成

健康づくり実践活動の輪を広げるため、地域団体などに対し、県民運動への参画を促すための普及啓発を行います。また、地域の見守り人材の養成と資質向上を図ります。

## 【各主体の役割】

主体	主 な 役 割
県民	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 周りの人を誘い合わせて共に健康づくりに取り組む</li> <li>・ 健康づくり推進員や認知症サポーターなど養成講座の受講</li> <li>・ ひょうご県民行動指標に基づく健康づくりの取組</li> </ul>
関係団体	<p>〈職能団体、地域団体〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 健康ひょうご21 県民運動への参画、県民の健康づくりの支援</li> <li>〈愛育会〉</li> <li>・ 健康づくり情報の普及啓発、地域住民への声かけの実践</li> <li>・ 班員に対する研修の推進</li> <li>〈健康財団〉</li> <li>・ 県民運動地域会議の開催</li> <li>・ 参画団体及び健康づくり関係団体との調整</li> <li>・ 健康づくり推進員（県民運動推進員）の養成、活動支援</li> <li>・ 健康づくり情報の収集・発信</li> </ul>
事業者	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 従業員・家族の健康づくりの取組</li> <li>・ 健康ひょうご21 県民運動との連携、行政施策への協力</li> </ul>
市	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 健診、健康教育、健康相談等市保健事業の実施</li> <li>・ 関係団体との連携・協働による健康づくり支援</li> <li>・ 健康づくりを支援する専門職などの資質向上</li> </ul>
健康福祉事務所	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 健康ひょうご21 県民運動との連携・協働</li> <li>・ 関係団体への活動支援の強化</li> </ul>

## ② 健全な食生活、適度な運動実践のための環境の整備

近年の多様化する食の問題に対応していくために、食の健康協力店の登録の促進を進めます。

また、県民が望ましい食習慣や運動習慣を確立し、ライフステージに応じて気軽に健康づくりに取り組めるよう、食育の推進と体力づくりや運動の機会の提供に努めます。

### 【各主体の役割】

主体	主 な 役 割
県民	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 食の健康協力店の利用、食育教室への参加</li> <li>・ 健康運動施設の活用、体力づくりの実践</li> </ul>
関係団体	〈職能団体、地域団体〉 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 健康づくりのための講習会の開催</li> <li>・ 栄養生活や運動に関する情報の発信</li> <li>・ 指導人材の確保、会員への研修の推進</li> </ul>
事業者	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 従業員等が利用できる健康づくりのための運動施設・食堂の整備</li> <li>・ 地域における食育活動・食生活改善を推進するための施策への協力</li> <li>・ 食の健康協力店への登録、栄養成分表示の実施</li> </ul>
市	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 健康づくりに取り組む施設などの整備及び活動への支援</li> <li>・ 指導人材の派遣、各種媒体を通じた情報提供（「たんば・すまいるウォーク 21」の普及啓発）</li> <li>・ いずみ会、愛育会活動への支援</li> </ul>
健康福祉事務所	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ いずみ会リーダー養成講座の開催</li> <li>・ 指導人材の派遣、各種媒体を通じた情報提供</li> <li>・ 食の健康協力店の登録促進、給食施設等への指導</li> <li>・ 健康増進プログラムの提供</li> </ul>

## ③ 身近な相談場所の確保

健康上の課題をもつ高齢者や孤立しがちな親子などが気軽に健康相談ができる場として「まちの保健室」の設置を推進します。また、かかりつけ医、かかりつけ歯科医、かかりつけ薬局などの普及を進めます。

### 【各主体の役割】

主体	主 な 役 割
県民	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 相談場所の活用（必要時の積極的な相談）</li> <li>・ かかりつけ医、かかりつけ歯科医、かかりつけ薬局を持つ</li> </ul>
関係団体	〈市医師会・市歯科医師会〉 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ かかりつけ医、かかりつけ歯科医による相談対応</li> </ul>



	〈市薬剤師会〉 ・かかりつけ薬局でのお薬相談、健康相談 等 〈看護協会〉 ・まちの保健室の設置、運営 〈栄養士会〉 ・各種事業における栄養相談の実施 ・まちの保健室事業における健康・栄養相談の実施
事業者	・まちの保健室などの場所提供
市	・かかりつけ医、かかりつけ歯科医、かかりつけ薬局などを持つ運動の推進
健康福祉事務所	・かかりつけ医、かかりつけ歯科医、かかりつけ薬局などを持つ運動の推進 ・まちの保健室の運営支援、事業推進体制の強化

#### ④ 受動喫煙に関する普及啓発及び支援

兵庫県では「受動喫煙の防止等に関する条例」を制定しており、受動喫煙の健康への影響について、関係団体と連携しながら、多くの住民が集まる場を活用した普及啓発を行っていきます。また、受動喫煙防止対策の対象施設の管理者に対して、条例の内容を周知していくとともに、分煙措置を講じる施設管理者への支援・助言を行います。

#### 【各主体の役割】

主体	主 な 役 割
県民	・防煙教室への参加（受動喫煙による健康への影響など正しい知識の習得）
関係団体	・商店街や飲食店等多くの住民が集まる場を活用した啓発活動〈職能団体〉 ・事業所・施設の労働安全衛生担当者への受動喫煙防止の啓発〈愛育会〉 ・媒体の作成及び媒体を活用した啓発活動
事業者	・条例に基づく受動喫煙防止対策の実施 ・受動喫煙による健康への影響、受動喫煙防止方策に関する正しい知識の習得 ・施設管理者説明会への参加 等
市	・受動喫煙防止に関する普及啓発 等
健康福祉事務所	・受動喫煙防止に関する普及啓発、普及推進員の設置 ・条例内容や分煙方法の周知を図る施設管理者説明会の開催 等

## ⑤ 歯及び口腔<sup>くう</sup>の健康づくりの推進

セルフケアとともにかかりつけ歯科医による専門的口腔<sup>くう</sup>ケアの必要性の啓発、事業所歯科健診・歯科保健指導の推進などを含む地域・職域が連携・協働した歯科受診の向上、8020 運動推進員の養成等、生涯を通じた歯及び口腔<sup>くう</sup>の健康づくりのための体制整備を進めます。

### 【各主体の役割】

主体	主 な 役 割
県民	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ かかりつけ歯科医を持つ</li> <li>・ 歯及び口腔<sup>くう</sup>の健康保持のための適切な生活習慣の実践</li> </ul>
関係団体	<ul style="list-style-type: none"> <li>〈市歯科医師会、歯科衛生士会など〉</li> <li>・ 歯及び口腔<sup>くう</sup>の健康保持の重要性などの知識の普及啓発</li> <li>〈市医師会、市歯科医師会など保健医療関係団体及び障害者・患者団体など〉</li> <li>・ かかりつけ歯科医を持つことの普及啓発</li> </ul>
事業者	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 歯及び口腔<sup>くう</sup>の健康保持に関する知識の普及啓発への協力</li> <li>・ 事業所歯科健診・歯科保健指導の実施 等</li> </ul>
市	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ かかりつけ歯科医を持つことの普及啓発</li> <li>・ 歯と口の健康週間、いい歯の日(11月8日)などでの啓発事業の実施</li> <li>・ 各種健康診査、健康教室での正しい知識の普及</li> </ul>
健康福祉事務所	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ かかりつけ歯科医を持つことの普及啓発</li> <li>・ 医科歯科連携の推進、医師・歯科医師研修などの実施</li> <li>・ 歯及び口腔<sup>くう</sup>の健康保持の重要性などの知識の普及啓発</li> <li>・ 他圏域の取組の情報提供</li> <li>・ 8020 運動推進員の養成 等</li> </ul>

## ⑥ こころの健康づくりの推進

乳幼児期から高齢期まですべてのライフステージにおいて、睡眠の大切さやこころの健康づくり、自殺予防のための基本的な知識の普及啓発、身近な場所での相談実施の推進や、身近なところで気づき、関係者につなぐことができるゲートキーパーの養成、地域におけるうつ病などに対する支援体制の充実を進めていきます。

### 【各主体の役割】

主体	主 な 役 割
県民	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 睡眠の大切さや、こころの健康に関する認識の向上</li> <li>・ こころの健康づくりや自殺予防のための知識の習得</li> </ul>
関係団体	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 各種媒体を活用したこころの健康に関する普及啓発及び相談体制の整備、専門相談窓口の紹介</li> </ul>



	〈愛育会など〉 ・こころの健康づくりや自殺予防、独居世帯の見守り、声かけ活動 〈医療機関・市医師会など〉 ・専門相談の実施 ・内科などの一般診療科医・産業医と精神科医の連携促進 「丹波地域G・Pネット」の有効活用 等
事業者	・各種媒体を活用したこころの健康に関する普及啓発及び相談体制の整備 ・専門相談窓口の紹介
市	・丹波市ぐっすりすやすや運動の推進 ・各種媒体を活用したこころの健康に関する普及啓発及び相談体制の整備、専門相談窓口の紹介
健康福祉事務所	・各種媒体を活用したこころの健康に関する普及啓発 ・「丹波地域G・Pネット」の運用への支援 ・専門相談の実施及び他機関、他圏域との調整

#### ⑦ 健康づくり関係者などの連携の強化

生活習慣病・歯及び口腔・こころなどの健康について、発症予防や重症化予防に関する正しい知識の普及啓発を図ります。

また、かかりつけ医と専門医、保健医療専門職との連携、地域保健と職域保健との連携など、関係者間で広く情報を共有し、協力して県民の健康づくり支援に取り組みます。

#### 【各主体の役割】

主体	主 な 役 割
県民	—
関係団体	・かかりつけ医と専門医（精神科医、アルコール専門医療機関）及び医科歯科連携、医師と保健医療専門職との連携促進 ・養育支援ネット、地域医療連携パスなどによる連携促進 ・教育委員会、学校と地域保健関係者の連携促進 等
事業者	・疾患に関する正しい知識の普及と予防に関する環境整備 ・地域産業保健センター・兵庫県産業保健推進センターと地域保健関係者の連携 等
市	・疾患に関する正しい知識の普及 ・医療、学校保健、職域保健と地域保健の連携促進 等
健康福祉事務所	・各種関係者の連携促進のための会議の開催及び連携体制の整備 ・医療、学校保健、職域保健との連携促進