

令和2年度地域保健計画の主な取組み

令和2年度第1回地域保健計画推進部会
 令和2年10月6日(火) 健康増進課 資料No. 3-1

基本目標1

(1) 健康を支え、守るための社会環境の整備 (『健康ひがしむらやま21(第3次)』) の推進
 主な取組み

② 保健推進員会活動の推進 (計画書 P220)

分野	目標	展開方向	令和2年度の取組み
社会環境整備	地域のつながりを醸成する	○町単位の活動により、地域に根ざした活動を行っていきます。	改選が行われ、令和2年度第10期の活動がスタートしたが、新型コロナウイルス感染症の影響で6月まで活動が自粛となった。新しい生活様式を踏まえた活動を各町で検討し、実施していく。
		○保健推進員会の健康意識の向上を図るため、研修や健康管理を定期的に行います。	保健推進員全体会を通じて、健康づくりに役立つ情報等を適宜提供する。 新規保健推進員を対象者に、保健推進員養成講座を秋以降に実施する。
		○活動継続のために、市民や推薦団体へ活動を周知して、理解を図っていきます。	各自治会掲示板、自治会回覧、いきいきプラザ1階掲示板、市内施設掲示板、市報など、地域の実情に応じた活動を継続し、活動の周知を行う。
		○保健推進員会活動の魅力アピールし、積極的に市民の応募を求めています。	新型コロナウイルス感染症の拡大の影響を受け積極的な活動の展開は難しいものの、引き続き各団体との情報交換を続け、市民に対して保健推進員会活動を周知していく。

基本目標3

(1) 健康寿命延伸のための取組み (『健康ひがしむらやま21(第3次)』) の推進
 主な取組み

① 生活習慣の改善 (計画書 P227)

分野	目標	展開方向	令和2年度の取組み
身体活動・運動	日常生活における身体活動量が増える人が多くなる	○運動習慣の普及啓発をしていきます。	ウォーキングマップの作成。市内名所などを組み込んだウォーキングコース(圏域別コース)のほか、シューズの選びかたやウォーキングの姿勢など基礎情報を盛り込み、運動習慣の普及啓発を行う。
		○誰もが参加しやすい環境整備を推進していきます。	

(計画書 P231)

分野	目標	展開方向	令和2年度の取り組み
歯・口腔の健康	歯と口腔の健康について関心を持つ人が増える	○生涯を通じた歯と口腔の健康づくりを推進していきます。	○75歳以上のかたに、口腔機能の評価を含めた歯科健診（後期高齢者歯科健康診査）を実施する。 ○76歳に対し後期高齢者歯科健診受診票を送付し健診の啓発に努める。
		○歯周病予防対策を推進していきます。	○39歳受診勧奨通知に成人歯科健診受診票を同封し、申込みなく受診できるよう利便性を向上させ、健診の啓発に努める。

② 主な生活習慣病予防と重症化予防

(計画書 P232)

分野	目標	展開方向	令和2年度の取り組み
がん予防	がんによる死亡率を減少させる	○がん予防に関する正しい知識を普及していきます。	○特定健康診査受診時に、医師会長のサインの入ったがん検診勧奨リーフレットを医師からわたし受診を促す。 ○特定健康診査のリーフレットにがん検診の案内を掲載し周知を図る。 ○各がん検診の結果が要精検となったかたに、医師会長のサインの入った精密検診勧奨リーフレットを一次検診の結果と一緒にわたし受診勧奨を行う。
		○がん予防に取り組みやすい環境を整備していきます。	○ジャパン・マンモグラフィーサンデー（10月第3日曜日）に合わせた乳がん検診に、子宮頸がん検診も同時受診できるようにする。 ○特定健康診査を東村山市指定医療機関で受診されるかたに、大腸がん検診を同時実施できるようにする。 ○5がん（胃・大腸・肺・乳・子宮頸がん）セット検診を市役所で受診できるようにする。 ○大腸がん検診の集団検診の応募に併せて、受診勧奨効果を検証したデータを基に5,000人に勧奨を行う。

分野	目標	展開方向	令和2年度の取り組み
循環器疾患	生活習慣病を早期に発見し、治療につながる人を増やす	<p>○循環器疾患を予防する生活習慣や、脳卒中が疑われた緊急に医療機関を受診すべき症状に関する知識を普及します。</p> <p>○発症予防や重症化予防に取り組みややすい環境を整備していきます。</p> <p>○脳血管疾患・虚血性心疾患の年齢調整死亡率を下げます。</p> <p>○メタボ予防の啓発と併せ、特定健康診査・特定保健指導の積極的な受診・利用をすすめ、メタボリックシンドロームとその予備軍の人の減少をめざします。</p>	<p>○リーフレットやポスター等を活用し、脳卒中を防ぐ生活習慣や一過性脳虚血発作の症状、医療機関への受診の目安など、知識の普及啓発を行う。</p> <p>○健康栄養相談を毎月実施し、個別に生活習慣を振り返ることで、発症予防や重症化予防に努める。</p> <p>○リーフレットやポスター等により普及啓発を行い、生活習慣を見直す機会を提供することで、脳血管疾患・虚血性心疾患の死亡率減少を目指す。</p> <p>○特定健診の受診しやすい環境づくりのため、東村山市、小平市の指定医療機関で7月～10月まで個別健診を実施する。</p> <p>○特定健診の健診データを素早く把握できる体制を整え受診勧奨を効果的に行う。</p> <p>○過去3か年実施してきた個別健診の受診勧奨の効果分析を基に効果の高い層に向け9月に勧奨を行う。</p> <p>○65歳未満の個別健診未受診者に対して実施する集団健診(2・3月実施)を2回から4回に増やす。</p> <p>○市医師会と連携し市内指定医療機関では特定健診結果の説明と同時に特定保健指導の初回指導を行なう。</p> <p>※ 特定保健指導(動機付け支援)はこれまで特定健診の結果説明を受けた後、改めて医療機関に赴き実施していた。</p> <p>○特定保健指導継続支援者(小平市内指定医療機関受診者含む)の指導を外部委託し利用の機会を広く設ける。</p> <p>○特定健診の集団健診時に特定保健指導対象者への初回指導をその場で実施する。</p>

(計画書 P236)

分野	目標	展開方向	令和2年度の取り組み
糖尿病	糖尿病を発症する人の割合を減らす	○発症予防や重症化予防に取り組みやすい環境を整備していきます。	○生活習慣病を指摘された方に、定期受診の必要性を適宜伝える。 ○個々人に応じた健康栄養相談・医療相談・歯科相談を実施し、正しい生活習慣を伝える。
		○糖尿病・メタボリックシンドロームを予防する生活習慣などに関する知識を普及します。	○健診等で糖尿病又は予備軍として指摘されたかたが、生活習慣の改善に取り組めるよう普及啓発を目的とした健康講座を実施する。
		○糖尿病による合併症を発症する人の割合を減らします。	○リーフレットやポスター等による普及啓発を行い、生活習慣を見直す機会を提供することで、糖尿病による合併症を発症する人の割合の減少を目指す。 ○糖尿病合併症に関連した検査数値が高めのかたが参加しやすい健康講座を実施する。

③ ライフステージを通じた健康づくりなど

(計画書 P240)

分野	目標	展開方向	令和2年度の取り組み
高齢者の健康	社会生活を営むため必要な機能を維持する	○健康な高齢期を迎え過ごせるよう介護予防について普及啓発をしていきます。	<ul style="list-style-type: none"> ・新型コロナウイルス感染症拡大防止策を講じ、居場所づくり・仲間づくりによる介護予防を目的とした「脳の元気アップ教室」・「ふまねっと教室」を実施する。 ・介護予防に資する活動を支援するため、リハビリテーション職等の専門職を市民活動の場に派遣する「出張元気アップ教室」を実施する。 ・介護予防に対する意欲を引き出すことを目的とした「住民主体の体操を通じた通いの場」の立ち上げを支援する「元気アッププロジェクト」を実施する。 ・新型コロナウイルス感染症拡大防止策を講じ高齢者食支援・フレイル予防推進事業を実施する。