

(1)生活習慣病 「年に一度は健診を！見直そう生活習慣」

課題
<p>○重点推進項目の「脳血管疾患等重症化を予防する」について。 関連する高血圧有所見者、脳血管疾患の年齢調整死亡率、同疾患の男性標準化死亡比（SMR）が減少。しかし女性の脳血管疾患 SMR は年々増加。介護保険第 2 号被保険者要介護認定者の内訳では、脳血管疾患によるものが多く、引き続き対策の強化が必要である。</p> <p>○メタボ、肥満、H b A 1 c の有所見者の増加を背景に虚血性心疾患死亡率が増加。同疾患の S M R は減少しているが、経過を見ていく必要がある。</p> <p>○服薬中（血圧・糖・脂質）の割合が県平均に比較し高い。</p> <p>○各種健（検）診受診者層の高齢化しており、新規受診者が少ない。 胃がん検診受診率が特に低い。 女性の胃・大腸がんの SMR が増加しており対策の強化が必要。</p> <p>○健診結果が悪化している者に医療受診中断者が多い。</p>
今後の対策(優先順)
<p>①健診結果、高血圧、糖尿病の要医療であるが医療未受診者への受診勧奨の徹底（個別支援：電話、訪問）</p> <p>②高血圧、糖尿病治療者で医療中断者への受診勧奨（個別支援：電話、訪問）</p> <p>③特定、がん検診未受診者対策の見直し（勧奨通知による保健指導）</p> <p>④胃がん検診方法の見直し</p>

(2)栄養・食生活「栄養バランスの良い食事で適正体重の維持」

課題
<p>○中年以降の男性の「朝食欠食割合」は改善しているが、若年世代では増加。親子保健計画アンケート結果でも、子どもとその親含め「毎日 3 食食べている」割合が減少している。</p> <p>○園児の肥満は減少傾向だが、学童以降全世代の肥満者が増加しており、適正体重の維持という目標が達成できていない。結果、生活習慣病対策でもあげられているメタボや肥満、H b A 1 c の有所見者割合の増加につながっている。</p> <p>○欠食や摂取エネルギーの過剰など肥満になりやすい食事のとり方をしている人が多い。</p>
今後の対策(優先順)
<p>①若年世代への適切な食習慣の普及啓発を重点的に強化、食推活動との連携</p> <ul style="list-style-type: none"> ・乳幼児～児童保護者、高校生を対象にした啓発 ・事業所への取組、地場産業との事業連携検討 <p>②健診結果重症化予防対象者への個別支援の徹底、評価</p> <p>③高齢者低栄養の予防啓発と個別支援（フレイル対策）《新規》</p>

分野別の課題と今後の対策 2

(3)身体活動・運動 「地域や職場、仲間と手軽に運動推進」

課題
<p>○身近な場所で運動環境整備により、中高年男性、高齢女性の「運動習慣定着割合」は増加したが、若年～中高年女性の「運動習慣定着割合」が低い。</p> <p>○全世代に肥満が増加しており、生活習慣病対策としての運動の重要性も高くなっている。</p> <p>○医療費分析では、国保・後期高齢者においても、「筋骨格」の医療費が県平均より大きく上回り、「転倒骨折が原因で要介護状態になった者の割合」が増加している。</p>
今後の対策
<p>①運動習慣のない若い世代を対象に運動実践に向けた啓発</p> <ul style="list-style-type: none"> ・事業所への健康づくり啓発、出前講座、ながら運動の動画紹介 ・若い親世代へ運動体験事業（はびねすの紹介） <p>②運動、栄養、疾病予防の総合的保健指導の啓発</p> <ul style="list-style-type: none"> ・運動教室参加者への栄養指導 ・はびねすイベント時の啓発の工夫 <p>③高齢者フレイル及び骨折転倒対策</p> <ul style="list-style-type: none"> ・通いの場の運動プログラムの評価見直し ・自宅での運動メニューの紹介

(4)休養・こころの健康「こころにゆとりと生きがいを」

課題
<p>○糸魚川市自殺対策計画を策定し、こころの健康づくり対策が強化されている。自殺者数は減少しているが、自殺死亡率は増加している。</p> <p>小学生～全世代で「十分な睡眠がとれている者の割合」が減少し、目標値を大きく下回っている。また、高齢者の「生きがいを持っている者の割合」も減少。ゆとりのある生活の実現が難しい状況。</p> <p>○70代高齢者男性、30～40代就労男性の自殺が多い傾向。</p> <p>○コロナ対策の中で、ストレスを上手に解消できない人、経済不安を抱える人が多いと思われるが相談者は少ない現状。</p>
今後の対策
<p>①生涯学習の充実による生きがいづくり （生涯学習課へ現状の問題提起、情報共有を実施）</p> <p>②多忙な生活の中でのこころの健康づくりの普及啓発</p> <ul style="list-style-type: none"> ・睡眠の大切さと効果を啓発 <p>③糸魚川市自殺対策計画の推進</p>

分野別の課題と今後の対策 3

(5)飲酒・喫煙 「適正飲酒/禁煙と分煙対策の推進」

課題
<p>○「生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者」の男性の割合が増加している。</p> <p>「肝機能有所見者割合」も若年男性を除き全世代増加しており、若年女性では、約2倍の増加。</p> <p>○喫煙率は全世代で減少しているが、女性の喫煙率が目標値に達していない。(令和元年妊婦の喫煙率、飲酒率は「0」)</p> <p>○健康増進法の改正により、施設内禁煙が徹底され、公共施設等では受動喫煙の防止が徹底された。</p>
今後の対策
<p>①あらゆる機会に適正飲酒と禁煙の啓発</p> <ul style="list-style-type: none"> ・未成年者、若年者の集まるところでの啓発(学校文化祭出展、事業所健康づくり支援、理美容室掲示など) ・気軽に摂取できるようになったアルコールと煙草。その害について注意喚起。

(6)歯・口腔の健康 「年齢に応じた口腔ケア習慣の定着」

課題
<p>○歯科保健計画を策定し、乳幼児期から高齢期まで各世代ごとに口腔ケア保健指導を実施。すべての指標項目が達成もしくは改善されている。</p> <p>○成人歯周病検診受診率は向上しているが、無料クーポン配布対象年齢の14.5%と受診率は、他健診に比べ低い状況。医療費分析でも歯科医療受診率が国保、後期とも同規模市との比較でも低くなっている。</p> <p>○歯周病検診受診者の内、「定期的に歯の健康診査を受けている人」の割合が増えているが、県平均よりも低い。(県)56.9%(市)39.5%</p> <p>○健診ではHbA1c有所見者が増えており、歯周病の併発・悪化のリスクが高くなっている。</p>
今後の対策
<p>①あらゆる機会に歯周病検診受診を勧奨及び口腔ケアの啓発</p> <ul style="list-style-type: none"> ・広報周知やチラシの配布など啓発強化 ・受診率が低い若年層への啓発と未受診者再勧奨 ・生活習慣病予防の保健指導の際、あわせて口腔ケア指導も実施 <p>②高齢者の口腔ケアと介護予防の一体的実施</p> <ul style="list-style-type: none"> ・栄養、運動指導とあわせた総合的な保健指導の実施を検討

