資料

**令和6年度**

**第1回　丸亀市保健医療推進委員会**

**令和6年度**

**『第２次丸亀市健康増進計画「健やか まるがめ２１」』推進状況等**

**丸亀市**

１．『第２次丸亀市健康増進計画「健やか まるがめ２１」』の基本理念

（後期計画冊子5ページ）

※以降ページ数のみ記載

「みんないきいき　わがまち丸亀」

市民が元気でこころ豊かに過ごせる丸亀市を目指す。

２．施策体系（P8）



１　生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底　　重点取り組み分野

（１）糖尿病　（P46～48）

（３）循環器疾患　（P51.52）

|  |
| --- |
| 令和6年度の実施内容 |
| ①生活習慣の改善促進  ・11月14日の世界糖尿病デーにあわせて、市役所、中央・飯山・綾歌図書館で糖尿病予防の啓発展示を実施  予定。  ・市広報11月号に糖尿病予防についての記事を掲載。  IMG_1345・35歳からの特定健診、40～64歳の特定健診受診者に対して、適塩みそ汁の試飲やAGEs（体内糖化度）測  定を実施。さらに35歳からの特定健診受診者には脂質・脂肪の模型を活用した保健指導を実施し、日頃の  生活習慣を振り返るきっかけとした。  IMG_1344  ②小児生活習慣病の予防  ・「丸亀市の健診から分かるこどもとおとなの健康」チラシを市内小学4年生と中学1年生に配布。  （チラシ①）  ③特定健康診査及び特定保健指導実施率の向上  ・地域でのあらゆる機会を捉えて、特定健診等の受診啓発の実施中。  ・国保新規加入者に丸亀市国保特定健診の受診券を送付。  ・ハガキやプッシュ通知による未受診者勧奨を実施予定。  ・集団健診受診者を対象とした健診結果説明会を実施中。  ・若年の動機付け健診として、35～39歳の市国保加入者を対象とした35歳からの丸亀市国保特定健診を  集団健診で実施中。  ・市国保加入世帯に送付される「国保だより」に、集団特定健診・特定保健指導の啓発記事を掲載。  ・希望者にはオンラインでの特定保健指導を実施。  ・特定保健指導の教室に、日程が合わない等で参加できない対象者には地区担当保健師等が訪問して保健指導を実施中。  ④重症化予防  ・KKDA（香川県国保データ分析事業）より、特定健診等の結果から糖尿病の重症化予防を図るため、受診勧奨・保健指導の対象者に通知。  ・KKDA（香川県国保データ分析事業）より、慢性腎臓病の早期発見・早期治療を促すため、受診勧奨・保健指導の対象者に通知。保健指導対象者には、腎臓サポート教室を開催し、生活習慣改善の意識づけを行う。  ⑤歯科保健対策の充実  ・KKDA（香川県国保データ分析事業）より、歯周病の自覚症状を持つ人が、適正な歯科医療や歯科指導を受け、歯周病による糖尿病の重症化予防を行うため、受診勧奨・保健指導の対象者に通知。  ・歯科医院での歯周病検診受診者に、歯周病予防のパンフレットを配布。  ⑥関係機関との連携  ・丸亀商工会議所の会員に健診受診勧奨チラシを商工会議所だよりの折り込みとして配布。  ・協会けんぽと糖尿病の発症・重症化予防や特定健診等の受診促進、働く世代やその家族への健康づくり推進等に向けた話し合いを通して、効果的な推進が図れるよう連携を深める。 |

（２）がん　（P49.50）

|  |
| --- |
| 令和6年度の実施内容 |
| ①生活習慣の改善  ・地域での健康教育や会合で、がん予防について啓発。  ・幼児健診時にがん遺族の協力を得て作成した乳がん・子宮がん検診の受診啓発チラシを配布。  6月に市内公立私立保育所・こども園・幼稚園、9月に市内小・中学校を通じ配布。（チラシ②）  ・9月に中央図書館にてがん予防タペストリーの掲示。  ・10月に各地区の子育て広場等で乳房自己触診法の健康教育を実施。ブレストセルフチェッカーの配布。  市役所1階ロビーでがん予防・ピンクリボン月間の啓発展示及び丸亀城のピンクライトアップを実施。  ・11/26（火）ひまわりセンターでの子宮・乳がん検診時に乳房自己触診法の健康教育を実施。  ・11～12月に幼保運営課を通じてブレスト・アウェアネス啓発ティッシュを保育所申し込み保護者へ配布。  ②がん検診の受診率向上  ・働く世代が受けやすいように休日検診の実施。（集団検診、個別検診、かがわマンモサンデーの実施）  ・地区巡回肺がん検診の開始時期（島しょ部は除く）を9～12月から6～11月に早めて実施。  ・協会けんぽ被扶養者の特定健診とがん検診の同時実施により、初回受診者の増加を目指す。  ・年代や受診歴に応じた個別未受診勧奨文及びメールを送付し、リピート受診者の増加を目指す。  ・国のがん検診受診勧奨策等実行支援事業に基づき、リピート受診率の分析、受診案内チラシの改善。  ・市LINEや健康課子育てアプリを通じ、広く受診啓発を行う。  ・市eモニターアンケートより、任意型検診の受診状況も含めた受診率の把握・評価を行う。  ③重症化予防  ・要精検者への受診勧奨・状況把握アンケートの送付。精密検査が未受診・アンケート未返信者には、地区担  当保健師が訪問等にて受診勧奨、状況把握を実施。医療機関と連携し精密検査受診状況の把握に努める。 |

（４）COPD　（P53）

|  |
| --- |
| 令和6年度の実施内容 |
| ①COPD認知度向上に向けた啓発  ・地区巡回の肺がん検診や地域の健康相談等でCOPD予防のリーフレットを配布して啓発。  ・市の広報11月号でCOPDについての記事を掲載。  ・11月17日の世界COPDデーにあわせて市役所、中央・飯山・綾歌図書館でCOPD予防の啓発展示を実施。 |

２　社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上

1. こころの健康　（P54～56）

（詳細は　令和6年度　丸亀市自殺対策基本計画　推進状況　P9　に記載）

|  |
| --- |
| 令和6年度の実施内容 |
| ①生きがいを持ち、こころの豊かさを育む  ②ストレスに気づき、ストレスと上手につきあう  ・市民会議メンバーと丸亀市のこころの健康について現状や課題を共有し、子育て世代や働き盛りの世代のこころの健康づくりについて考えるきっかけづくりとなるように、チラシを作成。作成したチラシは保育所、こども園、幼稚園、小学校、中学校に配布予定。 |

1. 次世代の健康　（P57.58）

|  |
| --- |
| 令和6年度の実施内容 |
| ①子どもの健やかな発育支援  ・市内保育所、こども園、幼稚園に乳幼児健康診査の日程表を配布し、意識啓発を実施。未受診者に対しては、地区担当保健師等が電話連絡・訪問により受診勧奨、状況把握を行う。  ・MR（麻しん・風しん混合）Ⅰ期・Ⅱ期、日本脳炎未接種者への受診勧奨を実施。  ・月2回、妊娠届出後の特定妊婦（出産後の養育について出産前において支援を行うことが必要と認められる妊婦）を選定し今後の支援についての検討会を実施。定期的に課内でケース会議を開催。月1回程度臨床心理士と共に支援の方向性や関係機関との連携等を行う。  ・電子母子手帳アプリにて乳幼児健診の時期や予防接種の受診勧奨等プッシュ通知でお知らせを行う。  ②子どもの良い生活習慣の確立  ・妊娠期からの良い生活習慣について、妊娠届出時や子育て講座等の機会を捉え、妊婦本人や家族に啓発。  ・電子母子手帳アプリにて、子どもの食事や親世代の健康づくりについて情報発信。 |

1. 高齢者の健康 （P59.60）

|  |
| --- |
| 令和6年度の実施内容 |
| ①介護予防につながる生活習慣の推進  ・市シルバー人材センターの会報に、各種検（健）診、感染症予防についての啓発記事を掲載。  ・老人クラブ会員を対象とした料理教室を実施予定。  ②社会参加や生きがいづくり  ③ロコモティブシンドロームの予防と啓発  ・ロコモ度チェックとあわせて、ロコモを予防する運動について啓発を実施。  ・ロコモに至る前段階としてのフレイル（虚弱）予防の啓発も実施。  ④感染症の予防  ・高齢者インフルエンザ予防接種や高齢者肺炎球菌予防接種、新型コロナワクチンについて、あらゆる機会を捉えて接種勧奨を実施。 |

３　健康増進の基本要素に関する生活習慣及び社会環境の改善

※丸亀市健康増進計画市民会議メンバーと協働して推進中。

市の健康課題を共有し、計画を推進するための意見を反映させながら、市民会議メンバーによる取り組み実施や保健事業の充実を図る。

（１）**食生活**　（P61～68）重点取り組み分野

　（詳細は　令和6年度　丸亀市食育推進計画　推進状況　P8　に記載）

|  |
| --- |
| 令和6年度の実施内容 |
| ①家族や仲間と楽しく食べる  ②バランスのよい食事をする  ③朝食をきちんと食べる  ・朝食についてのレシピの作成・配布。  ④野菜を食べる  ・野菜チラシの作成・配布。  ⑤生活習慣病予防の食事をする  ・健やかまるがめ２１フェスタにて、適塩みそ汁を配布し減塩について説明し、味噌汁の減塩アレンジレシピを配布予定。  ⑥地産地消をすすめる |

（２）運動　（P69～72）

|  |
| --- |
| 令和6年度の実施内容 |
| ①運動（体力づくり）の必要性を知る  ・コミュニティと連携して、体力テストを実施。  ・飯山総合保健福祉センターや各コミュニティでの健康相談に併せて、理学療法士による運動相談を実施。  ②自分にあった運動習慣を身につけ日常生活に取り入れる  ・若返り筋トレ教室(ひまわりセンター、飯山総合保健福祉センター、綾歌保健福祉センター：3か所)を実施。・市民会議メンバーと若返り筋トレ教室の市民への積極的な周知を行う。  ・保健センターや各コミュニティ等で、運動教室を開催。  ・特定保健指導対象者に対する運動のきっかけづくりとして若返り筋トレ教室の体験会を実施。  ・健康づくりのための運動のきっかけづくりとして、ひまわりセンターにて階段利用促進等の啓発を実施しており、今後市民会議メンバーと協働し展開していく予定。  ③楽しみながら運動ができる  ・市民会議メンバーと一緒に作成した「丸亀市内ウォーキングコースの紹介」冊子を引き続き保健センターやコミュニティ、マルタス等に設置し紹介。また、スポーツ推進委員メンバーにも活用してもらえるように配布。 |

（３）生きがい・休養　（P73～77）

|  |
| --- |
| 令和6年度の実施内容 |
| 1. 生きがいを持ち、こころの豊かさを育む 2. ストレスに気づき、ストレスと上手につきあう 3. 十分な睡眠・休養をとる   （２（１）こころの健康　参照） |

（４）飲酒　（P78～80）

|  |
| --- |
| 令和6年度の実施内容 |
| ①お酒の害・適量を知る  ②休肝日をつくる  ・啓発チラシを用いて適切な飲酒量や休肝日を作る必要性について、引き続き啓発する。  ・妊娠届出時やマイナス1歳から始まる子育て講座、健診時などに飲酒について保健指導を実施。 |

（５）喫煙　（P81～83）

|  |
| --- |
| 令和6年度の実施内容 |
| ①たばこの害を知る  ・若年層に向けてたばこの害についての啓発チラシを作成し、成人式等での配布を検討。  ・啓発チラシを用いて、たばこの害や禁煙ついて情報提供。  ②受動喫煙の防止  ・妊娠届出時やマイナス1歳から始まる子育て講座、健診などで本人、家族の喫煙に関する保健指導を実施。  ・5月31日の世界禁煙デー・禁煙週間にあわせて、市ホームページ等で啓発。 |

（６）**歯・口腔の健康**　（P84.85）重点取り組み分野

|  |
| --- |
| 令和6年度の実施内容 |
| 1. 歯と口腔の健康づくりに関心を持ち、積極的に取り組む   ・歯周病のチラシを用いてライフステージに応じた歯と口腔の健康づくりの意識付けを行う。（チラシ③）  ・歯周病検診受診率向上に向けて、受診勧奨はがきの送付（勧奨時期：8月、1月　若年層に対してのアプロ  ーチとして夏休み、冬休みに実施予定）。  ・今年度から歯周病検診対象年齢に20・25歳が追加となり、子育てアプリのメール配信、プッシュ通知を活  用し妊婦歯科健診と歯周病検診の受診勧奨を行っている。  image0・妊娠8か月面談時に健幸10か条と関連させ、大人用歯ブラシと乳児用ブラシをプレゼントし、家族で歯と口腔の健康保持に取り組むきっかけづくりを行っている。  ・歯科医師会と連携し、地域の子育て広場において歯科衛生士による個別相談を実施。また「親子で育むお口  の健康チラシ」の配布。  ・地域の子育て広場で、母子保健推進員や保健師によるお口のマッサージの啓発。  ・幼児健診時に保護者に対して子どもの虫歯予防や歯科健診受診勧奨等の保健指導を実施。  ・乳幼児期から身体への興味関心を持てるよう、幼稚園・こども園の親子を対象に「食育と歯の健康づくり推  進事業」として、歯みがきの大切さなどの健康教育を実施。同時に保護者自身の歯周病の知識やかかりつけ医を持つことを意識してもらうよう歯周病チラシを配布予定。 |

（７）健康管理　（P86.87）

|  |
| --- |
| 令和6年度の実施内容 |
| ①健康に関心を持ち、必要な健診を受け自分や家族の健康状態を知る  ・家族ぐるみで生活習慣病予防に取り組めるよう、保健事業の参加者や愛育班会員等に啓発を実施。  ・かがわ健康ポイント事業「マイチャレかがわ」の利用促進のため、健康課の事業でチラシを配布予定。  ・こどもの生活習慣病予防のチラシを作成し、小学4年生と中学1年生の小児生活習慣病予防健診の案内に同封し、啓発を行う。  （ １（１）糖尿病（２）がん（３）循環器疾患 参照） |

（８）地域・環境　（P88～92）

|  |
| --- |
| 令和6年度の実施内容 |
| ①環境を整え、病気や事故から身を守る  ・地域の健康教室などで感染症予防に関する健康教育を適宜実施。  ②地域のつながりを深め、安心・安全な生活を送る  ・機会を捉えて、地域とのつながりや人と人とのつながりの大切さについて伝える。  ・関係各課と庁内会議を開催し、各課の取り組みについて情報共有、意見交換。  関係課が主催の行事等で、啓発物を配布してもらい広く市民に周知できるように働きかける。 |

**○「第2次丸亀市健康増進計画　後期計画」「毎月10日は健幸の日」「健幸10か条」の啓発状況等**

|  |
| --- |
| 令和6年度の実施内容 |
| IMG_1326・5～11月にかけて令和6年度　重点的に推進する健幸10か条3、8について、市役所1階、ゆめタウン丸亀店、中央・飯山・綾歌図書館で啓発展示を実施。  ・地域や出前講座、関係機関との連携等で健康教育を実施し、啓発。  ・庁内関係課が実施する行事や企業等で、「健幸の日」啓発チラシ・グッズ等を配布。（チラシ④）  ・毎月、健幸の日にあわせて、市職員への健康情報メール配信と市民・市職員に向けた庁内放送を実施中。  ・市ホームページや市広報にて健幸の日・健幸10か条について掲載。  ・各地区のコミュニティだよりに、健幸の日・健幸10か条や地区の健康状況について掲載。  ・重点的に推進する健幸10か条3、8について市内小中学校の保健だよりに掲載していただくよう各学校へ依頼し、啓発。  ・一般市民と子育て世代向けの市民学級でそれぞれ計画や健康情報について健康教育を実施。  ・11月頃に丸亀市e-モニター制度を活用した「丸亀市の健康づくり推進」についてのアンケートを実施予定。  ・市民会議メンバーと元亀くんだより作成し、市広報12月号に折り込み、全戸配布。  ・2月頃に健やかまるがめ21フェスタを開催予定。  ・重点的に推進する健幸10か条3、8に関するクイズを筋トレ教室のエアロバイクに設置し、啓発。 |

令和6年度　第２次丸亀市食育推進計画　推進状況（P101～112）

計画の目標：「食」で広がる　健康とふれあいの輪　まるがめ

|  |
| --- |
| 令和6年度の実施内容  ＜主な取り組み＞より |
| （１）自分にあった食生活の実践  ※健康増進計画の食生活分野の取り組みとあわせて推進。  ・食育SATシステムを活用して、ライフステージに応じた食事指導。  食育と歯の健康づくり推進事業（園児・保護者）  10/16城東幼稚園　11/13あやうたこども園　12/10郡家こども園　12/17城辰幼稚園　12/20城坤幼稚園  飯山高校文化祭（高校生・保護者）9/6.7  筋トレ教室参加者（40歳以上）  出前講座（小中学生・教職員）  ・マイナス1歳から始まる子育て講座で味噌汁の試飲  ・適塩レシピの作成  （２）食文化の継承と地産地消の推進  ・食育ネットワークメンバーが郷土料理を次世代に伝える事業　地産地消事業  お正月料理実習や地元の桃を使った焼肉タレ作り、学校給食でできる限り丸亀市産の農産物を取り入れるための様々な活動、お味噌づくり  （３）食を取り巻く環境の整備  ・食育ネットワーク会議構成メンバーの事業が丸亀市の食育を効果的に推進。  ・食育ネットワーク会議を2回開催。6/24　R7.2/17  ・6月の食育月間には、関係機関・団体の活動を紹介する食育パネル展示（市役所1階）  7月に中央図書館・8月綾歌図書館展示中  食育講演会開催予定 |

・食育SATを活用することで、市民が現在の食習慣を振り返り、よりよくするための食生活の工夫について具体的に知ることができるため、今後の実践につながると考えられる。また、今年度より県が野菜摂取量の測定器の貸し出し開始したので、借りれれば活用し気づきから行動変容を促し、継続的な生活習慣の改善につなげれればと思います。今後も、自分にあった食生活の実践に向け取り組んでいく。

・関係機関・団体等が連携して事業を実施することで、お互いの強みを生かした食育の実践につながった。今後も連携した事業の実施機会が増えるよう、食育ネットワーク会議での情報交換等を継続していく。

令和6年度　丸亀市自殺対策基本計画　推進状況　（P116～119）

計画の目標：誰も自殺に追い込まれることのない丸亀市の実現

|  |
| --- |
| 令和6年度の実施内容  ＜主な取り組み＞より |
| （１）自殺予防に対する理解促進  ・9月：自殺予防週間にあわせて、市役所1階で啓発展示を実施。  ・3月：自殺対策強化月間にあわせて、中央図書館で自殺予防の展示や啓発物の設置を実施。  自殺対策基本計画の概要や取り組み、相談場所、丸亀市の自殺の現状とゲートキーパーの重要性についての啓発チラシ等を作成し、子育て広場や健康相談等で配布。    （２）自殺予防に取り組む人材育成  ・7月丸亀市いのちを支える自殺対策事務調整会議構成メンバーにゲートキーパー養成講座を実施。R7年2月民生委員を対象にゲートキーパー養成講座を実施予定。  【ゲートキーパー養成数：647人（R6.7月末時点）※平成28年度からの累積】  （３）相談・支援体制の整備  ・相談窓口情報等の発信は（１）と同時に実施。  ・精神保健福祉士等によるこころの健康相談を月1回実施し、継続支援が必要な場合は健康課の地区担当  保健師が連携して対応している。  ・相談の場に出てこられない対象者には、精神保健福祉士と保健師が訪問して相談対応を行う。  ・妊産婦への支援の充実とし、妊娠届出時、赤ちゃん訪問時に保健師助産師が面接し、必要に応じ継続的に相談支援を行うことに加え、出産・子育て応援給付金事業に基づく妊娠８か月頃のアンケートの回答に応じ、必要な方には面談を実施することで、妊娠中期以降に不安が生じた方にも出産前から継続的に相談支援を行う。  ・庁内11課による自殺対策事務調整会議を開催し、実行プランに基づき各課の取り組みを共有し、庁内関連部署と連携し、自殺予防の推進について努める。 |