

## 上川町健康増進計画の概要

計 画 名	健康かみかわ21
策 定 年 月	平成25年3月
計 画 の 期 間	平成25年度から平成34年度までの10年間（5年を目途に中間評価を行う）
計 画 策 定 の 趣 旨	平成12年度より展開されてきた国民健康づくり運動「健康日本21」は、壮年期死亡の減少、健康寿命の延伸、生活の質の向上を目的として、健康を増進し発症を予防する「一次予防」を重視した取り組みが推進されてきましたが、今計画においても引き続き、生活習慣病の発症予防に重点を置くとともに合併症の発症や症状進展などの重症化予防を重視した取り組みを推進します。

健康づくりの目標	事業計画
<p>1.生活習慣病の発症予防と重症化予防</p> <p>(1) がん</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・75歳未満のがんの年齢調整死亡率の減少（10万人当たり）</li> <li>・がん検診の受診率の向上</li> </ul> <p>(2) 循環器疾患</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・脳血管疾患・虚血性心疾患の年齢調整死亡率の減少（10万人当たり）</li> <li>・高血圧の改善</li> <li>・脂質異常症の減少</li> <li>・メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少</li> <li>・特定健康診査・特定保健指導の実施率の向上</li> </ul> <p>(3) 糖尿病</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・合併症（糖尿病腎症による年間新規透析導入患者数）の減少</li> <li>・治療継続者の割合の増加</li> <li>・血糖コントロール指標におけるコントロール不良者の割合の減少</li> <li>・糖尿病有病者の増加の抑制</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・がん検診（胃・肺・大腸・子宮・乳・前立腺）</li> <li>・子宮頸がん予防ワクチン、肝炎ウィルス検査</li> <li>・健康診査及び特定健康診査</li> <li>・特定保健指導及び発症リスクに基づいた保健指導（家庭訪問、健康相談など）</li> <li>・事業所健診後の保健指導</li> <li>・地区での健康学習会</li> <li>・動脈硬化予防健診（75g糖負荷検査、微量アルブミン尿検査）</li> <li>・上川医療センターとの連携打ち合わせ</li> </ul>
<p>2.社会生活を営むために必要な機能の維持・向上</p> <p>(1) こころの健康</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自殺者の減少（10万人当たり）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康学習、情報提供</li> <li>・専門家による相談事業の推進</li> </ul>
<p>3.生活習慣・社会環境の改善</p> <p>(1) 栄養・食生活</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・適正体重を維持している者の増加（肥満、やせの減少）</li> <li style="padding-left: 20px;">20歳代女性のやせの者の割合の減少</li> <li style="padding-left: 20px;">全出生数中の低出生体重児の割合の減少</li> <li style="padding-left: 20px;">肥満傾向にある子どもの割合の減少</li> <li style="padding-left: 20px;">20～60歳代男性の肥満者の割合の減少</li> <li style="padding-left: 20px;">40～60歳代女性の肥満者の割合の減少</li> <li style="padding-left: 20px;">低栄養傾向（BMI20以下）の高齢者の割合の増加の抑制</li> </ul> <p>(2) 身体活動・運動</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活における歩数の増加</li> <li>・運動習慣者の割合の増加</li> <li>・介護保険サービス利用者の増加の抑制</li> </ul> <p>(3) 休養</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・睡眠による休養を十分とれていない者の割合の減少</li> </ul> <p>(4) 飲酒</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合の減少</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・母子手帳交付時と妊婦訪問による保健指導</li> <li>・乳幼児健康診査、乳幼児相談</li> <li>・健康診査及び特定健康診査</li> <li>・特定保健指導及び発症リスクに基づいた保健指導、栄養指導（家庭訪問、健康相談など）</li> <li>・小中学校の養護教諭との連携</li> <li>・冬の運動教室の実施</li> <li>・関係機関で実施している事業への勧奨（エクササイズ教室、介護予防教室など）</li> <li>・実態把握</li> <li>・リスクや生活習慣病予防に関する健康学習、情報提供</li> </ul>

健康づくりの目標	事業計画
(5) 喫煙 ・成人の喫煙率の減少 (6) 歯・口腔の健康 ・歯周病を有する者の割合の減少 ・乳幼児・学齢期のう蝕のない者の増加 ・過去1年間に歯科検診を受診した者の増加	・幼児歯科健診 ・歯科衛生士による歯科保健指導 ・フッ化物の推進・普及 ・地域保健事業での口腔機能の向上
4.職域の健診・保健指導 ・各保険者の健診・保健指導状況の把握 ・被扶養者に対する働きかけ ・町内事業所全体での健康課題の把握	・各事業所の健診と保健指導の実態把握 ・被扶養者への健診PR