

第4章 高齢者保健福祉計画

第1節 健康づくりと疾病予防

少子高齢化が進む中、生活習慣病や閉じこもりに起因した寝たきり、認知症など要介護状態になる人が増えています。高齢になっても「健康でいきいきと暮らすことができる」ように、生活習慣病の改善や重症化予防に取り組むとともに、一人ひとりが主体的に健康づくりを継続的に行うことができるよう取り組みます。

また、健康増進計画「げんきアップ21」との整合性も図りながら、町民のみなさんが主体的に健康づくりに取り組めるよう支援します。

1 疾病予防の推進

(1) 健康記録（健康ファイル）の交付

健康記録（健康ファイル）は、自らの健康管理と適切な医療の確保のために有効に活用されることが期待され、健康診査の結果等を継続的に記録することにより、自分の健康状態を知り、生活習慣の改善や生活を振り返るきっかけになります。

【実施状況】

- ・特定健康診査、後期高齢者健康診査を受けた方への健康記録は、「私の健康記録」としてファイル形式のものを交付しています。
- ・健診結果と一緒に指導用資料も綴じ、経年的に結果を見ることができるとともに過去の指導の振り返りができるように支援しています。

【施策の方向】

- ・健康教育や健康相談などを通じて、健康記録の活用を広げていきます。
- ・高齢者の健康管理・介護予防等にも健康記録を活用します。

(2) 健康教育

健康教育は、生活習慣病の予防を中心に健康の保持・増進を目的として実施しています。婦人会・小地域ネットワーク・自治会・職域等、各団体からの要望にも対応しています。

【実施状況】

- ・健康づくりや病気の予防についての知識を普及し、自分や家族の健康管理ができるよう支援しています。
- ・結果から、メタボリックシンドロームの該当者・予備群への保健指導を実施し、食事指導や運動指導など、生活習慣改善に取り組めるよう支援しています。

【施策の方向】

- ・生涯をとおして「健康で自立した生活が送られる」よう、働き盛りの青・壮年層を対象に、メタボリック症候群に視点をあてた教室等、生活習慣改善に向けた取り組みをします。
- ・高齢期層には病態別や介護予防をテーマとした健康づくりや病気の予防についての知識の普及と自分や家族の健康管理ができるような支援をしていきます。

(3) 健康相談

健康相談は、地域福祉センターや地区公民館で毎月、実施しています。

その他、各地区の老人クラブや小地域ネットワーク、ふれあい昼食交流会など、高齢者の集まりに併せた健康相談も随時、実施しています。

【実施状況】

- ・老人クラブ、小地域ネットワークでは、健康相談だけでなく地区の高齢者の状況把握の場ともなっており、閉じこもりへの早期介入にもなっています。
- ・疾病の悪化や閉じこもりを防ぎ、元気な高齢者となってもらうために今後も、必要な助言や支援を行なっていきます。

■健康相談の実施状況と実施目標

(単位：回・人)

		実 施 状 況						実 施 目 標					
		平成24年度		平成25年度		平成26年度		平成27年度		平成28年度		平成29年度	
		回	人数	回	人数	回	人数	回	人数	回	人数	回	人数
地域福祉センター		170	200	116	278	100	200	150	200	150	200	150	200
地区相談	境野公民館	12	24	12	18	12	20	12	24	12	24	12	24
	秋田住民センター	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
	勝山公民館	12	12	12	10	12	10	12	12	12	12	12	12
老人クラブ	置戸地区	6	36	9	72	8	80	8	80	8	80	8	80
	境野地区	10	199	11	153	10	150	10	150	10	150	10	150
	秋田地区	9	83	10	90	10	100	10	80	10	80	10	80
	勝山地区	9	83	10	90	10	100	10	100	10	100	10	100
	拓殖地区	1	1	0	0	0	0	1	10	1	10	1	10
小地域ネットワーク		10	105	7	88	7	100	10	100	10	100	10	100
独居老人昼食会		1	25	1	20	1	20	1	20	1	20	1	20
合 計		239	755	185	771	170	725	224	778	224	778	224	778

※平成26年度については推計値(以下同じ) ※平成27年度以降については計画値(以下同じ)

【施策の方向】

- ・気軽に相談できる機会として、健康相談日の利用を推進します。
- ・地域福祉センターにおいては随時開催及び栄養士との連携で脂質異常症・糖尿病等など病態別健康相談の利用を推進します。
- ・健診後の健康相談の場として活用します。

(4) 健康診査

生活習慣病やがん等の早期発見と予防対策の一環として、特定健康診査・後期高齢者健康診査、各種がん検診、肝炎ウイルス検査を実施しています。

健診結果については、その後の健康教育や健康相談、訪問指導に活用するとともに、受診者自らの健康管理や生活習慣の改善にいかすことが重要です。

【実施状況】

- ・平成20年度より40歳から74歳までの人が対象の特定健康診査と75歳以上の人
が対象の後期高齢者健康診査となりましたが、各自治会の保健委員による健診取
りまとめの時の声掛けや、置戸赤十字病院による早朝健診などの協力により、受
診率は45%前後で推移しています。
- ・女性特有のがん検診(子宮がん・乳がん)と大腸がん検診推進事業による「無料ク
ーポン券」の交付や受診勧奨を行ない、受診率向上について取り組みましたが、
年度により差がみられました。今後も継続してがん検診に対する関心を高めてい
きます。

■健康診査の実施状況と実施目標

(単位：回・人・%)

	平成24年度			平成25年度			平成26年度		
	対象者	受診数	受診率	対象者	受診数	受診率	対象者	受診数	受診率
特定健診 (40歳～74歳)	830	375	45.2	806	362	44.9	871	392	45.0
胃がん検診 (40歳以上)	1,676	483	28.8	1,676	473	28.2	1,676	480	28.6
肺がん検診 (40歳以上)	1,676	520	31.0	1,676	519	31.0	1,676	520	31.0
大腸がん検診 (40歳以上)	1,676	579	34.5	1,676	580	34.6	1,676	550	32.8
子宮がん検診 (20歳以上)	1,055	133	12.6	1,055	80	7.6	1,055	110	10.4
乳がん検診 (40歳以上)	970	145	13.9	970	109	11.2	970	110	11.3
前立腺検診 (50歳以上)	660	177	26.8	660	170	25.6	660	170	25.6

	平成 27 年度			平成 28 年度			平成 29 年度		
	対象者	受診数	受診率	対象者	受診数	受診率	対象者	受診数	受診率
特 定 健 診 (40 歳～74 歳)	850	425	50.0	850	471	55.0	850	510	60.0
胃 が ん 検 診 (4 0 歳 以 上)	1,600	560	35.0	1,600	640	40.0	1,600	640	40.0
肺 が ん 検 診 (4 0 歳 以 上)	1,600	560	35.0	1,600	640	40.0	1,600	640	40.0
大 腸 が ん 検 診 (4 0 歳 以 上)	1,600	560	35.0	1,600	640	40.0	1,600	640	40.0
子 宮 が ん 検 診 (2 0 歳 以 上)	1,000	120	12.0	1,000	120	12.0	1,000	120	12.0
乳 が ん 検 診 (4 0 歳 以 上)	970	120	12.4	970	120	12.4	970	120	12.4
前 立 腺 検 診 (5 0 歳 以 上)	660	200	30.3	660	200	30.3	660	200	30.3

※平成 20 年から開始された特定健診の対象は 40～74 歳までに実施。

※子宮がん検診：対象年齢 20 歳～ 2 年に 1 回の実施。

※乳がん検診：対象年齢 40 歳～ 2 年に 1 回マンモグラフィ検査。

【施策の方向】

- ・健康診査の結果を事後活動に活用し、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）を中心に脳血管障害や虚血性心疾患等の血管疾患を予防します。
- ・働き盛り（壮年層）を重点としたがん検診の実施により、がんの早期発見・早期治療（二次予防）を推進し、手遅れによるがん死亡を減らします。
- ・精密検査の必要な人については、確実に精密検査に結びつくよう受診勧奨の充実を図ります。
- ・今後とも保健委員の協力や、置戸赤十字病院と連携を取るなど受診率向上を図ります。

（５）訪問指導

健康診査・健康教育・健康相談などで健康管理上、訪問指導が必要な人や虚弱高齢者に対し家庭訪問を実施します。

【実施状況】

- ・健診事後の精密検査の受診勧奨や、生活習慣病予防に視点をあてた訪問指導に力を入れて実施しています。栄養改善の必要な方には栄養士と連携して訪問をしています

【施策の方向】

- ・がん検診事後の精密検査の受診勧奨や特定保健指導（動機付け・積極的支援）対象者への継続支援に力を入れていきます。
- ・訪問栄養指導も、より積極的に関わっていきます。