

保健活動

前期の主な取り組み

- 健康診査^{*}・各種がん検診について、広報や個別勧奨を様々な機会を捉えて実施した結果、受診率が向上しています。
- 寝たきり予防のため、保健師などによる健康相談や栄養士・健康運動指導士が行う健康教育・健康に関する講話や実践教室などを実施しています。
- 訪問指導や介護者の交流事業により、老後の生活支援や介護者の負担軽減に努めています。
- HIV感染症（エイズ）やインフルエンザなどの感染症について、予防対策の周知や相談・検査体制についての情報提供を通じて正しい知識の普及を図っています。
- 新型インフルエンザの出現の際に対策行動計画を策定するなど、流行の兆しのある感染症については、情報提供の強化を図ることによって流行の未然防止に努めました。
- 結核検診車の市内巡回を通じ、結核検診の受診率の向上を図っています。
- 精神障がい者支援として、障害者自立生活支援センターを中心にケア体制を構築しました。
- 精神障がい者が地域で生活を送れるよう、デイケアや生活相談を行うほか、家族会事務局として家族・当事者の自立支援を行っています。

現状と課題

- 5大疾病（悪性新生物・脳血管疾患・心疾患・糖尿病・精神疾患）の発症リスクの減少のため、健康診査の結果やレセプトのデータ解析を行い、市民の生活習慣の動向を多角的に把握する必要があります。
- 健康診査の受診率向上のため、健康教育や広報活動の一層の充実を図るとともに、医療機関と連携した特定保健指導などを含め、より効率的な指導方法を検討する必要があります。
- 高齢化が急速に進む中で、今後も寝たきり予防のための老人保健事業や訪問活動を拡充する必要があります。
- 認知症に対する理解を深めていくために、引き続き、啓発活動を行う必要があります。
- HIV感染症、インフルエンザなどの感染症予防対策について、引き続き国・県と連携した周知・啓発が必要であるとともに、発症の際の速やかな対応が求められています。
- 精神保健事業の充実を図るため、関係機関との連携を強化し、地域ぐるみでの精神障がい者に対する支援を促進する必要があります。
- 心の健康づくりの観点から、悩みを抱える人や家族の相談支援体制を強化するとともに、自殺の防止を図るための施策を展開する必要があります。

後期の主な取り組み

(1) 生活習慣病予防の推進

- 生活習慣病の予防や重症化の防止のため、健（検）診データやレセプトの多面的な分析に基づき、健康に関する課題を把握するとともに、各世代に応じた新たな保健活動に取り組みます。
- 広報活動や地区活動を通して、生活習慣病予防に着眼した健診やがん検診の受診の必要性を周知・啓発するとともに、早期発見・予防のために受診率の向上を図ります。
- 喫煙・食生活・運動などの生活習慣を改善するなど、一次予防活動に取り組むとともに、特定保健指導などを中心に、各世代での保健指導を充実させます。

(2) 高齢者保健の充実

- 寝たきり予防のための訪問活動を充実させ、高齢者保健事業を効果的に推進します。
- 認知症に対する理解をより多くの人に深めてもらうため、認知症予防相談・啓発事業を推進します。
- 認知症サポーター養成事業を通じ、地域で認知症の高齢者を見守り、支えていくための支援者を育成します。

(3) 感染症予防対策の推進

- 国・県と連携して、HIV感染症やインフルエンザなどに対する正しい知識の普及と予防意識の啓発を図ります。
- 感染症の感染拡大傾向の把握や予防接種の効果的実施、発症の際の行動計画の策定など、情報収集と流行防止に努めます。

(4) 精神保健の充実

- 「心の相談日」を開設するなど、精神保健における相談体制を強化します。
- 自殺防止の普及啓発と自殺予防に関わる人材育成のため、ゲートキーパー^{*}の養成とその役割の周知を行います。
- 関係機関との連携を図り、ネットワークを構築することによって、地域ぐるみでお互いの心の健康に配慮しながら支え合う体制を整備します。
- 精神保健に関する研修や情報共有を通じ、精神疾患に対する偏見のない地域づくりを目指します。
- 精神障がい者が地域で安心して生活できるよう、生活相談などの支援を行います。

「進行管理の視点」により管理

目標

項目（単位）	現状値	目標値
メタボリックシンドローム [*] 該当者・予備軍の割合（%）	25.2 [H22]	15.2

チャレンジ!!

住みやすい社会を目指し、多様な悩みを抱える方を支援する絆を拡大するなど、「生きるための支援」に取り組むことにより、自殺者0人を目指します。
(C 新しい仕組みづくりプロジェクト)

「進行管理の視点」により管理

「進行管理の視点」により管理

^{*}健康診査：平成20年度から国の医療制度改革に伴い、本市が実施する健康診査の対象者が「35歳以上の全市民」から「35～39歳までの全市民」「佐久市国民健康保険加入者のうち40～74歳までの者」および「長野県後期高齢者医療加入者」に変更となった。

^{*}ゲートキーパー：悩んでいる人の自殺のサインに気づき、声をかける、話を聞く、必要に応じて関係する専門相談機関へつなぐなどの役割を期待される人材。

^{*}メタボリックシンドローム：内臓脂肪症候群とも言われる、内臓脂肪型肥満を共通の要因として高血糖、脂質異常、高血圧が引き起こされる状態のこと。腹囲が男性85cm、女性90cm以上で、①高脂血症 ②高血圧 ③高血糖のうち2つ以上に該当する者は当該者、1つに該当する者は予備軍と定義されている。