

令和2年版 ◎世界最高健康都市の構築を目指して「佐久市における新しい保健活動」

目標：市民が生涯を通して豊かな心と健やかな身体を育てるための行動がとれ、20年後も30年後も、世界に誇れる健康長寿都市であり続ける。

手法：「**予防活動**」を最重要テーマとした新しい視点による保健を展開することで、市民の健康生活をサポートする。
(すべての世代の市民に対し、ポピュレーションアプローチとハイリスクアプローチによる保健をバランス良く提供する。)

- 課題の整理
- 1 目標値を上回る塩分摂取量。
 - 2 40代男性の生活習慣病予備群の増加。
 - 3 生活習慣改善が必要な子どもたちの増加。
 - 4 重症化予防が可能な疾病を起因とする医療費の増加。
 - 5 地域別、世代別の健康意識格差。
 - 6 都市化等生活様式変化に伴う地域保健活動の低下。
 - 7 超高齢化社会に対応した医療体制への転換。

《母子保健・子育て支援、生活習慣病対策、安全・安心の確保》

- 事業展開キーワード
- ① 「子育てにおける愛着形成の支援」
 - ② 「減塩を中心とした食育の推進」
 - ③ 「働き盛り世代の健康活動支援」
 - ④ 「学童、思春期世代への健康アプローチの強化」
 - ⑤ 「運動等による健康増進と重症化予防」
 - ⑥ 「住み心地の良い地域とするための心の相談機能の拡充・強化」

		妊娠・出生	乳幼児期	学童・思春期	青年期	壮年期	生き生き世代・高齢期
母子保健・子育て支援	生活リズム 愛着形成	①「子育てにおける愛着形成の支援」					
	発達支援	パパママ教室	乳幼児健診				
	少子化対策	母と子のすこやか相談室等	発達支援相談・教室		コミュニティ支援事業		
		コミュニティ支援事業 妊婦一般・産婦健康診査事業 里帰り出産等補助事業 プレママ医療給付事業					
生活習慣病対策	食育推進	②「減塩を中心とした食育の推進」					
	早期発見	減塩体験事業	●食育応援隊の育成・食育活動の推進			びんころ食(減塩・低カロリー・地元食材)の普及活動	
	重症化増進予防	足育により足の病気や靴の選び方に関する正しい知識、正しい歩行姿勢を身に付けることができる。 ・将来にわたり健康で歩き続けることができる。 ・小児期からの生活習慣病の予防につながる。 ・医療費の抑制が期待できる。(右記参照) etc	④「学童、思春期世代への健康アプローチの強化」 ・小中学校への健康相談 ・「生活点検票」による小中学生自己生活記録 ・HbA1c検査の導入		特定健診受診率の向上及び重症化予防への取り組み ③「働き盛り世代の健康活動支援」 ⑤「運動等による健康増進と重症化予防」 「ピンピン講座」「ウォーキングステーション」「森林セラピー」		
	保歯健科	歯の教育・歯科指導等	小学生「歩」教室	小中学校フッ素洗口	受動喫煙防止対策	35歳以上歯周疾患検診	口腔機能向上
		足育の実施				取組み効果・・・医療費の抑制 (年間の医療費の抑制効果) = 歩行数の増加した住民数 × 1日当たりの歩数増加量 × 0.061円/歩 × 365日 出典:筑波大学久野研究室	
安全・安心の確保	心の健康	⑥「住み心地の良い地域とするための心の相談機能の拡充・強化」					
		「自殺予防対策」「精神保健」等各種事業の実施					
		●中学生向け自殺予防事業 ・「心のほっとライン・佐久」のフリーダイヤル化 ・「自殺ゲートキーパー研修」によるスキルの向上 ・心の健康講座の開催 ・総合相談会の開催(2回)					