

## 基本目標3 一人ひとりの健康管理の支援

### (1) がん・循環器疾患・糖尿病・COPDの対策

---

#### 【現状と課題】

生活習慣病予防の目的は、糖尿病、高脂血症、高血圧等の生活習慣病の重症化による糖尿病合併症、心疾患、脳血管疾患等の発症を防ぐことです。生活習慣病は、特に自覚症状がないまま、長い期間をかけて発症するため、気づかず放置されていることが少なくありません。また、働き盛りに突然発症することも多く、社会的にも極めて損失が大きい上に、死亡から免れたとしても、その後、後遺症で苦しむケースも少なくありません。生活習慣病の発症・重症化予防は非常に重要となります。そのため、自分の健康状態を把握し、早期に病気を発見するためには、定期的な健康診査や検診を受けることが必要不可欠となります。健診・保健指導の受診勧奨を行うとともに、生活習慣を見直し、予防に向けた取り組みが必要です。

また、主要な死亡原因であるがんについては、無料クーポン券の配布などにより、大腸がん、乳がん、子宮がん検診の受診率は上昇傾向がみられます。今後も引き続き、各種がん検診を実施するとともに、検診未受診者に対する受診勧奨を行うことが必要です。さらに重大な合併症を引き起こす恐れのある糖尿病や、死亡原因として急速に増加すると予測されるCOPDへの対策は健康寿命の延伸を図る上で重要な課題です。



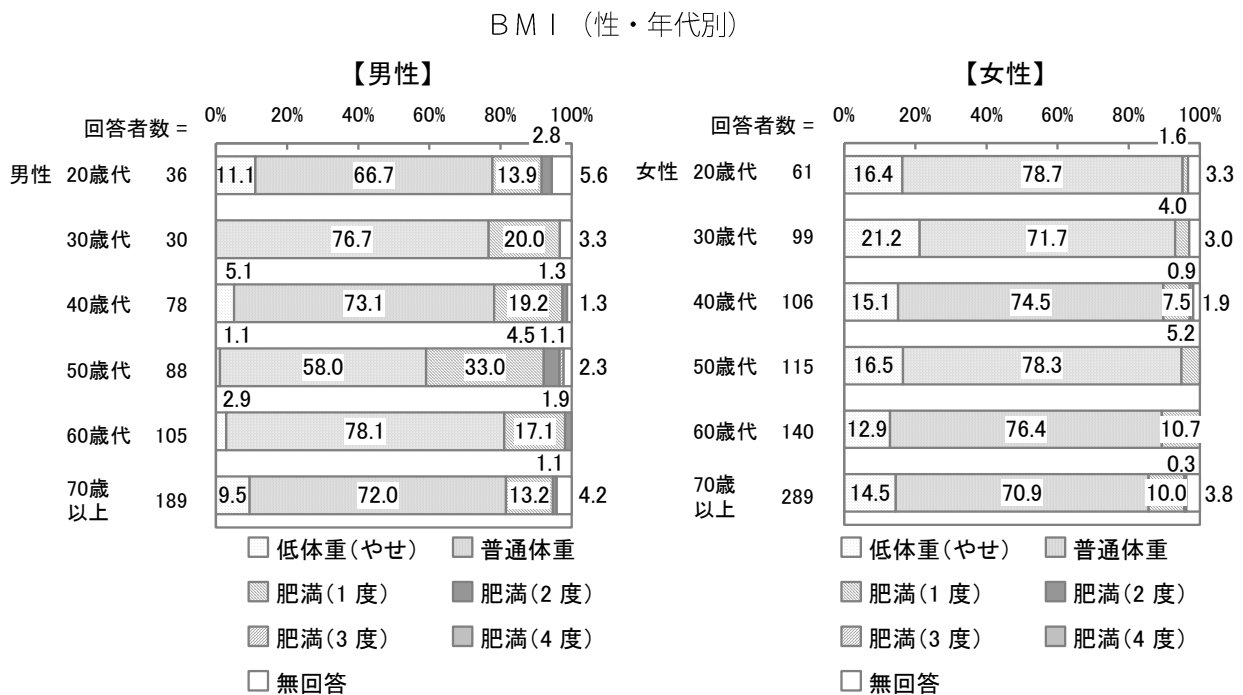
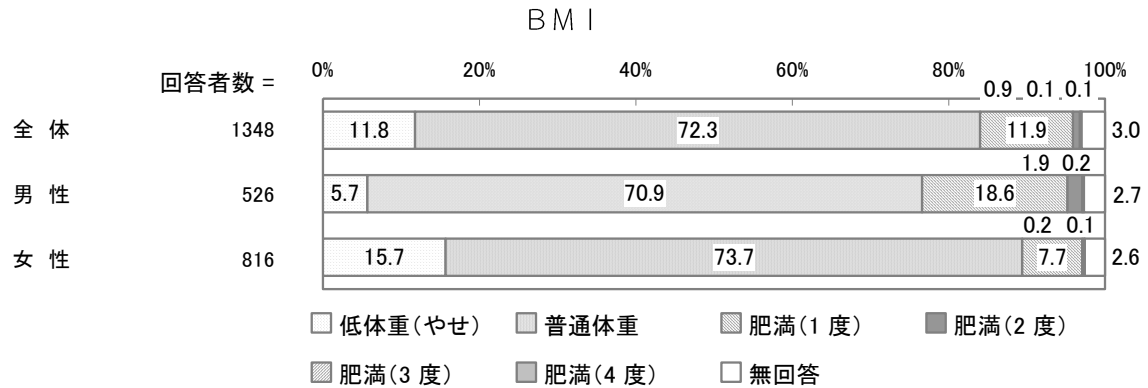


## 市民意識調査結果

### ① 適正体重の維持について

適正体重を維持している人（BMIが18.5以上から25未満）については、男性の50歳代で「肥満」（BMI：25.0以上）の割合が高くなっており、女性の30歳代では「やせ」（BMI：18.5未満）の割合が高くなっています。

中年男性の肥満対策とともに、思春期から青年期の女性に瘦身志向がうかがえることから、適正体重の正しい認識をもつことを促すことが必要です。



性別不明：6人

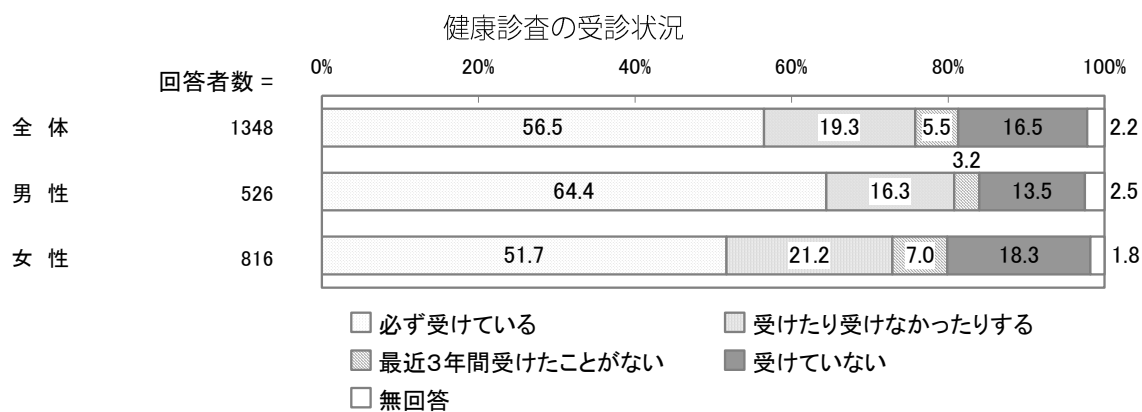
年齢不明：男性0人，女性6人

## ② 健康診査の受診状況について

健康診査の受診状況について、「必ず受けている」の割合が56.5%と最も高く、次いで「受けていたり受けなかったりする」の割合が19.3%、「受けていない」の割合が16.5%となっています。

また、性・年代別で見ると、他に比べ、男性の40歳代、50歳代で「必ず受けている」の割合が高く、7割を超えています。一方、男性の20歳代、女性の30歳代で「受けていない」の割合が高く、3割を超えていることから、未受診者への受診勧奨を行うとともに、健診の受けやすい体制づくりが必要です。

職業別で見ると、他に比べ、会社員、公務員で「必ず受けている人」の割合が高く、約8割となっています。また、自営業、家事専業、パート・アルバイトで「受けていない人」の割合が高くなっています。



性別不明：6人

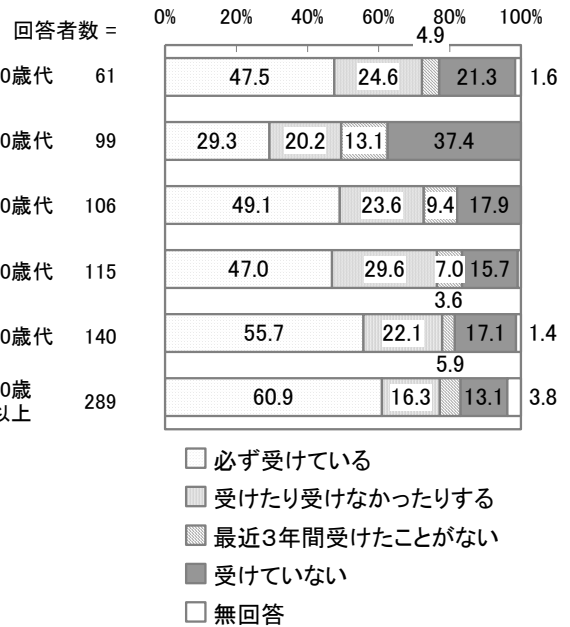
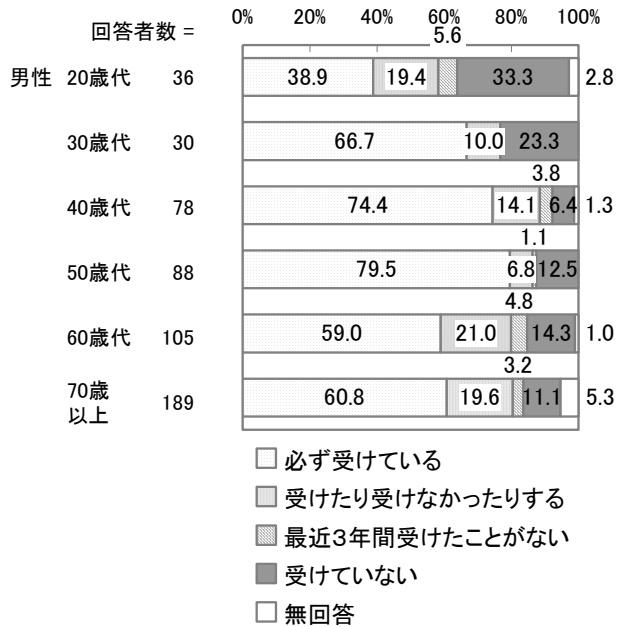




健康診査の受診状況（性・年代別）

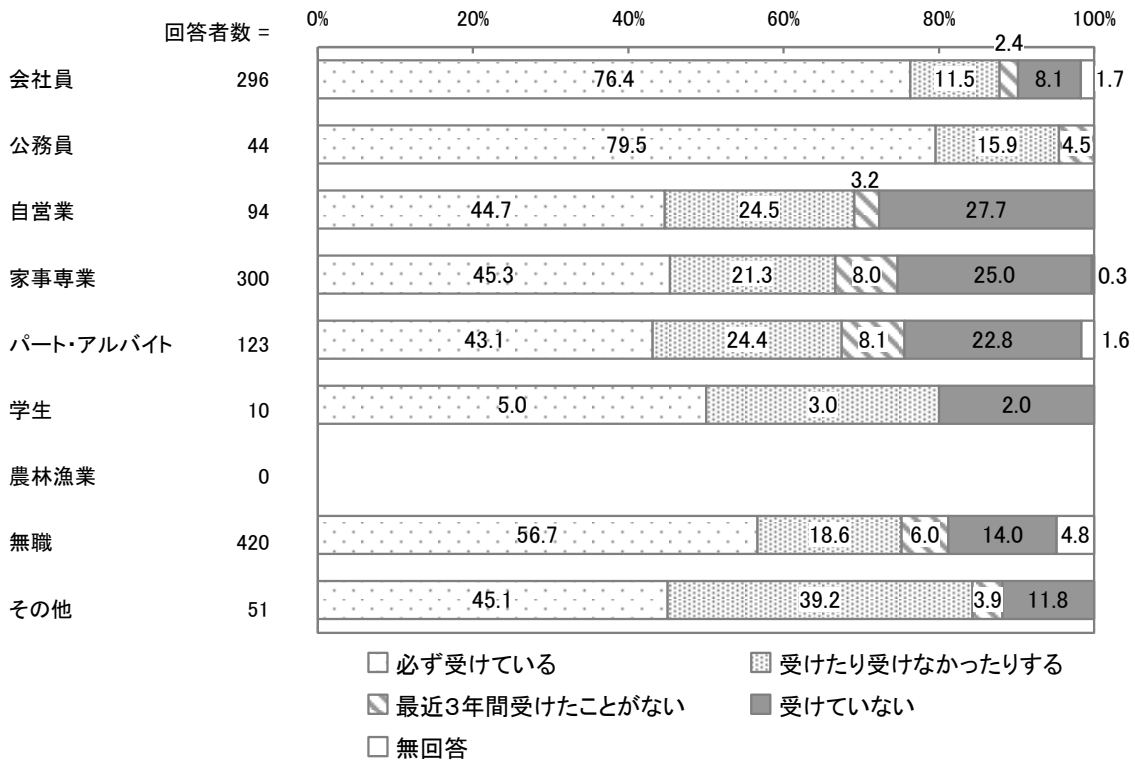
【男性】

【女性】



年齢不明：男性0人，女性6人

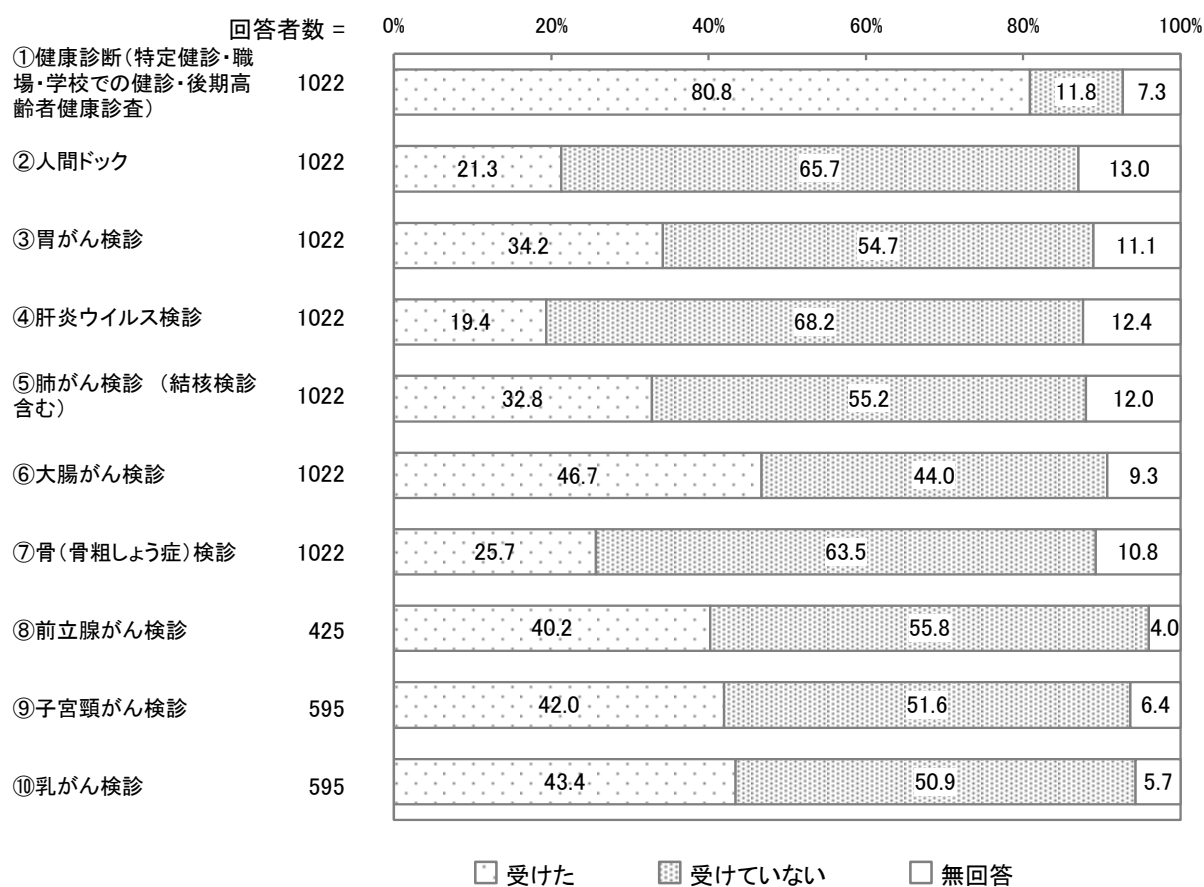
健康診査の受診状況（職業別）



職業不明：10人

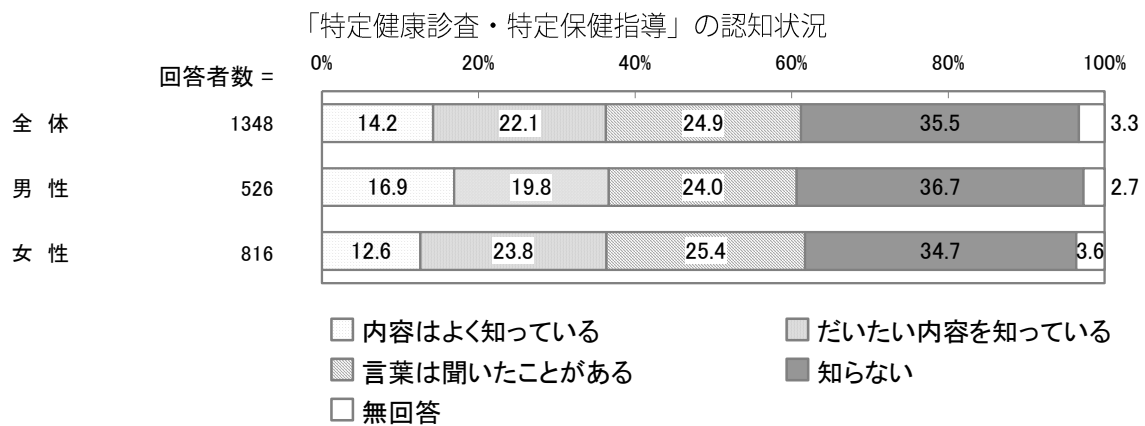
定期的な検診の受診状況については、①健康診断（特定健診・職場・学校での健診・後期高齢者健康診査）、⑥大腸がん検診、⑧前立腺がん検診、⑨子宮頸がん検診、⑩乳がん検診で「受けた」の割合が高く、4割を超えています。一方、②人間ドック、④肝炎ウイルス検診、⑦骨（骨粗しょう症）検診では「受けていない」の割合が高く、6割を超えています。

定期的な検診の受診状況





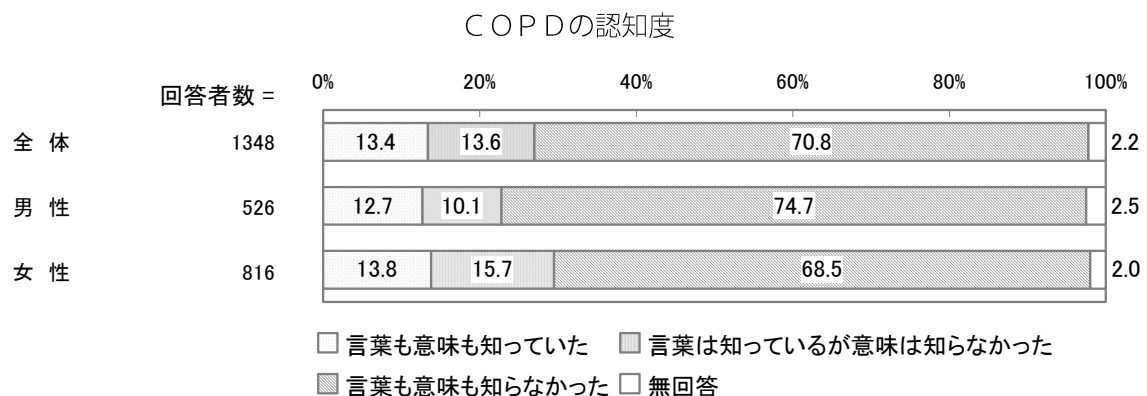
「特定健康診査・特定保健指導」の認知状況については、「知らない」の割合が35.5%と最も高くなっています。今後も引き続き、関心が低い人への特定健診・特定保健指導の利用者増加を促す必要があります。



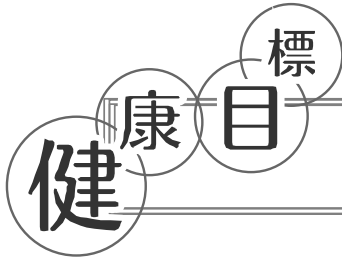
性別不明 6人

### ③ COPDの認知度

COPDは、長期の喫煙によっておこる肺の炎症性疾患で、呼吸障害や肺気腫、慢性気管支炎などが含まれますが、「言葉も意味も知っていた」と「言葉は知っているが意味は知らなかった」をあわせた認知度は27.0%となっています。健診時等を通じたばこの害等のパンフレットを配布するなど普及・啓発することが必要です。



性別不明：6人



## 健診を受けて生活習慣を見直そう

### 【家庭や地域の取り組み】

- ・定期的に健診やがん検診を受けます。
- ・血圧や体重など定期的に測定し、健康状態の記録をします。
- ・心身の不調に気づいたら、早めに受診します。
- ・健診後は積極的に自己ケアに努めます。
- ・かかりつけ医をもち、健康管理に努めます。

### 【施策の方向】

#### 適正体重の維持についての普及・啓発

- ・自分の適正体重を知った上で、定期的な体重管理を実践するよう、普及・啓発を図ります。

#### メタボリックに着目した生活習慣病予防の普及・啓発

- ・特定健康診査・特定保健指導実施計画に基づき、メタボリックシンドロームに着目した生活習慣病予防の普及・啓発を図ります。

#### がん検診と事後指導の充実

- ・がんの早期発見のため、受けやすいがん検診の体制づくりを行います。また、乳がんの自己検診法の普及と、マンモグラフィー併用検診の普及・啓発を図ります。





【行政・関係団体の具体的取り組み】

No	事業名	事業内容	今後の取り組み	担当
1	健康チェック(3時間人間ドック)	市内在住・在勤者の30歳以上の方を対象に、生活習慣病予防11項目(がん検診含む)による3時間人間ドックを行っています。	継続	健康課
2	がん検診 肺がん 胃がん 大腸がん 前立腺がん 乳がん 子宮がん	市内在住の方を対象に、集団による検診と医療機関委託による個別の検診を行っています。また、特定健康診査と同時に肺がん・胃がん・大腸がん・前立腺がん・乳がん検診も実施しています。	拡充	健康課
3	骨粗しょう症検診	市内20歳以上の方を対象に、超音波による骨検診を実施しています。	継続	健康課
4	特定健康診査 特定保健指導	国民健康保険加入者のうちの40～74歳までの方を対象に健診を行っています。また、健診結果により階層化された方を対象に保健指導を実施しています。	継続	保険医療 助成課  健康課
5	健康講座	乳がん、子宮がん、糖尿病、肝臓病、CKD(慢性腎臓病)等の疾病についての知識と理解が得られるよう、市立芦屋病院との共催により、幅広く充実した内容で健康講座を行っています。	継続	健康課 市立芦屋 病院
6	健康大学講座	健康全般に関する内容について、医師会・歯科医師会・薬剤師会の協力を得て、10回に分けて16講座を実施しています。	継続	健康課 芦屋健康 福祉事務所
7	健康相談	健康相談、栄養相談において、健康づくり全般に関する相談・指導を実施しています。また、市立芦屋病院の看護師による「よろず相談」を実施し、医療や介護等あらゆる分野に関して相談に応じしています。	継続	健康課 市立芦屋病院
8	後期高齢者医療 健康診査	後期高齢者医療保険制度に加入する75歳以上の方を対象に健康診査を実施しています。	継続	保険医療 助成課  健康課



No	事業名	事業内容	今後の取り組み	担当
9	二次予防者事業 対象者把握事業	要支援や要介護の状態になるおそれのある人（二次予防事業対象者）を把握するため、65歳以上の要介護認定を受けていない高齢者を対象に、基本チェックリストの配布、回収により、二次予防事業対象者の実態把握に努めます。	新規	高年福祉課
10	あしや保健福祉 フェア	あしや健康福祉フェアの中でこどもから高齢者まで地域の人々を対象に、関係機関等の協力により、健康増進や食育に関するパネル展示、相談、測定、試食など行い健康づくりに役立つ情報を提供しています。	継続	健康課 芦屋健康福祉事務所 医師会 歯科医師会 薬剤師会 看護協会 芦屋栄養士会 いずみ会

## 【目標値】

目標指標	現状値	目標値
①適正体重を維持している人の割合	72.3%	75%以上
②毎年健康診査・定期健康診断を受けている人の割合		
成人男性	64.4%	75%以上
成人女性	51.7%	75%以上
③特定健康診査・特定保健指導を知っている人の割合	61.2%	80%以上
④がん検診を受けている人の割合	39.3%	50%以上※
⑤COPDを認知している人の割合	27.0%	50%以上

※胃がん、肺がん、大腸がんは当面 40%

