

第3章 これまでの現状と課題

第3章 これまでの現状と課題

計画策定時からこれまでの5年間で見えてきた各分野、各世代における現状を、健やかほうふ21計画（第二次）推進委員会で共有し、それぞれの立場でできる取組や、日頃感じている市民の健康づくりの課題等について検討を行い、連携を図りながら、取組を進めてきました。

1 策定時からの課題のまとめ

- 子どもの頃は、家庭や学校で健康的な生活を送り実践する力を学んできましたが、20歳代ではどの分野も気になる現状がありました。子どもの頃に身につけた健康的な生活を20歳代で実践できるようになるために、家庭や学校・地域が連携して子ども世代や子育て世代へ働きかけるとともに、20歳代が学び直しができるよう様々な機会を設け働きかけることが必要です。
- 健康寿命の延伸のためには、生活習慣病の予防やこころの健康を保つことが大切です。働く世代が日ごろの生活の中で健康を意識し、楽しく健康づくりに取り組めるよう、職域と連携した取組が更に必要です。

2 これまでの主な取組（概要）

推進委員会での意見

- ・健康づくりの大切さについて、それぞれの立場で市民の人に、伝えていきたい。
- ・健康づくりを進めるためには「継続」と「繰り返し」が必要で、いろいろなどころで健康づくりの情報を伝えていきたい。

【このような思いから取り組んだこと】

- (1) 市広報における「連載 健やかほうふ21計画（第二次）」の掲載
市民一人ひとりや関係機関、団体に対して計画について周知を図り、健康づくりについて考えるきっかけとして、各推進委員や市民の皆様からの協力をいただきながら、2年間の連載を行いました。
- (2) 関係機関、団体への周知
推進委員から、所属団体や周りの市民に、健康づくりを広めるために、各推進委員の協力により、各団体でこの計画について伝え、各団体での活動に健康づくりを取り入れられるように、市民の健康づくりの課題や取組のポイントを伝えました（別紙1）。

● 市広報における連載（一部）

市広報(H31.2.1号)



市広報(H31.1.1号)



市広報 (R2.4.1号)

みんなでつながり思いやる健やかなまち「ほうふ」を目指して・・・

～健やかほうふ 21 計画推進委員会委員から一言メッセージ!～





連載『健やかほうふ21計画(第二次)』のバックナンバーは、市ホームページで公開しています。



健やかほうふ 21 計画 (第二次) 推進委員会事務局【市保健センター・☎ 24-2161】

推進委員会での意見

- ・現在の市民の現状を知り、特に、若い世代、働く世代の健康づくりが心配であることがわかった。食生活や運動、タバコ、ケンシン受診などについて、お互いに連携をして働きかけをしていきたい。

【このような思いから取り組んだこと】

- (1) 働く世代の健康づくりをより一層強化するため、商工会議所と連携し、ゲートキーパー*養成講座の開催や健康情報の発信を行いました。また、全国健康保険協会山口支部と包括連携協定を締結しました。

- (2) レノファ山口とワークショップを開催し、若者世代や無関心層への効果的な啓発活動について意見交換を行いました。
- (3) 幼稚園、保育園との連携により、保健師、栄養士から若い世代の親への健康についての情報提供を、園だより等を活用して開始しました。
- (4) 事業所で行われる職員研修の場や、地域での会合等に保健師、栄養士が出向き、健やかほうふ21計画（第二次）と健康づくりについて講話を行いました。
- (5) 推進委員会でのつながりから、民生委員や各自治会の集まり等の地域の集まりや幼稚園に、保健師や栄養士、医療専門職が出向き、講話を行いました。

●レノファ山口とのワークショップ



●健康づくりについて山口県農業協同組合にて講話



	妊婦・乳幼児とその保護者	小・中学生とその保護者	高校生とその保護者	20~30歳代	40~50歳代	60歳以上
目指す姿	愛情いっぱい 基本的な生活習慣の基礎を身につけよう	自分を大切に 基本的な生活習慣を学び実践しよう	自分も友人も家族も大切に 自立に向けた健康的な生活を送る力を身につけよう	楽しい人生のために 健康を意識した生活を送ろう (早く気づいて20歳代)	お互いを大切に 体と心の状態をチェックし、健康的な生活を習慣づけよう (まだまだ間に合う40、50歳代)	家族・仲間、地域と共に 健康習慣を維持し、次世代へ生活習慣の基礎を伝えよう
食べよう部会	栄養・食育 早寝早起き朝ごはん！ 朝食を食べている子ども 約9割(年齢があがるほど、食べなくなる) 栄養バランスを考え実践している妊婦 約3割		朝ごはんを食べよう	主食・主菜・副菜のそろった食事をしよう 20歳代は毎日朝食を食べている人は6~7割、野菜の摂取量も少ない。バランスのとれた食事を実践している人も2~3割		家族や仲間と一緒に食事を楽しもう 朝食を食べている人 約9割
	健康 虫歯にならないための生活習慣 3歳児のむし歯 約2割(国・県より低い)	1日3回歯をみがこう 中学生のむし歯 約6割(国・県より高くなる)			歯科検診を定期的に行こう 40~50歳代男性で毎日朝食を食べている人は7割。1日の野菜摂取量も、全世代の中で最も少ない。 歯科検診を受けている人 約5割	
動こう部会	身体活動・運動 家族や友人と楽しく体を動かそう	友人等と運動を楽しもう スポーツをしている男子6割 女子3割		生活の中で意識して体を動かそう 20~40歳代女性で、運動習慣がある人は1割以下	体力チェック・ロコモチェックをして、自分の体の状態を知ろう 女性は40歳代、男性は50歳代で2割がロコモチェックに該当 60歳代になると、運動する人が増加	家族や仲間と楽しく体を動かそう
	健康管理 ケンシンの大切さについて学ぼう 乳幼児健診受診率約95%以上 妊婦健診受診率ほぼ100%	学校の健診 受診率ほぼ100%		体重測定等やケンシンを受けて、自分の体の状態を知ろう 健診受診率 20歳代は30~40%	定期的にケンシンを受けて、生活を改善しよう 家族や友人にケンシンの大切さを伝えよう 60歳代は健診受診率が低下 がん検診受診率(県内13市中) 肺がん12位、大腸がん13位	
守ろう部会	喫煙 子どもをたばこの害から守ろう 乳幼児期の親の喫煙 父親:4~5割、母親:約1割	たばこの害について学び、喫煙の誘いを断わる方法を身につけよう たばこの害を知っている子どもは成長と共に増加するが、「将来たばこを吸いたくない」と思う子どもは、成長と共に減少		たばこを吸わないようにしましょう 喫煙者の割合	周りの人にたばこの害や禁煙の大切さを伝えよう 禁煙をしよう 男性は県内で1番高い(ワースト1位)、女性は4番目に高い	
	こころの健康 子どもの声に耳を傾けよう 言葉で愛情を伝えよう 困った時は身近な大人に相談しよう 相談できる人や場所を持つよう	困った時に相談できる人がいない中高生 男子3割、女子2割		自分にあったストレス対応方法を見つけよう 働く世代でストレスがある人 7~8割	自分の心の状態をチェックしよう 40~50歳代男性は、相談できる人がいない割合が他の世代より高い 相談できる窓口を知っている人は約4割以下	日頃から周りの人とコミュニケーションをとろう
働きかけ部会	各団体が20~30歳代には	子どもの親でもある 子どもに関わる団体(母推、園や学校、PTA等)	子どもの親でもある 企業、医師会、薬剤師会等	企業にとっては、従業員であり、その配偶者である	日頃の活動で出会う地域の人たち 地域の団体(自治会、民生委員、老人クラブ、社協、食推等)	子どもを通じて、保護者の健康について、伝えることができる！
				企業が従業員へ、産業医が従業員へ、従業員同士のコミュニケーションの中で、伝えていける！	日頃の付き合い、地区の活動で出会った人に、健康習慣を維持する事を伝えていける！	