

平成 28 年度 健康長寿しまね推進会議構成団体の取組

団体名：隠岐圏域健康長寿しまね推進会議

●隠岐圏域健康長寿しまね推進会議（全体会）

<平成 28 年度の方向性>

- ・働き盛り世代の健康づくりの推進
- ・特定健診やがん検診等の受診促進に関する啓発普及の推進
- ・脳血管疾患、高血圧対策の推進
- ・たばこ対策の推進

1. 隠岐圏域健康長寿しまね推進会議（全体会）の開催

- 1) 7月28日(木) (島後地区開催)：平成28年度健康長寿しまね推進会議及び隠岐圏域健康長寿しまね推進会議の取組について
- 2) 隠岐圏域健康長寿しまね推進会議 各部会開催状況 (各部会年2回)
*第1回：島後地区開催 (全体会と同日開催) ・第2回：島前地区開催
 - 栄養・食生活、歯科保健部会 (まめまめ部会)：7月28日・2月14日
 - たばこ・アルコール部会 (はればれ部会)：7月28日・2月28日
 - 運動・こころの健康・健診(検診)受診推進部会 (わくわく部会)：7月28日・2月28日

2. 健康づくりグループ表彰

- 県表彰：健康長寿しまね推進会議会長賞－1団体
 - 圏域表彰：圏域会長賞(10年以上の活動)－4団体
圏域継続賞(5年以上の活動)－5団体
圏域奨励賞(3年以上の活動)－3団体
- 計13団体表彰
- *各グループの活動時に会場または代表者宅にて表彰式を実施

3. 健康づくり活動推進交流会(ロコモ予防研修会・健康長寿しまね推進会議会長賞表彰式を同日開催)

- 日時：12月20日 9:15～11:30 場所：隠岐合同庁舎
 - 内容：①ロコモ予防講演・予防体操 ②高齢者の栄養(講義) ③健康づくりグループ活動交流
- <活動推進交流会> <健康づくりグループ表彰>



4. 「まめな・おき通信」：年2回(9月・2月)発行 作成部数1400部/回
全戸回覧、関係機関・団体、推進会議委員・部会員等に配布
5. たばこ対策：平成28年4月1日より、管内全ての小中学校での敷地内禁煙を展開
「たばこの煙のない施設」登録事業(平成28年度新規事業)…13施設登録
6. 各町村健康まつりへの参加

- 1) 隠岐の島町いきいき祭り：全体会・各部会活動、グループ表彰、料理コンクール受賞作品の紹介等
- 2) 西ノ島町ふれあい健康福祉フェア：野菜350g計量、歯科(口腔水分量チェック)健康相談等
- 3) 海士町町民健康福祉フェア：講演会、料理コンクール表彰、健康チェック、昼食試食コーナー等
- 4) 知夫村どっさり祭り：体力チェック、みそ汁の飲み比べ、料理コンクール表彰、酒・たばこ啓発

<平成 28 年度の取組評価>

- ・健康づくりグループ表彰事業において、県会長賞表彰1団体・圏域表賞12団体を表彰することができ、表彰にあたり県の選考基準に照らし合わせ活動の評価を行うことができた。
- また、健康づくり活動推進交流会において、健康づくりグループ表彰団体等の活動交流を行うことができた。

●栄養・食生活、歯科保健部会（まめまめ部会）

栄養・食生活 【活動テーマ】毎朝、朝ごはんを食べましょう～早寝 早起き 朝ごはん～

1. 「わが家の一流シェフ in 隠岐」料理コンクール

- 1) 募集内容：ご飯にあう朝食のおかず
- 2) 対象：隠岐圏域に住む小学校5、6年生、中学生、高校生
- 3) 応募者数：80人
- 4) 内容：部会員による審査会の実施



平成28年度
最優秀賞作品

表彰式の開催（島前地区は健康福祉祭等、島後地区は各学校の全校集会等で実施）
レシピの活用（圏域広報誌等に掲載、学校給食等への活用を依頼）

2. 食育月間・食育の日のPR（食育キャンペーン）

- 1) 実施状況：隠岐高校6月17日／隠岐島前高校6月23日
- 2) 内容：朝食・清涼飲料水摂取アンケート、食育啓発展示等



食育キャンペーン
の様子

3. 【新】健康な食の推進事業

- 1) 内容：みそ汁等の塩分測定（食生活改善推進協議会等実施）
うす味（減塩）、バランス・野菜摂取の啓発

4. 【関連事業：県事業】まちの食育ステーション事業

- 1) 保健所：食の情報発信 協力店舗（スーパー）：H28年度現在5店舗
地元店舗と連携し、食育月間（6月）及び食育の日（19日）に併せ、うす味レシピ等を配布。
- 2) 保健所と共同実施：私の施設の簡単・おいしい・おすすめレシピの募集

5. 健康づくり応援店の開拓・フォロー

- 1) 店舗数28店舗（島前11店舗、島後17店舗）
- 2) 応援店のフォロー 4店舗

歯科保健 【活動テーマ】ごちそうさま おはしをブラシに持ちかえる

1. 歯と口の健康週間キャンペーン

- 1) 実施状況：サンテラス（隠岐の島町）6月5日
- 2) 内容：むし歯予防・歯周病予防パンフレットの配布、定期歯科受診アンケートなど

2. 【新】いい歯の日キャンペーン

- 1) 実施状況：西ノ島町ふれあい健康フェア10月30日／隠岐の島町健康祭り11月20日
- 2) 内容：定期受診、歯間清掃具使用を促す啓発チラシの配布

3. むし歯、歯周病予防の啓発

- 1) 内容：事業所訪問時にむし歯予防・歯周病予防パンフレット（歯の磨き方等）を配布

<平成28年度の取組評価>

- ・料理コンクールは、小学生、高校生からの応募者が増え、多くの児童、生徒に取り組んでもらうことができた。全体的に野菜量が少ない作品が多く、野菜摂取の啓発も併せて行う必要がある。
- ・歯のキャンペーンは、町村で開催する健康祭り等人が多く集まる場で、部会員の協力を得て、啓発を行うことができた。

●運動・こころの健康・健診（検診）受診推進部会（わくわく部会）

平成28年度重点取組項目：ロコモ予防の普及啓発

運 動

1. ロコモ予防の普及啓発

- 1) 各町村広報誌・ホームページ等への啓発記事掲載
- 2) 事業所訪問（ロコモ予防に関するリーフレット配布）
訪問先：海士町内14事業所、西ノ島町内2事業所、知夫村内12事業所、隠岐の島町内2事業所
- 3) ロコモ予防講演会の開催（隠岐圏域健康づくり活動推進交流会と同時開催）
日時：平成28年12月20日（火）9:15～11:30 / 会場：隠岐合同庁舎
 - ・講演「じょうずに食べて、元気に長生き」（隠岐保健所 管理栄養士 松田友美）
 - ・講演「ロコモティブシンドロームを予防しよう」（隠岐病院 作業療法士 小川勝氏）
 - ・実演「みんなで実践！ロコモ予防体操！！」（スポーツクラブ 隠岐 高齢者運動指導士 稲葉絵美氏）

2. ウォーキングに関する取り組み

1) ウォーキングに関する情報提供及び技術支援

- ・西ノ島町ウォーキング大会（11月13日）・知夫村いきいきウォーキング大会（10月17日）

こころの健康

1. 自死予防週間(9月10日～16日)の取り組み

1) 街頭キャンペーン〔※隠岐圏域自死予防対策連絡会と共催〕

- ・西ノ島町：9月13日(ショッピングセンターユアーズ) 配布数120部
- ・隠岐の島町：9月14日(ひまり・ウェルネス・サンテラス) 配布数各150部

2) 事業所訪問(チラシ・グッズ配布、事業所におけるメンタルヘルス対策に関する取組状況把握)

- ・海士町内11事業所、知夫村内15事業所、隠岐の島町内2事業所

3) その他(各町村タブレット放送・広報記事掲載・隠岐合庁内職員へのチラシ配布・幟の設置等)

2. 自死予防強化月間(3月)の取り組み

1) 街頭キャンペーン〔※隠岐圏域自殺対策協議会、町村健康づくり推進協議会と共催〕

2) ポスター掲示、タブレット放送等による啓発

3. こころの健康に関する啓発媒体の作成・配布

1) こころのホットライン隠岐圏域版(心の健康に関する情報、相談窓口一覧の掲載)作成

- ・全戸回覧、各種イベント・出前講座等にて配布

健診(検診)受診推進

1. がん健診・特定健診等実施時期における啓発

1) 事業所訪問(がん検診・特定健診に関するリーフレット配布)

訪問先：海士町内14事業所、西ノ島町内2事業所、知夫村内12事業所

2) がん検診啓発協力事業所への働きかけ、新規登録事業所の開拓

登録事業所数：155事業所(H28新規登録：3事業所)

2. がん征圧月間(9月)における取り組み(※自死予防週間キャンペーンと併せて実施)

1) 街頭キャンペーン(がんに関するチラシ・グッズ等の配布)

- ・西ノ島町：9月13日(ショッピングセンターユアーズ) 配布数120部
- ・隠岐の島町：9月14日(ひまり・ウェルネス・サンテラス) 配布数各150部

2) 事業所訪問(健診(検診)受診に関する取組状況の把握、がんに関するチラシ・グッズ等の配布)

- ・海士町内11事業所、知夫村内15事業所、隠岐の島町内2事業所

3) その他(各町村タブレット放送・広報記事掲載・隠岐合庁内職員へのチラシ配布・幟の設置等)

3. 各種イベント等における啓発

1) イベントでのパネル展示及びリーフレット配布

- ・海士町健康福祉フェア(10月16日) ・西ノ島町ふれあい健康フェア(10月31日)
- ・知夫村どっさり祭り(11月3日) ・隠岐の島町いきいき祭り(11月27日)

2) 乳がん自己触診指導(隠岐の島町いきいき祭り 11月27日)

<平成28年度の取組評価>

- ・ロコモ予防の普及啓発を重点取組項目とし、ロコモ予防講演会の開催、広報誌への記事掲載等により広く啓発を図った。壮年期からの運動習慣定着のため、引き続き効果的な啓発方法について検討していく必要がある。
- ・また役場や商工会の協力のもと、「がん検診啓発協力事業所」を中心に事業所訪問を行い、各事業所におけるメンタルヘルス対策や健診(検診)受診の取組状況の聞き取り及びリーフレット・グッズの配布等により働き盛り世代への啓発の機会を設けることができた。

●たばこ、アルコール部会(はればれ部会)

平成28年度重点取組 : 隠岐圏域にたばこの煙のない環境を増やす。

たばこ

1. 受動喫煙防止対策

1) たばこの煙のない飲食店及び理美容院登録の開拓・拡大

- ・飲食店7店舗、理美容店9店舗(新規3店舗)

2) たばこの煙のない施設登録の登録拡大

- ・新規13施設(うち、敷地内禁煙7施設)

3) 公共施設、事業所等に対する受動喫煙防止対策

- ・学 校：平成 27 年 10 月から西ノ島町内の小中学校が敷地内禁煙になり、保護者への周知のため、4月に西ノ島小学校PTA総会に参加し、たばこに関する啓発を行った。
 - ・公共施設：管内町村役場に訪問し、建物内禁煙等受動喫煙防止対策推進について依頼した。
- 4) 社会的機運の醸成：関係機関からたばこ対策宣言の募集
平成 27 年度に行った「たばこ対策取組宣言」の内容を推進した。

2. 普及啓発

- 1) 世界禁煙デー（5月31日）・禁煙週間（5月31日～6月6日）の取り組み
スーパーや保育所、事業所等でキャンペーンの実施、IP放送等で禁煙の害について啓発
町乳幼児健診にて個別指導実施
- 2) まめな・おき通信 9月号にて「たばこの煙のない施設登録事業」「管内小中学校の敷地内禁煙化」
について掲載

◆隠岐保健所事業計画

1. 禁煙サポート

【隠岐圏域禁煙支援医療実施機関】 ※平成 27 年度より 1 機関増

①半田内科クリニック（隠岐の島町） ②浦郷診療所（西ノ島町） ③知夫村診療所（知夫村）

(1) 禁煙治療を保険診療で行う医療機関の取り組み状況の周知

(2) 禁煙支援のための情報提供 ・(1) 及び (2) とともに保健所発行の情報誌等で啓発
・事業所訪問時に県作成「禁煙支援チラシ」の配布

2. 健康教育支援 依頼のあった機関に対し、健康教育を行う。

隠岐の島警察署署員 30 名 (6/29)、西郷南中 1 年生 38 名 (7/8)、都万中 2 年生 11 名 (7/13)、五箇中 1 年生 19 名 (7/13)、隠岐養護学校 (3/3)

アルコール

1. 未成年者飲酒防止キャンペーン

高校生を対象に未成年飲酒防止に関するリーフレット、グッズの配布
(島前：4月26日(内航船乗り場) 、島後：4月27日(隠岐高校))

2. 普及啓発

- 1) アルコール関連問題啓発週間（11月）にあわせ、町村広報等による啓発
- 2) 西ノ島町広報 12月号、まめな・おき通信 2月号に「^{オーディット}AUDIT(アルコール使用障害スクリーニング)」を掲載。
- 3) 隠岐保健所広報紙「はるもにあ 12月号」に適正飲酒について掲載
- 4) 適正飲酒キャンペーン（春・秋の交通安全週間に合わせて実施）

◆隠岐保健所事業計画

1. お酒による困りごと相談の実施

対応者：断酒新生会隠岐支部長、家族相談員、保健所保健師

○島後：【第 1 回】平成 28 年 5 月 30 日（月） 相談者なし

【第 2 回】平成 28 年 11 月 30 日（水） 相談者 2 名

○島前：【第 1 回】平成 28 年 5 月 24 日（火） 相談者なし

【第 2 回】平成 28 年 11 月 28 日（月） 相談者なし

2. 健康教育支援

県職員連合労働組合隠岐支部ユース部 20 名 (5/13)、五箇中 1 年生 19 名 (7/13)、隠岐養護学校 (3/3)

3. 普及啓発（例年通り、関係機関と連携して実施）

(1) 適正飲酒キャンペーン（春・秋の交通安全週間運動に相乗り）

○島後：平成 28 年 4 月 13 日（水） 13：15～13：45 隠岐共生第二保育園前

(2) アルコール関連問題学校セミナーへの参加（島根県立心と体の相談センターが主催）

【島後】平成 28 年 7 月 11 日（月） 隠岐高校 全校生徒（221名）対象

<平成 28 年度の取組評価>

- ・たばこ対策については H28 年 4 月から圏域内の小中学校が敷地内禁煙となった。
- ・今年度より「たばこの煙のない施設登録事業」を開始し、たばこの煙のない施設及び理美容店が増加した。公共施設の建物内禁煙に向けた働きかけを行ったが、各町村で動きが異なっている。引き続き健康増進法改正の動向も見ながらたばこの煙のない環境づくり活動を継続していく必要がある。
- ・アルコール対策についてはアルコール関連啓発週間時に「AUDIT」、アルコールによる健康被害について等の啓発に力を入れたが、本当に必要な人に見てもらえる工夫が必要という意見があった。来年度から啓発方法を工夫する必要がある。