

浜田圏域健康長寿しまね推進会議

<取組目標> 健康寿命を延ばす

【基本理念】「未来へつながる健康で幸福（しあわせ）に暮らせる石見のまちづくり」

【活動テーマ】「脳卒中死亡率を減少させよう」
「壮年期の自死を防止しよう」

■全体的な取組

- 会議の開催：浜田圏域健康長寿しまね推進会議総会（7/13、12/14）
幹事会（5/11）
各部会（禁煙推進部会、歯と食の部会、運動・健康づくり部会、心の健康づくり部会）（各2回）
- 健康長寿しまね推進会議への出席（5/25）
- 健康づくりグループ表彰事業
圏域選考会（8/29）、圏域表彰式（12/14）
県表彰：「金田いきいきサロン」、「熱田七福会」
圏域表彰：圏域会長賞（2グループ）、継続賞（5グループ）、奨励賞（1グループ）
- 活動推進交流会の実施（12/14）
健康づくりグループ表彰受賞者、構成団体等56名参加
 - ①H29年度健康づくりグループ表彰式
 - ②健康づくりグループ、7024よい歯のコンクール入賞者からの活動報告
 - ③野菜たっぷり・塩ちょっぴり料理「ほうれん草の中華風炒め」の試食会
- 情報誌「まめなたより」の発行（年1回）
健康づくりグループ当表彰受賞者の紹介や各部会の取り組みを紹介
- 健康づくりに関する普及啓発等
健康機器の貸し出し
保健所待合室に血圧計の常設を開始



活動推進交流会・健康づくりグループ表彰式



表彰受賞者の皆様



野菜たっぷり・塩ちょっぴり料理の試食会
（ほうれん草の中華風炒め）

■禁煙推進部会

○未成年者への喫煙防止対策の推進

- ①禁煙・防煙教室で使用する資料・啓発グッズの貸出

○受動喫煙防止対策の推進

- ・たばこの煙のない飲食店 48 件登録
- ・たばこの煙のない理容店・美容店 27 件登録
- ・たばこの煙のない施設 98 施設登録

(いずれも H29 年 12 月末現在)

○禁煙サポート体制の整備

- ①啓発資料の配布・パネル展示等で、禁煙治療実施医療機関、禁煙支援薬局についての情報提供

- ②禁煙手帳の配布

○たばこに関する正しい知識の普及啓発

- ①5/31「世界禁煙デー」及び5/31～6/6「禁煙週間」に合わせた取組

- ・部会員による街頭キャンペーン (5/31)：浜田商業高等学校 (配布数：230 部)
- ・学校主体による啓発 (5/31～6/6 のうち 1 日間)：石見智翠館高校 (配布数：560 部)

※歯と食の部会と協働で実施

- ②イベント等における啓発資材の配布

- ③事業所での啓発資材の配布



■歯と食の部会

○浜田圏域 7024 よい歯のコンクール

応募者：浜田市 31 名、江津市 6 名

表彰式の開催 (12/14)：最優秀賞 1 名、優秀賞 4 名



○歯と口の健康週間・いい歯の日の普及啓発

- ①街頭キャンペーン (5/31) ※禁煙推進部会と協働で実施

- ・部会員により思春期向けの歯・歯周病予防の啓発チラシおよび歯ブラシの配布を実施

…浜田商業高等学校（配布数：230部）

②学校主体による啓発（5/31～6/6のうち1日間） ※禁煙推進部会と協働で実施

・学校へグッズ提供を行い、教職員より思春期向けの歯・歯周病予防の啓発チラシおよび歯ブラシの配布を実施

…石見智翠館高校高校（配布数：560部）

○「食育フェスタ in 浜田」での歯科体験コーナーの設置（6/25）

- ・来場者(体験者)：約120名
- ・「むくむくおぼけ」作りと口を使った遊びの効果の説明
- ・カミング30セルフチェック（簡易版）の実施と噛む効果の説明
- ・ボードアンケートの実施
- ・むし歯、歯周病についてのパネル展示



○食育月間・食育の日における普及啓発

①街頭キャンペーン（6/19）

- ・食育啓発チラシ・グッズの配布と声かけ
浜田市：問屋スーパー ダップス（250名）
- ・野菜1日350g摂取啓発パネルの展示
- ・野菜摂取量のボードアンケートの実施



②まちの食育ステーション事業

- ・街頭キャンペーンに併せて地元スーパー（ダップス）でうす味料理の試食を提供
- ・スーパーと連携し、減塩の工夫やレシピ及び食育・健康情報リーフレットの設置と配布

○食の重点目標『野菜たっぷり・塩ちょっぴり』の普及啓発

- ・『野菜1日5皿摂取』『減塩』について、まちの食育ステーション事業や部会構成団体とともに地域における普及活動を実施
- ・まめなたよりでうす味の野菜料理のレシピを掲載（年1回）

○健康づくり応援店の表示物の更新

- ・外食を利用する人の健康管理の支援を行うため、メニューの栄養価表示や、栄養情報を提供するお店に対し、新たな表示物を送付・・・計50店舗（H30.2月末時点）

■運動・健康づくり部会

○普及啓発

- ①「ロコモティブシンドローム予防」等のパンフレットの配布、ポスターの掲示
- ②運動器具（万歩計、ダンベル等）の貸出について周知
- ③運動部会からのミニ講座～体験してみよう！～（7/13）

※浜田圏域健康長寿しまね推進会議第1回総会において実施

- ・ロコモティブシンドローム予防の講話及び「スラックライン」体験

スラックライン
の体験



- ・講師：島根県立体育館 指導主任 瀬上悟 氏
- ・参加者：約40名

○壮年期（事業所）の健康づくりに関する取組

①健康づくり活動優良事業所表彰の周知

- ・健康づくり活動を積極的に実施している事業所を対象に募集、表彰を行うことで、健康づくり活動の定着と発展および他の事業所への波及効果を図ることを目的として実施

- ・応募数：4事業所

会長賞「住友生命江津支部」

「(公財)しまね海洋館」

奨励賞「石見ケーブルビジョン(株)」

特別賞「中国ジェイアールバス(株)浜田営業所」



会長賞受賞事業所

■心の健康づくり部会

【平成29年度活動内容】

○石見ケーブルビジョンでの告知活動

収録日：平成29年9月11日（月）

参加者：江津市、浜田保健所の保健師（計3名）

内容：世界自殺予防デー、自死予防週間について
ゆめタウン江津での街頭キャンペーン実施について



○街頭キャンペーンの実施

日時：平成29年9月12日（火）17:00～18:00

場所：ゆめタウン江津

配布物：啓発用リーフレット、その他グッズ

参加者：浜田圏域健康長寿しまね推進会議会員、浜田圏域自死総合対策連絡会会員、メンタルヘルスボランティアのぞみの会会員、浜田地域・職域連携推進協議会会員 計17名



<29年度の取組評価>

関係機関・構成団体の協力により、イベントやキャンペーンでの啓発等、健康づくりについて身近に考えてもらえるような取組を実施した。

圏域健康長寿しまね推進会議総会では、圏域健康長寿しまね推進計画（第2次）中間評価として、前半6年間の各部会・構成団体の取組状況の報告及び計画目標値の達成状況の報告を行い、圏域の現状と課題について構成団体員と情報共有することができた。また、総会では、壮年期への運動促進啓発の一環として、体験型のミニ講座を開催し、日常生活で体を動かすことの重要性について構成団体員に関心を持ってもらうことができた。

今後も、健康づくりに対する取組、特に壮年期を中心とした無関心層への啓発について、構成団体と連携した取組はもちろん、構成団体・地域の健康づくりグループの主体的な取組の支援を行うことにより、地域の健康づくりの機運を高め、圏域課題である「脳卒中死亡率の減少」「自死対策の推進」につなげたい。