

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29年度の方向性>

- ・公共施設の受動喫煙防止対策の推進
- ・高齢期のフレイル予防(低栄養防止・口腔ケア等)の普及啓発
- ・青壮年期からの運動習慣定着のための効果的な啓発
- ・特定健診やがん検診等の受診促進に関する普及啓発

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27日(木) (島後地区開催) : 平成29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27日・9月28日 (料理コンクール審査会)・3月7日
 - たばこ・アルコール部会 (はればれ部会) : 7月27日・2月14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27日・2月23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団体推薦
 - 圏域表彰 : 圏域継続賞(5年以上の活動) - 1団体表彰
- *サロングループの活動時にサロン会場にて表彰式を実施

3. ロコモ予防講演会

- 日時 : 3月8日(木) 14:30~16:10 場所 : 島前集合庁舎 参加人数 : 21人
- 内容 : ①ロコモ予防講演・実技演習
- ②フレイル予防講演
- ③活動紹介・ご当地体操「西ノ島健康体操」

4. 広報誌「まめな・おき通信」 : 年2回 (9月・2月) 発行 作成部数1400部/回
各町村全戸回覧、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 : 圏内の公共施設・事業所・飲食店等について、啓発により施設内以上の禁煙を実施する施設が昨年度よりも増加した。
「たばこの煙のない施設」登録事業…平成29年度現在17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・各部会活動紹介、料理コンクール受賞作品紹介、各種啓発
- 2) 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
- 3) 知夫村どっさり祭り : 体力チェック、酒・たばこ啓発

<平成29年度の取組評価>

- ・フレイル予防(低栄養防止・口腔ケア等)について、広報誌や講演会などにより、住民に啓発を行うことが出来た。
- ・健康づくりグループ表彰事業において、圏域表彰1団体を表彰することができた。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。

●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：177人（昨年度応募者数：80人）
- 4) 内容：取組依頼のために学校訪問
部会員による審査会の実施
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校長室で実施）
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）



平成29年度
最優秀賞作品



健康福祉祭にて表彰式

2. 食育月間・食育の日のPR（食育キャンペーン）

- 1) 内容：部会員の6月の活動の中で共通のチラシ（平成28年度圏域で作成）の配布による啓発
- 2) 実施状況：配布枚数1,100枚

3. 健康な食の啓発

- 1) 内容：パンフレットの活用等による
うす味（減塩）、バランス・野菜摂取の啓発
＜圏域作成パンフレット＞
・うすあじ減塩生活 ・「だし」をとろう！ ・かくれた塩にご用心



パンフレット「かくれた塩にご用心」

4. 健康づくり応援店の開拓・フォロー

- 1) 店舗数27店舗（島前10店舗、島後17店舗）
- 2) 応援店のフォロー（情報提供カード更新等）

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. いい歯の日キャンペーン

- 1) 実施状況：隠岐の島町いきいき祭り（11月26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、パネルの設置

2. 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29年度の取組評価>

- ・料理コンクールは、応募者数が昨年度の約2倍と、多くの児童、生徒に取り組んでもらうことができた。近年応募がなかった町村の学校には、部会長とともにお願いに行ったことで、応募があった。昨年度と同様に、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、人が多く集まる場にて啓発を行うことができた。かかりつけ医による定期歯科受診について、特に壮年期へ向けて啓発を強化していく必要がある。
- ・部会の中で、中間評価の結果を共有し、今後の取組について検討することができた。

●たばこ・アルコール部会（はればれ部会）

平成29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) たばこの煙のない環境づくりの推進
 - 1) 公共施設における受動喫煙防止対策の推進
海士町役場が建物内禁煙、隠岐の島町支所庁舎1か所敷地内禁煙、2か所建物内禁煙となった。
 - 2) たばこの煙のない施設の登録拡大
 - ・各町村健康づくり推進協議会や事業所訪問等で周知
登録施設数 17件（島前 6件、島後 11件）
 - 3) たばこの煙のない飲食店及び理美容店の登録拡大
 - ・各町村健康推進協議会や事業所訪問等で周知
飲食店：10件（島前 2件、島後 8件）、理美容店：9件（島前 8件、島後 1件）
- (2) 社会的機運の醸成
関係機関からたばこ対策宣言の募集、部会として「たばこ対策取組宣言」内容の推進

2 普及啓発

- (1) 街頭キャンペーン ※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
 - 島後：スーパー（2か所）、町母子事業に併せての啓発
 - 島前：保育園（3か所）、町乳幼児健診にて啓発、事業所訪問（24か所）にて啓発
- (2) 住民に向けて「世界禁煙デー」等の趣旨について放送の依頼
海士町（IP放送）、西ノ島町（IP放送）、知夫村（IP無線放送）
- (3) 隠岐合同庁舎・島前集合庁舎における世界禁煙デーの取り組み
合庁敷地内禁煙の実施（1日間）、各部局でのチラシ回覧、館内放送、喫煙所への啓発媒体掲示

◆隠岐保健所事業

1 禁煙サポート

【隠岐圏域禁煙支援医療実施機関】

- 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周知
- (2) 禁煙支援のための情報提供 保健所発行の情報誌等で啓発、事業所訪問時にチラシの配布

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。

西郷南中1年生39名（7月12日）、都万中2年生15名（7月12日）
隠岐養護学校（3月13日）、西ノ島町子育てサロン8名（10月26日）

3 その他 各町村主催の健康フェアへの参加協力

チラシ・グッズ配布、スモーカーライザー体験コーナーの設置。

（島後）隠岐の島町いきいき祭（11月26日）

（島前）海士町健康福祉フェア（10月15日）20名、知夫里島どっさり祭（11月3日）10名

アルコール

1 未成年者飲酒防止キャンペーン

- ・例年通り、酒販組合や町村健康づくり推進協議会等と連携して実施。
 - 島前：平成 29 年 4 月 25 日（火）7:30～8:00 内航船（フェリーどうぜん）乗り場にて実施。
 - 島後：平成 29 年 4 月 26 日（水）7:30～8:30 隠岐水産高校

2 普及啓発

- ・はるもにあ 12 月号に「酒の飲み方チェックシート」「適正飲酒」について掲載。
- ・チラシ「お酒の飲み方大丈夫ですか？」の活用による啓発

◆隠岐保健所事業

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 29 年 6 月 19 日（月） 相談者なし
【第 2 回】平成 30 年 1 月 29 日（月） 相談者なし
- 島前：【第 1 回】平成 29 年 6 月 12 日（月） 相談者なし
【第 2 回】平成 30 年 1 月 25 日（木） 相談者なし

2 健康教育支援

五箇小 6 年生 15 名（11 月 9 日）、五箇中 2 年生 19 名（12 月 20 日）、隠岐養護学校（3 月 13 日）

3 普及啓発

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）

○島前：平成 29 年 9 月 22 日（金） 浦郷日の出トンネル前駐車場

<平成 29 年度の取組評価>

- ・たばこ対策では、今年度はこれまでの働きかけの経緯もあり、海士町役場、隠岐の島町役場支所での受動喫煙防止対策が進んだ。また、たばこの煙のない施設及び飲食店の登録も増えた。引き続き、健康増進法改正の動向を確認しながら公共施設や飲食店等の人が集まる場での望まない受動喫煙がなくなるように取組を進める必要がある。
- ・アルコール対策では、適正飲酒について啓発を行ったが、今後はどの世代を対象にどのような方法で啓発するか検討が必要である。

●運動・こころの健康・健診（検診）受診推進部会（わくわく部会）

運動

1. ロコモ予防の普及啓発

1) 各種イベント・事業所訪問等での啓発

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 15 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 26 日）

2) 事業所訪問の実施（ロコモ予防に関するリーフレット配布）

訪問先：海士町内 9 か所、知夫村内 12 か所

3) ロコモ予防講演会の開催

日時：平成 30 年 3 月 8 日（木）14:30～16:10 会場：島前集合庁舎 1 階会議室

- ・講演：「ロコモティブシンドロームを予防しよう」（隠岐島前病院 作業療法士 向原翔子 氏）

- ・講演：「フレイルっていったい何だろう？ フレイル予防で健康長寿
いろいろ食べて、栄養しっかりと！」（隠岐保健所 管理栄養士 松田友美）
- ・活動紹介・実演：「ご当地体操 西ノ島音頭に合わせた健康体操」（西ノ島町役場）

2. 各町村広報誌・ホームページ等への掲載

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) 事業所訪問の実施(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り組み状況把握)
訪問先：知夫村内 12か所
- 2) その他 広報記事掲載(まめなおき通信9月号)

2. 自死予防強化月間(3月)の取り組み

西ノ島町産業保健部会と共催で各種会議時にリーフレット配布。

3. こころの健康に関する啓発媒体の作成・配布

- 1) 隠岐圏域こころのホットライン作成・全戸回覧(4月)
- 2) 各種イベント・出前講座等での配布

健診(検診)受診推進

1. がん検診・特定健診等実施時期に合わせた啓発

- 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 9か所、知夫村内 12か所
- 2) 街頭キャンペーンの実施(世界禁煙デーキャンペーンに併せて実施)(チラシ・グッズ等の配布)

2. がん征圧月間(9月)における取組(※自死予防週間事業所訪問型キャンペーンと併せて実施)

訪問先：知夫村内 12か所(健診(検診)受診に関する取り組み状況の把握、チラシ・グッズ等の配布)
その他、広報記事掲載(まめなおき通信9月号)。

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15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26日)
- 2) 乳がん自己触診指導
 - ・隠岐の島町いきいき祭り(11月26日) *がん検診啓発ポスター、保健所保健師による啓発

<平成29年度の取組評価>

- ・町村や商工会の協力のもと、事業所訪問を行い各事業所における運動、メンタルヘルス対策、健診(検診)受診の取り組み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を行うことができた。
- ・ロコモ予防の普及啓発を重点取り組み項目とし、ロコモ予防講演会の開催、広報誌への記事掲載等、広く地域住民に啓発を行う機会を設けることができた。