

令和4年度 健康長寿しまね推進会議構成団体の取組

団体名：(益田圏域) 圏域健康長寿しまね推進会議

- <取組目標>
- * 働き盛り世代への啓発
 - * 健康づくりと介護予防の一体的な取組
 - * 市町の健康づくりの会との重層的な活動の推進

● 推進会議の運営

- ① 益田圏域健康長寿しまね推進会議の開催 (7/4)
事業計画案の承認、「+1活動」の啓発 等
- ② 各部会の開催
食と歯の部会 (6/7、2/22)
たばこと酒の部会 (6/3、2/14)
運動とこころの部会 (6/17、2/22)
- ③ 益田圏域健康長寿しまね推進会議運営委員会の開催 (12/5)
・ 推進事業進捗状況、今後の取組について他
- ④ 健康長寿しまね推進会議への参加 (5/17 Web参加)



(コロナの状況を見ながらも各部会開催できました。)

● 健康づくり活動支援

- ① 健康づくりグループの募集、審査会
圏域審査会 (9/5)
受賞グループ
 - ・ 県知事賞「若がえり会」
 - ・ 県会長賞「いきいきサロン津田さざなみ会」
「高橋建設株式会社」
 - ・ 圏域会長賞 7団体
- ② 健康づくりグループへのヒアリング (8/18、8/24、8/26、9/12)
- ③ 健康づくり活動表彰 表彰式 (12/5)
出席者：表彰受賞者 18名、推進会議構成団体 18名
内容：表彰式
活動発表
ミニ講話「手ぬぐい体操実技」
- ④ 健康づくり情報発信及び情報の提供
 - ・ 益田保健所ホームページを活用した情報発信
 - ・ 健康づくり機器の貸し出し (スモーカーライザー、アルコールモデル他)



(多くの団体が受賞され、盛大に表彰式が開催されました。)

●栄養・食生活 (☆食と歯の部会)

- ①食育月間・食育の日(6月)における普及啓発
 - ・各市町が実施するキャンペーン等の啓発支援
 - 管内共通啓発チラシ・グッズの作成
- ②働き盛り世代への啓発
 - ・スーパーを拠点とした啓発活動を実施
 - (益田市1店舗、津和野町1店舗、吉賀町2店舗)
- ③食と歯の情報発信
 - ・管内3カ所のスーパー等に食と歯に関するチラシを常時設置



(スーパーに来店された方が足を止めて啓発物を見てくださいました。)

●歯科保健 (☆食と歯の部会)

- ①歯と口の健康週間(6月)における普及啓発
 - ・むし歯予防チラシ・歯ブラシ配布
- ②働き盛りの年代への8020の啓発
 - ・出前講座と歯周病唾液検査を1事業所で実施
 - ・手ぬぐい体操+1チャレンジを1地区で実施
 - 「食と歯の情報発信」※「●栄養・食生活」に記載



(県知事表彰を受賞された事業所で歯周病の出前講座を行いました。)

●運動 (☆運動とこころの部会)

- ①事業所と連携した壮年期の運動習慣の普及
【手ぬぐい体操+1チャレンジ】
 - ・益田合庁安全衛生委員会(8/31)
 - ・東仙道公民館・おたのしみサロン(2/8)



(手ぬぐい体操を各地域で広めています。)

- ②ロコモティブシンドローム(ロコモ)についての知識の普及
 - ・シルバーハウジング(西部地域包括支援センター同伴)(3/23)

●こころ (☆運動とこころの部会)

- ①相談機関パンフレットの普及啓発を行い、相談窓口の周知を図る
 - ・手ぬぐい体操+1チャレンジ等で配布・使用
 - ・「心の健康相談のご案内」及び「ストレスチェック・相談機関一覧表」HP掲載
 - ・自死予防週間(9/10~9/16)や自死対策強化月間(3月)等での周知
 - ・市町主催のキャンペーンへの協力(啓発物の提供等)
 - ・ポスターを関係機関・スーパーへ配布
 - ・自死予防週間、自死対策強化月間に、益田圏域自死総合対策連絡会名で、ケーブルテレビによるハートメガフォン等の啓発

②こころの病気の理解を深める

- ・ゲートキーパー研修 吉賀町民生委員 20名 (9/1)
- ・ストレスとこころの健康について考える 匹見町介護者の会 15名 (10/27)
- ・こころの健康について考える 吉賀町若返り測定隊 17名 (12/15)

●たばこ (☆たばこと酒の部会)

①受動喫煙防止対策

- 1) 益田市、鹿足郡養護部会の中で、未成年の受動喫煙防止対策について情報提供
 - ・スモーカーライザーの貸出 (10/31～11/30、1件)
- 2) 空気のきれいな施設や乗り物の登録事業の実施及び登録の今後の方向性の検討
 - ・新規登録の廃止と、まめカンへの登録移行の決定。
最終登録数：385施設 (第1種施設 209件 第2種施設 176件)
 - ・登録事業所の385施設に通知を送付。事業所 (292施設) には、まめカンの登録移行通知も送付。
- 3) 禁煙サポート体制の推進
 - ・禁煙治療実施医療機関と禁煙支援薬局の周知

②一般普及啓発

- ・世界禁煙デー (5/31) 及び禁煙週間 (5/31～6/6) に併せた啓発
- ・たばこ対策取組宣言の周知 (新規登録2件、益田圏域登録6件) (R5.3現在)
- ・まめなくんのたばこと酒コーナー 啓発媒体を部会員の施設に設置 (12団体、23箇所)
- ・タールモデルの貸し出し。(2件)
- ・事業所聞き取り調査実施 (2事業所)

●酒 (☆たばこと酒の部会：書面開催)

①未成年者の飲酒防止対策

- ・益田市、鹿足郡養護部会の中で、受動喫煙防止対策と併せて未成年の飲酒予防について情報提供

②一般普及啓発

- ・お酒の困りごと相談の周知
- ・アルコール関連問題啓発週間にポスター掲示、啓発物の配布、アルコールモデルの展示を行った。
- ・まめなくんのたばこと酒コーナーたばこと合わせてアルコールモデルを設置。
 - ・アルコールモデルの貸し出し。(1件)



●がん予防

①がん征圧月間、がん検診受診率50%達成に向けた集中キャンペーン月間の取組

- ・圏域内の保育園・幼稚園の年長の母親へ向けてリーフレット・グッズの配布等

②しまね☆まめなカンパニー登録事業所の拡大、普及

- ・事業所訪問時やヘルスマネジメント認定交付式等、あらゆる機会を通じて周知
登録施設数：39施設 (R5年3月現在)

●高齢者の健康づくり

①各部会にて啓発活動を実施

【運動とこころの部会】 ・手ぬぐい体操、ロコモ予防出前講座

【食と歯の部会】 ・スーパーにパンフレットスタンドを設置し啓発

○ 今年度取り組んだ『+1（プラス ワン）活動』

取組内容 ※該当する項目に☑をつけ、()に内容を記入してください。	参加者数	配布数
☑運動（「まめなくんの手ぬぐい体操」の普及～表彰式、事業所、高齢者サロンでの実演、事業所訪問でのチラシの配布）	100	200
☑食事（まめなくんの野菜たっぷり・塩分控えめメニューのスーパー等への配布、モデル地区公民館での啓発媒体の設置）	不明	不明
☑その他（+1 活動の周知啓発） ・ 検診センターにてチラシの配布 ・ 食育ステーション事業で配布 ・ 食生活改善推進協議会学習会でチラシの配布 ・ 体操教室でチラシの配布 ・ デル地区のたよりに記事を掲載	不明	不明

<令和4年度の取組評価>

コロナ禍でも全ての会議を予定どおり実施することができた。また、各部会においては、各団体での啓発媒体の設置や、チラシの見直しなどコロナ禍でも実施可能な取組も行うことができた。

健康づくりグループ表彰においては、グループや推薦機関への事前の聞き取りを行うことで、日頃の活動状況等把握できるよい機会となった。また、表彰が活動継続への励みになっている。

働き盛り世代への取組として、事業所への歯科出前講座や歯周病唾液検査、手ぬぐい体操+1チャレンジ、まめカンへの登録案内など様々な手法でアプローチすることができた。

次期計画に向けての話し合いをスタートすることができたので次年度は、事業のPDCAがまわるよう協議の場を確保していきたい。