

各論

第4章 生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底

1 栄養・食生活分野

栄養・食生活は、生命の維持に加え、QOLの向上に重要な要素です。また、多くの生活習慣病の発症・重症化予防のほか、やせや低栄養等の予防を通じた生活機能の維持・向上の観点からも重要です。

(1) 推進方針

① 適切な健康・栄養情報の提供

- 栄養摂取状況調査等を実施し、健康づくりの課題を明確にするとともに、必要な情報を県民や関係機関に提供します。
- 地域のマスメディアや食関連企業、関係団体、地域ボランティア(食生活改善推進協議会等)との連携を図り、それぞれが持つ多様な手段・機会を活かした情報発信が行えるよう働きかけます。
- 野菜不足を補うための方法及び工夫、食塩を摂りすぎないための方法や工夫について、わかりやすく普及啓発を行います。
- こどもに対する食育を通じて親世代も含めて、食に関する情報を提供します。
- 適正体重を維持するために必要な知識や行動の情報を提供します。

② 食生活改善のための取組の推進

- 幼児教育・保育施設、小学校、中学校、高等学校、大学と連携し、正しい食習慣が確立できるよう食育の充実を支援します。
- 事業所等と連携し、各自が身体の状態を確認し、食生活を見直す事で、生活習慣を改善できるよう支援します。
- 地域ボランティア(食生活改善推進協議会等)と連携して各地域で栄養教室を開催し、栄養改善、低栄養予防等の食支援を行います。

③ 自然と健康になれる食環境の整備

- 関係団体と連携し、健康的なメニュー(エネルギー控えめ、減塩、野菜たっぷり)を提供できる中食・外食等店舗の増加を図ります。
- 加工食品の栄養成分表示適正化を推進するため、関係団体へ働きかけます。
- 給食施設における適切な栄養・衛生管理が実現できる体制を整備します。
- 食生活改善推進等に関わる指導者・支援者の育成及び資質の向上を図ります。
- 高齢者等が必要な食事を摂取できる体制を整備します。

(2) 栄養・食生活分野における各指標の現状と目標

学習の指標

	指 標	現 状	目 標 (令和15年度末)
1	弁当や総菜を入手する時、カロリーなど栄養成分の表示を参考にする人の割合(男性)	35.2%	43.2%以上
2	弁当や総菜を入手する時、カロリーなど栄養成分の表示を参考にする人の割合(女性)	53.0%	60.0%以上

地域の組織・資源・環境に関する指標

	指 標	現 状	目 標 (令和15年度末)
3	食の健康応援団登録数	411店舗	546店舗以上
4	食生活改善推進員の活動への県民参加者数	73,328人	17万人
5	食育人材バンクの活用など食育活動への参加者数	3,469人	3,500人以上

生活習慣や行動の指標

	指 標	現 状	目 標 (令和15年度末)
6	1日当たりの食塩の摂取量(男性)	11.6g (BDHQ:14.4g)	7.5g未満 (11.4g未満)
7	1日当たりの食塩の摂取量(女性)	9.5g (BDHQ:11.4g)	6.5g未満 (8.4g未満)
8	1日当たりの野菜の摂取量(男性)	233g (BDHQ:251.6g)	350g以上
9	1日当たりの野菜の摂取量(女性)	237g (BDHQ:251.5g)	350g以上
10	1日当たりの果物摂取量の平均値(男性)	117.2g	200g
11	1日当たりの果物摂取量の平均値(女性)	122.4g	200g
12	食べる速度が速い者の割合	32.9%	30%以下
13	朝食を毎日食べているこどもの割合(小5)	89.6%	95.6%以上
14	朝食を毎日食べているこどもの割合(中2)	87.8%	93.4%以上
15	朝食を毎日食べているこどもの割合(高1)	91.1%	94%以上

健康指標

	指 標	現 状	目 標 (令和15年度末)
16	男性の肥満者の割合の減少(20歳～69歳)	32.7%	30%未満
17	女性の肥満者の割合の減少(40歳～69歳)	19.9%	15%未満
18	女性のやせの者の割合(20～29歳)	20.7%	15%未満
19	低栄養傾向の高齢男性の割合 (BMI20以下の75～84歳の男性)	10.3%	6.7%以下
20	低栄養傾向の高齢女性の割合 (BMI20以下の75～84歳の女性)	18.8%	20.1%以下

(3) 具体的な取組

県の取組

- おいしい減塩食や野菜摂取を普及する「うま塩もっと野菜プロジェクト」を推進します。
(健康づくり支援課)
- 教育庁と連携した「うま塩もっと野菜給食の日」の取組を通して、学校給食でのうま塩メニューの活用や野菜摂取の促進、保護者への啓発を図ります。(健康づくり支援課)
- 食の健康応援団の登録店舗を拡大させ、自然と健康になれる食環境の整備を図ります。
(健康づくり支援課)
- ICTを活用し、うま塩もっと野菜メニュー提供店の利用を推進します。(健康づくり支援課)
- 一人ひとりが「食」に関する正しい知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を営む力を身につけていけるよう食育事業を推進します。(生活環境部)
- おおいた食育人材バンクの活用などを通じた食育活動の促進により食育の浸透を図ります。
(生活環境部)
- 農林産品(かぼす、しいたけ等)の生産や消費の拡大に向けた取組を通じて、減塩や野菜・果物摂取の増加に取り組みます。(農林水産部)

関係団体の取組

大分県商工会議所女性会連合会

- 食生活の見直し、生活習慣病などの予防や体調改善に向けた講習会、勉強会を開催し、健康に対する知識や意識付けを行う場面を提供します。
- 定期受診を勧めて、栄養・健康状態の把握、改善に努めます。

大分県飲食業生活衛生同業組合

- 健康に留意したメニューの開発や組合員向けに栄養計算を行うサービスを提供し、栄養表示を行うお店を増やします。

大分県看護協会

- 地域住民を対象に健康教室を開催し、食生活改善のための情報提供に努めます。

大分県栄養士会

- 食に関する適切な情報提供や相談が行えるように、研修会や栄養相談等を継続的に実施します。
- 会員向け研修会(生涯教育、職域分野別研修会、スポーツ栄養及び食物アレルギー研究会)を充実させ、資質の向上を図ります。
- 訪問栄養指導及び居宅栄養管理指導を行うため、診療所等と連携し、栄養ケア・ステーションの充実を図ります。
- 高齢者の低栄養予防のため、地域包括支援センター等と連携した在宅訪問栄養指導や地域ケア会議への継続した取組を行います。
- 災害時における栄養・食生活支援を充実させるため、研修会やJDA-DATリーダーの育成を継続的に実施します。

全国健康保険協会大分支部

- ・協会けんぽ加入者および加入事業所に対し、健康レシピや減塩の取組事例を情報提供するとともに、一社一健康宣言エントリー事業所の増加に努めます。
- ・協会けんぽ加入者および加入事業所に対し、特定保健指導、集団指導を通じた栄養指導を実施します。

健康保険組合連合会大分連合会

- ・職場の健康づくりのために、セミナーの開催やダイエットチャレンジを実施し、バランスの良い食事に留意する人を増やします。
- ・野菜摂取量の測定を通し、野菜不足および摂取量増加必要性を普及啓発します。
- ・社員食堂でヘルシーメニューを継続的に提供し、利用者を増やします。

大分県国民健康保険団体連合会

- ・被保険者の健康づくりの意識啓発を行います。

大分県食生活改善推進協議会

- ・生涯健康「元気な食卓」推進事業による減塩、野菜摂取、果物の適量摂取等、食生活改善の取組を継続的に実施します。
- ・栄養教室等の機会を通じて「うま塩メニュー」を活用した美味しい減塩食の普及を行います。
- ・市町村との連携を図りながら、地域の栄養・食生活の課題解決のため、こどもから高齢者に対する食育を推進します。

大分県生活学校運動推進協議会

- ・食生活の見直しのため健康マップの作成・普及を図り、会員の達成度を確認します。

うま塩もっと野菜プロジェクト



健康寿命日本一を実現するためには、うま塩(減塩)+まず野菜、もっと野菜(野菜摂取促進)の両方を進めていくことが重要です。

そこで、「旨み」を持つ県産の食材を「上手く」活用した「美味しい」減塩食や野菜摂取を産学官が連携し、内食(家庭食)・中食・外食へ普及、促進させます。



食の健康応援団



減塩や野菜摂取の取組など、県民の健康づくりを応援する飲食店などを「食の健康応援団」として登録しています。

〈登録条件〉

・健康づくりの情報発信ができる

+

①～③のいずれか1つでも当てはまれば登録可能

①エネルギーひかえめの取組

(定食などで、1食あたりのエネルギー量が700kcal以下のものがある)

②もっと野菜の取組(定食などで、1食あたりの野菜の使用量が150g以上のものがある)

副菜等の単品料理で野菜の使用量が80g以上のものがある

③うま塩メニューの取組(定食等で、1食あたりの食塩相当量が3g未満のものがある)



食生活改善推進協議会



食生活改善推進協議会は、戦後の食糧が十分ではなく栄養不足や乳児死亡が問題になっていた頃、保健所の「栄養教室」で食に関する正しい知識と学習した主婦を中心に誕生しました。

大分県では、昭和29年に当時の大分保健所管内の市町村から推薦のあったリーダー約20名の栄養料理研究会から始まり、昭和55年に大分県食生活推進協議会が設立しました。

現在は、全市町村に協議会(令和5年度会員数:1,856人)があり、「私達の健康は、私達の手で」をスローガンに、バランスのとれた食生活の普及や郷土料理の継承など、食を通じた健康づくりの担い手として活動しています。

2 身体活動・運動分野

身体活動・運動の量が多い者は、少ない者と比較して2型糖尿病、循環器疾患、がんなどの発症リスクが低いことが報告されています。また、身体活動は、妊婦・産後の女性、慢性疾患や障害のある人を含め、様々な人々に対して高い効果が得られるとされており、高齢者の認知機能の維持や寝たきり防止の観点からも重要です。

(1) 推進方針

①適切な運動や身体活動の情報提供

- 日常生活における身体活動を増加させるとともに望ましい運動習慣の確立を図るため、1日の目標歩数の認知度を高め、歩数を増加させるよう啓発を図ります。
- 健康経営事業所や地域全体への情報発信を行い、広く県民に情報提供します。

②健康づくりのための運動の推進

- メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)解消のために運動習慣の定着を図ります。
- 公共施設や民間施設を活用した運動の実践を推進します。

(2)身体活動・運動分野における各指標の現状と目標

学習の指標

	指 標	現状	目標 (令和15年度末)
1	1日の目標歩数の認知度(男女20歳以上)	35.9%	60%以上

地域の組織・資源・環境に関する指標

	指 標	現状	目標 (令和15年度末)
2	一緒に運動する仲間がいる者の割合	39.6%	49.6%以上
3	安全に歩ける歩道や施設が身近にある者の割合	80.2%	85%以上

生活習慣や行動の指標

	指 標	現状	目標 (令和15年度末)
4	日常生活における1日平均歩数(20～64歳男性)	7,360歩 ^{※1}	8,000歩以上
5	日常生活における1日平均歩数(20～64歳女性)	6,963歩 ^{※2}	8,000歩以上
6	日常生活における1日平均歩数(65歳～男性)	5,229歩 ^{※3}	6,000歩以上
7	日常生活における1日平均歩数(65歳～女性)	4,071歩 ^{※4}	6,000歩以上
8	1回30分以上軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施している者の割合(男性)	49.2%	56%以上
9	1回30分以上軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施している者の割合(女性)	38.6%	50%以上
10	ほぼ同じ年代の同性と比較して速く歩く者の割合(20～69歳男性)	53.5%	60%以上
11	ほぼ同じ年代の同性と比較して速く歩く者の割合(20～69歳女性)	49.5%	50%以上
12	通いの場への高齢者の参加率(介護予防の推進)	14.7%	18%以上
13	豊の国ねりんピックの参加者数(生涯スポーツの推進)	4,412人	5,624人
14	るるパーク(農業文化公園)及び県民の森における運動に取り組む者の数	19,308人	20,000人以上
15	体力総合評価C以上の児童生徒の割合(小学校5年生)		85%以上
16	体力総合評価C以上の児童生徒の割合(中学校2年生)		87%以上
17	成人の週1回以上のスポーツ実施率	51.1%	65%

健康指標

	指 標	現状	目標 (令和15年度末)
18	足腰に痛みのある75歳以上の高齢者の割合	25.1%	25.1%以下

※1 20～59歳男性 ※2 20～59歳女性 ※3 60歳～男性 ※4 60歳～女性

(3) 具体的な取組

県の取組

- ・「みんなで延ばそう健康寿命」推進月間(10月)を中心に、日常生活を活動的に過ごすことの必要性や運動の効用について、広く県民に情報提供を行います。(健康づくり支援課)
- ・日常生活における歩数の増加にむけて、県が推進する健康アプリの普及促進を図ります。(健康づくり支援課)
- ・健康経営事業所等を通じて、働き世代のメタボリックシンドローム(内蔵脂肪症候群)解消に向けた運動習慣の定着を目指します。(健康づくり支援課)
- ・高齢者が健康を維持・増進していくため、高齢者本人のみならず地域全体への情報発信を行い、介護予防に対する意識の普及を図ります。(高齢者福祉課)
- ・リハビリテーション専門職等との連携により、運動、栄養、口の健康、認知機能低下の予防などの効果的なプログラムの実施を推進します。(高齢者福祉課)
- ・高齢者を中心とした健康と福祉の祭典である「豊の国ねんりんピック」の実施内容の充実、こどもから高齢者まで誰もが気軽に参加できる生涯スポーツの祭典である「県民すこやかスポーツ祭」等の各種スポーツイベントへの積極的な参加の促進など、日頃のスポーツ活動の成果を発表する機会を確保するとともに、世代を超えた交流を図ります。(高齢者福祉課)
- ・るるパーク(農業文化公園)や県民の森など公共施設における健康増進に繋がるイベント等の充実を図ります。(農林水産部)
- ・児童生徒の体力向上に向けて、学校における体育授業等の充実により、運動の日常化・習慣化を図ります。(教育庁)
- ・総合型地域スポーツクラブ等と連携し、気軽に取り組める運動プログラムの実施や指導者の育成を図ります。(教育庁)
- ・スポーツ医科学の知見を活用し、発育発達段階に応じた運動の提供を目指します。(教育庁)

関係団体の取組

大分県立看護科学大学

- ・地域高齢者を対象とした健康教室を開催します(5回以上/年)。
- ・行政等と連携して、地域のイベントで学生とともに県民の健康・体力チェック等を実施します(2,000人以上/年)。
- ・大分県スポーツ学会や日本スポーツ救護看護学会に協力して、県内のスポーツ救護ナースやスポーツ救護員を増やします(50名以上/年)。
- ・職員を対象としたウォークラリーや身体活動量の測定評価を実施し、全職員の40%以上の参加を目指します。
- ・地域の体育祭やスポーツ大会等を学生とともに支援します(5回以上/年)。
- ・健康寿命の延伸を目指した研究・開発を行い、学会で成果を発表します。

大分県商工会議所女性会連合会

- ・生活習慣病予防や生活習慣改善をテーマにした講習会や研修会を開催し、運動習慣の定着に向けた機会を提供します。
- ・日々の生活に運動習慣を取り入れるよう、歩得の利用推進などを行います。

大分県商工会女性部連合会

- ・大分県内の商工会地域で、親善ウォーキングイベントを開催します。

大分県飲食業生活衛生同業組合

- ・レクリエーションを実施している支部のフォローを行います。

大分県看護協会

- ・地域住民を対象に運動習慣定着に向けた健康教室を開催し、健康づくりの推進に努めます。

全国健康保険協会大分支部

- ・職場で取り組める健康づくり事例・県下の健康イベントの情報・健康づくり動画を提供するとともに、一社一健康宣言エントリー事業所の増加に努めます。
- ・協会けんぽ加入者および加入事業所に対し、特定保健指導、集団指導を通じた運動指導を実施します。

健康保険組合連合会大分連合会

- ・セミナーの開催やダイエットチャレンジ、ウォーキング大会等を実施し、定期的な運動習慣の定着化につなげます。
- ・60歳以上の被保険者に対し、ロコモティブシンドローム予防等の情報提供を行います。

大分県食生活改善推進協議会

- ・栄養教室等の機会を通じて、ロコモティブシンドローム、フレイル予防等の運動を取り入れます。

NPO 法人日本健康運動指導士会

- ・地域や学校、事業所等での健康教室やイベントを通じて県民の体力維持及び向上を図るとともに、計画の周知を行います。
- ・個々人の年齢や体の状態に合わせて、楽しみながら運動を継続できるように指導します。仲間づくりの場所(健康教室・サロン)を広く立ち上げる働きかけを行います。
- ・ロコモティブシンドローム及びフレイルの認知度の向上と予防の普及啓発を図ります。
- ・健康運動指導士及び健康運動実践指導者の資質の向上のため会員向けの研修会を開催し、専門性を高めます。

大分県生活学校運動推進協議会

- ・地域行事にウォーキングを取り入れ、スポーツの参加者の増加に努めます。また、チェック表の作成により運動の定着化を図ります。

3 休養・こころの健康分野

睡眠不足を含む睡眠の問題は、肥満、高血圧、糖尿病、心疾患や脳血管障害の発症・悪化リスクであることが明らかとなっており、精神障害においても、再燃・再発リスクを高めることが知られています。また、休養や睡眠は、QOLの向上にも寄与する重要な要素です。

(1) 推進方針

①こころの健康づくりのための正しい知識の普及啓発

○地域・学校・職場などでの「休養」、「こころの健康」の正しい知識、ストレス対処法等の普及を図ります。

②こころの健康づくりを支援するためのサポート体制の整備・充実

○地域における相談体制の充実を図ります。

○ストレス対処のための趣味やスポーツ、生涯教育、ボランティア活動などを支援します。

○こころの健康に関する専門職種の資質の向上を図ります。

(2) 休養・こころの健康分野における各指標の現状と目標

地域資源の指標

	指 標	現状	目標 (令和15年度末)
1	ストレスや悩みの相談をしたい時、相談できる者の割合 (40歳以上男性)	62.1%	62.1%以上

生活習慣や行動の指標

	指 標	現状	目標 (令和15年度末)
2	睡眠で十分な休養がとれている者の割合	77.3%	80%以上
3	睡眠時間が6～9時間の者の割合(20～50歳代男性)	60.7%	65.7%以上
4	睡眠時間が6～9時間の者の割合(20～50歳代女性)	57.5%	63.5%以上
5	睡眠時間が6～8時間の者の割合(60歳代以上男性)	61.0%	63.5%以上
6	睡眠時間が6～8時間の者の割合(60歳代以上女性)	56.3%	63.5%以上
7	趣味やボランティア活動など「心の張り」を持っている者の割合	64.1%	68.2%以上

健康指標

	指 標	現状	目標 (令和15年度末)
8	自殺者数(人口10万対)	15.5	13.0以下
9	K6(こころの状態を評価する指標)の合計得点が10点未満の者の割合 (20歳以上男性)	92.3%	92.3%以上
10	K6(こころの状態を評価する指標)の合計得点が10点未満の者の割合 (20歳以上女性)	91.9%	92.3%以上

K6 (こころの状態を評価する指標)

K6とは、うつ病や不安症など精神疾患をスクリーニングすることを目的として開発された調査手法です。

下記6項目の質問に対して、「まったくない」(0点)～「いつも」(4点)で回答し、合計が10点以上の場合は、「心の健康に問題あり」とされます。

質問: 30日の間にどれくらいの頻度で次のことがありましたか。

	項目	回答
1	神経過敏に感じましたか	まったくない 0点
2	絶望的だと感じましたか	
3	そわそわ、落ち着かなく感じましたか	少しだけ 1点
4	気分が沈み込んで、何が起ころっても気が晴れないように感じましたか	ときどき 2点
5	何をするのも骨折りだと感じましたか	たいてい 3点
6	自分は価値のない人間だと感じましたか	いつも 4点

(3) 具体的な取組**県の取組**

- ・地域・職域連携推進協議会や健康経営事業所を通じて、職場のメンタルヘルス対策を推進します。(健康づくり支援課)
- ・自殺やうつ病等の精神疾患について、講演会や企業等向け出前講座を行うなど、正しい知識の普及啓発を行います。(障害福祉課)
- ・こころの健康を支援する環境の整備とこころの健康づくりを推進します。(障害福祉課)
- ・地域における相談体制の充実をはかり、相談窓口情報の周知を行います。(障害福祉課)
- ・こころの健康に関する専門職種の資質の向上を図ります。(障害福祉課)
- ・職場におけるメンタルヘルス対策として、労使に対し労働安全衛生関係法令等の普及啓発に努めます。(商工観光労働部)

関係団体の取組**大分県立看護科学大学**

- ・学生が高齢者の自宅を訪問して、高齢者のこころと体の健康をサポートします。

大分県商工会議所女性会連合会

- ・心身のケア、健康寿命をテーマにした講習会や研修会を開催し、自然治癒力を高める生き方や健康管理に努めます。

大分県飲食業生活衛生同業組合

- ・レクリエーションを実施している支部のフォローを行います。
- ・ワークライフバランスへの取組促進のために、週休2日を取り入れる店の増加に努めます。

大分県看護協会

- ・メンタルヘルスやストレス解消に向けた研修会を開催し、こころの健康づくりに努めます。

全国健康保険協会大分支部

- ・メンタルヘルス不調に関する情報や、セルフケアに関する情報の提供を行い、心身の健康の向上に努めます。

健康保険組合連合会大分連合会

- ・睡眠に関する調査を実施し、睡眠と休養の重要性について振り返る機会を与えます。
- ・職員に対しストレスチェックの実施や新入行員、新任役職者を対象に「メンタルヘルス研修」を行います。

大分県生活学校運動推進協議会

- ・睡眠やストレス解消方法等について情報交換を行う場を増やします。

大分県労働局

- ・メンタルヘルス対策に取り組む事業場の割合を事業場の規模にかかわらず80%以上とすること、労働者数50人未満の小規模事業場におけるストレスチェックの実施割合を50%以上とすることを目標に周知啓発・指導等を実施します。

4 喫煙分野

喫煙は、がん、循環器疾患、慢性閉塞性肺疾患(COPD)、糖尿病に共通した主要なリスク要因であることが科学的知見により報告されています。喫煙による健康被害を減少させるため、望まない受動喫煙の防止と禁煙支援の推進が重要です。

(1) 推進方針

① たばこの健康影響に関する情報の提供

○健康教育等の場を通じて、喫煙による健康影響についての理解を深めます。

② 受動喫煙防止対策の推進

○望まない受動喫煙が生じないように、公共施設や職場の受動喫煙防止対策を推進します。

○不特定多数の者が利用する施設等に対し、改正健康増進法に則り必要な措置を講じます。

③ 20歳未満への喫煙防止教育の実施

○教育委員会と連携して20歳未満への喫煙防止教育を実施します。

④ 禁煙支援の体制整備

○禁煙外来や禁煙支援薬局などの情報を提供します。

○禁煙支援従事者の質の向上に努めます。

慢性閉塞性肺疾患(COPD)

COPDは一つの病気ではなく、慢性気管支炎、肺気腫(はいきしゅ)、びまん性汎細気管支炎など、長期にわたり気道が閉塞状態になる病気の総称です。

COPDを引き起こす主な原因は喫煙で、肺機能は加齢とともに低下し、喫煙が加わると急速に低下が進み発症すると言われています。その他、ウイルスや細菌などの感染などもあります。

階段の上り下りなど体を動かしたときに息切れを感じたり、風邪でもないのにせきやたんが続いたりするのがCOPDの主な症状です。

(2)喫煙分野における各指標の現状と目標

学習の指標

	指 標	現状	目標 (令和15年度末)
1	COPDの認知度	54.2%	80%以上

地域の組織・資源・環境に関する指標

	指 標	現状	目標 (令和15年度末)
2	実施中の禁煙外来医療機関数	46	50以上
3	禁煙支援相談薬局数	115	200以上

生活習慣や行動の指標

	指 標	現状	目標 (令和15年度末)
4	20歳以上の男性の喫煙率	27.2%	17.5%
5	20歳以上の女性の喫煙率	6.2%	3.5%
6	20歳以上の男女全体の喫煙率	16.5%	10.4%
7	20歳未満の喫煙率	0.0%	0.0%
8	妊娠中の喫煙率	1.9%	0.0%

QOLの指標

	指 標	現状	目標 (令和15年度末)
9	たばこで不快な思いをする者の割合	54.3%	30%以下

(3)具体的な取組

県の取組

- ・世界禁煙デー及び禁煙週間を中心として、受動喫煙防止や禁煙について、普及啓発を行います。(健康づくり支援課)
- ・望まない受動喫煙が生じないように、公共施設や職場における受動喫煙防止対策を推進します。(健康づくり支援課)
- ・飲食店を中心として、不特定多数の者が利用する施設等に対して、改正健康増進法に則り必要な措置を講じます。(健康づくり支援課)
- ・県ホームページ等を通じて禁煙外来医療機関や禁煙支援薬局の情報を提供します。(健康づくり支援課)
- ・禁煙支援従事者向けに、最新情報の周知や支援技術の向上に努めるため研修会を開催します。(健康づくり支援課)
- ・児童生徒に対して、学校や地域で発達段階に応じた喫煙防止教育に取り組みます。(教育庁)

関係団体の取組

大分県立看護科学大学

- ・学生への喫煙実態調査の実施や保健室での禁煙相談等を通じて、学生の喫煙者を減らします。
- ・世界禁煙デーに合わせ、学生および職員に対して禁煙に対する啓もう活動を行います。
- ・大学敷地内全面禁煙や新入生夏季健康教育の実施により、学生の喫煙者を減らします。

大分県飲食業生活衛生同業組合

- ・飲食店における受動喫煙防止への取組を推進するとともに、厨房内や休憩室の禁煙にも努めます。

大分県薬剤師会

- ・当会独自の禁煙支援薬剤師制度に関する研修並びに育成を推進し、禁煙支援薬剤師を増やします。
- ・未成年者への喫煙防止教育の機会を増やします。
- ・世界禁煙デー及び禁煙週間を中心とした禁煙、受動喫煙防止対策の普及啓発を行います。

大分県看護協会

- ・世界禁煙デーなどの機会を活用し、禁煙や受動喫煙防止の啓発に努めます。
- ・女性・妊婦に対し、禁煙や受動喫煙防止の啓発に取り組みます。

全国健康保険協会大分支部

- ・喫煙者の割合が多い事業所を中心に、出張講座を実施するなど、加入者の禁煙サポートに努めます。

健康保険組合連合会大分連合会

- ・禁煙チャレンジ(禁煙外来での禁煙支援)を実施し、喫煙率15%をめざします。
- ・職場全体の建物内禁煙・就業時間内禁煙を継続して実施します。

大分県食生活改善推進協議会

- ・栄養教室等の機会を通じて、喫煙による健康被害についての情報提供や啓発活動に協力します。

大分県生活学校運動推進協議会

- ・飲食店における全面禁煙の働きかけに協力します。

大分県労働局

- ・労働者の健康確保のため、事業場に対して、職場における受動喫煙防止対策の取組を促進します。

5 飲酒分野

多量飲酒は、がん、高血圧、脂質異常症などの生活習慣病のリスク因子であるとされています。また、アルコール依存症やうつ病、自殺等のリスクとも関連するため、心身の健康の保持・増進の観点からアルコールの健康障がい対策は重要です。

(1) 推進方針

- ①アルコールの健康への影響と健康障がいの正しい知識の普及
 - 家庭・職場・地域において学習する機会を増やすように働きかけます。
- ②20歳未満の飲酒防止の推進
 - 教育委員会と連携して20歳未満への飲酒防止教育の充実を図ります。
- ③アルコール関連問題に対するサポート体制の整備・充実
 - 地域・職場などあらゆる場面で早期発見と適切な介入ができるように相談体制の充実を図ります。
 - 相談機関と医療機関の連携の充実のため、ネットワークの構築を図ります。

アルコール健康障がい



アルコール依存症その他の多量の飲酒、未成年の飲酒、妊婦の飲酒等の不適切な飲酒の影響による心身の健康障がいのことを指します。

アルコール関連問題



アルコール健康障がい及びこれに関して生ずる飲酒運転、暴力、虐待、自殺等の問題のことを指します。

(2) 飲酒分野における各指標の現状と目標

地域の組織・資源・環境に関する指標

	指 標	現状	目標 (令和15年度末)
1	アルコール健康障がいに係る相談拠点の数	1か所	1か所以上
2	アルコール健康障がいに係る専門医療機関の数	4か所	4か所以上

生活習慣や行動の指標

	指 標	現状	目標 (令和15年度末)
3	生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している男性の割合 (1日当たりの純アルコール摂取量40g以上)	25.4%	13.0%以下
4	生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している女性の割合 (1日当たりの純アルコール摂取量20g以上)	9.5%	6.4%以下
5	20歳未満の飲酒割合(男性)	9.8%	0.0%
6	20歳未満の飲酒割合(女性)	2.7%	0.0%
7	妊娠中の飲酒割合	0.6%	0.0%

(3) 具体的な取組

県の取組

- 健康経営事業所を通じて、アルコールの健康への影響に関する情報提供を実施します。
(健康づくり支援課)
- アルコール関連問題啓発週間を中心に関係機関と連携し、正しい知識の普及啓発を図ります。
(障害福祉課)
- 市町村での母子健康手帳発行時等、様々な機会をとおして、アルコールが胎児に及ぼす影響や妊婦の心身への影響等について啓発を図ります。(障害福祉課)
- アルコール健康障がい有している者及びその家族が分かりやすく気軽に相談できる相談機関を明確化し、ホームページやリーフレット等を活用し、広く県民に周知します。また、相談機関とかかりつけ医や専門医療機関との連携が図られるようネットワークの構築を図ります。(障害福祉課)
- 回復者の体験談や、回復事例を紹介すること等により、回復支援における自助グループの役割等を啓発します。(障害福祉課)
- 児童生徒に対しては、学校や地域で発達段階に応じた飲酒防止教育に取り組みます。(教育庁)

関係団体の取組

大分県立看護科学大学

- 新入生夏季健康教育にて飲酒と健康被害、アルコールハラスメント、急性アルコール中毒について指導します。
- アルコールパッチテストの実施や未成年者飲酒の禁止、適量飲酒の啓発に努めます。

大分県飲食業生活衛生同業組合

- アルコールの依存症に関する情報を組合店に周知し、利用客の過度の飲酒を防止します。

健康保険組合連合会大分連合会

- 職場における適正飲酒の普及啓発を行います。

大分県生活学校運動推進協議会

- 若者や車運転者への啓発を行います。

6 歯・口腔の健康分野

歯・口腔の健康は、糖尿病等の全身疾患との関連性が指摘されています。また、QOLの向上にも寄与することから、歯・口腔の健康づくりの推進は重要です。

(1) 推進方針

① 歯・口腔の正しい知識の普及

- むし歯や歯周病予防等、歯・口腔の健康管理に関する正しい知識の普及を図ります。
- 歯・口腔の健康と全身の健康の関係性に関する正しい知識の普及を図ります。

② ライフステージに応じた歯科口腔保健対策の推進

- 乳幼児期から高齢期に至るまで、それぞれのライフステージごとの特性を踏まえた歯科口腔保健対策を推進します。

③ 歯科口腔保健体制の整備

- 関係機関と連携して、歯科口腔保健対策を推進します。
- 歯科口腔保健関係者の資質向上のための研修を行います。
- 障がい者(児)・要介護者の歯科口腔保健体制の整備を推進します。

(2) 歯・口腔の健康分野における各指標の現状と目標

地域の組織・資源・環境に関する指標

	指 標	現状	目標 (令和15年度末)
1	妊婦歯科健診を実施する市町村	66.6% (12市町村)	100% (18市町村)

生活習慣や行動の指標

	指 標	現状	目標 (令和15年度末)
2	定期的に歯科健診を受けている者の割合	37.4%	70%以上

健康指標

	指 標	現状	目標 (令和15年度末)
3	3歳児でむし歯のない者の割合	85.7%	95%以上
4	12歳児1人あたりのむし歯本数	1.2本	0.5本以下
5	12歳児でむし歯のない者の割合	57.3%	90%以上
6	むし歯のない者の割合(小学生)	49.8%	75%以上
7	むし歯のない者の割合(中学生)	54.1%	80%以上
8	むし歯のない者の割合(高校生)	41.4%	70%以上
9	40歳以上における歯周炎を有する者の割合	67.8%	45%以下
10	80歳で20本以上の自分の歯を有する者の割合	52.7%	80%以上

QOLの指標

	指 標	現状	目標 (令和15年度末)
11	50歳以上における咀嚼良好者の割合	66.9%	80%以上

(3) 具体的な取組

県の取組

- ・歯・口腔の健康の重要性や個々の状態にあった予防法等の情報を提供します。(健康づくり支援課)
- ・関係機関と連携し、乳幼児から高齢者まで、生涯にわたりフッ化物を使用したむし歯予防対策を推進します。(健康づくり支援課)
- ・妊産婦、乳幼児から高齢者までの定期的な歯科健診を推進します。(健康づくり支援課)
- ・大分県口腔保健支援センターを核として、ライフステージに応じた歯科口腔保健対策を推進します。(健康づくり支援課)
- ・歯科口腔保健関係者の資質向上のための研修を行います。(健康づくり支援課)
- ・障がい者(児)、要介護者に対する歯科口腔保健体制を整備します。(健康づくり支援課)
- ・むし歯予防の3本柱である「歯みがき指導」「食に関する指導」「フッ化物の活用」について、学校と家庭が連携し、歯と口の健康づくりに取り組みます。(教育庁)

関係団体の取組

大分県飲食業生活衛生同業組合

- ・組合広報誌等で歯科定期健診の広報を行い、受診を促進します。

大分県歯科医師会

- ・フッ化物に関する研修会を開催し、正しい知識の普及啓発に努めます。
- ・8020運動実践指導者研修会や介護保険対応歯科保健研修会、認知症対応力向上研修会等、資質向上のための研修会を充実させ参加者を増やします。
- ・歯科医師に対する生涯研修制度や学校歯科医基礎研修会、更新研修会を開催し、人材育成に努めます。
- ・施設訪問歯科保健事業を実施し、適切な治療を受ける機会の提供に努めます。
- ・大分県口腔保健センターを運営し、障がい者(児)への適切な歯科治療の提供に努めます。

大分県看護協会

- ・歯の健康や口腔機能向上に関する研修会を開催し、知識の普及に努めます。

大分県栄養士会

- ・歯科衛生士会と連携し、地域の住民に向けた栄養マネジメント及び口腔健康管理を推進します。

全国健康保険協会大分支部

- ・関係機関と協力し、協会けんぽ加入者や加入事業者に「お口の健康」に関する情報提供を行い、歯周病や関連傷病(糖尿病等)の進行防止に努めます。

健康保険組合連合会大分連合会

- ・歯科を受診しやすい仕組みづくりを推進します。

大分県食生活改善推進協議会

- ・栄養教室等の機会を通じて、口腔ケア、オーラルフレイルについての情報提供や啓発活動に協力します。

大分県生活学校運動推進協議会

- ・高齢者に口腔ケアの重要性について、啓発します。

7 生活習慣病対策分野

生活習慣病は、高齢化に伴い有病者数の増加が見込まれており、県民の健康寿命の延伸を図る上で引き続き重要な課題であります。このため、生活習慣の改善等により、多くが予防可能である糖尿病、循環器疾患、がん、慢性閉塞性肺疾患(COPD)の4つの疾患について、予防及び管理のための包括的な対策が重要です。

(1) 推進方針

① 疾患に対する正しい理解の促進

○各種疾患やその危険因子に関する学習の機会や場を提供し、正しい知識の普及を図ります。

② 早期発見・早期治療と重症化予防

○各種疾患が早期に発見されるよう健診(検診)の受診を勧奨します。

○健診(検診)の結果、精密検査が必要な者が医療機関を適切に受診できるように勧奨します。

○健診受診を呼びかけるほか、受診後に結果を確認し、必要な治療や生活習慣の改善などのセルフケア行動を行うよう啓発活動等に努めます。

○健診データや医療レセプト情報の分析結果に基づく取組(データヘルス)を推進し、生活習慣病の発症予防や重症化予防に取り組みます。

③ 健康づくりを支える環境の整備

○医療の継続が必要な者が治療を継続しやすい環境を整備します。

○保健指導担当者や医療専門職等に対する研修の機会を提供し資質の向上を図ります。

(2)生活習慣病対策分野における各指標の現状と目標

学習指標

	指 標	現状	目標 (令和15年度末)
1	COPDの認知度(再掲)	54.2%	80%以上

生活習慣や行動の指標

	指 標	現状	目標 (令和15年度末)
2	特定健康診査実施率	57.2%	70%以上
3	特定保健指導実施率	31.9%	45%以上
4	女性の骨粗しょう症健診受診率	9.3%	15%以上
5	胃がん検診受診率	51.6%	60%以上 ^{*1}
6	肺がん検診受診率	49.8%	60%以上 ^{*1}
7	大腸がん検診受診率	45.0%	60%以上 ^{*1}
8	乳がん検診受診率	52.6%	60%以上 ^{*1}
9	子宮頸がん検診受診率	49.2%	60%以上 ^{*1}

健康指標

	指 標	現状	目標 (令和15年度末)
10	糖尿病予備群(HbA1c6.0～6.5%未満)の割合 (全保険者40～59歳男性)	8.1%	9.4%以下 ^{*2}
11	糖尿病予備群(HbA1c6.0～6.5%未満)の割合 (全保険者40～59歳女性)	7.0%	6.9%以下 ^{*2}
12	糖尿病が強く疑われる者(HbA1c6.5%以上の者)の割合 (全保険者40～59歳男性)	7.2%	8.5%以下 ^{*2}
13	糖尿病が強く疑われる者(HbA1c6.5%以上の者)の割合 (全保険者40～59歳女性)	2.7%	3.0%以下 ^{*2}
14	糖尿病腎症を原疾患とする新規人工透析導入患者数	147人	121人以下
15	メタボリックシンドローム予備群・該当者の割合 (全保険者60～74歳男性)	48.9%	55.7%以下
16	メタボリックシンドローム予備群・該当者の割合 (全保険者60～74歳女性)	18.3%	17.7%以下
17	脂質異常の者(LDLコレステロール160以上)の割合 (全保険者40～59歳男性)	16.3%	20.2%以下 ^{*2}
18	脂質異常の者(LDLコレステロール160以上)の割合 (全保険者40～59歳女性)	13.3%	14.0%以下 ^{*2}
19	がんによる75歳未満年齢調整死亡率(10万対)	63.0	53.3以下 ^{*1}
20	高血圧(収縮期血圧140以上)の割合 (全保険者40～59歳男性)	16.4%	16.4%以下 ^{*2}

21	高血圧(収縮期血圧140以上)の割合 (全保険者40～59歳女性)	10.1%	10.1%以下 ^{※2}
----	--------------------------------------	-------	-----------------------

※1 令和11年度末目標 ※2 令和14年度末目標

(3) 具体的な取組

県取組

■糖尿病

- ・糖尿病に関する学習の機会や場を提供します。(健康づくり支援課)
- ・糖尿病あるいは糖尿病が疑われる者が早期に発見されるよう健診の受診を勧奨し、特に働き世代に向けては健康経営を切り口に強化に取り組みます。(健康づくり支援課)
- ・糖尿病患者の糖尿病合併症予防と治療中断を防ぐために、関係者が連携して支援できる体制を推進します。(健康づくり支援課、国保医療課)
- ・おおいた糖尿病相談医を養成し、かかりつけ医と専門治療等を行う医療機関の連携を促進し、糖尿病患者に対する的確な日常生活管理・治療体制の整備を図ります。(健康づくり支援課)
- ・保健指導担当者等に対して、発症及び重症化予防に関する保健指導技術の向上に向けた研修等の機会を提供します。(国保医療課)

■循環器疾患

- ・循環器疾患やその危険因子に関する知識や情報を県民に提供します。(健康づくり支援課)
- ・代表的なリスク因子(メタボリックシンドローム、高血圧、脂質異常症、糖尿病、喫煙)に関する学習の機会や場を提供します。(健康づくり支援課)
- ・早期に発見されるよう健診の受診を勧奨し、特に働き世代に向けては健康経営を切り口に強化に取り組みます。(健康づくり支援課)
- ・循環器疾患やその危険因子を持った者が、適切に飲食等ができる食の環境整備や、安全に運動ができる環境の整備等を推進します。(健康づくり支援課)
- ・脳血管疾患や虚血性心疾患に罹患した後もスムーズに在宅生活を送れるよう地域医療連携を推進します。(医療政策課)

■がん

- ・代表的なリスク因子(喫煙(受動喫煙を含む)、飲酒、運動不足、肥満・やせ、野菜・果物摂取不足、塩蔵食品の過剰摂取等)に関する学習の機会や場を提供し、正しい知識の普及を図ります。(健康づくり支援課)
- ・地域や職域と連携し、がん検診の必要性の普及啓発を行い、がん検診受診率向上に努めます。(健康づくり支援課)
- ・がん対策の基礎となるデータを把握するためにがん登録や検診の精度管理などがん対策を推進します。(健康づくり支援課)
- ・事業者などへ適切な理解を深めてもらい、がん患者が罹患後も就労可能となる支援体制の整備に努めます。(健康づくり支援課)
- ・在宅での療養生活の質の向上のために地域での連携体制を整備します。(健康づくり支援課)

■ COPD(慢性閉塞性肺疾患)

- COPD は、喫煙が最大の発症要因であるため、禁煙により予防が可能であることや薬物等による治療が可能疾患であることなど病気に関する正しい知識の普及を図ります。(健康づくり支援課)
- 禁煙を希望する人への情報提供を積極的に行います。(健康づくり支援課)
- COPD の原因となる職業的な塵埃や化学物質の影響について周知します。(健康づくり支援課)
- 早期発見のため、40歳以上の喫煙者で息切れ等の症状のある人については、早めに呼吸器専門医への受診を勧めることを周知します。(健康づくり支援課)
- 禁煙外来医療機関や禁煙支援薬局などの情報を提供し、禁煙支援の環境整備を進めます。(健康づくり支援課)
- 禁煙支援従事者向けの研修を実施し、質の向上に努めます。(健康づくり支援課)

関係団体の取組

大分県飲食業生活衛生同業組合

- 健康診断の受診案内や検診の重要性等を周知し、受診率の向上に努めます。

大分県食生活改善推進協議会

- 地域活動の中で定期健診、がん検診等の声かけを行います。
- 健康づくりに関する研修会に参加し、会員のスキルアップを図ります。

大分県歯科医師会

- 歯の健康に関する講演会を開催し、正しい知識の普及啓発に努めます。
- 歯科医師に対する学術講演会を開催し、人材育成に努めます。
- 歯科助手養成講習会での教育を通じて、医療スタッフへの生活習慣病対策の重要性を浸透させます。
- がん診療連携拠点病院との医科歯科連携事業を通じて取組を強化します。

大分県薬剤師会

- 薬物療法(がん・精神・小児)認定薬剤師の研修並びに育成を行うとともに、認定者を増やします。
- 糖尿病に関する講演、正しい手技の支援を行います。
- 薬局店頭において普及啓発の強化に努めます。

大分県看護協会

- 健康寿命延伸に向けて、生活習慣病の広報、予防のための指導に取り組みます。

大分県栄養士会

- 生活習慣病予防重症化予防のために、特定健診後の保健指導や地域包括ケアシステムなどを推進します。
- 在宅療養者(高齢者・小児・障がい者)に対して、的確な食事指導ができるよう管理栄養士、栄養士の資質の向上を図ります。

大分県市町村保健活動研究協議会

- ・研修会を開催し、市町村保健師等相互の連絡協議および市町村保健活動に必要な知識と技術の向上に努めます。
- ・関係機関の開催する会議に委員として出席し、情報共有および連絡協議に努めます。
- ・広報誌を作成し、県内保健事業の取組みについて情報提供を行います。

大分県国民健康保険団体連合会

- ・保健事業支援・評価委員会による国保・後期保険者支援の充実と、KDB システム等を活用した調査統計・医療費分析等を実施し、保険者が行う保健事業の支援を継続的にを行います。

全国健康保険協会大分支部

- ・健診の結果、早期に医療機関の受診が必要な加入者に受診勧奨を実施し、重症化予防を図ります。
- ・糖尿病予備群及び有病者の割合の減少に努めます。

健康保険組合連合会大分連合会

- ・生活習慣病予防健康強調月間において、健康づくりに関するポスター等の掲示を行います。
- ・特定健康診査とがん検診の同時実施により、特定保健指導該当者の減少及び被扶養者のがん検診受診率の向上に努めます。
- ・糖尿病の重症化予防のため、リーフレットの配布、保健指導の実施、40歳未満の予備群への情報提供等を行い医療費の削減に努めます。

大分県生活学校運動推進協議会

- ・健診受診率向上のために、啓発を行います。