

高知市における生活習慣病予防に関する取組について

年度			H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1	R2	R3	R4	R5	R6	
健康施策計画	国	国民健康づくり運動	健康日本 21(第2次) ※1年延長											次期健康づくり運動	
	県	高知県健康増進計画 (よさこい健康プラン 21)	第3期				第4期					第5期			
	高知市	高知市健康づくり計画	第一期				第二期 ※1年延長					第三期			

高知市の健康課題

- がん、心疾患、脳血管疾患等による死亡が多い。特に基礎疾患となる高血圧や喫煙等発症リスクを高める生活習慣の改善に向けた取組が必要である。
- 健康づくりに取り組む人は多くなく、健康寿命の延伸に向け、健康づくりを行いやすい環境づくり(会社や地域の人や物の環境)を行い、健康づくりに取り組む市民を増やしていく必要がある。

年度			H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1	R2	R3	R4	R5	R6
健康増進課 連携 関係機関	情報・課題の共有	生活習慣病予防に関する協議会												
		いきいき健康チャレンジ												
		啓発活動(出前講座, ホームページでの配信等)	【目標】健康寿命の延伸 【めざす市民の姿】 市民一人ひとりが健康づくりに関心を持ち, 自ら健康づくりができる。											
		地区活動の展開 など	【重点】高血圧予防に向けた啓発の強化 ・減塩 ・禁煙支援 ・家庭血圧測定の普及											
		市との連携・協働	健康的な食習慣 運動 歯と口の健康 禁煙											
		環境の整備												
		啓発活動 など												

これまでの取組(成果)

- 生活習慣病予防に関する協議会やいきいき健康チャレンジ協力店, 連携協定企業等, 新たな機関との連携体制づくり
- 関係機関との連携・協働による取組の増加と市民への健康に関する情報発信の機会の広がり
- いきいき健康チャレンジ事業の拡充と働き盛り世代の取組の増加

今後の取組(方向性)

- 高血圧予防と生活習慣病の発症リスクを高める喫煙等の生活習慣の改善に向けた取組の強化
- あらゆる市民が健康を意識でき(気づき), 健康づくりの実践(行動変容)につながり, 更に広がっていく取組の強化(ナッジを活用した取組の展開等検討)
- 職域保健や企業等幅広い関係団体との連携・協働による働き盛り世代への健康づくり活動の拡充
- 新しい生活様式の中での健康づくりの展開方法を工夫し, 各保健事業との連携や利活用により, 市民と出会う機会を逃さず, 健康づくり, 生活習慣病発症予防に向けた効果的な支援の実施

具体的な取組

- ◆健康教育・健康づくりの啓発活動
 - ・高血圧予防を軸に, 家庭血圧測定等の啓発や減塩に向けた活動の展開(尿中塩分測定結果の活用等)
 - ・図書館等関係機関との協働による年間を通じた啓発活動の展開
 - ・高知県との連携, 5つのプラス運動(減塩・野菜摂取・運動・節酒・禁煙)と連動した展開
- ◆健康づくり活動の展開
 - ・いきいき健康チャレンジ事業の広がりに向けた取組の強化
 - ・生活習慣病予防に関する協議会での協議継続と委員(所属団体)との連携の強化
 - ・関係機関や企業等と連携協働による活動の拡充
 - ・地区での健康づくり活動の実施(地区組織やいきいき百歳体操会場, 障害者就労事業所等での啓発)
 - ・児童クラブ等での防煙教室の実施
 - ・関係機関との連携体制づくり
 - ・健診(検診)から始まる健康づくり