

5 西胆振圏域における毎年度の実績報告（主な取組）

(1) ア がん

強化する取組を太字としています

平成(29)年度までの取組	平成(30)年度以降の取組（見込み）
<p>1 がんに関する普及啓発</p> <p>○広報、パネル展及びパンフレット配布などによるがんに関する普及啓発</p> <p>2 がん検診受診の環境整備</p> <p>○対象者へのがん検診無料クーポンの配付</p> <p>○がん検診受診料の助成</p> <p>○ABC検診（胃がんリスク検診）の普及</p> <p>○がん検診の事業評価の実施</p> <p>3 がん検診受診勧奨</p> <p>○広報、個別通知等による受診勧奨</p> <p>4 子宮頸がん予防接種の推進</p> <p>○ワクチン接種の実施</p> <p>5 禁煙治療医療機関の把握と情報提供</p> <p>○禁煙治療実施医療機関マップの更新</p> <p>6 禁煙指導、禁煙相談の実施</p> <p>○特定保健指導等における禁煙指導、禁煙相談</p>	<p>○がん予防の推進</p> <ul style="list-style-type: none"> ・様々な機会を通じてがん予防の普及啓発を行います。 ・喫煙が及ぼす健康への影響に関する情報を提供します。 ・禁煙相談や禁煙を希望する人に対する禁煙支援を行います。 ・特定保健指導等各種保健指導において禁煙指導を実施します。 ・禁煙外来や相談できる医療機関等について周知します。 ・受動喫煙の防止のため「おいしい空気の施設推進事業」等により飲食店、職場、家庭等での適切な禁煙、分煙を推進します。 ・「リレー・フォー・ライフ・ジャパン室蘭」や「室蘭がんフォーラム」等関係団体との連携により普及啓発等を強化します。 ・「北海道版食事バランスガイド」等によるバランスのとれた食事の普及啓発を行います。 ・関係機関等と連携し、バランスのとれた食生活の普及啓発を行います。 ・外食産業等と協力し、ヘルシーな飲食物の提供や、栄養成分表示が行われる飲食店の取組を推進し、食環境を整備します。 <p>○がんの早期発見（がん検診の受診率向上）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・がん検診受診促進等の普及啓発を行います。 ・がん検診受診者の利便性の確保など体制を整備します。

(1) イ 循環器疾患

平成(29)年度までの取組	平成(30)年度以降の取組（見込み）
<p>1 特定健康診査の受診勧奨 ○広報、個別通知等による受診勧奨</p> <p>2 運動、栄養、禁煙、禁酒等の生活習慣改善のための保健指導や健康教室 ○特定保健指導や各種保健事業による生活習慣改善や医療機関への受診指導</p> <p>3 循環器疾患予防に係る普及啓発 ○各種保健事業等における普及啓発 (生活習慣や危険因子との関連や危険因子と循環器疾患との関連)</p> <p>4 禁煙治療医療機関の把握と情報提供 ○禁煙治療実施医療機関マップの作成</p> <p>5 禁煙指導、禁煙相談の実施 ○特定保健指導等における禁煙指導、禁煙相談 ○母子健康手帳交付時における喫煙状況の把握、禁煙指導</p>	<p>○循環器疾患予防の推進</p> <ul style="list-style-type: none"> ・様々な機会を通じて循環器疾患予防・再発予防の普及啓発を行います。 ・生活習慣が及ぼす健康への影響に関する情報を提供します。 ・特定健康診査の受診勧奨を促進します。 ・特定健康診査及び特定保健指導対象者への周知や利便性の確保など体制を整備します。 ・喫煙相談や喫煙を希望する人に対する禁煙支援を行います。 ・禁煙外来や相談できる医療機関等について周知します。 ・受動喫煙の防止のため、飲食店、職場、家庭での適切な禁煙、分煙を推進します。 ・「北海道版食事バランスガイド」等によるバランスのとれた食習慣の普及啓発を行います。 ・外食産業等と協力し、ヘルシーな飲食物の提供や、栄養成分表示が行われる飲食店の取組を推進し、食環境を整備します。 ・特定健康診査・特定保健指導において運動指導を実施ます。 ・ライフステージや季節に応じた運動及び身体活動に関する情報提供を行います。

(1) ウ 糖尿病

平成(29)年度までの取組	平成(30)年度以降の取組（見込み）
<p>1 生活習慣改善に係る普及啓発</p> <ul style="list-style-type: none"> ○各種保健事業等における普及啓発 ○広報による普及啓発 <p>2 適正な食生活や運動習慣の推進</p> <ul style="list-style-type: none"> ○特定保健指導や各種保健事業による食生活改善指導 <p>3 糖尿病発症予防、重症化予防に係る保健指導</p> <ul style="list-style-type: none"> ○特定健診受診率の向上 ○特定保健指導や各種保健事業による保健指導や医療機関への受診指導 ○妊娠時における保健指導 ○糖尿病手帳の普及 <p>4 治療中断者等への受診勧奨</p> <ul style="list-style-type: none"> ○特定健診にて受診勧奨を行った者の受診状況の確認 <p>5 糖尿病に関する住民向け研修会</p> <ul style="list-style-type: none"> ○糖尿病専門部会や団体等が協働して開催 	<p>○予防対策の充実（発症予防のための普及啓発）</p> <p>適正体重</p> <p>「北海道版食事バランスガイド」等によるバランスのとれた食事</p> <p>関係機関等との連携によるバランスのとれた食生活</p> <p>ライフステージや季節に応じた運動及び身体活動</p> <p>適正飲酒</p> <ul style="list-style-type: none"> ・疾患リスクについて普及啓発します。 ・喫煙が及ぼす健康への影響に関する情報を提供します。 ・禁煙相談や禁煙を希望する人に対する禁煙支援を行います。 ・特定健康診査の受診勧奨を促進します。 ・特定健康診査及び特定保健指導対象者への周知や利便性の確保など体制を整備します。 <p>○医療連携体制の充実</p> <ul style="list-style-type: none"> ・治療継続の必要性について普及啓発を行います。 ・糖尿病連携手帳の活用等により治療継続を推進します。 ・特定保健指導等の従事者を対象とした人材育成を行います。

(1) エ COPD（慢性閉塞性肺疾患）

平成(29)年度までの取組	平成(30)年度以降の取組（見込み）
<p>1 COPDに関する普及啓発</p> <ul style="list-style-type: none"> ○世界禁煙デー、禁煙週間中におけるリーフレットの据置 ○広報等による普及啓発 ○健康教育の実施 <p>2 受動喫煙防止対策の推進</p> <ul style="list-style-type: none"> ○おいしい空気の施設の登録促進 <p>3 禁煙指導、禁煙相談の実施</p> <ul style="list-style-type: none"> ○特定保健指導等における禁煙指導、禁煙相談 <p>4 未成年者喫煙防止対策の推進</p> <ul style="list-style-type: none"> ○学校における喫煙防止教育 	<p>○普及啓発</p> <ul style="list-style-type: none"> ・COPDに関する知識の普及啓発を行います。 <p>○COPDの発症要因である喫煙対策の推進</p> <ul style="list-style-type: none"> ・禁煙相談や禁煙を希望する人に対する禁煙支援を行います。 ・禁煙外来や相談できる医療機関等について周知します。 ・受動喫煙の防止のため「おいしい空気の施設推進事業」等により飲食店、職場、家庭等での適切な禁煙、分煙を推進します。 ・喫煙が及ぼす健康への影響に関する情報を提供します。 ・特定保健指導等各種保健指導において禁煙指導を実施します。

(2) ア こころの健康

平成(29)年度までの取組	平成(30)年度以降の取組（見込み）
<p>1 こころの健康に関する相談対応 ○こころの健康相談対応と問題解決に向けた支援</p> <p>2 自殺予防施策の推進 ○ゲートキーパー研修 ○やさしい精神保健福祉講座</p> <p>3 メンタルヘルスに関する健康教育、普及啓発 ○スクールカウンセラー及びスクールソーシャルワーカーの配置 ○地域の状況に応じた健康教育の実施 ○パンフレット等の配布 ○自殺予防啓発パネル展の実施 ○うつ・自殺予防研修会の実施 ○携帯電話等を用いたメンタルヘルスチェックの実施 ○地域保健と職域保健が連携した職場のメンタルヘルス対策の実施</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・こころの健康や自殺予防に関する普及啓発を行うとともに、相談窓口や支援体制を充実させます。 ・関係機関と協働したうつ、自殺予防対策を推進します。 ・様々な分野におけるゲートキーパーの支援や養成を行います。 * ゲートキーパー：自殺のリスクの高い人の早期発見・早期対応を図るため自殺のサインに気づき、話を聞き、必要に応じて専門家につなぎ、見守る役割を担う人材 ・ストレスや健康的な生活習慣に関する正しい知識の普及啓発を行います。 ・笑いによる健康づくりの普及啓発を行います。 ・地域と職域における精神保健に関する取組みを促進します。

(2) イ 次世代の健康

平成(29)年度までの取組	平成(30)年度以降の取組（見込み）
<p>1 乳幼児・学齢・思春期における食育の推進</p> <ul style="list-style-type: none"> ○小・学校における健康教育（栄養、飲酒、喫煙、歯等）の実施 ○保育園等での食育（栄養教育、調理実習等）の実施 <p>2 親子や地域住民が運動に親しむ機会の提供</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ノルディックウォーキング等各種運動教室の実施 ○ウォーキングなど有酸素運動を取り入れた運動の推進 (ウォーキングマップの作成やウォーキングラリーの開催) ○健康づくり団体との連携による年代や季節に応じた運動の推進 <p>3 子どもの健康維持に係る保健指導</p> <ul style="list-style-type: none"> ○乳幼児健診における保健指導 <p>4 女性（妊娠、授乳婦）の喫煙防止、禁煙指導の実施</p> <ul style="list-style-type: none"> ○母子健康手帳交付時における喫煙状況の把握、禁煙指導 <p>5 妊娠期における適正体重維持に関する保健指導</p> <ul style="list-style-type: none"> ○母子健康手帳交付時や母親教室での保健指導 <p>6 女性の健康に関する相談対応</p> <ul style="list-style-type: none"> ○女性の健康サポートセンターにおける相談対応 <p>7 適正な食生活の推進（思春期、若年女性）</p> <ul style="list-style-type: none"> ○小中学校での食育の推進 ○母子健康手帳交付時や母親教室での保健指導 	<ul style="list-style-type: none"> ・「北海道版食事バランスガイド」等によるバランスのとれた食事の普及啓発を行います。 ・関係機関等と連携し、バランスのとれた食生活の普及啓発を行います。 ・外食産業等と協力し、ヘルシーな飲食物の提供や、栄養成分表示が行われる飲食店の取組を推進し、食環境を整備します。 ・食習慣（食事バランス、共食、朝食等）の大切さを日々の食事を通じて学ぶことのできるような食育を推進します。 ・健康増進普及月間及び食生活改善普及運動、女性の健康週間等を活用した食事・運動に関する普及啓発を行います。 ・望ましい生活習慣（食事、運動等）改善に関する相談や健康教育等を実施します。 ・ライフステージや季節に応じた運動及び身体活動に関する情報提供を行います。 ・適正体重に関する普及啓発を行います。 ・母子健康手帳交付時や各種健診、健康づくり週間及び月間、健康教育等において妊娠婦や女性に対する「飲酒」「喫煙」が及ぼす健康への影響について情報提供します。 ・未成年者に対する禁煙防止教育を行います。 ・各種健康相談等において、女性の健康の保持増進に関する情報を提供します。

(2) ウ 高齢者の健康

平成(29)年度までの取組	平成(30)年度以降の取組（見込み）
<p>1 高齢者に対する就業やボランティア活動等への参加促進</p> <ul style="list-style-type: none"> ○各種保健・介護予防事業への参加勧奨 <p>2 栄養や運動に関する普及啓発</p> <ul style="list-style-type: none"> ○栄養教室等、各種保健・介護予防事業の実施 <p>3 身体活動量の増加に関する情報提供</p> <ul style="list-style-type: none"> ○運動教室等、各種保健・介護予防事業の実施 <p>4 8020運動等、歯と口腔の健康に関する普及啓発</p> <ul style="list-style-type: none"> ○歯と口の健康週間等における普及啓発 ○地方新聞紙面による歯の健康に関する普及啓発 <p>5 介護予防事業における口腔機能向上の取組促進</p> <ul style="list-style-type: none"> ○口腔ケア等の事業の推進 ○訪問歯科診療マップの更新・普及 ○口腔アセスメントの実施 	<ul style="list-style-type: none"> ・「北海道版食事バランスガイド」等によるバランスのとれた食事の普及啓発を行います。 ・関係機関等と連携し、バランスのとれた食生活の普及啓発を行います。 ・外食産業等と協力し、ヘルシーな飲食物の提供や、栄養成分表示が行われる飲食店の取組を推進し、食環境を整備します。 ・適正体重に関する普及啓発を行います。 ・望ましい生活習慣（食事、運動等）改善に関する相談や健康教育等を実施します。 ・自分の体力や健康状態に応じた食生活や運動・身体活動に関する情報提供を行います。 ・ウォーキングやノルディックウォーキング等、運動について、普及啓発を行います。 ・ロコモティブシンドロームについて、普及啓発を行います。 ＊ロコモティブシンドローム：運動器の障害のために自立度が低下し、介護が必要となる危険性が高い状態をいう ○高齢者の低栄養及び誤嚥性肺炎の予防 ・高齢者に対する口腔ケア提供体制を整備します。

(3) 健康を支え、守るための社会環境の整備

平成(29)年度までの取組	平成(30)年度以降の取組（見込み）
<p>1 地域のつながりを強化するためのソーシャルキャピタルの向上</p> <ul style="list-style-type: none"> ○食生活改善推進員協議会による食と健康に関する健康教室 ○薬剤師会による薬と健康に関するイベント ○栄養士会による食習慣に関する市民公開講座 <p>2 健康づくりをサポートするための環境づくりの向上</p> <ul style="list-style-type: none"> ○おいしい空気の施設の登録推進 ○栄養成分表示の店（ヘルシーレストラン）の推進及びPR 	<ul style="list-style-type: none"> ・従業員の健康保持・増進に取り組む企業等の情報収集及び発信を行います。 ・地域保健や職域保健が連携し、健康づくりに取り組みます。

(4) ア 栄養・食生活

平成(29)年度までの取組	平成(30)年度以降の取組（見込み）
<p>1 適正な栄養摂取に関する保健指導 ○母子健康手帳交付時や特定保健指導等における保健指導</p> <p>2 適正な食生活の推進 ○食生活改善推進員等による食育事業等の実施 ○食事バランスガイドや食品ハンドスケールによる食生活改善に関する情報提供</p> <p>3 保健指導従事者に対する支援等の実施 ○行政栄養士向けの研修会</p> <p>4 食生活改善推進員等に対する研修や活動支援 ○食生活改善推進員への研修及び活動支援 ○食生活改善推進員リーダー研修会</p> <p>5 食の自己管理の推進 ○栄養成分表示の店（ヘルシーレストラン）の推進及びPR ○「ヘルシーいぶりメニュー」の開発及び地元での提供</p> <p>6 特定給食施設等における適切な栄養管理の推進 ○特定給食施設等への指導及び相談対応 ○給食施設従事者向けの研修会</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・「北海道版食事バランスガイド」等によるバランスのとれた食事の普及啓発を行います。 ・関係機関等と連携し、バランスのとれた食生活の普及啓発を行います。 ・外食産業等と協力し、ヘルシーな飲食物の提供や、栄養成分表示が行われる飲食店の取組を推進し、食環境を整備します。 ・スーパー等と連携したバランスのとれた食生活の普及啓発を行います。 ・栄養成分表示の店（ヘルシーレストラン）の登録推進及び情報提供を行います。 ・栄養成分表示の活用に向けた普及啓発を行います。 ・健康増進普及月間及び食生活改善普及運動、女性の健康週間等を活用した食事、運動に関する普及啓発を行います。 ・栄養や食生活に関する相談や健康教育等を実施します。 ・特定給食施設等の指導及び研修会を開催します。 ・住民の栄養・食生活改善に係る人材育成の推進に取り組みます。

(4) イ 身体活動・運動

平成(29)年度までの取組	平成(30)年度以降の取組（見込み）
<p>1 運動の効果や運動施設等の情報提供</p> <ul style="list-style-type: none"> ○広報等による運動に関する普及（若者や働き盛りへの啓発） ○運動資源に関する情報提供 ○運動に関するパネル展示及びリーフレットの配布 <p>2 運動に取り組みやすい環境づくり</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ノルディックウォーキング等各種運動教室の実施 ○ウォーキングなど有酸素運動を取り入れた運動の推進（ウォーキングマップの作成やウォーキングラリーの開催） ○健康づくり団体との連携による年代や季節に応じた運動の推進 <p>3 運動事業への支援</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ノルディックウォーキングポールの貸出 ○ノルディックウォーキングの普及 	<ul style="list-style-type: none"> ・特定健康診査・特定保健指導において運動指導を実施します。 ・「健康づくりのための身体活動指針（2013）」の普及啓を行います（ウォーキングやノルディックウォーキング、サイクリング等）。 ・すこやかロードの普及啓発を行います。 ・ライフステージや季節に応じた運動及び身体活動に関する情報提供を行います。

(4) ウ 休養

平成(29)年度までの取組	平成(30)年度以降の取組（見込み）
<p>1 睡眠・休養に関する普及啓発</p> <ul style="list-style-type: none">○健康診査問診時における保健指導○質のよい睡眠や適切な休養のとり方についての知識の普及○睡眠に着目した研修会等の実施	<ul style="list-style-type: none">・健康づくりのための睡眠指針、休養指針等を用いた普及啓発を行います。・過重労働とならないための労働環境を整備します。

(4) 工 噫煙

平成(29)年度までの取組	平成(30)年度以降の取組（見込み）
<p>1 禁煙週間での普及啓発 ○世界禁煙デー、禁煙週間中におけるパネル展示、リーフレットの配布</p> <p>2 禁煙治療医療機関の把握と情報提供 ○禁煙治療実施医療機関マップの更新 ○禁煙治療医療機関の紹介</p> <p>3 「おいしい空気の施設」の登録促進 ○「おいしい空気の施設」の周知及び登録促進</p> <p>4 特定保健指導等における禁煙指導、禁煙相談の実施 ○特定保健指導等における禁煙指導 ○禁煙を支援する指導者の育成</p> <p>5 未成年者喫煙防止教育の実施 ○未成年者喫煙防止教育の実施</p> <p>6 女性（妊娠・授乳婦）の喫煙状況の把握と禁煙指導、禁煙相談の実施 ○母子健康手帳交付時における喫煙状況の把握 ○妊娠・授乳婦に対する禁煙指導</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・喫煙が及ぼす健康への影響に関する情報を提供します。 ・禁煙相談や禁煙を希望する人に対する禁煙支援を行います。 ・特定保健指導等各種保健指導において禁煙指導を実施します。 ・禁煙外来や相談できる医療機関等について周知します。 ・未成年者に対する禁煙防止教育を行います。 ・母子健康手帳交付時や各種健診、健康づくり週間及び月間、健康教育等において妊産婦や女性に対する「飲酒」「喫煙」が及ぼす健康への影響について情報提供します。 ・受動喫煙の防止のため「おいしい空気の施設推進事業」等により飲食店、職場、家庭等での適切な禁煙、分煙を推進します。

(4) オ 飲酒

平成(29)年度までの取組	平成(30)年度以降の取組（見込み）
<p>1 女性の飲酒防止、飲酒指導の実施 ○母子健康手帳交付時における飲酒状況の把握、飲酒指導</p> <p>2 未成年者飲酒防止教育の実施 ○学校での飲酒に関する教育、普及活動</p> <p>3 飲酒による健康被害に関する普及啓発 ○広報等による普及啓発</p> <p>4 適正飲酒に関する保健指導 ○母子健康手帳交付時における飲酒状況の把握と禁酒指導 ○特定保健指導等における飲酒指導</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・適度な飲酒に関する知識の普及を行います。 ・アルコール問題を早期発見し、適切に介入します。 ・未成年者の飲酒防止に向けた健康教育を行います。 ・母子健康手帳交付時や各種健診、健康づくり週間及び月間、健康教育等において妊産婦や女性に対する「飲酒」「喫煙」が及ぼす健康の影響について情報提供します。

(4) 力 齧・口腔

平成(29)年度までの取組	平成(30)年度以降の取組（見込み）
<p>1 8020運動等、歯と口腔の健康に関する普及啓発</p> <ul style="list-style-type: none"> ○歯と口の健康週間等における普及啓発 ○地方新聞紙面による歯の健康に関する普及啓発 <p>2 歯科保健に関わる情報の収集・分析と情報発信</p> <ul style="list-style-type: none"> ○歯科保健地区診断 <p>3 フッ化物洗口の推進</p> <ul style="list-style-type: none"> ○フッ化物洗口実施施設の拡大促進（90%以上）及び実施施設への支援 <p>4 障がい者施設等への支援</p> <ul style="list-style-type: none"> ○施設向けや参集型研修会の実施 <p>5 歯科検診、保健指導の利用機会の確保</p> <ul style="list-style-type: none"> ○標準的な成人歯科検診プログラム・保健指導マニュアルの普及 <p>6 定期的な歯科検診受診の推進</p> <ul style="list-style-type: none"> ○かかりつけ歯科医の普及 ○口腔がん検診の実施 <p>7 歯の喪失予防の推進</p> <ul style="list-style-type: none"> ○市町、事業所における成人歯科保健対策の実施促進 <p>8 介護予防事業における口腔機能向上の取組促進</p> <ul style="list-style-type: none"> ○口腔ケア等の事業の推進 ○訪問歯科診療マップの更新・普及 ○口腔アセスメントの実施 	<p>○むし歯の予防</p> <ul style="list-style-type: none"> ・乳幼児期及び学童期におけるフッ化物利用の普及を推進します。 <p>○歯周病の予防</p> <ul style="list-style-type: none"> ・成人が歯科健診・歯科保健指導を利用できる機会を確保します。 <p>○高齢者の低栄養及び誤嚥性肺炎の予防</p> <ul style="list-style-type: none"> ・高齢者に対する口腔ケア提供体制を整備します。