

第7章 重点課題への取組

1 重点課題の設定及び対策の推進

本県の平均寿命は、2015年（平成27年）の都道府県別生命表によると、男女とも全国最下位となり、男性は1975年（昭和50年）以降9回連続、女性は1995年（平成7年）から5回連続全国最下位の状態が続いています。

2013年（平成25年）3月に策定した「健康あおもり21（第2次）」では、本県の肥満傾向児の出現率や成人肥満者の割合、喫煙率、自殺死亡率などが全国上位に位置していることから、平均寿命に影響を与えている要因は「肥満」、「喫煙」、「自殺」の3つと考え、「肥満予防対策」、「喫煙防止対策」、「自殺予防対策」を重点課題として推進してきました。

中間評価を踏まえて、今後、計画終期の2023年度まで、各重点課題について取り組む内容を年度毎に工程表として提示し、共通認識を持って対策を推進し目標達成を目指すとともに、各ライフステージに応じた主な取組を示します。

2 重点課題の取組

（1）肥満予防対策

肥満の背景となっている諸要因や具体的な取組の可能性を分析し、重点的に働きかける対象やその方法を明確化します。また、肥満につながる生活習慣は、子どもの時期に形成されることから、若年期から食育、運動習慣並びに歯の健康等に関わるヘルスリテラシーの普及定着を図ります。

「脳血管疾患」「虚血性心疾患」「糖尿病」など生活習慣病の年齢調整死亡率は、全国より高い水準にあることから、その要因である、肥満を起因とする生活習慣病の発症予防といった一次予防に重点を置いた対策と、二次予防の推進を図り、早期発見・早期治療へ繋げるとともに、合併症の発症や症状の進展等の重症化予防に重点を置いた対策を推進します。

【施策の要点】

- 1) 関連する情報の収集・分析による重点的な取組の明確化
- 2) 健康づくりのための食育の推進及び運動習慣の定着並びに歯の健康づくり等の生活習慣改善
- 3) 肥満を起因とする生活習慣病の発症予防と重症化予防



【工程表】

| | 2018年度 (平成30年度) | 2019年度 | 2020年度 | 2021年度 | 2022年度 | 2023年度 |
|---|--|--------|--------|--------|--------|--------|
| 1 関連する情報の集計・分析による重点的な取組の明確化 | | | | | | |
| (1)地域診断機能の強化 | 国保被保険者レセプト解析、各保険者の特定健診データ集計・分析等 | | | | | 評価・見直し |
| 2 健康づくりのための食育の推進及び運動習慣の定着並びに歯の健康づくり等の生活習慣改善 | | | | | | |
| (1)ヘルスリテラシーの普及定着 | 県医師会健やか力推進センターによる人財育成及び関係団体との協働によるヘルスリテラシーの定着、適正体重の維持に係る正しい知識の普及啓発の推進等 | | | | | 評価・見直し |
| (2)健康づくりのための食育の推進 | 県栄養士会や食生活改善推進員連絡協議会との連携によるだし活の推進や減塩運動の推進等 | | | | | 評価・見直し |
| (3)運動習慣の推進 | 運動できる環境整備の実態把握及び関係団体との協働による運動習慣の定着促進、身体を動かす必要性に関する知識の普及等 | | | | | 評価・見直し |
| (4)8020運動の推進 | 県口腔保健支援センターを中心とした口腔機能向上対策の推進等 | | | | | 評価・見直し |
| 3 肥満を起因とする生活習慣病の発症予防と重症化予防 | | | | | | |
| (1)健診受診率の向上 | 保健協力員会等連絡協議会との連携による人財育成及び市町村等保険者による受診活動の推進等 | | | | | 評価・見直し |
| (2)糖尿病疾病管理強化 | 市町村における糖尿病性腎症重症化予防プログラムによる取組推進及び療養指導体制の強化等 | | | | | 評価・見直し |
| (3)血圧コントロールの徹底 | 普及啓発資材の開発と普及、研修会等の実施による血圧測定への推進等 | | | | | 評価・見直し |

(2) 喫煙防止対策

成人の喫煙率について、2016年(平成28年)の国民生活基礎調査で全国(男性31.1%、女性9.5%)と比較すると男性(36.5%)、女性(12.2%)ともに全国ワースト2位と高い状況であることから、県民に対して喫煙に関する現状と正しい知識を情報提供するとともに、喫煙が影響を及ぼすがんや歯周疾患について、早期発見、早期治療のために、がん検診受診率の向上や歯周病の予防のための定期検診の必要性について併せて情報提供していく必要があります。

未成年者の喫煙や妊婦の喫煙は、本人だけでなく家族などの周囲の喫煙に大きく影響されることから、家族を含めた禁煙支援を行っていくことが重要です。

公共的施設における受動喫煙防止対策の実施状況は改善傾向にありますが、施設によって対策を実施している割合に差があることから、2018年(平成30年)7月に健康増進法が改正され、「望まない受動喫煙」防止対策が強化されたことも踏まえて、今後も継続した取組を実施していく必要があります。

【施策の要点】

- 1) 喫煙が健康に及ぼす影響に関する正しい知識の普及啓発
- 2) 未成年者や妊婦の喫煙防止の推進
- 3) 受動喫煙防止対策の推進
- 4) 禁煙支援の推進



【工程表】

| | 2018年度 (平成30年度) | 2019年度 | 2020年度 | 2021年度 | 2022年度 | 2023年度 |
|------------------------|----------------------------------|--------|--------|--------|--------|--------|
| 1 喫煙が健康に及ぼす影響に関する正しい知識 | | | | | | |
| (1)普及啓発 | ポスターや広報等を活用した機会をとらえた普及啓発等 | | | | | 評価・見直し |
| (2)普及啓発のための人財育成 | 県医師会健やか力推進センターによる人財育成等 | | | | | 評価・見直し |
| (3)がん検診受診率の向上 | 市町村による受診活動の推進及び事業所におけるがん検診の受診勧奨等 | | | | | 評価・見直し |
| (4)8020運動の推進推進 | 県歯科医師会と連携した歯科検診の受診率向上対策の推進等 | | | | | 評価・見直し |
| 2 未成年者や妊婦の喫煙防止の推進等 | | | | | | |
| (1)未成年者の喫煙防止 | 学校・家庭・地域における対策の実施等 | | | | | 評価・見直し |
| (2)妊婦の喫煙防止 | 妊婦と同居家族を対象とした喫煙防止対策の推進等 | | | | | 評価・見直し |
| 3 受動喫煙防止対策の推進 | | | | | | |
| (1)受動喫煙防止対策に関する環境整備 | 受動喫煙防止対策の強化及び空気クリーン施設認証制度の推進等 | | | | | 評価・見直し |
| (2)受動喫煙防止対策に関する実態把握 | 受動喫煙防止対策実施状況調査の実施等 | | | | | 評価・見直し |
| 4 禁煙支援の推進 | | | | | | |
| (1)禁煙治療に関する環境整備 | 治療実施医療機関の把握と県ホームページへの掲載等 | | | | | 評価・見直し |
| (2)禁煙治療に関する人財育成 | 従事者のスキルアップに関する取組の実施等 | | | | | 評価・見直し |

(3) 自殺予防対策

自殺には様々な要因が複雑に関係していることから、総合的な自殺対策を推進していく必要があります。

2016年（平成28年）の自殺対策基本法の改正を受けて、2018年（平成30年）3月に策定された「いのち支える青森県自殺対策計画」においては、基本施策として①市町村等への支援の強化②地域におけるネットワークの強化③自殺対策を支える人材の育成④住民への啓発と周知⑤生きることの促進要因への支援⑥児童生徒の自殺予防に向けた心の教育等の推進に取り組むこととしています。

また、本県の課題に対応した重点施策として①高齢者対策②生活困窮者対策③勤務・経営問題対策④子ども・若者対策に取り組むこととしています。

【施策の要点】

- 1) 市町村が行う自殺対策に対する支援
- 2) 自殺対策を支える人材の育成
- 3) 児童生徒の自殺予防に向けた心の教育等の推進
- 4) 勤務・経営問題への対応

【工程表】

| | 2018年度 (平成30年度) | 2019年度 | 2020年度 | 2021年度 | 2022年度 | 2023年度 |
|-------------------------|----------------------------------|--------|--------|--------|--------|--------|
| 1 市町村が行う自殺対策に対する支援 | | | | | | |
| (1)市町村への支援 | 青森県自殺対策推進センターによる支援等 | | | | | 評価・見直し |
| 2 自殺対策を支える人材の育成 | | | | | | |
| (1)研修による人材の育成 | 自殺対策を支える各分野の人材養成及びゲートキーパーの養成推進等 | | | | | 評価・見直し |
| 3 児童生徒の自殺予防に向けた心の教育等の推進 | | | | | | |
| (1)自殺対策に資する教育の実施 | SOSの出し方教育等の推進等 | | | | | 評価・見直し |
| 4 勤務・経営問題への対応 | | | | | | |
| (1)地域における相談体制の強化 | 多重債務等の経済生活問題に対する相談の実施と相談窓口情報の発信等 | | | | | 評価・見直し |
| (2)職域・各事業所における対策の推進 | 職域におけるメンタルヘルス研修の推進等 | | | | | 評価・見直し |

3 各ライフステージに応じた取組

子どもが生まれる前の妊娠・周産期から 65 歳以上の高年期までの身体的、社会的機能等の主な特徴に合わせ、県民自らが健康管理に活用できる公的機関等が実施している健（検）診及びそれぞれの世代毎に関係機関・団体等とともに推進していく取組です。

| | 妊娠・周産期 | 乳幼年期(0～4歳) | 少年期(5～14歳) | 青年期(15～24歳) | 壮年期・中年期(25～64歳) | 高年期(65歳～) | |
|---|---------------|-----------------|------------------|-------------------|---------------------------|---------------------------------------|------------|
| 利用可能な制度 | 妊婦健診 母親等教室 | 乳幼児健診 幼児歯科健診 | 学校健診 学校歯科健診 | がん検診・職場健診 | 特定健診・特定保健指導 (40～74歳対象) | 後期高齢者の健診 | |
| 重点課題 | 肥満予防対策 | 栄養バランスの良い食事の推進 | 規則正しい食習慣の推進 | 適度な運動の推進 | 発達に応じた運動の推進 | 日常生活での歩行促進 | 転倒・骨折予防の推進 |
| | | 適度な運動の推進 | 発達に応じた運動の推進 | 屋外での遊びを通じた身体活動の推進 | 運動習慣の定着 | 運動習慣の定着 | 転倒・骨折予防の推進 |
| | | | | 体力づくりの推進 | 適正体重の維持の促進 | | |
| | | むし歯予防の推進 | 歯磨き習慣の推進 | 歯周病予防の推進 | 8020の推進 | | |
| | | | 口腔機能発達の促進 | 口腔機能維持・向上の推進 | | | |
| | 喫煙防止対策 | 禁煙の徹底 | 健康への影響についての理解 | 禁煙の推進 | COPDの予防 | | |
| | | 受動喫煙防止の徹底 | 家庭内の受動喫煙防止の徹底 | | | | |
| | | 空気クリーン施設認証促進 | | | 職場内の受動喫煙防止の徹底 | | |
| | 自殺予防対策 | 不安・ストレス対応 | 早寝早起等生活リズムの習得の推進 | 十分な睡眠確保の推進 | | | |
| | | 産後うつ予防 | 母子の愛着促進 | ストレス対応に関する普及啓発 | SOSの出し方教育等の推進(7～18歳) | 危機に陥った場合には誰かに助けを求めることが地域全体で共有されるように啓発 | |
| <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> 自分の心とからだを大切にすることを基本に!! </div> | | | | | | | |