

東区の取り組み

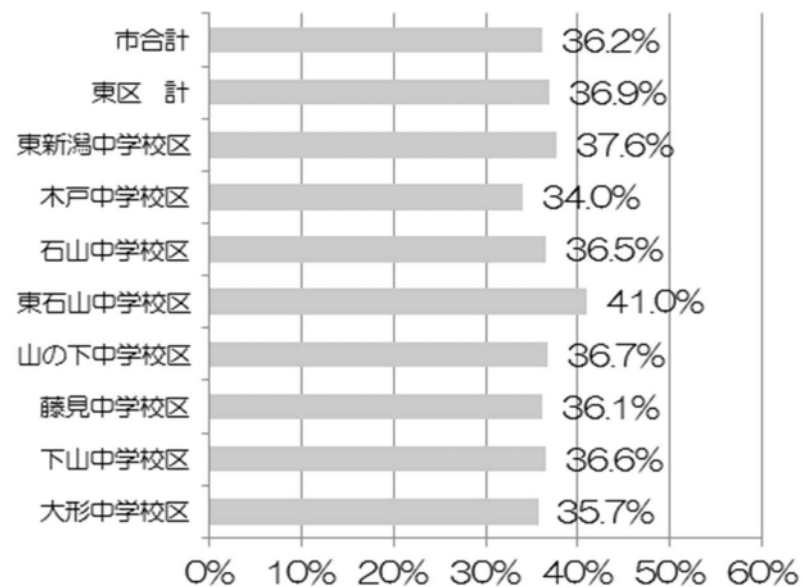
笑顔と元気があふれる東区

～誰もが健康で安心安全に暮らせるまちを目指して～

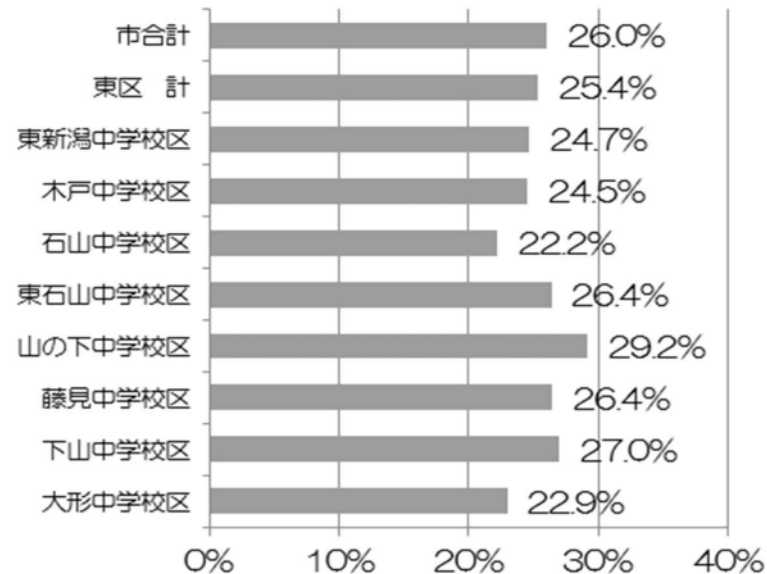


東区健康データ（国保＋後期高齢＋協会けんぽ）

健診受診率（H26）



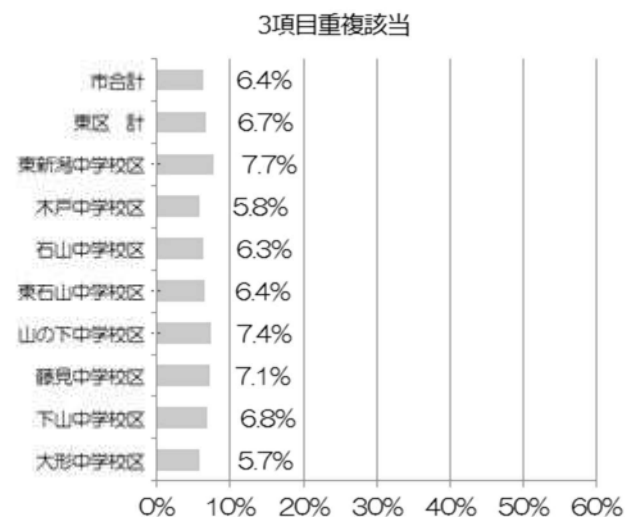
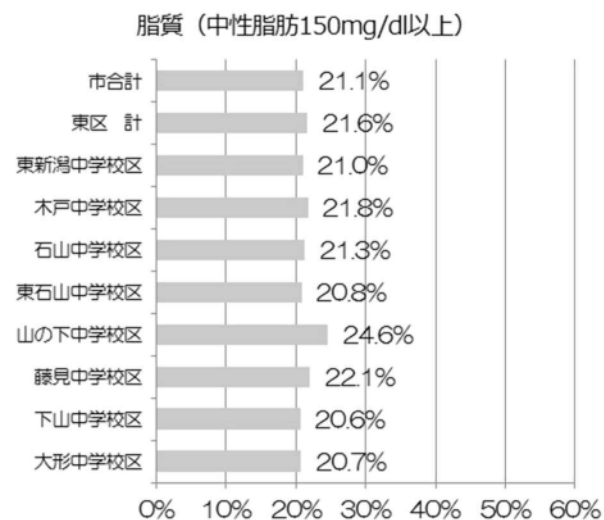
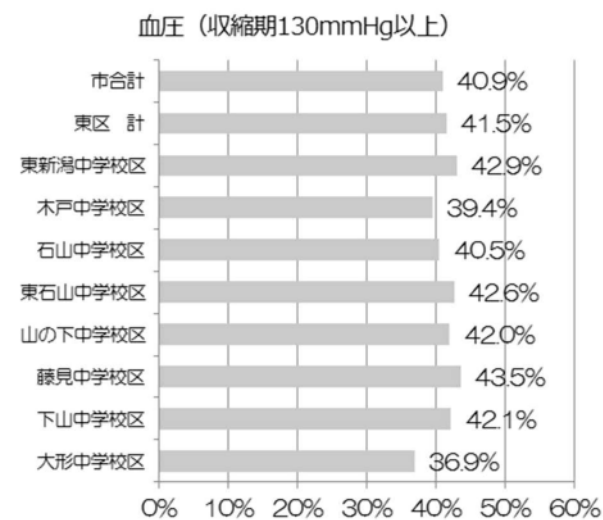
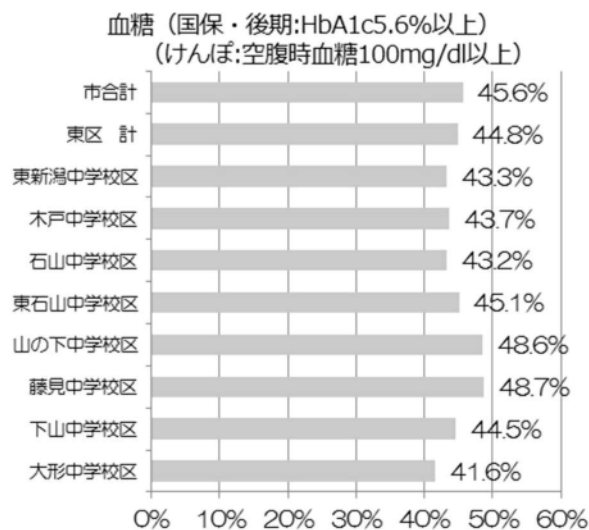
高齢化率（H26）



※平成26年9月末時点の住民基本台帳人口を基に算出

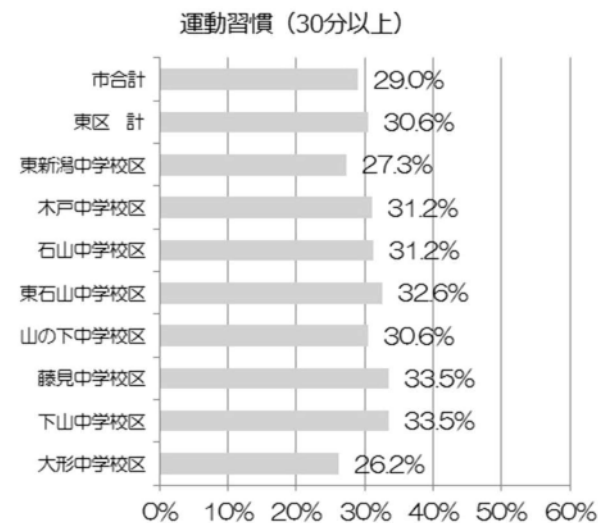
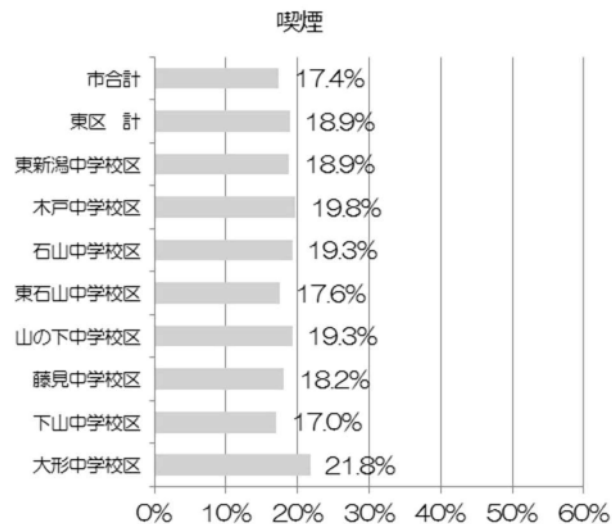
東区健康データ（国保＋後期高齢＋協会けんぽ）

健診結果（血液検査）（H26）



東区健康データ（国保＋後期高齢＋協会けんぽ）

健診結果（問診）（H26）



東区健康課題と取り組み

東区健康課題

- 脳梗塞で亡くなる人の割合、脳血管疾患で医療機関を受診する人の割合が全市と比べて高い。
- 特定健診を受ける人が4割弱と少ない。
- 健診結果から血糖・血圧・脂質の3項目とも要指導以上の割合が高い。

健康寿命の延伸に向けた取り組み

<以前からの取り組み>

1. 特色ある区づくり事業
「地域で取り組む健康長寿」
 - ・健康づくり講演会
 - ・リーダー養成研修会
2. 生活習慣病予防教室
 - ・シニア健活セミナー
 - ・運動スタートセミナー
 - ・健康増進普及講習会

<今年度からの新たな取り組み>

- 働き盛り層(30～60歳代)
- 1 「健診未受診者の生活実態調査」
 - 2 「生活習慣改善モニター」
- 介護予防層(60歳以上)
- 3 「地域の茶の間での健康づくり運動実施・継続の支援」
- 基本的な生活習慣獲得層(小・中学生)
- 4 「ヘルシーレシピコンテスト」
- 区民全体の機運醸成
- 5 「東区庁内健康寿命延伸プロジェクト」

以前からの取り組み

特色ある区づくり事業 「地域で取り組む健康長寿」

生活習慣病予防などの正しい知識を理解し健康寿命の延伸に向けた取り組みを推進するため、健康づくり講演会を開催します。また、区内のウォーキング等の自主グループの活動を支援し、地域での健康づくりのリーダーを育成します。



生活習慣病予防教室

公民館などを会場に、生活習慣病予防に効果的な運動と食生活について、医師や運動指導士、栄養士などの専門的な講話と実技を交えた健康教室を開催します。

【H29年度実施予定】

「シニア健活セミナー」（3回1コース 医師の講話、運動・栄養実技）

「運動スタートセミナー」（2回1コース 運動実技）

「健康増進普及講習会」（テーマ別に3回 調理実習）

「健診未受診者の生活実態調査」 (新規)

事業目的及び目標値等

特定健診未受診者の生活状況などを明らかにし、健診受診率向上に向けた取り組みを検討します。

→ 健診受診率 60%以上 (H27東区 実績値32.3%)

事業概要

○2年連続未受診者を対象に生活状況、受診状況、健康に関する意識等をアンケートにより調査します。



「生活習慣改善モニター」 （新規）

事業目的及び目標値等

メタボリックシンドロームの予備群、該当者の生活改善を支援します。

→ 脳血管疾患で医療機関を受診する人の割合の減少
(H26 東区 16.2%)

事業概要

- 区内の運動施設で実施する運動プログラムを3か月間実施し、生活習慣改善に取り組む動機づけとします。
- 健診結果や身体状況を確認しながら、フォローします。取り組みの経過は区だよりなどでお知らせします。



「地域の茶の間での健康づくり運動実施・継続支援」(新規)

事業目的及び目標値等

- 地域の茶の間における運動実施を支援し、高齢者の寝たきり予防を図ります。

→要介護認定率を上げない。 (H26東区 17.2%)

事業概要

- 区内の茶の間での活動状況を把握し、茶の間主催者向けの研修会を開催します。また、運動実施の意向がある茶の間へは運動体験として運動指導者を派遣します。
- 大学生などを対象とした運動ボランティアを養成し、茶の間での運動実施と継続を支援します。



「ヘルシーレシピコンテスト」(新規)

事業目的及び目標値等

- 小中学生の健康づくりへの意識高揚を図り、望ましい生活習慣の獲得を支援します。

→肥満傾向児の割合 小学生5%以下、中学生 6%以下
(H24 小学生6.84% 中学生7.36%)

事業概要

- 「お父さんやお母さんに作ってあげたいヘルシーランチ」をコンセプトとして、小中学生から公募します。県立大学の協力を得て、応募作品の中からグランプリを決定し、入賞作品のレシピ集を作成します。
- H30年度以降は、レシピ集に基づいた小・中学生対象の料理教室を開催します。



「東区庁内健康寿命延伸プロジェクト」 (新規)

事業目的及び目標値等

- 健康づくりに関心のある区民もない区民も含めた健康づくりへの機運醸成を図ります。



事業概要

- 区長をプロジェクトリーダーとして、各課が実施する事業を「健康寿命延伸」の視点から整理し効果的な事業実施をするとともに、地域・学校・産業などとも連携しあらゆる場面からの啓発を図ります。
- 健康寿命延伸に資する事業を「東区健康づくりメニュー」として配布します。



pixta.jp - 12645321