

(7) 糖尿病

計画に記載されている実践目標

- 定期的に健康診断を受け、健康管理に生かしましょう。
- 糖尿病の正しい知識を持ちましょう。
 - 主な原因は、脂肪のとりすぎや過食による肥満と運動不足です。
 - 日常生活においてできるだけ歩きましょう。
- 糖尿病の合併症を防ぎましょう。
 - 糖尿病の診断を受けたら、中断せずに受診しましょう。

これまでの取り組み

全市町村で、老人保健事業の基本健診を実施し、糖尿病等の予防・早期発見・早期治療（受診勧奨）を行い、要指導となった人への個別保健教育等を進め、個人の生活習慣改善に向けて支援を図っています。また、糖尿病で治療している者が中断しないよう継続的な支援、運動や食事等の個別生活支援として国保ヘルスアップ事業等を実施しています。

さらに、糖尿病のリスク要因である肥満対策として、個別健康メニュー提案事業、県民1人一人に応じた健康づくり（健康生活コーディネート事業）を実施しています。

現 状

(1) 糖尿病危険因子の回避

糖尿病の危険因子となる肥満についてみると、20歳から60歳代の男性の肥満者の割合は、策定時の30.2%から26.1%に改善していますが、40歳から60歳代の女性の肥満者は、逆に策定時22.1%から23.9%へと増えています。運動の習慣化については、日常生活における歩数は、男性は策定時7,678歩から7,458歩、女性は策定時7,074歩から6,684歩と、いずれも減少し、運動習慣のある者の割合は男性では減少、女性では微増となっています。適正体重を維持することのできる食事を理解している者の割合は、男女とも減少しています。

(2) 糖尿病検診と事後指導

定期健康診断受診者は、策定時より57.3%増加しており、健診後の事後指導受診者も、男女とも微増しています。

(3) 糖尿病有病者の動向

平成17年10月の生活習慣に関するアンケート調査によると、医療機関で糖尿病と診断された者は、平成12年度の6.0%から平成17年度8.0%と2ポイント増加しています。また、医療機関で糖尿病と診断され、治療を受けている者は、平成12年度56.1%から平成17年度70.9%と14.8ポイント増加しています。

(4) 糖尿病合併症の減少

糖尿病と診断を受けた者の内、治療を受けている者は策定時より増加し70.9%っており、治療中断者は策定時の16.6%から7.2%に減少しています。

主な目標値と現状

指 標	策 定 時 の 状 況	目 標 値	現 状	資 料
成人の肥満者（BMI \geq 25.0）の減少 20～60歳代男性	30.2%	20%以下	26.1%	㊶
40～60歳代女性	22.1%	17%以下	23.9%	㊶
日常生活における歩数の増加 男性	7,678歩	9,100歩以上	7,458歩	㊶
女性	7,074歩	8,500歩以上	6,684歩	㊶
1日最低1食きちんとした食事を2人以上で楽しく、30分以上かけてとる者の割合の増加	72.7%	80%以上	76.3%	㊶
定期健康診断等糖尿病に関する健康診断受診者の増加	548,000人	822,000人	705,000人	㊸
糖尿病検診における異常所見者の事後指導の徹底 男性	76.4%	100%	78.7%	㊷
女性	81.5%	100%	83.2%	㊷
糖尿病有病者の減少	要医療レベルの人の割合が受診者数の5.6%	減少	—	—
糖尿病有病者に対する治療継続の指導を徹底	診断を受けた者のうち56.1%が治療中であるが、治療中断者が16.6%いる。	継続の徹底	治療を受けている者 70.9% 治療を中断した者 7.2%	㊷

㊶平成17年度 千葉県県民健康・栄養調査

㊷平成17年度 千葉県生活習慣に関するアンケート調査

㊸平成17年度 老人保健事業報告

今後の課題

平成20年度からの医療制度改革により、医療保険者にメタボリックシンドロームの概念を導入した特定健診・保健指導が義務付けられ、今後は2015年度までに糖尿病等生活習慣病を25%減少することが全国的な政策目標とされています。

千葉県の動向を見ると、糖尿病の治療中断者は減少しましたが、有病者は増加し、糖尿病の危険因子である肥満、運動、食事についてもリスクが減る方向にはなっていません。従って、治療継続による重症化の防止や健診による早期発見だけではなく、糖尿病のリスクを減らす対策が重要です。

肥満傾向にある児童・生徒の増加や小児生活習慣病も問題とされており、小児期からの健康づくりに向けて、家庭・学校・地域が連携した食育も重要です。

今後の糖尿病対策として以下のことが望まれます。

- (1) 糖尿病の予防、病態や合併症に関する知識を普及し、予防行動を啓発するためのポピュレーション・アプローチを実施します。

- (2) 特定健診・特定保健指導として、糖尿病の発症リスクの高い人を抽出し、運動の習慣化、バランスの取れた食生活を支援していきます。
- (3) 糖尿病患者の治療の継続への支援をしていきます。
- (4) 家庭・学校・地域の連携の下で食育等を通して、小児期からの肥満予防・生活習慣病予防対策を展開していきます。

(8) 循環器病

計画に記載されている実践目標

- 薄味調理を心がけ、しょうゆやソースは、料理に直接かけないで小皿にとってつけましょう。
- 加工食品やスナック菓子などを食べすぎないようにしましょう。
- 緑黄色野菜や果物で鉄やカリウムなどを摂取しましょう。(カリウムは血圧の安定に役立ちます)
- 適正体重を維持しましょう。
- 生活の中に、無理のない運動習慣を取り入れましょう。
- 禁煙・節煙を心がけましょう。
- 節度ある飲酒をしましょう。
- 定期検診を受診し、健康管理に役立てましょう。
- 病気の療養中は、治療中断をしないで、悪化を防ぎましょう。

これまでの取り組み

市町村の基本健診において、心臓病の疑いのある者又は危険因子を持つ者をスクリーニングするため、血圧、血中コレステロール、中性脂肪、血糖等の検査を実施するとともに、要指導となった人へ高血圧、高脂血症（境界域220～240mg/dl未満）、喫煙の個別健康教育等を進め、個人の生活習慣改善にむけた支援や医療機関への受診を勧奨する等の保健指導を実施しています。

その他、地域の健康まつりや保健センターなどにおいて、生活習慣病予防の普及啓発を実施しています。

また、各健康福祉センターにAED（自動対外式除細動器）を設置するとともに、講習会の開催、機器の貸し出し等を行うなど普及啓発に努めています。

現 状

- (1) 生活習慣の改善では食塩の摂取や男性の喫煙者の減少など、改善のみられた指標もありますが、平均カリウム摂取の増加や運動習慣者の増加など改善の見られない指標もあります。
- (2) 健康診断の受診率は、策定時に比べて増加していますが、目標達成のためには、一層の努力が必要とされます。
- (3) 県内の平成17年の心疾患（高血圧性を除く。）の死亡者数は7,397人で計画策定時（平成11年調査）に比べ1,082人（約17%）増加しています。
- (4) 心疾患による死亡者数は、平成8年以降死因の第2位となっており、平成17年では、死亡者総数の16.8%を占めています。

主な目標値と現状

指 標	策 定 時 の 状 況	目 標 値	現 状	資 料
平均食塩摂取量（一人1日あたり）の減少	13.6 g	10 g 未満	11.8 g	㊤
カリウム摂取の増加	3.1 g	3.5 g 以上	2.5 g	㊤
肥満者(BMI \geq 25.0) の減少 20～60歳代男性	30.2%	20%以下	26.1%	㊤
40～60歳代女性	22.1%	17%以下	23.9%	㊤
運動習慣者の増加 男性	36.4%	46.0%	31.2%	㊤
女性	26.5%	36.0%	28.9%	㊤
血清総コレステロール値220mg/dl以上 男性	27.3%	14%以下	11.8%	㊤
49歳以下の女性	12.0%	6%以下	5.6%	㊤
50歳以上の女性	44.6%	24%以下	22.5%	㊤
健診受診者の増加	548,000人	822,000人	705,000人	㊥
たばこ対策の推進	たばこ（P21参照）			
飲酒対策の推進	アルコール（P24参照）			

㊤平成17年度 千葉県県民健康・栄養調査

㊥平成17年度 千葉県老人保健事業補助金補足調査

今後の課題

- (1) 心疾患を発症しないためには、高血圧、高脂血症、肥満、糖尿病を予防することが重要であり、そのためには、メタボリックシンドロームの概念を導入した生活習慣病予防対策の強化推進が不可欠です。このため、平成20年度から医療保険者の義務となる特定健診・保健指導の効率的・効果的な実施に向け、地域・職域連携システムのシステム構築が必要となっています。
- (2) 県民一人ひとりの主体的な健康づくりに加え、母子保健・学校保健・職域保健・地域保健と、生涯を通じた健康管理への支援が必要です。
- (3) 狭心症や心筋梗塞などの虚血性心疾患は動脈硬化が原因であり、喫煙や受動喫煙により、虚血性心疾患の発症リスクが増大することが確認されています。このため、受動喫煙の防止や禁煙希望者への支援等の対策をさらに推進することが必要です。

(9) が ん

計画に記載されている実践目標

がん予防に対する正しい知識を身に付け実践しましょう。

- 喫煙が及ぼす健康の影響について学び、禁煙を心がけましょう。
- 多量飲酒（純アルコール60g/日以上）はやめ、節度ある適度な飲酒を（純アルコール20g/日程度）に努めましょう。
- バランスのとれた変化ある食事をとりましょう。
- 適度に運動をしましょう。

がん検診を受けましょう。

- 定期的に各がん検診を受診しましょう。
- 精密検査になった場合は必ず医療機関で受診しましょう。
- 乳がんの自己検診も定期的に実行しましょう。

これまでの取り組み

各市町村において、胃がん・肺がん・大腸がん・乳がん・子宮がん検診を実施し、がんの早期発見・早期治療に努めています。

また、健康ちば21推進協議会、県民大会、がん予防展、がん講演会等を通じ、がん予防に関する知識や最新の診断・治療法等の普及・啓発を実施しています。

集団検診車整備事業、乳がん検診体制強化推進事業（国のがん検診の改正、県独自の乳がん検診ガイドラインの策定、マンモグラフィ検診従事者研修会の実施等）の推進により全市町村での検診体制が整備され、実施しています。

さらに、がん登録事業により、がん罹患者数・罹患率やがん患者の生存率を把握し、がん予防対策の効果を評価する一方、効果的ながん検診体制を普及するため、乳房自己触診指導者（市町村保健師等）や乳がん検診従事医師等を対象とした研修を実施しています。

現 状

- (1) 生活習慣の改善では、食塩の摂取や男性の喫煙者の減少など改善のみられた指標もあれば、野菜・果物の平均摂取量の増加や節度ある適度な飲酒の普及など改善が見られない指標もあります。
- (2) がん検診の受診者数を目標値で見ると、子宮がんと大腸がん検診は目標達成に向け順調に推移していますが、その他の検診は目標値をかなり下回っています。
- (3) 乳がん検診におけるマンモグラフィ検診及び超音波検診の普及は進んでいますが、肺がん検診におけるヘリカルCT検診及び胃がん検診におけるペプシノゲン法の普及は進んでいません。
- (4) 平成13年の悪性新生物の死亡率（人口10万に対する死亡数）と平成17年の悪性新生物の死亡率を比較すると、203.4から226.1に増加しています。
- (5) 本県の死因別死亡数では、がんによる死亡者数が昭和57年以降第1位となっており、平成17年では、死亡者総数の30.7%を占めています。

(6) がんの部位別死亡状況では、胃がん、大腸がんなどの占める割合が減少し、肺がん、膵臓がん、肝臓がんなどが増加してきています。

また、男性では肺がんの占める割合が、女性では胃がんの占める割合が最も高くなっています。

主な目標値と現状

指 標	策 定 時 の 状 況	目 標 値	現 状	資 料	
喫煙者数の減少	男性	43.5%	35.1%以下	33.6%	㊸
	女性	12.3%	9.7%以下	11.1%	㊸
食塩摂取量（一人1日あたり）減少		13.6 g	10 g 未満	11.8%	㊶
野菜平均摂取量の増加		319 g	350 g 以上	284 g	㊶
果物類を毎日摂取している者の増加		75.6%	90%以上	69.3%	㊶
脂肪エネルギー比（20～40歳代）の減少		27.0%	25%以下	26.2%	㊶
検診体制の整備			がん検診の普及等		

㊶平成17年度 千葉県県民健康・栄養調査

㊸平成17年度 千葉県生活習慣に関するアンケート調査

今後の課題

- (1) 近年の高齢化の進展、ライフスタイルの変化等により、今後のがん死亡者数の増加が予測される中、がんを予防するための正しい知識の普及・啓発の促進や、市町村が実施するがん検診体制の充実や検診精度の向上を図る必要があります。
- (2) がんの治療を受けた患者は、がんの再発へのおびえや手術による体力の低下等から日常生活への復帰に対する不安等を抱えていることが多いため、適切なケアが必要です。
- (3) 終末期のがん患者が、住み慣れた地域や自宅で家族の看取りを望む場合に在宅療養を選択できるよう、疼痛緩和に配慮した在宅緩和ケアネットワークの充実を図る必要があります。
- (4) たばこの煙に含まれる有害な化学物質には、発がん物質が多種類含まれており、喉頭がん、肺がん、口腔がん、食道がん等、多様な臓器がんの発症リスクとなることから、たばこ対策の一層の推進が必要です。

(10) 母子保健

計画に記載されている実践目標

- 子どもの心の問題は、最初に身体上の異常や態度など何らかのサインが発せられる事が多く、親は初期に発せられるサインを見逃さないように、会話や行動等に十分注意を払いましょう。
- 妊娠がわかったら早期に医療機関を受診し、安全に出産ができるよう必ず定期的に健康診査を受けましょう。
- 妊娠・出産・育児の時期には、地域にある仲間の集まりに積極的に参加し、情報交換をしましょう。
- 子育ては両親だけでなく、地域においても支援をしましょう。
- 子育てや思春期の問題等に対して、家庭内だけで問題解決に困難が予想される場合は、早期に専門的な相談支援を求めましょう。
- 家族が健康に対する意識をもち、家族が共通して楽しめる運動や趣味を作り上げ、継続して健康への取り組みを実践しましょう。
- 家庭において、乳幼児期にしっかりとした生活習慣を確立させましょう。
- 家族そろって楽しい食事をとり、その食事を通して家族の「絆」を強めましょう。

これまでの取り組み

母子保健は生涯の健康の基礎であり、次の世代を安心して産み、健やかに育てるための基礎であることから、思春期から妊娠、出産、新生児期、育児期等を通じてそれぞれの時期に最もふさわしいサービスの体系化が図られているところです。

本県では、これまでの母子保健の取り組みを踏まえ、21世紀の母子保健の新たな課題に対する取り組みの方向性として、国が策定した「健やか親子21」や、地域の力で支える子育て社会の実現を目指した計画である「千葉県次世代育成支援行動計画」に基づき、母子保健対策を進めています。

思春期保健対策としては、思春期における人工妊娠中絶や性感染症が増加し、思春期特有の心の問題も深刻化していることから、健全な父性、母性の涵養等を目的に、思春期保健教育（思春期ピアエデュケーション事業）やエイズ予防啓発講習会等を実施しています。

周産期への取り組みとしては、安心・安全な妊娠出産ができるよう、周産期医療体制の整備とともに、妊婦健康診査による胎児や母親の健康管理や母親学級や家庭訪問・面接による保健指導の実施、千葉産業保健推進センターの活用による働く女性の健康管理の普及啓発を行っています。

核家族化や地域社会の交流の希薄化等により、育児に関して身近に相談相手がいない母親も増えており、育児不安の軽減や子育て支援のため、早期の新生児訪問や乳幼児健康相談・育児相談、子育てサークルの育成を強化しています。また、児童虐待の予防や早期発見のため、子どもに関わる機関の連携強化や市町村児童虐待防止ネットワークの構築を推進しています。

現 状

(1) 健全な心と体の育成

避妊方法を正確に知っている高校生の割合は96.4%から94.6%（男女の平均値）に減少しています。

また、性感染症について正確に知っている高校生の割合は、エイズ・クラミジアについては微増しているものの、梅毒・淋病については減少し、目標値の4割にも達していません。

赤ちゃんを抱いた経験のある高校生の割合は男女ともに減少します。

(2) 安心して妊娠、安全で快適な出産ができる環境づくり

後期死産率は減少していますが、早期新生児死亡率はやや、増加しています。

「母性健康管理指導事項連絡カード」を知っている妊婦の割合は増加したものの、全体の2割弱で今後、積極的な普及啓発を図る必要があります。また、妊娠中に職場で配慮受けられた妊婦の割合はやや減少しており、働く妊婦のための支援の取り組みは進んでいません。

自分の希望した出産ができた者の割合は微増していますが、まだ全体の4分の3程度にとどまっています。

妊娠中の飲酒者・喫煙者の割合はやや減少していますが、15.0%の妊婦が飲酒を、6.9%の妊婦が喫煙をしている状況にあります。

出産後1ヶ月時に母乳哺育をしている母親の割合は31.2%で、やや増加していますが、更なる母乳哺育の推進が必要です。

(3) 子どもの健やかな成長、発達への支援

乳幼児期にうつぶせ寝をさせている親の割合は32%で改善されてきています。

予防接種の実施率は順調に増加しています。また、新生児死亡率・乳児死亡率についても現状維持ができており、取り組みの成果が見られています。

家庭での事故防止対策は、「子どもだけを家に残さない」についての対策は図られてきていますが、全体的な取り組みは遅れています。

(4) ゆとりある育児への支援

子育てに自信の持てない母親の割合、産後3ヶ月の間に抑うつ気分のあった母親の割合はともに増加しており、育児不安を持つ母親が増加していることがうかがえます。

平成17年度の「妊娠・出産・育児に関する調査」によると、夫の育児への協力の仕方に満足している母親の割合は69.4%から73.4%に増えてきていますが、目標達成にはまだ努力が必要です。

主な目標値と現状

指 標	策 定 時 の 状 況	目 標 値	現 状	資 料
避妊方法を正確に知っている高校生の割合を増加 高校2年生全体	96.4%	100%	94.6%	㊦
男	95.6%	100%	93.0%	㊦
女	97.9%	100%	96.5%	㊦
赤ちゃんを抱いた経験がある高校生の割合を増加 高校2年生全体	41.0%	100%	38.3%	㊦
男	33.3%	100%	31.8%	㊦
女	49.9%	100%	45.8%	㊦
自分の希望した出産ができた者の割合を増加	72.8%	100%	76.0%	㊿
妊娠中の喫煙者をなくす 喫煙していた者	7.3%	なくす	6.9%	㊿
途中で禁煙した者	6.6%		7.9%	㊿
周産期死亡率、特に後期死産率の減少	5.6	4.5	3.9	㊿
出産後1か月時に母乳哺育をしている母親の割合を増加	28.5%	50.0%	31.2%	㊿
乳児期にうつぶせ寝をさせている親をなくす	7.0%	なくす	3.2%	㊿
育児に参加する父親の割合を増加	93.4%	100.0%	—	—

㊦平成17年度 千葉県思春期保健実態調査

㊿平成17年度 妊娠・出産・育児に関する調査

㊿平成16年 人口動態統計

今後の課題

思春期世代の健全な心と体の育成のため、性に関する正しい知識の普及や行動変容への働きかけが継続して必要です。

働く女性が、安心して安全に妊娠・出産をするために、「母性健康管理指導事項連絡カード」の啓発や利用の促進をはじめとした、市町村や関係機関の取り組みの強化が求められています。

家庭での子どもの事故防止対策については、乳幼児健診等の親子が集まる機会を活用し、なお一層の啓発をすることが必要です。

育児をする母親の孤立を防ぎ、育児不安の軽減を図るため、父親の育児参加のさらなる促進や、地域社会全体で親子を支える取り組みの強化が必要です。

(11) 環 境

計画に記載されている実践目標

- 便利さや物を優先する暮らしを見直し、地球にやさしい暮らしに努めましょう。
- 貴重なエネルギーを大切にし、さわやかな青空をめざし、車の上手な利用や適度な冷暖房などに努めましょう。
- 限りある資源の有効利用に努め、「ごみ・ゼロ成長社会」をめざし、ごみを減らし、リサイクルを進めましょう。
- 身近な生き物や緑とのふれあいを通じ、自然の成り立ちと役割を学び、生物と共生できる自然環境の保全に努めましょう。
- 私たち一人ひとりが環境の守り手であることを自覚し、家庭、学校、職場、地域で力を合わせ快適な環境づくりを進めましょう。

これまでの取り組み

大気環境の保全については、大気指導事業（大気汚染防止法による排出規制、東京湾沿岸の主要工場との公害防止協定の締結、自動車NOx・PM法によるディーゼル車対策等）と大気監視事業（大気汚染状況の常時監視や発生源監視の充実等）を実施し、達成率向上に努めています。

騒音、振動、悪臭対策事業で、騒音の発生に必要な規制を行い、県民の健康を保護し、生活環境の保全に努めています。

水質保全については、特定事業場等排水監視指導事業による、特定事業場への立ち入り検査の実施と分析結果をもとにした指導の実施、合併浄化槽の設置促進のための補助金制度の拡充等を行っています。

また、大気汚染、水質汚染の両面からダイオキシン類に関する常時監視を実施しています。

ごみ問題については、資源循環型社会づくり協働推進事業（3Rの広報の実施、県民を対象としたマイバッグ普及促進事業の実施、事業者を対象とした環境経営セミナーの開催）の実施、多量排出事業者指導事業の実施により、一般廃棄物・産業廃棄物の排出量の削減とリサイクル率の向上に努めています。地球温暖化の防止については、地球温暖化防止講演会の開催、地球温暖化防止活動推進員による地域での普及活動などを実施しています。また、適正なフロンの処理を推進しています。

総合的環境学習推進事業として「千葉県環境学習基本方針」に基づく、環境学習の基盤を整備しています。

現 状

- (1) 大気環境・騒音・水質に関する指標のほとんどで目標達成がされています。
- (2) 自然環境保全地域等の面積は拡大していますが、緑とのふれあい面積の拡大については、平成15年度からは県有林（公益保全林）の取得事業が行われておらず、目標を下回っています。
しかし、「里山活動協定の締結認定数」が増加しており、緑とのふれあいの場は増加しています。
- (3) 1人1日当たりのゴミ排出量については、やや増加していますが、産業廃棄物のリサイクル率については向上しています。温室効果ガスの総排出量も増加しており、目標達成が難しくなっています。

主な目標値と現状

指 標	策 定 時 の 状 況	目 標 値	現 状	資 料
大気中の浮遊粒子状物質の環境基準の達成率の向上	22%	向上	99%	㊸
低公害車の普及を促進する	1,947台	増加	13,456台	㊹
水質のBOD/COD環境基準達成率の向上	49.4%	55%	62.4%	㊺
合併浄化槽の設置促進	17%	27%	25.9%	㊻
緑とのふれあい面積の拡大	8,724ha (策定時の 9,474haを修正)	10,193ha	8,894ha	㊼
一人1日当たりのごみ排出量の減少	1,025 g	850 g	1,052 g	㊽
県内の温室効果ガスの総排出量の削減 (平成2年度の数値を炭素換算 (21,194千t)から二酸化炭素換算 (74,282千t)に変更)	炭素換算 21,194千t から二酸化炭素 換算に変更 74,282千t	6%削減 二酸化炭素 換算 69,825千t	二酸化炭素 換算 81,378千t	㊾

- ㊸平成17年度 大気汚染状況の常時監視結果
- ㊹平成17年度 千葉県環境生活部大気保全課資料
- ㊺平成17年度 公共用水域水質測定結果
- ㊻平成17年度 浄化槽行政組織等調査
- ㊼平成16年度 千葉県農林水産部みどり推進課資料
- ㊽平成17年度 清掃事業の現況と実績
- ㊾平成16年度 千葉県地球温暖化防止計画見直し基礎調査

今後の課題

大気環境・騒音・水質については、現在の取り組みをすすめ、現状の維持・更なる改善を目指していきます。

自然環境の重要性や維持するための手順について、県民の理解を得ながら事業を進めるとともに、県民が水や緑と触れ合える環境の整備をさらに進めていく必要があります。

環境への負荷の少ない、資源循環型社会づくりをすすめるため、資源循環型社会づくり協働推進事業の強化によって、県民への啓発を進めるとともに、産業界と協力した取り組みの検討が求められています。

地球温暖化を防止するために、限りある地球の資源を大切にじょうずに使うなど、ライフスタイルの見直しを進めていく必要があります。