

IV 目標と施策の方向



茂原市立萩原小学校 4年 金子 紗弓さん
平成19年度千葉県国民健康保険団体連合会主催
「健康増進ポスター」最優秀賞
*学校・学年は受賞時のものです。

施策の方向性

生涯を通じた健康づくり

基本的な施策

- こどもから高齢者まで連続した健康づくり
- 職域と地域をつなぐ支援
- 健康づくり・医療・福祉の連動した支援

1. 生涯を通じた健康づくり

健康であることはすべての人の願いであり、県民一人ひとりの幸福な人生を実現するための基本です。

そのためには、こどもから高齢者までの総合的な健康づくりを応援する仕組みが求められています。

子どもの健康を支える家庭や家庭を取り巻く地域を通じて、生命や家族を大切に意識が高まり、社会全体で子どもの健康づくり、子育てを応援して行くことが大切です。

生涯を通じた女性の健康づくりの観点からも、安心して子どもを産み、ゆとりを持って穏やかに育てるための環境づくりや、性差を考慮したきめ細やかな保健医療対策が求められています。

高齢期においても、健康でいきいきと自立して暮らしていくために、若年期からの生活習慣を考えた健康づくり、疾病予防が重要です。

また、健康づくりに関する法制度は、根拠法令によって目的や対象者、実施主体、事業内容が異なっており、制度間のつながりがないことから、退職後の保健指導・健康管理が継続できない問題があります。そのため、地域保健と職域保健が連携し、県民に対する生涯を通じた継続的な健康づくり支援を行うことが必要です。

千葉県では、健康づくりに対する県民のニーズを的確に踏まえ、子どもから高齢者まで生涯を通じた切れ目のない、連続した総合的な健康づくりを応援する仕組みを確立します。

(1) こどもから高齢者まで連続した健康づくり

<現 状>

生涯を通じていきいきと暮らし続けるために、乳幼児から高齢者まで各ライフステージに応じた健康づくりが実施されています。

具体的には、安全で安心な妊娠・出産・育児ができるよう、妊婦・乳児健康診査を実施しています。そのほか、子どもの健やかな成長・発達、母親の育児不安等の早期解消を図るため、健康相談や家庭訪問等の保健指導を実施しています。

児童・生徒の思春期問題を支援するため性に関する基本的な知識や乳幼児とのふれあい体験等を通じて生命の尊さの理解等を深める教育も地域や企業との連携による取り組みが進められています。

職域保健では、6割の労働者が何らかのストレスを抱えながら仕事をしている状況にあり、働き盛りの男性の自殺者が増加している現状から、職場でこころの相談体制への取り組みが始まっています。本県でも県内の2か所の

健康福祉センター（保健所）（君津・市川）で、平成19年10月から、「男性のこころと身体健康相談」を開始しています。

また、職場を退職した人の健康管理が退職後も地域で継続されるような仕組みを検討するため、保健所圏域単位で「地域・職域連携推進協議会」を立ち上げています。

成人・高齢者対策としては、生活習慣病の予防を強化するため、平成20年度から医療保険者によるメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した特定健診・特定保健指導がスタートします。今後、医療保険者には健診の受診率の向上や確実に効果のあがる保健指導が求められます。

また、寝たきりや認知症にならないために、生活習慣の見直し等を行います。

自分の健康をチェックし、疾病予防や早期発見につなげるため、ライフステージに応じた健康診査が用意されています。

＜課 題＞

- 出産、子育てに家族が孤立することなく、地域の中で安全で安心な妊娠・出産・育児ができるような体制づくりが求められています。
- 20歳未満の人工妊娠中絶はその後の妊娠・出産への影響が大きく、子宮頸管炎や不妊症等の原因にもなりかねません。青少年に対する性に関する正しい知識の普及や身近な相談窓口の開設等が必要です。
- 生活習慣病は、食事のとり方、運動の習慣化等、適正な生活習慣によって予防できます。今後は、若年期からの生活習慣にターゲットを絞った支援が求められます。
- 生涯を通じて、楽しみながら、おいしく食事を取るためには「歯の健康」は不可欠の要素となります。高齢者になってもそしゃく能力を保持していくためには、子どものころからのむし歯予防、正しい歯磨き習慣が重要です。
- うつ病やうつ状態の気づきに対する対応や相談窓口について、県民に向けた啓発・情報提供を行っていく必要があります。
- 寝たきりにならない「元気な高齢者」を増やすことが重要です。そのためには若年期からの健康づくりと、要介護状態になっても悪化しないような対策が必要です。

＜県民の声・提案＞

- 楽しみながら、ずっと健康で地域で暮らしたい。（70代男性 富津市）
- 学校で子どもたちに、肥満などに対する指導・教育をきちんと進めて欲しい。（30代女性 印西市）

(施策の実施と具体策)

1. 安心して出産・子育てができる環境を整備します

家庭や地域における子育て機能の低下や子育て中の親の孤独感や負担感の増大等の問題に対し、安心して出産・子育てができる環境の整備を進めます。

2. 青少年に対する性教育の推進や身近な相談窓口での相談を推進します

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相談窓口の整備を進めます。

3. 若年期からの生活習慣病の予防に取り組みます

がん、心疾患、脳血管疾患等の生活習慣病について、若年期にターゲットを絞った肥満対策や適正な生活習慣づくりに取り組みます。

4. 生涯を通じた「歯の健康」に取り組みます

むし歯や歯周疾患をなくし、県民すべてが歯の健康を維持し、生涯を通じて食事や会話を楽しむことができる健康で豊かな生活の確保を目指します。

全身と口腔（糖尿病と歯周病など）の関係に代表される新しい知見を施策に生かすよう検討します。

5. 各年代に応じたこころの健康づくりを推進します

ストレスとうまく付き合う方法及びストレスに起因する様々な精神症状についての知識の普及啓発に努めます。

健康で暮らしやすい社会を目指して、総合的な自殺対策を進めます。

6. 「元気な高齢者」を増やすための対策に取り組みます

若年期からの健康づくりにより、介護度の進行を加速化しない対策に取り組みます。特に女性の閉経以降の骨粗しょう症や心筋梗塞は寝たきりの原因になりやすいことから、青年期からのカルシウム摂取や壮年期の運動の習慣化を奨励します。



＜施策の実施と具体策＞

事業名	内容
子育て地域力強化推進事業 (児童家庭課)	社会全体で、子育て家庭を支援する環境づくりを県内で進めるため、市町村と地域の多様な子育て支援団体が協働して取り組む子育て支援事業を実施します。
母親学級、妊産婦訪問、妊産婦健診事業 (市町村事業:児童家庭課)	母体の心身の健康を保持し、安心して妊娠、安全で快適な出産ができる環境を整備するとともに、ハイリスク妊婦の安全な出産への対応を強化します。
放課後児童健全育成事業 (児童家庭課)	小学校に就学しているおおむね10歳未満の児童で、その保護者が労働等により昼間家庭にいない場合に、授業の終了後に適切な遊び及び生活の場を提供し、その健全な育成を図ります。
放課後子ども教室事業 (生涯学習課)	安全・安心な子どもの活動拠点(居場所)を設け、地域の方々の参画を得て、子どもたちと共に勉強やスポーツ・文化活動、地域住民との交流活動等が実施されるよう推進します。
仕事と家庭両立支援事業 (児童家庭課)	核家族の進展や都市化による地域環境の変貌などに伴い、家庭や地域における子育て機能が低下してきている中、市町村におけるファミリーサポートセンターの設置を促進し、「保育施設への送迎」をはじめ、育児に係るきめ細かいニーズへの対応を目指します。
地域子育て支援拠点事業 (児童家庭課)	地域における子育て支援拠点の設置を推進し、地域の実情に応じたきめ細かな子育て支援サービスの提供を行うことにより、地域の子育て支援機能の充実を図ります。
保育対策等促進事業 (児童家庭課)	仕事等の社会的活動と子育てなどの家庭生活との両立を容易にするとともに、需要に応じた保育サービスの提供を支援するなどにより、子育ての環境整備を総合的に推進します。
まっ白い広場(プレーパーク)づくりモデル事業 (児童家庭課・公園緑地課)	既存の与えられた公園等ではなく、子どもたちが想像力を生かし、自分達の責任で、異年齢の子ども達とも群れて自由に遊ぶことができる遊び場づくりを支援します。 また、県立公園において、まっ白い広場づくりの場所を提供します。
10代からの不妊予防事業(児童家庭課)	若年層の性感染症は不妊の原因にもなり社会問題化していることから、10代の若者に対する適切な知識の普及を図ります。
健康生活コーディネート管理運営事業 (健康づくり支援課)	「健康生活コーディネート事業」で具体的に示した健康政策「健康生活コーディネート」の理念を、市町村等が実施する健康づくり事業や保健指導に反映させるよう普及を図ります。
アウトソーシングの環境整備事業 (健康づくり支援課)	千葉県が独自に進める健康政策「健康生活コーディネート」の理念や方向性に合致し、一定の効果が期待される民間事業者等の特定保健指導プログラムを登録し、具体的効果・内容についての情報提供を行うため、第三者評価機関の設置を含めた登録制度等の検討を行います。

生活習慣病予防対策支援事業 (健康づくり支援課)	地域における健康づくりへの関心を高め、住民自らが積極的に健康づくりに参加するための事業など、生活習慣病予防対策を先進的に実施する市町村を支援します。
若年女性と子どものための禁煙啓発事業 (健康づくり支援課)	妊産婦への喫煙防止指導を市町村と協働して行うことにより、胎児への悪影響を防止するとともに、次世代への喫煙を防ぎます。 また、小学校低学年の児童等に対する喫煙防止教育を実施することにより、将来喫煙者とならないよう指導を行うとともに、親子の間でたばこの害について話し合う機会を設けさせることにより、保護者等の禁煙を併せて促進します。
千葉県型「介護予防モデル」の普及 (健康づくり支援課)	健康生活コーディネート事業の対象を要支援者等に拡大するために、「千葉県型介護予防モデル事業」の成果を踏まえ、市町村等が実施する介護予防への取組を支援します。
認知症支援事業 (高齢者福祉課)	地域に暮らす認知症の人を地域で助け合い・支え合いのできるサポート体制の構築を目指し、認知症対策に総合的に取り組んでいきます。
千葉県老人クラブ連合会健康づくり支援事業 (高齢者福祉課)	市町村単位では実施困難な広域的健康活動事業に対して支援を行い、健康づくり活動のより一層の拡充と高齢者の生きがいや健康づくりを促進します。
千葉県福祉ふれあいプラザの運営事業 (高齢者福祉課)	福祉ふれあいプラザ内の「介護予防トレーニングセンター」では、40歳以上の方を対象に、体力の低下した高齢者も安心して介護予防のための運動ができるよう、高齢者も使用しやすい運動器具や専門のスタッフを配置し、県民一人ひとりにあった運動プログラムを提供し、運動支援をしていきます。また、介護者（介護家族・介護専門職員等）の心の負担の軽減を図るため、「心の相談」を実施します。
1歳6か月児健診事業 3歳児健診事業 (市町村事業：児童家庭課)	1歳6か月健診及び3歳児健診時における歯科健診および指導を実施します。
母親学級等を活用した乳幼児歯科保健事業 (市町村事業：児童家庭課)	母親学級、両親学級、乳幼児健康相談、育児学級等を通じて、むし歯予防・歯の健康について指導を実施します。
児童生徒の歯・口の健康 (学校保健課)	むし歯の予防や治療の促進にとどまらず、歯周疾患の予防など広く口腔全体の健康づくりを進め心身共に健康な児童生徒を育成します。
母子歯科保健医療の充実 (健康づくり支援課)	乳幼児を持つ母親や子育てを支援する関係者に対して、乳幼児のかむ力、飲み込む力の育成を支援するための正しい知識の啓発を図ります。

成人歯科保健医療の充実 (健康づくり支援課)	歯科疾患の罹患率が高まる傾向にある若い世代に対して、市町村や専門団体、企業等と連携しながら、地域や職場において正しい歯科保健知識や習慣の普及啓発を図ります。進行した歯周炎に罹っている者の割合が、特に50歳代で大幅に増加していることから、市町村、医療機関、関係団体と連携し、定期的な歯科健康診査の重要性を啓発します。
豊かな心をはぐくむ教育を推進する事業 (指導課)	児童生徒の思いやりの心や自他の人権に配慮する豊かな心をはぐくむとともに、社会的規範意識を育成する教育をしていきます。 また、県内の小中学校において道徳の授業を公開し、「心の教育」について意見交換会等を行う「心の教育推進キャンペーン」を実施し、心の教育の要となる「道徳の時間」の充実と地域への啓発を図ります。
心のサインを見逃さない学校の指導体制の充実 (指導課)	児童生徒のいじめや不登校等の問題行動に対し、いのちを大切に するキャンペーンや、豊かな心の育成に係るLHR等の心の教育を推進すると共に、スクールカウンセラーの中学校等への配置により、教育相談体制の充実を図り、問題行動等の早期発見・早期対応に努めます。さらに、スクールソーシャルワーカー制度を導入し、家庭や関係機関等への働きかけや、保護者、教職員等への支援の充実に努めます。 また、子どもと親のサポートセンターでは、大学の教員、精神科医、スクールカウンセラー、スーパーバイザーなど、子どもの心の専門家を「スクールアドバイザー」として、教員や保護者の研修会等に派遣するとともに、これらを効果的に活用した実践研究を行い、心のサインを見逃さない学校指導体制の一層の充実を図ります。
心の電話相談に関する事業 (障害福祉課、精神保健福祉センター)	休養は、栄養・運動とともに健康づくりの三要素です。十分な睡眠は、心の健康にも欠かせません。ストレスなどうまく付き合う方法及びストレスに起因する様々な精神症状についての知識の普及啓発につとめます。
働く人のメンタルヘルス対策 (雇用労働課)	国の労働者健康状況調査によると、仕事に関して強い不安やストレスを感じている労働者が6割を超え、心の健康問題が労働者本人をはじめ、その家族、事業場、社会に与える影響が大きくなっています。そこで、臨床心理士による「働く人のメンタルヘルス特別労働相談」を実施し、労働者の心の健康づくりを推進します。
総合的な自殺対策の推進事業 (健康づくり支援課)	自殺の背景として多いうつ病・うつ状態とその対応についての啓発、健康問題や経済・生活問題等に対する相談窓口の周知、保健所・市町村保健師等への相談支援者研修や一般診療科医師へのうつ病研修、自死遺族支援等を行うほか、関係機関・関係団体等との連携を図り、自殺対策を推進します。

性差を考慮した健康支援事業 (健康づくり支援課)	性差を考慮した保健医療の視点から女性も男性も生涯を通じて、その健康状態に応じた確かな自己管理ができるよう、総合的・体系的な各種支援策を推進します。
学校給食用牛乳供給事業 (畜産課)	学校給食用牛乳の普及拡大を図ることにより、児童・生徒に対するカルシウムに富む食品の摂取量増加に努めます。
牛乳消費拡大対策事業 (畜産課)	県民に対する牛乳・乳製品の消費拡大を図ることにより、カルシウムに富む食品の摂取量増加に努めます。
食を通じた子ども、若者の健全育成 (健康づくり支援課・安全農業推進課・水産課・学校保健課)	食生活の乱れが子どもや若者の健康に影響を及ぼしています。次世代を担う子どもの成長に関わる親や子ども自身に対して、成長に合わせ切れ目のない食育を推進することが重要です。子どもの頃からの健全な生活習慣・食生活や咀嚼(そしゃく)の重要性などについて、理解を深め、学校、家庭、地域が連携した食育活動を推進するとともに、骨粗しょう症や生活習慣病の予防対策などに取り組みます。
子どもの健康づくり事業 (健康づくり支援課)	朝食欠食の減少や野菜摂取量の増加を図るなど、子どもの頃からの適切な食習慣づくりを、学校や地域と協働で取り組み、生活習慣病予防や健康づくりのための食の教育を推進します。
企業との協働によるちばの味づくり事業 (健康づくり支援課)	外食や中食(テイクアウト)の利用者が増えていることから、食品関連企業によるヘルシーメニューの提供を推進するほか、企業との協働により家庭へのヘルシーメニューの普及啓発を図ります。
子ども・若者から発信する健康づくり事業 (健康づくり支援課)	「食と健康づくり」に取り組む活動をしているボランティア団体や高校生・大学生による「ちばの食と健康楽(たのしみ)隊」を結成し、地域における県民を巻き込んだ活動と地域全体の健康づくりを推進します。
寝たきり老人防止保健事業(骨粗しょう症予防対策事業) (健康づくり支援課)	骨粗しょう症は寝たきりの原因になる骨折の基礎疾患であり、腰痛や脊椎の変形の原因にもなることから、その予防対策は高齢者の健康や自立した生活の維持につながります。 骨粗しょう症を防ぐ最も有効な方法は、骨密度が最も高くなる若年時(20歳前後)に骨量を蓄えることであり、検診により骨密度の低値者を発見し早期に対策を講じ、骨量を増やすことです。 このことから、若年女性(15歳以上35歳以下)に対し検診を行う市町村に費用の一部を助成し、市町村における検診事業の推進を図るとともに、若年時での早期対策を講じることにより、骨粗しょう症及びそれに伴う骨折等を予防します。

(事業名は平成20年度予算事業、以下同様)



コラム

「可愛い双子ちゃん」

野田市 堤美子

今年の1月、私は双子を出産しました。

長男（健太郎）2312g 次男（大和）1654g 次男は、低体重の為NICUに1ヶ月半入院してました。

実家も遠く知り合いもいなかった所以我は毎日、次男には会いに行けなかったけど、その代わり主人が時間の許す限り次男の所に会いに行ってくれました。

次男が、退院してからは毎日が必死で正直、育児を楽しむ余裕すらありませんでした。

でも、そんな私も少し余裕が出てきてツインマザーに参加して先輩ママに色々聞いたり3人で散歩や買い物などを楽しむ事が出来るようになりました。

これからも夫婦二人三脚で我が子の成長を楽しみながら育児を頑張っていきたいです。



「ツインマザー交流会」は、子育てについて、ママ同士が情報交換をしたり、絵本、パネルシアター、音楽に合わせた遊びなどをしながら楽しく交流している会です。一人でもママにかかる負担の大きい子育てを、一度に二人。喜び2倍でしょうが、大変さは2倍以上だと思います。お母さんたちは、お互い支えあいながら子育てをしています。野田保健福祉センター 吉尾朋子

コラム

「私の健康法」

茂原市 向山茂子（愛寿会）

先日、所属するボランティアグループで開催したミニタウンミーティングに出席しており、93歳でなお講師を務める元気のみなもとは何かと問われた。そう問われてみると、特別なことをしてきたわけではないが、姉妹で競いあった茶華道や、夫の戦死後、働いた厚生労働省所管で国民の健康回復のためにつくられた生活改善普及委員および食品衛生物価監視委員としての仕事で学んだ“食”の大切さがあったと思う。

縁あって30数年前、茂原で一人暮らしを始めて、周囲の風景に人の身体も自然の草木と同じように、春は新しい細胞ができ、夏にはできた細胞が暑さにも負けないように力強くなり、実りの秋には体調を整え冬の寒さに耐えるような身体をつくる、という四季の変化に教えられ“食べること”の大切さを実感している。

今、“食べること”は内容を問わなければ何時でも、何処でも、誰もが手軽に調達することが可能になったため、健康な心身を維持し良好な生活リズムを造るという本来の使命が忘れられているように思われる。必要なものを、必要なときに、必要な量だけという基本の食事により、その日に必要な栄養をしっかりと取るためには、朝食の大切さがある。家族の“食”を担う母親は、朝食の大切さを再認識し、愛情のこもった朝食で、健康な身体づくりと団欒の暖かさを取り戻す努力を重ねて、地域の健康力増進に役立って欲しいと、切に願う日々です。幸い「愛寿会」「豊友会」という健康料理の勉強グループで“食”についてお話しする機会を貰っているので、過去に学んだこと、今、実践していることを含めて多くの人達に「健康で長生き」するための“食べること”を伝え続けて行きたいと念じている。



(2) 職域と地域をつなぐ支援 ～特定健診・特定保健指導の推進～

<現 状>

高齢化の進展に伴い、がん、心疾患、脳血管疾患等の生活習慣病が増加しています。生活習慣病は、日々の生活習慣の積み重ねがその発症に関係することが明らかになっており、これを予防するためには、個人が主体的に健康づくりに取り組むことが必要です。

現在、青壮年を対象に行われている健康診査は、老人保健法（20年度から「高齢者の医療の確保に関する法律」）、労働安全衛生法、健康保険法等によって目的や対象者、実施主体、事業内容がそれぞれ異なっており、制度間のつながりが少ないことから、地域全体の健康状態を把握できなかつたり、職域で受けていた保健指導が退職後に継続されないなどの問題が指摘されています。

このため、県では、平成18年度に地域保健と職域保健が連携して健康情報を交換したり、健康づくりの保健資源の共有を協議する場として「健康ちば地域・職域連携推進協議会」を立ち上げています。

県内の健康づくり資源を把握し、保健所圏域ごとに設置している「地域・職域連携推進協議会」の中で、地域と職域が相互に使える資源を提供しあい、不足する資源を開発するよう検討も進めていきます。

平成20年度から生活習慣病の発症とかかわりの深いメタボリックシンドロームに着目した特定健診・特定保健指導がスタートします。この健診によって、生活習慣病の有病者や予備群を把握し、運動、食生活、禁煙等について、一人ひとりの健康状態や生活改善の必要度に応じた保健指導を行うことによって、生活習慣病の発症や重症化の予防を目指すこととしています。

<課 題>

- 都道府県には、市町村国保などの医療保険者に義務付けられた特定健診・特定保健指導の円滑な実施に向けた支援が求められています。
- 被扶養者に対する特定保健指導が効果的に行われるためには、地域と職域が連携して、県民一人ひとりの状態に応じた健康づくりメニューの提供や共同した指導が重要です。
- 特定保健指導を実施するために欠かせない保健師、管理栄養士等の人材確保、運動施設等の整備などが、大きな課題となります。

<県民の声・提案>

- 退職後も会社の健康づくりの施設を利用したい。（60代男性 松戸市）
- 健康診断は近くの医療機関で受けられたほうがいい。（40代 女性成田市）

(施策の実施と具体策)

1. **特定健診・特定保健指導の効果的・効率的な実施を支援します**
医療保険者が実施する、効率的なポピュレーションアプローチと効果的な特定保健指導プログラムの開発・提供の支援、人材育成を実施します。
2. **地域保健と職域保健の連携により保健事業の共同開催等を進めます**
保健所圏域単位「地域・職域連携推進協議会」を活用して、地域の健康課題を共有するとともに、講演会の共同開催や健康づくり施設の相互活用等を図り、効率的、効果的な事業を展開します。
3. **職域保健と地域保健の健診・医療情報の提供により、生涯を通じた継続的な健康づくりができるシステムを構築します**
退職後、医療・健診情報を職域保健から地域保健へ提供することによって、生涯を通じた健康づくりができるシステムを構築します。

<施策の実施と具体策>

事業名	内容
健康生活コーディネート管理運営事業(健康づくり支援課)	「健康生活コーディネート事業」で具体的に示した健康政策「健康生活コーディネート」の理念を、市町村等が実施する健康づくり事業や保健指導に反映させるよう普及を図ります。
アウトソーシングの環境整備事業(健康づくり支援課)	千葉県が独自に進める健康政策「健康生活コーディネート」の理念や方向性に合致し、一定の効果が期待される民間事業者等の特定保健指導プログラムを登録し、具体的効果・内容についての情報提供を行うため、第三者評価機関の設置を含めた登録制度等の検討を行います。
生活習慣病予防対策支援事業(健康づくり支援課)	地域における健康づくりへの関心を高め、住民自らが積極的に健康づくりに参加するための事業など、生活習慣病予防対策を先進的に実施する市町村を支援します。
健康づくり地域・職域連携強化事業(健康づくり支援課)	地域保健と職域保健の連携により、生活習慣病予防を中心とする各種保健事業の共同実施、地域保健関係施設等の相互活用等、生涯を通じた継続的な保健サービスの提供体制の整備を推進します。
特定健診・特定保健指導人材育成(健康づくり支援課)	効果的な特定健診・特定保健指導を実施し、予備群・有病者を減少させることができるよう、当該事業に従事する医師、保健師、管理栄養士及び事務職等人材の質的向上を図るための研修会を開催する。

(3) 健康づくり・医療・福祉の連動した支援

<現 状>

今後、千葉県は全国2位のスピードで高齢化が進むと予測されており、高齢者の増加により要介護の認定者や認知症の患者が増えることが危惧されます。

健康づくり・医療・福祉行政については、各分野それぞれ縦割りとなっており、県民が求める分野、横断的・複合的なニーズに応えられるものではありません。

これまで、それぞれの年齢や就労の有無によって、市町村が実施する老人保健事業に属したり、企業の健康保険事業に属したりという状況であり、生涯を通じて一元的な健康づくり・疾病予防は行われていませんでした。

また、健康づくりの普及啓発、母子保健、疾病予防、介護予防、がん検診等は市町村の衛生及び国保部門が別々に担っています。

本県では、分野ごとの縦割りの垣根を取り払い、健康づくり・医療・福祉が連動した地域社会づくりを進める第1歩として、「健康ちば21」と、「千葉県地域福祉支援計画」、「千葉県保健医療計画」の3計画連動のタウンミーティング等を開催し、健康づくり・医療・福祉の連動した支援に向けて、計画づくりを進めました。

<課 題>

- 県民一人ひとりの違いに応じた支援の実現に向けては、可能な限り、予防・治療・介護等の連動した支援、「健康づくり・医療・福祉が連動した支援」が求められています。
- 県民に対して、がんや生活習慣病の予防、治療などの最新の情報提供が求められています。
- 自殺のサインへの気づき、専門家への相談やうつ病等の治療、遺族等への支援、多重債務、長時間労働等の社会的要因に対する取り組みが求められています。
- 予防から急性期、回復期、維持期の各ステージにおいて、切れ目のない、幅広い健康サービスが重要です。

<県民の声、提案>

- 千葉県の健康・医療・福祉の連動は、全国でも初の試みであり、将来の千葉県に期待できる。
(50代男性 銚子市)
- 当事者を巻き込んだ千葉県の計画の作り方は、これまでになかったことだと思う。
(50代男性 酒々井町)

(施策の実施と具体策)

1. **県民一人ひとりの状況に応じたオーダーメイドの健康づくり・医療・福祉の実現を目指します**
 県民の多様な健康ニーズに対応するために、健康づくり・医療・福祉の連動による支援により、県民のQOLの向上に応えます。
2. **健康づくり・医療・福祉の情報の連動を図ります**
 県民の健康状態や医療情報、介護情報等を一元的に管理することにより、地域、疾病、分野ごとの情報分析を行い、施策に反映していきます。
3. **健康づくり・医療・福祉が連動した支援ができるシステムを構築します**
 どこにいても、健康づくり、疾病予防、急性期・維持期・回復期に応じた適正な医療、介護予防、リハビリテーションが、必要な時に、継続的に、連動して受けられる地域の支援システムを構築します。
4. **総合的な自殺対策に取り組めます**
 自殺を考えている人のサインに早く気づき、精神科医等の専門家につなぎ、相談と支援の充実を図り、健康で暮らしやすい社会の実現を目指します。
5. **予防から急性期・回復期・維持期までの連続した地域リハビリテーションを的確に受けられる体制の整備・推進を図ります**
 高齢者や障害者がいつまでも健康でいきいきとした生活を送ることができ、たとえ介護が必要となっても、生活の質を落とすことなく、住み慣れた地域社会で生活ができるような体制づくりに取り組みます。

<施策の実施と具体策>

事業名	内容
「循環型地域医療連携システム」の構築 (健康福祉政策課・健康づくり支援課・医療整備課)	すべての県民が地域において安心して暮らせるためには、患者にとって、最も使いやすく効果的であり、同時に医療機関にとっても効率的な地域医療の連携体制の構築が必要です。 そこで、患者の視点にたつて、2次保健医療圏毎に定める「循環型地域医療連携システム」の運用に向け、がん、脳卒中等の医療分野毎に、地域の関係機関が集まり、健康づくり・福祉も含めた具体的な地域医療連携パスの作成に取り組み、県民や医療関係者と共有します。 かかりつけ診療所の総合診療機能の向上や、地域における医療資源・福祉資源の情報提供・情報交換等「かかりつけ診療所」の

	機能強化に取り組みます。また、在宅看取りのシステムづくり、後方支援病院と在宅支援診療所、訪問介護ステーション等のネットワーク化による在宅緩和ケアシステムを構築します。
千葉県型「介護予防モデル」の普及促進 (健康づくり支援課)	健康生活コーディネート事業の対象を要支援者等に拡大するために、「千葉県型介護予防モデル事業」の成果を踏まえ、市町村等が実施する介護予防への取組を支援します。
健康福祉リソースセンターの機能強化 (健康づくり支援課)	県民の健康状態・健康知識、健康づくり・生活習慣改善指導実態などの現状分析と、県民の健康の現状、がんを含めた生活習慣病予防・治療などの情報提供をすることにより、オーダーメイド型健康づくりの確立・普及に向けた取組を支援していきます。
健康生活コーディネート管理運営事業 (健康づくり支援課)	平成19年度に実施した「健康生活コーディネートプログラムと医療との連携による生活習慣病対策モデル事業」の結果を踏まえて、生活習慣病で治療を要する者に対する運動・食事等生活習慣改善指導の積極的な活用について、医療関係者等を中心にシンポジウムを開催します。
生活習慣病予防対策支援事業 (健康づくり支援課)	地域における健康づくりへの関心を高め、住民自らが積極的に健康づくりに参加するための事業など、生活習慣病予防対策を先進的に実施する市町村を支援します。
保健医療福祉の再構築事業 (健康福祉政策課)	医療制度改革において、都道府県の新たな役割として、①保健医療計画によるがん対策、糖尿病対策等の事業毎に数値目標の設定や地域医療の連携体制の構築、②生活習慣病予防のための県における総合調整機能の発揮と健康増進計画の内容の充実(地域の実情を踏まえた具体的な目標の設定等)、③医療費適正化に向けて都道府県医療費適正化計画の策定等が求められています。このため、保健医療計画及び医療費適正化計画等を策定するとともに、本県の独自の目標値(基盤・過程・結果)について、保健医療計画及び医療費適正化計画等の計画横断型の数値目標を設定します。
全国初の健康づくり・医療・福祉の本格的連動に向けた情報・ネットワークの推進 (健康福祉政策課・医療整備課・薬務課)	全国初の健康づくり・医療・福祉の本格的連動に取り組んでいる千葉県として、一人ひとりの状況に応じたオーダーメイド型の健康づくり・医療・福祉の実現に向け、ITを活用し、個人の生涯にわたる健康・医療・福祉の情報を一元管理し、いつでもどこでも自分のデータが安心して見られ、医療機関、福祉施設等とも情報共有が可能になる情報ネットワークシステムづくりを支援します。 また、医療機関等から県に報告された医療情報を提供する「医療機能情報提供制度」の運用に向けて、システムの整備を図るとともに、周産期医療のネットワーク化を図ります。
健康づくり・医療・福祉の各計画を推進する事業 (健康福祉政策課、障害福祉課、児童家庭課、高齢者福祉課、保険指)	健康づくり・医療・福祉分野が連動する地域社会を目指して、千葉県地域福祉支援計画、千葉県障害者計画、千葉県次世代育成支援行動計画、千葉県高齢者保健福祉計画、健康ちば21(健康増進計画)及び千葉県保健医療計画の計画づくりや、それらの着実な実施を確保するため、当事者を含めた民間と行政の協働のもと、各計画の策定・推進作業部会等を設置し、「千葉方式」に

<p>導課、健康づくり支援課)</p>	<p>よる計画づくりや、定期的に計画の実施状況の確認と成果の評価を行います。さらに、推進作業部会のもとに専門部会・研究会を設置し、計画に盛り込まれた事項で更なる検討が必要なテーマについて議論していきます。</p>
<p>地域リハビリテーションを支援する体制の整備を進める事業 (健康づくり支援課)</p>	<p>高齢者や障害者がいつまでも健康でいきいきとした生活を送ることができることを目標に、予防から急性期、回復期、維持期の各ステージにおいて、切れ目なく、幅広いリハビリテーションサービスの的確な提供を行います。そのため、行政、医療機関、介護保険サービス機関、患者・家族会等の住民団体など、様々な機関の有機的な連携体制の整備・推進を図ります。</p> <p>この推進にあたり、情報の収集・発信、関係機関相互の連携体制の構築及び研修会や講演会の実施による技術的支援などを実施する中心的な機関として、県内1か所に「千葉県リハビリテーション支援センター」及び二次保健医療圏に1か所「地域リハビリテーション広域支援センター」を指定します。</p>
<p>認知症の早期発見・早期対応に向けた保健・医療・福祉の連携 (高齢者福祉課・保険指導課・障害福祉課)</p>	<p>認知症対策は、認知症を正しく知ってもらう啓発活動、早期発見・早期対応、良質なサービスの確保、家族への支援、周囲の見守りなど、様々な地域資源を活用して、その症状の段階に応じた適切な対応が継続して展開されることが必要です。</p> <p>このため、各地域において、保健・医療・福祉が一体となった認知症の人やその家族への支援体制の構築を図ります。</p>
<p>総合的な自殺対策の推進事業 (健康づくり支援課)</p>	<p>自殺の背景として多いうつ病・うつ状態とその対応についての啓発、健康問題や経済・生活問題等に対する相談窓口の周知、保健所・市町村保健師等への相談支援者研修や一般診療科医師へのうつ病研修、自死遺族支援等を行うほか、関係機関・関係団体等との連携を図り、自殺対策を推進します。</p>

コラム

「レクリエーション活動」

千葉県レクリエーション協会 事務局長 猿田 重明

さまざまなレクリエーション活動の意義を挙げれば、まず、「楽しい」を基調とした「人間づくり」であり、「人間関係づくり」であると言えよう。その「人間づくり」や「人間関係づくり」は、その個人の「健康づくり」「生命の安全づくり」でなければならぬはずである。



今やレクリエーションは、遊びの普及や余暇の活用から、医療の支援、リハビリや機能回復のケアの側面、孤独者の社会復帰支援へとニーズが拡大しつつある。

私達の活動の対象は、もちろん「すべての」人々への支援であるが、対象が子どもであれ、母親であれ、障害者や高齢者であれ、支援者の意識の中に、個々の「健康づくり」への配慮がなされるべきであろう。

いま千葉県レクリエーション協会が手がけている「県レク大会」や「ニュースポーツ」の普及活動、「介護予防の研修会」等々、あるいは文部省の委託事業である「元気アップ親子セミナー」や「放課後子ども教室」、加盟43団体の日常的な活動、そして県下各地でくりひろげられるさまざまなレクリエーション事業すべてが、人々の「健康づくり」の一端を担っているという誇りがある。

ひとりでも多くの県民の明るい笑顔に接したい。私たちの日ごろの願いである。

わたしは『いきいきちばっ子ノート』を使って、クラスの人々と一緒にたくさん勉強しました。その中で一番楽しくて、おどろくことの多かったのは「食べ物の『旬』って何だろう？」という学習でした。まず、「秋刀魚」「筍」という字がなんと読むのか考えました。「秋刀魚」は「サンマ」とすぐわかりましたが、「筍」はなかなかわかりません。そこで、いつも、漢字には意味があると先生に教えてもらっているのだから、みんなで「筍」の意味を考えました。すると、「竹」と「旬」が組み合わさってできている漢字だということがわかりました。「旬」とは、魚や野菜、果物がよくとれて味の最もよい時期です。それらのことから「筍」は「たけのこ」だとわかりました。わたしもビックリしたけど、みんなもビックリしていました。



次に、春・夏・秋・冬の旬な食べ物を、みんなで黒板に書いていきました。ウニとイセエビの旬がいつなのかなかなかわかりませんでした。他にも、ニンジンがいつが旬なのかわかりませんでした。そこで、みんなで本やインターネットで調べました。すると、ウニやイセエビの旬がいつなのかわかりました。また、ニンジンは1年中食べられるということもわかりました。そういえば、ニンジンはスーパーなどにいつでもあります。

しかし、1年中食べられる野菜でも、旬だと栄養があるということがわかりました。『いきいきちばっ子ノート』には、ほうれん草などの青菜は、冬が旬だと書かれています。夏にもほうれん草はありますが、栄養は段ちがいでそうです。

わたしは、「食べ物の『旬』って何だろう？」という学習をして、すごいなと思ったことがあります。それは、「サンマ」は「秋の刀のような魚」と書くし、「たけのこ」は「旬」の「竹」で「筍」と書くことです。漢字には意味があるから、きっと、昔の人は食べ物の旬のことをよく知っていたのだと思います。旬の食べ物は栄養もあって健康にもいいし、わたしもこれから、もっと「旬」のことを考えていきたいと思いました。



施策の方向性

一人ひとりに応じた健康づくり

基本的な施策

- 一人ひとりに応じた健康づくり
- 性差を考慮した健康支援
- 選べる健康サービスの提供

2. 一人ひとりに応じた健康づくり

私たち一人ひとりの生活背景、心身の健康状態は、千差万別であり、それにより健康に関する考えやライフスタイルも左右され、人それぞれの違いがあります。100人いれば100の健康感、健康づくりの方法があります。

しかしながら、これまでは、健康診断の結果に基づき行う場合であっても集団の平均値を用いた一律的な取り組みになりがちで、必ずしも、一人ひとりの状況に即した健康管理・生活改善ではありませんでした。

さらに、病気の発症や経過、薬の効き方には男性、女性、それぞれ違いがありますが、医療における性差についての認識と対応が不十分と考えられます。

生活習慣病をはじめとする疾病は、性差、年齢、個人の長年蓄積された生活習慣、環境要因、遺伝要因が複雑に絡み合っただけで発症、進展するものです。

一人ひとりの状況に応じた健康づくりとは、県民一人ひとりの生活習慣、性差、病歴、遺伝的体質を考慮し、その状態の違いに応じた健康づくりを行おうとするものです。

(1) 一人ひとりに応じた健康づくり

<現 状>

かつての保健指導は、健康診査等の個人の状況把握がなく集団の平均的なデータに基づくものでした。

健康診査が普及し、全国の市町村で個人の健康状況や栄養状況を把握できるようになりましたが、老人保健法に基づく保健指導は、疾病予備群の個人に対する具体的な改善指導、本人の生活に応じた、いつまでに、何をどうするか、という具体的な目標設定がなかったことから、個人の行動変容を促すまでには至っていませんでした。

そのため、千葉県では、これまでの集団を対象にした健康づくりを転換し、県民一人ひとりにあった健康づくりメニューの提示を目指すこととし、その具体的な展開として「健康生活コーディネート」を推進してきました。

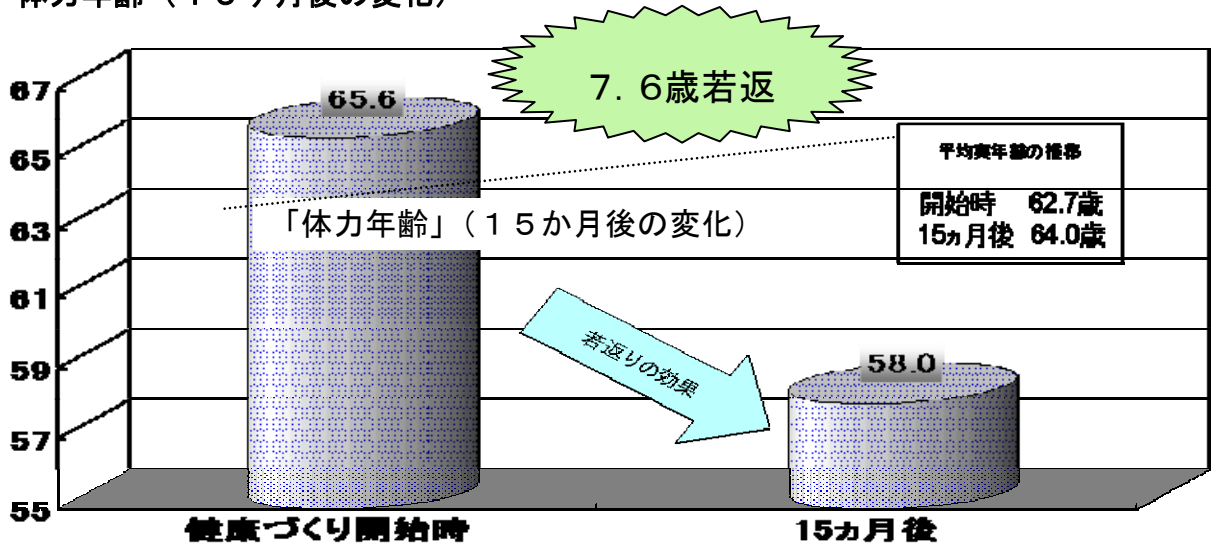
平成16年度にスタートした「健康生活コーディネート事業」において、個人の生活習慣や身体状況に合わせた運動・栄養・精神保健の3つの分野の健康づくりプログラムを民間企業等と共同開発して提供しています。

また、県が、専門の人材である「健康生活コーディネーター」を育成・認定し、市町村等が実施する健康づくり教室等において、一人ひとりに合った健康づくりプログラムの提供と継続支援を行ってきました。

この健康づくりプログラムのモデル事業に参加した方の体力年齢が15か月間で7.6歳向上するなどの効果が確認されています。

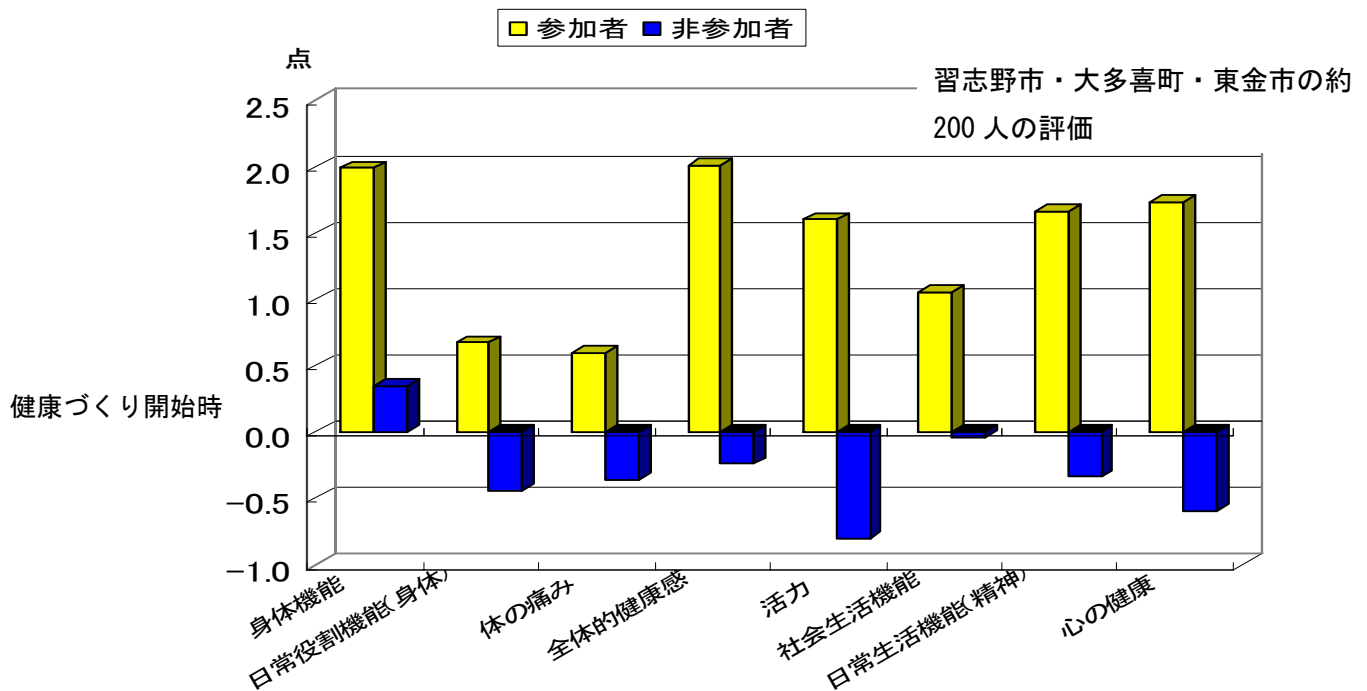
一方、平成20年度からの医療保険者に義務付けられた特定保健指導は、実際に本人の行動変容を促すため、一人ひとりの状態に応じた内容とすることが求められていることから、「健康生活コーディネート」の取り組みを踏まえて、市町村等の医療保険者を支援して行く必要があります。

体力年齢（15ヶ月後の変化）



モデル事業実施4市町（習志野市・大多喜町・東金市・印西市）の約250人の評価

「生活の質(QOL)」(15ヵ月後の変化)



習志野市・大多喜町・東金市の参加者174人、非参加者1,398人の評価
(健康づくり支援課資料)

<課題>

- 県民誰もが身近な地域で科学的根拠に基づく安全で自分に合った健康づくりを継続できるよう、「健康生活コーディネート」の理念の普及を図る必要があります。
- 健康づくりと医療の一層の連携を促進し、一人ひとりの状況に応じた生涯にわたる健康づくりを促進する必要があります。
- 都道府県には、特定健診・特定保健指導の円滑な実施に向けた支援が求められています。
- 一人ひとりに応じた健康づくりを進めるため、性差、年齢、地域差等によって異なる健康課題を明らかにする疫学調査を行う必要があります。

<県民の声、提案>

- 千葉県独自の健康生活コーディネート事業が実施されているが、着実に効果が上がっており、これからも続けて行きたい。(60代男性 東金市)
- 小さいころから運動の得意でなかった私の体質にあった健康づくりのプログラムが欲しい。(50代女性 千葉市)

(施策の実施と具体策)

1. 健康政策「健康生活コーディネート」の理念の普及を進めます

県民一人ひとりに合わせた新しい健康づくりの概念に基づく健康政策「健康生活コーディネート」の理念の普及を図ります。

2. 健康づくりと医療の連携を促進します

生活習慣病治療への生活習慣改善指導の積極的な活用について、医療関係者等の理解を深めるなど、健康づくりと医療の連携を促進します。

3. 特定保健指導の質の確保を図ります

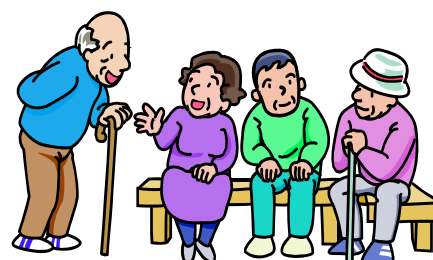
今後、様々な事業者の参入が見込まれる特定保健指導において「健康生活コーディネート」の理念や方向性に合致した、質の高いプログラムが提供されるよう、その方策を検討していきます。

4. 千葉県大規模コホート調査を実施します

大規模コホート調査を行うことにより、性差、年齢、地域差等によって異なる健康課題を明らかにし、行政施策に反映させます。

<施策の実施と具体策>

事業名	内容
健康生活コーディネート管理運営事業 (健康づくり支援課)	①県福祉ふれあいプラザにおける健康づくり教室運営事業 我孫子市の県福祉ふれあいプラザにおいて、県と我孫子市との共同で「健康づくり教室」を開催し、県民一人ひとりの具体的な行動変容（生活習慣の改善）に向けた健康づくりを推進します。
	②地域医療との連携推進事業 平成19年度に実施した「健康生活コーディネートプログラムと医療との連携による生活習慣病対策モデル事業」の結果を踏まえて、生活習慣病で治療を要する者に対する運動・食事等生活習慣改善指導の積極的な活用について、医療関係者等を中心にシンポジウムを開催します。
	③健康生活コーディネート評価・分析事業 健康づくり事業の参加者と非参加者の経年的な健康状態等の変化について科学的手法を用いて比較・分析し、健康生活コーディネート事業の効果を評価します。
アウトソーシングの環境整備事業 (健康づくり支援課)	千葉県が独自に進める健康政策「健康生活コーディネート」の理念や方向性に合致し、一定の効果が期待される民間事業者等の特定保健指導プログラムを登録し、具体的効果・内容についての情報提供を行うため、第三者評価機関の設置を含めた登録制度等の検討を行います。
大規模コホート調査 (健康づくり支援課)	衛生研究所とがんセンター研究局との一体的整備に取り組むとともに、両研究機関の機能統合に向けた共同研究チームを立ち上げ、疾病と生活習慣、体質等の関係を明らかにする千葉県大規模コホート調査を開始します。
健康福祉リソースセンターの機能強化 (健康づくり支援課)	県民の健康状態・健康知識、健康づくり・生活習慣改善指導実態などの現状分析と、県民の健康の現状、がんを含めた生活習慣病予防・治療などの情報提供をすることにより、オーダーメイド型健康づくりの確立・普及に向けた取組を支援していきます。



(2) 性差を考慮した健康支援

<現 状>

病気の発症、経過、薬の効き方等には、男性、女性それぞれ違いがあります。

しかしながら、日本では、これまで男性をモデルにした治療や服薬の効果に基づき、医療や健康づくりが進められてきました。昭和40年の母子保健法の成立以来、妊娠中の女性の保護に重点が置かれ、生涯にわたって女性の健康をみる総合的な政策はとられていませんでした。

本県では、全国に先駆け「性差」に着目した政策を打ち出し、平成13年度に「健康ちば21」に、「生涯を通じた女性の健康づくりの推進」を位置付け施策展開を図っています。

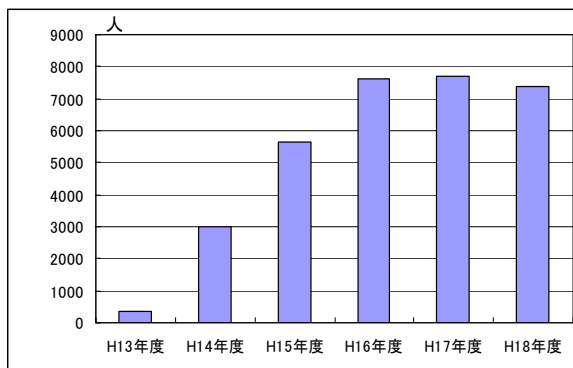
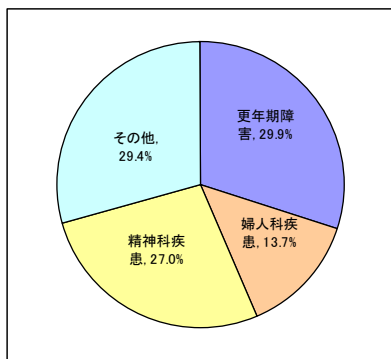
平成13年9月に県立東金病院に自治体病院として全国初の「女性専用外来」を開設し、現在では県内全域に開設されています。

また、多くの女性たちのニーズに応えるため、県民に身近な健康福祉センター（保健所）で「女性のための健康相談窓口」を開設するとともに、女性の健康教室を開催するなど、女性への支援を充実させていきました。その結果、地域において女性の健康支援ネットワークが立ち上がり、現在では全健康福祉センター（保健所）でその輪が広がっています。

国においても、平成19年4月に取りまとめられた「新健康フロンティア戦略」において、今後取り組むべき分野の一つに「女性の健康」が取り上げられ、同年12月には、厚生労働省に「女性の健康づくり推進懇談会」が設置されました。

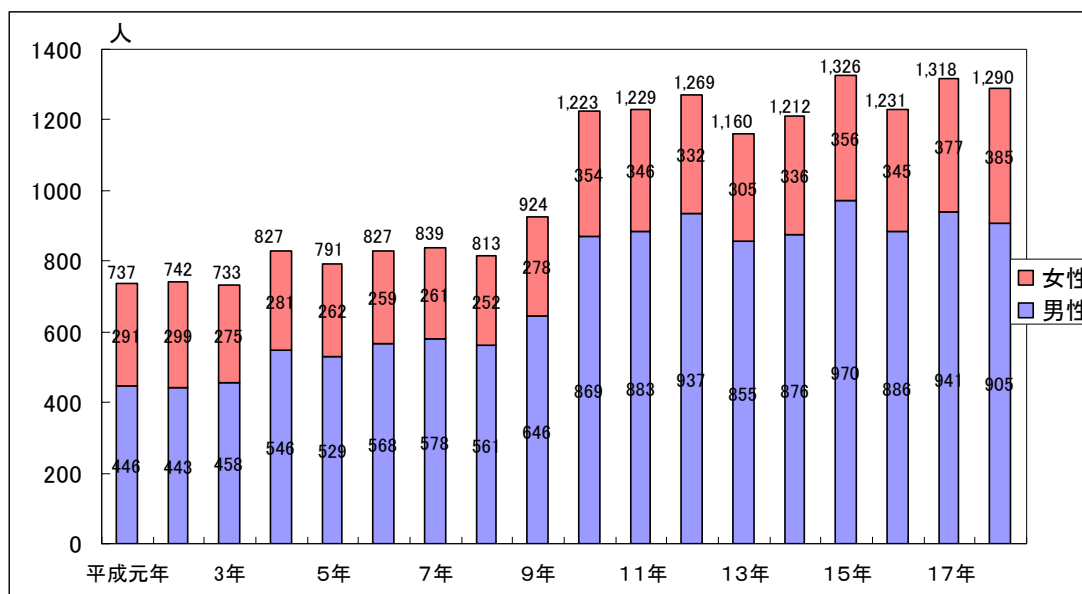
一方、近年、中高年男性の自殺の問題が社会問題化しています。千葉県でも平成10年に自殺者数が1,000人を突破し、以来、1,300人前後の水準で推移しています。そのうちの7割が男性、年齢構成も30歳から60歳までの中高年が6割弱となっています。また、県では平成19年10月から男性の健康課題に対応するため、県内2か所の健康福祉センター（保健所）で「男性のこころと身体の健康相談」を開設し、相談に応じています。

女性専用外来受診者の主な訴え（平成18年度） 女性専用外来利用者等数推移（県補助対象等10病院）



(健康づくり支援課資料)

自殺者の推移 (人口動態統計)



<課題>

- 男性、女性、それぞれ特有の健康課題について、県民への周知を図る必要があります。
- 乳がんや骨粗しょう症等、年代に応じた女性の健康課題に対して、予防対策の強化が必要です。
- 男性の健康に対する認識や受診行動等の特性を考慮した、早期発見、疾病の重症化対策が喫緊の課題です。
- エビデンスに基づく女性、男性への健康課題への対応が、今後も求められます。

<県民の声、提案>

- こころもからだも、女性と男性とは違う。女性専用外来ができてよかった。これからも続けて欲しい。(40代女性 銚子市)
- 男は弱音を吐けない。ほとんどが仕事に追われ、つい我慢してしまう。気軽にいつでも相談できる場所が欲しい。(50代男性 市原市)
- 自殺は誰でも当事者になる。愛情、思いやりを家庭から、地域から受けられることが大切だと思う。(30代女性 千葉市)

(施策の実施と具体策)

1. 性差を考慮した健康支援の必要性を普及啓発していきます

県民が性別によって異なる健康課題や性差医療の理解を深め、一人ひとりの違いに応じた保健・医療が受けられるよう、講演会等による普及啓発に努めます。

2. 生涯を通じた女性の健康支援を進めます

女性特有の健康課題に対応するため、専門医による女性専用外来、健康相談、支援の体制整備等により、生涯を通じた女性の健康支援を進めます。

3. 男性のこころと身体の健康支援を進めます

身体的・精神的な不調を抱える男性、その家族等に対して、専門医による相談、教室等により、男性のこころと身体の健康支援をします。

4. 性差を考慮した健康支援従事者等への人材育成を強化します

性差医療の最新の知識や技術を深め、性差を踏まえた的確な支援ができるよう、医師や保健師等の従事者に研修を行います。

5. 千葉県大規模コホート調査を実施します

大規模コホート調査を行うことにより、性差、年齢、地域差等によって異なる健康課題を明らかにし、行政施策に反映させます。

<施策の実施と具体策>

事業名	内容
女性のための健康支援事業 (健康づくり支援課)	① 女性専用外来 女性の心と体を総合的に診療する女性専用外来を実施します。 (病院局関連事業)
	② 女性のための健康相談 各健康福祉センター(保健所)で、女性医師等による健康相談を実施します。
	③ 健康教室 各健康福祉センター(保健所)で、地域の女性を対象に女性の健康管理に関する健康教室を開催し、自分の健康は自分で守るという意識の向上を目指します。
	④ 健康応援団ジョイナス事業 健康福祉センター(保健所)が中心となり、市町村・地区医師

	<p>会・その他関係団体と連携をとり、社会資源情報の収集に努めるとともに、事業の実施について協力を求め、性差を考慮した健康支援を総合的に推進する体制づくりを行います。</p> <p>⑤ 保健医療従事者等研修会 健康支援事業に従事する専門職を対象とした研修会を開催し、性差に基づく保健医療の視点を広めます。</p> <p>⑥ 性差医療シンポジウム 一般県民を対象に、性別による違いと健康づくりの視点を広めるシンポジウムを開催します。</p>
女性の健康に関する疫学調査事業 (健康づくり支援課)	<p>性差と科学的根拠を踏まえた保健医療を推進するため、疫学調査によってデータの集積・分析を進めます。 調査名：県民健康基礎調査（隔年実施）</p>
メンズ・ヘルスサポート事業 (健康づくり支援課)	<p>① 男性の健康相談 県内 2 か所の健康福祉センター（保健所）等で、専門医による男性のこころと身体の健康相談を実施します。</p> <p>② 健康教室 各健康福祉センターで家庭の主婦層を対象に、男性の健康管理のポイントについて健康教室を開催します。また、地域の企業等と連携し、男性本人を対象とした教室開催に努めます。</p>
男性のための総合相談 (男女共同参画課)	<p>ちば県民共生センターでは、男性のための相談窓口を設け、仕事や人間関係等の悩みを抱えている男性のための専門の相談員による電話相談やカウンセリングを実施します。</p>
女性のための総合相談 (男女共同参画課)	<p>ちば県民共生センターでは、女性のための相談窓口を設け、様々な悩みや問題を抱えている女性のための電話相談や面接相談、カウンセリング等の専門相談を実施します。</p>
大規模コホート調査 (健康づくり支援課)	<p>衛生研究所とがんセンター研究局との一体的整備に取り組むとともに、両研究機関の機能統合に向けた共同研究チームを立ち上げ、疾病と生活習慣、体質等の関係を明らかにする千葉県大規模コホート調査を開始します。</p>
寝たきり老人防止保健事業（骨粗しょう症予防対策事業） (健康づくり支援課)	<p>骨粗しょう症は寝たきりの原因になる骨折の基礎疾患であり、腰痛や脊椎の変形の原因にもなることから、その予防対策は高齢者の健康や自立した生活の維持につながります。 骨粗しょう症を防ぐ最も有効な方法は、骨密度が最も高くなる若年時（20歳前後）に骨量を蓄えることであり、検診により骨密度の低値者を発見し早期に対策を講じ、骨量を増やすことです。 このことから、若年女性（15歳以上35歳以下）に対し検診を行う市町村に費用の一部を助成し、市町村における検診事業の推進を図るとともに、若年時での早期対策を講じることにより、骨粗しょう症及びそれに伴う骨折等を予防します。</p>

(3) 選べる健康サービスの提供

<現 状>

女性の社会進出やライフスタイルの多様化に伴い、県民一人ひとりが自分に合った健康サービスを選べるようなメニューの充実が必要です。

県内の市町村では、スポーツ教室、生活習慣病予防教室、介護予防教室などの健康・体力づくり事業を実施しています。

また、県内には、県民が利用できる健康資源として、市町村、民間事業者等が整備している健康関連施設や、NPO法人、ウォーキング協会等の団体が提供している健康づくりサービスがあります。県民の約半数が健康づくりに取り組むことができる生活環境にあると感じている一方、4人に1人がそのような生活環境にないと感じています。

なお、市町村、医療保険者、事業者等の中で、各々が保有する健康づくり資源の情報やその活用について十分に共有されていません。

そこで、県民の利便性や効果的な健康づくり支援策を進めるため、保健所圏域単位で設置している「地域・職域連携推進協議会」で、地域の健康問題を共有し、身近な地域にある健康資源を相互に活用したり、講演会等を共同開催しようと検討を進めています。

平成20年度から、40歳から74歳までを対象に特定健診・特定保健指導がスタートします。

実施主体である医療保険者では、一人ひとりの体質や生活習慣に応じた適切な生活習慣の改善を促すため、対象者のライフステージやライフスタイルに応じた健康サービスを提供する必要があります。

そのため、保有する施設や遊休施設の有効活用を行うとともに、地域住民や民間事業者と共に必要な健康づくりサービスを開発していくことが求められています。

市町村における健康・体力づくり事業の実施状況（平成15年度調査 健康増進課）

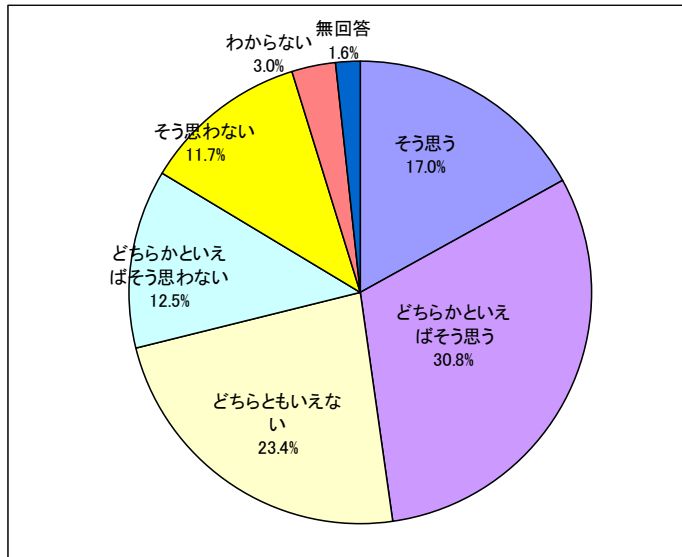
対象者	事業数	市町村数
高齢者	60	25
虚弱高齢者	5	3
40歳以上成人	42	20
全住民	474	54
その他	102	39

*体育施設等で実施しているスポーツ教室、生活習慣病予防教室、介護予防教室等を含む

*その他：乳幼児と保護者向け運動教室、女性対象の骨粗しょう症予防教室等

健康づくりに取り組むことができる環境

(あなたは、自分が積極的に健康づくりに取り組むことができる環境にあると思いますか。)



(第34回県政に関する世論調査報告書：平成19年12月(千葉県))

<課題>

- 市町村、医療保険者、事業者等が持っている健康づくりに関する施設、活動等の資源を調査し、活用しやすい形で情報提供していくことが必要です。
- 健康づくりの資源が不足している場合には、行政だけではなく、民間の活用が必要です。
- 大学や関連機関と連携して、新たな資源開発や利用されていない資源を発掘し、多様な健康サービスの提供に努めることが必要です。

<県民の声、提案>

- お金を払ってもいいから、自分に合った健康づくりの施設を利用したい。
(50代女性 船橋市)
- 自分の町の施設でどんなことをやっているのか知らない。
(50代男性 香取市)
- 高齢者でも、歩いていける場所に、みんなで運動できる場が欲しい。
(70代男性 鴨川市)

(施策の実施と具体策)

1. **地域の健康づくり資源を把握し、活用しやすい資源として情報提供します**
市町村、医療保険者等が保有する健康づくり資源を把握し、特定保健指導に活用できるような情報を提供します。
2. **選べる健康サービスを提供するため、民間と協働した多様なメニューづくりを進めます**
市町村や医療保険者が健康づくり資源を保有していない場合や不足している場合については、民間と協働するしくみをつくります。
選べる健康サービスを提供するため、民間と協働した健康づくりに関する多様なメニューづくりを進めます。
3. **必要な健康づくり資源については、発掘・開発を進めます**
健康づくり支援の資源について、地域で十分に活用されていない資源の発掘や大学や民間事業者等との連携により、新しい資源の開発を進めます。

<施策の実施と具体策>

事業名	内容
健康生活コーディネート管理運営事業(健康づくり支援課)	「健康生活コーディネート事業」で具体的に示した健康政策「健康生活コーディネート」の理念を、市町村等が実施する健康づくり事業や保健指導に反映させるよう普及を図ります。
アウトソーシングの環境整備事業 (健康づくり支援課)	千葉県が独自に進める健康政策「健康生活コーディネート」の理念や方向性に合致し、一定の効果が期待される民間事業者等の特定保健指導プログラムを登録し、具体的効果・内容についての情報提供を行うため、第三者評価機関の設置を含めた登録制度等の検討を行います。
生活習慣病予防対策支援事業(健康づくり支援課)	地域における健康づくりへの関心を高め、住民自らが積極的に健康づくりに参加するための事業など、生活習慣病予防対策を先進的に実施する市町村を支援します。
健康福祉リソースセンターの機能強化 (健康づくり支援課)	県民の健康状態・健康知識、健康づくり・生活習慣改善指導実態などの現状分析と、県民の健康の現状、がんを含めた生活習慣病予防・治療などの情報提供をすることにより、オーダーメイド型健康づくりの確立・普及に向けた取組を支援していきます。
健康づくり地・職域連携強化事業 (健康づくり支援課)	地域保健と職域保健の連携により、生活習慣病予防を中心とする各種保健事業の共同実施、地域保健関係施設等の相互活用等、生涯を通じた継続的な保健サービスの提供体制の整備を推進します。

コラム

「30年後の、日本のためにできること」

株式会社ルネサンス 高崎 尚樹

世界では子供の3人に1人が将来Ⅱ型糖尿病になり、住民の70%が肥満という地域があります。長寿世界一の我が国も「食べ過ぎ・身体活動量の著しい低下」等、悪しき生活習慣が進行しつつあり「メタボリックシンドローム対策」等の課題が出てきました。

千葉県は「医療・福祉・介護・健康づくり」を統合的に捉え、全国の都道府県の中では、最先端の体制と取り組みを具体化しています。県民の健やかな生活のためには、県民一人一人が生活習慣にあった健康維持・増進に「自発的に」取り組むことが何より大切です。

健康づくりを推進する私達「自治体、医療・福祉・介護関係者、実践指導者」は、県民の健康を守るという志のもと手を携え、「正しい健康情報」を発信・御指導いたします。

私達は全力で応援させていただきますので、県民の皆様におかれましては「自分の健康は自分で作る」ことを念頭に置き、日々の生活習慣の見直しや、積極的な活動に取り組んでいただきたいと思います。



コラム

「千葉県健康生活コーディネーターとしての仕事」

千葉県健康生活コーディネーター 櫻田 壽美子

千葉県で始まった新しいモデル「千葉県健康生活コーディネート事業」のコーディネーターの1期生として、現在、東金市と匝瑳市で仕事をしています。

仕事の内容は、運動、栄養、精神の健康、の三分野を軸とした健康づくりのお手伝いをする事です。具体的には生活習慣病（特にメタボリック）の解消のための教室の運動指導が私の主な仕事です。参加者の一人ひとり異なった個別プログラムをわかりやすく指導し、適切なアドバイスと、心からの励ましを大切にしています。

教室では、まず参加者の安全を第一に考え、健康チェックの内容によっては、トレーニングを軽くしたり、変更するなどの柔軟性ある対応をしています。

昨年からは高齢者の運動指導も始まり、更に一人ひとりに合った生きたプログラムにしていく工夫と、スタッフの連携や協力が大切になってきました。

中・高年、高齢者にかかわらずトレーニングの成果が出てくると、いきいきと表情まで変わっていく姿をみることは、大変うれしいことです。

このコーディネート事業に携わったことで、私自身もたくさんの財産を分けいただきました

施策の方向性

使い勝手のいい多様なメニュー

基本的な施策

- いつでも、どこでも受けられる健康サービスの提供
- あらゆる人が受けられる健康サービスの提供
- 選べる健康サービスの提供（再掲）

3. 使い勝手のいい多様なメニュー

近年では、女性の社会進出やパートタイマーなどの非正規の従業員の増大により、就労形態が多様化し、それに伴い、県民のライフスタイルや健康に対する考え方も多様化してきています。

また、障害のある人もない人もすべての人が、自分らしく、いきいきと暮らし続けるために、個人の身体や精神状態、生活形態に応じた多様な健康づくりを推進しなければなりません。

県民一人ひとりの体質、生活習慣、ライフスタイルに応じた健康づくりを支援するために、多様な健康づくりメニューを用意する必要があります。そのためには、行政が保有する健康づくり資源だけではなく、医療保険者、事業者等が保有する健康づくり資源を共同で活用したり、地域住民、民間事業者等とともに新しい健康づくりサービスを開発することも必要です。

県は、市町村、民間事業者等と協働して、県民一人ひとりにとって使い勝手のいい多様な健康づくりメニューが提供されるように努めます。

(1) いつでも、どこでも受けられる健康サービスの提供

<現 状>

人々の生活時間が、就業時間や就業形態等の変化により、昼夜を問わない生活環境になっているにもかかわらず、健康づくりに係るさまざまなサービスの時間帯は、限定されています。

また、人口が集中している地域や交通等の利便性のよいところには、様々な民間の健康づくりに関する施設等が多くあります。

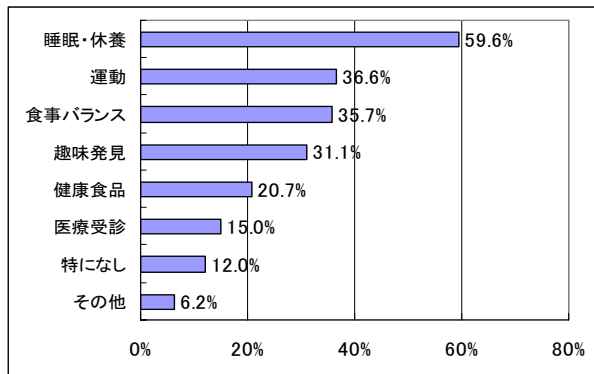
住民に身近な小学校等の教育施設は、休日、夜間などに遊び場、スポーツ、レクリエーションとして開放しているところも増えています。

平成15年度の県民健康基礎調査によると、県民自身が身体や心の状態をよりよく保つために実行していることとして、男女とも約60%の人が「十分な睡眠や休養」をあげていますが、そのほか、「バランスのよい食事」、「運動・スポーツ」、「趣味をみつける」、「健康食品やサプリメント」、「ヨガ・気功」など、自分にあった多種多様な健康法を実践していました。

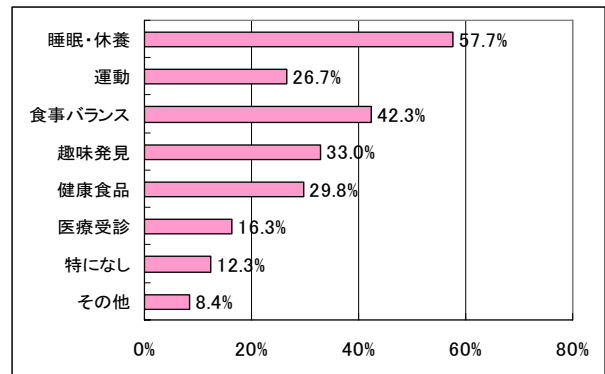
また、健康や医療に関する情報の入手先については、最も多いのがテレビで男性65.7%、女性75.5%、次いで新聞で男性52.1%、女性51.7%となっていました。さらに、男性の30～40歳代の約30%、女性の20～30歳代の25%前後が、インターネットから健康等の情報を得ており、今後、インターネットの利用者が一層増加してくると思われます。

身体や心の状態をよりよく保つために行っていること（複数回答）

男性

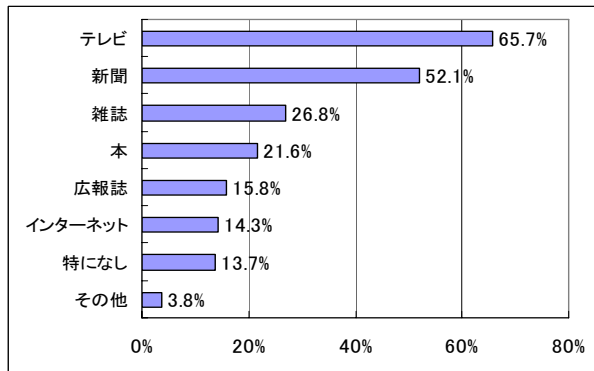


女性

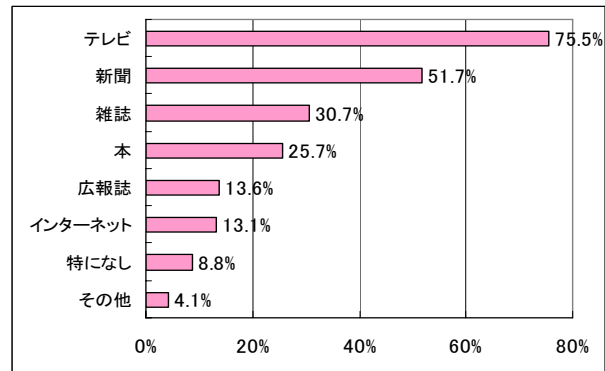


健康や医療に関する役立つ情報の入手先（複数回答）

男性



女性



（県民健康基礎調査報告書：平成16年9月（千葉県））

＜課題＞

- 県民の生活実態に応じて、いつでも、どこでも受けられる健康づくりサービスの提供を支援していくことが求められています。
- 健康づくりサービス情報を24時間、どの地域でも受けられるようにするため、インターネット、携帯情報端末等の多様な情報手段を活用する必要があります。

＜県民の声、提案＞

- 地域ごとにウォーキングの会を作ってもらいたい。また、朝のラジオ体操の会も組織してもらいたい。（70代女性 旭市）
- 健康施設など、都道府県間、市町村間の格差が大きい。
（30代男性 茂原市）
- 提供されるサービスの情報が、すぐわかるようにしてほしい。
（40代女性 千葉市）

(施策の実施と具体策)

1. **県内のどの地域でも、多様な健康づくりサービスを提供します**
都市部でも農村部でも、個人の生活形態に応じた健康づくりのサービスが提供できるよう、地域の健康資源の発掘や開発等に努めます。
2. **インターネットや携帯情報端末等による健康情報を提供します**
健康施設等の情報をITの活用等で、24時間提供できるよう努めます。
3. **健康サービスを提供するため、民間と協働した多様なメニューづくりを進めます**
市町村や医療保険者が健康づくり資源を保有していない場合や不足している場合については、民間と協働するしくみをつくります。
健康サービスを提供するため、民間と協働した健康づくりに関する多様なメニューづくりを進めます。

<施策の実施と具体策>

事業名	内容
千葉県公立体育施設情報提供(体育課)	県内のスポーツ等の健康づくりが行える施設の常用提供をします。
全国初の健康づくり・医療・福祉の本格的連動に向けた情報・ネットワークの推進 (健康福祉政策課・医療整備課・薬務課)	全国初の健康づくり・医療・福祉の本格的連動に取り組んでいる千葉県として、一人ひとりの状況に応じたオーダーメイド型の健康づくり・医療・福祉の実現に向け、ITを活用し、個人の生涯にわたる健康・医療・福祉の情報を一元管理し、いつでもどこでも自分のデータが安心して見られ、医療機関、福祉施設等とも情報共有が可能になる情報ネットワークシステムづくりを支援します。 また、医療機関等から県に報告された医療情報を提供する「医療機能情報提供制度」の運用に向けて、システムの整備を図るとともに、周産期医療のネットワーク化を図ります。
生活習慣病予防対策支援事業 (健康づくり支援課)	地域における健康づくりへの関心を高め、住民自らが積極的に健康づくりに参加するための事業など、生活習慣病予防対策を先進的に実施する市町村を支援します。
健康づくり地域・職域連携強化事業 (健康づくり支援課)	地域保健と職域保健の連携により、生活習慣病予防を中心とする各種保健事業の共同実施、地域保健関係施設等の相互活用等、生涯を通じた継続的な保健サービスの提供体制の整備を推進します。

(2) あらゆる人が受けられる健康サービスの提供

<現 状>

妊娠したときから、それぞれの年代ごとに健康診査が用意されています。妊婦健診、乳幼児健診(乳児、1歳6か月、3歳児)、学校健診、特定健診(平成20年度から)などが実施され、生涯を通じて健康診査を受けられます。

しかしながら、各年代の健康診査は、それぞれ根拠法令等によって目的や実施主体が異なり、制度間のつながりがないことから、地域全体の健康状態を把握できず、また、退職者の保健指導が継続できないという問題が指摘されています。

そのため、県では、平成18年度に、「健康ちば地域・職域連携推進協議会」を設置し、地域保健と職域保健が保有する施設や人材の相互活用や類似事業の共同開催の検討を進めようとしています。

協議会では、県内にある健康づくりのための民間施設を含めた運動施設や人材を調整し、この会議の中でお互いに補完できる体制づくりに向けた検討をします。

障害者が医療機関等で健康づくりに関するサービスを受けようとしても、受け入れ条件等の制約により拒否されるケースもあります。

また、健康づくり施設は、段差等の解消や点字ブロックの設置など物理的なバリアフリー化が進められていますが、充分とはいえず、さらに、手話通訳等のコミュニケーションのバリアフリー化が遅れており、障害者にとって利用しやすい施設は多くありません。

県が県歯科医師会に委託している障害児(者)の歯科巡回指導事業では、毎年2,000人程度の障害者が歯科保健指導等を受け、歯の健康づくりの向上を図っています。

千葉県内には、ホームレスが平成19年1月現在594人(厚生労働省・ホームレスの実態に関する全国調査)いますが、自立を支援しながら、健康づくりの対策として、結核健診を実施しており、毎年100人以上の人が受診しています。

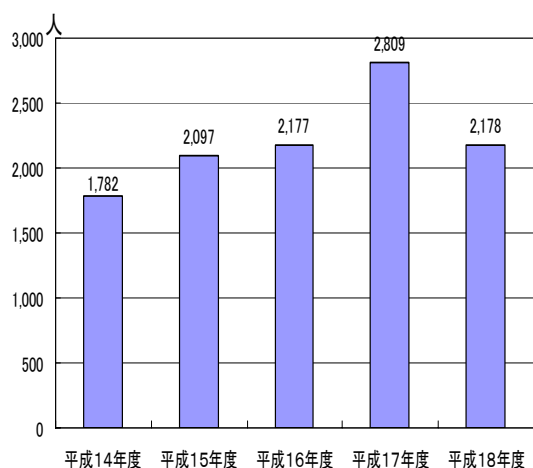
千葉県が独自で県内14か所に設置している中核地域生活支援センターでは、子ども、障害者、高齢者など対象者を横断的に捉え、健康管理や健康づくりを含めた複合的な相談事業を行っています。

高齢者人口及び要介護認定者数の現状及び将来推計（千葉県）

区分	①現状 (平成 17 年)	②将来推計 (平成 27 年)	②/①
65 歳以上人口	1,060,343 人	1,597 千人	150.6%
75 歳以上人口	428,657 人	710 千人	165.6%
要介護 4,5 の認定者数	(平成 17 年度)35,024 人	(平成 26 年度)59,055 人	168.6%
認知症高齢者数(65 歳以上)	71,043 人	121,372 人	170.8%

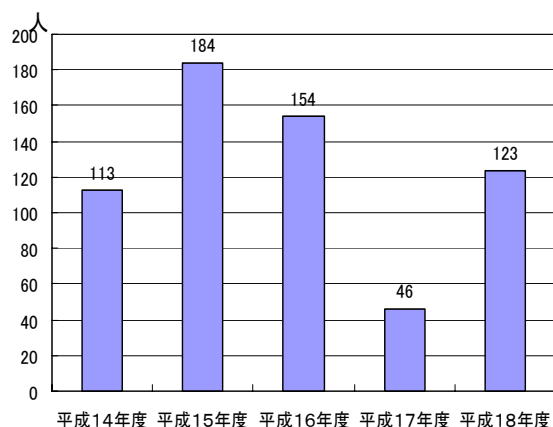
- ◆65,75 歳以上人口は、平成 17 年は国勢調査、平成 27 年は国立社会保障・人口問題研究所「日本の都道府県別将来推計人口」（平成 19 年 5 月推計）
- ◆要介護 4,5 の認定者数は、平成 17 年度は「介護保険事業状況報告（平成 17 年度年報）」、平成 26 年度は介護保険見込量調査。
- ◆認知症高齢者数は、全国の出現率（H17 は 6.7%、H27 は 7.6%（厚生労働省老健局総務課推計：平成 15 年 6 月））に基づいて推計。

障害児（者）の歯科保健巡回診療指導事業 （ビーバー号）利用者数



（障害福祉課資料）

住居不定者に対する結核健診事業の受診者数推移



（疾病対策課資料）

<課題>

- 「県民の一人ひとりに応じた健康づくりメニュー」を開発し、あらゆる人に提供していくことが求められています。
- 障害のある人もない人も、経済的困窮者もそうでない人も、自分らしく、いきいきと暮らし続けるためには、画一的な健康づくりではなく、個人の身体や精神状態、生活形態に応じた健康づくりができるようにする必要があります。
- 障害があったり、経済的問題など、様々な理由から健康診断等を受けられない人もいますが、すべて人が年に 1 回は、自身の健康をチェックする機会が持てるようにする必要があります。

＜県民の声・提案＞

- 糖尿病と半身麻痺の状態の人に、ボランティアとして水泳を教えたところ改善された。障害のある人も支援が受けられたらと思う。(40代男性 浦安市)
- 多くの健診で、一部自己負担がある。できれば無料の方が受けやすいと思う。(30代男性 船橋市)

(施策の実施と具体策)

1. 県民一人ひとりの健康状態や生活形態に応じた健康づくりメニューを提供できるように、県民とともに考えて開発していきます

地域のNPOや県民を巻き込んだ「健康づくりメニュー開発プロジェクト」の創設、県民提案の募集等、保健所地域・職域連携推進協議会等を活用して開発していきます。

2. すべての人が健康診査を受けられるようにしていきます

健康診断における知的障害者、精神障害者、認知症の高齢者に対する問題の対処法の研究を進め、健康診査を受けられる体制作りを進めます。

経済的理由を含め、すべての人が健康診断を受けられるよう、健診事業の検討を進めます。

＜施策の実施と具体策＞

事業名	内容
健康生活コーディネート管理運営事業 (健康づくり支援課)	「健康生活コーディネート事業」で具体的に示した健康政策「健康生活コーディネート」の理念を、市町村等が実施する健康づくり事業や保健指導に反映させるよう普及を図ります。
アウトソーシングの環境整備事業 (健康づくり支援課)	各医療保険者が効果的・効率的な特定保健指導を実施するためには、アウトソーシングの手法を取り入れた保健指導の実施が不可欠となっています。 そこで、千葉県が独自に進める健康政策「健康生活コーディネート」の理念や方向性に合致し、一定の効果が期待される民間事業者等の特定保健指導プログラムを登録し、具体的効果・内容についての情報提供を行うため、平成19年度の特定保健指導アウトソーシング環境整備検討委員会において検討された内容を踏まえ、第三者評価機関の設置を含めた登録制度等の検討を行います。

生活習慣病予防 対策支援事業 (健康づくり支援課)	地域における健康づくりへの関心を高め、住民自らが積極的に健康づくりに参加するための事業など、生活習慣病予防対策を先進的に実施する市町村を支援します。
障害者の総合健康 診断事業 (障害福祉課)	知的障害者、精神障害者及び認知症の高齢者は医療機関の受診が困難な場合があり、普段の健康管理が十分ではないことから、問題の対処法の研究・分析結果をとりまとめた報告書を作成するとともに、これを踏まえた実践セミナーの実施により、障害者の受診方法の全県的な普及を図ります。
障害者スポーツの 振興 (障害福祉課)	スポーツは、障害者の身体的機能を向上させ、能力の維持・健康の増進に効果が期待できることから、県では千葉県障害者スポーツ・レクリエーション協会にスポーツ関連事業を委託するとともに、障害者団体と協力し障害者スポーツ活動の普及に努めます。
障害児(者)の歯科 保健巡回診療指導 事業 (障害福祉課)	障害児施設等に入所している方を主な対象にし、県歯科医師会と協力して歯科医師が診療車で各施設を巡回して、正しい歯ブラシの使い方などの歯科保健指導や歯科診療を行うことで、心身障害児などの福祉の増進を図ります。
健康づくり地域・ 職域連携強化事業 (健康づくり支援課)	地域保健と職域保健の連携により、生活習慣病予防を中心とする各種保健事業の共同実施、地域保健関係施設の相互活用等、生涯を通じた継続的な保健サービスの提供体制の整備を推進します。

コラム

「健康生活コーディネーター事業の一例」

健康生活コーディネーター 管理栄養士 播木 理加

習志野市は平成16年から、千葉県健康生活コーディネーター事業のモデル都市として、中高年の健康維持・推進事業『習志野いきいきサポート倶楽部』をスタートさせ、私もそのスタッフのひとりとして当初から参加しています。そこで、現在実施中の『施設型』の内容を一例として、ご紹介しましょう。

参加者は、その方の健康状態、体力テストによる科学的根拠に基づいた個別運動プランに従っ



て運動を行います。週2回施設に通っていただき、教室内では2グループに分かれます。10数人でかけ声を掛けながらスクワットなどを行う筋肉トレーニング組と、エアロバイク組と、エアロバイクを30分こぐ組とで時間がきたら交代します。参加の自主的な進行で進められ、教室内では顔なじみの皆さんと運動するため、楽しく継続できることがこの『施設型』の良いところです。また、歩数計・体組成計・エアロバイクのデータが蓄積できる高機能歩数計をパソコンに入力すると、個人データとして記録されていきます。さらに画面上ではグラフに表われ、それぞれの変化が一目でわかるようになっています。そこで私達、健康生活コーディネーターは、『ひとりひとりに合ったサポート』の方針で参加者の方々と直接面談をして、相談しながら目標を決めていきます。その目標に向かって正しく健康づくりができるように、専門家としてサポートしていきます。

『施設型』の参加者は1年3ヶ月で卒業ですが、その後も自立して良い運動・栄養習慣を続けて“健康づくり”していただくことが私達の最終目標です。

(3) 選べる健康サービスの提供

<現 状>

女性の社会進出やライフスタイルの多様化に伴い、県民一人ひとりが自分に合った健康サービスを選べるようなメニューの充実が必要です。

県内の市町村では、スポーツ教室、生活習慣病予防教室、介護予防教室などの健康・体力づくり事業を実施しています。

また、県内には、県民が利用できる健康資源として、市町村、民間事業者等が整備している健康関連施設や、NPO法人、ウォーキング協会等の団体が提供している健康づくりサービスがありますが、県民の約半数が健康づくりに取り組むことができる生活環境にあると感じている一方、4人に1人がそのような生活環境にないと感じています。

なお、市町村、医療保険者、事業者等の間で、各々が保有する健康づくり資源の情報やその活用について十分に共有されていません。

そこで、県民の利便性や効果的な健康づくり支援策を進めるため、保健所圏域単位で設置している「地域・職域連携推進協議会」で、地域の健康問題を共有し、身近な地域にある健康資源を相互に活用したり、講演会等を共同開催しようと検討を進めています。

平成20年度から、40歳から74歳までを対象に特定健診・特定保健指導がスタートします。

実施主体である医療保険者では、一人ひとりの体質や生活習慣に応じた適切な生活習慣の改善を促すため、対象者のライフステージやライフスタイルに応じた健康サービスを提供する必要があります。

そのため、保有する施設や遊休施設の有効活用を行うとともに、地域住民や民間事業者と共に必要な健康づくりサービスを開発していくことが求められています。

市町村における健康・体力づくり事業の実施状況（平成15年度調査 健康増進課）

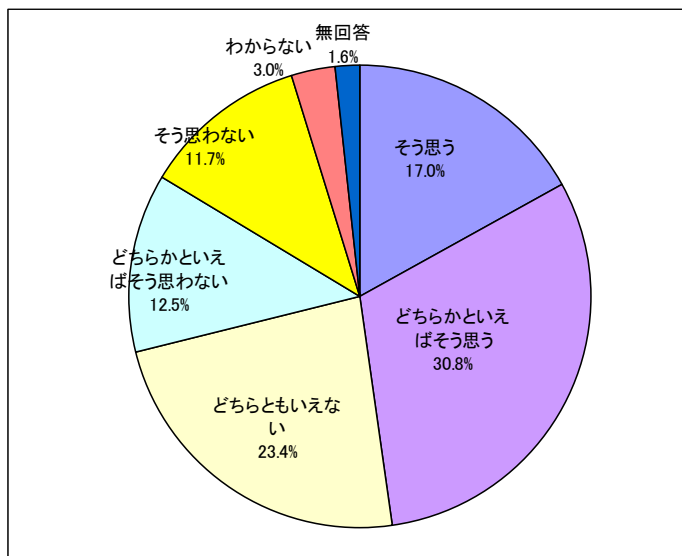
対象者	事業数	市町村数
高齢者	60	25
虚弱高齢者	5	3
40歳以上成人	42	20
全住民	474	54
その他	102	39

*体育施設等で実施しているスポーツ教室、生活習慣病予防教室、介護予防教室等を含む

*その他：乳幼児と保護者向け運動教室、女性対象の骨粗しょう症予防教室等

健康づくりに取り組むことができる環境

(あなたは、自分が積極的に健康づくりに取り組むことができる環境にあると思いますか。)



(第34回県政に関する世論調査報告書：平成19年12月(千葉県))

<課題>

- 市町村や医療保険者、事業者等が持っている健康づくりに関する施設、活動等の資源を調査し、活用しやすい形で情報提供していくことが必要です。
- 健康づくりの資源が不足している場合には、行政だけではなく、民間の活用が必要です。
- 大学や関連機関と連携して、新たな資源開発や利用されていない資源を発掘し、多様な健康サービスの提供に努めることが必要です。

<県民の声、提案>

- お金を払ってもいいから、自分に合った健康づくりの施設を利用したい。
(50代女性 船橋市)
- 自分の町の施設でどんなことをやっているのか知らない。
(50代男性 香取市)
- 高齢者でも、歩いていける場所に、みんなで運動できる場が欲しい。
(70代男性 鴨川市)

(施策の実施と具体策)

1. **地域の健康づくり資源を把握し、活用しやすい資源として情報提供します**
市町村や医療保険者等が保有する健康づくり資源を把握し、特定保健指導に活用できるよう情報を提供します。

2. **選べる健康サービスを提供するため、民間と協働した多様なメニューづくりを進めます**
市町村や医療保険者が健康づくり資源を保有していない場合や不足している場合については、民間と協働するしくみをつくります。
選べる健康サービスを提供するため、民間と協働した健康づくりに関する多様なメニューづくりを進めます。

3. **必要な健康づくり資源については、発掘・開発を進めます**
健康づくり支援の資源について、地域で十分に活用されていない資源の発掘や大学や民間事業者等との連携により、新しい資源の開発を進めます。

<施策の実施と具体策>

事業名	内容
健康生活コーディネート管理運営事業(健康づくり支援課)	「健康生活コーディネート事業」で具体的に示した健康政策「健康生活コーディネート」の理念を、市町村等が実施する健康づくり事業や保健指導に反映させるよう普及を図ります。
アウトソーシングの環境整備事業 (健康づくり支援課)	千葉県が独自に進める健康政策「健康生活コーディネート」の理念や方向性に合致し、一定の効果が期待される民間事業者等の特定保健指導プログラムを登録し、具体的効果・内容についての情報提供を行うため、第三者評価機関の設置を含めた登録制度等の検討を行います。
生活習慣病予防対策支援事業(健康づくり支援課)	地域における健康づくりへの関心を高め、住民自らが積極的に健康づくりに参加するための事業など、生活習慣病予防対策を先進的に実施する市町村を支援します。
健康福祉リソースセンターの機能強化 (健康づくり支援課)	県民の健康状態・健康知識、健康づくり・生活習慣改善指導実態などの現状分析と、県民の健康の現状、がんを含めた生活習慣病予防・治療などの情報提供をすることにより、オーダーメイド型健康づくりの確立・普及に向けた取組を支援していきます。
健康づくり地域・職域連携強化事業 (健康づくり支援課)	地域保健と職域保健の連携により、生活習慣病予防を中心とする各種保健事業の共同実施、地域保健関係施設等の相互活用等、生涯を通じた継続的な保健サービスの提供体制の整備を推進します。

コラム

「自分の健康状態について」

千葉県立君津商業高等学校3年 木立 祐二

私は毎日の生活で、必ず気にかけていることがある。それは、自分の健康状態についてである。健康を維持するためにはまず、自分の体について良く知ることが大切だと思う。そうすることで、どうすれば健康でいられるかが良くわかってくるからだ。

私の場合、まず朝、食欲があるかをチェックする。また、私は風邪を引きやすいので、朝起きた時の喉の調子も確認する。もし、痛いなどの症状がわずかでもある時は、うがいをするなど、早めに対応するように心掛けている。その結果、私は健康を害することも無く、一日も学校を休んでいない。同様に毎日、部活動に参加することができた。

部活動をする上でも、健康についてよく考えて取り組んできた。「病は気から」という言葉があるように、まず暑さや寒さに対して強い気持ちを持って取り組んできた。というのも、気持ちがだらだらしてしまうと、おのずと体も弱ってしまうと考えたからだ。他にも試合前になると、食事についても気を遣うように心掛けた。また、体の調子に合わせて、練習の量や配分の仕方を変えるようにしてきた。これらのことが部活動を続けるための健康維持に大きな影響があったように思う。

自分を見つめ直し、自分に合った方法で健康管理をすることは、全ての人にも同様に大切なことだと思う。私はこれからもこの方法を、ずっと続けたい。



コラム

「意という技」

佐倉市 土井 克巳

「心・技・体」スポーツの世界では良く聞かれる言葉です。例えば、強い選手を見て「あの選手は心技体のバランスが整っている」とか言います。「心(気持ち・精神)の状態」と「技(技術)の習熟度」と「体(筋力・柔軟性・持久力などの身体機能や体調)」がとてもバランスの取れた状態で素晴らしい動きが出来ている・・・というようなニュアンスが一般的によく使われます。昨今、大相撲に於ける横綱に関する記事内容をよく観ていると「心技体」の論調がなぜか多いです。

「心・技・体」何が、どれが優先するのでしょうか。

お正月の恒例行事である「大学箱根駅伝」を母校出場ならずともテレビ観戦されたと思います。各区分における様々な選手ドラマを観て「感激の涙」を流した方も多いでしょう。単に早く走れる選手だけを集めただけの競技だったのでしょか？

まずは「心」と「体」は本質的にあるのでしょうか。「技」はこの「技」の捉え方が違うのでしょうか。心と体をつなげるのが単に技でもなさそうです。「技」は文字通り「意のままに体を動かす」の「意」の部分だと思います。倒れても走りきろう・襷を繋ごうという走る動作は、自分が持っている走りを如何に呼び起こさせ、体のあらゆる感覚を極限まで研ぎ済ました感覚が「技」ではなかったのでしょうか。

駅伝ドラマには「心」と「体」の間に何がなんでも繋ぐという「意という技」があるように思いました。及ばずながら「水中ウオーキング」についても日々継続していこうという「意」をもって取り組んでいます。

