

令和6年度 第1回健康計画推進委員会

日 時 令和6年8月8日(木)

午後1時30分～3時

場 所 大栄農村環境改善センター
会議室3

日 程

1 開 会

2 あいさつ

3 自己紹介

4 委員長の選任 【P1、2】

5 協議および報告

(1) 令和5年度特定健診結果及び各種がん検診の受診率推移 【P3、4】

(2) 健康計画6つの項目に対する行政の取り組みについて 【P5～12】

令和5年度保健事業報告

令和6年度保健事業予定

(3) 各組織、団体の今後の取り組みについて 【P13】

(4) その他

6 その他

(1) 次回11月頃を予定

7 閉会

目指せ！ 私もあなたも健康人生 ～年に一度は健診を受けましょう～

健康計画推進委員名簿

(任期 令和5年6月1日～令和7年5月31日)

	氏 名	団体名・役職等
保健医療 関係者	宮川 秀人	宮川医院 院長
	仲 秀典	仲歯科医院 院長
	小倉 加恵子	中部総合事務所倉吉保健所 所長
	荒川 辰也	北栄スポーツクラブ 事務局長
保育・教育 関係者	大坂 菜摘	大栄小学校 養護教諭
	村岡 美由紀	大栄小学校 PTA健康教育推進部 副部長
	新名 裕子	大谷こども園 園長
	梅津 史雅	大谷こども園保護者会 会長
自治会 関係者	浜根 二三雄	自治会長会 代表
	田村 禎之	老人クラブ連合会 副会長
	加藤 倫代	健康推進員会 代表
農林 商工業 関係者	平信 英明	JA鳥取中央 大栄支所 統括支所長
	藤友 次枝	北栄町商工会 女性部 部員
住民 代表	竹原 光余	北栄町食生活改善推進員連絡協議会 代表
	荒木 千彰	住民代表
	坂本 佐紀恵	住民代表

○事務局

氏 名	職名
前田 美友紀	健康推進課 課長
塚本 英子	// 主幹兼管理栄養士
前田 日登美	// 主任保健師

○北栄町健康計画推進委員会設置要綱

平成17年10月 1 日

訓令第53号

改正 平成19年 3 月26日訓令第14号

平成20年12月19日訓令第31号

平成22年11月19日訓令第25号

平成23年 8 月12日訓令第37号

平成27年 6 月 1 日訓令第29号

(設置)

第1条 町民の健康増進と疾病予防を推進し、いきいきと笑顔のある町づくりを実現するため、北栄町健康計画推進委員会(以下「委員会」という。)を設置する。

(所掌事項)

第2条 委員会は、次に掲げる事項について協議する。

- (1) 健康計画の達成に向けた取組に関すること。
- (2) 健康計画の策定及び評価、見直しなどに関すること。
- (3) その他町民の健康づくりの取組推進に関すること。

(組織)

第3条 委員会の委員は、20人以内とし、委員は、次の各号に掲げる者をもって組織し、町長が委嘱する。

- (1) 保健医療関係者
- (2) 認定こども園、学校等関係者
- (3) 自治会関係者
- (4) 農林商工業関係者
- (5) 住民代表
- (6) 町職員

2 委員会の下に専門部会を設置することができる。

(役員)

第4条 委員会に委員長及び副委員長を置く。

2 委員長及び副委員長は、委員の互選によって定める。

3 委員長は、会務を総理し、委員会を代表する。

4 副委員長は、委員長を補佐し、委員長に事故があるとき又は委員長が欠けたときは、その職務を代理する。

(任期)

第5条 任期は、2年とし、再任は妨げない。ただし、委員が交代した場合は、後任者を充てる。

(会議)

第6条 委員会は、委員長が必要に応じて招集し、議長となる。

(庶務)

第7条 委員会の庶務は、健康推進課が行う。

(その他)

第8条 この要綱に定めるもののほか、委員会の運営に関し必要な事項は、委員会が定める。

附 則

この要綱は、平成17年10月1日から施行する。

附 則(平成19年3月26日訓令第14号)

この要綱は、平成19年4月1日から施行する。

附 則(平成20年12月19日訓令第31号)

この要綱は、平成20年12月19日から施行する。

附 則(平成22年11月19日訓令第25号)

この要綱は、平成22年11月19日から施行する。

附 則(平成23年8月12日訓令第37号)

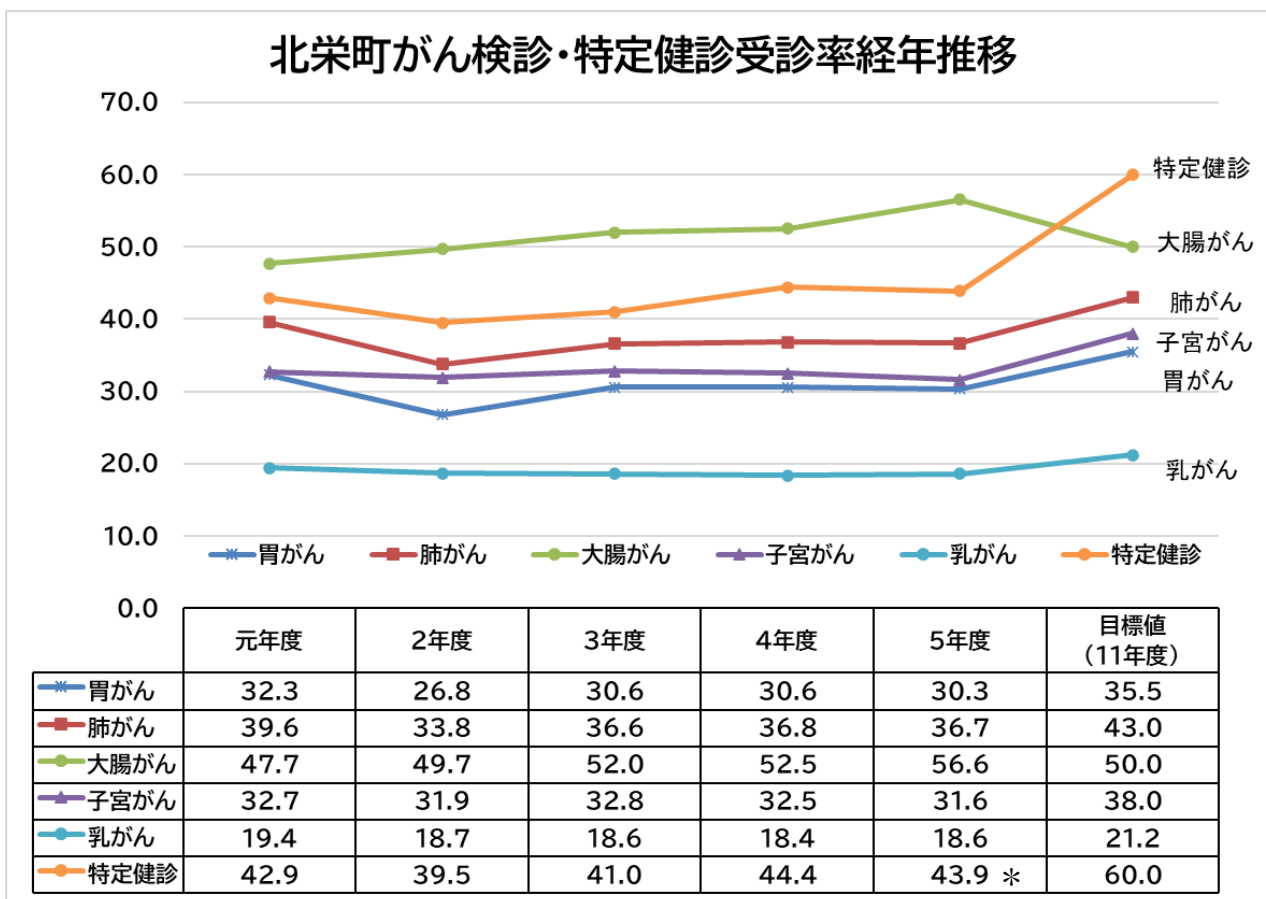
この訓令は、平成23年8月12日から施行する。

附 則(平成27年6月1日訓令第29号)

この要綱は、平成27年6月1日から施行する。

5. 協議および報告

(1) 特定健診及び各種がん検診の受診率の推移



* 令和5年度の特定健診は暫定受診率

- ・ 集団健診(セット健診、女性のがん検診)は、スムーズな運営と感染症予防のため、予約制、人数制限、受付時間の分散、検温、換気等を継続実施した。令和4年度と受診者数は大きく変化ないが、コロナ以前と比較すると大幅に減少しているため勧奨等の声掛けを継続している。
- ・ コロナ対策で集団健診の1回あたりの受診数が制限されるため、セット健診午前17回、午後7回で24回実施(R4年度は午前・午後26回)。夏季と午後の受診者が少なく受診者数が伸びなかった。
- ・ 乳がん検診、大腸がん検診は令和5年度受診率が向上。医療機関で受ける人が多くなっている。
- ・ 受診勧奨は、通知や電話など様々な方法で実施している。
 - * 集団健診予約日に受診しなかった人に電話。
 - * 人間ドック申込者で予約をしていない人に通知。
 - * 健診意向調査の受けない理由によっては、受診券を発送。
 - * 協会けんぽと合同で健診ガイドを作成し発送 5,129軒(4月 全戸配布)。

*健診受診の勧奨を年4回発送した。

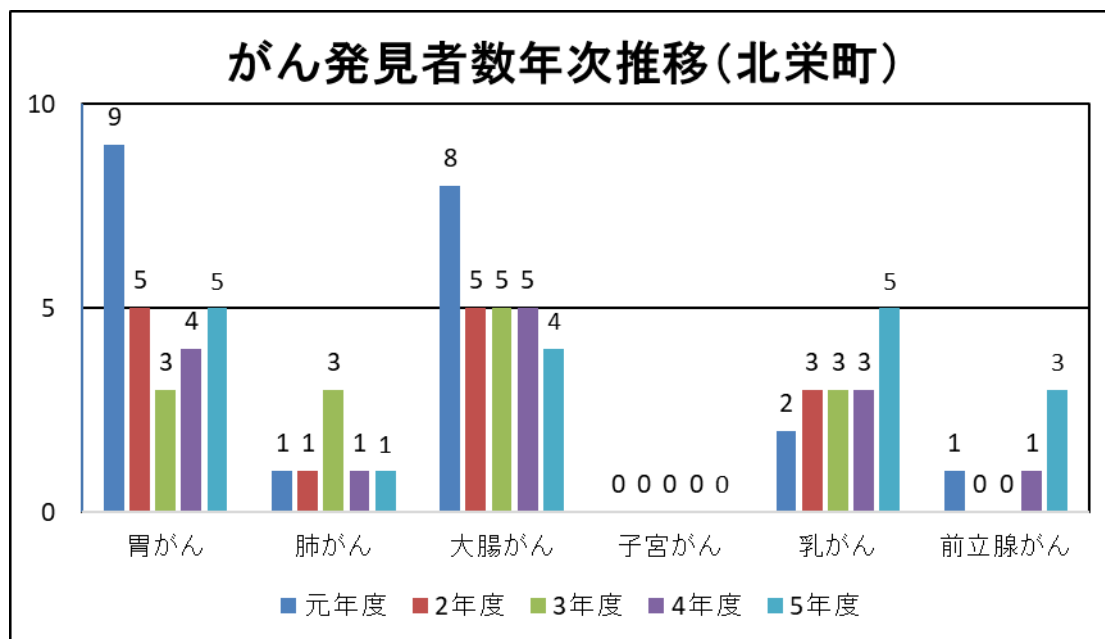
・①6月 5,139軒（全戸配布）

・集団または医療機関での特定健診申込者で、未受診・未予約の方に受診勧奨

②8月 1,100人 ③10月 294人 ④12月 224人

*専門業者に委託し、過去3か年の対象者と受診、通院実績の傾向から受診勧奨通知を年3回発送した。（①9月 1,779人 ②11月 1,800人 ③1月 1,096人）

○がん発見の推移



・胃がん・肺がん・大腸がん・乳がんは、過去10年間、毎年がん発見がある。

令和5年度 受診場所の割合（人間ドック含む）

	集団	医療機関
肺がん検診	61.9%	38.1%
胃がん検診	21.2%	78.8%
大腸がん検診	90.2%	9.8%
子宮がん検診	43.5%	56.5%
乳がん検診	75.0%	25.0%
前立腺がん検診	55.6%	44.4%
特定健診	49.1%	50.9%
長寿健診	58.5%	41.5%

(2) 健康計画 6 つの項目に対する行政の取り組み

	R5 年度の取り組みと成果	R6 年度の取り組み
1. 運動習慣の定着	①運動教室は、北栄スポーツクラブと連携して、水中歩行とバランスボールを実施。平日、休日、日中、夜間等、参加しやすい日程で計 4 回の開催で、14 人参加があった。教室終了後は回数券の使用状況を確認し、未使用の場合は利用勧奨。(運動継続 1 回使用 7 人・50%、5 回使用 3 人・21%) ②生涯学習課と連携し、年 2 回の休日健診時に簡易体力測定を実施。体力づくりの意識付けになった。	①バランスボールとノルディックウォークで実施 ②同左
2. 健全な食生活の定着	【食育】 ①各園の食育年間計画に基づき食育を実施され、3 園（延べ 4 回）で食推と連携して子どもが主役のクッキング活動等を行った。 小学 5 年生の弁当作り、6 年生の「弁当の日」の取り組みを小学校、栄養教諭、食推と協力して実施。 ②調理師と連携し、園の給食だよりに食育に関する記事を毎月掲載し家庭への啓発を実施。 【生活習慣病予防】 ①町報では学校栄養士と連携し、食育のレシピと動画撮影など、住民が関心を持ちやすい方法で実施。 ②食べ方講座を実施し、食事のバランス、減塩、食事量等について啓発。 ③ポイントラリー事業に自主的な取り組みとして野菜 350g 摂取を引き続き対象とした。 ④特定・基本健診での質問票で野菜摂取を聞き取り、「野菜を毎食食べる割合」46.5% (0.1%減)、「野菜を毎日 350g 食べる割合」24.8% (1.8%減) であった。 ⑤1 歳 6 か月児健診、3 歳児健診でベジファーストの資料をもとに啓発。 ⑥いきいき健康講座で食のバランスや減塩を 3 自治会、認知症予防のプログラムで低栄養予防について 3 自治会、1 団体で実施。 【低栄養予防】 ①テレビ健康講座で栄養士による「低栄養予防」を放映。	【食育】 ①こども園のクッキングは同左 『弁当の日』事業は、6 年生の「弁当の日」で終了 ②同左 【生活習慣病予防】 ①町報記事は、毎月掲載は終了 必要時に掲載 ②食べ方講座は終了。一部内容を新規事業「健診結果活用教室」に継続する。(P10) ③自主的な取り組みに「食事チャレンジ」新規追加 ④同左 ⑤同左 ⑥同左 ⑦食生活改善推進員養成講座を開催する。(2 年毎の開催) 【低栄養予防】 ①テレビ健康講座の実施はなし

	R5 年度の取り組みと成果	R6 年度の取り組み
3. 心 の 健 康 づ く り	【啓発】 ①町報 9 月、3 月号に「自死予防」について啓発。 ②新生児訪問、乳幼児健診、集団健診会場、自治会の健康講座等で、睡眠パンフレット、自死予防の啓発グッズを配布し啓発。 ③こころの相談窓口を町報や健康講座等で周知。 ④ゲートキーパー研修を民生委員協議会定例会で実施(40 人)。うつ病等の理解が深まった。 【相談支援】 ①産後うつの早期発見、早期支援のため質問票を実施、パンフレット配布。気になる産婦には継続訪問。医療機関との連携や継続支援につながった。	【啓発】 ①同左 ②同左 ③同左 ④同左 ⑤ゲートキーパー研修を食推養成講座受講者を対象に実施 【相談支援】 ①同左
4. 歯 と 口 の 健 康 づ く り	【子どもの歯科対策】 ①3 歳以上児でフッ素塗布を年 1 回、歯磨き指導は年 2 回実施した。(フッ素塗布は H29 年度～全園で実施) ②フッ化物洗口を、全園の 4、5 歳児、小学生を対象に実施した。(希望者のみ) 【大人の歯科対策】 ①妊婦歯科検診を実施した。(対象者 73 人、受診者数 32 人、受診率 43.8%) ②歯周病予防事業として、ふしめ歯科検診(20, 30, 40, 50, 60, 70 歳)を実施した。未受診者へは、受診勧奨のはがきを送付。TCC でふしめ歯科検診受診について文字放送を放映。(対象者 1,013 人、受診者 72 人、受診率 7.1%) ③セット健診時に、個別歯科相談を行い、お口の健康について関心を高める機会を設けた。(年 4 回、個別相談 264 人) ④高齢者医療歯科健康診査(口腔健診)について、町報、健診の手引きで周知した。	【子どもの歯科対策】 ①同左 ②同左 【大人の歯科対策】 ①同左 ②同左 ③同左 ④「保健事業と介護予防の一体的実施」として、町報、いきいきサロン、個別勧奨、通知等で啓発する。 ⑤健康ポイントラリーの自主的な取り組みに「オーラルケア」を新規追加

	R5 年度の取り組みと成果	R6 年度の取り組み
5. 喫煙・飲酒対策	【喫煙対策】 ①母子手帳交付時に、妊婦本人の禁煙指導、受動喫煙防止について指導した。 ②乳幼児健診時に、乳幼児の受動喫煙防止について指導した。 ③小学校 6 年生の児童と保護者を対象に、医師による生活習慣病予防講演会で喫煙の害についても学習。 ④保健指導実施時に、喫煙者に禁煙資料、禁煙治療医療機関一覧を渡し啓発した。 ⑤健康ポイントラリーの自主的な取り組みに、禁煙を継続して取り入れ、健診会場や健康講座等で周知した。 【飲酒対策】 ①小学校 6 年生を対象に、医師による生活習慣病予防講演会でアルコール依存症についても学習。講演会の様子は YouTube で一定期間限定公開し保護者へも啓発した。 ②保健指導実施時や町報で、適正飲酒について啓発した。	【喫煙対策】 ①同左 ②同左 ③同左 ④同左 ⑤同左 【飲酒対策】 ①同様の講演を実施予定 保護者参観日に実施し動画配信はなし ②同左
6. 生活習慣病の早期発見・早期治療	【健診を受けやすい取り組み】 ①40・45・50・55・61・65 歳・70 歳に人間ドックを実施。(受診者 293 人) ②基本健診・長寿健診も引き続き医療機関で受診でき、受診しやすい環境整備に努めた。(長寿健診の受診者数 R5 556 人) ③健診の手引きを作成、健診の案内を送付し、健診の受け方について分かりやすくした。また、協会けんぽと合同で健診ガイドを作成し、4 月に全戸配布した。 ④セット健診はコロナ感染症対策のため、人数制限、電話予約、検温等体調チェックを実施。健診前に受付時間の通知をしたことが、受診忘れ防止の効果につながった。 ⑤例年と同様以上の受診者に対応できるよう、午後開催を設けた。 ⑥人間ドック申込者で予約していない人には、受診勧奨をハガキにより実施した。 ⑦セット健診時に骨量測定、保健指導を実施した。	【健診を受けやすい取り組み】 ①同左 ②同左 ③同左 ④同左 ⑤同左 ⑥同左 ⑦同左 ⑧健診 WEB 予約追加 (P11) ⑨大腸がん受診方法変更(P11)

	R5 年度の取り組みと成果	R6 年度の取り組み
	【受診勧奨の取り組み】 ①特定健診は受診勧奨を専門業者に委託し、過去の受診状況や通院状況に応じて、年間 3 回、7 種類の通知発送を行った。(3 回合計 延 4,675 人) 【健診後の支援】 ①特定健診事後に保健指導を実施した。 ②R4 年度健診結果から、血糖高値、腎機能低下した方を対象に受診勧奨、看護師、理学療法士、管理栄養士の教室等を実施し糖尿病及び重症化予防のための継続的支援に取り組んだ(事業対象者 108 人)。医療機関未受診者のうち 10.5%が受診した。 さらにハイリスク者 2 人に、かかりつけ医、外部専門職と連携し継続的に保健指導を実施。 ③後期高齢者の重症化予防保健指導(糖尿病、低栄養)を実施。(評価実施 26 人) 新)【保健事業と介護予防の一体的実施事業】 ①個別的支援(ハイリスクアプローチ) 重症化予防(糖尿病治療中断者、コントロール不良者)9 人、重複頻回・多剤投薬等 8 人、健康状態不明者 27 人、重症化予防(その他生活習慣病治療中断者、コントロール不良者)12 人に訪問等により個別支援を実施。 ②通いの場等への積極的な関与等(ポピュレーションアプローチ) 健康教育(実 20 団体)で健診受診勧奨、適宜フレイル予防や生活習慣病予防等の啓発実施。 【生活習慣病予防】 ①小学校 6 年生の児童と保護者を対象に、医師による生活習慣病予防講演会を実施し、喫煙の害や糖分、塩分の摂取、メディア利用の注意点などを学習。 ②中学 3 年生を対象にピロリ菌検査、陽性者に除菌治療を実施し、将来の胃がんリスクを少なくする。(受診率 65.9%)	【受診勧奨の取り組み】 ①同左 【健診後の支援】 ①同左 ②一部内容を変更して同左 看護師教室を医師講演会に変更 ③は「保健事業と介護予防の一体的実施事業」で実施(P12) 【保健事業と介護予防の一体的実施事業】 ①一部内容を変更して同左 ②対象者を変更して同左 【生活習慣病予防】 ①同左 ②同左

	R5 年度の取り組みと成果	R6 年度の取り組み
	③健康講座を 28 自治会で実施し(動脈硬化 1、関節痛予防 10、骨粗しょう症 4、まちの保健室 1、熱中症 0、ヒートショック 4、糖尿病予防 5、食べるコツ 3 自治会)、医師、理学療法士、保健師、栄養士の講話を実施した。また町栄養士によるテレビ健康講座を放映し(ポイントラリー対象事業)、広く町民の健康づくりを支援した。 (健康講座 R4: 20 自治会) ④テレビ健康講座で栄養士による「糖尿病と生活習慣」を放映。 ⑤医師による血圧講演会を開催し、幅広い年代の参加があった。(参加者 37 人)また、健診結果から血圧高値者へ通知により個別勧奨した。(145 人) 【健康ポイントラリー】 ①チラシ全戸配布、全自治会にポスター掲示、TCC、町ホームページ、町放送、町報、健診会場等で対象事業や申し込み方法等を広報し、受診率向上及び健康づくりへの意識向上に取り組んだ。より多くの方に参加してもらえるよう当選者数を 200 人とした。(応募者数 488 人、健診受診・健康づくり事業への参加動機となった割合 79.5%)	③健康講座の自治会開催は、一部テーマを変えて同左 「お口の健康」を追加、「熱中症」を取りやめ「眠れてますか？」に変更 R6 年度…30 自治会予定 ④テレビ健康講座の実施はなし ⑤同左 【健康ポイントラリー】 ①同左 自主的な取り組みに「食事チャレンジ」「オーラルケア」を追加

令和 6 年度 健診結果活用教室(健活教室)について

1. 目的

がんや糖尿病を始めとする生活習慣病の医療費に占める割合が高く、発症、重症化する段階で気づくことが必要です。健診を受け、基準値外の検査項目が、体に及ぼす影響や放置することでリスクが高まる疾患を理解し、医療機関受診、生活習慣の振り返り等、自己管理能力を高める機会とします。

2. 対象者

- ①75 歳以上(長寿健診対象者)…R5、R6 健診受診済みの人、R6 受診予定の人
- ②40～74 歳(特定健診対象者)… //

3. 日時、会場

- ①75 歳以上 :10 月 18 日(金) 10 時～11 時 30 分、大栄健康増進センター
- ②40～74 歳:11 月 12 日(火) 10 時～11 時 30 分、大栄健康増進センター

4. 定員:各 15 人

5. 講師

三朝温泉病院 理学療法士、町保健師、栄養士

6. 教室内容

項 目	担当	内容
1)健診結果の見方	保健師	持参した健診結果の数値を確認しながら、放置することでどのようなリスクがあるか確認する。
2)運動体験	理学療法士	生活習慣病、フレイル予防の為に運動を体験する。
3)味付けの目安体験	栄養士	調理協力により調理した 2 品を試食する。また塩分チェックシート、ソルトペーパーにより普段の塩分を確認する。

※R6 特定健診受診者で、11/12 教室が特定保健指導の初回面談の時期にあたる方は、目標設定を実施。

上記3)が終了後、会場に残ってもらい 11 時30分～12 時で実施。

4)目標設定	保健師 栄養士	特定保健指導対象者は目標設定の支援。
--------	------------	--------------------



令和 6 年度～

町の健診が変わりました



受診券と予約方法

現在予約受付中

今年度から、「受けよう」と思った時にすぐに受診できるよう、受けることができる健(検)診の受診券を、対象者全員に送りました。また、インターネットで予約ができるようになりました。

★集団健診の予約方法

① 電話での予約 : 平日 8 時 30 分～17 時 15 分
健康推進課 37-5867

② WEB での予約 : 24 時間

<https://go.mrso.jp/313726/>



↑ 予約 QR コード

★医療機関で受診する場合

希望の医療機関に直接予約をしてください。

大腸がん検診

これまで自治会ごとに行っていた説明会、検体容器の配布及び回収は行いません。集団健診または医療機関で受診してください。

変更理由

- ① 他の健(検)診と同様の扱いにすることで、大腸がん検診だけではなく、他の健(検)診の受診につなげる
- ② かかりつけ医の定期通院時に受診することで利便性向上

★集団健診で受診する場合

健診会場で検体容器の配布、問診、回収に関する説明を行います。

回収日に、役場(大栄庁舎・北条支所)または大栄健康増進センターに提出してください。

★医療機関で受診する場合

希望の医療機関に直接予約をしてください。

※医療機関に通院中の方も町の健(検)診を受けることができます。

健(検)診を受診すると、治療中以外の生活習慣病やがんなどの早期発見につながることもあります。

かかりつけ医にご相談ください。



問合せ：北栄町健康推進課

高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施事業について

北栄町では、令和5年度から高齢者の保健事業と介護予防事業について、健康推進課および福祉課の2課が一体となり、鳥取県後期高齢者医療広域連合や地域の医療機関等と連携して、高齢者が地域で健康的な生活ができるよう保健事業と介護予防の一体的な事業に取り組めます。

1 目的

複数の慢性疾患をもちフレイル状態に陥りやすい高齢者に対し、一人一人の状況に応じたきめ細やかな支援を医療専門職が積極的に関わり、高齢者の保健事業と介護予防事業を一体的に実施することで、高齢者が住み慣れた地域で可能な限り、自立した生活と社会参加ができるよう目指す取り組みです。

2 北栄町での取り組み

健康診査や医療・介護に関するデータから、後期高齢者の健康状態を把握し、取り組みにつなげて行きます。

*高齢者に対する個別的支援(ハイリスクアプローチ)

(1)健康状態不明者

健康状態が不明な方へ事前に案内を送付し、保健師が個別訪問にて状況を把握。

(2)服薬(睡眠薬)

レセプト情報等から抽出した睡眠薬の処方があり、かつ1年間に転倒経験がある方に保健師が個別に訪問し、適正受診および服薬管理を助言。

(3)重症化予防(糖尿病性腎症・高血圧)

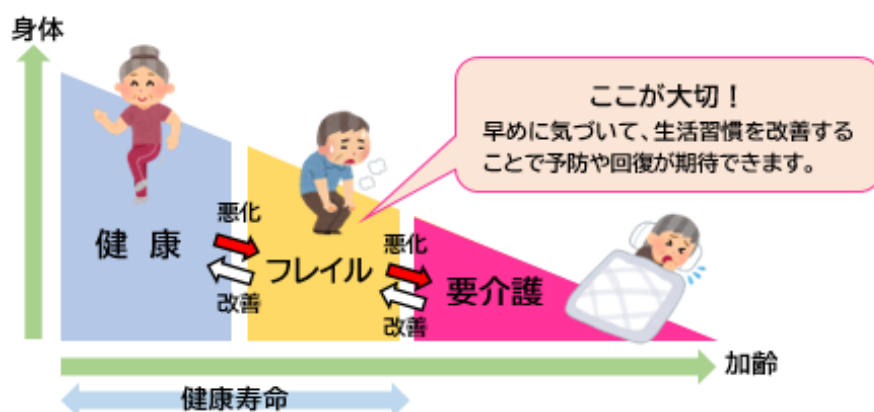
未治療者等へ保健師・管理栄養士が個別に訪問し、受診勧奨や保健指導。

(4)低栄養

健診結果からBMI 20.0以下、かつ半年間で2kg以上体重減少があった方に、栄養士が訪問し、栄養状態の把握と具体的な助言。

*通いの場等への積極的関与(ポピュレーションアプローチ)

高齢者の通いの場等(こけのない体操など)において、健診受診についての説明や、運動・栄養・口腔等の健康教育、健康相談を行い、フレイル予防に取り組む。



(3) 各組織・団体での取り組み