

益田圏域健康長寿しまね推進会議

●推進会議の運営

- ①益田圏域健康長寿しまね推進会議（7/15、3/3）
- ②健康長寿しまね推進会議への参加（5/29）
- ③益田圏域健康長寿しまね活動推進交流会（12/14）

（受賞グループ、構成団体等計 44 名参加）

- ・健康づくりグループ表彰（圏域会長賞 6 団体）
- ・各地域・団体における取組の活動発表
- ・グループワーク：現在の活動・課題、今後必要な取組の意見交換
- ・「からだスッキリ体操」の実践
- ・構成団体からの情報提供、構成団体・各部会の展示



受賞者の皆様↑



←グループワークの様子

体操実践の様子→



●健康づくり情報発信

- ①健康グループ等支援（健康づくりグループの募集と表彰）

- ②健康づくり情報誌

・推進会議だより「まめなかね」発行（9、3月）

- ③健康情報の提供等

- ・保健所ウェブサイトの活用、各種事業の取組等の情報発信
- ・健康づくり機器貸出
糖度計、位相差顕微鏡、スモッキングボード等



●栄養・食生活（☆食と歯のワーキング部会：5/27、2/24 開催）

- ①食育月間・食育の日（6月）における普及啓発（歯と口の健康週間普及啓発と合同）

- ・街頭キャンペーン：益田市内の店舗でチラシ・グッズを配布（配付数 350 部）（6/18）
（※ほかに津和野町健診会場・中学校で 200 部、吉賀町食育フェアで 300 部配布）

- ②まちな食育ステーション事業

- ・「まめなくんの健康広場」（9/12）

益田市内の店舗に体験コーナー（おいしいだしの試飲、みそ汁の塩分測定、歯でかむ力のチェック、手洗いチェック等）を設置し減塩の必要性等を啓発（来店者約 150 人）。

- ③うすあじ料理研究事業（※食生活改善推進協議会実施）

- ・家庭でのみそ汁の塩分測定 計 1,067 件（益田市 654、津和野町 284、吉賀町 129）

④「健康づくり応援店」の店舗拡大、PR

- ・Cコース（栄養情報提供）の登録店6店舗増加（益田市3、津和野町2、吉賀町1）



←街頭キャンペーン
の様子



まめなくんの健康広場

の様子→

●**歯科保健**（☆食と歯のワーキング部会：5/27、2/24開催）

①歯と口の健康週間（6月）における普及啓発（食育月間・食育の日普及啓発と合同）

- ・街頭キャンペーン：益田市内の店舗でチラシ・グッズを配布（配付数350部）（6/18）
（※ほかに津和野町健診会場・中学校で200部、吉賀町食育フェアで300部配布）

②働き盛りの年代への8020の啓発

- ・「まめなくんの健康広場」（9/12）
益田市内の店舗に体験コーナー（おいしいだしの試飲、みそ汁の塩分測定、歯でかむ力のチェック、手洗いチェック等）を設置し減塩の必要性等を啓発（来店者約150人）。
- ・関係機関・団体と連携した歯と口の健康づくりの啓発
活動推進交流会での後期高齢者歯科口腔健診事業の紹介（12/14）
糖尿病対策検討会における歯周疾患に関する情報提供（10/7）
- ・カミング30セルフチェック（※各市町の事業に合わせ実施）
益田市（健康ますだ市21フェスティバル）、津和野町（健康ふれあいまつり）、
吉賀町（特定健診時の歯科検診）

●**運動**（☆運動とこころのワーキング部会：6/22、2/15開催）

①ウォーキング普及啓発

- ・各市町ウォーキング大会を保健所ウェブサイトに掲載し紹介

②運動習慣定着のためのチャレンジ事業の推進

- ・夏休み！早おき・体そう・朝ごはん・歯みがきチャレンジ

応募総数1,158人

がんばったで賞（35日以上取組）として記念品を贈呈（469人）

- ・働き盛りの運動習慣定着に向け、「からだスッキリ体操」の普及啓発
《出前講座》

体操のねらいと効果、運動の注意点の説明後体操を実演しDVDを配布

【対象】商工会議所職員、地区推進員、優良従業員表彰者、事業主、
事業所、益田地区スポーツ推進員（約200人）



- ③ロコモティブシンドロームについての知識の普及
 - ・啓発資料「ロコモティブシンドロームって何？」の活用
 - ・各市町の健康教室等での各種体操実践



スポーツ推進員への体操紹介の様子→

●**こころ・アルコール** (☆運動とこころのワーキング部会：6/22、2/15 開催)

①相談機関窓口の普及啓発

- ・相談パンフレットの普及啓発による相談窓口の周知
 - 圏域独自のパンフレットを作成し保健所ウェブサイトに掲載。
 - 保健所が実施する出前講座における相談機関一覧・パンフレットの活用
 - 【対象】交通安全運転管理者、市職員、民生児童委員、人権相談員、事業所等
 - 各市町におけるキャンペーン、出前講座での配布
- ・自死防止週間街頭キャンペーン等での周知 (9月)
 - (※構成団体メンバーと合同で啓発資料等を配布)
 - 益田市：商業施設 90、津和野町：ふれあいの場等 136、
 - 吉賀町：事業所健診 280
- ・自死防止対策強化月間 (3月)
 - 自死防止対策連絡会で、自死防止週間と併せてケーブルテレビでハートメガフォンの啓発を実施
- ・お酒の困りごと相談の開設・啓発
 - 酒害相談員、家族相談員による相談窓口の開設 (7, 10, 2月)



街頭キャンペーンの様子↑

②こころの相談従事者研修会 (10/29)

- ・「支援者のトレーニングについて」 [講師] 松ヶ丘病院・坪内院長 (出席者 50人)

③一般住民啓発用ポスター・パンフレットの普及 (出前講座で配布)

●**たばこ** (☆たばこのワーキング部会：5/20、12/8 開催)

①未成年者の喫煙防止対策

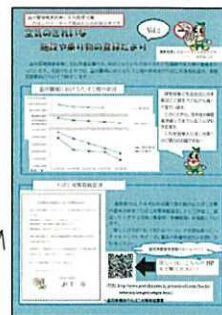
- ・小・中学校での防煙教育支援
 - 教材・資料の貸出・提供 (パワーポイント資料、健康機器等)

②受動喫煙防止対策

- ・たばこの煙のない飲食店の登録拡大 (H28.2月末現在 32 店舗)
- ・空気のきれいな施設や乗り物の登録拡大 (H28.2月末現在 281 施設)
 - 施設へ「空気のきれいな施設や乗り物だより」やアンケート送付
- ・大型商業施設への受動喫煙防止対策調査 (9月)
 - 益田市内 3 事業者到店舗での受動喫煙防止対策状況等を聞き取り

③禁煙サポート体制の推進

- ・禁煙治療実施医療機関 (H28.2月末現在 13 施設) ポスターの配布
- ・禁煙支援薬局 (H28.2月末現在 13 施設) ポスターの作成



④一般普及啓発

- ・世界禁煙デー街頭キャンペーン（6月）（※益田圏域統一行動）
各市町の店舗、保育所、高等学校等でのチラシ・グッズ配布
- ・禁煙週間に合わせた啓発（禁煙週間前後）
吉賀町内保育所でのチラシ・グッズ配布
- ・市町健康づくりフェア等での啓発
健康づくりフェア等でのポスター掲示
- ・市町と連携した妊産婦への啓発
母子手帳交付時等にチラシ配布（約650部）
- ・たばこ対策取組宣言の周知



街頭キャンペーンの様子↑

●がん予防

- ①がん征圧月間、がん検診受診率50%達成に向けた集中キャンペーン月間の取組
 - ・圏域会議構成団体、がん検診啓発協力事業所等に資料を送付し、啓発協力を呼びかけ
- ②各種イベント等における啓発
 - ・島根がん対策キャンペーン「知ろう、語ろうがんのこと」in 益田の開催周知
11/29の開催に向け圏域会議構成団体、がん検診啓発協力事業所にポスター・チラシを送付し周知への協力を呼びかけ
 - ・啓発パンフレット・グッズ配布等による呼びかけ
「まめなくんの健康広場」などイベント等でパンフレット・グッズを配布し啓発
- ③がん検診啓発協力事業所の拡大、普及
 - ・新規登録2事業所（H28.2月末現在47事業所）

●高齢者の健康づくり（☆高齢者の健康づくりのワーキング部会：6/29、2/9開催）

- ①ロコモティブシンドローム（ロコモ）についての知識の普及と実践
 - ・各種出前講座での啓発（10～11月）
健康づくりに関する出前講座での知識普及
（計3回、対象者合計64名）
 - ・高齢者サロン活動の訪問、聞き取り（7～12月）
サロン世話人等にサロン運営のやりがい（負担感）、活動継続に必要なこと等を聞き取り（計7カ所）
 - ・推進会議日より「まめなかね」による周知（3月）
一般向けに高齢者サロンへの協力、参加呼びかけ



高齢者サロン訪問時の様子↑

<今年度の取組の感想>

今年度も、部会ごとにスローガンや重点目標を定め、関係機関・団体や健康づくりの各種事業と連携しながら各世代や対象に応じた事業に取り組んできた。

活動推進交流会ではグループワークを行い、他機関・団体の意見を聴くことができて良かったとの意見があった。今後もこれらの機会に関係機関・団体の連携を深めることで、圏域としてのより一体感のある取組につながっていくことを期待したい。