

雲南圏域健康長寿しまね推進会議

<取組目標> 健康寿命をのぼす

1) 圏域健康長寿しまね推進会議の運営 (構成団体 23名)

- ◆ 圏域推進会議の開催 (7/22日・2/24日)
- ◆ プロジェクトチーム検討会議の開催
 - 食生活改善PT (2回) ○たばこ・アルコール対策PT (2回) ○運動推進PT (2回)
 - こころの健康PT (2回) ○8020推進PT (2回)
- ◆ 雲南いきいきだよりの発行(8月、3月発行)
活動推進交流会の開催 (2/24日 木次町チェリヴァホール)
第2回雲南圏域健康長寿しまね推進会議とあわせて実施、53名参加
健康づくりグループ活動発表 (木次町中二ふれあい会、奥出雲町古市自治会、飯南町川尻自治会)、活動交流 (グループワーク)、健康長寿しまね推進会議等活動展示



- ◆ 健康づくりグループ表彰事業
 - 圏域表彰 10グループ (会長賞: 7グループ 継続賞: 1グループ 奨励賞: 2グループ)
 - 県知事表彰への推薦 1グループ
- ◆ 衛生教育教材・健康機器等の貸し出し (119回)
- ◆ ホームページでの情報提供

2) 圏域計画推進事業

- ◆ 栄養・食生活推進事業
 - ① 食育月間にあわせた食育キャンペーン (6/25日) ※食生活改善・8020推進事業協働
 - ・ 仁多ショッピングセンターサンクス (奥出雲町) にて街頭キャンペーン
 - ちらし・グッズ等配付 (150名)、ボードアンケート (103名)
 - ・ 雲南合同庁舎ロビーでのパネル等掲示 (6/1日~30日)
 - ② 食育の日・食育月間の啓発、産直市を活用した情報発信
 - 食育の日プレート掲示、食育の日メールの配信
 - イチオシ! 野菜レシピ秋冬版作成・配布
 - レシピ作成委員会 (1回)
 - ③ 健康づくり応援店の登録拡大



◆ たばこ・アルコール対策推進事業

- ① 世界禁煙デー・禁煙週間における啓発
 - ・ 県立飯南高校での概要キャンペーンの実施 (6/3日)
 ちらし・グッズ配付 (250名)
 ボードアンケート (150名)
 - ・ 県立飯南高校、雲南合同庁舎ロビーでのパネル等展示
 (5/31日～6/6日)
- ② 受動喫煙防止対策の取組～各種登録店の拡大
 たばこの煙のない施設登録 124か所 (新規登録 4か所)
 たばこの煙のない理美容店 11店
 たばこの煙のない飲食店 23店 (新規登録 1店) <2月末>
- ③ 禁煙サポート
 禁煙実施医療機関 (3か所) 及び禁煙支援薬局 (6か所) の周知
 世界禁煙デーにあわせた禁煙相談 (実績なし)
- ④ 若年層への啓発活動
 - ・ 雲南市成人式 (8/14日)
 ちらし等配付・ボードアンケート実施 (150名)
 - ・ 島根リハビリテーション学院学園祭 (10/24日)
 ちらし等配付・ボードアンケート実施 (150名)
 禁煙相談
- ⑤ たばこ対策取組宣言の実施 (6/17日・雲南保健所)
- ⑥ アルコール関連問題啓発週間にあわせた啓発
 - ・ 雲南合同庁舎ロビーでのパネル等掲示 (11/19～30日)
 - ・ 適正飲酒量モデル作成、市町における取組実態調査の実施



◆ 運動推進事業

- ① 市町毎のまめなウォーカー企画会・交流会
 及びロコモ予防研修会開催
 企画会 (7/14 雲南市、7/8 奥出雲町、7/31 飯南町)
 交流会 (10/14 雲南市、10/29 奥出雲町、10/7 飯南町)
- ② チャレンジイベント「歩いて健康づくり・続けて健康長寿」
 10月～11月をウォーキング推進月間とし、ウォーキングの普及定着を推進
 週3回以上ウォーキング実施した方に実行賞贈呈 (報告者 67名)
- ③ ロコモティブシンドロームの啓発、ホームページによる啓発
- ④ 働き盛り世代への啓発
 - ・ 「からだを動かそうチャレンジコンテスト (県事業)」の周知 : 4事業所応募
 - ・ 出前講座、事業主セミナーでの簡単なストレッチ体操の紹介
- ⑤ まめなウォーカーへの実態把握調査



◆ こころの健康づくり対策事業

- ① こころの健康標語募集
 応募数
 一般の部 (68作品、39名) 学生の部 (475作品、359名)
 最優秀賞
 一般の部
 『ゆっくりね。あなたのペースで いいんだよ』 後藤ひとみさん (雲南市)
 学生の部
 『大丈夫 私がいるよ 一人じゃない』 藤原美菜さん (雲南市立大東小学校)
- ② 自死予防週間キャンペーン ※がん征圧月間周知と協働
 - ・ 街頭キャンペーンでのちらし・グッズ配付、ボードアンケート実施
 たたらば壺番館 (吉田町) : 9/12日、配布数 200名・アンケート 60名
 Aコープだいたい店 (大東町) : 9/14日、配布数 200名・アンケート 93名



- ・ 雲南合同庁舎ロビーへのパネル展示・幟設置
- ③ 事業所、自治会等へのこころの健康出前講座
4回（うち職域3か所）189名（12月末現在）
- ④ ゲートキーパー養成研修
自死の危険を示すサインに気づき、適切な対応を図ることのできるゲートキーパーの養成
13回（うち職域5か所）356名（12月末現在）

◆ 8020推進事業

- ① 歯と口の健康週間の啓発 ※食生活改善事業と協働
 - ・ 仁多ショッピングセンターサンクス（奥出雲町）にて街頭キャンペーン
ちらし・グッズ等配付（150名）、ボードアンケート（103名）
 - ・ 雲南合同庁舎ロビーでのパネル等掲示（6/1日～30日）
- ② 若年層への啓発活動
 - ・ 雲南市成人式（8/14日）
ちらし等配付・ボードアンケート実施（150名）
 - ・ 島根リハビリテーション学院学園祭（10/24日）
※雲南地区歯科衛生士会と協働
ちらし等配付・ボードアンケート実施（150名）
位相差顕微鏡によるお口の細菌チェック（70名）
咀嚼力チェックガムを使った体験（70名）



◆ 健診（検診）受診

- ① がん征圧月間でのがん検診の啓発 ※自死予防キャンペーンと協働
 - ・ 街頭キャンペーンでのちらし・グッズ配付（配布数各200名）
たたらば壺番館（吉田町）：9/12日 Aコープだいとう店（大東町）：9/14日
- ② がん啓発サポーター、関係団体と連携した啓発
 - ・ 雲南式成人式（8/14日）
ちらし・グッズ配付、ボードアンケート（150名）
県大出雲キャンパス学生によるステージ発表
 - ・ 島根リハビリテーション学院学園祭（10/24日）
ちらし・グッズ配付、ボードアンケート（150名）
顕微鏡でのがん細胞観察（細胞検査士会）
乳がん自己検診の勧め（がん検診啓発サポーター）
ステージ発表（県大出雲キャンパス学生）
 - ・ 亀嵩健康まつり（11/8日）
パネル展示、ちらし等配付（96名）
乳がん自己検診の勧め（がん検診啓発サポーター）
 - ・ グッディー木次店での街頭キャンペーン（2/13日）
雲南市がん検診すすめ隊と協働でのちらし・グッズ配付（200名）
- ③ いのちの教育として学校での啓発
 - ・ 飯南町立頓原中学校 1年生20名（12/2日）、3年生20名（9/8日）
 - ・ 奥出雲町立亀嵩小学校 6年生9名（3/16日）
- ④ 事業所等への出前講座
健人（8/3・8名） 大東税務署（12/8・15名） 給食うんなん（3/30）
- ⑤ がん検診啓発協力事業所の登録 81事業所（新規登録 1事業所）



<平成27年度の取組評価>

- ・ 健康づくりグループ圏域表彰として10グループを表彰し、活動推進交流会での活動発表を通じて取組状況を共有することが出来た。
- ・ 活動推進交流会では健康長寿推進会議委員に加え、地域の健康づくりグループや交流センターも交えた活動交流が実施出来た。
- ・ 各種啓発月間等にあわせ、関係機関や団体等と連携した啓発活動を実施できた。また、各プロジェクトが相互に連携を図り、協働でより効果的な啓発ができるよう意識的に取り組んだ。