

## 平成29年度国保実施事業

### ●特定健診受診率向上に向けた対策

メタボに着目し、糖尿病等の生活習慣病の発症や重症化を予防するため、従来からの健診受診促進の取り組み

- ・未受診者対策—平成 29 年度の総合健診を受けていない人に対して住民検診前に受診勧奨シートを郵送(1000 通)
- ・人間ドック、医療機関健診の助成
- ・市報、ホームページ、お知らせ版などで広報による健診のPR

### ●特定保健指導実施率向上対策

特定健診の結果生活習慣病のリスクが確認された保有者に対して面談・電話・訪問により集団及び個別に保健指導を実施し、生活習慣の改善のためのアドバイスを行います。血液検査や食事・運動の教室を実施し、半年間の継続的な支援を行っていきます。平成 29 年度は、食の教室をタニタに委託し、食の講演会 1 回、調理実習を 3 回行います。

タニタの健康セミナーアンチエイジングの食事療法健康美人のつくり方 定員:80 名

タニタの調理実習セミナー—タニタ食堂に学ぶ 500kcal まんぷく定食のコツ 定員:30 名

### ●未治療者・ハイリスク者対策

高血圧・糖尿病・慢性腎臓病でまだ治療していない方や治療していても血圧や血糖などが高い方に対して、手紙・電話・訪問による受診勧奨および、保健指導等を今後も継続して実施し、重症化を予防します。

### ●糖尿病性腎症重症化予防対策

糖尿病予防・改善教室—対象:健診結果で HbA1c6.2%以上の方

内容:講義 3 回:食事・運動・休息、調理実習 1 回

定員:30 名

個別指導—治療中の方で食事指導をご希望の方に主治医との連絡を取りながら管理栄養士による個別指導を実施します。

### ●喫煙者対策

喫煙防止教育:養護教諭等と連携を図りながら、市内の全小学校(6 年生対象)、全中学校(1 年生対象)で禁煙に関する講話や講演会を実施します。

禁煙を希望する市民に対し禁煙外来の紹介を行います。

健診や市民祭り等で喫煙の害について周知を行っていきます。

### ●飲酒対策

健診会場や健康フェスタなどでアルコールの適量を広く市民に周知していきます。

### ●高血圧対策

平成 27 年度に実施した適塩モデル事業の結果行方市は塩分摂取量が11.6gと国の推奨基準を大きく上回っていることがわかりました。この結果を市報、健康フェスタ、ふれあいまつりなどで広く市民の方に周知していきます。

健康フェスタ、ふれあいまつりで血圧や行方市の塩分摂取の現状についてパネルの展示、塩分クイズ、血圧、血管年齢の測定を行います。

地域健康づくり教室で血圧や市の塩分摂取の現状、健康課題に関する講話、血圧測定、味噌汁の塩分チェック、味覚テストなどを行っていきます。