

健康教育

動 向

厚生労働省は平成12年から「21世紀における国民健康づくり運動」(健康日本21)を展開しており、その中間評価が平成17年に行われた。それをみると肥満者の割合や野菜の摂取量、多量飲酒者の日常生活における歩数なども策定時のベースライン値より改善していない、もしくは悪化している項目が30項目にみられる結果となっている。

そのような状況の中、平成17年、厚生労働省は内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)の概念を導入し、日本動脈硬化学会をはじめとする8学会では診断基準の統一も示された。そして平成18年6月、生活習慣病対策などを柱の一つとした医療制度改革関連法が成立。7月にはこのメタボリックシンドロームに着目した「標準的な健診・保健指導プログラム(暫定版)」が出され、健診は保健指導の必要度を判断するための健診と位置づけられ、保健指導は必要度に応じて①情報提供②動機づけ支援③積極的支援と階層化された指導の提供を行うとし、具体的な事例も提示されている。またそれらは平成20年から健康保険組合、政管健保、市町村国保、国保組合、共済組合といった医療保険者に、40歳以上の加入者(被保険者・被扶養者)に対して実施することを義務づけるなど、激変の時を迎えている。

平成17年度はこの激変する夜明け前で、さまざまな地域や職域のなかでトライアルが行われている。当協会ではそれら健康教育のアウトソーシングや企画・支援活動に携わった。

広報活動

「広報活動推進本部」を中心に当協会の広報活動の充実に努め、定期刊行物としては、毎月1回発行の機関紙「健康かながわ」を4月に紙面のリニューアル。研究誌である機関誌『予防医学』(特集は「健康診断とIT化」)と『事業年報』およびACクラブと人間ドックの会報紙の編集に携わり、発行した。あわせて当協会のパンフレット等の企画・作成にあたった。またホームページの編集・運営も携わり、特に個人情報保護等の強化に努めた。

健康教育の企画・支援活動

(1) セミナー受託事業

地域保健分野では、伊勢原市からは「伊勢原市における包括的な保健・医療に関するモデル事業」の一環として「中高年体力づくりパワーアップ事業」および「高齢者ヘルスアップサポート事業」を受託し、1年間を通して企画から運営までを携わった。また同市からはヘルスアップ事業の一つである「しぼれ!体脂肪」を受託。①超音波による内臓脂肪測定②ライフコーダ(日常の活動量測定)③血液検査による評価④運動指導⑤栄養指導などを実施する8

回コースのセミナーを2回実施。山北町の住民に対しても「ムービングダイエット」と題する6回コースの同様のセミナーを、また寒川町ではライフコーダを利用したウォーキングセミナーを実施。葉山町ではミニ講和と町周辺を実際に歩くウォーキング講座8回コースを年2回行った。

産業保健分野では、横浜市職員で肥満度が高くかつ検査数値で境界域に達している職員を対象にライフコーダや食事記録を使用し、栄養・運動指導とともに医師の診察を交えた生活改善セミナーを実施。また今年度より神奈川県職員に対しての研修会を受託し、年15回(1回は定員オーバーのため追加)開催した。

(2) 一般健康教育

自治体及び企業の健康教室に対して、運動指導を中心に、健康づくり活動の企画とあわせ講師派遣を行い、計27回開催した。

(3) 健康支援研修会活動

県都市衛生行政協議会と県町村保健衛生連絡協議会との共催で「がん集団検診研修会」を開催。17年度は厚生労働省の瀬上清貴・大臣官房参事官(健康担当)を招き、いち早くメタボリックシンドロームの概念の導入と厚生労働省の最前線の動向について報告をいただいている。

産業保健分野では、事業所の衛生担当者、保健師、看護師等を対象にかながわ健康支援セミナー(業務部主催)を年9回開催。

(4) 都市型健康教育活動

健康教育活動を集客のある場に求め、広報活動も兼ねカルチャーセンターで活動を展開。また中央診療所の受診者を対象に「自分の健康は自分で守る」ことを意識してもらおうと「わくわく講座」を毎月開催した。特に今年度は18年1月16日~20日を協会50周年記念週間として、①「わくわく講座-運動・栄養・休養・がんを学ぼう!」②個別健康教育プログラム体験コーナー③健康相談コーナーを設けて、50周年記念事業を開催した。

健康づくり実践活動

人間ドックのオプション「健康づくりプログラム」及び産業保健分野のT H Pでは健康運動指導士・ヘルスケアトレーナーが運動指導と処方を行っている。T H Pステップアッププランも1団体に対し、最終年度として実施した。

事務局支援活動

県下の養護教諭の自主的な研究会の「神奈川学校保健研究会」、「禁煙、分煙活動を推進する神奈川会議」の事務局活動のサポートを行った。

関係の集計表は149頁に掲載