

健 康 教 育

動 向

厚生労働省によると、平成25年の日本人の平均寿命は、男性80.21歳、女性86.61歳。日本で男性の平均寿命が80歳を超えたのは初めてで、女性も過去最高を更新。平均寿命は今もなお伸びている。一方、「健康寿命」（健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間）をみると、男性71.19歳、女性74.21歳。その差は男性で9.02年、女性12.4年となっている。

それ以前の健康寿命は平成22年時点のものが公表されており、男性が70.42歳、女性が73.62歳だった。これと比べると男性が0.7歳以上、女性が0.5歳以上延びたが、平均寿命との差は男性9.02年、女性は12.4年となっている。健康寿命が延びると、生活の質の向上だけでなく医療や介護の費用の削減にもつながり、国は2020年までに健康寿命を1歳以上延ばすことを目標に掲げている。

そのような状況のなか、神奈川県では健康寿命日本一を目指し、平成26年1月8日、黒岩祐治県知事は、「未病を治すかながわ宣言」を発表。当協会でもこの宣言へ賛同するとともにその活動に参画すべく、県民の健康寿命の延伸のために何ができるのかを常に念頭に置き、予防医学の普及啓発活動、健康支援活動に取り組んだ。

広 報 活 動

毎月1回開催されている「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た。

定期刊行物は、機関紙「健康かながわ」（月刊）と機関誌『予防医学』、『事業年報』（各年刊）。協会は平成26年1月に創立60周年を迎えた。それを記念し「健康かながわ」1月号で、黒岩祐治県知事に寄稿していただくとともに創立60周年記念特別号として発刊。また研究誌である『予防医学』も、創立60周年記念号として「健康寿命の延伸を目指して－高齢社会における予防医学－」を特集テーマに発行した。個人受診者を対象とした会報紙「マリンプルー」を昨年創刊し、年3回発行した。

また平成27年4月のホームページ・リニューアルへ向け、検討を進めた。

健康教育の企画・支援活動

(1) セミナー受託事業・健康教育活動

自治体の職員も含め、主に産業保健分野において

健康づくり活動の支援を行った。平成17年度以来、職員の研修に関わっているK自治体は、23年度より公募型プロポーザル方式の提案に変更。今年度、当協会はメンタルヘルス研修会を受託し、実施した（表2）。Y市職員に対しては、腰痛健診と連動し、年4回の腰痛・肩こり解消講座を実施（表3）。そのほか企業・団体のそれぞれの要望に応じて、運動指導・栄養指導など健康づくり活動の企画提案をし、講師派遣を128回行った。その中には幼稚園からの食育の要望もあり、月1回管理栄養士が指導を行ったものや大学の講義などもあり、昨年より急増している。また企業・団体からのメンタルヘルス研修会の講師派遣のニーズも数多くみられ、労働安全衛生法改正による平成27年12月のストレスチェック制度導入を視野に入れていると思われる。

また受診者を対象に自分の健康は自分で守ってもらうことを目的として、「わくわく健康講座」の開催と「元気力アップ講座」も試行し、協会の受診者のニーズに添ったあらたな講座も展開した（表9・10）。

(2) 健康支援スタッフ研修会

神奈川県都市衛生行政協議会と神奈川県町村保健衛生連絡協議会との共催で「予防医学実務研修会」を開催。子宮頸がんをめぐる問題と女子大生からの提言という新しい試みを行った（表8）。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7回開催（表7）。近年、話題となっている「健康経営」や安衛法改正に伴いニーズの高まっているメンタルヘルス関連をテーマに開催した。

健康づくり実践活動

T社・T健康保健組合による健康学習会は、今年で6年目となり一巡し、前回受診した方の参加も見られるようになり、さらに内容の充実に努めた。同活動については別項参照していただきたい。

特定保健指導は、健康保険組合1団体に対してグループ指導で運動支援を実施。2団体からは保健師による特定保健指導に加え、運動指導の要望があり、希望者に対して、日常生活で実践しやすいメニューの紹介と運動指導を実施し、好評を得た。

関係の集計表は158頁に掲載