

健康寿命延伸へのチャレンジ

市民総ぐるみで「がん予防対策」

「肥満・糖尿病予防対策」

「たばこ対策」を推進

早世の減少！健康寿命の延伸へ！

青森市健康寿命延伸会議の取組

市民のさらなる健康寿命の延伸に向け、保健・医療の関係団体・地域の関係団体、学校、企業、事業者、行政等、31団体により組織した「青森市健康寿命延伸会議」では、市民の健康と寿命に影響を及ぼす「がん」「肥満・糖尿病」「たばこ」に重点を絞り、地域・職場での健康づくりを推進する健康づくりリーダー等、健康づくりのための人材育成も行いながら、健康寿命延伸への取組を推進していきます。

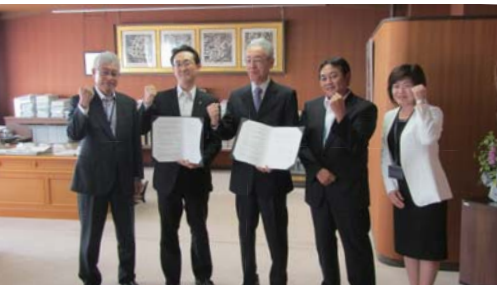


全国健康保険協会青森支部と

健康づくり連携協定締結！

平成29年9月27日、多くの企業・事業所が加入する全国健康保険協会青森支部（以下、協会けんぽ）と青森市は、「健康づくりの推進に向けた包括的な連携に関する協定」を締結しました。

これにより、青森市のデータと協会けんぽの集計データの集約が可能になり、現在、市民の約7割の健診・検診データの共同分析を進めています。働き盛り世代の健康課題の明確化や、協会けんぽと連携したがん検診の受診勧奨や禁煙支援等、働き盛り世代の健康づくりをさらに進めていきます。



◆青森市長リポート◆ 尼崎市に学ぶ

平成29年5月に、生活習慣病対策の先進地である兵庫県尼崎市の稲村和美市長のもとを訪ね、御教示をいただきました。尼崎市では、徹底した健診データなどの分析により、市民の健康課題を明確化し、きめ細かな健診の実施体制と、「健診結果構造図」を用いたわかりやすい保健指導を行い、糖尿病など生活習慣病の重症化予防へ大きな成果を上げておられます。

健診データを落とし込んだ「健診結果構造図」で、**血圧変化が起きて見える段階や危険度を数字とカラーの度合いで見える化することにより、本人が健康リスクをしっかりと理解することが成果につながっている**ということを御示唆いただきました。本市では、尼崎市で学んだことも取り入れながら、糖尿病等の重症化予防や市民の健康データの見える化を進めてまいります。



健康寿命に影響を及ぼすものに焦点を絞った3つの重点対策

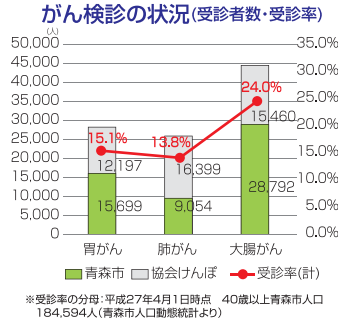
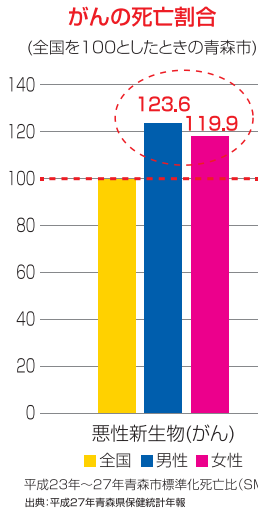
1 がん予防対策

がん検診受診促進

市民のがんによる死亡割合は全国よりも高い状況にあります。死亡率の低下を図るために、実施しているのが「がん検診」です。

市のデータと協会けんぽのデータをあわせた受診状況でも、**胃ががん検診、肺がん検診は対象市民の約7人に1人、大腸がん検診は約4人に1人しか受けていません。**生涯で2人に1人はがんを経験するという時代。がんは初期の段階で発見して適切な治療を行えば、90%以上が治るといわれています。

地域・職域が連携し、がん検診の受診促進に取り組んでいきます。



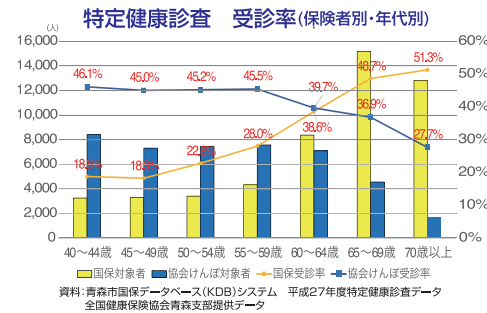
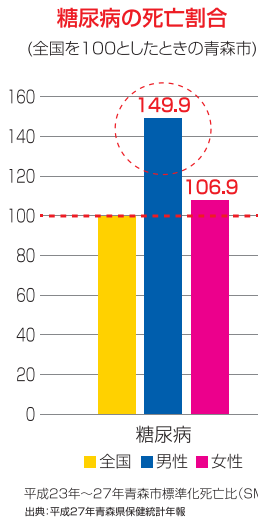
2 肥満・糖尿病予防対策

糖尿病予防・重症化予防へ向け 保健指導を強化

市民の糖尿病による死亡割合は全国と比較して高く、**男性は全国の1.5倍**となっています。

高血糖や高血圧が続くと、自覚症状がないままに血管が傷み、変化を起こしてきます。その変化が重症化しないよう健診でチェックすることで、糖尿病をはじめとする生活習慣病の進行を未然に防ぐことができます。

より多くのかたに健診を受けていただくよう、また、必要なかたには、保健指導までしっかり受けていただくよう、わかりやすい保健指導を強化していきます。



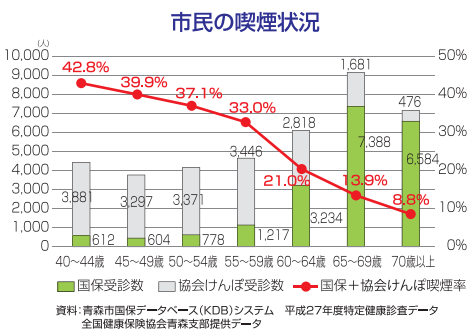
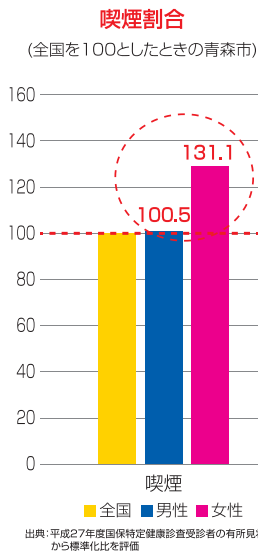
3 たばこ対策

働き盛り世代の禁煙サポートを拡充

市と協会けんぽを集約した特定健康診査のデータの分析によると、**40代の約25人に1人が喫煙しており、各年代の中で一番高くなっています。**さらに市の特定健康診査のデータでは、**女性の喫煙率は全国の1.3倍**となっています。

喫煙率の高い、働き盛り世代の禁煙へのサポートを拡充し、保健師が直接事業所へ出向く「出張禁煙相談」を始めたいきます。

喫煙率の高い、働き盛り世代の禁煙へのサポートを拡充し、保健師が直接事業所へ出向く「出張禁煙相談」を始めたいきます。



健康データの見える化から予防戦略へ

市民の健診データの分析を行い、運動習慣・食習慣等の傾向や、地域別・年代別の特徴をとらえ、健康課題や地域特性を見える化し、糖尿病等生活習慣病予防に戦略的に取り組んでいきます。



標準化死亡比とは、年齢構成が異なる地域間において死亡状況を比較することができる指標。通常全国を100とし、100以上の場合は死亡率が高く、100以下の場合は死亡率が低いと言える。