



予防重視の健康づくり

気候の自然豊かな市で、いのある豊かな人生を送る。地場産業は、全国シェア9割の手袋の産地、がわ」の実現に向け、予世界初のハマチ養殖発祥の地でもあり、和三盆糖など伝統文化を受け継いでいます。人口は2万6732人、世帯数は1万3444世帯、高齢化率は44・3%、国保被保険者は44・3%、国保被保険率は19・2%です。

併せて実施しており、個別に保健指導や啓発する機会としています。また、食育ロビー展も同時に開催し、食生活改善推進員の協力も得て、野菜1日350g以上摂取のさらなる啓発を行っています。

健康結果としては、今年度は「異常なし」の割合は1割にも満たず、かなり低い状況です。「要経過観察」と「要精密検査」の割合は7割を超えており、その方には保健師が家庭訪問を行い、結果説明と併せて生活を見直すことや改善方法等をもとに考え、必要時には受診

東かがわ市は、香川県東端に位置し、瀬戸内海と阿讃山脈に囲まれ、温暖で晴天が多く穏やかな

者数は5121人、加入対象を同年代の男性にも拡大し、「働き盛りの健康診査」として実施して健康診査」を実施しています。健康内容は、腎機能の項目を含め、特定の項目を超過しておらず、その方には保健師が家庭訪問を行い、結果説明と併せて生活を見直すことや改善方法等をもとに考え、必要時には受診

働き盛り世代へのアプローチ

香川県東かがわ市市民部長寿保健課保健師 三好 宏美

勤奨を行っています。野菜を食べて、家族で運動を再開した」などの声も聞かれました。このマスコットを見つけたときは、自分や家族の健康について考え、生活改善の声を聞き、健康診を受けたことが健康づくりに取り組むきっかけになりました。一方、精密検査を受けたい、所見があっても改善意識のない方もいます。その場合は、少くとも健康習慣へと行動変容できるように、個別に継続してアプローチすることが重要だと考えています。

本市の健康課題において、全世代で、野菜摂取と運動習慣の啓発が必要だと考えています。平成22年度に、健康づくりマスコットを作成し、「野菜を食べたり運動ができれば、

具体的には、関係機関と連携した野菜チャレンジャーの実施です。市内一斉野菜摂取啓発事業として、市内の子ども園や小中学校の給食担当者と連携し、同じ日に特産のパセリを使う共通敵立を提供する活動を通して、楽しみながら健康づくりに取り組んでいけるよう努めています。

将来的に特定健診受診や生活習慣病予防につながることを目指し、今できる生活改善に取り組むことは、

健康づくりは、家族みんなで野菜を食べて運動ができれば、