

「なめりかわヘルスアップ21 推進計画（第2次）」の中から、基本目標を達成するために重要な「**メタボリックシンドローム対策**」と「**生活習慣病発症予防の推進と重症化予防対策（がんについて）**」について、市の現状を交えながらご紹介します。

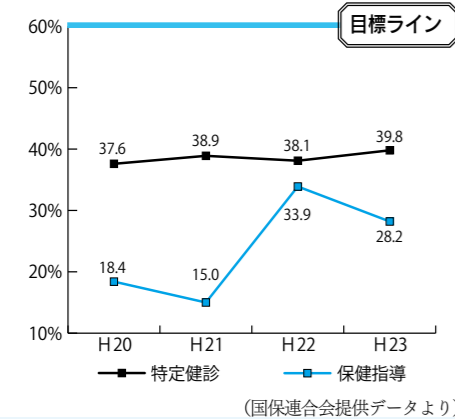
メタボリックシンドローム対策について

メタボリックシンドロームは、動脈硬化を進行させ、心筋梗塞や脳卒中を引き起こす危険を高めることから、その予防に努めることが重要となっています。そのため、メタボリックシンドロームに着目した特定健診が、平成20年から始まりました。

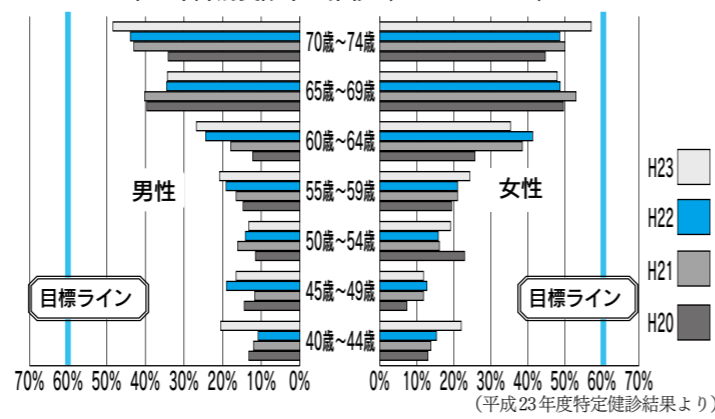
平成25年度からの国の第二期医療費適正化計画では、特定健診受診率・特定保健指導実施率は60%が目標値となります。滑川市の平成23年度特定健診受診率は39.8%、特定保健指導実施率は28.2%であり、目標値にはおよんでいない現状です。

また、性・年齢別にみると全年齢を通して、男性よりも女性の方が受診率が高い傾向にあります。70歳以上の受診率が最も高く、59歳以下の受診率は25%以下であり、特に**45～54歳は男女ともに20%未満と低い値になっています。**

特定健診受診率と特定保健指導実施率の推移

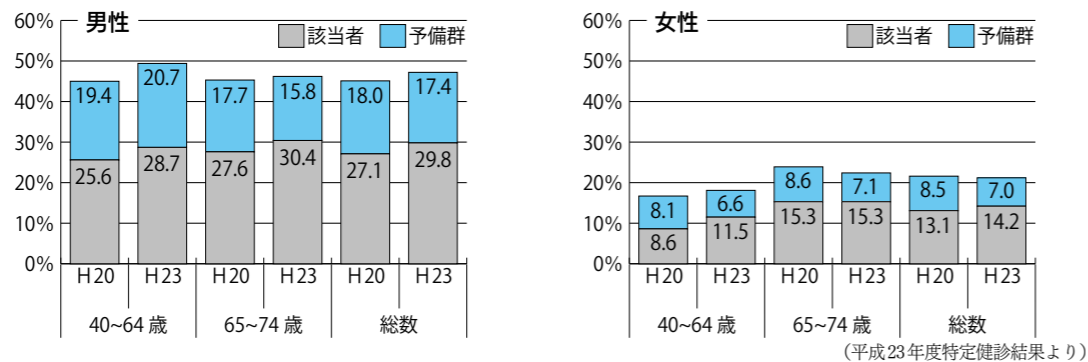


性・年齢別受診率の推移（H20～H23）



滑川市の平成23年度の特定健診結果をみると、男性の約2人に1人（47.2%）、女性の約5人に1人（21.2%）がメタボリックシンドロームの該当者および予備群となっています。これは県平均（男性45.5%、女性19.4%）よりも高い傾向にあります。平成20年度の健診結果と比べても、男性・女性ともにメタボリックシンドロームの該当者の増加がみられます。

メタボリックシンドロームの該当者・予備群の割合



◆重点目標◆

メタボリックシンドロームの該当者・予備群の減少



☆市の取り組み☆

市では健診受診率の向上を図るために、その重要性の周知に努めていきます。また若いころから、運動習慣の定着と食生活の改善などの生活習慣の確立を促すため、保健指導などを通して意識づけを行い、メタボリックシンドロームの該当者・予備群の減少を目指します。



滑川市では平成16年3月に「健康日本21」および「健康増進法」の趣旨を踏まえ、健康づくりの指針として「なめりかわヘルスアップ21推進計画」を策定しました。特に職域との連携を強化し、働き盛りの健康増進事業に取り組んできたところです。この間、メタボリックシンドロームに着目した「特定健診・特定保健指導」の開始や「がん対策基本法」が施行され、総合的な健康づくり対策が推進されてきています。国・県では、平成25年度から10年間の健康増進の計画書として「健康日本21（第2次）」および「富山県健康増進計画（第2次）」を策定しました。本市においても「なめりかわヘルスアップ21推進計画（第2次）」を策定し、今年度から健康づくりの推進項目にそって、事業を展開していきます。



基本目標は **健康寿命の延伸** です

本計画では、健康な状態を「日常生活動作が自立していること」と規定しています。介護保険の要介護度の要介護2～5を不健康（要介護）な状態とし、それ以外を健康（自立）な状態とします。

この考え方による当市の健康寿命（平成22年）は男性78.29歳、女性82.45歳で平均寿命との差は男性1.66歳、女性3.40歳となっています。

生涯を通じた健康づくりで元気に長生きして、少しでも長く自立した期間を過ごせるよう、健康寿命の延伸を目標に取り組んでいきます。

市民の皆さんも健やかな人生のために自らできる健康づくり行動に取り組んでいただき、滑川市民の健康度の向上につながることを願っています。

◆重点取り組みとして◆

1. 年に一度は健診を受け、健康状態を確認し、必要に応じて、保健指導を受けたり医療受診をして生活習慣病を予防しよう！
2. がん検診を必ず受診しよう！
野菜を意識してとり、食塩摂取量を減らそう！禁煙しよう！
3. 血糖コントロールを適正にして、糖尿病の合併症を未然に防ごう！

新しい健康推進計画 なめりかわヘルスアップ21推進計画（第2次） を策定しました