

第3章 健康づくりを推進し健康寿命を延ばす



1 保健サービスの充実

(1) 健康増進事業の充実

①健康教育

<現状と課題>

健康教育は、生活習慣病の予防と介護予防を中心に、健康に関する正しい知識の普及を図るとともに「自分の健康は自分でつくる」という認識と自覚を高め、壮年期からの健康の保持・増進を目的としています。町では、保健センター、地域包括ケアセンターをはじめ、町内公共施設などにおいて集団健康教育事業（各種健康教室等）を実施しており、その内容は運動や食育、さらにはこころの健康づくりなど多種にわたります。

また、連携協定を締結している近隣大学から講師を招いて健康づくりに役立つ情報や実践方法について専門的な見地からわかりやすく学ぶ機会をつくり、より多くの方に参加いただけるよう周知に努めています。

<計画・実績>

		区分	平成30年度	令和元年度	令和2年度
集団健康教育	参加延人数(人)	計画	600	600	600
		実績	2,361	1,710	233

※令和2年度は10月末現在

【実績の評価・課題】

集団で実施する特定健診やがん検診も教育の機会と捉え、受診結果の活用や疾病に関する内容等について、健康教育を実施しました。また、乳幼児健診を受診する保護者を対象に、自身の健康維持の必要性を伝えるための資料を配布しています。

令和2年度は、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため集団形式で行う教育の機会が延期や中止となり参加延人数が少なくなっていますが、今後は感染対策に努めながら有効な健康教育の機会を確保していく必要があります。

また、若い世代の健康教育の参加延人数を増やすこと、レセプト等のデータを活用した鳩山町の健康課題に応じた効果的な健康教育の実施が課題です。

<今後の取り組み>

「まめで健康21プラン後期計画[第2次鳩山町健康増進計画・鳩山町食育推進計画]（以下「まめで健康21プラン後期計画」という。）」の分野別重点課題に基づいた集団健康教育を実施することで、町民一人ひとりが自身の身体状況を知り、健康づくりに興味を持ち、生活習慣病の予防及び改善につながる機会とできるよう努めます。

また、令和2年度より施行された「高齢者の保健事業と介護予防の一体化」においても、これまでの健康づくり・介護予防の推進の中で築いた庁内及び関係機関との連携体制や地域資源を活用し、生活習慣病予防に加えフレイル予防の視点を踏まえた、「健康長寿のまち ほとやま」を目指したより効果的な事業展開に努めます。

さらに、より多くの方に参加していただくために、住民組織や関係機関・団体との連携を図り体制を整備するとともに、引き続き、健康に関する知識普及のため、町の広報やホームページなどへの情報の掲載を積極的に行っていきます。

<目標・見込み>

		区分	令和3年度	令和4年度	令和5年度
集団健康教育	参加延人数(人)	計画	600	600	600

②健康相談

<現状と課題>

健康相談は心身の健康に関する個別の相談に応じて必要な助言・相談を行い、健康の保持・増進に役立てるものです。実施にあたっては、健康教育、各種健（検）診等他の保健事業と連携を保ちながら実施しています。

ア 重点健康相談

高血圧、脂質異常症、糖尿病や歯周疾患、骨粗しょう症、病態別（メタボリックシンドローム等）等の重点課題について個々の生活習慣に応じた相談を行っています。今後も、個人の食生活、運動その他の生活習慣に合わせたきめ細かい対応に努める必要があります。

イ 総合健康相談

健（検）診の事後指導や各種健康教室等において、対象者の心身の健康に関する総合的な相談を行っています。また、来庁による面接相談や、地区に出向いての相談、電話による相談なども随時行っています。今後も、実施内容等の見直し・改善を行いながら、健康相談の充実を図る必要があります。

<計画・実績>

		区分	平成30年度	令和元年度	令和2年度
重点健康相談	参加延人数(人)	計画	20	20	20
総合健康相談			300	300	300
重点健康相談	参加延人数(人)	実績	97	8	1
総合健康相談			0	0	0

*令和2年度は10月末現在

【実績の評価・課題】

来所や申し込みを待つだけでなく、町民が集まるところへ出向いていくような健康相談事業や、訪問・電話等で健康に関する相談が随時できることを周知することにより、住民が相談しやすい体制を構築していくことが課題です。

<今後の取り組み>

今後も、健全な生活習慣の定着が図れるよう個人のニーズに合わせたきめ細かい対応に努めるとともに、他の保健事業、関係部署、医療機関等と連携を図りながら取り組んでいきます。また、健（検）診結果相談、地区や家庭等への訪問による健康相談、その他町民のニーズに合わせた健康相談の充実を図ります。

<目標・見込み>

		区分	令和3年度	令和4年度	令和5年度
重点健康相談	参加延人数(人)	計画	20	20	20
総合健康相談		計画	300	300	300

③がん検診等

<現状と課題>

ア 歯周疾患検診

歯周疾患検診では、「まめで健康 21 プラン後期計画」に基づき、定期的な歯科検診受診についての啓発を行うとともに、国が提唱している「8020(はちまるにいまる)運動(80歳になっても自分の歯を20本以上保つ)」の推進のため、歯科検診とブラッシング指導による歯周疾患予防とともに、口腔機能低下の予防対策を強化していきます。

生涯を通じた歯の健康づくりは、心身の健康に深い関係があるとともに、生活の質を高め、豊かな生活を送ることにもつながります。一生自分の歯で食べ、健康な日常生活を送るためには、まずむし歯や歯周病を予防することが大切です。歯周疾患検診はその普及啓発や状態維持のための動機付けに重要な役割を果たします。「まめで健康 21 プラン後期計画」策定におけるアンケートでは、80歳で20歯以上の自歯を保つ人や、定期的に歯科健診を受ける人の割合が全世代で増加しており、歯の健康に関する状況が良くなっている傾向が見られます。今後も歯周疾患検診の周知・啓発活動に努め、検診の充実等を図ることが大切です。

イ 骨粗しょう症検診

高齢になるに従って、カルシウム不足から骨の密度が減少し、骨が折れやすくなる病気(骨粗しょう症)にかかりやすくなります。日本では、寝たきりの原因となる可能性の高い大腿骨頸部骨折を起こした人の約80%に骨粗しょう症が認められており、性別では女性が圧倒的に多いのが特徴です。健やかな老後を送るためには、骨粗しょう症の予防は重要な課題であり、今後も検診の受診勧奨をするとともに、健診結果から自らの身体状況を知り、生活習慣等を見直し、骨粗しょう症予防につなげる契機としてもらえるよう努めます。

ウ 肝炎ウイルス検診

対象者は「年度年齢40歳の方」または「41歳以上で今までに市町村実施の肝炎ウイルス検診を受けたことの無い方」と定められましたが、町では従来どおり30歳以上の未受診者を対象に実施しています。町内4医療機関の協力により、個別検診も導入し肝炎キャリアの早期発見・早期治療に結びつけています。

エ がん検診

がんは、多くの部位における罹患者数及び死亡者数が増加傾向にあり、重大な疾患となっています。その予防対策の一つにがん検診がありますが、本町におけるがん検診受診率は低く、各種がんで平均30%前後という現状です。「まめで健康 21 プラン」中間評価におけるアンケート(現状値：令和元年度)において、定期的に健康診査を受けている方の割合が、壮中年期では75.0%であるのに対し高齢期になると56.8%と下がる傾向がみられます。

また、がん検診は、胃・肺・大腸がん検診の受診率平均が37.8%と計画策定時である平成25年度の23.9%と比較すると微増傾向となり、乳がん検診は21.3%、子宮がん検診では30.3%といずれも低い状況となっています。

多くのがんは、早期発見により治療の可能性が高まることから、引き続き各種がん検診の重要性及び必要性を町民に広く周知し、受診率の向上を図る必要があります。

<計画・実績>

		区分	平成30年度	令和元年度	令和2年度
歯周疾患検診	対象者数(人)	計画	1,389	1,306	1,361

	受診者数(人)		58	58	68
	受診率(%)		4.0	4.5	5.0
	対象者数(人)		699	486	119
	受診者数(人)	実績	41	46	0
	受診率(%)		5.9	9.5	0
骨粗しょう症 検診	対象者数(人)	計画	3,962	4,046	4,045
	受診者数(人)		119	161	202
	受診率(%)		3.0	4.0	5.0
	対象者数(人)	実績	2,346	2,326	2,300
	受診者数(人)		91	104	87
	受診率(%)		3.9	4.5	3.8

- * 歯周疾患検診対象者：平成30年度 60歳・65歳・妊婦・特定健診(集団)でHbA1c5.6%以上の方
令和元年度 妊婦・特定健診(集団)でHbA1c5.6%以上・糖尿病腎症重症化予防を目的とした歯科に係る取組該当者
令和2年度 特定健診(集団)でHbA1c5.6%以上・糖尿病腎症重症化予防を目的とした歯科に係る取組該当者
- * 骨粗しょう症検診(女性のみ)：40歳以上の女性を対象に表掲載
- * 令和2年度は見込値

		区分	平成30年度	令和元年度	令和2年度
胃がん検診	対象者数(人)	計画	6,498	6,708	6,671
	受診者数(人)		1,949	2,348	2,535
	受診率(%)		30.0	35.0	38.0
	対象者数(人)	実績	6,583	6,557	6,508
	受診者数(人)		131	550	86
	受診率(%)		2.0	8.4	1.3
大腸がん検診	対象者数(人)	計画	7,547	7,792	7,733
	受診者数(人)		2,264	2,727	2,939
	受診率(%)		30.0	35.0	38.0
	対象者数(人)	実績	7,642	7,622	7,564
	受診者数(人)		1,001	1,115	1,058
	受診率(%)		13.1	14.6	14.0
肺がん検診	対象者数(人)	計画	7,345	7,571	7,534
	受診者数(人)		2,204	2,650	2,863
	受診率(%)		30.0	35.0	38.0
	対象者数(人)	実績	7,417	7,397	7,340
	受診者数(人)		849	879	488
	受診率(%)		11.5	11.9	6.7
子宮がん検診	対象者数(人)	計画	4,939	5,093	5,115
	受診者数(人)		1,482	1,783	1,944
	受診率(%)		30.0	35.0	38.0
	対象者数(人)	実績	5,075	5,062	5,024
	受診者数(人)		71	100	42
	受診率(%)		1.4	2.0	0.8
乳がん検診	対象者数(人)	計画	4,658	4,820	4,821
	受診者数(人)		1,397	1,687	1,832

	受診率(%)		30.0	35.0	38.0
	対象者数(人)	実績	4,802	4,801	4,770
	受診者数(人)		209	293	209
	受診率(%)		4.4	6.1	4.4
前立腺がん 検診	対象者数(人)		計画	1,461	1,492
	受診者数(人)	438		522	579
	受診率(%)	30.0		35.0	38.0
	対象者数(人)	実績	1,443	1,451	1,454
	受診者数(人)		486	538	441
	受診率(%)		33.7	37.1	30.3

対象年齢：30歳以上を掲載。ただし、子宮がん検診は20歳以上、前立腺がん検診は50歳以上。

対象者数：「国勢調査」を使用して算出した人数。

* 令和2年度は見込値

【実績の評価・課題】

歯周疾患検診は平成29年度より、虫歯や歯周病等の早期発見・早期治療から、疾病の予防に重点をおいた「歯援プログラム」として実施しており参加率も向上していますが、令和2年度は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、町での検診実施は中止としました。

各種がん検診の令和元年度の受診率は、各がん検診ともほぼ横ばいの実績でした。子宮がん検診については、これまでの集団検診を廃止し個別検診のみとなったことや、胃がん検診を国の指針に基づく隔年受診としたことで減少傾向は今後も続くものと予想されます。

また、平成28年2月に「がん予防重点健康教育及びがん検診実施のための指針」が一部改正され、胃がん検診に胃内視鏡検査が加わったことに伴い、平成29年からは町の胃がん検診にも胃内視鏡検査を導入しました。がん検診全般では引き続き受診率の向上が課題となっています。

＜今後の取り組み＞

今後も、健全な生活習慣の定着が図れるよう個人のニーズに合わせたきめ細かい対応に努めるとともに、他の保健事業、関係部署、医療機関等と連携を図りながら取り組んでいきます。また、健(検)診結果相談、地区や家庭等への訪問による健康相談、その他町民のニーズに合わせて健康相談の充実を図ります。

＜目標・見込み＞

		区分	令和3年度	令和4年度	令和5年度
歯周疾患検診	対象者数(人)	計画	480	460	440
	受診者数(人)		50	50	50
	受診率(%)		10.4	10.8	11.3
骨粗しょう症 検診	対象者数(人)	計画	3,962	4,046	4,045
	受診者数(人)		119	161	202
	受診率(%)		3.0	4.0	5.0

* 歯周疾患検診対象者：妊婦・特定健診(集団)でHbA1c5.6%以上・糖尿病腎症重症化予防を目的とした歯科に係る取組該当者

* 骨粗しょう症検診：40歳以上

(2) 特定健康診査等の充実

<現状と課題>

「高齢者の医療の確保に関する法律」に基づき、平成 20 年度からは各医療保険者が 40 歳～74 歳の加入者に対して特定健診・特定保健指導を実施することになりました。この特定健診は、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目し、健診結果を踏まえて効果的な保健指導を行うことにより、過栄養・運動不足等により生じる複数の病態を予防し、心血管疾患等の発症予防につなげることが大きな目標となっています。

また、75 歳以上の後期高齢者の健康診査については、埼玉県後期高齢者医療広域連合の努力義務となりました。後期高齢者の QOL を確保し、本人の残存能力を落とさないようにするための介護予防が重要となっている一方、糖尿病等の生活習慣病を早期発見するためにも健康診査は重要です。そして、後期高齢者への保健指導においては、一律に行動変容のために行うのではなく、本人の求めに応じて健康相談・指導の機会を提供できる体制を整えることが重要となります。

* 内臓脂肪症候群：内臓脂肪肥満（腹囲・男性 85 cm 以上、女性 90 cm 以上）を共通の要因として、高血糖、高血圧、脂質異常のうち 2 項目以上に該当

<計画・実績>

		区分	平成 30 年度	令和元年度	令和 2 年度
特定健康診査 (40～74 歳)	対象者数(人)	計画	3,932	3,836	3,740
	受診者数(人)		1,765	1,837	1,911
	受診率(%)		44.9	47.9	51.1
	対象者数(人)	実績	3,366	3,247	3,108
	受診者数(人)		1,135	1,339	1,159
	受診率(%)		33.7	41.2	37.3
後期高齢者健診 (75 歳以上)	対象者数(人)	計画	2,546	2,646	2,746
	受診者数(人)		617	667	717
	受診率(%)		24.2	25.2	26.1
	対象者数(人)	実績	2,339	2,468	2,630
	受診者数(人)		445	493	495
	受診率(%)		19.0	20.0	18.8

※令和 2 年度は見込値

・ 特定健康診査（40～74 歳の国民健康保険被保険者）

直近 5 年間（平成 27 年度～令和元年度）の対象者数前年度比増減平均 -139 人

直近 5 年間（平成 27 年度～令和元年度）の受診率平均 37.3%

・ 後期高齢者健診（75 歳以上の後期高齢者医療被保険者）

直近 5 年間（平成 27 年度～令和元年度）の対象者数前年度比増減平均 130 人

直近 5 年間（平成 27 年度～令和元年度）の受診率平均 22.9%

【実績の評価・課題】

令和元年度の特定健康診査の受診率は、委託業者による AI を活用した対象者の特性別受診勧奨通知により上昇しました。一方で、後期高齢者健診については横ばい傾向です。このことから、一定数の方が高齢者健診に関心を持ち、受診されていることが伺えます。

また、特定健診の対象者においても医療受診による健診未受診者の割合が高く、医療と連携を図り、診療情報提供事業等を活用しながら受診者増を図ることと、新規の受診

者の掘り起しが課題です。

＜今後の取り組み＞

「鳩山町特定健康診査等実施計画」に基づく目標値達成のため、受診勧奨・受診啓発を図っていきます。また、埼玉県後期高齢者医療広域連合から受託し、糖尿病等の生活習慣病早期発見のため後期高齢者健康診査を実施します。

＜目標・見込み＞

		区分	令和3年度	令和4年度	令和5年度
特定健康診査 (40～74歳)	対象者数(人)	計画	3,747	3,570	3,367
	受診者数(人)		2,024	2,035	2,021
	受診率(%)		54.0	57.0	60.0
後期高齢者健診 (75歳以上)	対象者数(人)	計画	2,778	2,935	3,100
	受診者数(人)		548	585	624
	受診率(%)		19.7	19.9	20.1

※資料：特定健康診査は第3期鳩山町特定健康診査等実施計画、後期高齢者健診は町民健康課推計

(3) 食育の推進

＜現状と課題＞

心身ともに健康で過ごすために、食育はどの世代にも重要になっています。特に高齢期は身体などの個人差が大きく現れるため個人個人に合わせた食生活が必要になり、高齢期になってから食育を推進するのではなく、壮中年期から高齢期につなぐ食育が重要になってきます。町では食に関する団体として「鳩山町食生活改善推進員協議会」、「鳩山町食コミボランティア(旧鳩山町『食』コミュニティ会議プロジェクト)」による、「食」に関する知識の普及・啓発や、「食」を通じたコミュニティづくりを推進してきました。

＜計画・実績＞

		区分	平成30年度	令和元年度	令和2年度
食コミ主催料理教室	開催回数	計画	3	3	3
参加延人数(人)			36	36	36
健康料理教室	開催回数	実績	8	9	0
参加延人数(人)			161	154	0

※令和2年9月末現在

【実績の評価・課題】

本計画の指標として定めていた、「鳩山町『食』コミュニティ会議プロジェクト」は、構成メンバーである食コミリーダー(町民)が自発的に企画・実施することの難しさが課題となっていました。会議運営について協議した結果、食コミリーダーから「行政事業への協力」を希望する意見が多く寄せられ、平成30年度からは、行政及び地域の食に関する事業等への支援協力団体「鳩山町食コミボランティア」として新たに始動しています。

そのため、平成30～令和2年度は、町が食コミボランティアや食生活改善推進員協議会と連携し実施した、食育教室や健康料理教室、また、町が実施した高齢者を含む町民を対象とした生活習慣改善サポート教室の開催実績を報告しています。

今後は、フレイル予防を視野に入れた栄養面からの取組みを強化することが課題です。

＜今後の取り組み＞

平成 29 年 7 月に、『健康長寿のまち・はとやま』宣言をしたところですが、その中核となる 3 本柱のひとつに栄養があります。(健康長寿への取り組み 3 本柱⇒栄養・運動・社会参加) また、「まめで健康 21 プラン後期計画」において、栄養バランスなど高齢期に必要な「食」の正しい知識を普及させるとともに、住民組織や関係機関・団体と連携して食に関する取り組みを展開することで町民どうしのつながりの強化を図ることを重点課題としていることから、引き続き健康料理教室の開催を通じて食育を推進していきたいと考えています。

＜目標・見込み＞

		区分	令和 3 年度	令和 4 年度	令和 5 年度
健康料理教室	開催回数	計画	5 回	5 回	5 回
参加延人数 (人)			100	100	100

(4) 感染症の予防

＜現状と課題＞

高齢者が病原体に感染すると発病しやすく、また重症化しやすい傾向にあります。予防対策には定期的な検診の受診等により結核などの早期発見に努めることや、予防接種により、発症や重症化のリスクを軽減させることなどがあります。特に、高齢者のインフルエンザ及び肺炎球菌の予防接種は、予防接種法に基づく定期接種(B 類疾病)として位置付けられており、当町を管轄する比企医師会管内医療機関以外で接種ができる「埼玉県住所地外インフルエンザ予防接種相互乗入れ」制度など、接種しやすい体制づくりに努めています。

＜計画・実績＞

		区分	平成 29 年度	平成 30 年度	令和元年度
高齢者 インフルエンザ	対象者数 (人)	計画	5,313	5,573	5,811
	接種者数 (人)		2,126	2,230	2,325
	接種率 (%)		40.0	40.0	40.0
	対象者数 (人)	実績	5,313	5,573	5,811
	接種者数 (人)		2,334	2,519	2,751
	接種率 (%)		43.9	45.2	47.3
肺炎球菌	接種者数 (人)	計画	200	200	200
		実績	496	211	89

※接種率については、あくまでも 65 歳以上の全人口 (H27～見込含む) に対してのもので、様々な事情により対象外となる方を把握したうえでの対象者ではない。(通常、定期 B 類についての接種率は出していない。)

※肺炎球菌予防接種の対象者は 65 歳の者。平成 26 年 10 月から定期 B 類に位置付けられ、平成 30 年度までは 5 年間の特例措置として節目年齢に該当する者が接種対象となる。通年実施のため、接種者数は見込数 (1 月末時点の接種者数に、過去 2 年間の 2・3 月平均接種者数を加算)

【実績の評価・課題】

感染症予防や、り患しても軽症化が期待できる予防接種など、感染症に関する知識の普及に努めた結果、計画期間を通して高齢者インフルエンザ予防接種率は 40% を上回りました。令和 2 年に入り、新型コロナウイルス感染症の世界的流行を受け、感染に対する不安はより深刻なものになりました。今後は「新しい生活様式 (厚生労働省)」に基づく予防習慣を身につけることが、新型コロナウイルス感染症のみならずその他の感染症予防にも有効であることから、引き続き普及啓発を強化してまいります。