

たばこ・アルコール

取り組みの方針

喫煙や 過度の飲酒をしない

(市民像)

- ・たばこやアルコール、薬物乱用について、正しい知識を持つ。
- ・喫煙しない。できる限り喫煙習慣をやめる。
- ・適度の飲酒を楽しみ、過度の飲酒をしない。
- ・未成年者に喫煙・飲酒をさせない。
- ・たばこやアルコールの母子への影響を知る。
- ・喫煙、飲酒のマナーを守る。

(環境整備等)

- ・たばこやアルコール、薬物乱用についての知識や情報を正しく伝える。
- ・禁煙・断酒を望む人に対して、情報提供・サポートを充実させる。
- ・喫煙者・非喫煙者双方に配慮し、公共の場での安全分煙を進める。

☆：健康くさつ21計画推進会議関連事業

◆：草津市健康推進員関連事業

これまでの取り組み

☆たばこに関するホームページ、たばこクイズを作成し、たばこの害等について啓発。

☆イベントにおいて、禁煙のメリット、受動喫煙の害、歩きたばこの害などをパネル展示、クイズやティッシュ配布、「かめば歯っぴ〜」等のリーフレットを活用して啓発。

☆イベントで、スモーカーライザーによるCO濃度測定とたばこ依存度チェックの体験コーナー開設。

☆受動喫煙防止のため、幼稚園・保育所(園)へ出向き保護者への啓発やこども会指導者連絡協議会等への啓発。

◆健康推進員よつといで委員会によるたばこの害に関する啓発。

○禁煙チャレンジ(禁煙相談)の実施。

○世界禁煙デーにおける駅前啓発。

○母子健康手帳発行時等に喫煙状況を確認し、リーフレットを配布して禁煙チャレンジ等をすすめている。

国・県の「21目標値」の現状値と草津市の現状値からみた課題

○喫煙者本人に対する健康影響の低下における意識は低い、妊婦や歯周病への影響項目に限っては国の現状値よりも高いことから、母子健康手帳発行時や乳幼児健康診査時の指導の効果が出ているのではないかと考える。

○母子健康手帳発行時や乳幼児健診の聞き取りの中で、喫煙者がいるが、禁煙チャレンジの希望者は少ない。

○医療機関や薬局において禁煙相談をされるところが増えた。

○禁煙施設や分煙施設の増加がみられるが、受動喫煙の場所は0ではない。

○アルコールに関する取り組みはほとんど行えていない。

今後の推進の方向

* たばことアルコールは分けて推進する。

○あらゆる機会を活用し喫煙による健康への影響を啓発。

○妊産婦や子どもの受動喫煙防止を推進するための普及啓発活動をすすめる。母子健康手帳発行時や乳幼児健康診査時における働きかけ、啓発の強化。

○学校、保護者、各団体(地域)等と連携を図り、未成年者の喫煙防止をすすめる。

○アルコールに関しては、未成年、妊婦の飲酒“0”、多量飲酒の予防等、課題を見極めながらの対策が必要。

歯の健康

取り組みの方針

正しく歯を磨き、
口の中の健康を定期的に
チェックする

(市民像)

- ・よく噛んで、おいしく食べる。
- ・自分の口の中に関心を持つ。
- ・むし歯予防、歯周疾患予防についての知識を深める。
- ・正しいブラッシング、フッ化物利用、妊娠期対応など、年齢に応じた正しい口腔衛生習慣を実践する。
- ・かかりつけ歯科医をもち継続的に定期健診を受ける。
- ・喫煙習慣を持たない、やめる。

(環境整備等)

- ・定期歯科健診の意義や正しい口腔衛生習慣など、口腔衛生についての知識や情報を分かりやすく伝える。
- ・フッ化物利用の促進を図る。

☆：健康くさつ21計画推進会議関連事業 ◆：草津市健康推進員関連事業

これまでの取り組み

- ☆かめばはッピー(参加型リーフレット)を作成し、イベント等で直接市民の声を聞きながら啓発している。
- ☆草津歯(し)・口からこんにち体操を作成しDVD やリーフレットも活用し啓発している。
- ☆キャッチコピー「しっかり噛んでニコニコ笑顔 年に一度は歯科受診」を作成、定着を図っている。
- ☆かむカムフェスタ2012において「どっちが食べたいめざせ8020アンケート」ブースと「しっかりかんでニコニコ笑顔～お口でジャンケン大会～」ステージを行い、住民のとの対話の中で噛むことの大切さや受診の大切さを啓発した。
- ◆健康推進員よつといで委員会を中心にエプロンシアター「はみがきしてるかな、4つのお約束」で啓発。
- 妊婦歯科健診、節目歯科健診を実施し、口腔内の健康状態把握とともに歯科受診のきっかけづくりを推進している。
- 乳幼児健診での歯科健診、個別指導、フッ素塗布を実施。

国・県の「21目標値」の現状値と草津市の現状値からみた課題

- 乳幼児健康診査でフッ素塗布を行い、歯科指導をしていること等の効果か、むし歯をもつ子どもの数は減ってはいるが、0ではない。また、むし歯のある子は一人で多くのむし歯がある。
- 節目歯科健診のアンケートから、歯間部清掃用具使用率が低いことや定期受診をしている人が少なく、自身の口腔内の状況が把握できていない市民が多いと思われる。
- たばこと歯周病の関連を知っている市民は半数を下回っている。

今後の推進の方向

- * キャッチフレーズ「誕生日には歯科受診 しっかり噛んでニコニコ笑顔」を周知・定着する。
- 一人で多くのむし歯を持つ子どもとその保護者への指導や継続支援が必要である。
- 現代の子どもはあごが小さく、乳歯列期から歯並びが悪い。小さい頃からしっかり噛む習慣をつけることがあごの発達、また、生活習慣病予防にもつながることから重要である。
- 学童期のむし歯予防のため、学校との連携、乳幼児期からの継続した取り組みが必要である。
- 喫煙と歯周病、歯周病と糖尿病等歯周病と関連する疾患や生活習慣を含めたアプローチが必要である。
- 歯周疾患について、さらに望ましい保健行動ができる者を増やしていくことや、口腔機能の維持向上については、ライフステージに応じた対策が必要である。

生活習慣病対策

取り組みの方針

生活習慣全体を見直し、
自らの健康管理をする

(市民像)

- ・定期的な健(検)診を受ける。
- ・生活習慣病についての知識を身につける。

(環境整備等)

- ・生活習慣病予防についての知識普及と意識啓発を進める。
- ・健康課題領域ごとの取り組みを推進する。

☆：健康くさつ21計画推進会議関連事業

◆：草津市健康推進員関連事業

これまでの取り組み

◆健康推進員の活動の中で、各種けん診受診勧奨を行っている。

○乳幼児・妊婦・盛年・成人・高齢者等ライフステージに応じ健康診査を実施。疾患の早期発見、自身の健康状態の把握・健康管理等に結びつくような働きかけを行なっている。

○各種がん検診を実施。疾患の早期発見・早期治療に結びつくよう働きかけを行なっている。

○健康推進員現任研修を開催し、知識・技術の向上と健康ボランティアの意識を醸成するとともにその活動を支援している。

○健康推進員養成講座を開催し、健康推進員として活動してもらえる人を養成している。

○市民の健康づくりの事例を掲載した「私の健康羅針盤」を作成、配布し健康意識の向上を図った。

○健康相談・生活習慣病相談・栄養相談を行い、個別の相談に応じ、必要な助言を行っている。

国・県の「21目標値」の現状値と草津市の現状値からみた課題

○がん検診受診者数は、がん検診推進事業による無料クーポン券ならびにがん検診手帳の配布、また、女性ががん検診の自己負担料の軽減を図ったことにより、乳がん検診・子宮がん検診・大腸がん検診で上昇傾向にある。

○特定健診受診率は、国の目標値と大きく解離。特定健診後の特定保健指導受診率も低い状況である。

○がん検診や特定健診の受診状況については、職域での状況把握が不十分であり、市全体の評価が困難である。

○各種相談は、利用者の固定化や利用者が少ない状況である。

○肥満者の割合は、国・県に比べて低い。

○草津市の健康推進員の人数は、養成講座を行なっているが、やめる方もおられるため増加がみられない。

今後の推進の方向

○健康診査の受診率向上を目指すことで、市民の健康を考える機会づくりになるようにすることが重要。健康診査をきっかけに「自分の身体を知る」ことができる啓発体制を整える。

○がん検診は、初回受診者の増加を図るとともに継続受診および精密検査受診に重点を置く。

○乳幼児期からのライフステージを通してより良い生活習慣を形成できるような環境づくりが必要。

○地域に根ざした健康推進員の活動によるコミュニティの活性化を図った地域づくりを行う。

○健康づくりに関心のない人の思いも聞く。行動変容を促すため、地域・企業との連携を図る。

○医療費適正化対策として脳卒中の予防にもつながる糖尿病の発症・重症化予防の取組を生活習慣病対策の柱として取り組む。