

3) 生活習慣病相談について

1. 生活習慣病相談

市民が生活習慣病を予防し、発症や進行を遅らせることができるよう、自分自身の問題に気づき、よい生活習慣の改善に向け行動変容でき、継続的によい習慣を実践できることを目的に実施している。

①対象者および周知方法

	対象者	周知方法
(1)	全市民	広報、さわやか健康だより（年間保存版）
(2)	プレ特定健診受診者のうち保健指導該当者（腹囲・血圧・脂質・血糖の値が保健指導判定値以上、服薬者は除く）	個別通知・電話勧奨
(3)	特定健診受診者の40歳代のうちHbA1cが保健指導判定値（5.6～6.4%）の人	個別通知・電話勧奨

※定期的に通院している人は除く。医療機関で健康相談を受ける機会がない人については、本人に主治医に健康相談を受けてよいかの確認と市から連絡することの了解を得てもらう。市は主治医に治療状況や指導の際の留意点を確認し、相談結果を報告する。

②全体の実績

							(件)						
相 談 内 容 年 度	生活習慣病相談					合 計	相 談 内 容 年 度	栄養相談					合 計
	高 血 圧	脂 質 異 常 症	糖 尿 病	肥 満	そ の 他			高 血 圧	脂 質 異 常 症	糖 尿 病	肥 満	そ の 他	
H26	0	3	7	0	0	10	H26	2	2	5	0	13	22
H27	0	1	3	0	0	4	H27	0	3	3	3	3	12
H28	1	8	14	0	0	23	H28	4	2	11	4	0	21

③参加者の傾向

- ・BMI 18～20程度で、HbA1cが保健指導判定値である。
- ・定期的な運動習慣がない、1日の野菜摂取量が少ない、間食の習慣がある。

④平成30年度の予定

①の（3）の対象者を血圧と脂質の要指導判定値の人にも広げて、個別勧奨を行う。個別勧奨のリーフレット等は参加者の意見を聞きながら、自らの健康状態を意識してもらい、健康相談を活用してもらえよう工夫する。