



忠 岡 町

『忠岡町健幸づくり計画』の取組

忠岡町では、平成10年の保健センター建設を機に住民の豊かな人生の構築を目指して、「忠岡町健幸づくり計画」（以下「基本計画」という。）を策定しました。



忠岡町健幸づくり計画（基本計画）と事業の展開

基本計画は、健康づくりを病気予防と元気づくり（身体の健康とこころの幸せ＝「健幸」）の2つの視点から捉え、「人づくり」「場づくり」「プログラムづくり」という3つの柱を基本とした保健事業のあり方を検討したものになっています。行政の保健事業は、疾病・障害の早期発見、予防、改善といった病気予防事業（疾病対策）と、健康の維持、増進に向けて、世代の違い、疾病、障害の有無等にとらわれず、全ての人々が参加できる健康づくり事業（元気対策）の大きく2つの領域に分けることができます。この両者の位置づけを明確にし、本町における保健事業の基盤を整えるため、基本計画に基づき保健センターを拠点として、老人保健に係る住民健診、訪問指導、健康教室や母子保健に係る乳幼児健康診査、子育て支援・指導などの事業、その他予防接種や医療団体との連絡調整等を展開してきました。

その結果、世代や所属を超えた人と人とのつながりや、住民の主体的な健康づくりの活動が生まれ、職員もまた、幅広い健康のあり方を検討し、研鑽を深めることができました。

事業の実施から見えてきたこと

保健事業は、疾病対策と元気対策の事業を同時に実施する中でそのバランスを常に調整していく必要があります。しかし、基本は両者同じであり、保健事業を通じて、いかに人と人がつながり、地域が活性化されるかということを念頭において実施される必要があると考えています。

忠岡町健幸づくり計画実施計画

平成15年には、健康日本21の基本的な考え方と合わせ、疾病対策・元気対策の両要素をバランスよく生かしたプログラムを整備、充実するため、基本計画のこれまでの取組を見直し、今後に向けて具体的な実施計画を策定し、各事業や、計画全体の評価基準を明確にすることが必要と考え、住民、有識者、職員で構成する「保健計画策定委員会」を立ち上げ、「忠岡町健幸づくり計画実施計画」を策定しました。この実施計画では、基本計画で曖昧になっていた事業の評価基準を作成し、事業を実施した際に第三者機関による評価、事業参加者による評価及び事業に関わったスタッフによる評価という三つの評価に基づき事業を評価する仕組みを整えました。

この仕組みで得られた評価を事業にフィードバックして、より住民の健康への意識づくりを促す新たな事業を練り上げ、その新たな事業を推進することで元気な人を作り、その人たちがつながって元気な

町を作り地域が活性化し、そこからまた元気な人が生まれる、という良い循環を作っていきたいと考えています。

取組事例

実施計画では、母子保健、成人保健及び老人、障害者保健事業の見直しと評価を行っていますが、その中の一つに成人世代における疾病予防対策を充実させるため、疾病対策の一環として、高脂血症予防教室「コレステロールが下がる教室」を実施しています。その結果、参加者の高脂血症の改善をきっかけとした健康行動の習慣化、やればできるという自信の獲得、教室の仲間との出会いといった生活の質の向上という成果が得られました。

また、「コレステロールが下がる教室」の成果は、地域における健康事業の目的であり、意義深いものですが、疾病予防対策としてはさらなる事業の検討・実施が必要であるとの結論に至り、「コレステロールが下がる教室」のノウハウをメタボリックシンドロームの改善に生かせないかと考え、更に「お腹すっきりスリム教室」を実施しました。教室の定員は20名、ウエスト周囲径がメタボリックシンドロームの診断基準を満たしている40歳以上70歳以下の方を対象としました。教室の参加率は89%で、脱落者はなく、ほとんどの参加者がウエスト周囲径や体重減少、血液データの改善などの成果を得ることができました。教室参加前には、メタボリックシンドロームの診断基準に該当する方が13名おられましたが、



教室終了後は6名に半減していました。参加者の行動変容については、食事面で「野菜をたくさん食べるようになった」、「脂肪を控えるようになった」、「ご飯の量を減らすようになった」との答えが多く、運動面では「よく歩くようになった」、「日常生活でよく体を動かすようになった」、「体操、腹筋をするようになった」との答えがあり、本教室は一定の成果を得ることができました。

おわりに

本町のような小さな町は「人」が財産であり、「人」が地域の資源です。この観点から本町は「生まれてよかった 住んでみてよかった “住み続けたいまち ハートふる・ただおか”」という基本理念のもと、「人」＝「住民」を大事にし、住民が引き続き住み続けたいと思える、健康で豊かな人生を送れるまちづくりを進めてまいります。

