

## 宮崎県北部地域・職域が進める健康づくりの取組～県民の肥満対策～

- 飯干麻子、茂三枝、瀧口俊一（延岡保健所）、藏元真理子（総務事務センター）、塩田栄子（都城保健所）

### 1 はじめに

県北部地域・職域連携推進協議会（以下協議会）では、平成 24 年度に、県の健康みやざき行動計画（第 2 次）で「適正体重の維持」が課題として挙げられたことから<sup>1)</sup>ワーキンググループを立ち上げ、協議会全体で肥満対策に取り組むことを決め、「BMI が 25 以上の人を減らす」目標指標を掲げて PDCA サイクルに基づいた様々な取組を行い、4 年が経過した。

これらの取組の評価は、平成 28 年度県民健康・栄養調査の結果で明らかとなるが、協議会が協議の場のみならず、委員と一体となった取組が行えるようになったので肥満対策に絞り、プロセス評価としてまとめたので報告する。

### 2 方法

#### (1) 協議会及び部会の委員構成

医師会、歯科医師会、薬剤師会、栄養士会、地域婦人連絡協議会（協議会のみ）、商工会、延岡 J A、J A 高千穂地区女性部、宮崎県健康づくり協会、全国健康保険協会、旭化成健康管理センター、労働基準監督署（協議会のみ）、メディカルフィットネスのべおか（部会のみ）、延岡市・高千穂町・日之影町・五ヶ瀬町、延岡・高千穂保健所

#### (2) 協議会の開催内容について

例年、年度初めに協議会を 1 回開催し、団体・関係機関毎に保健指導実施率、特定健診・がん検診受診率向上等の取組確認のほか、前年度部会の活動報告及び本年度取組案についての協議を行っている。協議会了承後、部会を 2 回開催。1 回目は活動内容について協議し、各自の目標設定に基づき期限を設けた取組を行い、2 回目に取組状況を確認して情報共有を行い、課題を挙げて次年度の取組内容を協議している。協議のための資料作成は、事前に部会員のメーリングリストを活用して情報を得ている。

また、協議会に関する最新情報を年に数回配信して情報の共有を行っている。

#### (3) 協議会委員を対象とした研修会の開催

協議会全体で「適正体重の維持」のための保健活動を効果的に行うため、委員が所属する団体・関係機関等の健康づくり指導者対象の研修会を平成 26 年度から開催。地域・職域で特定健診・保健指導分野を中心に強化することで、指導法及び意識の統一化をねらいにしている。宮崎県健康づくり協会に協力を得、生活習慣病のメカニズム、食事や運動等の内容で講師を医師や管理栄養士、健康運動指導士に依頼、また、延岡市歯科医師会協力の下、咀嚼や歯周病の観点から歯科医師にも依頼して講演を行い、グループワーク・情報交換も取り入れ、振り返りの場を提供するなど工夫している。

#### (4) 委員参加型の取組

##### ① 媒体作成・活用

「適正体重の維持」普及のためのちらしを特に職域の部会員に事前に要望を貰って事務局で作成、メーリングリストを活用して再度意見を伺い修正を重ねて完成させた。具体的な取組である「野菜摂取向上」のための野菜たっぷりレシピは、特に栄養士会協力の下、各団体・関係機関からの提供を依頼して事務局で調整、作成した。これらを(3)の研修会や部会時に県作成ちらしと共に延岡保健所のホームページに PDF でダウンロードできるようにし活用方法を伝え、積極的に活用して貰うよう PR を行った。

##### ② 評価指標に基づく事業計画表及び経年目標値の設定

「BMI が 25 以上の人を減らす」評価指標に基づき、各団体・関係機関が出来る平成 34 年度までの取組計画を集め、それぞれの取組が分かるよう一覧表にまとめた。

25 年度に経年目標設定を行ってからは、取組状況の評価を毎年行って確認している。

### 3 結果

#### (1) 最近の協議会の取組（表）

平成 27 年度には野菜摂取向上をテーマに各団体・関係機関で協力してちらしやレシピを作成・活用することに加え、28 年度には医師会、歯科医師会、薬剤師会、栄養士会、JA 高千穂女性部、各市町担当者の協力により、8 月 31 日の「野菜の日」にちなんだイベントを開催。延岡・西臼杵地域でちらしやレシピの配布を 1 日延べ約 800 件、相談を 40 件行った。終了後に協力者へアンケートを行ったところ、8 割が次年度も参加したいと回答があり、次年度も継続する予定となっている。

#### (2) 成果物について

普及啓発ちらしは 3 種類、レシピは 28 種類、ポスターは 5 種類、のぼり旗 1 種類を作成。各部会員が今後も活用しやすいよう、以前から行っているたばこ対策<sup>2)</sup>で作成した調査報告書やちらし等の成果物も含め、これらの電子データを協議会が発足した平成 21 年度から 27 年度分を CD にまとめて配布した。CD は、印刷使用のほか、議会の参考資料にも使われたこともあった。

#### (3) 経年目標設定による評価

各団体が取組みやすいよう目標を自由に挙げて貰ったところ、普及件数や割合を目標にしていたり（量的評価）、直接対象者の割合を減らす等の数値を掲げている（質的評価）など様々であった。1 年後の平成 26 年度、次の 27 年度を評価すると、全体的に特別改善傾向を示す値はみられなかったが、悪化もみられなかった。

### 4 考察とまとめ

協議会が発足し、保健指導実施率、特定健診・がん検診受診率向上にプラスしてたばこ対策、肥満対策という健康づくりのテーマに沿った参加型の取組を PDCA サイクルを回しながら年度毎に行ってきたことで、協議会全体が共通の目的に向かって協働で活動できる力がついてきたと考える。委員の参加を重ねていく毎に協議会・部会での発言も活発になり、年々充実した活動が行えてきたと感じている。地域・職域連携の基本理念<sup>3)</sup>である地域・職域で蓄積した保健事業の方策を互いに提供し合い、連携した対策を講じ、県民の生涯を通じた継続的な保健サービスが提供できる体制の構築を図る目的は、概ね達成していると考えられる。

また、肥満対策のための共通媒体が揃ったことで活用しやすくなった。保健指導を行わない団体でもそれぞれの対象者に配布・PR することで、地域・職域様々な場所で目にする機会はあると考える。保健所としては、特に肥満が多い働き世代に向け、環境整備の面からコンビニやスーパーでの活用による普及を継続的に行っていきたい。

各団体・関係機関の目標設定については、自由に決めたために評価が困難な団体・関係機関があることや、県北部に限った取組を行っても BMI25 以上の人を減らす目標が県全体の結果からであるため、取組の評価が見えにくいことが反省点として挙げられる。

今後、部会や研修会で健康長寿推進企業等知事表彰を受けた本地域の企業（・団体）からの意見収集や取組事例発表の機会を設け、職域分野の更なる強化に結びつけたい。

健康づくり対策は、最終目的である医療費削減に結びつくには長年の地道な活動で見えてくるものであるため、今後も協議会を通して共通の活動を続けることが重要である。今回の場で紹介することで、他 2 次医療圏協議会でも同様に取り組みられるとより一層の県の目標である「健康寿命の延伸」に繋がるのではと期待している。

<参考文献>

1) 宮崎県:健康みやざき行動計画 2 1（第 2 次）.2013.3.

2) 藏元真理子ら:延岡・西臼杵地域の受動喫煙対策の評価と今後の取組（第 28 回宮崎県地域健康推進研究会抄録）.2017.5.

3) 地域・職域連携支援検討会:地域・職域連携推進事業ガイドライン-改訂版-.2007.3.

表「適正体重の維持」の取組

(1) 体重計に乗る行動変容を目的とした取組

年度	取組内容
平成24年度	グループワーク「適正体重の維持について」 適正体重ポスター、ちらしの作成・配布
平成25年度	評価指標に基づく事業計画表の作成、ちらしの活用
平成26年度	評価指標の経年目標値の設定 事業計画表に沿った各団体の取組 保健活動に繋げるための研修会の開催(保健指導・運動)

(2) 野菜摂取向上を目的とした取組

年度	取組内容
平成27年度	具体的取組に絞り「野菜摂取向上」をテーマに取り組む。 野菜たっぷりレシピ作成・配布 保健活動に繋げるための研修会の開催(健診結果・食事・咀嚼)
平成28年度	野菜の日にちなんだ活動としてイベントを開催 野菜摂取向上ちらし作成・配布、ちらし・レシピの活用 保健活動に繋げるための研修会の開催(食生活)