

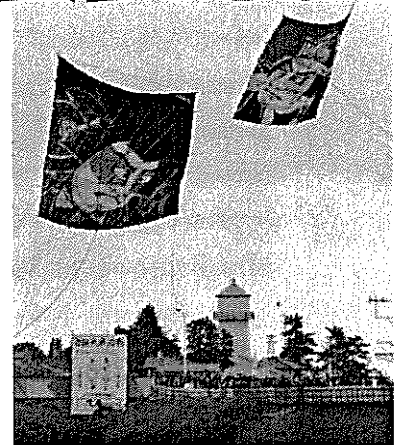
南区の取り組み

誰もが健康でいきいきと生活できる まちづくり



はかりす

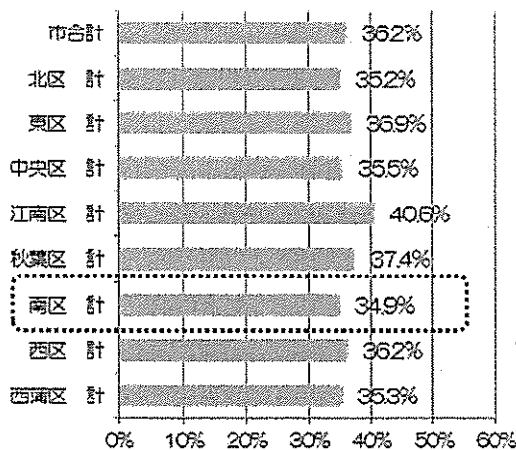
- ◎健康づくりを始めよう！
- ◎年1回の健康チェック！



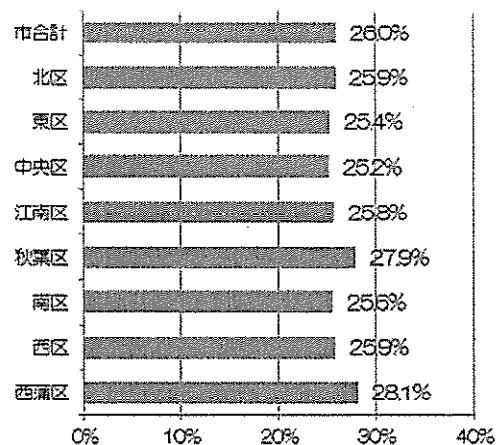
1

健診受診率（国保＋後期高齢＋協会けんぽ）

健診受診率（H26）



高齢化率（H26）



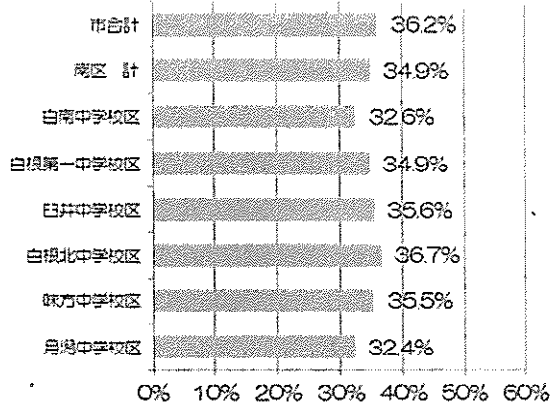
※平成26年9月末時点の住民基本台帳人口を基に算出

- 南区の健診受診率は、8区中、最下位（後期高齢者の受診率が低い）
- H27年度国民健康保険加入者では、5位
- H28年度国民健康保険加入者では4位（推計値より）

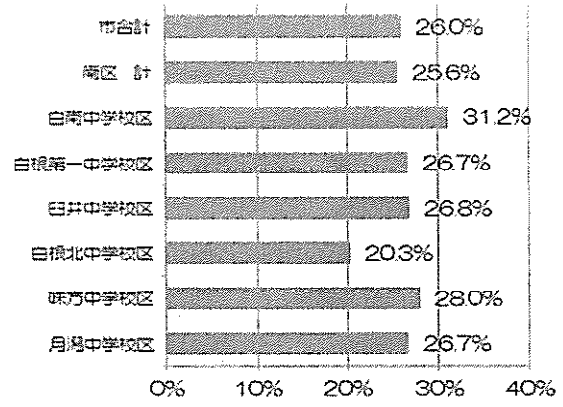
2

南区健康データ（国保＋後期高齢＋協会けんぽ）

健診受診率（H26）



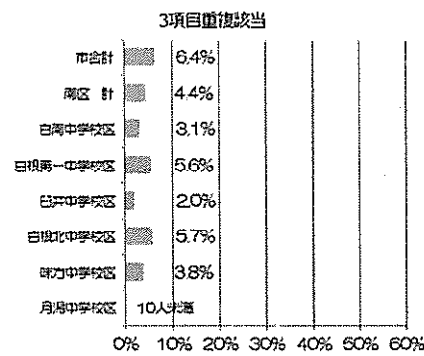
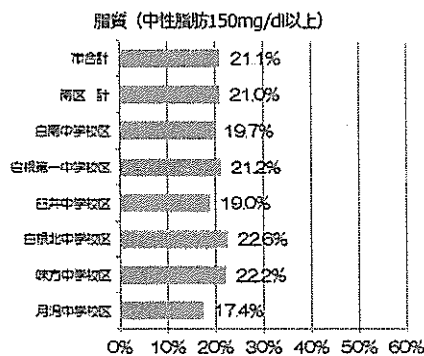
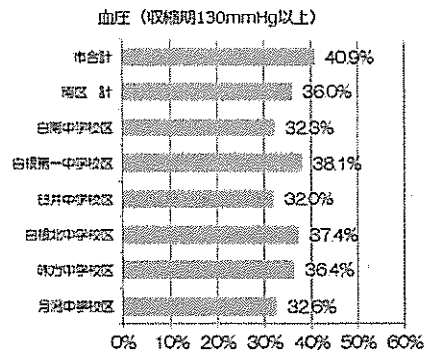
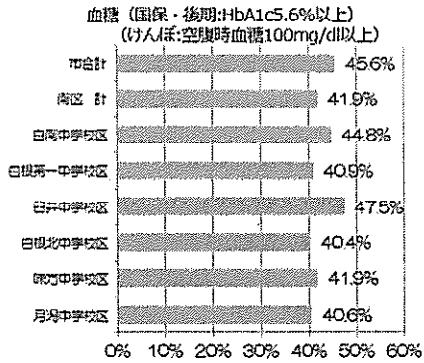
高齢化率（H26）



※平成26年9月末時点の住民基本台帳人口を基に算出

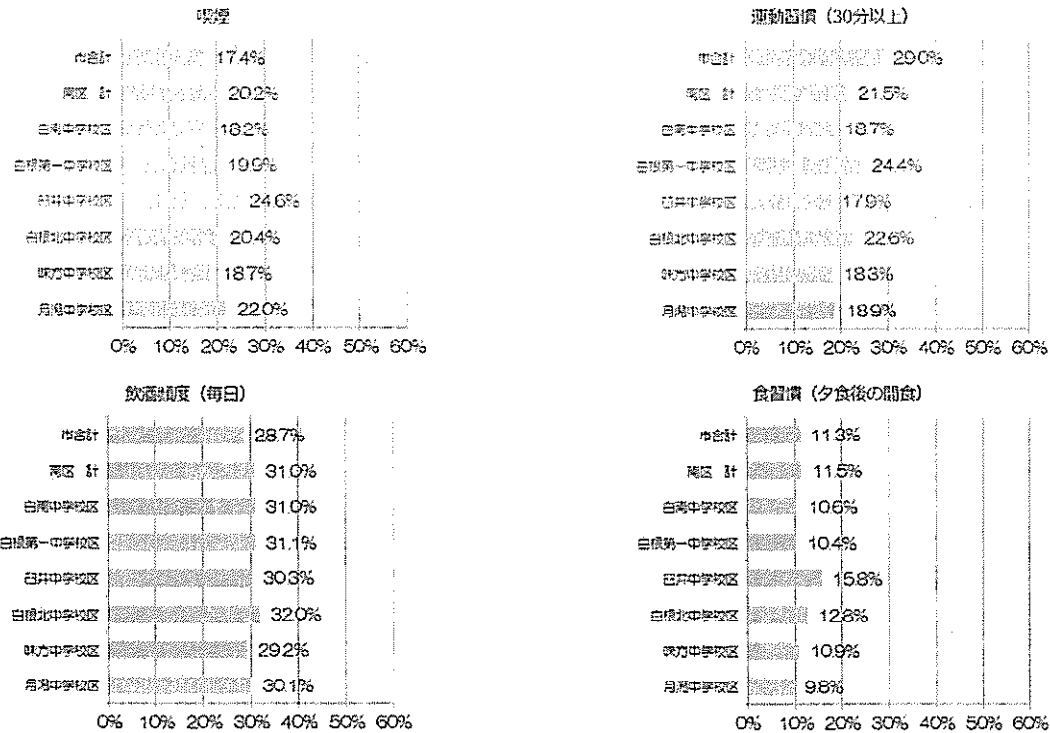
南区健康データ（国保＋後期高齢＋協会けんぽ）

健診結果（血液検査）（H26）



南区健康データ（国保＋後期高齢＋協会けんぽ）

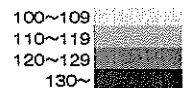
健診結果（問診）（H26）



全国と比較した新潟市民の死因（標準化死亡比）

南区は脳血管疾患が原因で亡くなる人が、全国に比べ多い

各区分別主要死因別標準化死亡比



			全国	新潟市	北区	東区	中央区	江南区	秋葉区	南区	西区	西蒲区
			男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
脳血管疾患	総数	男性	100	106.3	117.1	99.9	94.6	89.8	122.9	129.9	92.9	143.1
		女性	100	106.1	117.3	107.0	96.6	92.8	118.0	109.2	86.0	152.6
	脳内出血	男性	100	101.8	123.4	74.3	96.0	69.7	118.8	155.9	95.5	131.2
		女性	100	97.9	108.2	108.8	91.4	62.1	113.8	108.9	80.0	130.6
脳梗塞	男性	100	112.0	115.8	116.3	95.1	111.0	132.1	126.1	93.5	147.4	
	女性	100	115.0	125.3	115.8	97.5	105.3	129.1	110.3	96.0	176.1	
心疾患 (高血圧性疾患を除く)	総数	男性	100	91.4	101.0	92.7	88.4	88.7	87.7	86.5	93.2	93.8
		女性	100	87.3	89.0	98.0	89.6	73.7	86.2	84.9	85.7	84.5
	急性心筋梗塞	男性	100	77.4	58.6	79.8	74.6	108.3	62.7	83.4	74.6	88.9
		女性	100	68.8	54.5	72.3	58.1	86.2	59.8	96.4	70.1	72.1
	心不全	男性	100	101.1	158.9	93.3	65.1	87.3	128.2	127.1	100.2	108.1
		女性	100	100.3	119.4	107.1	86.8	87.9	118.6	95.3	96.8	105.3

資料：厚生労働省 人口動態保健所・市町村別統計 標準化死亡比、主要死因・性・都道府県・保健所・市区町村別（平成20年～24年）

■ 南区の健康課題

- 脳血管疾患が原因で亡くなる人が、全国と比べ多い。
- 健診結果（血液）は概ね良好だが、健診受診率が低い。
- 喫煙、毎日飲酒が多く、運動習慣のある人が少ない。
- 糖尿病で受診する人の割合が、全市と比べて高い。

■ 健康寿命の延伸に向けた取り組み

<受診率向上>

- ・ ミニドック型集団健診
- ・ まんがによる健診受診PR
- ・ モデル地区へ受診率向上
- ・ 健診未受診者への訪問・電話による受診勧奨

<健康的な生活習慣への改善>

- ・ はかろう体重！大作戦
- ・ 減塩、食育、運動習慣を普及

<病気の重症化予防>

- ・ 糖尿病予防対策の充実

地域との協働活動：コミ協や保健会との連携、事業所連携

7

受けやすい「ミニドック型集団健診」「健診後の支援充実」

■ 受診者を増やすために、ミニドック型集団健診を実施

- かかりつけ医がない方も受けやすい。
 - がん検診も同時で忙しい方でも受けやすい。
 - 身近な会場で受けやすい。
- H28年度受診者679人（うち特定健診者262人⇒H29年度500人に）

【ミニドック型集団健診】

- 区内6会場7回、1会場増設
- イオン白根店での健診実施
- PR・申込み受付をコミ協と連携
- 血管年齢測定の実施

【健診後の支援】

- 健診会場ごとに結果説明会を実施
- 『自分の健康状態を知る』説明会
- 重症化予防に向けた相談、訪問

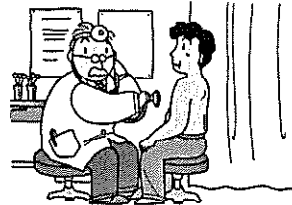


8

「モデル地区での健診受診率向上」

■月潟地区と味方地区をモデル地区とし、健診受診率を上げます。

ミニドック型集団健診	H28年度実績	H29年度目標
○月潟会場109人（うち特定健診	32人	⇒ 50人）
○味方会場 77人（うち特定健診	38人	⇒ 60人）



事業概要

- モデル地区にて、コミ協と連携して説明会を開催
- 各自治会等へ区役所職員が出向いて、健診の受け方を説明します。

9

「健診未受診者への受診勧奨」

■2年連続特定健診未受診者へ、受診をすすめます。

ミニドック型集団健診	H28年度実績	H29年度目標
○特定健診受診者	262人	⇒ 500人
○うち過去2年未受診だった人	192人	⇒ 400人

【事業概要】

- 2年連続特定健診未受診者へ手紙で受診勧奨
- 保健師や看護師が、電話や訪問で受診勧奨
- イベントでの血管年齢測定コーナーを設置し、健診受診勧奨



10

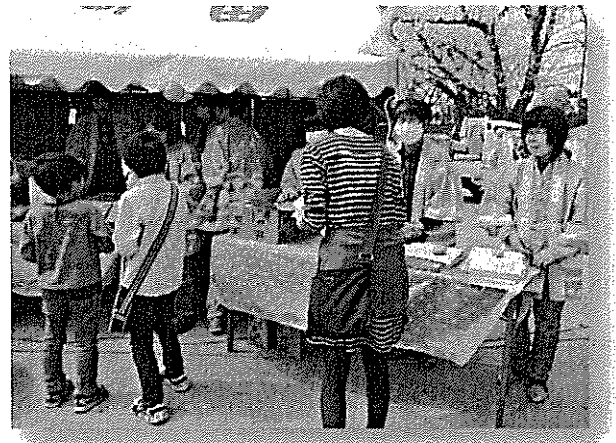
「はかるう体重！大作戦」

■ 体重測定から始める健康意識の向上 事業概要

- 1か月、体重を測定しカードに記入
- カード提出で区内協賛事業所等の割引券進呈
H28年度402人⇒H29年度1,000人に
- コミ協と連携し、地域ぐるみで展開
個人、家族、子どもから高齢者まで

【H28年度達成者の声】

- ・ 楽しくやれた。
- ・ 体重測定が習慣になった。
- ・ 自分の体重の増減に興味を持てた。 等



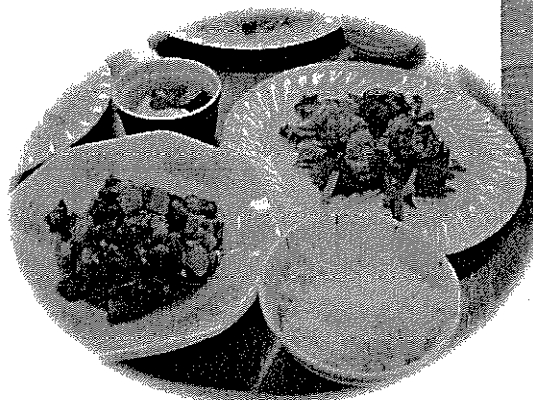
11

減塩の普及「ちょいしお生活のすすめ！」

- 食生活改善推進委員と一緒に取り組み
- 学校給食研究推進校に月潟中学校、月潟小学校が指定

内容

- 食生活改善推進委員
区内での調理実習年間67回



推定食塩摂取量(H27・28)

	男性	女性
南区	10.2g	9.4g
新潟市	10.1g	9.5g
目標量	8g未満	7g未満

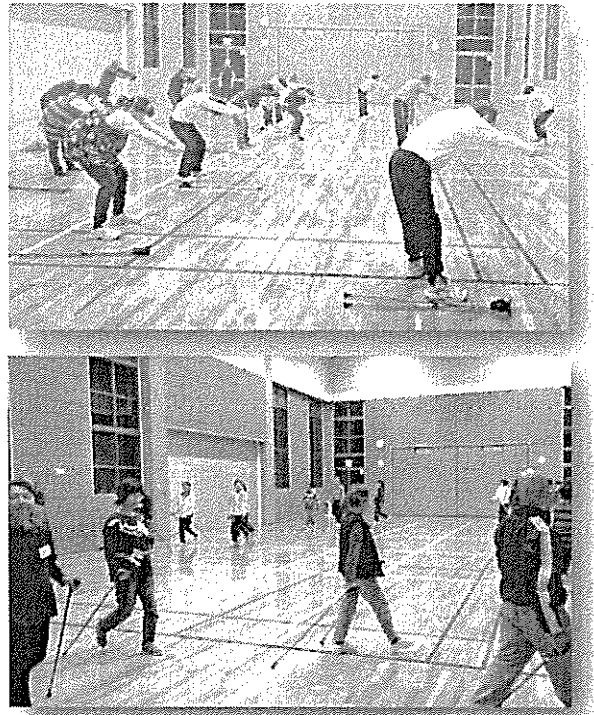
12

特色ある区づくり予算「地域ふれあい健康づくり講座」

■健康に関する知識の普及、運動習慣の定着

【事業概要】

- 食育講演会
「食卓の向こう側に見えるもの」
講師：佐藤 弘 氏
10月7日（土） 白根学習館
南区健康福祉フェア2017
- ふれあい健康づくり講座（食育）
- ふれあい健康づくり講座
（ウォーキング講座
会場：白根健康福祉センター）
- 南区健康ウォークフェスティバル
（9月）



13

「糖尿病予防教室・糖尿病予防講演会」

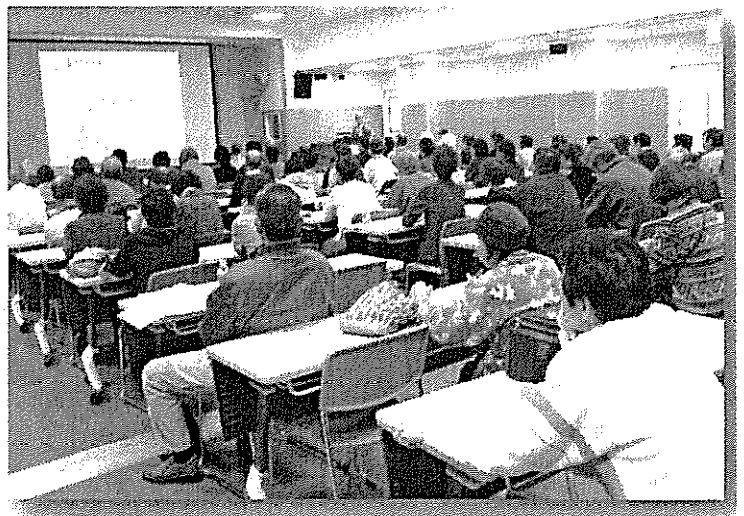
■糖尿病についての正しい知識の普及啓発・病気の予防

事業概要

- 糖尿病予防講演会の実施
- 糖尿病予防教室の開催
- フォローアップ講座の実施

【参加者の声】

- 自分の食生活がこんなに悪いとは思わなかった。改善したい。
- 自分でできる運動のやり方が分かってよかった。



- ゆきみ六条（大麦）の普及

14

「保健会と協働した南区の健康づくり活動」

■ 連合保健会と地区保健会での活動

14地区の保健会で、地区の健康づくり活動の実施

【内容】

- 健診受診PR活動
(回覧やポスター掲示)
- 健康づくり講演会 (食育・認知症)
- 元気アップ講座 (運動・体操)
- 健康推進員の学習会 (南区の健康課題と取り組みについて)



15

コミ協発信 健康づくりPR

■ コミ協主催のイベントで健康づくりをPR

【内容】

- コミ協が実施するイベントで、健康づくりのPR
(お祭り、運動会、防災訓練 など)
- コミ協だよりに健康づくりに関する記事を掲載
- コミ協に健診受診PRのぼり旗設置



16

地域の茶の間から健康づくり

■ 地域住民同士の支え合いや居場所づくり

『天昌堂サロン』で、保健師による健康相談や、高齢者よろず相談など実践し、健康づくりを地域に普及する。

事業概要

- 「天昌堂サロン」(地域包括ケア推進モデルハウス事業)
- 毎週火曜日・木曜日の午前10時から午後3時まで
- 健康相談・高齢者よろず相談・ネイルケアなどの実施



17

南区発 健康づくりのまとめ

誰もが健康で、
いきいきと生活できる南区を目指して

行動1

健診を年1回、必ず受けましょう。

行動2

「はかろう体重！大作戦」に参加しよう。

行動3

減塩と運動習慣を作ろう。



はかりす

18

