

えひめ

2006

No.19

# 健康だより



白猪の滝(東温市 河之内)  
極寒期には滝全体が氷の城になります。

健診による自己管理と行政の役割	1～4
インフォメーション	5
わたしの街から ～東温市～	6



財団  
法人

愛媛県総合保健協会

# 健診による自己管理と行政の役割

国立大学法人愛媛大学医学部  
環境社会医学講座公衆衛生学分野 教授 小西 正光



平成17年10月7日、県内市町の健康診断担当者を招いて開催した「平成18年度市町健診事業説明会」において、愛媛大学医学部公衆衛生学教授の小西正光先生にご講演頂きました。その内容を一部抜粋して掲載いたします。



## 健診による自己管理と行政の役割

従来の「成人病」対策は、二次予防(病気の早期発見・早期治療)に重点を置いていた。近年は二次予防に頼った予防対策だけでは限界があることが明らかになり、健康増進・健康づくりといった一次予防対策が重要になってきた。「生活習慣病」という用語も、生活習慣の改善を中心にした対策を念頭において導入された経緯がある。

生活習慣病は個人個人の生活習慣の乱れが大きな原因となって起こるものである。したがって今後の生活習慣病対策は、個人個人が自らの健康について正しく自己管理を行うことが重要であるとともに、行政としては住民が適切に自己管理ができるよう支援していくこと、あるいはそのための社会環境を整備していくことが大切である。しかし現状ではこのような概念が住民にも、保健事業関係者にも浸透していない。

### 1 一次予防の重視(正しい自己管理)

正しい自己管理とは、多くの健康情報から自分自身の健康状態に適した正しい情報を取捨選択し実践することである。しかし、健康情報が氾濫している現在の状態では、科学的根拠に基づいた正しい情報の入手は困難である。また、自分自身の健康状態を正確に認識できている人も少ない。健診は異常を見つけるだけのものではなく、日常生活を見直すためのものという意識を持つことが重要である。

住民主体とはいえ、現時点ではまだ個人に正しい自己管理をまかせることができる状況がない。個人の自己管理を支援するとともに、それを支える社会環境を整備することが行政、保健事業担当者の役割である。

#### 自己管理を支える社会環境の整備(行政の役割)

- ①住民の意識改革(啓蒙活動)
- ②健診を軸とする一次予防体制の強化
- ③各種保健事業の実施体制の見直し  
(関係部局間の連携など)
- ④科学的根拠のある健康情報の提供
- ⑤個人の食生活改善を支援する環境づくり  
(栄養成分表示の普及など)
- ⑥運動不足解消のための施設、散歩道整備など
- ⑦分煙・禁煙

## 2 市町村合併による影響

市町村合併により、住民健診や健康教室への参加者の減少傾向がみられる。健診の有料化や個人負担金の増加、また会場が中心部に集中し、移動手段を持たない高齢者が健診を受けにくくなったことなどが原因としてあげられる。

合併による事業のすりあわせが、事業の本来の目的を確認されずに進められてはいないだろうか。人口規模の小さな自治体が行なっていたきめの細かい事業が、人口規模の大きな自治体の実情に合わせざるを得ない状況になっている。このままでは、受診率の低下による保健事業の縮小・予算削減も考えられる。行政の組織を見直し、相互に連携し合える協力体制をとり、効果的・効率的な業務を行なうことが今後の課題である。



## 3 健診の重要性

健診は従来、疾病や健康異常の早期発見のために行われ、一定の成果をあげてきた。今後はこのような二次予防の手段としての健診から、健康情報の収集および健康情報提供のための手段として健診事業を生かしていく必要がある。健診は、保健事業担当者にとっては情報収集の場であり、受診者にとっては健康学習の場であることをしっかり認識しなければならない。生活習慣についての問診項目を充実させる等して、保健師や栄養士は住民と対話し、そこから住民が健康に関してどのような問題を抱えているかを見極めていくことが大切である。また問診は健診の中の単なる「検査」ではない。住民は問診を通して、何が健康にとって

重要であるかを学習することができる。問診を繰り返すことが住民の健康教育にもつながる。

健診データは住民の健康状態を推し量るための重要な根拠の1つである。個人の診断を行うことはもちろんであるが、データを適切に集計する等すれば、住民集団が抱えている問題を把握することができる。つまり健診を地域診断のツールとして利用していくことが大切である。健康日本21では、科学的根拠に基づいた保健事業の提供とその効果判定・評価が求められているが、健診データはこれらを行うために非常に重要であり、精度管理がきちんとなされている必要がある。

## 4 健康づくりにおける社会の責任

最近、あらゆる分野で自己責任が問われるようになった。健康づくりに関して、自己管理、自己責任がこれまで以上に重視されるようになった。しかし、保健関係者あるいは行政に携わるものとしては、個人の責任を問う前に社会の責任が十分に果たしているかどうかを省みる必要がある。そして、健康づくりの主体性を個人に譲り渡すことが可能な環境や条件を整備することを目的に、これからの保健活動を展開していくことが求められている。そのためには行政のトップの理解が不可欠であり、その上に保健関係者と住民との共同作業があってはじめて地域ぐるみの健康づくり活動が効果的に展開される。





## 結核予防週間

9月24～30日の結核予防週間に街頭無料結核検診および複十字シール運動街頭募金を実施しました。

県内3ヶ所合わせて126名の方々に受診していただきました。結核は人から人へとうつる感染症です。重症の結核患者が咳やくしゃみをした時に結核菌が飛び散り、それを周りの人が吸い込むことによって感染します。自分でも気付かないうちに感染している可能性もあるため、検診等による早期発見が重要であり、集団感染などの事例をなくすことにもつながります。



	中予地区	東予地区	南予地区
日時	9月30日(金)	9月24日(土)	9月30日(金)
場所	フジグラン松山店	フジスポーツクラブ フィット新居浜店	パルティフジ 宇和島店
検診人数	56名	50名	20名

9月23日(金)、松山市大街道ア-ケド内において複十字シール運動街頭募金をを行い、約170名の方々よりご協力いただきました。

複十字シール募金は途上国の結核対策支援や胸部検診車の整備、結核予防の普及啓発などに使わせていただいております。皆さまのご支援に心よりお礼申し上げます。



## 「2005結核フォーラムINえひめ」 開催

結核をより身近な問題として捉え予防等の正しい知識を広く普及するため、愛媛病院との共催により「結核フォーラムinえひめ」を開催いたします。

今年度は講師に東広島医療センター感染症診療部長・呼吸器科部長の重藤えり子先生をお迎えし、入院中心であった結核の早期退院を目指す取り組みについて、ご講演いただきます。

また、愛媛病院院長の西村一孝先生をはじめ、県内の結核に携わるの方々によるシンポジウムも予定しております。

皆さまのご参加をお待ちしております。(お問合せ/総務部 企画広報係 089-987-8200)

特別講演 「結核の入院治療はどこまで必要か」

講師 重藤えり子先生 (国立病院機構東広島医療センター感染症診療部長・呼吸器科部長)

シンポジウム 「DOTS-結核撲滅のシナリオ」

平成18年2月4日(土) 13:00~16:00 愛媛県総合保健協会 大会議室(9階) 入場無料



## 東温市の紹介

東温市は、平成16年9月21日に旧重信町と旧川内町が合併してできた市です。松山市の東部に位置し、人口は約3万5千人で、「小さいながらもキラリと光る東温市」を目指しています。



健康栄養係



保健予防係

## 「とうおん健康づくりの会」

東温市には、会員制の健康づくりの自主グループ「とうおん健康づくりの会」があり、その中の「健康応援部会」の皆さんには、受診者の誘導等のボランティア活動を通じて、住民が受診しやすい健康診査の実施に向けて意見をいただくためのご協力を得ています。



また、食生活改善推進員は、推進員が学んだことを地域に広げていくため、診察相談の待ち時間を利用して、食生活の見直しにつながるような展示発表を行っています。今年度のテーマは、「手軽にバランスのとれた食事(中食を上手に利用した簡単メニュー等)」です。



市では、このような検診協力者のために「検診協力者受診日」を1日設けて、ゆったりと受診していただいています。

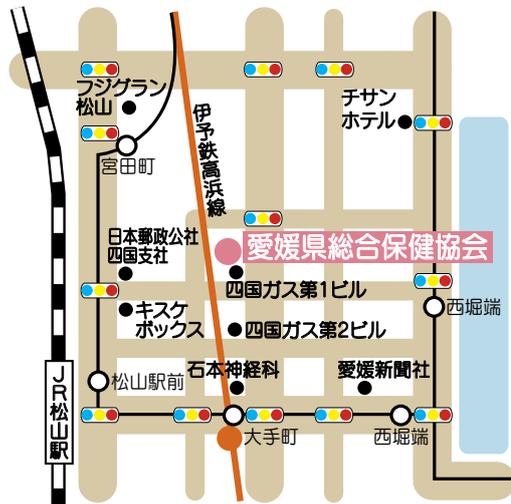
このように、受診者の方により身近な健康診査が実施できるように、健康診査のいろいろな場面で住民の皆さんに協力していただき(参加型の健康診査)、住民の声を健康診査に反映できるように一緒に取り組んでいます。

## 東温市の健康診査

東温市では、住民の方が生活習慣を見直すきっかけとなるように、基本健康診査を「検査日」と「診察相談日」の2日間に分けて実施しています。

「検査日」では、より多くの方が気軽に受診していただけるように総合検診を実施し、希望する検診を選択して受診できるようにしています。

「診察相談日」では、一次予防に重点をおき、受診者からの相談を行っています。医師による医療相談、保健師による生活相談、管理栄養士による栄養相談を実施し、「健康づくりのためのポイント(生活習慣を見直すためのアンケート)」等を活用しながら、受診者ご自身が日頃の生活習慣について見直すよい機会になっています。診察相談の受診者は年々増え、今年度は約8割の方が受診されました。



総務部	TEL(089)987-8200	FAX(089)987-8250
事業部	(事業推進課) TEL(089)987-8203 (健診事業課) TEL(089)987-8205 (情報管理課) TEL(089)987-8220	FAX(089)987-8253 FAX(089)987-8255 FAX(089)987-8254
保健部	(ドック健診) TEL(089)987-8201 (一般診療) TEL(089)987-8202	FAX(089)987-8251
環境部	TEL(089)987-8206	FAX(089)987-8256
病理細胞診センター	TEL(089)987-8207	FAX(089)987-8255
東予支所	〒792-0025 新居浜市一宮町1丁目14番18号 TEL(0897)32-5428	FAX(0897)34-3092
南予支所	〒798-0033 宇和島市鶴島町3番1号 TEL(0895)22-3128	FAX(0895)23-3499


**財団法人 愛媛県総合保健協会**  
 〒790-0814 愛媛県松山市味酒町1丁目10番地5

**[個人情報の取り扱いについて]**

本誌を送付させて頂いている皆様のお名前、団体名、事業所名、住所は、当協会の個人情報保護方針に基づき、厳重な管理の下に運用しております。個人情報の訂正および削除を希望される場合には、お手数ですが総務課企画広報係(089-987-8200)までご連絡ください。