

No.17 元気で長生きプロジェクト事業 (健康福祉課)

令和元年度にめざした姿(目的)

幅広い年代に継続した運動や食生活などの生活習慣改善の機会を提供します。

令和元年度にめざした成果

- ①40・50歳代の特定健診及びがん検診受診者が増えます。
- ②精密検診が必要となった方はみな受診されます。
- ③減塩の取り組みが進み、塩分摂取量が減ることで健診の血圧異常者が減ります。

令和元年度にめざした活動(主な取組み)

- ①コツチャレなんぶ（体重や歩数を記録し目標達成者にポイントを付与）実施します。
- ②南部町観光協会と連携し、ウォーキング大会を開催します。
- ③減塩に関する広報・啓発のほか、減塩味噌汁を考案し、学校や保育園の給食で提供します。

令和元年度の成果

- ①40、50歳代のがん検診の受診者は男女とも増えました。（男性 H30年度 47名→R元年度 61名）
（女性 H30年度 67名→R元年度 94名）
- ②町の食育プランを策定し、まちの保健室やボランティアフェスティバルで多くの方に減塩味噌汁を提供して適正な塩分をお知らせすることができました。

令和元年度の問題

今後は健康づくりに関する事業に新規に参加する方が増えるか、過去参加者が継続した取り組みを行っているかが課題となります。また、減塩推進するためには自身の塩分摂取量を知り、必要性を感じていただくことが必要です。

令和2年度以降の方策

(1) 達成できた事項をさらに伸ばす方策

- ①健康づくりの意識を高めるとともに受けやすい健診づくりを行います。
- ②なんぶ食のプランを実行し、減塩の取り組みを広めていきます。

(2) 解決すべき問題への方策

- ・新規で健康づくり事業に参加する人が増えるよう、関係機関との連携して実施評価を行います。

(3) 新たに取り組む方策

- ・減塩に関して、モデル的に取り組み、全町へ広めます。
- ・家庭の味噌汁の塩分濃度を測定したり、高血圧の方には塩分チェックシートを配布し、塩分摂取量を知る取り組みをはじめます。