

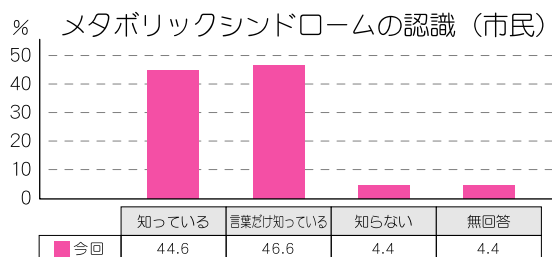
第4章 後期5カ年の重点目標と対策

重点課題 メタボリックシンドローム対策（循環器病・糖尿病）

大目標 メタボリックシンドロームの予防・改善

5年間の分野別達成度をみたところ、改善しなかった指標が多かったのは「循環器病」と「糖尿病」でした。この2つの分野は、まさに生活習慣病で、近年注目されている内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）と大きく関連しており、あわせて「メタボリックシンドローム対策」とし、後期5カ年の重点課題として位置づけることにします。この問題は成人だけでなく、生活習慣が確立過程にある児童の時期から対応していく必要があります。

【瀬戸市の現状から】



「知っている」人はあわせて90%以上です。しかし、「言葉だけ」知っている人が最も多い現状です。まずは、メタボリックシンドロームの正しい概念の普及が必要だと考えます。

- ★BMIが25以上の「肥満」の人は増加傾向にあります。
- ★瀬戸市基本健康診査結果をみると、糖代謝異常の人はほぼ横這いです。しかし高血圧（血圧高値）・高脂血症（脂質異常症）・肥満の人は増加傾向です。
- ★生活習慣病予防のために健康的な生活習慣に「改めたいと思う」市民は5.2%います。また、「改めようと思ってもできない」市民は18.2%です。機会をつまくとらえれば、生活習慣改善につながると考えられます。
- ★間食を毎日摂取している女性が増加しています。中・高校生では、市販の菓子類を間食として摂っている生徒が最も多く、ジュース類を飲んでいる割合は男子に多い傾向があります。間食はストレス解消などの効果もありますが、摂取する内容が重要で適切なものを選ぶことができる知識が必要と考えられます。
- ★自分の適正体重を認識し、体重コントロールを実践している市民は、47.5%で、5年前と比較すると減少傾向にあります。さらに高めることができるような支援が必要と考えられます。

【とりまく環境】

- ★平成19年度から瀬戸市（健康課）では「児童生活習慣病予防教室」を開始しました。生活習慣病を引き起こす危険因子は学童期の行動様式や生活習慣が大きく影響します。この教室では、肥満度^{※1}20%以上の小学4・5・6年生とその保護者を対象とし、運動や食事を中心とした生活習慣の改善をサポートすることを目的としています。
- ★平成20年度から医療保険者が実施主体となる「特定健診・特定保健指導」が始まります。瀬戸市は、瀬戸市国民健康保険加入者を対象に^{※2}実施します。この制度では、市民は健診結果に基づき階層化され、自分に合った保健指導を受ける環境が整えられます。

※1 肥満度% = (実測体重kg - 身長別標準体重kg) ÷ 身長別標準体重kg × 100

※2 特定健診・特定保健指導は40～74歳が対象。特定保健指導はリスクに応じて3つに階層化

中目標と対策

1. メタボリックシンドロームを正しく知ろう

*は、新規指標

指標	現状値（2007年）	目標値（2012年）
* メタボリックシンドロームという言葉も内容も知っている市民	44.6%	100%
BMIが25以上の肥満者（アンケート調査結果にて）	18.0%	13% 以下
自分にとって適切な食事内容・量を知っている市民	55.8%	80% 以上
節度ある適度な飲酒量を知っている市民	38.4%	100%
適正体重の認識と体重コントロールを実践する市民	47.5%	59% 以上
小目標（対策）		
<ul style="list-style-type: none"> ・市民（すべてのライフステージ）は、瀬戸市、医療機関、瀬戸保健所、教育関係機関、瀬戸市体育協会、瀬戸市健康づくり食生活改善協議会・瀬戸市保健推進員協議会活動等から、あらゆる機会にメタボリックシンドロームの正しい知識を得ることができる。 ・市民は（主に成人）瀬戸市、医療機関、瀬戸保健所、瀬戸市体育協会等を通じ、関係資料や媒体等を活用し、「自分の適量」に関する知識を得ることができる。 ・市民は、瀬戸市保健推進員協議会が行う地区活動に参加し、メタボリックシンドロームに関する知識を得ることができる。 ・市民は、瀬戸市健康づくり食生活改善推進員活動を通じて食に関する正しい知識を得ることができる。 ・児童は、学校での教育を通じ、病気の予防の知識を得ることができる。 		

2. 健診や保健指導を積極的に受けよう

*は、新規指標

指標	現状値（2007年）	目標値（2012年）
* 特定健診受診率または結果把握率 ^{※3}	—	65%
* 特定保健指導実施率または結果把握率 ^{※4}	—	45%
* 目標設定時と比べた内臓脂肪症候群の該当者・予備群の減少率	—	10%
* 児童生活習慣病予防教室の参加率 ^{※5}	7.5%	10%
小目標（対策）		
<ul style="list-style-type: none"> ・市民は、H20年度から始まる特定健診・特定保健指導について瀬戸市、医療機関、瀬戸保健所、瀬戸市健康づくり食生活改善協議会・瀬戸市保健推進員協議会等が発信する情報や広報・個人通知等、様々な機会を通じて知ることができる。 ・特定健診対象者は、積極的に健診を受診する。 ・特定健診受診者は、健診結果を医療機関から聞き、自分の健康状態を正しく理解することができる。 ・特定保健指導対象者は、必要な保健指導を積極的に受ける。 ・特定保健指導を受けた者は、地区組織活動や自主グループ等の健康づくり事業を活用しながら家庭や地域で望ましい生活習慣を継続できる。 ・肥満度20%以上の児童とその保護者は、積極的に児童生活習慣病予防教室に参加することができる。 		

※3 特定健診は2008年（平成20年度）から開始のため現状値はなし

※4 特定保健指導は2008年（平成20年度）から開始のため現状値はなし

※5 参加率＝参加者数÷肥満度20%以上の小学4・5・6年生の児童