

4 留萌圏域における実績(平成29年度)とこれから(平成30年度以降)の取組

がん	平成29年度の取組	これからの取組(平成30年度以降)
	<p>1 がんの予防、早期発見・早期治療に関する知識の普及啓発及びがん検診の実施。がん検診受診率向上のための受診勧奨対策</p> <p>〔保健所〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ピンクリボンキャンペーン(パネル展、関係団体へのパンフ配布、市民公開講座後援、よしみちの駅イベントでの普及啓発) <p>〔市町村〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・がん検診実施周知【広報、健康教育、保健推進員等による案内】(全市町村) ・胃、肺、大腸、乳、子宮がん検診、総合検診(がん・循環器)の実施(全市町村) ・前立腺がん検診の実施(増毛町、小平町、初山別村、遠別町、天塩町) ・喉頭がん検診の実施(遠別町、天塩町) ・受診率向上に向けた取り組み(電話勧奨、クーポン券) <p>2 禁煙、分煙、防煙対策の推進</p> <ul style="list-style-type: none"> ・p32「喫煙」の取組と同じ <p>3 バランスのとれた食生活の推進</p> <ul style="list-style-type: none"> ・p29「栄養・食生活」の取組と同じ 	<p>1 がんの予防、早期発見・早期治療に関する知識の普及啓発及びがん検診の実施。がん検診受診率向上のための受診勧奨対策</p> <ul style="list-style-type: none"> ○がん検診実施周知—広報、健康教育、保健推進員等による案内に取り組みます。 ○集団検診(個別)検診の実施に取り組みます ○受診しやすく、充実した検診の実施に取り組みます。 ○喉頭がん検診、前立腺がん検診等の実施に取り組みます。 ○受診率向上に向けた取り組みを進めます。 <p>2 禁煙、分煙、防煙対策の推進(喫煙に関する普及啓発)</p> <ul style="list-style-type: none"> ○世界禁煙デー、禁煙週間時において「禁煙に関するパネル展」を実施し、保健所ホームページにおいて普及啓発を図ります。 ○喫煙防止に関する健康教育を実施します。 <p>(禁煙支援対策)</p> <ul style="list-style-type: none"> ○禁煙相談窓口を開設し、禁煙を希望する人への支援を行います。 ○必要に応じ、禁煙外来の紹介を行います。 ○希望に応じ、市町村における禁煙対策への支援を行います。 <p>(未成年者の喫煙防止対策)</p> <ul style="list-style-type: none"> ○未成年者の喫煙防止講座について、小学校に働きかけ、希望があった学校への講座を実施します。 <p>(分煙対策)</p> <ul style="list-style-type: none"> ○公共施設での分煙対策の推進に向けて、未実施施設に個別働きかけを行います。 ○飲食店等への空気のおいしい施設の登録の働きかけを行います。 <p>3 バランスのとれた食生活の推進</p> <ul style="list-style-type: none"> ○各世代の適切な栄養摂取について食事バランスガイドによる普及・啓発に取り組みます ○適切な栄養摂取ができるよう栄養成分表示の見方について普及啓発に取り組みます ○栄養成分表示の施設の登録推進に取り組みます ○スーパーやコンビニと連携した食生活の普及に取り組みます

<div style="border: 2px solid blue; padding: 5px; display: inline-block;">循環器疾患</div>	平成29年度の取組	これからの取組（平成30年度以降）
	<p>1 特定健康診査の実施 〔市町村〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・集団健診【特定、若年者、高齢者、農村地区、巡回ミニドック】（全市町村） ・個別健診（全市町村） ・脳ドック（苫前町、初山別村、遠別町、天塩町） <p>2 特定保健指導の実施 〔市町村〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・特定保健指導の実施（全市町村） ・健康手帳の交付（全市町村） ・健康教育、健康相談の実施（全市町村） <p>3 特定健康診査の受診率向上のための受診勧奨及び特定保健指導の実施率向上 〔市町村〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・実施の周知—広報、健康教育、保健推進員等による案内、電話勧奨（全市町村） <p>4 バランスのとれた食生活の推進 〔保健所〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ヘルシーレストラン推進事業（栄養成分表示の店登録） ・特定給食施設等調査指導（利用者への適正な食事の提供） ・市町村栄養士研修会、 ・北海道栄養士会留萌支部及び市町食生活改善推進協議会への活動支援 ・栄養成分表示助言指導 <p>〔市町村〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・妊娠期【妊婦健康診査、母子手帳交付時、教室、健康相談、訪問】 ・乳幼児【訪問、健診、相談、離乳食教室、おやつ教室等】 ・小学校・高校【食育教室】 ・成人・老人【訪問、相談、健康教育、教室の働きかけ】 ・地域活動支援【健康づくり推進協議会、食生活改善推進員協議会、保健推進員、健康づくり地区リーダー、減塩応援隊、スローフォードの会】 	<p>1 特定健康診査の実施</p> <ul style="list-style-type: none"> ○集団健診（特定、若年者、高齢者、農村地区、巡回ミニドック）を実施します。 ○個別健診等受診のしやすい健診の実施に取り組みます。 ○脳ドック等の健診等に取り組みます。 <p>2 特定保健指導の実施</p> <ul style="list-style-type: none"> ○特定保健指導を実施します。 ○健康管理の一貫として、健康手帳の交付に取り組みます。 ○健康教育、健康相談の実施に取り組みます。 <p>3 特定健康診査の受診率向上のための受診勧奨及び特定保健指導の実施率向上</p> <ul style="list-style-type: none"> ○特定健診実施周知—広報、健康教育、保健推進員等による案内に取り組みます。 ○受診率向上に向けた取り組み（電話勧奨）を進めます。 ○医療機関の受診を健診受診とみなせるよう、医療機関との連携に取り組みます。 <p>4 バランスのとれた食生活の推進</p> <ul style="list-style-type: none"> ○各世代の適切な栄養摂取について食事バランスガイドによる普及・啓発に取り組みます ○適切な栄養摂取ができるよう栄養成分表示の見方について普及啓発に取り組みます ○栄養成分表示の施設の登録推進に取り組みます ○適正体重を理解しそれを維持できる様、肥満と疾病の関係について普及啓発に取り組みます。

糖尿病	平成29年度の取組	これからの取組（平成30年度以降）
	<p>1 特定健康診査の実施 〔市町村〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・特定健診実施（広報、健康教育、保健推進員等による案内）周知（全市町村） ・集団（特定、若年者、高齢者、農村地区、巡回ミニドック）健診の実施（全市町村） ・個別健診（留萌市、増毛町、小平町、苫前町、羽幌町、天塩町） ・受診率向上に向けた取り組み（特定健診実施周知—広報、健康教育、保健推進員等による案内、電話勧奨） <p>2 特定保健指導の実施 〔市町村〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・特定保健指導の実施（全市町村） ・健康手帳の交付（全市町村） ・健康教育、健康相談の実施（全市町村） <p>3 特定健康診査の受診率向上のための受診勧奨及び特定保健指導の実施率向上 〔市町村〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・実施の周知—広報、健康教育、保健推進員等による案内、—（全市町村） <p>4 バランスのとれた食生活・運動の推進</p> <ul style="list-style-type: none"> ・p29「栄養・食生活」の取組と同じ ・p30「身体活動・運動」の取組と同じ <p>5 適正な血糖コントロールに向けた保健指導の実施 〔保健所〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・留萌保健医療福祉圏域連携推進会議 4 疾病専門部会 <p>〔市町村〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・健診後保健指導・結果説明会・健康相談・訪問指導・健康教育（全市町村） 	<p>1 早期発見、早期治療のための対策</p> <ul style="list-style-type: none"> ○特定健診実施周知—広報、健康教育、保健推進員等による案内に取り組みます。 ○集団検診（特定、若年者、高齢者、農村地区、巡回ミニドック）検診の実施をします。 ○個別検診等、受診のしやすい検診を実施します。 ○受診率向上に向けた取り組み（電話勧奨）を進めます。 <p>2 特定保健指導の実施</p> <ul style="list-style-type: none"> ○特定保健指導を実施します。 ○健康手帳の交付に取り組みます。 ○健康教育、健康相談の実施に取り組みます。 <p>3 特定健康診査の受診率向上のための受診勧奨</p> <ul style="list-style-type: none"> ○特定健診実施周知—広報、健康教育、保健推進員等による案内に取り組みます。 ○受診率向上に向けた取り組み（電話勧奨）をすすめます。 <p>4 生活習慣改善対策(バランスのとれた食生活・運動の推進)</p> <ul style="list-style-type: none"> ○各世代の適切な栄養摂取について食事バランスガイドによる普及・啓発に取り組みます。 ○適切な栄養摂取ができるよう栄養成分表示の見方について普及啓発に取り組みます。 ○栄養成分表示の施設の登録推進に取り組みます。 ○適正体重が維持できる様、肥満と疾病の関係について普及啓発に取り組みます。 ○運動習慣の定着と身体活動増加のため運動体験教室やすこやかロードの登録や活用に取り組みます。 <p>5 適正な血糖コントロールに向けた保健指導の実施</p> <ul style="list-style-type: none"> ○健診後保健指導・結果説明会・健康相談・訪問指導・健康教育等に取り組みます。 ○糖尿病教室等に取り組みます。

COPD	平成29年度の取組	これからの取組（平成30年度以降）
	<p>1 COPDに関する普及啓発 〔保健所〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・たばこ対策事業（禁煙週間：禁煙に関するパネル展） <p>2 禁煙相談や禁煙希望者への禁煙支援 （1）喫煙に関する普及啓発 〔保健所〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・禁煙に関するパネル展、禁煙相談、医療機関における調査と登録 ・未成年者喫煙防止講座（天塩町） <p>〔市町村〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・広報、健康教育、健康教室（全市町村） ・健診（特定、若年者、高齢者、農村地区、巡回ミニドック）（全市町村） ・がん検診（全市町村） ・地域活動支援【健康づくり推進協議会、保健推進員、健康づくり地区リーダー】 <p>（2）禁煙支援対策 〔保健所〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・禁煙相談窓口 ・禁煙外来の周知（禁煙に関するパネル展、健康教育） <p>〔市町村〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・健診後保健指導（全市町村） ・健康相談、訪問指導、病態別・健康教室（全市町村） <p>（3）未成年者の喫煙防止対策 〔保健所〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・未成年喫煙防止講座（天塩町） <p>〔市町村〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・未成年の喫煙防止の取組（天塩町） <p>3 受動喫煙防止のための「おいしい空気の施設推進事業」の登録推進 〔保健所〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・医療機関における調査 ・おいしい空気の施設登録 <p>〔市町村〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・タバコ対策（天塩町） 	<p>1 COPDに関する普及啓発 ○広報やホームページなどを活用したCOPDに関する普及啓発に取り組みます。 ○禁煙週間における普及啓発に取り組みます。 （ポスター展示、リーフレット配付）</p> <p>2 禁煙相談や禁煙希望者への禁煙支援 （1）喫煙に関する普及啓発 ○世界禁煙デー、禁煙週間時において「禁煙に関するパネル展」の実施など普及啓発の取組を行います。 ○保健所ホームページにおいて「たばこ健康」について普及啓発を図ります。 ○喫煙防止に関する健康教育を実施します。</p> <p>（2）禁煙支援対策 ○禁煙相談窓口を開設し、禁煙を希望する人への支援を行います。 ○必要に応じ、禁煙外来の紹介を行います。 ○希望に応じ、市町村における禁煙対策への支援を行います。</p> <p>（3）未成年者の喫煙防止対策 ○未成年者の喫煙防止講座について、小学校への働きかけを行い希望があった学校への講座を実施します。</p> <p>3 受動喫煙防止のための「おいしい空気の施設推進事業」の登録推進 ○公共施設での分煙対策の推進に向けて、未実施施設に個別働きかけを行います。 ○飲食店等への「おいしい空気の施設」の登録の働きかけを行います。</p>

<div style="border: 2px solid blue; padding: 5px; display: inline-block;"> <h2 style="margin: 0;">こころの健康</h2> </div>	平成29年度の取組	これからの取組（平成30年度以降）
	<p>1 こころの健康に関する相談窓口の充実 〔保健所〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・各種ポスター等掲示、チラシの配布等 ・相談窓口の充実（こころの健康相談、思春期保健相談（定例日に開催）、保健師による随時相談、女性の健康サポートセンター）・健康教育（依頼に基づき随時対応） <p>〔市町村〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・広報、健康教育、健康教室、地区別病態別教室講演会（全市町村） ・健診【特定、若年者、高齢者、農村地区、巡回ミニドック】（全市町村） ・がん検診（増毛町、苫前町、初山別村） ・脳ドック（苫前町、初山別村） ・骨粗鬆症検診（羽幌町） ・結核検診（苫前町）・エキノコックス症検診（増毛町） ・妊産婦・新生児・乳児訪問、乳児・幼児健診、巡回児相・療育関係、健康相談（全市町村） ・母子手帳交付時指導（増毛町、羽幌町、初山別村、遠別町） ・妊婦健康診査（留萌市、増毛町、初山別村） ・育児教室・サークル（全市町村） ・母親（両親）（産婦）教室（苫前町、遠別町、天塩町） ・予防接種（初山別村） ・離乳食教室（羽幌町）・親子遊び教室（留萌市、増毛町）・ベビーマッサージ教室（増毛町） ・発達支援センター、巡回児相（小平町、羽幌町、苫前町、初山別村、遠別町）・産後うつ子育て支援アンケート（天塩町） ・高校生食育教室、高校生と赤ちゃんのふれあい体験、中高生と乳幼児の交流（天塩町） ・健診後保健指導、結果説明会、健康相談、訪問指導（全市町村） ・市民ふれあいウォーキング（留萌市）・運動教室（留萌市、初山別村、天塩町） ・介護予防教室（天塩町）・ふれあいサロン（初山別村）、介護者の集い（苫前町、初山別村） ・子育てサポーター支援（留萌市、増毛町、天塩町） ・精神家族交流会（苫前町） ・認知症サポーター養成講座（苫前町） ・地域活動支援【健康づくり推進協議会、食生活改善推進員協議会、保健推進員、健康づくり地区リーダー、減塩応援隊、スローフードの会、生活改善グループ】 <p>2 市町村における自殺予防対策の充実 〔保健所〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自殺予防パネル展、予防対策推進連絡会議、市町村計画策定に向けた後方支援 <p>〔市町村〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・うつ自殺予防対策事業（天塩町） <p>3 職場における相談・研修や職場復帰支援のための取組の促進 〔保健所〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・職場健康教育（依頼に基づき随時対応） <p>4 保健・医療・福祉関係者等におけるゲートキーパーの養成 〔保健所〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「ゲートキーパー養成研修」の開催支援 <p>5 笑いによる健康づくりの普及啓発</p> <p>6 地域・職域連携推進事業の実施 〔保健所〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・事業所等における健康管理に関する実態調査の実施 ・地域・職域連携推進連絡会の開催 	<p>1 こころの健康に関する相談窓口の充実</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ポスター掲示等によりこころの健康の普及啓発に取組めます。 ○保健所では専門医師による定例相談日の開設相や保健師による相談（随時対応）によりこころの健康の対応に取り組めます。 <p>2 市町村における自殺予防対策の充実</p> <ul style="list-style-type: none"> ○自殺予防対策に努めます。 <p>3 職場における相談・研修や職場復帰支援のための取組の促進</p> <ul style="list-style-type: none"> ○職場のこころの健康づくりを支援します。 <p>4 保健・医療・福祉関係者等におけるゲートキーパーの養成</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ゲートキーパー育成・支援に努めます。 <p>5 笑いによる健康づくりの普及啓発</p> <ul style="list-style-type: none"> ○笑いによる健康づくりの普及啓発に取り組めます。 <p>6 地域・職域連携推進事業の実施</p> <ul style="list-style-type: none"> ○地域・職域連携推進連絡会でこころの健康について取り組めます。

次世代の健康	平成29年度の取組	これからの取組（平成30年度以降）
<p>1 適正な食習慣のため、子どもの各期にあわせたアプローチ。 食育の協働実践の促進及び食育計画による実践の促進</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ p29「栄養・食生活」の取組と同じ <p>2 学校・家庭・地域が連携を深めながら、手軽な運動の普及や運動に親しむ機会をつくるなど、体力・運動能力向上の取組の促進</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ p30 身体活動・運動」の取組と同じ <p>3 未成年者、妊娠期子育て期の喫煙防止対策及び子育て期への禁煙支援</p> <p>〔保健所〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ p32「喫煙」の取組と同じ <p>〔市町村〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 妊産婦・新生児・乳児訪問（全市町村） ・ 乳児・幼児健診・健康相談（全市町村） ・ 育児教室（全市町村） ・ 母子手帳交付時指導（増毛町、羽幌町、初山別村、遠別町） ・ 母親（両親）（産婦）教室（苫前町、遠別町、天塩町） ・ 妊婦健康診査（留萌市、増毛町、苫前町、初山別村） 	<p>1 適正な食習慣のため、子どもの各期にあわせたアプローチ。食育の協働実践の促進及び食育計画による実践の促進</p> <p>○適正な食習慣のため、子どもの各期にあわせたアプローチについて取り組みます。</p> <p>〈乳幼児期〉・基本的な食習慣の定着、食の関心について取り組みます。</p> <p>〈学童期〉…給食をととした食育の推進について取り組みます。</p> <p>〈思春期〉…食の自立（からだと食事に関心をもち、バランスのとれた食事がとれる）に向け取り組みます。</p> <p>〈保護者〉…適正な食習慣を身につけるための環境づくりに取り組みます。</p> <p>○食育を推進するため行政・保育所・学校等関係機関の協働実践の促進に取り組みます。</p> <p>○市町村食育計画の実践に取り組みます。</p> <p>2 学校・家庭・地域が連携を深めながら、手軽な運動の普及や運動に親しむ機会をつくるなど、体力・運動能力向上の取組の促進</p> <p>○運動に関する各種教室等の実施に取り組みます。</p> <p>3 妊娠・子育て期、未成年者の喫煙防の対策</p> <p>○妊娠、子育て期に対しマタニティスクールや母子手帳配布時に妊娠期の喫煙が胎児に及ぼす影響について普及啓発し、訪問や健康相談での個別指導を実施します。</p> <p>○未成年者への健康教育（できれば小学校から）に取り組みます。</p>	

高齢者の健康	平成29年度の取組	これからの取組（平成30年度以降）
<p>1 社会参加の促進</p> <p>2 適正な体重の維持及び日常的に無理なく歩数を増加できる運動の取り組み 〔保健所〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・p29「栄養・食生活」の取組と同じ ・p30 身体活動・運動」の取組と同じ <p>〔市町村〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・広報、健康教育、健康づくり教室、地区別病態別教室（全市町村） ・健診【特定、高齢者、農村地区、巡回ミニドック】、がん検診（全市町村） ・脳ドック（苫前町、初山別村、遠別町、天塩町） ・骨粗鬆症検診（留萌市、小平町、苫前町、羽幌町、遠別町、天塩町） ・健診後保健指導、健康相談・訪問指導（全市町村） ・運動教室（全市町村）・市民ふれあいウォーキング（留萌市） ・介護予防教室（天塩町）・介護者の集い(教室)（苫前町、初山別村） ・ふれあいサロン（初山別村）・認知症サポーター養成講座（苫前町） ・うつ・自殺予防対策事業（天塩町）・訪問リハビリ（苫前町） ・地域活動支援【健康づくり推進協議会、食生活改善推進員協議会、保健推進員、健康づくり地区リーダー、生活改善グループ、スローフードの会、減塩応援隊】 <p>3 誤嚥性肺炎予防や口腔機能の維持・向上のための取り組み 〔保健所〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・p34「歯・口腔」の取組と同じ <p>〔市町村〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・健康教育、健康相談、広報（全市町村） ・歯周疾患検診（小平町、初山別村、天塩町） <p>4 誤嚥性肺炎の予防や寝たきり予防、抵抗力の向上のための取り組み 〔市町村〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・高齢者インフルエンザ予防接種の実施（全市町村） ・高齢者肺炎球菌予防接種の実施（全市町村） 	<p>1 社会参加の促進</p> <p>○ボランティア活動や生涯教育など社会参加を促すよう市町村や教育、関係団体等と連携し取り組みます。</p> <p>2 適正な体重の維持及び日常的に無理なく歩数を増加できる運動の取り組み</p> <p>○フレイルを予防できるバランスのとれた食事や、適正な体重の維持と健康的な生活について普及啓発します。</p> <p>○ノルディックウォーキングを実施する市町村・関係団体等へのポールの貸し出しを行います。</p> <p>○温泉を活用した健康づくり事業実施市町村を支援します。</p> <p>○すこやかロードの登録を推進します。</p> <p>3 誤嚥性肺炎予防や口腔機能の維持・向上のための取り組み</p> <p>○口腔機能維持・向上を図るため、介護を支援する関係者へ口腔ケアの必要性やケアスキル向上の研修会等を開催します。</p> <p>○依頼に応じて各種健康教育に対応します。</p> <p>○事業等を通じて関係機関、団体とネットワークを構築します。</p> <p>4 誤嚥性肺炎の予防や寝たきり予防、抵抗力の向上のための取り組み</p> <p>○高齢者インフルエンザ予防接種や高齢者肺炎予防接種の実施に取り組みます。</p>	

健康を支え、守るための社会環境の整備

「北海道健康づくり協働宣言」団体 56団体

北海道	食農わくわくネットワーク北海道	大滝ノルディックウォーキング協会
北海道教育委員会	NPO 法人 北海道食の自給ネットワーク	(一社)北海道子ども会育成連合会
市町村	NPO 法人 日本健康運動士会北海道支部	大塚製薬(株)札幌支店
北海道産業保健推進センター	NPO 法人 北海道健康づくり協会	(一社)北海道消費者協会
北海道国民健康保険団体連合会	北海道ウォーキング協会	名寄市立大学
(一社)北海道医師会	北海道ノルディックウォーキング協会	(株)セイコーマート
(一社)北海道歯科医師会	北海道市長会	(一社)MOA インターナショナル北海道地区
(一社)北海道薬剤師会	北海道町村会	加森観光株式会社 ルスツリゾートホテル&コンベンション
(公社)北海道看護協会	北海道精神保健協会	(株)ホクレン商事
(公社)北海道栄養士会	北海道食生活改善推進員協議会	ファイザー(株)
(公社)北海道労働基準協会連合会	北海道禁煙週間実行委員会	(株)ナガセビューティーケア北海道営業部
(一社)北海道全調理師会	(公財)北海道結核予防会	北海道後期高齢者医療広域連合
(一社)北海道歯科衛生士会	北海道健康をまもる地域団体連合会	全国健康保険協会北海道支部
(公社)アルコール健康医学協会	北海道精神科病院協会	健康保険組合連合会北海道連合会
(公財)北海道健康づくり財団	北海道温泉協会	北海道セパタクロー協会
(公財)北海道精神保健推進協会	(社福)北海道いのちの電話	カゴメ(株)北海道支店
(一財)北海道老人クラブ連合会	(社福)旭川いのちの電話	住友生命保険相互会社北海道法人部
(公財)北海道青少年育成協会	北海道保育協議会	雪印ビーンスターク(株)
(公財)北海道対がん協会	NPO 法人北海道ノルディックウォーキングネットワーク	

- 1 自主的に健康づくりの活動を行う団体の増加を図り、社会全体が相互に支え合う環境の整備に取り組みます
- 2 企業や各種団体に対し、「北海道健康づくり協働宣言」団体への登録を推奨し、これらの団体と協働し道民の健康づくりに取り組みます

<div style="border: 2px solid blue; padding: 2px; display: inline-block;"> 栄養・食生活 </div> <div style="margin-left: 20px;"> 平成29年度の取組 </div>	これからの取組（平成30年度以降）
<p>1 適正な栄養摂取についての普及啓発</p> <p>〔保健所〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ヘルシーレストラン推進事業（栄養成分表示の店登録） <p>〔市町村〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・広報、健康教育・健康づくり教室・相談・訪問（全市町村） ・健診（特定、若年者、高齢者、農村地区、巡回ミニドック）、がん検診（全市町村） ・脳ドック（苫前町、初山別村、遠別町、天塩町） ・骨粗鬆症検診（留萌市、苫前町、羽幌町、遠別町、天塩町） ・肝炎ウイルス検診、エキノコックス検診（増毛町）・結核検診（増毛町、苫前町） <p>2 適正な食事がとれる食環境整備の推進</p> <p>〔保健所〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ヘルシーレストラン推進事業（栄養成分表示の店登録） ・特定給食施設等調査指導（利用者への適正な食事の提供） ・市町村栄養士研修会、 ・北海道栄養士会留萌支部及び市町食生活改善推進協議会への活動支援 ・栄養成分表示助言指導 <p>〔市町村〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・妊産婦・新生児・乳児訪問、乳児・幼児健診・健康相談、育児教室・サークル（全市町村） ・母子手帳交付時指導（増毛町、羽幌町、初山別村、遠別町） ・妊婦健康診査（増毛町、苫前町、羽幌町、初山別村） ・母親（両親）（産婦）教室（苫前町、遠別町、天塩町） ・5ヶ月児離乳食指導（苫前町）・離乳食教室（留萌市、羽幌町）・乳児育児教室（羽幌町） ・ベビーマッサージ（増毛町）・発達支援センター（初山別村） ・歯科健診・歯科保健指導（遠別町） ・フッ素塗布・フッ化物洗口（留萌市、増毛町、初山別村、天塩町） ・こがら児童クラブ食育教室（天塩町） ・高校生食育教室（天塩町） ・健診後保健指導、健康相談・訪問指導、地区別病態別教室（全市町村） ・運動教室（留萌市、増毛町、初山別村、天塩町） ・介護者教室、家族の集い（苫前町、初山別村）・ふれあいサロン（初山別村） ・地域活動支援【健康づくり推進協議会、食生活改善推進員協議会、保健推進員、健康づくり地区リーダー、生活改善グループ、スローフードの会、減塩応援隊】 	<p>1 適正な栄養摂取についての普及啓発</p> <ul style="list-style-type: none"> ○特定給食施設に健康情報を提供し適正な栄養摂取ができるよう普及・啓発に取り組みます。 ○各世代の適切な栄養摂取について食事バランスガイドによる普及・啓発に取り組みます。 ○適切な栄養摂取ができるよう栄養成分表示の見方について普及啓発に取り組みます。 ○適正体重が維持できる様、肥満と疾病の関係について普及啓発に取り組みます。 <p>2 適正な食事がとれる食環境整備</p> <ul style="list-style-type: none"> ○妊産婦、乳幼児の指導の中心となる行政栄養士や保育所栄養士、栄養教諭と情報交換をしながら食育の推進に取り組みます。 ○特定給食施設に情報の提供や研修会を実施し利用者に対し適正な栄養摂取ができるよう取り組みます。 ○特定健診、特定保健指導における個別指導の充実に取り組みます。 ○栄養成分表示の施設の登録推進に取り組みます。 ○行政栄養士、食生活改善推進員、調理師会に対し研修会や養成講座、再教育をとおし情報提供しながら個人や団体の支援に取り組みます。 ○スーパーやコンビニと連携した食生活の普及に取り組みます

<div style="border: 2px solid blue; padding: 2px;"> 身体活動・運動 </div>	平成29年度の取組	これからの取組（平成30年度以降）
	<p>1 運動習慣の定着と身体活動量増加のための普及啓発</p> <p>〔保健所〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ノルディックウォーキングポールの貸出 ・ノルディックウォーキング講習会の案内 <p>〔市町村〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・広報、健康教育、健診【特定、若年者、高齢者、農村地区、巡回ミニドック】（全市町村） ・がん検診（増毛町、苫前町、初山別村） ・肝炎ウイルス検診（増毛町） ・エキノкокクス検診（増毛町）・結核検診（増毛町、苫前町） ・脳ドック（苫前町、初山別村、遠別町） ・骨粗鬆症検診（留萌市、苫前町、羽幌町、遠別町） <p>2 健康づくり運動に関する環境整備及び市町村等が実施する健康運動取組事例の情報収集・発信</p> <p>〔保健所〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・すこやかロードの登録推進（市町村周知）、すこやかロード現地調査の立会 <p>〔市町村〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・妊産婦・新生・乳児訪問、乳児・幼児健診・健康相談（全市町村） ・母子手帳交付時指導（増毛町、初山別村、遠別町） ・妊婦健康診査（留萌市、増毛町、苫前町、初山別村） ・母親(両親)(産婦)教室・相談（遠別町、天塩町） ・育児教室、サークル（全市町村） ・親子遊び教室（留萌市、増毛町） ・ベビーマッサージ（増毛町） ・5ヶ月児離乳食指導（苫前町） ・乳児育児教室（羽幌町） ・発達支援センター（羽幌町、初山別村、遠別町） ・高校生食育教室（天塩町） ・健診後保健指導、成人老人健康相談、訪問指導（全市町村） ・健康づくり・運動教室（留萌市、小平町、初山別村、遠別町、天塩町） ・健康づくり等実践活動推進事業（初山別村）・市民ふれあいウォーキング（留萌市） ・地区別、病態別教室（全市町村） ・訪問リハ（苫前町、天塩町） ・介護者の集い(教室)（苫前町、初山別村）・ふれあいサロン（初山別村） ・地域活動支援【健康づくり推進協議会、食生活改善推進員協議会、健康づくり地区リーダー、保健推進員、生活改善グループ】 	<p>1 運動習慣の定着と身体活動量増加のための普及啓発</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ウォーキング、ノルディックウォーキングの普及啓発事業 ノルディックウォーキングを実施する市町村・関係団体等へのポールの貸し出しを行います。 ○温泉を活用した健康づくり事業 温泉を活用した健康づくり事業実施市町村を支援します。 <p>2 健康づくり運動に関する環境整備及び市町村等が実施する健康運動取組事例の情報収集・発信</p> <ul style="list-style-type: none"> ○すこやかロードの登録を推進します。 ○運動に関する各種教室等を実施します。 ○年間を通じて身近な運動が普及する様情報収集・発信をします。

休養	平成29年度の取組	これからの取組（平成30年度以降）
	<p>1 健康づくりのための睡眠指針、休養指針の普及啓発</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ p25 ころの健康に関する対策) に含む <p>2 地域・職域連携推進事業を通じた普及啓発</p>	<p>1 健康づくりのための睡眠指針、休養指針の普及啓発</p> <p>○休養や適切な睡眠についてホームページや健康教育等での普及啓発に取り組みます。</p> <p>2 地域・職域連携推進事業を通じた普及啓発</p> <p>○地域・職域連携推進連絡会で、休養や適切な睡眠について普及啓発に取り組みます。</p>

<div style="border: 2px solid blue; padding: 2px; display: inline-block;">喫煙</div> <div style="text-align: center;">平成29年度の取組</div>	これからの取組（平成30年度以降）
<p>1 喫煙が及ぼす健康への影響について普及啓発 〔保健所〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・禁煙に関するパネル展、禁煙相談、医療機関における調査と登録 ・未成年者喫煙防止講座（天塩町） <p>〔市町村〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・広報、健康教育、健康教室（全市町村） ・健診（特定、若年者、高齢者、農村地区、巡回ミニドック）（全市町村） ・がん検診（全市町村） ・地域活動支援【健康づくり推進協議会、保健推進員、健康づくり地区リーダー】 <p>2 禁煙支援の実施 〔保健所〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・禁煙相談窓口 ・禁煙外来の周知(禁煙に関するパネル展、健康教育) <p>〔市町村〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・健診後保健指導（全市町村） ・健康相談、訪問指導、病態別・健康教室（全市町村） <p>3 未成年者の喫煙防止対策 〔保健所〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・未成年喫煙防止講座（天塩町） <p>〔市町村〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・未成年喫煙防止の取組（天塩町） <p>4 妊娠期子育て期の喫煙防止対策 〔市町村〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・妊産婦・新生児・乳児訪問、乳児・幼児健診、健康相談（全市町村） ・母子手帳交付時指導（増毛町、羽幌町、初山別村、遠別町） ・妊婦健康診査（留萌市、増毛町、苫前町、初山別村） ・母親(両親)(産婦)教室（苫前町、遠別町） ・ 育児教室（初山別村） ・5ヶ月児離乳食指導（苫前町） <p>5 受動喫煙を減らすための分煙対策の推進 〔保健所〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・医療機関における調査 ・おいしい空気の施設登録 <p>〔市町村〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・タバコ対策（天塩町） 	<p>1 喫煙が及ぼす健康への影響について普及啓発</p> <ul style="list-style-type: none"> ○世界禁煙デー、禁煙週間時において、禁煙に関するパネル展の実施など普及啓発の取組を行います。 ○保健所ホームページにおいて「たばこと健康」について普及啓発を図ります。 ○喫煙防止に関する健康教育を実施します。 <p>2 禁煙支援対策</p> <ul style="list-style-type: none"> ○禁煙相談窓口を開設し、禁煙を希望する人への支援を行います。 ○必要に応じ、禁煙外来の紹介を行います。 ○希望に応じ、市町村における禁煙対策への支援を行います。 <p>3 未成年者の喫煙防止対策</p> <ul style="list-style-type: none"> ○未成年者の喫煙防止講座について、小学校への働きかけを行い希望があった学校への講座を実施します。 <p>4 妊娠期子育て期の喫煙防止対策</p> <ul style="list-style-type: none"> ○妊娠・子育て期の喫煙について、市町村をはじめとした関係機関への情報提供及び普及啓発を図ります。 <p>5 受動喫煙を減らすための分煙対策の推進</p> <ul style="list-style-type: none"> ○公共施設での分煙対策の推進に向けて、未実施施設に個別働きかけを行います。 ○飲食店等へ「おいしい空気の施設」の登録の働きかけを行います。

<div style="border: 2px solid blue; padding: 2px; display: inline-block;">飲酒</div> <div style="text-align: center;">平成29年度の取組</div>	これからの取組（平成30年度以降）
<p>1 特定保健指導従事者に対する、生活習慣病のリスクを高める飲酒についての情報提供及び「適度な飲酒に関する保健指導マニュアル」による適正飲酒の普及啓発</p> <p>〔保健所〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・各種ポスター等掲示、チラシの配布等 <p>〔市町村〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・広報、健康相談、訪問指導、健康教育、病態別・健康教室（全市町村） ・健診【特定、若年者、高齢者、農村地区、巡回ミニドック】（全市町村） ・がん検診（増毛町、苫前町、初山別村、遠別町） ・肝炎ウイルス検診、エキノコックス検診（増毛町） ・脳ドック（苫前町、初山別村、遠別町、天塩町） ・骨粗検診（苫前町、羽幌町） ・健診後保健指導（全市町村） ・地域活動支援【健康づくり推進協議会、保健推進員、健康づくり地区リーダー】 <p>2 未成年者・妊婦への対策</p> <p>〔市町村〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・健康相談、訪問指導（全市町村） ・妊婦・新生児訪問（留萌市、増毛町、苫前町、羽幌町、初山別村、遠別町） ・母子手帳交付時指導（増毛町、羽幌町、初山別村、遠別町） ・妊婦健康診査（留萌市、増毛町、苫前町、初山別村） ・母親（両親）（産婦）教室（苫前町、遠別町） ・5ヶ月児離乳食指導（苫前町） ・乳児・幼児健診・健康相談・巡回児相（増毛町、苫前町、羽幌町） ・育児サークル・教室（苫前町、初山別村） 	<p>1 特定保健指導従事者に対する、生活習慣病のリスクを高める飲酒についての情報提供及び「適度な飲酒に関する保健指導マニュアル」による適正飲酒の普及啓発</p> <p>○飲酒が及ぼす健康への影響や適正飲酒について普及啓発に取り組みます。</p> <p>2 未成年者・妊婦への対策</p> <p>○未成年者・妊産婦を対象とした喫煙やアルコールに関する健康教育に取り組みます。</p>

<div style="border: 2px solid blue; padding: 2px; display: inline-block;">歯・口腔</div> 平成29年度の取組	これからの取組（平成30年度以降）
<p>1 むし歯や歯周病予防について、必要性や具体的なスキルも含めた普及啓発・健康教育・研修会 〔保健所〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・フッ化物洗口普及支援事業 <p>〔市町村〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・広報、健康教育（全市町村） ・健診【特定、若年者、高齢者、農村地区】（羽幌町、遠別町、天塩町） ・骨粗鬆症検診（羽幌町） ・地域活動支援【健康づくり推進協議会、健康づくり地区リーダー、】 <p>2 保健指導 〔保健所〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・市町村支援 <p>〔市町村〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・乳児・幼児健診・健康相談、地区別病態別健康教室、フッ素塗布・フッ化物洗口（全市町村） ・妊婦健康診査（留萌市、増毛町、苫前町） ・妊婦・新生児・乳児訪問（留萌市、増毛町、苫前町、羽幌町、遠別町） ・母子手帳交付時指導（増毛町、羽幌町、遠別町） ・母親(両親)(産婦)教室（苫前町、遠別町、天塩町）・遊び方教室（留萌市） ・1歳歯科保健指導（遠別町）・虫歯予防事業（小平町） ・5ヶ月児離乳食指導（苫前町）・育児教室（初山別村） ・成人歯科検診（小平町、初山別村、天塩町） ・健診後保健指導（留萌市、羽幌町、遠別町） ・成人老人健康相談・訪問指導（留萌市、苫前町、羽幌町、初山別村、遠別町） <p>3 週間、イベント等での歯科保健の普及 〔保健所〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「親と子のよい歯のコンクール」 ・「お口と歯の健康キャンペーン」 <p>4 成人を対象とした歯科対策の実施、高齢者の口腔機能維持・向上に関する普及啓発等及び障がい者（児）の歯科疾患予防と歯科受診支援体制整備並びに要介護高齢者の口腔機能向上に関する普及啓発等 〔保健所〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・在宅難病療養者等訪問口腔ケア事業 ・健康教育、 ・市町村支援 ・障がい者（児） 歯科保健医療連携推進事業 ・要介護高齢者歯科保健対策推進事業実施に向けた働きかけ <p>5 関係機関とのネットワークの構築 〔保健所〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・歯科保健医療専門部会の開催 	<p>1 むし歯や歯周病予防について、必要性や具体的なスキルも含めた普及啓発・健康教育・研修会</p> <p>○フッ化物洗未実施施設に対してフッ化物洗口の実施について推進し、実施済み施設については洗口が継続実施されるよう支援します</p> <p>○成人歯科健診プログラム保健指導推進事業に取り組みます。</p> <p>○口腔ケア及び口腔機能向上に関する知識の普及啓発を行います。</p> <p>2 保健指導</p> <p>○各種事業を通して歯科保健相談、歯科保健指導を行います。</p> <p>3 週間、イベント等での歯科保健の普及</p> <p>○各市町村及び歯科医師会と連携し、「親と子のよい歯のコンクール」や「お口と歯の健康キャンペーン」等を行います。</p> <p>4 成人を対象とした歯科対策の実施、高齢者の口腔機能維持・向上に関する普及啓発等及び障がい者（児）の歯科疾患予防と歯科受診支援体制整備並びに要介護高齢者の口腔機能向上に関する普及啓発等</p> <p>○関係機関、団体等と連携し協議しながら取り組みます。</p> <p>5 関係機関とのネットワークの構築</p> <p>○歯科保健の推進のため、関係機関等とのネットワークの構築を進めます。</p>

