

令和4年度 プラン21(第二次)の推進に関する健康推進課の主な取組

1 がん予防・検診受診率向上事業 女性の健康を支援するポータルサイトを活用した普及啓発

予算額: 41,946千円

該当するプランの分野

がん<重点分野>

女性の健康を支援するポータルサイト「TOKYO #女子けんこう部」(令和3年2月開設/令和4年1月リニューアル)

- 内容: 女性が、健康な生活や女性特有の病気などについて手軽に情報を入手できるポータルサイト
- 目的: **女性の自らの健康に対する意識づけを促し、女性に特有の疾患の予防・検診受診等の行動変容につなげる。**
- 特徴 無関心層も興味を持ちやすく分かりやすい、**イラスト等を用いた解説**(人気マンガ家・ミツコ氏を起用)
病気や健康課題に関する基本的な情報の解説と、正確かつ詳細な情報を掲載した専門サイトの紹介



(QRコード)

掲載テーマ	R3
子宮頸がん(子宮頸がんのこと、HPV、検診、精密検査等)	拡充
乳がん(乳房のセルフチェック、検診、精密検査、高濃度乳房等)	拡充
大腸がん(大腸がんのこと、予防法、検診、精密検査等)	新設
こころの健康(ストレスとの付き合い方、女性のこころの変化、相談窓口等)	新設
喫煙(喫煙の有害物質、健康影響、妊娠・出産への影響、禁煙方法等)	新設
飲酒(女性の適度な飲酒量、上手なお酒との付き合い方等)	継続
食生活(やせにならないための健康な食生活、外食・中食の工夫等)	継続
健康関連情報(都作成の健康、医療、妊娠・出産等のサイト紹介)	新設



- 「TOKYO #女子けんこう部」を活用し、子宮頸がん、乳がん、大腸がんに関する正しい知識、予防、検診受診の重要性、普段と異なる体調の変化を感じたら速やかに医療機関を受診する重要性などについて継続的な普及啓発を展開し、行動変容につなげる。

☞ 「TOKYO #女子けんこう部」の運用による継続的な情報発信

女性の健康問題に関する基礎知識を補足する定期コラムの配信により、継続的な情報を発信する。

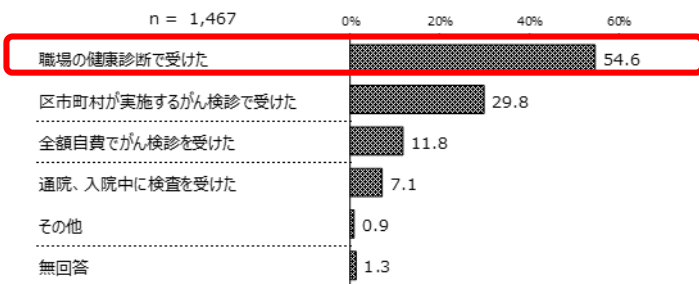
☞ 「TOKYO #女子けんこう部」の活用による対象者層に応じた普及啓発

参加型オンライントークイベント等の開催(子宮頸がん・乳がん)、WEB広告の掲載(乳がん・大腸がん)、女性の健康週間 等

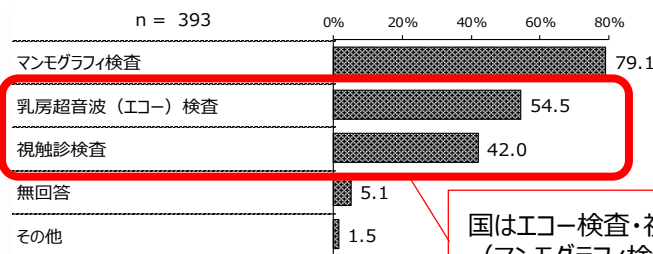
【現状と課題】 ※以下のデータの出典は全て「平成30年度東京都がん予防・検診等実態調査」より

- がん検診を受けた都民の **5割**が、企業や健康保険組合が実施する**職域のがん検診**を受けており、**職域におけるがん検診は、都民の受診機会の確保において重要な役割を担っている**（図1）。
- 職域のがん検診は、法的根拠がなく、事業者や保険者が福利厚生の一環として任意で実施している。このため、**検査項目や対象年齢等、検診の実施方法は様々**であるのが実態である（図2）。
- 国は、職域におけるがん検診を適切かつ効果的に行うためには、事業主や保険者ががん検診を任意で実施する際に、「**職域におけるがん検診に関するマニュアル**」を参考とすることが望ましい、としているが、**マニュアルの認知度は低い**（「知らない」と回答が92.1%）。

（図1）胃がん検診の受診機会



（図2）企業が従業員に実施する乳がん検診の検査方法



国はエコー検査・視触診検査は非推奨（マンモグラフィ検査のみ推奨）

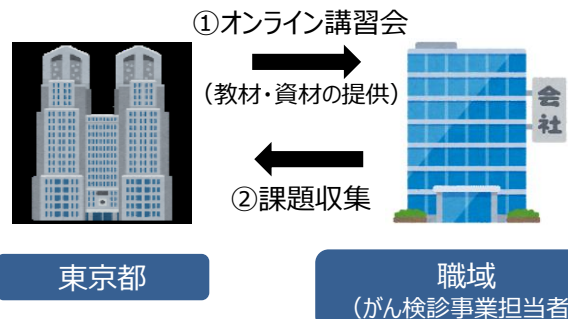
- がん検診はがんの死亡率が減少する効果があると科学的に評価された実施方法により適切に行われることが重要。特に都民の受診機会が最も多い、**職域におけるがん検診が適切に実施されることが重要**。
- 職域のがん検診について、**職域マニュアルの認知度を高め、がん検診が適切な検査項目、対象年齢等に基づいて適切に実施されるよう、職域のがん検診事業に対する支援が必要**

➤ 職域のがん検診事業担当者に対するオンライン講習会の開催

適切ながん検診の重要性や精度管理の方法等を職域マニュアルに基づいて解説。また、都作成のe-ラーニング教材や普及啓発資材の活用を促す。

- **受診勧奨用の啓発資材（がん検診ハンドブック（仮称））の作成・提供**
実施主体が検診対象者に受診勧奨のために配布する啓発資材（デジタルブック）を作成し、活用を促す。

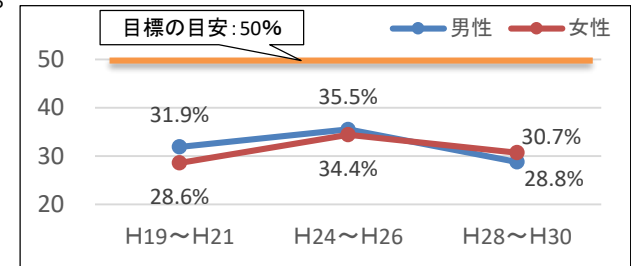
- **検診実施上の課題を把握し、課題解決に向けた支援策等について検討**



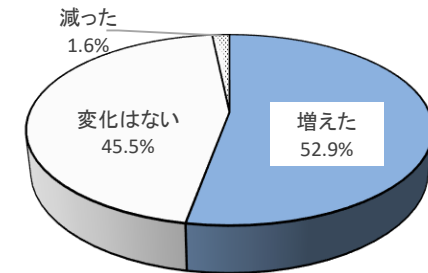
【現状と課題】

- プラン中間評価では、野菜350g以上/日を摂取する人の割合は改善傾向にあったが、依然として目標の目安（50%）に達していない。特に20～40歳代の摂取量が少ない。
 - 都民の昼食の外出率の高さに着目し、平成26年度より関係団体と連携しながら野菜メニュー店の整備を進め、店舗数は年々増加してきている。また、R2調査において、都民が飲食店に希望することは、「野菜たっぷりのメニュー」が1位（55.9%）。
 - 厚生労働省課長通知「地域における行政栄養士による健康づくり及び栄養・食生活の改善の基本指針」において、健康づくりや栄養・食生活の改善に取り組むための具体的な内容として、飲食店によるヘルシーメニューの提供等の促進が示されている。
 - 新型コロナウイルス感染症により、外出の機会の減少、中食・内食の増加が見られる。また、カット野菜や冷凍野菜の購入が増加している。
- 引き続き、既存の啓発資材を活用して野菜摂取に関する情報発信をするとともに、野菜メニュー店を整備し、飲食店からも野菜に関する情報を発信してもらう。
 - 市町村や関係団体等と連携・協働して野菜メニュー店や野菜摂取に関する情報提供する。また、各々の立場から野菜摂取について取り組んでもらう。
 - あわせて、コロナ禍で増加する内食・中食での野菜摂取に向けた啓発に取り組む必要がある。

【野菜摂取量350g以上/日の人の割合の推移】



【コロナ禍での家庭での調理の機会】



(令和2年度インターネット福祉保健モニターアンケート)

☞ 都民向けガイドブック「野菜、あと一皿」の改訂

- ・ 外出の減少、中食・内食の増加に対応し、「もう一品」で野菜を摂取できるレシピ（HPに掲載）へ誘導
- ・ カット野菜や冷凍野菜の活用など、自炊時間や自炊経験に乏しい働く世代にも手軽に摂取できる工夫を充実
- ・ デジタル化し、簡単に情報にアクセス

☞ 都民向けガイドブック「野菜、あと一皿」の普及啓発

- ・ 働く世代に効果的に啓発（二次元コードでデジタル化した「野菜、あと一皿！」へ誘導）
- ・ 実施場所は、働く世代が利用する小売販売店等を想定



< 都民向けガイドブック >

4 自殺対策における専門的人材養成事業

予算額: 4,739千円

該当するプランの分野

こころの健康<重点分野>

【現状と課題】

- 東京都自殺総合対策計画の中で、基本政策の一つに「自殺対策を支える人材の育成」を位置付け、「ゲートキーパー養成のための指導者を育成し、行政・民間等を問わず、様々な分野においてゲートキーパーとなる人材の養成を強化」することとしている。
- 都は、これまで職域向け講演会の実施やリーフレット等啓発資材の作成、相談窓口職員に対する出前講座を実施してきた。
- ゲートキーパーは自殺死亡率減少への効果が示されている数少ない施策の一つであるが、効果が確認されているのは自殺ハイリスク層のキーパーソンとなる専門職への専門的な養成であり、我が国で行われているような全体的予防措置としての普及啓発に近いものではない。
- スウェーデンのゴットランド島での一般医に対する養成事例や、米国空軍での事例が知られている。
- 有識者会議において、「自殺予備群と接触する機会の多い者（助産師、ハローワーク職員等）やハイリスク者と接する者（プライマリ医師、介護士、消防関係者等）といった対人援助職に向けての人材育成が重要」との意見があがっている。
- 東京都の自殺者数を減少させるためには、これらのエビデンスを踏まえ、自殺対策の専門的な人材を養成する必要がある。



【ゲートキーパー手帳】

👉 自殺対策における専門的人材の養成

- ・ 自殺者数及び自殺死亡率の減少を目指すため、自殺ハイリスク者と出やすい専門職(医療系専門職)を対象に、専門的な人材養成(MHFAをベースとした医師による養成研修)を行う。

参考: WHOは「自殺関連行動を示した人」や「自殺で亡くなる人」の多くが、その1か月前にプライマリヘルスケア提供者に出会っているというデータを基にして、プライマリヘルスケア提供者にトレーニングを行うことを勧奨している。実際に、プライマリケア医を対象にした研修は、自殺率の減少効果を報告している。そのため、日本においても、広く一般に普及啓発は継続しながらも、自殺関連行動を示す人と出会う可能性がより高い人々(対人支援にかかわる専門職等)を対象に、対応スキルを身に付けることを目的としたトレーニングを実施していくことが肝要である。