

平成31年度 東京都健康推進プラン21(第二次)の推進に関する主な新規事業(案)

※平成31年度東京都予算案が東京都議会で可決された場合に実施

1 がん予防・検診受診率向上事業 働き盛り世代を対象とした啓発

予算案額:9,375千円

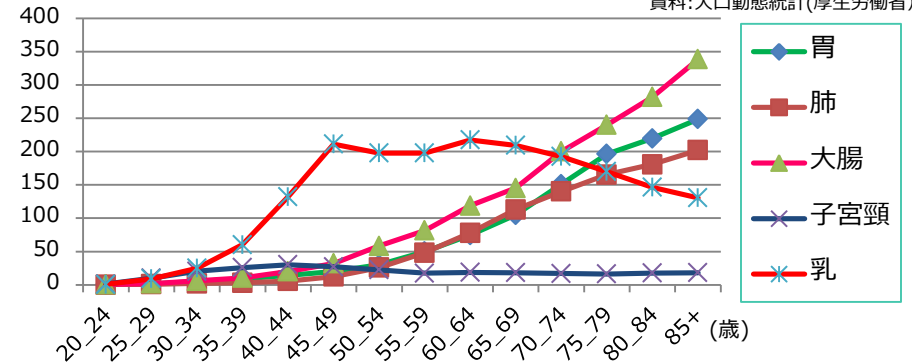
該当するプランの分野

がん<重点分野>

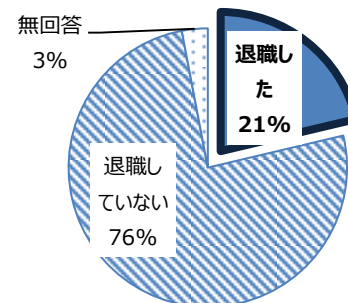
- がんは、男性で40歳代後半、女性では30歳代前半から死因第一位となり、女性特有のがん種を除き、その罹患率は40歳代から徐々に増加。
- 就業者のうち、約1/5が罹患を原因に退職。就労継続者も、年収は平均で半分以下に減少。
- 年間のがん罹患患者（20～59歳）のうち、子供（18歳未満）がいる人は全体の約4割と推計され、子供にとって親のがん罹患は、精神的な発達や心理的成長に大きな影響を与える。

働き盛り世代のがん治療は、心理的・経済的にも負担が大きくなることから、適切ながん検診受診による早期発見・早期治療が重要。

(人) « がん種別罹患率 (人口10万対) »

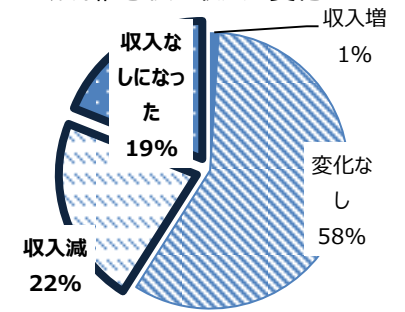


«がん罹患後の就労状況»



資料:がん患者の就労等に関する実態調査(東京都福祉保健局)

«がん罹患後の収入の変化»



資料:治療と職業生活の両立等の支援に関する検討会資料(厚生労働省)

- 上野動物園において、主にファミリー層を対象としたがん検診に関するスタンプラリーの開催
- ワイドコラボ協定を活用した保険会社との連携による啓発の実施
- 5がん共通の啓発資材を作成・活用した広報の実施

糖尿病予防対策事業 糖尿病重症化予防のためのパンフレット等の作成

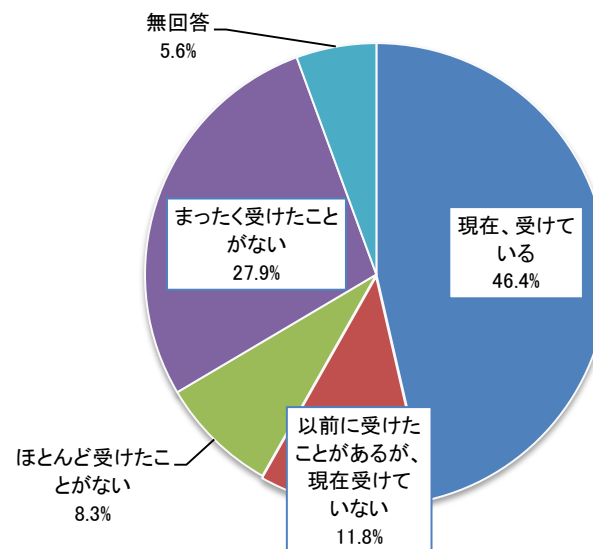
予算案額: 2,538千円

該当するプランの分野

糖尿病・メタボリックシンドローム
＜重点分野＞

- 糖尿病になると、心筋梗塞や脳卒中のリスクが高まるほか、糖尿病性腎症による透析や糖尿病網膜症による失明など深刻な合併症につながるおそれがあるが、糖尿病は、初期の段階では自覚症状が乏しく、未治療者や治療中断者が半数を占める。
- 糖尿病の発症・重症化予防に向けて、引き続き、望ましい生活習慣に関する正しい知識や定期的な健診受診の必要性について普及啓発を行うとともに、要治療者に対する受診勧奨や重症化リスクのある者への個別指導（服薬を含む。）の推進が必要。

糖尿病の疑いまたは糖尿病であると言われた人の受診状況
(平成26年度 東京都 20歳以上)



資料:「都民の健康と医療に関する実態と意識」(東京都福祉保健局)

糖尿病の深刻な合併症等について説明した、医療保険者・企業健康管理担当者向けのパンフレット等を新たに作成し、職域を通じて啓発を推進する。

生活習慣改善推進事業(ウェルネス・チャレンジから名称変更) 予算案額:9,058千円 女性の適正飲酒普及啓発のための川柳コンクール(仮称)

該当するプランの分野

飲酒

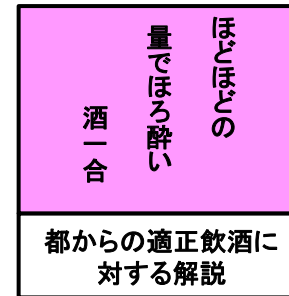
- 飲酒をする人のうち、生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人の割合の推移をみると、男性がほぼ横ばいなのに比べて、女性は増加傾向。
- 過度な飲酒は、がん、高血圧症、脂質異常症、循環器疾患などを引き起こすとされているほか、こころの健康との関連も指摘されている。また、本人の健康障害の原因となるだけでなく、周囲の人への深刻な影響や社会問題に発展する危険性も高いことから、飲酒に関する正しい知識の普及啓発が必要。
- 特に、女性は男性よりも少ない飲酒量で健康に影響を及ぼすほか、アルコール依存症に至るまでの期間も短いため、注意が必要。

<生活習慣病のリスクを高める飲酒量>



健康に悪影響を及ぼすことのないお酒の適量は、飲んだお酒に含まれる純アルコール量を基準として考えます。1日当たりの純アルコール摂取量が、成人男性で40g以上、成人女性で20g以上の飲酒を続けていると、様々な健康問題のリスクが高まると言われています。

<川柳と解説文 広報イメージ>



事業者団体と連携し、20歳以上の女性を対象に、飲酒をテーマにした川柳を募集し、審査・表彰する。表彰作品には、飲酒によるリスクや節度ある適度な飲酒の重要性に関する解説文を添え、各媒体を通じて広報する。

- 東京都受動喫煙防止条例が平成30年7月に公布：都の責務として禁煙教育を明記。
- 学習指導要領において、喫煙の健康影響に関する記載に加え、がん発症の要因の一つとして喫煙を新たに「がん教育」に位置づけ。
- 喫煙や受動喫煙が、様々な疾患のリスクとなることなど、健康影響に関する理解を深め、将来に向けて喫煙を開始しないための教育の推進が必要。

過去作成した副教材



(左) 中学1年生向け副教材「健康な未来を決めるのは誰？」(平成25年度改訂)
(右) 小学生向け動画教材「健康な未来を決めるのはあなた」(平成28年度作成)



喫煙・受動喫煙が健康に及ぼす悪影響について、正しい知識を普及するため、新たに、小・中・高校の保健体育の授業等に活用できる副教材を作成し、各学校に配布

5 高齢者の食環境整備事業

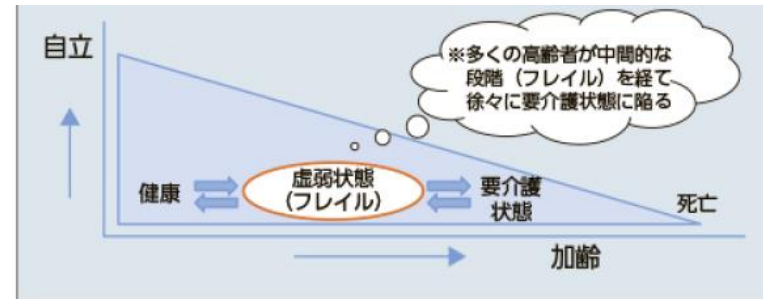
予算案額:9,714千円

■ 要介護高齢者の多くが、フレイルという段階を経て徐々に要介護状態に陥ることから、高齢期に自立した日常生活を送るために、栄養、運動、社会参加によるフレイルの予防・先送りが重要。

■ 低栄養などに陥りがちな高齢者の特性を踏まえ、低栄養の予防に有効と言われている多様な食品摂取を推奨すると共に、配食事業者等の質の向上を図ることなどにより食環境を整備することが必要。

<高齢者の虚弱(フレイル)とは>

加齢とともに、心身の活量(例えば筋力や認知機能等)が低下し、生活機能障害、要介護状態、そして死亡などの危険性が高くなった状態

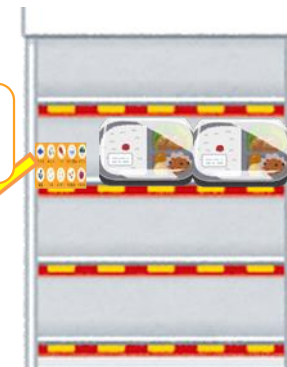


資料:「平成28年版厚生労働白書」(厚生労働省)

<コンビニ連携 実施内容(案)>

- ★ 弁当や総菜に使われている食品の種類をポップで表示
- ★ 啓発資材の配布
- ★ ポスターの掲示

ポップ例: 弁当や総菜に使用している食品を表示!



<配食事業者講習会 実施内容(案)>

- ★ 高齢者の身体・摂食嚥下の特徴
- ★ フレイル予防の食事
- ★ 献立作成や調理上の留意点
- ★ 栄養アセスメント

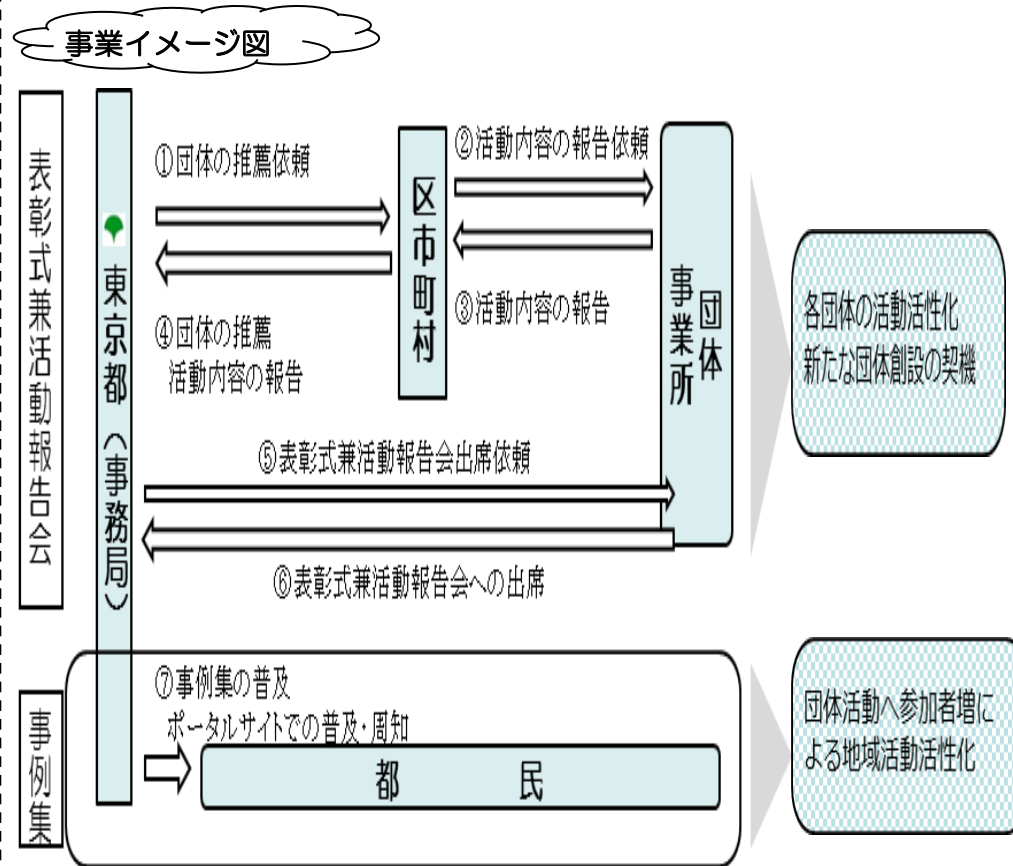


フレイルの原因の一つである高齢者の低栄養を予防するため、コンビニエンスストア事業者と連携した普及啓発や、配食事業者を対象とした講習会を実施する。

予算案額：3,554千円

6 地元から発信する健康づくり支援事業

- 地域で活動する団体数は増えているが、高齢者の社会参加やシルバー人材センター会員数、近所付き合いの程度は減少傾向。週1回以上開催の通いの場への参加率は全国平均を下回っている。
- 地域のつながりが豊かなほど、住民の健康状態が良いことが報告されており、都民の健康を維持・向上させるためには、本人の生活習慣の改善のみならず、地域や人とのつながりと健康との関連など、ソーシャルキャピタルの重要性について、更に周知を図る必要がある。
- 区市町村や職域など関係機関とも連携し、現役世代のうちから、地域のボランティア活動や自治会活動などに参加し、地域とのつながりを作っておくことの意義や重要性を啓発する必要がある。



地域で健康づくりに取り組む団体や事業所の活動事例の表彰や紹介を通じ、地域で活動する団体等の取組の活性化を図るとともに、シニア予備群等の地域活動への参加を促進する。

7 職域健康促進サポート事業における普及啓発の充実

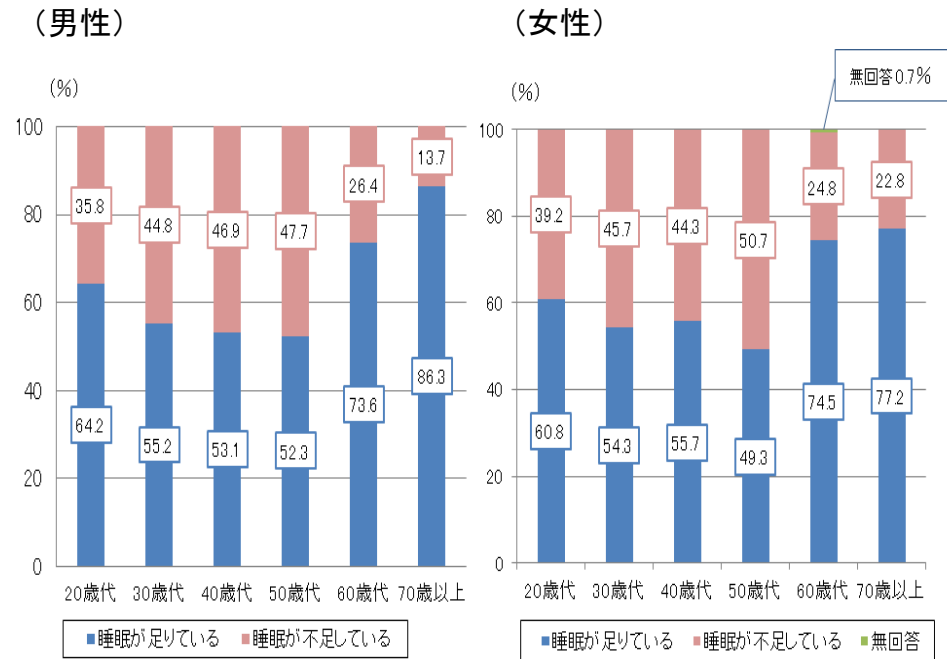
予算案額: 50,939千円

該当するプランの分野

休養
こころの健康<重点分野>
高齢者の健康

- 都の調査に対し、30～50歳代の働く世代では、男女ともに約半数が睡眠が不足していると回答。睡眠が不足している人は、こころのゆとりを持つことができていない、余暇が充実していないとする割合が高い。
- 支援が必要な程度の心理的苦痛を感じている者は、50歳代までの割合が高く、専門家への相談が必要と感じた時に、適切な相談窓口を見つけることができた人は、30～50歳代の割合が低い。
- 健康な状態で高齢期を過ごしてもらうため、都内で働くシニア予備群に対し、退職後を見据えた高齢期の健康管理、社会参加の重要性などについて、職域と連携した普及啓発が必要。

睡眠の充足感(平成28年 東京都)



資料:「健康と保健医療に関する世論調査」(東京都生活文化局)

職域健康促進サポート事業による普及啓発の対象に、「休養」、「こころの健康」、「フレイル予防」について追加する。