

# 活動成果報告書

平成26年度（第18回）「チョダ地域保健推進賞」

活動テーマ

生活習慣改善でがん予防！

「野菜1日350gもっと食べよう！」ポピュレーションアプローチ

応募グループ名称及び氏名（グループの場合は代表者名）

上富良野町保健福祉課健康推進班

代表者：杉原 直美

勤務先：上富良野町保健福祉総合センター かみん

所 属：上富良野町保健福祉課 健康推進班

所在地：〒071-0567

北海道空知郡上富良野町大町2丁目8番4号

TEL：0167-45-6987

FAX：0167-45-5788

E-Mail：sugihara-n@town.kamifurano.lg.jp



野菜の試食と野菜摂取の実態把握

## ◇活動方針

上富良野町は平成26年2月、町民総意で「健康づくり推進のまち」宣言をしました。自らの健康は自らつくることを基本に、様々な活動を通して町民がともに支え合い、健康長寿のまちをめざしています。

具体的な保健活動は、健康かみふらの21計画（第2次）に基づき推進しています。

特に今年度は、レシピや健診情報を電子的に活用して、効果的・効率的に保健事業を推進し、住民の健康寿命を延伸することを目的に「上富良野町保健事業実施計画（データヘルス計画）」を立案します。

# 活動成果報告書

## ◇活動内容

### ①がん検診受診率の向上で早期発見・重症化予防

#### i がん検診受診率

H25.肺がん検診	63.7%(前年 65.7%)	H26 肺がん検診	
胃がん検診	13.8%(前年 10.2%)	胃がん検診	13.4%
大腸がん検診	17.9%(前年 12.3%)	大腸がん検診	18.2%
子宮がん検診	22.3%(前年 14.9%)	子宮がん検診	23.4%
乳がん検診	27.4%(前年 17.7%)	乳がん検診	27.5%

目標である、受診者数を伸ばしている状況です。

特に、国においては、「25年国民生活基礎調査結果」の受診率を参考にしており、その対象群に合わせてみると、

#### 【5 大がんにおける受診率の比較】

		胃がん	肺がん	大腸がん	乳がん	子宮がん
国	男	45.8%	47.5%	41.4%		
	女	33.8%	37.4%	34.5%	43.4%	42.1%
上富	男	44.3%	82.7%	42.2%		
	女	24.1%	75.9%	25.5%	31.1%	26.5%

ターゲットにする対象が明確になりました。

#### ii 学習会の開催

平成27年2月10日「健康づくり推進のまち宣言」1周年記念講演を開催

演題 がんを遠ざける生活習慣～がんにならない生活習慣がわかる

講師 独立行政法人国立がん研究センター がん予防・検診研究センター  
センター長 津金 昌一郎 氏

### ②生活習慣病改善で発症予防

#### i タバコ対策

COPD 対策として、健診に肺機能検査を導入（喫煙者に対して無料で実施）334人に実施し、有所見 53.3%と疾病の早期発見、重症化予防が図られました。

#### ii 野菜1日350g食べよう

1年をかけて、「野菜不足」解消のため、町民へのPR活動を継続実施しました。

# 活動成果報告書

- ・乾燥野菜の保存方法を普及
- ・野菜の展示、必要性の学習会を開催
- ・食生活改善推進委員（きららの会）の学習と普及活動の拡大
- ・健診会場で野菜料理の試食
- ・野菜摂取実態把握
- ・かみふっ子健診の実態から、町内小学校各学年に食育授業を実施。年齢に見合った食事の基準量を学び教材を使った野菜の大切さを伝える活動を推進しました。

## ◇今後の計画

### ①がん検診受診率の向上で早期発見・重症化予防

- i 実態から、女性のがん検診受診を延ばす対策を推進します。  
訪問で、パソコン（賞金で購入）を使った、学習資料を活用したり、検診履歴の確認や申込、併せて対象者の選別を実施します。
- ii 個人の検診受診履歴票を作成し、自ら検診の必要性を理解できる取り組みを進める。
- iii 町独自の女性対象者に無料クーポン券を配布し、受診の向上を図る。

### ②生活習慣病改善で発症予防

- i スパイロメーターを購入し、禁煙推進と併せて、COPD の早期発見に努めます。
- ii 平成 26 年度の野菜実態調査は、約 3 割の方が 1 日 3 5 0 g の野菜を食べていました。しかし、子どもの野菜嫌いが深刻で、町内小学校での食育授業について、今後は学校栄養教諭と連携を図りながら進めていきます。
- iii 継続した野菜摂取の推進を図ります。