

8. 尾鷲保健福祉事務所の取組

尾鷲保健福祉事務所の取組

①平成21年度の取組

子どもの頃からの健康づくり活動

平成13年1月に管内の小中学生及びその保護者を対象に、健康に関する実態調査を実施し、その結果様々な健康課題が明確となりました。そこで、13年8月に関係機関で健康課題を共有し、課題解決に向けて協働することを目的に、「紀北子どもの健康を考える委員会」を立ち上げ、継続的に取組をおこなっています。

平成17年度の健康生活実態調査結果より子どもの肥満や朝食欠食等の健康問題が解決していないことや朝食が主食のみの子が多いなどの課題の解決のために、本年度も継続して活動目標を

①親子ともに朝食を食べること ②バランスのよい食生活をする ③規則正しい生活リズムを身につけることとし、食育に関わるものが協働して普及・啓発活動を展開しました。

1 委員会及び作業部会

委員会及び作業部会を開催し、健康課題の共有化や解決に向けての検討をおこないました。

		日時	内容
委員会	第1回	H21.6.18	H21年度委員紹介 健康づくり施策について H20年度活動報告 H21年度活動方針 H21年度事業計画
	第2回	H22.3.4	H21年度事業経過報告 H22年度事業方針
作業部会	第1回	H20.7.10	H21年度作業部会会員紹介 健康づくり施策について H20年度活動報告 H21年度活動方針 H21年度事業計画
	第2回	H22.2.23	H21年度作業部会会員の活動状況の報告 H21年度活動報告 H22年度事業計画

2 子どもの健康を考える研修会

日時 平成21年10月18日(日) 13:00~15:30

場所 尾鷲庁舎大会議室

参加者 紀北子どもの健康を考える委員作業部会会員 小学校教諭、養護教諭、栄養職員、市町課長、保健師、栄養士、保育園保育士、看護師、食生活改善推進員、地域活動栄養士 28名

内容 講演「身体計測値の評価からみた子どもの健康を考える

～肥満 やせ 低身長やカルシウムなどについて～

講師 鈴鹿中央総合病院小児科 医師 西 英明 氏

3 いきいき調理実習

食習慣や人格の形成期にある小・中学校の児童・生徒を対象に、授業の一環として、「作る楽しさ」「食べる楽しさ」「いのちの大切さ」を体験し、食や健康への関心を高めてもらうために食の話と調理実習を内容とした、いきいき調理実習を開催しました。担任・養護教諭・学校栄養職員と食生活改善推進員とともに協働して各学校において実施しました。

日時	学校名	対象 人数	テーマ
H21.10.14	矢浜小学校	5. 6年生 32名	パンを使ったバランスのよい食事
H21.10.16	三木小学校	5. 6年生 6名	弁当づくり
H21.10.29	賀田小学校	6年生 7名	弁当づくり
H21.11.12	赤羽小学校	5. 6年生 7名	パスタ
H21.11.18	上里小学校	5年生 10名	バランスのよい食事 野菜をとろう
H21.11.20・24・27	紀北中学校	1年生 81名	郷土食
H21.12.9	輪内中学校	3年生 25名	郷土食

4 啓発活動

① 紀北町教育講演会

日時 平成21年11月17日(月) 18:00~21:00

場所 紀北町海山公民館

参加者 PTA関係者 300名

内容 健康づくり・食育・インフルエンザ等の啓発(パンフレット、啓発物品配布 パネル展示等)

② 尾鷲市PTA研修会

日時 平成22年2月21日(日) 13:30~16:00

場所 尾鷲市中央公民館

参加者 PTA関係者 200名

内容 喫煙防止・食育等の啓発(パンフレット、啓発物品配布 パネル展示等)

健康食育推進

① 幼児欠食ゼロ推進セミナー

幼児期の朝食欠食を防ぎ、健康な食習慣の形成を図ることを目的に研修会を開催しました。

日時 平成21年5月23日(土) 14:00~16:00

場所 紀北町老人福祉センター

参加者 紀北私立保育園 園長・保育士・栄養士・調理員等 70名

内容 講演「保育園・家庭・地域が連携した食育の推進」

講師 三重中京大学短期大学部 教授 土井 喜美子 氏

② 食事バランスガイド啓発

栄養管理ネットワーク研修会やPTA研修会等の機会を活用して、食事バランスガイドについて普及啓発を図りました。

③ 給食施設指導

健康増進法等に基づき給食施設の指導をおこなうとともに、給食施設従事者の資質の向上を目的に研修会を開催しました。

○給食従事者研修会

日時 平成21年8月28(金) 10:00~15:00

場所 紀北町老人保健センター

参加者 給食施設に従事する者 86名

内容 講演「給食施設における衛生管理」

講師 尾鷲保健福祉事務所 衛生指導課長

手洗い実習

講演・デモンストレーション

「野菜料理で元気に健やかに」

～おいしく、楽しく、きれいを演出～

講師 アクティブベジタブル&フルーツマイスター 西井 高美 氏

④ 人材育成・支援

地域における栄養改善や食環境整備の推進のために、食生活改善推進連絡協議会 市町栄養士
栄養管理ネットワーク研究会の活動を支援しました。

○ 尾鷲食生活改善推進連絡協議会リーダー研修会 3回

○ 市町栄養士研修会 2回

○ 地域栄養管理ネットワーク研究会

・幹事会 1回

・研修会 日時 平成21年7月2日(木) 10:00~15:00

場所 尾鷲庁舎大会議室

参加者 管内管理栄養士・栄養士 41名

内容 講演「口腔衛生と生活習慣病予防」

講師 紀宝町役場福祉課 歯科衛生士 竹田 仁香 氏

講演「高齢者の栄養問題とその解決について」

講師 新宮市立医療センター 管理栄養士 松本 和美 氏

たばこ対策

普及啓発の実施

○世界禁煙デー及び禁煙週間

①パネル展示

日時：平成21年5月25日～6月6日

場所：県尾鷲庁舎県民ホール

②街頭キャンペーン

日時：平成21年5月29日 16:00~17:00

場所：ジャスコ尾鷲店

③高校での啓発物品配布及びポスター掲示

○未成年者の喫煙防止啓発

①高校文化祭におけるたばこコーナーの開設

日時：平成21年10月29日・30日

場所：尾鷲高等学校

内容：パネル展示、たばこクイズ、パンフレット・啓発グッズの配布

②紀北町PTA総会での啓発

日時：平成21年11月17日 18:30~21:00

場所：紀北町海山公民館

内容：パネル展示、パンフレット・啓発グッズの配布

○住民への啓発(コープくらしの活動交流会)

日時：平成21年10月20日 11:00~13:00

場所：せぎやまホール

内容：パネル展示、パンフレット・啓発グッズ配布、健康クイズ

こころの健康づくり活動(メンタルヘルス対策)

管内の自殺者の年齢調整死亡率(H15~19年累計)は35.8と県22.0と比べても高い傾向にあります。

平成15~17年度には、地域で身近なこころの相談相手となるリスナー養成に取り組んできましたが、平成18年度は、地域や職域におけるメンタルヘルス対策を推進する人材を育成するために、職域メンタルヘルスサポーターの養成や市町等のリスナー指導者の養成に取り組んできました。

さらに平成 19 年度からは、地域の保健福祉関係者・教育関係者・職域における健康管理者等に幅広く呼びかけ、精神保健福祉研修会を開催し、21 年度も継続して実施しました。こころの健康問題についての正しい理解と対処行動についての普及、啓発を図るとともに、メンタルヘルスを推進するための人材の育成に取組ました。

1. 精神保健福祉研修会の開催 (研修日程及び内容)

日時・会場	内 容	講 師	参加者
7月15日(水) 13:30~16:30 (尾鷲庁舎 301 会議室)	・講義 「精神保健福祉総論(関連法の理解)」	三重県健康福祉部 障害福祉室 和田 正子 主幹 三上 政和 主査	3名
7月29日(水) 13:30~16:30 (尾鷲庁舎 301 会議室)	・講義 「精神障がい者等ソーシャルワーク技術」	三重県健康福祉部 障害福祉室 和田 正子 主幹 三上 政和 主査	5名
8月26日(水) 13:00~17:00 (尾鷲庁舎 大会議室)	・講義 「基礎疾患の理解(うつ病、職場のメンタルヘルス、職場復帰支援)」 ・講義と体験 「メンタルヘルス技法の知識と体験Ⅰ(リラクゼーション技法)」	多度あやめ病院 三津谷 秀芳 医師 こころの健康センター 安保 明子 専門監	19名
9月9日(水) 13:30~16:30 (尾鷲庁舎 大会議室)	・講義 「専門知識の理解(高齢者のメンタルヘルス、睡眠障害)」	こころの健康センター 井上 雄一朗 所長	10名
9月30日(水) 13:30~16:30 (尾鷲庁舎 大会議室)	・講義 「疾患の理解と対応(統合失調症・パーソナリティ障がい)」	熊野病院 川合功治朗 医師	7名
10月14日(水) 13:30~16:30 (尾鷲庁舎 大会議室)	・講義と体験 「積極的傾聴の知識と体験」	元本田技研カウンセラー 前田 隆司 氏	11名
10月30日(金) 10:00~16:00 (尾鷲庁舎 大会議室)	・講義と演習 「メンタルヘルス技法の知識と体験Ⅱ(交流分析)」	幸プランニング 長野 ゆき子 氏	9名
11月18日(水) 10:00~16:00 (尾鷲庁舎 大会議室)	・講義と演習 「メンタルヘルス技法の知識と体験Ⅲ(認知療法)」	桔梗が丘四番町診療所 臨床心理士 北田 義雄 氏	5名

2. 自殺予防対策事業

《健康づくり推進員研修会》

地域住民の身近な相談役である健康づくり推進員が、自殺予防に対する意識を高め、日常の活動に活かしていけるよう、自殺予防研修会を開催しました。受講者は、地域の自殺の実態と自殺予防の大切さや専門の相談機関の存在を知り、自殺予防についての意識づけが行えたと思います。

(日程及び内容)

日時・会場	内 容	講 師	参加者
3月 8日(月) 13:30~15:30 (紀北町老人福祉センター)	紀北町の自殺統計について 講演「こころのSOS(病気)を見逃さないで!!~自殺の現状と予防について」	尾鷲保健福祉事務所 こころの健康センター 井上 雄一朗 所長	健康づくり 推進員・ 民生委員 46名

《東紀州地域自殺対策連絡会》

熊野保健福祉事務所管内を含めた東紀州地域は、三重県の中で自殺死亡率が高い地域であり、この地域の関係機関が地域の自殺問題について情報共有し、連携して自殺予防対策に取り組んでいけるよう連絡会を開催しました。この会議では、それぞれの所属の取組や課題を共有し、地域全体として、自殺の要因分析と一次予防としての住民への啓発活動に取り組むという方向性を確認しました。

日程及び内容)

日時・会場	内 容	関係機関	参加者
10月28日(水) 15:00~17:00 (尾鷲庁舎 大会議室)	1. 自殺の現状と他地域での自殺対策 2. 東紀州地域自殺対策 3. 今後の予定	尾鷲総合病院・紀南病院・熊野病院・熊野自殺防止センター・三重県立看護大学・尾鷲市・紀北町・熊野市・御浜町・紀宝町・健康づくり室・熊野保健福祉事務所	21名
3月5日(金) 15:00~17:00 (尾鷲庁舎 大会議室)	1. 自殺の要因分析について 2. 今後の取組について	尾鷲総合病院・紀南病院・熊野病院・熊野自殺防止センター・三重県立看護大学・尾鷲市・紀北町・熊野市・御浜町・紀宝町・健康づくり室・こころの健康センター・熊野保健福祉事務所	25名

《自殺予防講演会》

地域住民が自殺を身近な問題として捉え、それぞれが自殺予防について考えることができるように、先進的に自殺予防を行っている講師を招いて講演会を開催しました(熊野保健福祉事務所主催)。この講演を受講したことで、住民が自殺の問題をあらためて認識し、一人一人が自殺予防について考えるきっかけとなりました。

(日程及び内容)

日時・会場	内 容	講 師	参加者
2月11日(木) 13:00~15:00 (生涯学習センター「まなびの郷」)	講演 「死んだらアカン! 命の灯台・東尋坊からのメッセージ」	NPO 法人「心に響く文集・編集局」 茂 幸雄氏 川越 みさ子氏	230名

3. その他(健康教育等メンタルヘルスに関する啓発)

地域関係機関からの要請に応じて、メンタルヘルスに関する健康教育や啓発物品・パンフレット等での普及啓発を行いました。

健康教育: 尾鷲税務署職員研修

23名(H21.12.10実施)

②平成21年度成果

子どもの頃からの健康づくり活動

- 紀北子どもの健康を考える委員会、作業部会における事業計画の協議や情報交換を通じて、子どもに関わる関係者が、子どもと保護者の改善すべき健康課題や解決策について情報の共有ができ、食育の推進が図られました。
- 子どもの健康を考える研修会を通じて、関係者の資質の向上と情報共有ができました。
- いきいき調理実習においては、子どもたちの食や健康への関心が高まり、調理を通して食の自立へのきっかけとなりました。
- 啓発活動では子どもをもつ若い世代に対して啓発をおこなうよい機会となりました。

健康食育推進

- 幼児欠食ゼロセミナーは食育に携わる職員間で共通理解が深まりました。
- 食事バランスガイドは機会あるごとに啓発につとめ、普及を図りました。
- 人材育成・支援については、各組織や団体の要望に合わせて研修等の形で支援をおこない、資質の向上につながりました。

たばこ対策

- 今年度は昨年同様に様々な機会をとらえて、広く地域住民に喫煙防止の啓発活動を実施することができました。
- 未成年者の喫煙防止啓発については、高校の文化祭でたばこコーナーを設置しました。今年度は2日間にわたり文化祭が開催され、健康クイズは両日共保健委員の生徒の協力を得ることで身近な啓発活動が行えたと思われます。また文化祭に来校した父兄にも禁煙の啓発ができました。
- 昨年度に引き続き「コープくらしの活動交流会」で啓発を行いました。年齢層が若い女性で啓発の場として有効でした。

こころの健康づくり活動(メンタルヘルス対策)

- リスナー指導者4名、職域メンタルヘルスサポーター9名を養成しました。管内市町ではリスナー指導者を複数人取得することができました。また、職域メンタルヘルスサポーターも少しずつ増えてきており、メンタルヘルス対策の推進のための人材育成をすすめることができました。
- 自殺予防については、市町や熊野保健福祉事務所と連携して、啓発のための研修会を行うことができました。また、自殺対策連絡会を開催したことで、地域の関係機関が自殺についての地域の課題を共有することができました。
- 地域関係機関からの要請により、健康教育を行うことで、メンタルヘルスに関する自己管理の啓発を行うことができました。

③平成22年度の方針、実施計画

子どもの頃からの健康づくり活動

紀北子どもの健康を考える委員会の事業の評価を及びまとめをおこなう年度となり、委員会及び作業部会を中心に、健康生活実態調査(アンケート)を実施し、10年間の事業の評価をおこないます。また活動をふりかえり、事業実績をまとめ今後の活動へとつなげます。

健康食育推進

望ましい食習慣の定着を目標に食事バランスガイドを活用しながら、食の関係団体等と連携し事業の推進を図ります。

たばこ対策

引き続き未成年者の喫煙防止対策を中心に、学校やPTA等に働きかけると共に、学校等への情報提供を実施し、取組の支援を行います。特に、生徒を巻き込んだ事業の展開を検討していきます。また、管内は妊産婦の喫煙率が7.6と県下で第2位です。胎児等への影響を鑑み市町の母子保健事業との協働や若い女性に対する啓発の強化を図ります。

こころの健康づくり活動(メンタルヘルス対策)

養成した人材の継続的なフォローと、スキルアップのための支援に取り組んでいきます。

地域の関係機関と連携して、自殺の実態把握と地域住民への自殺予防の普及啓発について具体的な取組を進めていきます。