

### 3. 鈴鹿保健福祉事務所の取組

産業保健、NPO等の関係機関、団体との連携で健康づくり事業を進めました。  
また、事業所等でも、課題となっているメンタルヘルス対策として、今年度も「こころの健康づくりセミナー」を実施しました。

先般の国民健康・栄養調査でも中心課題となっている、糖尿病予防を軸とする食育の推進、生活習慣病予防や自殺予防を目的とした啓発を、各種イベント、出前講座等で実施しました。

#### 【総合】

##### 1 健康づくり委員会

日時：平成22年3月4日（木）

内容：・「ヘルシーピープルみえ・21」21年度事業について

- ・ “ ” 21年度の取組について
- ・各事業所・各団体の健康づくりの活動展開について（情報交換、検討）
- ・地域保健と職域保健の連携について
- ・講演会「いまどきのうつ病」

##### 2 各種イベントにおける啓発

特定検診特定保健指導で着眼されている「メタボリックシンドローム」や、メンタルヘルス、食事バランスガイド等の啓発を行った。

また、メーデーや市町健康展等に参画し、「ヘルシーピープルみえ・21啓発」「運動・ウォーキングの推進」「ストレスがいつも解消できる人の増加」「喫煙率の減少」等の指標について、相談・情報発信すると共に、呼気中の一酸化炭素濃度の測定、禁煙相談、腹囲測定、体脂肪、血圧測定等実施し、健康づくりに関心をもっていただく機会とした。

実施日	内容	対象者	人数
H21. 4.25	鈴鹿勤労者連絡協議会2009メーデーにおけるヘルシーピープルの啓発	鈴鹿地域在住の各労働組合員とその家族	500名
H21. 6. 1	「世界禁煙デー」街頭啓発 平田町駅前	通勤・通学者	600名
H21.10.14	コープみえ「商品・くらしの活動交流会」	コープみえ組合員	150名
H21.10.19	亀山市クローバーフェスタ・あいあいまつり	一般住民	58名
H21.10.25	いきいき鈴鹿・みなウォーク	一般住民	280名
H21.11.15	鈴鹿市健康展	一般住民	500名
計			2,088名

##### 3 出前健康講座の開催

「ヘルシーピープルみえ・21」、「食育」「食事バランスガイド」「メンタルヘルス」等の出前健康講座を行い、地域住民の方の健康づくりの現状認識と動機付けおよび具体的な取組について考える場とした。

実施日	内容	対象者	人数
H.21. 5.12	食事バランスガイドの活用～メタボリックシンドロームを防ぐために～	食生活改善推進員	65名
H.21.5.15	中・高生の食生活の現状について～栄養指導のポイント～	地域活動栄養士	10名
H.21. 5.23	メタボリックシンドロームを防ぐために	(株)日商社員	20名

H.21.7.29	部下に対するケアについて	事業所管理者等	40名
H.21.8.5	部下に対するケアについて	事業所管理者等	20名
H.21.10.5	メタボリックシンドローム予防のための食生活	敷島スターチ(株)社員	20名
計		団体	175名

#### 4 「ヘルシーピープルみえ・21」コーナー

事務所内に啓発コーナーを設け、運動・タバコ・歯・食育・休養・健康増進月間・食生活普及月間・食事バランスガイド・ガン予防・結核・インフルエンザ予防・ノロウイルス感染症予防等の資料や啓発物品を設置し、来庁者が気軽に資料を手に取り健康づくりに取り組むきっかけづくりとした。

#### 【休養こころの健康づくり】

##### 1 こころの健康づくりセミナー

鈴鹿市医師会地域産業保健センター鈴鹿・亀山分室と共催し開催した。各分野からの参加があり、特に事業所関係者からの質問が多く、関心の高さが伺えた。

日時・場所・会場	内 容	対 象	受講人員
第1回 平成22年2月28日 (日)10:30~12:30 鈴鹿市文化会館 さつきプラザ	講演 テーマ「子どもと一緒に親も育つ」 講師 広島市子ども療育センター 診療部長 岡田 隆介 氏	保護者、教育、 医療、保健・福 祉 関係職員	121名
第2回 平成22年3月4日 (木)14:30~16:00 三重県鈴鹿庁舎4階 46会議室	講演 テーマ「いまどきのうつ病」 講師 森本メンタルクリニック 院長 森本 義典 氏	事業主及び従 業員 保健・医療・福 祉関係者	50名

#### 【栄養・食生活】

##### 1 「食事バランスガイド」の普及啓発

###### 1) リーダー研修

地域で食に関わる活動者等を対象に「食事バランスガイド」を普及し、生活習慣病予防及び地域住民への情報推進を促すことを目的に実施した。

開催日：平成21年5月12日(火)

内 容：食事バランスガイドの活用～メタボリックシンドロームを防ぐために～

参加者：65名

###### 2) 鈴鹿地域食のネットワーク通信の発行

平成17年度から毎年紙ベースで発行してきた「鈴鹿地域食のネットワーク通信」を、ホームページで提供するようにした。

<http://www.pref.mie.jp/ZHOKEN/HP/index.htm>

##### 2 食育

###### 1) 食育研修会

管内の保育所・幼稚園・小学校の食に関わる者、食に関するNPOやボランティア団体、地域保健関係者、家族等が連携し子供の朝食欠食ゼロを目指し実施した。

開催日：平成21年10月21日(水)

内 容：講演「作りたくなる朝ごはん」

講師：三重中京大学短期大学部食物栄養学科教授 土井喜美子 氏  
取組発表：「鈴鹿市教育委員会における朝食欠食予防の取組」

発表者:鈴鹿市教育委員会青少年課 副主幹 木村元彦 氏  
参加者:管内の保育所・幼稚園・小学校・放課後児童クラブ等の関係職員、  
食生活改善推進員、地域活動栄養士 等 63名

### 3 給食施設指導

継続的に提供される給食により心身の健康に与える影響は大きく、また、生活習慣病予防においても運動習慣とバランスの取れた食生活の定着が求められることから、給食施設の巡回指導を行うとともに、従事者を対象に衛生管理及び給食を活用した健康づくりの推進について研修会を実施した。

#### 1) 給食施設巡回指導

健康増進法等に基づく給食施設指導を実施した。

	管理栄養士必置 知事指定施設	特定給食施設	一般給食施設	合計
施設数	9	58	69	136
指導数	9	19	24	52

#### 2) 給食施設従事者研修会

開催日:平成21年9月15日(火)

内容:講演「給食施設における衛生管理」

講師:三重県桑名保健福祉事務所 食の安全・安心監視課  
技師 押元 恵 氏

事例提供「事業所給食における喫食者への健康アプローチ」

発表者:ホンダ開発株式会社鈴鹿事業部ケータリングサービス課  
管理栄養士 内田 敦子 氏

行政説明 三重県鈴鹿保健福祉事務所健康増進課

主査 井上 恵理

参加者:給食業務に従事する職員等(77名)

#### 【たばこ】

##### 1) 世界禁煙デーキャンペーン

日時:平成21年 6月 1日

場所:近鉄平田町駅前

内容:通勤・通学者に啓発物品を配布して啓発。 600 名

##### 2) 調理師会と協働し、「たばこの煙のないお店」の推進に努めた。

#### <平成21年度の成果と平成22年度の計画>

##### 1 こころの健康づくり

こころの健康づくりについては、鈴鹿市医師会地域産業保健センター鈴鹿亀山分室との共催でセミナーを2回開催した。各分野からの多数の参加があり、22年度も引き続き、各団体との協働により、働き盛りの自殺予防に取り組んでいきたい。

##### 2 栄養・食生活

さまざまな主体と協働し、食事バランスガイドの普及啓発、食育の推進等を行うとともに、管内各種団体からの健康教育依頼も、普及の機会ととらえて多くの方々に啓発を行うことができた。また、管内の給食施設に対して巡回指導を行い、さまざまな年代の喫食者の食環境の整備につなげた。

平成22年度も引き続き、取り組んでいきたい。