

## 1 生活習慣病予防等の健康づくり

高齢化の進展に伴い、生活習慣病や要介護状態になる人が増えています。

このため、平成 20(2008)年度から、予防を重視する「メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）」の概念を導入した「特定健診制度」が実施され、がん検診や市町健康増進事業などとともに、生活習慣病の発症予防、早期発見・早期治療、重症化予防の取組が進められています。

さらに、高齢者が要介護状態になる前段階として、筋力の低下、活動性の低下など虚弱状態に陥ることがあり、これらの状態は「フレイル（虚弱）」といわれています。高齢者のフレイルは、適正に対応することで要介護状態に進行することを防ぐことができるため、栄養・食生活の見直し、口腔機能の向上、運動の習慣化、社会参加の促進による改善に取り組む必要があります。

これらの取組をさらに推進するためには、県民一人ひとりが自らの健康状態を自覚し、健康的な生活習慣の重要性に対する関心と理解を深め、生涯にわたって主体的に取り組むことが大切です。

加えて、健康づくり関係者や事業者、市町、県の連携・協働のもと、社会全体として個人の健康づくりの取組を支援していく必要があります。

また、人生 100 年時代に向けて、生涯にわたって健康で安心した生活を送るためには、胎児期から高齢期に至るまでの人の生涯を経時的に捉えた健康づくりである「ライフコースアプローチ」が重要となります。現在の健康状態は、これまでの自らの生活習慣や社会環境等の影響を受ける可能性や、次世代の健康にも影響を及ぼす可能性があるものであるという視点で、健康づくりに取り組む必要があります。

各ライフステージに特有の健康づくりについて、妊産婦期・乳幼児期から高齢期まで、それぞれのライフステージに応じた取組を推進します。

## (1) 主体的な健康づくりに向けた健康意識の向上

生活習慣病(NCDs)の発症と重症化の予防には、生活習慣を整えることが大切です。生活習慣は若年期からの積み重ねで徐々に醸成されていくものであり、兵庫県一体となって健康づくりに取り組むためには、全世代の県民一人ひとりの意識・取組が非常に重要です。各種健診の啓発や情報提供、市町における健康づくり施策支援等の取組を通じて、以下の目標の達成を目指します。

また、「兵庫県老人福祉計画」「兵庫県障害福祉実施計画」「兵庫県保健医療計画」「兵庫県がん対策推進計画」「兵庫県循環器病対策推進計画」「兵庫県医療費適正化計画」等の関連計画と整合を図りながら取組を進めていきます。

### 取組方針

#### 健康意識の向上

県民自らが気軽に健康のチェック、生活習慣の改善に取り組めるようインターネットを活用した健康づくりに関する情報発信や、スマートフォンなど携帯端末を活用した健康づくりの普及を図ります。

#### 働き盛り世代の健康づくり支援

従業員・職員とその家族の健康づくりを積極的に取り組む企業・団体を「健康づくりチャレンジ企業」として登録・支援し、健康リスクが高まる働き盛り世代に対する取組を推進します。

#### 特定健診・特定保健指導の受診促進等

市町や職域、医療保険者と連携・協働し、特定健診の受診促進に向けた普及啓発を強化します。また、健診データの活用による健康課題の整理など、市町の保健事業の取組促進や、企業・団体による従業員・職員の健康づくりの取組などを支援します。

また、特定健診結果について、市区町別集計を実施し視覚化するなど市区町間比較を推進することで、地域特性に応じた市町等保険者の健康づくり施策等の取組を支援します。

#### 疾病別の取組など

死因の上位を占める心疾患や脳血管疾患などの危険因子でもある高血圧、人

工透析導入の原因の一つである糖尿病性腎症を引き起こす糖尿病、認知症の原因の一つである脳血管疾患などの生活習慣病予防に重点を置いた取組を推進します。

### 人材の育成・資質向上

健康づくりを推進する人材の育成や特定健診・特定保健指導等従事者の ICT 活用を含めた資質向上を図ります。

### がん検診の受診促進

がん検診の受診を促進するため、県民への啓発の強化、企業、関係団体等と連携した受診勧奨を進めます。

#### 県の主な施策

- ・ 県民、行政、企業の連携・協働による「健康ひょうご 21 大作戦」の展開を進めます。
- ・ 健康づくり推進員等による地域における健康づくりの普及啓発を全県で展開します。
- ・ 特定健診データ等の集計・分析に取り組み、市町、企業、個人の健康づくりの取組を支援します。
- ・ インターネットを活用した情報発信や知識の普及を図ります。
- ・ 特定健診の受診促進や住民自らの健康づくりにインセンティブを付与する取組への支援を行います。
- ・ ホームページや広報媒体、講演会や講座等を通じた広報、啓発活動を実施します。
- ・ 圏域健康福祉推進協議会や地域・職域連携推進協議会等による関係団体等との連携を促進します。
- ・ 「健康づくりチャレンジ企業制度」への登録促進を図り、好事例の紹介や助成事業の活用を通じた職場における健康づくりの取組を進めます。
- ・ 兵庫県国民健康保険団体連合会、全国健康保険協会兵庫支部等との連携・協働による特定健診受診促進の合同キャンペーンを実施します。
- ・ 特定健診受診率向上のために、がん検診の同日実施や居住市町への委託実施などによる被用者保険被扶養者の受診促進を進めます。



- ・ 県医師会、県糖尿病対策推進会議との連携・協力により市町国保保険者への糖尿病性腎症重症化予防プログラムの活用を促し、糖尿病対策を進めます。
- ・ 特定健診・特定保健指導従事者研修会等により人材の育成を図ります。
- ・ がん検診等受診率向上推進協定締結企業等と連携したがん検診の受診促進を図ります。
- ・ 健康づくりチャレンジ企業への助成により、がん検診の受診促進を図ります。

## 目標

項目		現状	目標
①健康無関心層の減少		9.2%(R3)	減少(R10)
②心疾患の年齢調整死亡率減少	男性	188.4 (R2)	減少(R7)
	女性	112.1 (R2)	減少(R7)
③脳血管疾患の年齢調整死亡率減少	男性	88.7(R2)	減少(R7)
	女性	51.4(R2)	減少(R7)
④特定健診の受診率の向上		52.7%(R3)	60%(R9)
⑤特定保健指導の実施率の向上		22.7%(R3)	30%(R9)
⑥メタボリックシンドローム該当者割合の減少		15.8%(R3)	12%(R9)
⑦メタボリックシンドローム予備群割合の減少		12.4%(R3)	9%(R9)
⑧収縮期血圧 130mmHg 以上の者の減少	男性	39.5%(R1)	減少(R7)
	女性	29%(R1)	減少(R7)

項目		現状	目標
⑨HbA1C 8.0%以上の者の減少	男性	1.85%(R1)	1.5%(R7)
	女性	0.66%(R1)	0.5%(R7)
⑩糖尿病合併症の減少（糖尿病性腎症新規透析導入患者の減少）		614 人(R3)	550 人(R8)
⑪糖尿病の治療を継続している人の増加		68.5%(R3)	75%(R10)
⑫生活習慣病のリスクを高める量を飲酒をしている人の減少		11%(R3)	10%(R10)
⑬健康づくりチャレンジ企業登録数の増加		2,163 社(R4)	2,700 社(R10)
⑭がん年齢調整死亡率が低い状態の達成		64.7 (R4)	全国平均より 5% 以上低い状態 (R9)
⑮がん検診受診率の増加	胃がん	43%(R4)	60%(R10)
	肺がん	44.2%(R4)	60%(R10)
	大腸がん	43.2%(R4)	60%(R10)
	子宮頸がん	38.9%(R4)	60%(R10)
	乳がん	42.8%(R4)	60%(R10)
⑯脂質高値(LDL コレステロール 160mg/dl 以上)の者の減少	男性	12.8%(R1)	9.6%(R7)
	女性	13.9%(R1)	10.5%(R7)

### モニタリング指標

項目	現状	目指す方向性
①かかりつけ医をもつ人	69.7%(R3)	
②かかりつけ薬剤師・薬局を持つ人	35.3%(R3)	

## (2) 栄養・食生活の改善

栄養・食生活は、健康維持や生活習慣病予防・重症化予防のほか、やせや低栄養の予防を通じた生活機能維持・向上の観点から重要です。健康的な食生活は身体だけでなく、こころの健康にも関連しており、生活の質を向上させることができます。個人の行動と健康状態の改善を促すため、「兵庫県食育推進計画」の推進をはじめ、自然に健康になれる食環境づくりに取り組み、以下の目標達成を目指します。

### 取組方針

#### 「食育推進計画(第4次)」(計画期間：令和4～8年度)の推進

健康寿命を延伸するためには、生涯を通じて栄養バランスに配慮した食事を習慣的に摂取し、健康で心豊かな食生活を実践していくことが重要です。子どもとその親、若い世代の食に関する知識と実践力の向上を図るとともに、生活習慣病の発症・重症化予防のため、朝食の摂取や適正体重の維持、減塩・野菜摂取増などに気をつけた食生活の実践、希望する人が共食できる場づくり、健康的な食事が選択できる食環境づくりなど、多様な関係者との連携協働のもと、食育推進計画(第4次)を踏まえた食育活動に取り組みます。また、ポストコロナ社会に向け、①健やかな成長を育む食育推進、②地域で支えるフレイル対策、③産官学連携による、自然に健康になれる食環境づくりに重点的に取り組みます。

#### 「ひょうご“食の健康”運動」の展開

「おいしいごはんを食べよう」「もっと大豆を食べよう」「減塩しよう」を柱とした「ひょうご“食の健康”運動」において、だしや素材の旨味を活かし、主食・主菜・副菜のそろったバランスのよい日本型食生活を推進します。

食の健康運動PRや健康メニュー提供(野菜たっぷり、塩分控えめ等)を行う食の健康協力店による食環境の整備を図ります。

#### 若い女性のやせ対策

女性20代で「やせ」が増加しており、若い女性の「やせ」の原因として、栄養や食生活に関する正しい知識が少ないことが挙げられます。青年期のやせが将来の健康に及ぼすリスク(骨量減少、低出生体重児出産等)を解決するため、大学や職場、関係団体との連携強化により、標準体重の維持や朝食摂取の重要性、

主食・主菜・副菜を組み合わせた食事のとり方など、健全な食生活の実践に役立つ情報提供の機会を増やします。

### 減塩等に取り組む事業者との連携

食塩の過剰摂取は高血圧の原因であり、脳卒中・心疾患・腎臓病との関連が報告されています。高血圧予防のためには小児期から減塩を心がけることが望ましいです。2次計画期間中に改善できなかったことを踏まえ、個人の行動だけでは実践・継続に限界があることから、減塩やフレイル予防に取り組む様々な事業者と連携した取組を展開し、誰もが自然に健康になれる食環境づくりを推進します。

### 県の主な施策

- ・ 関係者と連携のもと、各地域の重点課題の解決に取り組む「健やか食育プロジェクト」を実施します。
- ・ 「食生活改善講習会」「食の実践力アップ教室」「高校生・大学生向け食育実践セミナー」等を開催します。
- ・ 市町や食育関係団体が行う食育活動への支援を行います。
- ・ ごはん・大豆・減塩を中心とした日本型食生活の普及、推進に取り組めます。
- ・ 食の健康協力店制度を推進します。
- ・ 特定給食施設等への栄養管理指導、給食を通じた健康づくりを推進します。
- ・ いずみ会リーダーの養成や活動の支援を行います。
- ・ 管理栄養士・栄養士の配置促進、資質向上を行います。
- ・ 栄養士会が実施する栄養ケア・ステーションの活動の支援を行います。
- ・ 市町の母子保健、健康づくり、介護予防事業等との連携や支援を行います。
- ・ 普及啓発媒体の作成、ホームページによる情報発信を進めます。
- ・ 県民の健康や食生活の状況に関する調査を実施します。

### 目標

項目	現状	目標
①1日あたりの食塩摂取量の減少(中央値)	9.8g(R3)	7g(R10)
②1日あたりの野菜摂取量の増加(中央値)	303.5g(R3)	350g(R10)
③果物摂取量 100g未満の人の割合の減少(年齢調整値)	52%(R3)	40%(R10)

項目		現状	目標
④朝食を食べる人の割合の増加（20代）	男性	47%(R3)	82%以上(R8)
	女性	64.9%(R3)	84%以上(R8)
⑤主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上、ほぼ毎日食べている人の割合の増加		37.5%(R3)	75%以上(R8)
⑥毎日、家族や友人と楽しく食事をする人の割合の増加		71.1%(R3)	75%以上(R8)
⑦適正体重を維持している人の割合の増加（20～60歳代の男性の肥満、女性のやせの減少）	男性	31.5%(R3)	30%(R10)
	女性	10.4%(R3)	9%(R10)
⑧低栄養傾向（BMI20以下）の高齢者（65歳以上）の割合の増加抑制		18.4%(R3)	16%(R10)
⑨利用者に応じた食事の計画、調理及び栄養の評価・改善を実施している特定給食施設の割合の増加		71.8%(R3)	75%(R10)

### モニタリング指標

項目	現状	目指す方向性
①栄養ケア・ステーションの設置数	17箇所(R3)	↗
②若年女性のやせ対策に取り組む市町	— (※)	↗
③減塩・フレイル予防に関して行動・評価指標を設定し取り組む事業者数	— (※)	↗

※上記2項目は令和6年3月中の把握が困難なため今後現状値把握に努めます。



### (3) 身体活動（運動・生活活動）の増加

運動などの身体活動は、肥満や生活習慣病の予防・改善、心臓や血管等の循環器の機能維持、筋力や骨密度の筋骨格機能の向上など、健康維持に不可欠な要素です。掃除や洗濯などの生活活動を日常の中に取り入れることは、慢性的な運動不足の解消にも役立ちます。健康づくりや運動に取り組みやすい環境づくりや普及啓発、人材育成等を通じて、以下の目標の達成を目指します。

#### 取組方針

##### 運動に取り組みやすい環境づくり

健康づくり推進員の養成、指導人材の派遣、健康スポーツ医など専門職との連携等健康づくりに関する支援を進めます。

##### ICT機器を活用した健康づくりの普及啓発

兵庫県において実施したモデル事業では、ICTを活用した健康づくり事業において、参加者の歩数を増加させる効果が確認されました。県民がライフステージやライフスタイルに応じて気軽に健康づくりに取り組めるよう、インターネットを活用した情報発信や保険者による ICT ツールを活用した運動への意識・行動変容を促すための健康づくり施策を支援します。

#### 県の主な施策

- ・ 健康体操等の普及促進に向けた情報発信や学習会の開催を行います。
- ・ 健康づくりチャレンジ企業等への支援を通じて、職場と地域の健康づくりの支援を行います。
- ・ 地域における身近なスポーツ活動の場を確保するため県立体育施設等の運営を行います。
- ・ 県立都市公園において、県民の健康維持・増進のための環境整備を推進します。
- ・ 特定健診データ等を集計・分析した健康づくり支援システムを活用し、個人の健康づくりの取組を支援します。
- ・ 健康づくりに関する情報（健康体操などの運動や自転車の活用等）を広報媒体やインターネットを活用して情報発信を行います。
- ・ 小学校のニーズに応じた体力アップサポーターの派遣や、部活動における専

門的な知識と技能を有する地域スポーツ指導者を公立中学校・高等学校へ配置します。

- ・ 住民が運営する通いの場等へ派遣するリハビリテーション専門職の育成を行います。

### 目標

項目	現状	目標
①日常生活における歩数の増加	男性	7,405 歩(R4)
	女性	6,561 歩(R4)
②運動を継続している人の割合の増加 (1 回 30 分以上の運動を週 2 回以上実施+1 年以上継続)	35.4%(R3)	40%(R10)
③日常生活のなかで体を動かすことを習慣化している人の割合	36.5%(R3)	増加(R10)

#### (4) たばこ（受動喫煙）対策の推進

たばこの煙には、発がん性物質等の有害物質が含まれ、呼吸器疾患、循環器疾患、がんなどの健康リスクを高めることが知られています。また、たばこの煙を周囲の人が吸い込む受動喫煙は、喫煙者のみならず周囲の人々に同様の健康リスクをもたらします。特に子どもや妊婦、高齢者、持病のある人はリスクが高いため、社会全体の健康を守るという観点からも受動喫煙対策は必要不可欠です。

兵庫県では受動喫煙の防止等に関する条例を制定しており、その遵守徹底を図り、普及啓発に取り組むことで、以下の目標の達成を目指します。

##### 取組方針

###### 子どもや妊婦等の喫煙・受動喫煙対策の推進

子どもや妊婦の受動喫煙による健康被害を防止するため、健康被害等に関する知識の普及啓発を図るとともに、私的空間も含めて受動喫煙のない快適な生活環境づくりを推進します。

また、喫煙者である親等に対し、妊娠中から継続して禁煙に向けた個別指導を行う仕組みづくりを推進し、家庭内における受動喫煙防止の取組を強化します。

###### 禁煙に向けた取組の強化

喫煙者に対して禁煙の必要性、禁煙治療の情報提供を行うなど、喫煙をやめたい人への禁煙支援の取組を推進します。

また、20歳未満からの喫煙は健康への影響が大きく、かつ成人期の喫煙継続につながりやすいことから、子どもがたばこの悪影響を具体的に認識し、自ら健康のために行動できる力を育む取組を強化します。

###### 受動喫煙防止条例に基づく対策の推進

多数の人が出入りする施設の喫煙環境（禁煙、喫煙区域あり、など）の喫煙環境表示を推進します。

また、施設管理者に対して、条例の規制や受動喫煙による健康被害について周知し、受動喫煙対策を講じる施設や県民からの相談に対応します。

令和3年の条例の施行状況の検討にあたって議論された、新型コロナウイルス感染症と喫煙の関連など新たな課題への対策を講じています。また、次回の条例見直し（令和6年度）に向けて、規制対象施設の対策の取組状況を把握すると

ともに、国の法規制の改正などに対応した対策を推進します。

### 県の主な施策

- ・ たばこと疾病（がん、脳卒中、心疾患等）との因果関係等についてのホームページや広報媒体等を通じた啓発を行います。
- ・ 小中学生とその保護者への喫煙防止教室等の開催及び子ども向けリーフレットの県内小学生全員への配付を行います。
- ・ 小中学生向け喫煙防止啓発動画による啓発を行います。
- ・ 高校生向け禁煙啓発動画による啓発を行います。
- ・ 大学等と連携した若年世代への禁煙啓発をします。
- ・ 施設管理者への説明会の開催や相談窓口を設置します。
- ・ 働き盛り世代への職場や家庭における禁煙支援など継続した禁煙支援を実施します。
- ・ 禁煙相談窓口等の情報提供による喫煙をやめたい人への禁煙支援を実施します。
- ・ イベント等での啓発チラシの配布など様々な機会を通じた啓発を行います。
- ・ 妊婦向け禁煙啓発動画による啓発及び妊婦とその家族に対する保健指導を通じた禁煙・受動喫煙防止の継続支援を行います。

### 目標

項目		現状	目標
①習慣的に喫煙している人の割合の減少	県全体	12.4%(R3)	10%(R10)
	男性	23.7%(R3)	19%(R10)
	女性	4%(R3)	3%(R10)
②受動喫煙の機会を有する者の割合の減少	職場	21.6%(R3)	0%(R10)
	飲食店	17.3%(R3)	0%(R10)
	行政機関	3.5%(R3)	0%(R10)
	医療機関	4.6%(R3)	0%(R10)
	家庭	8%(R3)	3%(R10)

項目	現状	目標
③対象施設における受動喫煙の防止等に関する 条例の認知度の増加	64.2%(R5)	70%(R8)
④COPD 死亡率(人口 10 万人対)の低下	9.0(R3)	8.0(R10)

## (5) 次世代への健康づくり支援

次世代への健康づくり支援の推進は、持続可能な社会の形成や将来の健康を守るために重要です。幼少期の健康づくりの取組は、将来の成人期における健康の基盤を形成し、さらにその先のライフステージに影響します。

子どもたちが健やかに生まれ、健康的な習慣を身につけ、健やかな成長を遂げるための環境を整備することで、以下の目標の達成を目指します。

### 取組方針

#### 親子の健康づくりの推進

「健やか親子 21（第 2 次）」（国民運動計画）及び「ひょうご子ども・子育て未来プラン」（兵庫県母子保健計画）に基づき、親子の健康づくりの推進を図るとともに、妊娠期から出産・育児期までの切れ目のない支援体制を構築します。

また、妊産婦、乳幼児への切れ目のない支援を行うための相談拠点として全市町に設置されている母子保健機能を有する「子育て世代包括支援センター」と、児童福祉機能を有する「子育て家庭総合支援拠点」の連携をはかり、令和 6 年度からは 2 つの機能を兼ね備えた「こども家庭センター」の設置に努め、さらに連携・協力しながら包括的な支援体制を整備します。

#### 普及啓発の推進等

健診や家庭訪問等を通じて、妊産婦の健康管理や乳幼児期の健全な生活習慣（食、遊び、運動、睡眠、事故防止等）、疾病予防（予防接種等）に関する知識の普及啓発を行います。

#### 健康教育の推進等

子どもが発達段階に応じて知識を習得し、健康的なライフスタイルを身につけるための健康教育を実施するとともに、必要な予防接種を実施します。

#### 不妊治療の支援及び男性不妊の理解促進

不妊治療への男性の理解の促進や、産婦人科医、助産師による不妊専門相談、泌尿器科医による男性不妊相談を定期開催します。

さらに、職場内での不妊治療への理解を促し不妊治療休暇を取得しやすい環境づくり等、安心して不妊治療が受けられるよう支援します。

### 県の主な施策

- ・ 市町が実施する両親学級、妊婦教室、乳幼児健診、健康相談、家庭訪問などの母子保健事業への支援を行います。
- ・ 運営費助成や人材育成、情報提供などを通じた子育て世代包括支援センターの設置促進や運営の支援を行います。
- ・ 健康福祉事務所を中心とした地域ネットワークを充実します。
- ・ 乳児家庭全戸訪問事業（こんにちは赤ちゃん事業）、養育支援訪問事業を推進します。
- ・ 乳幼児突然死症候群（SIDS）や事故防止対策を実施します。
- ・ 学校保健委員会を通じた組織活動の充実、保健教育・保健管理の推進などを目指した学校保健事業を実施します。
- ・ 性感染症、妊娠・出産、生命の尊重など性に関する教育（プレコンセプションケア）を推進します。
- ・ 子どもとその保護者への喫煙防止教室の開催や子ども向けのパンフレットによる啓発を行います。
- ・ 大学等と連携した若年世代への禁煙啓発を行います。

### 目標

項目		現状	目標	
①妊婦の喫煙率の減少		1.6%(R4)	0%(R10)	
②育児期間中の両親の喫煙率の減少	父親	28.6%(R4)	20%(R10)	
	母親	4.6%(R4)	4%(R10)	
③スポーツをする子どもの増加	小学校 5年生	男児	91.7%(R4)	93.7%(R8)
		女児	85.9%(R4)	89.7%(R8)
	中学校 2年生	男児	93.2%(R4)	95%(R8)
		女児	82.3%(R4)	85.9%(R8)
④20歳未満(※)の飲酒をなくす		0.9%(R3)	0%(R10)	
⑤20歳未満(※)の喫煙をなくす		0%(R3)	0%(R10)	
⑥児童・生徒における肥満傾向児の減少		4.1%(R3)	3%(R10)	

※20歳未満とは健康づくり実態調査における中1，中3，高3を指します

## モニタリング指標

項目		現状	目指す方向性
①乳児のSIDSの乳児死亡率		3.0(R4)	
②乳児健診等の把握率	乳児健診	99.9%(R4)	
	1歳6ヶ月児健診	99.9%(R4)	
	3歳児健診	99.9%(R4)	



## (6) 高齢者の健康づくり支援

高齢者は健康問題に直面しやすく、慢性疾患のリスクが高まります。また、疾患に至らないまでも、加齢とともに心身の活力が低下し、生活機能が障害され、心身の脆弱性が出現した状態（フレイル）に陥りやすい状況にあります。現在、低栄養傾向にある高齢者の割合が全国平均を上回っていますが、適切な対応・支援や社会参加の促進により、運動機能の維持向上や、認知症の発症を遅らせ、進行を緩やかにすることにつながるなど、生活機能の維持向上が可能になります。

そこで、健康的な生活習慣の維持・向上、社会参加の促進などを含む高齢者の健康づくり支援を行うことで、以下の目標の達成を目指します。

### 取組方針

#### 兵庫県版フレイル予防・改善プログラムの活用促進

関係団体との連携のもと、「栄養と口腔」「社会参加」に着目した「フレイル予防・改善プログラム」を作成し、通いの場やサロン等においてフレイル対策に取り組む際の具体的な取組例（栄養士、歯科衛生士による講話、栄養バランスと噛み応えを実感できる弁当の会食等）を示し、市町における健康づくり事業や介護予防事業、高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施などでの活用を促します。

また、地域の高齢者を対象に実施したフレイルチェックにおいて、フレイルの認知度は約半数であることが明らかとなったため、県内全域でより早期に適切なフレイル対策が進むよう、市町や関係団体等と連携し、県民に対してフレイルの認知度と予防・改善方法を普及啓発します。

#### オーラルフレイル予防・改善プログラム支援事業の実施

オーラルフレイル（口腔機能の衰え）は、早期発見・早期対応により健康な状態に回復できることを広く県民に啓発し、口腔機能の維持・向上の観点から低栄養などの全身のフレイルを予防します。そのため、市町が実施する集いの場や住民主体イベント等を活用して、問診による口腔機能チェックを受ける機会を増やすとともに、口腔機能の低下が疑われた場合には、近くの歯科医療機関に相談し、口腔機能の計測、改善や訓練を受けられるような地域連携体制を整備します。さらに県歯科医師会によるオーラルフレイル改善プログラムの研修会等を通じて、オーラルフレイルに対応できる歯科医療機関の育成を推進します。

### 転倒予防・筋力維持向上のための対策の充実

市町や団体等が取り組む健康体操の情報発信を行うほか、各圏域で健康体操の普及に向けた学習会を開催するなど運動習慣の定着に向けた取組を強化します。

また、新型コロナウイルス感染症の感染拡大の影響で、外出や運動機会が減り、体力が落ちたり、筋力が落ちたりして、歩行障害や関節痛、転倒による骨折などが生じてしまう恐れもあるため、SNS や動画配信なども活用し、自宅での運動も含めた運動などを普及促進します。

### 介護予防、自立支援・重度化防止の取組支援

高齢者が要支援・要介護状態となることを予防し、可能な限り地域で自立した生活を営むことができるよう、介護予防推進研修などを開催し、住民主体の効果的な通いの場の普及（誰でも参加できる、参加者による声かけ、週1回以上の集まり、適切な体操、参加者各々が役割を持つ）など介護予防に取り組む市町を支援します。

また、高齢者が要支援・要介護状態となった場合にも、介護施設・事業所がリハビリテーション、機能訓練や栄養、口腔衛生のケアを行い、介護度やQOLの改善をはかる自立支援・重度化防止の取組が進むよう支援します。

### 県の主な施策

- ・ 健康体操等の普及促進に向けた情報発信や学習会の開催を行います。
- ・ 運動施設の運営などの環境整備を行います。
- ・ 健康スポーツ医など専門職との連携を進めます。
- ・ 住民主体の通いの場等へ派遣するリハビリテーション専門職の育成を行います。
- ・ 市町等への研修を通じて、効果的な通いの場の充実・活性化に取り組めます。
- ・ 研究会を設置し、自立支援・重度化防止に係る取組事例の調査・収集と、好事例や先進的事例の発信等を行います。

## 目標

項目	現状	目標
①低栄養傾向（BMI20 以下）の高齢者（65 歳以上）の割合の増加抑制（再掲）	18.4%(R3)	16%(R10)
②住民主体の「通いの場」への参加率	9.1%(R3)	11.6%(R8)
③通いの場参加者の要介護度を把握している市町数	9 市町(R4)	20 市町(R8)
④高齢者有業率の増加	37.3%(R4)	40%(R7)
⑤ A D L 維持等加算を算定する介護事業所の割合	9.5%(R4)	26.5%(R8)
⑥在宅復帰・在宅療養支援機能加算Ⅱを算定する施設等の割合	30.3%(R4)	41.4%(R8)

## モニタリング指標

項目	現状	目指す方向性
①兵庫県版フレイルチェック(後期高齢者の質問票 + 兵庫県フレイルチェック版)を行った高齢者数	2,292人(R3)	↗
②オーラルフレイル対応歯科医療機関数	249(R5)	↗

## (7) 感染症その他の疾病予防

健康的な生活習慣や適度な運動、健全な食習慣は、免疫系を強化し、感染症から身を守る助けになります。感染症によっては、肥満や高血糖、喫煙歴などが、重症化リスクとなることがあり、健康的な生活習慣を獲得することは、感染症の重症化予防の側面からも非常に重要です。

手洗いや手指消毒などの基本的な感染症対策を含め、健康づくりの一環としての感染症対策に取り組むことで、以下の目標の達成を目指します。

アレルギー疾患は、令和 2 年 4 月に策定した「アレルギー疾患対策推進計画（令和 2 年度～6 年度）を基に対策を進めます。

熱中症は、適切な水分補給や適度な休息を実施することで、体温調節機能を維持し、予防することができます。熱中症になりやすい時期は限られており、効果的に予防行動ができるよう、啓発に取り組みます。

### 取組方針

#### 感染症予防に関する啓発等

感染症の予防については、手洗いやマスクの着用など標準的な予防対策の徹底及び年代に応じた予防接種の重要性の普及啓発など、個人レベルで行う予防と社会全体での予防対策の重要性について啓発を行います。

また、H I V や性感染症については、予防に関する正しい知識の普及や早期発見の重要性についての啓発を行います。

なお、高齢期には、感染症に対する抵抗力が弱くなることから、肺炎球菌、インフルエンザや新型コロナウイルス感染症等の予防接種の実施、手洗い等衛生習慣や誤嚥<sup>ごえん</sup>防止の助言を行います。

#### アレルギー疾患に関する啓発等

アレルギー疾患については、正しい予防法や症状の軽減にかかる知識の普及啓発、情報発信を行います。

また、医療提供体制等の整備や医師等の医療従事者の資質向上・人材育成を行います。

さらに、学校や保育所等での対応の助言指導や教職員に対する研修会等の実施、ガイドライン等の周知等を行います。

### 熱中症予防の普及啓発

熱中症予防行動を促すポスター等の作成・配布、ホームページやラジオスポットCM、市町の広報誌への掲載や防災行政無線の活用など様々な方法により住民への注意喚起を行います。また、熱中症の危険性が極めて高くなると予測された際に、熱中症予防行動をとるための情報である「熱中症警戒情報」、「熱中症特別警戒情報」の活用を働きかけます。

#### 県の主な施策

- ・ 感染症に関する正しい知識の普及啓発や情報発信等を行います。
- ・ 予防接種に関する知識の普及啓発、定期予防接種を推進します。
- ・ 感染症発生動向調査の実施と情報提供を行います。
- ・ エイズ電話相談、エイズカウンセラー派遣制度を実施します。
- ・ 肝炎ウイルス検診の推進、健康サポート手帳を活用します。
- ・ 感染症発生時の積極的疫学調査（発生状況、原因等の調査）を実施します。
- ・ アレルギー疾患に関する正しい知識の普及啓発、情報発信等を行います。
- ・ 化学物質過敏症に関する普及啓発を行います。

#### 目標

項目		現状	目標
①家庭での感染症予防対策に取り組む人の割合の増加	手洗い	95.1%(R3)	95%(R10)
	うがい	64.3%(R3)	70%(R10)
②メタボリックシンドロームの該当者の割合の減少（再掲）		15.8%(R3)	12%(R9)
③糖尿病の治療を継続している人の増加（再掲）		68.5%(R3)	75%(R10)
④習慣的に喫煙している人の割合の減少（再掲）	男性	23.7%(R3)	19%(R10)
	女性	4%(R3)	3%(R10)

#### モニタリング指標

項目	現状	目指す方向性
①熱中症救急搬送者数（5～9月）	3,301人(R4)	↘