

地域診断を活かした島しょ地域の食生活改善対策 ～島民の生活習慣病予防のために～

島しょ保健医療圏島しょ保健所

実施年度 開始 平成27年度 終了(予定) 平成29年度

背景

島しょ保健所では長年、課題別地域保健医療推進プランで島しょ地域の食生活改善対策に取り組んできたが、一般的な生活習慣病予防の普及に終わることが多かった。

健康日本(第二次)では、地域の健康課題を総合的に分析し、健康課題の背景にある食環境や食習慣を明らかにしたうえで、問題解決の施策を構築することが行政栄養士には求められている。

島しょ地域では、国民健康保険データにより、生活習慣病患者及び予備軍の増加が健康課題として挙げられている。そのため、データに基づく地域診断により各町村の健康・食生活課題を明確にして食生活改善対策を進めることにした。

目標

各町村の地域診断を通して地域の特性を理解し、状況に対応した施策を検討・推進し、住民の食生活を改善して島民福祉の向上を目指す。

事業内容

【平成27年度】

- 1 地域診断及び施策化の学習(研修)(平成27～29年度)
- 2 データの収集とまとめ(2町7村)(平成27～29年度)、
- 3 地域診断による各町村の健康・食生活の特徴の検討及び明確化(平成27～29年度)
- 4 島民に対して生活習慣病予防を普及啓発(平成27～28年度)
- 5 事業報告書(地域診断方法や食事調査結果の報告を含む)の作成(平成27～29年度)

【平成28年度】

- 1 食事調査の実施内容の検討
- 2 食事調査による島民の食生活の実態把握

【平成29年度】

- 1 地域診断結果についての周知
- 2 既存の会議等を活用した普及啓発活動の推進

評価

○各島の生活習慣病に関する健康・栄養課題を把握するため、島しょ全体で食事に関する大規模調査を行った。島しょ地域では、国民健康栄養調査の地域に該当しないため、今回の調査は島民の食生活を知ることができる貴重な調査となった。次年度は、調査結果の本格的なデータ解析、生活習慣病に関する地域診断により健康・栄養課題の特徴を明確にするとともに、関係機関・団体、島民へ周知等を行っていく。

○島しょ地域の保健所・町村栄養士の合同研修会を開催し、食事調査の手法や調査結果の分析方法を学習した。研修を通して学んだことを本事業に活かすことで、事業を円滑に実施することができた。

○生活習慣病予防講習会を小離島の利島で実施し、(青ヶ島は天候不良により中止)、参加者に対して、生活習慣改善の働きかけを行うことができた。

問い合わせ先

島しょ保健所 総務課 庶務担当
 電話 03-5320-4342
 ファクシミリ 03-5388-1428
 E-mail S0411801@section.metro.tokyo.jp

I 事業概要

1 事業の背景

島しょ保健所では平成23年度より、島しょ地域で糖尿病対策のための食環境整備を行っており、糖尿病予防講習会開催やヘルシーレシピ集の作成などを通して、食生活を中心としたより良い生活習慣への働きかけを行い、島民のQOLの向上を目指してきた。

平成25年には、「健康日本21（第二次）」が施行され、健康・栄養課題の明確化とPDCAサイクルに基づく施策の推進、生活習慣病発症予防と重症化予防の徹底のための施策が課題として挙げられている。島しょ地域は、人口約200人～8000人の2町7村で構成されているが、各島により地域特性があるため、各町村の健康・栄養課題を明確にし、地域特性に応じた食生活改善対策を進めていく必要がある。

そこで当事業は既存の生活習慣病予防講習会の取組を継続して実施していくとともに、食事調査から各町村の健康・栄養課題を明確にし、PDCAサイクルに基づく食生活改善対策を島民、関係機関・団体が一体となって取り組むことができる整備をする。

2 事業の目標

全体目標：各町村の状況に対応した食に関する施策を検討・推進し、住民の食生活を改善して島民福祉の向上を目指す。

年度目標：

平成27年度

- 1 保健所と町村が生活習慣病予防に向けて食生活の課題を共有
- 2 地域診断方法の学習
- 3 特定健診やアンケートのデータ収集とまとめ
- 4 島民に対して生活習慣病予防を普及啓発

平成28年度

- 1 地域診断方法の学習
- 2 食事調査の実施
- 3 島民に対して生活習慣病予防を普及啓発

平成29年度

- 1 各町村の生活習慣病に関する健康・栄養課題の把握
- 2 地域診断を活かした食生活改善を島民、関係機関・団体が一体となって取り組むことができる環境の整備。

II 平成28年度の事業内容及び実績

1 食事調査実施内容の検討

(1) PT会議の実施

スーパーバイザー、当所の医師、歯科医師、保健師、事務、栄養士で構成したPT会議を年2回行い、地域課題や事業計画について検討を行った。

回数	日時	参加者数	内容
第1回	平成28年6月30日	17名	・食事調査についての検討
第2回	平成29年3月 2日	12名	・平成28年度取組報告 ・平成29年度事業計画

(2) 地域診断方法等の研修会（保健所・町村合同研修会）の開催

神奈川工科大学の饗場直美教授を講師とし、保健所栄養士と町村栄養士が共に、地域診断を実施する手立てを学んだ。

回数	実施日	参加者数	ねらい	内容及び実績
第1回	平成28年 6月30日	11名	・疫学・統計解析の基礎について学ぶ ・食事調査の作成方法を学ぶ	・研究デザインについて ・BDHQ調査について ・アンケート調査の設問の作り方
第2回	平成28年 12月20日	11名	・食事調査等から得られたデータの分析を行い、健康・食生活課題を見つける方法を学ぶ ・得られた健康・食生活課題について、施策化へのプロセスを学ぶ	・食事調査結果の見方、結果の活用方法 ・健康課題の要因となる生活習慣・栄養課題の特定 ・対策の企画・実施 ・施策実施に必要な連携の取り方

○研修会参加者の感想

- ・食事調査を行う上での、基本的な事（何を知ればよいか。そのための設問の作り方）を学ぶことができた、アンケート作成に役立った。
- ・研修を通して、調査方法やデータ解析について、理解を深められ、調査の基礎知識を学ぶことができた。
- ・研究デザインやアンケートの作成方法について、学識経験者の講師の方からの話が大変参考になった。
- ・今後村の健康づくり事業等を推進していくため、村民の意識や現状把握のための調査が必要となった場合、今回の研修内容を参考にできる。

2 食事調査による島民の食生活の実態把握

(1) 調査の目的

島しょ保健所管内における島民の食習慣の実態を明らかにし、生活習慣病予防対策の基礎資料とする。

(2) 調査の内容

ア 調査対象

島しょ保健所管内の各町村で住民基本台帳から抽出する20歳以上の島民、約5000人（利島村、御蔵島村、青ヶ島村は20歳以上の全島民）

イ 調査時期

平成28年9月1日（木曜日）から平成28年9月15日（木曜日）まで

ウ 調査方法

(ア) 調査票の配布及び回収

郵送にて実施（一部の自治体は各戸配布及び回収）

(イ) 調査用紙の内容（2種類）

- ・食習慣に関する頻度等の調査（BDHQ）
- ・食習慣に関するアンケート調査

(3) 実施結果

町村名	対象者	対象者数	最終配布数 *1【A】	BDHQ調査				食習慣アンケート			
				回収数 【B】	回収率 【B/A】	有効回答数 【C】	有効回答率 【C/A】	回収数 【D】	回収率 【D/A】	有効回答数 【E】	有効回答率 【E/A】
大島町	20歳以上の2割	1343	1282 *2	494	38.5%	469	36.6%	491	38.3%	491	38.3%
利島村	20歳以上の全員	257	184 *3	77	41.9%	74	40.2%	76	41.3%	76	41.3%
新島村(新島)	20歳以上の2割	379	379	222	58.6%	212	55.9%	222	58.6%	222	58.6%
新島村(式根島)	20歳以上の5割	227	227	114	50.2%	106	46.7%	114	50.2%	114	50.2%
神津島村	20歳以上の2割	298	298	187	62.8%	170	57.0%	186	62.4%	186	62.4%
三宅村	20歳以上の2割	462	457	165	36.1%	157	34.4%	165	36.1%	164	35.9%
御蔵島村	20歳以上の全員	250	247	79	32.0%	76	30.8%	79	32.0%	79	32.0%
八丈町	20歳以上の2割	1299	1294	507	39.2%	488	37.7%	498	38.5%	497	38.4%
青ヶ島村	20歳以上の全員	125	125	65	52.0%	64	51.2%	62	49.6%	62	49.6%
小笠原村(父島)	20歳以上の2割	331	330	126	38.2%	123	37.3%	126	38.2%	126	38.2%
小笠原村(母島)	20歳以上の5割	67	67	35	52.2%	35	52.2%	34	50.7%	34	50.7%
合計		5038	4890	2071	42.4%	1974	40.4%	2053	42.0%	2051	41.9%

*1 対象者に配布ができなかった数を除く。

*2 町との調整の上、記載の調査対象者数とした。

*3 村との調整の上、郵送ではなく、訪問で調査用紙を配布した。

3 生活習慣病予防講習会の開催(利島・青ヶ島)

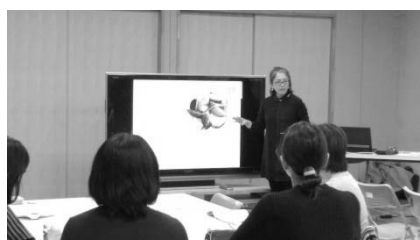
島民に対して生活習慣病予防を普及啓発するため、生活習慣病予防講習会を利島で実施した。青ヶ島は、悪天候により船が青ヶ島へ就航しなかったため、やむなく開催中止となった。

	日時	講習会内容	参加人数
利島	平成28年11月28日(木曜日) 19時から20時30分	「減塩について知ろう！」 講師：饗場直美 先生(神奈川工科大学 教授)	10名
青ヶ島	平成29年3月6日(月曜日) 18時30分から20時	「好みの食事でおいしく減塩！ やってみるとこんなに簡単、知って得する減塩術」 講師：饗場直美 先生(神奈川工科大学 教授)	—

○講習会の評価

アンケート結果より、参加者の多くが日頃から減塩を心掛けたいと回答していた。講習会を受講することにより“食生活改善に繋げる”という目的を達成できた。体験型学習としたことで、それぞれが意欲的に参加しており、より効果的な講習会になった。

○利島講習会の様子



Ⅲ 平成28年度の事業評価

各島の生活習慣病に関する健康・栄養課題を把握するため、島しょ全体で食事に関する大規模調査を行った。島しょ地域は、国民健康栄養調査の地域に該当しないため、今回の調査は島民の食生活を知ることができる貴重な調査となった。調査にあたっては、PT 会議等で様々な検討を行い、計画通りに調査の実施、調査結果の集計を行うことができた。次年度は、調査結果の本格的なデータ解析、生活習慣病に関する地域診断により健康・栄養課題の特徴を明確にするとともに、関係機関・団体、島民へ周知等を行っていく。

島しょ地域の保健所・町村栄養士の合同研修会を開催し、食事調査の手法や調査結果の分析方法を学習した。研修を通して学んだことを本事業に活かすことで、事業を円滑に実施することができた。

生活習慣病予防講習会を小離島の利島で実施し、参加者に対して、生活習慣改善の働きかけを行うことができた。

Ⅳ 平成29年度の事業計画

本事業の最終年度となる。平成29年度は、調査結果の本格的なデータ解析、生活習慣病に関する地域診断により健康・栄養課題の特徴を明確にするとともに、今後、町村が住民を対象とした生活習慣病事業を展開するための支援として、島民、関係機関・団体が一体となって食生活改善に取り組むことができる環境を整備する。

1 地域診断による各町村の健康・食生活の特徴の検討及び明確化

健康課題、栄養課題を明確にするとともに、各町村の特徴、どんなターゲットに働きかけるべきか等、事業や施策に繋がる視点をもって検討する。

2 地域診断結果についての周知

食事調査の結果、地域診断の結果やその対応策について、広く島民へ周知する。

3 既存の会議等を活用した普及啓発活動の推進

既存の会議等を活用し、地域診断の結果から委員等とともに啓発用の標語を検討する等、食生活改善事業を島民、関係機関・団体が一体となって取り組めるような環境をつくる。

4 事業報告書の作成

地域診断の方法、食事調査の結果を盛り込んだ報告書を作成する。