

糖尿病対策を中心にした島しょ地域の食環境整備	
島しょ地域保健医療圏 島しょ保健所	
実施年度	開始 平成23年度、 終了 平成24年度
背景	近年、世界的にも日本全体でも、糖尿病患者及び予備軍の急増が問題になっている。島しょ地域においても例外ではなく、糖尿病から、腎症等の合併症に進行する人も多く、大きな問題となっている。島しょ保健所では、継続的に島しょ地域の食環境整備や食育の推進をすすめてきたところであるが、21年度の30歳代40歳代を中心とした食生活調査結果からも、あまり野菜を食べない、身体活動量が少ない、喫煙率が高い等の糖尿病になりやすい生活習慣の人が多くなってきた。
目標	本事業では、島しょ地域町村の糖尿病対策を推進するにあたっての基礎資料を得るとともに、糖尿病にならないための1人1人の心がけや家庭や地域関係者の役割を明確にしていく。また、飲食店・食料品販売店などの食環境整備をより進め、各種連携体制を構築することにより、島しょ地域の糖尿病をはじめとした生活習慣病の発症、進行を出来るだけ食い止め、食生活を中心としたより良い生活習慣への働きかけをとおして住民等のQOLの向上を図ることを目的とする。 島しょ地域の糖尿病等の生活習慣病の実態を把握し、町村の糖尿病対策を推進するための基礎資料を得て、島しょ地域全体の糖尿病対策の推進の気運を向上させる。町村の医療機関や保健衛生主管課等との連携を密にして、住民の糖尿病の発症や重症化を予防するための研修会等を開催し、併せて飲食店・食料品販売店等が糖尿病対策に直結した健康を意識した食事の提供を行うようになることを支援する。
事業内容	全体計画としては、島しょ地域の糖尿病等の生活習慣病の実態を把握し、糖尿病対策のための各種教材等を作成する。(食事＋咀嚼＋運動＋休養＋その他) 作成した教材等を活用して研修会を開催し、 町村関係者等と連携して糖尿病対策の環境整備を図る。 23年度実施した事業内容 1 島しょ地域の糖尿病等の実態把握 ① 2009年度の国保連合会による特定健診の集計結果を分析し、HbA1cの値等が、島しょ地域は東京都の平均値より高めであることが判明した。 ② 食関連業者を対象にした衛生講習会等において、糖尿病に関するアンケート調査を実施した結果、糖尿病等の生活習慣病が心配な実態が多くみられた。 2 スーパーバイザー参加によるPT会議を開催し、実施内容等を検討した。 3 島しょ地域の特徴を踏まえた「糖尿病対策ヘルシーレシピ」を作成し、食関連業者を中心に配布している。 4 飲食店・食料品販売店など食関連事業者等への研修会を実施し、食生活、身体活動、歯科衛生、禁煙、ストレス解消等について普及啓発を図っている。
評価	1 食関連事業者を中心にしたアンケート結果から、50歳代60歳代を中心とする中高年世代の健康上の問題点を浮き彫りにすることが出来た。又、島しょ地域において糖尿病対策をさらに推進していく方向性を見つけることが出来た。 2 糖尿病が心配な一般住民、飲食店、食料品販売店、民宿等それぞれの状況に応じて働きかけを行い、島しょ地域全体で糖尿病対策を推進出来るように、様々な機会を活用して普及啓発を実施中であり、食関連業者や島しょ地域住民の意識が少しずつ向上していることが伺える。 3 今後も各町村の関係機関と協力して、糖尿病対策を実施していく基盤が強化された。
問い合わせ先	島しょ保健所 総務課 庶務係 電 話 03-5320-4342 ファクシミリ 03-5388-1428 E-mail S0411801@section.metro.tokyo.jp

1 事業の概要

本事業では、島しょ地域町村の糖尿病対策を推進するにあたっての基礎資料を得るとともに、糖尿病にならないための1人ひとりの心がけ、家庭や地域関係者の意識・役割を明確にしていく。

特に、飲食店・食料品販売店などの食環境整備をより進め、各種連携体制を構築していく。

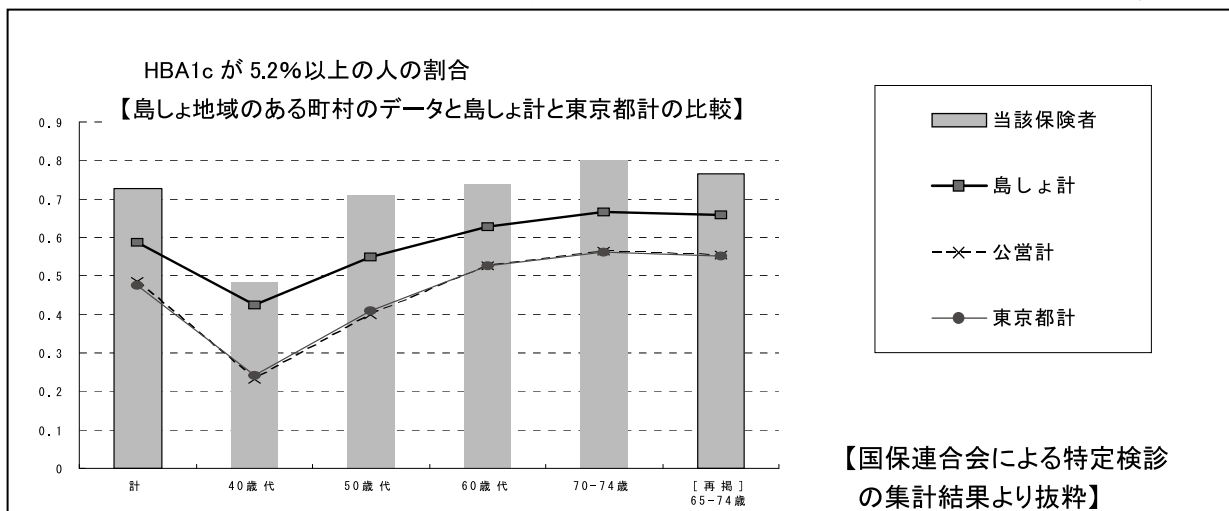
さらに、島しょ地域の糖尿病をはじめとした生活習慣病の発症、進行を出来るだけ食い止め、食生活を中心としたより良い生活習慣への働きかけをととして住民等のQOLの向上を図る。

2 平成23年度の実施内容

◆スーパーバイザー参加によるPT会議(年3回開催)

◆島しょ地域町村の糖尿病等の実態把握

- ① 2009年度の国保連合会による特定検診の集計結果によると、HbA1cの値について要注意の人の割合が、島しょ地域においては東京都の平均より10%ほど高いことが判明。なお、特定検診の集計について、島しょ各町村の国保担当から情報提供・活用の上承を別途受けて実施している。



- ②H23.6月～8月の衛生講習会で、糖尿病に関するアンケート調査を実施した結果、回答者の半数以上が50歳代60歳代の方であったが、過去の調査と同様に歩行時間が短い等の傾向に加え食べ物を噛む回数が少ない。お酒については全国のデータと比較すると女性の飲む頻度が高い、男女共、飲む量が多い等の糖尿病等の生活習慣病が心配な生活習慣が多くみられた。

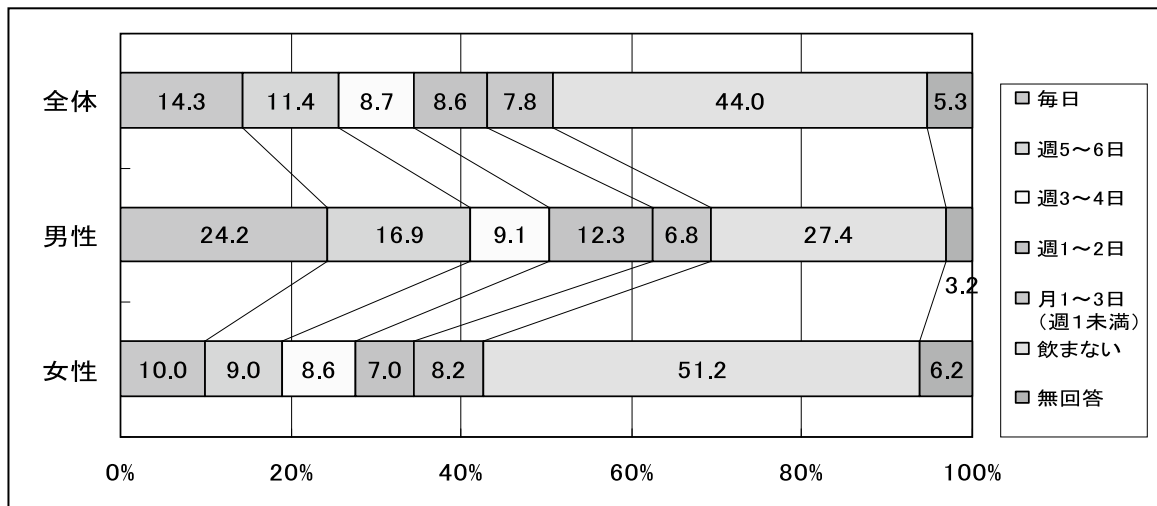
問1-1 お酒は週何回くらい飲みますか？

	毎日	週5～6日	週3～4日	週1～2日	週1未満	飲まない	無回答	合計
全体	103	82	63	62	56	317	38	721
男	53	37	20	27	15	60	7	219
女	50	45	43	35	41	257	31	502

- ・女性の半数は飲酒をしない一方で、男性は約7割が飲酒をしている。
- ・週5日以上飲むと答えた男性が4割を超えている。

【参考：平成21年度国民健康栄養調査】

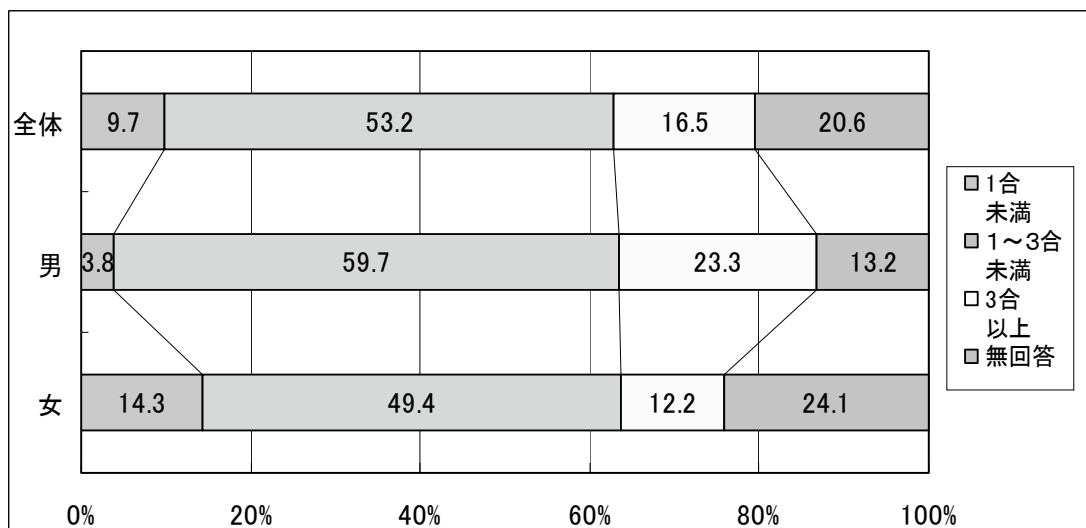
- ・週5日以上飲むと答えた男性が4割を超えている。
- ・女性の約7割はお酒を飲んでいない。
- 島の女性の方が飲酒頻度が多い



問 1-2 飲む場合、1 回に飲む量はどのくらいですか？

	1 合 未 満	1～3合 未 満	3 合 以 上	無回答	合計
全体	41	216	67	80	404
男	6	95	37	21	159
女	35	121	30	59	245

【参考：平成 21 年度国民健康栄養調査】
 ・男性の30%は1合未満。3合以上は13%
 ・女性の55%は1合未満。3合以上は6%
 と島しょ地域の方が男女共に飲酒量が多い。



問2 ロに入れた食べものを平均何回くらい噛んでいますか？

	5 回 く ら い	10 回 く ら い	20 回 く ら い	30 回 く ら い	無回 答	合計
全体	92	388	198	22	21	721
男	35	125	51	2	6	219
女	57	263	147	20	15	502

・噛む回数はあまり男女差はみられない。
 ・30回以上噛む人は、男性0.9%、
 女性4.0%と非常に少ない。

