

# 中間評価を踏まえた今年度の主な取組

資料3

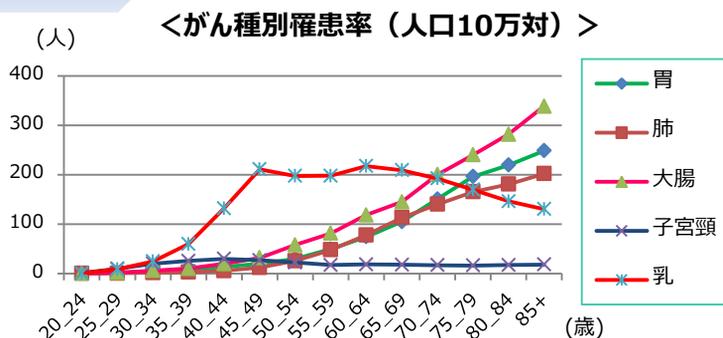
	事業名	取組概要
1	がん予防・早期発見普及啓発事業	五つのがん（胃がん、肺がん、大腸がん、子宮頸がんがん及び乳がん）の検診の受診率向上を目指し、区市町村や関係団体等と協働したキャンペーンやターゲットを絞った効果的な普及啓発を行う。
2	糖尿病予防対策事業	糖尿病の発症や重症化を予防するため、食事、運動等の生活習慣の改善や健診受診の必要性、継続的に治療を受けることの重要性などについて、普及啓発を行う。また、職域を通じた啓発を推進するため、糖尿病の深刻な合併症等について説明した医療保険者・企業健康管理者向けのパンフレットを作成する。
3	生活習慣改善推進事業	都民の健康寿命の延伸と健康格差の縮小を図るため、都民自らが負担感のない生活習慣の改善と健康づくりの実践を行えるよう、区市町村や民間企業と連携し、普及啓発と環境整備を行う。また、事業者団体と連携して、女性の節度ある適度な飲酒に関する普及啓発を行う。
4	喫煙の健康影響に関する普及啓発	小・中・高校生を対象に未成年者喫煙防止ポスターコンクールを実施し、入賞作品を用いた普及啓発を行う。また、保健の授業等で使用できる禁煙教育の副教材を小・中・高校別に作成し、正しい知識の普及を図る。
5	高齢者の食環境整備事業	フレイル（加齢とともに、心身の活力が低下し、生活機能障害、要介護状態、そして死亡などの危険性が高くなった状態）の原因の一つである高齢者の低栄養を予防するため、コンビニエンスストア事業者と連携した普及啓発や、配食事業者を対象とした講習会を実施する。
6	地元から発信する健康づくり支援事業	地域で健康づくりに取り組む団体や事業者の活動事例の表彰や紹介を通じ、地域で活動する団体等の取組の活性化を図るとともに、シニア予備群等の地域活動への参加を促進する。
7	職域健康促進サポート事業	東京商工会議所と連携の上、「健康経営アドバイザー」を活用し、都がこれまで実施してきた健康づくりやがん対策、肝炎対策、感染症対策の知見の普及啓発を行い、事業者の取組を支援する。また、「休養」「こころの健康」「フレイル予防」を普及啓発の対象に追加する。

現状・課題

■がんは、男性では40歳代後半、女性では30歳代前半から死因第一位となり、女性特有のがん種を除き、その罹患率は40歳代から増加。

■就業者のうち、約1/5が罹患を原因に退職。就労継続者も、年収は平均で半分以下に減少。

■働き盛り世代のがん治療は、心理的・経済的にも負担が大きくなることから、適切ながん検診受診による早期発見・早期治療が重要。



出典：国立がん研究センターがん対策情報センター「がん登録・統計」（2013年）

☞ 上野動物園において、主にファミリー層を対象としたがん検診に関するスタンプラリーの開催。

■開催時期：5/25（土）・5/26（日）

■開催場所：上野恩賜公園 ■参加者数：延べ2,446名

■実施内容

- ・スタンプラリーによるがん検診知識の普及啓発
- ・インスタグラム等SNSの拡散効果を活用したがん検診受診の普及啓発

<スタンプラリー>

<当日の様子>



☞ ワイドコラボ協定を活用した保険会社との連携による、職域向け啓発の実施（DMや企業作成広報誌への記事掲載）

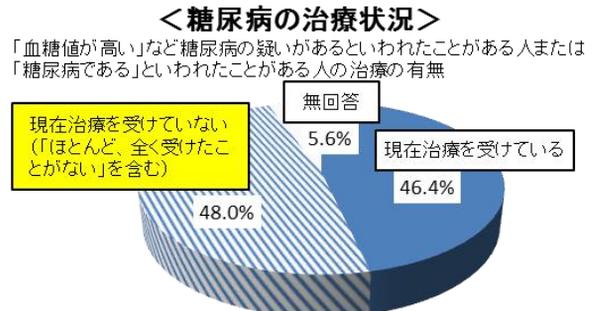
【中間評価における取組の方向性】

都民のヘルスリテラシー(健康情報の収集・理解・活用能力)の向上支援

## 現状・課題

■糖尿病になると、心筋梗塞や脳卒中のリスクが高まるほか、糖尿病性腎症による透析や糖尿病網膜症による失明など深刻な合併症につながるおそれがあるが、糖尿病は、初期の段階では自覚症状が乏しく、未治療者や治療中断が半数を占める。

■糖尿病の発症・重症化予防に向けて、引き続き、望ましい生活習慣に関する正しい知識や定期的な健診受診の必要性について普及啓発を行うとともに、要治療者に対する受診勧奨や重症化リスクのある者への個別指導（服薬を含む。）の推進が必要。



資料：H26都民の健康と医療に関する実態と意識(福祉保健局)

☞ 糖尿病の深刻な合併症等について説明したパンフレット等を新たに作成し、早期治療・治療継続の重要性等を啓発することで、高リスク者の意識変容、行動変容を促進。

### ＜要治療者向けリーフレットの作成・配布＞

#### 【目的】

区市町村や医療保険者を通じて、糖尿病治療が必要な都民に対して配布することで、医療機関への受診を促し、治療中断を防ぐ。

#### 【内容(案)】

- 糖尿病の現状と特徴 > 放置は危険、やせも注意、周囲への影響
- 要治療者の状況 > 未受診者、中断者の多さ
- 健診結果の見方のポイント > 血糖値、HbA1c、尿糖など
- 医療機関受診の重要性
- 重症化した方の体験談 > 合併症の怖さ、周囲への影響、医療費
- 糖尿病地域連携登録医療機関について > 都内医療機関の紹介

### ＜医療保険者・企業健康管理担当者向けパンフレットの作成・配布＞

#### 【目的】

医療保険者や企業健康管理担当者に対し、職場への影響や保険者・企業が果たす役割の重要性を伝えるとともに、実際の好取組事例等を共有・横展開することで、重症化予防の取組を促進。

#### 【内容(案)】

- 糖尿病の現状と特徴 > 労働生産性の損失
- 保険者や企業の役割 > 受診勧奨、保健指導、地産保活用等
- 重症化した方の体験談 > 合併症の怖さ、仕事への影響、医療費
- 糖尿病地域連携登録医療機関について > 都内医療機関の紹介
- 重症化予防に取り組む保険者、企業の好取組事例の紹介

### 【中間評価における取組の方向性】

都民のヘルスリテラシー(健康情報の収集・理解・活用能力)の向上支援

## 現状・課題

- 過度な飲酒は、がん、高血圧症、脂質異常症、循環器疾患などを引き起こすとされているほか、こころの健康との関連も指摘されている。また、本人の健康障害の原因となるだけでなく、周囲の人への深刻な影響や社会問題に発展する危険性も高いことから、飲酒に関する正しい知識の普及啓発が必要。
- 特に、女性は男性よりも少ない飲酒量で健康に影響を及ぼすほか、アルコール依存症に至るまでの期間も短く、注意が必要。

- 飲酒をする人のうち、生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人の割合の推移をみると、男性がほぼ横ばいなのに比べて、女性は増加（悪化）傾向。

## 【生活習慣病のリスクを高める飲酒量の男女の違いの目安】

	ビール(5度)	日本酒(15度)	ワイン(12度)
男	 500mℓ缶 2本	 2 合	 グラス 3 杯
女	 500mℓ缶 1本	 1 合	 グラス 1.5杯

- ☞ 事業者団体と連携し、20歳以上の女性を対象に、飲酒をテーマにした川柳を募集し表彰を行うとともに、啓発冊子を作成し、各媒体を通じて広く適正飲酒の大切さを啓発。

## &lt;募集告知ポスター&gt;



女性のお酒あるある川柳 in TOKYO 大募集!

1 東京都知事賞 (1作品)  
2 ビール遣組組合賞 (1作品)  
3 いとうあさこ賞 (1作品)

募集期間 2019年6月3日(月)～2019年7月2日(火)  
募集資格 東京都在住・在勤・在学の満20歳以上の女性(※学生)  
応募方法 WEBサイト・FAX・ハガキで応募いただけます。(FAXは3月31日～4月31日)  
お問い合わせ 03-3439-1371 (受付時間) 9:00～18:00(土日祝祭日を除く) 03-3439-1372 (受付時間) 9:00～18:00(土日祝祭日を除く)

実は、女性は男性よりお酒に弱い体質なんですって!  
あなたに合った飲み方で、お酒は「ほど良い」関係を。

## &lt;川柳募集状況&gt;

- 募集期間は6/3～7/2の1ヵ月間
  - 主に、都営地下鉄中吊り、新宿駅デジタルサイネージ等で募集告知
- ↓
- 1,000を超える作品の応募
  - 審査にて上位作品を選出し、受賞3作品を決定

## &lt;スケジュール&gt;

第1四半期	第2四半期	第3四半期	第4四半期
★ 協定締結 4/26	川柳募集 6/3～7/2	川柳審査	★ 表彰式
			○表彰作品を交通広告にて掲出 ○成人式等の機会を活用し、啓発冊子を配布

【中間評価における取組の方向性】  
ライフステージやターゲットの特性に応じた施策の展開

## 現状・課題

- 東京都受動喫煙防止条例が平成30年7月に公布：都の責務として禁煙教育を明記。

➢「都は、喫煙及び受動喫煙が健康に及ぼす悪影響について、意識の啓発や教育を通じた正しい知識の普及により、都民の理解を促進するように努めなければならない。」

- 学習指導要領において、喫煙の健康影響に関する記載に加え、がん発症の要因の一つとして喫煙を位置づけ。



- 喫煙や受動喫煙が、様々な疾患のリスクとなることなど、健康影響に関する理解を深め、将来に向けて喫煙を開始しないための教育の推進が必要。

☞ 喫煙・受動喫煙が健康に及ぼす悪影響について、正しい知識を普及するため、新たに、小・中・高校の保健体育の授業等に活用できる副教材を作成し、各学校に配布。

## ＜過去作成した副教材＞



(左) 中学1年生向け副教材「健康な未来を決めるのは誰？」(平成25年度改訂)  
(右) 小学生向け動画教材「健康な未来を決めるのはあなた」(平成28年度作成)

## 【中間評価における取組の方向性】

都民のヘルスリテラシー(健康情報の収集・理解・活用能力)の向上支援

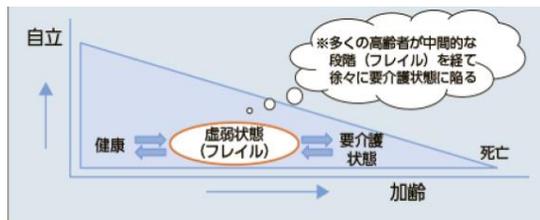
# 5 高齢者の食環境整備事業

栄養・食生活／高齢者の健康

## 現状・課題

- 要介護高齢者の多くが、フレイルという段階を経て徐々に要介護状態に陥ることから、高齢期に自立した日常生活を送るために、栄養、運動、社会参加によるフレイルの予防・先送りが重要。
- 高齢者単独世帯の割合が、今後、大幅に増えることが予測されているが、週に2回以上「総菜や弁当（中食）」を利用するひとり暮らし高齢者の割合は49%と、ひとり暮らしの20代より多い。
- 今後、自分で食事の用意ができなくなったり、用意してくれる人がいなくなった場合、4割が民間による配食サービスを、3割が公的な配食サービスを希望しているが、管理栄養士がいない事業所では、栄養計算をしていないことが多い。
- 低栄養などに陥りがちな高齢者の特性を踏まえ、低栄養の予防に有効と言われている多様な食品摂取を推奨するとともに、配食事業者の質の向上を図ることなどにより食環境を整備することが必要。

### <高齢者の虚弱(フレイル)とは>



👉 フレイルの原因の一つである高齢者の低栄養を予防するため、コンビニエンスストア事業者と連携した普及啓発や、配食事業者を対象とした講習会を実施。

### <コンビニエンスストア連携事業>

- ★ 弁当や総菜に使われている食品の種類（10食品群）をポップで表示（都内約2,500店舗において、年に2回実施）
- ★ リーフレットの配布
- ★ ポスターの掲示



### <配食事業者講習会>

- ★ 都栄養士会と連携し、区部と市町村部において、それぞれ講習会を実施
- ★ 講習会の内容
  - ・ 高齢者の身体・摂食嚥下の特徴
  - ・ 栄養アセスメントの手法
  - ・ 献立展開や調理上の留意点
  - ・ 栄養ケアステーションと連携した配食サービス実践例

### 【中間評価における取組の方向性】

ライフステージやターゲットの特性に応じた施策の展開

# 6 地元から発信する健康づくり支援事業

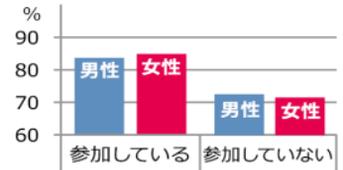
高齢者の健康／社会環境整備

## 現状・課題

■ 地域のつながりが豊かなほど、住民の健康状態が良いことが報告されており、都民の健康を維持・向上させるためには、本人の生活習慣の改善のみならず、地域や人とのつながりと健康との関連など、ソーシャルキャピタルの重要性について、更に周知を図ることが必要。

「健康状態をどのように感じているか」に  
よい・まあまあよいと回答した人の割合

地域におけるボランティア活動や  
趣味のグループへの参加状況別(65歳以上)

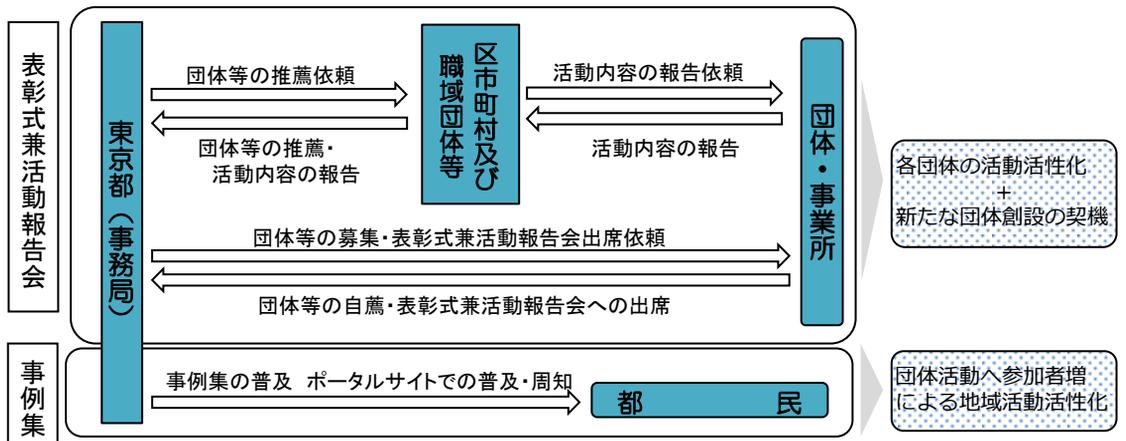


■ 地域で活動する団体数は増えているが、高齢者の社会参加やシルバー人材センター会員数、近所付き合いの程度は減少傾向。週1回以上開催の通いの場への参加率は全国平均を下回る。

■ 区市町村や職域など関係機関とも連携し、現役世代のうちから、地域のボランティア活動や自治会活動などに参加し、地域とのつながりを作っておくことの意義や重要性を啓発することが必要。

👉 地域で健康づくりに取り組む団体や事業所の活動を表彰し、その活動情報等を発信することで、地域で活動する団体等の取組の活性化を図るとともに、シニア予備群をはじめとした都民の社会参加を促し、地域のつながりを醸成。

### <地元から発信する健康づくり支援事業(事業イメージ)>



### <スケジュール>



【中間評価における取組の方向性】  
都民一人ひとりの健康づくりを支える環境の整備

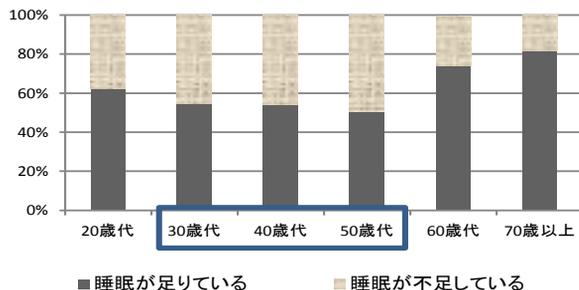
7 職域健康促進サポート事業

休養/こころの健康<重点分野>/高齢者の健康

現状・課題

- 都の調査に対し、30～50歳代の働く世代では、男女ともに約半数が睡眠が不足していると回答。睡眠が不足している人は、こころのゆとりを持つことができていない、余暇が充実していないとする割合が高い。
- 支援が必要な程度の心理的苦痛を感じている者は、50歳代までの割合が高く、専門家への相談が必要と感じた時に、適切な相談窓口を見つけることができた人は、30～50歳代の割合が低い。

<睡眠の充足感に関する調査結果(年代別)>

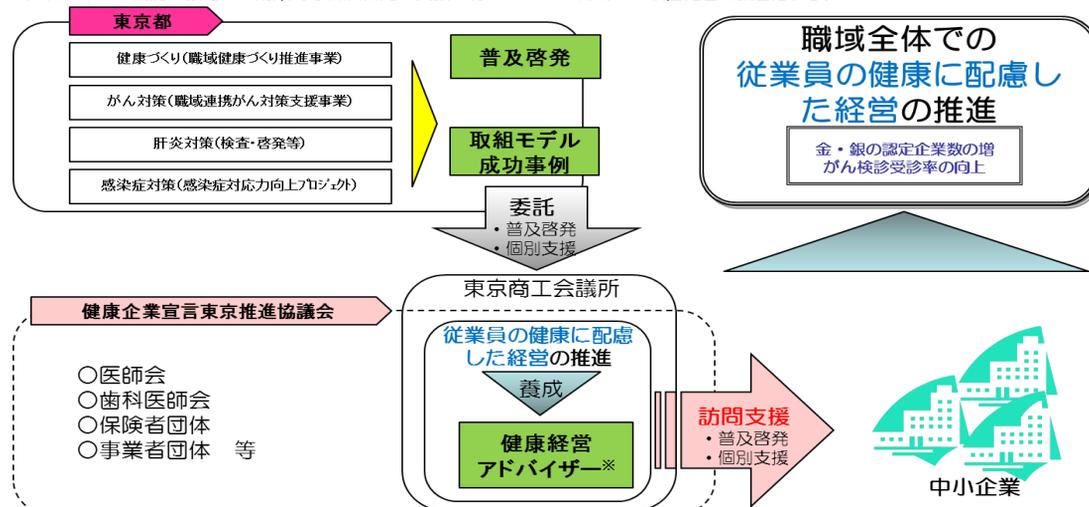


- 健康な状態で高齢期を過ごしてもらうため、都内で働くシニア予備群に対し、退職後を見据えた高齢期の健康管理、社会参加の重要性などについて、職域と連携した普及啓発が必要。

職域健康促進サポート事業による普及啓発の対象に、「休養」・「こころの健康」・「フレイル予防」について追加。

<東京都職域健康促進サポート事業(事業イメージ)>

東京商工会議所が養成している「健康経営アドバイザー」が企業を訪問支援する際に、都におけるこれまでの知見を併せて付与することでアドバイザー機能を強化し、効果的な普及啓発・支援を行うことで、職域での取組促進を加速化する。



\*健康経営アドバイザー制度  
 ○健康経営アドバイザー…健康経営の基本概念、社会的背景、実施することのメリット、一般的な取組事例等を企業に普及啓発(中小企業診断士・社会保険労務士・保健師、保険外交員、企業の経営者・健康管理担当者 等)  
 ○健康経営エキスパートアドバイザー…企業経営、関連法規、保険事業、先進事例を熟知し、企業の健康経営の実施取組への具体的な助言(中小企業診断士・社会保険労務士・保健師等の専門家※初級の認定者に限る)

【中間評価における取組の方向性】  
 ライフステージやターゲットの特性に応じた施策の展開