

# 活動成果報告書

令和5年度（第27回）「チヨダ地域保健推進賞」

活動テーマ 地域住民への新たな健康づくり啓発事業 ～手作り！わくわく健康ミュージアム「D A Z A」～	
グループ名称・氏名(グループの場合は代表者名) 太宰府市元気づくり課健康推進係成人保健チーム 代表者：四ツ橋 優子	(活動成果⑦の様子) 
勤務先：太宰府市役所 所 属：健康福祉部 元気づくり課 健康推進係 所在地：〒818-0125 福岡県太宰府市五条3-1-1 TEL：092-928-2000 FAX：092-920-7143	

## ◇活動方針

### 【背景】

福岡県の健康寿命は男女ともに全国平均を下回っており、主要な死亡原因として循環器系疾患が全死亡原因の第2位で約24%。特に高血圧・糖尿病・脂質異常症の未治療者割合は高値。中でも当市は、県と比較するといずれも上回っており、高血圧・脂質異常症は約9割が未治療のため、健診受診勧奨や重症化予防として、一層保健指導の質向上・事業展開に努める必要がある。

### 【方針】

太宰府市の健康課題である脳血管疾患・虚血性心疾患の重症化予防として、3大生活習慣病基礎疾患である高血圧・糖尿病・脂質異常症の未治療者割合およびコントロール不良者等の減少を目的とし、県および市の地域特産物や特性を活かした媒体を作成することで、地域住民1人1人が市の健康課題をより身近なものとして捉え、個々人の生活習慣を振り返るきっかけを作り、行動変容への支援をすることである。

## ◇活動内容とその成果

### <方法>

- ◆家庭内での廃材を利用し、安価で入手できる布フェルトや羊毛フェルト、裁縫糸を使用し媒体を手作り。具体的に示すため、食材だけでなく料理や嗜好品も取り入れ、立体的に作成した。
- ◆カロリー減にするには？の視点で1例を挙げると「ワッフルアイス」→「カップアイス」への変更でどの程度カロリーダウンに繋がるのか？をクイズ形式とし、ラミネートとリングを用いて作成することで、めくると何Kcalダウンするのか表示できるよう工夫した。（下記写真参照）
- ◆体重計・血圧計も同ブースに設置し、測定後に作成媒体を閲覧しながら出口へ向かうよう順路を示した。

# 活動成果報告書

(全体像)



(太宰府市版あいうえお塩分表)



(カロリー：ファミレス版)

(カロリー：間食版)

(屋外掲示板：8月版)



※屋外掲示板は毎月内容を変更している。健康に関する内容を季節に応じて掲示・啓発

## 【活動成果】

①媒体はキャスター付パーテーションに掲載することで持ち運び可能とし、各公民館での健康教育で市民に啓発・周知することができ、具体的な媒体を提示することでイメージしやすく、市民からも直接好評をいただいた。また自治会長から媒体の貸し出し依頼が増加し、公民館等で活用いただけるようになった。

②太宰府市版「あいうえお塩分表」は保健センターの掲示だけでなく、紙面でも作成しており、各市民がご家庭で活用できるよう保健指導や健康教育等で配布した。地域特産物を取り入れたことで、一般的な媒体にない市独自性を発揮でき、日頃から摂取している食生活を振り返りやすく、個々人にあった保健指導を展開できた。

太宰府市健診有所見者の割合（法定報告値）	取組前	取組み後	
	R1年度	R2年度	R3年度
糖尿病（HbA1c7.0以上）未治療者割合（%）	32.8	25.0 ↓	31.2 ↓
動脈硬化（高LDL180mg/dl以上）未治療者割合（%）	96.8	92.9 ↓	92.6 ↓
高血圧Ⅲ度以上未治療者割合（%）	83.3	80.0 ↓	77.3 ↓

③既製品ではなく、全てフェルトや羊毛フェルト等で手作りしたため、既製品にはない温かみのある媒体を作成できたことで、保健センターへ立ち寄られた市民の目を引くきっかけを作ることができた。また、手作りしたことで予算を大幅に削減できた。

## 活動成果報告書

	消耗品費予算(円)	手作り媒体材料費(円)	(参考)既製品媒体購入額概算(円)	全予算中の施策予算比率(%)
R2	70,000	3,000	195,800	4.3%
R3	62,000	4,530	275,550	7.3%
R4	63,000	17,830	86,790	28.3%
R5	344,000	0	389,950	※昨年度購入分で作成中のため現在0%
計	539,000	25,360	948,909	4.7%

④媒体設置箇所は福祉巡回バスの待機場所であるため、多くの市民に周知でき、待ち時間等で健康についてのコミュニケーションが増えたと感じる。

⑤保健センターでは特定健診の結果説明を実施する会場でもあり、来所される市民の生活改善の一助となっている。結果説明会では、媒体を示し保健指導を行うことで具体的な改善を市民がイメージできるよう工夫できた。

⑥室外掲示板には、毎月健康に関するテーマを決め、受診勧奨や健康相談会の周知等、啓発に努めている。駅利用者の年代は幅広く、当市は大学も多いため学生世代からも関心を持ってもらえるよう、背景等を工夫し様々な年代層へ働きかけた。

※屋外掲示板は毎月内容を変更している。健康に関する内容を季節に応じて掲示・啓発できた。

⑦R5年度開催した校区自治協議会単位で実施される健康づくり事業には、自治会長を通じて各媒体を提示した。媒体前に立ち止まる方やコーナーの待ち時間中、健康・生活習慣について会話されている方もおり、塩分やカロリーに関心のなかった市民へ働きかけることができ、直接的に好評いただけた。

### ◇今後の計画

「あいうえお」塩分表にて、当市の課題である高血圧未治療者割合の減少に努めていくとともに、脂質異常症や糖尿病未治療者割合にも引き続き注力していくため、「あいうえおカロリー表」や「あいうえお糖分表」等の一覧表を作成予定。またアルコールや糖分量等は、公民館等のポピュレーションアプローチに活用できるよう、持ち運び・貸し出し可能な手作り媒体を作成予定。