

# 健康寿命シリーズ①

福島県における健康増進への取り組みについて説明します。

東日本大震災および福島第一原子力発電所事故による災害の影響を受け、多くの県民が、今なお災害復興住宅などにおいて日常生活を余儀なくされるなど、**生活環境の変化などによる心身の健康の悪化が懸念される状況**にあります。

本県では、「第二次健康福島21計画」を策定し、全国トップレベル健康長寿県を目指す【**健康寿命の延伸**】と県内地域間の【**健康格差の縮小**】を柱とした「**すこやか、いきいき、新生ふくしま**」の創造を基本目

標に掲げ、**生活習慣病の発症予防や重症化予防、生活の質を向上させる取り組み**とともに、健康づくり体制の推進を展開することとしています。

特に健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間、いわゆる「**健康寿命**」の**延伸**の実現や、生活習慣の改善による健康を増進し発症を予防する「**一次予防**」および健診などの実施により病気を早期発見・早期治療する「**二次予防**」、さらに、疾病の重症化を予防する「**三次予防**」の推進について、ご家庭、学校、職域、地域などが一体的かつ、積極的な健康づくり実践活動を展開することが必要です。

## 健康づくりの主体

- 「**県民**」健康づくりは、**個人の自覚と実践が基本**となることから、自ら健康的な生活習慣を迫り実践することが重要です。
- 「**家庭**」家庭は、個人の生活の基礎単位であり、乳幼児期から生涯を通じて**健康的な生活習慣を身につけるための役割**を果たすことが重要です。
- 「**地域**」人々の健康は、日常の生活習慣や社会的な仕組みに影響されることが大きいことから、地域を構成する人々が自ら、地域の健康問題を明らかにして、**健康を阻害する社会環境を改善する活動**を実践して、より健康な地域づくり・街づくりをすることが期待されています。

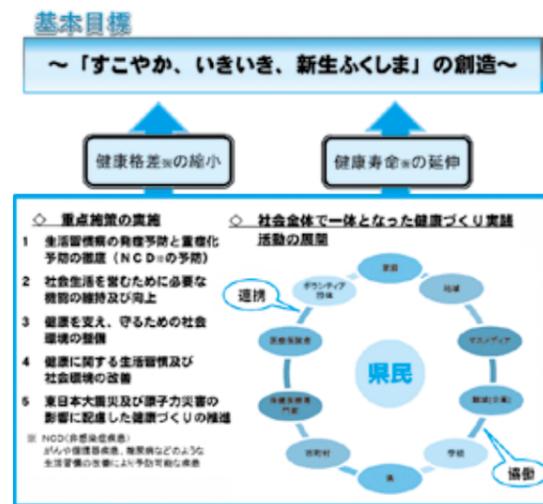
## 生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底

- がん・循環器病(脳血管疾患および心疾患)**対策においては、発症と重症化を防ぐためにも**一次予防(発症予防)と二次予防(早期発見・早期治療)**の徹底をする必要があります。
- 糖尿病**は、神経障害、網膜症、腎症などの合併症を併発するとともに、脳血管疾患や心疾患、歯周病、足病変などの発症リスクを増大させ、**寿命や生活の質などの大きな影響**を及ぼします。  
発症予防のためには、適正体重の維持、身体活動の増加、過食や死亡などの過剰摂取を控えるなどの適切な食事など、**生活活動改善による危険因子の除去**に努める必要があります。  
一次予防と、二次予防の徹底をする必要があります。
- COPD(慢性閉塞性肺疾患)**は、長期の喫煙によってもたらされる肺の炎症性疾患で、咳・痰・息切れを**主症状として緩やかに呼吸障がい**が進行するものです。このCOPDという疾患は、県民の健康増進において極めて重要な疾患にもかかわらず、新しい疾患名であることから、十分に認知されていません。
- 休養・こころの健康**  
こころの健康は、人がいきいきと自分らしく生きるための重要な要素です。  
人生の目的や意義を見出し、主体的に人生を選択することも大切であり、こころの健康は生活の質に大きく影響されることから、こころの健康にとって欠

- 「**学校**」学校には、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力を補うための役割が期待されていることから、児童・生徒や学生に対して、**健康について学習する機会**や適切な行動を自ら選択しているような学習の場を提供することが重要です。
- 「**職域(企業)**」職域(企業)は、その構成員の健康づくりを支援するため、労働環境や職場のコミュニケーションの改善などを通じて**産業保健の向上**を図ることが重要です。

かせないことであり、**休養が日常生活の中に適切に取り入れられた生活習慣を確立する**必要があります。

- 飲酒**  
飲酒習慣は**健康に悪影響**を及ぼし、肝機能障害や、糖尿病、心臓病などの身体的健康問題のほか、脳神経系に作用して、さまざまな神経症状、障害を来したり、自己や犯罪、地厚に繋がるなど、家庭や職場に対しても大きな影響を及ぼします。



# 双葉地域の医療体制整備に向けて

双葉8町村の住民の皆様、こんにちは、今回から各町村で発行の広報誌に、双葉地域などにおける福島医大 ふたば救急総合医療支援センターの活動を始め、生活習慣病の予防について、【健康寿命シリーズ】を数回に分けて掲載し、皆様方の健康増進に向けた情報を発信いたします。今回は、「ふたば救急総合医療支援センターの活動」、福島県ふたば医療センター附属病院紹介、「健康寿命シリーズ①」を掲載します。

## ふたば救急総合医療支援センターの活動

双葉消防本部富岡消防署榎葉分署に活動拠点を設け、平日の日中、医師、看護師、救急救命士が駐在し、消防本部の119番通報に応じて、医師による初期治療が必要な場合に、ドクターカー・救急車に医師などが同乗、救急現場に出勤します。到着後は傷病者の症状に応じて、薬剤投与、受入病院紹介、ドクターヘリの要請判断などの活動を行うことにより、ケガ人や急病人の救命率の向上・病院収容後の予後改善の活動を実施しています。



試験運用開始から今年の1月末までの出動件数は、172件で、**医師が初期治療を開始するまでにかかった時間は、21分1秒と、駐在前より55分56秒短縮**しました。  
次に、広域的な総合医療支援の活動としまして、地域包括ケア会議、訪問診療、訪問活動および町村職員、住民など対象の各種研修会を開催に、昨年の8月からは、疾病管理・健康管理など医療相談、服薬管理、終末期医療相談、認知症軽減対策、アルコール依存症など対象者の未治療者・重症化予防対策として、町村の地域包括支援センター保健師さんと連携のもとに、医師が直接自宅を訪問し個別指導を県内各地で実施しています。  
今年2月までに19名に指導を行い、約7割の方が医療機関へ受診・受診予定・受診意向となっています。

## 福島県ふたば医療センター附属病院紹介

双葉地域の医療体制整備が課題とされているなかで、福島県が今年4月、富岡町に24時間体制で救急医療を提供する「**福島県ふたば医療センター附属病院**」が開設します。

- 当センターの診療方針**  
附属病院の標榜科(医療法などに基づく診療科)は「**救急科**」・「**総合内科**」の2診療科となります。
- 受入の対象患者は、次のとおりです。**  
ア 救急車で搬送された患者さん  
イ 夜間・休日や祝日など地域の医療機関が開院していない時間帯に急な発熱や腹痛などにより自分で来院した患者さん  
ウ 地域の医療機関で対応困難な患者や入院などの措置が必要と判断され紹介された患者さんなど
- 関連する医療支援**  
・在宅復帰に不安のある患者に対して、医師、看護師を始めリハビリスタッフなどが協力し、**在宅の復帰を支援**します。  
・地域の医療機関(かかりつけ医)からの依頼に基づき、**訪問診療・訪問看護**などを実施します。



- ・地域包括ケア推進の一環として、関係機関と緊密に連携し、**未治療者・重症化予防対策や認知症への対応を支援**します。
- ・職員や外来講師による健康講座・研修会などを通じて、地域住民や復興事業従事者の**疾病予防および健康増進**を支援します。
- ・双葉郡町村保健担当や地域医療機関スタッフによる情報交換・事例検討などを通じて、**地域のネットワークを強化**します。
- ・救急医療や糖尿病指導など、地域医療機関スタッフなどを対象とした研修や意見交換などの**地域医療機関スタッフ研修**を実施します。