

健康長寿に係る先進的な取組事例(概要版)

減塩への取組み(尿中塩分測定を実施)

運動

食

団地まるごと

その他

事業概要

●町の死亡原因をみると悪性新生物、心疾患、脳血管疾患等の生活習慣病が6割を占めている。疾病状況を見ると高血圧で受診している人が市町村平均よりも高い状況である。仮説として「塩分の取過ぎ」が考えられるので生活習慣病の悪化原因となる高血圧予防の取組みの一環として、塩分モニタリング事業を実施する。調査対象者からの尿中塩分濃度を測定することで、塩分摂取量について性別、年代別、地域別でデータ化し、データ結果より町の疾病状況との関係等を分析、検証し今後の町の予防事業の方向性や医療費適正化施策の計画に役立てる。また事業参加者に対して減塩についての個別保健指導を行う。

事業内容(参加者数・予算等)

- 対象者に尿中塩分測定キットを郵送し、検診日に測定及び結果について個別保健指導を実施する。
- 対象者 720 人
1歳6か月児健診対象の母親 120名
集団胃がん検診申し込み者 600人(30歳以上)
- 予算 108千円
- ◆ 【測定実施者数】 胃がん健診受診者 530人
1歳6か月児健診対象の母親 59人(平成26年11月末)
- ◆ 測定結果については、1人ひとりに結果表を渡す。塩分摂取量については、10g以上が以下で標記し、減塩啓発ファイルと一緒に保健指導を行いながら、減塩啓発及び保健指導を行った。

事業効果

- 尿中塩分測定者に対して個別保健指導を行うことで、減塩への取組みや意識づけ啓発ができ、塩分の取りすぎに気をつけるようになる。
- 尿中塩分測定対象者の結果をデータ化し、町民の塩分摂取量と町の疾病状況との関係を分析、検証することができ今後の事業に役立つ。

その他

- 20代~30代の子育て中の若い世代からもモニタリングをすることで子どもや家族への減塩及び生活習慣病予防となる。
- 減塩について広報誌で特集、シリーズで減塩について推進する。