

平成 28 年度 はつらつ成年世代の取り組み

【重点取り組み】

「健康づくりを地域みんなで取り組みます」

食を通じた健康づくりの取り組みは、外食・中食でも野菜がたっぷり食べられるような健康に配慮したメニューの提供の推進等を行います。

たばこ対策の取り組みは、職場や飲食店、公共施設などにおける禁煙・分煙に向けた環境づくりを推進します。

情報発信については、発信手段だけではなく、内容も工夫し関心を持ってもらえるように検討します。



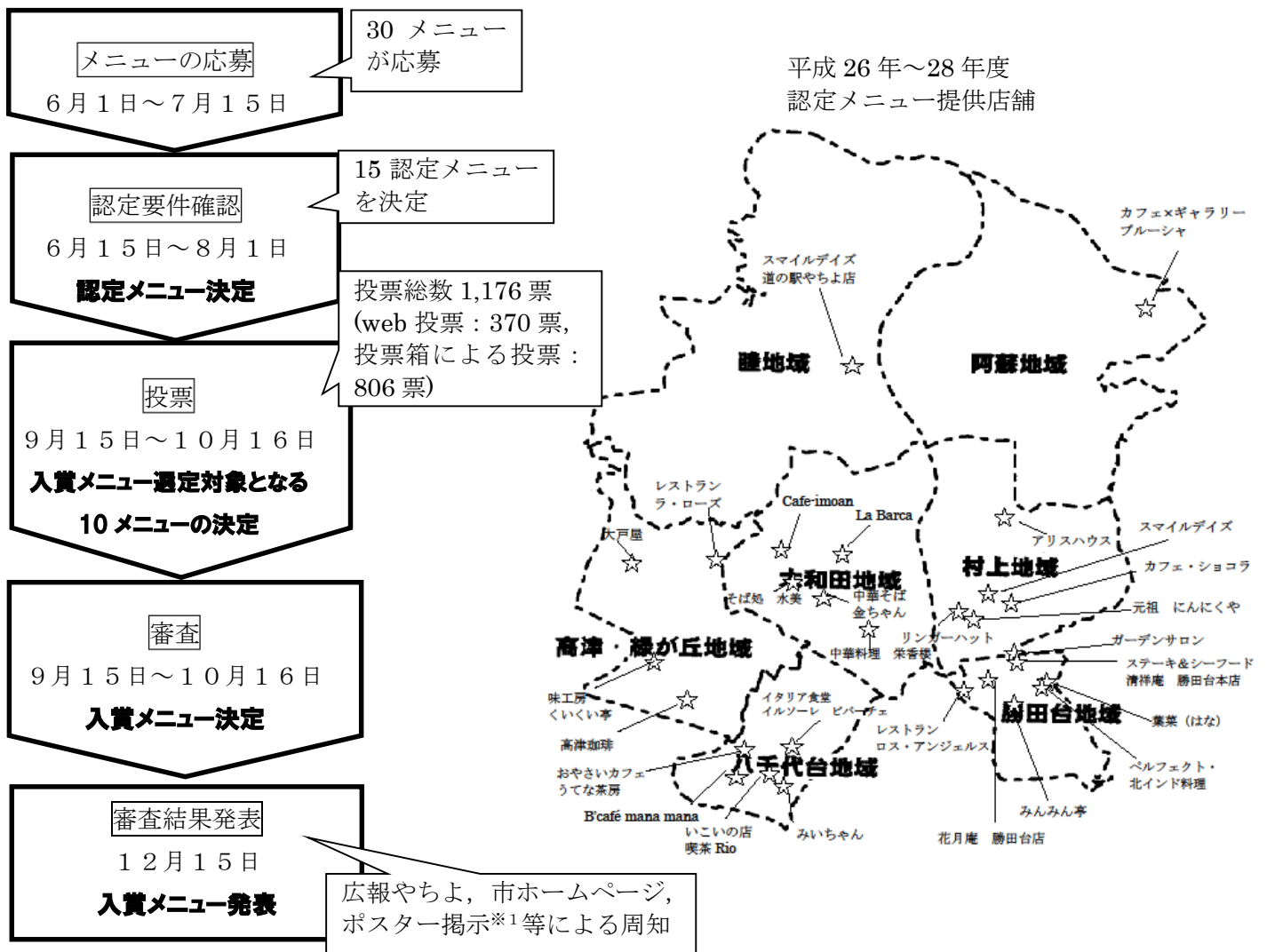
やっち

1. 食を通じた健康づくりの取り組み

(1) 「野菜たっぷりメニューコンテスト」について

野菜たっぷりの食事をすることは生活習慣病の発症予防と重症化予防のために大切です。外食でも「野菜たっぷり食べられる八千代市」を目指し、第3回八千代市野菜たっぷりメニューコンテストを開催しました。

野菜たっぷりメニューコンテストの流れ



※1：ポスター掲示、チラシ配布を行った場所

市役所・支所・保健センター・公民館・図書館・公立保育園・子ども支援センターすてっぷ 21・総合生涯学習プラザ・ふれあいプラザ・やちよ農業交流センター・八千代ふるさとステーション・JA 八千代市農産物直売所・八千代商工会議所・大型店舗等

2. たばこ対策の取り組み

(1) たばこの健康への影響についての周知

世界禁煙デーに合わせて、たばこの健康への影響についてのリーフレットを保育園・幼稚園等の保護者に配布しました。また、生活習慣病予防等をテーマとした健康教育やパパとママの子育て教室で、たばこの健康への影響や禁煙のサポートについて伝えました。

他にも、COPD（慢性閉塞性肺疾患）の認知度を高めるため、広報やちよ平成 29 年 3 月 1 日号で COPD の病態と予防について周知しました。

(2) 喫煙防止教育について

たばこに関心を示す前の教育が重要なため、保育園・幼稚園の協力により、喫煙防止教育を実施しました。

（保育園・幼稚園 23園）

【内容】

- ・年長児（5歳）に「グッバイ！モクモク王様」の紙芝居の読み聞かせ、保護者にリーフレットを配布



喫煙防止教育の様子

(3) 禁煙支援について

11月に市内の医療機関・歯科医療機関に対して禁煙治療及び禁煙支援に関する状況を調査し、市ホームページ等の情報を更新しました。

(4) 受動喫煙防止対策について

広報やちよ平成 29 年 3 月 1 日号にて受動喫煙防止について特集を組み、受動喫煙の健康への影響について周知しました。

また、受動喫煙のない社会をめざす取り組みの1つとして、千葉県で作成した飲食店等向けの喫煙環境表示ステッカーについて紹介し、飲食店等の利用者が意図しない受動喫煙を防ぐことができるような環境づくりを推進します。

3. 情報発信についての取り組み

(1) やちよ健康情報メールの配信

広報やちよに掲載しきれない情報を詳しく、タイムリーに携帯電話やパソコンへ発信しています。（平成 29 年 3 月末現在の登録者数 2,485 人）

講座の参加が難しい場合でも、健康情報を手軽に日々の生活に取り入れることができます。（がん検診・特定健康診査や健康づくりに関する講座などの案内、旬の野菜レシピ・インフルエンザ流行状況などの季節に応じた健康情報など）



(2) イベント等での健康情報の発信

イベント等で健康情報についてのリーフレットを配布しました。

（やちよ元気体操・検診・喫煙・こころの健康などの情報について、八千代どーんと祭、成人式等のイベント、生活習慣病予防講演会や健康教育等を活用）

(3) 健康増進普及月間における運動の普及啓発について

9月の健康増進普及月間に、成年世代の運動を推進するためのポスターを掲示しました。（市役所・保健センターなどの公共施設、八千代市内の東葉高速鉄道の駅や東京成徳大学・商工会議所・青年会議所関係の施設）

