

自治体名	秋田県
------	-----

女性の健康支援対策の概要

本県では、これまで健康づくり施策として、保健師、栄養士など専門職種や一般住民を対象とする研修会の開催や各種イベントに併せた普及啓発事業等を実施している。しかしながら、がんによる死亡率が高く、がん検診の受診率が上がらないなどの現状もあり、乳がんや子宮がんの予防、更年期対策など、女性が生涯を通じて健康づくりを実践できるような対策を更に充実させていくことが重要となっている。

そこで、若い世代から健康づくりに関心を持ってもらえるよう思春期からの健康支援対策を行うとともに、女性特有のがん検診の受診率の向上や生涯にわたる女性の健康支援のため、各種啓発事業や研修会等を行うなど関係機関と連携した事業展開を図る。

自治体の特徴

秋田県は北緯 39 度東経 140 度に位置し、面積は 11,612.22 km²、人口 1,097,483 人、高齢化率 29.3% (H21.10 現在) で高齢化が急速に進んでいる。寒冷降雨の地域であり、豊富な米の収穫量と良質な水から、清酒、味噌、しょっつる、漬物に代表される発酵食品文化の県である。平成 20 年の人口動態統計によると、人口 10 万人あたりの死因別死亡率では、悪性新生物 355.6、脳血管疾患 161.6、自殺 37.1 でそれぞれ全国第一位となっている。

人口構成・(H21.10.1 現在)

	総数	男	女
人	1,097,483	515,476	582,007
割合(%)	100	47.0	53.0

15歳未満	128,267	65,443	62,824
15～64歳	647,429	322,018	325,411
65～74歳	150,774	66,561	84,213
75～84歳	127,561	49,691	77,870
85歳以上	42,939	11,476	31,473
不詳	513	287	226

女性に関する健康課題

平成 18 年度の県民健康・栄養調査によると、肥満の状況を見ると女性は 28.0% であり、前回 (H15) より減少している。ただし、20 代の女性の 5 人に 1 人がやせすぎであり増加している。また、平均歩数は、6,217 歩と前回、全国より減少している。平均塩分摂取量は 11.3g と前回より減少しているが、10g 以上摂取している人が 6 割おり、まだまだ取りすぎの状況である。食事の摂取状況で、特に女性は鉄不足が 39.4%、カルシウムの摂取不足が 66.2% と年々増加している。また、多量飲酒をする人 (3 合以上飲む) も男性 7.9%、女性 2.8% と前回よりも多い状況である。「毎日の生活が充実していない」「これまで楽しんでやれたことが楽しんでできない」「疲れる」など、うつ症状を訴える方が 48.1% と増加しており、特に女性は、前回 20 歳代、70 歳代に多かったのが、今回は 20 歳代が最も高く、30 歳代から 50 歳代までが多くなっている。

女性特有のがん検診受診率は、20% 代と低く、実施主体の市町村も効果的な方法を模索している。

事業費 (千円)

(1) 思春期から 30 歳代における健康支援事業	3,438
(2) 中高年期における健康支援事業	5,345
(3) 女性のがん支援事業	6,306

計

15,089

(1) 思春期から30歳代における健康支援事業

事業名	ピアエデュケーション「PRINCESS LIFE MY DREAM YOUR DREAM」(ピアカウンセリング)
分野	■健康教育 □健康手帳の交付 ■健康相談
事業費(千円)	323(思春期から30歳代における健康支援事業総額 3,438のうち)

事業目的

思春期から自分の健康づくりに関心を高めるため、ピアカウンセリング養成を受けた看護大学生が、高校生を対象に、健康教育や健康相談(ピアカウンセリング)を行い、性を通して健康づくりに関する情報を提供し、自分自身が健康づくりできるような支援を行う。

事業対象

県北・中央地区の中学・高校生

事業実施体制・展開

- ① 看護系大学、保健所等と打ち合わせを実施し、事業の実施や評価等の確認をする
- ② 看護系大学としては、事業開始前に、学生がピアカウンセリングを実施できるように養成研修を行う。
- ③ 事業展開に関しては、保健所と看護系大学と打ち合わせを行い、協力して実施する。
- ④ ピアカウンセリング養成を受けた看護系大学生が高校生を対象にピアカウンセリングを実施
 内容 ピアエデュケーション「PRINCESS LIFE MY DREAM YOUR DREAM」 「My Life Your life」
 高校 3校予定で3校実施 407名
 ピアルーム「Thinking Together」～わたしのこと、あなたのこと、みんなのこと～
 2か所 80名
- ⑤ アンケートにより知識や意識の変化を評価する
- ⑥ ピアカウンセラー養成セミナーの実施。カウンセラーの学生への研修会の開催 1回 11名
- ⑦ 事業終了後、関係者(大学、保健所、市町村、教育委員会等)との打ち合わせを実施

事業目標・評価項目 及び その結果

- ① ピアカウンセリングを受けた高校生のアンケート調査結果 受講者407名
 - ・ 性教育講座を受講して良かった 356/377 (94.4%)
 - ・ 知識や意識の変化について(コンドーム、性交、避妊薬など)の項目から (2校分)
 コンドームを使用しても避妊に失敗する 正しい 前 140/262 (53.4%) 後 235/262 (89.7%)
 ピルを飲むことは効果的な避妊方法である 正しい 前 137/262 (52.3%) 後 229/262 (87.4%)
 性感染症の予防にはピルは効果的である 正しくない 前 94/262 (35.9%) 後 190/262 (72.5%)
 - ・ 受講した感想 わかりやすい 278/377 (73.7%) 楽しい 363/377 (96.3%)
 親しみやすい雰囲気 341/377 (90.5%) 自分で決めることの大切さ 251/377 (66.6%)
- ② 学校側からも来年度も継続して実施して欲しいとの要望があった。
- ③ ピアカウンセラー養成講座終了後のアンケート結果から
 - ・ 受講して良かった 100%
 - ・ 受講して変わったこと
 人の意見をさらに傾聴できるようになった。自分の長所を見つけることができたなどが出されている。
 性・セクシュアリティに対する考え方も変化があった 75%
- ④ 養成講座を実施したことで、他大学との連携ができた。
- ⑤ 事業を振り返ることで、関係機関との調整や連携がとれた。

事業の工夫点

看護系大学、保健所、教育員会、市町村との連携を取り、今まで看護系大学に蓄積されているノウハウをさらに積み上げていくために、打合会を開催した。

事業を中心に実施している学生（カウンセラー）へのフォローアップ研修も実施した。

事業のまとめについては、保健所と看護系大学が連携して作成した。

次年度に繋げていくために、関係者（大学、保健所、市町村、教育関係）との打合会を開催した。

事業の効果についての評価・考察

モデル的に実施した事業であるが、学校と事前の打ち合わせを十分行い、教育関係で実施している事業（性教育事業）との連携を図りながら、事業を進めたことで効果が得られたと考える。

意識の変容については、アンケートから効果があり、健康づくりに関する情報提供は充分できたと考えられるので、性を通して健康づくりへの支援の一方法としては、期待できると考える。

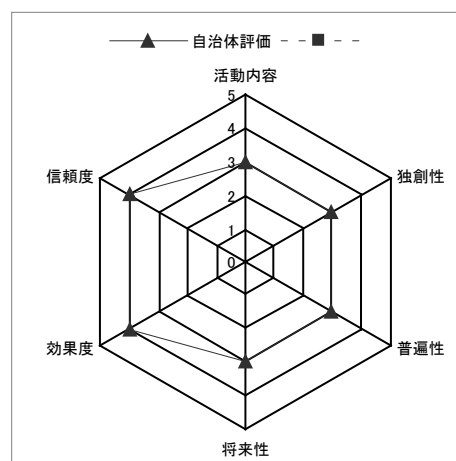
また、実施する側が、対象者により身近な存在であり、仲間、先輩（姉）という感覚で話を聞いたり伝えたりし、相談しやすいという点からも効果的と考える。

今後の課題

今回は、看護系大学の地域に限られた事業として実施したが、最終目的として、関係者がどのように関わり、支援していくことが必要なのか、今後、どのような形であれば、看護系大学に限らず実施できるのか等を含め検討していくことが必要。

ホームページ	http://www.pref.akita.lg.jp/
照会先	秋田県 健康福祉部 健康推進課 地域・母子保健班 018-860-1426

事業評価	(企画評価委員会で評価)	
①活動内容	3	ピアカウンセリングを通し、健康づくりに関する意識の高まりはあった。
②独創性	3	全国的にみると既に実施している地域もある。
③普遍性	3	全国モデルまではいかないが、県内においては今後の施策を推進する上でモデルとなっている。
④将来性	3	大学等の協力が得られれば、継続実施も可能
⑤効果度	4	高校生の意識の変容が見られたこと、学校側の継続した事業の要請があったことから効果は高いものとする。
⑥信頼度	4	日本ピアカウンセリング・ピアエデュケーション研究会認定講師である看護大学の准教授を中心に実施。



ピアエデュケーション

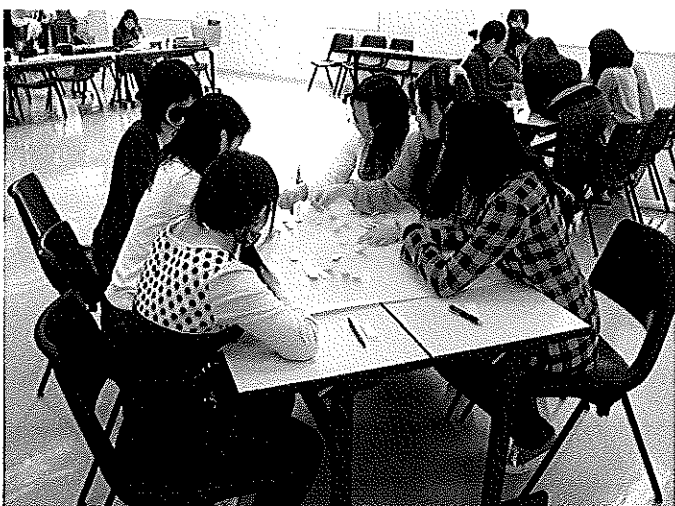
高校でのピアエデュケーションの実際



ピアルームの開催



フォローアップ研修会



(2) 中高年期における健康支援事業

事業名	中高年期の女性を対象にした市民講座
分野	<input checked="" type="checkbox"/> 知識の提供 <input type="checkbox"/> 健康相談 <input checked="" type="checkbox"/> 情報提供
事業費 (千円)	1, 9 1 9 (中高年期における健康支援事業総額 5, 3 4 5のうち)

事業目的

中高年期からの健康づくりの関心を高め、自己管理ができるよう情報を提供することを目的に開催する。

事業対象

県内の中高年の女性

実施体制・展開

- ① 委託する団体との打ち合わせをし、テーマや広報等の打ち合わせを行い確認する。
- ② 県民への周知方法として、ラジオ、ホームページ、広報等を利用し広報する。
県は県医師会と広報の時期や方法を確認し効果的に広報ができるように支援する。
- ③ 県医師会に委託事業ではあったが、細やかに打ち合わせを行う。
- ④ 公開講座で、それぞれの役割を分担し事業を展開する。
公開講座の進行、講師への対応、受付の対応等、役割を分担しながら事業を実施する。
- ⑤ 公開講座の内容について、講座後も内容が確認できるように、それぞれの講師の資料を作成し配布するよう工夫した。また、公開講座に参加できなかった県民への啓発として、地元新聞への掲載を検討する。
- ⑥ 公開講座終了後のアンケートにて事業を評価する。

事業目標・評価項目 及び その結果

- ① 公開講座に参加したきっかけについて
(11月開催公開講座 参加者予定 100人参加者 104人のうち 63名のアンケートから)
チラシ 29/63 (46.0%) 知人に聞いて 18/63 (28.6%)
- ② 公開講座の開催について
良い 50/56 (89.3%)
- ③ 公開講座に参加して、知識や意識の変化
・公開講座に参加して参考になった 47/56 (83.9%)
・講演を聴いて更年期について考える機会になった 47/56 (83.9%)
これらのことから、テーマや内容については、十分参考になる内容で、更年期や自分のことを考える機会になった。また、チャレンジする気力をもらった、母にアドバイスしたい、60歳以降の人生を考えるきっかけとなったなど多くの感想があった。
- ⑤ 女性の健康支援対策事業の認知度 24.6% (240/975 健康づくり意識調査回答 女性 975人から)
- ⑥ 女性の健康支援対策事業を知った方法について
新聞の広報を見た 33.8% (81/240 健康づくり意識調査回答 女性 975人から)

事業の工夫点

委託した団体（県医師会）の専門医師と連携し、中高年期の女性が迎える精神的・身体的課題を乗り越え、自らの健康を保持増進させるため、身近な「更年期」をテーマに設定し、これからの生き方についての内容も取り入れた講演とするなど工夫した。

また、地元新聞を活用した視覚的な啓発活動（がん検診関係と連動して）にも組み込むことができるように工夫した。

事業の効果についての評価・考察

健康づくりの情報提供の場としては、公開講座も効果的であるが、当日の配布資料として、簡単な資料の工夫をしたことで形に残るものを配布できたことで、波及効果も期待できると考える。

これらのことから、公開講座に参加された方は、参加後の意識が変化する等効果が期待できるので、県民に訴えることができるようなテーマを選択し実施することが重要と考える。

健康づくり意識調査からもわかるように、新聞等の広告が認知度としては高かったため、この事業とがん検診事業と併せて地元新聞に掲載したことで、広く県民に啓発することができたと考える。

また、公開講座のみでは、すべての方に伝えるには、不十分と考えるため、広報誌や地元新聞等を利用した啓発方法を考慮することが必要と考える。

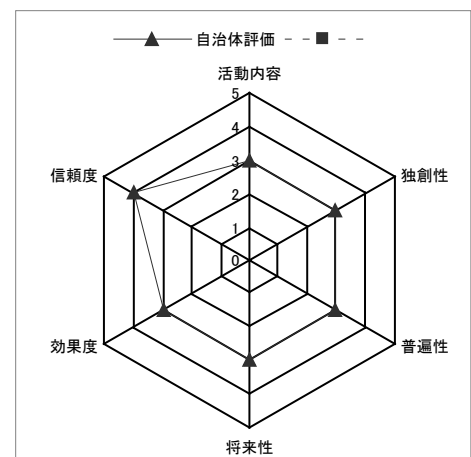
今後の課題

広く県民に情報を提供するのには、県広報誌（全戸配布）の活用や地元新聞への掲載が効果的と考えるが、どのような形で広報すると効果があるのかをさらに検討していくことが必要と考える。

講座等を開催した場合は、県民がいつでも見ることができるような資料やパンフレットを配布することも効果的と考えられるので、資料の作成の工夫が重要と考える。

ホームページ	http://www.pref.akita.lg.jp/
照会先	秋田県 健康福祉部 健康推進課 地域・母子保健班 018-860-1426

事業評価	(企画評価委員会で評価)	
①活動内容	3	テーマをより身近なものとし、委託先である医師会と連携を取り効果の高いものとなるよう工夫した。
②独創性	3	市民講座と併せ、地元新聞への広告として関連記事を掲載することにより多数へ啓発が図られた。
③普遍性	3	全国モデルまでとはいかないが、事業の目的はある程度達成できたものとする。
④将来性	3	継続的に医師会等と連携した講座の開催は可能である。
⑤効果度	3	参加者は健康についての意識が高まっている。
⑥信頼度	4	各テーマの専門の医師等からの講演である。



ナカヤマ

司会 福田 淳

日本産科婦人科学会秋田地方部会 副会長

■開会の辞 14:00

日本産婦人科医会秋田県支部 支部長 平野 秀人

■挨拶

秋田県医師会 会長 小山田 雍氏

日本産科婦人科学会秋田地方部会 会長 田中 俊誠氏

■講演 1 14:10~15:00

座長：日本産婦人科医会秋田県支部 副支部長 児玉 英也

「永遠の女性」で続けるには…」

秋田大学大学院医学系研究科医学専攻機能展開医学系
産婦人科学講座教授 田中 俊誠氏

■講演 2 15:00~16:00

座長：日本産婦人科医会秋田県支部 支部長 平野 秀人

「父と男の“辛”年期～初祭の季節の扉を開く心・体・夫婦～」

ルポルタージュ作家 本岡 典子氏

■閉会の辞 16:00

秋田県医師会 常任理事 大山 和昭

県民公開講座

「輝く女性の健康ライフを考える」

～輝くミドルエイジのために～

演者のスマイル

目 時：平成21年11月3日（文化の日）

午後2時～4時

会 場：秋田キャッスルホテル

共催 日本産科婦人科学会秋田地方部会

日本産婦人科医会秋田県支部

秋田県医師会

秋田県

(3) 女性のがん健康支援事業

事業名	がんに関する普及啓発事業
分野	■啓発活動 ■健康教育 □健康相談
事業費(千円)	6,254(女性のがん健康支援事業総額 6,306のうち)

事業目的

女性のがん検診の受診率を向上させるために、団体(患者会)との連携で、乳がんの自己検診について体験させてがん検診の大切さ自己検診の重要性を確認させる。また、広く県民に啓発するため、県広報誌により活動を紹介し受診率につなげる。

事業対象

若年層から中高年期の女性を中心とする県民

事業実施体制・展開

- ① 街頭キャンペーンを実施するにあたり、関係団体等の打ち合わせや協力依頼をする。
- ② 街頭キャンペーンの一角に「がんコーナー」を設け、乳がん検診の大切さや自己検診の重要性について体験を通して実施する。
- ③ 2日間のイベントについて、関係機関と連絡を取りながら実施する。
- ④ 県広報誌に掲載し、自己検診の重要性を多くの県民に働きかける。
- ⑤ また、公共交通機関、美容院、コンビニ、病院等にごがん検診の受診勧奨のポスターを作成し配布し、マグネットシート、ミニのぼり(市町村、検診団体、医療機関)も作成し広報する。
- ⑥ 自己検診については、実施者に対してアンケート調査を実施し評価する。
- ⑦ 県民健康づくり意識調査から県民の周知状況を把握し評価する。

事業目標・評価項目 及び その結果

- ① 街頭キャンペーン参加者 約2,000人(ティッシュ配布予定 2,500人)
- ② 自己検診法を体験してみたのアンケートから(自己検診参加予定 200人、2日間で302人参加)
 - ・がん検診を考えるきっかけになった (124/302) 41.1%
 - ・がん検診の大切さを知ることができた (132/302) 43.7%
 - ・がん検診を受けてみようと思った (30/302) 9.9%
- ③ がん検診の受診状況について
 - ・1年以内にごがん検診を受けた 41.4%(124/302) 街頭キャンペーンから
 - ・他のキャンペーンでのアンケートから 1年以内にごがん検診を受けた 138/492 (28.3%)
- ④ 健康づくり意識調査から(女性回答者 975人から)
 - がん検診受診率向上のためのキャンペーンを知っている 24.6% (240/975 女性のみ)
 - 街頭キャンペーンの認知度 4.6% (11/240 女性のみ) 列車内の広告 2.9% (7/240 女性のみ)
 - 県広報誌の周知度 56.7% (136/240 女性のみ) 買い物カード掲載 6.7% (16/240 女性のみ)
 - 新聞の広報をみた 33.8% (81/240 女性のみ)
- ⑤ 美容院に配布したポスターの意見として(一部のみ)ポスターでがん検診の話題になった 6/23 (26.1%)

事業の工夫点

がん検診受診率向上にむけて、ポスター作成、街頭キャンペーン、買い物カードなどすべての事業を取り込んで実施するように工夫した。がん検診推進企業連携事業や女性特有のがん検診事業とも併せて、関係団体や医師会等と連携して実施するよう工夫した。

事業の効果についての評価・考察

がん検診の資料を配付したり講話を聞いたりすることも効果的であるが、自己検診などを取り入れた実際に体験することが、がん検診受診へのきっかけとなり、自分の健康への興味や関心を持たせることができると思われる。自己検診などの体験を通して、がん検診を考える手法が、より効果的であることがうかがえた。さらに、キャンペーン参加者を通しその家族や身近な方々へ検診の重要性を伝えていただくなどの効果も期待できる。

県民へのがん検診受診率向上を目指し、いろいろな方法で取り組んだが、自身が体験できる方法や県広報誌（全戸配布）や地元新聞などのように、視覚に訴えることができ、必要な時はいつでも確認し読むことができるようなものが効果的だった。

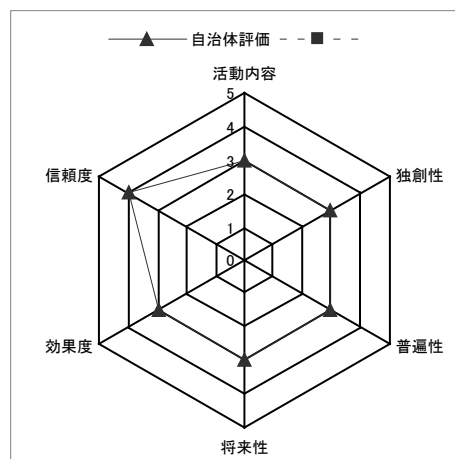
また、今回、がん患者団体等の関係団体と連携し、役割分担しながら実施することで、参加者は早期発見のためのがん検診の重要性を認識できたものとする。

今後の課題

体験を通しての事業を展開するには、ある程度のスペースの確保や興味を持てるような広報等、工夫が必要であるとする。県民に広く啓発して行くためには、県広報誌の活用や市町村広報誌の活用やパンフレットの工夫など、いつでもどこでも利用できるものへの配慮が必要と思われる。

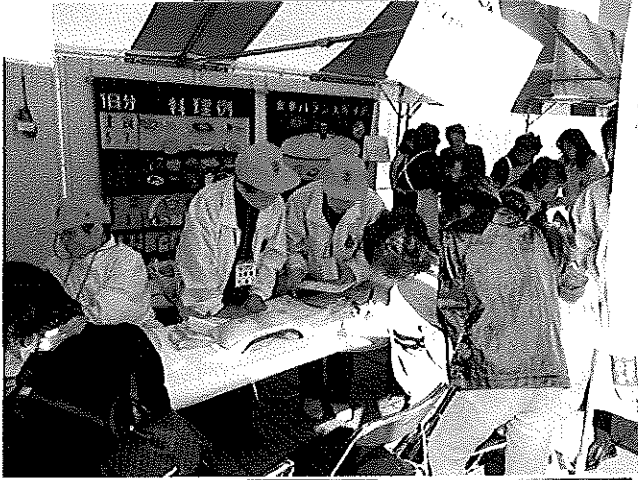
ホームページ	http://www.pref.akita.lg.jp/
照会先	秋田県 健康福祉部 健康推進課 地域・母子保健班 018-860-1426

事業評価	(企画評価委員会で評価)	
①活動内容	3	様々な方法、関係団体と連携し実施。
②独創性	3	県としてこれまで取り組んでこなかった方法での広報活動を実施
③普遍性	3	全国的には他の方法で啓発している自治体もあるので、参考にしながら今後の方法を検討していく必要がある。
④将来性	3	今後とも広報の方法を工夫し、効果的な方法を検討しながらがん検診受診率向上をめざす必要がある。
⑤効果度	3	がん検診への関心は高まったと思うが、広報などの効果を図るのは難しい。
⑥信頼度	4	がん患者団体等の協力のもと自己検診法や受診への啓発を実施。



「がん検診 愛する家族への 贈りもの」街頭キャンペーン

乳がん自己検診法の様子



がん検診 愛する家族への贈りもの

がんは治せる時代です。

がんは治せる病気になっています。検診で早期にがんが発見された方の5年後の生存率は、大腸がん、胃がん、子宮がん、乳がんのいずれも90%以上(ただし肺・気管がんは69.7%/2008財団法人がん研究振興財団調べ)。検診は定期的に行きましょう。

命 2人に1人。

検診

命 今日、健康診断を受けた。ところで、家族は健康診断を受けているだろうか...

検診

何より早期発見が大切です。あけびの秋田代表 佐藤清子氏



今は医療技術も進歩して、早期に発見できれば、がんで命を落とすことは少なくなりました。仕事や育児に追われて病院に行く時間がなかなか取れないといった方は、発見が遅れがちです。最近はおいさまさんも急増していますから、早期発見のための自己検診や定期検診は欠かさずに行ってほしいと思います。がんと診断されるのは怖いのですが、自分自身とあなたを必要としている人のためにも、勇気を出して検診を受けて下さい。

がん検診受診率50%達成に向けて、県ではJR車内への広告掲示、県民公園隣区の両保、買物カードへの探検の掲載等、さまざまな啓発活動を行っています。



市町村から対象年齢の方に、子宮頸(けい)がん検診や乳がん検診の無料クーポン券が送られています。クーポン券には有効期限がありますので、まだ受診されていない方は、いまず一週間日をご確認ください。自分のため、そして家族のために、がん検診は定期的に行きましょう。

※この不明な点は、お住まいの市町村の担当課へ電話等でお問い合わせください。

お問い合わせセ0月日版掲載 TEL018(860)1429 FAX018(860)3821

60歳未満に加入して、年費を増やしませんか?



将来もらう年金。
今おさめる税金。
どちらもおトクなんです。

「60歳支給開始」が
充実しました。

- 加入すると5つのメリット
- 1 国民年金、厚生年金に比べて、加入料・保険料が安い。
 - 2 掛け金が年々少額で済みます。
 - 3 将来もらえる年金が、国民年金よりも多い。
 - 4 国民年金・厚生年金で年金受給額が不足する場合は、国民年金に加入して不足分を補填することができます。
 - 5 国民年金に加入して、国民年金の保険料を減額することができます。

秋田県国民年金協会 TEL 0120-88-4162 FAX 018-857-7817 <http://www.ensre.kanagawa.jp> 広告