

自治体名	長野県
------	-----

## 女性の健康支援対策の概要

長野県の平均寿命は全国トップクラスにあるが、21世紀において健康で心豊かに生活でき、活力ある長野県となるためには、生活習慣の改善を図り疾病を予防することが重要である。そこで、子どもの頃からの適切な生活習慣を身につけ、生涯にわたって健康でいきいきと生活できる社会の実現のため、「すこやか親子21」も含めた長野県健康増進計画「健康グレードアップながの21」に基づき県民の健康づくりの対策を推進している。

この中で、女性をターゲットとして、一人ひとりの女性が主体的に自らの健康づくりを実践するために、日常利用する美容室と、女性が健康を強く意識する母親となる時期等をとらえて、思春期から生涯にわたる女性の健康に関する正しい知識や、健康的な生活習慣と女性特有のがんについて普及啓発を行う。

## 自治体の特徴

長野県は、本州のほぼ中央に位置し、全国第4位の広い面積をもつ内陸県であり、森林がその4分の3を占めている。急峻な山脈に四方を囲まれ、これらを源とする河川の間に平地が形づくられ、それぞれに特色のある生活圈域を形成している。緑豊かな美しい自然環境は、厳しくも豊かな生活空間である。

人口構成・(H21.10.1現在)

	総数	男	女
人	2,160,873	1,049,753	1,111,120
割合(%)	100	48.6	51.4

15歳未満	302,103	155,219	146,884
15～64歳	1,292,523	652,818	639,705
65歳以上	564,802	240,794	324,008
75歳以上	298,996	114,691	184,305
85歳以上	87,292	25,704	61,588

## 女性に関する健康課題

平成17年の都道府県別生命表では、本県の平均寿命は、男性は79.84歳で全国第1位となり、平成2年から連続1位を維持している。しかし、女性は86.48歳で全国第5位であり、順位を徐々にあげて平成12年には全国第3位になっていたものが、順位を落とす結果となった。

県民健康・栄養調査によると、若い世代の女性では、喫煙率の顕著な増加、「やせ」が10%以上、朝食欠食、野菜摂取量の不足などの健康課題がある。

## 事業費(千円)

(1) 思春期から30歳代における健康支援事業	771千円
(2) 中高年期における健康支援事業	170千円
(3) 女性のがん支援事業	165千円

計

1,106千円

## (1) 思春期から 30 歳代における健康支援事業

事業名	①女子学生を中心とした健康講話 ②母子健康手帳交付時における女性の健康づくり啓発
分野	■健康教育                      □健康手帳の交付                      □健康相談
事業費（千円）	771千円

## 事業目的

女性の健康づくりのためには、自らが行動し実践することが重要である。小学校・中学校・高等学校と健康に関する学習をしてきた若者が、親元を離れてひとり暮らしを始めるなど、自分自身の裁量で生活する場面が増える大学、短期大学、専門学校、各種学校に通う時期に焦点を絞り、健康で過ごすための正しい情報を提供する。

## 事業対象

- ①長野県内の国公立・私立の4年制大学8校、短期大学9校、高等専門学校1校、専修学校58校、各種学校29校、合計105校の学生（特に女子学生）。  
②市町村窓口での母子健康手帳交付対象者、1年間の出生数21,000人分。

## 事業実施体制・展開

- ①長野県内の大学、短期大学、専門学校、各種学校など105校対象に、具体的内容の例示し、平成22年3月までに健康講話の実施希望の有無を調査した。また、この調査と同時に、各学校の現在までの健康教育の実態を把握、来年度（平成22年度）の健康講話の実施希望あるいは、実施検討の余地があるかの調査を行う。  
また、平成21年度、健康講話実施希望のあった学校で、健康講話を実施した。

	内容	人数	担当者
1	やせと肥満、たばこの害、子宮がんの予防、性感染症の基礎知識と予防	100	産婦人科医
2	バランスのとれた食事、生活習慣の見直し、健康診断を受けましょう	30	管理栄養士、保健師
3	やせと肥満、たばこの害、子宮がんの予防、性感染症の基礎知識と予防	30	産婦人科医、保健師
4	身長と体重のバランス、バランスのとれた食生活、たばことお酒	30	保健師

- ②市町村窓口で母子健康手帳交付時の面接は、必ずしも保健師が実施できない時がある。また、母自身が妊娠を機に健康づくりの意識を持って、家族と共有することができないことがある。そのため、相談した者が帰宅後も、家族ぐるみで健康づくりについて話し合えるきっかけ作りのため、母子手帳交付時にカード（子どもへのメッセージ）を配布した。カードは、妊婦やその夫が生まれてくる子どものためにできることを記入できるようになっており、記入後、母子手帳にはさむことによって、出生後も活用できるよう工夫している。カードの作成にあたっては、市町村の保健師や産科医師の意見を聞くとともに、妊婦への配布にあたって、市町村の協力を得ている。

## 事業目標・評価項目 及び その結果

- ①平成21年度健康講話実施希望校4校、希望校全部に健康講話実施（実施率100%）  
学校は年度当初にカリキュラムが組まれ、年度途中の希望調査に対する健康講話の実施は難しい。
- ②今後、自分自身の生活習慣について注意したい点を具体的に回答した生徒135人（70.1%）
- ③自分の健康について、さらに知識を深めたい点を具体的に回答した生徒20人（10.5%）
- ④健康講話実施の希望の学校数   平成21年度4校 → 平成22年度26校
- ⑤健康講話の学び、学校で学ぶ技術を活かして、若者に見やすい資料や映像を作成したいとの申し出があった。

## 事業の工夫点

従来、小学校、中学校、高等学校に対し、健康教育の実施を働きかけて来た。今回、大学、短期大学、専門学校、各種学校に健康講話の実施について積極的に声を掛けることにより、潜在的だった学校側の要望を把握し、学生に健康づくりに関する情報を提供することができた。

## 事業の効果についての評価・考察

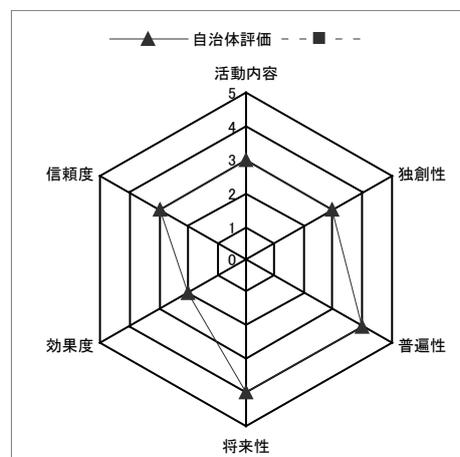
- ①大学、短期大学、専門学校、各種学校の生徒は、初めて親元から離れ、小学校・中学校・高等学校の教育の中で学んできた知識を生活の中で実践する必要がある。また、親元から通う者も、他のひとり暮らしの生徒を見ながら、自分自身のこととして健康づくりを意識していると考えられる。そのため、学生のうちに理想の姿を学びながら、自分の健康面を意識し、よりよい生活習慣を身に付ければ、社会人になっても、健康でいきいきとした生活を送ることができると思われる。
- ②平成 21 年度は、年度途中の希望調査であり、学校のカリキュラムに組みづらい傾向にあった。そのため、平成 22 年度は、前年度に実施できない学校において、年度当初よりカリキュラムに組むことができるため、健康教育の場が作れるのではないかと考えた。また、健康教育を受けた学生が、自分の友人達に教育された内容を、より身近なメッセージに加工して伝達することで、本事業の広がりが期待できると考える。
- ③思春期における女性の健康づくりは、母子保健対策の推進の視点からも重要なことであり、健全な母性の育成のための効果も期待できる。

## 今後の課題

思春期における女性の健康づくりを考えると、性感染症の予防、妊娠・出産といった事柄を抜きには実施できない。このため、特にこの時期の女性の健康づくり対策には、男性の理解と協力が不可欠であると考えられる。

ホームページ	
照会先	長野県 健康福祉部 健康長寿課 疾病対策係

事業評価	(企画評価委員会で評価)	
①活動内容	3	教育の内容、媒体をより若者向けに工夫する余地はある
②独創性	3	学校という集団を対象としており、健康教育の場所としては一般的である
③普遍性	4	学校という集団に対しての働きかけは、地域性にあまり左右されない
④将来性	4	潜在的に学生の健康教育の要望はあり、行政から声を掛けることにより、要望は顕在化できる
⑤効果度	2	健康講話実施直後の学生の状況は把握できたが、時間の経過とともに変化を把握できていない
⑥信頼度	3	学校という組織対象を対象としている



## (2) 中高年期における健康支援事業

事業名	美容室利用者への健康づくりの啓発
分野	<input 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)	170千円

## 事業目的

多くの年代の女性が、健康に対する関心有無に関係なく、美しさの維持を健康づくりという視点で考える機会をつくるため、健康づくりについての情報を知る機会を提供する。美容室は、きれいになりたいとの願望があり、意識して来店している。美容師は、ファッション業界ともつながっており、美容室のスタッフやその顧客を見ることで、より多くの女性が美しくなりたいとの思いを増強させる環境要因が大きい。そのため、テレビや雑誌で普段から健康を意識し続ける中高年女性も、美容室で美容師の接客を受けながら、健康面についてアプローチされることで、新たな視点から自分の生活習慣を見直す機会が得られる。また、母から娘へと伝達することで、家族ぐるみの生活習慣改善につながる。

## 事業対象

長野県内の美容業生活衛生同業組合加盟の美容室1,417店の利用者

## 事業実施体制・展開

- ①長野県女性の健康づくり・がん検診推進検討委員会を開催し、県内の女性の健康状態（喫煙率、やせ、朝食欠食、野菜摂取量の不足）について説明し、事業実施の趣旨と事業協力を依頼し、実施について検討する。  
美容室での啓発は、全ての顧客に実施することが難しいため、より多くの人に渡りやすいような場所を設定した。  
また、顧客から事業のアンケートをとることは難しいため、接客した美容室へのアンケート実施を考え、具体的にどうしたらよいか話し合う。
- ②委員会にて意見を聞き、女性の健康づくりのために必要な情報冊子「美しさと健康をプレゼント（女性のためのお得な情報）」を美容師の代表や産婦人科医等と検討した。美容室でのお客さんとの会話の中で話題になる健康に関する内容を盛り込み、見やすいように文字の大きさや配色等のデザインを工夫した。
- ③冊子を美容室に置き、美容師が冊子を紹介するなどして、お客さんに目を通してもらえるよう働きかける。
- ④可能であれば、冊子を利用して美容師が会話のなかで健康について話題にする。
- ⑤顧客の反応について、美容師に匿名アンケートを実施し、健康に関する話題提供に冊子が役立ったか、顧客の反応、追加するとよい情報についての意見を得る。
- ⑥長野県女性の健康づくり・がん検診推進検討委員会を開催し、事業の反省と今後工夫する点について話し合う。

## 事業目標・評価項目 及び その結果

- ①情報冊子が役に立った、健康づくりについて話のきっかけになったと回答した美容師 94.8%
- ②お客さんとの会話の中に、健康に関して話題にできたと回答した美容師 86.1%
- ③事業の企画・評価のための委員会構成メンバーの市町村や企業の委員からは、この情報冊子を利用して市町村の住民や従業員に情報提供したいとの希望がある。
- ④冊子を見たお客さんから、「ひとり暮らしの女性の心の持ち方、生き方」といったことについても情報が欲しいとの声があり、女性の健康を考え上での新たな視点を把握することができた。
- ⑤当然のことであり、あえてお金をかけ冊子を作る必要はないとの意見があった。

## 事業の工夫点

日頃、健康づくり対策を進めるなかで、あまり関係のなかった長野県美容業生活衛生同業組合の全面的な協力を得て、加盟する美容室に健康づくり情報冊子を置いた。

医学的関係者からでなく、美しさの専門家である美容師から女性の健康づくりについての情報提供をした。

## 事業の効果についての評価・考察

- ①美容室には、中高年者も多くの客が来店するため、中高年層への波及効果が大きい。
- ②多くの女性が利用する美容室で、女性の健康づくりについて、美容業界の者から、保健医療者関係者とは違う立場から情報を提供することができた。
- ③美容師の代表から意見を聞くことができ、美容室で利用しやすい情報提供冊子になるように作成した。  
そのため、美容室で情報が提供しやすいよう媒体となったと考える。
- ④顧客の反応について、美容師に匿名アンケートを実施し、健康に関する話題提供に冊子が役立ったか、追加するとよい情報についての意見を得る中で、女性の健康に関する率直な意見の一端を把握する事ができた。
- ⑤美容師が情報提供のために、自分自身の問題として考える機会ができたと考える。
- ⑥情報冊子の提供時期（2～3月）が、美容室の忙しい時期であったため、実施時期を考慮する必要があった。

## 今後の課題

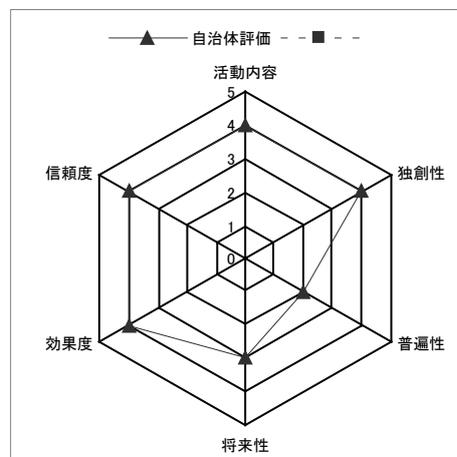
女性が健康づくりについて考えるきっかけになったが、女性の健康についての関心事は、年齢、家族構成等により様々である。広く一般的な情報の提供はできたが、女性一人ひとりの健康づくりの知識や意識レベルに合わせた啓発を検討していく必要がある。そのためには、美容師自身が自らの健康に関心を持ち、少しでも健康づくりの実践に取り組んでいただくため、美容師への支援（研修会の開催）も必要である。

## ホームページ

### 照会先

長野県 健康福祉部 健康長寿課 疾病対策係

事業評価	(企画評価委員会で評価)	
①活動内容	4	美容師の力を借りることで、多くの女性に健康づくりの情報を直接提供することができた。
②独創性	4	日頃の健康づくり対策を進める上で、関係のあまりない美容室と協力することができた
③普遍性	2	美容業生活衛生同業組合の協力が必要だった。いつでもどこでも協力を願えるかは不明。
④将来性	3	美容室には本来の業務があり、その業務に上乗せしての情報提供が長期的に継続可能だろうか
⑤効果度	4	女性にとって多いに関心がある美しさ専門家からの情報提供は女性に伝わりやすい。
⑥信頼度	4	多くの女性は、固定した美容室を定期的に利用しているため情報は信頼できる



## (3) 女性のがん健康支援事業

事業名	再掲；女子学生を中心とした健康講話 再掲；美容室利用者への健康づくりの啓発 再掲；母子健康手帳交付時における女性の健康づくりの啓発
分野	<input checked="" type="checkbox"/> 啓発活動 <input checked="" type="checkbox"/> 健康教育 <input type="checkbox"/> 健康相談
事業費（千円）	165千円

## 事業目的

多くの女性が利用し、ある程度の時間を過ごす美容室において、美しさの維持を健康づくりという視点でも考えるきっかけをつくり、自分自身の健康づくりについての情報を知る機会を提供する。

健康について関心の有無にかかわらず、美容室を利用する女性にアプローチすることで、がん予防について考えるチャンスをつくる。

## 事業対象

長野県内の美容業生活衛生同業組合加盟の美容室 1,417 店の利用者

## 事業実施体制・展開

- ①長野県女性の健康づくり・がん検診推進検討委員会を開催し、事業実施について検討する。  
年間計画、啓発用の冊子・カード案、がん検診受診促進パンフレット案について提示し、女性のがん予防のために必要な情報、日頃、美容室でのお客さんとの会話の中で話題になる健康関連の内容について話し合う。
- ②委員会にて意見を聞き、女性の健康づくりのために必要な情報冊子「美しさと健康をプレゼント（女性のためのお得な情報）」を美容師の代表や産婦人科医等と検討した。美容室でのお客さんとの会話の中で話題になる健康に関する内容を盛り込み、見やすいように文字の大きさや配色等のデザインを工夫した。
- ③可能であれば、冊子を利用して美容師が会話のなかでがん予防（検診、治療など）について話題にする。
- ④顧客の反応について、美容師に匿名アンケートを実施し、健康に関する話題提供に冊子が役立ったか、顧客の反応、追加するとよい情報についての意見を得る。
- ⑤長野県女性の健康づくり・がん検診推進検討委員会を開催し、事業の反省と今後工夫する点について話し合う。

## 事業目標・評価項目 及び その結果

- ①美容室で情報冊子が役に立った、健康づくりについて話のきっかけになったと回答した美容師 96.2%
- ②お客さんとの会話の中に、健康に関して話題にできたと回答した美容師 89.2%
- ③事業の企画・評価のための委員会構成メンバーの市町村や企業の委員からは、この情報冊子を利用して市町村住民や従業員に情報提供したいとの希望がある。
- ④冊子を見たお客さんから、「ひとり暮らしの女性の心の持ち方、生き方」といったことについても情報が欲しいとの声があり、女性の健康を考える上での新たな視点を把握することができた。
- ⑤当然のことであり、あえてお金をかけ冊子を作る必要はないとの意見があった。

## 事業の工夫点

日頃、健康づくり対策を進めるなかで、あまり関係のない長野県美容業生活衛生同業組合の全面的な協力を得て、加盟する美容室に健康づくり情報冊子を置いた。

医学的關係者からでなく、美しさの専門家である美容師から、女性のがん予防について情報提供し、お互いの持つ知識や検診を受けた際の経験を語り合う。

## 事業の効果についての評価・考察

- ①多くの女性が利用する美容室で、女性に直接がん予防についての情報を提供することができた。
- ②美容師の代表から意見を聞くことができ、美容室で利用しやすい情報提供冊子になるような工夫ができた。
- ③お客さんと美容師との会話のなかでできた健康に関する具体的の内容を、美容師から把握することができ、女性の健康に関する率直な意見の一端を把握する事ができた。
- ④がん検診について、医療者とは違った視点で顧客と美容師が話し合い、お互い啓発し合える機会となった。
- ⑤情報冊子の提供時期（2～3月）が、美容室の忙しい時期であったため、実施時期を考慮する必要があった。

顧客が情報冊子を手取ることは少なかったが、紹介する美容師がよく読んでいた。顧客だけでなく情報提供側への啓発にもなったのではないかと。

## 今後の課題

女性ががん予防について考えるきっかけになったが、女性の健康についての関心事は、年齢、家族構成等により様々である。がん検診の受診率向上に向け、これからは保健衛生関係者以外からも啓発方法を考えていく必要がある。その足がかりとして、美容師の啓発を進めることができた成果は大きい。しかし、内容は広く一般的な情報提供であり、求める情報のレベルも多種多様であるため、知識や意識レベルに合わせた啓発を検討していく必要がある。

ホームページ	
照会先	長野県 健康福祉部 健康長寿課 疾病対策係

事業評価	(企画評価委員会で評価)	
①活動内容	4	美容師の力を借りることで、多くの女性にがん予防の情報を直接提供することができた。
②独創性	4	日頃の健康づくり対策を進める上で、関係のあまりない美容室と協力することができた
③普遍性	2	美容業生活衛生同業組合の協力が必要だった。いつでもどこでも協力を願えるかは不明。
④将来性	3	美容室には本来の業務があり、その業務に上乗せしての情報提供が長期的に継続可能だろうか
⑤効果度	4	女性にとって多いに関心がある美しさ専門家からの情報提供は女性に伝わりやすい。
⑥信頼度	4	多くの女性は、固定した美容室を定期的にご利用しているため情報は信頼できる

