

自治体名	大阪市
------	-----

## 女性の健康支援対策の概要

本市では、「全ての市民がすこやかで心豊かに生活できるまち・健康都市大阪の実現」に向け、健康増進計画「すこやか大阪21」を策定し、市民の健康水準の一層の向上と壮年期死亡の減少、健康寿命の延伸をめざし、市民の健康づくりを総合的に推進しているが、平成17年度の間接評価では、がん検診の受診率をはじめ、食生活・運動習慣等における具体的な目標値の多くが改善されておらず、健康づくりの取組みが市民に充分浸透していなかった。

今回、乳幼児をもつ母親の健康の保持・増進や中高年期における更年期障害をはじめとする健康上の問題に対する正しい知識の啓発、また、乳がん・子宮がん検診の受診の必要性やがんについての正しい知識など、女性の関わる健康講座を地域の関係団体等と連携のもと開催する。

併せて、女性の健康講座を受講された方の健康意識等のアンケート調査を行い、今後の女性の健康支援に資する。

## 自治体の特徴

大阪市は、瀬戸内海に臨み、淀川の河口に開けたまちで、その地形を生かしたまちづくりにより経済の繁栄と文化の蓄積が図られた市である。市域はほぼ全域が市街化され、企業や学校等が多いため、昼夜間人口（昼夜間人口比率141.2）の差が極めて大きい。また、1世帯あたりの人員は、全国平均2.67人に対して、2.22人（前回2.36人）と世帯規模の縮小が進んでいる。

## 人口構成・(H21.10.1現在)

	総数	男	女
人	2,661,700	1,298,011	1,363,689
割合(%)	100	48.8	51.2

15歳未満	311,931	159,791	152,140
15～64歳	1,750,227	879,209	871,018
65歳以上	333,759	158,262	175,497
75歳以上	199,969	82,591	117,378
85歳以上	65,814	18,158	47,656

## 女性に関する健康課題

平成17年度すこやか大阪21の中間評価では、運動習慣のある人の割合は、男性46.8%に対し女性37.8%であり、女性は平成13年度の計画策定時よりも悪く、全国平均（国民健康・栄養調査）と比較して非常に低い状況である。喫煙状況では、男性46.0%に対し女性21.0%と低い状況であるが、計画策定時とほぼ同率であり、平成24年度目標（11%）と乖離している。また、女性特有のがん検診では、受診率は乳がん6.5%、子宮がん18.1%と全国平均に比較して低く、受診しない理由では、検診の必要性を感じない方が最も多くなっている。

平均寿命では、この30年で本市の女性は84.5歳伸びているが、全国の84.7歳に及ばず、平成17年度の本市の女性は84.53歳であり、全国平均と比べ、1.2歳の差が生じている。

## 事業費（千円）

(1) 思春期から30歳代における健康支援事業	82
(2) 中高年期における健康支援事業	189
(3) 女性のがん支援事業	163

計

434

## (1) 思春期から30歳代における健康支援事業

事業名	女性の健康講座		
分野	■健康教育	□健康手帳の交付	□健康相談
事業費(千円)	82		

## 事業目的

一人ひとりの女性が主体的に自らの健康に目を向け、日常生活の中で健康づくりを実践できるよう、女性のライフステージに応じた健康に関わる重要な知識や基本的な生活習慣等を理解することを目的に、適切な栄養摂取や身体活動の重要性、「やせすぎ」による健康リスク等の若い女性の健康づくりに関する情報を内容とする健康教育を実施する。併せて受講者を対象に健康意識をアンケート調査し、今後の若い女性の健康支援を推進する基礎資料をする。

## 事業対象

各区の小中学校に居住する若い世代の女性を基本的な対象とする。

## 事業実施体制・展開

小中学校毎の健康講座の開催を基本としつつ、企画段階から地域の関係団体等と十分な連携のもとで、講座の内容、日程、対象地域等について検討し、関係団体等の意見、参加される市民の利便性等を踏まえ、区及び地域の実情に応じた実施体制を確立し、若い女性の健康意識の向上及び実践につなげる知識・技術を啓発する講座を開催することとした。子育て期の母親は、時間的・心理的にも余裕がなく、自らの健康に対して意識はしているものの、実践が難しいことを踏まえ、多くの地域で子育て期の母親を対象に健康講座を開催した。

- 子育てサロンに併設した講座の開催(Let's およこびくす)

出生率が市内で第1位である区の実情を踏まえ、民生委員・児童委員やふれあい相談員等が運営する子育てサロンにおいて、就学前の乳幼児を持つ母親を対象に、フィットネスインストラクターによる親子でできる運動の実習及び保健師による運動不足になりがちな母親への運動習慣の重要性や日常生活の工夫等を啓発

- ベビーフィットネス

乳児を持つ女性は、時間的・心理的にゆとりがなく、妊娠を契機に肥満になる傾向があり、意識的にも「子どもがいるからできない」から「子どもがいるからこそできる運動」の実践指導と健康づくりに関する意識改革を図る講座を健康運動指導士と保健師により実施

## 事業目標・評価項目及びその結果

①参加者概要と受講前の運動習慣のある者の割合：思春期から30歳代を対象とした講座は全32回588人、うち運動実践講座は7回181人。運動習慣のある者は39歳以下では61人(8.1%)であり、他講座参加の40～64歳の32.3%、65歳以上の50.6%に比し低い。②受講前の運動習慣の改善に関する意識：無関心期10人(1.4%)、関心期337人(47.0%)、準備期96人(13.4%)、実行期186人(25.9%)、維持期88人(12.3%)。③女性の健康支援として求めること(39歳以下での回答)：運動実践に関する技術的な指導141人(20.8%)、運動および食生活などの実践機会の情報提供256人(37.8%)との回答が多く、自由記載においては子供とともに参加できる運動の場を求める回答が複数あった。④講座受講による運動習慣改善意識の変化：受講前「無関心期」「関心期」から受講後「準備期」への改善は全講座で154人(10.0%)、特に運動実践講座では29人(18.7%)と高かった。⑤39歳以下の参加者のうち「やせ」(BMI18.5未満)は21.4%で、「普通」(BMI18.5以上25未満)の人のうち39.9%が現在の自己の体重を「やや肥満」「肥満」と評価しており、週4回以上欠食している人が9.7%であった。

### 事業の工夫点

健康講座の開催にあたっては、地域の関係機関等との連携を図りながら実施することを基本としている中で、民生委員・児童委員やふれあい相談員等で運営され、子育ての情報交換の場になっている子育てサロンを活用することや参加しやすい講座となるよう、区のボランティアビューローを通じて保育ボランティアの参画などの運営に対する工夫、また、周知にあたっては、乳幼児健診や離乳食講習会などの母子保健事業の実施時に案内ビラの配布などを行うなど、これまでの健康増進事業で関わりのなかった社会資源や他事業の活用がみられた。

### 事業の効果についての評価・考察

今回の講座に際して行ったアンケート調査において、前述のように、39歳以下の若年層では他の年代層に比べて運動習慣者の割合が少ないものの、運動について「やらなくてはいけないと思うが、実行できない」と答えた『関心期』人が多いことから、乳幼児を持つ母親は運動不足を感じているが、時間的・心理的にも余裕がなく、自らの健康づくりは「こどもがいるからできない」という意識が強いことが伺えた。今回の健康講座の中で、運動習慣の定着に向けた子どもと一緒にできる運動の体験を通じて、「こどもがいるからできない」ではなく、「こどもがいるからこそできる運動」を子どもとのふれあいの中で自らの健康づくりの動機付けとしていくことは、母子の健全育成にもつながるものと期待できる。

一方、同時に行った「やせ」についてのアンケートでは、前述のようにやせの割合が高く、理想体重の計算方法を知っていると答えた人は63.6%と多かった一方で、BMI判定が普通であるにもかかわらず自己評価では「肥満」「やや肥満」と答えた人が約4割に達するなど、知識と身体イメージの乖離が認められた。今回の調査で39歳以下では「やせ」が骨量低下のリスクであることを知っている人は19.2%に留まるなど、「やせ」に伴う健康障害に関して知識が不足していると考えられ、今後の情報提供・啓発が必要であると考えられる。

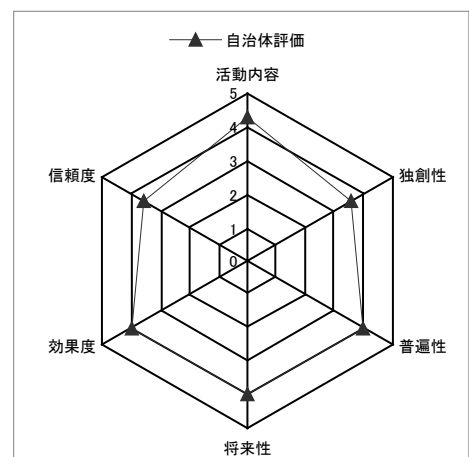
さらに、健康づくりは、運動や栄養に関する知識の普及や実践指導だけではなく、同じ不安や悩みを持った方々が集い、意見交換・情報交流していくことがこころの健康を保つうえで大切なことから、健康講座として限られた内容の啓発にとらわれることなく、地域の関係団体等の関わりを深め、より総合的な事業展開を図ることが乳幼児を持つ母親の健康増進に大きく寄与するものとする。

### 今後の課題

今回の健康講座では、地域の関係団体等から積極的な協力のもと安心して実施ができ、参加者にも好評であり、乳幼児を持つ母親を対象にした健康講座を継続していくためには、地域との連携を含めた育児ボランティアの確保に向けた体制整備が必要である。

ホームページ	
照会先	大阪市健康福祉局健康推進部健康づくり担当 06-6208-9961

事業評価	(企画評価委員会で評価)	
①活動内容	4.3	地域に密着した活動であり、広がりが期待できる。
②独創性	3.6	地域の実情に応じた開催が基本となっており、地域毎の特徴を活かした連携方法を創設することが大切である。
③普遍性	4.0	「あき」がこないように工夫することが大切である。
④将来性	4.0	若い時期に正しい知識の普及に併せ、行動を継続するグループづくりが求められている。
⑤効果度	4.0	こどもと共に運動ができることを習慣化できれば、運動効果や気分転換にも期待できる。
⑥信頼度	3.6	運動効果については、さらに検証していく必要はあるが、運動習慣をもつ動機づけとなる。



## (2) 中高年期における健康支援事業

事業名	女性の健康講座		
分野	<input checked="" type="checkbox"/> 知識の提供	<input type="checkbox"/> 健康相談	<input type="checkbox"/> 情報提供
事業費(千円)	189		

## 事業目的

一人ひとりの女性が主体的に自らの健康に目を向け、日常生活の中で健康づくりを実践できるよう、女性のライフステージに応じた健康に関わる重要な知識や基本的な生活習慣等を理解することを目的に、加齢に関する基本的知識や生活習慣、更年期の女性に多い健康上の悩みや問題に対処するための知識を提供するための健康教育を実施する。併せて受講者を対象に健康意識をアンケート調査し、今後の中高年期の女性の健康支援を推進する基礎資料とする。

## 事業対象

各区の小学校区に居住する概ね40歳代から50歳代までの女性を基本的な対象とする。

## 事業実施体制・展開

概ね40歳代から50歳代までの女性を対象に、加齢に関する基本的知識や生活習慣、更年期の女性に多い健康上の悩みや問題に対処するための知識を提供するための健康講座を小学校区毎に開催することを基本としつつ、地域の関係団体等と十分な連携のもと、区及び地域の実情の応じた実施体制を確立し、講座の内容、日程、対象地域等を検討のうえ開催することとした。中高年期の女性の健康問題に併せ、骨密度測定及び乳がんモデルを使った自己検診法の体験などを盛り込み、講座内容の充実を図ることに主眼を置き、保健福祉センターを活用して区内全域を対象に開催されるところが多かった。

## 区役所来庁者を対象とした健康講座

女性の健康づくり推進することは、家族の健康づくりにも波及することを踏まえ、子育て期から前期高齢者までの区役所来庁女性を対象とした。医師による更年期の健康やピンクリボン運動の当事者(事務局長)からの乳がんの予防に関する講演のほか、食生活改善推進員協議会による食育推進活動コーナー、健康づくり推進協議会による歩行推進活動コーナー、介護予防リーダーによる介護予防コーナーを設置し、地域で健康づくり活動を展開する団体を紹介するとともに、骨量・体脂肪・血圧測定、乳がんの自己検診法の説明やアンケート調査についても協力を得て、アンケート調査も併せて行い、総合的な女性の健康イベントとして開催した。

## 事業目標・評価項目 及び その結果

- ①参加者概要：全講座受講者1746人、そのうち40～64歳の受講者は403人(23.5%)。中高年を対象とした講座は33回、953人、うち骨粗しょう症講座参加者560人、更年期関連講座参加者227人(両テーマ同時開催あり)。
- ②更年期について：知識を問う設問において更年期障害(特に症状)についての認知度は高かったが、女性ホルモンの低下に伴い脂質異常症・動脈硬化症、骨粗しょう症等の疾患リスクが増大することへの認知は5割程度に留まった。
- ③骨粗しょう症について：知識を問う7問の設問のうち4問以上認知している人の割合は71.8%、講座終了後に「今後骨量検査を受けたい」と答えた人の割合も96.2%といずれも他の年齢層(「～39歳」「65歳～」)に比し高かった。
- ④生活習慣病について：「～39歳」→「40～64歳」で肥満者の割合は4.9%→13.8%、高血圧、高血糖、脂質異常症を指摘されたことがある人の割合は2.3→27.1%、1.4→11.4%、3.6→39.0%といずれも中高年期での増加がみられた。
- ⑤女性の健康支援について求めること(40～64歳での回答)についての設問に「運動及び食生活などの実践機会の情報提供」との回答が173人(48.5%)で最多であったが、講座受講による運動習慣改善意識に関し、受講前「無関心期」「関心期」から受講後「準備期」への改善は36人(9.8%)であった。

## 事業の工夫点

地域の健康づくり活動リーダーで組織する食生活改善推進協議会や健康づくり推進協議会等の協力のもと健康講座を開催されたところが多く、健康講座の周知にあたり、区の広報誌やホームページの活用や関係機関への周知用ビラ設置といった行政による周知のほか、食生活改善推進協議会や健康づくり推進協議会等を通じた周知用ビラの配布やポスターの掲示など周知活動が積極的に展開できた。

## 事業の効果についての評価・考察

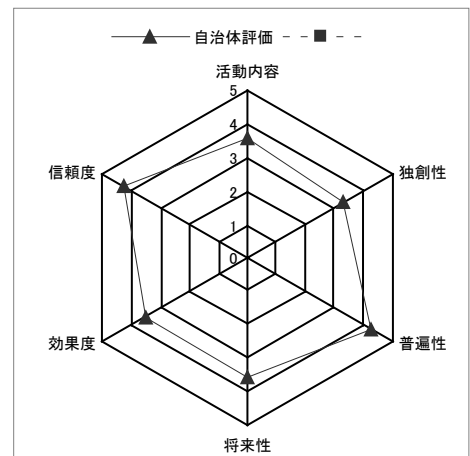
今回講座に際し行ったアンケート結果から、更年期障害の症状についての認知度は高いものの、女性ホルモン減少に伴う脂質異常症・動脈硬化症、骨粗しょう症等の疾患リスク増大についてはあまり知られていなかった。しかし、実際に肥満・高血圧・高血糖・脂質異常症の割合が他講座で若年層に対して行ったアンケート結果に比べて中高年層で高くなっており、更年期以降の生活習慣病を中心とした疾病予防への啓発が重要であると思われる。また、中高年期の女性では、骨量検査を受けたいと希望している人の割合が他の年齢層に比して高く、今後骨量低下リスクが高まる年代であることより、骨量検査受診に関する情報提供をより一層行っていく必要があると考えられる。女性の健康支援として「運動及び食生活などの実践機会の情報提供」を希望する人が約5割と最多であったが、講座受講による運動習慣改善意識の変化は前述のように10%程度に留まった。今回は中高年期を対象に運動に関しての実践的な講座は行っていなかったことが理由として考えられ、今後より実践的な運動に関する講座も行っていく必要がある。なお、今回行った（他のテーマ含めた）全講座の参加者年齢は30代前半と60代後半をピークとする二峰性の分布を認め、40～64歳での参加が全参加者に占める割合は403人(23.5%)と低かった。理由は明らかではないが、更年期を機として健康課題が変換期を迎える中高年期の対象者に対し、今後十分な広報・啓発が課題であると考えられる。

## 今後の課題

年度途中からの実施であったため、関係者と十分な調整ができないままの実施や次年度以降の実施を検討するとなった地域もあったが、女性の中高年期を対象とした健康講座の参加者や地域関係者等から、次年度以降の継続した開催に対する要望があり、予算を含めた体制確保が必要である。

ホームページ	
照会先	大阪市健康福祉局健康推進部健康づくり担当 06-6208-9961

事業評価	(企画評価委員会で評価)
①活動内容	3.6 校下毎の地道な活動で地域の活性化にもつながるが、内容的に盛り込みすぎな面もみられる。
②独創性	3.3 取組み内容として、目新しいことがあまり見られない。
③普遍性	4.3 地域の健康づくり活動団体等の協力を得ての啓発は意義深い。
④将来性	3.6 地域団体との協力体制を継続し、継続した情報発信が大切である。
⑤効果度	3.5 健康づくり知識の啓発効果として、健診データの活用も必要である。
⑥信頼度	4.3 健康づくりに関する無関心層に啓発する取組みとしてはおもしろく、評価できる



## (3) 女性のがん健康支援事業

事業名	女性の健康講座		
分野	<input 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)	163		

## 事業目的

一人ひとりの女性が主体的に自らの健康に目を向け、日常生活の中で健康づくりを实践できるよう、女性のライフステージに応じた健康づくりやがんについての理解を深めることを目的に、特に女性特有のがんに関心をもつ女性を対象に疾患に関する正しい知識を啓発し、がん検診や特定健診等の受診行動につなげるための健康教育を実施する。併せて、受講者を対象に健康意識をアンケート調査し、今後の女性の健康支援を推進する基礎資料とする。

## 事業対象

子宮がん、乳がん又は卵巣がん等、女性特有のがんに関心ある女性

## 事業実施体制・展開

小学校区毎に開催することを基本としつつ、地域の関係団体等と十分な連携のもと、区及び地域の実情に応じた実施体制を確立し、講座の内容、日程、対象地域等を検討のうえ開催することとしたところ、運営にあたっては女性会やPTA協議会、健康づくり地域活動団体等と連携した開催が多く、講座内容は女性特有のがん検診に特化した講座からがん検診全般、骨量検査や特定健診を含めた健康診査全般、新型インフルエンザ等を含めた健康管理全般など、地域実情に応じた様々な内容を盛り込んだ健康講座が開催された。

## 地域団体女性協議会の研修会における健康講座の開催

女性協議会として様々な研修を開催されており、本年その研修会テーマ1つとして女性の健康づくりに関する講座を位置づけ、女性の特有がんと健康診断の重要性についての理解を深め、検診の受診方法や内容説明に併せて、乳房モデルを使用した自己検診法を実演した。

## 事業目標・評価項目 及び その結果

①参加者概要：全講座受講者 1746 人、そのうち女性がんに関する講座は 127 回、2507 人開催し、参加者は 1154 人であった。②乳がんについて知識を問う設問では、自己触診で発見可能であることを知っている人は 72.7%と最も多かったが、検診対象年齢を知っている人は 33.7%と少なかった。子宮がんについては、検診対象年齢や検診での前がん病変が検出可能であることを知っている人は、それぞれ 29.8%、21.9%と少なかった。③最近 2 年間にがん検診を受けている人は乳がんで 34.9%、子宮がんで 51.6%であったが、講座受講後がん検診を受けたいと答えた人は乳がんで 90.4%、子宮がんで 87.6%と高かった。④乳がん検診対象である 30 歳代のうち検診対象年齢を知っている人で乳がん検診を受けている人が 35.6%であるのに対し、対象年齢を知らない人では 27.0%と低く、同様に子宮がん検診対象である 20-39 歳のうち検診対象年齢を知っている人で子宮がん検診を受けている人が 77.7%であるのに対し知らない人では 57.9%であった。⑤がん検診未受診理由自由記載では「どこで受けられるかわからない」「(乳がん) 自己検診で十分と思っていた」「子供を預かってくれるところがない」「恥ずかしい」などの記載が見られた。

## 事業の工夫点

女性の健康講座を女性協議会の研修テーマの1つとして実施したケースについては、女性団体協議会や区役所の他の部署である生涯学習担当と協議し、会員を通じた開催案内の配付や当日の運営など相互協力もとの取り組みとなった。また、仕事を持つ女性が参加しやすいよう休日の開催も取り入れられた。他のケースでは、より多くの女性市民の参加をいただけるよう、PTA協議会と連携した開催や講座開催の主目的になる女性の特有がんに併せて、本年度非常に関心が高かった新型インフルエンザの予防に関する情報提供を行う講座開催といった取り組みがみられた。

## 事業の効果についての評価・考察

今回講座に際し行ったアンケート結果から、乳がん・子宮がんについて「乳がんは自己触診で発見できる」ことや「子宮がんは初期自覚症状が欠如している」ことなどの認知度は高かったが、両がんのがん検診対象年齢についてはあまり知られていなかった。乳がんは「30歳以上」、子宮がんは「20歳以上」を検診対象年齢としており、胃がん・大腸がん・肺がんの対象者となる「40歳以上」とは対象年齢が異なっている。また、アンケートの中で、がん検診対象年齢の若年者（乳がん：30歳代、子宮がん20-39歳）のうち、自己ががん検診対象年齢であることを知っている人ほどがん検診を受けている人が多かったことから、【がん検診対象年齢】に関する情報提供を行うことで女性がん検診受診率を向上させる可能性があると考えられた。また、がん検診を受けていない群はして受けている群よりがんに関する知識を問う設問の正答数が少なく、検診未受診理由として検診に関する知識・情報の欠如がみられたことからさらなる正確な知識啓発が今後課題であると考えられた。今回の講座参加者は各種統計で報告されているもの比べてがん検診を受けている比率が高い結果であったが、講座受講後は現在未受診である人も含めてほとんどの参加者が「がん検診を受けたい」と答えており、今後同様の講座開催機会を広げていくと共に、参加者が実際に受診行動に移りやすいシステム構築が必要と考えられた。

## 今後の課題

女性特有のがんについての理解が積極的ながん検診受診行動に結びつく可能性があると考えられることから、今後講座開催のみならず多くの機会を捉えて女性がんに関する知識啓発に努めるとともに、併せて他の各種のがん検診や特定健診・特定保健指導の受診についても必要性を啓発していく必要がある。また、実際に受診意欲を持った女性が乳がん・子宮がん検診を受けられるようさらなる工夫が必要である。

ホームページ	
照会先	大阪市健康福祉局健康推進部健康づくり担当 06-6208-9961

事業評価	(企画評価委員会で評価)	
①活動内容	4.3	他の機会を活用した取組みとして、評価できる。
②独創性	3.3	対象者をがんに関心がある女性としたことは限定的であり、広がりにも疑問を感じる。
③普遍性	4	引き続き地域団体との協力体制を強化していくことが大切である。
④将来性	4	がんの理解を深め、検診受診につなげる取り組みに併せ、定期検診の必要性を感じない方への対策も必要である。
⑤効果度	4	がんに関心のある女性をターゲットにしており、検診受診につなげる効果は高いが、さらに広がりのある講座開催を求めたい。
⑥信頼度	3.6	一過性の取組みではなく、継続的な取組みを期待したい。

