

指導事項 R5・R6 対照表

※下線：昨年度からの変更部分

令和5年度 指導事項	令和6年度 指導事項（案）
<p>【ポピュレーションアプローチと連動した保健指導と環境整備】</p> <p>(1) 適正体重維持のための身体活動・運動の推進 肥満やメタボリックシンドロームの予防、生活習慣病の発症・重症化予防のため、身体活動・運動に関する知識の普及や運動しやすい環境整備に努めること。</p> <p>(2) 生活習慣病の予防・改善のための食生活の推進 食塩の過剰摂取は高血圧や心疾患、脳血管疾患、胃がんなどの大きな発症要因であることから、減塩教育や減塩食品の普及、野菜摂取量の増加、食事の適量摂取などの保健指導と環境整備の強化に努めること。</p> <p>(3) アルコール対策 飲酒による身体への影響については、年齢・性別・体質等による個人差があることから、考慮すべき飲酒量や飲酒の際に留意すべき事項（避けるべき飲酒等）等の具体的な情報提供に努めること。</p> <p>(4) たばこ対策 喫煙が健康へ及ぼす影響について、特に若い世代からの普及啓発を一層推進するとともに、禁煙希望者へは禁煙支援マニュアルに基づき保健指導を行うこと。 また、受動喫煙防止の啓発及び環境整備の強化に努めること。</p> <p>(5) データの活用 がん登録データやKDBデータの分析・活用を更に進め、地域の特性を踏まえた保健事業等の効果的な実施に努めること。</p>	<p>【<u>生活習慣病予防のためのポピュレーションアプローチの強化</u>】</p> <p>(1) <u>循環器疾患及びがんを予防する生活習慣の普及啓発</u> <u>適正体重の維持、減塩、野菜摂取量の増加、健康に配慮した飲酒、身体活動量の増加、禁煙等、循環器疾患やがんを予防する生活習慣についての普及啓発や環境整備に引き続き取り組むこと。</u></p> <p>(2) <u>受動喫煙防止対策の推進と禁煙支援</u> ・若い世代から、<u>喫煙による循環器疾患やがんへのリスクを含めた普及啓発を実施するとともに</u>、受動喫煙防止の啓発及び環境整備の強化に努めること。 ・<u>禁煙意思のある喫煙者へは</u>、禁煙支援マニュアルに基づいた禁煙の実行・継続につながる効果的な保健指導を実施すること。</p> <p>(3) データ<u>利</u>活用に<u>よる効果的な保健事業の展開</u> がん登録データやKDBデータの分析・活用を更に進め、地域の特性を踏まえた保健事業等の効果的な実施に努めること。</p>
<p>【誰もが自然に健康になれる社会環境の整備とセルフ管理能力向上のための支援】</p> <p>(1) 誰もが自然に健康になれる社会環境の整備 住民が自然に健康的な行動をとることができ、地域全体で誰もが健康づくりに取り組めるような社会環境整備を推進すること。</p> <p>(2) セルフ管理能力向上のための支援 ・自身の体調に関心を持ち、主体的に健康づくりに取り組めるよう、あらゆる機会を通じてセルフチェックの必要性を普及啓発すること。 ・早期治療により救命可能な疾患の兆候と対応について住民に普及啓発を行うこと。 ・気になる症状が続く場合は、次の健診・検診を待たずに受診することの周知啓発を行うこと。</p>	<p>【<u>生活習慣病の早期受診・早期治療に向けた普及啓発の強化</u>】</p> <p>(1) <u>セルフチェック及び疾患の兆候に関する普及啓発</u> <u>循環器疾患及びがんに係るセルフチェックや兆候について周知するとともに</u>、気になる<u>状態</u>や症状が続く場合は、次の健診・検診を待たずに受診する<u>よう</u>周知を<u>図る</u>こと。</p> <p>(2) <u>発症時の対応に関する普及啓発</u> 早期治療により救命可能な疾患の<u>初期症状</u>と対応について住民に普及啓発を行うこと。</p> <p>(3) <u>性・年代に応じた健診・検診の普及啓発</u> <u>特定健診や各種がん検診の必要性について、対象に応じた普及啓発を行うこと。</u></p>