



「健康づくりポイント事業」がスタート

私は、村民一人一人が自らの健康管理を行う「主体的・継続的な健康づくりへの取組」が大事であると考えています。

六ヶ所村の平均寿命（平成27年厚生労働省市町村別生命表）は、男性は78・9歳で県内10位ですが、女性は85・8歳と県内では24位、全国ではワースト36位と短命で、その要因である死亡原因是、第1位が悪性新生物（がん）、次いで心疾患、老衰、脳血管疾患の順で、生活習慣病が主要死因の6割以上を占めています。

ています。今年度は新型コロナウイルス感染拡大防止のため、戸別訪問や村内イベント会場等での勧奨は残念ながら中止としましたが、それらに代わる受診勧奨活動として寸劇を取り入れたロックTVの放映を企画し、村民の健診受診率向上に積極的に取り組んでいただいている。

「健康づくりポイント事業」が

自分を含めて普段の生活の中で健康を意識して、継続的に行動する事はなかなか難しいと感じています。そこで、自らの健康に関心を持ち、楽しみながら健康的な生活習慣の定着に繋がることを支援するため「六ヶ所村健康づくりポイント事業」を開始しました。この事業は、参加型（各種健康教室等）、体験型（イベント体験）、努力型（個人が一定期間以上実施する健康づくりのための取組み）、成果型（健診結果や個人の取組み）に分類し、設定したポイント数のうち、一定のポイントが貯まると特典と交換できます。

特典は、村内の商店や施設等の積極的な利用促進を図ることも兼ねて、健康増進商品券や健康増進施設利用券（スマートロッカーポン、温水プールなど）としています。

また、この事業は保健関連や社会教育関連の事業（

月の村の健康宣言を機に禁煙に取り組み、現在4年目を迎えています。

禁煙後1年ぐらいため、

村長自身の健康づくりと施策



インタビュー
池田 麻美
青森テレビアナウンサー
担当番組はローカルニュース、
ナレーティングリポートなど



六ヶ所村 「自分の健康状態を知る」

すこやかインタビュー

六ヶ所村の皆さん
健康状態はいかがですか

健康づくりのため、どのような取り組みをしていますか

六ヶ所村の平均寿命（平成27年厚生労働省市町村別生命表）は、男性は78・9歳で県内10位ですが、女性は85・8歳と県内では24位、全国ではワースト36位と短命で、その要因である死亡原因是、第1位が悪性新生物（がん）、次いで心疾患、老衰、脳血管疾患の順で、生活習慣病が主要死因の6割以上を占めています。

国民健康保険統計では、高血圧や糖尿病にかかる医療費が高く、入院・外来医療費の合算では、糖尿病関連（糖尿病、腎不全）医療費が上位を占め、糖尿病を起因とする人工透析患者は40歳代の方もおり、生活習慣病に罹患する年代が低年齢化してきています。

また、若年者（20～39歳）を対象とした健診結果では、肥満や脂質異常、肝機能値が高い方が多く、若年からの生活習慣改善が必要な状況です。

六ヶ所村の皆さんには、年代や時間帯等自分に合った事業を選択し、積極的に参加してほしいと思っています。

この事業の実施においては、個人での取り組みも対象としていますので、食生活改善推進員の方々が村の食材を使用した健康食の普及を目的に広報に掲載している「ろっか食堂」のレシピも活用し、食の改善にも取り組んでいただきたいと考えています。

体重は増加傾向になつたため、必然的に運動が必要になります。毎日の日課としてウォーキングを実施するようになります。

これからも、村民の皆さんと共に、主体的・継続的に健康づくりに取り組むことができるよう施策の充実に努めて参りたいと考えております。

私は、村民一人一人が自らの健康管理を行う「主体的・継続的な健康づくりへの取組」が大事であると考えています。

六ヶ所村の平均寿命（平成27年厚生労働省市町村別生命表）は、男性は78・9歳で県内10位ですが、女性は85・8歳と県内では24位、全国ではワースト36位と短命で、その要因である死亡原因是、第1位が悪性新生物（がん）、次いで心疾患、老衰、脳血管疾患の順で、生活習慣病が主要死因の6割以上を占めています。

国民健康保険統計では、高血圧や糖尿病にかかる医療費が高く、入院・外来医療費の合算では、糖尿病関連（糖尿病、腎不全）医療費が上位を占め、糖尿病を起因とする人工透析患者は40歳代の方もおり、生活習慣病に罹患する年代が低年齢化してきています。

また、若年者（20～39歳）を対象とした健診結果では、肥満や脂質異常、肝機能値が高い方が多く、若年からの生活習慣改善が必要な状況です。

六ヶ所村の皆さんには、年代や時間帯等自分に合った事業を選択し、積極的に参加してほしいと思っています。

この事業の実施においては、個人での取り組みも対象としていますので、食生活改善推進員の方々が村の食材を使用した健康食の普及を目的に広報に掲載している「ろっか食堂」のレシピも活用し、食の改善にも取り組んでいただきたいと考えています。

体重は増加傾向になつたため、必然的に運動が必要になります。毎日の日課としてウォーキングを実施するようになります。

これからも、村民の皆さんと共に、主体的・継続的に健康づくりに取り組むことができるよう施策の充実に努めて参りたいと考えております。