

「Healthy Japan 21」 : 일본의 건강증진 활동

吉田勝美

일본 성마리안느 의과대학 예방의학교실

Health Japan 21 and Future Health Promotion Activities

Yoshida Katsumi

Dept. of Preventive Medicine St. Marianna University College of Medicine

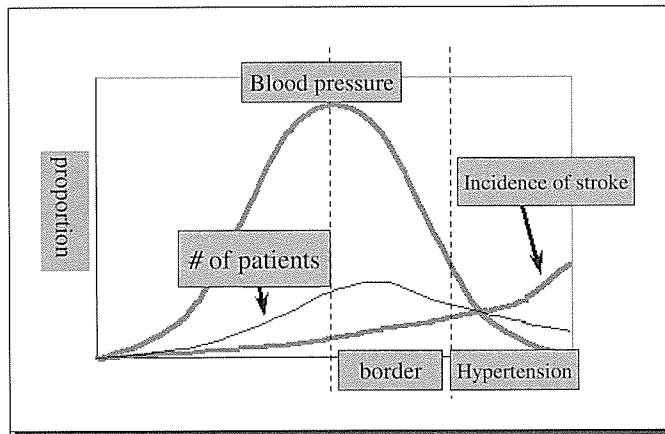
Healthy Japan 21

- Setting the numerical goal
 - What kind of health problems is important
 - Where will it be possible to improve
- Health movement by the residents
- Development of environment in co-operation with other fields
 - Medical and health resources

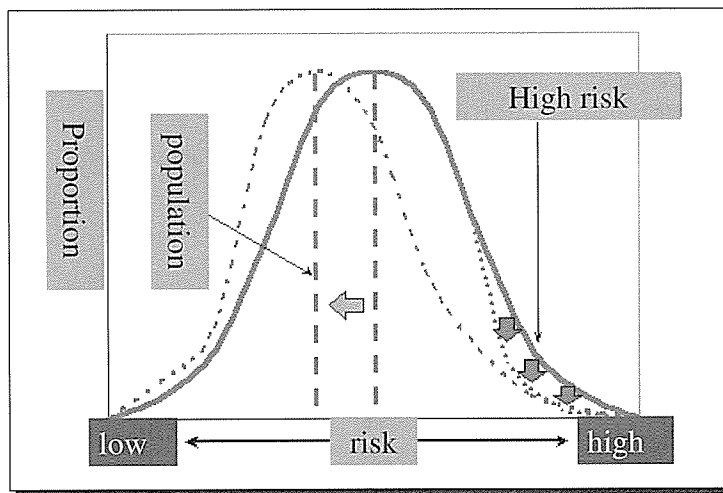
교신저자 : Katsumi Yoshida

St. Marianna University School of Medicine
2-16-1 Sugao Miyamae-ku, Kawasaki, Kanagawa,
216-8511 JAPAN
TEL : 81-044-977-8111 FAX : 81-044-977-4350
E-mail : k2yosida@marianna-u.ac.jp

Contradiction of high risk strategy



Population and high risk strategy



Health care in new century

- Prevention is due to personal problem



- Difficult situation



- Establish supported environment

Supporting environment for Lifestyle-related diseases

- Health examination for early detection
- Health education for primary prevention
- Establish supporting environment
 - Supportive environment for health

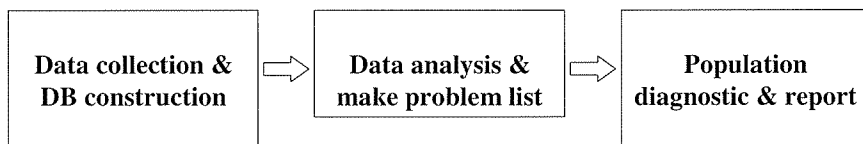
Population-based diagnostic

Purpose

Population health profile

- Based on annual health checkups data
- Comparison between objective population and prefecture unit
- Propose concrete health strategy based on population diagnostic

health improvement programs for population



Report of population diagnostic

2003年度 診断結果報告書

団体名 健康支援協会 様

報告日 平成16年6月23日

貴団体の2003年度定期健康診断結果から、以下のような問題が明らかになりました。
健康づくり、健康増進の観点から、これらの問題の改善にむけ、積極的かつ重点的に取り組む
必要性が指摘されます。とくに全国集計値、都道府県集計値にくらべ悪いものについては、十分
改善の余地があると考えられます。

◆検査項目のワースト3は

- 第1位 高尿酸血症
- 第2位 高コレステロール血症
- 第3位 肝機能異常(AST,ALT)

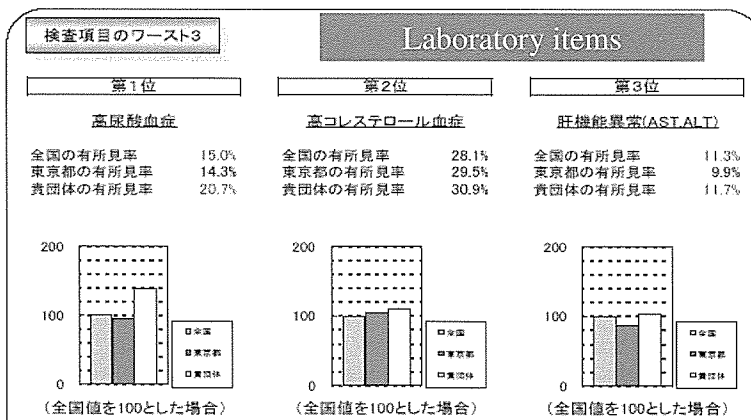
◆問診項目のワースト3は

- 第1位 飲酒
- 第2位 運動
- 第3位 喫煙

があげられます。

※詳しくはサマリーシートをご覧ください。

Report of population diagnostic



※全国を100にした場合

Summary of population statistic

コメ ント

貴団体の健康に関する課題としては
①高尿酸血症、②高コレステロール血症、③肝機能異常(AST,ALT)が重要であり、これらの改善に向け、

- ・食生活の改善
- ・節度ある飲酒
- ・運動
- ・適正体重の維持

Health problems

を旨とした集団的アプローチが期待されます。
また、健康リスク要因として、①飲酒、②運動、③喫煙が明らかにされています。

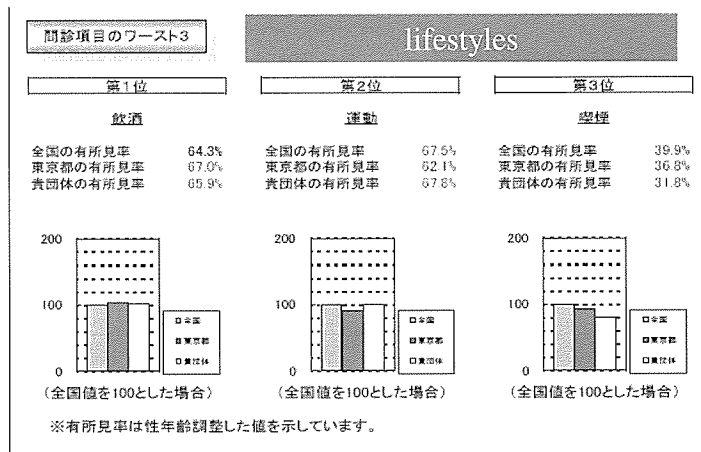
以上より、貴団体の健康対策として、

Recommendation for population

- ・節度ある飲酒に関する知識を普及する(ポスター、キャンペーンなど)
- 飲酒の適正量とは？(アルコール20g程度)
- アルコールは、マイペースをまもり、楽しく飲みましょう
- ・日常生活のなかで意識的に体を動かす方法を提案する
- 毎日30分以上、早歩きしましょう
- エレベーターやエスカレーターよりも階段を使いましょう
- 車よりも電車やバスを使いましょう
- ・休憩時間を十分確保して、かんたんな体操の時間を設ける
- ・分煙を徹底する(建物内のタバコ販売の禁止、灰皿の撤廃、喫煙所の設置など)を提案いたします。

なお、健康診断、保健指導、その他各種健康対策につきましては、
予防医学事業中央会の各都道府県支部までご相談下さい。

Report of population diagnostic



Population diagnostics provide

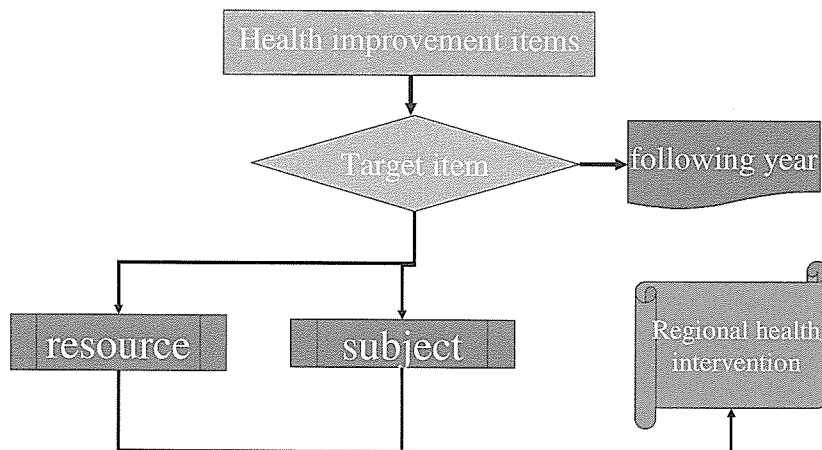
Support specific population strategy
for improvement of health

Provide some information
set priority of health problems
provide suitable health statistics
– Select appropriate strategy from
viewpoints of applicability and feasibility



Primary prevention for population

Scheme of health evaluation



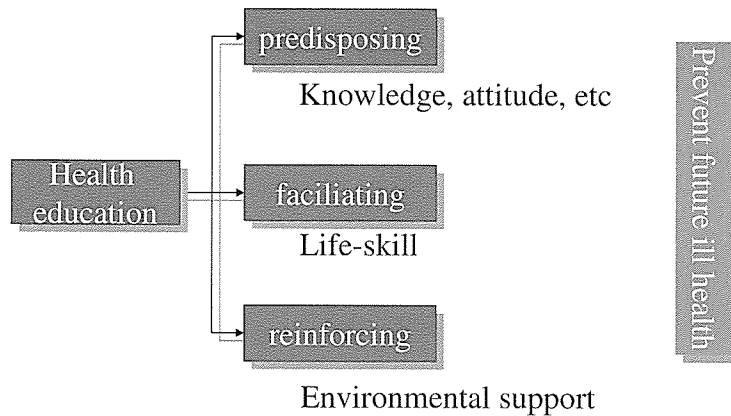
How to select the health problem

- Burden of health problems
- Feasibility
 - Suitable programs for health intervention
- Agreement from residents
- Resource and cooperation so far
- Economical standpoints

Health promotion program for individual base

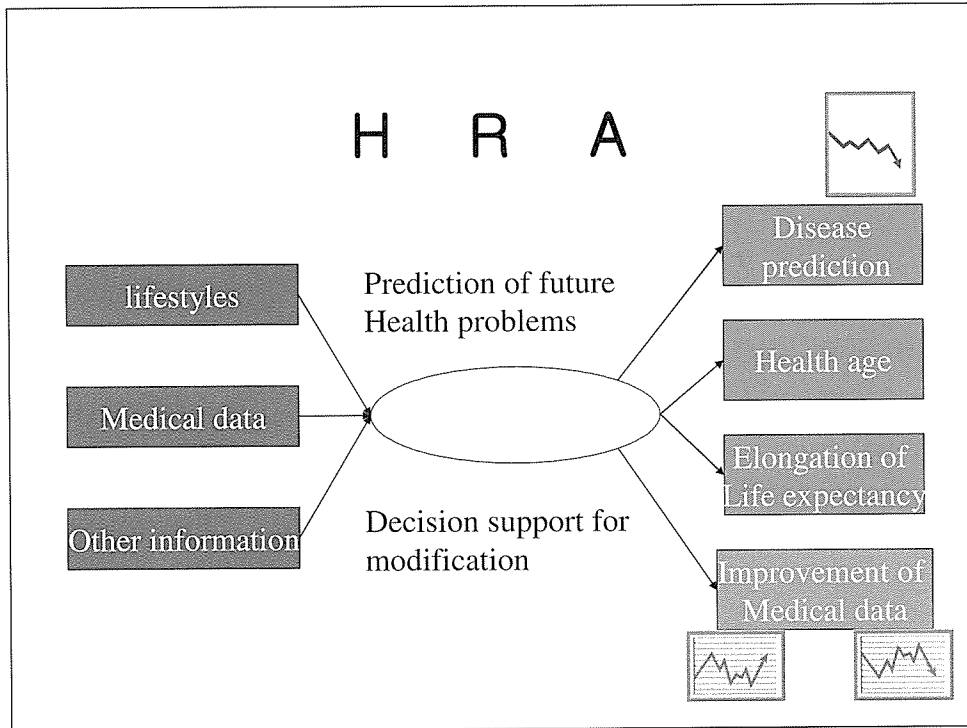
Health Risk Appraisal
(HRA)

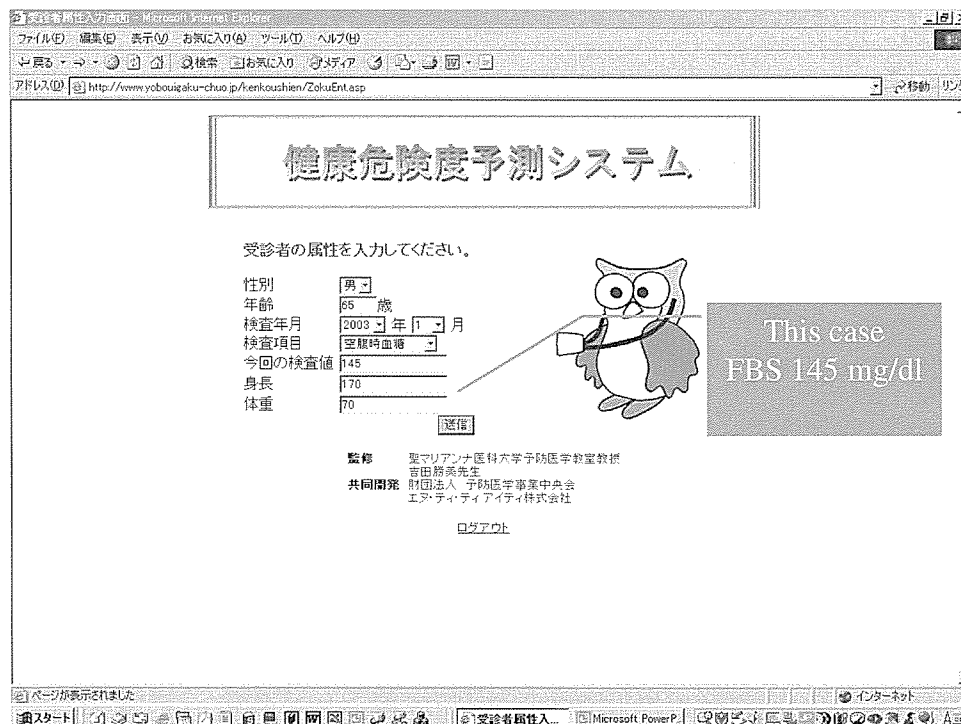
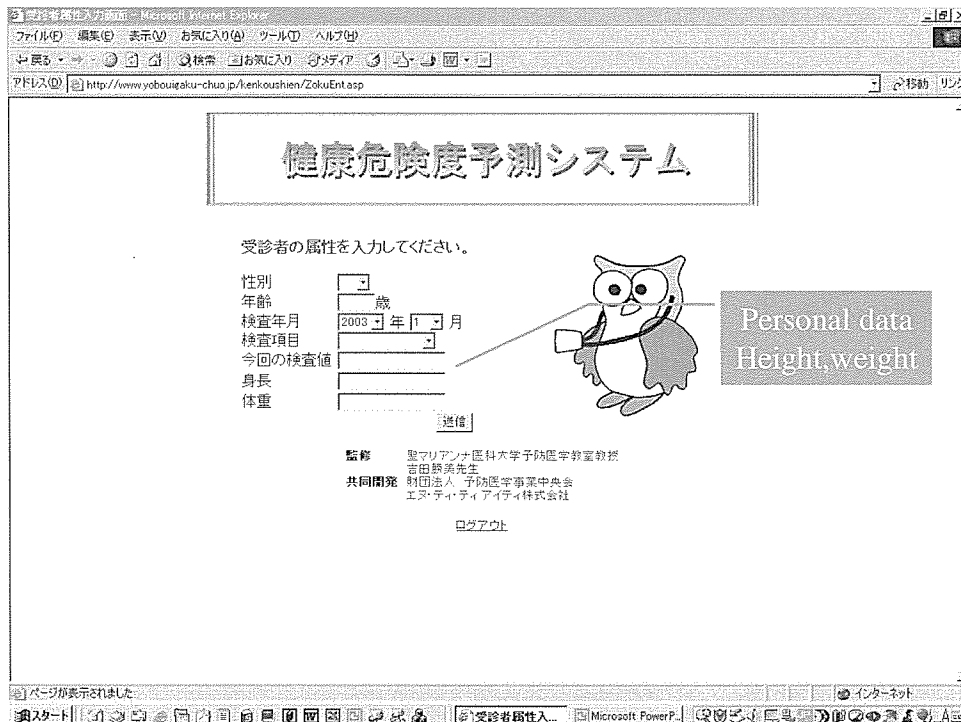
Health promotion based on behavioral medicine

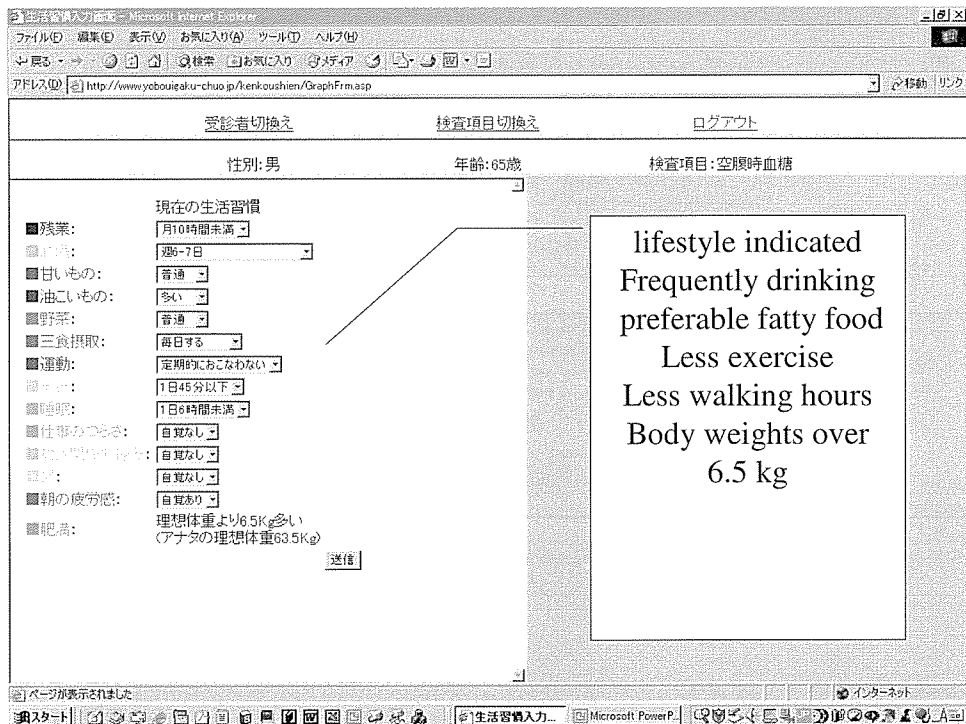
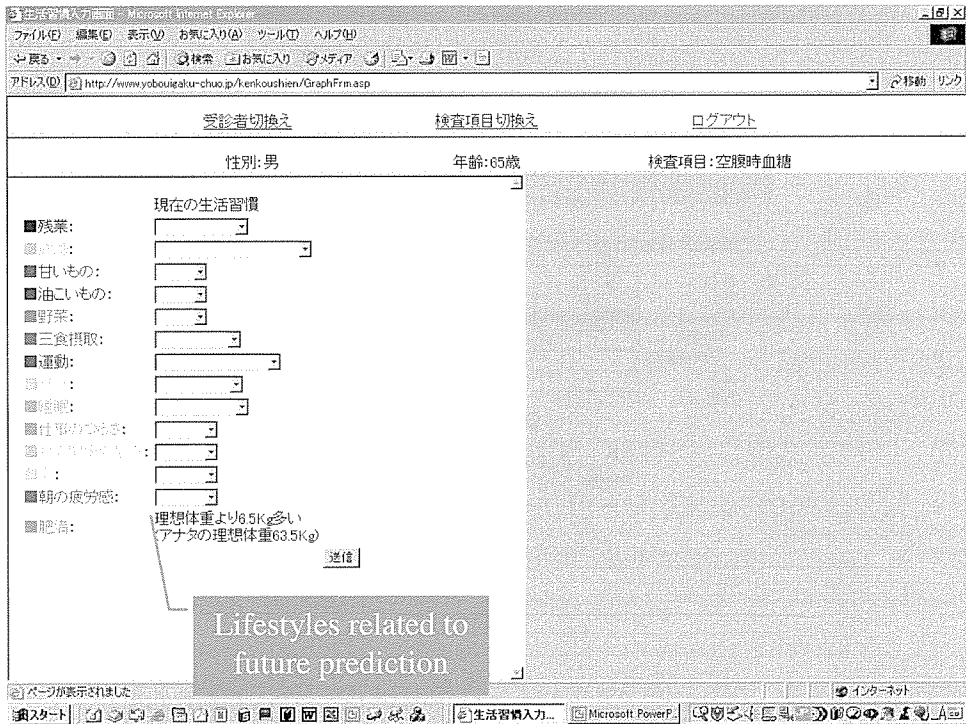


Purpose of HRA

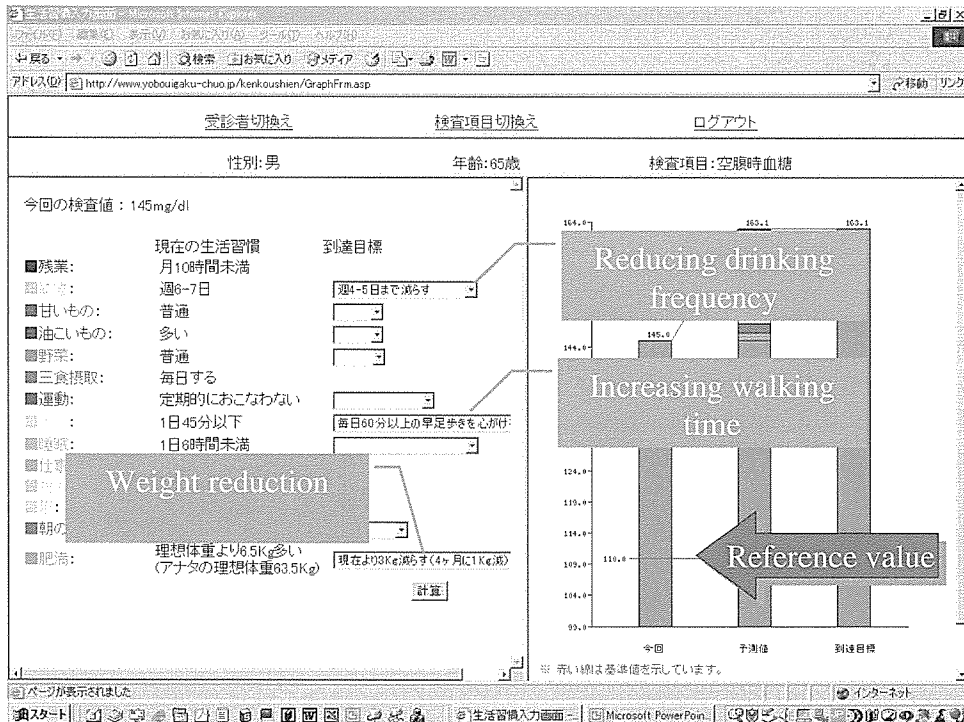
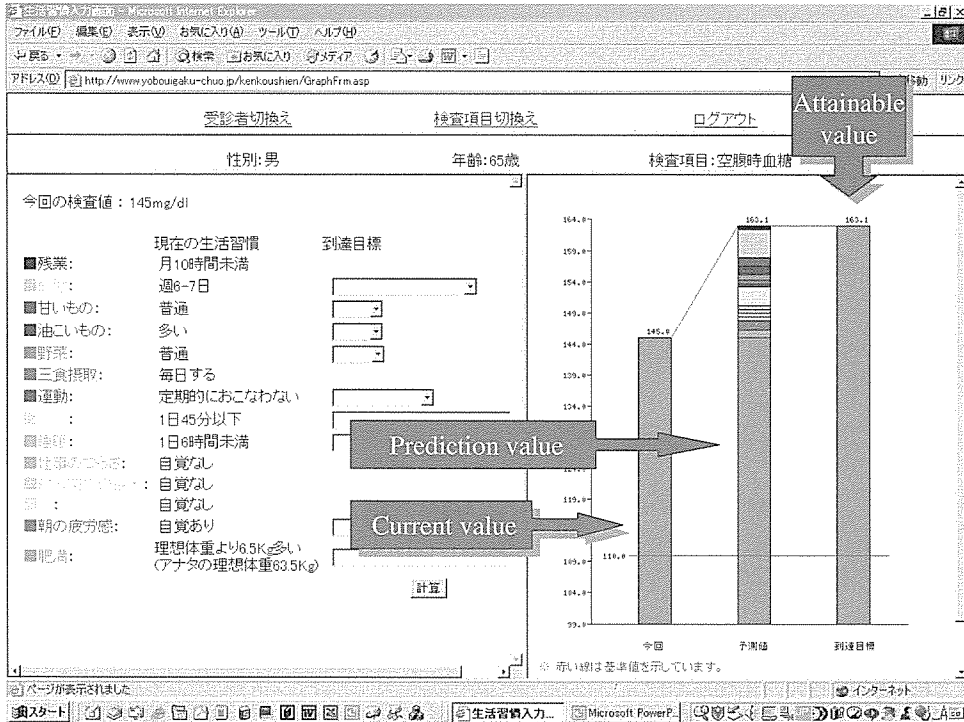
- Health checkups offers the present status of health
 - Early detection and early treatment
- Not easy to understand lifestyle modification
- HRA provides the prediction of future health problems based on current data

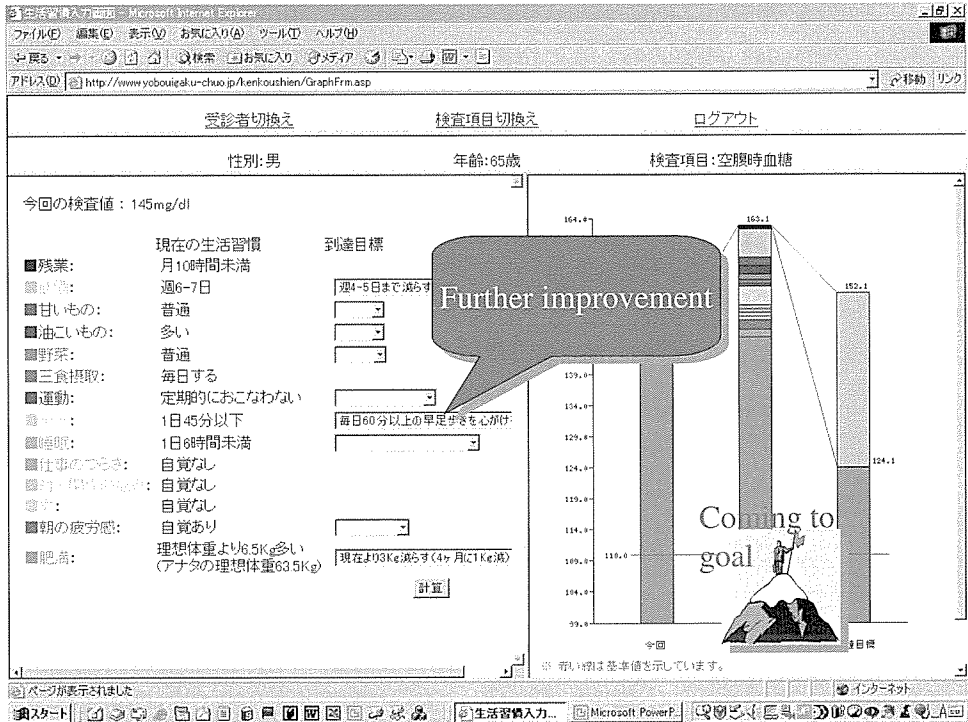




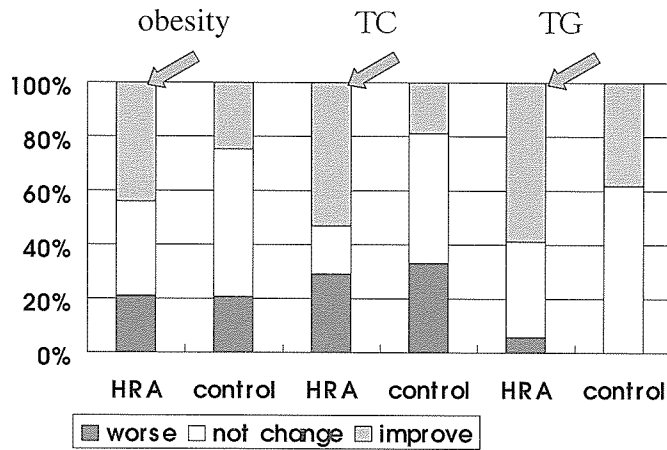


「Healthy Japan 21」：日本の健康増進 活動





Effect of HRA on improvement



Takahashi et al, 1994

Structure of future health service

