

# 7 市民のための保健事業

<b>I. 健康づくり .....</b>	<b>185</b>
(1) 健康づくり推進事業 .....	185
(2) 食生活改善推進事業 .....	186
(3) 運動普及推進事業 .....	186
(4) 食育推進事業 .....	187
(5) 心の健康づくり事業 .....	187
<b>II. 医療対策 .....</b>	<b>188</b>
(1) 救急医療対策事業 .....	188
(2) 小児救急医療支援事業（諫早市こども準夜診療センター） .....	190
(3) A E D(自動体外式除細動器) .....	191
<b>III. 成人保健 .....</b>	<b>192</b>
(1) 成人期健康教育 .....	192
(2) 成人期健康相談 .....	192
(3) 成人期訪問保健指導 .....	192
(4) 各種がん検診等 .....	193
<b>IV. 関係機関・団体 .....</b>	<b>195</b>
(1) 県央振興局保健部 .....	195
(2) 保健・医療関係団体に関する問い合わせ .....	195



# 市民のための保健事業

## I. 健康づくり

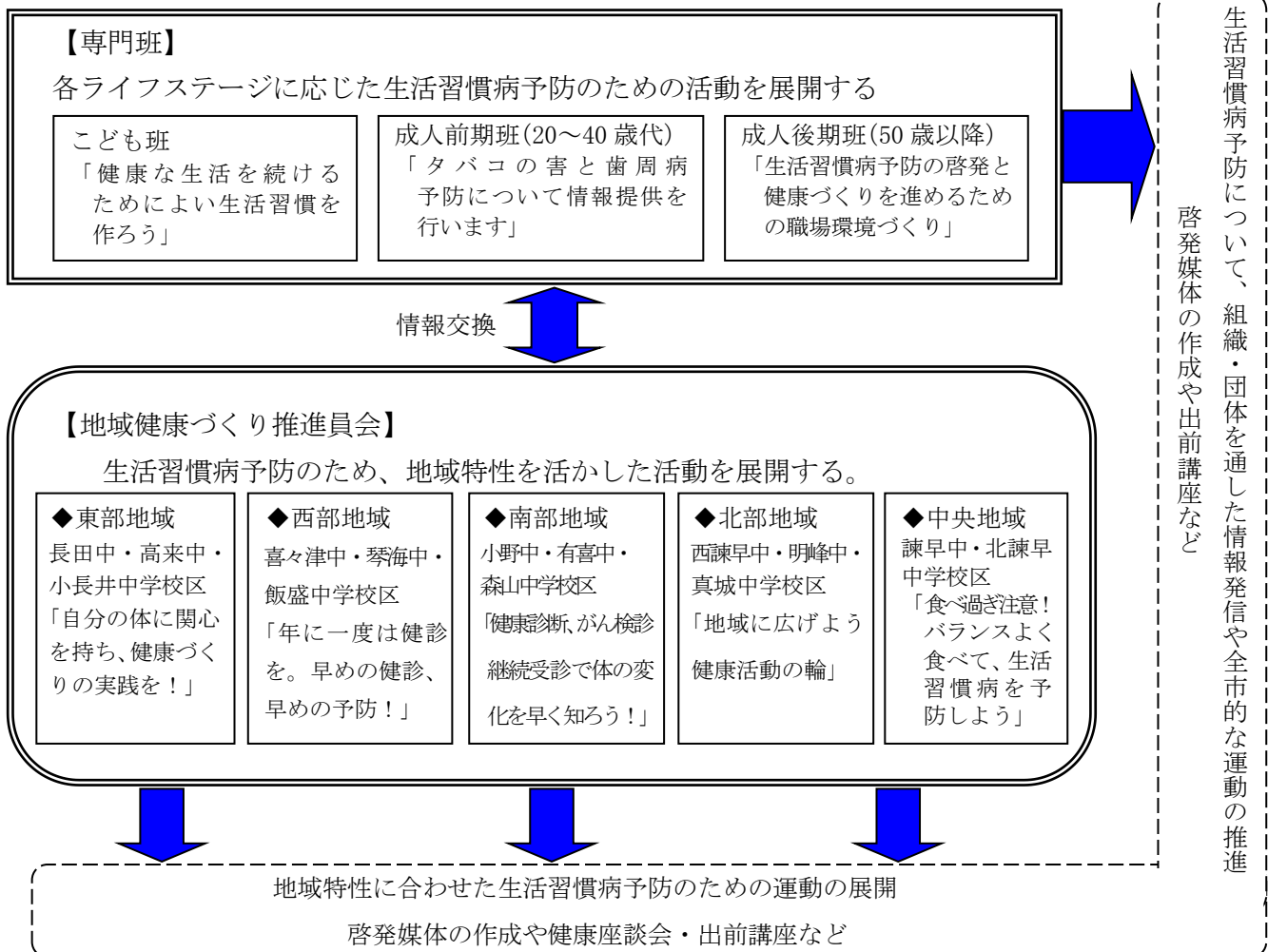
### (1) 健康づくり推進事業

【問合せ先】健康づくり推進協議会事務局 Tel.27-0700

諫早市健康づくり推進協議会では、市民一人ひとりの健康づくりの推進を図るため、健康づくりに関する事項について協議し、充実した市民の健康で活力ある生活を支援します。

そのために協議会では、健康いさはや 21 の推進主体として、組織や団体を通じた情報発信や全市的な運動を推進する「専門班活動」、地域特性を活かした健康づくりを推進する「地域健康づくり推進委員会活動」により、生活習慣病の予防・生活習慣の改善を目標に健康いさはや 21 運動を進めます。

#### 【健康いさはや 21（第三次）の推進】



## (2) 食生活改善推進事業

【問合せ先】食生活改善推進協議会事務局 TEL27-0700

諫早市食生活改善推進協議会では、健康いさはや 21 の推進リーダーである食生活改善推進員を養成し、市民に健康づくりのための食生活を伝達することを通して、健康いさはや 21 を推進します。

事業名	対象	内容等
小・中・高校のゲスト ティーチャー（講師派遣）	小・中・高校	総合学習、家庭科、クラブ活動等へ講話、調理実習など
親子、子ども食育教室 生活習慣病予防講習会	市民全般	講話、調理実習等
食生活改善推進員養成 講座	全プログラム (20 時間)受講 修了後活動可 能な市民	期間：令和 3 年 9～12 月予定
		内容：健康な食生活の推進に関する知識・技術（6 回）
		その他：養成講座修了後には、次年度より諫早市食生活改善推進員として、食を通した健康づくりに従事

## (3) 運動普及推進事業

【問合せ先】運動普及推進員協議会事務局 TEL27-0700

諫早市運動普及推進員協議会では、健康いさはや 21 の推進リーダーである運動普及推進員を養成し、ウォーキング・ニュースポーツ・のんのこ体操・のんのこ 21 サークットを普及することで、健康いさはや 21 を推進します。

事業名	対象	日時及び内容等
ウォーキング教室 (市民ウォーキング)	市民全般	日時：月 2～3 回の予定で教室を実施 土曜日 午前 9 時～午前 11 時 30 分 内容：準備体操・5～6km 程度のコース・整理体操
ニュースポーツ教室	市民全般	内容：グラウンド・ゴルフ、ペタンク
のんのこ 21 サークット (ストレッチ体操、筋力運 動と有酸素運動)	市民全般	内容：中程度の体力者を対象としたストレッチ体操、筋力運動と有酸素運動
のんのこ体操教室	市民全般	内容：低体力者を対象としたストレッチ体操、筋力運動
運動普及推進員養成 講座	健康づくりリーダーで ある運動普及推進員 として活動可能な 市民	期間：令和 3 年 10 月～2 月予定
		内容：健康づくりのための運動普及に関する知識及び実技(6 回程度)
		その他：養成講座修了後には、運動普及推進員として、ウォーキング大会や教室など協議会活動に従事

#### (4) 食育推進事業

【問合せ先】健康福祉センター TEL27-0700

諫早市食育推進計画に基づき、庁内に組織した諫早市食育推進本部を中心として、生活環境分野・健康福祉分野・農林水産分野・商工分野・教育分野が連携し、市民一人ひとりが食への感謝の気持ちを深めるとともに、食に関する知識と選択する力を学び実践できるような環境づくりを進め、地域の特性に合わせた食育の取組を総合的かつ計画的に推進しています。

事業名	対象	内容等
食育講演会	市民全般	年1回
食育総合展示等開催		健康福祉まつりと同日開催
食育推進リーダーの育成及び活動の促進		食生活改善推進員養成講座の開催

#### (5) 心の健康づくり事業

【問合せ先】健康福祉センター TEL27-0700

市民に対し心の健康づくりに対する理解を深めるための普及啓発活動を行うとともに、心の健康づくりにかかる関係者の組織化活動を進めることで、健康いさはや 21 が目指す、「心の健康・自殺予防」を総合的に推進していきます。

事業名	対象	内容等
心の健康づくり講演会	市民全般	自殺予防、こどもの心の健康づくりなど
ゲートキーパー講座		自殺のリスクに気づき、正しい知識を普及するゲートキーパーの養成講座の開催
自殺予防普及啓発活動		自殺予防週間や自殺対策強化月間に合わせてちらし等の配布、パネル表示
地区組織活動の支援	心の健康づくり事業にかかる関係者	心の健康づくり事業（自殺対策推進）にかかる関係者会議
心の健康づくり相談	市民全般	○こころの健康づくりガイドブックを作成し配置しております。 ○健康福祉センター及び各地域で随時相談に応じています。

## II. 医療対策

### (1) 救急医療対策事業

【問合せ先】健康福祉センター TEL27-0700

#### ■ 初期救急医療体制

##### ①在宅当番医制

軽症の患者を治療したり、重症である患者を二次、三次の医療機関へ転送するなど救急医療体制の基礎をなしており、日曜・祝日における急病患者的の医療体制としては、諫早医師会が実施する在宅当番医療制度により、初期救急医療制度を確保しています。

#### ■ 二次救急体制

##### ①病院群輪番制

初期体制では取扱えない入院治療を必要とする患者に対応する体制であり、総合病院的機能を持つ医療機関が共同連帯して輪番体制により診療にあたる病院群輪番方式により重症患者の医療を確保しています。

また、年間を通して 24 時間対応できる体制を確保しており、夜間等の初期体制の受付時間外の患者に対する医療も確保しています。

##### ②救急医療協力病院

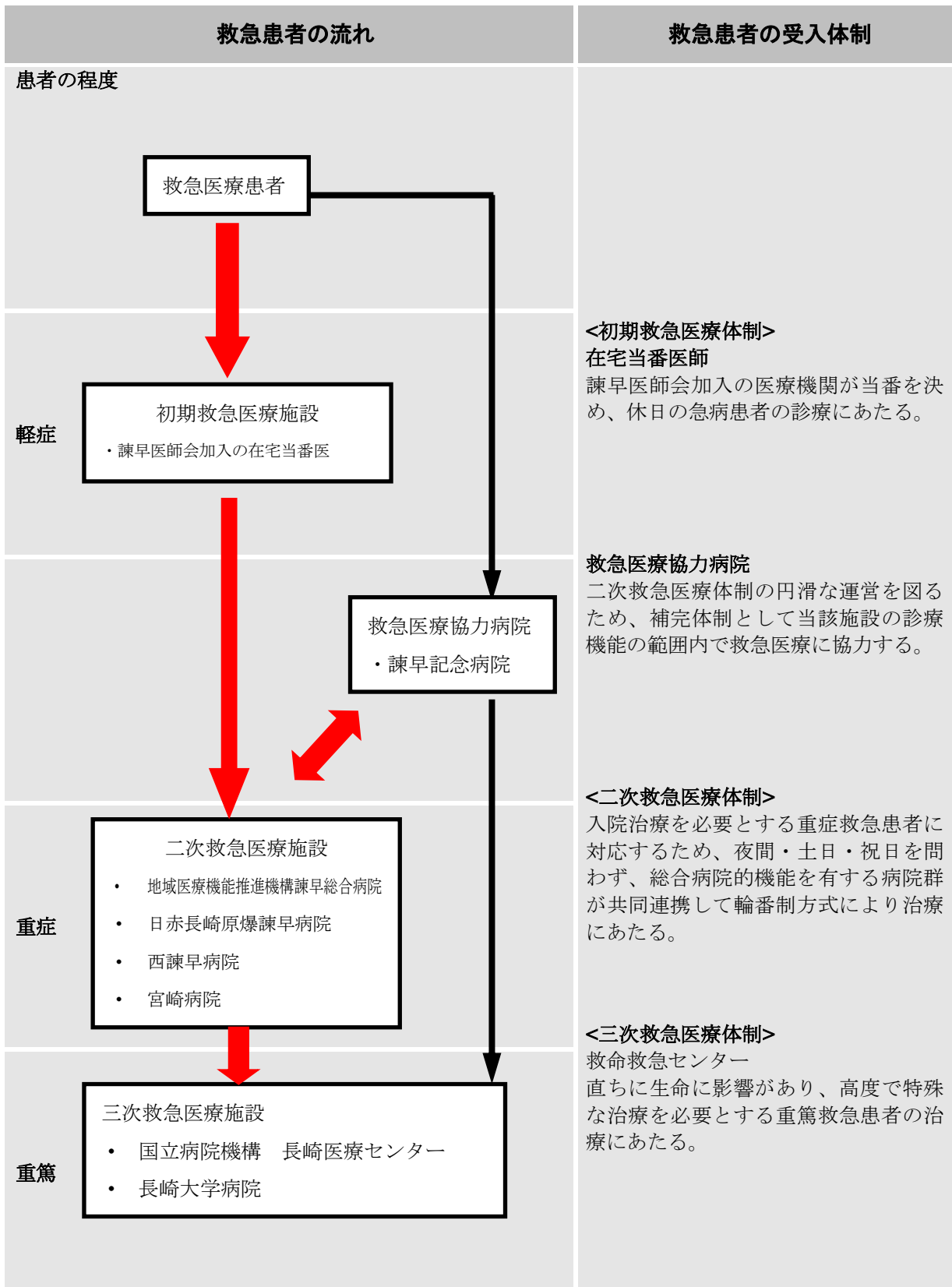
二次救急医療体制の円滑な運営を図るため、補完体制救急協力病院を確保しています。

#### ■ 三次救急体制

##### ①救命救急センター

直ちに高度の医療を行わなければ直接生命に影響のある重篤な救急患者を受け入れ救命救急的な診療にあたるものであり、長崎県域として体制の整備が図れています。

## ■ 諫早地域の救急医療体制



## (2) 小児救急医療支援事業（諫早市こども準夜診療センター）

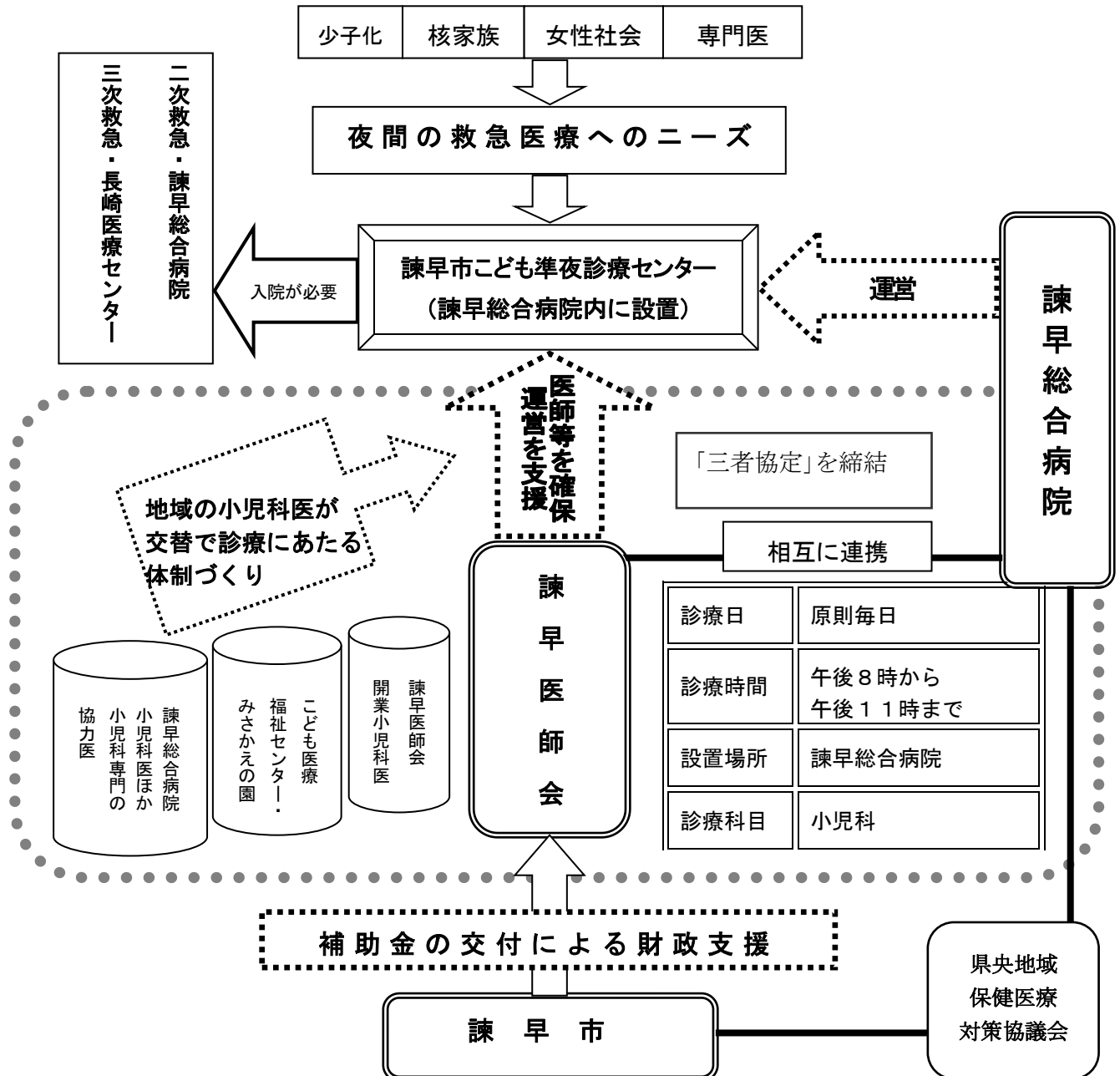
【問合せ先】地域医療機能推進機構諫早総合病院 TEL22-1380

### ■ 事業目的

夜間における小児救急患者に対応できるよう地域医療機能推進機構諫早総合病院内に「諫早市こども準夜診療センター」を開設し、小児救急医療体制の充実により保護者の育児面における安心と子育て支援を図ります。

### ■ 市の支援策

諫早市こども準夜診療センターへ小児科医等を派遣し支援する諫早医師会へ事業に要する経費の支援を行います。



施設名	場所	診療科目	診療日及び診療時間
諫早市こども準夜診療センター	諫早総合病院内	小児科	原則毎日 午後8時～午後11時

※受診前に電話で病症を伝え、夜間受付窓口（1階）で受付を済ませてから、受診をお願いします。

なお、受付時間は、午後10時45分までとなりますのでご注意ください。



### (3) AED(自動体外式除細動器)

【問合せ先】健康福祉センター TEL27-0700  
各支所地域総務課

AED(自動体外式除細動器)は、心臓の心室が小刻みに震えて全身に血液を送ることができない状態の際に電気ショックを与え、心臓の働きを戻すことを試みる医療機器です。音声ガイドに従い簡単に操作することが可能なため、平成16年7月からは一般市民の方でも使用することが出来るようになりました。

#### ■ AED設置施設(市内公共施設等)

- ・諫早市立の全小中学校(小学校28台・中学校14台)・市立幼稚園1台・市立保育所2台
- ・諫早市役所本館1台・各支所5台
- ・下記施設41台

合計92台

施設名	所在地	施設名	所在地
諫早市体育館・武道館	東小路町2-38	諫早市サッカー場	多良見町木床2001
諫早市民センター	東小路町8-5	多良見のぞみ会館	多良見町木床106
中央ふれあい広場	仲沖町454	諫早市多良見多目的研修館	多良見町舟津1140
諫早文化会館	宇都町9-2	諫早市森山スポーツ交流館	森山町下井牟田1145
健康福祉センター	宇都町29-1	健康福祉センター森山分館	森山町下井牟田1238
新道福祉交流センター	新道町999-1	森山唐比ふれあい牧場	森山町唐比西187
小栗ふれあい広場	小川町1222	諫早市飯盛体育館	飯盛町平古場266
諫早市小野体育館	黒崎町170-3	いいもり月の丘温泉	飯盛町平古場279
諫早市小野島グラウンド	小野島町2233	いいもりコミュニティ会館	飯盛町開1677-1
干拓の里	小野島町2232	結の浜マリンパーク	飯盛町池下17-2
有喜ふれあい会館	有喜町488	諫早市高来ふれあい会館	高来町黒崎325
諫早市中央体育館	小船越町1048-2	いこいの村長崎	高来町善住寺1080
つくば倶楽部	津久葉町5-115	轟峡観光案内所	高来町善住寺1106-67
西諫早公民館	山川町1-3	諫早市とどろき体育館	高来町汲水388
西諫早ふれあい広場	真崎町1086-1	高来西ゆめ会館	高来町峰19-1
本野ふれあい会館	上大渡野町2-1	諫早市高来総合運動公園	高来町小船津904-4
こどもの城	白木峰827-2	小長井健康センター	小長井町井崎127
長田いこいの広場	長田町2394-1	小長井文化ホール	小長井町小川原浦825
諫早市第1野球場	久山町2014-16	諫早市小長井田原体育館	小長井町小川原浦2008-20
なごみの里運動公園	多良見町木床2002	山茶花高原ピクニックパーク	小長井町遠竹2867-7
諫早市すすく広場	栄町1-1アエルウエスト		

※設置場所には、収納ボックスと案内板・設置表示マークなどを取り付けています。

#### ■ 貸出用AED

市内で開催されるイベントにAEDを無料で貸出します。貸出しを希望される方は、希望日の1週間前までに電話で申し込んでください。(救命講習受講修了の要件があります)

[健康福祉センターに2台、各支所1台ずつ、合計7台を配備]

## III. 成人保健

成人保健は、市民の健康づくりのために、健康教育、健康相談、訪問指導、各種がん検診などを実施しています。

### (1) 成人期健康教育

【問合せ先】健康福祉センター TEL27-0700

生活習慣病の予防など、健康に関する正しい知識の普及を図り、壮年期からの健康づくりのために開催します。

#### ■ 集団・個別健康教育

健康づくり及び生活習慣病予防のための普及啓発を行うとともに、健康福祉センター及び各支所地域において生活習慣病予防やがん予防についての健康教育を行います。

### (2) 成人期健康相談

【問合せ先】健康福祉センター TEL27-0700

40歳以上の市民を対象に、各地域の保健師・管理栄養士が生活習慣病の予防や心身の健康づくりに関する個別相談に応じます。

- 糖尿病性腎臓病重症化予防相談（血圧、血糖、コレステロールが高くなっている方など）
- 精神保健相談（うつ、ギャンブル依存症、アルコール依存症など）（年齢問わず）

### (3) 成人期訪問保健指導

【問合せ先】健康福祉センター TEL27-0700

療養上の保健指導が必要な方及びそのご家族に対して、保健師や栄養士が訪問し必要な助言を行います。

- ①対象者 療養上の保健指導が必要な方
- ②指導の内容 家庭における療養方法、家族の健康管理、生活習慣病の予防
- ③その他 ご希望の方は、健康福祉センター又は各支所の保健師まで。

## (4) 各種がん検診等

【問合せ先】健康福祉センター Tel.27-0700  
 森山保健センター Tel.35-2866  
 各支所地域総務課

- ①受診回数 各健診は、受診対象者が年度内(令和3年4月～令和4年3月)に1回受診できます。
- ②留意事項
- ア) 「集団健診と個別健診」、「人間ドックと検診(大腸がん検診、胃がん検診、結核・肺がん検診)」、「乳がん検診(マンモグラフィ)と乳腺検診(乳房エコー検査)」の重複受診はできません。
  - イ) 受診時は、健康管理手帳と健康保険証をご持参ください。  
健康管理手帳をお持ちでない人は、健康福祉センター、保険年金課、各支所又は健診受診の際に医療機関窓口へ申し出てください。
  - ウ) 生活保護世帯、市民税非課税世帯の人は受診者負担金が免除されますので、健康福祉センター又は各支所に事前にご相談ください。
  - エ) 集団健診の日程は、「広報諫早」でご確認ください。
  - オ) 「諫早市特定健診(国保)」と「各種がん検診」を同時に受診されると、200円の助成があります。
  - カ) 職場健診や人間ドックなどで健診の機会がある方は、その健診を活用ください。
  - キ) 特定の年齢の方には、無料クーポン券を配布します。

健診の種類	受診対象者 (令和4年3月31日現在の年齢)	検査内容	受診者負担金	実施方法及び実施期間
肝炎ウイルス検診	40歳以上で過去に受診したことがない人	問診、血液検査	200円	個別検診 市内の病(医)院 《4～3月》 集団検診 支所地域の公民館等
大腸がん検診	40歳以上	問診、便潜血検査	200円	
胃がん検診	40歳以上	問診、胃部エックス線検査 又は胃内視鏡検査	胃部エックス線 500円 胃内視鏡 1,300円	
肺がん検診	40歳～64歳	問診、胸部エックス線検査 必要に応じ喀痰細胞診検査	胸部エックス線 200円 喀痰検査 300円	
結核・肺がん検診	65歳以上	問診、胸部エックス線検査 必要に応じ喀痰細胞診検査	胸部エックス線 無料 喀痰検査 300円	個別検診 市内の病(医)院 《4～3月》 集団検診 支所地域の公民館等
子宮がん検診	20歳以上の偶数年齢の女性	問診、視診、子宮頸部の細胞診及び内診、必要に応じ体部の細胞診	頸部のみ 400円 頸部と体部 600円	
乳がん検診 (マンモグラフィ)	40歳以上の女性 (令和2年度にマンモグラフィを受診していない人が対象)	問診、マンモグラフィ(2方向)	700円	
乳腺検診 (乳房エコー検査)	30歳～39歳の女性 40歳以上で令和2年度にマンモグラフィ検診を受けた方	問診、乳房エコー検査	300円	

健診の種類	受診対象者 (令和4年3月31日現在の 年齢)	検査内容	受診者負担金	実施方法及び 実施期間
骨粗しょう症 検診	40,45,50,55,60,65,70 歳 の女性	問診、骨量測定	400 円	個別検診 市内の病(医)院 《4～3月》
歯周病検診	40,50,60,70 歳	問診、歯周組織検査	500 円	個別検診 市内の歯科医院 《4～3月》
眼科健康診査	40,50,60 歳	問診、眼圧・眼底検査	600 円	個別健診 市内の眼科医院 《4～3月》
生保健康診査	40 歳以上で生活保護 受給者	問診、身体計測、血圧 測定、血液検査、尿検査	無料	個別健診 市内の病(医)院 《4～3月》 集団健診 支所地域の公民館等
ヒトコ菌検査	40～75 歳で過去に検査、除菌 治療を受けたことがない人	問診、血液検査	800 円	個別検診 市内の病(医)院 《4～3月》

## 無料クーポン券等による検診

検診の種類	受診対象者 (令和3年4月1日現在 の年齢)	検査内容	受診者 負担金	実施方法
がん 検診 推進 事業	子宮頸がん 検診	20 歳の女性	無料 ※無料クーポン券を 送付します。	個別検診 市内の病(医)院  集団検診 支所地域の公民館等
	乳がん検診	40 歳の女性		
肝炎ウイルス検診 推進事業	40,45,50,55,60,65,70 歳 (過去に受診した人を除く)	問診、血液検査	無料	

## IV. 関係機関・団体

### (1) 県央振興局保健部

保健所は、公衆衛生の向上及び推進を図るため、広域的・専門的・技術的な対応が必要とされる難病対策、感染症対策等の対人保健サービス、食品衛生、環境衛生、医務・薬務等における監視及び指導等の対物保健サービスを実施する総合拠点として設置されています。

#### 「相談内容等」

相談項目	相談内容
医療安全相談	医療や医療機関に関する相談
薬物・薬事問題相談	薬物乱用・依存に関することや薬・麻薬等の相談
食品衛生相談	食品営業許可・食品の表示等の相談
環境衛生相談	旅館・理美容所・クリーニング所等の開設や店舗の相談
廃棄物相談	産業廃棄物等に関する相談
精神保健福祉相談	心の健康・思春期の問題行動や引きこもり等の相談
難病に関する相談	難病患者の療養生活に関する相談
エイズ相談	エイズに関する相談
骨髄バンク登録相談	骨髄ドナーの登録申し込みのための相談

名称	所在地	電話番号	FAX
県央振興局保健部(県央保健所)	栄田町 26-49	26-3304	26-9870

### (2) 保健・医療関係団体に関する問い合わせ

名称	所在地	電話番号
一般社団法人諫早医師会	永昌町 23-23	25-2111
諫早市歯科医師会	東本町 1-14-302	24-3576
一般社団法人諫早市薬剤師会	永昌町 12-7	27-1127
公益社団法人長崎県看護協会	永昌町 23-6	49-8050
公益社団法人長崎県栄養士会	長崎市大黒町 3-1 長崎交通産業ビル 5F	095-822-0932
一般社団法人長崎県歯科衛生士会	長崎市茂里町 3-19	095-848-5311
諫早市健康づくり推進協議会	宇都町 29-1 (諫早市健康福祉センター内)	27-0700
諫早市食生活改善推進協議会		
諫早市運動普及推進員協議会		
諫早市献血推進協議会		
諫早市母子保健推進協議会		
長崎こども・女性・障害者支援センター	長崎市橋口町 10-22	095-844-5132
日本赤十字社長崎県支部諫早市地区	新道町 948(諫早市社会福祉会館内)	24-5100