

## (2) あいちのメタボリックシンドローム対策事業

### 1 背景及び経緯

平成20年度から実施された特定健診・特定保健指導は、メタボリックシンドローム（以下MetS）に着目し、腹囲測定等でMetsのリスクがあるとされた段階から生活習慣を改善することで、早期の生活習慣病予防を目指している。

本県では、平成18年3月に「健康長寿あいち宣言」をし、MetS対策に取り組み、その成果から言葉は認知されたものの、その予防方法や改善方法についての認識は低いことがわかった。

【メタボリックシンドロームについて】	(県生活習慣関連調査)
内容を知っている	62.4%
言葉を聞いたことがあるが内容は知らない	32.1%

また平成20年度から大学生を対象とした調査を実施し、その後分析・啓発の事業を実施して結果、自分の体型に対する評価や認識の「ずれ」や朝食を食べない習慣などの「くせ」に対する是正が必要であることがわかった。

### 2 目的

- 自らの健康状態に気づき、生活改善を促すチェック項目の検討
- 自らが継続できる望ましい生活習慣の確立
- ヘルスプロモーションの担い手である地区組織活動の認知

### 3 内容

#### I メタボ・肥満対策「セルフヘルスチェック（仮称）」の検討・作成等

学識経験者を始め管理栄養士、健康運動指導士等の委員会による「セルフヘルスチェック（仮称）」の検討・作成・評価の実施

#### II 「健康づくりサポート教室」及び事前打ち合わせ会の開催

- (1) 「セルフヘルスチェック（仮称）」の検証など健康づくりサポート教室を開催
- (2) 協働する食生活改善推進員と開催地区保健所ごとに打ち合わせ会を開催し、教室開催に際し共通理解を図る。

**キーワード：メタボ・肥満対策は「くせ」と「ずれ」**

