

## 長野色の健康長寿システムの危機

飯田保健福祉事務所（飯田保健所） 所長

佐々木 隆一郎

長野県では、平成 25 年度と 26 年の二年間、県の健康長寿の要因を検討する目的で、健康長寿プロジェクト・研究事業を実施している。この事業の中で、長野県民が健康維持のために行ってきた知恵と工夫を凝らした努力と、健康長寿を目ざした官民一体となった「長野色の健康長寿システム（以下長寿システム）」による努力が、今日の長野県の健康長寿の礎であることが確認できた。一方、死亡統計では脳血管疾患が再び多くの圏域で増加傾向を示しており、長寿システムの崩壊の兆候ではないかと危惧している。

長野県の健康長寿は、長野色の健康長寿食（野菜を多く食べること、動物性脂肪の摂取量が全国より少ないことなど）、良い運動習慣、喫煙率が低いこと、及び控えめな飲酒習慣などの健康活動の総合的な結果である。この特徴は、平成 16 年度に行われた県民健康・栄養調査結果でも確かめられる。しかし、平成 22 年度の結果をみると、これらの特徴の中で野菜摂取、低喫煙率の特徴は保たれているが、運動習慣、動物性脂肪の摂取は全国並みに悪化している。もともと全国より多かった塩分摂取量は、この間全国では塩分摂取量が減少しているのに、11.4 g から 11.5 g へと横ばいという結果である。

長野県の誇るべき長寿システムの特徴は、県が 3 年ごとに行っている県民健康・栄養調査でモニタリングしている県民の生活状況の変化に対して、早期に具体的改善策を立案し、後述する健康ボランティア団体と連携して、県民の健康づくりにまい進してきた点にある。今、このシステムが、十分に機能しているか懸念しているわけである。

長寿システムが危機にさらされてきた一つの理由は、平成 6 年に施行された地域保健法の具体的な運営指針である「地域保健の推進に関わる基本的指針」で、健康づくりの主役が、県から市町村へと変わったことによる役割の変化である。県は、「市町村の求めに応じて市町村の支援を行う」とことと規定されており、保健所は地域住民に余分なお節介ができなくなったのである。この「地域保健の推進に関わる基本的な指針」は、平成 24 年に三度目の改訂がなされ、「市町村と連携して重層的に」地域保健を運営するよう変更された。この改訂により、保健所法の時代に行ってきた長寿システムに近い形のシステムを再構築する機会が訪れている。

昭和 40 年代以降の長寿システムでは、県民個人の努力に加え、参加者それぞれが役割を認識し、自律的に誇りを持って、役割を果たしてきた。民を構成するのは、三師会、食生活改善推進協議会、保健補導員、結核予防婦人会、及び禁煙友愛会などの健康ボランティア団体である。しかし、この 10 年間、人口の高齢化や過疎化に伴い、これらの団体の中には、組織の弱体化が急速に進んでいるものがある。これが、長寿システムが危機にあると考える二つ目の理由である。

長野県の公衆衛生関係者は、立場を超えて、健康長寿のための具体的な施策の再立案、長野県が誇るソーシャルキャピタルであるこれらの団体の活性化、及び新規の健康ボランティア団体の開拓に力を注ぎ、健康長寿システムの再構築を図ることが急務だと考える。

