



**資料編**



## 1 用語解説

### 【あ行】

- ・インセンティブ

意欲向上や目標達成のための刺激策。

- ・栄養成分表示

もともと、健康増進法第31条第1項の規定を受け、食品への栄養表示を標準化することで、欠乏しがちな栄養を補い、過剰になりがちな栄養を抑え、バランスのとれた食生活を支援するために定められた「食品表示基準」に基づき表示が義務づけられたもの。平成27年4月1日、「食品表示法」の施行により、原則として、消費者向けに予め包装された全ての加工食品と添加物（業務用加工食品は除く）に、栄養成分表示が義務化されている。

### 【か行】

- ・介護保険制度

40歳以上の人人が被保険者（加入者）となり保険料を負担し、介護が必要な状態と認定された時には費用の一部を支払い、介護サービスを利用する社会保険制度。介護を必要とする高齢者を社会全体で支える仕組みとして平成12年4月1日から施行されている。

- ・高齢化率

65歳以上人口が総人口に占める割合。

### 【さ行】

- ・COPD (Chronic Obstructive Pulmonary Disease)

慢性閉塞性肺疾患。たばこの煙を主とする有毒物質を長期間吸入することによって生じる肺の炎症による病気。

- ・歯周病

かつて歯槽膿漏と呼ばれていたもので、歯周組織に起こる炎症の総称。代表的なものに、歯肉炎、歯周炎がある。

- ・受動喫煙

たばこを吸わない人が、他人のたばこの煙を吸わされること。火のついたたばこから立ち上る煙や喫煙者が吐き出す煙にも有害物質が含まれており、たばこを吸う人だけでなく、近くにいてたばこの煙にさらされる人にも健康被害が及ぶことが指摘されている。

**・重症化予防**

高血圧症、糖尿病、脂質異常症などの疾患が悪化し、脳血管疾患、慢性腎臓病などの重度な疾患への進行を予防すること。

**・生活習慣病**

日頃の生活習慣の積み重ねによって引き起こされる病気の総称。

食習慣、運動習慣、休養、喫煙、飲酒等の生活習慣が、その発症・進行に関与する疾患群。

**・成人T細胞白血病**

「ヒトT細胞白血病ウイルスI型（HTLV-I）」の感染により起こる病気で、ウイルス感染により発病するところが、他の白血病や悪性リンパ腫と大きく違うところ。

**・積極的支援**

特定保健指導の一つ。「腹囲又はBMI」に加え追加リスク（高血圧、高血糖、脂質異常など）の数が多い人を対象に実施する保健指導のこと。ただし、65歳以上の方は、QOL低下に配慮した支援が優先となるため、動機づけ支援となる。

**【た行】****・低栄養**

エネルギーやタンパク質などの栄養素が、身体が必要とする量に達していない状態。

通常、BMIが18.5未満の人や、半年くらいの短い期間に2~3kg以上の体重減があった等の場合は、低栄養状態にある可能性が高いといわれている。

**・動機づけ支援**

特定保健指導の一つ。「腹囲又はBMI」に加え、「追加リスク（高血圧、高血糖、脂質異常など）の数が少ない人を対象に実施する保健指導のこと。

**・特定健康診査**

日本人の死亡原因の6割以上を占める生活習慣病の予防のために、40~74歳までの方を対象にしたメタボリックシンドロームに着目した健診のこと。

**・特定保健指導**

特定健診の結果から、生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善による生活習慣の予防効果が多く期待できる方に対し保健師や管理栄養士等の専門スタッフが生活習慣改善のための支援を行うこと。「腹囲」と「追加リスク」の数に応じて分類され、「情報提供」「積極的支援」「動機づけ支援」の3段階に階層化される。

## 【な行】

### ・75歳未満年齢調整死亡率

平成19年6月、「がん対策基本法」に基づいて策定された「がん対策推進基本計画」の全体目標の1つとして掲げられた「がんによる死者の減少」の評価指標として用いられている指標。

年齢調整率を用いることで高齢化の影響を除去し、75歳以上の死亡を除くことで壮年期死亡の減少を高い精度で評価しようとするもの。

### ・年齢調整死亡率

年齢構成の異なる地域間で死亡状況の比較ができるように年齢構成を調整した死亡率（人口10万対）。これを用いることによって、年齢構成の異なる集団について、年齢構成の相違を気にすることなく、より正確に地域比較や年次比較をすることができる。

## 【は行】

### ・発症予防

生活習慣病を見直して病気の発症そのものを予防すること。病気の早期発見・早期治療に加えて、生活習慣の改善に重点を置いた対策を推進するために導入された概念。

### ・フッ素

原子番号9の最も軽いハロゲン元素。むし歯の原因となるプラーク（歯垢）の働きを抑え、歯質を強化し、むし歯の発生を防ぐ効果があるとされる。

## 【ま行】

### ・慢性腎臓病

数多くある様々な腎臓病の総称で、「CKD (Chronic Kidney Disease)」とも呼ばれる。

慢性的に腎臓の機能が低下している場合、最悪の場合として「腎不全」になってしまうのは腎臓病で共通しているため、なるべく腎臓の病気を早期発見して、すぐに治療できるように、共通の病気として扱うという考え方から生まれた名称。

### ・メタボリックシンドローム

内臓脂肪型肥満に加えて、高血糖、高血圧、脂質異常のうちいずれか2つ以上をあわせもった状態をいう。メタボリックシンドロームになると、糖尿病、高血圧症、脂質異常症の一歩手前の段階でも、これらが内臓脂肪型肥満をベースに複数重なることによって、動脈硬化を進行させ、心臓病や脳卒中といった命にかかる病気の危険性が急激に高まるところとして知られる。



## 【や行】

### ・要介護（支援）認定率

介護保険の第1号被保険者数に占める65歳以上の認定者の割合。

### ・要介護状態／要介護認定者

身体または精神上の障害により入浴・排泄・食事など日常生活の基本的な動作について継続して介護を必要とし、要介護認定の要介護1から5のいずれかに該当する状態。



## 【ら行】

### ・ロコモティブシンドrome

骨・関節・筋肉など体を支えたり動かしたりする運動器の機能が低下し、要介護や寝たきりになる危険が高い状態。

## **おごおり健康・食育プラン**

**第2次小都市健康増進計画・第2次小都市食育推進計画**

**平成30年3月**

---

**発 行 小都市  
企画・編集 小都市保健福祉部健康課**

**〒838-0198 福岡県小郡市小郡255番地1  
TEL (0942) 72-2111 (代)  
FAX (0942) 72-6477**

---

