

## 骨粗しょう症予防の取組

## ～広島県 東広島市～

# 健康づくり # 介護予防

## 基本情報

- 人口 : 190,911人
- 高齢化率 : 24.9%

(令和7年1月1日現在)

## 参考HP

[・骨粗しょう症検診を開始します／東広島市ホームページ](#)

[・みんなで骨活（ほねかつ）！「オール広島・骨活プロジェクト」| 広島県](#)

## 東広島市の骨粗しょう症対策

- 骨粗しょう症対策を全世代を対象とした各種啓発（ライフコースアプローチ）として実施。
- 令和7年度から新規事業として「骨粗しょう症検診」を開始。

## 第3次 東広島市健康増進計画（抜粋）令和6年3月策定

## &lt;骨粗しょう症の予防、早期対応&gt;

骨は成長に伴い形成されて、骨量は20歳代をピークに減少していきます。大腿骨頸部骨折や圧迫骨折等は、生活の質の低下をもたらすため、骨粗しょう症に関して、将来を見据えた健康づくりを推進します。ライフステージに応じて、骨の形成や骨粗しょう症予防と対応等の知識を、関係機関と連携して普及啓発します。骨粗しょう症検診を実施し、早期対応の支援を行います。

## 東広島市の骨粗しょう症対策



全世代共通目標

**丈夫な「骨」を意識した、正しい知識の獲得と生活習慣の定着**  
(全世代を対象とした各種啓発(ライフコースアプローチ))

胎児期
乳幼児期
学童期
思春期
青年期
壮年期
高齢期

骨量を貯める時期
骨量維持期
骨量減少期
骨折ハイリスク期

充実
若い世代・女性の健康づくり（ママ骨・職域連携等）

新規
骨粗しょう症検診

充実
若い世代の健康講座に、骨の健康を意識したメニューを取り入れる

新規
地域職域連携事業  
女性の健康（適正体重・栄養等）のメニューの拡充

充実
幼少期から、生涯にわたって骨の健康を自然に作ることができる生活習慣の獲得を目指し、保護者に対する健康講座を実施する

新規
出産や更年期などでホルモンバランスが崩れやすい時期であるため、性差医療の観点から丁寧な開わりをもち、自身の健康を早期から意識できるような対策を実施する

充実
骨粗しょう症予防事業～講演会・普及啓発イベントの事業展開～

新規
骨の健康に関する正しい知識の普及と、全世代における骨の健康を考える体験型イベントの実施

新規
健康相談・健康教育（働く世代・サロン・老人会・通いの場等）

新規
筋力・バランス力の維持や骨を守る生活習慣、骨粗しょう症治療の重要性について啓発

新規
二次性骨折の予防のため、転倒しない体づくりの啓発と、骨粗しょう症治療の重要性について啓発活動を行う。

# 骨粗しょう症予防の取組

## ～広島県 東広島市～

# 健康づくり # 介護予防

### 骨粗しょう症予防講演会プログラム

#### 第1部

##### 東広島市の骨粗しょう症予防の取り組み

- ◆ 東広島市の健康増進事業 骨粗しょう症予防の取組み  
東広島市健康福祉部医療保健課 保健師 金谷 晴香さん
- ◆ 「骨貯金」は未来への健康投資！  
～骨粗鬆症マネージャーが支援する「ママのための骨密度測定会」～  
独立行政法人国立病院機構 東広島医療センター  
看護師 骨粗鬆症マネージャー 山中 祐二さん
- ◆ 骨の元気は地域の元気！～骨密度測定から見えたこと～  
エンゼル薬局田口店 薬剤師 骨粗鬆症マネージャー 高田 泰範さん

#### 第2部

##### 講演「こどもからお年寄りまで、カラダと命を支えるホネの話～元気で強く生きるコツ～」

講師 沖本クリニック院長  
日本整形外科学会専門医 沖本 信和 さん  
日本骨粗鬆症学会理事



#### 内容

- 東広島市が事業展開している全世代を対象とした骨粗しょう症予防の取組みを、市保健師と地域の骨粗鬆症マネージャーがリレートーク形式で発表。要介護の主な原因の上位に位置づけられる「骨折」をテーマに、沖本信和先生による専門的な講演が行われ、行政・医師会・多職種が連携し、東広島市全体として骨粗しょう症予防を計画的かつ積極的に推進。
- 令和7年度から開始された骨粗しょう症検診、骨粗しょう症予防に関する啓発を効果的に実施。（講演会 約170名参加）
- 今後も、各世代に応じた啓発や検診事業が継続的に展開されることで、骨粗しょう症予防が市民の生活習慣に定着し、健康増進や介護予防、健康寿命の延伸につながることが期待される。