

## 第6章 地域の健康づくりの課題と展望

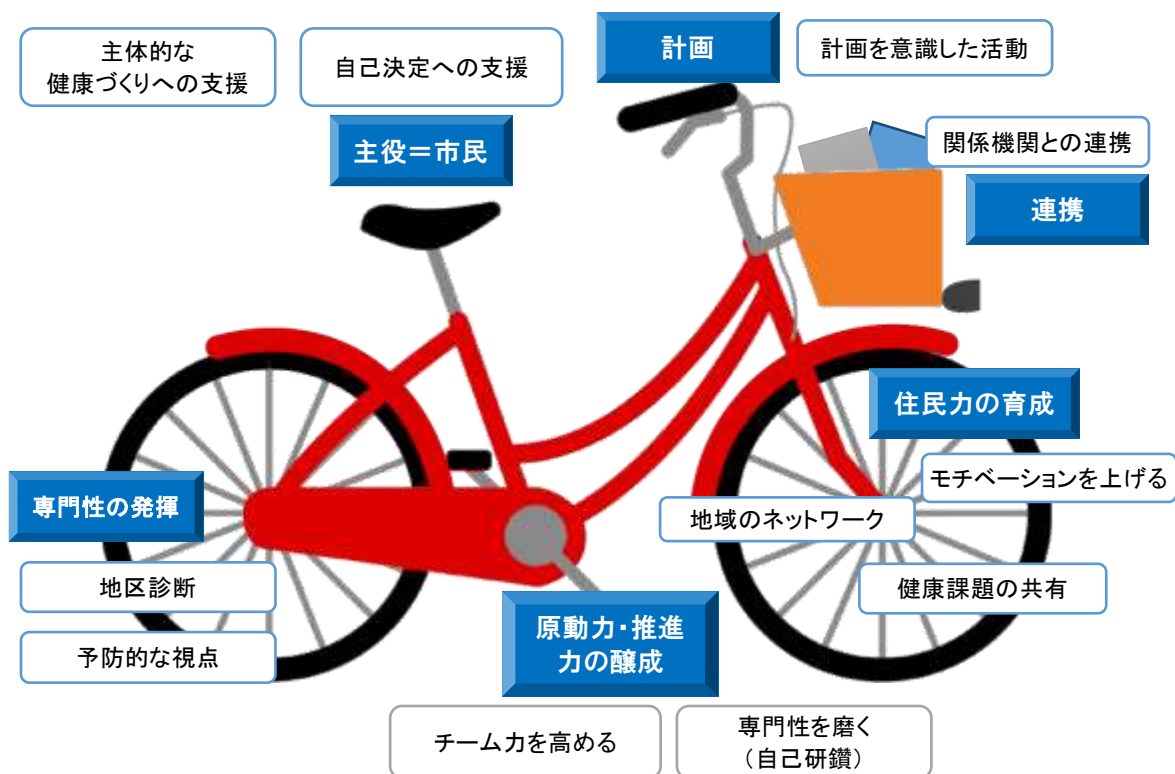
第3章に掲載した基本理念の実現に向けて、第4章・第5章の健康づくり施策について、取り組んでいくと同時に、地域の特色を活かした健康づくりを推進していきます。

### 1 市民の主体的な健康づくりの支援

地域の健康課題を解決するには行政や専門家による取り組みだけではなく、市民の主体的な参加が不可欠です。職員のラベルワークでは、市民の視点に立った活動や健康を意識した市民の自己決定への支援など「住民力の育成」の大切さが議論されました。個人の健康づくりへの支援と同時に、地区組織や健康づくりグループなどの市民の主体的な活動が行われるように、今後もリーダーや組織の育成や交流を図り、市民の主体的な健康づくりの活動がさらに積極的に進められるよう支援していきます。

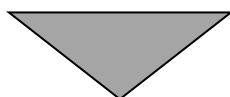
(参考) 職員ラベルワーク

■「予防的な視点を大切に 住民主体の健康づくり」のイメージ図



■「行政が担う健康づくり」に必要な要素

カテゴリー	サブカテゴリー
予防的な視点	介護予防や疾病の予防など
	土台づくり、生活習慣づくり
	子どもから自分で考えて選択できる力づくり
主体的な健康づくりへの支援	相手のことを理解すること、聞くこと
	楽しく、無理なく
	おたがいさまの活動
	相手の視点で考える
自己決定への支援	健康を意識した住民の自己決定への支援
地区診断	データ収集、分析力、量的評価能力の向上
	将来像を描き、明確な目的を持った活動
	地域の資源やその実態をきちんと整理する
	現場、地域を見る力をつける
地域のネットワーク	地域づくり、地域との関わり
	つながり、人との関係づくり
	地区の組織や住民とのネットワーク作りや協力を大切に
関係機関との連携	他の職種や関係機関、地域の方とのつながり
	支援の幅が広がるようなチームワーク
	チームが持っている力を最大限に発揮する
計画を意識した活動	計画を意識した活動
	PDCAサイクルをまわす
	先を見据えた支援
健康課題の共有	必要と思われるところへ出向き、知ってもらう
	地域の課題や現状を市民へ伝える機会を持つ
	活動を振り返り住民と一緒に確認していく
チーム力を高める	人の意見をきちんと聞ける力
	相談者、地域、職場の仲間との人間関係を大切に
モチベーションを上げる	楽しく-おいしく-新しく
	できる人が、できることを、できる時に
	笑顔、安心してもらえる対応を心がける
専門性を磨く（自己研鑽）	根拠のある知識を身につけ、正しい情報を伝える
	コーディネータ力をつける
	専門職として担うところがどの部分かを意識する

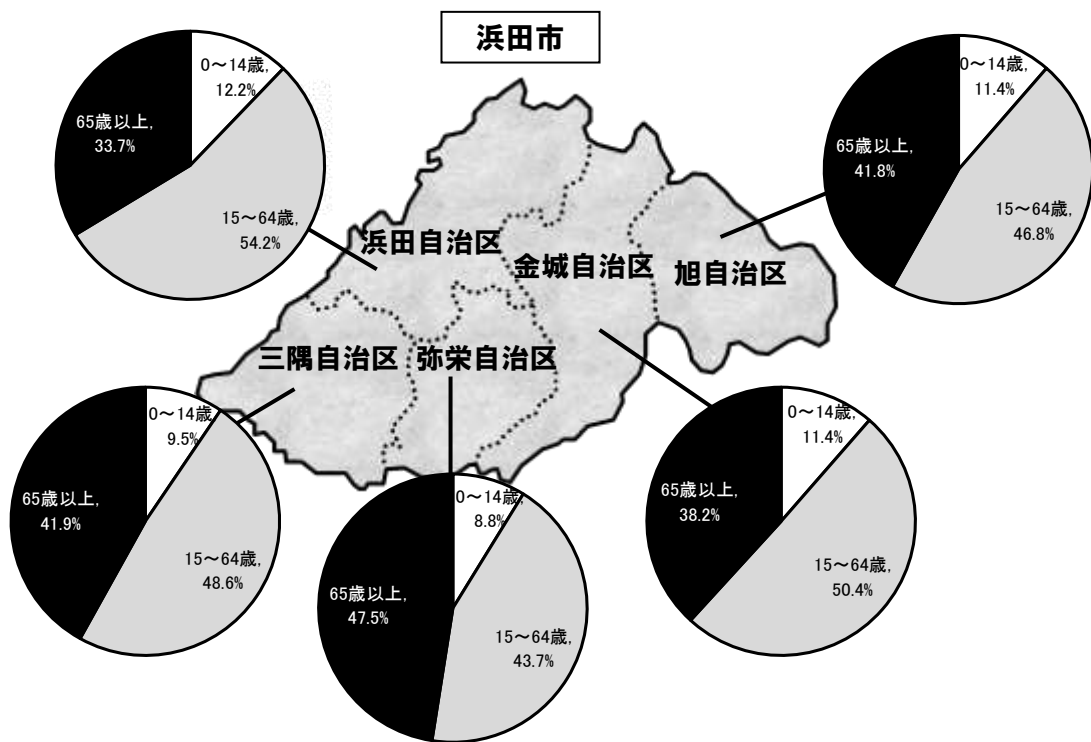


「予防的な視点を大切に 住民主体の健康づくり」

## 2 地域を基盤に、地域の特性に基づく健康づくりの推進

地域があって暮らしが成り立ち、地域があって健康が成り立つというように、人々の健康状態は、日々生活している地域社会に大きく影響されます。本市では、地域ごとに生活環境、社会資源、高齢化率、健康課題、保健活動への参加状況等に大きな違いがあります。また、個人の健康づくり活動を高めるとともに、家族ぐるみ、地域ぐるみへと健康づくりが広がるのが大切です。

ラベルワークでは、地域の健康課題を明らかにして（地区診断）、根拠を提示するとともに、関係機関や団体と課題を共有し、家族や地域で取り組める健康づくりの重要性が出されました。また、市民のラベルワークでも、地域の活動に参加をすることや家族団らんや仲間づくりの大切さなど、地域の「人との関わり」が健康づくりに必要な要素として出されました。今後は、市民と行政が一緒に浜田市の将来を思い描きながら、地域を基盤とした健康づくりを推進していきます。



## (1) 自治区の状況

浜田市は、自治区制度により、地域にあったまちづくりを推進しています。自治区により人口、高齢化、社会資源等に違いがあり、地域の現状にあった健康づくりの取り組みを推進していきます。

### ■自治区別の状況

	浜田市	浜田自治区	金城自治区	旭自治区	弥栄自治区	三隅自治区	資料元	
人口	55,553人	40,779人	4,366人	2,847人	1,357人	6,204人	住民基本台帳 平成29年4月1日現在	
再掲	15歳未満	6,522人	4,991人	500人	314人	123人		594人
	15～64歳	29,281人	22,107人	2,198人	1,342人	598人		3,036人
	65歳以上	19,750人	13,681人	1,668人	1,191人	636人		2,574人
高齢化率	35.55%	33.55%	38.20%	41.83%	46.87%	41.49%		
世帯数	26,559世帯	19,686世帯	1,908世帯	1,376世帯	689世帯	2,900世帯		
1世帯あたりの世帯数	2.09人	2.07人	2.29人	2.07人	1.97人	2.14人		
要介護認定率	23.9%	22.9%	23.8%	28.0%	28.7%	25.8%		第1号被保険者認定率 平成29年3月31日
特定健康診査受診率	48.2%	46.7%	49.9%	50.0%	66.9%	50.7%		平成28年度
健康ボランティア								
食生活改善推進員	352人	66人	114人	59人	31人	82人	平成29年5月1日現在	
すこやか員	56人	56人	0人	0人	0人	0人		
保健委員	86人	0人	0人	0人	0人	86人		
医療機関数	54機関	42機関	3機関	3機関	1機関	5機関	平成29年4月1日現在	
歯科医療機関数	24機関	20機関	1機関	1機関	0機関	2機関	平成29年4月1日現在	
公民館数	35館	16館	6館	5館	2館	6館	平成29年4月1日現在	

### ■浜田市健康増進食育推進アンケート調査から

	浜田市	浜田自治区	金城自治区	旭自治区	弥栄自治区	三隅自治区	資料元
健康だと思う ※1	70.4%	73.9%	69.4%	63.1%	72.2%	70.1%	浜田市健康増進食育推進アンケート結果から
血圧測定している	47.9%	48.5%	47.4%	45.9%	59.3%	54.2%	
サロンや集会、グループ活動に参加している ※2	23.1%	18.1%	32.5%	33.6%	42.6%	37.1%	
毎日朝食を食べる ※3	86.1%	86.0%	89.5%	91.0%	87.0%	85.6%	
いつも塩分をとりすぎないように気をつけている	32.0%	30.6%	38.3%	29.5%	48.1%	34.8%	
普段歩くよう心がけている ※4	55.4%	56.0%	50.7%	52.4%	51.9%	58.3%	
今の生活幸せ ※1	78.1%	79.0%	78.5%	75.4%	72.2%	78.0%	
生きがいがある ※1	68.1%	68.4%	70.8%	68.0%	70.3%	67.8%	
健康づくりに関心がある ※1	65.6%	66.6%	63.7%	64.7%	66.6%	65.1%	
近所・地域の人と積極的に関わっている ※1	42.6%	39.1%	49.8%	52.4%	50.0%	53.8%	
つながりがある ※1	53.0%	50.6%	62.2%	58.2%	55.5%	60.2%	
広報等で情報周知されている ※1	41.1%	40.3%	43.5%	46.7%	40.8%	43.2%	
必要なところに保健事業が提供されている ※1	26.5%	24.8%	33.5%	34.4%	35.2%	30.3%	

※1 「思う」「どちらかといえばそう思う」の合計 ※2 「参加している」「どちらかといえば参加している」の合計 ※3 「はい」「どちらかといえばはい」の合計  
 ※4 「心がけている」「どちらかといえば心がけている」の合計

## (2) 浜田自治区

### ● 現状と課題

浜田自治区は、本市の人口の約7割を占め、浜田地区、石見地区、長浜地区、周布・大麻地区、美川地区、国府地区の6つの地区からなり、海岸部と山間部では生活習慣、文化も異なり、医療機関数、交通や生活の便利さ、高齢化率など地区によって大きく異なっています。アンケート調査では、他の自治区に比べて、「地域の人のつながり」や「地域活動への参加」や「健康に関する情報伝達度」の割合が低い状況がある一方、「健康づくりに関心がある」の割合が高く、また、「健康だと思う」「今の生活は幸せ」「趣味がある」「ストレスを感じた時に相談できる」の割合が高く、元気で活動的な人が多いことが伺えます。まちづくりの基本概念の中に健康づくりが取り入れられるコミュニティづくりが望まれています。

ライフステージに沿った健康づくりでは、保育所（園）、小学校、中学校においては、食育推進活動を通じて生活習慣病予防対策を進めており、商工会議所、商工会、医師会、保健所等の関係団体との連携による健康づくりを推進し、高齢者では介護予防を推進するなど、切れ目のない健康づくりを展開しています。

浜田自治区では、地域の健康づくりボランティア組織として、浜田市食生活改善推進協議会浜田支部やすこやか員会があります。浜田市食生活改善推進協議会浜田支部は、会員66名で、各地区で食生活改善推進活動に加えて、健康教室の周知やがん検診の呼びかけなど健康づくり全般の推進を行っています。すこやか員は、平成7年度から2年任期の町内選出により設置していましたが、地域からの選出が困難となり、平成23年度（2011年度）からは応募型として任期を設けずに活動を行い、平成29年度（2017年度）にすこやか員会が組織されました。現在すこやか員56名が、各種健（検）診や健康教室・講演会の周知活動や公民館行事での健康チェック、高齢者サロンの支援などの活動を実践されています。今後は、自治会、公民館、まちづくり推進委員会などと連動し、地域にあった健康づくりの展開が望まれます。

### ● 具体的事業と実施内容

#### ① 健康なまちづくりの推進

##### ア) 公民館との連携

市民が集まることができる施設の少ない浜田自治区では、公民館が交流の場として大きな役割を担っています。公民館と健康上の課題や事業の情報交換を行いながら、地域の健康づくりを広げていきます。

##### イ) 自治会等との連携

自治会等の主催の健康教室への支援を行い、健康づくりの知識の普及と併せて市民との協働のまちづくりの推進に努めます。

##### ウ) まちづくりの推進部門との連携

まちづくりの現状について把握し、まちづくりとあわせて、地域の健康づくり活動が推進されるように、関係団体と情報交換を行い、活動の支援を行います。

#### エ) 民生児童委員、福祉委員との連携

地域の子どもから高齢者まで健康上に課題のある人と接することが多い民生児童委員や福祉委員などに、健康づくりの情報提供や研修会を実施します。

### ② 地域の健康づくりの核となる人の育成及び支援

#### ア) 健康づくりボランティア組織の育成及び支援

健康づくりボランティア組織としての食生活改善推進員やすこやか員の活動を支援し、育成に努め、地域での健康づくり活動を実践する人を増やします。食生活改善推進員は食育の推進、郷土料理やバランス食の普及啓発を行います。すこやか員は身近な場所でのサロン活動の実施や検診受診の呼びかけなどを行います。このようなお互いの長所や強みを生かし、地域の活動と融合した取り組みを推進していきます。

#### イ) 各種団体、グループ等への支援

健康チェックの実施や健康づくり・介護予防講座、レクリエーション機器の貸出し、講演会の開催等の活動を通じて、浜田自治区内の各種団体やグループへ、自主的な活動を進めながら地域での健康づくりの実践や生活習慣改善に取り組む人を増やすように支援をします。

### ③ 若い世代からの健康づくりの推進

#### ア) 職域との連携

職域を通じて、働き盛りの方へのがん検診や健康診査の受診勧奨や健康についての知識の普及、健康づくり講座の周知など、健康について関心をもち、健康づくりの実践者が増えるように働きかけます。

#### イ) 保育所（園）、幼稚園、学校、教育委員会等との連携

保育所（園）、幼稚園、認定こども園、学校、放課後児童クラブ、教育委員会等と連携し、親子の心身の健康づくりを推進します。

### ④ 見守り、支え合いによる安心なまちづくりの推進

#### ア) 地域のネットワーク体制の構築

社会福祉協議会や民生児童委員、介護保険事業所等と見守りネットワーク体制の整備を図ります。また、地域の中での声かけや見守りが継続して行えるような地域づくりを支援します。

### ⑤ 健康情報伝達の充実

#### ア) ケーブルテレビ、ホームページ、広報、メール等を活用した健康情報の伝達

地域での教室やサロン等や職域等においてのパンフレットの配布に併せて、ケーブルテレビやホームページ、広報、メール等を活用し、市民に対しての情報伝達を充実します。

### (3) 金城自治区

#### ● 現状と課題

金城自治区は、本市の面積の約4分の1を占める広い地域です。6地区からなり、それぞれに公民館、自治会、まちづくり委員会が設置され、地区ごとに特色のある活動が展開されています。人口は、本市の1割弱で、高齢化率は、6地区のうち5地区が40%を超え、50%を超える地区もあるという状況ですが、アンケート調査では、「グループ活動に参加している」「運動を1年以上続けている」「趣味を持っている」「今の生活は幸せである」「今の生活に生きがいがある」「家庭や社会で役割がある」「地域の人たちとつながりがある」と答えた人の割合が他の自治区に比べ高いという結果でした。高齢者サロンは、他の自治区に比べ多く、開催頻度はさまざまですが自主的な活動をされています。高齢化により運営が難しくなったところも出ていますが、地区全体を対象にしたサロンを実施される場所もあり、地域で集まる機会を持つという気運が高まりつつあります。運動教室など自主活動グループや公民館主催の教室など、各地区公民館を中心とした活動も活発に展開されており、健康づくり活動を地域の各組織と連携して進めていくことが有効と言えます。

金城自治区の健康づくりボランティア組織として、浜田市食生活改善推進協議会金城支部があります。114名の食生活改善推進員により、子どもから高齢者までを対象とした、食を通じた地域交流と健康づくりの推進に精力的に取り組まれ、地域の健康づくりのサポーターとしての役割を担っています。アンケート調査では「食事の適切な量と内容を知っている」「食事は三食きちんととる」「塩分を摂りすぎないように気を付けている」と答えた人の割合が他の自治区に比べ高いという結果が得られており、活動の成果もあらわれています。今後も食生活改善推進員と一緒に食を通じた健康づくりを展開していきます。

金城自治区では、自治区小中連携推進委員会で、子どもの生活習慣に関する調査や健康教室、「たより」の発行等を実施し、小中学校と連携して小児期からの生活習慣病予防について家庭、地域への啓発を行っています。アンケート調査では、他の自治区に比べ、「たばこを吸う」「吸い始めが10代前半」と答えた人が多く、血圧測定、体重測定、歩数測定をしていると答えた人が少ないという結果が出ています。また、平成21年（2009年）6月から平成27年（2015年）5月までの6年間の脳卒中発症者のうち、金城自治区は、70歳未満が36.7%と若い年代での発症が多いという現状があり、今後は、さらに、保育所（園）、小中学校、公民館、社会福祉協議会、食生活改善推進協議会など地域との連携を深め、小児期から高齢者までのライフステージに応じた生活習慣病予防対策、健康管理の意識高揚、健康づくり活動に取り組んでいきます。

## ● 具体的事業と実施内容

### ① 健康なまちづくりの推進

#### ア) 公民館単位での健康教育の実施

公民館単位で生活習慣病予防の健康教育や介護予防事業を実施し、公民館を中心とした地域づくりを進めます。

### ② 若い世代からの健康づくりの推進

#### ア) 小児期からの生活習慣病予防の取り組みの継続

保育所（園）、学校教育、社会教育との連携により、小児期からの生活習慣病予防に取り組み、児童、生徒への個別指導へも積極的に関わっていきます。

#### イ) 成人期からの健康管理意識の高揚

家庭での血圧測定や体重測定を推進して、若い時からの健康管理意識の高揚を図り、生活習慣の改善、運動の習慣化の健康教育を実施するとともに、医療機関と連携したハイリスク者対策により重症化の防止を図ります。

### ③ 食を通じた地域交流と健康づくりの推進

食生活改善推進協議会と連携した各種健（検）診の声かけ活動や健康教室、健康相談、介護予防事業に取り組み、正しい食習慣の啓発と食を通じた地域交流及び金城の食文化の継承を推進していきます。

### ④ 見守り、支え合いによる安心なまちづくりの推進

#### ア) 地区サロン活動等の活性化と支援

生活支援コーディネーターと連携し、講師やアドバイザーの派遣、情報提供、活動のコーディネートなど各地区のサロン活動を支援し、地域で高齢者を見守り、支え合う体制づくりを進めます。

#### イ) 訪問活動の充実

一人暮らし世帯や高齢者世帯の訪問活動を充実し、孤独感や孤立感の解消に努め、必要に応じて、高齢者福祉サービスや介護保険サービスの紹介を行います。

地域の自治会組織や高齢者クラブと連携した、声かけや見守りなどを行い、支え合い助け合う、地域内の「お互いさま」の関係づくりに努めます。



## (4) 旭自治区

### ● 現状と課題

旭自治区は今市、木田、和田、都川、市木の5地区からなり、それぞれの地区にまちづくり推進委員会が設置され、健康づくりの活動も主体的に取り組まれています。平成20年（2008年）に島根あさひ社会復帰促進センターが開所し、人口は増加し高齢化率も一時減少しましたが、依然として深刻な高齢化が進展し、5地区のうち4地区は高齢化率が50%を超えています。

旭自治区では、健康増進計画等に基づき、健康課題の解決にむけ地域の特性を踏まえたライフステージに応じた健康づくりの取り組みを推進しています。

母子保健では、子育て世代の転入も多く、地域で孤立せず安心して子育てができるよう支援を行っています。自主的な子育てサロンのグループ支援も継続するとともに、小児期からの生活習慣病予防の取り組みも強化していく必要があります。

成人高齢期の健康づくりでは、生活習慣病予防の取り組みを食生活改善推進員やあさひ診療所と健診結果の分析や共同した健康教室など連携して取り組んでいます。また、働き盛り層へは事業所健康教室や、職場健診時の普及啓発の取り組みを進めています。今後も脳卒中をはじめとする生活習慣病対策が効果的・効率的に推進できるよう関係者で協議をしながら事業に取り組んでいく必要があります。

旭自治区の健康づくりボランティア組織として、浜田市食生活改善推進協議会旭支部があります。59名の食生活改善推進員により、子どもから高齢者までを対象とした、食を通じた地域交流と健康づくりの推進に精力的に取り組まれています。

また、介護予防・日常生活圏域ニーズ調査結果（平成28年（2016年））で旭自治区は「主観的健康感」、「主観的幸福感」が低い傾向があり、また、「うつ傾向」に該当する高齢者が多いという結果でした。できるだけ元気で暮らせるために、体操の自主グループの支援やサロンへの支援を行っています。今後は住み慣れた旭自治区で安心して暮らし続けることができるよう地域包括ケア体制をさらに強化していく必要があります。そのためには「地域ケア会議」や「ささえあい協議体」を核に庁内や社会福祉協議会をはじめとする関係機関と連携をとりながら取組を進めていく必要があります。

これらの健康づくりや介護予防の取り組みを地域ぐるみで取り組んでいくため、旭自治区では、平成20年度（2008年度）から22年度（2010年度）まで「地域健康づくり推進事業」として地区ごとに健康なまちづくり計画の策定を行いました。また、平成24年度（2012年度）から26年度（2014年度）までは「旭町健康づくりプロジェクト」として心と体の健康づくりを地区まちづくり推進委員会と協働で行ってきました。今後もこの取り組みをブラッシュアップしながら地域ぐるみの取り組みが継続、発展して行くように、地域と協働で健康なまちづくりを推進していく必要があります。

## ● 具体的事業と実施内容

### ① 健康なまちづくりの推進

#### ア) 地区まちづくり推進委員会と協働した健康づくり、介護予防の推進

地区ごとの地区診断を行い、地区まちづくり推進委員会と健康課題の解決方法を検討しながら、地域の実態に応じた効果的な健康づくり活動を支援します。

#### イ) 食生活改善推進員の育成及び支援と協働

食生活改善推進員と協働しながら、郷土料理の普及、生活習慣病予防のためのバランス食、減塩、高齢者の低栄養予防の普及を行うとともに、その活動の支援を行います。

#### ウ) 健康づくりグループの応援

地域で活動している健康づくり、介護予防の自主グループの活動継続や広がりをねらい、浜田圏域健康長寿しまねの健康づくりグループ表彰等へ推薦を行います。

### ② ライフステージに応じた健康づくりの推進

あらゆる年代を対象に生活習慣病等の発症予防や重症化予防を推進していきます。そのために、認定こども園、学校、事業所等の関係機関と幅広い連携を図りつつ地域の特性に応じた健康づくり活動を進めます。

#### ア) 小児期からの生活習慣病予防の充実

旭自治区の子どもの生活習慣や食習慣の実態把握を行い課題解決に向けての対策を検討します。

#### イ) 働き盛りの健康づくりの推進

事業所への健康づくり出前講座や事業所健診時の生活習慣病予防の普及活動、食生活改善推進員と連携した男性料理教室、あさひ診療所と連携した健康教室を継続して行います。

#### ウ) 各種情報や健康課題の情報発信

イベントや広報等を通じて健康に関する情報を発信していきます。

### ③ 介護予防と地域包括ケアの推進

#### ア) 介護予防の自主グループの育成・支援

体操をきっかけとした自主グループの活動の普及と支援を行います。あわせて、口腔機能、認知機能、低栄養予防などフレイル予防の視点も入れた支援を行います。

#### イ) 地域包括ケアの推進

地域ケア会議では保健、医療、福祉、介護等の総合的な調整を行うとともに、地域課題の解決に向けた取り組みを行っていきます。また、ささえあい協議体と協働しながら、地域のささえあいや元気づくりを推進していきます。そのために旭支所内の他課や社会福祉協議会をはじめとする関係機関と連携していきます。

## (5) 弥栄自治区

### ● 現状と課題

弥栄自治区は本市の中で人口が一番少なく、高齢化率は46.87%と一番高くなっています。安城、杵束の2地区からなり、それぞれに、公民館、まちづくり推進委員会がありさまざまな活動が行われています。

脳卒中死亡率が全国平均の2倍以上あった昭和40年以降その対策に取り組みました。特に弥栄診療所や食生活改善推進員との連携により、高血圧対策やハイリスク者管理、減塩活動を強化した結果、若年の発症者の減少がみられました。アンケート調査結果からも、「血圧を測定している」「血圧測定を記録している」「塩分をとりすぎないように気をつけている」が他自治区よりも高くなっています。また、特定健康診査受診率も高く、アンケート調査結果からは「健康づくりに関心がある」が高くなっています。

しかし、依然として基礎疾患のある人や高齢者の脳卒中発症があり、また、腎透析者や在宅酸素療法者もあり、脳卒中をはじめとする生活習慣病対策は引き続き重要な課題となっています。また、介護予防・日常生活圏域ニーズ調査結果（平成28年（2016年））からは、「運動器の機能低下」「転倒リスク」「閉じこもり傾向」の該当者が高く、フレイル対策を含めた介護予防の推進が課題となっています。

地域の状況をみると、人口の減少・高齢化が進み、特に独り暮らし高齢者等にとっては、生活支援や地域での見守り体制の充実が必要です。平成27年度（2015年度）に緊急連絡カードを作成し、福祉委員を通して全戸配布を行い、社会福祉協議会等とともにその普及啓発を行っています。

弥栄自治区の健康づくりボランティア組織として、浜田市食生活改善推進協議会弥栄支部があります。31名の食生活改善推進員により、子どもから高齢者までを対象とした、食を通じた地域交流と健康づくりの推進に精力的に取り組まれています。

毎年関係団体と連携して開催している「生涯学習と健康福祉の集い」や、平成26年度（2014年度）に発足した「弥栄っ子を育てる会」での小中学校養護教諭、栄養士、学校医、行政とが連携した活動や毎月開催している地域ケア会議等による情報共有と協働体制の継続等、今後も、子どもから高齢者まですべての方が、地域でいきいきと生活していけるよう、関係機関や地域と協働し、地域を基盤にした健康づくりやまちづくりを推進していきます。

### ● 具体的事業と実施内容

#### ① 弥栄診療所等との連携による生活習慣病予防や介護予防の推進

##### ア) 予防活動の推進

弥栄診療所等との連携により健康課題を明確化し、協働して脳卒中等の生活習慣病予防や転倒予防などの介護予防の活動を推進します。

##### イ) 食生活改善推進協議会との連携

食生活改善推進員等との連携を強化し、減塩活動やバランス食、低栄養予防の普及、郷土料理の伝承等、子どもから高齢者までを対象にした食生活改善の活動を継続して行います。

#### ウ) 小児期からの生活習慣病予防の推進

保育所（園）、学校、学校医と家庭、地域が連携した健康づくりを推進します。

#### エ) 個人ごとの自己管理能力の向上による疾病予防の推進

病気を発症する危険因子に気づき、自分の体は自分が守るように、健康意識の向上に努めます。

### ② 地区及びグループ単位の身近な場所での健康づくり活動の推進

#### ア) 地区及び集落単位（身近な場所）での健康づくり、地域づくりの推進

健康教室を集落単位で行い、身近な場所での健康づくり、地域づくりが行えるよう支援します。また、まちづくり推進委員会や公民館との連携を図りながら健康づくり活動を推進します。

#### イ) 糖尿病友の会等の疾病別のグループや地域でのグループ、サロン活動への支援

疾病別、活動別のグループや地域サロン活動への活動の支援を行います。また、生活支援コーディネーターと連携しサロン未実施地区への働きかけを行います。

### ③ 働き盛りの健康づくりの推進

#### ア) 若い時からの健康づくりの推進

イベントや各種パンフレットを通じて健康に関する情報提供を図ります。

#### イ) 受けやすい検診体制の構築

職場健診等で取り組まれていない各種がん検診等について周知するとともに、職場の健康管理者との連携の強化に努めます。

### ④ 見守りや支え合いによる安心なまちづくりの推進

#### ア) 地域のネットワーク体制の構築

社会福祉協議会や民生児童委員、介護保険事業所等と見守りネットワーク体制の整備を図ります。また、地域の中での声かけや見守りが継続して行えるような地域づくりを支援します。

#### イ) 地域包括ケアの推進

保健、医療、福祉に携わるスタッフが地域ケア会議等を通じて情報を共有し、健康上の問題や生活上の問題に際し、迅速に対応できるよう、充実を図るとともに地域課題の解決にむけた取り組みを行っていきます。

## (6) 三隅自治区

### ● 現状と課題

三隅自治区は、浜田市の西部に位置しています。面積の約8割が山林で、自治区の中央を三隅川が北流し日本海に注いでいます。地域は6地区からなり、高齢化率は40%を超え、構成する89集落の内39集落の高齢化率が50%を超えています。

アンケート調査結果では、「ひとり暮らし」の割合が16.3%と他自治区よりも高くなっていますが、一方で、「近所・地域の人と積極的に関わっている」が53.8%、「地域の人たちとつながりがあると感じている」が60.2%と他自治区よりも高くなっています。

三隅自治区で実施した「健康寿命を延ばす健康づくりとは」をテーマにしたラベルワークでも『健康でないと地域交流ができないし、地域交流や仲間づくりができてこそ健康が維持できる』ということを確認し、「地域交流の推進が健康づくりの鍵」となっています。

また、三隅自治区は、県下でも肝疾患罹患率が非常に高かったため、昭和55年（1980年）から肝炎対策事業を開始し、多発地域での肝機能検査等を実施してきました。平成17年（2005年）の市町村合併を機に、国民健康保険独自保健事業で、ウイルス性肝炎進行防止対策のための市単独医療費助成に取り組みました。本事業における事業認定患者総数は370名、ウイルス消失率は94.3%で、多くの方々の健康回復を図ることができました。また、事業が終了する平成29年（2017年）3月には、浜田市ウイルス性肝炎進行防止対策審議会及び浜田市肝がん予防対策協議会において、10年間の事業総括としての『浜田市三隅自治区ウイルス性肝疾患医療費給付を中心とした肝炎対策事業のまとめ』を作成し、審議会及び協議会を解散しました。課題としては、肝炎ウイルス検診未受診者や肝炎未治療者への対策等があります。

健康増進事業では、健康寿命の延伸をめざし、生活習慣病の予防及び疾病の早期発見・早期治療についての普及啓発を、健康づくりボランティア組織の浜田市食生活改善推進協議会三隅支部や三隅保健委員連絡協議会と協働で取り組んでいます。食生活改善推進員は、82名の会員が子どもから高齢者までを対象に、食を通じた地域交流と健康づくりの推進に精力的に取り組んでいます。保健委員は、三隅自治区独自の健康づくりの組織で、平成7年（1995年）に組織化し各集落から選出された86名が2年任期で活動しています。20年以上活動を継続しており、今後も継続可能な組織にしていくために、地域での位置づけ等が課題となっています。

また、高齢者のグループが、地域で自主的に企画して活動している認知症予防教室や男性の料理教室、介護予防体操、リフレッシュ体操等の取り組みは10年以上継続しており、介護予防や仲間づくりにつながっています。リーダーの高齢化や新たな担い手確保等の課題がありますが、三隅自治区で安心して暮らし続けることができるように、地域包括支援ネットワークの構築に向け、社会福祉協議会等関係機関と連携しながら高齢者等への支援体制を整備していく必要があります。

### ● 具体的事業と実施内容

#### ① 地区組織と協働で実施する疾病予防と健康づくり活動

##### ア) 食生活改善推進協議会との連携

食生活改善推進員と協働で地域行事や健康教室を実施し、減塩バランス食や高齢者の低栄養予防、郷土料理の普及啓発等、乳幼児から高齢者までを対象とした食生活改善の活動を継続して行います。

#### イ) 三隅保健委員連絡協議会との連携

保健委員と協働で住民の健康の保持増進のための講演会や、教室又は地域行事にあわせた健康づくりコーナーの設置や各種検診の受診勧奨等を実施し、住民が主体となって健康づくりに取り組むことができるよう地域の実情にあった活動を行います。また、組織の強化に加え、継続可能な組織にするため、各地区まちづくり推進委員会の福祉部会等の委員として保健委員を位置づけるなど、地域においてさらに活動しやすい体制を作っていきます。

### ②地区及びグループ単位の身近な場所での健康づくり活動の推進

#### ア) 高齢者グループの主体的な健康づくりの取り組み

認知症予防教室、男性料理教室、介護予防体操、リフレッシュ体操等、自主グループの健康教室及びサロンへの活動の支援を行います。

#### イ) 正しい知識の普及啓発と仲間づくり

脳卒中再発予防教室（お元気会）や認知症の家族の会（しあわせ会）を開催し、正しい知識の普及啓発と仲間づくりを推進します。

### ③肝炎対策を含めた健康づくり活動の推進

#### ア) 若い時からの健康づくりの推進

妊娠届や育児相談の機会を捉え、親の健康づくりの大切さを伝え、生活習慣病の予防や各種がん検診等について情報提供します。40歳になった方へ各種健診の受診勧奨を行います。また、地域のイベントや各種教室等を通じて情報提供を図り、健康増進の普及啓発に努めます。

#### イ) 肝炎対策の推進

肝炎ウイルス検診未受診者に対し、浜田市健康増進事業の肝炎ウイルス検診や島根県の肝炎ウイルス無料検査の受診勧奨を行います。また、陽性者には、島根県肝炎等精密検査費用助成事業や島根県肝炎治療医療費助成制度について情報提供を行うと共に、肝炎ウイルス陽性者フォローアップ事業を推進していきます。

さらに、ウイルス消失者に対しては、ウイルス再燃や肝がんへの進行のチェック等、肝炎に関する正しい知識普及のため、さまざまな機会を活用し情報提供を行います。

### ④見守りや支え合いによる安心なまちづくりの推進

#### ア) 地域包括ケアの推進

地域における介護や福祉、健康についての総合相談、権利擁護、地域のネットワーク構築等をめざし、社会福祉協議会や民生児童委員、介護保険事業所等と連携して体制の整備を図ります。

#### イ) 地域交流や仲間づくりを通じた健康の保持増進(ラベルワークより)

地域のつながりを大切にして、日頃から近隣の人とふれあいを密にし、いざという時には助け合える関係を築くことが大切であるため、公民館事業や世代間交流、趣味活動など、人との関わりを大切にする地域づくりを支援します。