

令和元年12月11日

浜田市議会議長  
川神裕司 様

議員名 澁谷幹雄



## 調査研究活動報告書

下記のとおり調査研究のため視察等を行ったので、その結果を報告します。

### 記

1. 期 間 令和 元年 11月 26日～ 11月29日

2. 視察内容

JIAM 研修「住民の健康を考えるー健康寿命を延ばすために」

3. 視察先

JIAM 全国市町村国際財団(滋賀県大津市)

4. 調査経費 26,620 円

5. 調査研究活動の概要

別紙



● 「健康寿命延伸に向けた取組と地方自治体の役割」

慶應義塾大学医学部教授 岡村智教

三大疾患の内、高齢者に脳卒中が増える

危険因子は、高血圧

高血圧を下げるには、減塩、野菜果物摂取、運動、禁煙など

科学的に証明されている

自治体はメタボにこだわりすぎ

痩せてる人も高血圧で脳卒中になる

4時間以内なら、今はいい薬があるので、後遺症を減らす

兆候があったらすぐに救急車を呼ぶ

脳卒中は介護負担重い

検診を受けない人を減らす

検診を受けない理由①医師にかかっているから②自分は大丈夫どこも悪くない③時間がない

受診率向上対策ーキャンペーンをはる、ハガキが来た

地域に愛着のない人は受診しないー自治体の言うこと聞かない、広報案内も見ない、役所が嫌い

住み良いまちづくりが受診率を高める

啓発活動、中学校への出前講座、講演会は未受診者は来ないので効果薄い

● 萩市健康維新のまちプロジェクト

萩市保健部健康増進部 河上屋 里美

背景ー萩市健康寿命県内最下位ー男性77.02歳 女性82.57歳 高齢化率ー42.6%

短い理由ー脳血管疾患の死亡率高い、食塩接種、運動不足、検診受診率の低さ、高血圧

→担当部だけでない取組開始ー他の部署を巻き込む

→健康づくりを加味した事業展開ー地域・職域へ

→大多数の無関心層を関心層に転換する！ために

→部署横断的な連携プロジェクト会議

→おもしろがってやる、評価を過度に重視しない

健康維新のまちプロジェクトがめざすものー健康寿命の延伸・脳血管疾患を減らす

→節塩プロジェクトの設置・健康長寿背伸ばしベンチの制作

→医療費が減額に！ー減塩のおいしくないというイメージ打破で、節塩へ

成果→①市民力・地域力の向上②地域連携力の向上③庁内組織力の向上

課題ー人口減少高齢化に対応する協働、地道な活動の継続と検証

● 呉市骨粗しょう症重症化予防プロジェクト

呉市健康福祉部 増本久美

全世代を通じた「健康づくり」が重要

「目指せ！健康長寿日本ープロジェクト」

レセプトのデータベース化の導入  
レセプト分析による生活習慣病—糖尿病、高血圧症、脂質異常症  
糖尿病のステージに応じたアプローチ—医療費高額な透析まで至らせない  
歯科治療の充実—血糖値がさがる  
フレイル予防—加齢による心身の衰えた状態を、元の状態に戻す  
骨粗しょう症—骨卒中、生命の危険→受診勧奨  
女性の介護要因—認知症、骨折、脳梗塞、関節症  
再骨折予防—二度目の骨折を防ぐ  
市民との協働—特定検診・がん検診・運動・栄養—減塩

● 雲南市のコミュニティの健康づくり

雲南市政策企画部長 佐藤満

高い人口減少率と高齢化率36,8%

訪問介護サービスを担うコミュニティナース活動を行うコミケアを開設

平成27年(株)コミュニティケア設立—3人から始まったチャレンジは14人に拡大  
→街に出て自由に多様なケアを実践する人材

暮らしの中で日常から住民の健康に寄与する

ショッピングリハビリ事業—介護予防と買い物支援

雲南市チャレンジ推進条例

うんなんチャレンジ財団—最後にお世話になった地域に寄付する

健康なコミュニティとは、豊かな「つながり」がある、笑顔の見える化

ゴールは、笑顔があふれるコミュニティ

失敗のない人生は、失敗だ

所感

浜田市の大きな課題は、医療費と介護保険料の負担の高さによる市民の暮らしにくさを、どう解消するか？

そのための健康長寿政策は、浜田市の最重要となる政策だ。しかし、今回の講義で何かすごく目新しいことを学んだわけではないように思う。高血圧の解消、減塩、運動、栄養バランス、検診の重要性、生きがいづくり、コミュニティなど、これまで聞いてきたことばかりだ。そういう当たり前のことをやはり、習慣づけること以外に、健康長寿への施策はない、ということなのだろう。では、それをどう推し進めるかが、自治体の知恵のみせどころなのであり、話を聞いた自治体には、それを体系的に進める工夫と情熱があるということなのだと思う。

ただ一つ、検診をうけようとしないう「無関心層」という岩板市民がいることを知った。だから、浜田市の無料のがん検診でさえ、10%の受診率をこえないのか。

人は、生まれて病んで死んでいく。どう一人一人が、自分の死と向き合うかは、極めて個人的なものであり、コストを優先して、健康長寿を考えるのは、かなり身勝手なのかも知れぬ、と想わないでもない。

しかし、市民から見捨てられる自治体では寂しいし、議員の責任放棄なので、やはり、住民福祉の最大化に向けて、チャレンジするしかない。

# 令和元年度「住民の健康を考える～健康寿命を延ばすために～」事前課題

提出期限	令和元年11月8日(金)
提出先	全国市町村国際文化研修所 教務部 竹村 h-takemura@jiam.jp (★の部分には@を入れてください。)
様式	この様式は、JIAMホームページ( <a href="https://www.jiam.jp/">https://www.jiam.jp/</a> )内の「受講者の皆様」からダウンロードできます。 ※集計のため、行の挿入や、削除などはおこなわないでください。

※本研修の資料として、講師及び受講者に配付させていただきますので、あらかじめご了承ください。

市町村名	浜田市	氏名	遊谷幹雄	職種	議会
担当業務	福祉環境委員会所属				

## 1 貴自治体の人口等についてご記入ください (推計は把握している範囲でご記入ください。)

項目	2019年 4月1日現在 (もしくは2019.3.31現在)	2025年度 (推計)
① 人口	53,720 人	52,154 人
内、65歳以上の人口	19,682 人	19,091 人
高齢化率	36.6% %	36.6% %
内、75歳以上の人口	10,727 人	11,356 人
後期高齢化率	20.0% %	21.8% %
② 要支援認定者数	949 人	1,073 人
対人口割合	1.8% %	2.1% %
③ 要介護認定者数	3,631 人	3,657 人
対人口割合	6.8% %	7.0% %
④ 認知症の方の数(大凡)	2,952 人	2,864 人
対人口割合	5.5% %	5.5% %

## 2 貴自治体の平均寿命、健康寿命について、直近のデータをご記入ください。

項目	年度		
	貴自治体全体	男性	女性
① 平均寿命	83.8 才	80.7 才	86.9 才
② 健康寿命	80.5 才	78.5 才	82.5 才
差(①-②)	3.3 才	2.2 才	4.4 才

## 3 健康づくり、介護予防についてお答えください。(なるべく簡潔に記入してください)

① 貴自治体または担当する地域において現在最も重要な問題を1つ挙げてください。また、なぜそれが問題であると考えられるかの理由についてデータを用いて説明してください。

重要な問題となっていること	65歳の平均自立期間が、県平均より短い。男性1歳、女性2歳。
なぜそれが問題であると考えられるかの理由についてデータを用いて説明してください。	
① 65歳平均自立期間 県平均 男性17年 女性21年⇔ 浜田市 男性 16年 女性19年 ② 国民健康保険と後期高齢保険分析-腎不全による高齢女性の透折が多い、アルコール依存による発病率が高い ③ 介護保険利用者において、関節症と認知症の割合が多い。	

## ② 上記3①について、その問題にどのような取り組みをするのか(しているのか)を述べてください。

①介護予防事業の取組 ②認知症対策 ③働き盛り世代のけんこうづくり-脳卒中、糖尿病発症予防と重症化予防
---

# 生きがいを持って安心して暮らせるまちづくり



## Dグループ

道願 美咲 安田 友香 渋谷 幹雄  
丸段 利恵 森 有美

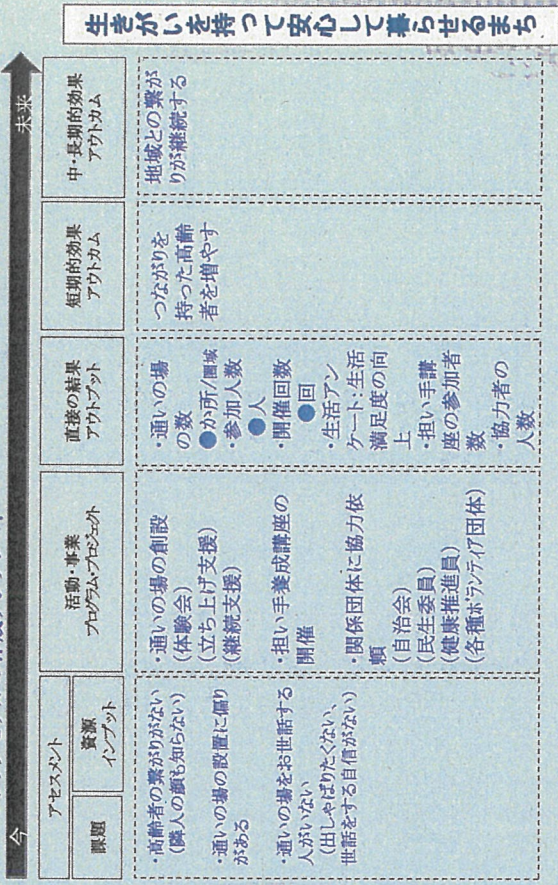
## 目的の階層化

レベル	目的
レベル5	積極的に社会活動に参加する高齢者が増えることで、生きがいを持って安心して暮らせるまちとなる
レベル4	地域との繋がりを継続するため、世代を超えて居場所の意義を理解してもらええる機会を設ける
レベル3	つながりを持った高齢者を増やすために日常生活圏域に1つ通いの場を立ち上げる
レベル2	通いの場の未設置地域に通いの場の必要性を感じてもらうために、通いの場の現状を伝える体験会を開催する
レベル1	高齢になっても住み慣れた地域で暮らしていくための意識を高める講座をする

## 課題

- ・高齢者の繋がりが少ない  
(隣人の顔も知らない)
- ・通いの場の設置に偏りがある
- ・通いの場をお世話する人がいない  
(出しやばりたくない、世話をする自信がない)

## ロジックモデルの作成テンプレート



生きがいを持って安心して暮らせるまち

最終的な目標:

すべての人が生きがいを持って安心して暮らせるまち

今日はお茶  
当番だわ。  
頑張ろう！



私たちのときにもこう  
あるといいな。



いってらっしゃい！

