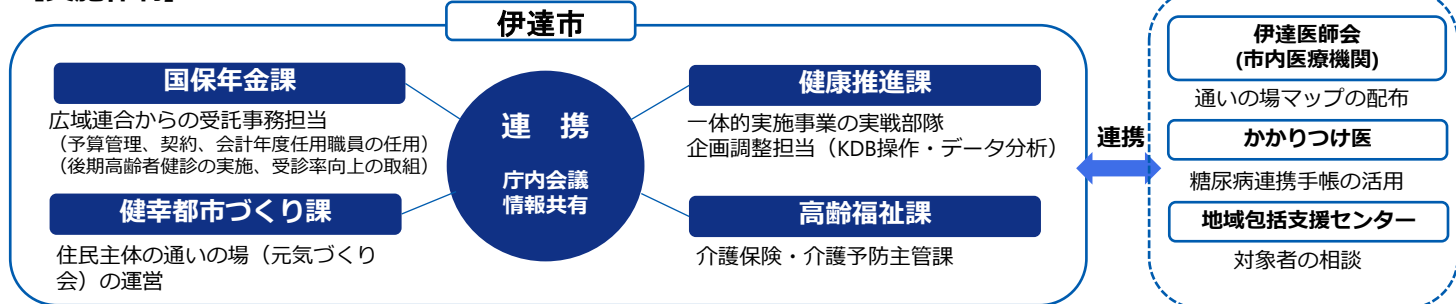


# 福島県伊達市 市民一人一人の主体性を大事にした取組～健幸都市を目指して～

市の概況 (令和4年4月1日時点)		
人口		58,079人
高齢化率		36.3%
後期被保険者数		11,143人
日常生活圏域数		4圏域

## 【実施体制】



## 取組経緯

- 「健幸都市」を目指し、誰でも気軽に身体を動かす環境を整え、元気な人を増やす取組として、平成26年度より「元気づくりシステム」を導入し、集会所での住民主体の通いの場を展開してきた。令和3年度時点で、131会場まで拡大、当面は200会場を目指している。
- 庁内関係各課が担う役割と機能について協議し、一体的実施事業の目的が「健康寿命の延伸」であることを確認した。また、一体的実施事業が、後期高齢者健診等に基づくデータ分析から導き出される課題解決に向けた取組であると理解し、後期高齢者医療主管課である国保年金課を主担当課に置き、令和2年度からスタートした。

## 一体的実施前

### 高齢世代に対する取組

- ・「健やかな血管の保持」(75歳未満) 特定健診の結果をもとにした保健指導等を実施
- ・「自分の歯でおいしく食べる」 出前講座等健康教育の実施

### 元気づくり会 通いの場 (住民主体)

- ・介護予防だけでなく、市民の健康づくりを支えるため、年齢を限定しないで筋力トレーニングや体操を実施

## 一体的実施導入後

### ハイリスクアプローチ (75歳以降にも)

- ・市の健康課題である高血圧、糖尿病の重症化予防の取組を後期高齢者に対しても実施
- ・フレイル予防を効果的に推進するため、低栄養防止、口腔機能低下予防の取組を実施

### ポピュレーションアプローチ

- ・元気づくり会の通いの場の参加者に対して、口腔や血圧に関わる健康教育を実施

## 【通いの場「元気づくり会」とは】

町内会単位で身近な集会所等を活用して、はじめの6か月間をコーディネーター(市職員)とともに元気づくり体験で身体を動かし、「元気になりたい、元気でいたい」という健幸意識の醸成を図る。7か月目からは、参加者たちが元気づくり会を楽しみながら主体的に継続している。



元気づくり会の様子

## ここが重要

- 年齢制限のない住民主体の通いの場を運営する健幸都市づくり課との連携により、市民の情報を得るなど、常に関係課間でコミュニケーションを図っている。一体的実施の導入により、関係課間の連携を強くすることができた。
- 75歳未満の方に実施してきたハイリスクアプローチのノウハウを活かし、75歳以降の方にも切れ目なくアプローチを可能とした。また、年齢制限のない住民主体の通いの場を活用することで、幅広い世代の方にアプローチを可能とした。
- 市民一人一人の「自分のための取組」という主体性を大事に、行政側の課題としてだけではなく、市民の健康課題と捉え、市民と一緒に課題解決に取り組んでいる。

# 福島県伊達市

## 事業結果と評価概要(令和3年度結果)

取組		対象者数	参加者数	評価指標	状況(評価結果)
ハイリスクアプローチ	低栄養防止	17人	17人	・体重が増加した人数、割合	・14人(82%)が体重増加または維持できていた。
	口腔機能低下予防	33人	33人	・行動目標が達成された人数、割合	・対象者の15人(45%)が行動目標を達成できた。 ・対面で支援できた人が、行動目標を継続して実施できている人が多かった。
	糖尿病性腎症重症化予防	39人	39人	・医療機関を受診した人数、割合 ・HbA1cが改善した人数、割合	・35人(89%)を医療機関受診につなげることができた。 ・HbA1cの6人(100%)が改善した。
	その他の生活習慣病等重症化予防(血圧)	26人	25人	・医療機関を受診した人数、割合 ・血圧が改善した人数、割合	・22人(88%)に血圧値の改善がみられた。
ポピュレーションアプローチ	健康教育・健康相談(口腔・血圧に関する健康教育)	420人	277人	・参加後アンケートで、講話が参考になったと答えた人数、割合	・開催時のアンケートで講話が参考になったと答えた人が144人(97.3%)であった。
	その他複合的取組(口腔に関わる健康教育・質問票による状況把握)	300人	127人	・参加後アンケートで、講話が参考になったと答えた人数、割合 ・質問票をとった人数、割合 ・支援の必要な人に対し、保健指導を実施した人数、割合	・開催時のアンケートでお口の健康の話が参考になったと答えた人が124人(98.4%)であった。 ・質問票を126人(99.2%)の方に実施した。 ・質問票をもとに、支援の必要な人に保健指導を19人(100%)実施することができた。

○ハイリスクアプローチにおいては、約束しない訪問を行っているが、医療専門職が高齢者の生活スタイルを踏まえて訪問時間を工夫していることが、受入率を高くしている要因となっている。

○ポピュレーションアプローチにおいては、通いの場の担当課と連携し、地区担当制とすることで多くの会場への介入を可能としている。

## 課題・今後の展望

- ハイリスクアプローチにおいては、後期高齢者になると検査値の改善が困難なため、維持するという視点で取り組んでいるが、そうすると次年度以降も同じ対象者が抽出されることとなり、対象者が増加し、マンパワーが不足することが懸念される。
- ポピュレーションアプローチにおいては、毎年新しい会場に介入していることから、各年度の変化を評価することが困難となっている。
- 市民が必要な保健指導を受けられる環境を作っていくため、健康診断の受診率を上げることも課題と感じている。