



第5回

健康寿命を
のばそう!
AWARD
優良賞



日本一健康文化都市の挑戦

全国初!『健康寿命をのばそう!アワード』^{ダブル}W受賞

日本人の平均寿命が延びている近年では、健康上の問題がない状態で日常生活を送れる期間である「健康寿命」が注目されています。日本一健康文化都市宣言をするなど、健康施策に重点を置いてきた袋井市の取り組みが、健康寿命の延伸に向けた優れた事例として表彰されました。

健康づくり課健康企画室 ☎84-6127 地域包括ケア推進課介護ケア相談係 ☎84-7534

●袋井市の健康づくりの歩み

年	主な出来事
平成 5年	・旧袋井市において日本一健康文化都市宣言
平成13年	・総合計画の「めざすまちの姿」を日本一健康文化都市と設定 心と体はもとより、地域と社会、都市と自然が良好な状態を「健康」と捉えたまちづくりを推進
平成16年	・健康都市連合加入 翌年、健康都市連合日本支部設立に向けて発起人となる
平成17年	・新「袋井市」誕生
平成18年	・健康チャレンジ!!すまいる運動 開始
平成22年	・「日本一健康文化都市宣言」 ・保健・医療・介護構想策定 生涯にわたる健康づくりを進めるための体制整備について考え方をまとめる
平成25年	・中東遠総合医療センター、聖隷袋井市民病院開設 地域の2次医療病院と後方支援病院が開設
平成27年	・市総合健康センター 開設 保健・医療・介護・福祉の連携による生活習慣病予防、ロコモ予防、認知症予防の取組強化、地域包括ケアシステムの推進
平成28年	・日本一健康文化都市条例制定 ・第5回健康寿命をのばそう!アワード 優良賞W受賞

いつまでも健やかに
人生の最後まで、元気で健康に楽しい毎日を送れたらどんなに幸せでしょう。袋井市では、そんな人生を過ごせる市民が一人でも増えるように、「健康」を柱としたまちづくりを、市民の皆さんと一緒に進めてきました。そうした取り組みが高く評価され、今回の受賞につながりました。

優良賞W受賞の快挙!
厚生労働省が主催する「スマート・ライフ・プロジェクト」では、毎年、健康寿命の延伸につながる優れた取り組み事例を表彰する「健康寿命をのばそう!アワード」を実施しています。
このたび袋井市は、第5回を迎えるこのアワードにおいて、「生活習慣病予防分野」・「介護予防・高齢者生活支援分野」の2分野で「優良賞」を受賞しました。2分野での同時入賞は全国初の快挙です。

「第5回 健康寿命をのばそう!アワード」とは

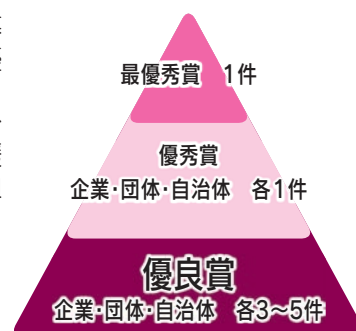
「生活習慣病予防分野」、「介護予防・高齢者生活支援分野」、「母子保健分野」の3分野において、企業・団体・自治体からの応募を評価委員が審査し、最優秀賞、優秀賞、優良賞を決定します。

今回の応募総数は、「生活習慣病予防分野」は108件、「介護予防・高齢者生活支援分野」は63件。その中から、袋井市の取り組みが「優良賞」に入賞しました。



表彰式の様子

■表彰対象(分野ごとに表彰)



受賞した袋井市の取り組み

生活習慣病予防分野

日本一健康文化都市ふくろい
市民が「ともに進める」健康寿命の延伸

地域ぐるみの健康づくり

健康づくりは、1人ひとりの取り組み(自助)と、健康づくりを支える社会基盤(互助・共助)が重要であるとの考えから、自治会や医療関係者などと連携して、地域ぐるみでの健康づくり活動を推進しています。特に、生活習慣病に関しては、日ごろの小さな積み重ねが、予防につながることに着目し、運動、食生活、禁煙、健康意識の各方面からの健康づくり活動を年間500回以上、市内の各所で実施しました。



公会堂での出前健康教室

市民12,000人が動いた！

この活動には、健康づくり推進員、健康づくり食生活推進員、地域の運動指導者など500人を超える市民が講師やボランティアとして携わり、市民約12,000人が参加しました。

また、重症化予防の徹底や健康ポイント制度をはじめとした多様な啓発事業を進めたことにより、国保特定健診受診率が4年連続県下1位(平成27年度52.9%※)、国民健康保険の1人あたりの医療費が県平均を約2万円下回るなどの効果が得られました。



幼児対象の食育教室

※法定報告値

介護予防・高齢者生活支援分野

赤ちゃんから高齢者まで、みんなで元気にしあわせに！
市民みんなで人生トータルの健康づくり！「はーとふるプラザ袋井」

専門機関が集約したワンストップ窓口

市総合健康センター「はーとふるプラザ袋井」を開設し、保健・医療・介護・福祉の機関を集約しました。保健師、看護師、主任介護支援専門員や社会福祉士など多職種の人材を配置するとともに、市役所の各部署や市社会福祉協議会、隣接する聖隷袋井市民病院と連携し、「総合相談窓口」によるワンストップ型サービスを提供しています。



総合相談窓口

年齢や障がいの有無に関わらず支援を提供

市民が運営する「居場所」や「子育てサロン」の支援や、「認知症カフェ」の開催など、子どもから子育て世代、高齢者まで、年齢で途切れることのない介護予防や高齢者の生活支援体制を作りました。また、障がいの有無に関わらず、垣根なく誰もが集える交流の場を、市民と一緒に提供しています。



模擬居場所・『お元気サロン』の様子

あなたも一緒に！
しあわせに！いきいき！

今回のW受賞は、保健・医療・介護・福祉に携わる皆さんのこれまでの取り組みが評価されたとともに、今後、市が進める政策の方向性についても認められた大変喜ばしいことです。

本格的な少子高齢社会を迎える中、今回の受賞を大きな糧として、誰もが「しあわせに！いきいき」と暮らせる日本一健康文化都市の実現に向けて、たゆまぬ歩みを進めていく必要があります。

このためには、一人ひとりが生きがい、働きがいを実感できるように、健やかな心と体を保つことや、子どもからお年寄りまで安心して生活できる支え合いのある地域づくりが大切です。

身近で手軽な健康づくりの機会の提供

市では、子ども・働く世代・高齢者などのライフステージに応じた健康づくりを推進するため、はーとふるプラザ袋井(市総合健康センター)のほか、公会堂など身近な公共施設においても様々なプログラムを提供しています。お一人からでも参加ができますので、ぜひ一度、お試しください。

あなたが、あなたのためにできること

健康寿命の延伸には、運動・食生活・社会参加の3要素が大切と言われます。体を動かす、食事に気を配る、健診を受けるなど身近な行動の改善や、地域の行事や仲間との活動を増やすなど、自身と大切な人の健康に向けて新しい取り組みに挑戦してみませんか。