

保健福祉(事務調査報告)

■調査第2号「高齢者の健康づくりと介護予防について」

本委員会では、超高齢社会を迎えた富良野市の「高齢者の健康づくりと介護予防」について調査を行ってまいりました。

本市の、今年2月末の高齢者人口は、6714人高齢化率28.5%中でも介護及び要支援の認定者は1273人で原因疾患別の内訳は、認知症が最も多く26%を占め次に脳血管疾患、関節疾患の順となっています。

一般的にアルツハイマー型の認知症の予防は不可能と言われています。血管リスクの是正が認知症機能障害の進展の予防につながると言われており、脳細胞を守る取り組みが重要であるとされています。

市は、原因疾患対策として生活習慣病対策、運動機能維持、栄養指導を予防対策として行っています。

今後の「高齢者の健康づくり介護予防の取り組み」は日常生活に必要な運動機能の充実・維

持を予防の基本とし、高齢者の皆さん一人一人が、社会性や自身の健康を意識することが重要。

政策の推進に当たっては、次の視点が求められます。

◎地域の中での生きがい・役割をもって生活できる地域づくり
◎通いの場の持続的拡大◎高齢者が取り組める運動プログラム
◎市民個々の介護予防への積極的に参加を促す「動機づけ」に向けた施策の検討◎「動機づけ」につながる情報発信の充実
◎「心身の健康寿命」延伸に向けた健康づくり・予防対策の好循環サイクルの確立を目指し市民の動機づけの施策をより図るべきとし委員会報告とします。



富良野市健康まつり

保健福祉(都市事例調査)

本委員会では、健康づくりへの「動機づけ」の取り組みについて調査を行いました。

「山形県上山市」

上山型温泉クワオルト事業は、友好都市であるドイツのドナウエッシンゲン市より情報を得て、上山市の自然や温泉、食など恵まれた地域資源を生かして健康・観光・環境の3本柱とした市民の健康増進と交流人口の拡大による地域活性化を目指したものであり、理念を「心と体がつるおうまち」とし元気なまちづくりの指針としている。実施している気候性地形療養法ウォーキングによる健康増進の特徴は、自分の体力にあった歩行スピードと過度な負担がないか、常に心拍数でチェックすることと「冷氣と風・太陽光線」等の気象性要素を活用し森や山の傾斜地を活かし、通常の運動より効果的とされている。実施と普及拡大に当たっては指導する専任ガイド制が設けられ61名のガイドが認定を受け活動をしている。

「埼玉県志木市」

志木市は従前より介護予防事業に取り組んでいるが、元気な高齢者の増加を図ることが課題とされており、介護予防事業の参加者増加を目的に元気いきいきポイント制度を平成24年度から開始した。事業参加対象者は、市内在住の65歳以上の高齢者で、要支援及び要介護の認定を受けていない対象者が市に登録しポイント手帳とカードが交付される。11の介護予防事業、12の地域貢献事業に参加したときに1事業あたり50ポイントが付与され、年間最大6000ポイントが上限で、1000ポイント単位で換金でき予防事業の参加増加に貢献している。



上山市議会事例調査