

平成30年7月9日

守谷市議会
議長 梅木 伸治 様

報告者： 佐藤 剛史

守谷市・守谷市議会合同 視察研修報告

標記の件について、次のとおり 実施・参加 したので報告します。

視察・研修日	平成30年6月29日（金）
視察・研修場所	長野県松本市
視察・研修項目	健康寿命延伸都市・松本について
参加者	守谷市側 松丸市長，坂総務部長，守谷市議会全議員， 高橋事務局長，松井局長補佐
	相手側 上条俊道議長，林裕子健康福祉部健康づくり課課長， 中田議会事務局主査
視察・研修目的	当市においても高齢化率は年々上昇しており，今後の福祉施策としての健康寿命延伸について調査研究を行う。
視察・研修内容	健康寿命延伸都市について
視察・研修総括 （今後の取組み 等）	地方自治体における高齢化率は全国的にも課題となっており， その中でいかに健康に寿命を全うする事が出来るかが今後の 重要な取り組みとなる。松本市では，市長が健康寿命延伸都市 を市政の一番の目標に掲げ取り組んでいる。守谷市において も，市民の皆様と共に健康寿命の延伸に努めるべきである。

視察・研修内容

○福祉ひろばとは→地域の縁側

※平成7年～35の行政区全てに設置

※運営は地域住民が中心となって実施し、行政はそれをサポート

地域福祉ひろば（地域福祉の拠点）→医療機関、地域包括支援センター、ケースワーカー、保健師、社会福祉協議会、福祉施設、支所・出張所、公民館が連携

○住民組織

<松本市健康づくり推進員>

市民の「健康づくり」の一翼を担い「健康寿命延伸」に向けて活動している。

活動の目的として、地域住民の身近なところから健康づくり事業を推進する。また、健康増進の推進者として関係機関と連携し、健康づくり事業が地域に行き渡るように活動する。二年の任期で市長から委嘱 昭和50年から設置しOBはすでに2万人。平成29・30年度 866名（女性807名、男性59名）

健康づくり推進員の健康づくりの輪を広げる運動として、まずは組織で学習活動や健康教室の企画等を行い、実践としては、①まず自分からウォーキングをするようになった、②そして家族に減塩の味を慣れさせた、③さらに地域へ健診の大切さを話して誘ったといった内容となっている。

<松本市食生活改善推進員>

地域で食を通じた健康づくり活動を展開しているボランティアさん

昭和57年発足 会員355人（県内1番）

健康づくり推進員のOBも多数参加

※行政より近所のおばちゃんという所が良い。

活動内容としては、育児サークルなどでのおやつ作り、小学生を対象に親子料理教室、小中学校での食育教室、男性対象の食事作り教室、高齢者を対象とした会食会、味噌汁の塩分調査 等

<体力づくりサポーター>

体力づくりサポーター自身の体力維持向上と共に地域の高齢者の体力づくりのお手伝いを通じて地域のつながりを深める。

サポーターの具体的な活動としては、健康づくり推進課実施の体力健診のサポート、地区での簡単な体力測定の実施、地区健康教室等で簡単な運動指導 等

サポーター登録者 485人（平成29年時点）

○大学・民間企業との連携

- ・松本大学に約3500万円の予算→インターン生に
- ・企業数は30～40 人数的には約1500人

※企業の従業員が健康 = 松本市民が健康 となる。

- ・若いときからの認知症予防ポイントプログラム（企業連携事業）

連携企業・団体（フィットネスクラブや新聞社・飲食店）などが参加。

対象の施設やサービスを利用・健康関連の教室参加で応募はがきをゲットし、「自身の健康目標」を考えて一か月間実践しハガキで応募することにより抽選で豪華景品、健康グッズが当たる。景品としては、航空券、地元温泉券、フィットネスクラブ利用券、地元JAのワイン等。約1100の応募がある。以前は高齢者の応募が目立ったが現在は40%が20～50代となっている。

- ・コンビニエンスストアのローソンと連携

ローソン敷地内において健康相談を実施し、市民の健康意識の向上、検（健）診の受診推奨を行う。

- ・松本信用金庫と「がん検診」受診勧奨

がん検診のパンフレットを作成し、松本信用金庫のお客様、職員へ配布

※行政はゼロ予算

- ・企業連携イベントとして、共催で講演会等を実施

1000人規模の講演会でがん検診の周知・啓発

※企業の集客ノウハウもあり沢山の人が来場

●健康づくりの取り組み

- ・第2期松本市健康づくり計画 スマイルライフ松本21
- ・平成23年度から10年間（H28年度中間評価）
- ・「メタボリックシンドローム」と「ロコモティブシンドローム」の予防。

●こどもの生活習慣改善事業

こどもの生活習慣が将来の健康づくりの基礎となる。

（こどもの時期に望ましい生活習慣を形成）

- ・信州大学・松本大学との連携
- ・保育園・幼稚園との連携
- ・教育委員会・小中学校との連携

※すぐに結果が出るものではないので評価は難しいが種まきをしている。

●こどもの生活習慣改善事業

<学校での取り組み>

- ・血液検査に基づく意識づけ

平成13年度学校健診として開始。平成27年度から中2にHbA1c尿酸値追加。

- ・食・運動に関する講座
- ・休み時間への運動指導者派遣

<地域での取り組み>

- ・親子運動あそび教室「親子あそびランド」

●働き盛りの健康講座

退職→国保 その前からの健康づくり

- ・職場健診でのワンポイント講座

※財源の為にも元気で国保へ！が究極の目標。

●食育推進事業

第3期食育推進計画「すこやか食プランまつもと」に基づいて食育を推進。

健康・環境・農政・商工・給食など食に関する様々な分野と連携。

- ・地域での食育講座
- ・小中学校への出前講座
- ・高齢者への口腔体操の普及・啓発
- ・高校卒業時・中学卒業時・新成人へのレシピ集の配布
- ・食品ロスの取り組み
- ・地産地消, 伝統食
- ・給食 など

※3010問題は松本発祥となっている。

【健康長寿 長野県】

●男女ともに全国トップクラスの平均寿命

男性81.75歳（全国第2位）女性87.67歳（全国第1位）

●年齢調整死亡率（人口10万対）

男女ともに低い方から全国1位

●年齢調整認定率

低い方から全国2位