

	<p style="text-align: center;">三重県 亀山市</p> <p style="text-align: center;">～歴史・ひと・自然が心地よい～ 「緑の健都」かめやま</p>  <p style="text-align: center;">市章</p>	<p>【データ】※平成31年4月1日現在</p> <ul style="list-style-type: none"> ・人口：49,594人 ・世帯数：21,410世帯 ・面積：191.04km² ・市の花・木：花しょうぶ・杉 ・特産物：亀山茶、ローソク ・主なイベント 太岡寺暁さくらまつり（4月）、花しょうぶまつり（6月）、関宿祇園夏まつり（7月）、青空お茶まつり（9月）、亀山大市（1月）
<p>市長 櫻井 義之</p>		<p>リニア中央新幹線三重県停車駅を亀山へ！ LINEAR TO KAMEYAMA 新たなステージ、夢から現実へ！！</p> 

【亀山市の紹介・特徴】

亀山市は三重県の中北部に位置し、我が国東西の結節点としてまた伊勢への分岐点として、古くから交通の要衝として栄えてきました。また、鈴鹿山系や鈴鹿川に代表される豊かな自然環境に恵まれ、歴史が織りなした佇まいを残す城下町・宿場町としての顔があります。東海道で唯一国の重要伝統的建造物群保存地区に選定される関宿では、今なお往時の面影を偲ぶことができます。



写真：東名阪と工業団地（中央右はシャープ(株)亀山工場）

また、近年の新名神高速道路の開通を強みに、多様なモノづくり企業に立地いただく工業都市としての基盤をもつ一方、特色ある健康都市戦略と環境・文化・コミュニティ政策を展開しています。これら、まちを形づくる多彩な要素がうまく結びついた高い結晶性により、輝くQOLと持続可能な「緑の健都 かめやま」の実現を目指しています。

【亀山市の健康都市の取り組み】

● 亀山医師会と連携して糖尿病性腎症の重症化予防事業を開始

糖尿病は、発症していても、自覚症状が出にくいことや、検診等で異常が見つかったにもかかわらず治療を受けない人がたくさんいます。そこで昨年度より、亀山医師会や公立病院である市立医療センターのメリットを生かし、医師、薬剤師、看護師、管理栄養士、理学療法士等で構成する糖尿病支援委員会と連携し、糖尿病の重症化を予防するため、糖尿病性腎症の重症化予防事業を開始しました。その中で、年5回の糖尿病教室を開催し、延べ91名の方が参加されました。

● コグニサイズの活用

「Let's! コグトレ」と題し、認知機能の維持・改善を図るとともに、参加者同士の交流をともし外出機会の創出や、自発的な認知症予防を目的に、国立長寿医療研究センターが開発した、脳の活動と体の運動を同時に行って認知症を予防する「コグニサイズ」を活用して認知症予防教室を開催しています。

※コグトレ風景



●食による健康づくりをお手伝い

「地域の皆さんの健康寿命を延ばそう！」をキャッチフレーズに活動されている亀山市食生活改善推進協議会のヘルスマイトとタイアップし、減塩レシピや野菜をふんだんに使ったレシピを紹介するパンフレットを作成しています。また、同協議会と共催で生活習慣病予防食、骨粗しょう症予防食などの料理講習会などを実施し、“食”による地域住民の健康づくりを応援しています。



●ピロリ菌尿検査（無料）、除菌費用の一部助成

亀山医師会、鈴鹿亀山薬剤師会の協力のもと、若年早期にピロリ菌の感染の有無や早期除菌及び、胃がんへの理解促進を図ることを目的に、平成30年度から市内公立中学校3年生の希望者を対象に学校の健康診断時の残尿を用いてピロリ菌尿検査を実施しています。また、検査の結果、陽性の場合については、医療機関で除菌をすることを勧めるとともに保護者の経済的な負担を軽減するため、除菌費用の一部助成を行っています。

●「健康づくりのてびき」全戸配布

市が行っているがん検診や人間ドックについて、市の「けんしん」を担当している各課が共同でわかりやすく一冊にまとめて、年度はじめに全戸配布して受診率の向上を図っています。また、家庭で健康づくりに活用できるように「+10（プラステン）で健康寿命を延ばしましょう」「要精密検査と言われたら」「急な病気やけがなどの時」「口から食べて元気に生きる」「予防接種を受けましょう」など、健康情報についても掲載しています。

