

## 健康都市連合日本支部第2回大会

### 第2部 新会員市取組み発表

#### 野田市「野田市健康づくり推進プロジェクト」

野田市は、ここに江戸川という川が流れておりますけれども、江戸川をずっと行ったところ、一番千葉県の方にありますけれども、3年前に関宿町という町と合併いたしました。

私どもは、この包括的健康管理支援システムを構築しようということで進めております。介護保険の関係で今日はお話をさせていただこうと思っております。介護保険制度が始まった当初、日本に馴染むのかといった気持ちがありました。また保険制度で良いのかという話もありました。しかし、こんなに馴染んだ制度はなかったなと思っております。ただ今回の改正介護保険法をみても分かるように、保険だけではちょっと無理だなというところに来ていると思えました。だからこそいろんなことが改正の中でなされてきました。予防介護の話もそうだと思います。予防介護についてみればその考え方は間違っていないと思えます。やはり地域で寝たきりになって暮らすよりは元気で暮らしたい、それは当然の話ですし間違いではないと思えます。しかし、今回の改正で基本的には高齢者だけを対象にしているのではないかと、それでいいのだろうか、それよりも前の段階から考えていかなければいけないのではないかと、ということが1つ。それとせつかくそういうふう考えたのであれば、市民が積極的に関わってほしいというのが2つ目。この2つをどうやって仕組みにするかということ、事務担当者から新しい制度の相談が来たときに、話をいたしました。その時、申しましたのは、「若い頃からの対応を考える」ということ、もう1点は「団塊の世代の人たちを上手く利用する」ということでした。実は制度改革の先生方に、相談をいたしまして、先生方との合作で今回の施策を作ってもらいました。

現在の状況としては、健康段階別にみた高齢者の割合としまして、65歳以上の元気な高齢者が75%から80%、特定高齢者が5%、そして要支援・要介護の方が15%から17%ということですが、野田市の実情はどうかと言うことでございますけれども、野田市の高齢者人口は27,000人の中で特定高齢者が800人ぐらいというようなところで。

こんな中で将来どうなるかと言うことですが、現在の高齢者の占める割合が総人口の2割ということですが、15年後に数として1.3倍、総人口に占める割合25%超、それぐらいになるだろうという状況でございます。

要支援1・2の人たちを新予防給付の対象としておりまして、特定高齢者の方たちを要支援にならないように地域支援事業というのがあります。もう一つ下の元気高齢者もいずれは上に移るだろうということでしょうけれども、できるだけそうならないようにしようということについてお話をさせていただきたいと思えます。そんな中でその人たちに何をやるかということで活力寿命、健康長寿を延伸させることを考えていきたいと思っております。実はこの10年で元気高齢者に加わるのが団塊の世代です。この人たちにこの3番

目の形を一生懸命やっ払いこうと考えております。この団塊の世代の皆様をこのまま元気なままで高齢期をむかえさせるために、生活習慣病予防、健康・体力増進、生きがい、活躍の場づくりする、そうすることによって上手くいくのではないかと考えたわけでありませう。もう一度おさらいしますが、高齢期に入る前からの積極的介護予防として介護予防・生活習慣病予防をしていませう、また、市民同士で支えあう健康づくりということを考えてわけでありませう。 の要支援の方たち、 の特定高齢者の方たち、そして の高齢期の方と 40 から 65 歳の方たち、全て含めましてこの取り組みをしていき、その中でまずは第 1 段階として の方々に勉強をしていただいて、次に自信がついたら の方たちの介護予防の運動に入っただこうというサポーターシステムを作っ払いこうという仕組みでございませう。では具体的に何をやるかということですが、 の人たちには「はつらつ教室」というものをやっ払いこうと今募集をかけているところでございませう。この皆様方に運動がポイントの教室をやっ払いいきます。それから の人たちに対しては 2 つ考えております。高齢期の人たちには「健康づくり教室」という、これも運動を中心にしたものですが、また中年世代の方には「スマートダイエット教室」というもので、実際に自分で体を動かして、問題点を知ってもらおうと考えております。

それで、終わった人たちに「サポーター研修」を受けっもらい、介護予防サポーターになるための知識・技術を学んでっもらおうと、そしてその次に「サポーター登録」をしてっもらい実際に「サポーター活動」に入っ払いっただこうとこういう内容になっております。

もう一度、全体を話の流れをしますと、健康づくり教室というのは 65 歳以上の元気の方、スマートダイエット教室というのは、中年世代の方を対象にし、まずそれを実践して学んでっただきませうという場、それができた段階で、自分が実践して学んだ段階で、その人たちだけでなく団塊の世代予備軍も含めた皆様方も含めて、「介護予防サポーター研修」というのを行おうというふうと考えております。そしてサポーターになるための資質を学んでっただいて、その人たちに終わった後にサポーター登録をしてっただいて、サポーター活動をして、先ほど言っました特定高齢者のための「はつらつ教室」ですとか「サロン活動」に入っ払いってもらおうという形で生きがいを見つってもらおうと、考えたわけございませう。

もう一度繰り返しになりますが、私どもの「健康づくり推進プロジェクトのまとめ」としますと、生活習慣病予防で将来の介護予防という形をしていこう、とこの部分が、私たちが若いうちから進めていこうという部分です。また、若い世代に対する健康長寿意識の啓発をし、個人の意識変化と積極的取り組みによる健康づくりを、実際に自分でやってもらっって経験をしまっもらった上で、市民同士で支えあう地域の健康づくり・介護予防システム介護予防サポーターになっただいて、その育成と活動環境の整備していき。最後になりますが、自分の健康を自分で守りながら、社会活動に参加し、活力寿命の延伸を指す施策体系の整備、包括的健康管理支援システムを完成させ、評価してっもらうために住民の

皆様に周知していただくということでございます。

しかし、実際は難しいとは思いますが、市民の皆様方に自分たちで進めていただけるようになればいいなと思っております。以上でございます。