

# 江別市民健康づくり推進協議会

日時 平成28年9月5日（月）

午後6時30分から

場所 江別市保健センター 3階会議室

## 次 第

1 開 会

2 健康福祉部長挨拶

3 協議事項

(1) 健康都市宣言の策定について

(2) その他

4 閉 会

## 健康都市宣言の策定について

### 1. 宣言の背景

超高齢社会の到来、生活習慣病の増加により、平均寿命が延びていても介護や入院が必要な期間が増えることとなり、2025年問題とも言われる社会保障費の増大が懸念されている。

市民一人ひとりが健康づくりに取り組むことにより、平均寿命と健康寿命の差を縮小し、持続的な社会保障を維持するとともに、誰もが健康で生き生きと暮らすことができるまちをめざし、健康都市宣言を行う。

### 2. 宣言の趣旨

健康都市宣言を行うことによって、全ての市民が生涯を通じて健康に過ごせるよう健康意識の向上と健康づくりの推進に努め、えべつ未来づくりビジョンの基本目標である「だれもが健康的に安心して暮らせるえべつ」を目指すものである。

### 3. 作成スケジュール

本協議会において素案を示し、

- ・江別の現状に合った宣言となっているか。
- ・内容に過不足はないか。

などについてご議論いただく。

議論の結果を踏まえ、また市役所内、議会、市民パブリックコメントなどの意見も踏まえながら宣言案を修正し、最終的に平成29年2月初旬までに決定する。

## 健康都市宣言の構成

### <宣言文>

すべての市民が・・・・・・・・・・することが願いです。

そのために・・・・・・・・健康都市えべつを宣言します。

(健康な生活を送ることが市民すべてにとって大切であることと、健康都市宣言を行う目的を述べます。)

### <項目文>

一、・・・・・・・・・・します。

一、・・・・・・・・・・します。

一、・・・・・・・・・・します。

(市民が健康になるために努めるべきこと、心がけるべきことを項目ごとに述べます。)

※ 以上が健康都市宣言の本文となり、宣言以後残るものとなります。

以下は、宣言を受けて、市、市民及び地域社会が健康都市えべつを目指すための具体的な取り組みです。

### <目的>

・・・・・・・・・・します。

(宣言内容を達成するために目指すべきことをスローガンの一言で述べます。)

### <取組項目>

1.・・・・・・・・・・の向上

2.・・・・・・・・・・の活動

3.・・・・・・・・・・の実施

(宣言内容を達成するための具体的な取組項目を述べます。)

## (参考) 他市の健康都市宣言

### 黒石市健康都市宣言

#### <宣言文>

くろいしの豊かな自然のもと、だれもが生きがいを持ち、健やかでこころ豊かに暮らせることは、すべての市民の願いです。

わたしたちは、「自らの健康は自分でつくる」を基本とし、市民一人ひとりが自らの健康を大切に、進んで健康づくりに参加できるよう、ともに支えながら社会全体で健康づくりを進めていくため、ここに「健康都市」を目指すことを宣言します。

#### <項目文>

- 一 笑顔を大切に、こころもからだも元気あふれる生活を送ります。
- 一 日々の運動を楽しみ、規則正しい生活に努めます。
- 一 豊かな自然を守り、毎日の食事に感謝し、生き生きと暮らします。
- 一 地域の中で、ともに支え合い、学び合い、健康づくりの輪を広げます。

### 西東京市健康都市宣言

#### <宣言文>

私たちの願いは、みどりを身近に感じることができ、安心して外出できる地域で、心身ともに健康で、一人ひとりがいきいきと輝いて暮らすことです。

そのために、私たちは、自らの健康は自らの手でつくることを基本とし、お互いに支え合いながら、生涯にわたって健康づくりを進めます。

#### <項目文>

- 一、自らの健康状態を知り、快適な生活を楽しみます
- 一、地元の野菜がある食生活を楽しみます
- 一、運動やスポーツのある生活を楽しみます
- 一、休養を上手にとり、心穏やかな生活を楽しみます
- 一、身近なところから学び、創造的な生活を楽しみます

### 鴻巣市健康づくり都市宣言

#### <宣言文>

健康で活力に満ちた生活を営むことは、私たち市民の願いです。

私たちは、自らの健康は自らつくることを基本とし、市民相互の連携のもと、積極的に健康づくりに取り組み、健やかで思いやりのあるまちづくりを実現するため、「健康づくり都市」を宣言します。

#### <項目文>

- 1 バランスのとれた食生活を送り、毎日をいきいきと過ごします。
- 2 気軽に楽しく運動に親しみ、健康な体と心をつくります。
- 3 十分な休養をとり、心にゆとりをつくります。
- 4 生涯にわたり、歯と口の健康を守ります。
- 5 定期的に健康診査を受け、自らの健康管理に努めます。
- 6 健康づくりを通じ、地域のきずなを深め、快適な生活環境を築きます。

## 鳥栖市うららトス健康都市宣言

### <宣言文>

すべての人が、住み慣れた地域で、生涯を通して健康で生きがいを持って、安全で安心して暮らし続けることは、わたしたちすべての願いです。

この願いを実現するため、市民と地域と行政が協働で、健康づくりを進めることとし、ここに鳥栖市を「健康都市」とすることを宣言します。

### <項目文>

- 一 わたしたちは、健康に関心を持ち、家庭や職場で生涯を通じた健康づくりを続けていきます。
- 一 わたしたちは、地域の健康づくりに協力して、おかげさま、おたがいさまの気持ちで支えあいます。
- 一 わたしたちは、笑顔と元気あふれる明るいまちづくりを進めていきます。

## ふじみ野市元気・健康都市宣言

### <宣言文>

住みやすいまちで、健康でいきいきと暮らすことは、市民みんなの願いです。一人ひとりがより良い生活習慣を身につけ、自分にあった健康づくりを進めていきます。

そして、家庭・地域・行政が互いに協力しあいながら、すべての市民がいつまでも健やかに笑顔あふれる、元気・健康による好循環のまちをめざし、ここに「元気・健康都市」を宣言します。

私たちは、

### <項目文>

- 「ふ」 普段から生活リズムを整え ころもからだも元気に暮らします
- 「じ」 地元の野菜を取り入れて バランスの良い食事を楽しみます
- 「み」 未来の自分と家族のために 健康診査を受け健康管理に努めます
- 「の」 のびのび・いきいきと 自分にあった運動やスポーツに親しみます
- 「し」 生涯しっかりとかめるよう 歯と口の健康づくりを心がけます

## 坂井市健康都市宣言

### <宣言文>

九頭竜川の恵みを受けて広がる坂井平野と青くきらめく日本海、その豊かな自然に恵まれた幸と悠久の歴史、優しさあふれる住みよいまち坂井市

一人ひとりが自らの健康を自らつくることを基本に、世代をこえ、ともに支え合い、誰もが笑顔で暮らせるまちをめざして、ここに「坂井市健康都市」を宣言します。

### <項目文>

- 一 生涯元気に過ごすためにすすんで健康診査を受け自分のからだのことをよく知ります。
- 一 健やかに育つためにこどもの頃から家族みんなで健全な生活習慣について話し合います。
- 一 生涯にわたり健康なからだをつくるためにバランスよい食事を心がけ楽しんでからだを動かします。
- 一 健康で過ごせる環境づくりのために地域の中でともに支え合い健康づくりの輪を広げます。

## 江別市健康都市宣言（素案）

### <宣言文>

石狩川と原始林の恵みにいだかれたこの江別の地で、健康で活力ある生涯をおくることは、私たちすべての市民の願いです。

そのために、市民が互いにたすけあい、世代を越えて健康づくりに取り組むことで、健康寿命を延ばし、だれもが健康で安心して暮らすまちとなることをめざし、ここに「健康都市えべつ」を宣言します。

### <項目文>

- 一 心と体の健康に関心をもって、健康意識を高めます。
- 一 自らの健康状態を知り、すすんで健康を管理します。
- 一 地域とのつながりを大切にし、ともに健康づくりの輪を広げます。
- 一 食生活を改善し、運動する機会を増やし、正しい生活習慣を守ります。

※ 以上が健康都市宣言の本文となり、宣言以後残るものとなります。

以下は、宣言を受けて、市、市民及び地域社会が健康都市えべつを目指すための具体的な取り組みです。

### <目的>

健康寿命の延伸を図ります。

### <具体的な取組項目>

- がん検診・特定健診の受診率等の向上  
(対象者への受診勧奨、特定保健指導)
- 健康づくり活動  
(介護予防教室、健康づくり推進事業)
- 生きがいつくり活動  
(蒼樹大学、市民カレッジ手帳)
- 自治会やボランティア団体等の活動  
(ボランティアセンターへの登録、愛のふれあい事業)
- 運動習慣の定着化と環境の整備  
(各種スポーツ活動、Eリズムの普及)
- 食育活動と食生活改善  
(食事の栄養バランス改善、学校給食指導)

## 健康都市宣言の背景（江別市の現状・課題）

### 1 超高齢社会の進展

- ・ H28.7 末現在高齢化率（満 65 歳以上） 28.1%
- ・ H47 には高齢者人口がピーク 39.2%

### 2 生活習慣病

国民健康保険被保険者のうち、

- ・ 死亡原因  
⇒がん 52.5%、心臓病 22.9%、脳血管疾患 15.1%
- ・ 要支援・要介護認定者の有病状況  
⇒心臓病 58.9%、高血圧 51.8%、脂質異常症 29.9%、脳血管疾患 28.5%
- ・ 医療費の上位  
⇒ 1 位：高血圧 6.9%、2 位：糖尿病 5.3%、3 位：慢性腎不全 3.3%を占めており、医療費総額の約 26%が生活習慣病である。
- ・ 医療費高額レセプト費用額（80 万円以上）  
⇒ 3 位 狭心症 3.85% 1 件あたり医療費 1,256 千円  
4 位 脳梗塞 3.49% 1 件あたり医療費 1,107 千円
- ・ レセプト件数の上位  
⇒ 1 位：高血圧 13.9%、2 位：糖尿病 5.5%、3 位：脂質異常症 4.3%

次の取り組みが必要である。

- 生活習慣病についての知識を深める。
- 食生活の改善や運動習慣の定着により、生活習慣病の予防を図る。
- 健康診査やがん検診などにより、疾病の早期発見・早期治療に結びつけ、合併症や重症化の予防に努める。

### 3 2025 年（平成 37 年）問題

○団塊の世代が後期高齢者（満 75 歳以上）となり、医療や介護サービスなどの社会保障費が増大する懸念がある。

- ・ H37 年 高齢化率 34.6%（推計）
- ・ 後期高齢者の比率（19.2%）が前期高齢者の比率(15.4%)を上回る。
- ・ 国民健康保険被保険者の一人当たりの年額医療費 289 千円(H26 年度実績)
- ・ 後期高齢者一人当たりの年額医療費 1,105 千円(H26 年度実績)
- ・ 後期高齢者介護認定率 34.0%は前期高齢者(4.5%)の 7.6 倍

社会参加の割合や社会的サポートを受ける割合が高いほど、介護認定率が低い傾向があることから、社会参加を通じた介護予防の推進、住民主体の活動的な通いの場づくりが必要である。

#### 4 平均寿命と健康寿命の差縮小

	平均寿命	健康寿命	差
男性	80.4歳	65.4歳	15.0歳
女性	86.9歳	66.9歳	20.0歳

⇒平均寿命と健康寿命の差は、日常生活に支障がある期間のため、この差を縮小し、日常生活に支障がなく心身ともに健康で安心して暮らしていけるようにしなければならない。

#### 5 その他

- ・生活習慣病新規患者の70%以上が、特定健診・医療機関未受診者
  - ・重症化疾患による入院患者の97%は、特定健診未受診者
- ※特定健診受診率（H26年度 25.1%）

# 健康寿命の延伸を図るための「3つの目標」「6つの取組項目」

追加資料2

