

# 1 健康づくりと介護予防の充実

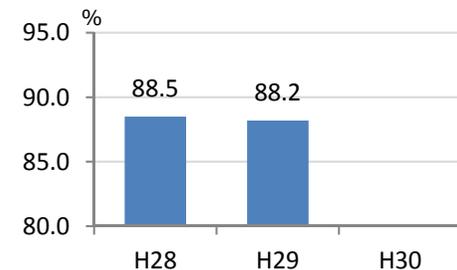
## 【目指す姿】

高齢になっても、一人ひとりが自分の健康状態に合わせた健康づくりや介護予防に取り組んでおり、心身ともに健康でいきいきと暮らしています。

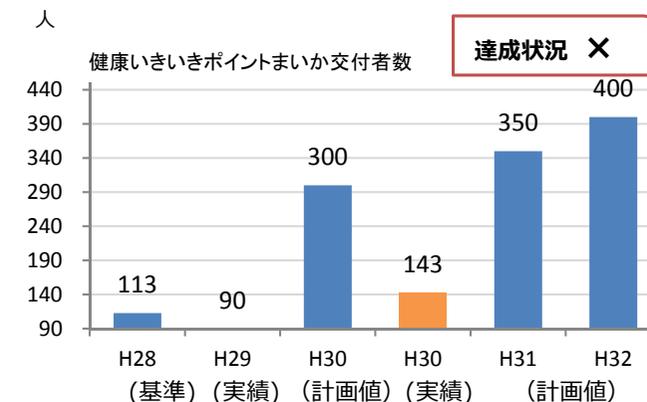
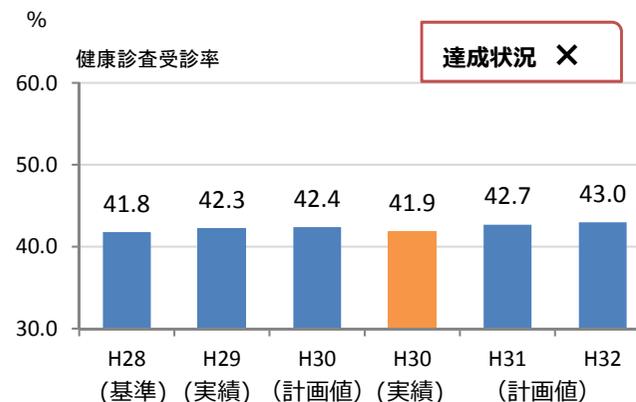
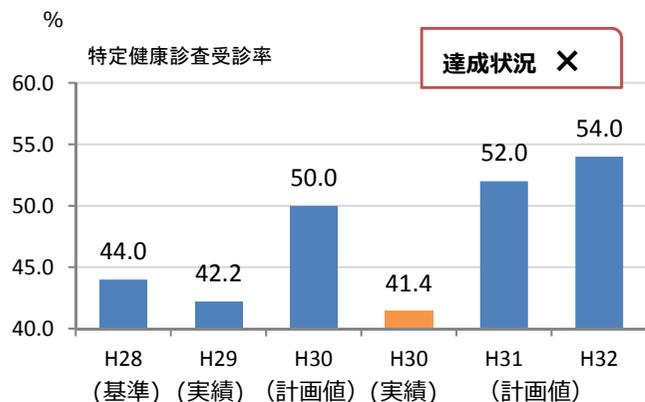
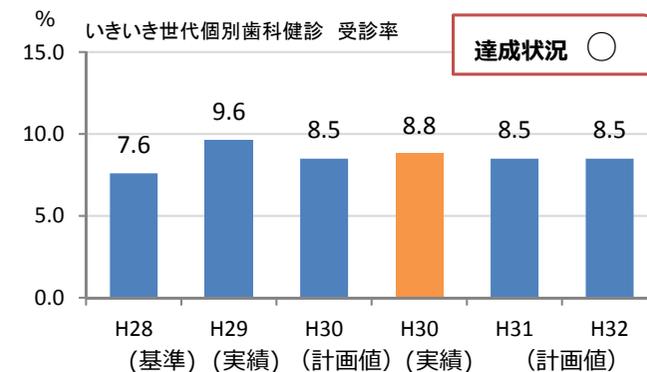
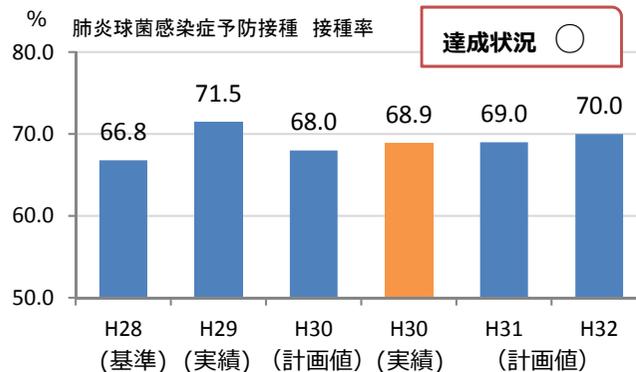
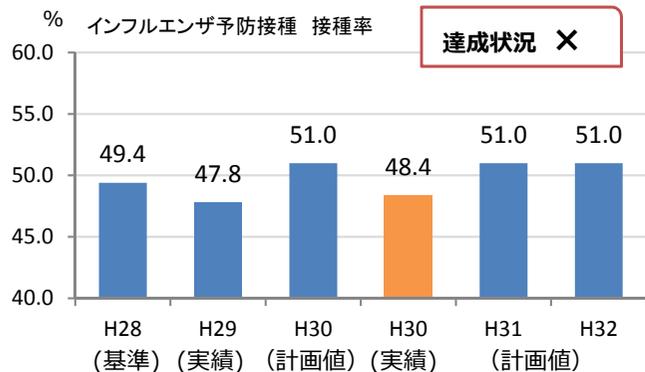
## 【目標値】

介護や支援を必要としていない高齢者の割合

※第6次小牧市総合計画新基本計画指標  
H30年度調査（H29実績）で調査終了



## 【目指す姿を実現するための事業とその年次目標・達成率】



# 1 健康づくりと介護予防の充実

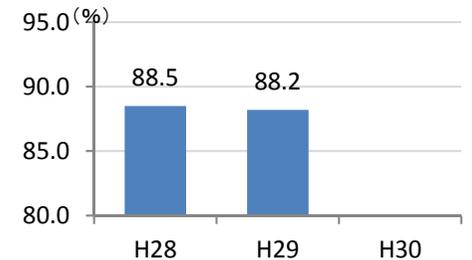
## 【目指す姿】

高齢になっても、一人ひとりが自分の健康状態に合わせた健康づくりや介護予防に取り組んでおり、心身ともに健康でいきいきと暮らしています。

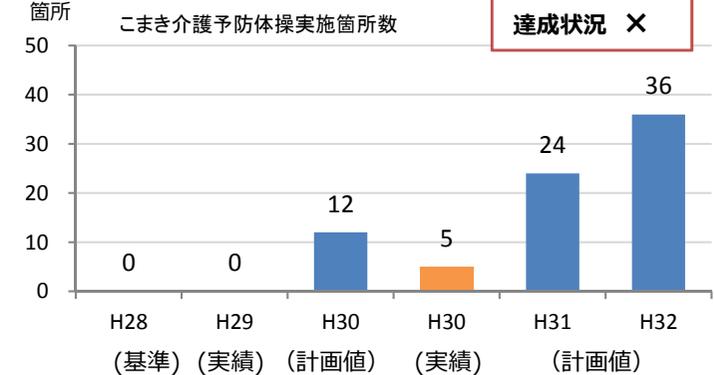
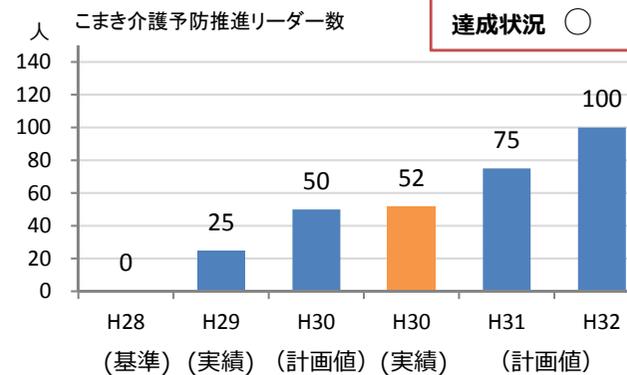
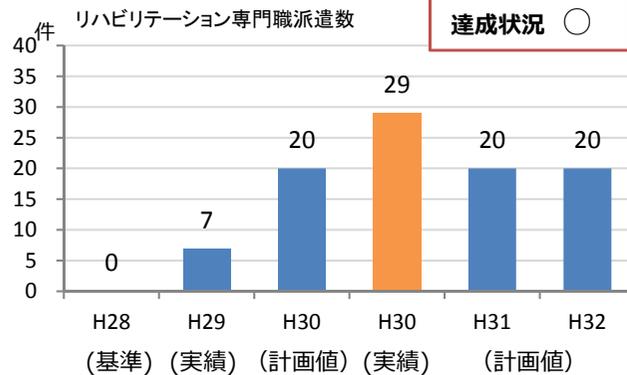
## 【目標値】

介護や支援を必要としていない高齢者の割合

※第6次小牧市総合計画新基本計画指標  
H30年度調査（H29実績）で調査終了



## 【目指す姿を実現するための事業とその年次目標・達成率】



## 【取組み状況】

- ①がん検診の受診率の向上のため、複数のがん検診を同日受診できる日を3日、協会けんぽの健診に合わせて小牧市の胃がん・大腸がん検診を受診できる日を1日設定した。
- ②インフルエンザ予防接種について、例年通り10月15日から12月31日の接種期間で実施した。実施にあたっては、市広報及びホームページで周知した。
- ③肺炎球菌予防接種については、接種券に定期接種による接種期間は平成30年度限りと分かるように記載し、送付した。（65・70歳の対象者は全員に接種券を送付。その他の年齢の定期接種対象者は申し出により接種券を送付）経過措置の終了に伴い、未接種者に対し接種勧奨通知を個別に送付した。
- ④いきいき世代個別歯科健診については、昨年度に引き続き、目標値を達成する結果となった。

## 【今後の取組み方針等】

- ①がん検診については、受診者の利便性を考え、複数のがん検診を同日に受診できるようにしたり、協会けんぽの健診と同日の受診も継続して実施し、受診率の向上を目指す。
- ②インフルエンザ・肺炎球菌ともに個人の重症化予防のために接種するものであり、周知方法を工夫し、接種率の向上を目指す。
- ③肺炎球菌については、65歳の対象者に加え、5歳刻みの節目の年齢で実施していた経過措置が平成30年度で終了予定であったが、5年間延長されることとなり、5歳刻みの節目の年齢で今までに接種をしたことがない方が対象になる。昨年度までに未接種者への接種勧奨を終わっているため、今後は65歳の対象者を中心に接種勧奨を行っていく。
- ④いきいき世代個別歯科健診については、更なる受診率の向上のため、関係課で送付する案内文に歯科健診の案内を同封するなど、他機関と連携し、周知・啓発を実施し、受診率の向上を目指す。

## 第4章 いきいきとした潤いのある暮らしづくり

## 【取組み状況】

- ⑤ 特定健康診査及び健康診査の受診率の向上のため、従来からのハガキ勧奨に加え、平成25年度から未受診者に対し電話勧奨を実施した。平成29年度からは受診券に過去3回分の受診結果を掲載し、よりわかりやすく、また毎年受診を促すような案内を行っている。平成30年度は受診勧奨ハガキのデザインを一新し、定形外ハガキで特定健診が無料であることなどをPRした。しかし、医療機関通院中を理由に受診しない者や他の健診を受診している者、健康意識の無関心層（医療機関の受診もなく、健診も未受診）が一定数あることから、受診率は伸び悩んでいる。
- ⑥ 年齢別でも40歳～50歳代の働き盛りの者の受診率が低く、一層の受診しやすい環境づくりのほか、特定健康診査受診の魅力の向上が必要と考えている。
- ⑦ 訪問による特定保健指導は、特定保健指導の利用勧奨の際に希望された方に対して保健師や管理栄養士、一定の実務経験を有する看護師が実施するものである。医療機関での実施もあるが、特定保健指導の利用は伸び悩んでいる。
- ⑧ 医療受診勧奨については、特定健診・人間ドックの結果のうち、血圧、脂質代謝、血糖のいずれかの項目が一定の基準値を外れており、健診受診月の3ヶ月前から12月までの間に医療機関での受診（生活習慣病）が確認できない方に通知や電話で医療機関への受診勧奨を行ったが、必ずしも医療機関受診に結びついていない部分がある。
- ⑨ 老人福祉センターにおいては、健康運動指導士による座った状態で行える筋力アップの講座やトレーニング機器の使用法等をお伝えする講習会、歯科衛生士による表情筋や舌、嚥下の機能向上、認知症や誤嚥性肺炎予防のための講座を実施している。
- ⑩ 歯科衛生士による笑いを取り入れた口腔機能の向上、認知症予防のための教室「笑いの泉 わっはっは講座」において、健康教育と相談を実施しており、今後も継続してオーラルフレイル予防に努めていく。
- ⑪ 保健連絡員が地区の健康課題から必要な取り組みを地区保健師と一緒に考え、地区の行事に合わせて毎年健康教室を実施している。平成30年度に地区で開催された健康教室は64回、参加者は2,208人であった。

## 【今後の取組み方針等】

- ⑤・⑥ 特定健診の受診勧奨は、電話勧奨、ハガキ勧奨を実施する。電話勧奨は、対象者を今までにまったく受診歴のない方に絞って行っている。ハガキでの受診勧奨は、平成30年度に引き続き定形外のカラーハガキを送付する。イラストを用いて特定健診のメリットを説明し、より分かりやすい内容で送付する。電話とハガキで勧奨することにより、健診未受診者の受診意欲の向上を目指す。
- また、職場で健康診断を受診した人に対する健診結果提供依頼の強化を進め、指標値の改善を図っていく。
- ⑦ 訪問型の特定保健指導については、平成30年度に引き続き全ての対象者に対して実施し、利用者の利用機会拡充と利便性を改善することにより利用の向上を図る。特定保健指導の利用案内書類を見直し、申し込み手順などをより分かりやすい内容で送付する。
- ⑧ 医療受診勧奨については、症状に合わせたパンフレットを同封することにより対象者の医療機関受診の必要性を理解してもらえるようにして、医療機関受診率の向上を目指す。
- ⑨～⑪ 老人福祉センターや地域の会館など身近な場所において健康に関して学ぶ場、気軽に相談できる場を充実するとともに、楽しみながら主体的に継続して健康づくりや介護予防に取り組める仕組みづくりを進める。

## 第4章 いきいきとした潤いのある暮らしづくり

### 【取組み状況】

- ⑫健康いきいきポイントについて、保健センター等にパンフレットを設置するとともに、健診実施医療機関や健康講座でパンフレットを配布して、取り組み勧奨をし、獲得ポイント達成でまいかを交付した。まいかがより魅力的なものになるよう飲食店、理・美容店を中心に健康づくり応援協力店の依頼をした。
- ⑬地区の会館等で行っている集いの場(ふれあい・いきいきサロン等)における介護予防の充実化に向けて専門職派遣を実施した。  
平成30年度は、口腔ケア（オーラルフレイル）の重要性に関する歯科専門職による事業を6ヶ所。介護予防に関するリハビリ専門職による事業を22ヶ所、担い手の資質向上に向けた介護福祉士による事業を1ヶ所実施した。  
口腔ケアの受講者からは、有益な内容であり、好評を得ていることから、更により多くの方に触れる機会を提供していく必要がある。
- ⑭身近な地域における介護予防を推進するため、こまき介護予防推進リーダーを養成。平成30年度は、27名が修了した。今年度については、主に「こまき山体操」の推進に重点を置き、体操を核とした介護予防の地区展開を目指した。  
(5箇所：堀の内、光ヶ丘、池新田、春日寺、ふれあいサーキット)
- ⑮地区の民生委員の会議、サロン連絡会等で、「こまき山体操」の体験会を行い、体験参加者を中心に、こまき山体操を活用した介護予防が実施されている。今年度は、老人クラブや体操指導員などにも、取り組んでいただけるよう普及啓発をする必要がある。

### 【今後の取組み方針等】

- ⑫介護が必要となる前の働く世代に健康いきいきポイントを活用した健康づくりの魅力を周知し、参加者の増加を図っていく。  
市民が健康いきいきポイント事業を活用して、健康づくりに取り組むことができるよう分かりやすく、参加しやすいようにパンフレットを工夫するとともに、様々な機会を通して周知を図る。また、「まいか」が利用者にとってより魅力的なものになるよう、健康づくり応援協力店の増加に向け、訪問し協力を依頼する。
- ⑬専門職の派遣事業については、住民ニーズに合わせて、メニュー等を再考し、サロン代表に対し、周知する。歯科専門職による口腔ケアに関する講座については、より多くの方に受講していただくよう、地区民児協の開催にあわせ、民生委員及び地区住民を対象に講座を開催する。(6月開催)
- ⑭地域における介護予防の取り組みの推進とともに、小牧市版介護予防体操(こまき山体操)を活用した取り組みを推進していただけるリーダーを養成する。
- ⑮介護予防の取り組みを推進するため、各種団体等を対象に、小牧市版介護予防体操(こまき山体操)の体験会を行い、こまき山体操を活用した介護予防を推進する。

## 2 生きがいつくりと社会で活躍できる場の充実

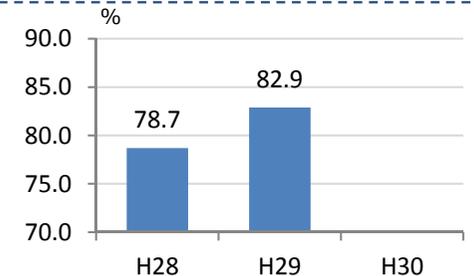
### 【目指す姿】

高齢者がいつまでも生きがいを持ち、生涯学習活動や地域におけるさまざまな活動が展開され、いきいきと自立した生活を実現しています。

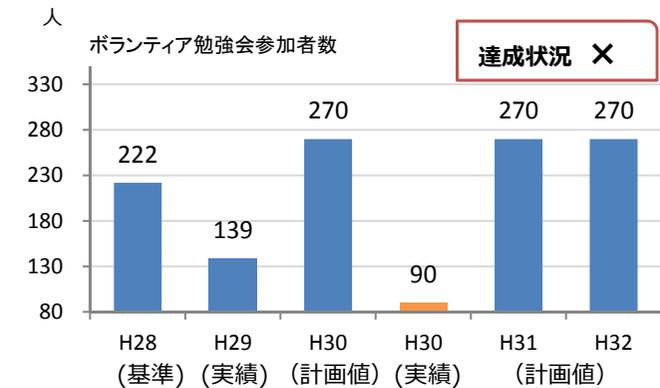
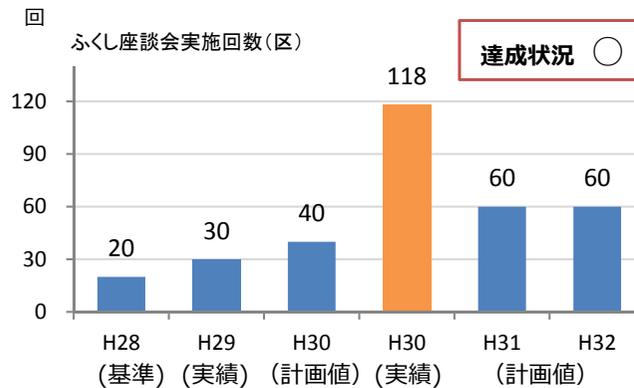
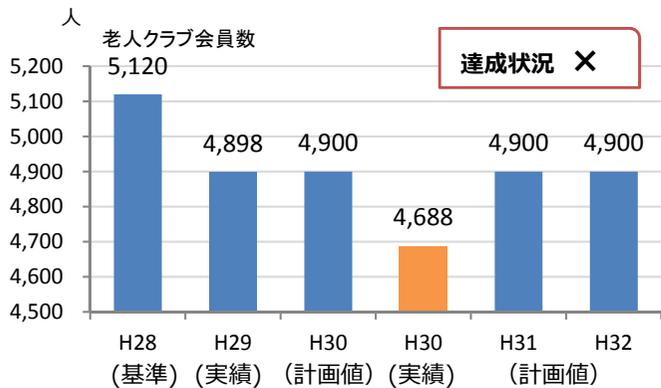
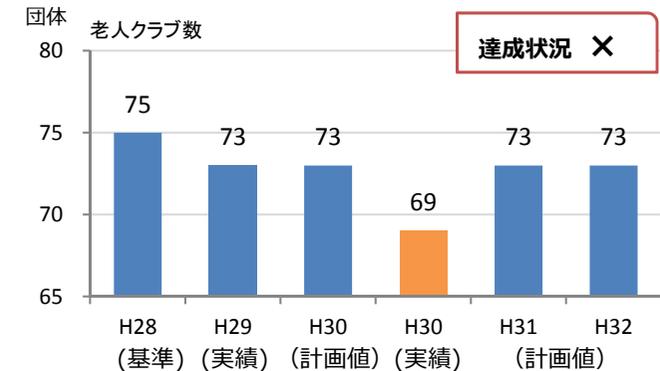
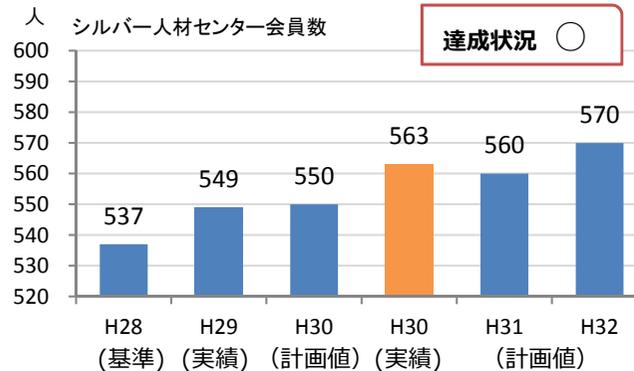
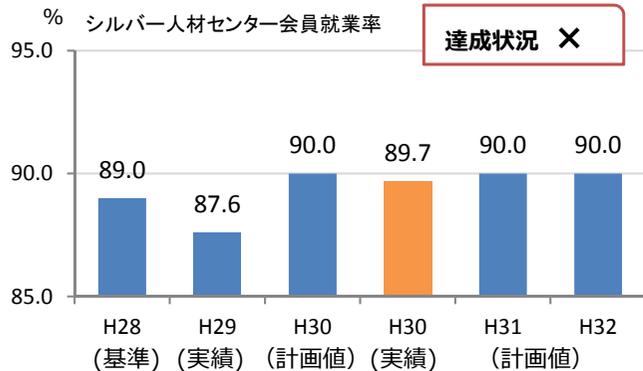
### 【目標値】

生きがいを持って生活している  
高齢者の割合

※第6次小牧市総合計画新基本計画指標  
H30年度調査（H29実績）で調査終了



### 【目指す姿を実現するための事業とその年次目標・達成率】



## 2 生きがいづくりと社会で活躍できる場の充実

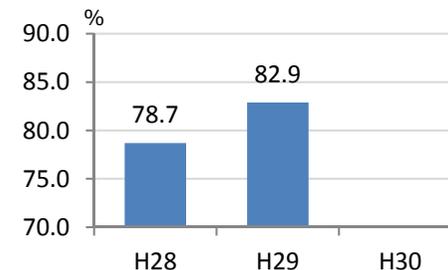
### 【目指す姿】

高齢者がいつまでも生きがいを持ち、生涯学習活動や地域におけるさまざまな活動が展開され、いきいきと自立した生活を実現しています。

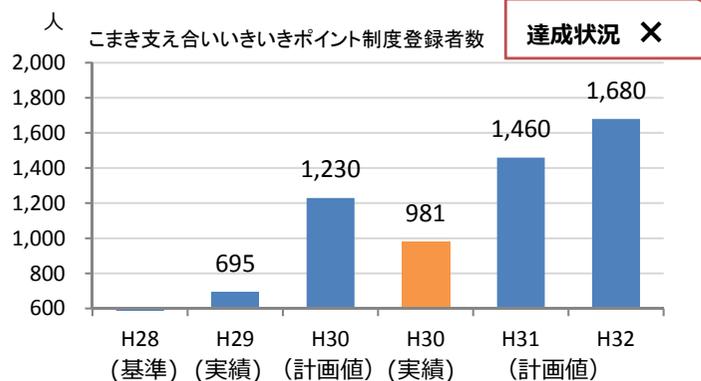
### 【目標値】

生きがいを持って生活している  
高齢者の割合

※第6次小牧市総合計画新基本計画指標  
H30年度調査（H29実績）で調査終了



### 【目指す姿を実現するための事業とその年次目標・達成率】



【参考】指標	H28	H29	H30
地域3あい事業実施地区数	69地区	66地区	66地区
シルバースポーツ大会参加者数	601人	578人	541人
校区スポーツ振興会実施校数	16校	16校	16校

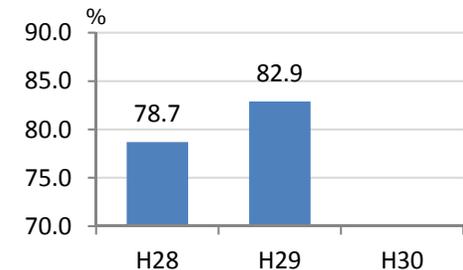
## 2 生きがいづくりと社会で活躍できる場の充実

### 【目指す姿】

高齢者がいつまでも生きがいを持ち、生涯学習活動や地域におけるさまざまな活動が展開され、いきいきと自立した生活を実現しています。

### 【目標値】

生きがいを持って生活している  
高齢者の割合



### 【取組み状況】

- ①平成30年度において（仮称）第3老人福祉センター建設検討委員会を4回開催し、（仮称）第3老人福祉センター基本構想・基本計画を策定した。
- ②シルバー人材センター会員就業率について、新規の派遣先を開拓できたことにより就業率が2.1%上昇し、目標値に近づけることができた。
- ③長年の職業的経験や技能を活かしたいと望む60歳以上の方に対して働く機会を提供するため、シルバー人材センターに補助金を支給した。
- ④老人クラブの会員数については、クラブ数、会員数とも微減傾向であった。
- ⑤4名の地域支え合い推進員（社会福祉協議会に配置）により、小地域（区）において、地域福祉活動を推進するため、ふくし座談会を開催した。  
区を単位としたふくし座談会については、101区 計118回開催。  
（うち84区については、マップづくりのふくし座談会）  
具体的には、サロンの設置、災害時要支援者台帳を活用した地域見守り体制の構築、こまき山体操を活用した介護予防、ちょっとした手助けなどをテーマに地域住民と協議した。また、今年度は、小学校区単位のふくし座談会（要支援者台帳を活用した見守り体制の充実をテーマ）を更に深め、具体的な地域活動に結びつけるため、見守りマップ作成をテーマに実施した。  
【参加者：1日目61区128名 2日目32区63名  
2日間合計93区191名<実84区191名>】
- ⑥ボランティア勉強会については、昨年度、定員超えのため参加できなかった方のために、同様の内容で、発達障がいについての講座を開催した。また、救命講座は、同じ内容で2日間設定したが、両日も定員を超える結果となった。  
いずれの勉強会も定員を設定していることもあり、目標値に達してはいないが、ボランティアニーズに沿った内容で開催できている。

### 【今後の取組み方針等】

- ①（仮称）第3老人福祉センターの建設に向けて（仮称）第3老人福祉センター建設検討委員会を開催し、建設検討委員会で提案のあった内容を取入れ基本設計を行う。また、現地において測量、希少生物調査等を行う。
- ②シルバー人材センター会員の就業率を更に向上させるため、商工会議所が発行する刊行物にチラシを折り込み、企業に対して周知を行っていく。
- ③高齢者人口の増加に比例して就労意欲の高い方も増えることが予想されるため、就業先のさらなる確保を目標に、今後もシルバー人材センターへの補助を継続する。
- ④60歳以上の方が社会奉仕活動等を行うための団体を支援するため、今後も老人クラブ連合会及び老人クラブへの補助を継続するとともに、新規会員加入促進のため周知に努める。
- ⑤昨年度までは、地域支え合い推進員の担当圏域を決め、分担してきたが、それぞれの強みを活かした地域支援を行うため、緩やかな担当圏域とし、お互いに連携しながら、小地域（区）の活動支援に重点的に取り組む。  
ふくし座談会については、地域福祉活動は身近な地域における活動が重要であることを踏まえ、小地域（区）単位を重点的に支援する。  
また、見守りマップ作成については、ニーズが高く、要支援者対策だけでなく、児童・生徒の見守り、地域資源の把握など、汎用性も高いことから、社会福祉協議会の出前講座メニューに新たに追加し、地域の要望に応じていく。
- ⑥ボランティア勉強会については、ボランティアのニーズも踏まえて、講座を検討し、実施する。

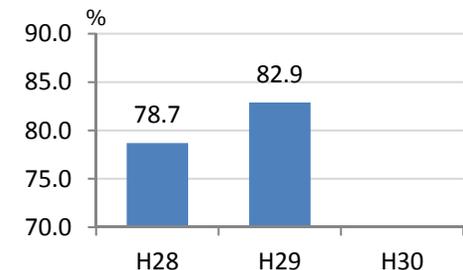
## 2 生きがいつくりと社会で活躍できる場の充実

### 【目指す姿】

高齢者がいつまでも生きがいを持ち、生涯学習活動や地域におけるさまざまな活動が展開され、いきいきと自立した生活を実現しています。

### 【目標値】

生きがいを持って生活している  
高齢者の割合



### 【取組み状況】

- ⑦ふれあい・いきいきサロン同士のネットワーク化を図り、サロンの担い手の情報交換、学びの場として、「サロン連絡会」を年2回開催した。平成30年度は、①認知症への理解と予防、②こまき山体操をテーマに開催した。
- ⑧前年度交換時に寄せられた意見を参考に、平成30年4月からの運用を見直し、お互いさまサポーター及び受入団体登録数の拡大を図った。
- ⑨見直しは3点あり、1点目は、交換時に500ポイント未満の端数がある場合に、翌年度の交換ポイントとして繰り越しできること、2点目は、サロンポイントの付与対象を、当日の活動に限定せず、事前準備についてもポイント付与の対象としたこと、3点目は、受入団体の対象を拡大し、サロンポイントについては認知症カフェ等を加え、介護施設ポイントについては市内の通所型・施設型サービスの指定介護保険事業所全般とした。
- ⑩篠岡小学校区地域協議会「しのおか おたすけ隊」の活動内容や手法について情報共有し、味岡小学校区地域協議会においても地域ポイントを活用した、高齢者等の支援活動について検討を進め、活動の骨子や活動者の募集、地域住民への回覧周知など各種事前準備を進めた。

### 【今後の取組み方針等】

- ⑦～⑨平成31年度から、介護施設ポイントの対象年齢を現行の「65歳以上」から「18歳以上」に変更したため、早期に介護予防に取り組めるようになり、活動者の裾野も広がったことから、今後は比較的若いサポーターの活躍も期待できる。
- ⑩平成31年4月から味岡小学校区地域協議会において「あじおか おたすけ隊」を結成・活動開始し、篠岡小学校区地域協議会に次ぐ2つ目の実施となり、今後も更なる横展開を目指す。また、前年度の交換実績から、各ポイントで年間上限に達したサポーターが全体の約1割いたことから、そのサポーターが上限到達後も引き続き活動していく励みになるようなインセンティブを検討し、令和元年度の交換からの運用を目指す。