

宮古市議会 教育民生常任委員会 政策提言書

# 健康寿命の延伸について

～保健分野を中心に～



令和2年6月

宮古市議会

## 目 次

第1章	はじめに .....	1 P
第2章	現状と課題 .....	2 P
第3章	健康施策の先進事例に学ぶ .....	6 P
	1 全国の先進事例について .....	6 P
	2 先進地への行政視察について .....	7 P
第4章	宮古の健康寿命延伸への提言 .....	10 P
	資料編	

# 第1章 はじめに

## 1 背景とねらい

教育民生常任委員会では、人生100年時代を見据え、いかに健康的に自立して生活する時間を長くできるかに注目し「健康寿命の延伸」をテーマとして設け、令和元年度の取り組みをおこなってきました。

「健康寿命」とは、WHO（世界保健機関）が2000年（平成12年）に提唱した概念です。「健康寿命」と「平均寿命」の違いは、「平均寿命」が生まれてから死ぬまでの期間のことを指すのに対して、「健康寿命」は健康上のトラブルによって日常生活が制限されずに暮らせる期間と定義づけられています。

平均寿命が伸びる中、平均寿命と健康寿命の差が大きくなっては、介護や医療など周囲や制度の手助けが必要な期間が長くなり、結果として医療費や介護費が多く掛かることで、医療費の高騰や保険税の負担増加などに反映されてしまいます。

これらは本市でも例外ではなく、市民が健康で元気に過ごせるまちづくりをおこない、「健康寿命の延伸」を図ることは喫緊の課題であることから、令和元年度の活動の総括として提言書を作成したものです。この提言書を機に、市が「健康寿命の延伸」について実効性のある政策に取り組み、市民の健康に対する意識が醸成されることを願います。

## 2 策定の経緯

以上のようなねらいのもと、本委員会では令和元年6月3日に政策提言に関する協議を実施し、以降「健康寿命の延伸」について活動を行うこととなりました。

7月からは、市内で健康づくりに取り組んでいる団体の活動視察として、7月25日には高齢者を対象とした健康維持活動に取り組んでいる総合型地域スポーツクラブ「エムジョイ」と、シルリハおらんどの会「にこにこ体操教室」に伺い、8月27日にはシルバー人材センターとワークショップ形式による意見交換を行ないました。

また本市の取り組みについて聞き取りをおこなうため、9月6日には市保健福祉部健康課の職員（保健師、栄養士を含む）から事業説明を受けました。同月24日には行政視察の候補地を選定し、実施を11月と定めましたが、令和元年台風第19号豪雨災害の発生により、延期となってしまいました。

令和2年1月29日には、宮古市社会福祉協議会との意見交換を行い、高齢者の健康維持や事業運営等についての説明を受け、今回の提言に関わる関係各所との協議をすべて終了しました。2月11日から13日には、台風により延期となっていた先進地視察として、長野県佐久市及び松本市に伺い、健康寿命の延伸について学びました。

これらの意見交換および調査・研究をもとに、健康寿命の延伸に関する提言を行います。

## 第2章 現状と課題

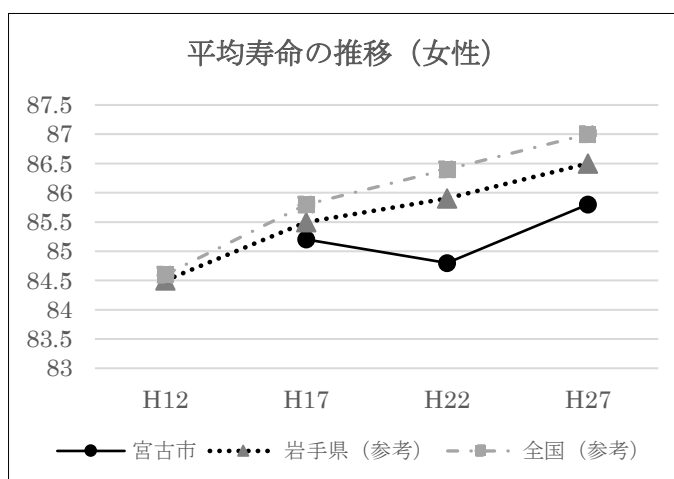
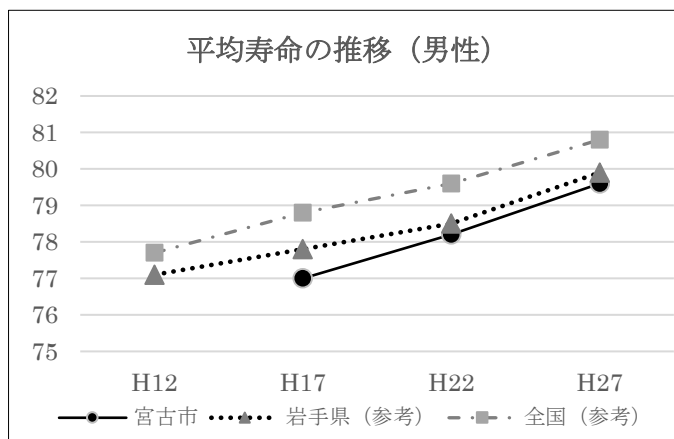
### 1 平均寿命の推移と健康寿命

右のグラフは市健康課から本委員会に提示された数値によって作図した、市・岩手県・全国の平均寿命の推移です。これを見ると市・県とも平均寿命は延びてはいますが、男女ともに全国平均を下回っていることが分かります。

一方、健康寿命について市では発表していませんが、厚生労働省は平成30年3月に、県単位の健康寿命を公表しています。この数値によると、平成28年度の県の健康寿命は男性71.85年、女性74.46年です。

また、県で公表している健康寿命についての資料は乏しいですが、厚生労働省が全県の健康寿命を公表しており、県はもちろんのこと、本市のデータも把握しているものと推測されます。本市でも早期に健康寿命年数を公表する必要があります。

(単位 年)



出典：厚生労働省「市町村別生命表」(平成30年)

### 2 市の健康施策の成果と課題

市の健康施策の成果と課題についてですが、平均寿命が全国と同様に伸びていることから一定の成果はあったものと評価できます。しかし、男女ともに全国平均、県平均よりも依然として低いため、市として健康増進施策の方向あるいは施策を実現するための主な事業の推進について精査する必要があります。

岩手県保健福祉年報による平成28年次の宮古市の病死原因は、1位悪性新生物(28.3%)、2位心疾患(20.8%)、3位その他の死因(17.8%)、4位脳血管疾患(9.8%)、5位肺炎(9.5%)、以下、老衰、不慮の事故、自殺と続きます。

次に傾向としては、悪性新生物、糖尿病、老衰、肺炎、肝疾患による死亡割合が伸びている一方、心疾患、脳血管疾患と腎不全の割合は減少しています。この傾向については、食事指導が行き届いてきた成果として、循環器系疾患と腎不全が減少していると推測できます。市ではこれまでもがん対策として検診事業や健康教室の充実、循環器病の予防として検診事業や検診事後指導の充実、禁煙や分煙の指導あるいは糖尿病を予防する指導を進め

てはきましたが、事業への参加者の把握だけではなく、施策の具体的な有効性、特に若者の自殺予防対策についてはどうであったか検証する必要があります。

いずれにしても市としては地道に、適度な運動、生活習慣病予防を中心とした健康管理指導と検診事業にきめ細かく取り組み、着実に平均寿命と健康寿命の延伸を図る必要があります。

### 3 市内の取り組み事例・関係者との懇談から見えてくる現状と課題

本委員会では、市内の健康に関する取り組みを把握するため、それらを担う市内の団体や事業者への現地視察や懇談を行いました。結果は次のとおりです。

#### (1) 高齢者を対象にした健康維持活動

①日 時 令和元年7月25日 午前10時30分、午後1時30分

②対象と内容

##### ○地域総合型スポーツクラブエムジョイ (高浜地区センター)

エムジョイによるボール等を使った体操、脳をトレーニングするゲームなどを見学・体験しました。そのあと3組に分かれて「いつまでも『いきいき健康に暮らせる』まちづくりとは」のテーマに沿って、参加者の声を聞き取りました。



エムジョイでの体操の様子

##### ○シルリハおらんどの会 にこにこ体操教室 (鉾ヶ崎公民館)

シルリハおらんどの会の指導により、リハビリテーションをもとに考案された体操を見学・体験しました。そのあと3組に分かれて「いつまでも『いきいき健康に暮らせる』まちづくりとは」のテーマに沿って、参加者の声を聞き取りました。ワークショップ形式で聞き取った参加者からの意見は、その場で模造紙に書き留め、これを用いて後日、検討と課題抽出を行いました。



にこにこ体操教室の様子

#### ③抽出された課題

- ・ 普段の運動（草取り、ラジオ体操、ウォーキングなど）の習慣作りの施策が必要
- ・ 食事、食生活の改善の施策が必要
- ・ コミュニケーションの機会の確保ができるような施策が必要
- ・ 男性の参加が極端に少ない

- ・コミュニティの場に出てこない人こそ潜在的なリスクを抱えている可能性がある
- ・移動の支援と会場の確保が課題
- ・健康ポイント制など検討が必要
- ・保健センターで行っている事業への参加者の評価は高いが、周知方法については工夫が必要

## (2) 宮古市シルバー人材センターとの意見交換

①日 時 令和元年8月27日 9時30分

②対象と内容

社会で元気に活躍している高齢者の団体である「シルバー人材センター」の登録者及び事務局計15名と、教育民生常任委員会7名により、ワールドカフェ方式によるワークショップを行いました。委員、シルバー人材センター会員、同事務局で4つの班に別れて、以下のテーマに沿って意見を出し合いました。

- ・テーマ① 「あなたの健康のひけつ」
- ・テーマ② 「宮古市で生活していて健康のためによかったと思ったこと・健康のためにならないと思ったこと」(どちらでも可)
- ・テーマ③ 「生涯を通じて、みんながいきいき健康に暮らすまちになるため、議会にできること、市民にできること」

③抽出された課題

- ・健康体操指導などボランティア活動者への手厚い支援の必要性
- ・パークゴルフ・グランドゴルフ場などの高齢者向けの運動広場の確保
- ・自動車運転免許証返納を進めるためにも公共交通機関の充実
- ・海をはじめ豊かで美しい自然とふれあう機会や環境保全の必要性
- ・男性の社会参加が少ない、「男女共同のまちづくり」のための意識改革
- ・食生活改善(特に減塩)のための取り組みが必要



ワークショップの様子①



ワークショップの様子②

## (3) 市保健福祉部健康課による事業説明および意見交換

①日 時 令和元年9月6日 午後1時30分

②対象と内容

市の健康施策の主な担当部署である、保健福祉部健康課の職員から、健康分野の市の施策の概要説明を受けるとともに、専門職(保健師、管理栄養士)の視点から見た、

施策の課題や今後の展開などを伺い、その後に委員との意見交換を行いました。

### ③抽出された課題

- ・健康診断受診率が低いので、理由の把握・分析に基づいた検診の工夫が必要
- ・食物中の塩分量は県平均値を下回っているが、市としての目標が未達成であり、継続した取り組みが必要
- ・ウォーキングや体操といった日常生活で実践できる運動の奨励が必要
- ・禁煙指導は言葉だけでなく、視覚に訴えるなどの指導法の工夫が必要
- ・若年層の自殺の割合が高くなっているため、平成31年3月策定の「宮古市自殺対策計画」に沿って対策を講じる必要がある
- ・健康寿命の定義づけと算出方法の検討が必要
- ・がん検診の無料クーポン券事業は効果の検証が必要

### (4) 宮古市社会福祉協議会による事業説明および意見交換

①日 時 令和2年1月29日 午後1時30分

#### ②参加者と概要

社会福祉協議会事業への理解を深め、健康寿命の延伸に資する知見を得るために、宮古市社会福祉協議会の会長他役員、担当職員計6名と懇談（事業説明と意見交換）を行いました。

健康寿命の延伸については「老人デイサービスにおける高齢者の健康管理」として、高齢者が対象となる社協の事業における、健康管理の留意点や、現場で感じている課題などを説明していただき、意見交換を行うことができました。



社会福祉協議会との意見交換の様子

#### ③抽出された留意点（要介護度を高めないため）

- ・体操やウォーキングなど、目的を持ち継続して運動することが重要
- ・男性利用者でも参加しやすいよう、事業の主催側は利用者に対して明確な役割や目的を設定することが重要
- ・低栄養の高齢者が増えていることから、塩分を控え、十分なカロリーとたんぱく質の摂取できる食事が重要
- ・水分不足は認知症の原因ともなるので、意識して定時に水分摂取することが大切
- ・精神的な面も重要で、くよくよしないこと、人に頼られることが生きがいにつながっている

## 第3章 健康施策の先進事例に学ぶ

### 1 全国の先進事例について

健康寿命の延伸に資すると思われる、ポイント制を導入した先進事例を紹介します。

#### (1) 独自アプリで健康管理、ポイントを教育活動に活用

自治体名 兵庫県豊岡市（人口 82,250 人、30,189 世帯、高齢化率 31.6%）

豊岡市の「運動健康ポイント制度」は、市民一人ひとりが「歩くこと」による健康づくり（歩キング）などに取り組むことでポイントを得られる制度で、健康で笑顔あふれるまちになることを目指し平成 23 年に創設されました。

これは「運動目標」を自身の体力に応じて月ごとに設定し、達成状況に応じてポイントがたまる仕組みです。たまったポイントは、市内小中学校等への寄付、施設利用券または図書カードと交換が可能です。

寄付や施設利用券等の交換は最短 3 カ月から可能ですが、取り組みの期間を延ばす動機付けとして、6 カ月間継続できた人にお楽しみの賞品が当たる抽選も実施しています。

さらに近年のスマートフォン等の普及にも対応していて、平成 30 年 6 月には、この制度を手帳からシートへリニューアルし、平成 31 年 3 月からはスマートフォンアプリの「とよおか歩子（あるこ）」をスタートさせました。このアプリは、歩数の自動管理と利用者登録からポイント寄付までをスマートフォンで操作するもので、ポイントの交換先として市内小中学校への寄付を選択し、子どもたちのために活用する人も多く、健康づくりと社会貢献が一体となった好事例と言えます。

#### (2) 民間と連携しアプリで健康活動を推進

自治体名 山形県山形市（人口 253,832 人、100,303 世帯、高齢化率 27.3%）

健康医療先進都市の実現を目指している山形市では、健康寿命の延伸の取り組みとして、市民の健康寿命を損なう原因を分析したところ、認知症、運動器疾患（骨折、転倒、関節疾患）、脳出血疾患が全体の 80% を占めていました。これらを予防するために「食事（S）運動（U）、休養（K）、社会参加（S）、禁煙・受動喫煙防止（K）」に留意する「スクスク（SUKSK）生活」を提唱。健康に対する意識を高めるための様々な取り組みを行っています。

そのプログラムの一つが「山形市健康ポイント事業スクスク（SUKSK）」です。市内在住・在勤の 20 歳以上の方を対象に、楽しみながら継続して健康づくりに取り組めるよう、ドコモ・ヘルスケアと開発した健康マイレージの取り組みで、スマートフォンのアプリケーションを利用するなどして、令和元年 9 月から実施されています。



## 2 先進地への行政視察について

令和2年2月12日、本委員会では健康寿命延伸にすでに取り組んでいる先進自治体、長野県松本市と同県佐久市の視察を行いました。

ここではその2自治体の取り組みを紹介します。

### 視察1 健康寿命延伸都市松本 健康づくりの取り組み

長野県松本市（人口 238,647 人、105,151 世帯、高齢化率 28%）

平均余命（平成 27 年）	男性	81.9 歳	健康な期間	80.27 歳
	女性	87.9 歳	健康な期間	84.11 歳

#### (1) 松本市のまちづくり

##### ①「健康寿命延伸都市・松本」の位置付け

松本市では、急速に進展する超少子化高齢型人口減少社会を背景に、将来の都市像として「健康寿命延伸都市・松本」を掲げ、まちづくりにおいて「人」「生活」「地域」「教育・文化」「経済」「環境」という6つの「健康」を基本目標として設定しています。

また、平成25年3月には「健康寿命延伸都市」宣言をしています。

##### ②松本市の地域づくり 「支え合い、助け合う地域が基盤」

市内の地域コミュニティとして、小中学校区より多い行政区35地区において、地域づくりセンターを設置。同センターでは、公民館、支所・出張所、福祉ひろばがセットになっています。この地域づくりシステムには、各種団体、町会、行政、NPO、大学、企業が連携しているほか、地域包括ケアシステムにも取り組んでいます。



松本市での行政視察の様子

#### (2) 松本市の地域力

「福祉づくりは地域づくり」として、様々な推進員やボランティア、大学、民間企業・団体と連携して、事業展開をしています。主な活動組織は以下のとおりです。

##### ①福祉ひろばでは、カラオケで健康づくり、サークル活動、子育て支援など実施

##### ②住民組織

- ・松本市健康づくり推進員（令和元年度、851名）では、健康づくり教室など実施
- ・松本市食生活改善推進員（会員、334人）では、味噌汁の塩分調査など実施
- ・体力づくりサポーター（サポーター登録者、483人）では、地区健康教室など実施

##### ③大学・民間企業等との連携

- ・大学との連携では、食育イベントでの食診断、子どもの生活習慣改善事業を実施
- ・企業との連携「健康寿命延伸都市・松本プロジェクト」では、地元信用金庫と「がん

検診」のPRパンフレットを作成し配布など実施

### (3) 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）では、「若い時から」、「一次予防」、「地域・企業・連携」を取り組みのキーワードとして、次のような取り組みを行っています。

- ・子ども生活習慣改善事業
- ・働き盛りの生活習慣病予防事業
- ・自殺予防対策事業
- ・検診及び予防接種の充実
- ・受動喫煙防止対策
- ・市民歩こう運動

## 視察2 いきいき健康佐久ライフの取り組み

長野県佐久市（人口 98,867 人、41,611 世帯、高齢化率 26.2%）

平均余命（平成 30 年）	男性 82.08 歳	健康な期間 80.76 歳
	女性 88.51 歳	健康な期間 85.42 歳

### (1) 「世界最高健康都市構想」と佐久市

佐久市では「世界最高健康都市の構築」を重要施策の一つとして位置付け、体系的かつ効果的に施策を推進するために、「世界最高健康都市構想」と「世界最高健康都市構想実現プラン」を策定しています。このプランは、「健康の協奏～みんなで奏でる健康のシンフォニー～」をテーマに、「ひとの健康づくり」「まちの健康づくり」「きずなの健康づくり」「広がる健康づくり」という4つの基本方針から構成されています。



佐久市での視察の様子

中でも「広がる健康づくり」に基づいた主要な施策として、「環境、健康を活用した体験型・着地型観光の推進」「世界最高健康都市シンポジウムの開催」「佐久圏域・国内外における医療交流の推進」「医療と産業の連携促進」「医療・健康産業の誘致促進」「佐久メディカルバレーの構築」などが盛り込まれています。

### (2) 「佐久市の健康づくりの取り組み」について

#### ①健康都市佐久の歴史

佐久市は昭和 30 年代には、脳卒中の死亡率が全国 1 位という脳卒中多発地域でした。そのため同 39 年から成人病検診を開始し、40 年からは貧血検査、栄養調査、47 年からは冬期室温測定などを実施してきました。

血管疾患死亡率が全国 1 位であったため、その原因を徹底的に調査し「塩分の取りすぎ」「タンパク質の摂取不足」「寒冷地帯特有の冷え」などを特定しました。これを受け、

栄養改善、一部屋温室づくり運動などを行政・病院・地域を巻き込み実施してきました。

## ②保健補導員

佐久市には保健補導員という制度に基づいた活動があります。その始まりは昭和24年、厚生省が国保保健施設拡充強化に関する通知として、保健指導のための住民組織の設定を呼びかけ、長野県が保健補導員制度を立ち上げたことに端を発しています。

その後、佐久市ではさらなる健康づくりが大切であるとの認識から、独立した組織を求める声が高まり、昭和46年に「佐久市保健補導員会」を設立しました。これまでに市内の保健補導員経験者は約2万5千名にも上るとのことです。現在の補導員の活動内容は以下のとおりです。

- ・保健補導員の人数 698人（令和元年）
- ・男性28名 女性670名 平均年齢60.5歳
- ・任期 2年間
- ・活動費 保健補導員手当 2,200円／年
- ・活動内容
  - ・成人保健活動への取り組み
  - ・母子保健活動
  - ・健康に関する催し等の開催、参加
  - ・健康調査活動

## ③ぴんころ運動推進事業

高齢者が生涯現役を目指して生き生きと豊かに暮らせるよう、生活習慣病予防のための啓発活動を保健・医療・商工・観光などの関係機関等と連携を図りながら実施し、市民の健康づくりを推進するとともに長寿を図ることを目的とした事業です。健康なまま天寿を全うする「ぴん・ぴんころり」がキャッチフレーズです。

各種事業として次のようなものが実施されています。

- ・ピン・ピン講座（健康にまつわる講座）
- ・ぴんころステーション（出張健康相談）
- ・ぴんころ食の普及（塩分、カロリー控えめ、野菜たっぷり、たんぱく質をしっかりと）
- ・食育の推進（高校、親子の教室、キッズキッチン等、毎月3日と9日は佐久を味わう日として地産地消を推進）。

## 第4章 宮古の健康寿命延伸への提言

### 研究調査をおえて

宮古市の高齢化率は年々上昇し、平成30年度は36.4%で、県内33市町村中20番目の高さであり、県平均値(32.3%)より高くなっています。

また、岩手県は人口や診療需要に対して適正な医師数を確保できていない「医師少数県」の一つであり、医師偏在指標は全国最下位の169.3(全国平均238.3)となっています。さらに、2次医療圏別にみると宮古地域が医師偏在指標86.8で県内でも最下位です。

そんな中、市が平成30年11月に行った「宮古市民意識調査」によれば、東日本大震災からの復興で「住まいと暮らしの再建」において、市民が最も重要と考える政策は、前回の5年前には「雇用の維持・確保」(72.5%)でしたが、今回は「保健・医療の確保・充実」が第1位(61.9%)となり、市民の健康維持への関心の高まりがうかがわれます。

高齢化率の上昇は、介護や医療の負担増につながる観点からみれば、宮古市にとって大きな課題となります。けれども逆に、高齢者の方々がいつまでも健康で、豊富な経験や知識を地域づくりに生かしたり、地域の安全や衛生を見守ったり、子育ての助言をしていただける社会が実現できれば、それは宮古市にとって大きな財産となり、高齢化を強みに変えることができます。

何よりも、多くの市民が健康で明るい高齢期を過ごし、生き生きと元気で、笑顔で暮らせることが、宮古に住んでいてよかったという幸福感を市民全体にもたらします。その意味で、単に平均寿命の長さを問うのではなく、平均寿命と健康寿命の差を限りなく小さくする「健康寿命の延伸」が、本市の重要政策であることは論を待ちません。

本委員会では今年度「健康寿命の延伸」をテーマとして、市内の関係団体と懇談し、健康づくりの現場に足を運び、健康寿命延伸の先進都市を視察した中から得た知見を元に協議を重ね、次の5点を市に提言することにいたしました。

### **提言1 「健康寿命」の定義と算出方法を宮古市なりに定めて、結果を公表すること**

第3章で紹介したように、行政視察した長野県松本市では、厚生労働省が示している健康寿命の算定方法の中から、介護保険データを用いた算定を行っています。これは他市町村と比較するのではなく、あくまでも松本市の経年変化をとらえるために活用しているものです。長野県への視察では、健康寿命の算定は、自治体の規模によって数字の変化が大きく異なることもあるので、類似自治体との比較に活用するか、あるいは自分の町の健康施策の成果を可視化することに利用するのが良いという示唆を得ることができました。

本市でも、健康に対する市民の意識の啓発や、各種健康施策の成果を可視化するため、厚生労働省の算定方法を参考にして健康寿命を算定し、毎年市民に公表することを提言いたします。

## **提言 2 保健推進委員制度を強化すること**

松本市と同様に行政視察した長野県佐久市では、保健補導員という制度がありました。昭和 24 年に保健指導のための住民組織として、厚生労働省が設置を呼びかけたことに始まりますが、現在でも佐久市の健康施策の中心的役割を担っています。その役割は、住民の健康生活推進のための問題発見、保健福祉行政がスムーズに行われるための協力、地域の保健管理、保健師等の業務への協力など多岐にわたり、コミュニティづくりにも役立っています。名称は異なるものの長野県のほとんどの市町村には類似の組織があり、地域の健康づくりに大きな役割を果たしています。

本市にも「保健推進委員制度」があります。チラシや健康診断の用紙を配布したり、町内で健康講話を開催したりする活動を行っていただいております。佐久市の例を見ると、保健推進委員の方々への研修や支援を更に充実させて、本市の健康づくりの中核を担う組織に育てることが十分に可能であると思います。各町内から選出された方々が研修によって得た健康に関する知識を、家庭や地域に広めていただくことで、市民の健康意識を高めると同時に、地域の絆を深めて孤立を防ぐなど、様々な地域づくり効果が期待できることから、健康推進委員制度の見直しと強化を提言いたします。

## **提言 3 訪問型健康相談を導入すること**

講演会や体操教室の案内を、様々な方法で声掛けしたり、お知らせしたりしても、参加するのは限られた人だけです。参加して欲しい人ほど、なかなか出てきてくれないというのが全国共通の課題の様です。

佐久市では保健師、栄養士等の専門職 5 名が専任で、75 歳と 80 歳で介護保険未利用の高齢者を家庭訪問し、健康相談を行っています。この取り組みは介護予防に大きな成果を上げ、健康寿命の延伸に貢献しています。訪問時に血圧を測ったり悩みを聞いたりするほか、様々な教室や講演会などの情報を、対象者に直接お知らせしています。

専門職の確保には多額の財源が必要ですが、専門職に準じる研修を受けた人が、75 歳時点で 1 回訪問するだけでも、大きな効果があると思われまます。「待ち」の健康相談から「訪問型」健康相談へ、発想の転換を提言いたします。

## **提言 4 健康づくりポイント制を導入すること**

第 3 章で紹介したように、全国の多くの自治体が市民の健康に対する意識づけのために様々な形のポイント制を活用しています。兵庫県豊岡市ではスマートフォンアプリ「とよおか歩子（あるこ）」で、「歩くこと」による自身の運動目標を設定し、歩数管理と目標達成状況によるポイント管理、及び、ポイント寄付までを行っています。貯めたポイントは教育活動に利用され、自分が指定する市内の学校等に寄付されます。

また、山形市では民間企業であるドコモ・ヘルスケアと提携し、「山形市健康ポイントスクスク」で、健康マイレージの取り組みを行っています。歩数の記録や健康イベントへの参加など、日々の健康活動をポイントとして貯め、一定数貯まると、山形市の特産品や商品券が当たる抽選に参加することが出来ます。この他にも様々な取り組みがあり、それら

を参考に宮古市ならではの、楽しみながら健康づくりのできるポイント制の導入を検討することを提言いたします。

#### **提言5 「健康推進都市条例（仮称）」を制定すること**

最後に、前述までの4つの提言や、その他、宮古市が力を入れる健康施策について、その理念と目的、推進体制等を条例によって明確化し、市民への周知と啓蒙を図ると同時に、市役所内の各部課が一丸となって、市民の健康づくりに連携・協働する体制を作るために「健康推進都市条例（仮称）」の制定を提言します。

以上、高齢になっても、いつまでも自立して生きがいを持ち、幸せな市民が大勢住まう宮古市の実現のために、市は本提言を真摯に受け止め、施策に反映し、全国平均を大きく超える健康寿命延伸都市を目指すよう提言いたします。

# 資 料 編

全国の自治体の健康づくり条例

## 1 深谷市健康づくり推進条例（埼玉県深谷市、平成 30 年 4 月 1 日施行）

### （1）制定の趣旨

生涯にわたり健康で自分らしい生活を送ることは、私たちの共通の願いであり、社会全体の願いでもあります。

深谷市では、健康づくりの推進に関し、基本理念を定め、市の責務及び市民、関係団体、事業者の役割を明らかにするとともに、健康づくりの推進についての基本的な事項を定め、市民、関係団体、事業者及び市の協働の取り組みにより、市民が生涯にわたり、健やかで心豊かに暮らすことができる地域社会の実現を目指して、平成 30 年 4 月 1 日から本条例を制定しました。

### （2）条例の主な内容

#### （基本理念）

健康づくりは、市民が生涯にわたり、健やかで心豊かに暮らすことができるよう、全世代を通じて継続的に行われるとともに、健康が生活の質を高めるために不可欠であることを認識し、市民、関係団体、事業者及び市の協働により推進されるものとする。

#### （市の責務）

市は、市民、関係団体、関係機関及び事業者と連携を図り、健康づくりに関する施策を総合的かつ計画的に実施する。

#### （市民の役割）

健康づくりに関する意識を高め、自らの心身の状態に応じて、健康づくりに主体的かつ継続的に取り組むとともに、市の健康づくりの推進に関する施策に参加するよう努めるものとする。

#### （関係団体の役割）

関係団体は、健康づくりの推進に関する活動に積極的に取り組むとともに、市の健康づくりの推進に関する施策に協力するよう努めるものとする。

#### （事業者の役割）

事業者は、従業員の健康に配慮し職場環境の整備に努めるとともに、市の健康づくりに関する施策に協力するよう努めるものとする。

#### （基本計画）

市長は、健康づくりの推進に関する施策を実施するための基本計画を策定する。

#### （推進体制）

健康づくりを協働により推進するため、「深谷市健康づくり推進協議会」を設置する。

## 2 摂津市健康づくり推進条例（大阪府摂津市、平成 29 年 4 月 1 日施行）

### （1）制定の趣旨

全ての市民が生涯にわたって健やかでいきいきと暮らせる健康長寿の地域社会の実現に向けて、健康づくりを推進することを決意し、「摂津市健康づくり推進条例」を制定しました。

本条例では、健康づくりの推進のための市民の役割、事業者等の役割、市の責務や施策、計画の策定、健康づくり推進月間などについて規定しています。また、健康づくりの観点から、生活習慣の改善を図ることや受動喫煙の防止を目的とし、路上喫煙禁止地区を指定し健康環境の整備に努めることとしています。

市民の健康づくりの機運を高め、地域全体で健康長寿の延伸に向けた取り組みを一層進めてまいります。

### （2）条例の主な内容

#### （条例前文）

健康は、市民が充実した生活を送るための基本となるものであり、地域社会の活力の源である。また、健康の保持及び増進は、生活の質の向上につながるものであり、全ての市民の共通の願いである。

この願いを実現するため、市は、昭和 61 年に「健康都市」を宣言し、市民一人ひとりが地域社会に健康づくりの輪をひろげていくことを基本理念として、様々な取組を実施してきた。

しかしながら、急速な少子高齢化の進展及び疾病構造の変化に伴い、市民の健康づくりの重要性が著しく増大している。

このような中で、市が持続的に発展していくためには、全ての市民が健康であることの重要性を自覚し、これに対する関心と理解を深めるよう努めるとともに、地域社会全体で健康寿命の延伸に取り組むことが必要である。

ここに、全ての市民が生涯にわたって健やかでいきいきと暮らせる健康長寿の地域社会の実現に向けて健康づくりを推進することを決意し、この条例を制定する。

## 3 日光市健康づくり推進条例（栃木県日光市、平成 27 年 10 月 1 日施行）

#### （条例前文）

日光市は、栃木県の約 4 分の 1 となる広大な面積と、平坦地域から山岳地域まで高低差のある地形を有し、四季折々の美しい豊かな自然環境に恵まれています。この変化に富んだ自然環境の中で、生涯にわたり笑顔で元気に暮らしていくことは、私たち共通の願いであり、そのためには健康であることが何より重要です。

また、近年、疾病構造の変化や高齢化の進展など私たちの健康を取り巻く環境は大きく変化しており、生活習慣病となる人や介護を必要とする人が増える中、住み慣れた地域において健康で自立した生活ができる健康寿命の延伸が求められています

このような状況で、誰もが健やかで心豊かに生活できる地域社会を実現するためには、



市民一人ひとりが健康づくりに主体的に取り組むとともに、市民、関係団体、事業者及び市がそれぞれの役割を果たしながら互いに協力して、健康づくりのための活動を、身近な地域で実践していくことが必要です

そこで、私たちは、市民一人ひとりが心身ともに健やかに歳を重ねていくことのできる地域社会を目指して、市民、関係団体、事業者及び市の協働により健康づくりに関する取組を推進するため、この条例を制定します。

## 教育民生常任委員会活動状況

No. 1

No.	年月日	内 容	備考
1	令和1年6月3日	<説明事項> 令和元年度の重点テーマについて	
2	令和元年6月19日	<協議事項> 令和元年度の重点テーマについて	
3	令和元年7月2日	<協議事項> 令和元年度の重点テーマについて	
4	令和元年7月12日	<協議事項> 健康寿命の延伸に関する政策提言について	
5	令和元年7月25日	<行政視察> 地域総合型スポーツクラブエムジョイ（高浜地区センター） シルリハおらんどの会 にこにこ体操教室（鍬ヶ崎公民館）	
6	令和1年8月6日	<協議事項> 健康寿命の延伸に関する政策提言について	
7	令和1年8月27日	<意見交換> シルバー人材センターとの意見交換について	
8	令和1年9月3日	<協議事項> 健康寿命の延伸に関する政策提言について	
9	令和1年9月6日	<説明事項> 令和元年度健康課所管事業について	
10	令和1年9月24日	<協議事項> 行政視察の候補地選定について	
11	令和1年12月4日	<協議事項> 健康寿命の延伸に関する政策提言について	
12	令和2年1月15日	<協議事項> 健康寿命の延伸に関する政策提言について	
13	令和2年1月20日	<協議事項> 健康寿命の延伸に関する政策提言について	

## 教育民生常任委員会活動状況

No 2

14	令和2年1月29日	<意見交換> 宮古市社会福祉協議会事業運営等について（事業説明） <hr/> 宮古市社会福祉協議会との意見交換	
15	令和2年2月11日 ） 令和2年2月13日	<行政視察> 世界最高健康都市構想及び健康づくり推進課の取り組みについて <hr/> 「人」の健康づくり事業を中心とした、健康寿命延伸施策について	長野県佐久市役所  長野県松本市役所

## 宮古市議会 教育民生常任委員会

委員長 熊坂伸子

副委員長 坂本悦夫

白石雅一

畠山 茂

橋本久夫

長門孝則

加藤俊郎

### 宮古市議会 教育民生常任委員会 政策提言書 健康寿命の延伸について

発行日 令和2年6月

発行元 宮古市議会

住 所 〒027-8501

岩手県宮古市宮町一丁目1番30号

TEL 0193-68-9113