

地域福祉推進計画
実施計画ロードマップ

【重点取組4】健康づくりの推進
基本目標Ⅲ：保健・医療・福祉サービスの充実と質の向上／基本計画1：健康づくりの推進／
(1)健康診断の受診促進・(2)介護予防・健康づくりの推進

【めざす姿】

(1)住み慣れた地域で自分らしく暮らせるように、心と身体の健康づくりが進んでいます。
(2)身近な場所での健康づくり、相談体制が充実しています

年次		2021 (R3) 年度	2022 (R4) 年度	2023 (R5) 年度	2024 (R6) 年度	2025 (R7) 年度	【評価基準】 A:目標をすべて達成 B+:目標を概ね達成 B:目標の半分以上を達成 B-:目標の半分以下を達成 C:着手済み D:未着手
総合 評価	(1)	C	C	C	C	B	
	(2)	C	C	C	B		

重要業績評価指標(KPI)	地域振興協議会・民間団体の役割	社会福祉協議会の役割	行政の役割
(1)健康診断の受診促進 1. 特定健診受診率が、4割（800人）→6割（1200人）へ増える 2. すべての地区において、健康診断の受診促進活動を実施 (2)介護予防・健康づくりの推進 1. 40～50歳代の健診受診率が10%（40人）、がん検診受診率は3%（60人）増える 2. 健診受診者のうち血圧異常者が5%（40人）減る 3. すべての地区において「いきいき100歳体操」等の介護予防活動を実施 ※再掲 4. 介護保険新規申請の原因（筋力低下、骨折、関節疾患）が1割（5人）減る 5. 介護保険新規申請の原因（認知症）が1割（4人）減る	(1)健康診断の受診促進 【期待される活動主体】住民、地域振興協議会、町内医療機関等 ●健康に対する意識の高揚を図ります。 ●健康診断を積極的に受けます。 (2)介護予防・健康づくりの推進 【期待される活動主体】住民、地域振興協議会 ●「まちの保健室」へ積極的に参加します。 ●保健師等と連携した健康学習の促進を図ります。 ●地区の常設型サロンにおいて毎週1回以上100歳体操を実施します。 ●介護事業所・社会福祉法人等が地域振興協議会の活動に参加し、協力しながら活動を進めます。	(1)健康診断の受診促進 ●福祉学習を通じた健康意識の醸成を図ります。 (2)介護予防・健康づくりの推進 ●常設型サロンの設置及び活動を支援します。 ●地域と連携して、介護予防対象者の把握、プログラムにつなげる機能を高めます。	(1)健康診断の受診促進 ●休日健診など受診しやすい環境づくりに努めます。 ●福祉学習を通じた健康意識の醸成を支援します。 (2)介護予防・健康づくりの推進 ●「まちの保健室」の啓発活動、機能強化に努めます。 ●地区の常設型サロンにおいて100歳体操が実施できる仕組みを創設します。 ●現状の集落で行っている100歳体操が継続できるよう支援します。 ●啓発とプログラムづくりを行います。 ○まちの保健室 ○フレイル予防・認知症予防

年次	進捗の目安	地域振興協議会・民間団体の取り組み実績	社会福祉協議会の取り組み実績	行政の取り組み実績	その他特記事項
2021 (R3) 年度	◎各地域の健康状態を知る ◎各地域の目標設定ができる ◎健康に関心を持てるような取り組みができる	▼東西町地域振興協議会 ▼天津地域振興協議会 ◎いきいきサロン開催状況の把握 清水川 ▼大国地域振興協議会 ▼法勝寺地区地域振興協議会 ▼南さいはく地域振興協議会 ◎健康診断時住民の送迎サービスを実施(継続) ◎まちの保健室周知を図り、参加を促す(継続) ▼あいみ手間山地域振興協議会 ▼あいみ富有の里地域振興協議会	【予定される取り組み】 ◎福祉学習の中に健康意識の向上を図る内容を盛り込む(次年度以降も継続的に実施する) ◎常設型サロン設置・活動支援及び誰でも参加できる環境整備を行う(次年度以降も継続的に実施する) 【取組実績】 未実施	【予定される取り組み】 ◎各地区の健康に関するデータを提供する ◎ふれあい部を中心に健康教育を計画する 【取組実績】 ◎地区ごとの健診データについて、健康増進員へ紙面提供した。 ◎コロナ禍であり、協議会での活動はできなかった。	
2022 (R4) 年度	◎減塩の取り組みを始める ◎健診受診率向上の取り組みを始める	▼東西町地域振興協議会 ◎コロナ禍での健診を手控えた方が多かったが、今後はもっと受診の重要性を広報誌を通じてPRしたい。 ◎「まちの保健室」の出席がコロナ禍で減少したが声を掛け合いながら参加を促している。担当保健師と共に健康講演会を継続実施、毎週金曜日に100歳体操及び南部町民歌体操を開催実施（10～20人参加） ◎コロナ禍になる前に祥福園とサロン交流開始直前でしたがコロナ発生で中止となる。 ▼天津地域振興協議会 ◎毎月【広報あまつ】を通してまちの保健室のPR及び参加者の募集をかけ、参加者への送迎開始 送迎1名 ◎100才体操状況把握と全集落開始を進める。 清水川・上阿賀実施 ◎【広報あまつ】を通して健康診断受診率の向上に努める。 ▼大国地域振興協議会 ▼法勝寺地区地域振興協議会 ▼南さいはく地域振興協議会 ◎健康診断時住民の送迎サービスを実施(継続) ◎まちの保健室周知を図り、参加を促す(継続) ▼あいみ手間山地域振興協議会 ◎未実施 ▼あいみ富有の里地域振興協議会	【予定される取り組み】 【取組実績】 ◎福祉学習の中に健康意識の向上を図る内容を盛り込むことについて ○いきいきサロン、老人クラブに講師として出張（認知症予防の運動、ストレッチ、フレイル、熱中症、コロナ等の情報提供）楽しみの共有を意識して実施（20回） ○地域包括支援センターとまち保に参加し認知症予防の啓発（情報発信、脳トレ等）を行う（賀野・東西町・手間に各1回ずつ） ○いきいきサロン関係者連絡会にて保健師を講師としてフレイル予防について講話して頂く（3回） ◎常設型サロン設置・活動支援及び誰でも参加できる環境整備を行うことについて 東西町、天津、南さいはく地区にて常設型サロン設置に向けての協議は行っているが、まだ具体的な話にまでは至っていない。	【予定される取り組み】 ◎受診率向上のための各地区の取り組みを支援する（次年度以降も継続的に実施する） ◎健診に関する周知を行う（次年度以降も継続的に実施する） ◎減塩の取り組みを始める（次年度以降も継続的に実施する） 【取組実績】 ◎コロナ禍で受診率が下がったことから、全町的に受診勧奨を行った。 ◎ヘルシーメニューコンテストを実施して、表彰を行ったり試食を提供して減塩の機運を高めた。 ◎東西町では、血圧に対する健康教育を実施。	

2023 (R5) 年度	◎健診受診率、がん検診受診率が増える ◎フレイル予防に取り組む方が増える ◎協議会ごとに定期的に健康教育が開催される	▼東西町地域振興協議会 ◎「つどいの活用」での DVD リバイバルダンスによる、ストレッチと脳トレ運動の自由開催 ◎西伯病院の理学療法士による「健康講座」「実践運動」の開催（7 月・32 名参加） ◎健康福祉課開催の「減塩講座」への参加 ▼天津地域振興協議会 ◎【広報あまつ】を通して健康診断受診率の向上に努める。 ◎各区合同 100 歳体操の実施 ▼大国地域振興協議会 ◎まちの保健室・合同 100 歳体操の利用者拡大の為に、コーヒーお茶のサービスを開始。（楽しい話し合いの場づくり） ◎民生委員と協議会により、高齢者世帯に救急医療情報キットの配布を行った ◎足腰の悪い人の為に、田園スクエア内に手押し車を購入した（トイレ等の移動がしやすい） ◎常設サロンの開設を検討 ◎e スポーツを活用する為に、大国福祉を考える会で体験をし、活用方法を検討 ▼法勝寺地区地域振興協議会 ◎役員会に於いて地域福祉推進計画の説明と意見交換 ◎民生委員との意見交換会 ◎役員会に於いて福祉推進事務局の立ち上げを決定 ▼南さいはく地域振興協議会 ◎まちの保健室・100 歳体操の現状把握・支援 ⇒まちの保健室／福祉コーディネーターが全て参加した参加者の減少がみられた ⇒100 歳体操に参加している全ての集落に福祉コーディネーターが参加 ⇒100 歳体操に関して集めた情報を福祉推進事務局会議で検討 ◎住民の健康意識を高めるため行政など関係機関と情報連携し健康に関する情報を集め、周知・広報に努める ⇒広報誌にまちの保健室・100 歳体操の情報を掲載した ◎100 歳体操の効果を広報・周知し利用者を拡大 ⇒南さいはくで新たに 3 つの集落が 100 歳体操に参加した ○健診送迎についてふれあい部で声掛けを実施 また 広報誌に掲載し周知に努めた ⇒結果、送迎希望者はいなかった ○特定健診受診率 ⇒令和 4 年、南さいはく地区で令和 3 年から 6. 6 %上昇 ⇒南部町の特定健診受診率の平均が 4 1. 8 %、南さいはく地区は 4 8. 4 %となり 7 地区の中で一番高い特定健診受診率となった ◎広報誌にがん予防・フレイル予防方法・各種データ掲載／住民の健康意識を高める→未達成 ◎PDCA サイクルを元にこれまでの活動の継続・廃止・発展を検討・次期取り組みへ反映 ⇒PDCA サイクルを元にこれまでの活動の継続・廃止・発展を検討・次期取り組みへ反映させた ▼あいみ手間山地域振興協議会 ◎まちの保健室を PR（てま里に移動） ▼あいみ富有の里地域振興協議会 ◎まちの保健室・100 歳体操の現状把握・支援 ◎健康についての広報・周知に努め、住民の健康意識を高める	【予定される取り組み】 【取組実績】 ◎いきいきサロン、老人クラブに講師として出張（認知症予防の運動、ストレッチ、フレイル、熱中症、コロナ等の情報提供）楽しみの共有を意識して実施（32 回） ◎いきいきサロン関係者連絡会にて、健康づくりの新しい取り組みとして、e スポーツの紹介・体験を実施しサロン活動で活用（12 回） ◎地域包括支援センターとまち保に参加し認知症予防の啓発（情報発信、脳トレ等）を行う（8 回） ◎常設型サロン設置を提案 東西町、天津、手間地区にて常設型サロンが設置。 大国、南さいはく地区は設置を検討中 ◎100 歳体操拠点設置の支援への関わり（3 拠点）	【予定される取り組み】 ◎1 0 0 歳体操の支援 ◎常設型サロンとまちの保健室のコラボ 【取組実績】 ◎100 歳体操等の地域場に出かけ、参加者と意見交換を実施。（51 集落） ◎上記の課題を整理し協議 ◎100 歳体操交流大会開催（10 月） ◎南さいはくで 3 集落、法勝寺地区で 1 集落が 100 歳体操を新規で立上げ。 ◎まちの保健室の状況を把握するため、7 協議会に聞き取りを行い今後の展開に反映。	【中間目標】 ・4 0 ～ 5 0 歳代の健診受診率が 2 %（8 人）、がん検診受診率は 1 %（2 0 人）増える ・健診受診者のうち血圧異常者が 1 %（8 人）減る
--------------------	--	---	---	--	--

2024 (R6) 年度	◎全体の特定健診受診率が2割（400人）増える ◎がん検診受診率の維持 ◎健診の血圧異常者数の減少	▼東西町地域振興協議会 ◎コロナ禍が過ぎ、地区行事「さつき祭」で「健康福祉館」を再開し、健康福祉課協力のもと、地区住民の「骨密度・体組成測定」を実施し、健康管理意識向上・定期診断のアピールをした。 ▼天津地域振興協議会 ◎まちの保健室参加者の拡大を図った。月平均9名 ◎特定検診・がん検診受診参加を広報あまつを通じてPR拡大を図った。 ◎各集落100歳体操の天津地区合同交流会を実施10月(DVD活用) ◎毎月1回各集落公民館において100歳体操の支援 ◎ロビーにおいてeスポーツ交流会(太鼓の達人)月2回開催 参加数平均8～9名 ▼大国地域振興協議会 ◎まちの保健室・合同100歳体操の利用者拡大の為に、コーヒーお茶のサービスを開始。(楽しい話し合いの場づくり) ◎民生委員と協議会により、高齢者世帯に救急医療情報キットの配布を行った ◎足腰の悪い人の為に、田園スクエア内に手押し車を購入した(トイレ等の移動がしやすい) ◎常設サロンの開設を検討 ◎eスポーツを活用する為に、大国福祉を考える会で体験をし、活用方法を検討 ▼法勝寺地区地域振興協議会 ◎広報誌で地域住民の健康意識を高める ▼南さいはく地域振興協議会 ◎100歳体操・まちの保健室の効果を広報・利用者拡大へつなげる(継続) ⇒情報紙に100歳体操の記事を掲載した2回 ⇒南さいはくで新たに1つの集落が100歳体操に参加し参加集落は計9集落となった それ以外に体操を行っていない集落の住民や体操に参加中の集落の住民が他集落に出向き体操に参加している→3か所の集落の住民 ⇒南さいはく交流拠点かまくら山荘で100歳体操・eスポーツの体験会を福祉推進事務局会議で検討の上、開催し、周知と利用拡大に努めた ⇒まちの保健室への声掛けをふれあい部などで行い、開催時の利用者拡大に努めた→オリジナルメニュー開催時は利用者が比較的多かったが、健康チェックのみの場合、利用者が少なかった ⇒まちの保健室開催日を事務局だよりに掲載 毎月 ⇒事務局だよりにまちの保健室の情報を掲載 1回 ◎合同いきいきサロン・まちの保健室を交流拠点にて開催(継続) ⇒継続中 ◎健康について(特に特定検診の概要等)の広報・周知に努める ⇒情報紙に100歳体操を新たに始めた集落の記事と健康についての利点などを掲載した ◎特定健診受診率について前年比2割増を目指す ⇒未達成 特定検診受診率 令和4年度 48.4% 令和5年度 38.4% ⇒健診送迎についてふれあい部で声掛けを実施 またチラシを作製、集落回覧し周知に努めた→結果、送迎希望者はいなかった ◎PDCAサイクルを元にこれまでの活動の継続・廃止・発展を検討・次期取り組みへ反映 ⇒PDCAサイクルを元にこれまでの活動の継続・廃止・発展を検討・次期取り組みへ反映させた	【取組実績】 ◎いきいきサロン、老人クラブ等の活動に出張(認知症予防の運動、ストレッチ、フレイル、情報提供)楽しみの共有を意識して実施(32回) ◎いきいきサロン関係者連絡会の開催を実施し、代表者どうしの情報交換の場を設けた(2回) ◎健康づくりの新しい取り組みとして、eスポーツの紹介・体験を実施しサロン活動で活用(19回) ◎eスポーツの普及に向けて、普及員養成講座を実施し認定を行った(2回・36名) ◎常設型サロン設置を提案 東西町、天津、大国、あいみ手間山、富有の里地にて常設型サロンが設置され適宜、相談、活動支援を実施。南さいはく地区でも設置を検討中 ◎100歳体操拠点設置、継続支援、関係機関と協議、研修協力 ・拠点設置支援(3か所) ・継続支援(2か所) ・関係機関と協議(7回) ・研修会協力(2回) ・地域振興協議会支援(1回)	【予定される取り組み】 ◎常設型サロン、地区相談窓口の支援 【取組実績】 ◎特定健診受診率31.2%(508人)(R6.12月末時点) ◎がん検診受診率(R6.12末現在) ・肺がん検診 33.5% ・胃がん検診 30.1% ・大腸がん検診 31.3% ・乳がん検診 12.8% ・子宮がん検診 21.1% ◎まちの保健室事業は、地域振興協議会ごとに健康相談、健康チェックを毎月実施し、健康管理を支援。 ◎いきいき100歳体操は、新たに3ヶ所で実施。また、えんが一の富有やかまくら山荘などの拠点施設でも実施する動きがあり(えんが一の富有は既に実施)、常設型サロン設置へ向けた流れができつつある。
--------------------	---	--	---	---

		▼あいみ手間山地域振興協議会 ◎健康福祉課・社協・協議会の三者で毎月開く定例会議で、これらのことの情報を共有し<u>協働して推進していくこと</u>を再確認した。 ▼あいみ富有の里地域振興協議会 ・まちの保健室・100 歳体操開催について、広報誌に掲載することで、住民の健康意識を高めた。広報誌 1 回/月 ・フレイル予防の住民意識向上として、R7. 2. 27「フレイル予防講話」をえんがーの富有で開催。講師・西伯病院 長谷川院長。 ・独居老人の見守り活動として R6. 12. 21 に地区内連携強化のため今年度より地域福祉委員と協議会部員が協力して、年末餅配布を実施した。			
2025 (R7) 年度	◎特定健診、がん検診受診率の維持 ◎支援が必要な方を協議会が把握できる	【取組実績】 ▼東西町地域振興協議会 ◎東西町健康講座、ウォーキングとミニスポーツ大会、夏祭りでの脳ストレッチ講座など健康づくりの実施。 ◎コミセン、西町の郷での 100 歳体操の実施。 ◎日々のウォーキングや行事の参加でポイント付与する、ふれあい健康づくりポイント制度の実施により、健康づくりを継続実施。 ◎つどいでの e スポーツデイの実施による健康づくりの促進（R8 年 2 月～ 毎月第 4 水曜日）。 ▼天津地域振興協議会 ◎広報あまつを通じて特定検診、がん検診受診拡大を図った（1 回） ◎ふるさと交流センターでの介護予防活動の実施（手芸カフェ、e スポーツ交流会）、参加者が主体となって活動できる場となっている ◎4 月より健康づくりの場、住民活躍の場として“健康と元気の日”を開催 ◎5 月より男性も集まりやすい憩いの場（地域活動）として“コーヒーとレコードの日”を開催 ・5 月～2 月にかけて 10 回開催、延べ 145 人参加（内、男性 61 名） ◎7 月より南部町立図書館配本ステーション事業を利用し、ふるさと交流センター内に図書ブースを設置 ◎「まちの保健室」にロビー活動日を合わせて開催 ◎心身の健康を目指す目的として JOCA 南部化粧療法指導員による「化粧療法」を開催（5 回） ◎夏休み期間「あまつ子ども食堂」で夏休み応援プログラムとして、地域住民協力による工作教室や昔遊びを開催 ◎南部町社会福祉協議会支援による境港市との e スポーツ交流会の開催 ◎福祉コーディネーターが集落の 100 歳体操やいきいきサロンへ参加し、協力することで地域活動の活性化に努める ▼大国地域振興協議会 ◎地区相談窓口（地域振興協議会事務局）の充実（再掲）。 ・集落からの相談を行政等につなげ、課題解決のための話し合いの場を設けた。 ・相談のあったケースに対し、保健師や民生委員へ橋渡しを行った。 ・協議会へ区長など様々な住民が来られ、地区内の情報が集まるようになり、また来られた方が他の住民へ協議会への相談を勧められ、相談へつながったケースがあった。 ▼法勝寺地区地域振興協議会 ・さくらの里だよりを通じた健診受診勧奨やまちの保健室の周知。 ・支え愛マップ作り時にまちの保健室の活用の紹介。 ▼南さいはく地域振興協議会 ◎今年度 100 歳体操の新規開始集落（賀祥）。 ◎つどいの場として「かまくら山荘」にて 100 歳体操を開始。	【予定される取り組み】 ◎福祉学習を通じた健康意識の醸成を図ります。 ◎常設型サロンの設置及び活動を支援します。 ◎地域と連携して、介護予防対象者の把握、プログラムにつなげる機能の向上。 【取組実績】 ◎介護予防活動の推進 いきいきサロン関係者連絡会を開催（2 回）し、代表者同士の情報交換や活動内容の共有を行うことで、地域における介護予防活動の充実と継続を支援した。 ◎健康づくりにつながる新たな活動の推進 介護予防や社会参加の新たな取組として e スポーツを紹介・体験する機会を設け、常設型サロン等での活用を支援した（6 回）。また、あいのわ支え合い講座で e スポーツ講座（10 名参加）を開催するとともに、総合福祉センターしあわせのボランティア室で定期的に体験・交流の場を設け（4 回・24 名参加）、天津ふるさと交流センターでは e スポーツ交流会（35 名参加）を開催するなど、地域で継続的に取り組める介護予防活動の普及を図った。 ◎福祉学習を通じた健康意識の醸成 あいのわ銀行支え合い講座において「暮らしを支える地域医療」をテーマとした講演会（7 名参加）を開催し、健康づくりや地域医療への理解を深める機会を提供した。	【予定される取り組み】 ◎福祉コーディネーターへの支援・協働 ◎事業・取り組みの効果と課題の検証を行い、次期計画へ反映させる 【取組実績】 ◎特定健診受診 40.3% （R8. 2 月末時点） ◎がん検診受診率（R8. 2 末現在） ・肺がん検診 37.5% ・胃がん検診 29.8% ・大腸がん検診 35% ・乳がん検診 16.5% ・子宮がん検診 28% ◎まちの保健室事業は、地域振興協議会ごとに健康相談、健康チェックを毎月実施し、健康管理を支援。 ◎広報誌にまちの保健室や健診 PR 記事を掲載して、健診率の向上を図った。 ◎各地域振興協議会の行事に参加し健康増進委員とふれあい部員と連携し、健康講座を実施。健康に対する啓発を行った。 ◎いきいき 100 歳体操は、新たに 2 ケ所を実施。また、えんがーの富有やかまくら山荘の拠点施設での継続実施を支援した。また、拠点型 100 歳体操の参加者へバクシー利用の普及啓発活動を行った。 ◎健康増進委員の廃止により、健康情報の発信方法について協議を行った。	

		(R7.8月から)(再掲)。 ▼あいみ手間山地域振興協議会 ◎まちの保健室について ・交流会館での開催後に茶話会の場を設けた。 ・まちの保健室の周知方法に民生委員の訪問をきっかけとして実施。 ◎FCDが「100歳体操交流会」の啓発を行い、参加促進につながった。 ▼あいみ富有の里地域振興協議会 ◎R6年7月より交流拠点えんがーの富有での合同100歳体操を毎週開催継続し定着(再掲)			
--	--	--	--	--	--