

## 網走市民健康づくりプロジェクト（網走市）

【格差の分野】医療・福祉の格差

【支援期間】平成24年度～平成25年度

### 目的

- 限られた医療資源の中で、健康寿命を延伸させるため、各種検診事業や感染症予防対策の充実を図る。
- 生活習慣の改善や生活習慣病予防のために、運動の習慣化のための環境を整備する。
- 健康づくりの推進役となる人材を育成し、市民が身近な地域で健康づくりに取り組む意欲を高める仕組みを整える。

### 事業概要

- ① VPD（ワクチンで予防できる疾病）ゼロ運動を推進するため、接種時期や優先接種順位が複雑な予防接種体制の再構築、予防接種の普及啓発の方策等を研究する。
- ② 概ね60歳以上の市民を対象に、健康づくりに取り組む意欲の向上とこれまでに築いてきた知識や技術・技能を活かし、身近な地域での健康づくりの推進役として活躍できるシステムを構築し、人材の育成を推進する。
- ③ 運動の習慣化と食生活の改善を重点的に推進するため、網走市のご当地体操として創作された「あばしり健康カニチョッ筋体操」の普及・実践及び地産地消と、減塩や適正カロリーによる食生活改善を推進する。
- ④ ウォーキングやランニングによる健康増進を図るため、地域資源を活かしたウォーキングコースの選定や推奨コースの設定、Webを活用したコース周辺情報の発信等を行うことにより市民の生活習慣の改善を推進するとともに、観光地である特色を生かして観光客誘致などの観光分野での活用も推進する。
- ⑤ 健康づくりの最終的な目的である“生活の質の向上”を目指し、『健康スポーツ都市宣言』の趣旨を踏まえ、網走市民健康づくりプランⅢに基づく保健・医療に関する施策と、健康づくりを直接・間接的に支える分野の施策とを一体的に推進する。

### 主な取組

- ① 「VPDゼロ運動推進計画の概要～VPDから子どもたちを守る」の研究
- ② 健康づくり指導者ライセンス取得講習会の実施、認定試験、認定証の付与
- ③ あばしり健康カニチョッ筋体操の周知及び普及、食生活改善のための公募による「健康レシピ」の作成
- ④ 市民モニターの協力によるウォーキングコース及び周辺のモニタリング及び情報収集、Web版ガイドアプリ、ガイドマップ（紙）の作成
- ⑤ WHO健康都市連合日本支部総会への出席、健康都市プログラムの策定

指標に基づく効果

設定指標	目標値	実績値	備考
予防接種平均接種率	現状 H20 : 94.1% → H25 : 95.0%	H24 : 95.2%	
	(内容) 定期 (A 類) 予防接種はワクチンの種類により一部 95%を下回る接種率となっているため、A 類疾病の接種率 95%を目指す。	(内容) 出生後早期に接種開始となるワクチンもあり、VPD に関する保護者の関心が比較的高まった。	

設定指標	目標値	実績値	備考
悪性新生物による入院医療費構成	現状 H20 : 28.0% → H25 : 28.0%		
	(内容) 全道平均 (H22 : 18%) と比較して高い比率となっているため、医療・介護に頼らない健康長寿を目指す。	(内容) 健康づくりプロジェクトの事業展開により、健康寿命の延伸を図り、比率の悪化を防ぐ。	

設定指標	目標値	実績値	備考
循環器系疾病による入院医療費構成	現状 H20 : 24.0% → H25 : 24.0%		
	(内容) 全道平均 (H22 : 18%) と比較して高い比率となっているため、医療・介護に頼らない健康長寿を目指す。	(内容) 健康づくりプロジェクトの事業展開により、健康寿命の延伸を図り、比率の悪化を防ぐ。	

地域再生プロジェクトの概要調書（第1号様式）

設定指標	目標値	実績値	備考
健康づくりライセンス認定者	現状 H23 : 0 名 → H25 : 40 名	H24 受講者 22 名、 ライセンス取得者 19 名	
	(内容) 平成 24 年度より講習会を実施。	(内容) 平成 25 年度講習を平成 26 年 1 月 27 日～3 月 3 日（全 8 回、筆記・実技試験を含む）に開催。	

設定指標	目標値	実績値	備考
ノルディックウォーキングポール貸出数	現状 H23 : 70 セット → H25 : 90 セット	H24 : 69 セット	
	(内容) 運動の習慣化を図る活動の一環として、通常のウォーキングより運動効果の高いノルディックウォーキングの普及啓発を目指し、貸出数の増加を目標とする。	(内容) 周知のため、講習会を想定していたが、日程等の調整がつかず、見送りとなった。また、貸出により自前のポールを購入する人もいたため、ほぼ前年と同様の実績となった。	

## その他の効果・成果

- WHO健康都市連合加盟による他の加盟自治体の先進的な事例を参考として、コンビニ受診の抑制と専門スタッフ（医師・看護師等）による24時間対応の相談窓口を確保するため、平成25年5月から「24時間電話健康相談サービス」を実施。また、不測の事態に対応可能となるよう、基本的に24時間営業である市内コンビニへAEDを設置する「コンビニAED設置事業」の実施により、平成26年2月から一部店舗にAEDを設置。

## 課題・問題点

- ウォーキングコースの市民モニターによる情報収集は予定していた全コースをカバーできなかった。また、当初コース内に案内看板及び歩道上に案内シールの貼り付けを想定していたが、検討の結果、冬期間の積雪・低温の影響による課題が解消できないため行わないこととし、モニタリングしたコースのWeb版ガイドアプリ及びマップ（紙媒体）の作成を行う。
- 健康レシピの応募数が想定よりも少なかったが、審査を経てレシピ集（30品目程度）を年度内に発行する。
- プロジェクト推進市民会議を設置予定であったが、関連事業及び本プロジェクトに係る事業の効果検証も含め、平成23年度策定の健康づくりプランⅢの中間評価（5ヵ年）に併せて設置することとする。

## 今後の展望

- VPDは、今後の法改正等による定期接種数の増加が見込まれることも考慮し、わかりやすく市民周知を進めていく。
- 健康づくり指導者ライセンス制度事業を継続し、ライセンス取得者の増加を図るとともに、地域における健康づくり活動の中での役割を徐々に明確化し、活躍の場を構築していく。
- 生活習慣の改善については、運動面においては「あばしり健康カニチョッ筋体操」の普及・啓発を継続して行う。また、食生活の面においては、「健康レシピ」の周知・普及を図る。
- ウォーキングコースについては、情報収集が既存コースの一部となったため、未済のコースについては無理なく計画的にカバーしていくこととする。また、ノルディックウォーキングについては、実際にポールを使用することにより運動効果が高いことを認識してもらうことが肝要であるため、今後も地道に普及を図っていく。
- WHO健康都市連合への加盟を継続し、市の今後の施策実施の上で加盟自治体の先進的な事例を参考としていく。