

第2章 和光市健康増進計画（健康わこう 21 計画）の 基本理念・基本方針

1 基本理念

「子どもからお年寄りまで、すべての市民が健やかで、
こころ豊かに暮らせるための総合的な健康づくり」

2 基本方針

- (1) 生涯ライフステージを通じた、健康増進によるQOL（生活の質）の向上
- (2) 健康づくりに関する施策の推進と地域の互助力を高めるための人材育成
- (3) 地域における信頼とつながりを強め、孤立予防等の取組を推進
- (4) 関連制度及び関連計画のシームレス化（効率的・効果的な連携）
- (5) わがまち・わが地域の健康づくり（和光市の特徴を踏まえた目標の策定、評価）

市民一人ひとりの心身の状態等に合わせ、市民、事業者、関係団体等及び市がそれぞれの役割を認識し、相互に協力して地域全体で健康づくりを推進しなくてはなりません。

まずは、健康づくりの主体である市民が、この計画をよく理解して共感を持ち、実践することが第一です（自助）。

また、地域の住民同士の力（互助）、社会保障などの相互扶助（共助）・公的機関による支援（公助）も必要不可欠です。

そのためには、各家庭や地域、保健・医療・福祉関係機関、学校、企業、ボランティア団体等の関係者が一体となり、市民一人ひとりの状態に合わせた展開を行い、健康づくりに臨む必要があります。

これらの実践により、市民の健康寿命の延伸と健康格差の縮小をめざします。

3 重点項目の概要（施策を推進するための取組）

(1) 地域包括ケアシステムの構築と共生型のまちづくりの推進

基本方針(1)・(4)

すべての市民が住み慣れた地域で自立した生活を送り続けることができる地域づくりのために、異なる制度や分野にわたる複合的な課題や制度の狭間にある課題を解決するための取組が重要です。

そのため、和光市では、保健福祉分野の全ての施策において、住まい・医療・介護・予防・生活支援などの様々なサービスが日常生活の場で一体的に提供される「地域包括ケアシステム」の構築を目指しています。

健康づくり施策においても、和光市健康づくり基本条例に基づき、分野横断的な課題解決のための「シームレス会議」を開催することで、制度や組織間の継ぎ目をなくし、様々なサービスの一体的な提供を検討していきます。

同時に、市民の健康増進を推進していくためには、全ライフステージを通じた取組がより重要になります。このため、高齢・障害・子ども子育て・生活困窮者支援など各種事業における施策を展開する際、幼年期（0～4歳）、少年期（5～14歳）、青年期（15～29歳）、壮年期（30～44歳）、中年期（45～64歳）、高年期（65歳以上）の各世代間を意識した施策を展開することで、世代間交流や住民参加を促す共生型のまちづくりを推進していきます。

また、平成27年度から子ども子育て新制度が施行され、本市においても、すべての子どもへの良質な成育環境を保障し、子ども子育て家庭を地域全体で支援するための地域子育て支援事業や妊婦健診を展開していきます。

本市では、すでに「わこう版ネウボラ※」事業を実施しており、妊娠期から出産、子育てまでの切れ目のない包括的な支援に取り組んでいます。今後、ネウボラ事業の更なる機能化と乳幼児健診受診率向上及び未受診者へのアプローチ等の取組により、就学期までの子育てにおける健康づくりをさらに充実させ、子育てしやすいまちづくりを目指します。

※わこう版ネウボラ

保健、医療、福祉が一体的に提供される地域包括ケアシステムの一環として実施するもので、妊娠・出産期から子育て期まで、切れ目のない相談支援（ケアマネジメント）と子育て支援サービスを提供します。（ネウボラ【neuvola】とは、フィンランド語で「アドバイスの場」を意味する支援制度のことを指します。）

(2) 日常生活圏域の特徴を踏まえた健康増進の推進

基本方針(1)・(5)

和光市を日常生活圏域ごとに北エリア、中央エリア、南エリアの3つに分け、エリアの特徴を踏まえた健康づくりを今後展開していきます。また、特定健診・特定保健指導、医療、介護保険等の情報を統計的に把握・分析することができる「国保データベースシステム」が平成26年度から本市に配備されましたので、医療・介護に係る給付実績等から地域課題の把握を行い、各エリアの特徴を踏まえた健康増進の推進に取り組んでいきます。また、「データヘルス計画」に基づき、さらに詳細な地域課題の分析を行い、健康づくり施策へと反映させていきます。

(3) 地域における健康づくり活動の活性化

基本方針(2)・(3)・(4)

近年、少子高齢化や核家族化の進行、共働き世帯の増加など、ライフスタイルの多様化により、家庭や地域でお互いに支え合う互助力が弱まっていることに起因する「地域からの孤立」が全ライフステージを通じた課題となっています。

こうした状況を背景に、地域包括ケアを念頭に置いた地域における互助の推進を目指し、第三次地域福祉計画及び和光市社会福祉協議会地域福祉活動計画が、本市と社会福祉協議会により一体的に策定されました。

計画では、地域福祉推進協議会や概ね小学校区を単位として活動を展開する地区社会福祉協議会の設立と住民組織との連携による地域の互助力を高めることによる地域課題を解決するための取組が掲げられています。これらの取組と連動して、健康づくり基本条例に基づき「ヘルスサポーター」を養成し、サポーターによる地域における健康づくり活動を支援することで、地域における孤立化予防と健康づくり活動の活性化を図ります。

(4) 生活習慣病(特に糖尿病)リスク者の減少

基本方針(1)・(4)・(5)

肥満と高血圧、脂質異常(高脂血症)、高血糖を併発した状態としてのメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)が注目されています。単に高血圧だけ、高脂血症だけという状態に比べ、それらに肥満を伴った状態であるメタボリックシンドロームの場合には、心疾患や脳卒中、糖尿病などのリスクが何倍にも高まることから、その予防、改善の必要性が指摘されています。

平成20年度から「特定健康診査等実施計画」に基づいてメタボリックシンドロームに

着目した特定健康診査・保健指導を実施しています。この特定保健指導では、それぞれの生活習慣病リスクに応じてその要因となっている生活習慣を改善するための保健指導を行っています。

特定保健指導実施率は、13.6%～18.1%と低い状況であることから実施率を上げるとともに、内臓脂肪症候群の減少率を上昇させ、生活習慣病による医療費の適正化が必要です。

生活習慣病の改善には、食生活、運動、こころの健康を保つことが重要であることから、今後これらのことについて事業を推進していきます。

昨今、ライフスタイルや価値観の多様化・高度化に伴い、食の多様化が進むなかで、日本の食文化や食を大切にしている意識の希薄化が問題となっています。また、若年世代の朝食欠食ややせすぎ、食生活の乱れによる生活習慣病の増加、高齢者の低栄養や誤嚥など、食をめぐる課題への対応として食育の重要性が指摘されています。

平成27年度に「和光市食育推進計画」の見直しを行い、市民運動として食育を推進するとともに、乳幼児から高齢者まですべての市民のライフステージに合った食生活の実践と、それを支援するための地域や環境の整備に取り組んでいくことが重要と考えます。

(5) 医療費適正化に向けた医療・介護等連携のさらなる充実

基本方針(1)・(5)

65歳以上の高齢者に対しては、入院医療費の適正化に向けて、疾病の重症化防止による入院患者の増加を防ぐ必要性があります。これまで培ってきた介護保険サービスの提供に際しての自立支援型のケアマネジメントをさらに強化し、退院時連携、在宅（訪問）医療の充実、自宅以外の在宅・住まいの充実、在宅医療の受け皿となる介護サービス提供体制の充実などをさらに進めていきます。

15歳以上65歳未満のいわゆる生産年齢層に対しては、入院外医療費の適正化に向けて、特定健康診査・保健指導などを含む生活習慣病予防が重要であり、健診受診率を上げる取組や住民への生活習慣病対策の普及啓発、関係団体・企業への働きかけを強化するなど多方面から取り組んでいくことが必要と考えます。また、医療機関への重複頻回受診者への訪問指導などの充実についても、今後検討していきます。

15歳未満の子どもに対しては、小児救急医療の適正利用を促す取組をさらに充実させるとともに、保護者に対して、医療機関における適正受診の知識啓発を進めていきます。