

## 刈谷市民の生活習慣病予防について考える

～「元気で幸せ」が実感できるまちを実現するために～

愛知県刈谷市 平野 佑典



はじめに

平均寿命の著しい伸長にみられるように、近年の健康水準の向上には目覚ましいものがある。しかし、一方において人口の高齢化、社会生活環境の急激な変化等に伴って、糖尿病、がん、心臓病、脳卒中等に代表される生活習慣病の増加等が大きな問題となっている。

刈谷市は、企業が多く立地していることから生産年齢人口の比率が高く、全国や愛知県の平均に比べて高齢化率は低くなっている。しかし、今後は徐々に高齢化率は上昇し、医療費や介護保険給付費が急増することが予想される。また、刈谷市民の主な死因の過半数は生活習慣に起因することからも、生活習慣を改善して健康を増進し、生活習慣病等の発病を予防する「一次予防」に重点を置いた対策を強力に推進し、壮年期死亡の減少及び認知症若しくは寝たきりにならない状態で生活できる期間である「健康寿命」の延伸を図っていくことが重要となっている。

市民の健康は、個人の問題だけに止まらず、まちの財政や地域の活気など刈谷市全体に影響することから、持続可能な地域社会の実現のため、市民の健康づくりに対して市をあげて取り組むことが必要である。市民が「元気で幸せ」が実感できるまちを実現するために、「いかに生涯を健康に過ごすことができるか」が大きなテーマであり、健康づくりの推進に関する取り組みは大変重要な課題となっている。

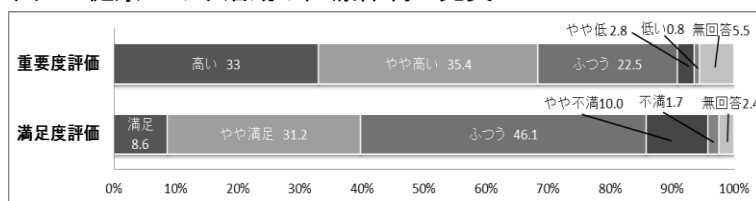
生活習慣病は日常生活のあり方と深く関連していることから、健康の保持・増進を図るためには、運動習慣の定着や食生活の改善といった健康的な生活習慣の確立が重要である。従来の早期発見、早期治療を推進する「二次予防」から、生活習慣を改善して健康を増進し、生活習慣病等の発病を予防する「一次予防」に重点を置いた方策の今後について検討したい。

### 1. 刈谷市の健康に関する現状

#### (1) 刈谷市の健康関係施策の充実に対する重要度及び満足度

健康関係施策に対する重要度及び満足度を第7次刈谷市総合計画の進行管理を行うアンケート調査（平成28年11月実施）の結果から見てみる。図1のとおり、「健康づくり活動や医療体制の充実」項目の重要度が「高い、やや高い」と答えた市民は68.4%いる。また、同項目の満足度は「満足、やや満足」と答えた市民が39.8%となっている。

図1 健康づくり活動や医療体制の充実

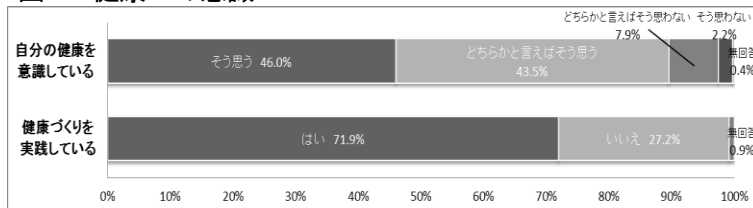


(出典：刈谷市(2017)『市民生活の現状及び児童・生徒の意識や行動に関するアンケート報告書』, p. 10, p. 12による)

このアンケートでは、第 7 次総合計画のうち健康関連施策を含む 33 項目の重要度・満足度を調査しているが、重要度の評価における平均ポイントは「健康づくり活動や医療体制の充実」が最も高いという結果であった。(別添参考資料図 1 参照) しかし一方で、同項目における満足度の評価における平均ポイントは 33 項目中で 6 番目、かつ上位 3 つの平均ポイントとは差があるなど、高い評価を得られていないことがわかる。(別添参考資料図 2 参照) ここから、市民一人ひとりが「健康」について真剣に考えているにもかかわらず、「健康」を実感できている人の割合が低いことが読み取れる。

実際に日ごろから健康づくりを実践している人はどのくらいいるだろうか。同アンケート調査結果によると、図 2 のとおり「自分の健康を意識している」に対し、「そ

図 2 健康への意識



(出典：刈谷市 (2017) 『市民生活の現状及び児童・生徒の意識や行動に関するアンケート報告書』, p. 16, p. 17 による)

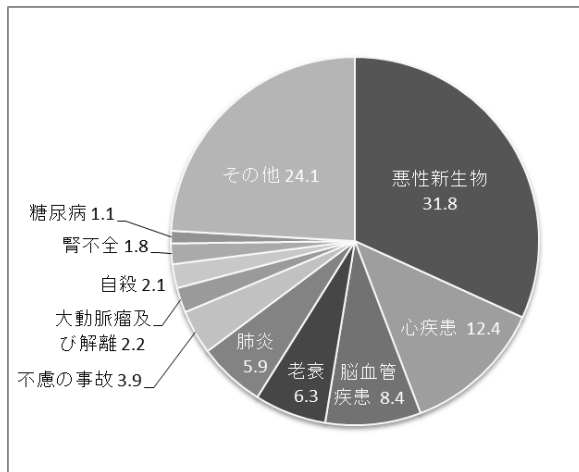
う思う、どちらかといえばそう思う」と答えた市民は 89.5%いる。また、「日ごろから健康づくりを実践している」に対し、「はい」と答えた市民は 71.9%であった。

これらの調査結果により、刈谷市民の健康意識は高く、健康関係施策は重要であると考えている。しかしながら、市政に対して現状の健康関係施策に満足できていないことがわかった。

(2) 刈谷市民の主な死因

図 3 は、平成 27 年度愛知県衛生年報における刈谷市民の主要死因の構成比を示しているが、上位 3 位に生活習慣に起因する疾病があり、その割合(「悪性新生物」「心疾患」「脳血管疾患」を合わせた割合)は 52.6%と半数以上を占めている。

図 3 刈谷市民の主要死因の構成比 (平成 27 年度)



(愛知県 (2017) 『愛知県衛生年報』, 第 20 表による)

(3) 健診データによる生活習慣病リスク

メタボリックシンドローム (内臓脂肪症候群) は、複数の病気や異常が重なっている状態を表し、腸のまわりまたは腹腔内にたまる「内臓脂肪の蓄積」によって、高血

圧や糖尿病、脂質異常症 (高脂血症) などの生活習慣病の重なりが起こっていることを示している。死亡原因の半分以上を占める生活習慣病を予防するために、国は 40 歳から 74 歳までの方を対象に、メタボリックシンドロームに着目した特定健康診査を各保険者に義務付けている。メタボリックシンドロームの該当者・予備軍等が増加するこの年代層に対して、ハイリスクアプローチとして特定健診・特定保健指導を実施することは、生活習慣病の予防を行う上で効果的であると考えられているためである。

刈谷市の特定健康診査の結果、図 4 に示すように男性では 3 人に 1 人、図 5 に示すように女性では 6 人に 1 人がメタボリックシンドロームの該当者・予備軍となっている。この値は、全国的には微減傾向にあるが、刈谷市では微増傾向にあることがわかった。また、加齢とともにこの割合は増加しており、65 歳以上の高齢者は男性で 2 人に 1 人、女性で 5 人に 1 人が該当者・予備軍という結果であった。(別添参考資料図 3, 図 4 参照)

図 4 メタボリックシンドローム該当者・予備軍 (男)

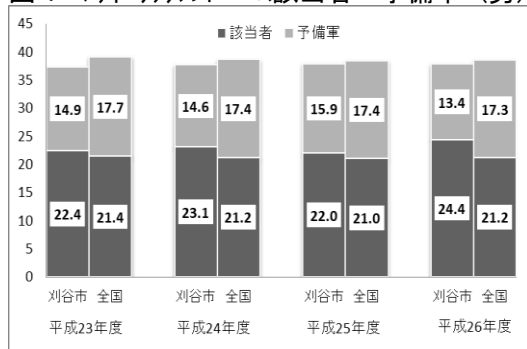
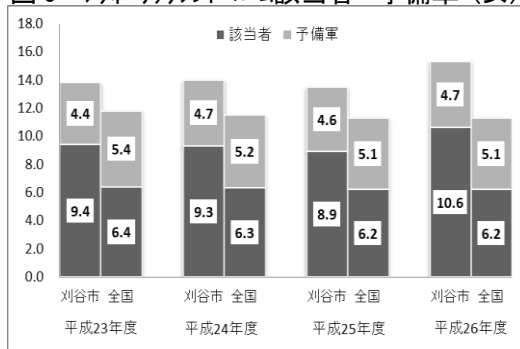


図 5 メタボリックシンドローム該当者・予備軍 (女)



(愛知県 (2017) 『刈谷市特定健診・特定保健指導情報データを活用した分析・評価』, p. 3 による)  
(厚生労働省 (2017) 『特定健康診査・特定保健指導に関するデータ』より作成)

#### (4) 健康保険加入状況

市民が加入している健康保険は、大きくわけて職域保険 (社保) 72.3%、地域保険 (国保) 17.9%、後期高齢者医療制度 9.3%、その他 (生活保護世帯など) 0.5%となっている。国民健康保険加入者の多くは、定年退職した 65 歳以上の高齢者であり、働く人の多くは職域保険に加入している。

職域保険加入者は労働安全衛生法等に定める健康診断を受診することになるが、メタボリックシンドローム該当者が減少していないことから、健康診断の結果が健康づくりにつながっていないと考える。また、中小企業など産業医や衛生管理者がいない場合は、健康診断などを受けていても健康づくりに関する知識が得られる機会が少ない。

## 2 刈谷市の健康づくり

刈谷市では、平成 16 年 3 月に平成 22 年度までの 7 年間を計画期間とした「健康日本 21 かりや計画」を策定し、市民の健康づくりの推進に努めてきた。その後、国や県の動向と合わせて計画期間を平成 25 年度まで延長し、計画の評価結果等を踏まえて、市民の生活習慣病の改善や病気の早期発見等に向けて様々な取り組みを強化してきた。

平成 23 年度に保健センター、子育て支援センター、げんきプラザ (運動機器を備えた施設) からなる総合健康センターを新設し、市民の健康づくりの拠点と位置付けた。げんきプラザ内には新たに、あいち健康の森健康科学総合健康センター (通称あいち健康プラザ) の運営委託による「げんき応援室」において、高齢者、病気を持った人や低体力の人でも、安心安全に運動ができる場所を提供し、健康の保持増進及び介護予防の取り組みを実施している。

その後も、平成 26 年度から平成 35 年度までの 10 年間を計画期間とした「第 2 次健康日本 21 かりや計画」を制定している。この計画では、新たに病気の重症化予防や社会環境の整備が個人の健康にも影響を及ぼすという考え方を盛り込んだ。

平成 28 年 10 月からは、愛知県と協働して「かりや健康マイレージ事業」をスタートさせた。健康寿命の延伸を目指した取り組みについて、個人だけでなく、市民・企業・行政が連携し、社会全体で個人の健康を支え、守るための環境整備を図ることとした。

ここからは、刈谷市が実施している生活習慣病予防に関する取り組みのうち単発の事業ではなく継続して参加し、生活習慣を改善することができる主な取り組みについて見ていく。

(1) げんき応援事業

げんき応援事業は、平成 23 年 4 月より市民の健康づくりの拠点としてげんきプラザ（総合健康センター内）において開設された。参加者一人ひとりの健康状態にあわせて、安全で効果的な運動処方や運動の実践を行い、運動習慣の定着を促すことで、生活習慣病及び介護予防など、健康の維持及び増進を図ることを目的としている。事業は、公益財団法人愛知県健康づくり振興事業団へ事業委託をし、刈谷市の保健師と連携を取りながら実施している。

げんき応援事業は、げんき度測定と個別支援教室の 2 つの構成に分かれている。げんき度測定は、自分の健康状態、生活習慣、体力の状況を知り、問題点や改善点について把握したうえで、自らの健康づくりに取り組むことができるようにする。個別支援教室は、げんき度測定の結果から、安全で効果的な運動を実践し、運動習慣の定着を促す。さらに、生活習慣改善のために健康講話、健康相談を受けることで自ら健康づくりに取り組むことができるようにする。

それぞれの参加者は、表 1 及び表 2 のとおりであるが、げんき度測定で 63.7%、個別支援教室では 72.1% が 65 歳以上の高齢者である。また、一人当たりの参加回数は平均約 24 回と 3 日に 1 回は個別支援教室に参加している。これらのことから、習慣的に事業に通っており運動習慣の動機付け効果は高いといえるが、参加者の多くは高齢者であることや、市民のごく一部しか事業に参加できていないことを考えると、改善が必要な人が事業に参加できているとは言い難い状況にある。

表 1 げんき度測定参加者内訳（平成 28 年度）

年齢	男（人）	女（人）
13 歳以上 39 歳以下	7	32
40 歳以上 64 歳以下	71	302
65 歳以上	368	357
合計	1, 137	

（出典：刈谷市（2017）『けんこうかりや』, p. 87.）

表 2 個別支援教室参加者内訳（平成 28 年度）

教室	対象年齢	受講料	回数（日）	実人数（人）		延人数（人）	
				男	女	男	女
チャレンジ教室	39 歳以下	5, 000 円	306	6	12	103	89
	40 歳以上 64 歳以下			86	349	1, 581	6, 999
エンjoy教室	65 歳以上	4, 000 円		613	558	16, 732	13, 013
合計				1, 624		38, 517	

（出典：刈谷市（2017）『けんこうかりや』, p. 87.）

(2) ヘルスアップ大学

ヘルスアップ大学とは、自己の健康を見直し、健康的な生活習慣病について学ぶと同時に地域の健康づくりに貢献できる人を育成するための「健康大学」で、至学館大学・刈谷医師会・

刈谷市歯科医師会・刈谷市薬剤師会の協力のもとに、平成 16 年度に始まった。大学の形態をとり、1年間を通して仲間との交流を図りながら健康についての系統だった学習をすることで、自己の健康を見直し、健康的な生活習慣について学ぶ機会を作っている。対象者は 50 歳代から 60 歳代までで運動制限のない市民であり、平成 28 年度は 35 人（男性 10 人、女性 25 人）が参加しており、過去に 440 人が卒業している。また、卒業後においても専門的知識を学ぶ機会を継続的に設けることにより、自己知識を深めるとともに卒業生同士の交流の場を提供することで、継続して健康づくりに取り組むための動機付けをしている。

(3) かりや健康マイレージ

平成 28 年 10 月より愛知県と協働で実施しており、市民が生涯を通じて主体的に健康づくりに取り組み、生活習慣の改善、健診等の受診率の向上を図るため、健康目標を自ら設定して継続的に取り組むこと、または健（検）診や健康教室や地域活動に参加すること（図 6 のとおり）によりマイレージを付与し、一定以上のマイレージで「あいち健康づくり応援カード～My C a（まいか）」（優待カード）と交換でき、協力店で割引や特典を受けられる。

対象者は 18 歳以上であり、参加者の内訳は表 3 のとおり各年齢層に幅広く、女性が 70% を占めている。

図 6 チャレンジシート



表 3 参加者内訳（平成 28 年度）

年代	男性	女性	合計
20 代	0	49	49
30 代	9	20	29
40 代	9	19	28
50 代	14	27	41
60 代	26	44	70
70 代以上	22	29	51
合計	80	188	268

（出典：刈谷市（2017）『けんこうかりや』, p. 90.）

3 市民ボランティアによる活動

(1) 刈谷市保健推進員

刈谷市保健推進員は、市からの委嘱を受けて、市民の健康づくりのために活動しているボランティアを言い、平成 29 年度は市内で 205 名が活動している。昭和 57 年度から地域住民の健康づくりについて、知識の普及及び健康づくりの促進を図るため刈谷市保健推進員が設置された。刈谷市保健推進員は、刈谷市が実施している刈谷市保健推進員養成講座を修了した者から地区公民館長の推薦により市長が委嘱している。任期は 2 年（再任を妨げない）で、この間に必要な知識と技術を習得するために刈谷市の行う研修に参加している。また、平成 12 年から「刈谷市保健推進員連絡協議会」が発足し、組織的な活動ができるようになり、刈谷市保健推進員養成講座や研修に参加して学んだ知識を地区の人々に広めるために、地区の特色を生かした地区活動と全体活動が行われるようになった

刈谷市保健推進員は婦人会メンバーから構成されているため、推進員すべてが女性である。

(年齢構成は別添参考資料表 1 のとおり) また、具体的な活動は、市民センターや市民館で運動教室・栄養教室・歩け歩け運動等を企画して実施しており、平成 28 年度は、13 地区それぞれで活動を行い、合計 236 回の地区活動において、刈谷市保健推進員が延べ 1,784 人、それ以外の一般参加者は延べ 3,413 人であった。

#### (2) 刈谷市食生活改善協議会

平成 9 年度の地域保健法等の施行により、愛知県の一般的栄養指導業務が市町村に移譲され、刈谷市健康づくり食生活改善推進員の活動拠点として刈谷市が事務局となり、「刈谷市健康づくり食生活改善協議会」が発足し、平成 25 年には、「刈谷市食生活改善協議会」へと名称を変更した。

協議会会員は、地域住民の健康づくりについて、正しい食生活の普及を図り健康保持増進を積極的に推進することを目的としている。本協議会は、市で行われた食生活改善推進員養成講座を修了した者で構成され、「自分たちの健康は自分たちで」を活動テーマとして、まずは我が家の食卓を健康に、そして地域住民へ食を通じての健康づくり活動が行われている。協議会会員は、73 人(平成 28 年度)で年齢構成は別添参考資料表 2 のとおりである。

### 4 刈谷市の課題

このように刈谷市では、市民に対して生活習慣を改善するために様々な対策を実施している。しかし、生活習慣病が要因で亡くなる人は多くあり、生活習慣病予防に向けた対応にはいくつか課題がある。

#### (1) 企業で働く男性への取り組み不足

リスクが高いと言われている 40 歳以上のメタボリックシンドロームの割合は減っていないが、実際に刈谷市が実施している健康づくり事業全体を見てみると、平日の昼間に開催する事業がほとんどであり、対象者が高齢者向けの講座などが多く、働く人、特に男性の参加が極端に少ない。

#### (2) 健康づくり無関心層への取り組み

市民全体で考えると、刈谷市が実施している健康づくり事業に参加する人は多くない。また、参加している人はリピーターが多く、すでに健康に関する取り組みが日常生活に定着している。そのため、生活習慣の改善が必要な人に対して、サービスを提供できていないと言える状態である。健康づくりに参加できていない人や無関心である人をいかにして取り込むのが課題である。そのためには、「毎日運動」や「食事制限」といった辛くて我慢が必要という健康づくりのイメージを変え、日常生活に健康づくりを定着することができる「きっかけ」を提供することが必要である。

#### (3) 重症化予防に重点を置いた取り組み

限られた事業費と限られた人員で健康づくりに関する事業を実施しているからこそ、事業ごとに P D C A を回し、結果を見て継続すべき事業であるか評価をして、必要な方策につなげていく必要がある。

刈谷市では生活習慣病に対する施策を考えるために、健診データとレセプトデータを分析し、生活習慣病予防や重症化予防のために優先度の高い健康課題(表 4 参照)を設定している。

しかしながら、このような分析結果を基にした具体的な課題解決に向けた取り組みは不十分な状態である。データ分析の結果、生活習慣病などのハイリスクな対象者を中心に、重症化予防事業をどのように進めるかを考察し、具体的に行動に移す必要がある。

表 4 データ分析による刈谷市の健康課題

<p>1 重症疾患のリスク低減</p>	<p>ア 死亡要因や介護認定理由として、脳血管疾患が上位 イ 脳血管疾患をはじめとする重症疾患のリスク要因の有所見率が愛知県平均より高い ウ HbA1c（血糖値）と血圧の有所見率の高さが顕著であり、医療機関未受診が多く、早期の指導や受診勧奨が必要 エ 慢性腎臓病（CKD）の治療が必要な人が多い</p>
<p>2 特定健診による疾病予防・早期発見</p>	<p>ア 特定健診の受診率は 42.2%（平成 26 年度実績）であり、過去 5 年間で 1 度も受診したことがない人は約 4 割存在している イ 健診未受診者のうち約半数は生活習慣病で医療機関を受診しているが、医療機関を受診していない人が約 3 割存在している ウ メタボリックシンドローム該当者と予備軍の割合が 30% を超えている</p>

（出典：刈谷市（2016）『刈谷市国民健康保険データヘルス計画』, p. 38（一部修正）.）

## 5. 課題解決に向けた提言

前章で述べた課題に対して、刈谷市がそれぞれの課題に対してどのようにして解決に向けた取り組みを行っていくことができるのか、他の自治体による事例等を参考に提言したい。

### （1）企業で働く男性への取り組み不足

#### （ア）市民・企業・行政の連携による「健康経営」事業

刈谷市は、日本有数の企業城下町であり、働く人の大多数はサラリーマンとして勤めている。一日の大部分を職場などで働く人たちの健康を考えることは市民の健康を考える上で重要であると考え。また、行政が把握できていない健康データが多いため、市民の健康づくりを行う上で、企業の理解や協力が必要不可欠といえる。従業員が積極的に健康づくりに参加する動機に「職場からの働きかけ」が多いことが、愛知県蒲郡市の健康づくりにおいて行ったアンケート調査によって明らかになっている。

高齢化が急速に進む中、従業員の健康管理は、事業所にとっても大きな課題となっている。従業員の健康増進に積極的に取り組むことを「健康経営」と言い、生産性・収益性を高めていくという考え方で国も積極的な普及活動を展開している。

愛知県大府市では、全国健康保険協会愛知支部の「健康宣言」事業と連携して実施し、「健康経営」を目指す企業の悩みや相談に対して、職場での健康づくりの推進や働きながら健康づくりに取り組むための支援を行っている。

刈谷市は、企業が多いという特色を生かし、「健康経営」を推進する企業と積極的に連携を

深めることで働く人の健康づくりを支援できると考える。健康づくりに必要なノウハウや知識を深めるために講話などを従業員向けに実施したり、市の講座などに積極的に参加できる雰囲気や働きながら実施できる健康づくりなどを企業とともに実践することが可能となる。また、市では把握できていない健診データなどを企業から提供を受け、それを含めた分析を行うことで正確な市の健康状態を把握することが可能となり、今後の方策につなげることができる。このことを実現するためには、従業員や経営者に対し、行政と保険者が連携して「健康経営」の考え方を知ってもらい、全体の健康意識を向上させることが大切である。

#### (イ) 飲食店と連携したヘルシーメニューの提供

人が生きていくために、またメタボリックシンドロームの解消にも食事は欠かせない。刈谷市では、BMI や血圧が高い人が多く、食生活の改善は重要な対策のひとつであり、刈谷市食生活改善推進員を中心に正しい食生活の普及を図っている。しかし、参加者の多くは現役を引退した高齢者であり、生活習慣の改善が必要な働く人たちへの普及はできていない。

東京都杉並区では、地域団体や参加店舗が協働で健康的な食環境整備を図っている。主な活動は、栄養・健康情報の提供や、ヘルシーメニュー推奨店舗がバランスの良い食事を提供する通称「すぎなみごはん」がある。まさに、まちをあげて「食」を通じて「健康づくり」に取り組んでいる。

刈谷市は、全国でも有数の企業城下町として、サラリーマンが多いまちである。お昼は、食堂などで食べ、夜は刈谷駅前に広がる居酒屋などの飲食店がにぎわっている。こういったお店と連携し、減塩やヘルシーメニューを提供してもらうことで、日々の生活に健康づくりを自然と溶け込むことができると考える。

#### (2) 健康づくり無関心層への取り組み

##### (ア) 健康づくりに「+実感」

刈谷市は、自主的な活動に対して自らポイントを付与することで、仕事の通勤時やちょっとした移動のとき、「歩く」ということを意識してもらうために、かりや健康マイレージを実施している。インセンティブを付与することは、健康づくりの動機付けには適していると考えますが、健康づくりを途中で行わなくなってしまうのは効果がない。この「きっかけ」からどのようにして「継続」につなげることができるかということが事業の効果を高めるためにも必要である。健康づくりの成果を「実感」できるかどうか「継続」へのカギであると考えられる。

千葉県白子町では、平成 27 年度より「白子町健幸ポイント事業」を開始した。専用の歩数計を参加希望者に無償で配布し、日々の歩数データを記録し、歩数に応じてポイントを得ることができる。記録された歩数データは、公共施設または提携しているコンビニエンスストアでシステムに取り込み、携帯端末やパソコンで自分のデータ内容を確認することができる。白子町が実施したアンケート調査によると、参加者の約 7 割が運動無関心層（過去 5 年間に運動教室などへの参加経験がない層）であり運動を開始するきっかけとなっていると考えられる。

かりや健康マイレージは、自主的な活動に対してインセンティブを付与しているため、参加者の努力によるところが大きい。歩数計などを配布し、データをいつでも確認できるようにすることで、自らの歩いた歩数や改善されていく体の状態を常に実感できるということをプラスし、さらなる事業の効果が期待できると考える。



(イ) 健康に関する実体験を共有

生活習慣を改善するには、本人がその必要性に気づき、行動を継続して行くことが必要である。どのようにすればその必要性に気づき、意欲的に生活習慣の改善を継続することができるのか「きっかけづくり」を考えることは非常に大きな問題である。

青森県平内町は、漁業関係者も生活習慣の改善と健康課題を解決するため、「漁師の健康を考える会」を結成し、健康づくり活動を実施している。その結果、健診受診者数の増加や健康意識の向上に寄与している。この事例で特に注目したいことは、会の構成員が健康に関する体験や情報を共有していることである。健康を損なう、または病気で突然死することが家族の生活や人生に大きな影響を及ぼすことや、健診などで病気を早期発見して大事にならずに済んだことなど、健康に関する様々な実例が一人ひとりにある。経験や情報を話し合うことで、健康を自分ごととしてとらえ日常生活にいかにして取り入れるかを住民自身が考えることが重要である。またこのような話し合いには、健康づくりのリーダーとなるべき人が重要な役割を担ってくる。実体験などの話し合いから、現実にも即した具体的な健康づくりへつなげるための提案を担うリーダーの存在が大切である。

刈谷市には、刈谷市保健推進員や刈谷市食生活改善協議会会員、ヘルスアップ大学卒業生など、地域の健康づくりリーダーとなる人材が豊富である。中小企業など、産業医や衛生管理者がいない場合、健康診査などを受けていても健康づくりに関する知識が得られる機会が少ない。そこで、健康づくりのリーダーとなる人材や保健師を地域や企業に派遣し、健康に関する経験や知識を話し合うことで参加者が健康について考え、必要性を理解したときに「継続」できる健康づくりへの「きっかけ」につながると考える。

(3) 重症化予防に重点を置いた取り組み

刈谷市は、生活習慣病の重症化を予防する取り組みが不十分であることから、治療が必要である人に対するアプローチをどのようにするのかを考えていく必要がある。

岡山県総社市では、地域の医療機関と連携して体制づくりに取り組んで糖尿病性腎症重症化事業を実施している。受診勧奨や保健指導を実施し、受診した場合は医師からどのような治療等を受けたかを把握することで、その後のレセプトや健診データなどから効果を把握し、評価する体制を構築した。このような体制づくりを行うことで、受診がない場合でも医師からの指示なのかを判断することが可能になり、保健指導等を通じて対象者への支援につなげていくことができる。

刈谷市の重症化予防を考える上でも、受診勧奨や医師等との連携が非常に重要な役割を担うことになる。刈谷医師会、刈谷市歯科医師会、刈谷市薬剤師会、刈谷豊田総合病院などの市の医療を担う関係機関と重症化予防に関する協定を結び、市を上げて重症化リスクの高い人への支援につなげていくことが必要である。このような協定を結ぶことで、対象者が未受診なのか治療中なのかを受診データや健診データなどから判断し、未受診の人へは受診勧奨を積極的に行うことで疾病を早期から予防し、治療中の人は医師と連携して改善を図ることにより生活習慣病の重症化を予防することができると思う。

(4) 全年齢対象の健康施策の創出（部署間連携）

健康づくりについて考察を深めていると、市の組織としての課題も見えてきた。「高齢者の健康」施策を企画立案するのは、「高齢者担当」部署であり、「労働者の健康」施策を企画立案するのは、「労働者担当」部署である。さらには、小中学生担当部署、幼稚園・保育園担当部署、就園前児童担当部署など、「健康施策」については、対象年齢に応じて複数の部署がそれぞれの立場で企画、実施しているのが現状である。

言い換えれば、1 人の同じ人間の健康について、複数の部署の複数の担当者が関わっているといえる。「ゆりかごから墓場まで」と言われる行政サービスを維持するためにはある程度は看過せざるを得ないが、それぞれの施策の効果を考えれば非効率なことは明白であると考えられる。

そこで、「市民の健康」という 1 つの行政目標を掲げ、健康推進課を先頭に担当部署が横断的に連携する必要があると考え、関係するすべての部署による「市民健康会議」を開催し、すべての年齢について健康指導、健康相談受付を一元的に対応できる窓口の開設を目指す。

おわりに

健康長寿を目指し個人の取り組みだけでなく、市民・企業・行政等が連携し、社会全体で健康を支え、守るための環境整備を図る。また、運動、食、禁煙などといった各種健康づくりを展開するために、今まで以上に連携強化に取り組み、市民や企業などに健康づくりの輪を広げる必要がある。

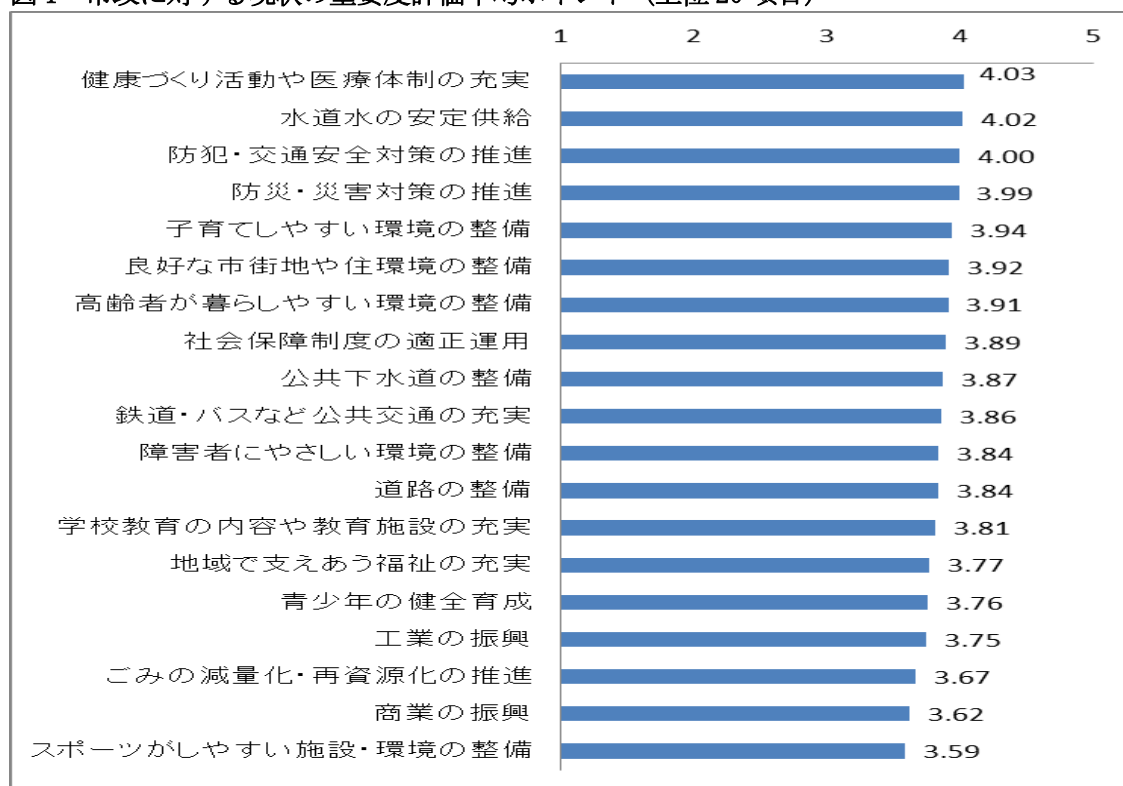
生活習慣病に対するリスクを解消していくことにより、増加し続ける医療費の抑制はもちろんのこと、生涯を健康に過ごすことで「元気で幸せ」が実感できると考える。また、健康づくりの場が地域のコミュニティを生み出し、こころの病や孤独死などを解決するひとつのツールになるのではないかと考える。さらに、働く世代など、若い世代が健康づくりを通して地域とつながることができれば、地域の元気につながると期待できる。しかしながら、「元気で幸せ」を実感するためには、介護予防など解決していかなければいけない様々な問題があることから、今後も検討を続けていきたい。

参考文献

- 愛知県（2017）「刈谷市特定健診・特定保健指導情報データを活用した分析・評価」, 愛知県
- 一般財団法人地域活性化センター（2018）「平成 29 年度地域活性化事例集～地域で取り組む健康づくり～」『地域づくり 1 月号（別冊）』, 一般財団法人地域活性化センター
- 刈谷市（2014）「第 2 次健康日本 21 かりや計画」, 刈谷市
- 刈谷市（2016）「刈谷市国民健康保険データヘルス計画」, 刈谷市
- 刈谷市（2017）「けんこうかりや」, 刈谷市
- 厚生労働省（2017）「特定健康診査・特定保健指導に関するデータ」, 厚生労働省

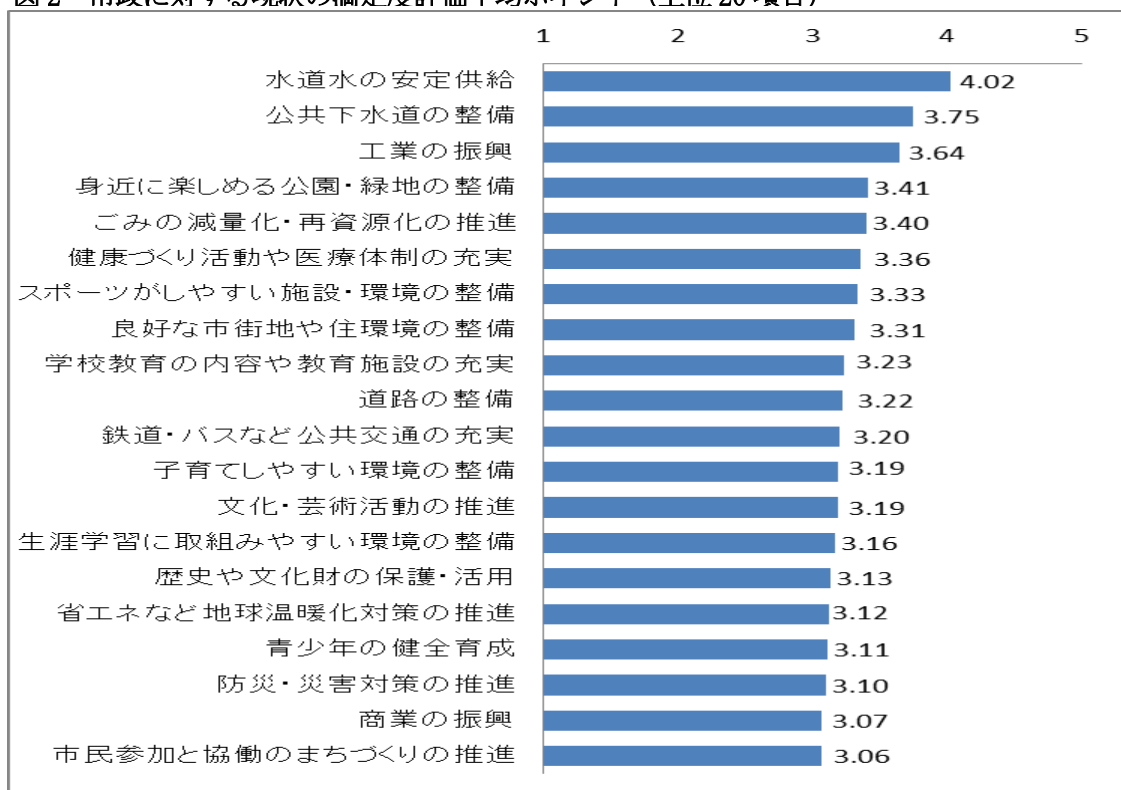
参考資料

図 1 市政に対する現状の重要度評価平均ポイント（上位 20 項目）



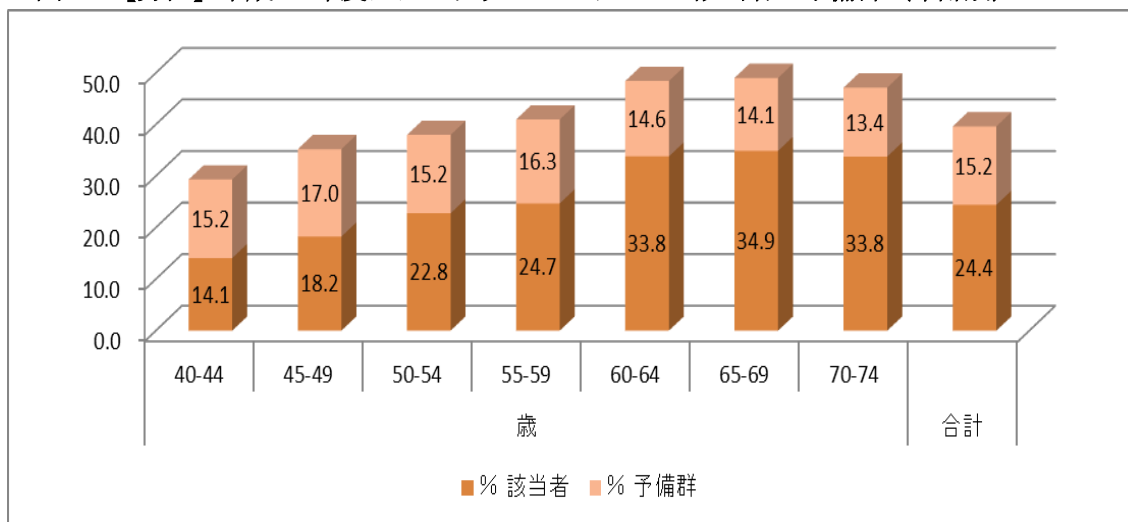
(出典：刈谷市 (2017) 『市民生活の現状及び児童・生徒の意識や行動に関するアンケート報告書』, p. 13.)

図 2 市政に対する現状の満足度評価平均ポイント（上位 20 項目）



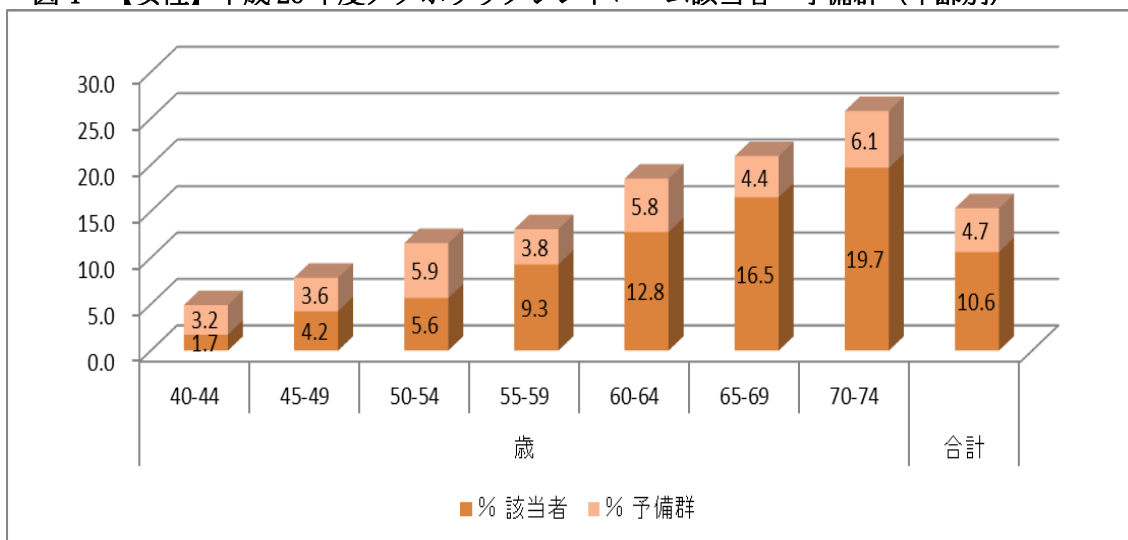
(出典：刈谷市 (2017) 『市民生活の現状及び児童・生徒の意識や行動に関するアンケート報告書』, p. 11.)

図 3 【男性】平成 26 年度メタボリックシンドローム該当者・予備群（年齢別）



(出典：刈谷市 (2017) 『刈谷市特定健診・特定保健指導情報データを活用した分析・評価』, p.3 (一部修正), )

図 4 【女性】平成 26 年度メタボリックシンドローム該当者・予備群（年齢別）



(出典：刈谷市 (2017) 『刈谷市特定健診・特定保健指導情報データを活用した分析・評価』, p.3 (一部修正), )

表 1 刈谷市保健推進員の年齢構成

年代	人数
40代	13
50代	76
60代	100
70代	16
合計	205

表 2 刈谷市食生活改善協議会の年齢構成

年代	男性	女性
20代	0	1
30代	0	0
40代	0	3
50代	1	4
60代	24	22
70代	7	11
合計	73	

表 3 平成 28 年度刈谷市成人保健事業一覧

事業名		対象者	実施内容	回数	人数
健康手帳の交付		健康診査受診者及び健康教育を受けた者	健康手帳の交付		121
特定健康診査及び健康診査 (医療機関：4月～10月)		40歳以上で刈谷市国民健康保険加入者、75歳以上の後期高齢者医療保険加入者等	問診、理学的検査、身体計測、尿検査、 血圧測定、血液検査 (心電図検査、眼底検査、貧血検査は必要な人のみ実施)、医師の所見、75歳以下はメタボリックシンドローム判定、階層化		15,677
特定保健指導	動機づけ支援	内臓脂肪蓄積の程度とリスク要因が特定保健指導レベルに該当する人	・保健師、管理栄養士による面接 ・希望者には栄養教室、運動教室		初回面接 117
	積極的支援		・保健師、管理栄養士による面接 ・手紙等による継続支援 ・希望者には栄養教室、運動教室		初回面接 22
肝炎ウイルス検診 (医療機関：4月～2月)		40歳の人、41歳以上で過去に未受診の人	B型肝炎ウイルス検査 (HBs 抗原検査) C型肝炎ウイルス検査 (HCV 抗体検査と必要に応じHCV 核酸増幅検査)		B型 1,366 C型 1,365
肝炎ウイルス陽性者 フォローアップ事業		B型及びC型肝炎ウイルス検査陽性者で、フォローアップ事業に同意した人	・愛知県による、肝炎ウイルス陽性者への初回精密検査・定期検査費用助成の説明 ・年に1回調査票を送付し、医療機関の受診状況や治療内容の確認		フォロー 同意者 11
結核健診 (医療機関：4月～2月)		75歳以上の人	胸部X線検査		5,591
前立腺がん検診 (医療機関：4月～2月)		40歳以上の男性	前立腺特異抗原 (PSA) 検査		4,905
基本健康診査 (39歳以下健康診査)		39歳以下の人	胸部X線検査、血圧測定、尿検査、血液検査、心電図、眼底検査、眼圧検査、視力検査、聴力検査、身体測定、腹囲測定、理学的検査、骨密度検査 ※胃がん検診コースのみ：胃部X線検査追加	10	550
個別栄養相談		希望者	管理栄養士による個別相談	3	6
胃がん検診 (医療機関：4月～2月)		40歳以上の人	問診、胃部X線直接撮影		5,958
大腸がん検診 (医療機関：4月～2月)		40歳以上の人	免疫学的便潜血検査2日法		9,067
肺がん検診 (集団方式：10月)		40歳以上の人	胸部X線直接撮影 ハイリスク者に対して喀痰細胞診検本	1	22
肺がん検診 (医療機関：4月～2月)		40～74歳の人	胸部X線直接撮影 ハイリスク者に対して喀痰細胞診検査		8,530
子宮がん検診 (医療機関：4月～2月)		20歳以上の女性	問診、視診、内診、細胞診		4,676

	事業名		対象者	実施内容	回数	人数
	乳がん 検診 (集団方式 : 5月~2月)	超音波検査	30歳以上の女性	問診、医師による視触診、DVDによる乳がん自己検診法の説明 超音波検査	13	404
		マンモグラフィ 検査	40歳以上の女性	問診、医師による視触診、DVDによる乳がん自己検診法の説明 乳房X線撮影(マンモグラフィ検査)	20	916
	乳がん 検診 (医療機関 : 4月~2月)	マンモグラフィ 検査	40歳以上の女性	問診、医師による視触診、乳房X線撮影(マンモグラフィ検査)	/	3,304
	骨密度測定と結果説明 (乳がん検診時の骨密度測定を含む)		希望者	踵骨超音波検査 個別結果説明と保健指導	48	1,111
	歯科健康診査 (医療機関: 5月~2月)		30歳・35歳・40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳・75歳の人	歯牙・歯周組織・口腔粘膜の診査、全顎X線検査、前歯部の歯面清掃	/	3,099
	脳ドック		40歳以上の人	問診、神経学的検査、血圧測定、身長・体重測定、頭部MRI(脳断層)、MRA(脳血管)検査	/	697
健 康 づ く り 事 業	市民健康講座		希望者	医師・歯科医師・薬剤師・管理栄養士等の講話	22	793
	かりやヘルスアップ大学		50~60歳代で運動制限のない人	運動・栄養・休養についての講義及び実習	21	687
	かりやヘルスアップ大学特別講座		希望者	ヘルスアップ大学講師による講座と大学の勸奨	1	52
	かりやヘルスアップ大学スキルアップセミナー		ヘルスアップ大学卒業生のうち登録者288人	大学卒業生に対する継続的な学びの場	2	延 83
	保健推進員養成講座		前年度各地区刈谷市婦人会役員等	栄養講話・実習、運動実習等	11	延 338
	保健推進員研修及び活動		養成講座修了者で、地区公民館長の推薦により、市長が委嘱した者	健康づくりに関する研修	17	延 558
				全体活動	17	延 1,311 ※1
				地区活動・自主活動	305	延 5,395 ※2
食生活改善推進員養成講座		希望者	栄養講話・実習、運動実習等	11	延 195	
食生活改善協議会講習及び活動		養成講座の修了者	健康づくりに関する研修	19	延 299	
			地区活動、市事業への参加協力	95	延 2,439 ※3	

	事業名		対象者	実施内容	回数	人数	
健康づくり事業	なるほど！健康塾		希望者	健康づくりに関する講話 栄養実習、運動実習	4	101 ※4	
	げんき応援事業	げんき度測定		13歳以上の市民 中学生は保護者同伴	運動指導員、保健師による健康度評価	291	延 1,137
		個別支援教室	チャレンジ教室	13歳以上64歳以下でげんき度測定を受けた者	トレーニング機器を用いた運動の実践	306	延 8,772
			エンジョイ教室	65歳以上のげんき度測定を受けた者			延 29,745
			健康講話	げんき度測定を受け3か月以内又はチャレンジ教室、エンジョイ教室受講者	医師による健康講話	15	205
					管理栄養士による健康講話	15	183
		個別相談	げんき度測定を受け3か月以内又はチャレンジ教室、エンジョイ教室受講者	医師による個別相談	20	81	
	管理栄養士による個別相談			16	45		
	集団運動教室	たのしく筋トレ	希望者	家庭でできる筋力アップの運動方法の体験	24	延 562	
				音楽に合わせて楽しく身体を動かす方法の体験	24	延 453	
レクリエーションを中心に、運動習慣のない人向けの総合的な運動を体験				12	延 186		
心身のリフレッシュのため、ヨガを楽しむながら身体を動かす楽しさを体験				2	64		
かりや健康マイレージ		18歳以上の在住・在勤・在学の人	健康づくりメニューに取り組む者にマイレージ（ポイント）を付与し、一定以上獲得者に様々な特典が受けられる優待カードを交付する		268		
介護予防事業	口腔機能向上事業 ＜お口の健康教室＞ ※5		生活機能評価の結果、口腔機能向上が必要と判断された人	講話、歯みがき指導 お口の体操等	62	延 275	
	栄養改善事業 ＜栄養改善教室＞ ※5		生活機能評価の結果、栄養改善が必要と判断された人	講話、個別指導	7	延 12	
	男性のための栄養教室		65～69歳の男性	栄養講話・実習	10	延 298※6	
	高齢者簡単クッキング		65歳以上の人	栄養講話・実習	3	60 ※7	

事業名	対象者	実施内容	回数	人数
足指チェックで元気教室	65 歳以上の人(一ツ木・西境・今川・井ヶ谷・東境・今岡地区)	足指力測定、開眼片足立ち測定、フットケア、つぼとマッサージ、筋力アップ体操、健康講話	18	延 480
脳力アップで元気教室	65 歳以上の人	歯科講話、認知症の話、全身を使った体操、音楽を使ったコミュニケーション能力アップ	9	延 169
健康いちばん教室	60 歳以上の人	保健師による手軽にできる体操、健康講話、血圧測定	72	延 1,257
沖野なごやかサロン ※8	地域の居宅老人	血圧測定、健康相談、健康教育	4	延 34
板倉ふれあいサロン ※8	同上	同上	4	延 30
サロンぼちぼち ※8	同上	同上	4	延 37

※1 内訳 (一般参加者618人 保健推進員693人)

※2 内訳 (一般参加者3,413人 保健推進員1,982人)

※3 内訳 (一般参加者1,418人 食生活改善協議会会員1,021人)

※4 内訳 (一般参加者78人 食生活改善協議会会員23人)

※5 刈谷市社会福祉協議会への委託事業

※6 内訳 (一般参加者225人 食生活改善協議会会員73人)

※7 内訳 (一般参加者43人 食生活改善協議会会員17人)

※8 ボランティアグループへの協力事業