

摂津市における 健康・医療のまちづくり

令和元年8月7日(水)

健康寿命の延伸に向けた取組み

～ “健康づくり”に向けての方向性 ～

「健都」を中心に、市域で「循環器病をはじめとする生活習慣病の予防・健康づくりに関する先進的なモデル地域」を目指す。

⇒健康寿命の延伸を図り、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

↓
具体的施策

まちごと元気！
健康せつつ21
(健康増進計画)
(H30改定)

↓
連携による取組み

産学官連携
(国循、健栄研、
大学等)

↓
市民の機運醸成

健康づくり
推進条例
(H29. 4～)

『まちごとと元気！健康せつつ21(第2次改訂版)』

摂津市総合計画を上位計画とし、地域福祉計画、せつつ高齢者かがやきプランなどの関連計画と整合し、連携して施策推進を図る。

【基本理念】

摂津市民がともに支え合い、まちごと
元気に健康で心豊かに生活できる活
力あるまちの実現

基本目標

- ◆健康寿命の延伸
- ◆健康格差の縮小

【活動指針】

- (1) 発症予防、重症化予防
- (2) 地域の仲間とともに楽しく健康づくり
- (3) 歩きたくなる、でかけたくなる街づくり
- (4) 健康を支え、守るためにみんなで健康づくり



平均寿命と健康寿命の差（H22年度とH27年度の比較）

（年）

	男性			女性		
	H22年	H27年	増加分	H22年	H27年	増加分
健康寿命	77.63	78.47	0.84	82.67	82.65	-0.02
平均寿命	78.9	80.3	1.40	86.4	86.7	0.30
健康寿命の増加分と 平均寿命の増加分の差	-0.56			-0.32		

出典：大阪府提供データ（健康寿命）
市町村別生命表（平均寿命）

男性、女性ともに、平均寿命の延びに比べて健康寿命の延びが少ない状況。

平均寿命の増加分を上回る健康寿命の増加を目指し、まちぐるみで生活習慣病予防と健康づくりに取り組むことが重要

健康づくりの取り組み（例）

まちごと元気ヘルシーポイント事業（健幸マイレージ）

スマートフォンまたは専用の歩数計を利用して、インターネットを通してサーバー上で歩数を管理。歩数や健診受診、健康づくり事業参加に応じたポイントを貯めて景品と交換し、楽しみながら健康づくりを行う（健康意識の向上）。

【対象】20歳以上の摂津市民

【参加人数】スマホアプリ：約500人

活動量計：約1,000人



まちごとフィットネス

摂津市の平坦な地形を利用して、市内全域にウォーキングコースの設定、ウォーキングコース上に健康器具の設置、ウォーキングを推進するリーダーの推進を行い、「市内まちごとフィットネス化」を目指し、運動しやすい環境整備を行う。



【ウォーキングコース】H31.3月に新コース設定により目標の市内10コース完成

【定例ウォーキング】毎月実施（通算41回）。毎回、約100名が参加

国立循環器病研究センターとの連携

【平成27年度～現在(例)】 相互の連携・協力に関する基本協定書(H27.4締結)

市民公開講座

脳卒中・不整脈など
循環器疾患をテーマ
とした市民講座

特定健康診査

特定健診(集団)に
医師派遣

症例検討会

消防本部と救急症例
(循環器疾患)の検討
会を実施



糖尿病対策

糖尿病予備群を対象と
したセミナー、糖尿病
性腎症患者等への食
事指導の助言

STOP MI

キャンペーン

心筋梗塞による死亡者
を減らすため、啓発活
動を実施

健都

Heart Safe City

心肺蘇生からの社会
復帰率“世界一”を目
指す体制づくり

国立健康・栄養研究所との連携

大阪府健康格差解決プログラム促進事業(フレイル)のモデル市として、フレイル予防のための生活習慣改善プログラム策定に向けて協力。また、市独自でフレイル予防に関する事業を依頼。

平成30年度

- ◇フレイル測定会 (11月 せつ市民健康まつり)
⇒パタカチェック 約150名参加
- ◇フレイル予防講座 (3月 介護予防講座)
⇒約200名参加
- ◇フレイル実態調査 (2~3月 アンケート送付)
⇒40歳以上の市民(1万人) 回答率54.6%

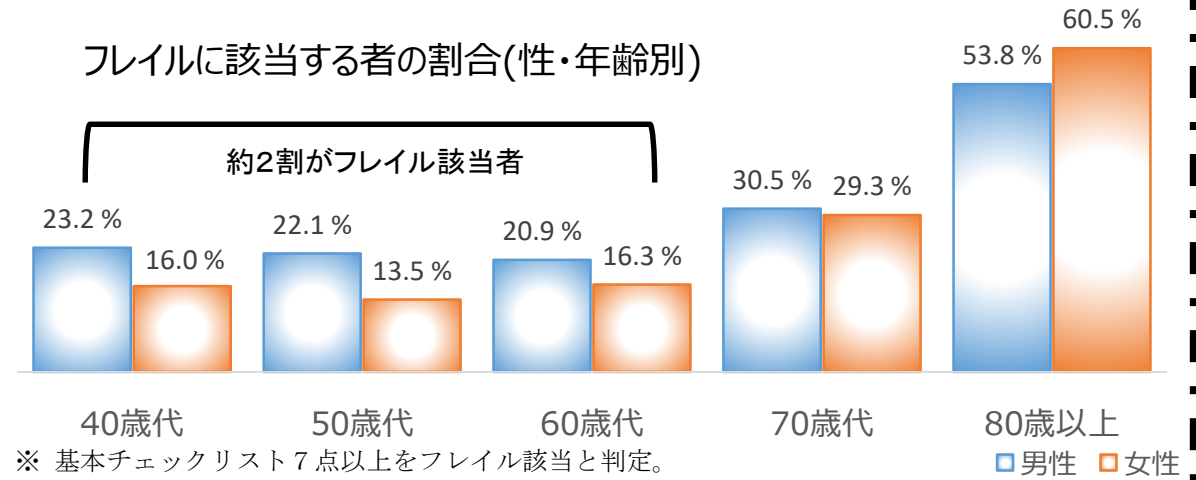
令和元年度

- ◇フレイル測定会・保健指導 (7月)
⇒測定会に約500名参加
フレイル該当者に対して保健指導を実施
3か月後(10月)に効果測定
- ◇(今後の予定)
フレイル予防講座
フレイル測定会(特定健診と同会場)

主な調査結果 (集計中)

- ①中高年(40-50歳代)であっても、フレイルに該当する者が存在
⇒ 働く世代からフレイル予防に取り組む必要
- ②フレイルを知らないほうが、フレイルに該当する割合が高い
⇒ 啓発により予防行動につながる可能性

フレイルに該当する者の割合(性・年齢別)



今後の取り組み

- **啓発活動** 働き世代からの健康づくりへの意識向上
75歳以上の健康づくりと介護予防の一体的取り組みを推進し、健康への関心を高める
- **運動** これまでのハード面の整備・システムづくりから、地域で主体的に活用・展開に向けた普及活動に注力
- **栄養・食生活** 次世代を含めたすべての人の健やかな生活習慣形成に向けて、関係機関との連携を推進
減塩対策の一つとして、国循の「かるしお」と連携
- **健診・検診** 特定健診・各種がん検診の受診率向上（啓発、受診機会拡大）
病気の早期発見や効果的な保健指導を実施し、発症予防、重症化予防を図る
- **医療体制** 病診連携ネットワーク・地域包括ケアシステムの構築など、市民が安心して暮らせるまちづくりを推進