



健康寿命の延伸 について

都市環境福祉常任委員会

重点テーマ所管事務調査報告書

(平成30年10月30日～令和元年6月28日)

目次

1. 調査の目的と基本的事項 3～ 7
2. 交野市の現状 8～18
3. 先進市視察 19～24
4. 市民等との意見交換会 25～35
5. 交野市への提言 36～38

1. 調査の目的と基本的事項

調査の目的

本調査の目的は、今後さらなる高齢化が予測される本市において、高齢者がその人らしく生きるためには健康の維持が不可欠であるという問題意識から、本市としても重要施策として取り組みを進めている「健康寿命の延伸」について、委員会として先進市視察や市民等との意見交換会を行い、そこで得られた知識や現場の声を手掛かりに、本市の健康寿命の延伸を進めるための提言を行うことである。

調査の概要①

調 査 期 間

平成30年10月30日～令和元年6月28日

調査主体（都市環境福祉常任委員会）

委員長	片岡 弘子
副委員長	松村 紘子
委員 (議席番号順)	藤田 茉里
	前波 艶子
	黒瀬 雄大
	野口 陽輔
	友井 健二

調査の概要②

日 付	調 査 内 容
平成30年10月30日	テーマの決定（「健康寿命の延伸について」）
平成30年11月28日	交野市の現状把握（健康増進課による説明）
平成31年2月6～7日	埼玉県志木市、千葉県柏市視察
令和元年5月27日	平成30年度通所型サービスC実施事業者及び元気アップメイトとの意見交換会
令和元年6月28日	提言の作成

※上記以外にも委員会及び協議会を開催し、調査の方向性等についての議論を重ねた。

健康寿命とは

健康寿命：健康上の問題で日常生活動作が制限されことなく自立している期間のこと

(※) 健康寿命 = 平均寿命 (0 歳の平均余命) - 不健康な期間

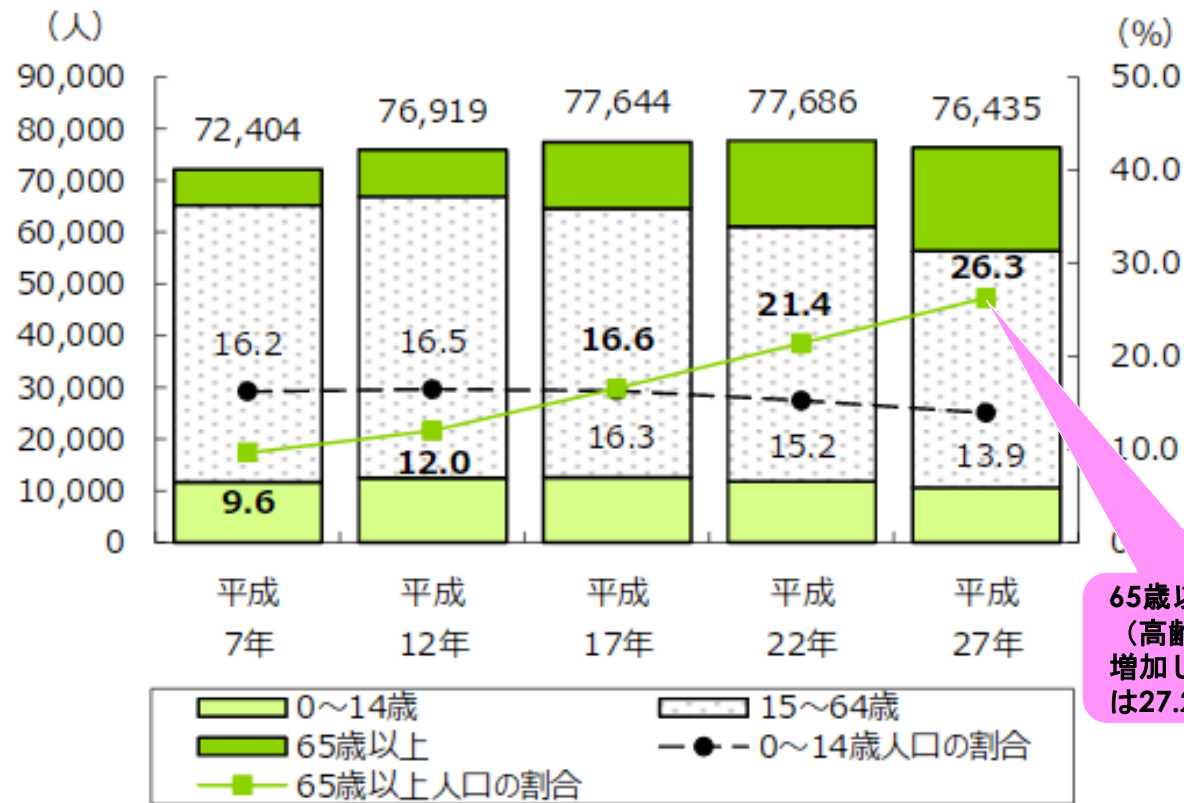
(介護保険の要介護度の要介護 2～5 を不健康な状態とし、それ以外を健康な状態として健康寿命を算出)

平均寿命	
健康寿命	不健康な期間

※健康寿命の数値は、採用する算出方法によって異なる。

2. 交野市の現状

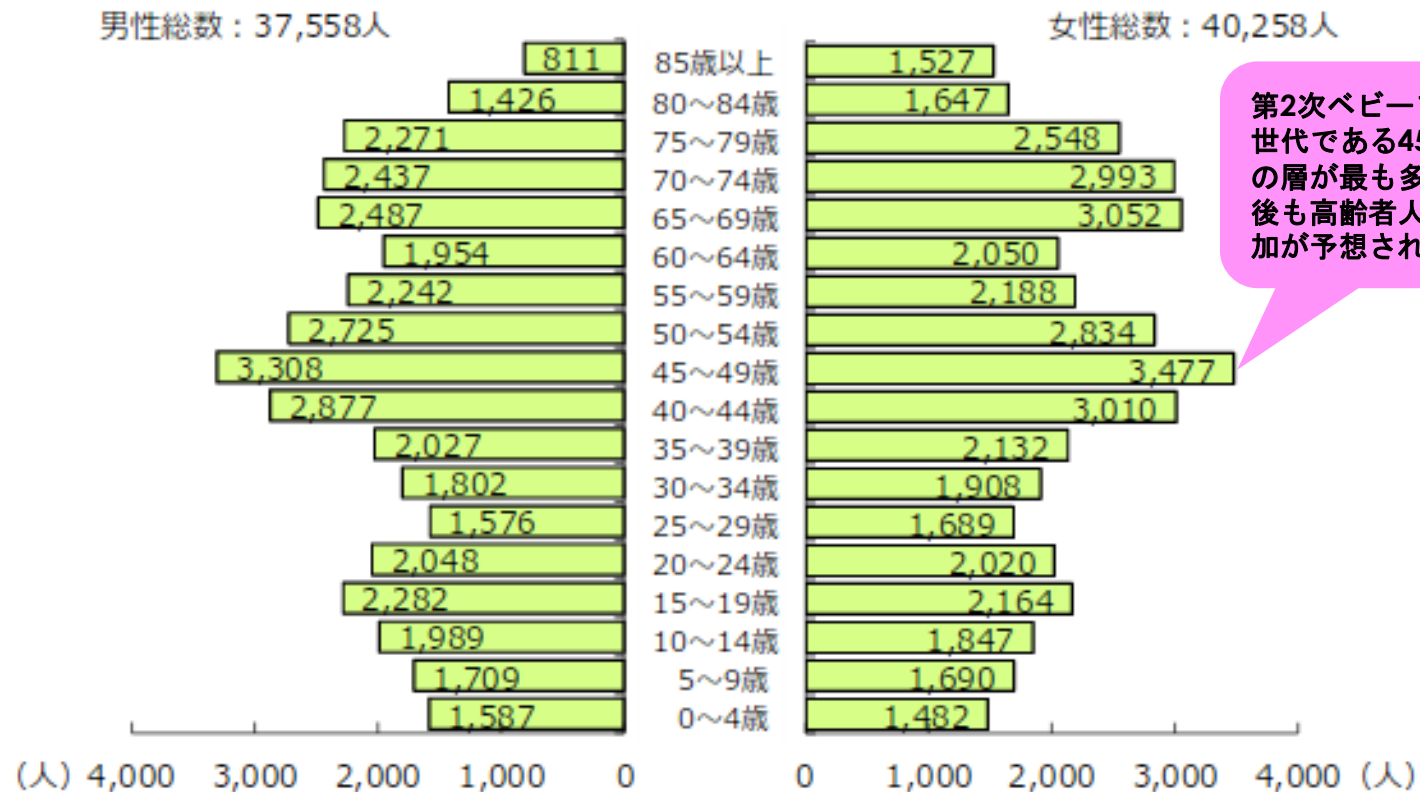
交野市の総人口と少子高齢化率の推移



資料：国勢調査（各年10月1日）

65歳以上人口割合
（高齢化率）は年々
増加し、平成30年
では27.2%

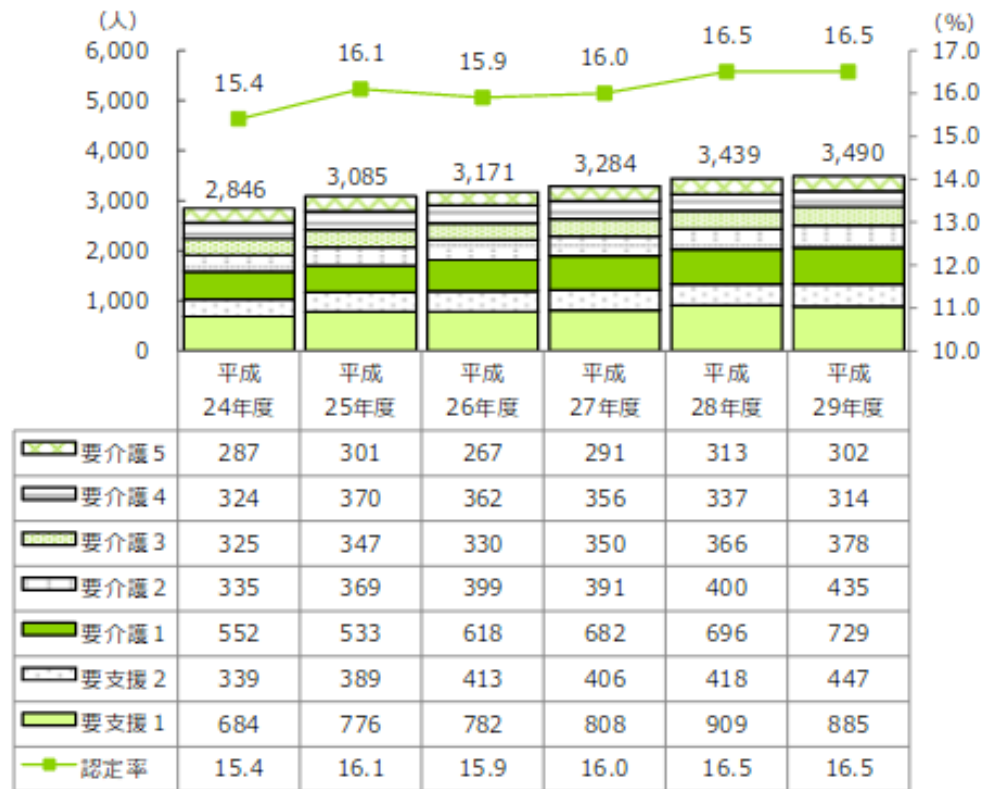
交野市の人口ピラミッド



第2次ベビーブーム世代である45~49歳の層が最も多く、今後も高齢者人口の増加が予想される。

資料：住民基本台帳（平成30年3月31日）

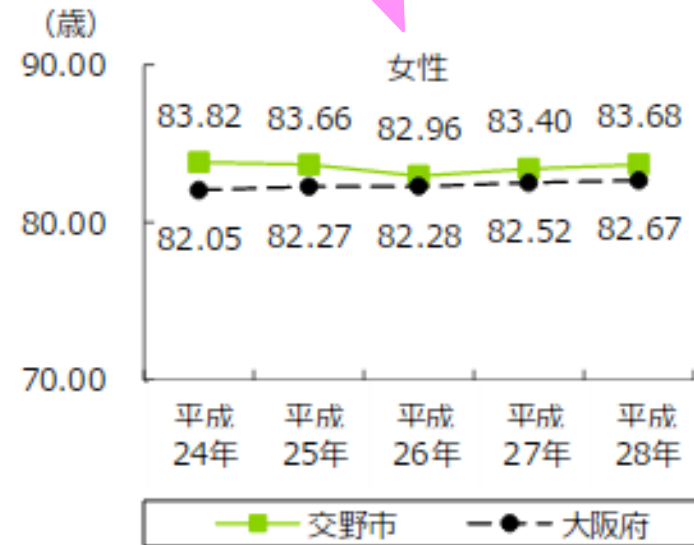
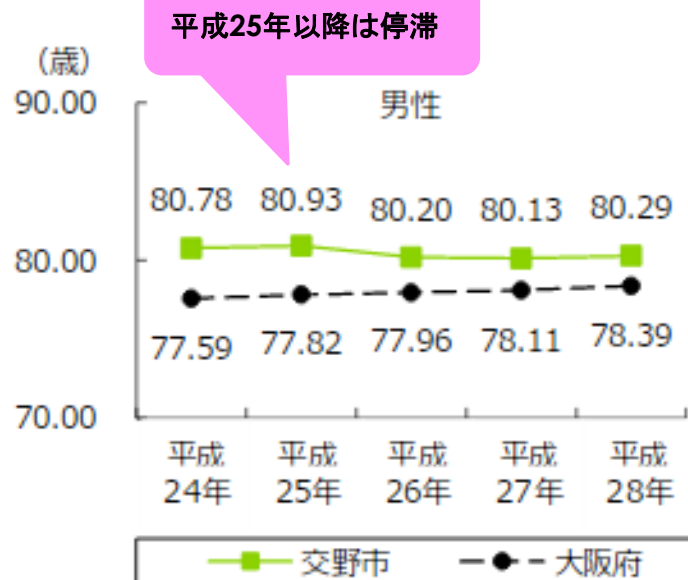
交野市の要介護認定者数・認定率の推移



要支援1・要介護1の順に多く、認定率は増加傾向

資料：介護保険事業状況報告事務事業概要

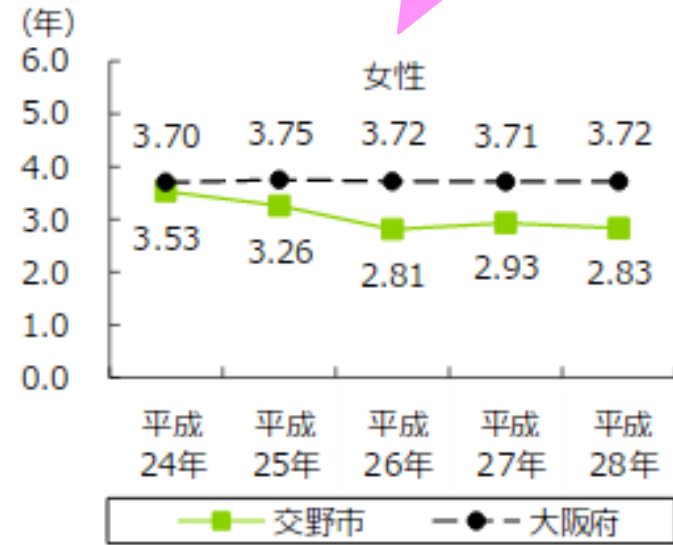
健康寿命の推移



資料：大阪府

不健康な期間の推移

健康寿命は女性の方が長い
が、不健康な期間も長い



資料：大阪府

都道府県別健康寿命（平成28年）

（男性）

1位 長野県（80.55）
2位 滋賀県（80.39）
3位 奈良県（80.27）

：

36位 大阪府（78.85）

：

45位 沖縄県（78.36）
46位 秋田県（78.12）
47位 青森県（77.44）

（女性）

1位 長野県（84.60）
2位 大分県（84.57）
3位 滋賀県（84.44）

：

41位 大阪府（83.16）

：

45位 和歌山県（82.92）
46位 秋田県（82.82）
47位 青森県（82.66）

都道府県では下位

府内市町村別健康寿命（平成28年）

（男性）

1位 豊能町（81.49）

2位 池田市（81.16）

3位 田尻町（81.00）

：

10位 交野市（80.29）

：

41位 東大阪市（77.42）

42位 門真市（77.01）

43位 大阪市（76.83）

（女性）

1位 箕面市（84.65）

2位 池田市（84.56）

3位 田尻町（84.54）

：

7位 交野市（83.68）

：

41位 門真市（81.59）

42位 守口市（81.49）

43位 泉南市（81.39）

府内では上位

交野市としての目標値

指標		現状値	目標値 (2024 (令和6) 年度)
健康寿命の延伸	男性	80.29歳	2歳以上延ばす
	女性	83.68歳	

大阪府データ
(2017 (平成29) 年)

交野市の主な死因別死亡数の割合 (平成28年)

- 1位 悪性新生物 (29.3%)
- 2位 心疾患 (高血圧性除く) (16.6%)
- 3位 肺炎 (8.2%)
- 4位 老衰 (7.9%)
- 5位 脳血管疾患 (7.4%)

資料：平成28年人口動態統計（大阪府HP）

交野市の現状（課題）



- ① がん検診・成人歯科健診の受診率が低い
- ② 特定健診結果における高血圧・脂質異常該当者で未治療者の割合が高い
- ③ 運動習慣者が減少している
- ④ 喫煙率が改善されていない
- ⑤ 地域活動への参加者が減少している
- ⑥ 食育に関心がある人の割合が低い

3. 先進市視察

先進市視察の概要

視 察 先	埼玉県志木市
日 時	平成31年2月6日（水）午後2時00分～午後4時00分
視察内容	①健康寿命のばしマッスルプロジェクト ・いろは健康ポイント事業 ・健康になりまっする教室 ②おいしく減塩！「減らソルト」プロジェクト ほか
視 察 先	千葉県柏市
日 時	平成31年2月7日（木）午前10時00分～正午
視察内容	①長寿社会のまちづくり事業 ・在宅医療の推進 ・医療と介護の連携促進 ・フレイル（※）予防の推進 ほか

※年齢に伴って心身の活力（筋力、認知機能、社会とのつながりなど）が低下した状態

人口約7万6千人で
人口規模が交野市
に近い。

志木市視察のポイント

- 参加者が多く（平成30年度2,718人（対象者40歳以上））脱落者の少ない（参加率95%）健康ポイント事業を実現し、医療費抑制効果を上げている。
- 過去の特定健診未受診者について分析を行い、その人にあった通知を送ることで、特定健診受診率を向上させている（平成29年度受診率40.6%）。
- 集団検診の尿検査時に採取する尿を使って、推定摂取食塩量検査も同時に行っている。
- 健康事業の推進のために、組織体制の整備や担当課間での連携に力を入れている。

志木市視察風景



市内29か所に設置。
歩数計をかざす。



柏市視察のポイント

- 高齢になっても、住み慣れた地域で人間関係や生活環境を変えずに、自分らしく暮らし続けることができるためのまちづくりを進めている。
- 病床利用率が高かったことや自宅で最期を迎えたいという市民のニーズが多く聞かれることから、在宅医療を推進している。
- 高齢者の生きがいづくりや介護予防等のための「セカンドライフ就労」に力を入れている。
- 中核拠点（柏地域医療連携センター）を設置し、地域医療の推進と多職種連携を進めている。

柏市視察風景



4. 市民等との意見交換会

意見交換会の概要

日 時

令和元年5月27日（月）午後1時00分～午後2時30分

内 容

<第1部>

平成30年度通所型サービスC実施事業者との意見交換会

- ①高齢介護課職員による実施事業等についての説明
- ②平成30年度通所型サービスC実施事業者との意見交換

<第2部>

元気アップメイトとの意見交換会

- ①高齢介護課職員による活動等についての説明
- ②元気アップメイトとの意見交換
- ③元気アップメイトによる元気アップ体操の披露

意見交換会相手先①

相手先	(株)しんキュービック (平成30年度通所型サービスC実施事業者)
参加者	2名
事業内容等	事業名称：元気アップ大作戦 目的：高齢者の生活機能を阻害する運動機能や栄養、口腔機能を改善し、生活機能の向上とその低下を予防し、生きがいと自己実現の達成を目指す。 対象：65歳以上の市民で、要支援認定1・2及び事業対象者の認定を受けている人 事業内容：健康チェックや運動機能等の講義や実技に加え、リハビリ専門職が自宅に訪問し、一人ひとりにあった自主トレメニューを作成するなど、3か月週1回の通所で効果的な取り組みを行う。また、担当のケアマネージャーとも連携し、より効率的に日常生活の困りごとの解消を図る。 利用者数：25名（うち修了者19名）

通所型サービスCとは

通所型サービスCとは、介護予防・日常生活支援総合事業の通所型サービスとして、状態改善の達成を目指す期間（原則3か月程度）を明確に設定した上で、保健・医療の専門職が、事業対象者の機能低下（運動機能・栄養状態・口腔機能の低下）の状況に応じて、集中的に通所型予防サービスを提供するもの

通所型サービスC実施事業者との 意見交換会①

行政ができることは何であると
考えますか？

開催場所のゆうゆうセンターへの
アクセスが難しい人もいたので、
この事業がもっと地域に広がれば
良いのではないかと思います。



通所型サービスC実施事業者との 意見交換会②

サービス修了後
には、どういっ
たフォローが必要
ですか？

様々な機関や専門職が、その人にとって
は何が必要なのかということを、それぞ
れの強みを活かしながら一緒になって考
えていくことが大切だと思います。

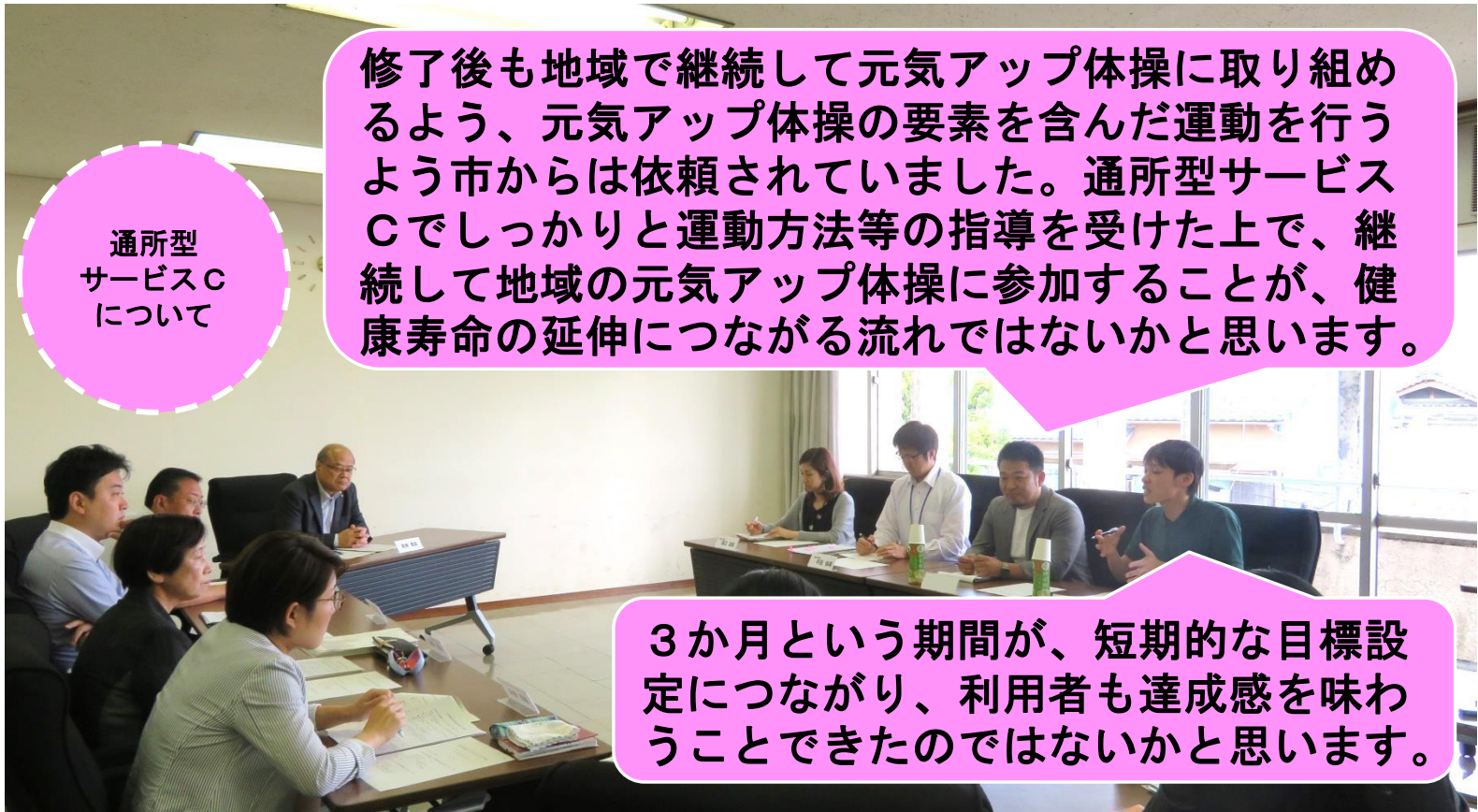


通所型サービスC実施事業者との 意見交換会③

通所型
サービスC
について

修了後も地域で継続して元気アップ体操に取り組めるよう、元気アップ体操の要素を含んだ運動を行うよう市からは依頼されていました。通所型サービスCでしっかりと運動方法等の指導を受けた上で、継続して地域の元気アップ体操に参加することが、健康寿命の延伸につながる流れではないかと思います。

3か月という期間が、短期的な目標設定につながり、利用者も達成感を味わうことできたのではないかと思います。



意見交換会相手先②

相手先	元気アップメイト
参加者	4名
活動内容等	活動内容：市内の集会所等で市民主体にて実施している「地域元気アップ教室」で「交野市元気アップ体操」を普及するサポーターとして活動。約1時間の活動に対し3～4名体制。市内47のグループが地域で主体的に元気アップ体操に取り組んでいるが、そのうち44のグループから元気アップメイトの派遣依頼がある（令和元年5月27日時点）。 養成講座：年20回（10回×2回）。対象は高齢者の健康づくりを応援したいと思っている市民（年齢制限なし）。 登録人数：111名（平成30年度養成人数：10名）

元気アップメントとの意見交換会①



行政に対する
要望はありま
すか？

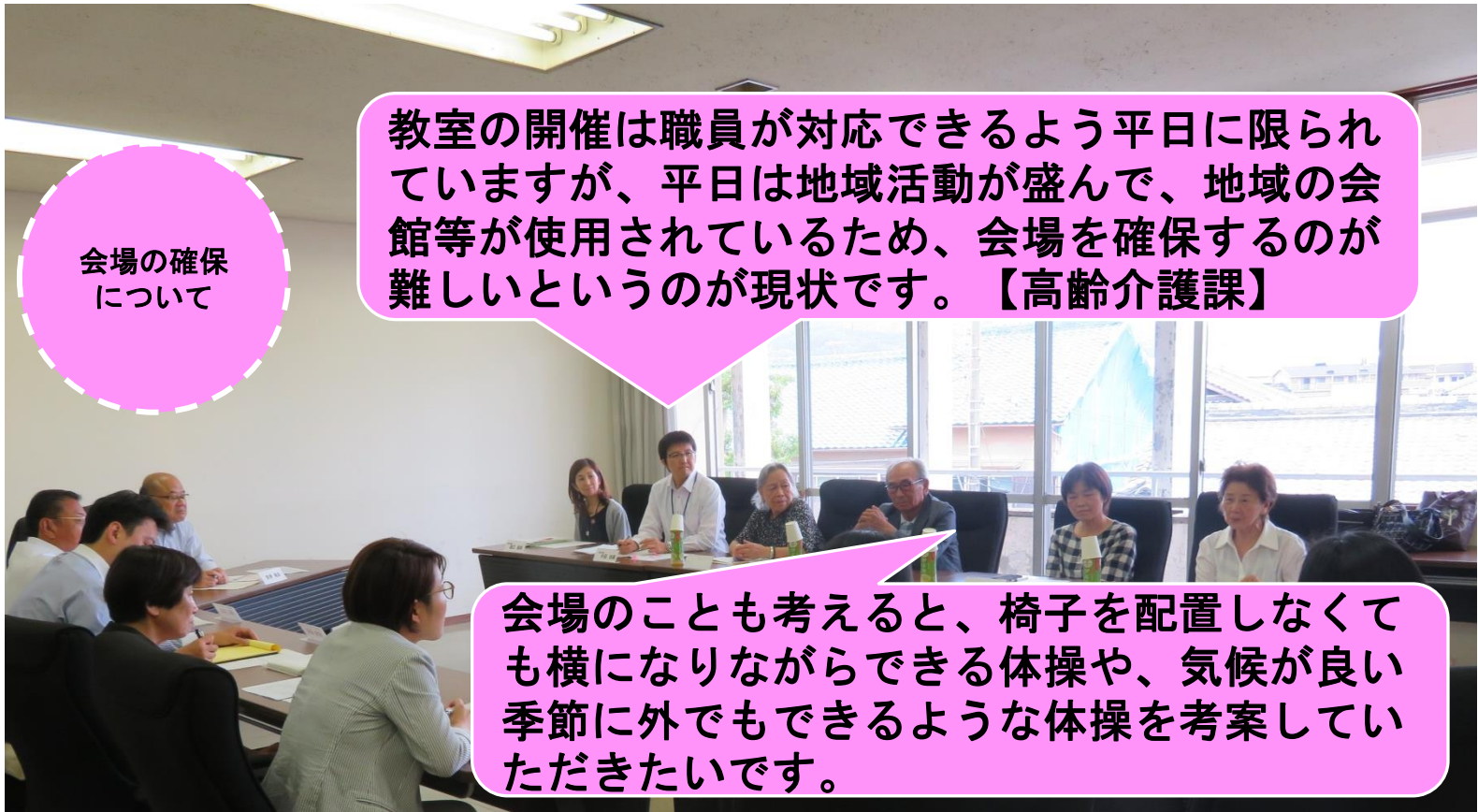
教室が狭いので、会場を増や
し、もっと男性の方にも参加
していただきたいです。

元気アップメイトとの意見交換会②

会場の確保
について

教室の開催は職員が対応できるよう平日に限られていますが、平日は地域活動が盛んで、地域の会館等が使用されているため、会場を確保するのが難しいというのが現状です。【高齢介護課】

会場のことも考えると、椅子を配置しなくても横になりながらできる体操や、気候が良い季節に外でもできるような体操を考案していただきたいです。



元気アップメイトとの意見交換会③

その他意見

自治会など、地域でやっているものには参加しづらいている人にとっては、特別養護老人ホームや介護老人保健施設などで開催されているものの方が参加しやすいのではないかと思います。



5. 交野市への提言

交野市への提言①

- 平成30年度の通所型サービスCについては、会場がゆうゆうセンター1か所であったことから、会場へのアクセスが困難であった人もいたため、今後、通所型サービスCを進めるにあたっては、たとえば会場数を増やすなど、より通所しやすいサービスの実現に向け取り組んでいただきたい。
- 通所型サービスC修了者に対するサービス修了後のフォローアップについては、その重要性から、事業者や各種専門職と連携をはかりながら、これまで以上に取り組んでいただきたい。

交野市への提言②

- 地域元気アップ教室を開催するための会場確保が困難であるということから、屋外でも行うことができる体操を考案するなど、柔軟な発想をもって会場確保の問題に取り組んでいただきたい。
- 自治会など地域で開催される地域元気アップ教室への参加に対して抵抗がある人にとっては、特別養護老人ホームなどの地域を問わずに参加できそうな会場の方が参加しやすいのではないかという声があったことから、特別養護老人ホームなどでの開催については、会場数や開催数を増やすなど、今後も前向きに取り組んでいただきたい。