

蓮田市

～出前健康相談・健康教育～

(1) 蓮田市の概況

(ア) 蓮田市の基本情報

蓮田市は、埼玉県の県南東部に位置しており、都心から40km圏内に位置している。地形は南北に長く、大宮台地の支台が市内の西南部と北東部に丘陵地を形作っており、中心地は元荒川による沖積低地が広がっている。近年には、国道122号バイパスや蓮田スマートインターチェンジの開通、蓮田駅西口駅前の整備など、都心をはじめ各地からのアクセスが向上し、都心のベッドタウンとして住みやすい環境を備えている。

利便さの一方で、緑のトラスト地に選定された黒浜沼、山ノ神沼など市内に点在する緑の空間と国指定史跡の黒浜貝塚や長い伝統を誇る閩戸の式三番などの文化遺産を持つ街でもある。また、梨の栽培面積は埼玉県で第3位であり、市の特産品になっている。便利さと自然・文化を兼ね備えた蓮田市は平成24年10月に市制40周年を迎える。

①面積	27.27k m ²
②人口	63,309 (H22.10.1)
③②のうち65歳以上人口	14,965

※資料：平成22年 国勢調査

	H19	H20	H21	H22 (構成比)	H23 (構成比)
年少人口 (0～14歳)	7,999	8,015	8,024	7,833 (12.4%)	7,860 (12.32%)
生産年齢人口 (15～64歳)	43,526	42,876	42,142	40,510 (64.0%)	41,115 (64.45%)
老年人口 (65歳以上)	12,465	13,137	13,917	14,965 (23.6%)	14,821 (23.23%)

※資料：埼玉県の人口動態概況庁内WEB統計 年齢別人口表

(イ) 人口分布概要と見込み

[高齢化の状況]

高齢化の推移と将来推計

単位：人

	平成2年	平成7年	平成12年	平成17年	平成22年	平成27年	平成32年	平成37年	平成47年
	国勢調査人口					将来推計人口			
総人口	59,706	63,920	64,386	63,474	63,309	60,480	58,301	55,578	48,833
高齢化率	8.5%	10.3%	13.6%	18.1%	23.6%	29.7%	33.3%	34.6%	37.9%
高齢者人口 (65歳以上)	5,050	6,581	8,733	11,499	14,965	17,973	19,391	19,236	18,485
前期高齢者 (65～74歳)	3,147	4,176	5,456	7,126	9,041	10,289	9,409	7,150	6,756
後期高齢者 (75歳以上)	1,903	2,405	3,277	4,373	5,924	7,684	9,982	12,086	11,729

資料：平成22年までは国勢調査

平成27年以降は「日本の市町村別将来推計人口(平成20年12月推計)」「平成17年国勢調査人口を基準に推計」

- ・人口約6万4千人前後、人口減少が続いている。
- ・高齢化率は、埼玉県の市の中で2番目に高い。

(2) 蓮田市の取組

(ア) 取組の概要

平成12年度の「21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21）」を受けて、平成13年度からの2か年において、健康寿命の延伸、壮年期死亡の減少、生活の質の向上を目指して市民や地域の団体、行政が一体となり、市民参加型の健康増進計画（健康はすだ21はなみずきさわやかプラン）を策定した。平成15年度には、市域で活躍する団体の会長に推薦していただいた代表者と行政関係職員で構成した健康づくり推進員連絡会議を設置した。

平成14年度までは、「健康教室」という名称で、40歳以上の市内在住のかたに年会員制での健康講座の開催と一部団体に「依頼による健康教育」を実施していた。平成15年度から「出前健康相談・健康教育」と名称を変更し、新規の利用者を増やし、利用者が「自らの健康は自らつくる、健康づくりの主役は自分である」と認識し、できることから健康づくりを行うきっかけをつくる機会とした。また、「健康はすだ21はなみずきさわやかプラン」を普及し、推進する場とした。

(イ) 取組の契機

「出前健康相談・健康教育（以下、相談・教育）」を開始する以前は、定例健康相談や募集型の健康教育を主に行っていたが、新規・延べ人数とも利用者数は伸び悩み、限られた対象への情報提供に留まっていた。新規利用者数の増加及び幅広い対象に対する情報発信を目的として、「健康はすだ21はなみずきさわやかプラン」の推進を開始した平成15年度から本事業を正式に開始した。

(ウ) 取組の内容

市内の10人以上の団体からの申請により、依頼された場所に保健師・看護師・栄養士などが出張し、相談・教育を行う。

○開始年度：平成15年度より正式に周知し開始

○内容：血圧測定、検尿、体脂肪測定、健康・栄養相談、健康講話、調理実習

○回数：平成15年から20年度までは1団体につき年間2回まで、平成21年度から1団体につき年間1回までの利用

○申込：希望日の1か月前までに健康増進課に申し込み

○予算：医薬材料費 15,000 円（H23年度）＋役務費 12,000 円

・主な利用団体：自治会、地域サロン、ミニデイサービス、老人クラブ、母子愛育会など

・主な講話内容：生活習慣病予防、高齢者の健康・食生活、腰痛・ひざ痛・転倒予防、熱中症予防、認知症予防、インフルエンザ予防など

(エ) 取組の効果

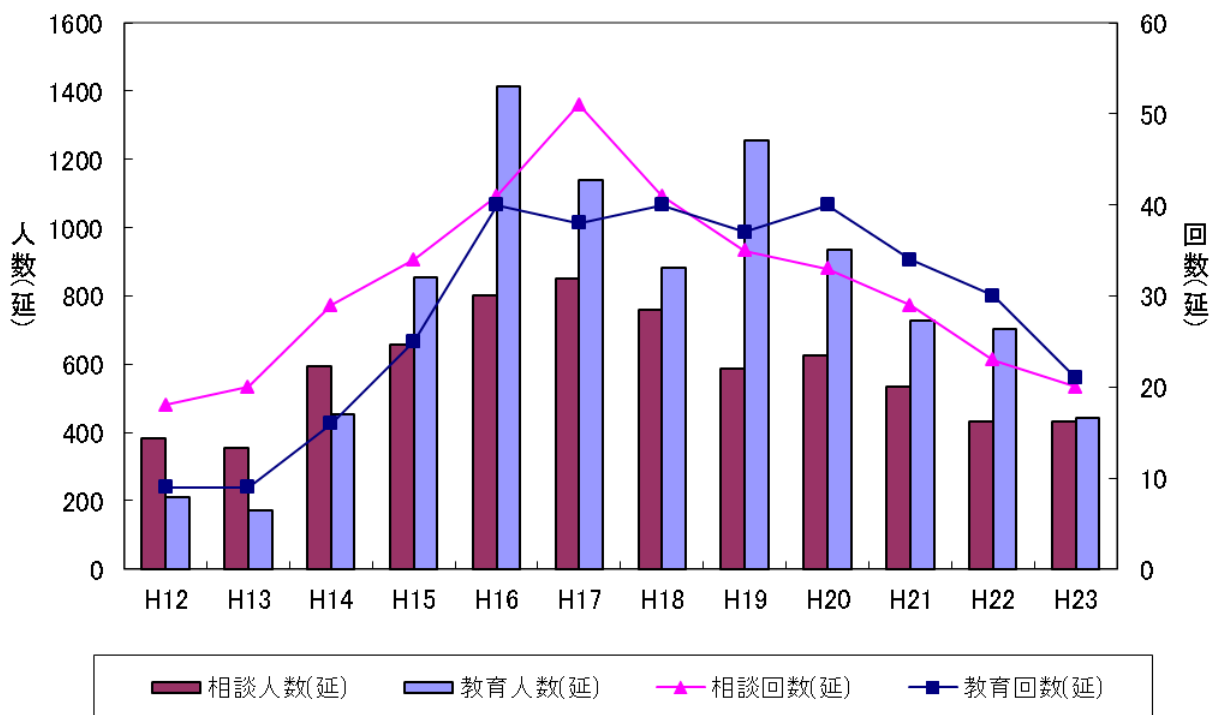
本事業を正式に開始した平成15年度から、相談・教育ともに利用者数が増加した。1団体につき、年間2回までの利用であった平成20年度までは、増減はあるもののほぼ横ばいであった。しかし平成21年度からは、他の業務量の増加やマンパワー不足により、

利用回数を年間1回に減らしたことが影響し、利用人数、実施回数とも減少傾向にあるが、事業の継続により、平成15年度から23年度までの相談人数は延べ5,681人、教育人数は延べ8,359人となり、多くの方に健康情報を伝えることができた。

本事業の実施にあたっては、健康づくり推進員の所属団体の協力を得たこともあり、相談・教育とも利用者が増加した。保健師・栄養士が様々な団体とつながり、専門職が身近なものと感じてもらえることができた。また、「健康はすだ21 はなみずきさわやかプラン」の普及の場となっている。

利用者からの感想としては「自分の測定結果がわかりよかった」、「勉強したことを行動に移す、速やかに行うことが大事と感じた」、「自分一人の健康づくりはもちろんであるが、地域・社会全体が元気になることが重要と再認識した」等の意見をいただいた。本事業を行うことにより、保健師・栄養士が地域に出て行く機会となり、市の保健業務をPRできる場となり、さらに地域の住民から様々な情報を得ることで、その地域の特性がわかり、ニーズの把握ができる機会ともなっている。

利用人数・回数推移



	H12	H13	H14	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22	H23
相談人数(延)	382	355	595	658	802	851	759	586	626	535	431	433
教育人数(延)	211	171	454	853	1415	1140	884	1255	936	729	704	443
相談回数(延)	18	20	29	34	41	51	41	35	33	29	23	20
教育回数(延)	9	9	16	25	40	38	40	37	40	34	30	21

(オ)成功の要因、創意工夫した点

業務量の増加、マンパワーの不足により利用回数を1団体につき年間1回に減らしたが、各団体の依頼に応じ、事業実施を継続した。各団体の希望やニーズにできる限り沿うように心がけ、教育・相談を行った。健康カレンダーや健康はすだ21ダイジェスト版に内容を掲載し、PRを行った。

これにより、保健師・栄養士が健康に関する支援者の役割を担っていることを認識していただけるようになり、本事業が各団体の定例事業として位置づけられるようになった。

また、たくさんの市民が集まる各スポーツ大会やイベント時に健康相談を実施することで、幅広い年齢層の方の健康への関心を高めるきっかけづくりの場としている。

(カ)課題、今後の取組

平成21年度からは、利用者、回数とも減少傾向にはあるが、今後も継続して取り組むことで、利用者数の増加並びに利用団体の拡大を図っていききたい。特に働き盛りの40代、50代といった若い世代や団体に属していない人にどうアプローチしていくかが今後の課題であり、今まで依頼が少なかったPTAや生涯学習団体への働きかけも検討していききたい。

今後も健康づくり推進員の所属団体の協力も得ながら、あらゆる機会を通じてPRし、新たな利用者を増やしていききたい。また、内容を充実させ、地域全体に健康情報を伝えていくとともに、それをきっかけに、市民の方々が身近な場所に集まる場が増えていくとよいと考える。

はすだを元気にしたい!!
健康づくりを推進するにあたり、健康づくり推進員の所属する各団体の協力を得て、健康づくり推進員が各団体の定例事業として実施する。また、健康づくり推進員が各団体の定例事業として実施する。また、健康づくり推進員が各団体の定例事業として実施する。

新・健康はすだ21
はなみずきざわやかプラン
＜平成21年度～24年度＞
版 告 版

新・健康はすだ21 (はなみずきざわやかプラン)とは...
市町村、団体など行政が一体となってそれぞれの役割をもとめながら健康づくりの推進を図る。健康づくり推進員が各団体の定例事業として実施する。また、健康づくり推進員が各団体の定例事業として実施する。

健康・食生活 『誰もががれいならながら笑顔あふれる食卓を実現する』
一人ひとりが健康・食生活の大切さを認識し、健康づくり推進員が各団体の定例事業として実施する。また、健康づくり推進員が各団体の定例事業として実施する。

アルコール 『若年者の飲酒、成人において過度な飲酒をなくし、飲酒のある適度な飲酒をこころがける』
飲酒の量を控え、飲酒の頻度を減らす。また、健康づくり推進員が各団体の定例事業として実施する。また、健康づくり推進員が各団体の定例事業として実施する。

たばこ 『たばこが健康に与える影響について、正しい知識の普及を図る』
たばこが健康に与える影響を認識し、健康づくり推進員が各団体の定例事業として実施する。また、健康づくり推進員が各団体の定例事業として実施する。

健康・運動 『一人ひとりが健康に関心をもち、自分の健康がさらに進歩するように行動できる。さらに地域全体で健康づくりを実施する体制を築く』
健康づくり推進員が各団体の定例事業として実施する。また、健康づくり推進員が各団体の定例事業として実施する。

〒980-0855 仙台市青葉区中央1-1-1
仙台市健康増進センター
健康づくり推進課
TEL 022-238-3111 (代表)

仙台市健康増進センター