# 健康長寿に係る先進的な取組事例

# 行田市

## ～熱中症おたすけ隊事業～

## （１）取組の概要

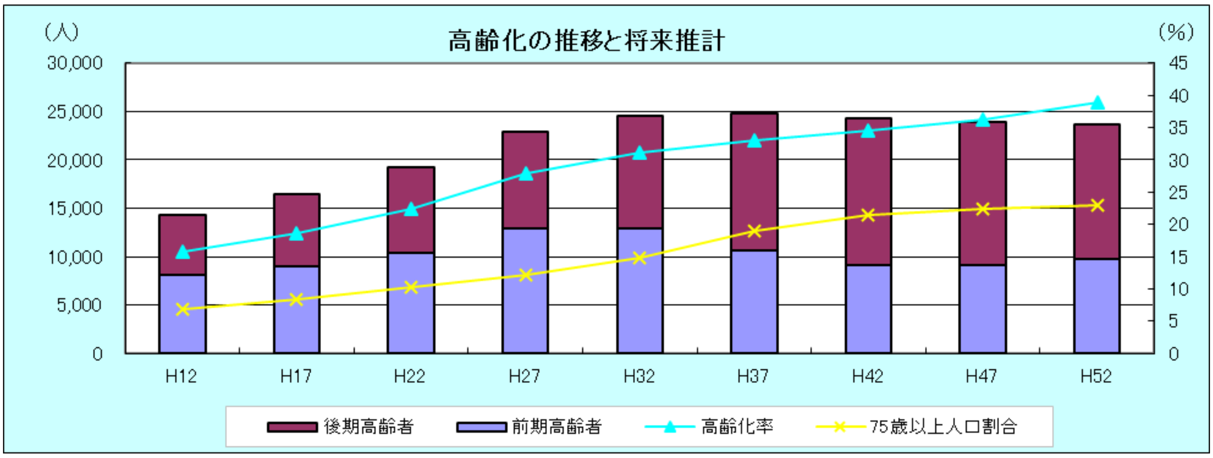
行田市は、国宝「金錯銘鉄剣」が出土した稲荷山古墳をはじめ、日本最大の円墳である丸墓山古墳など９基の大型古墳が群集する「埼玉古墳群」を有し、埼玉県発祥の地として知られている。また、市内には、忍城址、足袋蔵など、風情のある街並みと、悠久の眠りから目覚め開花した古代蓮をはじめ、豊かな自然と歴史が息づくまちである。

この事業は、「健活プロジェクト」の一環として、市民一人ひとりが自らの健康を見直し、「生涯を通じた健康づくり」に向けた意識を持つことができるよう健康知識の普及啓発を行うことを目的としている。また、本事業を継続して実施することで健康意識を持つ市民の拡大を図り、地域への健康情報の発信源になる人材を育成する。

## （２）取組の契機

### （ア）高齢化の推移と将来推計

高齢化率の推移では、平成 12 年に 15.9%であったが、平成 28 年は 28.7%と急速に上昇している。将来推計でも、平成 42 年には 34.5%と年々増加が見込まれている。

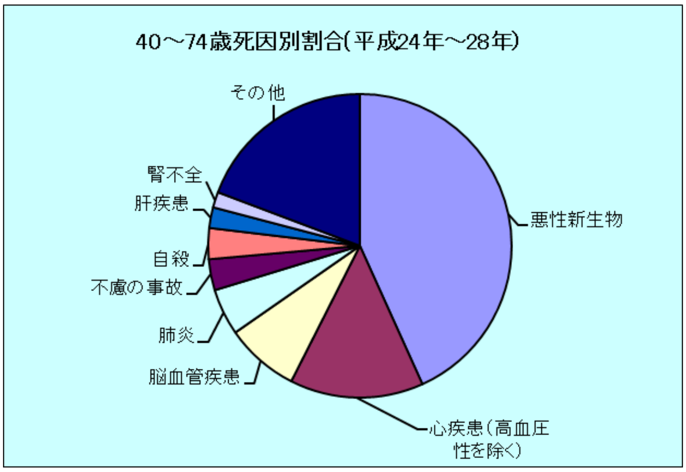



資料：埼玉県の健康指標総合ソフト（平成２９年度）

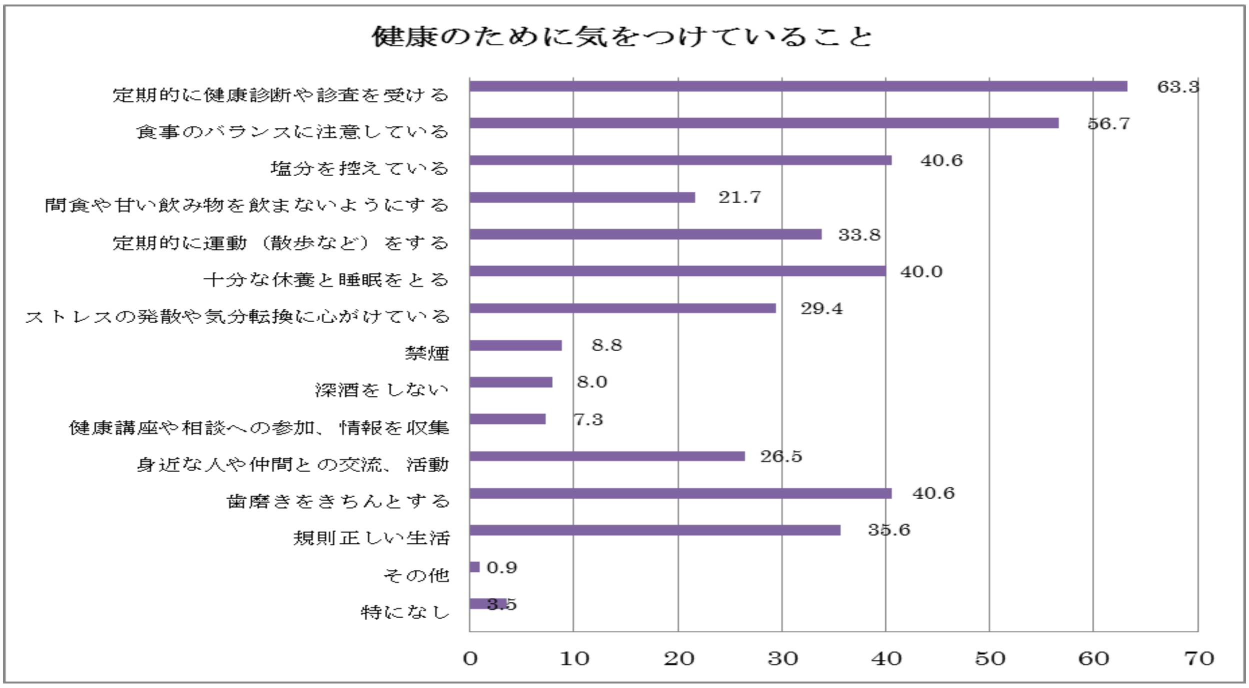
### （イ）生活習慣病での高い死亡数

悪性新生物、心疾患、脳血管疾患の死亡数が高い状況である。これらの生活習慣病は予防できることから、正しい知識を身につけ毎日の生活を見直すことにより健康寿命を延ばすことが重要である。

資料：埼玉県の健康指標総合ソフト（平成２９年度）



（ウ）健康意識の実態




資料：第２次行田市健康増進・食育推進計画

「健康に関する市民意識調査」の結果から、健康のために気をつけていることでは、定期的な健康診断や診査を受ける人が63.3％と高く、その他、栄養・歯・運動について意識が高い人が多く見られる。しかしながら、健康講座や相談への参加、禁煙、飲酒については、意識が低い状況である。

## （３）取組の内容

| 事業名 | 熱中症おたすけ隊事業 | |
|---|---|---|
| 事業開始 | 平成２５年度 | |
| | | |
| | 平成３０年度 | 平成２９年度 |
| 予　　算 | ５．４万円（見込み）<br>・講師謝金　１．５万円<br>・教材費　２万円<br>・郵送費　１．９万円 | ５．６万円<br>・講師謝金　２万円<br>・教材費　１．９万円<br>・郵送費　１．７万円 |
| 参加人数 | ８８３人 | ７６９人 |
| 期　　間 | 平成29年３月～平成30年10月 | 平成29年４月～平成29年10月 |
| 実施体制 | キックオフ事業　１回<br>アンバサダー講座　６回<br>熱中症予防大会　１回<br>出前講座実施回数　１９回<br>活動報告会　１回 | キックオフ事業　１回<br>アンバサダー講座　６回<br>熱中症予防大会　１回<br>出前講座実施回数　１２回<br>活動報告会　１回 |

（ア）熱中症おたすけ隊の募集（平成２９年３月）

市民けんこう大学修了生（１期生：３７名、２期生：３８名、３期生：５６名、４期生：３６名、５期生：３４名）に対し、案内通知を送付。

【申込者数：２９名（１期生４名・２期生５名・３期生４名・４期生８名・５期生８名）】

（イ）キックオフ事業の実施（平成２９年３月）

知識及び意欲の向上と仲間づくりを目的に、熱中症に負けない身体づくりとして運動実習の実施と共に、熱中症おたすけ隊の活動や実績の説明を行った。

（ウ）熱中症アンバサダー講座の実施（平成３０年４月～６月）

「熱中症おたすけ隊」を養成するためのアンバサダー講座を実施。

【全６講座　参加人数延べ１５８名】

※「健康づくりにおける相互応援に関する協定」等を締結している大塚製薬株式会社と連携し、最新情報や科学的根拠に基づいた情報を学ぶと共に、本市の高齢化率などの健康情報を知り、健康知識を高めた。

| | 講座内容 | 日時 | 講師 | 出席者数 |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 【講座①】熱中症「０」を目指して①<br>・情報提供「クールオアシスについて」 | ４/１７（火）<br>午後１時半～ | 大塚製薬（株）<br>保健センター職員 | ２５人 |
| 2 | 【講座②】熱中症「０」を目指して②<br>・情報提供「本市の H29 年度救急搬送統計」 | ４/２３（月）<br>午後１時半～ | 大塚製薬（株）<br>保健センター職員 | ２９人 |
| 3 | 【講座③】「presentation」<br>・グループ演習（自己紹介・連絡網作成） | ５/７（月）<br>午後１時半～ | 大塚製薬（株）<br>保健センター職員 | ２８人 |
| 4 | 【グループ演習】大人編<br>・デモンストレーション | ５/１５（火）<br>午後１時半～ | 保健センター職員 | ２６人 |
| 5 | 【グループ学習】子供編<br>・デモンストレーション | ５/２１（月）<br>午後１時半～ | 保健センター職員 | ２６人 |
| 6 | 【熱中症予防推進大会予行演習】<br>・リハーサル、役割分担<br>・出前講座担当決め、グループ演習 | ６/５（火）<br>午前１時半～ | 保健センター職員 | ２４人 |

（エ）熱中症予防推進大会の開催（平成３０年６月）

第一部として市長の挨拶後に「熱中症おたすけ隊２０１８委嘱式」、「熱中症予防対策宣言」、「救急隊が教える熱中症予防と応急手当」として寸劇を交えた講演を行った。

第二部は「夏の気象セミナー」として気象キャスター檜山氏による講演会、大塚製薬（株）による熱中症対策の最新情報提供を行い、熱中症予防を中心とした健康づくりに関する知識の普及を図った。

【参加者２８７名】

（オ）出前講座の周知（平成３０年４月～）

保育園（こども未来課に協力依頼）幼稚園、シニアクラブ（社会福祉協議会に協力依

頼）、保健協力員、民生委員（高齢者福祉課に協力依頼）、地域公民館にチラシを配布。

### （カ）出前講座の実施（平成３０年５月～９月）

出前講座は一般向け１５回、子供向け４回の合計１９回の依頼があり、計５６７名（大人３１３名、子供２５４名）に出前講座を行った。熱中症おたすけ隊は４グループに分かれてパワーポイント等を用いた活動を行った。

| | 団体名 | 日時 | 会場 | 担当 | 参加人数 | 大人 | 子供 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 二佐間自治会 | 5/31(木)10:15～ | 佐間公民館 | 1班 | 24 | 24 | |
| 2 | 南河原ほがらかサロン | 6/13(水)13:30～ | 南河原新井屋敷集会場 | 4班 | 9 | 9 | |
| 3 | 太井保育園 | 6/14(木)10:00～ | 太井保育園 | 2班 | 63 | 5 | 58 |
| 4 | 菊野台サロン | 6/14(木)10:30～ | 菊野台自治会館 | 1班 | 25 | 25 | |
| 5 | 熊谷太井保育園 | 6/14(木)10:45～ | 熊谷太井保育園 | 2班 | 51 | 3 | 48 |
| 6 | 小針いきいきサロン | 6/21(木)13:30～ | 小針自治会センター | 2班 | 28 | 28 | |
| 7 | ことぶきサロン | 6/25(月)11:30～ | 桜町田端会館 | 4班 | 18 | 18 | |
| 8 | 太田中学校 | 6/25(月)15:30～ | 太田中 | 3班 | 26 | 20 | 6 |
| 9 | 西新町老人会 | 6/28(木)13:00～ | 西新町自治会館 | 2班 | 23 | 23 | |
| 10 | 持田保育園 | 7/2(月)9:30～ | 持田保育園 | 1班 | 99 | 6 | 93 |
| 11 | 保健協力会(忍支部) | 7/2(月)10:00～ | みずしろ | 3班 | 20 | 20 | |
| 12 | 荒木老人会 | 7/9(月)14:00～ | 荒木八王子集会所 | 2班 | 25 | 25 | |
| 13 | 太田西学童保育室 | 7/10(火)14:30～ | 太田西学童保育室 | 3班 | 53 | 4 | 49 |
| 14 | 保健協力会(星河・星宮支部) | 7/11(水)10:00～ | 星河公民館 | 4班 | 23 | 23 | |
| 15 | いきいきサロンはなみずき | 7/11(水)13:40～ | 持田砂原自治会館 | 1班 | 12 | 12 | |
| 16 | 持田長町クラブ老人会 | 7/12(木)10:00～ | 桜自治会館 | 1班 | 16 | 16 | |
| 17 | 斎条団地お元気会 | 7/13(金)10:00～ | 斎条団地団地会館 | 4班 | 15 | 15 | |
| 18 | 一佐間いきいきサロン | 7/25(水)14:00～ | ウェルシア行田佐間店 | 4班 | 9 | 9 | |
| 19 | 保健協力会(長野支部) | 7/31(火)10:00～ | 桜ヶ丘公民館 | 1班 | 28 | 28 | |

依頼件数 21 件。うち 2 件については天候等の理由でキャンセル。

### 【出前講座の様子】

（キ）熱中症声かけプロジェクト「ひと涼みアワード」に応募（平成３０年９月）

環境省および全国の企業・行政・民間団体が参加し熱中症予防を推進する運動「熱中症声かけプロジェクト」に応募し、団結部門「優秀賞」を受賞した。熱中症おたすけ隊代表４名と共に市長へ報告し、広報に受賞情報を掲載した。

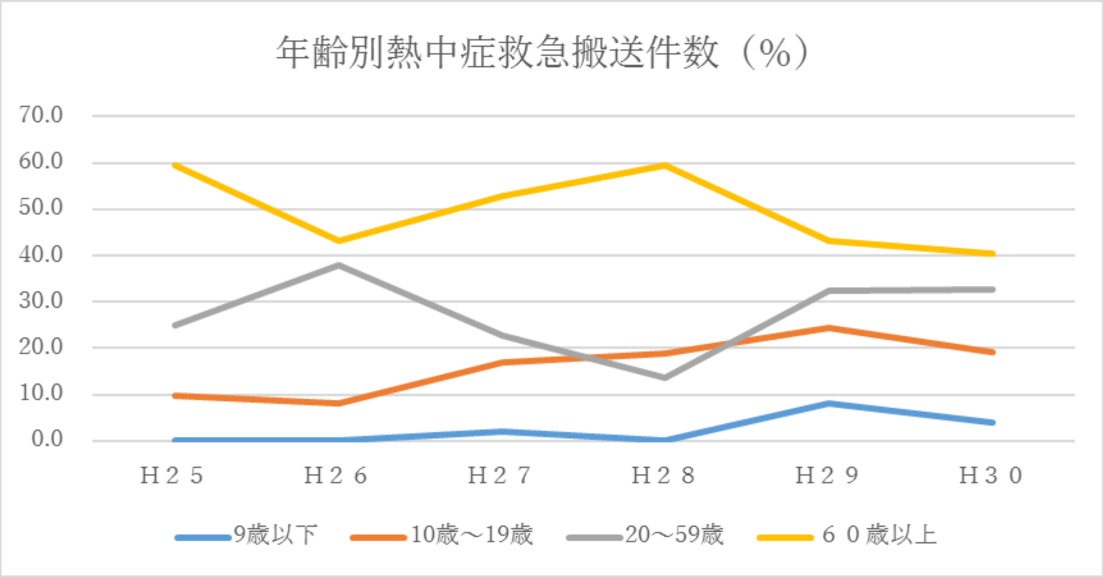
（ク）活動報告会の実施（平成３０年１０月）

今年度の熱中症おたすけ隊の活動を振り返ると共に､班ごとに工夫した点や反省点などの情報交換を行った。また、本年度の本市の熱中症による救急搬送の状況を考察し、活動の効果検証を行うと共に今後の課題等についての見直しを行った。さらに、大塚製薬（株）による「乾燥シーズンにおける健康管理について」をテーマとした講演を実施した。【参加者　１９名】

## （４）　取組の効果

（ア）熱中症の予防効果

今年度は、７月に熊谷市で過去最高気温を記録するなど異常な高温状況であり、救急搬送件数は昨年の３７件の約２倍である７２件であった。７２件のうち重症１件、中等症２１件、軽症５０件はであり、搬送者の約７０％が軽症であった。また、熱中症のリスクの高い６５歳以上の高齢者を含む６０歳以上の搬送件数は減少しているが、若年世代の搬送件数が増加傾向にあり、若年世代に向けた熱中症予防事業にも力を入れる必要がある。




（イ）生活習慣病の予防効果

本事業は熱中症予防を中心とした事業ではあるが熱中症予防の基本は健康な身体づくりであり、熱中症おたすけ隊の参加者は市民けんこう大学受講時に健康長寿サポーター養成講習会を受講した者であることから、普段から食事・運動・睡眠などの生活習慣を整えることの重要性も含めて周知を行った。また、本出前講座と合わせて健診・検診の受診勧奨や他の健康講座の案内、行田市健康づくりチャレンジポイント事業等を周知

し、おたすけ隊はもちろんのこと、出前講座参加者にも生活習慣の見直しと改善について意識を促すきっかけとなると考えられる。

### （ウ）地方自治体にとっての効果

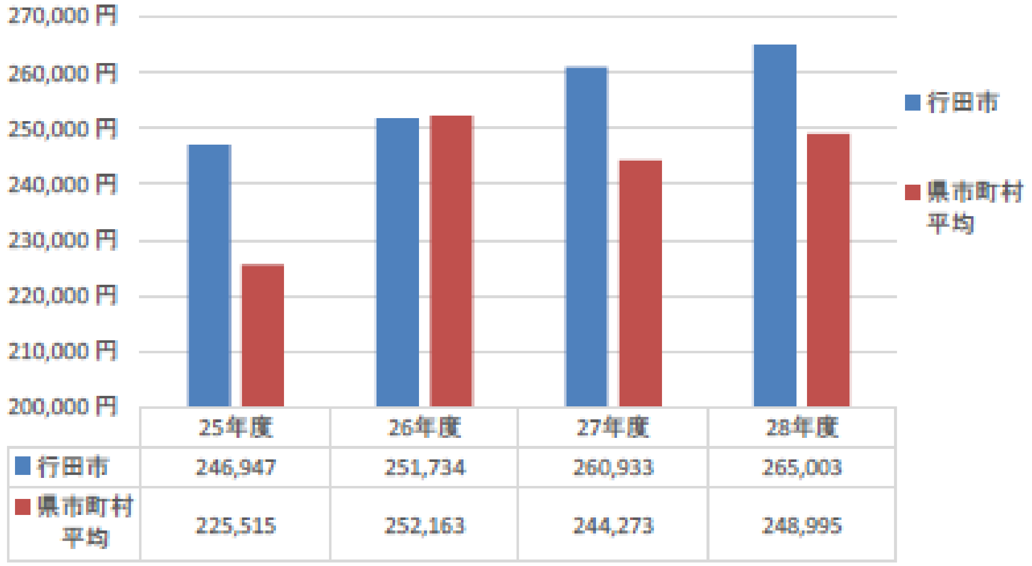
本市の国民健康保険の給付状況を見ると、被保険者数は減少しているが療養費（費用額）は件数、金額とも増加しており、一人当たり医療費が増加している状況である。

【医療費の年次推移】

| 年度 | 平均被保険者数（人） | 療養諸費（費用額） | | | | | | 一人当たりの費用（円） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 療養の給付 | | 療養費 | | 合計 | | |
| | | 件数（件） | 金額(円) | 件数（件） | 金額(円) | 件数（件） | 金額(円) | |
| 25年度 | 25,021 | 361,580 | 7,130,406,059 | 10,114 | 87,949,053 | 371,694 | 7,218,355,112 | 288,492 |
| 26年度 | 24,441 | 367,580 | 7,140,137,619 | 9,533 | 89,875,392 | 377,113 | 7,230,013,011 | 295,815 |
| 27年度 | 23,833 | 373,327 | 7,560,414,600 | 10,324 | 94,184,825 | 383,651 | 7,654,599,425 | 321,176 |
| 28年度 | 22,994 | 370,710 | 7,599,780,522 | 11,047 | 96,752,063 | 381,757 | 7,696,532,585 | 334,719 |

資料：第２次行田市国民健康保険保健事業実施計画

【一人当たり医療費の年次推移】




資料：国民健康保険事業状況（平成25～27年度確定値・28年度速報値）

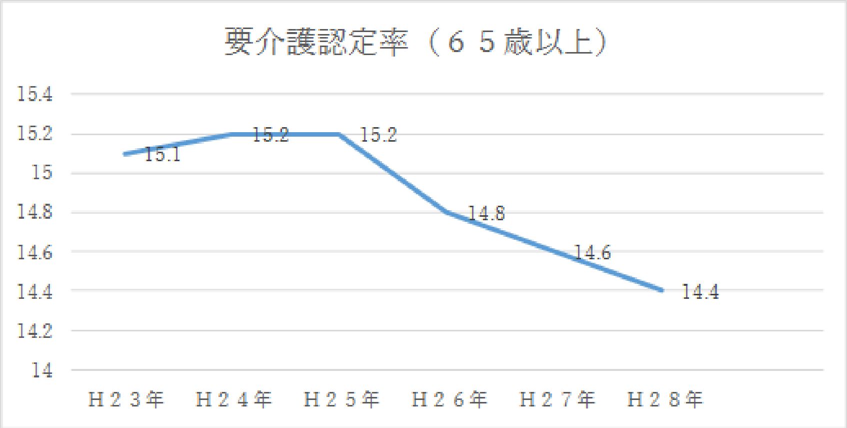
入院及び入院外にかかる疾病別医療費（歯科を除く）を見ると、平成２５年度は高血圧症の医療費が１位であったが、平成２６年度からは慢性腎不全の医療費が１位を占めている。また、糖尿病や脳梗塞、脂質異常症などを含め、生活習慣病の関連する疾病が上位を占めており、生活習慣病の関連する疾病が上位を占めており、生活習慣病予防の対策が重要と考えられる。

【疾病別医療費（単位：円）】

| 位 | ２５年度 | | ２６年度 | | ２７年度 | | ２８年度 | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 疾病名 | 医療費 | 疾病名 | 医療費 | 疾病名 | 医療費 | 疾病名 | 医療費 |
| 1位 | 高血圧症 | 519,057,560 | 慢性腎不全（透析有） | 518,821,260 | 慢性腎不全（透析有） | 519,018,530 | 慢性腎不全（透析有） | 497,387,820 |
| 2位 | 慢性腎不全（透析有） | 511,403,060 | 高血圧症 | 483,012,290 | 高血圧症 | 456,267,000 | 高血圧症 | 417,576,320 |
| 3位 | 統合失調症 | 426,429,240 | 統合失調症 | 438,660,730 | 糖尿病 | 428,442,650 | 糖尿病 | 410,300,940 |
| 4位 | 糖尿病 | 409,038,180 | 糖尿病 | 430,618,200 | 統合失調症 | 424,214,940 | 統合失調症 | 397,216,670 |
| 5位 | 関節疾患 | 237,267,610 | 関節疾患 | 219,001,130 | 関節疾患 | 201,596,390 | 関節疾患 | 184,883,990 |
| 6位 | 脂質異常症 | 179,780,920 | 脳梗塞 | 172,361,270 | C型肝炎 | 182,580,590 | うつ病 | 179,603,620 |
| 7位 | 脳梗塞 | 178,220,520 | 脂質異常症 | 169,707,110 | うつ病 | 174,047,120 | C型肝炎 | 173,067,650 |
| 8位 | 狭心症 | 158,175,060 | うつ病 | 154,450,710 | 脂質異常症 | 172,674,800 | 脂質異常症 | 172,036,300 |
| 9位 | うつ病 | 148,311,680 | 骨折 | 145,559,370 | 大腸がん | 157,253,820 | 大腸がん | 156,356,840 |
| 10位 | 大腸がん | 144,446,390 | 狭心症 | 138,634,680 | 脳梗塞 | 139,163,560 | 不整脈 | 132,742,940 |

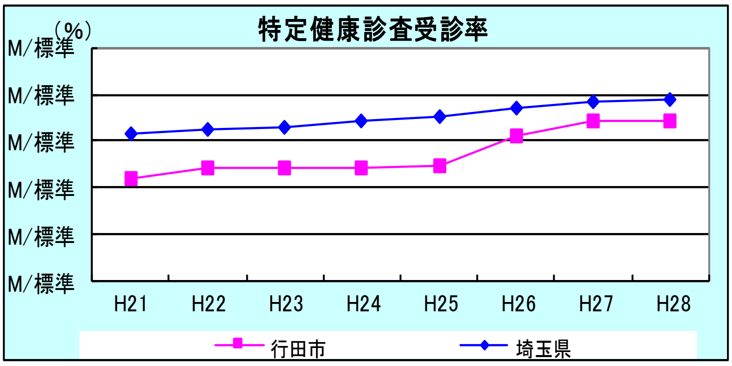
資料：KDB システム（医療費分析（１）細小分類（各年度累計）

一方で、行田市の要介護認定率は、平成２５年度をピークに減少傾向である。これは今後の健康寿命の延命や医療費の削減にも少なからず関わってくることが考えられる。




参考：埼玉県の健康指標総合ソフト（平成２９年度）

また、特定健診の受診率は年々増加傾向であり、市民の健康意識の向上によるものと考えられる。




資料：埼玉県の健康指標総合ソフト（平成２９年度）

## （５）成功の要因、創意工夫した点

### （ア）意欲の向上

熱中症おたすけ隊は市民けんこう大学院修了生を対象に募集しており、数年をかけて健康に関する知識の習得を行ってきた参加者である。年々健康意識も高まり、自らが家族や友人を始めとした他の市民へ知識を普及するなど市民から市民への健康づくり活動が行われている。

グループに分かれて活動することで、参加者同士声を掛け合いながら、共に意識を高めあう姿勢となるよう仲間づくりを推進している。パワーポイントを使用した講話に加え、手作り補水液の試飲や色水を用いた体液の塩分濃度の変化についての実演を独自に考案して行うなど、参加者自ら工夫しながら内容を検討しながら実施しており、年々意欲も向上している。

熱中症に注意が必要となってくる前の６月には出前講座を実施できるよう、キックオフ事業は前年度３月に行い、４月にはアンバサダー講座の実施を開始した。また、出前講座終了後の１０月には活動報告会を実施するなど継続的に参加者が集う機会を設け、意欲の維持・向上に努めている。

また、「熱中症声かけプロジェクト」に応募し、団結部門「優秀賞」を受賞したことは、おたすけ隊の意欲向上に大きく関わっていると考えられる。

### （イ）企業による協力

本市は平成２５年に大塚製薬株式会社と「健康づくり相互応援協定」を締結しており、科学的根拠に基づいた情報提供を行うなどの協力を得ている。最新の健康に関する研究結果や健康情報を提供いただくだけでなく、熱中症おたすけ隊に対するプレゼンテーション技法の講義をいただくなど幅広く支援をいただいている。

## （６）課題、今後の取組

### （ア）出前講座活動の完全委嘱

これまで出前講座には職員が同伴して実施することを基本としてきたが、本年度は、出前講座の依頼日時が重なり、熱中症おたすけ隊の参加者のみで実施したケースがあった。今後は、市民団体の活動の一つとして、熱中症アンバサダー研修等の支援は継続し、出前講座は自主的な活動として完全委嘱に促していけるよう調整したいと考える。