

健康づくり推進コース

埼玉県小鹿野町

●研修テーマ 『地域包括ケアシステムと健康づくりの取り組みについて』

●研修日時 令和元年10月24日（木） 13時55分～16時10分

●対応者 国保町立小鹿野中央病院院長 内田 望 氏
国保町立小鹿野中央病院事務長 小山 堅 氏
国保町立小鹿野中央病院ホスピス準備室長 大久保 築世 氏
小鹿野町福祉課長 南 昭一 氏
小鹿野町保健課長 島崎 健司 氏
小鹿野町保健課主席保健師 須藤 裕子 氏
小鹿野町福祉課介護担当主事 黒澤 哲志 氏

埼玉県加須市

●研修テーマ 『かぞ健康マイレージ事業について』

●研修日時 令和元年10月25日（金） 9時20分～11時

●対応者 加須市健康づくり推進課主幹 高瀬 郁子 氏
加須市健康づくり推進課主任 宮内 真由美 氏

<参加者>

・大船渡市生活福祉部健康推進課	栄養士	岡崎 暁子
・花巻市健康福祉部健康づくり課	主査（保健師）	藤原 美智子
・岩手町長寿介護課	係長	柵山 実

健康づくり推進コースに参加して

大船渡市生活福祉部健康推進課 栄養士

岡崎 暁子

＜研修内容＞

1 埼玉県小鹿野町 「地域包括ケアシステムと健康づくりの取り組みについて」

（1）自治体の概要

- ・埼玉県北西部に位置し、秩父市と群馬県に接している。
- ・人口 1万1591人（高齢化率 36.8%）
- ・平成29年度、30年度の後期高齢者医療費（75歳以上の1人あたりの年間医療費）は埼玉県内で最も低い。
- ・昭和28年に国保町立小鹿野中央病院が開設し、その後、保健福祉センター（福祉課、保健課）を併設し、「保健・医療・福祉」が一体となり、サービスを提供することができる体制を整えている。介護保険申請時点（前から）で保健師が関わり、多職種の職員が連携して隙間のないサービスを提供している。

①保健福祉センター

【福祉課】保険担当（国保、介護、後期高齢）、社会・高齢者福祉担当、障害者福祉担当

【保健課】健康増進担当、地域包括担当（地域包括支援センター）、在宅介護担当（在宅介護支援センター、訪問看護ステーション、ヘルパーステーション）

②小鹿野中央病院

外来診療部門、救急医療、入院（一般、療養）、総合健診（人間ドック）、訪問診療、リハビリテーション（通所・訪問）

（2）保健事業

様々な特徴ある保健事業を展開しており、地域ぐるみで取り組んでいる。

①地区活動支援

健康モデル地区を設定し、血圧計や輪投げ台等を配布し、地域における健康づくりを支援。健康サポーター（健康づくりの担い手）を育成している。

②地区へ出向いての健康教育

「地域ぐるみで健康づくり、生きがいづくり」を目的とし、いきいきサロン・健康座談会を全地区で実施。実施内容として、お達者体操、血圧測定、健康相談、



併設された病院と保健福祉センター



保健福祉センターに設置されているフィットネス器具

医師の健康講話座談、おやつ作り、輪投げなどを行っている。

③町民輪投げ大会

楽しみながら運動に親しみ、地域・仲間の輪を広げることを目的に、毎年健康ふれあいフェスティバルと同時に開催している。実施内容として、地区毎の3人グループで輪投げの団体戦を実施しており、成年（65歳未満）距離4.5m、高齢者（65歳以上）3.5mで競う。この大会のために、地域の集会場が集まったときには練習をするなど、地域における活動にもつながっている。

④特定健診

健診結果を個別に直接手渡しで結果説明し、その場で保健指導につなげている。受診者の都合のよい時間に合わせて実施するため、夜に訪問することもある。

⑤子どもの健診

中学2年生を対象とした小児生活習慣病予防健診を実施。子どもの頃からの生活習慣の改善を図るとともに、保護者の健康意識の向上につなげることを目的としている。

⑥高齢者健康づくり教室

主に老人クラブを対象に実施。レクリエーション、音楽療法教室、料理教室を行っている。バスの送迎があり、週2回実施している。

⑦ステップ体操教室

大腰筋強化、転倒・介護予防及び生活習慣病予防改善を目的に、週1回（午前：60歳以上、午後：30歳以上）実施。ステップ台を使った有酸素運動とストレッチ体操を行っている。

⑧元気はつらつ教室

毎週火・水曜日に介護予防拠点施設「いきいき館」で開催し、運動や筋トレ、レクリエーション、ウォーキング等を行っている。昼食があり、参加者は自宅以外で食べることも気分転換となっている。

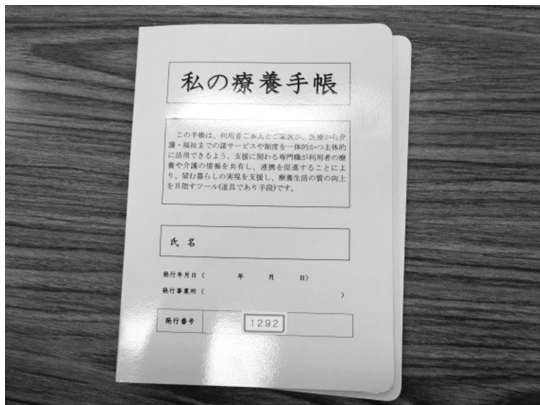
⑨こじか体操

介護予防を目的とし、現在、15地区で90名の介護予防ボランティア「こじかクラブ」の会員が、週1回1時間くらい市内の通いの場で体操指導を行っている。平成30年度は市内16地区で延べ8,000人が参加している。高齢人口のおよそ10%が参加しており、住民主体で取り組んでいる。また、町内にある小鹿野高校福祉科の生徒向けにこじか筋力体操の指導をしており、町内イベント等で高校生による活動も行われている。地域力の向上につながっていると考えている。

(3) 住民が安心して暮らすための取組み

令和元年度から、緊急時の対応のために自分自身の個人情報、医療情報を記入できる「ヘルプカード」を住民に配布している。このカードは、折り畳んでポケットに入るくらいの大きさのものとなっており、すでに100人ほどに配布している。一人暮らしの高齢者には、「緊急時情報ケース」を配布しており、その人の個人情報やかかりつけ医などの情報が記入されている筒を冷蔵庫に保管し、緊急時にスタッフが対応できるようになっている。

在宅医療と介護連携のために「私の療養手帳」を発行し、療養生活の質の向上を目



私の療養手帳

指すための手段として利用している。「私の療養手帳」には、利用者のサービス内容や受診状況、自分史、人生会議の内容を記入できるようになっており、多職種が利用者一人ひとりの状況を共有し支援できるよう工夫がされている。また、この手帳は、圏域の各市町、介護事業所などが希望者に発行しており、秩父圏域の医療圏でどこでも使用できる共通ツールである。利用者は、いつも手帳を持ち歩いている。

(4) 質疑応答

Q 行政区毎に実施している「健康づくり座談会」について、実施の経緯、内容、効果等具体的にどのようなことを行っているか。

A 「健康づくり座談会」は、地域集会所で開催される健康教室で、昭和59年から開始した。当時の健康課題であった「高血圧」、「脳卒中」を、住民と一緒に改善について考えてもらうことを目的に実施した。

内容は、減塩活動（みそ汁を集めて塩分測定）や、血圧計の全戸配布、ビタミン不足を補うためのモロヘイヤ等苗の全戸配布、輪投げ等の運動普及、医師による健康講話などさまざまなテーマで実施している。現在は、介護予防事業を兼ねて社会福祉協議会等の協力を得ながら各行

政区2～3回／年実施している。参加者は60代以上の方が中心である。

Q 若い世代に対する健康づくりで取り組んでいることはあるか。

A 中学2年生を対象に小児生活習慣病予防健診を実施している。これは、生徒本人の健康状態の把握もあるが、保護者を含めた生活改善を目的としている。

また、スポーツ少年団から「健康チェック」をしてほしいとの依頼があり、そのついでに父母を対象としたがん等の講話を行っている。

Q 特定保健指導の実施率アップを図るために工夫していることはあるか。

A 健診結果の説明会を11会場で実施しており、健診を受診した時点で説明会の予約をとっている。説明会では、保健師等数名で個別指導を30分に10人くらいのペースで実施している。後期高齢者については、集団指導としてフレイル予防などの講話を行っている。

2 埼玉県加須市 「かぞ健康マイレージ事業について」

(1) 自治体の概要

- ・埼玉県の東北部に位置し、群馬県、栃木県及び茨城県に接している。
- ・人口 11万3069人
- ・現在の加須市は、平成22年度に、旧加須市、旧騎西町、旧北川辺町、旧大利根町の1市3町が合併し、誕生した。
- ・保健師27人、栄養士2人がおり、保健師は健康づくり、高齢者、障害、学校教育、支所の各部署に分散配置されている。人口規模のわりに保健師数は多い。

(2) かぞ健康マイレージ事業

加須市は、平成24年度を「健康寿命元年」と位置づけ、「埼玉一の健康寿命のまち」の実現に向けた取組の一環として、平

成26年から「かぞ健康マイレージ」を創設した。

健（検）診受診率向上を目的に、40歳以上の市民を対象とし、5つの健康目標のうち、必須3項目を含み、5ポイント以上獲得した人全員に、市内約600の取扱店で使用できる絆サポート券1,000円分を贈呈している。

健康目標① 健康診査を受けよう(必須)

健康目標② がん検診などの検診を受けよう（必須）

健康目標③ 歯の検診などを受けよう

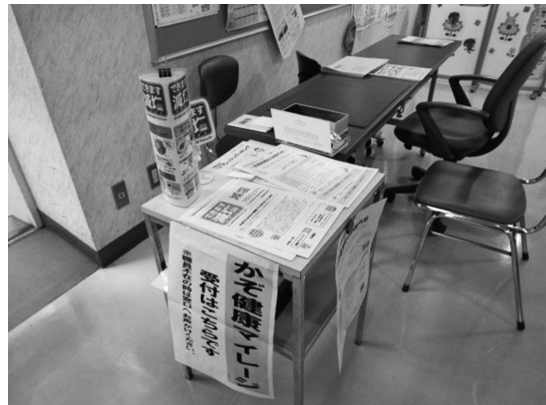
健康目標④ 健康に関する事業やイベントに1回以上参加しよう

健康目標⑤ とねっとに参加して「かかりつけ医」カードを携帯しよう（必須）

応募期間は、前期（10月～11月）と後期（1月～2月）の全2回となっており、応募期間に健康手帳、受診項目の分かる健診結果、とねっと「かかりつけ医カード」、参加証など必要書類を持参し、応募窓口（加須保健センター、本庁国保年金課、各総合支所市民福祉健康課）に申請する流れとなっている。

応募者は、年々増加しており、平成30年度は初年度と比較し1.5倍となっている。また、特定健診の健診受診率も年々増加している。応募者を年代別に見ると60歳代、70歳代が多く8割弱を占め、40歳代、50歳代は少ない。平成30年度アンケート結果からマイレージ参加後に約97%が健康を意識した生活を送るようになり、約73%が新しい健康づくりを始めている。

他課が実施している事業もポイント対象としているため。また、他課でも応募窓口を担当しているため、庁内において事前調査を行ったり、応募期間前に説明会を実施している。



加須保健センターにあるマイレージの窓口

事業に係る経費の総額 681,746円

【一般会計（消耗品費）】絆サポート券
250,000円、用紙代 31,746円

【国民健康保険事業特別会計（消耗品費）】絆サポート券 400,000円

（3）質疑応答

Q 応募者数が年々増加している要因として考えられることは何か。

A 周知活動や口コミにより、認知度がアップしたためであると考えられる。教室等で直接住民に声がけをすることが有効だと感じた。

Q 応募者が少ない世代（40、50歳）に対して工夫している点はあるか。

A Facebook、Twitter、イベントメールで周知している。

Q 応募者の反応はどうか。（今まで受けていない検診を受けるようになった、楽しいなど）

A 来年度も応募したいという人が多い。

Q マイレージ事業を実施することにより、必須目標以外（「歯の検診」、「健康に関する事業やイベント」の参加者）も増加したか。

A マイレージのポイントのために参加したという声をきくが、必須項目以外への波及効果については検証していない。成人歯科検診の受診率は若干伸びている。

＜所 感＞

小鹿野町の地域包括ケアシステムは、「保健・医療・福祉」の体制が住民目線で考えられているところがすばらしいと感じた。多職種が一人ひとりの住民に寄り添った支援を常に考えており、そのためのツールである「私の療養手帳」は、多職種の視点が盛り込まれたものであった。また、病院と関係課の距離が近いことで、利用する住民も1箇所ですべての用事を済ませることができるため、利便性がよいと感じた。

院長先生の「自宅で高齢独居の看取りができることが究極の包括ケアだと思う」との熱意あふれる言葉がとても印象的だった。住民がどのような生き方を望み、それを支えるためにたくさんの支援者が関わりあっていることに、住民も安心して暮らすことができると感じた。

そして、健康づくり座談会をはじめ、地域ぐるみで健康づくりの取り組みをしており、その中でも、高校生を巻き込み体操普及に取り組まれていることがとても参考になった。当市においては、健康づくりの取り組みのなかで、高校生が関わる部分が少なく若い世代を巻き込んだ取り組みを行うことで、健康に対する意識の向上につながると考えられるため今後検討していきたいと思う。

加須市は、さまざまなメニューの健康づくり事業を展開しており、ポイントマイレージ事業では、他課との連携のもと実施することにより、目的である健診受診率向上にも結果が結びついている。特に、マラソン大会等のスポーツ関連イベントなど他課の事業もポイントの対象とすることで、健康づくりをそれぞれの庁内部署にも意識付けでき、市民の参加も促すことができると考えられる。また、口コミによる効果で応募者も年々増加していることから、参加者の満足度も高い様子が伺えた。人に伝えたいような魅力ある健康

マイレージであれば、おのずと参加者も増え、生活改善につながるきっかけをさらに増やすことができると感じた。また、口コミだけでなく、さまざまな手段で周知を図っており、ターゲットに合わせた周知が重要であることを再認識することができた。

今回の研修に参加して、健康づくりに関わるアイデアをたくさん得ることができた。この研修で学んだことを、職員間で共有し、住民の健康につながるよう役立てていきたい。

令和元年度市町村職員行政調査研修健康づくり推進コースに参加して

花巻市健康福祉部健康づくり課 主査（保健師）

藤原 美智子

＜研修内容＞

1 研修の目的

近年、国では「健康づくり」は「地域づくり」であり、地域包括ケアや多職種と連携した健康づくり施策の重要性について推進している。本市においても課題として挙げられるところであり、今回、地域包括ケアシステムや健康マイレージ事業について先進的な事例について学ぶことで、今後の取り組みの参考とする。

2 研修先Ⅰ：埼玉県小鹿野町

施策の内容

（１）地域包括ケアシステムについて

・システム構築の経過

S28年に国保町立小鹿野中央病院が開設するまでは、保健所中心の対応だったが、地域に出向く保健師の訪問活動を通して、地域で横断的に支援していく必要性を感じ、平成4年度に保健・医療・福祉サービスの調整会議を開始。その後、平成10年度、医療と福祉のハードとソフトを兼ね備えた施設として、総合保健福祉センター、さらに平成14年度には、保健福祉センターとして町の福祉課、保健課も病院併設となり、連携がとりやすい体制となっている。

・想いと組織で関わる地域包括ケアシステム

健康寿命の延伸には住民の互助を進めていくことが重要であり、連携とは、人と人とののりしろをはがれないよう

に努力し続けることであるとの考えのもと、「個々を支える」「みんなで考える」「つなげる」隙間を埋めていく支援を目指している。

（２）健康づくりについて

・小鹿野町の保健福祉医療は「地域包括ケアシステム」と「健康づくり」の2本立てという位置付けで、全世代を通じた健康づくりを地域一体となって実施している。

・職員として健康運動指導士2名配属。

・特徴ある保健事業の一例として

＜地区へ出向いての健康教育＞

介護予防もかねたいきいきサロンを社協と連携して実施している。

＜鍛えて歩いてヘルスアップogano＞

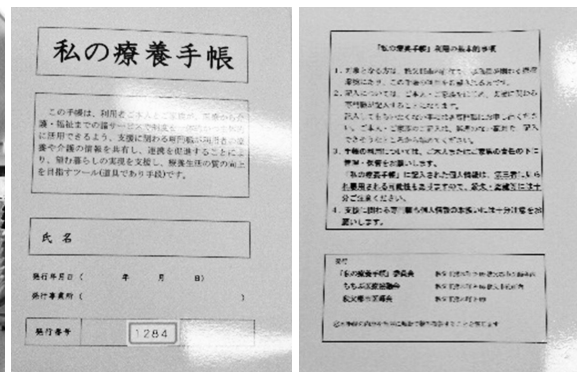
若い世代の運動を推進するために実施。

＜健康ふれあいフェスティバル＞

健康啓発一大イベントとして、病院、保健課、福祉課、その他ボランティア団体等で開催。同時開催として、楽しみながら運動に親しみ、地域・仲間の輪を広げる目的で町民輪投げ大会を実施している。

＜こじか筋力体操＞

15地区90名の介護予防ボランティアによる体操指導を通いの場で実施。ボランティア養成講座は、高校の授業にも取り入れられ、夏休み等には講座を受けた高校生が活動を実施している。



出典：著者撮影

(3) 施設見学

- ・病院と保健課・福祉課が中でつながっている。平屋を増築して保健課・福祉課が後から入った。
- ・保健課のとなりに訪問看護ステーションが設置されている。
- ・保健課玄関入ってすぐのスペースに運動器具が設置。市民が自由に利用可能。
- ・保健課玄関入って隣に、健診センターがあり、3月末以外はいつでも人間ドックを実施。
- ・病院と保健課・福祉課が併設しているため、病院受診後、保健課に相談する方も多い。

3 研修先Ⅱ：埼玉県加須市

施策の内容

(1) 加須市健康づくり都市宣言

- ・加須市では、市民がいつまでも健康で元気に暮らすことができるよう、平成

24年度を「健康寿命元年」と位置付け、平成27年には加須市健康づくり都市宣言をし、様々な健康づくりに力を入れている。

(2) 健康マイレージ事業について

・実施経緯

健康づくり都市宣言の中で、市民の健康への関心を高め、楽しみながら自主的、積極的に健康づくりを取り組んでもらうため、平成26年から事業を実施。

・実施内容

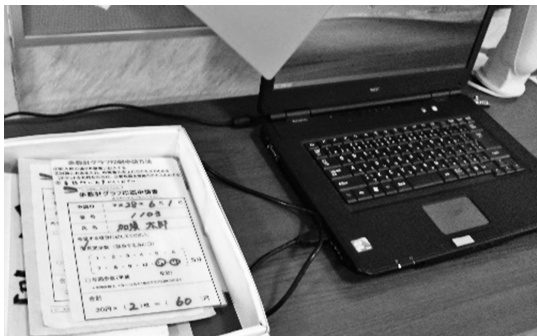
40歳以上を対象に実施。5つの健康目標のうち必須3項目（健診受診、がん検診受診、とねっと参加）を含む5ポイント以上を集めると、絆サポート券1,000円をもらえる。券は市内の取扱店で利用可能。

・応募者数

平成26年度372人だったが、平成30年



健康マイレージ事業の受付を玄関入ってすぐのフロアに設置（出典：著者撮影）



筋力アップトレーニング事業参加者が歩数計の歩数をグラフ化できるパソコンを設置（出典：著者撮影）

度は575人と年々増加している。

・効果

特定健診、肺がん検診及び大腸がん検診において増加傾向が認められる。

（３）とねっとについて

- ・「とねっと」は加須市を含むその周辺の市町村で組織される埼玉利根保健医療圏域で診療情報を共有化する地域医

療ネットワークシステム。健康マイレージ事業でも必須項目としてとねっとの参加を挙げており、推進している。

（４）筋力アップトレーニング事業について

50歳以上75歳未満の方を対象とし、専用の歩数計を購入してもらう。歩数計は、保健センターにあるパソコンに接続すると歩数がグラフとなって出てくる。この事業で、埼玉県表彰を4年受賞している。

<所 感>

小鹿野町

保健福祉医療がうまく連携するための環境が十分に整っており、その上で健康づくり事業が実施されているため、その時々で働きかける対象を変えて、住民のニーズに合ったものとなっていると感じた。

花巻市では、保健部門が市役所と離れたところに立地されており、物理的に連携しにくい状況であるが、今まで以上に、会議等で密に連絡を取り合うなどで補完し、同じ方向性で全世代を通した健康づくりを実施していく必要性を改めて感じた。

また、地域包括ケアや健康づくりの取り組み成果として1人当たりの後期高齢者医療費が県内で1番低いことが挙げられており、数字として成果が出ていることが保健師の必要性の理解を庁内で得ることへとつながっている。

花巻市でも、取り組み成果を「見える化」することで、健康づくり事業や保健師等専門職の役割について庁内で理解を得られやすくなり、さらには住民の健康づくりの向上につながると考える。

加須市

花巻市より約2万人多い人口規模、1市3町の合併、と似ている部分が多い中で、幅広く健康づくり事業を展開していることに尊敬の念を抱いた。健康マイレージ事業についても、外部委託ではなく、他課や民間団体と連携しながら直営で実施しており、今後花巻市でも他機関との連携について参考にしたいと感じた。

また、運動に関する事業として、筋力アップトレーニング事業を実施しており、歩数のグラフ化など、参加者の意識を高める工夫がされていた。さらに参加者が事業を終了しても運動を継続できるよう、ウォーキングコースの案内も行ってた。

花巻市においても、運動に関する事業が課題となっている中で、参加者の意識を高め、効果を上げる方法について参考にしたいと感じた。

どちらの自治体においても、組織全体として、健康づくりをどう実施していくか方向性がしっかり定まっている印象を受けた。花巻市においても、今回の視察地を参考にして、情報やデータを共有しながら関係者で話し合い、住民のために保健事業をどう実施していく必要があるかを再確認していく必要性があると感じた。

特になかなか働きかけが難しい若い世代についての事業を、どちらの自治体も趣向を変えて実施しており、今後の事業において世代に合わせた実施の仕方について参考としたいと感じた。

＜質疑応答＞

○小鹿野町

Q 1 行政区毎に実施している「健康づくり座談会」では、具体的にどのようなことを行っているのか。

A 1

・経緯、内容

高血圧増加に伴い、脳出血増加により、地域で健康課題を一緒に考えてもらい意識づけをするためS59年から座談会を開始。研修にくる自治医大医師も参加。その後、モデル地区を決め、活動費とともに血圧計体重計を配布、健康チェックをしてもらったり、減塩の意識づけには味噌汁の塩分評価を実施したり行ってきた。地域のことは地域の手でと、地域活動のリーダーを育成し、今は健康サポーターという名称で活動している。その後、健康情報を自分で得られるようになったことや座談会は高齢者の参加が多いことから、座談会形式から、幅広い世代をターゲットにした健康づくり事業へと展開している。例として若い世代への働きかけとしてスポーツ少年団への健康講座を実施している。

・効果

前述の通り、医療費に現れている。また、保健師が地域に入ることの効果を認められ、人数が増えている。（近隣の人口3万人規模の自治体と同じくらいの保健師数）保健師が多いときめ細かい支援ができるため、保健師の仕事は事務ではなく外へ出向くことであると考えている。

Q 2 在宅医療と介護連携のために「私の療育手帳」を発行し、療養生活の質の向上を目指すための手段として利用しているが、配布された方はどのような方法で活用しているか。

A 2

・経緯

H20年頃からがんの患者が増え、がんの積極的治療後に町立病院に紹介される方が増えた。患者へ対応できるよう緩和ケアについて勉強会をスタッフで実施、さ

らに他職種の連携会議も実施。会議の中で、介護職から「医療のしきりが高い」「医師に話すのが難しい」と話題があり、連携できる手段として京都の連携手帳を見本にとして会議参加の有志で作成に取り組んだ。それぞれの職種ごとに、それぞれの関連ページを作成し、会議で検討し5年かけて完成に至った。

・内容

生活、受診、サービス、連絡先の他、サービス利用時の様子、人生のページも書き込めるのは特徴。受診時の様子もDrより書き込んでもらうため、連携がしやすくなったと介護分野からの声が聴かれている。

・活用方法

救急や災害時にも連絡先がすぐわかる。差し込み式のため、内容の追加、変更もしやすい。

○加須市 ※資料提供があったものを除く

Q 1 絆サポート券の価格設定について

A 1 他課で実施してしている事業でも、同じ設定のものがあり、妥当と考えこの価格で設定した。今後、3年連続応募者など、強弱をつけることも検討中。絆サポート券はもともと市全体で共通の商品券としてあったもの。商工会の協力を得て実施している。

Q 2 健康マイレージ事業の業務量について

A 1 応募期間前後と終了時の業務量が多い。保健師1名が担当している。

Q 3 他課との連携について

A 3 目標4の健康に関する事業、イベントについて庁内の回覧メールを活用して全課へあてはまる事業はないか、呼びかけ、他課で実施したものは参加証を発行している。

健康づくり推進コースに参加して

岩手町長寿介護課 係長

柵山 実

1. 埼玉県小鹿野町

<研修内容>

(1) 町の概要

埼玉県の北西部に位置し、秩父市と群馬県に接しており、古くは江戸と信州をつなぐ街道の宿場町として栄えた。日本百名山の「丸神の滝」、平成名水百選の「毘沙門水」、日本の地質百選の「ようばけ」など豊かな自然環境に囲まれた町である。江戸の影響を受け、地芝居「小鹿野歌舞伎」が文化として200年以上の伝統を持ち、受け継がれてきた。町の面積は171.26平方キロメートル、人口は11,529人で高齢化率は36.8%である。

(2) 地域包括ケアシステムの沿革

小鹿野町では「地域包括ケアシステム」という言葉が確立するより前から、保健・医療・福祉サービスの調整を図ってこられたそうであり、以下にその沿革を記載する。

- ・昭和28年度 国保町立小鹿野病院開設（医師5名・36床）（地域包括ケアシステムの土台となる）
- ・昭和50年度 保健師の全戸訪問実施
- ・平成4年度 保健・医療・福祉サービス町政会議開始（今後の高齢化を見据えて要介護者の支援を目的）
- ・平成10年度 総合保険福祉センター開設
- ・平成12年度 介護保険法施行（上記総合保険福祉センターに在宅介護支援センター、訪問看護ステーション、町直営ヘルパーステーションを開設）

- ・保健福祉センターを小鹿野中央病院に併設して開設、病院増床改築（地域包括ケアシステム本格化）
- ・包括ケアシステムの確立と精神保健活動により「保健文化賞」受賞
- ・包括支援センターを保健福祉課内に設置
また上記に加え、保健・福祉・医療職員による自主研究グループで昭和40年より行政視察を実施し、その視察先の広島県尾道市を参考に現在の「地域包括ケアシステム」の基礎とした、とのことである。

なお、現在の小鹿野中央病院は常勤医6名、診療科目は総合診療科（内科、外科）、整形外科、婦人科、耳鼻科、眼科、心療内科・精神科、リハビリ科に加え、検診センター（人間ドック）を置き、病床数は95床（一般病床95床うち包括ケア病床30床）とのことである。また保健福祉センターには町の福祉課（社会・高齢者福祉、障害者福祉、介護・国保・後期高齢者保険）及び保健課（健康増進、地域包括支援センター（直営）、直営在宅介護（在宅介護支援センター、訪問看護ステーション、ヘルパーステーション）が置かれている。

(3) 地域包括ケアシステム

地域包括ケアシステムにおいては、「隙間のないサービス」、「隙間を埋めていく支援」を目指しているとのことであり、介護保険申請前から保健師が関わることにより課題を把握し、入院時点で入院中から退院後を見据えたサービス提供のため本人・家族・専門職を交えて話し合い、様々な場面で専門職が関わるようにしている。その

ほか各種会議による意見交換・多職種連携を行っている。

（４）健康づくり

健康づくりにおいては、地域に入り込んでの健康づくりということで、全地区に職員等が出向き、ボランティア等の協力も得ながら体操、健康相談などを行っている。また、各種教室では自宅付近までのバスの送迎を行ったり、夜間の体操教室を行ったりすることによって参加率を高めている。これにより小鹿野町は平成29年度及び平成30年度において埼玉県内市町村において最も後期高齢者医療費が低い町となった。（小鹿野町の後期高齢者医療費は702,422円/人に対し、埼玉県平均は844,387円/人、全国平均は944,614円/人でありその差額はそれぞれ141,965円、242,192円と、全国平均より約25%も低い。）

（５）私の療養手帳

小鹿野町には「私の療養手帳」という事業があり、これは多職種に関わる療養環境にある方及びその家族が、医療・介護・福祉などのサービスを一体的・自主的に受けることが出来るよう情報を共有できるツールである。具体的には「私の療養手帳」という手帳に本人の基本情報、各種保険の適用状況、本人に関わりのある社会資源（友人、お店、事業所とその担当者など）、医師・歯科医師の所見などを、本人・家族及び各専門家が記入して使用する。また『私の人生のページ』には自分史や終末期における意思表示なども記入できる。

＜所 感＞

小鹿野町は美しい自然に囲まれた深山幽谷の趣のある風景を持つ町であり、尾ノ内溪谷では冬になると周囲150メートル、高さ60メートルもの氷柱が人工的に作られ、またラ

イトアップされ、毎年何万人もの観光客が訪れるほどの観光スポットになっているとのことである。この研修が1月に行われればとも思った。町伝統の歌舞伎においては、春の小鹿野神社例大祭で町長をはじめ、今回の研修でご説明くださった南福祉課長様や島崎保険課長様、小鹿野中央病院 内田院長様も歌舞伎役者として参加されておられるとのこと、町民の6人にひとりには歌舞伎を経験されておりロシアなど海外でも公演したなどお聞きすると、町に根付いた伝統ある文化であることに感心させられた。

小鹿野町の地域包括システムは、地域包括ケアシステムという言葉が世に出る以前より将来を見据えて検討を開始されたという。その先見性と実行力には感心させられた。しかもこれまで、その取り組みを色褪せさせることなく、より強固に施策に落とし込んできたその持続力や組織の結束力には更に感心させられたものである。

小鹿野町では町の病院に行政の保健福祉センターが併設されており、病院を核として緊密な連携を取れるというのは、町立病院を持たない当町としてはうらやましく感じるものではあったが、このような連携をどうやって町内及び広域の民間病院等と構築できるかは、今後の課題として意識させられたものである。

また健康づくりについて、後期高齢者医療費の抑制という成果を上げることができたのは、体操教室などを平日の日中のみならず夜間も開催したり、専用のバス等による各教室への送迎も行ったりするなど、職員及びボランティアの方々の熱意ある様々な工夫や行動の結果と思われる。当町でも高齢者を対象とした様々な集まりにおいては、移動手段のない方も参加できるように送迎についての検討してみたい。

「私の療養手帳」について、地域包括ケアにおいては多職種間における情報共有は重要

なことであり、当町でも何かしらの形でこのようなものを導入できればと考えさせられた。

小鹿野町の町をあげての医療・健康への取り組みと、ご担当者の方々の熱意については当町も見習っていききたいものである。

2. 埼玉県加須市

<研修内容>

(1) 市の概要

加須市は埼玉県の北東部に位置し、群馬県、栃木県、茨城県の3県に隣接している。こいのぼりの生産数が日本一であり、加須うどんの街でもあり、埼玉県において米の生産・作付面積が第一位である。面積は133.30平方キロメートル、人口は113,112人で高齢化率は25.9%である。

(2) かぞ健康マイレージ事業

加須市では平成24年度を「健康寿命元年」と位置づけ、「埼玉位置の健康寿命のまち」を目指している。その一環として平成26年度より、市民の関心を高め、楽しみながら、自主的・積極的に健康づくりに取り組んでもらうために「かぞ健康マイレージ事業」を創設・実施してきた。事業は40歳以上の市民を対象として、健康目標5項目のうち必須の3項目を含んで5ポイント以上獲得すると市内で使用できる商品券「絆サポート券」をもらえるというものである。(5項目とは健康診断(必須)、がん検診(必須)、歯科検診、健康に関する事業・イベントへの参加、とねっとに登録して「かかりつけ医」カード携帯(必須)である。この事業により加須市の特定検診及びがん検診の受診率が向上している。

<所 感>

「かぞ健康マイレージ」の応募者は平成26年度の372人から徐々に増加し、平成30年度には575人となり、それにつれて各種検診の受診者数も増加しているとのことで、このように年々増加しているのはまれのようである。年々増加しているのはやはり、担当職員の創意工夫によるものである。他課におけるイベントとも協力し、また加須市のアプリに登録すると配信されるイベントメールでイベントをお知らせし参加を呼びかけるなど、受診率を上げるための様々な試みをされている。事業の導入においても、他のマイレージ事業も様々な検討し、また商品券の金額設定についてもインセンティブとして最も効果的な金額を検討するなど、事業の継続発展に努めておられることには感心させられた。当町ではまだこのような事業は行っていないが、検診の受診率向上のため、導入を検討してみたいと思う。

今回の研修では他市町の先進的な取組みを研修させていただき、大変勉強になるとともに、今後の当町の福祉について考えさせられる実りの多いものであった。最後に、丁寧にご対応いただいた小鹿野町及び加須市の職員の皆様、研修を企画してくださった市町村振興協会の皆様、また研修にご一緒くださった各市町の皆様に感謝申し上げます。