

健康寿命の延伸に向けた 提 言 書

令和 6 年12月2日
文教福祉常任委員会

目 次

1. 健康寿命の延伸を政策提言に設定する理由
2. 議員間討議の進め方と日程
3. 健康寿命の延伸の取り組み先進地視察
4. 政策提言項目の分析
5. 政策提言項目

文教福祉常任委員会

◎ 委員長 ○副委員長

◎佐藤一夫 ○橋本修一 吉田悟朗 岸本 優 柳下雅子 関口光男
茂内久代 柳田 遊 新村賢志 山田政博（書記）

1. 健康寿命の延伸を政策提言に設定する理由

超高齢社会に突入する中、人生100年の時代を迎えるにあたり健康寿命の延伸は、介護予防・要支援・要介護認定率の低減、保険料抑制など、町においても高齢者・家族においても有益なテーマであることから議員間討議のテーマ選定とした。

令和6年2月14日 文教福祉常任委員会

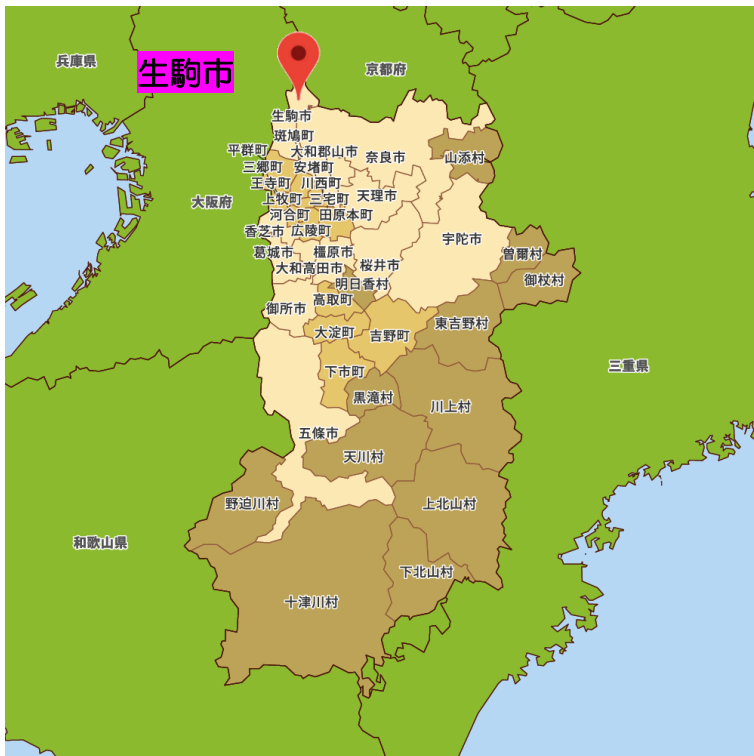
3－1．健康寿命の延伸の取り組み先進地視察

議員間討議のテーマである健康寿命の延伸に先進的な取り組みを実施し、実績のある自治体として奈良県生駒市を視察先として選定した。生駒市の様々な取り組みを学び、文教福祉常任委員会の政策提言項目に反映する。



奈良県生駒市

面積	53,15km ²
総人口	116,617人 (2024年10月1日現在)
人口密度	2,194人/km ²
隣接自治体	奈良市：大和郡山市、生駒郡平群町、斑鳩町 京都府：京田辺市、相楽郡精華町 大阪府：枚方市、大東市、東大阪市、四條畷市、交野市



セラビーいこま
(生駒メディカルセンター)



いこま寿大学への入学



介護老人保健施設
やすらぎの杜 優楽

3－2．健康寿命の延伸の取り組み先進地視察

視察自治体	奈良県生駒市
視察 日時	令和6年7月1日 13:00～15:00
視察 会場	生駒市役所 会議室
出席者	生駒市：特命監 子育て健康部 健康課長 地域包括ケア推進課長 寒川町：文教福祉常任委員会6名 議会事務局 高齢介護課長



3－3．健康寿命の延伸の取り組み先進地視察

生駒市の組織



* 在宅医療介護連携に関しては、福祉部外の地域医療課とともに展開している。

3 - 4. 健康寿命の延伸の取り組み先進地視察

生駒市【健康寿命・介護予防の取り組みについて】



医療介護連携ネットワーク協議会を設置

- ・市内6病院の院長も委員となっている
- 決まったことが組織として流れやすい
- ・市長が座長を務めている
- 市政にも反映しやすい

「健康いこま 21」に基づき、各種検（健）診の受診促進や生活習慣病の予防・改善のための取組みを支援するとともに、市民が主体となった健康づくりに向けた活動の促進をしている。

- ・高齢者体操教室（地域型）
- ・いきいき百歳体操

生きがいづくり活動の推進として、多様な学習活動の促進事業を行っている。

社会参加の促進・就労的な活動支援としていこま寿大学や自主学習グループでの活動など、学びや交流を通して生きがいにつながるような機会を提供する。

3-5. 健康寿命の延伸の取り組み先進地視察



いこマイウォーキング倶楽部

記入方法

1日の歩数を記入してください。
(歩数とその合計の累計歩数を記入しましょう。)

記録表

※達成記念品の配布は終了しました！

- ・生駒市健康課の窓口で配布
- ・ホームページからダウンロード
- ・市内各生涯学習施設に設置
(下記の生駒健康ウォーキングマップ設置施設と同様)

生駒健康ウォーキングマップ
各コースマップは、市ホームページ又は
下記の市内公共施設に設置しています。

- 生駒健康ウォーキングマップ設置施設
- 北コミュニティセンターISTAはばたき
- 南コミュニティセンターせせらぎ
- 図書館
- たけまるホール

【音声ガイド付き】生駒健康ウォーキングマップが完成しました

生駒市観光ボランティアガイドの
会の皆様のご協力のもと
名所の音声ガイドを聞くことができ
るアプリを作成しました！



記録表

月			月		
日にち	歩数	累計歩数	日にち	歩数	累計歩数
1			1		
2			2		
3			3		
4			4		
5			5		
6			6		
7			7		
8			8		
9			9		
10			10		
11			11		
12			12		
13			13		
14			14		
15			15		
16			16		
17			17		
18			18		
19			19		
20			20		
21			21		
22			22		
23			23		
24			24		
25			25		
26			26		
27			27		
28			28		
29			29		



準備もでき、いざ出発！

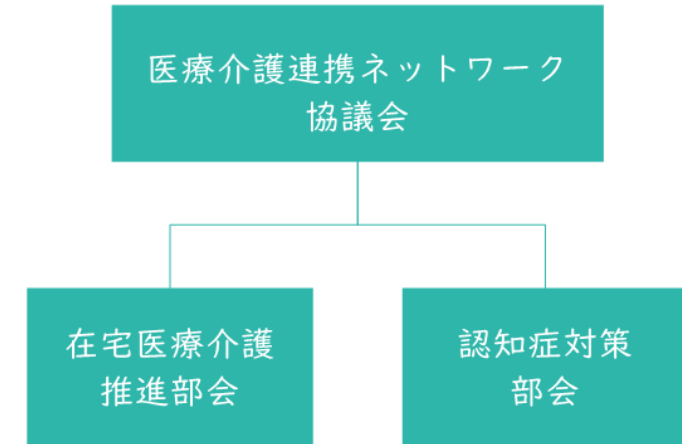
月			月		
日にち	歩数	累計歩数	日にち	歩数	累計歩数
1			1		
2			2		
3			3		
4			4		
5			5		
6			6		
7			7		
8			8		
9			9		
10			10		
11			11		
12			12		
13			13		
14			14		
15			15		
16			16		
17			17		
18			18		
19			19		
20			20		
21			21		
22			22		
23			23		
24			24		
25			25		
26			26		
27			27		
28			28		
29			29		

生駒市では住民の皆様の「健康づくり」を推進するため、さまざまな取り組みを行っている。
歩数の増加は生活習慣病の予防や健康寿命の延伸につながり
その一環として「生駒健康ウォーキングマップ24」を作成している。

4. 政策提言項目の分析

生駒市の医療介護連携

市民が住み慣れた地域や家庭で安心して暮らし続けることができるよう、市や医療、介護の関係機関が連携して包括的かつ継続的な医療と介護サービスの提供体制を構築するため、生駒市医療介護連携ネットワーク協議会を開催している。また、協議会の下部組織として、在宅医療介護推進部会及び認知症対策部会を置き、医療介護従事者の参画を得て、在宅療養や認知症ケアに関するサポート体制を強化していきます。平成28年から年1回開催している。



生駒市のウォーキングマップ

市内24箇所の地図と観光スポットを記載した詳細な歩行ルートと歩き方（普通歩行と速歩）による消費カロリーなど楽しみながら健康づくりができる工夫をしている。

政 策 提 言 項 目

- 医療・介護のネットワーク協議会発足に向け条件整備を図ること
- 歩数の増加は生活習慣病の予防や健康寿命の延伸につながることから「寒川町健康ウォーキングマップ」を作成すること