

地域再生計画

1 地域再生計画の名称

地域コミュニティ再構築による健康づくり計画
～地域展開方策としての「坂戸市葉酸プロジェクト」～

2 地域再生計画の作成主体の名称

坂戸市

3 地域再生計画の区域

坂戸市の全域

4 地域再生計画の目標

（本市の情勢）

坂戸市は、埼玉県ほぼ中央にあたり、東西が12.7km、南北9.3km、面積は40.1km²に及んでいます。周囲は北が東松山市、南が川越市に隣接し地形はほぼ平坦です。

都心から45km圏に位置し、東武東上線で池袋から45分の時間距離にあるため昭和40年代から東京への通勤者の住宅地として人口が増加し、住宅都市整備公団や民間デベロッパーによる大規模住宅の建設が相次ぎ、人口は倍増しましたが、現在は安定期に入っており平成18年8月1日現在で、99,891人、39,808世帯となっています。

本市においても、少子高齢化の波に突入しつつあり、子育て支援対策を推進するとともに高齢者の健康を維持することが重要な課題となっています。

また、国民健康保険の総医療費、介護保険サービス量も人口の高齢化と相俟って急増しており、市民一人ひとりの健康に対する自覚と自らの健康の保持及び増進が急務となっています。

（本市の特性）

本市は、都心への通勤・通学が便利である立地条件から住宅都市として発展し、街路・公園等の都市施設が比較的充実した市街地が広がる一方で豊かな緑や関東一の清流と言われる高麗川等の自然も守ってきました。

商業地域が広がり、鉄道や関越道、圏央道等、交通の利便性が高い都市であると同時に、身近なところで豊かな自然にふれあうことができる環境にも恵まれていることもあり、市内には3つの大学が拠点を置いています。

本市は、文化都市として、以前より各大学と連携して、大学生を小・中学校に派遣するスチューデント・インターンシップ事業や坂戸駅北口商店街活性化研究事業といった様々な事業を展開しており、健康づくりにおいても知的支援が得られやすい環境となっています。

（市民との協働による健康づくり計画）

国における「健康日本 21」を推進する健康増進法の施行に伴い、本市においても平成 15 年に「健康日本 21 坂戸市計画」の審議をスタートしました。

本計画の策定にあたっては、本市のまちづくりの基本構想である「市民がつくり育むまち、さかど」の実現に向け、健康づくりの主役である市民が主体的に関わることが、目標実現のために不可欠であると考え、全員が公募による市民 22 名と本市が協働して健康づくりを進めることとしました。

1 年間で計 50 回にも及ぶ会議を重ね、市民本位の計画「あなたの出番！おいでおいで健康づくり計画」を策定しました。また、このメンバーを中心として、健康づくりサポーター「元気にし隊」(市民ボランティア)が組織され、現在も健康づくりの推進に市と協働して取り組んでおります。

(健康づくりの目標)

本市は、基本政策である総合振興計画の中で「みんなでつくる健やかでやすらぎのあるまち」を基本理念として位置付けております。

この基本理念の基に「健康日本 21 坂戸市計画」を策定することとし、市民アンケート・コメント等により市民意識を抽出し、市民との協働による審議を重ねた結果、市民のめざす健康なまちの姿の目標値を、次のように設定しました。

(平成 25 年度)

市民のめざす健康なまちの姿(抜粋)	現状値	目標値
心と身体のバランスがとれていて良好な状態だと思う	29.0%	60%
いつも家族や仲間と囲まれて生活していると思う	50.5%	70%
自分らしい人生が送れていると思う	34.4%	70%
食事は、かしこく・おいしく・楽しく食べていると思う	36.7%	65%
目覚めが爽快な市民の割合	28.9%	50%
心豊かに暮らしていると思っている	29.8%	60%
病気の早期発見・早期治療に心がけている市民の割合	42.1%	70%

(コミュニティの再構築の必要性)

本市のこれまでの健康づくりは、個人の努力が主体で、市民の危機感も希薄であったことから、継続して行うことが難しい面があり、多くの方の健康づくりが進んでいない状況でした。

一方では核家族化が進行し、ひとり暮らし老人や老夫婦世帯も増加し個人の力も弱体化する傾向となっています。

また、個人志向の高まりや価値観、生活スタイルの多様化等から連帯意識、ふるさと意識の希薄化が進んでいる状況です。

そこで、健康づくり計画の目標値を達成するためには多くの市民が気軽に参加でき、社会全体で支えあう仕組みを構築する必要があり、健康づくりを通じてのコミュニティの再構築を健康づくり政策の基本方向としました。

今までの健康講座等は、従来の市民健康センターや公民館が主催する健康講座等に個人が申込み、参加するという個人参加型であり、コミュニティの再生に結びつかない方法でした。このため、気軽に参加できる集会所や自治会館等の地域拠点型の健康づくりに切り換えていくこととし、このための施策として「健康づくり寺子屋構想」として地域を拠点とした健康講座、運動教室、ふれあいサロン等の支援事業を展開することとしています。

また、「健康」というと、これまでは保健・医療の分野、いわゆる単に疾病予防という意識が強く市民や行政の関心もそこに偏りがちでした。しかしながら現在は家庭環境、住環境、教育、食生活等の環境が目まぐるしく変化しており、単なる保健・医療の分野だけでは市民の身体的、精神的な健康の水準を高めることが難しい情勢となっております。

このため本市では総合的に施策を展開する必要性から、市組織として総合政策部内に「健康づくり政策室」を平成 18 年 4 月 1 日に設置し、全庁を挙げた健康づくりを展開することとしています。

（認知症と葉酸摂取）

健康づくりを地域展開するに当たり、市の疾病状況等を検討した結果、3 大生活習慣病としての死亡率が高い脳血管性疾患について、人口 10 万人に対する年齢調整死亡率が、平成 14 年度の埼玉県内平均値 67.3 人に対し本市は 76.3 人と高くなっており、これに伴う対策が急務となっている状況が統計上でも明らかになりました。

また、動脈硬化性疾患により心筋梗塞や脳卒中となり、認知症や寝たきりとなることが多く、入院等も長期化することにより、医療費や介護サービス量も増大し、これらの対策を検討することとなりました。

本市内にある女子栄養大学では、葉酸（ビタミン B 群のひとつ、ほうれん草、ブロッコリー、海苔等に多く含まれる。）の研究が進んでおり、葉酸不足により血管を傷つけるホモシステインというアミノ酸が増加し、認知症や脳卒中を引き起こす関係が解明されつつあります。

この葉酸摂取の必要性を、女子栄養大学と連携し、市の健康政策に位置づけ、健康づくりを推進し、地域再生を図ります。

（事業目標）

- ・健康づくりサポーター「元気にし隊」との協働による事業展開（市民との協働による健康づくり） 目標値 隊員数 27 人 50 人
- ・「健康づくり寺子屋構想」による事業展開（地域コミュニティ再構築による健康づくり） 目標値 新規 30 ヶ所設置
- ・市内 3 大学と本市との健康づくり連携協定の締結及び事業展開（知的資源の活用による健康づくり）
目標値 新規 3 事業を実施
 - 健康づくりリーダー養成講習会受講者数 0 人 100 人
 - 健康パーク(まつり)の合同開催の参加大学数 0 3 大学
 - 「健康づくり寺子屋」への講師派遣人員 0 100 人
- ・葉酸摂取健康プロジェクトの実施及び検討（坂戸市葉酸プロジェクト）
目標値 新規 5 事業を実施
 - 「認知症予防と食の講習会」の受講者数 50 人 300 人
 - 「健康づくり寺子屋」支援事業における受講者数 0 人 300 人
 - 市民との協働による葉酸プロジェクトチームの構築数 0 1 ヶ所

農協との連携による葉酸含有量の多い野菜の作付け 参加世帯0 100 世帯
葉酸摂取の理解促進のための啓発 葉酸が必要だと思う人の割合 5% 25%

5 目標を達成するために行う事業

5 - 1 全体の概要

本市は、「みんなでつくる健やかでやすらぎのあるまち」を基本方針として位置付け、医療・保健の分野だけでなく、教育、道路、公園等全ての分野に渡り健康づくり施策を展開しております。

この基本方針に基づき、高齢者はもとより市民の誰もが生涯にわたって健康に暮らし、認知症や寝たきりとならない「健康寿命」を延伸するために、市民との協働による健康づくり、地域の健康づくり運動を推進するための支援、市内3大学連携による事業展開、葉酸摂取健康プロジェクトを実施し、大学との連携を図りながら、地域コミュニティの再生による健康づくりを推進します。

(事業概要)

健康づくりサポーター「元気にし隊」との市民協働による健康づくり
「元気にし隊」と協働して、健康づくり行動計画を策定し実践します。

(本年度の協働による事業例)

埼玉県と連携した「食」のモデル地区の指定と推進、歯科啓発絵本の作成、市民運動レシピの作成、歩数計利用による運動啓発、健康づくりPR活動等

「健康づくり寺子屋」構想

地域コミュニティを再構築するために、モデル地区を指定し、普段使われていない既存の集会所等を健康づくりの学びと実践の場、いわゆる「寺子屋」として機能を整備します。

区長等が寺子屋の塾長となり、健康づくりの目標と年間計画を地域の力により策定し、市はカリキュラムの作成、講師の派遣等の支援をします。

市内3大学と市との健康づくり連携協定の締結及び事業展開

3大学と市の4者による健康づくりネットワークを確立し、健康づくりリーダー養成講座の開催、「健康パーク(まつり)」の共同開催、「健康づくり寺子屋」への講座に講師派遣を実施します。

葉酸摂取健康プロジェクトの構築及び事業展開

市民との協働による葉酸摂取プロジェクトの構築、女子栄養大学との連携による「認知症予防と食の講習会」の開催、「健康づくり寺子屋」講座の開催、農協との連携による葉酸の含有量の多い野菜の作付け促進、葉酸の理解促進のための啓発等を実施します。

5 - 2 法第4章の特別の措置を適用して行う事業

無し

5 - 3 その他の事業

5 - 3 - 1 「高齢者活力創造」地域再生プロジェクトの推進 (B0901) 老人保健健康増進等事業

坂戸市葉酸プロジェクト

認知症は本人のみならず、家族全体の生活を一変させる病気であり、地域で支えあうことが重要です。そのために、従来の予防方法から、さらに具体化した方法についての調査研究を実施します。

本市では、女子栄養大学の研究によって認知症を引き起こすホモシステイン値と葉酸摂取の関係が明らかになっており、当大学との連携により調査研究を更に進め、血中の葉酸濃度、ホモシステイン濃度、DNA鑑定を通じて、個人支援プログラムを作成し、指導することにより認知症予防を推進しようとするものです。

特に高齢者にとっては、リスクが高く切実な問題であり、介護予防、医療費の削減等、直接的に具体的成果が得られことが期待されます。

(事業内容)

「認知症予防と食の講習会」の開催

公民館等を拠点とする一般公募による講習会において、葉酸値等の血液検査を実施し、結果に基づき食による個別支援を実施します。

「健康づくり寺子屋」の開催

モデル地区において、葉酸値等の血液検査を実施し、結果に基づき食による個別支援を実施します。

市民との協働による葉酸プロジェクトチームの構築

坂戸市、女子栄養大学、食生活改善推進員協議会(地域の食生活改善を目的とする市民ボランティア)、農協、「元気にし隊」等との協働による官・学・産・民が一体となった葉酸摂取計画のプロジェクトチームを設置し、葉酸摂取の事業計画及び啓発活動を検討します。

農協との連携による葉酸含有量の多い野菜の作付け促進

葉酸摂取についての啓発を進め、休耕地等を活かした野菜の作付けを促進します。

葉酸摂取の理解促進のための啓発

広報誌等や健康講座等の機会を捉え啓発活動を推進します。

5 - 3 - 2 本市が独自に取り組む事業

老人保健健康増進等事業を活用するほか、地域コミュニティ再構築による健康づくりを推進するため、以下の事業を一体的に行うものです。

(1) 「健康づくり寺子屋」支援事業

地域コミュニティを再構築するために、モデル地区を指定し、普段使われていない既存の集会所等を健康づくりの学びと実践の場、いわゆる「寺子屋」として機能を整備します。

区長等が寺子屋の塾長となり、健康づくりの目標と年間計画を地域の力により策定し、健康講座、体操教室、ふれあいサロンを実施し、市はカリキュラムの作成、講師の派遣等の支援をします。

(2)市内3大学との連携による健康づくり事業

市内3大学と連携することにより次の事業展開を予定しています。

- ・健康づくりリーダー養成講座の開設に伴う講師派遣
- ・「健康パーク(まつり)」の共同開催
大学を会場とした健康づくりに関する一大イベントで、講演会、健康チェック、料理教室、関連企業、団体等のブース展示等を大学と共同で実施します。
- ・「健康づくり寺子屋」の運営に対しての講師派遣等
自治会館、地区集会所等を拠点とし、地区自らの企画による健康講座、体操教室、ふれあいサロンの実施にあたり、市との連携により大学から講師等を派遣します。

(3)「元気にし隊」との協働による健康づくり事業

健康づくりの市民ボランティアである「元気にし隊」との協働による健康づくりを推進します。毎年度、「元気にし隊」との協働により行動計画を策定し実施しています。

本年度の行動計画(抜粋)

- ・埼玉県と連携した「食」のモデル地区選定と事業推進
- ・歯科啓発絵本の作成
- ・運動レシピの作成
- ・歩数計利用による運動啓発
- ・健康づくりPR活動等

6 計画期間

認定日から平成25年度まで

7 目標の達成状況に係る評価に関する事項

「健康21 坂戸市計画」(「あなたの出番!おいでおいで健康づくり計画」)が平成15年度に策定され平成20年度が中間年に当たることから、市民アンケート等により5年間の取組みについて、女子栄養大学、城西大学、明海大学、「元気にし隊」、坂戸市等で構成する検討委員会を設け中間評価するとともに地域再生計画に掲げた目標が達成できるよう事業実施の再検討を行い、計画最終年度において、目標が達成できたかどうかの評価を行います。

目標数値については、毎年度、市において進捗状況等の評価を行い管理し、最終年度に再度、検討委員会を設け最終評価いたします。

8 地域再生計画の実施に関し当該地方公共団体が必要と認める事項

平成15年度に「健康日本21 坂戸市計画」を市民との協働により策定いたしました。この中で平成25年度までの10年間で目標値を設定いたしました。従来健康づくりの推進方法では達成が難しいものと思われま

す。このために本市では、医療・保健分野だけでなく、全庁的対応として、平成18年4月に総合政策部内に「健康づくり政策室」を設置し推進することといたしました。

また、市内には女子栄養大学、城西大学、明海大学の3大学が拠点を置き、市との4者による「健康づくり連携協定」を締結する運びです。

この3大学との連携により地域の健康づくりリーダーを育成し、最終的には全市で102ヶ所にある自治会（集会所）を拠点（寺子屋）とした健康づくり運動が柱となり地域再生が図られるものと考えております。

特に高齢者の保健福祉の面からは、認知症予防は切実な問題でありながら、具体的な指針が示されておりません。

本市では、女子栄養大学において葉酸と認知症の関係が研究されておりますが、大学のノウハウを市民に実践していただき、この実績により認知症予防の具体的な方策を推進していきたいと考えております。