

提 言 書

あたたかい福祉のまち部会

テーマ：「予防医療の大切さ」

～健康寿命を延ばそう～

I はじめに

新見市では、平成27年9月末現在において、65歳以上の高齢者の割合は38.7%、さらに75歳以上の高齢者の割合は23.4%に達しており、国の統計データによる全国の高齢化率（総人口に占める65歳以上の高齢者の割合）26.7%（平成27年9月）を大きく上回る状況です。また、平成17年の合併時に約36,000人であった人口も平成27年9月末では約31,400人と大きく減少しました。

このように過疎高齢化が急速に進行していく中では、高齢者にとって生活に様々な支障があり、負担となっていると考えます。例えば、自力での交通手段を持たない高齢者にとっては、医療機関への通院や買い物をするにも公共交通機関やタクシー等を利用せざるを得ませんが、時間の制限を受けたり、多額の交通費を負担したりしなければなりません。また、足腰が弱くなり生活に介添えが必要な高齢者にとっては、日々の生活を営むにも精神的・肉体的な不安が大きく、清掃や料理でさえ大きな負担となります。こうした背景から医療費の負担額も増大しています。

このような状況の中で、あたたかい「福祉のまち」部会において、医療費に焦点を当て、病気を予防し健康的な身体を維持することで“健幸(けんこう)”な日常生活を送り、高額な医療費を抑制するための施策について協議を重ねました。

II 岡山市への視察「健幸ポイントプロジェクト」

あたたかい「福祉のまち」部会では、病気を予防する“予防医療”、健康で幸せな日常生活“健幸”に着目し協議を重ねる中で、岡山市の市民サービス「健幸ポイントプロジェクト」を選考し研修を行うこととしました。岡山市が提供する「健幸ポイントプロジェクト」では「ポイント付与」制度により、市民が積極的に「健康づくり」に取り組める環境を整備し医療費抑制を図っているということです。

この制度では、子供から高齢者に至るまで、健康づくりのため「健幸ポイントプロジェクト」に登録してもらい、日頃の運動に応じて“ポイント”を付与し、貯まったポイントをそれぞれが希望する健康グッズなどに交換するというシステムで運用されています。普段から取り組んでいる運動にポイントという付加価値を持たせることで気軽に参加できるようにしたとのことで、非常に魅力を感じる取組であると感じました。

Ⅲ 提言

先に述べたとおり、健幸を維持し、医療費を抑制するためには、市民、とりわけ高齢者一人ひとりが身体の状態を把握し、健康な身体状態の維持に関心を持たせることが重要です。そこで、あたたかい「福祉のまち」部会からは、「健康寿命」を延ばすための市民サービス、新見市版『健幸ポイントプロジェクト』の構築を提言します。

岡山市の取り組みを参考にし、市民が気軽に参加できるよう、次のような方法を考えました。

ポイントを貯めて健幸

■ 『健幸ポイントプロジェクト』

【参加資格】

- ・新見市に在住の方で、40歳以上の方。
- ・定員100名。

【入会時期】

- ・毎年度4月

■ ポイント名称及びポイント

ポイント名称	取り組み内容	貯まるポイント
入会したよポイント	『健幸ポイントプロジェクト』に入会した場合にポイントがつきます。 年会費1,000円	100pt
行きましたポイント	市が指定する健康づくり等のプログラムや研修会に参加した場合にポイントがつきます。	1回 100pt
変わりましたポイント	体重が標準体重となった場合にポイントがつきます。 メタボ測定で良い結果が出た場合にポイントがつきます。	100pt
禁煙しましたポイント	禁煙を達成した場合にポイントがつきます。	300pt
健診受けたよポイント	健康診断のデータにより健康診断及び精密検査の受診が確認できた場合にポイントがつきます。付与回数は毎年度1回。	100pt

ガン検診受けたよ ポイント	胃がん・乳がん・子宮がん・肺がん・大腸がん・前立腺がん等のがん検診受診が確認できた場合にポイントがつきます。付与回数は毎年度1回。	それぞれ 100pt
健康になったよ ポイント	健診データに改善がみられた場合にポイントがつきます。 または数値が基準範囲内となった場合にポイントがつきます。	300pt
体力づくり ポイント	フィットネスクラブやジムなどでポイント。体力づくりに励むため、げんき広場にいみの会員になっておられる方にポイントがつきます。	会員 100pt 1日1回通い 50pt

■ポイント交換

- ・100pt単位＝100円として使用。

商 品	交換時期	交換単位	内 容
た ま が き 券 ま ん さ く 券 図 書 カ ー ド タ ク シ ー 券 QUO(クオ)カード	年度末	1,000pt	○新見市内加盟店で使用可能 ○新見市内加盟店で使用可能 ○図書カード全国で使用可能 ○新見市内の業者に限る ○コンビニで使用可能
新見市指定ゴミ袋 図 書 カ ー ド QUO(クオ)カード	年度末	500pt	○可燃物、不燃物ゴミ袋 ○図書カード全国で使用可能 ○コンビニで使用可能
日 用 品 雑 貨	年度末	100pt	○100円単位の日用品 ティッシュ・ボールペン 歯ブラシ他

2020年の東京オリンピック・パラリンピック開催までの積算ポイントが5,000ポイント以上となった場合、希望する競技種目の1日招待券のプレゼントをする。

IV 期待される効果

- ・『健幸ポイントプロジェクト』を立ち上げることによって、新見市の負担する医療費や介護給付費の軽減ができます。
- ・市民の方に少しでも健康づくりに関心を持っていただくことにより、医療費や介護給付費の軽減に繋がります。
- ・市民一人ひとりが健康づくりに励むことで、健康寿命を延ばし、個人の幸福を追求するだけにとどまらず、市民全体の幸福につながります。また、新見

市の指定した研修会や、健康体操等のプログラムに参加することにより、共通した仲間・友達も増え、さらに、定期健康診断や検査を受けることによって早期に病気を発見することができます。

IV まとめ

健康や長生きに関しては市民のほとんどが日常から感心を持っている事だと思えます。疾病の早期発見、早期治療の態勢作りも必要不可欠ではありますが、日頃からの運動により健康な身体を保つ事も重要です。このポイント制度により、“健康”で“健幸”な毎日を過ごせる市民が増えることを願っております。

こうした健康維持、健康増進の為に、『健幸ポイントプロジェクト』制度を導入することで、新見市が提供する健康増進施策への参加者が増え、医療費の削減へと繋がればと思っております。

将来、子供からお年寄りまで、すなわち「ゆりかごから墓場まで」安心して生活でき、市民全員が明るく“健幸”なまちとなるよう望みます。