

# 健康長寿の里づくり計画

(健康日本21構原版)

ライフステージ毎に

子どもの健康を  
育むまちづくり

働き盛りの人が  
意欲的に生活で  
きるまちづくり

高齢者がいき  
いきと暮らせる  
町づくり

具体的な目標を示す

## 健康長寿の里づくり計画

～健康長寿の里 精原を引き継ぐために～



田の木  
杉



### 引き継ぎたい!!

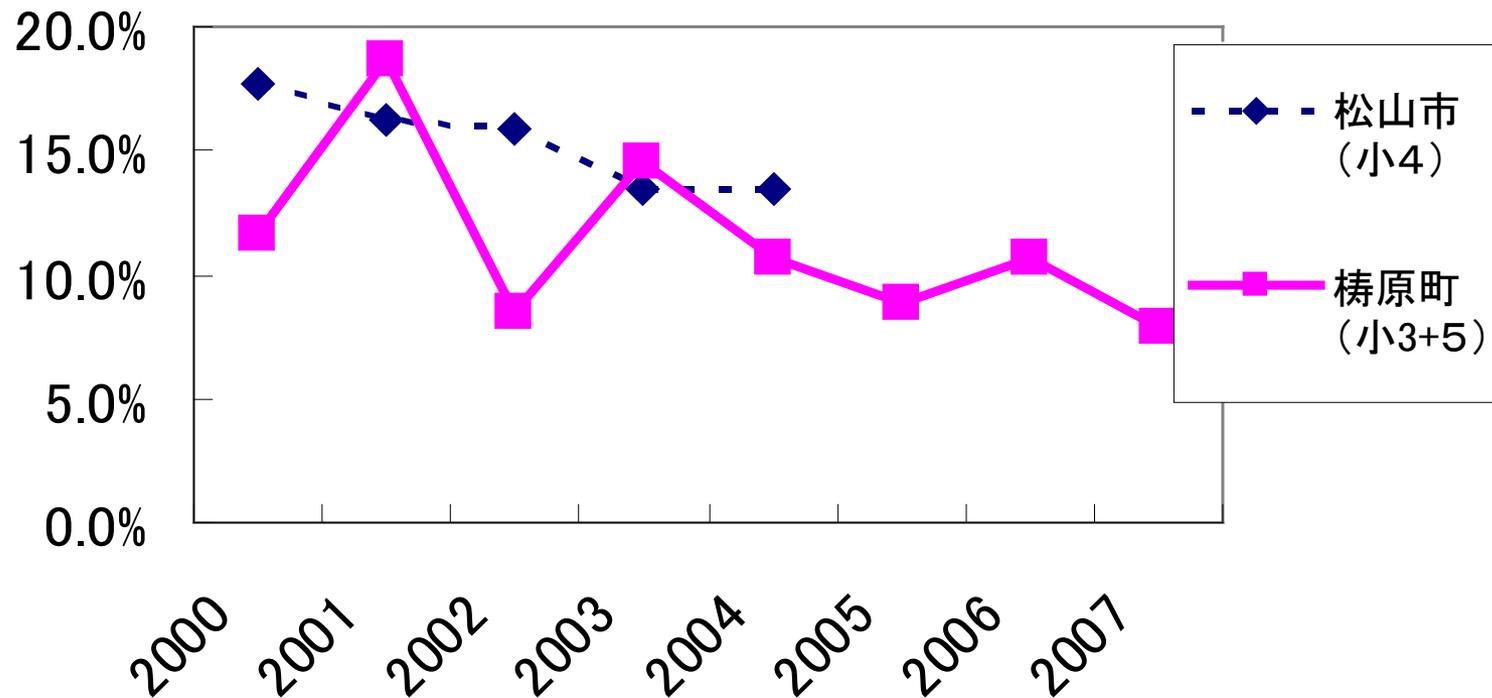
- 精原の健康を育んでくれた きれいな水と空気
- 精原の伝統的食生活や、山や田の仕事で身体を動かす、自然とともに早寝・早起きをしてきた生活習慣
- 精原の茶堂に代表される おもてなしの心・歴史で分る、他者を守る心
- 充実した保健福祉医療体制の積極的活用



高知県精原町

# 小児生活習慣病予防健診

肥満をもつ児の割合の推移～小学生～(肥満度20%以上)



# 梶原町のこれまでの取り組み②

健康長寿の里づくりを実現するため

増加する「メタボリック症候群」の生活習慣の改善を目指し、生涯現役社会を実現するもの。

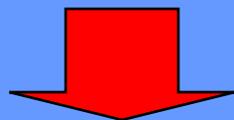
## 国保ヘルスアップモデル事業 平成16年から平成18年度

### 【目的】

1. 糖尿病に対する効果的な個別健康支援プログラムの開発と職員の資質の向上
2. 糖尿病罹患、予備軍にある者の進行を防ぐこと
3. 事業対象者を核とした生活習慣病予防活動を地域単位で展開し、住民に拡がること。

## 86人の国保被保険者を対象に個別、集団指導を行い、

- ・モデル的なプログラムが開発でき、職員の資質が向上した。
- ・生活習慣(行動や意識)の改善、体重や血液検査値の改善が見られた。
- ・自主的に運動しようとするグループが現れた。



- ・ポイントを押さえたプログラムで安価で効率的、そして効果的な保健指導ができるようになった。
- ・全地区(6地区)で自主的な運動グループが生まれ、健診で発見された生活習慣病予備軍の継続的実践の受け皿になってきた。

# 国民健康保険制度と地域保健

- 被用者保険で健康を害した人たちが退職して国保に加入
- 中小企業ばかりの栲原では、事業所の健康管理体制が整っていない。栲原病院が産業医、主治医
- 被用者、被扶養者も生活の場は地域

市町村は地域保健で、全町民の保健事業を実施

課題：確かな数値で、保健指導、評価ができない。

# これまで、国保で

- 保健福祉支援センターの設置
- 保健福祉支援センターの運営
- 国保栲原病院の充実
- 先進的な事業（モデル事業）の取組み

栲原病院は保険があっても「医療なし」という不公平を是正する目的でつくられている。＝皆保険制度を支える国保制度



国保被保険者だけではなく  
地域へ還元



国保の健全化