

# 一体的実施に向けた庁内体制の整備、 取り組みの概要

(事例発表)



千葉県船橋市  
保健所健康づくり課

## 船橋市について

東京から20キロメートル圏内に位置する中核市であり、都市と自然が調和したまちです。恵み豊かな東京湾の干潟である三番瀬から北に向かって工業地、商業地、住宅地、農地が広がり、各産業がバランスよく発展してきました。また、市民の文化・スポーツ活動が活発に行われるなど、活力あるまちでもあります。

面積：85.62km<sup>2</sup>

人口：640,012人（中核市なかで1番人口が多い）

高齢者数：152,661人（高齢化率23.9%）※平成31年4月1日現在

前期高齢者74,421人、後期高齢者78,240人

2025年には後期高齢者数が約97,000人へ

# 本日、ご説明させていただく内容

## 1. 一体的実施に向けた庁内体制の整備

- (1) 地域包括ケアシステムの推進について
- (2) 健康づくり課の組織について

## 2. 取り組みの概要

- (1) 事業の制度設計にあたり整理した事項
- (2) 一般介護予防事業の取り組みについて
- (3) 保健事業の取り組みについて

## 1. 一体的実施に向けた庁内体制の整備

### (1) 地域包括ケアシステムの推進について

## (1) 地域包括ケアシステムの推進

○平成26年に船橋市地域包括ケア推進本部を立ち上げ、5つの分野に関するサービスを一体的に提供する仕組みの構築を推進する。

○推進本部の本部長には、副市長が就き、本部員は、健康福祉局長、建設局長、病院局長並びに所管部長が就き、各分野ごとに専門部会を設置している。

○介護予防・疾病予防、健康づくり事業については、健康づくり課が事務局を務める予防部会で各事業計画や進捗管理を行っている。

# 地域包括ケアシステムの根幹プラットフォーム

## 船橋在宅医療ひまわりネットワーク

任意団体：内訳（医療・介護関連 24団体 市民活動団体 1団体 行政 1団体）

### 顔の見える連携 づくり委員会

在宅医療・介護を推進するための連携のあり方についての検討等

### 人材育成 委員会

在宅医療・介護に関する研修体系についての検討、研修の企画・実施等

### 安心の確保 委員会

在宅医療・介護が安心して提供される環境づくりについての検討等

### 資源情報管理 委員会

在宅医療・介護資源情報の収集、ホームページの管理・更新についての検討等

### 地域リハ推進 委員会

在宅医療・介護連携に資する地域リハビリテーションの推進についての検討等

### 会 員（26団体）

船橋市医師会／船橋歯科医師会／船橋薬剤師会／千葉県看護協会／千葉県理学療法士会／千葉県作業療法士会／千葉県言語聴覚士会／千葉県歯科衛生士会／船橋市介護支援専門員協議会／船橋市ソーシャルワーカー連絡協議会／ふなばし市訪問看護連絡協議会／船橋市訪問介護事業者連絡会／千葉県在宅サービス事業者協議会／船橋市栄養士会／船橋市介護老人保健施設協会／船橋市老人福祉施設協議会／船橋市認知症高齢者グループホーム連絡会／NPO法人千葉・在宅ケア市民ネットワークピュア／船橋市回復期リハビリテーション病棟連絡会／船橋市訪問リハビリテーション連絡会／船橋市通所リハビリテーション連絡会／船橋市デイサービス連絡会／船橋市障害福祉施設連絡協議会／船橋市小規模多機能型居宅介護連絡会／船橋市定期巡回・随時対応型訪問介護看護連絡会／船橋市／（個人）  
H30.7.1現在

### 連携団体

船橋市認知症ネットワーク研究会  
船橋南部在宅療養研究会

在宅医療・介護連携の課題の抽出と対応の協議

在宅医療・介護資源情報データベースの提供

在宅医療・介護に関する啓発・研修の相互協力

市民への相談支援  
在宅医療・介護関係者の連携支援

在宅医療・介護関係者の負担軽減

在宅医療支援拠点

ふなぽーと＜平成27年10月設置：保健福祉センター1階＞

# 1. 一体的実施に向けた庁内体制の整備

## (2) 健康づくり課の組織について

## (2) 健康づくり課の組織

○平成27年10月の組織改編により、予防事業の一元化を図るため保健所内に設置した。

○介護予防・疾病予防、健康づくりを一体的に実施する。

○4係 ※(かっこ)内は専門職の配置人数

- ・特定健診・がん検診係
- ・予防接種係
- ・特定保健指導係(保健師6名、管理栄養士7名)、
- ・介護予防推進係(保健師2名、理学療法士2名、作業療法士2名)

○職員数

66名:常勤職員43名、非常勤・臨時職員23名(平成31年4月1日)



## 2. 取り組みの概要

### (1) 事業の制度設計にあたり整理した事項

## 【制度設計にあたり整理した事項】

○国保保健事業はハイリスクアプローチによる個別支援とし、介護予防事業はポピュレーションアプローチによる集団支援とする。

○介護予防事業を一体的な事業のプラットフォームとすることにより、高齢者の社会との繋がりの推進と併せて地域づくりを絡めた公衆衛生行政の充実も可能となる。

○介護予防事業は、一体的な事業の核になる「地域づくり・まちづくり」を健康をキーワードに推進することができる。

○「地域づくり・まちづくり」の取り組みは、特に「社会的フレイル」対象者の把握や予防に必要不可欠である。※健診未受診者など

○事業実施の主体は、介護予防推進係とした。

## 2. 取り組みの概要

### (2) 一般介護予防事業の取り組みについて

# みんなで取り組む 健康づくり・介護予防



全国39市町村が参加した「健康とくらしの調査2016 (JAGES)」において船橋市は、調査項目のうち、「運動機能低下者割合」で、その割合が最も低く1位になりました。  
今号ではその調査結果を紹介するとともに、今までの取り組みを振り返り、今後取り組んでいく健康づくり・介護予防の政策についてご紹介します。

☎保健所健康づくり課 ☎409-3817

「健康寿命日本一」のまちとなるよう、地域の特性を生かした健康づくりと地域づくりに取り組んでまいります。これからは市民の皆様をはじめ地域、関係団体等の皆様の積極的な参画により一層のご理解・ご協力を賜りますようお願いいたします。

また、高齢社会の課題に対し、地域のいろいろな世代の人が出会い、知り合い、困ったときは互いに支え合っている、地域の「人と人とのつながり」も重要です。

高齡社会を迎えた中、さらに活力ある船橋を目指すためには、市民誰もが自身の健康を意識することや、スポーツや趣味活動、地域の活動などに積極的にチャレンジすることで、住み慣れた地域で生きがいをもって暮らすことが求められています。



船橋市長  
松戸 徹

健康寿命日本一を  
目指して

日本一健康で  
元気なまち

市民と共に目指している  
2つの目標

健康寿命日本一

## ①エビデンスに基づく地区コミュニティの分析

○日本老年学的評価研究による「健康と暮らしの調査2016(JAGES)」に参加。全国39市町村が参加し、本市は高齢者における身体状況を示す指標が非常に良いという結果が出た。

○特に、下記の5項目を含め、運動器に関わる部分について、良い結果が出ており、一方でソーシャルキャピタル(連帯感)や友人知人と会う頻度が高い人の割合が低い傾向であった。

○**運動機能低下者の割合は最も少ない(第1位)**

○ 虚弱者の割合は少ない(第2位)

○ 1年間の転倒ありの割合は少ない(第2位)

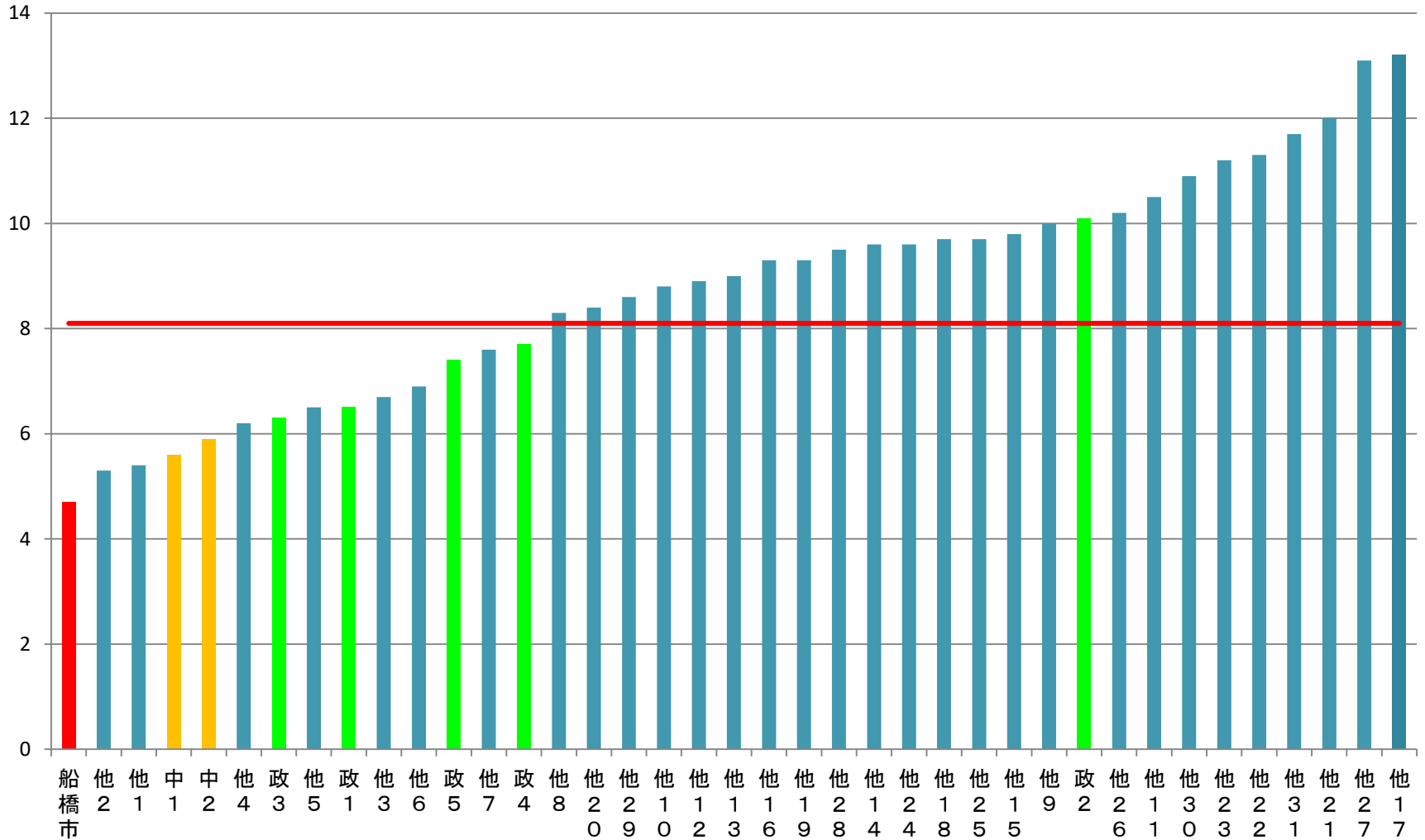
○ 要介護リスク者割合は少ない(第3位)

○ 認知症リスク者は少ない(第2位)



# 運動機能低下者割合

船橋市 順位1位

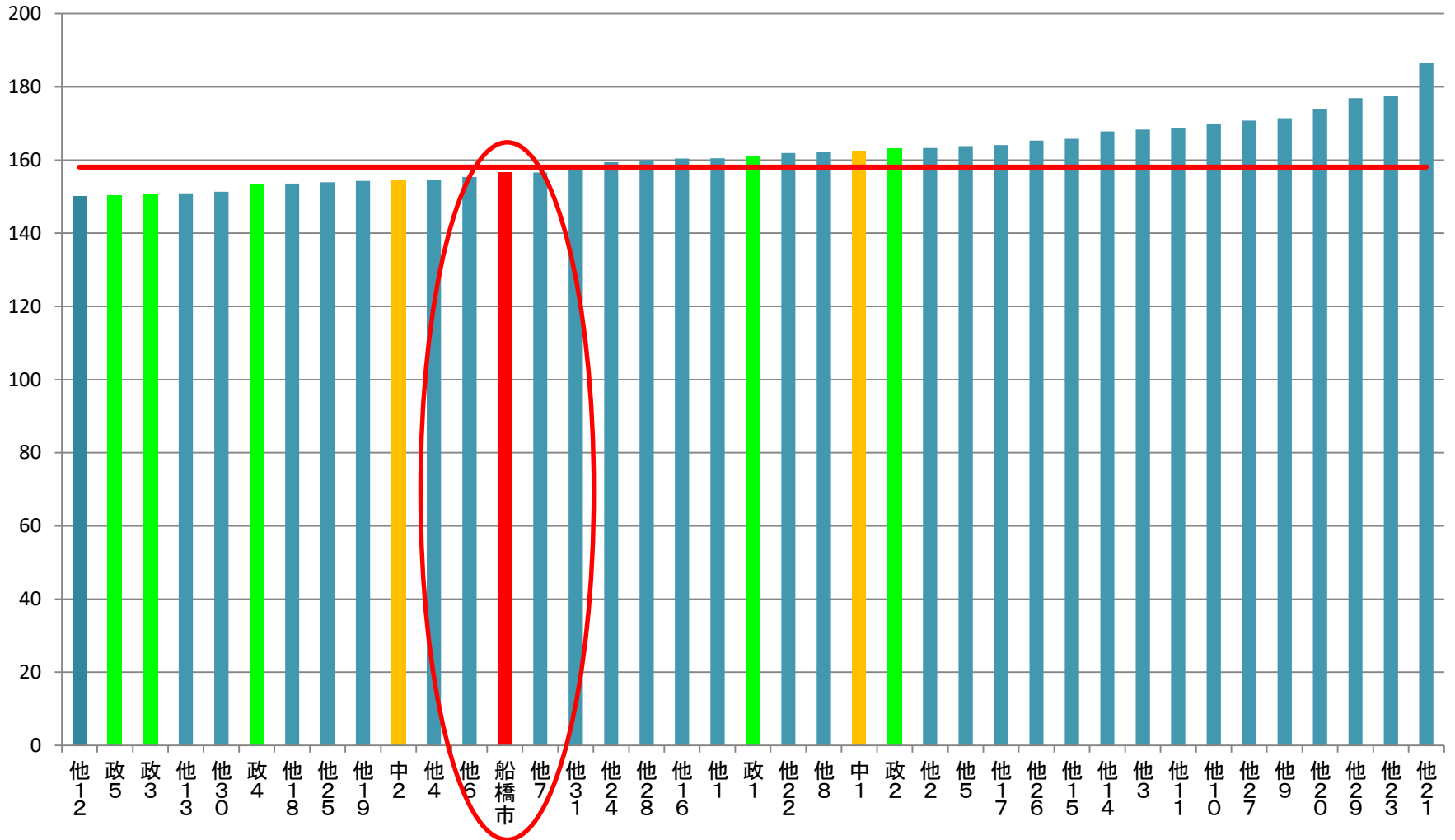


以下5項目のうち3項目以上あてはまる人の割合

- ①階段を手すりつたわず昇ることができない
- ②椅子からつかまらず立つことができない
- ③15分位続けて歩くことができない
- ④過去1年で転んだ経験が1度または何度もある
- ⑤転倒に対して不安である

# ソーシャルキャピタル得点\_連帯感

船橋市 順位27位



次の計算式で得点化したもの

①信用割合×0.9+②互酬性割合×0.8+③愛着割合×0.7

①地域の人々は一般に信用できる

②地域の人々は他の人の役に立とうとする

③地域に愛着がある

○24地区別の特徴を相対的に5段階で評価し、「良かった項目、改善が必要な項目で比較を行った。

## ○市内の特徴

### ・良かった項目

1日に30分以上歩く者の割合は○○地区が高い

閉じこもり者割合は、▲▲地区で低い

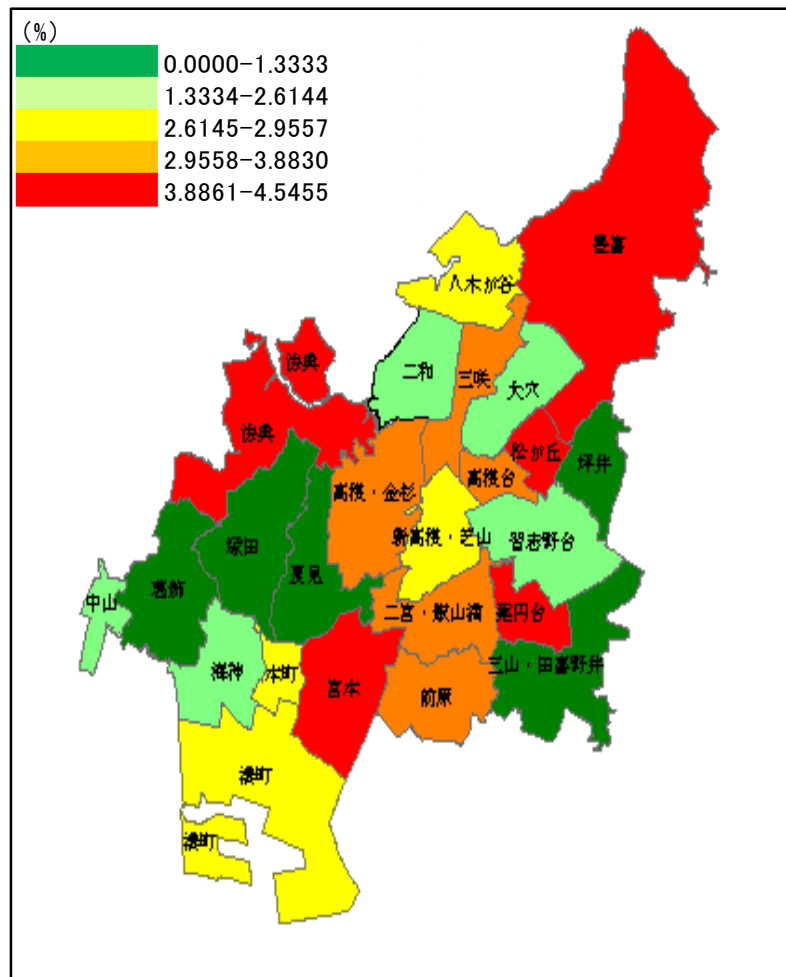
### ・改善が必要な項目

孤食者割合は■ ■地区が高い

過去1年間に転んだ経験がある方の割合は□□地区が高い。



# 閉じこもり者割合



北部地区で高い傾向あり！！  
 ・北部地区(特に豊富・松が丘)で高い！

・東部地区では薬円台で高い！

・法典、宮本で高い！

・西部地区(特に葛飾、塚田)は低い！

・夏見、坪井、三山・田喜野井は低い！

<指標の定義>

外出する頻度が、月に1~3回程度または、それより少ない者の割合

## 地域で改善が必要なもの

	地区	個人で取り組むもの		地域で取り組むもの
南部	宮本	スポーツの会参加者割合が低い	口腔機能の低下者の割合が高い	閉じこもり者割合が高い
	湊町	孤食者の割合が高い	学習・教養サークル参加者の割合が低い	近所とのつながりがある者の割合が低い
	本町	孤食者の割合が高い	1年間転倒ありの者の割合が高い	ソーシャルキャピタル得点(連帯感)が低い
	海神	孤食者の割合が高い	スポーツの会参加者割合が低い	ソーシャルキャピタル得点(助け合い)が低い
西部	葛飾	孤食者の割合が高い	1年間転倒ありの者の割合が高い	ソーシャルキャピタル得点(助け合い)が低い
	中山	30分以上歩く者の割合が低い	低栄養者の割合が高い	近所とのつながりがある者の割合が低い
	塚田	1年間転倒ありの者の割合が高い	口腔機能の低下者の割合が高い	近所とのつながりがある者の割合が低い
	法典	口腔機能の低下者の割合が高い	1年間転倒ありの者の割合が高い	閉じこもり者割合が高い
中部	夏見	30分以上歩く者の割合が低い	口腔機能の低下者の割合が高い	近所とのつながりがある者の割合が低い
	高根・金杉	運動機能低下者の割合が高い	低栄養者の割合が高い	閉じこもり者割合が高い
	高根台	口腔機能の低下者の割合が高い	孤食者の割合が高い	閉じこもり者割合が高い
	新高根・芝山	30分以上歩く者の割合が低い	口腔機能の低下者の割合が高い	地域活動参加意向者の割合が低い

## 【地区コミュニティの分析から見えてきたこと】

○大都市圏の船橋市でも、地区コミュニティ単位で地区分析を行うことで、地区ごとの特徴として、良い項目や改善が必要な項目が確認できた。

○市内全域で同じ事業をやってもあまり効果は期待できないのでは？ 地区ごとの状況を把握した結果を高齢者へフィードバックして、個人で取り組む課題に加え、地域で取り組む課題を明確にしていく必要がある。

## ②事業紹介

事例紹介① ふなばしシルバーリハビリ体操

事例紹介② 市民ヘルスマーケティング

## 事業紹介①

### 「ふなばしシルバーリハビリ体操」 ※平成27年度より実施

---

○茨城県立健康プラザの大田仁史氏（医学博士）が考案した体操で「市民一人ひとりが健康に対し高い意識を持ち地域で皆で支えあって健康づくり・介護予防に取り組む」ものである。

○**市民が市民を支える**。市民が自らボランティアで初級指導士になり**住み慣れた地域で自主的に教室を運営する**。

○期待する効果として、介護保険の利用を少しでも遅らせること。また、**介護が必要になっても介護が困難な状態にならないようにすること**。

○初級指導士の養成数は、高齢者人口100人に対し1人以上を養成することが要介護認定率の低下に効果があることが茨城県の事例から明らかになっていることから、本市では2025年までに1,740人を養成する。

○平成30年度末までで636人養成しており、今後も年180人規模で養成を進める。

○初級指導士主催による教室が81か所で開催されている。

※教室開催数1,313回、延べ参加者数22,818人(平成30年度)

○平成30年度からは市主催で全26公民館で月1回定期開催(各公民館で週と曜日を固定)している。市職員である保健師、理学療法士、作業療法士が出向いている。

※延べ参加人数9,748人、指導士参加人数2,847人(平成30年度)

○定期開催の目的は、高齢者に分かり易い情報提供、初級指導士の指導レベルの平準化、ケアプランに活かしてもらうこと。

## 26公民館開催日程

	公民館名	所在地	定員 (人)	開始 時間	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
南部	中央公民館	本町2-2-5	80	13時	17(水)	15(水)	19(水)	17(水)★	21(水)	18(水)	16(水)	20(水)	18(水)	15(水)★	19(水)	18(水)
	浜町公民館	浜町2-1-15	80	13時	11(木)	9(木)	13(木)	11(木)★	8(木)	12(木)	10(木)	14(木)	12(木)	9(木)★	13(木)	12(木)
	宮本公民館	宮本6-18-1	80	10時	24(水)	22(水)	26(水)●	24(水)	28(水)	25(水)	23(水)	27(水)	25(水)●	22(水)	26(水)	25(水)
	海神公民館	海神6-3-36	80	10時	5(金)	10(金)	7(金)●	5(金)	2(金)	6(金)	4(金)	1(金)	6(金)●	10(金)	7(金)	6(金)
西部	西部公民館	本中山1-6-6	80	10時	24(水)	22(水)	26(水)●	24(水)	28(水)	25(水)	23(水)	27(水)	25(水)●	29(水)	26(水)	25(水)
	法典公民館	藤原7-33-7	80	13時	8(月)	13(月)	10(月)	8(月)★	19(月)	9(月)	28(月)	11(月)	9(月)	20(月)★	10(月)	9(月)
	丸山公民館	丸山5-19-6	80	10時	3(水)	8(水)	5(水)	3(水)●	7(水)	4(水)	2(水)	6(水)	4(水)	8(水)●	5(水)	4(水)
	塚田公民館	前貝塚町601-1	80	13時	2(火)	7(火)	4(火)★	2(火)	6(火)	3(火)	1(火)	5(火)	3(火)★	7(火)	4(火)	3(火)
	葛飾公民館	西船3-6-25-201	50	10時	9(火)	14(火)	11(火)	9(火)●	13(火)	10(火)	8(火)	12(火)	10(火)	14(火)●	4(火)	10(火)
中部	高根台公民館	高根台1-2-5	50	10時	18(木)	23(木)	27(木)●	25(木)	22(木)	26(木)	24(木)	28(木)	26(木)●	23(木)	27(木)	26(木)
	夏見公民館	夏見2-29-1	80	10時	4(木)	9(木)	6(火)	4(木)●	1(木)	5(木)	3(木)	7(木)	5(木)	9(木)●	6(木)	5(木)
	高根公民館	高根町2885-3	50	10時	18(木)	16(木)	20(木)●	18(木)	15(木)	19(木)	17(木)	21(木)	19(木)●	16(木)	20(木)	19(木)
	新高根公民館	新高根1-12-9	80	10時	2(火)	7(火)	4(火)	2(火)●	6(火)	3(火)	1(火)	5(火)	3(火)	7(火)●	4(火)	3(火)
東部	東部公民館	前原西2-21-21	50	10時	28(日)	31(金)	30(日)	31(水)●	31(土)	29(日)	31(木)	30(土)	28(土)	31(金)●	29(土)	31(火)
	三田公民館	田喜野井2-24-2	80	10時	16(火)	21(火)	18(火)●	16(火)	20(火)	17(火)	15(火)	19(火)	17(火)●	21(火)	18(火)	17(火)
	習志野台公民館	習志野台5-1-1	80	13時	26(金)	24(金)	28(金)★	26(金)	23(金)	27(金)	25(金)	22(金)	27(金)★	24(金)	28(金)	27(金)
	飯山満公民館	飯山満町1-950-3	50	10時	1(月)	13(月)	3(月)●	1(月)	5(月)	2(月)	7(月)	11(月)	2(月)●	6(月)	3(月)	2(月)
	薬円台公民館	薬円台5-18-1	80	13時	23(火)	22(水)	27(木)	26(金)★	27(火)	25(水)	24(木)	29(金)	24(火)	22(水)★	27(木)	27(金)
北部	北部公民館	豊富町4	80	10時	15(月)	20(月)	17(月)●	8(月)	19(月)	9(月)	7(月)	18(月)	16(月)●	20(月)	17(月)	16(月)
	二和公民館	二和東5-26-1	80	13時	8(月)	13(月)	10(月)	8(月)★	5(月)	9(月)	7(月)	11(月)	9(月)	6(月)★	10(月)	9(月)
	海老が作公民館	大穴南3-19-1	50	13時	5(金)	10(金)	7(金)	5(金)★	2(金)	6(金)	4(金)	1(金)	6(金)	10(金)★	7(金)	6(金)
	小室公民館	小室町3308	40	10時	17(水)	15(水)	19(水)●	17(水)	21(水)	18(水)	16(水)	20(水)	18(水)●	15(水)	19(水)	18(水)
	八木が谷公民館	八木が谷2-14-6	80	10時	10(水)	8(水)	12(水)●	10(水)	14(水)	11(水)	9(水)	13(水)	11(水)●	8(水)	12(水)	11(水)
	三咲公民館	三咲3-5-10	80	13時	12(金)	10(金)	14(金)★	12(金)	9(金)	13(金)	11(金)	8(金)	13(金)★	10(金)	14(金)	13(金)
	松が丘公民館	松が丘4-32-2	80	13時	3(水)	8(水)	5(水)	3(水)★	7(水)	4(水)	2(水)	6(水)	4(水)	8(水)★	5(水)	4(水)
	坪井公民館	坪井町1371	80	13時	23(火)	28(火)	25(火)★	30(火)	27(火)	24(火)	29(火)	26(火)	24(火)★	28(火)	25(火)	31(火)

市民ヘルスマーケティング開催（6月～7月、12月～1月に1回ずつ計2回）時は、通常より30分早く開始され、体操時間も短縮されます。

※ヘルスマーケティング開催時の【体操時間】●9時30分～10時

★12時30分～13時

市民ヘルスマーケティングは別途チラシ等にてご案内いたします。

# あなたの力で地域を元気に！

## ボランティアで行う

### 地域の健康づくりと介護予防



## ふなばしシルバーリハビリ体操 初級指導士養成講習会 2019年度(平成31年度) 受講者募集

ふなばしシルバーリハビリ体操は、健康づくりと介護予防のための体操です。市民がふなばしシルバーリハビリ体操を学び、指導士となって、ボランティアで活動します。市内で教室を開催し、体操を指導していきます。市内で、住民に対してボランティア活動を行える方が対象の講習会です。住民同士、お互いに支え合って、いきいきと生活することができるよう、あなたも地域の皆さんの健康を支える活動をしてみませんか。

### 受講条件は以下のとおりです

- ボランティアの指導士として地域で活動できる
  - 指導士会の会員として活動できる
  - 船橋市民または市内で働いている
  - 船橋市において、地域の健康づくりを目指し、体操の普及に取り組む熱意と意欲を持っている
  - 6日間すべての講習を受講できる
- ※ 仕事で活用することを目的とした受講はご遠慮ください

シルバーリハビリという言葉は、「最期まで人間らしくある」という願いが込められています



### 講義内容

体操を教えるために必要な「知識」と「実技」を楽しく学びます！

- 解剖学・運動学（筋肉・骨・神経）等
- シルバーリハビリ体操（実技）

6日間の受講とレポートの提出により、初級指導士として認定されます。



シルリハ公民館  
定期開催





## 事業紹介②

### 「市民ヘルスマーケティング」 ※平成30年度より実施

---

○平成30年度より、ふなばしシルバーリハビリ体操の公民館定期開催の枠組みを利用して年2回開催している。

○初回は、JAGES2016の結果について、各地区の良かった項目や改善が必要な項目といった地域の特徴を市民と共有するほか、市民が普段感じている地域の課題についても行政と話し合い対策を考えた。

○**社会的フレイル対策**として「地域のネットワーク、信頼、絆」を再認識していただき、健康をキーワードにコミュニケーションの活性化を図り、地域づくり・まちづくりを更に推進し、人とひとのつながりを豊かにし、**個人と地域を元気にしていく必要**がある。

○**特定保健指導係の保健師・管理栄養士に加え、保健センターの保健師・歯科衛生士並びに介護予防に従事している理学療法士等が高齢者からの個別相談を受けている。**

# 本町地区 健康づくりチャレンジシート ※健康とくらしの調査2016(JAGES)より

## 1 本町地区のここがすごい！！

- ・ 30分以上歩く者の割合が高い
- ・ 口腔機能の低下者の割合が低い
- ・ 運動機能低下者の割合が低い

なぜ良かったのでしょうか？記入してみましょう。  
例：交通の便が良い など



本町地区から  
船橋を健康寿命  
日本一に！

おまけ：  
1日1回笑顔の練習をしよう！



## 2 本町地区で改善が必要なもの！！

あなたができることは何番？  
選んでみましょう！

個人で取り組むもの

地域で取り組むもの

孤食者の割合が高い

1年間転倒ありの者の割合が高い

ソーシャルキャピタル得点(連帯感)  
が低い

① 1日1食バランスを考えた食事を心がける	② 新しい友人をつくる	③ 友人・知人を誘って一緒に食事をする
--------------------------	----------------	------------------------

④ 外出時には歩きやすい靴を履く	⑤ 座って、つま先の上げ下げ運動をする	⑥ 30分以上ウォーキングをする
---------------------	------------------------	---------------------

① 近所の人と挨拶をする	② 井戸端会議をする	③ 地域のさまざまな活動に友人・知人を誘って参加してみる
-----------------	---------------	---------------------------------

《チャレンジシートの使い方》

### 1 本町地区のここがすごい！！

本町地区の良い所を3つあげてみました。なぜ良かったのかを考え、空欄に書いてみましょう。

### 2 本町地区の改善が必要なもの

本町地区の改善が必要なものを3つあげてみました。青の課題①～⑥であなたが自分でできる番号を1つ入れてみましょう。さらに緑の課題①～③であなたが地域でできる番号を1つ入れてみましょう。

<個人の取り組み>

<地域の取り組み>

地域の人に地区の改善が必要なものについて話してみよう

アクティブシニア手帳を使って  
自分の活動を見える化しよう！  
6ヵ月後の自分と本町地区はどうなっているか、第2回に参加して確認してみよう！



26

船橋市

第2回市民ヘルスマーケティングは平成31年1月16日(水)  
参加お待ちしております！  
問い合わせ先：船橋市保健所 健康づくり課  
電話 047(409)3817



グループワーク



講演会



高齢のための介護予防

- ・ 健康に、幸せに、華やかに年齢を重ねる
- ・ 正しく確かな介護予防・疾病予防に取り組む！

## 2. 取り組みの概要

### (3) 保健事業の取り組みについて

## ～基本的な考え方～

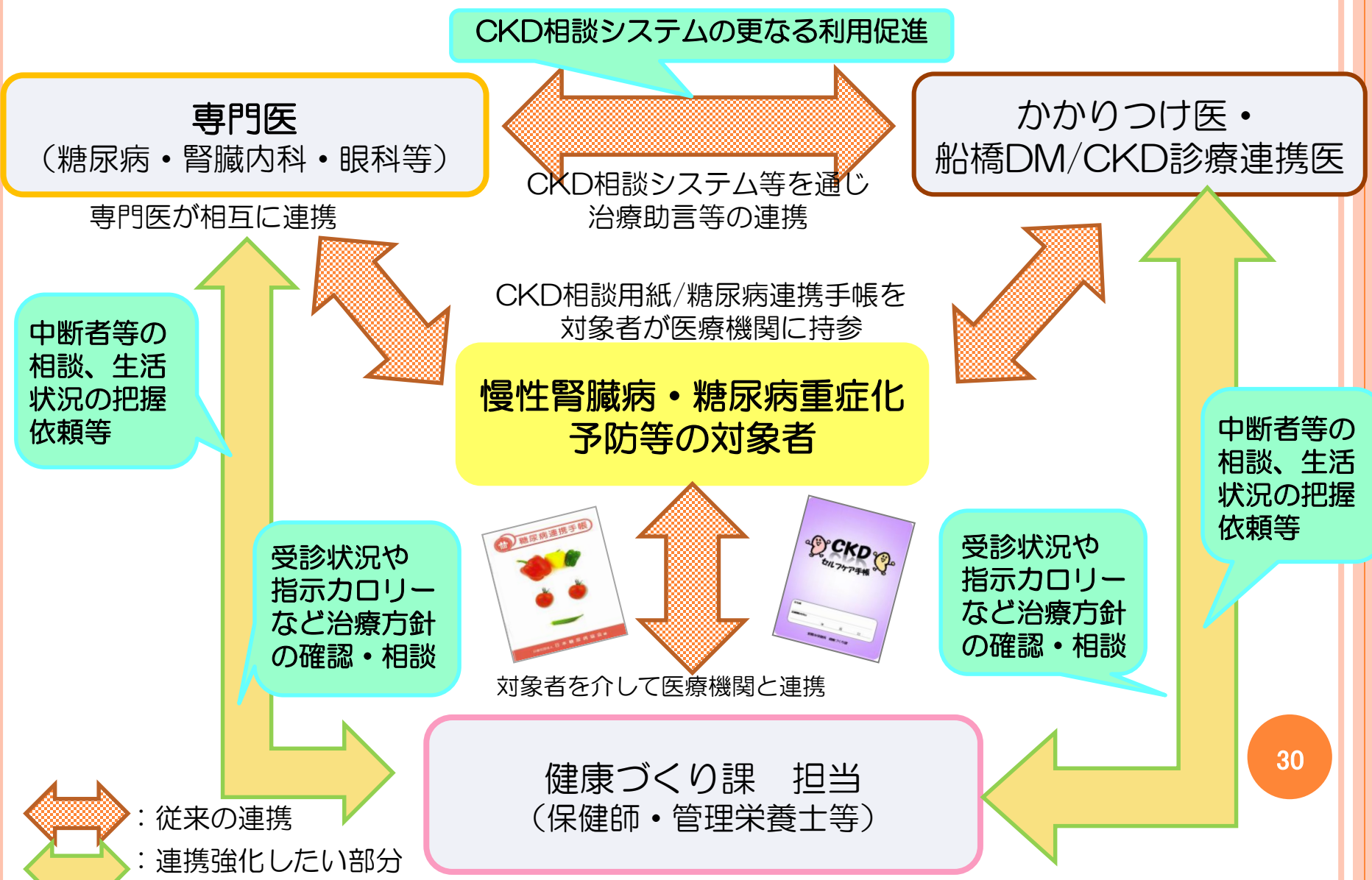
かかりつけ医が予防から看取りまでに関わっていただけるような環境を整え、船橋市医師会と協働で保健事業を推進する。

(事例)

重症化予防の保健事業を実施する上で、特定健診結果より対象者を抽出した後に、KDBにおいて受診状況を確認し、かかりつけ医がいる場合には、保健師助産師看護師法第35条や栄養士法第5条の5の傷病者の療養上の指導と位置づけ、かかりつけ医の指示・指導のもと介入する取り組みを進めている。

# 医療機関との協働

# かかりつけ医との顔の見える関係へ





腎臓専門医、かかりつけ医、行政が情報を共有し、効果的な保健指導や治療が中断しない体制構築のために、約160の船橋市医師会特定健診協力医療機関への訪問による情報交換を実施した。

【第1段階】 平成30年7月末～ 船橋DM/CKD診療連携医へ訪問

【第2段階】 9月～ 対象者数の多い医療機関から順番に訪問

平成30年11月14日終了

船橋DM/CKD診療連携医：41/43機関

その他医療機関：112/117機関

### 情報交換内容

医療  
機関

- ・診療体制や栄養指導・保健指導について
- ・腎機能低下に伴う指導や他院連携について
- ・特定健診や保健指導に関する要望やご意見

- ・慢性腎臓病対策事業について
- ・平成29年度健診結果から抽出される各事業の対象者数(市・貴院)
- ・CKD相談システムについて
- ・対象者への声かけや行政への連携を依頼

健康  
づくり課

ご清聴ありがとうございました。

