

# 健康に暮らせる

---

## ◆基本施策

施策 17 地域保健・医療の充実 …88P

施策 18 高齢者福祉の充実…91P

施策 19 障がい者福祉の充実…94P

施策 20 暮らしを支える福祉の充実…97P

## ◆重点的取組

重点的取組7 市民の健康づくりを応援する…138P

重点的取組8 いつまでも住み慣れた地域で暮らす…139P

## (1) 現状・課題

### 現状・課題

- 我が国の平均寿命は、2015年（平成27年）で83.7歳と世界トップを維持している一方で、高齢化の進行やライフスタイルの多様化により、生活習慣病患者や介護を必要とする人が増加しています。
- 2025年には団塊の世代が75歳以上となり、高齢化のさらなる進行と医療ニーズの高まりが予想されています。
- 全ての市民が、主体的に健康づくりを促進するためには、ライフステージに合わせた周知啓発を行い、市民の健康に対する意識の高揚を図る必要があります。

### 目指す姿

- 市民一人ひとりが健康でいきいきとした生活を送れるよう、健康づくりを推進し、健康寿命の延伸を図ります。

## (2) 施策の展開

### ①健康寿命の延命

- ▶毎月10日「健幸の日」の周知啓発を徹底し、健康づくりに取り組むきっかけを作り、生活習慣の改善を促すことで、健康寿命の延伸を図り、生涯健康で幸せな暮らしの実現を目指します。

### ②生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底

- ▶生活習慣の改善や健康診断受診による自身の健康状態の確認に重点を置いた発症予防と、重症化予防に向けた取組を推進します。
- ▶喫緊の課題となっている糖尿病の発症予防については、特定健康診査受診率の向上を図るとともに、適切な保健指導に取り組めます。【重点プロジェクト40（138P）】

### ③社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上

---

- ▶健康寿命の延伸を実現するには、社会生活を営むための機能をできる限り持続することが大切であるため、食事や運動をはじめ、こころの健康を保つための知識や情報の普及に努めます。
- ▶すべての子どもが健やかに育つよう、子どもの頃からの健全な食生活や運動習慣の確立に向けた取組を推進します。【重点プロジェクト41（138P）】
- ▶介護予防につながる生活習慣の推進や、ロコモティブシンドローム※の認知度を高めることなどにより、元気な高齢者の増加を目指します。

### ④生活習慣及び社会環境の改善

---

- ▶生活習慣で注意すべき基本的な要素を分類し、ライフステージごとに課題を示しながら、市民一人ひとりが日常的に自らの健康づくりに積極的に取り組み、その取組を地域や行政が支援することを目指します。

### ⑤食育の推進

---

- ▶全ての市民が、自分に合った食生活を実践し、健康増進が図られるよう、食についての意識を高め、正しい食を選択する力を身につけるための食育の推進を図ります。【重点プロジェクト42（138P）】

### ⑥自殺対策の推進



---

- ▶社会問題となっている自殺については、市民一人ひとりが正しく理解し、社会全体で取り組むべき問題であるため、自殺予防に対する理解の促進や、ゲートキーパー※などの人材育成、悩みや困難を抱えた人が孤立しないための相談・支援体制の整備を図ります。

---

※ロコモティブシンドローム：骨や関節、筋肉など運動器の衰えが原因で、歩行や立ち座りなどの日常生活に障害を来たしている状態のこと  
※ゲートキーパー：自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応（悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る）を図ることができる人のこと

### (3) 成果指標

達成度を測るための指標	基準値 2016年度 (平成28年度)	目標値 2021年度	指標の説明
「健康づくりや身近な医療環境の充実に関する取組」に対する市民満足度	64.5% (2015年度)	 (2020年度)	総合計画策定に係る市民アンケート結果による
特定健診受診率	34.8%	60.0%	40歳以上の国保被保険者で特定健診を受診した人の割合
特定保健指導実施率	14.3%	60.0%	特定健診の結果により特定保健指導を受けた人の割合
肥満傾向児の出現率 ①小学4年生男子 ②小学4年生女子	①7.7% ②7.3%		肥満傾向(肥満度20%以上)にある児童の割合
若返り筋トレ教室の会員数	690人	750人	若返り筋トレ教室に登録された会員数
メタボリックシンドローム該当者及び予備群の出現率 ①男性 ②女性	①46.0% ②15.8%	①28.7% ②10.6%	特定健診受診者のうち、メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の人の割合

### (4) 市民と共にまちづくり

- ・健康づくりに関する正しい知識を持ち、より良い生活習慣を身に付けましょう。
- ・身近なかかりつけ医を持ちましょう。
- ・事業者は、従業員の健康管理に努めましょう。

### (5) 関連する個別計画

- ・健康増進計画（健やかまるがめ21）
- ・食育推進計画
- ・自殺対策基本計画

## (1) 現状・課題

### 現状・課題

- 高齢化の進行とともに、要介護認定者数も増加傾向にあります。
- 団塊の世代が75歳以上の後期高齢者となる2025年（平成37年）には、介護を必要とする人はさらに増加すると予測されています。
- 高齢者が可能な限り住み慣れた地域で暮らし続けるために、地域包括ケアシステムの構築・強化が求められており、今後は、家族介護者への支援や、元気な高齢者がいきがいを持って暮らすことのできる仕組みづくりが必要です。

### 目指す姿

- 高齢者が自分らしく尊厳を持って元気に暮らすことができるよう医療・介護・予防・住まい・生活支援が一体的に提供される地域包括ケアシステムの体制強化を目指します。

## (2) 施策の展開

### ① 高齢者が在宅で生活できる仕組みづくり

- ▶医療と介護の両方を必要とする状態の高齢者に対して、在宅医療と介護サービスを一体的に提供できるよう、丸亀市地域包括ケアシステム推進協議会などにおいて、関係機関と協力しながら、医療と介護の連携体制を構築します。【重点プロジェクト43（139P）】
- ▶高齢者の福祉・介護ニーズに対応するため、県など関係機関と連携しながら、サービスを支える人材の確保や資質向上を図ります。
- ▶高齢者やその家族に対する介護保険制度の普及啓発により、介護保険と介護サービスの安定的運営を図ります。

## ②一人暮らしや虚弱な高齢者の支援

- ▶介護予防・日常生活支援総合事業※への移行に伴い、要支援認定者等に対して必要な支援を行う「介護予防・生活支援サービス事業」に取り組みます。
- ▶独居高齢者のみならず、老老介護の増加も懸念されるなかで、在宅で生活している高齢者が、できるだけ長い間元気に生活できるよう、在宅福祉サービスの充実に努めます。【重点プロジェクト44（139P）】
- ▶地域支援事業における「生活支援体制整備事業」を活用し、地域において高齢者の日常生活を支える互助の体制整備を図ります。【重点プロジェクト45（139P）】
- ▶養護老人ホームなど高齢者福祉施設との連携や、個人が抱える生活課題に即した住環境の整備など、高齢者が安心して暮らせる住まいの確保に努めます。

## ③認知症高齢者の支援

- ▶認知症になっても本人の意思が尊重され、できる限り住み慣れた地域で暮らし続けられるよう、状態に応じた適切なサービスの提供を確立し、家族に対する相談・支援体制の充実に努めます。
- ▶高齢者の虐待や財産をめぐるトラブル、悪質な訪問販売や詐欺など、高齢者の権利に関する問題が深刻化するなか、市民後見人の養成など成年後見制度を地域で支える取組のほか、警察や司法関係等の専門機関と連携し、権利擁護の推進に努めます。



## ④高齢者が予防活動に取り組める仕組みづくり

- ▶介護予防・日常生活支援総合事業への移行に伴い、全ての高齢者に対して介護予防の啓発等を行う「一般介護予防事業※」に取り組みます。【重点プロジェクト46（139P）】
- ▶生涯学習や健康づくりなど、高齢者の生きがいづくりを推進します。
- ▶老人クラブの加入促進により活動の活性化を図るとともに、健康で働く意欲がある高齢者の就業機会を確保することで、社会参加の促進に努めます。

※介護予防・日常生活支援総合事業：市町村が中心となって、地域の実情に応じて、住民等の多様な主体が参画し、多様なサービスを充実することで、地域の支え合い体制づくりを推進し、要支援者等に対する効果的かつ効率的な支援等を可能とすることを旨とするもの

※一般介護予防事業：65歳以上のすべての高齢者を対象に、高齢者が自ら活動に参加し介護予防に向けた取組が主体的に実施されるよう、講演会や教室などを通じて、介護予防に関する活動の普及啓発や育成支援を行うもの

### (3) 成果指標

達成度を測るための指標	基準値 2016年度 (平成28年度)	目標値 2021年度	指標の説明
「高齢者の健康づくりや福祉サービスに関する取組」に対する市民満足度	61.2% (2015年度)	 (2020年度)	総合計画策定に係る市民アンケート結果による
「介護保険制度の普及や介護サービスの充実に関する取組」に対する市民満足度	46.0% (2015年度)	 (2020年度)	総合計画策定に係る市民アンケート結果による
元気な高齢者の割合	83.6%	83.1%	要介護認定を受けていない高齢者の割合
元気いっぱい！長生き体操の参加者数(実人数)	10か所 137人	60か所 850人	地域の居場所づくりを目的とした体操事業の参加者数

### (4) 市民と共にまちづくり

- ・ 家族を含めた介護予防に主体的に取り組ましましょう。
- ・ 介護者同士で交流がもてるよう交流の場には参加しましょう。
- ・ 高齢者の社会参加や生きがいづくりに努めましょう。
- ・ 介護保険制度について、正しい知識を身につけましょう。

### (5) 関連する個別計画

- ・ 高齢者福祉計画・介護保険事業計画

## (1) 現状・課題

### 現状・課題

- 国において、「障害者基本法」や「障害を理由とする差別の解消の推進に関する法律（障害者差別解消法）」が整備され、また「障害者総合支援法」及び「児童福祉法」の改正など、障がい者を取り巻く環境が変化してきています。
- 障がい者が地域で自分らしく暮らし続けるためには、障がい福祉サービスをはじめとして、気軽に相談できる場の確保や、就労支援等の自立と社会参加を促進する取組、障がい者の虐待防止や障害者差別解消法に基づく合理的配慮の浸透等、地域における理解の促進が必要となってきます。

### 目指す姿

- 障がい福祉サービスを提供するための体制の確保や、質の向上を図るとともに、障がい者に対する地域の理解・協力の拡大に努め、障がい者が地域で安心して暮らすことができるまちを目指します。

## (2) 施策の展開

### ①障がい者に対する理解と交流の促進

- ▶障がいのある人とない人が日常的に交流する機会の創出などを通じて、障がいや障がい者に対する地域の人々の正しい理解と認識を深める取組を進めます。

### ②障がい者保健・医療の充実

- ▶障がいの原因となる疾病等の予防や、早期発見・早期療育・相談体制の充実を図ります。
- ▶障がい者の心身の健康を維持するため、関係機関と連携しながらライフステージや心身の状況に応じた保健・医療サービス・リハビリテーションの充実に努めます。

### ③可能性を伸ばす教育の推進

- ▶学校・幼稚園・保育所・こども園や関係機関等と連携し、障がいの状況や特性等に応じて、一人ひとりの個性や可能性を伸ばす教育・保育の推進を図ります。



#### ④障がい者の生活支援の充実

- ▶障がい福祉サービスや相談支援体制の充実に取り組み、障がい者が自立した生活を送ることができるよう支援します。
- ▶障がい児が乳幼児期から学校卒業まで、一貫した支援を身近な場所で受けられる体制の確保に努めます。

#### ⑤雇用・就業の確保

- ▶障がい者が就労を通じて自己実現を図り、社会の中での役割や生きがいを見い出せるよう、就労支援の提供体制の整備や職場定着を支援します。

#### ⑥生活環境の整備

- ▶障がい者が安全に安心して暮らせるよう、生活空間のバリアフリー化の環境整備を図るとともに、防災・防犯対策面においても、地域をあげた支援体制の整備に努めます。


#### ⑦差別の解消、権利擁護の推進

- ▶障がいのある人もない人もともに生活できる社会を実現するため、障がいを理由とする差別の解消を推進します。
- ▶意思決定の困難な障がい者が不利益を被ることのないよう、成年後見制度について普及啓発するとともに、障がい者虐待の未然防止に努めるなど、障がい者の権利擁護の推進を図ります。

#### ⑧行政サービス等における配慮の推進

- ▶「障害者差別解消法」に基づき、市が行う事務・事業の実施にあたっては、障がい者が必要とする配慮の提供に努めます。

### (3) 成果指標

達成度を測るための指標	基準値 2016年度 (平成28年度)	目標値 2021年度	指標の説明
「障がい者の就労支援や福祉サービスに関する取組」に対する市民満足度	56.4% (2015年度)	 (2020年度)	総合計画策定に係る市民アンケート結果による
福祉施設入所から地域生活へ移行した人数	—	9人 (2020年度)	計画期間内の人数
就労移行支援事業※を利用して一般就労した人数	—	15人 (2020年度)	計画期間内の人数

※就労移行支援事業：一般企業などへの就労を希望する人に、一定期間、必要な知識の習得や能力の向上のための訓練を提供し、就労を支援すること

#### **(4) 市民と共にまちづくり**

- ・ 障がい者に対する理解と認識を深め、共に生活できるよう助け合いましょう。
- ・ 障がい者と交流する機会を持ちましょう。
- ・ 障がい者の就労支援と障がい者が利用しやすい環境を整備しましょう。(事業者)

#### **(5) 関連する個別計画**

- ・ 障がい者基本計画
- ・ 障がい福祉計画・障がい児福祉計画

## (1) 現状・課題

### 現状・課題

- 少子高齢化に伴い、高齢者のみの世帯や高齢者のひとり暮らしが増加するなど、地域福祉を取り巻く課題が複雑かつ多様化しています。
- 地域のさまざまな問題に対して、住みよい地域づくりを進めるためには、地域や関係団体間のネットワークを強化し、支援が行き届く地域づくりを進めていくことが重要です。
- 保険制度など社会保障については、将来にわたって制度が継続し、安心して生活できるよう適正な運営が求められます。

### 目指す姿

- 地域で支え合う仕組みづくりを推進するため、地域のネットワークづくりを進めるとともに、地域福祉を支える担い手を育成し、誰もが暮らしやすい地域づくりを目指します。

## (2) 施策の展開

### ①みんなで支えあう仕組みづくり

- ▶社会福祉協議会をはじめ、民生委員・児童委員、福祉協力員、各種関係団体の活動支援に努め、地域に密着した各種福祉活動の活発化を促進し、身近な地域を単位とした助け合い活動を支援します。
- ▶災害時避難行動要支援者対策として、見守り活動などに必要な個人情報の共有化や、福祉避難所など受入れ施設等の拡大に努めます。

### ②地域福祉を支える人づくり

- ▶福祉教育や地域活動への参加促進により福祉の心を育てるとともに、地域で支え合う活動の核となる担い手の育成など、地域福祉活動を持続的に推進するための人材確保に取り組みます。


### ③国民健康保険制度の安定的運用

- ▶国民健康保険事業運営の安定化を図るため、関係部署と連携して、国民健康保険税の徴収率の向上に努めます。
- ▶後発医薬品※の使用促進や健康診査受診率の向上など医療費の適正化に取り組みます。
- ▶医療費の抑制と、国民健康保険事業の安定化を図るため、データヘルス計画に基づく健康・医療情報の分析結果から、糖尿病性腎症重症化予防など実効性ある生活習慣病予防対策を推進します。【重点プロジェクト40（138P）】

### ④生活困窮者の自立支援

- ▶自立相談支援窓口「あすたねっと」を中心に、ハローワークなどの関係機関と連携しながら、生活困窮者の就労や自立支援を図ります。

## (3) 成果指標

達成度を測るための指標	基準値 2016年度 (平成28年度)	目標値 2021年度	指標の説明
「身近な地域における地域福祉に関する取組」に対する市民満足度	61.5% (2015年度)	 (2020年度)	総合計画策定に係る市民アンケート結果による
一般被保険者 年間 1人あたり保険給付費用額	418,718円/人	前年度比 +2%以内	療養給付費と療養費等の総額を事業年報から算出

## (4) 市民と共にまちづくり

- ・地域における身近な福祉活動やボランティア活動に参加することで、ネットワークを広げ、互いに支え合う地域社会の形成に貢献しましょう。
- ・身近にかかりつけ医を持つようにし、重複診療をやめましょう。

## (5) 関連する個別計画

- ・みんなのふくし丸亀プラン
- ・データヘルス計画

※後発医薬品：これまで使われてきた医薬品の特許が切れた後に、開発会社以外の製薬会社から同等の品質で製造販売される医薬品のこと、ジェネリック医薬品とも呼ばれている