

府 審 第 1 号
平成25年11月25日

府中市長 伊 藤 吉 和 様

府中市健康地域づくり審議会
会 長 寺 岡 暉

人生のライフステージに着目した府中市民の健康づくりのための
第1次提言

本審議会は、平成24年4月26日付け府審第1号で府中市長に行った本審議会体制の見直しに基づくより具体的な政策の提言を目指し、各分科会（次世代創造分科会、いきいき世代づくり分科会、熟年元気づくり分科会、長寿サポート分科会）において、それぞれの分野に関する協議を重ねた結果、本審議会として以下のような結論を得たので、提言する。

記

本審議会は、人生のライフステージに着目した府中市民の健康づくりの基盤を整えることを目標に、政策指標を定め、今後、市がとるべき方向性と施策の考え方を、本提言においてとりまとめた。

市におかれては、今後、必要な行財政上の措置を講じるなど、積極的にこの提言の趣旨の実現に努められるよう要望する。

併せて、具体施策の構築、検証に当たっては、引き続いて本審議会での議論に附されることを希望するとともに、今後引き続いての議論が必要な分野については、第2次提言において、さらに踏み込んだ方向性や施策の考え方を盛り込むことを申し添える。

はじめに～健康な生活が保障された地域社会の構築を目指して～

現在の我が国は、他国に例を見ない急速な少子高齢化が進展している。

少子化の問題について言えば、若者の結婚離れともいうべき現象が進んでいるが、婚外子の割合が極めて低い我が国では、結婚離れの進行は、子どもの出生数に影響を与える。

一方で、我が国の平均寿命は世界のトップクラスにあるが、健康寿命の伸びが小さいという問題がある。

審議会では、結婚環境や出産・子育てをめぐる環境の変化、生活の質を伴った健康寿命の延伸、高齢者が生きがいを持って元気で暮らせる仕掛けづくり、地域包括ケアや人生の最期の迎え方といった課題について議論を行ってきた結果、女性に関する婚姻・出産、仕事と家庭の両立支援のより明確な方向性、三世代にわたる健診体制や食育を初めとするソフト事業の展開、高齢になってからも生きがいを持ち、長く元気高齢者であり続ける取り組みが必要であるという認識に立ち、本提言を行っている。また一方では、「支える医療」を定義づけ、なおかつ高齢者の日常生活を支援するために、在宅での医療・介護を総合的に提供することが求められている。

以上に鑑み、本提言の実現に際し、市にその具現化する体制の構築を求めるとともに、他の自治体に先んじた有効な施策の立案、実行を求めるものである。

なお、高齢者が、人生の終末期を迎えるに当たっての医療・介護の連携、「支える医療」の推進という課題について、今後半年程度をめぐり、さらなる具体的な提言を行えるよう引き続き議論を深めていくことを申し添える。

1 次世代を担う人口量を確保するために (次世代創造分科会)

(1) 女性であることが優意※である社会の実現

ア 母性を活かし、自分らしく生きる

- 結婚環境の変化、妊娠・出産に伴うキャリア中断などの問題が晩婚化・未婚化に追い打ちをかけている。
- 第1子出生時の母親の平均年齢は30.3歳と上昇傾向にあり、晩婚化の影響により希望の子ども数を実現できず、このことが子どもの出生数に影響を与えている。
- 子どもを産み育てることは何よりも優先されるべきで、価値の高いことであるという社会認識を作らなければならない。
- 人生の中で子育てに一番適した時期に子育てを選択できることが重要で、家族や地域はそれを支えていくことが求められている。

- 中高校生の時期から結婚のメリットや高齢出産のリスク等についての啓発を行い、妊娠・出産適齢期についての教育や意識改革をしていく必要がある。

※ 『優意』： 能力と可能性を活かすことが優れた社会的価値として認められ、それを意識・実感できることを表わす造語。

イ 子育ては地域社会の責務

- 核家族化や地域での人間関係の希薄化などにより家族や地域での子育て力が低下している。
- 家族や地域社会が子育て世帯に積極的に関わり、子育て世帯が孤立することのないよう、温かいコミュニティ社会の実現を目指すことが重要である。
- 少子化は地域社会の土台を揺るがす重要な問題であり、子育ては地域社会の責務であるという認識を強く持つことが求められている。

(2) 女性のためのワーク・ライフ・バランス

ア ポジティブアクションの推進

- 家族形態の多様化に伴い、ひとり親家庭が増加しており、特にシングルマザーは厳しい生活を強いられている世帯が多く、こうした世帯も安心して子育てができる手厚い支援が必要になっている。
- 女性全体に対して、就業に関する様々な情報、人生設計において必要な税金や保険・年金などの情報を提示できるようにすべきである。
- 企業を巻き込んだ取り組みや各種手当等の経済的支援策等を講じることが重要で、併せて、働き続けることを希望する女性が就業意欲を失わず、能力を発揮できる環境整備を進めるなどの女性の活躍推進（ポジティブアクション）に向けた取り組みがより一層求められる。

イ 地域の『お宝（知恵袋）』を活かそう

- 地域の中で、信号を発すれば支えの手が差し伸べられるようなコミュニティがあれば、もっと子育てが楽しいものになるのではないかな。
- 子育てを終えた高齢者は様々な知識と経験を持っており、子育て世代にとってまさに『お宝』。元気な高齢者と元気な子どもの力を相互活用できるシステムを作り、子育ての素晴らしさを幼少期から身近に感じられる環境整備の実現が重要である。

ウ 『頑張る女性が住みたい街、府中』を目指して

- 府中市の転出入調査によれば、転出が一番多い年代は25歳から29歳で、転出先は福山市が66%を占め、主な転出理由は「婚姻」「住宅事情」である。
- 県東部地域は災害が少なく、温暖な気候に恵まれているので、『住みたい街』のイメージをアピールするなどの発信をすれば、転入者を増加させられるのではないか。
- 定住促進に向けた雇用の確保、とりわけ女性に対する就職支援などの施策は急務で、若者へのキャリア教育の推進や就職支援などとともに、『頑張る女性』への具体的な取り組みが求められる。

(3) 今後有効と考えられる施策

- 若年者の雇用確保と出会いの場の創出
- 妊娠・出産に係る支援
- 早婚・多子化の意識づくり
- 女性の就労と子育ての両立支援と、一貫した相談窓口の設置
- ひとり親家庭を社会全体で支えていく体制づくり
- 定住促進のための支援
- 子育てにやさしい街づくりと情報発信

2 健康みらい チャレンジ府中

(いきいき世代づくり分科会)

(1) 今日から始める三世代健康づくり～知識から行動変容へチャレンジ～

- 生活習慣病は死亡者の約6割を占め、特に高血圧・糖尿病の治療件数は県平均より多いといった状況にも拘わらず、がん検診、国保被保険者の特定健診受診率、がん検診精密検査の受診率や特定保健指導の利用率が低いことは問題である。
- 健康づくりには、運動・栄養・休養のバランスが大切で、若い時から継続した健康づくりに取り組むことが必要である。
- 今後の方向性として、時流にも柔軟に対応した三世代に渡る施策が健康づくりの市民的拡がりをもたらし、健康地域社会の創造につながると考えられる。
- 基本的には健診・教育・運動・食育が柱であるが、健診（メタボ健診）では、三世代に渡る健診体制が理想である。加えて、医師会・事業所・行政が情報を共有、活用し、生活習慣病の発症予防や重症化予防に繋げる必要がある。

- 運動・食育では、食育の拠点として市民病院に開設するレストランや歩いて暮らせる街づくりなどのハード事業と食育やウォーキング運動の推進など、全世代対象のソフト事業を組み合わせた推進を市内各地域で展開することが重要である。
- 健康機運を高めるものとして健康づくりに主体的に取り組む個人や地域、団体等を積極的に評価し、応援する仕組みづくり、イベントとのコラボレーション、民間活力との協働で健康への意識を高めることが有効と考えられる。

(2) 家庭・地域・職域であなたもこころのサポーター～声かけで、絆の再生にチャレンジ～

- 府中市の自殺死亡率は国・県を超える傾向にあり、働き盛り世代の男性、高齢者女性に多く、原因としては、健康問題、経済・生活問題、家庭・勤務問題が多い。
- 家庭・地域・職域でうつ病等の早期発見のための気づきと見守りを促すとともに、身近な地域で早期に相談が受けられる体制の周知、地域・職域・医療機関が連携したこころの支援体制の強化が必要である。
- 地域や家庭での孤立を防止するため、市民ボランティアを育成し傾聴活動を推進することも重要である。
- 自殺には様々な要因が複雑に関係していることから、地域の特性を分析し、自殺者の多い世代や要因にターゲットを絞った施策を展開する必要がある。

(3) 障害者の自立につながる就労を目指して

- 障害者の就労をめぐる法的整備は整いつつあるが、ハローワーク府中管内における障害者の実雇用率は、わずかながら悪化の傾向にある。反面、障害者就労施設等における福祉的就労の利用者は増加傾向にあり、福祉的就労の伸びに比べ一般就労が進んでいないことがわかる。
- 民間企業等の中に障害者に適した業務を行う部署を新設する等の取り組み、あるいは新たな法人化によってその業務を行うなど、ものづくりのまちの特性を活かした新たな雇用の場を創出していく必要がある。
- 福祉的就労の支援として、障害者就労施設等による新たな商品開発を促すなどの必要な支援や取り組みを新たに模索するなど、これまで以上に障害者の自立につながる諸施策を実施していく必要がある。

(4) 今後有効と考えられる施策

ア がん・生活習慣病の発症予防と重症化予防の推進の関連

- 中学生対象の子ども健診、20～30歳代への健診および健康教育事業
- 食育・運動事業内容の全世代対象へのリニューアル
- 健康運動・食育の拠点整備とソフト事業推進・地域展開
- 特定健診の血液検査項目の充実
- 脱メタボに向けた健康づくり事業と個人・三世代家族・企業表彰
- 地場産業との協働による食育推進（健康メニュー、協賛企業の拡大）
- イベントコラボレーションや民間活力との協働

イ 地域・職域で取り組むところの健康づくりの関連

- 誰でもこころのサポーター育成事業と絆づくり事業
- 働く人の疲労度チェック表を活用した事業場健康づくり事業
- 企業・産業医・かかりつけ医・精神科医の連携推進（うつ・自殺対策サポートネット）

ウ 障害者の雇用機会の増大に向けた施策の推進の関連

- 民間企業のニーズを踏まえた職業訓練を障害者就労施設等で行うなどの新たなマッチングの開発
- 多種多様な業種の企業と、障害者の特性を生かした事業との融合による隙間ビジネスの創業支援

3 生きがいを持った元気高齢者であるために（熟年元気づくり分科会）

(1) 働けるうちは働きたい～生きがい就労の創出～

- 我が国の高齢者の就業意欲は高く、約7割の人は「70歳以降まで」または「働けるうちはいつまでも」働きたいと考えている。一方で、今後の生活で「毎日の生活を充実させて楽しむこと」に力を入れたい高齢者の割合が増加傾向にある。
- 高齢者が希望に応じて働くことは、経済生活の安定をもたらすばかりでなく、自らの健康と様々な生きがいを見出すことにつながるため、これまでになかった高齢者のニーズに応じた柔軟な働き方を今後研究開発しなければならない。

- 今後は、従来の生計維持のための就労と生きがいとを併せ持つ生きがい就労という視点が必要となる。
- 生きがい就労の一形態として自己雇用があるが、この自己雇用は多くの場合起業という形態を取るため、高齢者が集まって新たに立ち上げるシルバーベンチャー事業などを応援するなどの措置を講じる必要がある。

(2) 「支えが必要な人」から「支える人」へ～高齢者が増えることが問題ではない～

- 少子高齢化の本当の問題は、高齢者が増えることではなく、「支えられる高齢者」が増えることにある。
- 高齢者が様々な生活支援などの地域社会の支え手となることは、自らが活躍の場を作り出す手段になり得るとともに、地域の持つ様々な課題の解決にもつながる。
- 「支える人」の活躍の場の創出としては、シルバー人材センターの機能の充実が欠かせない。これまでの請負中心の就労だけではなく、地域の課題解決に高齢者がやりがいを感じられ、また高齢者のニーズにマッチする業務の拡大も必要である。

(3) 「人生二毛作時代」を目指して～「地域人」への円滑な移行～

- これまで仕事中心の生活を送ってきた退職した高齢者が、いきなり地域を中心とするコミュニティに溶け込むことはなかなか難しく、退職前の早い段階から「人生二毛作時代」をイメージし、ライフデザインを考えることが重要となってくる。
- 同時に、退職後、高齢者が自宅に引きこもり社会から孤立することを防ぐとともに、「地域人」への移行が円滑に行われるよう、生きがいや自己実現といった生き方を可能にする場を創出するという視点も忘れてはならない。
- 退職前から取り組める退職後の人生を実りあるものにする各施策、また、生きがいそのものをつくる取り組みを数多く打ち出す必要がある。
- 今や人生90年時代。複数のキャリアを積み重ねることのできる「人生二毛作時代」が到来している。

(4) 元気高齢者を増やす、取り戻す挑戦～施設から地域へ～

- 元気高齢者の増加のためには、要支援・要介護認定者数の増加に歯止めをかけるという視点と、元気高齢者そのものを増やす、取り戻すという視点も必要となる。

- 介護事業者による介護度の改善や、個々のそれまでの健康維持への努力にインセンティブを付与する制度づくりに取り組む必要がある。このようなインセンティブの導入は、結果として元気高齢者の増加に寄与すると確信する。
- 高齢世帯、特に一人暮らしの高齢者は栄養のバランスを取るのが難しく、「孤食」になりがちとなるため、居場所を兼ねた食のサポート機能の必要性が高まっている。こうした機能を充実させることは、高齢者の孤立防止や介護予防につながることはもとより、その運営に高齢者が主体的に参画することができれば、高齢者の社会貢献活動の促進や生きがいづくりにもつながる。

(5) 今後有効と考えられる施策

- 生きがい創業ビジネスプランのコンペ
- 育児・家事支援へ的高齢者派遣事業
- シルバー人材センター等による市民農園の開設
- 高齢者婚活事業
- 要介護度を改善した施設へのインセンティブ制度
- 元気高齢者へのインセンティブ制度
- コミュニティ・キッチン開設

4 高齢者の在宅生活を全面的に支援する府中市を目指して

(長寿サポート分科会)

長寿サポート分科会では、「支える医療」の拠点整備、高齢者世帯の看守り体制、人材育成及び住民啓発といった項目の抽出ができたところであることから、協議の経過をまとめて中間報告する。

(1) 高齢者の在宅生活を支える仕組みづくりのために

- 府中市の高齢化率は32.4%、核家族化も進展し、独居高齢者や高齢者のみ世帯への生活支援や、医療・介護サービスの提供は大きな社会問題となっている一方、医療資源の状況については、市内の病院及び病床、また、市内に勤務する医師数も減少している。
- 府中地区医師会では、要介護度の高い在宅高齢者の支援に向けて、駅家・新市・府中の各地域の訪問看護ステーションを中心に、在宅医療推進拠点整備事業の取り組みが始まったところである。

- 府中地域においては、支援が必要な高齢者は必要な支援を受けることができ、家族も安心して在宅で介護できるよう、「相談窓口の設置」、「医療と介護の連携・コーディネート」といった新しい視点での公共的な仕組みの具体化が求められる。
- 他にも、医療・介護に携わる人材の育成・確保及び在宅での看取りに対する理解促進等、必要な環境整備も並行して進めなければならない。

(2) 「支える医療」の中核づくりに向けて

- 地域には、医療・介護サービスは受けていないが何らかの支援がなければ在宅で暮らし続けることができない高齢者も多いが、その把握が困難なことから、気軽に相談できる窓口を設置し、幅広い方面からニーズを把握、支援を調整する仕組みが必要である。
- 高齢者を中心とする地域住民の生活を「支える医療」の具体化には、在宅での医療・介護が総合的に提供されることが求められる一方、高齢者や家族の不安の解消も欠かせないため、24時間体制の地域看守りセンター機能の確立に向けて検討が必要で、併せて高度通信技術の活用等についても引き続き検討されたい。
- 地域の高齢者を看守り機能として府中市民病院改築時に「長寿さぼーとセンター（地域包括支援センター）」の機能が設置され、医療と介護の相談や看守り体制が整えられようとしており、さらに病院・診療所とのネットワークが構築されれば、高齢者の在宅生活を支援する礎となる。
- 今後、病院は備えるべき福祉・介護機能と役割について明らかにし、その具体化に努めなければならない。
- 施策の具体化に当たっては、府中地区医師会を初めとした多様な関係機関との有機的な協力が重要であることは論をまたない。

(3) 引き続き検討すべき施策の方向性

- 市民病院における高齢者の在宅生活を支援する体制の整備
- 24時間体制で医療・福祉・介護が提供できる看守り機能の検討
- 府中地区医師会の在宅医療推進拠点整備事業との連携・役割分担
- 看護師及び介護職員等の人材育成の支援
- 在宅での看取り促進に資する住民啓発