

磐田市健幸づくり及び地域医療を守り育む条例

解説書



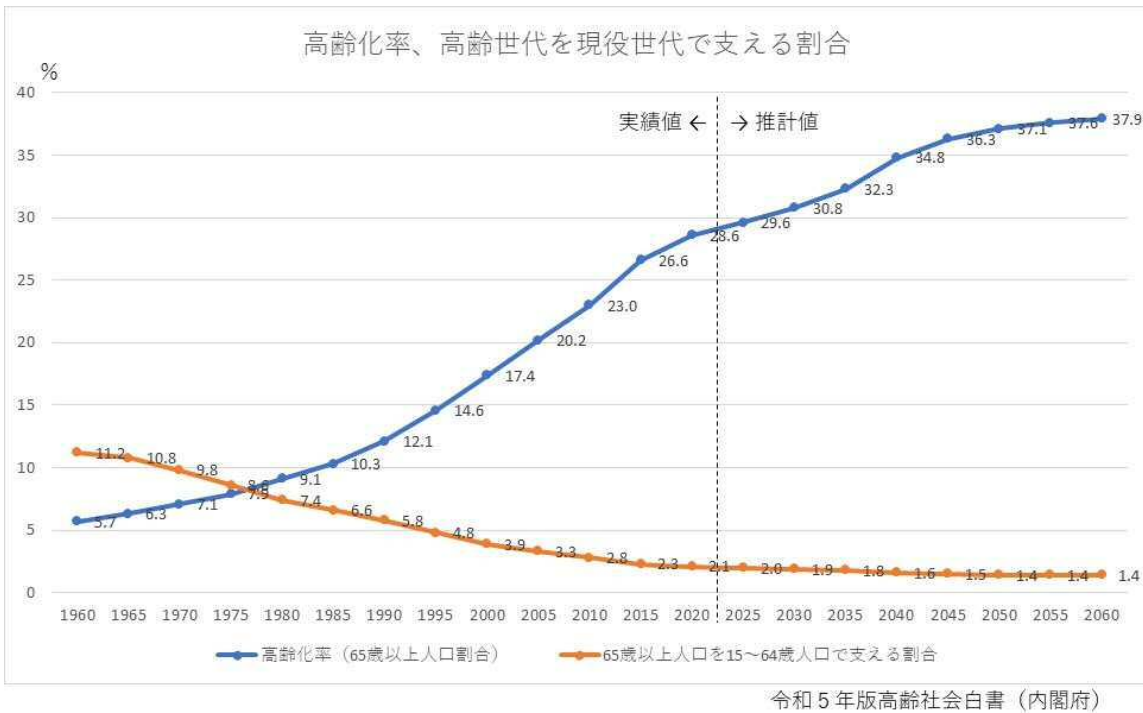
ひっぺい
©磐田市

磐田市議会

磐田市健幸づくり及び地域医療を守り育む条例

(時代背景)

● 少子高齢社会

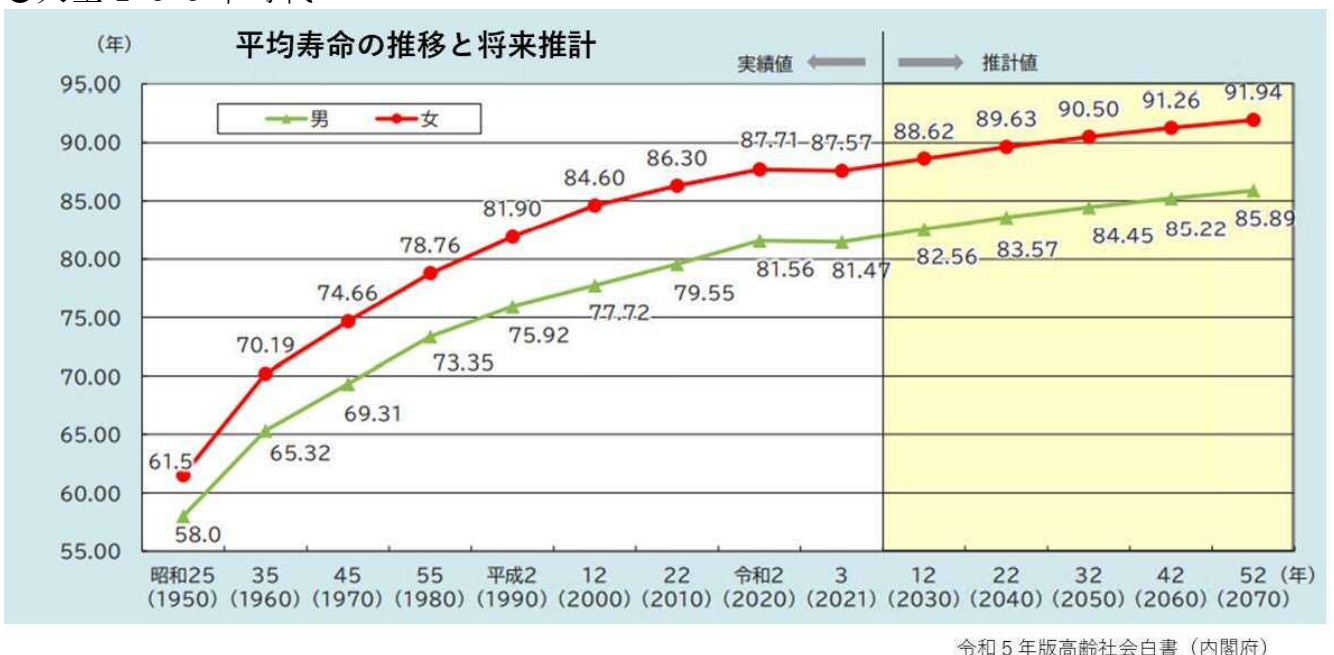


日本では1960年の高齢者1人を支える労働者人口の人数は11.2人でしたが、少子高齢化により2020年では2.1人となりました。

少子高齢化がこのまま続くと2060年には高齢者1人に対して労働者人口が約1人で支えることとなります。このような少子高齢化の進行による影響により、医療・介護費を中心に、社会保障に関する給付と負担の間のアンバランスは一層強くなります。

このような危機的状況を変えるためには、国や地方自治体、企業はもちろんのこと、そこに住む私たちも一丸となって問題に取り組む必要があります。

● 人生100年時代へ



【前文】

私たちの暮らす磐田市は、「たくさんの元気と笑顔があふれるまち磐田」を将来像に掲げ、健康増進計画、高齢者保健福祉計画、介護保険事業計画等の計画を通し、年齢を重ねても、障がいがあっても、病気になっても「安心できる磐田」を目指しています。

また、平成21年4月に「スポーツ交流健康都市宣言」を宣言し、こどもから高齢者まで、スポーツを通じた交流や健康体力づくりが進められています。

しかし、磐田市を含む静岡県中東遠地域は、県内の他地域と比較して医師や看護師が少なく、生活習慣病の有病率も高い傾向にあります。また、少子高齢化が急速に進むなか、認知症への対策や健康診断の受診率向上への取組、新たな感染症や疾病に対応する医療体制等の充実も市の重要な課題となっています。

人生100年時代の到来が予測されているなか、心身ともに健康でいきいきと幸せに暮らすことは市民共通の願いです。

そこで、全ての市民が健幸づくりに主体的に取り組めるように、地域全体が一体となって連携し、環境を整えることが重要です。

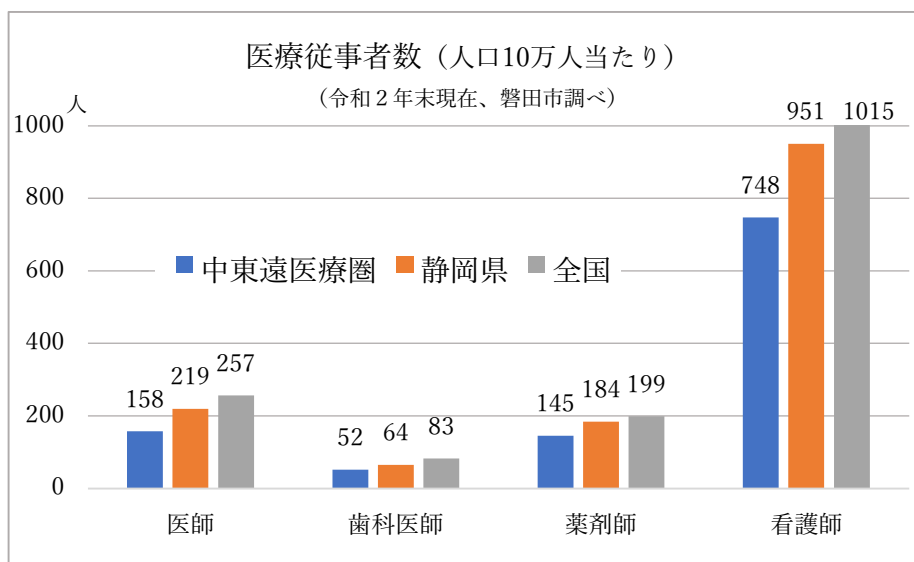
また、市民の健康を支える地域医療については、その現状及び課題を市民が正しく理解し、適切に受診することにより医療崩壊を防ぎ、将来にわたり安心して医療を受けることができる体制を確保することが必要となります。

ここに、磐田市民が健康で、生涯にわたり住み慣れた地域で安心して幸せに暮らすことができるように、市民、市、地域、医療機関、議会、地域医療等に関わる全ての関係者が、健幸づくりの重要性や医療は限りある資源であることを認識し、互いに連携しながら、それぞれの役割や責務を果たすことにより、市民の主体的な「健幸づくり」の推進及び「地域医療」を守り育むことを目指して、この条例を制定します。

【解説】

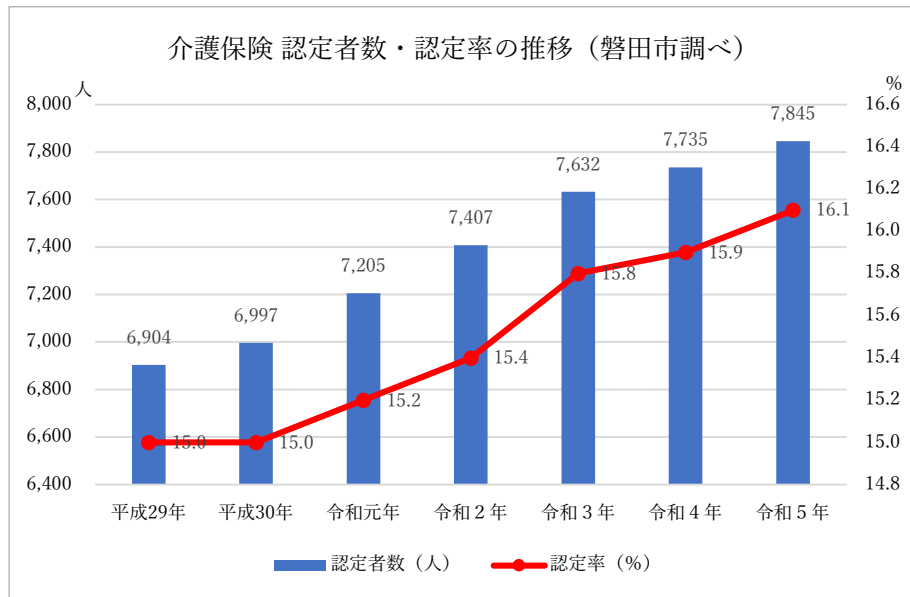
前文では、本条例を制定するに至った背景や条例制定の趣旨について明らかにしたものであり、「磐田市民が健康で、生涯にわたり住み慣れた地域で安心して、幸せに暮らすことができるまちづくり」の実現を目指すことへの決意を表明しています。

●磐田市の地域医療を取り巻く環境（中東遠地域の医師・看護師等の状況）

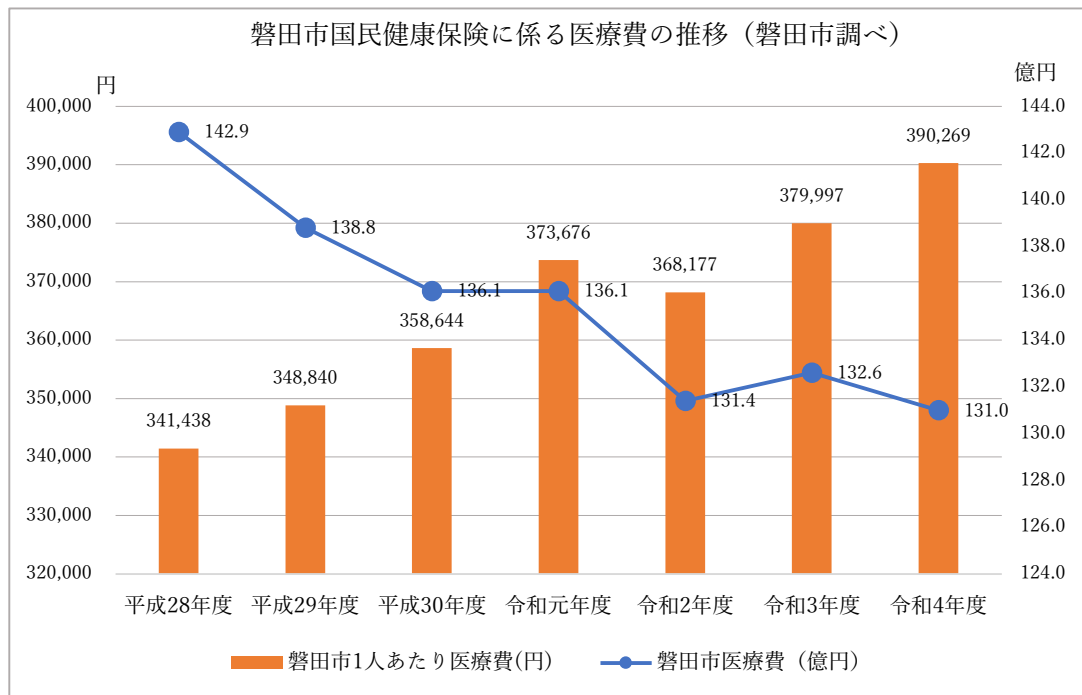


(磐田市民の健康を取り巻く環境)

磐田市の要支援・要介護者数は、年々増加しています。



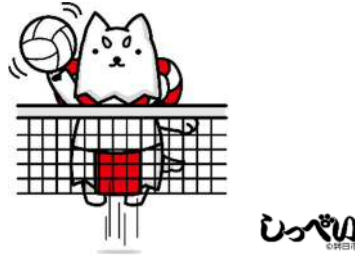
磐田市民一人当たりの医療費も増加しています。



磐田市スポーツ交流健康都市宣言（平成21年3月議決）

数多くのスポーツ資源やスポーツ文化を持つ磐田市では、スポーツと健康への関心が高く、特にスポーツを通じた交流やコミュニティの活性化あるいは健康体力づくりにその役割が期待されています。

磐田市はスポーツをこどもからお年寄りまで、誰もが共有できる市民共通の文化としてとらえ、生涯を通じたスポーツの振興を図ることにより、健康で魅力的な人づくりと地域間交流が盛んな活気あるまちづくりを目指すため、ここに「スポーツ交流健康都市」を宣言します。



（目的）

第1条 この条例は、市民の健幸づくり及び地域医療を守り育むことに関する基本理念を定め、市民、市民活動団体及び事業者並びに医療機関等の役割並びに市及び議会の責務を明らかにするとともに、その推進のための基本的事項を定めることにより、市民が、健康で生涯にわたり住み慣れた地域で安心して暮らすことができる健幸長寿社会の実現に寄与することを目的とします。

【解説】

この条では、本条例の目的が「市民が健康で、生涯にわたり住み慣れた地域で安心して暮らすことができる健幸長寿社会の実現」であることを明らかにしています。

また、健幸づくり及び地域医療を守り育むことに関する基本理念を定め、それぞれの役割・責務を明らかにすることを定めています。

（定義）

第2条 この条例において、次の各号に掲げる用語の意義は、当該各号に定めるところによります。

- (1) 健幸づくり 市民一人ひとりが、心身の健康を基盤として、生きがいや希望を持ち、自分らしく幸せに暮らし続けることをいいます。
- (2) 市民 磐田市内に居住する人、通勤する人、通学する人又は磐田市内の医療機関等を利用する人をいいます。
- (3) 地域医療 市民の生活圏内において、保健、福祉及び介護と連携のもと、症状、病状等に応じた医療を適切に受けられることができる体制をいいます。
- (4) 医療機関等 病院、医院、診療所その他地域医療に携わる団体及びその従事者をいいます。

【解説】

この条では、本条例における用語の定義を定めています。

(基本理念)

第3条 市民の健幸づくり及び地域医療を守り育むための基本理念（以下「基本理念」といいます。）は、次の各号に掲げるとおりとします。

- (1) 健幸づくりは、市民一人ひとりが、心身ともに健やかで、生涯にわたって希望や生きがいを持ち、自らの状態に合わせて取り組み続けるものであり、家庭、地域、職場など社会全体で支援していくことを目指します。
- (2) 地域医療は、市民の健康を支え、安心して暮らすためには欠かせないものであり、保健、医療、福祉及び介護の連携のもと、将来にわたり安定した医療を受けることができる体制を確保するために、市民、市民活動団体及び事業者、医療機関等、市及び議会がそれぞれの役割を果たすことで、地域全体で守り育てていくことを目指します。

【解説】

この条では、本条例を推進する上で必要な基本理念を定めています。

(市民の役割)

第4条 市民は、基本理念に基づき、次の各号に掲げる事項の実施に努めるものとします。

- (1) 自らの健康は自らで守るという意識のもと、積極的に健康に関心を持ち、学び、日常的に健康管理を行うとともに、家族、学校、職場の仲間等、地域の人々の健幸づくりにも協力しましょう。
- (2) 定期的に健康診断及び検診を受け、病気の予防、早期発見及び早期治療に心がけましょう。
- (3) 適度なスポーツや軽度な体操などの活動、バランスの取れた食事などで生活習慣を整え、生きがいづくりや社会参加などの健幸づくりに努めましょう。
- (4) 自らが地域の医療体制を支える一員であることを認識し、健全な地域医療を育み確保するため、その現状や課題を理解し、次に掲げる事項に取り組みましょう。
 - ア かかりつけ医及びかかりつけ薬局を持つように努めること。
 - イ 緊急性が高い場合を除き、診療時間内に受診するように努めること。
 - ウ 自らが望む人生や医療を含む人生の最終段階における過ごし方を、近親者などに伝えるとともに、書き記すように努めること。

【解説】

この条では、健幸づくりと地域医療を守り育むために必要な市民の役割について定め、以下の取組み例を示しています。

- 自己の健康に関心を持ち、日常の健康管理を行う。地域のまわりの人々の健幸づくりに協力する。
- 疾病を未然に防ぐための定期的な健康診断の受診
- 運動など体を動かすこと、バランスの取れた食事を摂ること、生きがいづくりなどのために積極的に社会参加すること

「運動・栄養・社会参加」は、健康寿命を延ばすために必要な3つの要素です。特に、現代社会はストレスが多いため、これらの要素をバランスよく生活に取り入れてストレスを軽減することが、心と身体の健康維持につながります。

認知症の予防とは？

認知症の発症・進行の予防は生活習慣病の予防・改善が重要



○ベジファースト(食事は野菜から先に食べましょう)



○かかりつけ医・かかりつけ薬局を持つこと

○適正受診の実施

軽い症状を自覚しながら、診療時間内では都合がつかないという理由で救急外来を受診するなど、急を要しない症状での診療外受診（いわゆるコンビニ受診）はやめましょう。

○人生の最終段階における過ごし方を、早いうちに近親者などに伝える

磐田市では終活のツールとして「私と家族のあんしんノート」を作成・配布しています。このノートもご活用下さい。



詳しくはこちら↓



(市民活動団体及び事業者の役割)

第5条 市民活動団体及び事業者は、基本理念に基づき、次の各号に掲げる事項の実施に努めるものとします。

- (1) 組織の活性化のために健康経営を意識し、軽度な体操の実践など、自らの会員や従業員の健幸づくりに積極的に取り組みましょう。
- (2) 健幸づくりの取組は、他団体・他事業者との情報交換や人材交流などにより、相互に支援・連携して推進しましょう。
- (3) 自らの特長を生かした助言・提案等を行い、地域の人々の健幸づくりにも協力しましょう。

【解説】

この条では、健幸づくりと地域医療を守り育むために必要な市民活動団体及び事業者の役割について定めています。

●「健康経営®」とは (経済産業省ホームページ) ※「健康経営®」は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。

従業員等の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に実践することです。企業理念に基づき、従業員等への健康投資を行うことは、従業員の活力向上や生産性の向上等の組織の活性化をもたらす、結果的に業績向上や株価向上につながると期待されます。

健康経営は、日本再興戦略、未来投資戦略に位置づけられた「国民の健康寿命の延伸」に関する取組の一つです。

磐田市では、事業者の健康経営を支援する取組を行っています。

社員の元気は会社の力
SDGsの取り組みにも
健幸宣言しませんか?
けんこう

社員の健康づくりに市をご活用ください

静岡県の認定制度
「ふじのくに推進事業所健康宣言」や
「ふじのくに健康宣言事業所」への
エントリーをお手伝いします

組み合わせ自由・時間帯応相談・もちろん無料

将来の病気のリスクを予測して予防する
【健康診断結果等から課題と対策のご提案】

カラダとこころのストレッチ
【ストレスチェッカー体験とミニ講話】

女性の健康を応援
【乳がんセルフチェック体験と講話】
(協力:第一生命)

自分の体と向き合う時間
【インボディ測定】

肥満対策 野菜が脳を変える!
【野菜の摂取量測定とミニ講話】
(協力:明治安田生命)

おなかの健康のことならおまかせください
【シナプソロジーで脳を活性化】
(協力:ヤクルト)

お得な市のがん検診・歯科健診もご案内します

昼休みでの実施もOK

ご相談・お申し込みは、電話か電子申請のどちらかをお選びください
磐田市健康増進課 地域保健グループ 電話:0538-37-2013

電子申請フォームはこちら



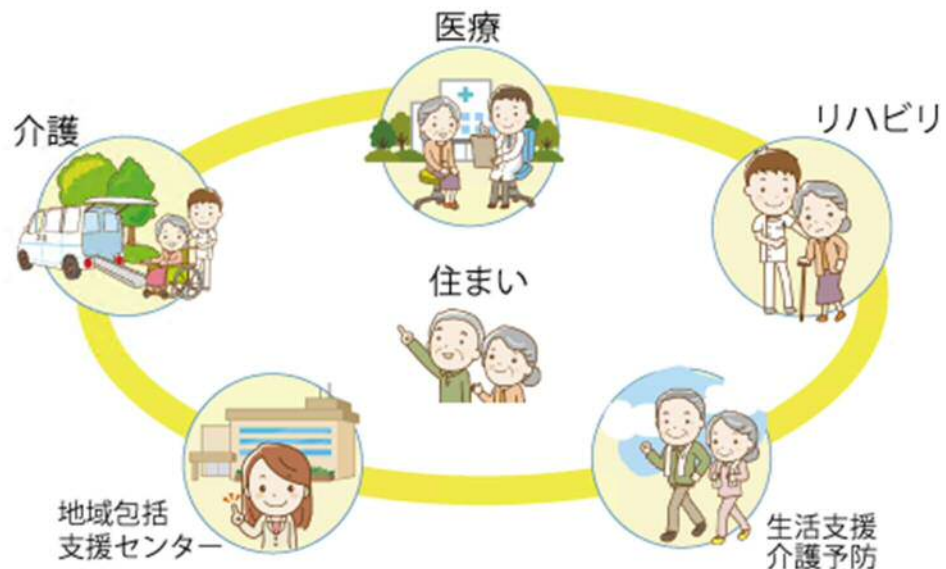
(医療機関等の役割)

第6条 医療機関等は、基本理念に基づき、良質かつ適切な医療を行うため、次の各号に掲げる事項の取組に努めるものとします。

- (1) 市民や患者に対して、医療等に関する分かりやすい説明を行い、市民との信頼関係の構築に努めましょう。
- (2) かかりつけ医を中心とした医療体制を推進し、在宅医療の充実に努めましょう。
- (3) それぞれの機能に応じた役割を適切に果たし、地域医療を確保・充実するように努めるとともに、市民が健康で、住み慣れた地域で安心して暮らすことができるように、市及び医療、福祉、介護等の関係機関との相互連携に努めましょう。
- (4) 医療の担い手の確保及び人材を育成するため、関係機関との協力や情報共有に努めましょう。
- (5) 市が実施する市民の健幸づくり及び地域医療を守り育むための施策に協力するように努めましょう。

【解説】

この条では、健幸づくりと地域医療を守り育むために必要な医療機関等の役割について定めています。



(市の責務)

第7条 市は、基本理念に基づき、次の各号に掲げる事項を総合的かつ効果的に実施するものとします。

- (1) 市民が生涯にわたって健幸づくりに取り組むことができるよう、市民の健幸づくりを推進するための施策を実施するものとします。
- (2) 市民が安心して医療を受けることができる体制を確保するため、国及び県とも連携し、地域医療を守り育むための施策を実施するものとします。
- (3) 健幸づくりの推進及び地域医療の充実のため、誰もがアクセスできる健康増進のための基盤整備をはじめ、施策実施環境及び推進体制の整備、人材育成、関係団体との連携、情報共有、助言その他必要な支援を行うものとします。
- (4) 磐田市立総合病院は、地域医療における基幹的な医療機関として、急性期医療及び高度で専門的な医療を担うとともに、地域における医療水準の維持及び向上を図るものとします。

【解説】

この条では、健幸づくりと地域医療を守り育むために必要な市の責務について定めています。

(3)で述べている「誰もがアクセスできる健康増進のための基盤整備」として、今後、磐田市ではデジタル技術を活用したヘルスケア事業に取り組む予定です。

○まちの保健室、健幸チャレンジ、健幸アンバサダー、いきいき百歳体操

磐田市では、まちの保健室(保健師訪問による健康チェックや指導)、健幸チャレンジ、健幸アンバサダー、いきいき百歳体操を行っています。詳しくはこちら→



あなたも百歳体操始めませんか?

健康長寿になるためには、「運動」「社会参加」「食生活」の3つがポイントと言われています。

運動

社会参加 → みんなと一緒にやってみよう

運動で筋力UP → いきいき百歳体操

社会参加

健康な口でおいしく食事 → かみかみ百歳体操

脳もいきいき → しゃきしゃき百歳体操

食生活

立ち上げたい!参加したい方へ

活動の条件

- ・週1回定期的に実施する
- ・5名以上の仲間
- ・地域の方なら誰でも入れる

活動への支援

- ・DVD・音のバンドの無料貸し出し(2年間)
- ・初回と3ヶ月後に体力測定
- ・年1回活動支援

!自分を元氣!みんなを元氣!

磐田市 いきいき百歳体操

1回 約30分

いきいき百歳体操はどんな体操?

イスに座り、映像に合わせてゆっくりとした運動を行います。筋力や体力に合わせて、手首や足首に「重り」をつけて行うとより効果的です。

筋力運動は基礎代謝の向上、体重や血糖値の安定化、骨粗しょう症予防などに効果的と言われています。

体操をすることでどうなるの?

筋力がつき、立ち座りや階段の上り下りなど日常生活での動作が楽になる効果があります。また、転倒しにくいからたになるので、骨折したり寝たきりになることを予防できます。

磐田市 かみかみ百歳体操

1回 約15分

かみかみ百歳体操はどんな体操?

イスに座り、映像に合わせて口の周りや舌を動かします。食べる力や飲み込む力をつけるために行う体操です。

体操を合わせて、毎食後の歯みがきや定期的な産科医院への受診もしましょう。

体操をすることでどうなるの?

唾液がよく出るようになり、口の中が清潔に保たれ、食べることで飲み込む力が強くなります。また、口の周りの力がつくので、食べこぼしやむせが改善し、表情が柔らかくなったり、しわの防止にも効果があります。

磐田市 しゃきしゃき百歳体操

1回 約15分

しゃきしゃき百歳体操はどんな体操?

イスに座り、映像に合わせて二つの動作を同時に行う体操です。認知機能の維持・向上に効果があるとされています。

体操をすることでどうなるの?

からだを動かしながら考えることで、脳の様々な部分を活性化させて、覚える・考える・判断するなどの認知機能が鍛えられます。

難しいと感じても、悩みなから一生懸命考えることで脳が刺激されます。間違えてもあきらめずに挑戦しましょう!

(議会の責務)

第8条 議会は、基本理念に基づき、次の各号に掲げる事項を実施するものとします。

- (1) 市民の健幸づくり及び地域医療を守り育むための施策が効果的に推進されるように調査、検証を行い、必要に応じて、市に対しての提言、本条例の検証及び見直しを行うものとします。
- (2) 健幸づくり並びに地域医療の確保及び充実のため、市をはじめ関係機関と連携して取り組み、必要に応じて国及び県へ働きかけを行うものとします。
- (3) 議員は、積極的に健康管理に努め、また市民に対して健幸づくり及び地域医療を守り育むための積極的な周知・啓発を行うものとします。

【解説】

この条では、健幸づくりと地域医療を守り育むために必要な議会の責務について定めています。

(感染症に対する取組)

第9条 感染症に対する取組として、次の各号に掲げる事項の実施に努めるものとします。

- (1) 市民は、感染症に対する正しい知識を持って、感染症の予防及びその蔓延防止に十分な注意を払い、思いやりを持った冷静な行動に努めましょう。
- (2) 市は、感染症に対する正しい知識の普及・啓発を図り、国や県及び関係機関・団体等と連携し速やかに感染予防や感染対策に向けた取組を行うとともに、感染症に起因する差別的な扱いや誹謗中傷が起こらないように、啓発活動に努めるものとします。

【解説】

この条では、健幸づくりと地域医療を守り育むために必要な感染症に対する取組を定めています。



#広がれありがとうの輪
STOP! 感染拡大

厚生労働省×磐田市



(財政上の措置)

第10条 市は、健幸づくり及び地域医療を守り育むための施策を実施するために必要な財政上の措置を講ずるよう努めるものとします。

【解説】

この条では、健幸づくりと地域医療を守り育むために必要な財政上の措置について定めています。

(委任)

第11条 この条例に定めるもののほか、この条例の施行に関し必要な事項は、市長が別に定めるものとします。

【解説】

この条では、健幸づくりと地域医療を守り育むために必要な事項については、この条例とは別に市長が定めることとしています。

附 則

この条例は、令和6年4月1日から施行します。

【解説】

この条では、本条例の施行日を定めています。