

平成 20 年 7 月 14 日
健康福祉事業本部
福祉部高齢社会対策課

前回検討課題（テーマ）

「健康の保持・増進」について（確認）

※第 2 回～第 5 回懇談会までに出た委員意見のまとめ

（総論）

平均寿命の延伸、高齢化率の上昇により、高齢期をいきいきと過ごすための「健康づくり」はますます重要になっている。

「健康」とは、個人の心身状況であり、保持・増進のためには、まず自分自身でしっかりとした心構えを持つ事が前提である。その上で、区として必要な支援を行っていくべきである。

まず、健康状態を把握し、病気等の早期発見・治療につなげる「健康診査」を多くの区民が受診するよう、啓発活動は今後も推し進めるべきである。その結果、健康づくり事業への参加が望ましいとされた方が、積極的に参加している状態を目指し、健康づくりの大切さを普及促進する必要がある。

その際、情報の「伝え方」を工夫し、必要な人に必要な情報が届くよう努めなければならない。

また、「健康づくり」は、一時的なものでなく、本人の生活の中に習慣として取り入れてもらうことが大切である。そのため、年齢・性別・心身状況等、個人ごとの必要・希望に応じた健康づくり事業を提供すべきである。

ところで、「健康づくり」には、身体だけでなく、心の健康も重要である。楽しく・生きがいとなるメニューの提供に努め、健康づくり事業への参加をきっかけに、地域での交流につなげていく取り組みが求められている。

（各論）

1 啓発・情報提供の工夫

(1) 啓発

- ① 区報のような媒体による周知に加え、個別の案内状など、丁寧な周知を図ることは今後も充実すべきだ。
- ② これから高齢期に入る方も、啓発の対象に含め、早期からの意識付けを行っていくべきだ。

(2) 情報伝達

- ① 行政情報が伝わりにくい環境で暮らしている方への配慮は重要である。ひとりぐらし・高齢者のみの世帯・日中独居者といった方が主だが、必要な情報を届けられるよう努めなければならない。
- ② 健康診査未受診者の中には、情報は届いていても、別の理由で未受診の方もいる。受診や、その後の健康づくり事業への参加に結びつけるためには、個人の希望・状況に応じた呼びかけ方をしなければならない。

2 健康づくり事業の方向性

(1) 多様な事業の展開

- ① 骨粗しょう症、口腔ケア、栄養等、健康づくりは、本人の希望・年齢・性別・心身状況等に応じ、必要な内容は様々である。そのため、区民の健康を総合的に支援できるよう、必要な事業を計画的に展開していかなければならない。
- ② 同時に、個別に必要なメニュー等を、区民が総合的に相談できる体制づくりが必要である。

(2) 予防の観点からの展開

- ① 健康づくりは、健康なうちから、予防として習慣づけることが重要である。一般高齢者向けの事業を効果的に実施すべきだ。

3 心の健康への支援

- ① 健康づくり事業への参加をきっかけに、社会参加が進むことは、心身ともに健康であることの維持につながっていく。社会参加できる機会・場の提供に努めるべきだ。
- ② 就労・ボランティア・趣味活動などは、元気高齢者の生きがいとなることで、結果として、健康増進の支援に寄与している。これらに取り組む個人・団体への支援も重要だ。