

健康長寿に係る先進的な取組事例

滑川町

滑川町 & 国営武蔵丘陵森林公園 コラボレーション健康づくり事業

(1) 取組の概要

滑川町は、平成 24 年 6 月定例議会で「滑川町健康づくり行動宣言」が採択されて以後、町民の健康に関する意識の高揚を町内隅々まで浸透させるべく、地区の集落単位を基本に健康づくりの活動を展開してきました。

集落単位で会員を募り、健康づくりを目的とする活動グループを結成し、それぞれ特色ある事業を実施していますが、活動の大きな柱としてウォーキングに取り組むグループが多く見られるのを契機に、健康づくりに役立つ効果的なウォーキングの知識と技術の取得を目的に開催しているものです。



この取組の特色としては、滑川町と町内にある国営武蔵丘陵森林公園が事業協力し、年間を通じて滑川町民に向けた教室を開催している点にあり、競技場を利用した学習とは異なり、起伏のある日常のウォーキング環境に近いコース設定ができることです。

また、町内ではウォーキング道や歩道の整備が充分ではないため、安全かつ安心の側面からも理想的な環境のなかで取り組めることです。

(2) 取組の契機

(ア) 将来人口と高齢化率

滑川町は近年、宅地開発が進み県内でも有数の人口増加率があり、当面の間は人口増加が予想されています。

一方、団塊の世代を始めとする高齢者の人口も、年々確実に増加しつつある現状にあり、いかにして元気で自立した状態で高齢を迎えるかが町の将来を見据えた大きな課題となっています。

【人口の推移】

人口/年	平成 2 年	平成 7 年	平成 12 年	平成 17 年	平成 22 年	平成 27 年	平成 32 年	平成 37 年
総数	11,566	12,484	12,836	15,434	17,323	19,195	20,979	22,628
65 歳以上	1,349	1,693	2,007	2,541	3,198	4,119	4,899	5,347
高齢化率	11.7%	13.6%	15.6%	16.5%	18.5%	21.5%	23.4%	23.6%

(イ) ウォーキング人口の増加

町内の集落単位を基本に、健康づくりを目的に自主活動している会員は、現在1,000名を数えます。会員のほとんどが60歳から上の方々から構成されており、その人口比は町の60歳以上の人口の約2割に相当します。

町内でも、早朝や夕方にかけてウォーキングをする町民の姿が着実に増加しており、地域コミュニケーションの観点からも大きな要因になりつつあります。

(ウ) 運動インフラの不足と安全な環境

滑川町では、公共の運動場及び体育館が各1か所あるのみで、施設を利用した取り組みは困難な状況にあります。また、ウォーキング道や歩道の整備も充分ではなく、安全安心の環境面からもインフラが不足しています。

滑川町内に位置する国営武蔵丘陵森林公園は304haもの面積があり、四季折々様々なコースを利用しながら安全に運動に取り組める環境が整備されています。

(エ) 取組の内容

事業名	滑川町&国営武蔵丘陵森林公園 コラボレーション健康づくり事業
事業開始	平成26年度

	平成26年度新規事業
予 算	25万円 ・講習会参加者助成金 20万円 ・消耗品費 5万円
参加人数	400名予定 (2014年12月現在の延参加人数188名)
期 間	平成26年7月～平成27年3月 ※毎月1回、1日3回開催 (総計27回)
実施体制	滑川町健康づくり課、国営武蔵丘陵森林公園

① 参加者の募集

町広報紙による告知を年3回実施。町内各地区の健康づくりグループへの個別チラシ配布。保健センター主催事業でのチラシ配布。

② スタンプカードの作成

初回参加者へ受講印のスタンプカードを配布。スタンプ5ヶ以上をためると森林公園から記念品の進呈

③ 講習会受講料助成金

講習会の受講費用500円を1人1回に限り滑川町が助成。

④ 他事業連携

森林公園年間パスポート購入者への助成制度を滑川町産業振興課で実施。

⑤ 10kmチャレンジウォーキングの実施

講習会とは別に、周回路を利用したチャレンジウォーキングを実施。各周回のスプリットタイムを計測。

(オ) 取組の効果

町民の健康に関する意識が高まっており、日常の会話のなかでも「健康」をキーワードとしたものが徐々に増えつつある。個々の詳細なデータは現在のところ取得していないが、健康づくりは短期的な視野や効果よりも、多くの方々が、継続して取り組む環境を整備することが重要であると考え。従って、滑川町全町民をあげた長期的な取り組みの動機づけを第1の課題として取り組んでおり、この取組の効果は、着実に浸透しつつある。



また、町内各地区に健康づくりを目的に設立されたグループで牽引する立場の方々に受講いただくことにより、各グループ内での活動が一層活性化されている。

(カ) 成功の要因、創意工夫したところ

① 集団活動と個人活動の融合

町内の集落単位で実践しているグループ活動と個人の活動が融合することにより、集団及び個人ともに健康づくり活動の参加者が増大した。

② 健康づくりリーダーの意識高揚

町内で中心的に健康づくりの推進役を担っているリーダー個々の意識の高揚が図れた

③ 独立した行政機関の共同事業

滑川町と武蔵丘陵森林公園が共同して企画運営する事業は、これまでほとんど行われていなかったが、今回の取り組みにより協調体制が構築できた。

(キ) 課題、今後の取組

① 継続した事業の展開

本年度の試みとして成果を収めているので、次年度以後も継続して取り組むための、人材及び予算の確保が課題である。

② 新規参加者の確保

本年度の受講者を見るとリピーターが多く見受けられる。一度受講するとその効果を体験できるためと思われるが、反面、新規の参加者は減少傾向にあるので、新規参加者を呼ぶための方策を検討する必要がある。

③ 関係機関との連携

現在、健康づくり課が主として参画している事業であるが、将来的には滑川町役場内の他課連携を推し進め庁舎全体での事業展開としたい。また、関係機関へも積極的にアプローチをかけたい。