

健康長寿に係る先進的な取組事例

吉見町

～骨粗鬆症予防（ロコモティブシンドローム対策）事業～

(1)吉見町の概要

(ア) 吉見町の基本情報

吉見町は、埼玉県のほぼ中央に位置し、南部は川島町、西部は東松山市、東部は鴻巣市と北本市、北部は熊谷市に接し、都心から 50 km 圏内にある。面積は 38.63 km²、中央部を東西に通る主要地方道東松山鴻巣線は、国道 407 号と国道 17 号を結ぶ幹線道路になっている。荒川、市野川に囲まれた肥沃な土地での稲作、いちご栽培等の農業、大規模工場（三国コカコーラ、東洋製罐、シチズン、自動車部品カルソニックカンセイ等）が盛んである。

また、西部の丘陵地一帯は県立比企丘陵自然公園に指定されており、吉見百穴や八丁湖周辺に点在する黒岩横穴墓群などの古墳時代を代表する史跡や松山城跡など数多くの文化財が残されている。

本町の人口は、平成 10 年前後には比較的安定した増加傾向にあり、平成 14 年をピークにその後は出生数の減少や転入者の減少と転出者の増加により人口は減少傾向が続いている。

① 面積	38.63km ²
② 人口	20,638 人
③ ②のうち 65 歳以上人口（再掲） ※【 】内は高齢化率	5,170 人 【25.1%】

（平成 26 年 4 月 1 日現在。町（丁）字別人口調査）

(イ) 人口分布概要と見込み

吉見町では、現在高齢化率は、県平均と比較してやや高く、65 歳以上の高齢者は 4 人に 1 人程度であり、高齢の夫婦世帯及び一人暮らしの高齢者は急速に増加している。

〔高齢化の状況〕

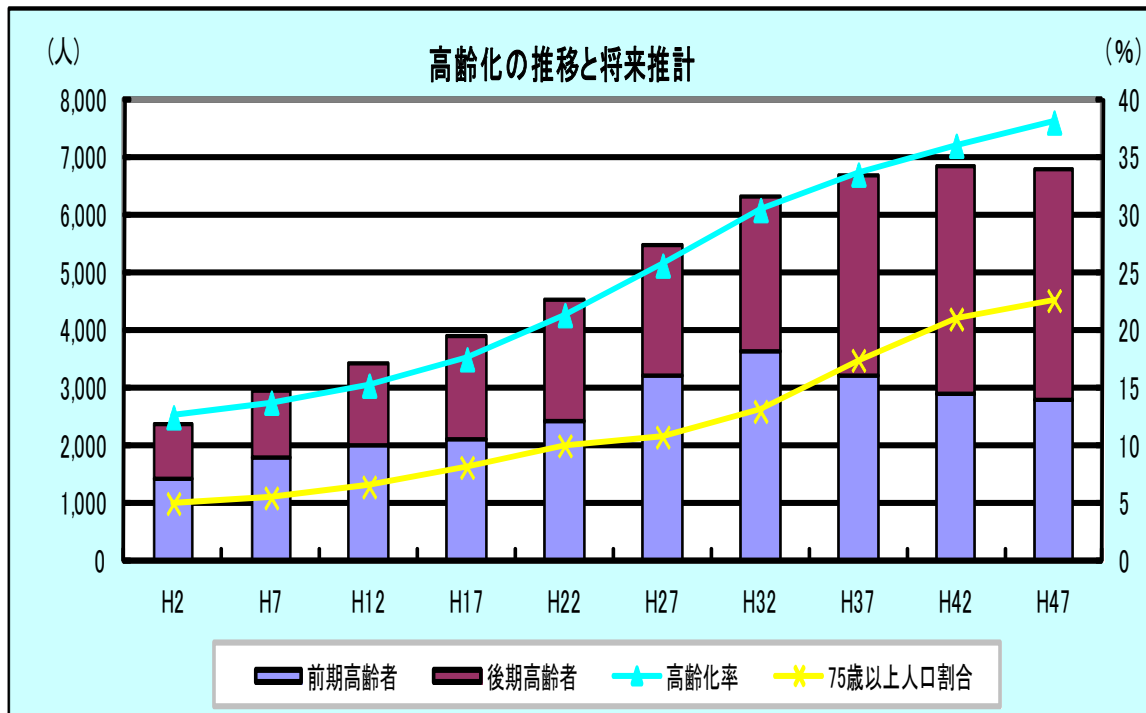
高齢化の推移と将来推計

単位：人

	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	平成47年
	国勢調査人口					将来推計人口			
総人口	18,991	21,371	22,246	22,217	21,079	21,370	20,694	19,896	17,874
高齢化率	12.4%	13.7%	15.1%	17.4%	21.3%	25.6%	30.4%	33.4%	38.0%
高齢者人口 (65歳以上)	2,352	2,920	3,369	3,871	4,482	5,461	6,285	6,655	6,785
前期高齢者 (65～74歳)	1,420	1,767	1,956	2,085	2,392	3,180	3,615	3,206	2,760
後期高齢者 (75歳以上)	932	1,153	1,413	1,786	2,090	2,281	2,670	3,449	4,025

資料：平成22年までは国勢調査

平成27年以降は「日本の市町村別将来推計人口(平成20年12月推計)」（平成17年国勢調査人口を基準に推計）



吉見町の取組

(ウ) 取組の概要

運動器（筋肉、骨など）障害のため、移動能力が低下して要介護になる可能性の高いロコモティブシンドローム対策として、ロコモティブシンドロームの主要因である骨粗鬆症予防のため骨密度測定や測定後の指導を実施した。

(エ) 取組の契機

平成22年度に日本公衆衛生協会が発表した「ぜひ全国の市町村に進めたい取り組み」として全国の7団体の1つとして取り上げられるなど、介護予防事業では一定の成果をあげてきた。更なる効果をあげるため、将来介護を受ける若い方への事業を実施した。

そのため、これまで健康増進法に基づき、40歳から70歳までの5歳刻みの女性に対し実施していた骨密度測定を町民から対象の拡大についての要望などをふまえ、40歳以上の町民を対象として実施した。

(オ) 取組の内容

事業名：骨コツ教室

参加人数：43名

期間：平成27年8月～平成27年3月 毎月1回実施

(8月から10月までの実績：延べ87人)

実施体制：保健センター、悠友館

① 問診票の作成

教室を実施する前に普段の生活の中での運動の有無や既往歴等を聞き、測定値を同じ年代で比較する。

② 記録シートの作成

高齢者が多いため運動前に血圧を測り、基準値内であれば運動を実施することとした。また、毎回測定値を記入することで、血圧の変動を把握することができる。

③ 参加者の募集

町の集団健診（特定健診・各種がん検診）で骨密度測定を実施した方865人（男297人、女568人）の中で骨密度が70%未満の方299人（受診者の34.6%）、さらに年齢とともに骨粗鬆症の可能性が高くなる女性のみを対象に教室の案内を送付。先着順に43名を対象に教室を実施した。今回、教室に参加できなかった方に対しては教室で使用する資料を後日送付。

④ 参加者へのフィードバック

教室最終日に骨密度測定を実施し、以前（7月の健診時）と比較しどう変化したか、また年齢別の基準値等を超音波骨密度測定結果シートを使い、結果の説明をつけて実際に知ってもらおう。また武蔵丘短期大学（健康スポーツ学・栄養学）の講師の方にも説明してもらおう。

事業終了後のフォローアップ講座の予定はないが、来年度の骨密度測定受診を促し骨粗鬆症予防につなげる。

⑤ 資料の配布

栄養講座を1回分設けてあり実際に調理も行うため、家庭でも実践できるようレシピを対象者に配布した。

また、まとめとした骨粗鬆症予防の資料も参加者へ配布。申し込みをしたが参加できなかった方にも資料を送付。

⑥ アンケートの集計

事業最終日に教室を実施してから日常生活で変化したこと（運動を取り入れるようになった、食事の内容を意識するようになった）等のアンケートを行い、集計考察は当課職員が実施予定。

(カ) 取組の効果

	平成26年度
分析対象者数	43人
健診時（7月）骨密度測定値平均	71.5%
終了時（3月）骨密度測定値平均	3月に測定予定

町の集団健診（特定健診・各種がん検診）と同時開催することで参加しやすい環境を作った。検査業務は町内にある武蔵丘短期大学（健康スポーツ学・栄養学）を活用し、地域との連携を図った。

(キ) 創意工夫した点

① 周知方法の改善

町の健診を前年度申込みした方には、本年度も同様の内容を引き継ぎ、申込みを更新して案内を送付した。

(ク) 課題、今後の取組

課題

受診者数を増やすためにも、周知や内容の見直しをしていく必要がある。

今後の取組

行政だけの取組では、限界もあるため、県が進めている「健康長寿サポーター養成事業」を活用し、民間も活用して健康づくり事業を進めていく。