

## 基本施策Ⅰ－２

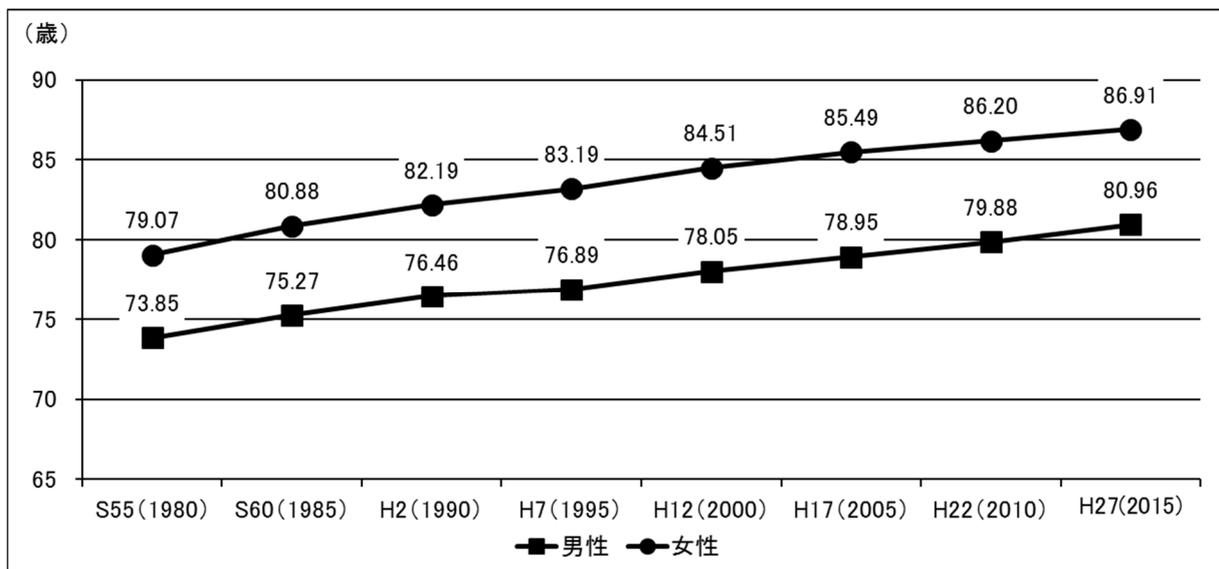
### 健康な暮らしの実現に向けた高齢者の心身の機能の維持・向上の促進

趣旨 生活習慣病対策や介護予防と高齢期に応じた心身機能の維持・向上を促進します

#### 現状及び課題

- 平成 27 年(2015 年)の本県の平均寿命は、男性が 80.96 歳、女性が 86.91 歳と、それぞれ全国 16 位、30 位となっています。(図 3-1-2-1)  
 また、本県の平成 28 年(2016 年)の健康寿命(健康で支障なく日常生活を送れる期間)は男性 72.37 歳、女性 75.17 歳で、それぞれ全国 13 位、18 位となっています。特に男性は平均寿命、健康寿命ともに全国上位となっていますが、急速な高齢化が進む中で、健康寿命を延ばし、元気で活発な高齢期の延伸を目指すことが重要です。

図 3-1-2-1 平均寿命の推移(千葉県)



※ 厚生労働省「平成 27 年都道府県生命表」をもとに作成。

- 本県では、平均寿命及び健康で支障なく日常生活を送れる期間である「健康寿命」とともに、男女とも伸びています。
- 県民一人ひとりが個性を發揮しながら質の高い生活を送るためには、健康づくりを通じた生活習慣病の発症・重症化予防の取組が重要です。

- 本県では、高齢化が進み、要介護（要支援）者の急増が見込まれる中、介護予防、自立支援及び重度化防止の重要性が増しています。
- 高齢期における低栄養傾向は、要介護あるいは死亡リスクを高めるため、低栄養状態を予防・改善することで健康寿命の延伸につながります。
- 加齢に伴う筋肉量の低下（サルコペニア）・活動性や意欲の低下・歩行速度の低下・体重減少、口腔機能の低下などフレイル（虚弱）の徴候を評価し、病気の有無、生活環境、栄養状態などを総合的に判断し、適切なサポートを行うことが必要です。
- 生涯を通じた継続的な健康づくりを推進するため、地域住民を対象とした地域保健と労働者を対象とした職域保健が連携し、保健指導・健康管理を継続することが必要です
- 加齢とともに健康問題を抱える人が増加しますが、身体と心の状況は相互に強く関係しているため、心の健康づくりも重要です。

表 3-1-2-1 地域介護予防活動支援事業の実施状況（平成 27 年度）

		実施市町村数	開催回数（回）	参加実人数(人)
千葉県	地域活動組織の育成・支援	33	2,621	
	ボランティア等の 人材育成のための研修	28	561	5,085
	社会参加活動を通じた 介護予防に資する地域活動	13	16,097	
	その他	4	4,900	
全国	地域活動組織の育成・支援	1,033	362,503	
	ボランティア等の 人材育成のための研修	909	13,761	80,450
	社会参加活動を通じた 介護予防に資する地域活動	464	549,438	
	その他	129	43,012	

※介護予防事業及び介護予防・日常生活支援総合事業（地域支援事業）の実施状況に関する調査による。

取組の基本方針

① 高齢者の健康づくりや生活習慣病対策等の推進

- バランスの良い食生活、運動の習慣化、日常の口腔ケア等の健康づくりの重要性や病気に対する正しい理解を広めるとともに、定期健診の受診等を促進するための普及啓発を行います。
- 多様な機関における相談体制等の充実と周知により、高齢者の心の健康づくりを進めます。
- 生活習慣病予防に関する指導者を育成します。
- がんの予防や早期発見、結核対策を推進するための普及啓発や健康診断の適切な実施に向けた支援を行います。

取組	概要
高齢者の食育の推進 (健康づくり支援課)	第3次食育推進計画に基づき、高齢期の生活習慣病や低栄養予防、健康づくりのための食育を推進するため、高齢期の食育に携わる専門職及び地域ボランティアの人材育成を行います。
8020運動の推進と口腔機能の維持・向上 (健康づくり支援課)	高齢者のよい歯のコンクール、いい歯のイベントの実施などを通じて歯科口腔保健の普及啓発を行うとともに、市町村における歯科検診等の充実を図ります。
健康ちば21(第2次)の推進 (健康づくり支援課)	県の健康増進計画である「健康ちば21(第2次)」に基づき、「個人の生活習慣の改善とそれを支える環境の整備」、「ライフステージに応じた心身機能の維持・向上」「生活習慣病の発症予防と重症化防止」などに向けた様々な取組を推進します。 また、県民一人ひとりの健康づくりの取組を促進するため、「健康ちば推進県民大会」を開催します。
保健・医療・福祉・介護の情報の提供 (健康福祉指導課)	県民一人ひとりが安心して健康に暮らせるように、保健・医療・福祉の情報を一元化し、千葉県ホームページに「健康福祉情報の森」を設け、県民へ最新の情報を提供します。

Ⅲ 施策の推進方策  
 基本施策Ⅰ-2  
 健康な暮らしの実現に向けた高齢者の心身の機能の維持・向上の促進

<p>医薬品等の適切な使用の推進        (薬務課)</p>	<p>医薬品等の重複投与や相互作用による健康被害を未然に防止するため、医薬品等の適正使用を徹底し、県民のセルフメディケーションの推進を図ります。</p> <p>一般社団法人千葉県薬剤師会に委託し、高齢者や若年者等を主な対象とした講習会を年間40回程度行うほか、配付用のパンフレット等を作成し、医薬品等の適正使用に関する啓発及び知識の普及を図ります。</p>
<p>高齢者相談窓口の設置        (高齢者福祉課)</p>	<p>県高齢者福祉課内に専門の相談員を配置し、高齢者の悩み事、高齢者虐待、施設での介護等に対する電話相談を実施します。</p>
<p>生活習慣病予防支援人材の育成        (健康づくり支援課)</p>	<p>生活習慣病予防対策として重要な特定健診・特定保健指導に従事する人材を育成するため、研修会を開催します。</p>
<p>がんの予防・早期発見の推進        (健康づくり支援課)</p>	<p>たばこ対策、がん予防展・講演会事業、ピンクリボンキャンペーン、がん検診の受診率や精度管理の向上を図る事業等を推進します。</p>
<p>高齢者の結核対策の推進        (疾病対策課)</p>	<p>感染症法に基づき市町村及び高齢者施設の事業者が実施する健康診断の適切な実施に向け支援を行います。また、かかりつけ医や結核専門医等と連携し、高齢者の結核患者を早期に発見するシステムの構築を目指します。</p>

② 介護予防、自立支援及び重度化防止の推進

- 介護予防や自立した日常生活の支援、要介護状態等の軽減又は悪化の防止に取り組む市町村を支援します。
- 健康づくりや介護予防に関する様々な普及啓発を行います。
- 一人ひとりに合った介護予防のためのトレーニングを実施します。

取組	概要
介護予防、自立支援及び重度化防止に関する市町村への支援 (高齢者福祉課)	市町村が行う介護予防、自立支援及び重度化防止の取組を支援するため、先進的な取組を集積し、情報提供や研修会を行います。 また、介護予防市町村支援検討会議により予防事業の評価・推進を図ります。 モデル市町村に対し、アドバイザーを派遣し介護予防のための地域ケア個別会議の立ち上げを支援します。 このモデル的な取組で得られた成果をもとに、効果的な介護予防が実施されるよう、市町村支援に努めます。
介護予防の推進に資する専門職の養成 (高齢者福祉課)	市町村の一般介護予防事業を総合的に支援できるリハビリテーション職を育成するための研修を実施します。
ロコモティブシンドローム（運動器症候群）の予防や口腔ケアに関する普及啓発 (健康づくり支援課)	要介護・要支援にならないよう、ロコモティブシンドローム（運動器症候群）等の予防や、口腔ケアの大切さと口腔の状態と健康との関係に関する知識等について、ホームページ等を活用した普及啓発を行います。
福祉ふれあいプラザの運営（介護予防トレーニングセンター） (高齢者福祉課)	「千葉県福祉ふれあいプラザ」では、体力の低下した高齢者も安全に、安心して介護予防のための運動ができるよう、使用しやすい運動機器や専門のスタッフを配置し、県民一人ひとりに合った運動プログラムによる介護予防トレーニング等を実施します。 また、その取組効果を市町村へ情報提供し、県内の介護予防事業の推進に貢献していきます。

Ⅲ 施策の推進方策  
基本施策Ⅰ-2  
健康な暮らしの実現に向けた高齢者の心身の機能の維持・向上の促進