

4 高齢者の健康




取組内容 こころも体もいきいき・元気高齢者の増加に取り組もう


目標：自分の健康に関心を持つ、元気な高齢者を増やします
高齢者の交流の場や機会を提供します

指標	現状値 令和2年度	目標値 令和8年度
高齢者の健康づくり教室延べ参加者数	2,079人	6,200人
後期高齢者健診受診率	28.1%	27.0%
高齢者の交流会及びサロン等のグループ数	199グループ	300グループ

～みんなで目指す目標を達成するために～


 市民から寄せられた取組

- ▶ご近所の人たちとのふれ合いを大切にします
- ▶あいさつ、声かけを心がけます
- ▶老人クラブで健康について声かけします
- ▶ひとり暮らしの人に声がけし、仲間づくりをします
- ▶楽しく話ができる場をつくります

 市の取組

取組	事業名	担当課
各種健（検）診の受診勧奨をします	健康教育 健康相談 出前講座 チラシ配布	健康推進課 市民福祉課
高齢者の健康づくりについて普及啓発します	健康教育 健康相談 出前講座 チラシ配布	

取組	事業名	担当課
<u>生活習慣病の発症・重症化予防に取り組みます</u>	健康教育 健康相談 出前講座 保健指導 <u>高齢者の介護予防と保健事業の 一体的実施</u>	健康推進課 市民福祉課 保険年金課 介護保険課
高齢者が参加できる場について情報提供します	健康教育 健康相談 出前講座	健康推進課 市民福祉課
	出前講座 地域包括支援センターや地域福祉コーディネーターとの連携強化 地域介護予防活動支援事業 通所型サービス支援事業	介護保険課
	デイサービス事業 支え合い活動支援事業	福祉総務課
介護予防に取り組みます	はつらつ元気教室 介護予防教室 地域リハビリテーション活動支援事業	介護保険課
サロン活動等自主活動を支援します	健康教育 健康相談 出前講座	健康推進課 市民福祉課
	出前講座 地域包括支援センターや地域福祉コーディネーターとの連携強化 地域介護予防活動支援事業 通所型サービス支援事業	介護保険課
	支え合い活動支援事業	福祉総務課
認知症の人が地域で安心して暮らせるよう支援をします	認知症ケアパスの活用 認知症講演会	介護保険課
<u>窓口でのチラシ等啓発物を配置します</u>	<u>普及啓発</u>	生涯学習課

 団体の取組

取組	事業名	団体名
生活習慣病予防について普及啓発します		保健推進委員会
	アクティブ出前講座	石巻保健所
<u>生活習慣病とフレイルの関係について周知します</u>		保健推進委員会
<u>オーラルフレイルについて啓発します</u>	成人歯科健診 歯と口の健康市民の集い 食育健康フェスティバル	歯科医師会
<u>フレイル予防について普及啓発します</u>	ポスター掲示	薬剤師会
<u>運動することの大切さを普及啓発します（体力測定・体操教育）</u>	出前講座	スポーツ協会
運動することの大切さを啓発します		ダンベルクラブ
<u>高齢者の適正体重について周知します</u>		保健推進委員会
<u>体力低下の予防についてしっかり指導します</u>		石巻市医師会
<u>食事の適正量を情報提供します</u>	薬局における食事の適正量等 普及啓発プロジェクト	薬剤師会
<u>後期高齢者の健診受診を勧めます</u>	健診PR	J F
<u>成人歯科健診に協力します</u>	成人歯科健診	歯科医師会
<u>宮城県後期高齢者医療広域連合歯科健診事業に協力します</u>	75歳の歯科健診	
<u>診療の中で健康についてアドバイスや相談にのるよう努めます</u>		石巻市医師会 桃生郡医師会
<u>診療の中でお口の健康についてアドバイスや相談にのるよう努めます</u>		歯科医師会
高齢者の交流の場を増やします	食生活改善普及講習会（サロン）	食生活改善推進委員会
認知症予防を学ぶ機会を提供します	認知症サポーター養成講座	J A
老人クラブ及び地域の高齢者の事業に協力します	ポスター掲示 チラシ設置・配布	社会福祉協議会
地域でのサロン活動を支援及び推進します		
<u>地区の健康教室に協力します</u>		保健推進委員会

取組	事業名	団体名
地域のダンベル教室の実施及び支援を行います	ダンベル教室	ダンベルクラブ
生き生き講座を実施します	大正琴・カラオケ・ダンス・編み物等サークル活動	J A
<u>生活習慣病について学びます</u>	<u>保健推進員会研修会</u>	保健推進員会

