

岬地区 健康づくり計画



令和4年4月～令和9年3月

岬地区コミュニティ協議会

1. はじめに

本計画は子どもから高齢者まで岬地区民の皆さんの健康増進を目的に策定しました（計画期間：平成29年度～令和3年度）。今回、最終評価を行い、新たに地区の現状、健康課題等を踏まえ、改定しました。

2. これまでの取り組み

○高血圧症予防の取り組み

地域住民に向け、研修会、集いの場や地区だより等で高血圧症の危険性や予防方法について幅広い世代に向け周知啓発を行いました。また、ふれあいセンターへの血圧計の設置や、地域行事等で塩分チェックを実施することで、自分自身の健康状態に気づき機会を設け、高血圧症予防の意識付けを行いました。

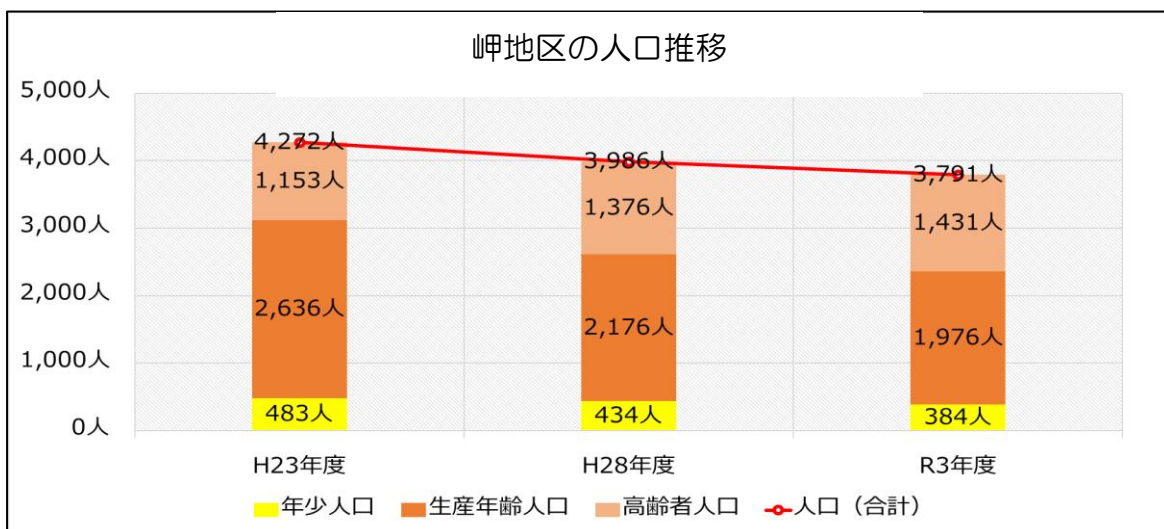
3. 岬地区の健康づくりの方向性と目標

(1) 高齢者の健康に関すること

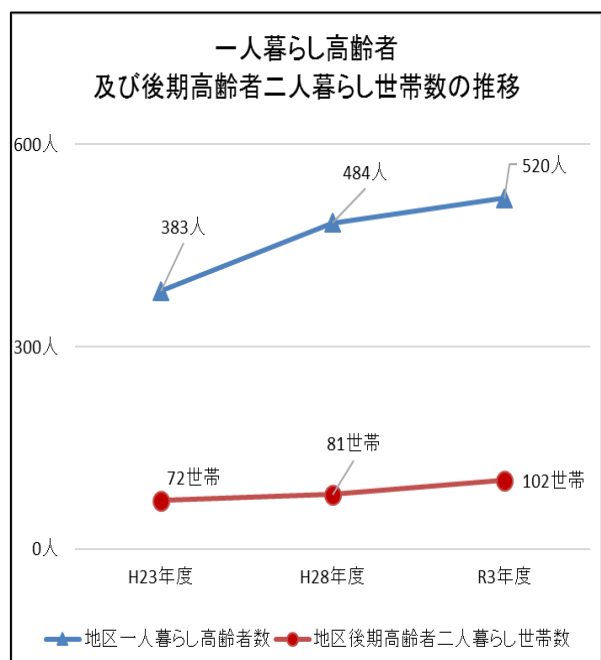
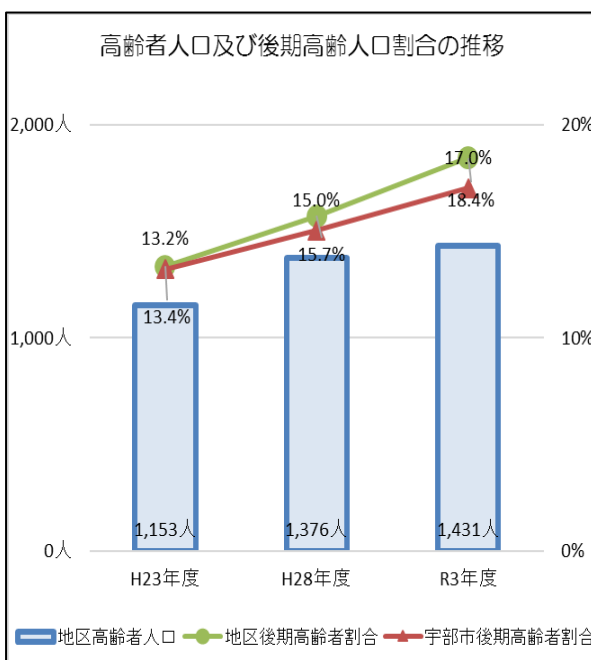
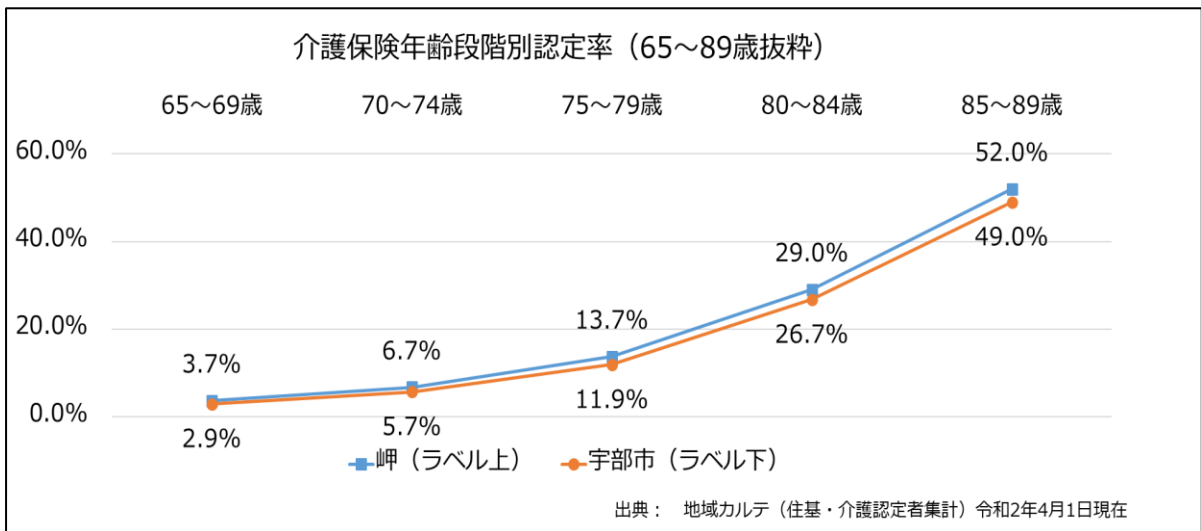
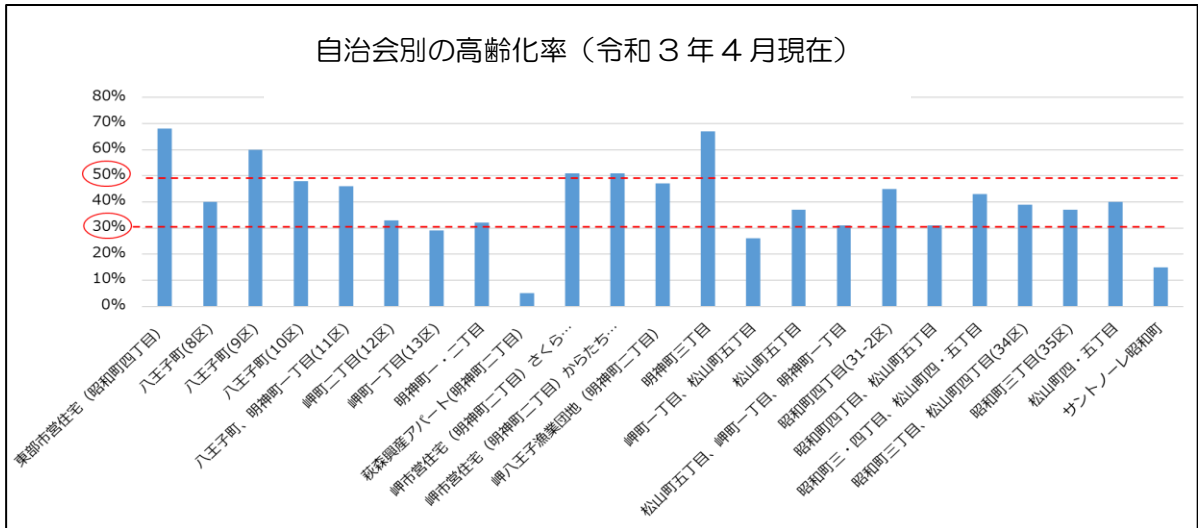
●現状

岬地区は令和3年4月時点で高齢化率が37.7%と宇部市内で7番目に高く、人口の推移では生産年齢人口、年少人口が減少する一方で高齢者人口は増加しており、高齢化が進行しています。自治会別に見ると高齢化率が30%を超える自治会がほとんどで、50%を超えるところもあります。

また、一人暮らし高齢者と後期高齢者の二人暮らし世帯数も増加傾向にあり、介護保険認定率も宇部市全体に比べて割合が高くなっています。



出典：地域カルテ（住基・介護認定者集計）令和3年4月1日現在



●目標「高齢者の孤立を防ぎ、心身の健康の維持向上を目指そう」

(1) ご近所ふれあいサロン等の「集いの場」を利用する人が増える

現状値：ご近所ふれあいサロン2か所（令和元年度 計21回 述べ参加者数288人、令和2年度 開催回数計8回 述べ参加者数120人）

目標値：令和8年度ご近所ふれあいサロンの述べ参加者数400人を目指す
（宇部市社会福祉協議会提供「集いの場」地区別一覧より）

(2) 「身近に相談できる人がいる」と回答できる人が増える

現状値：①令和2年度「身近に相談できる人がいる」と回答した人の割合
男性85.9% 女性94.8%

②令和2年度「週に1回以上外出している」と回答した人の割合
男性77.8% 女性88.9%

目標値：①令和8年度「身近に相談できる人がいる」と回答した人の割合
男性女性ともに95%以上を目指す

②令和8年度「週に1回以上外出している」と回答した人の割合
男性90% 女性95%以上を目指す

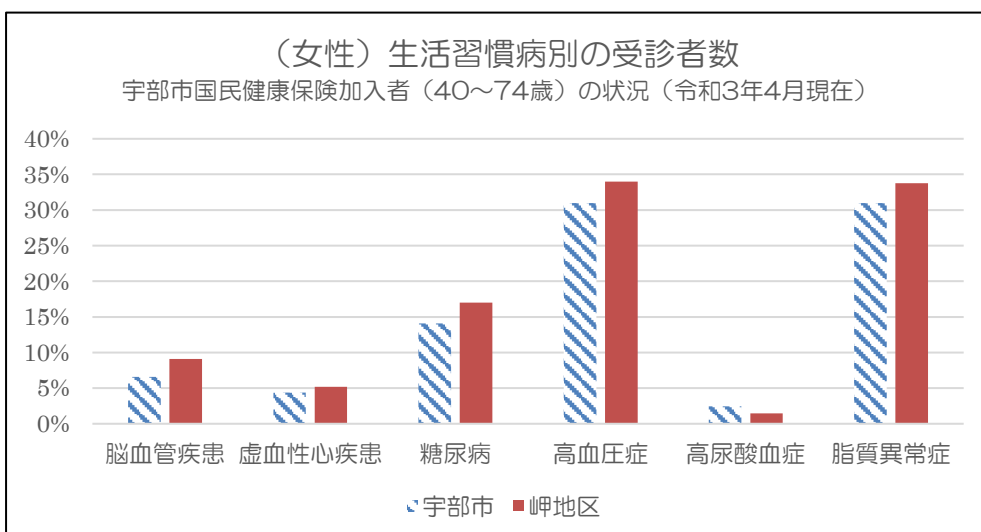
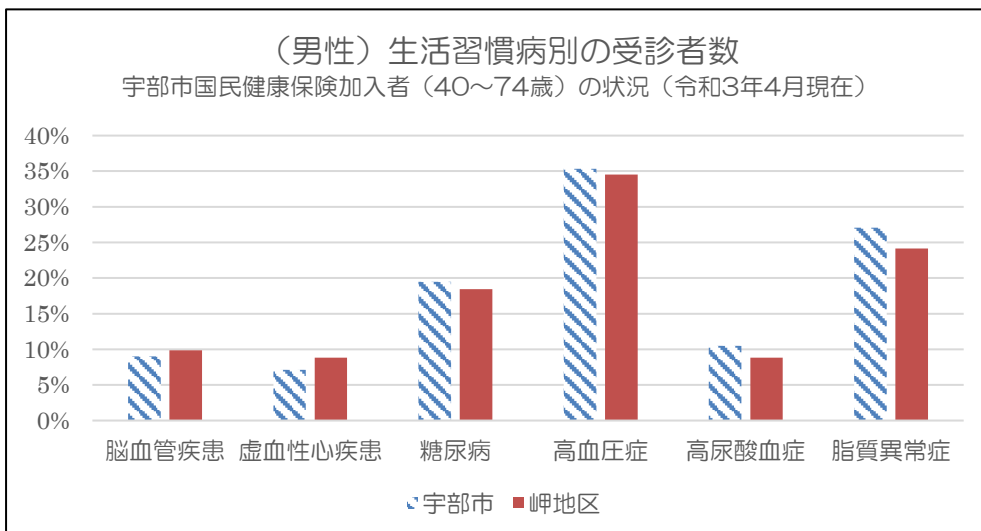
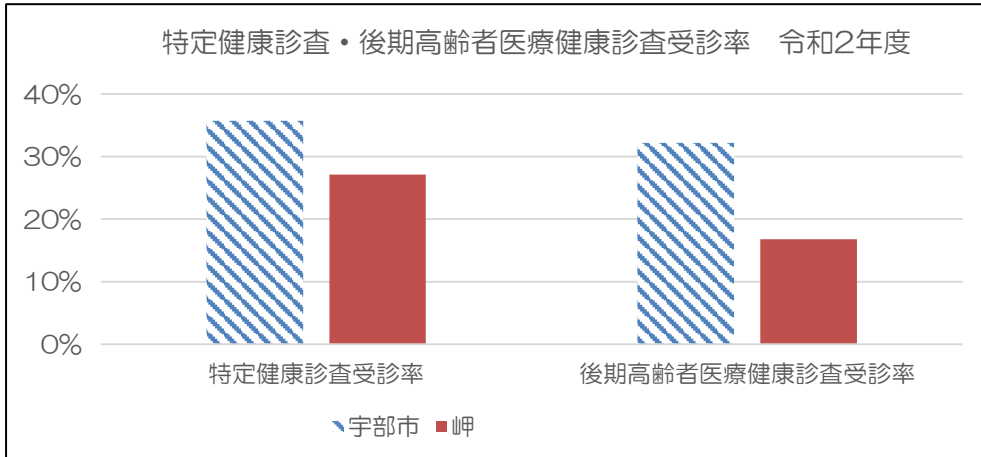
●取り組み

実施年度	内容	実施者
令和4年4月 ） 令和9年3月	(1) -1 ご近所ふれあいサロン等の 「集いの場」の活動紹介を地 区だよりに掲載する(年2回)	集いの場の関係者 岬ふれあいセンター 地域保健福祉支援チーム
//	(2) -1・(1) -2 集いの場や身近に相談できる 場所の情報を個別訪問の際に 周知する(年2回)	民生児童委員 福祉委員 南部第一高齢者総合相談センター
//	(2) -2 身近に相談できる場所として 地区内で毎月1回「健康相談」 開催し、健康チェック、健康相 談を行う	地域保健福祉支援チーム 南部第一高齢者総合相談センター 健康アンバサダー

(2) 生活習慣病の早期発見・予防に関すること

●現状

特定健康診査、後期高齢者医療健康診査の受診率は宇部市に比べて割合が低い。男女ともに脳血管疾患、虚血性心疾患で受診している人の割合が多く、女性は糖尿病、高血圧症、脂質異常症の割合も高い。



●目標「ライフスタイルを見直して、つくろう、未来の健康を」

(1) 特定健康診査の受診率が向上する

現状値：特定健康診査受診率 令和2年度 27.1%

目標値：特定健康診査受診率 令和8年度 32%以上を目指す

(2) 運動習慣のある人が増える

現状値：①令和2年度「1回30分以上の運動習慣がない」と回答した人
男性 69.7% 女性 72.9%

②令和2年度「1日1時間以上の運動習慣がない」と回答した人
男性 78.8% 女性 79.7%

目標値：①令和8年度「1回30分以上の運動習慣がない」と回答した人
男性 59%以下 女性 63%以下を目指す

②令和8年度「1日1時間以上の運動習慣がない」と回答した人
男性 73%以下 女性 74%以下を目指す

●取り組み

実施年度	内容	実施者
令和4年4月 ～ 令和9年3月	(1)地区だよりに特定健康診査の受診勧奨に関する記事を掲載する(2回/年)	地域保健福祉支援チーム 岬ふれあいセンター
//	(2)-1 岬地区ウォーキングチャレンジを継続実施する	地域保健福祉支援チーム
//	(2)-2 ウォークラリーの周知・啓発を行う	文化体育振興会 地域保健福祉支援チーム
//	(2)-3 はつらつ健幸ポイントの周知・啓発を行う(地区だより2回/年・集いの場等での啓発)	地域保健福祉支援チーム 岬ふれあいセンター
//	(2)-4 集いの場(サロン、子育てサークル)、健康相談で身体活動の有用性を学ぶ機会を作る	サロンの世話人 母子保健推進員 南部第一高齢者総合相談センター 地域保健福祉支援チーム

(3) がんの早期発見に関すること

●現状

受診率は2割弱で子宮がん検診を除いて、市内順位がワースト2位以内である
(令和元年度 がん検診受診率 *令和2年度は地区別データなし)

検診の種類	宇部市	岬地区	市内順位
胃がん	13%	9%	23位
肺がん	25%	20%	23位
大腸がん	20%	16%	22位
子宮がん	12%	13%	13位
乳がん	13%	10%	22位

●目標「検診を受けて、未来の自分と向き合おう」

現状値：令和元年度がん検診受診率 胃がん 9%、肺がん 20%、大腸がん 16%
子宮がん 13%、乳がん 10%

目標値：令和8年度がん検診受診率（各項目5%以上の向上を目指す）
胃がん 14%、肺がん 25%、大腸がん 21%、子宮がん 18%
乳がん 15%

●取り組み

実施年度	内容	実施者
令和4年4月 ～ 令和9年3月	地区だよりにがん検診の受診勧奨に関する記事を掲載する（2回/年）	地域保健福祉支援チーム 岬ふれあいセンター
〃	集いの場（サロン、子育てサークル）でがん検診に関する講和の実施と参加者の中でがん検診受診経験者からの体験談を会で共有する機会を作る	地域保健福祉支援チーム サロンの世話人 母子保健推進員

4. 計画の位置づけ

岬地区健康づくり計画は、第四次宇部市健康づくり計画を上位計画として策定します。また、地域計画では、健康づくりについて身近な人とともに参加し合える環境づくりが必要であると明記されています。はつらつ健幸ポイントの活用もしながら、地域組織を主体として、地区住民の誰もが自分自身の健康に取り組み、身近な人へ波及することで意識・行動を変えていけるようにします。