

健康

Health

政策



宇城市健康立市宣言文

一. 私たちは、笑顔いっぱいの子供を育てます。
 一. 私たちは、健康的な食生活を行います。
 一. 私たちは、自分に合った体力づくりを行います。
 一. 私たちは、元気な老人になります。
 一. 私たちは、声掛け力合わせて健康な街にします。
 私たち宇城市民は、「自分の健康は自分でつくる」ことを基本に、健康づくり応援隊の皆さんと手をつなぎ、すべての市民が共に健康づくりを学び健康づくりを実践することで、生涯にわたる強く優しいまちづくりを進めることを、ここに宣言します。

あなたが目指す健康は？

あなたにとって「健康」ってどんなことですか？
 一人一人の健康への価値観は違います。でも、健康を望まない人はいません。
 市では、宇城市総合計画を基に世代ごとに「目指す姿」を掲げた「健康宇城市21計画」を作成し、市民全員が健やかで心豊かに生活できる社会を目指しています。
 そのため市が施策として行うこと、一人一人がご自身のために行動することなど、宇城市の健康政策と一緒に考えていきましょう。

高齢期政策 〜元気で楽しく暮らせる 健康寿命を延ばすために

この年代では、「活動的な85歳」を目指し、長生きするだけではなく介護状態にならないように取り組んでいきます。
 介護状態になった原因に着目してみましょう。脳血管疾患と関節疾患を合わせると半数以上という結果から考えると、この2つの疾患を防ぐことで介護を必要とする人は半減します。
 そこで、

- ◎MRI脳検査による「隠れ脳梗塞」の予防
 - ◎手足を動かし脳血管疾患予防
 - ◎ポディートークで体ほぐし
 - ◎自宅でコツコツひざ痛予防
- に重点を置いて取り組みます。

MRI脳検診

「予防健康の構築のために60歳以上の住民に対し、MRIを無料で提供する」という市長のマニフェストを受けて、市では今年度までの3カ年計画で約6500人のMRI脳健診を行っています。
 MRI脳健診は、脳関係疾患の早期発見・早期治療に役立つだけでなく、市民の健康への意識向上、さらには将来的な医療費削減への効果などが期待できます。
 なぜなら、脳関係疾患の多くは生活習慣に由来していると言われてるからです。若い時から、健康な時から定期的に健診を受けることが、健康寿命を延ばし、医療費を抑えることにつながっていきます。
 宇城市では、まず基本健診（生活習慣病健診）受診者の中から必要な方にMRI脳健診の受診を勧めています。ただし40歳、45歳、50歳、55歳、60歳の時は「節目健診」とし、検査料の3割程度を個人負担とする方向で進めていきます。

青壮年期政策 〜暮らしに生かせるがん検診・ 生活習慣病健診受診を 目指して

この年代は家庭の中でも仕事の上でも中核として、一番エネルギーギッシュに活動している年代です。そのため、市ではがんや動脈硬化・脳卒中・心筋梗塞・人工透析などをまねかない生活習慣を身に付けるため、各種がん検診や生活習慣病健診を実施しています。

お金さえあれば24時間食べたい物がたっぷり手に入る現代。欲望のまま生活していると誰でもなる可能性があるのが、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）です。
 そこで、暮らしに生かせるがん検診・生活習慣病健診受診を目指して

- ◎メタボリックシンドロームに着目した健診結果の分析
 - ◎生活習慣改善につながる相談体制
 - ◎精密検査後のフォローアップ
- に重点を置いて取り組みます。

乳幼児政策 〜健やかな子どもの成長と 安心した子育てへの支援を 目指して

出生数の低下などに伴い、児童人口（10歳未満）は、平成17年度で5539人と平成11年度と比較すると9.9%減少しています。

それに伴い子どもやその家族同士が触れ合い・育ち合う機会が減り、子どもの社会性・協同性はぐくまれにくくなるなど、健やかな成長への影響が懸念されます。

また、一世代あたりの家族は、平成17年度には2.98人となり、平成11年度に比べ6.3%減少し、核家族化が進んでいます。この

ような家族形態の変化により、以前は家族の中で行われていた家

事・育児などを身近に支えることができなくなり、育児不安や負担が増えています。
 そこで、子どもの成長と安心した子育てへの支援をめざして、

- ◎母親の心のケアの推進
 - ◎子どもの健康の確保および増進
 - ◎地域における子育て支援
- に重点を置いて取り組みます。

