



地域からの、プレゼント。



健康のまちづくり たかはまモデル

～医療づくりから健康まちづくりへの変遷～

福井県高浜町
マスコットキャラクター
「赤ふん坊や」



フェーズ①
医療者主体の
医療づくり
2009.4.～

寄附講座「地域プライマリアケア講座」と地域医療教育

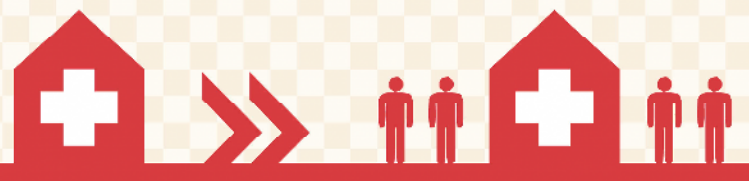
全国初の市区町村単独医学部寄附講座「地域プライマリアケア講座」により、「夏だ！海と地域医療体験ツアー」などの地域医療教育の取り組みを強化して実施。年間120名を超える学生・研修医が全国から高浜町を訪れ、町に残る医師が増えています。



研修者・医師数推移



フェーズ②
住民主体の
医療づくり
2009.9.~



たかはま地域医療 サポーターの会

2009年9月、地域医療の問題を医療者や行政担当者に任せきりにせず、地域の主役である住民としてできることを探して実行することを目的とした住民有志団体「たかはま地域医療サポーターの会」が設立。



「無理しない」「批判しない」「消滅しない」をモットーに、右記の「地域医療を守り育てる五か条」も、下記のようなさまざまな手段で、住民から住民へと伝え、理解ある住民、主体的な住民を増やしています。



- ＜地域医療を守り育てる五か条＞
- 一、かんしん(関心)を持とう
 - 二、かかりつけを持とう
 - 三、からだづくりに取り組もう
 - 四、がくせい(学生)教育に協力しよう
 - 五、かんしゃ(感謝)の気持ちを伝えよう

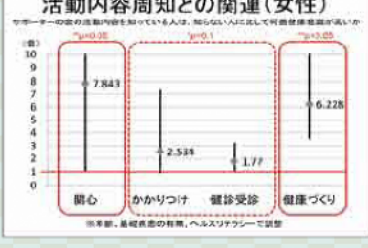
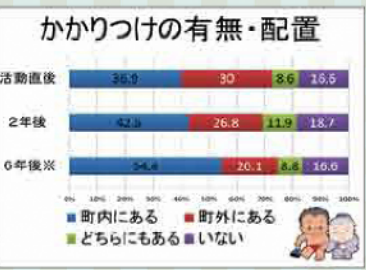
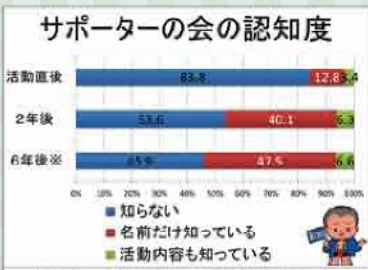
たかはま地域医療サポーターの会 2011

＜活動一覧＞

- ・定例なんでも座談会
- ・啓発チラシ・ビデオ作製
- ・医療介護実務者意見交換会
- ・救急蘇生講習会
- ・ホームページ公開、機関紙発行
- ・救急受診フローチャート
- ・かひはしメールボックス
- ・地域医療フォーラム
- ・中学生、医学生教育への協力
- ・コミュニティイベントでのたい焼きetc...



＜活動の効果＞
会の活動を知る人は徐々に増加しており、五か条の「二、かかりつけを持とう」にもあるかかりつけを持つ人の割合が微増し、女性では特に健診を毎年受診する人や、健康づくり・介護予防活動との関連が有意に確認されています。



たかはま海の親プロジェクト

せっかく高浜町で研修をされる学生・研修医の皆さんに、高浜という地域を深く理解していただき、また、地域や住民に親しみを感じていただく、高浜町を第二の故郷のように感じていただくべく、地域住民ホームステイをしながら過ごしていただく取り組み。平成28年度5月までに、のべ11組のホームステイが実施されました。参加された学生さんへのアンケートから、町や里親への愛着が増したという結果が得られています。

高浜でうみの親と過ごしませんか？

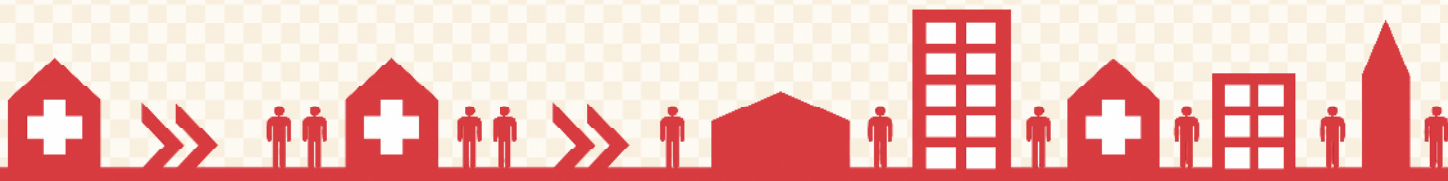
たかはま海の親プロジェクト

一瀬篤子さんと和田一区

大槻一泰さんと福井大子

すっかり仲良くなった様子の一瀬さんと大槻さん。まるで本当の家族のようですね。





地方創生 × 地域力創造 × 地域包括ケアによる、「健康のまちづくり・たかはまモデル」 ～健康寿命を10年、地域寿命を100年延ばすために～

けっこう健康!高浜☆わいわいカフェ (健高カフェ)

健康やまちづくりに関心のある/かわっている人・団体が集っておしゃべりする事で、ひとひと、団体と団体、地域と地域を繋ぎ、人口や活動数の限られる地方でも、効率的な効果的な活動・施策を実現させるためのおしゃべりの場です。参加費用は、家庭にある買い置きのお菓子1点!理想の地域包括ケアのカタチをまちづくりが、ここに実現しました。



月に1回来れる人が来れるときだけ参加し、みんなで決めたテーマをもとにごくほらんにおしゃべりして、活動をシェアしたり、新しい気付きを得ながら、活動もまた全体をより良くするためにできることを考えます。出た意見は町内各部署に取り次がれ、無理のない範囲で実施・協議されます。ゆるいけどパワフル(ゆるパワ)な市井会議を目指します。

<健高カフェに参加している分野>
・保健・医療・福祉・介護
・まちづくり政策
・教育
・商工・農林水産・観光
etc...



<健高カフェに参加している団体>
・たかはま地域医療サポーターの会
・高浜まちづくりネットワーク
・ボランティア団体各種 ・町議会
・高浜町社会福祉協議会
・公民館長会 ・子育てサークル
・町役場全部署 ・学校・保育所
・町内医療・介護系事業所 etc...

<テーマ例>
・けっこう健康!みんなにとって「健康」って何?
・けっこう健康!健康に!
・運動?うん、どうかな?スポーツでつながるまちへ!
・野菜を食べてさい!野菜でつながるまちづくり!
・こまごと子育てより、地域みんなでお子育て!
・独居は度胸!?一人暮らしの若年寄り連れ出そう
・みなさん、さうぞうさん買って!産案から考える健康まちづくり
・こんな奉仕活動、欲うし!ボランティアと健康づくり
・認知症を認知しよう!もの忘れがあってもまちに出られる?
・世代間交流、せないかん!世代を超えてつながるまちづくりはま
・えいえいよー!みんなの食と栄養を考えよう
・非患感なしの在宅介護を実現するためにできること
・産マも頑として笑顔で地域に生きよう
・フレイルの話題に触れる?産弱高齢者を減らそう!
・魚を食べたらさあ!必要な高浜の魚で健康に
・男性のことなら何でも相談せよ!男の健康論議
・笑いの話題!健康になる笑いとけい!
etc...

<健高カフェから実現した/協議中の取り組み・施策一覧>
・無料レンタルサイクル
・海岸リハビリロード整備&健康情報設置
・病院リハビリ室セミ解放(介護予防専業)
・小学校・PTAでの健康授業
・健康ポイントシステム
・野菜情報SNSページ開設
・健康弁当レシピ開発・販売
・生産食品出張販売
・配食サービスの拡大
・一人暮らし(独居者)ランナ会
・子育て支援 見える化システム
・カスタマイズ可能!健康じぶん手帳
・コミュニティカフェ
・JR小浜線観光列車
・魚のブランド化と購買振興促進
・海浜レジャーに特化した産案・医学連携
・町民暮らしの手帳
・ご当地介護予防体操
etc...



たかはまコミュニティケアコンソーシアム

地域に出たコミュニティメンバーと開かれ、コミュニティヘルスのあるまちづくりに寄与したいと考える保健・医療・福祉・介護関係者が徐々に増えています。いざ地域に出るとなると、経済的な自立の難しさなどが障壁となることが多いと言われます。そこで、高浜町内の医療・介護施設および役場内に、施設内通常業務と地域活動業務を組み合わせた部署「コミュニティケアセンター」を設置、その統轄部署として「たかはまコミュニティケアコンソーシアム」を結成しました。若者も専門職が心置きなく地域活動に打ち込める環境です。



たかはま地域☆医療サポーターの会

地域医療のために住民としてできることを探して実行する住民有志団体「たかはま地域医療サポーターの会」が、地域全体から医療も医療以外の問題も検討できる団体へと発展するため、「たかはま地域☆医療サポーターの会」に進化しました。新しい五か条「地域を守り育てる五か条」を掲げ、超高齢・人口減少社会に対応した住民から住民へのかかわりに、続けて取り組んでいます。

- <地域を守り育てる五か条>
一、かんしん(关心)を持とう
二、きんじよ(近所)付き合いを深めよう
三、くらし(生活)を楽しもう
四、けんこう(健康)長寿に努めよう
五、こどもたちと仲良くなろう

たかはま地域☆医療サポーターの会 2016

みんなの地域ケア勉強会「たかケアネット」

医療・介護資源の限られた高浜町では、専門機関の連携だけでなく、住民や住民団体、企業などさまざまなコミュニティメンバーの力を集結し、地域総動員で取り組む必要があります。高浜町でもっとも定例開催されている専門職向けの研修・勉強会や事例検討会を、対象を拡大して実施し、民生委員さんや自治会、ボランティア団体なども含めて開催しています。



健康のまちづくり友好都市連盟

健康のまちづくりに取り組む/関心を寄せる市区町村が、互いの取り組みを委せ共有し、また情報交換を通じて、互いに活動を盛り上げていくための取り組みです。この市区町村でも加盟できるように、参加条件は特に設けず、年1回のサミットと、年1回の活動報告書のシェアというシンプルな活動を実施しています。



<加盟予定自治体>
北海道 札幌市、青森県 八戸市、千葉県 市原市、新潟県 長岡市、石川県 加賀市、福井県 鯖江市、愛知県 高浜町、京都府 宇治市、奈良県 奈良市、岡山県 新庄村、広島県 広島市、島根県 鹿角市、山口県 下関市、宮崎県 延岡市、小林市、徳島県 吉野町

健康のまちづくりアカデミー/健康マスター養成塾

全国各地に必要と考えられる健康のまちづくりに長けた人材と、高浜町に必要と考えられる健康に長けた人材を、効率的に育成するための通年制のセミナーを開講しました。専門職・行政向けの「健康のまちづくりアカデミー」、住民向けの「健康マスター養成塾」の2コースを設置。さまざまな分野(社会学)、まちづくり(環境工学)、ひとづくり(教育学)、からだづくり(医学)分野の広域多職種連携教育が、ここ高浜で実現します。参加無料で修了者には高浜町より「健康のまちづくりアドバイザー」/「健康マスター」の証が授けられます。

<福井大学地域づくりコンソーシアム>
「健康のまちづくりアカデミー」マコース講師を務めるのが、福井大学の全学部(国際地域学部、工学部、教育学部、医学部)の教員有志から成る「地域づくりコンソーシアム」の面々。地域づくりをさまざまな視点から考え、「健康のまちづくり」テーマにした広域多職種連携教育により、効果的な学びを提供します。

市民・行政・医療・介護 協働創出WS「コラボ☆ラボ」

健康のまちづくりを推進する上で欠かせない、市民・行政・医療・介護の協働。そのきっかけをつくるのに最適なワークショップ「コラボ☆ラボ」(コラボレーションの研究室)を開発し、ボランティアで開催を望む地域に出向いて実施しています。ワールドカフェにロジカルシンキングを組み合わせた手法で、準備不要で誰でも気軽に参加できます。2016年度までに全国11カ所で開催しています。

お困りですか?あなたのまちの在宅医療・介護連携推進事業

<コラボ☆ラボボランティア>
過去に「コラボ☆ラボ」に参加した方の中で、他の地域に出向いてボランティアとして地域の協働創出に寄りたいという有志で、「コラボ☆ラボボランティア」を結成しています。要請があれば謝金ながら各地に出向し、自分たちも刺激をもらいながら、ワークショップ「コラボ☆ラボ」のファシリテーターを務めます。2016年度末時点で全国の30名が登録しています。



たかはまコミュニティヘルスケアネット



たかはま地域☆医療サポーターの会
<http://www.acahun.net/>

発行・制作:

たかはまコミュニティ
ヘルスケアネット
(事務局:
福井大学医学部
地域プライマリケア講座)



福井県高浜町
www.town.takahama.fukui.jp

住所:〒919-2201
福井県高浜町和田117-68
(和田診療所内)



たかはまコミュニティケアコンソーシアム
www.facebook.com/takahamaccc

電話:0770-72-6136
FAX:0770-72-6138

高浜町健康のまちづくり
プロデューサー
井階友貴

Email: tomoki@ikaike.jp