



プロジェクト

地域・企業・シルバー人材センターとともに取り組む健康づくりとフレイル予防

受賞者

養父市(兵庫県)

所在地 〒667-8651 兵庫県養父市八鹿町八鹿1675

電話 079-662-3167

URL <http://www.city.yabu.hyogo.jp/7263.htm>
<http://www.city.yabu.hyogo.jp/9147.htm>

E-mail miyuki_kohata@city.yabu.lg.jp

取組・事業の概要と特徴

地域・企業・シルバー人材センターとともに取り組む健康づくりとフレイル予防

養父市は兵庫県北部の但馬地域の中央に位置する四方を山に囲まれた緑豊かなまちである。人口は25,139人、高齢化率は35.3%、後期高齢化率は20%(平成28年1月1日時点)と、県内で高齢化が最も進んだ地域の一つである。平成26年5月には、国家戦略特区に指定され、“農”を中心に豊かな自然環境を活かし、子どもからお年寄りまで市民の誰もが役割を持ち活躍できるまちづくりに取り組んでいる。

健康寿命の延伸に向けて、青壮年期から高齢期にわたる各年代に対し、運動のきっかけづくりと継続のモチベーションを上げるためのインセンティブを付与したやっپー健康ポイント事業※1や企業と連携したやっپー健康ナビ事業※2、シルバー人材センターの「笑いと健康お届け隊」を指導者として行う地域ぐるみのフレイル予防教室※3など、各年代層にあった市民参加の健康づくり事業を展開している。

これらの事業展開により、新規要介護認定者の平均年齢が、H25年度の82.88歳からH27年度83.88歳と1歳も伸びていることから、健康で過ごせる期間の延長=健康寿命の延伸に大きく貢献している。

