

みんなので考えろまぢり

Vol.4 健康・福祉

今年度と来年度の2年をかけて、次期総合計画の策定作業に取り組みます。策定にあたり、市民の皆さんから分野ごとに意見を広く募集します。第4回目の今回は「健康・福祉」です。

健康寿命を伸ばそう

「いつまでも心身ともに健康で、生きがいのある生活を送りたい」というのは誰もが願うことです。

制限なく日常生活を送ることが出来る期間を指す「健康寿命」と「平均寿命」の差は約10年と言われています。健康寿命を伸ばし、不健康な期間を減らすためには、乳幼児期、成人期から高齢期まで、生涯にわたる健康な生活習慣の積み重ねが大切です。その

ためには、一人一人が自分の健康に関心を持ち、年代に応じた健康づくりをすることが必要です。

健康に関する市の取り組み

市民の皆さんの健康増進を支援するための市の取り組みを紹介いたします。

○ふくとびあ健康増進室（健康パラダイス）

各種トレーニング機器が設置された施設です。生活習慣病や腰痛などの予防・改善など、目的に応じた専門スタッフ

のサポートを受けることもできます。



▲景色を眺めながら運動できます

○介護予防活動の支援

高齢者が閉じこもりがちの生活を続けると「運動量が減る」→「食事が減る」→「筋肉が落ちる」という悪循環を招き、要介護状態につながります。これを防ぐには、身近に出かける場所を持つことが一つの方法です。誰でも気軽に参加できる介護予防活動を地

域で行う団体を支援・育成するため、活動への補助を行っています。

○特定健診

福津市国民健康保険に加入している30～74歳の人は、市の特定健診を受けることができます。生活習慣病は自覚症状がないうちに体の中で変化が現れ、進行すると結果的に要介護状態につながることもある病気です。健診は、自分の身体の変化に気付くために効果的です。

市の生活習慣病の実態

下の表は、福津市国民健康保険加入者のうち生活習慣病の人の数を示したものです。市は生活習慣病の人に占める虚血性心疾患（狭心症や心筋梗塞など）の割合が県内1位

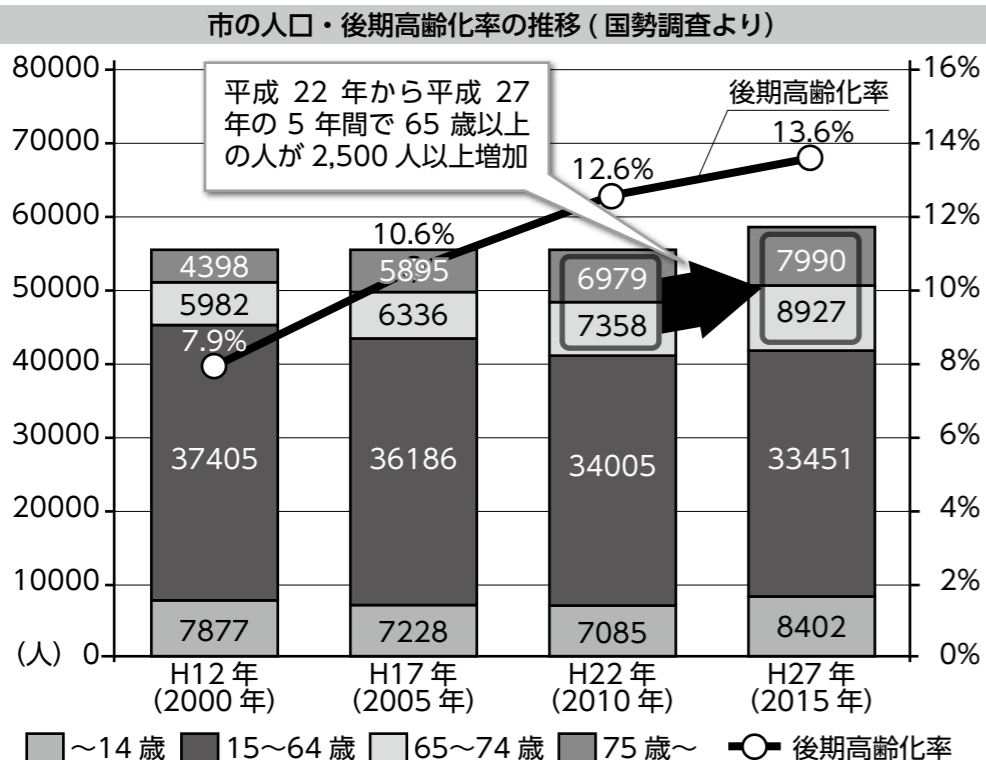
40歳以上福津市国民健康保険加入者における疾病別割合と県内の位置（平成25年5月）

	脳血管疾患		虚血性心疾患		糖尿病		高血圧		脂質異常症	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
福岡県	54,927	12.9%	62,460	14.7%	135,767	31.9%	239,248	56.2%	196,161	46.1%
福津市	608	10.9%	1,035	18.5%	1,843	33.0%	3,230	57.8%	2,684	48.0%
県内の位置 (全60保険者中)	54位		県内ワースト1位		25位		29位		19位	

です。虚血性心疾患は高血圧、高血糖、高脂質、喫煙により起こる危険性が高くなります。運動や食生活などの生活習慣を見直したり、重症化する前に治療したりすることで、予防できる病気です。

高齢者・障がい者の状況

市が実施する福祉サービスは、主に高齢者や障がいのある人が対象です。左のグラフは、国勢調査で



御意見を お寄せください

健康・福祉に関する市の取り組みについて、皆さんの意見を募集します。いただいた意見は、今後の計画作りに生かします。皆さんの御協力をよろしくお願いいたします。

これまでの取り組みとしては、11月末に、8つの郷づくり地域との意見交換会が終わり、現在、庁内のワーキング会議を実施しています。お問い合わせ 市行政経営企画課 ☎43・8121

健康や福祉に関する御意見をお寄せください

点線に沿って切り取り、平成29年1月15日(日)までに投函してください。切手は不要です。

行

行政経営企画課

福津市役所

福津市中央1丁目1番1号

(受取人)

郵便はがき 811-3290

料金受取人私郵便

福岡局 承認 7

差出有効期間 平成29年4月30日まで (切手不要)