

公衆衛生価値 × 地域活性化で、地域を、日本を、未来に！

元気づくりシステム

平成25年3月
いなべ市「元気づくりシステム促進事業」
概要版

元気づくりシステムのポイント

住民の力を活用した「元気づくりシステム」の運用によって、高齢者を中心とした健康増進活動を進めながら、医療費抑制、医師負担軽減、地域活性化の対策を展開します。

10年を超える歳月を経て
つくりあげたシステム！

「全3型6コースプログラム」

通所型

・健康の駅コース ・楽しむ拠点コース

出前型

・にこやか集会所コース ・地域出前コース

住民自主型

・にこやか集会所元気リーダーコース
・楽しむ拠点スポーツリーダーコース

行政 連携 専門家

システム検証・進化
事業支援・情報共有

民間・団体
「元気クラブいなべ」

連携 近隣市町
全国の先進自治体
全国の先進団体

※いなべモデルの取り組みが
スタートしています

元気リーダー養成

元気リーダーのフォローアップ

元気リーダーが、
市内各地域の集会議場で実施

各地域で活動

健康増進の実感
やりがい
仲間との交流

自治会

老人会

地域活性化面での効果

- 元気高齢者の増加
- ネットワークの発生
- 地域活動の発生
(子育て支援・防犯活動、
災害時の相互支援 等)
- 互助的見守り機能 等

公衆衛生面での効果

- 受診回数減少 (約2割)
- 医療費抑制 (約2割)
- 健康数値向上
- 中核病院のサロン化改善
- かかりつけ医の浸透
- 受診行動の変容 等

地域の診療所等

中核病院



さまざまな分野の課題を
一体的に改善！

今後は活動が浸透していない地域や、医師への理解促進を

元気づくりシステムの概要

市から委託を受けた(社)元気クラブいなべの専門コーディネーターが、市内の拠点や地域の集会所でストレッチ、ウォーキング、ボール運動など実施。

この参加者にプログラム普及の専門リーダーとしての研修を実施し「元気リーダー」を養成。

元気リーダーは地域に戻って地域の仲間を募り、地域の集会所で習得した元気づくり体操プログラム(10名から30名程度の規模、原則週2回)を実施。

実施にあたっては、各地域の自治会と連携協働することで、老人会を含めた地域住民の横断的な交流を活性化させ、事業として水平展開する。

市内、近隣市町への普及、全国への普及
(研修プログラムの活用)

少子高齢化における
様々な課題を改善する突破口に！

高齢者像や地域のあり方に明るい展望を！

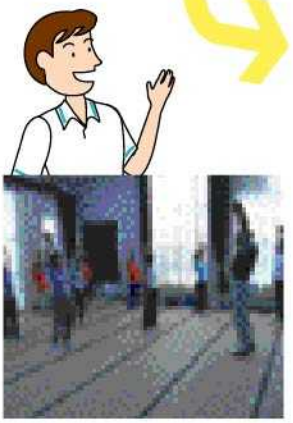
超高齢化社会における
新しい文化や価値観を生みだし、
子どもたちの未来にも希望の光を！

平成24年度作成のDVD、調査結果や成功地区事例活用

1

公衆衛生的な価値

多様な効果が現れています！
全国的に少子高齢化による医療費や地域医療現場への負担が増加していますが、元気づくりシステム参加者の状況をみると、様々な項目で注目すべき成果がみられています。



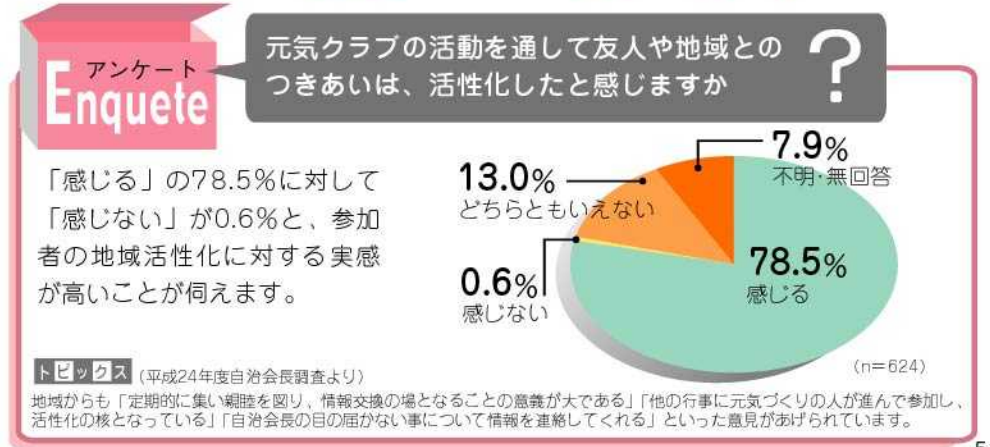
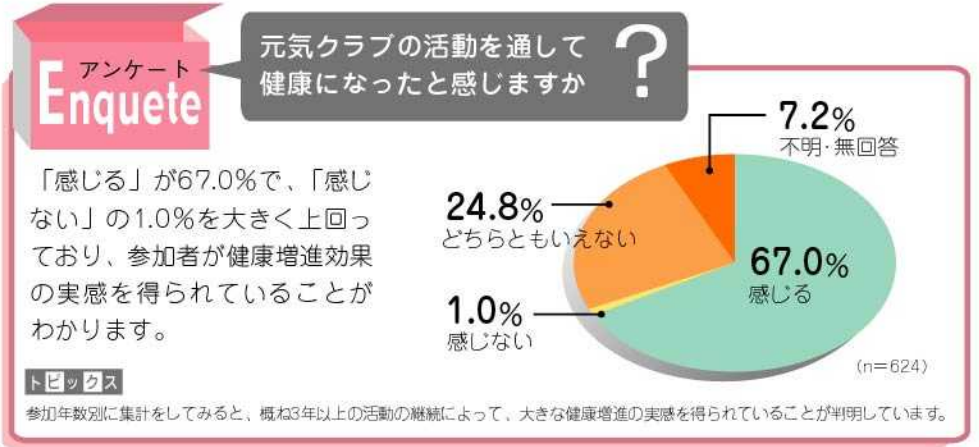
2

地域活性化の効果

新たな社会活動への波及効果が！
「元気づくりシステム」は単なる健康増進活動ではありません。参加者によるネットワークをとおして社会活動が生まれ、少子高齢化、核家族化、地域コミュニティの希薄化という全国的な課題に対しても効果を発揮しています。



子育て支援、防犯活動、災害時の相互支援(要介護者支援含む)、高齢者の相互見守り機能など

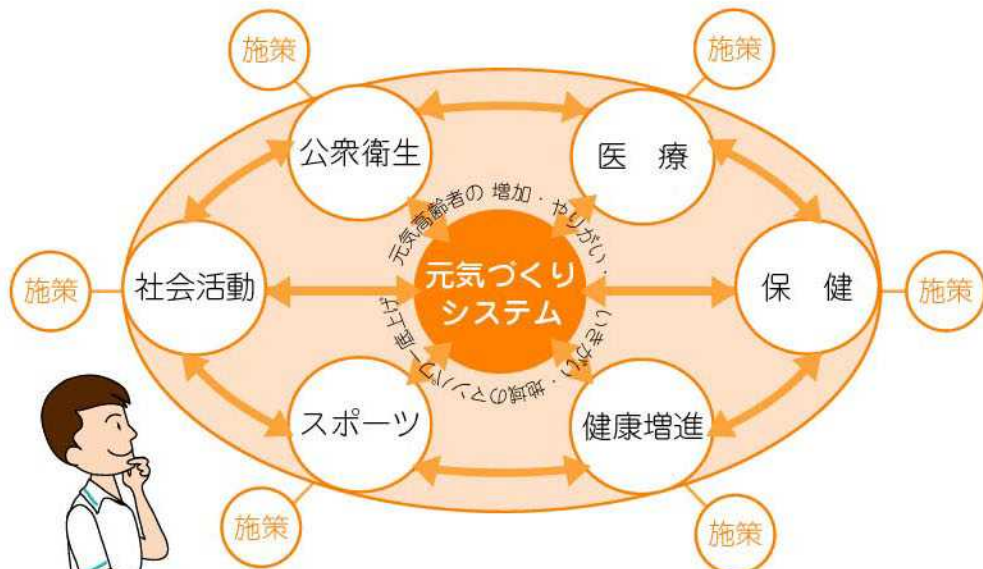


3

公共的な価値

多くの分野に相乗効果が！

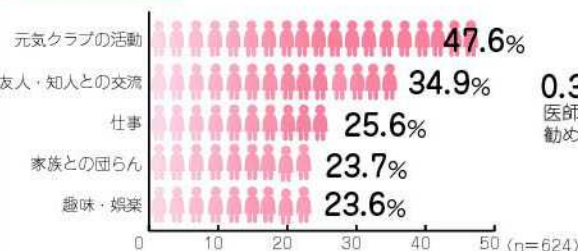
従来の行政における縦割りの構造では、それぞれの分野において施策が進められており、総合政策として一体的に事業を推進することが難しいという課題を抱えていました。「元気づくりシステム」の価値は、本格的な少子高齢化社会を迎えた我が国が直面する様々な社会問題において、多方面に効果がみられる点にあります。そして参加者が主体的にやりがいを持って活動を行うシステムが、10年に及ぶ活動や検証を経て構築されており、モデル性の高いものとなっています。



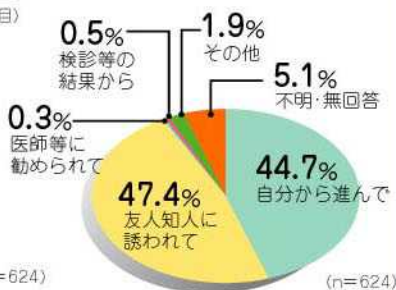
アンケート Enquete

やりがいを
感じることは何ですか？

(複数回答：上位5項目)



元気クラブ活動参加の
きっかけは何ですか？



元気づくりシステムのこれから



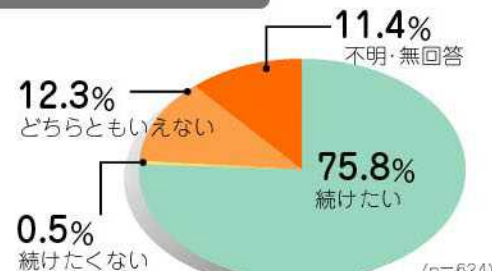
「元気づくりシステム」を推進するためには、医療費抑制や健康増進効果、社会活動数の増加などにみられる成果の先に「やりがいや生きがい、幸せ」といった参加者の実感が存在し、主体的に活動が推進されることが大変重要となります。これが継続意欲にもつながり、持続可能な取り組みとなるのです。



アンケート Enquete

今後も活動を続けたいですか？

「続けたい」の75.8%に対して「続けたくない」は0.5%であり、元気づくりシステムの継続性の高さがうかがえます。



さらに…

今後も活動を続けたい元気リーダーは**97.8%!**

(平成24年の元気リーダー調査)

「元気づくりシステム」の要として、各地域で活動を牽引する元気リーダーについては、情報交換会や講習会など、フォローアップの仕組みができあがっています。今後、参加者の高齢化や時流に合わせたシステムの進化等がなされた場合も、この仕組みを通じて元気リーダーが参加者に情報を共有していきます。





ニッポンを 元気に!!

いなべ市「元気づくりシステム促進事業」に関する
調査結果報告書 **概要版**

発 行：平成25年3月

編 集：三重県いなべ市

編集協力：(株)ジャパンインターナショナル総合研究所

協 力：(社)元気クラブいなべ