

議員視察

1月28日～29日

“女性の健康寿命日本一”（2013年）

静岡県吉田町のよしみ

静岡県の女性は「健康寿命」日本一。なかでも吉田町の女性は2013年は日本一でした。どんな取り組みをしているのか？議会の視察研修を行いました。

吉田町では、今から10年前「健康づくり課」が誕生。17名の職員で町民の健康づくりを推進しています。例えば、ストックウオーキング・トンポリンヨガ教室・ダンベル健康体操etc.（こ）を終了した人たちがその後、自主グループを作って自分たちで続けていくことを大事にしています。また、ダンス推進事業では町のオリジナルダンス6曲を使い、その曲にあわせて踊りそれが健康づくりの体力づくりに生かされています。吉田町はすずはなが海です。津波を逃げる体力づくりとして、避難タワーをめぐるウォーキングコースの作成も行っています。

牧之原市 食育

の取り組み

どうしてこんな健康づくりができるのか？終了したあと聞いてみますと、「町長の姿勢ですよ」と課長（女性）の明らかな答えが返ってきました。

吉田町から車で30分もくくと隣の市、牧之原市です。静岡県のお茶どころです。「こちらの食育」の位置づけは健康だけでなく、産業と結び接点をもっているといっています。



「二つなぎちらし」メニューのかき揚げアジの干物「残食も少ないそうです。各学年とも栄養士による

る食育授業が行われています。お茶特産課「では、お茶はなれが進む中、若い人達にお茶を飲んでもらう取り組み 子どもティーヒーロー選手権）を実施。視察した私たちもおいしいお茶の入れ方を教えて頂きました。先進地を視察し、皆野町にもできることはないか、しっかり検証していきたいと思っています。

常山 知子

*健康寿命とは？

65歳から要介護2になるまでの期間 埼玉県の健康寿命の定義

全国の健康寿命	
男性	70.42
女性	73.62
健康寿命全国順位	
1位	静岡
2位	愛知
3位	群馬
28位↓	埼玉
47位	大阪府

肺炎球菌予防接種

どうして？

肺炎球菌にかかる予防接種が、昨年10月から変わりました。

予防接種の効果は5年間、当面平成26～30年度は、毎年65・70・75・80・85・90・95・100才になる方が定

期接種」の対象者です。

そのあと「定期接種」の対象は65歳のみとなります。

皆野町では、希望者は、個人負担2000円で接種できます。しかし、この年齢でない方が接種を希望すれば、全額自己負担6500円がかかります。さらに、予防接種による副作用の補償も対象外になります。助成を受けようと思えば、決められた年齢になるまで待たなければなりません。

今までのように、70才以上の希望者にも助成をしてほしいとの声があがっています。助成金額や助成の対象年齢を広げるなど自治体により違います。

大人の肺炎のうち、約3割が肺炎球菌による肺炎といわれています。

肺炎球菌には90種以上あり、今回のワクチンは23種に効果があるようです。肺炎にかからないのではなく、重症化の予防に効果があるとされています。

風邪や肺炎にかからないように、食事や運動などをして、免疫力を上げることも大事です。