

## 第4章 施策の展開

## 基本目標 1 健康で生きがいのある生活を送ることができる地域づくり

## 【評価指標と目標値】

評価指標	現状値		目標値
	令和元年度 (2019年度)	令和2年度 (2020年度)	令和8年度 (2026年度)
介護予防センターにおける一般介護 予防事業の参加者数	—	2,508人 <sup>※</sup>	6,880人
健康教室の実施回数・参加人数	16回 866人	14回 441人 <sup>※</sup>	21回 1,020人
シニアはつらつポイントの会員活動 実人数	120人	12人 <sup>※</sup>	150人
民間企業における障害者の雇用率	2.29%	2.24%	2.30%
ドクターカー要請時の応需率	100%	100%	100%

※新型コロナウイルス感染症の影響あり（事業・活動の縮小、中止など）

## 基本施策（1） 健康づくりの推進

## 〔現状と課題〕

平成27年（2015年）の青森県の平均寿命は、男性78.7歳、女性85.9歳でともに全国最下位、一方、令和元年（2019年）の健康寿命は、男性71.7歳で全国第42位、女性76.1歳で全国第13位となっており、本県において、平均寿命と健康寿命の延伸が大きな課題となっています。

高齢になっても、健康上の問題で日常生活が制限されることなく、住み慣れた地域で生きがいをもって自立した生活を送るためには、市民一人ひとりが健康意識を高く持ち、若く健康なうちからそれぞれのライフステージに応じた健康的な生活習慣づくりに取り組むとともに、病気の早期発見・早期治療に努め、仮に病気になっても重症化しないための対策をとることが重要です。

そのためには、様々な機会を通じて市民の健康意識の高揚を図るとともに、介護予防や認知症予防の普及啓発、健康に関する相談体制の充実等を図り、市民が主体的に健康増進や介護予防に取り組める環境づくりを推進する必要があります。

## 〔取組方針〕

➤ 介護予防センターを拠点として、保健・医療・福祉の専門職による個別相談や体力測定、体操会等を実施し、介護・認知症予防の普及啓発を図ります。