



志布志市長  
下平 晴行

目指すは「行ってみたいまち  
住んでみたいまち  
住んでよかったまち」

古くから港町として栄え、江戸時代には「志布志千軒の町」とうたわれるほどの町並みを形成していた志布志市。国際ハルク戦略港湾に選定され、国際港として発展している同市だが、どのような健康づくりに取り組んでおられるのだろうか。下平晴行市長に、健康に暮らせるまちづくりへのビジョンや、自身の健康法等について、お話を伺った。

まちづくりの目標は

「生き生きと笑顔で暮らせるまち」

—— 志布志市における健康に暮らせるまちづくりへのビジョンについてお聞かせください。

本市は、総合振興計画において「志あふれるまち」を基本理念とし、目指すべき将来の都市像を「未来に躍動する創造都市 志布志」と位置づけし、保健医療福祉分野の基本目標を「生き生きと笑顔で暮らせるまち」とし、まちづくりに取り組んでいます。

市民自らが、健康管理や病気などの予防に取り組みながら、健康で生き生きと暮らす姿を市の目指す姿として健康づくりを推進しています。

自らの健康状態や生活習慣を振り返り、健康的な生活習慣を確立できるよう、各種健康づくり事業を通して自己管理意識の高揚を図ると

ともに乳幼児から高齢者までライフステージに合った健康づくりができるよう、保健、医療、福祉と連携した体系的なサービスの充実を図っています。

地区ごと

に健康づくり推進員を養成し、健康づくりの機運を醸成するとともに、各地区で市民一人ひとりの健康づくりの自助努力を支援しています。また、食生活改善推進員を中心に子どもから高齢者まで、健全な食生活を実践することのできる食生活活動に取り組んでいます。

こうした住民を代表する推進員は、志布志市では1500人を超え、行政だけではなく住民の代表の方が活躍されることで、志布志市の取り組みへの協力体制ができ



養成講座の様子



地区ごとに健康づくり推進員を養成し、市民一人ひとりの健康づくりの自助努力を支援

ています。

——力を入れておられる取り組みや、特色のある取り組みについてお聞かせください。

①特定健診の受診率向上に向けての取り組み

本市の特定健診のここ数年の受診率は50%から54%前後であり、市民の健康状態を把握して早期に疾病予防に取り組みためにも多くの市民が特定健診を受診し、保健指導を受けるよう次の4つの取り組みを行っています。

1つ目は、健康づくり推進員による受診勧奨訪問を行っています。市民にとって身近な推進員が直接話をして、健診受診の大切さを伝えていきます。本年9月に実施した健診時にも推進員に訪問をしていただきました。

2つ目に、市内医療機関から個



医療機関を10か所ほど訪問し、年度途中の受診状況の説明と情報提供の協力をお願いしています

別健診や情報提供の協力をいただいています。12月頃に私が市内の医療機関を訪問し年度途中の受診状況の説明と情報提供協力をお願いしています。

3つ目には、健診を受診した方が、カードを市内の協力店舗に提示することで、その店舗独自のサービスが受けられる「ししまる健診パスカード」を発行しています。特定健診を受診した方はもちろん、協力店舗からも好評を得ています。

4つ目は、担当課職員が集団健診の時期になると執務中に受診勧奨のピブスを着用し、特定健診の

周知啓発を図り、健診受診の雰囲気盛り上げています。

今年度はこれらに加えて、はがきでの勧奨を行いました。まだまだ目標には達していない状況ですがアイデアを出し合い取り組んでいるところです。

②重症化予防の取り組み

本市の医療費を見ると心疾患が国や県よりも高い状況です。特定健診の受診結果ではメタボやメタボ予備群が多く、治療はしているものの高血圧や糖尿病、腎疾患のコントロール不良群が国や県よ

り高い状況にあります。

この対策として、特定健診受診後に保健師や管理栄養士が対象者全員と面接を通じて保健指導を行い、生活習慣改善のきっかけづくりができるよう取り組んでいます。事業効果を得るためにも本人だけでなく、家族や地域の医療機関などの連携を大切にしています。

住民一人ひとりの意識改革を持ってもらうために行政がどのように情報提供していくのか、また、情報提供した病気がどのような影響があるのかわかれば健診後の保健指導につなげていけるのではないかと考えます。

安心して喜ぶためのまちづくり

——志布志市が推進する地域包括ケアについて

志布志市は、2025年には、高齢化率37・5%になるとみられ、医療や介護等へのニーズが更に高まると思われます。

そのため、「就労・社会参加」「地域のつながり・支え合い」「健康づくり・介護予防」「認知症対策」「在宅医療と介護連携」を柱として、地域包括ケアシステム推進に取り組

店舗独自のサービスが受けられる「ししまる健診パスカード」

んでいます。

特に、高齢者の通いの場として、介護予防体操を取り入れた「ころばん体操」は、現在19か所の公民館等で、毎週1回、自主運営されており、「階段の上り下りが楽になった」「ここに来て話すことが楽しい」等の意見を伺っており、地域のつながりや介護予防につながっていると考えています。本年度は、その方たち呼びかけ「ころばん体操集まる会」を開催したところ、約100人の参加者が一同に集まり交流を深めることができました。

また、地域での高齢者の生活を支える「生活・介護支援サポーター」を養成し、現在40人が、施設入所者や在宅高齢者との交流、サロン、見守り活動を行い、ニーズの把握や



約100人の参加者が集まった「ころばん体操集まる会」



介護予防体操を取り入れた「ころばん体操」

行政とのつなぎ役として活動をしていただいています。

認知症予防・ケアの推進として、認知症サポーター養成講座や講演会等において、認知症の啓発を行うとともに「もの忘れ進行予防相談会」や医師や保健師等のチームで支援する「認知症初期集中支援チーム事業」を実施し、認知症の相談・支援の充実を図っています。

今後も、住み慣れた地域において健康で生きがいを持ち、安心して暮らせるまちづくりに取り組みたいと考えています。

——市長ご自身の健康について、普段から心がけていらっしゃる点とがありましたらお聞かせください。

毎朝、田んぼの見回りを兼ねてウォーキングをしています。その見回りに行く田んぼが段差も結構あるので適度な運動になっています。毎日のウォーキングで田んぼの管理と体調管理を同時に行っている状況です。また、田んぼに行けない時は、自宅で20分から30分くらいトレーニングマシンを使って運動しています。

食事は、野菜をたくさん摂るよ

うにして、できるだけゆつくり食べることを心掛けています。

——最後に何か志布志市のPRがございましたらお聞かせください。

志布志市は古くから港町として栄え、江戸時代には「志布志千軒の町」とうたわれるほどの町並みを形成していました。平成23年には国際バルク戦略港湾に選定され、現在、国際コンテナターミナル岸壁延伸が着工される等、国際港として発展しています。また、港の整備と共に道路整備も進んでおり、志布志港と九州自動車道の都城インターチェンジを結ぶ「都城志布志道路」の工事も着実に進んでいます。

志布志港は農畜産業の発展に大きく寄与していますが、大阪―志布志を結ぶ「フェリーさんふらわあ」も就航しており、特に昨年度、2隻の新造船が就航してからは、利用客が増加しており、観光にも寄与しています。

近年ではスポーツ合宿に力をいれており、有明に野球場、松山にテニスコートを整備しています。特にサッカーは、夏に全国の高校サッカー部を招へいしてサッカーフェスティバルを開催しており、毎年60校以上の参加

があります。

2020年に開催されますが、しま国体では成人サッカー大会の会場となっていることから、志布志陸上競技場やしおかぜ公園に天然芝を整備する等、施設整備に力を入れてきました。

また、志布志は豊かな自然にも恵まれ、そこで育まれた食材を活かしたグルメも多くあり、昨年度開催された全国ご当地どんぶり選手権では「志布志発 かごしま黒豚三昧」が準グランプリに輝きました。

志布志の祭りとしては、江戸時代から続く「志布志お釈迦祭り」、夏の夜を1万発の花火が彩る「志布志みなとまつり」があり、毎年11月の第2土曜日・日曜日には「やっちく松山藩秋の陣祭り」が開催されます。祭りの期間中しか見ることができない「幻の一夜城」をはじめ、奉納武者行列や野菜の大盤振る舞い、忍者屋敷、舞台発表など楽しいイベントが盛りだくさんとなっています。

本市では、行ってみたいまち、住んでみたいまち、住んでよかったです。志布志においでください。