



第2章

元 気

『ともに支え合い、元気に
暮らせるまちをつくれます』

2-1 健康

2-2 スポーツ

2-3 介護予防

2-4 公的医療保険

2-5 地域福祉

2-6 高齢者福祉



第2章 元気「ともに支え合い、元気に暮らせるまちをつくります」

基本施策 2-1 健康

SDGsとの関連

3

すべての人に健康と福祉を



現状と課題

本市では、「湯ったり健康かみのやま21第二次行動計画」に基づき、市民一人ひとりの健康意識の向上と正しい生活習慣の形成による健康寿命の延伸に向け取り組んできました。しかし、市民の死亡原因の上位は悪性新生物(がん)、心疾患、脳血管疾患と生活習慣病を占め、さらに国保特定健診受診者の高血糖・高血圧者の占める割合は県平均と比べて高い状況にあります。

また、健康を取り巻く状況は、少子高齢化や人口減少の進行、ライフスタイルの変化、地域コミュニティの希薄化や新型コロナウイルス感染症の流行など大きく変化しています。それに伴い、心身の健康リスクの増大、フレイル^{※1}や要介護者の増加などの健康課題も多様化している状況です。

このような状況の中、生涯を通じて心身ともに健康な期間を長く保つことは重要であり、そのためには、市民が心身の健康を自分ごととして捉え主体的に取り組める健康施策や市民・地域・行政が一体となり誰もが気軽に健康づくりができる環境整備、さらには広域的連携をしながら住民の健康を支える医療体制の維持が求められています。特に、市内に小児科、産婦人科の医療機関がない現状が課題になっています。

目標値

指標	令和9年度	説明
「普段健康だと思う」市民の割合	100%	健康であり続けることが、幸せに暮らしていくことにつながります。

方針

- 生涯を通じた健康づくりを推進していきます。
- 広域連携を図りながら、地域医療体制を維持していきます。

※1 フレイルとは、病気ではないが年齢とともに、筋力や心身の活力が低下し、介護が必要になりやすい、健康と要介護の間の虚弱な状態のこと。

施策

2-1-1 生涯を通じた健康づくりの推進

これまでの取組

- ▷各種がん検診および助成を行いました。
- ▷20歳～39歳までの者を対象に健康診査を実施し、市内企業と連携した健康づくりに取り組みました。
- ▷糖尿病と高血圧症の予防対策事業を重点施策として取り組みました。
- ▷各種検査を通じた健康の見える化、ICTを活用したかみのやま健康ポイント事業等の各種健康教室を実施しました。
- ▷食生活改善推進員と連携し、健康課題に対応した食育教室や地区栄養教室を実施しました。
- ▷各種予防接種の実施および接種勧奨等を実施しました。
- ▷心の健康相談やゲートキーパー養成講習会等を実施しました。

目 標

1 疾病予防の推進

定期的に健康診査や各種検診が受けられるよう提供体制を整備し疾病の早期発見・重症化予防に取り組みます。健康診査結果データに基づき適時に介入し効果的な支援を行います。

また、感染症の予防啓発を行うとともに、今後も定期予防接種の接種率向上に向けた取組を行います。

2 健康を支える環境づくりの推進

ICTを活用したかみのやま健康ポイント事業を実施し、楽しく自然と健康づくりに取り組める環境づくりを推進します。さらに、健康づくりに関する啓発や健康教育・相談等を実施し、市民の健康意識の向上・主体的な健康づくりを支援します。

3 こころの健康づくりの推進

相談窓口の周知やこころの講演会などによる啓発事業、相談事業やこころの健康に関する人材育成などを行い、こころの健康づくりと自殺予防対策を実施していきます。

また、関係機関と連携しながら精神保健と自殺予防の包括的な地域ケアシステムの構築を目指します。

個別計画

湯ったり健康かみのやま 21第二次行動計画	第2期上山型温泉 クアオルトビジョン	第2期上市市 自殺対策計画	第2期上市市まち・ひと・ しごと創生総合戦略

施策 2-1-2 地域医療体制の維持

これまでの取組

- ▷平日夜間診療、日曜休日救急当番医を実施し、通常診療時間外の医療の確保と周知を行いました。
- ▷山形連携中枢都市圏の連携事業として、山形市の休日および夜間における診療の連携を行いました。
- ▷へき地医療として山元診療所を開設し、診療を受けやすい環境づくりを行いました。
- ▷お盆や年末年始休暇時の診療可能な医療機関の周知を行いました。

目標

1 市内医療体制の維持確保

上山市医師会及び救急告示病院の協力を得ながら平日夜間診療・日曜休日救急当番医、救急医療体制などを確保していきます。また、今後も山元地区の人が受診しやすい環境を守るため、引き続き山元診療所を開設します。また、市内への小児科等開設の可能性を検討していきます。

2 広域連携による医療体制の維持確保

山形連携中枢都市圏の連携事業として休日および夜間における診療体制の連携を今後も行っていくとともに、不足診療や医療機能の相互連携を村山二次保健医療圏の広域的連携で対応します。

個別計画

基本施策

2-2 スポーツ

SDGsとの関連

3

すべての人に
健康と福祉を

4

質の高い教育を
みんなに

現状と課題

本市では、平成27年に、国のスポーツ基本法に基づく「上山市スポーツ推進計画」を策定し、市民が「いつでも」「どこでも」「いつまでも」スポーツに親しむ機会を確保するとともに、スポーツを通じた健康づくりや青少年の育成、さらにはスポーツ交流等を通じた地域活性化に取り組んできました。

市民のスポーツへの関わり方は、スポーツを「する」だけでなく、「観る」「支える」などそれぞれ多様な関わり方があります。今後も継続してライフスタイルや価値観の多様化に応じたスポーツの機会を提供し、市民一人ひとりがスポーツに親しめる機会や環境の充実を図っていくことが重要です。

さらに、少子化の影響、新型コロナウイルス感染症拡大による活動制限、部活動の地域移行など、子ども達の運動する環境がここ数年で大きく変化しました。本市において、子ども達の体力・競技力向上を図るためには、市、学校、市スポーツ協会、スポーツ団体等関係機関が連携していくとともに、スポーツ環境の整備を図ることが必要です。

目標値

指標	令和9年度	説明
「運動やスポーツをする・観る・支えることが好きと思う」市民の割合	100%	運動やスポーツに親しむ機会の提供や環境づくりにより、運動やスポーツに関わることが好きな市民を増やします。

方針

- 1 生涯にわたり誰もが楽しめるスポーツ活動を推進します。
- 2 スポーツを通じた地域活性化を推進します。

施策

2-2-1 生涯にわたるスポーツ活動の推進

これまでの取組

- ▷市民スポーツ教室、出前スポーツ教室等を開催し、スポーツに親しむ機会を提供しました。
- ▷スポーツ少年団、総合型スポーツクラブと連携し、キッズ向けの教室を開催しました。
- ▷「環境率先行動計画」を推進し、体育文化センターのZEB化事業を実施しました。
- ▷スポーツ施設の修繕計画を策定し、計画的な修繕、備品更新を実施しました。
- ▷競技力強化事業として各競技種目やジュニア選手の育成・強化を図るとともに、指導者講習会を実施しました。

目標

1 誰もが生涯にわたるスポーツや健康づくりに親しむ機会の創出

市民一人ひとりが、生涯を通じて「する」「観る」「支える」スポーツや健康づくりに親しむことができる機会を提供します。

2 子どものスポーツ活動の推進

総合型地域スポーツクラブ、スポーツ少年団および学校等の地域社会全体が連携・協働し、児童・生徒の体力向上とスポーツの楽しさや喜びを体験できるスポーツ環境の充実を図ります。また、競技力向上を目指すジュニア選手の育成・強化を支援します。

3 スポーツ施設の環境整備

市民の誰もが幅広くスポーツ活動を行うことができるよう、公共スポーツ施設等の改修および適正な管理運営に努めます。

個別計画

上山市スポーツ 推進計画	第2期上山市まち・ひと・ しごと創生総合戦略	アスリートヴィレッジ 整備構想	

施策

2-2-2 スポーツを通じた地域活性化の推進

これまでの取組

- ▷蔵王坊平アスリートヴィレッジに合宿に訪れたトップアスリートと市内ジュニアアスリートとの交流事業を実施しました。
- ▷TOKYO2020オリンピック・パラリンピックでポーランド陸上競技連盟の事前合宿を受け入れました。
- ▷NTC高地トレーニング強化拠点施設に指定されました。
- ▷蔵王坊平アスリートヴィレッジでのリカバリー効果検証を実施しました。

目標

1 スポーツを通じた交流の促進

市民がスポーツを通して交流を深め、相互に連携を図り活動することは、地域に一体感を生み出します。そのため、各種大会やスポーツイベント等の開催を通して交流人口の拡大を図ります。また、合宿、スポーツイベントで訪れるトップアスリートとの交流の機会を設け、選手のレベルアップにつなげるなど地域スポーツの振興を図ります。

2 蔵王坊平アスリートヴィレッジ整備構想の推進

施設の利用促進を図り、アスリートの育成とスポーツを通じた地域経済活性化への貢献を目指すとともに、TOKYO2020オリンピック・パラリンピックの事前合宿受入のノウハウを基に、2025世界陸上東京大会などでの海外からの事前合宿受入を積極的に取り組み、国際的にも利用してもらえる施設を目指します。

個別計画

上山市スポーツ推進計画	第2期上山市まち・ひと・しごと創生総合戦略	アスリートヴィレッジ整備構想	

基本施策 2-3 介護予防

SDGsとの関連

3

すべての人に
健康と福祉を



現状と課題

本市では、高齢者人口も含め人口減少が進行する中、「地域包括ケアシステム」の実現に向けて、介護保険サービスの提供や介護予防事業・保健事業などの様々な取組を実施してきましたが、県内13市で比較すると、要介護認定率は最も高い状況にあります。

また、医療関係団体から、世代を問わず、今後ますます予防の取組が重要になるとの指摘を受けております。

今後要介護認定者数が増加することが予想される中、保健師や管理栄養士・歯科衛生士をはじめ、地域包括支援センターの専門職等が連携しながら、自立支援や介護予防、要支援認定者等の重度化防止の取組を進めていくことが重要です。

また、日常の生活支援についても、通路除雪や買い物支援、ごみ出し等、地域のニーズを聴き取りし、担い手の確保を進め、利用者とのマッチングする支え合いの仕組みづくりに、地域をあげて取り組むことが重要です。

目標値

指標	令和9年度	説明
平均要介護期間※1	0年	介護予防事業を実施することにより、平均要介護期間を短縮させ、市民が心身ともに健やかで活力ある生活を送れるようにします。

方針

- 1 介護予防事業や認知症施策の充実、地域での支え合いの仕組みづくりの構築に向けて取り組みます。

※1 平均要介護期間とは、ここでは不健康期間のことで、平均余命から平均自立期間(歩行、食事、排せつなどの日常生活が概ね自立している要介護2未満の状態である平均期間)を引いた期間のこと。

施策

2-3-1 地域支援事業の充実

これまでの取組

- ▷住民主体の介護予防活動として、百歳体操に取り組みました。
- ▷一般高齢者を対象とする「運動をする会」や「すこやか運動教室」を実施しました。
- ▷地域の課題解決につながる生活支援を「ボランティアポイント事業」として取り組みました。
- ▷75歳の高齢者を対象に、総合的な介護予防教室「元気塾」を開催しました。
- ▷認知症への理解を深めるための「認知症サポーター養成講座」を開催しました。
- ▷後期高齢者に対象を絞った「楽しい脳トレ講座」を立ち上げました。

目標

1 介護予防の充実

地域支援事業における一般介護予防事業をはじめ、いつまでも元気に過ごせるよう社会参加を含めた介護予防のさらなる充実に努め、認定者数の抑制に繋がります。

2 認知症施策の充実

認知症基本法が成立し、共生社会の実現に向けて、国を挙げて取り組んでいくことが求められています。そのため、認知症地域支援推進員と連携し、認知症の人が安心して暮らせる地域づくりを進めるとともに、認知症予防等の様々な取組を充実させます。

3 地域での支え合い活動の充実

いつまでも住み慣れた地域で過ごしていくために、お互いに助け合いながら、通路除雪やごみ出し等の日常の生活支援を行う仕組みづくりが求められています。そのため、生活支援コーディネーターが中心となって、元気な高齢者等の地域人材とのマッチングを行うなど、支え合い活動を充実させます。

個別計画

上山市高齢者福祉計画・第9期介護保険事業計画	第2期上山市まち・ひと・しごと創生総合戦略		

基本施策

2-4 公的医療保険

SDGsとの関連

3

すべての人に健康と福祉を



現状と課題

必要なときに必要な医療を受けるための「保険制度」や子どもの医療費等の一部負担金を助成する「医療費給付制度」などの社会保障制度は、市民一人ひとりが安心して健康に暮らすために重要なセーフティネットです。

高齢化社会が一段と進行するなかで、公的医療保険の維持とさらなる充実が求められています。

平成20年度より後期高齢者医療制度が始まり、国民健康保険は、制度の安定化を図るため平成30年度より運営主体が県へ移行しましたが、それぞれの運営の一層の健全化が求められており、県内でも高い水準にある医療費の適正化とともに、効果的な保健事業により市民の疾病予防、健康増進を図っていく必要があります。

また、制度は法改正等で常に変更があることから、その周知徹底も図っていきます。

目標値

指標	令和9年度	説明
特定健康診査受診率	100%	40歳から70歳までの国民健康保険被保険者が対象である特定健康診査の受診率が向上することで、病気が早期発見され、医療費の抑制につながります。

方針

- 1 予防に重点をおいた保健事業を実施することで、市民の自発的な健康づくりをサポートし、医療費の適正化を図ります。

施策

2-4-1 国民健康保険等の適正な運営

これまでの取組

- ▷ 特定健康診査等のデータを分析し、対象者を抽出し保健事業を実施しました。
- ▷ 特定健康診査の未受診者対策として、受診傾向を分析し、個人に応じた受診勧奨を実施しました。
- ▷ 特定健康診査の自己負担の無料化を実施するとともに、診査結果をもとにした次回特定健診受診の動機付けになるように啓発しました。
- ▷ ジェネリック利用差額を通知し、医療費の抑制と利用率の向上を図りました。
- ▷ 国保だよりにジェネリック医薬品の促進について掲載し啓発をしました。

目標

1 効果的な保健事業の実施

医療費や特定健診等データ分析に基づき、効果的な保健事業を実施し、健康づくりや疾病予防を市民に周知し、医療費の抑制を図ります。また、国民健康保険における特定健康診査や後期高齢者医療における健康診査の受診率向上を図るため、わかりやすい受診勧奨通知や自己負担の無料化を行います。

2 ジェネリック医薬品利用率の向上

ジェネリック医薬品の利用を促進することで、市民の自己負担の軽減および医療費抑制を図ります。また、利用率向上のため、ジェネリック利用差額通知等の啓発を行います。

個別計画

第3期上山市保健事業実施計画(データヘルス計画)	第4期上山市国民健康保険特定健康診査等実施計画		

基本施策 2-5 地域福祉

SDGsとの関連



現状と課題

少子高齢化や地域における生活課題などにより、様々な困難を抱えている人が増加しています。そのような人々が安心して生活を営むには、行政サービスのほか地域における支援が必要です。

しかし、地域社会の変化や価値観の多様化などにより、地域のつながりが希薄となっているため、助け合いを担う地域組織や団体が脆弱化する傾向が顕著になっています。

住民相互で支援活動を行い、地域住民のつながりを再構築して、支え合う体制を推進するため、ボランティア活動による社会参加や住民組織における担い手の役割分担など、地域住民による共生社会を実現する意識を高めていくことが求められています。

このため、地域福祉の推進役となる社会福祉協議会、民生委員・児童委員、福祉関係機関や団体等の活動を充実させ、連携を強化することが必要です。

目標値

指標	令和9年度	説明
「福祉について気軽に相談できる環境が整っている」と思う市民の割合	100%	民生委員・児童委員等による地区内における見守り、声かけ等の支援活動や各団体等との連携により、地域において相談しやすい環境をつくれます。

方針

- 1 市民による多様な地域福祉活動が実践されるよう、福祉に対する理解を高めながら関係団体との連携を強化します。

施策

2-5-1 地域で支え合う社会の実現

これまでの取組

- ▷冬期の除雪ボランティア活動日数を増やして、除雪困難世帯を支援しました。
- ▷結婚サポーター主導によるイベントや情報交換会を実施しました。
- ▷民生委員・児童委員による高齢者訪問、地区福祉活動参加、各種研修会を実施しました。
- ▷福祉大会、ボランティアフェスタを実施しました。

目標

1 市民が安心して相談できる環境づくり

民生委員・児童委員の研修会を開催するなど、行政と住民とのつなぎ役である民生委員・児童委員のさらなる知識の向上を図ることで、市民にとって、安心して相談できる環境づくりを進めます。

2 福祉関係団体の連携強化と支え合う社会の実現

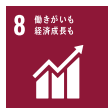
福祉大会等を通して、社会福祉協議会、更生保護団体、結婚サポーター、福祉施設等と連携を強化し、地域で支え合う社会の実現に向けた意識を高めます。

個別計画

第2期上山市まち・ひと・しごと創生総合戦略			

基本施策 2-6 高齢者福祉

SDGsとの関連



現状と課題

社会参加意欲の高い高齢者の多くは、体力や能力に合わせ年齢にかかわらず働き続けることができる場や、生きがいのための活動の場を求めています。

一方で、高齢者の一人暮らしや高齢者のみの世帯が年々増加して地域や近隣での交流が減少していくことにより、引きこもりがちになって地域から孤立したり、消費者被害に遭いやすくなったり、徘徊などの危険性が高まったりなど、支援を要する高齢者も増えています。

こうしたことから、高齢者が自らの経験や知識を活用できる場や地域活動に参加しながら、活躍できる場を提供したり、いつでも参加しやすい生きがい活動などを支援していくことが求められています。また、生涯住み慣れた地域で安全・安心に暮らしていくために、高齢者の権利擁護や孤独・孤立感を解消する活動や地域近隣との交流を継続できる取組を支援していくことが必要です。

目標値

指標	令和9年度	説明
「いきがいをもって活動・交流している」と思う高齢者の割合	100%	高齢者(70歳以上)で、孤独・孤立感がなく、いきがいをもって活動していると思っている人の増加を目指します。

方針

- 1 高齢者が自分の知識や技術を活かしながら生きがいを持って活動・交流できる場を充実させ、ひとり暮らし高齢者等の孤独・孤立感を緩和し、安全・安心に暮らせる社会を推進します。

施策

2－6－1 高齢者の生きがいと安心な暮らしの実現

これまでの取組

- ▷常設高齢者サロン「まじゃれ」を開設しました。
- ▷高齢者配食・安心見守りサービスの居宅訪問により食事支援と安否確認を行いました。

目 標

1 高齢者の就労とボランティア活動の支援

高齢者の知識や経験を活かせる就労やボランティア活動を支援して、高齢者の社会参加や交流の場を提供します。

2 高齢者の安心な暮らしの支援

高齢者の孤独・孤立感を感じることなく地域で安全・安心な暮らしを続けていくため、配食・安心見守りサービス事業等の実施など、地域近隣との交流を継続できる取組を支援していきます。

個別計画

上山市高齢者福祉計画・ 第9期介護保険事業計画	第2期上山市まち・ひと・ しごと創生総合戦略		



「まじゃれ」での活動の様子