

福祉保健部活動研修会

令和 8 年 8 月

壱岐市 健康増進課
長寿支援課

1.福祉保健部の活動にかかる交付金について

福祉保健部の設置及び活動

【交付条件】

- ①福祉保健部の設置及び基本的活動
（役員名簿への明記、健康づくりの推進、見守り等）
均等割：5,000円 世帯数割：200円
- ②市主催の福祉保健部研修会への参加
均等割：2,000円
- ③健康づくり活動の実施 ※1事業のみ
（出前講座の実施、独自の健康づくり）
均等割：3,000円 世帯数割：100円



例えば、A自治公民館では(世帯数50戸)

①福祉保健部の設置及び基本的活動

$$5,000\text{円} + 200\text{円} \times 50\text{戸} = 15,000\text{円}$$

②福祉保健部研修会参加

2,000円

③健康づくり活動1事業

$$3,000\text{円} + 100\text{円} \times 50\text{戸} = 8,000\text{円}$$

合 計

25,000円

福祉保健部設置及び活動状況

《令和7年度実績》

①福祉保健部の設置及び基本的活動

設置：205か所（86.1％）

うち、基本的活動実施：178か所（74.8％）

②福祉保健部研修会参加

参加：220か所（92.4％）

③健康づくり活動1事業

実施：112か所（47.1％）

2.福祉保健部の活動について

交付条件① 福祉保健部の設置及び基本的活動(※いずれか1事業以上の実施で対象)

健康づくり の推進	総会、道づくりなど、館員が集まった際に 特定健診・がん検診の受診の呼びかけ など
地域での 見守り	回覧等の配布の際に安否確認などの声掛け など



交付条件② 福祉保健部研修会への参加

交付条件③ 健康づくり活動 (※1事業のみ交付対象)

出前講座 の実施	生活習慣病予防の話、ヘルスメイトの料理教室、 介護予防、認知症サポーター養成講座 など
独自の 健康づくり	定例会での健康体操の実施、 自治公民館独自に作成したチラシの配布 など



※自治公民館全体の活動を対象とする
(高齢者サロン等、対象が限定される場合は対象外)

①福祉保健部の設置及び基本的活動

交付条件① 福祉保健部の設置及び基本的活動(※いずれか1事業以上の実施で対象)

健康づくり の推進	総会、道づくりなど、館員が集まった際に 特定健診・がん検診の受診の呼びかけ など
地域での 見守り	回覧等の配布の際に安否確認などの声掛け など



基本的活動の取り組み例

(記入例)

- ・総会時(定例会)の時に健診やがん検診の受診の声かけをした。
- ・道づくりの時に健診やがん検診の受診の声かけをした。
- ・青年会や婦人会へ健診やがん検診のお願いをした。
- ・公民館の有線放送で健診の呼びかけをした。
- ・回覧を回す時に高齢者の見守り活動をした。(安否確認)

②市主催の福祉保健部研修会の参加

③健康づくり活動

交付条件③ 健康づくり活動（※1事業のみ交付対象）

出前講座 の実施	生活習慣病予防の話、ヘルスメイトの料理教室、 介護予防、認知症サポーター養成講座 など
独自の 健康づくり	定例会での健康体操の実施、 自治公民館独自に作成したチラシの配布 など



※自治公民館全体の活動を対象とする（高齢者サロン等、対象が限定される場合は対象外）

健康づくり活動の取り組み例

（記入例）

- ・まちづくり出前講座（健康分野）を実施し公民館員が参加した。
- ・公民館の集まりの時に福祉保健部研修会の内容を伝達した。
- ・定例会（総会、道づくり等）の時にラジオ体操を実施した。
- ・健康に関するチラシを作成し、配布や回覧をした。
- ・健診受診率のチラシ（健康増進課提供）にメッセージを記入し、配布した。

③健康づくり活動

交付条件③ 健康づくり活動（※1事業のみ交付対象）

出前講座 の実施	生活習慣病予防の話、ヘルスメイトの料理教室、 介護予防、認知症サポーター養成講座	など
独自の 健康づくり	定例会での健康体操の実施、 自治公民館独自に作成したチラシの配布	など



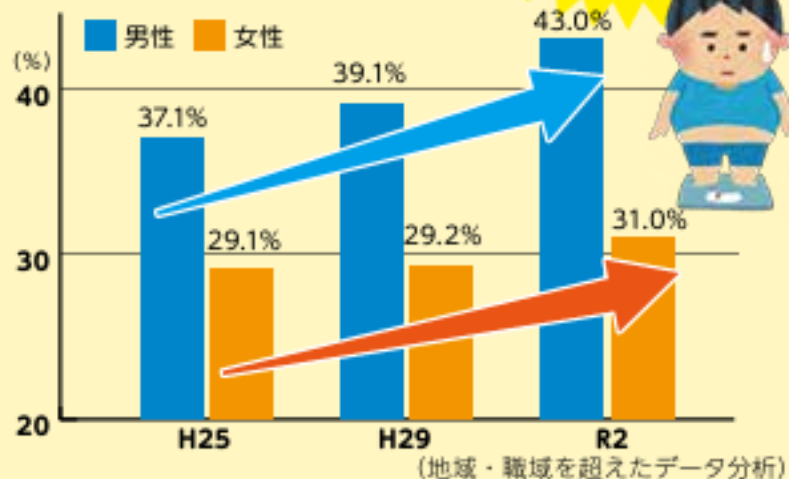
※自治公民館全体の活動を対象とする
（高齢者サロン等、対象が限定される場合は対象外）

健康	6	応急手当講習	交付条件③ 健康づくり活動対象	手順を	60～	
	7	災害救命講習		災害時身近な物を使った応急手当	60	
	8	認知症サポーター養成講座	交付条件③ 健康づくり活動対象	認知症の疾患について、対応の仕方・支援について、認知症サポーターとは、介護者の体験談	60	長寿支援課 地域包括支援センター （芦辺庁舎 45-1197）
	9	元気に年をとるために（介護予防）		介護予防全般について（介護予防・フレイル予防に関する運動実践・栄養改善・口腔指導など要望に応じます）	30～ 60	
	10	適塩・減塩の工夫		家庭で取り組みやすい減塩についての話 みそ汁の塩分測定・食塩味覚閾値検査等	30	健康増進課 （芦辺庁舎 45-1114）
	11	生活習慣病対策について		日頃の健康づくり（生活習慣の改善・メタボ予防・がん予防・口腔ケアなどについて要望に応じます）	30	
	12	ヘルスメイトの料理教室		減塩・野菜たっぷり・カルシウムたっぷり等の調理実習 みそ汁の塩分測定等（材料費について一部助成あり）	60～	
	13	ゲートキーパー養成講座		吉崎市いのち支える自殺対策について、ゲートキーパーとその役割について、心の健康について	30	
	14	吉岐うらふれ体操		①メタボ予防バージョン ②転倒予防バージョン （ご要望に応じて健康体操を実施します）	15～ 60	長寿支援課 地域包括支援センター （芦辺庁舎 45-1197） 健康増進課 （芦辺庁舎 45-1114）
	15	行財政改革について	交付条件③ 健康づくり活動対象	行財政改革の必要性と取組について	30	財政課 （郷ノ浦庁舎 48-1114）

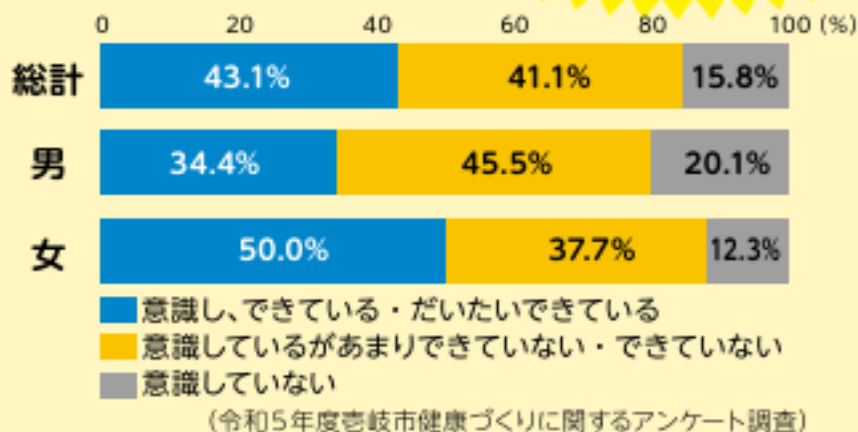
壱岐市健康づくり計画 「健康いき21」より

壱岐市の健康課題

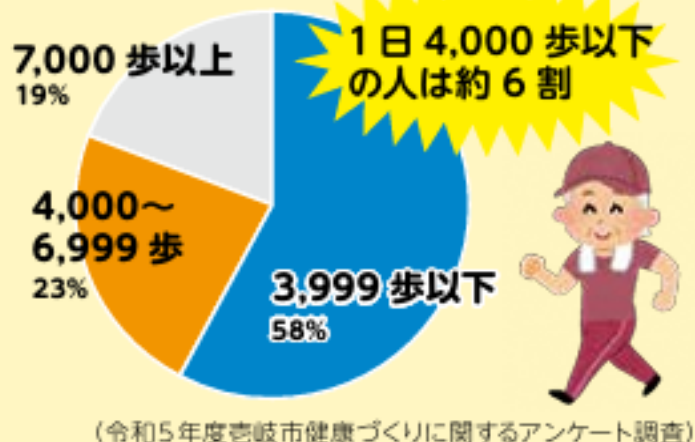
壱岐市の肥満の推移



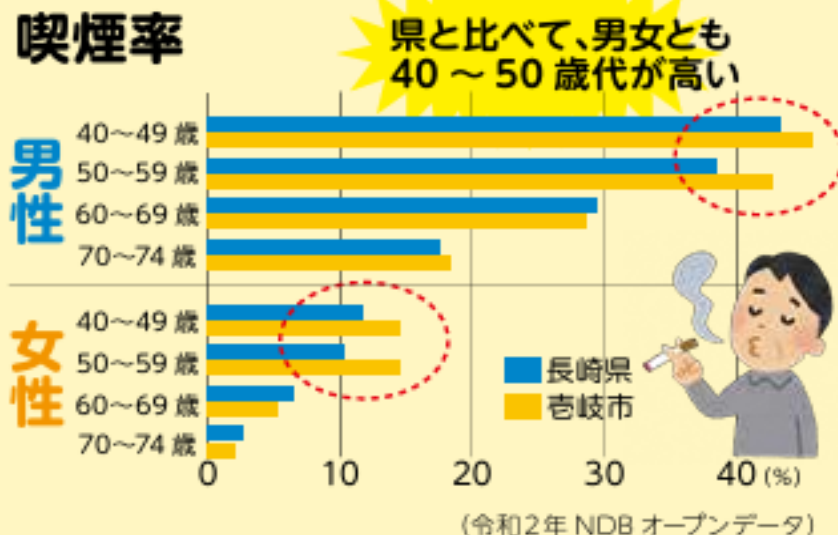
塩分を控えることを意識している者の割合



日常生活における歩数の割合



喫煙率



ながさき健康づくりアプリ歩こーで



ながさき健康づくりアプリ

アプリでポイントを貯めよう!

まずは
WEBサイトを
見てみよう!



●歩くことが[楽しく]なる!

●ポイントも[貯まる]!

●貯めたポイントで
[サービス]を受けられる!

●県産品等が当たる
抽選会も開催!

●他にも、楽しい[イベント]が
盛りだくさん!

ポイント利用可能店(壱岐市)

- ◆カフェ・ド・ブルディー様
- ◆パン工房夢様
- ◆ファミリーレストランモンブラン様
- ◆美容室Feel.(フィール)様
- ◆壱岐第一ホテル様
- ◆ritomaru café大久保本店様
- ◆壱州茶屋with ritomaru様
- ◆下條くだもの店様
- ◆壱岐イルカパーク&リゾート様
- ◆壱岐オリーブ園様
- ◆エレナFC壱岐郷ノ浦店様
- ◆マルエー生活館様
- ◆睦モクヨンビル DDカフェ様
- ◆スーパーバリューイチヤマ本店様

1年に1回は健診・検診を受けましょう!!

生活習慣病のほとんどは無症状で進行します。
そのまま悪化し続けると、動脈硬化が進み、
脳卒中や心不全等の重篤な病気になる危険性
が高くなります。

まずは、健診を受け、

ご自身の健康状態を知ることから

始めましょう。

健診に関するお問い合わせは、
ご加入の保険者へ

協会けんぽ・健保組合・船員組合・共済組合・国保組合

➡ 勤務先の健診担当者へ（被扶養者の方を含む）

国民健康保険・後期高齢者医療保険

➡ 壱岐市国民健康保険・後期高齢者医療保険担当者（保険課）

壱岐市が実施している健(検)診のお知らせ

- **特定健診** 40歳から74歳の国民健康保険の方
※水色の封筒で受診券を郵送
- **先取り健診** 30歳代の方、30歳以上の生活保護受給者
※国民健康保険の方には水色の封筒で受診券を郵送
- **後期高齢者健診** 75歳以上の方
※ピンク色の封筒で受診券を郵送
- **がん検診** ※対象の方には受診券(青色の文字のはがき)を郵送
- **歯周疾患検診** 20・30・40・50・60・70歳の方
※対象の方には受診券(ピンク色の文字のはがき)を郵送
- **“お口”いきいき”健康支援事業(歯科健診)**
長崎県後期高齢者医療広域連合被保険者(75歳以上等)
※初めての場合、申し込みが必要

**医療機関での健(検)診
令和9年2月27日まで**



国保イメージキャラクター
(ケンくん・コウくん)

壱岐市国民健康保険加入者の40歳から74歳の方へ

「みなし健診(情報提供事業)」へのご協力のお願い

みなし健診(情報提供事業)とは

◎生活習慣病(高血圧、糖尿病、脂質異常症など)の治療等のために行っている定期的な血液検査等の結果をかかりつけ医を通じて壱岐市にご報告いただくことで、壱岐市特定健診を受診したとみなすことができる事業です。

今年度の壱岐市特定健診を受診されておらず、現在通院中の方につきましては、かかりつけ医とご相談ください。

◎「人間ドックを受けた方」「職場健診を受けた方」につきましては、
健診結果を壱岐市健康増進課へご報告ください。

地域で健康づくりに 取り組んでみませんか？

健康講話

健康相談

みんなが集まる時間がとれる場合

壱岐市の健康課題、生活習慣病予防、心の健康（ゲートキーパー）、お口の健康、熱中症予防などご希望の内容で講話ができます。時間があるならば、アルコールパッチや噛む力の測定等も実施できます。
→「壱岐市協働のまちづくり出前講座」から申し込みを。

チラシの
配布

時間をとるのが難しい場合

ご希望の内容や壱岐市の実情を入れた健康づくりのチラシを提供できます。
気になる健康テーマでチラシの配布をしてみませんか。

声を掛け合いながら、
無理なくできる取り組みを続けていきましょう。

④地域の見守りについて

緩やかな見守りとは……

- ・かつての、「向こう三軒両隣」といった近隣関係
- ・あらゆる世代の方が、自らの生活の中で負担のない範囲で行えること
- ・地域で暮らす誰もが、同じ立場で、互いに助け合う関係性
- ・住民同士で互いにさりげなく気遣い合い、見守り合う関係を作ること
- ・仲間と集い、サークルやボランティア活動に参加するなど社会と関わること

ほどよい近所付き合いの中で、声を掛けたり、気に掛けたりすること。

日常生活の中で、少し気にするだけで、緩やかな見守りにつながります

④地域の見守りについて(2)

令和6年

認知症基本法

ができました。

- ①「新しい認知症観」に立つ
- ②自分ごととして考える
- ③認知症の人等の参画・対話
- ④多様な主体の連携・協働

→共生社会の実現を目指しています。

認知症の考え方を換えよう！：「新しい文化」へ！

★絶望から希望へ

古い考え方(文化)
(他人事、問題重視、孤立、絶望)

- ①他人事、なりたくない
- ②何もわからず、何もできない
- ③自分らしさがなくなる
- ④恥ずかしい、隠す
- ⑤閉じこもって茫然とした日々
- ⑥家族や人の世話になる一方
- ⑦あきらめ、孤立、暗い、絶望

★新しい考え方(文化)
(自分事、可能性重視、希望)

- ①自分事、なってもお互いさま
- ②わかること、できることがある
- ③自分であることにかわりはない
- ④ありふれたこと、オープンに
- ⑤地域を舞台に、心豊かな日々を
- ⑥支えられる一方でなく、
地域の大事な一員として活躍
- ⑦あきらめない、一緒に、楽しく
希望をもって

★一人ひとりが、チェンジ！ まちぐるみでチェンジ！

2023年1月29日 香岐市市民公開講座での資料より一部抜粋
認知症介護研究・研修東京センター センター長特命補佐 永田 久美子先生

認知症の方だけでなく、
いつもと違う変化(心のSOS)に気づいて
声をかけたり、気に掛けること。

④地域の見守りについて(3)

いきいきあんしんネットワーク (壱岐市高齢者等SOSネットワーク)

壱岐市では、認知症の方が在宅でも安心して暮らせるよう、地域ぐるみで認知症のご本人とご家族を支援するためのシステムを構築しています

①登録システム

希望により、認知症等で行方不明となられる可能性のある方を事前に登録していただくことで、関係機関で情報共有を図ります。

②見守りシステム

必要に応じて地域関係者等による見守りを行います。

③緊急システム

登録対象者が行方不明になられた場合、協力機関を通じて捜索協力にあたります。

令和8年度よりネットワーク登録対象者がGPS・見守り機器を導入される場合に助成を行っています。



壱岐市地域包括支援センターでは、認知症の方とそのご家族へのさまざまな支援を行っています。

- ・総合相談窓口業務・認知症初期集中支援チーム・認知症高齢者見守り事業・成年後見制度活用の促進など
- ・認知症の人と家族の会(はまべの会)と共同でオレンジカフェの実施や普及啓発活動

壱岐市長寿支援課(壱岐市地域包括支援センター)へご相談ください。



お問い合わせ先

- ・福祉保健部の設置及び活動について
- ・健康づくり活動の実施について

健康増進課(芦辺庁舎1階)

45-1114

- ・地域での見守りにについて

長寿支援課(芦辺庁舎1階)

45-1197

- ・交付金の制度及び算定・交付について
- ・まちづくり出前講座の申し込みについて

地域共創課(郷ノ浦庁舎3階)

48-1134