

地域再生計画

1 地域再生計画の名称

生涯現役の町を実現する人材育成健康寿命延伸事業

2 地域再生計画の作成主体の名称

北海道増毛郡増毛町

3 地域再生計画の区域

北海道増毛郡増毛町の全域

4 地域再生計画の目標

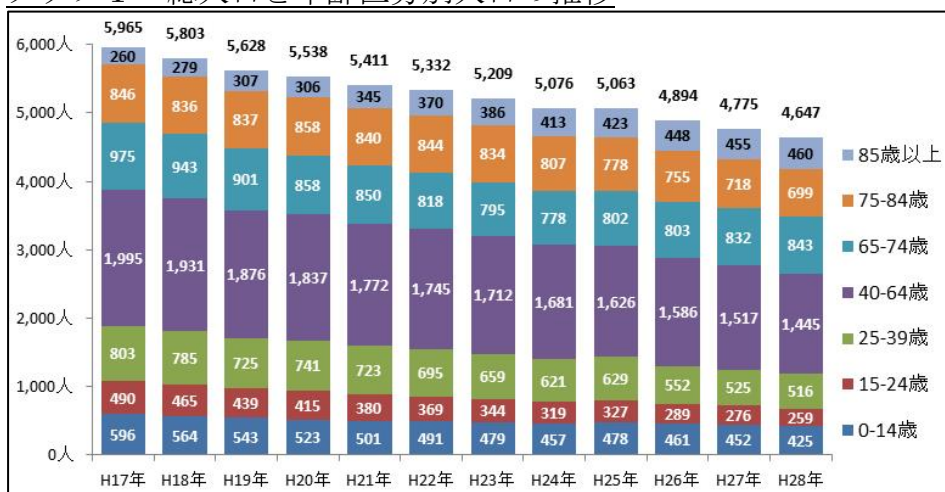
4-1 地域の現状

北海道増毛郡増毛町（以下「本町」という。）は、北海道北西部に位置し、日本海の豊富な海産資源による漁業や水産加工業が基幹産業となっている。

また四季折々の自然環境に恵まれ、最北の果樹地帯である果樹園からは高品質の果物が生産され、稲作は南るもい産米として出荷され食味が良いと高い評価を受け、暑寒別岳連峰を源とする豊かな伏流水を活かした最北の酒蔵があるなど、本町は自然に根付いた産業が営まれている。

人口は4,647人（平成28年3月末住民基本台帳）で、平成18年から10年間は約1,300人の人口が減少し（グラフ1）、高齢化率は43%まで上昇しているなか（グラフ2）、合計特殊出生率は1.49（表1）と低水準で推移しており人口の自然減が続いている（表1）。

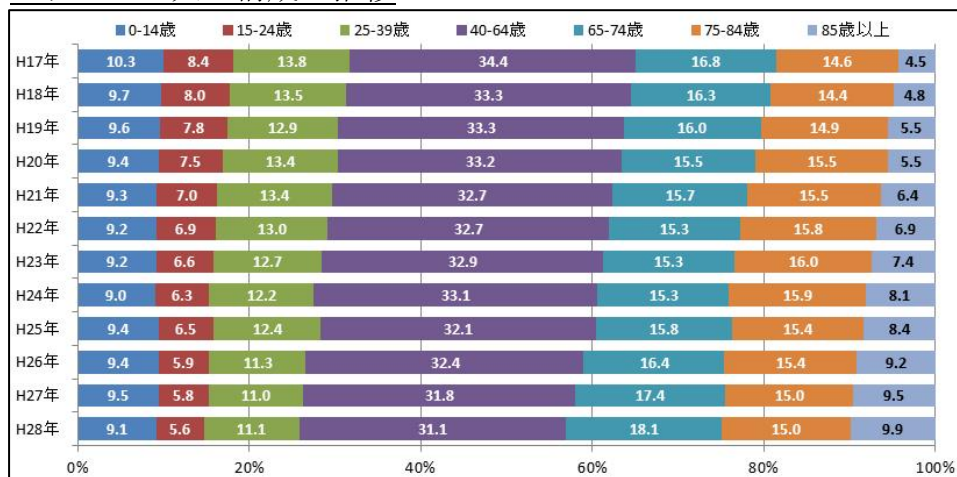
グラフ1 総人口と年齢区分別人口の推移



出典 増毛町住民基本台帳より（各年3月末）

このため、各種子育て支援事業を実施し出生率向上に努めているが、出生した子どもが労働力として活躍するには20年程度の時間を有することから、現在働いている住民のリタイヤ時期を先に延ばすことが求められている。

グラフ2 人口構成の推移



出典 増毛町住民基本台帳より（各年3月末）

表1 合計特殊出生率の推移

S58～S62	S63～H3	H4～H9	H10～H14	H15～H19	H20～H24
1.69	1.72	1.49	1.39	1.39	1.49

出典 増毛町人口ビジョンより

4-2 地域の課題

漁業や農業、水産加工業等、定年なく働き続けることができる仕事が多い本町は、人口減少による労働力不足を高齢者の就労が補い、高齢者が各産業の貴重な働き手となっている。

このため、65歳から74歳の前期高齢者の約半数が給与収入を得ており(表2)、健康であればいつまでも働くことができる町となっている。

表2 増毛町の前期高齢者における給与収入者の割合(平成27年度)

前期高齢者数	給与収入者数	給与収入者割合
856人	421人	49.2%

出典 平成27年分増毛町課税台帳より

その一方で、本町では健康寿命算出の指標となる平均寿命は男性で特に短く、また介護認定率が高いため健康寿命は短くなっている。(表3)

表3 健康寿命等の比較

性 別	増毛町		北海道		国	
	男	女	男	女	男	女
健康寿命 (歳)	64.3	66.5	64.9	66.6	65.2	66.8
平均寿命 (歳)	78.6	86.9	79.2	86.3	79.6	86.4
介護認定率 (%)	22.09		19.39		17.95	

出典 国民健康保険データベースシステムより

本町では総合戦略の基本目標に「いつまでも元気で過ごせるまちづくり」を掲げ、平均寿命や介護認定率を改善するために軽スポーツ・ウォーキング等を推奨しているが、個々人に合った運動目標を設定し、継続させる意欲を喚起する指導者の不在や、積雪期や荒天時に継続して運動する場所、設備が無いという障壁が、運動の中断や運動習慣の未浸透等の一因となっている。

このため、国や北海道では生活習慣改善の取り組みが年々増加しているなか、本町においては取り組みが増加していない状況にある。(表4)

表4 生活習慣改善の取り組みの比較

年度	取り組み済み 6ヵ月以上		
	H25	H26	H27
増毛町 (%)	25.0	18.7	18.0
北海道 (%)	19.7	21.3	21.4
国 (%)	19.4	20.0	20.6

出典 国民健康保険データベースシステムより

また、運動習慣については本町においても運動習慣の広がりは見られるものの、割合は北海道、国と比較して低い状況にある。(表5)

表5 運動習慣の比較

年度	1回 30分以上、週2日以上、1年以上の運動習慣なし		
	H25	H26	H27
増毛町 (%)	67.9	76.7	76.1
北海道 (%)	62.7	60.9	60.7
国 (%)	59.3	58.8	58.7

出典 国民健康保険データベースシステムより

そして、1日1時間以上の歩行等の身体活動についても本町は北海道、

国と比較して身体活動が無い者の割合が多くなっている。(表6)

表6 1日の歩行等身体活動の時間の比較

年度	1日1時間以上の歩行等の身体活動なし		
	H25	H26	H27
増毛町(%)	49.7	48.0	54.8
北海道(%)	51.5	46.4	46.8
国 (%)	46.6	46.0	46.4

出典 国民健康保険データベースシステムより

このような状況のなか健康増進事業への助成は、加入保険毎で対象者が区切られており、保険者間を越えて適用される助成事業が無いことから、広く町民を対象とする継続性のある健康増進事業の実施が困難となっている。

そのため国民健康保険や後期高齢者医療制度加入者に指導が偏り、社保、共済等の加入者は重病に罹るまで健康状態を自覚できないという課題がある。

4-3 地域再生計画の目標

本町の再生計画は、町民の軽スポーツの取り組みを牽引し、継続的に運動指導する指導者を人材育成し、また、指導者の育成と並行して、運動、スポーツの実施を推進する地域のリーダーを養成することにより、行政に依存することなく地域、グループで自発的に運動教室、健康運動サロン等が開催され、町民が主体的に運動に取り組むことにより健康寿命の延伸を果たし、生涯現役で働き続けられる町づくりの達成を目指す。

地域再生計画の数値目標

	平成28年度	平成29年度	平成30年度
前期高齢者要介護認定者減少数 (前年度比)	1人	2人	2人
前期高齢者要介護認定率 (前年度比)	5.11%	4.89%	4.63%
地域リーダーの養成数 (前年度比)	1人	1人	1人
町民の延べ利用者数	270人	1,460人	2,190人

5 地域再生を図るために行う事業

5-1 全体の概要

生涯現役の町づくりを目指し健康寿命を延伸することを目標に、町民への運動習慣の普及、および運動指導者育成、地域単位小集団のリーダーを養成する事業を実施する。

実施にあたっては、健康運動指導士等に育成人材を同行させ事業経験を積ませることにより、単独で事業実施するスキル、ノウハウを習得させ、地域に根差した事業を継続的に展開する人材を育成する。

また地域住民から中心人物をピックアップし、講習会や実践指導等の研修を実施し、事業のサポート役となる地域リーダーを養成する。

運動教室を地域の自治会館等で開催し、地域リーダーの声かけにより参加へのハードルを下げ、運動を町民に普及、定着させる。

また、季節、天候に左右されずに運動を継続できる様に既存の入浴施設の一部を改修し、拠点として運動指導者を常駐させることによって、利用者は指導者から運動の計画、指導、成果確認を受けながら運動し、実施後に入浴する一連の流れを一つの施設で済ませることができる。

また、入浴施設の利点を活かし、運動実施の特典として入浴を提供し広く町民の参加を促し、更に入浴目的で訪れた者に対して事業参加へのアプローチを行い、無関心層へ運動実施の勧奨と参加者を増加させる。

実施予定指導メニュー

拠点でのメニュー	運動指導、筋力・運動能力の確認、有酸素運動マシン指導、ヨガ・ストレッチ教室等
スポーツ施設、野外、 会館でのメニュー	運動指導、ウォーキング、ノルディックウォーキング、ヨガ・ストレッチ、水中ウォーキング、スイミング教室等

5-2 第5章の特別の措置を適用して行う事業

地方創生推進交付金（内閣府）：【A3007】

① 事業主体

北海道増毛郡増毛町

② 事業の名称

生涯現役で働き続けられる町を実現する健康寿命延伸人材育成事業

③ 事業の内容

【運動習慣普及事業】

季節、天候に左右されずに運動が継続できるよう、既存の入浴施設を改修し運動設備を設置することで拠点とし、拠点に運動指導者

を常駐させ、指導、励ましを通じて町民に運動習慣を浸透させる。

また入浴施設を拠点とする利点を活かし、運動実施の特典として入浴を提供し、事業の魅力を高め広く町民の参加を促す。

【人材育成事業】

運動習慣普及事業を展開する健康運動指導士に、育成する人材を同行、アシストさせて経験を積ませ、単独で事業実施するスキル、ノウハウを習得させ、地域に根差し事業展開する人材を育成する。

また運動習慣普及事業に参加する地域住民から中心人物となる者をピックアップし、研修を実施し、事業実施のサポート役、地域単位小集団のリーダーを養成する。

④ 事業が先導的であると認められる理由

【自立性】

〈事業参加者からの利用料収入〉

料金を支払っても参加したいと思わせる魅力ある運動メニュー、効果のある指導の実施、適正な料金を設定することがポイントとなる。

〈増毛町・被用者保険からの委託収入〉

補助事業から独立し、国保や各被用者保険等から健康増進・介護予防事業の委託を受け運営するため、多くの参加と健康改善の実績を出すことがポイントとなる。

【官民協働】

職域保険加入者のメタボリック・ロコモティブシンドロームは保険者や雇用主が対策するものであるが、事業所規模や健康への認識、指導人材の不足により現状は実施されていないため、町が人材育成と場所を整備し、保険者、雇用主と協働し健康寿命延伸に取り組む。

【政策間連携】

産業の担い手確保と医療・介護の社会保障費抑制、入浴施設の利用者増加の課題に対して、運動指導者を育成し、町民の健康寿命を延伸する事業を通じて連携し課題を解消する。

【地域間連携】

小規模自治体が多く、医療費水準と介護認定率が全国平均より高い北海道において、本事業の結果をエビデンスとし、モデル事業として横展開を図ることによって、課題となっている介護認定率、医療費を改善することができる。

【その他の先導性】

特になし

⑤ 重要業績評価指標（KPI）及び目標年月

	平成 28 年度	平成 29 年度	平成 30 年度
前期高齢者要介護認定者減少数 (前年度比)	1 人	2 人	2 人
地域リーダーの養成数 (前年度比)	1 人	1 人	1 人
町民の延べ利用者数	270 人	1,460 人	2,190 人

K P I ①前期高齢者要介護認定者減少数は、介護認定率約 0.12%の低下で1人の減少が見込まれるため、認定率ベースでは H27:5.23%→H28:5.11%→H29:4.87%→4.63%の減少を目標とする。

K P I ②地域リーダーの養成数は、本町を市街地区と阿分・舎熊地区、別荘・雄冬地区の3地区に分けて各地区に1名以上の地域リーダーを養成することを目標とする。

K P I ③町民の延べ利用者数は、初年度の平成 28 年度は実施日数が限られているため 90 日間の実施で各日 3 名程度の参加を見込んだ。また平成 29 年度は 1 日平均 5 名程度、平成 30 年度は 1 日平均 6 名程度の利用を見込んでいるが、実施状況に応じて修正する。

⑥ 評価の方法、時期及び体制

国保情報データベース（KDB）、利用者の運動、健診結果など客観的データの利用者間比較（縦比較）と経年比較（横比較）を行い、運動習慣の普及、継続状況、運動・身体機能の改善効果の状況を増毛町企画財政課および町民課が取りまとめ総合戦略町民会議や議会に事業評価を諮り、事業方針に反映させる。検証結果はホームページと広報で公表する。

⑦ 交付対象事業に要する経費

①法第 5 条第 4 項第 1 号に関する事業【A3007】

総事業費 76,278 千円

⑧ 事業実施期間

地域再生計画認定の日から、平成 31 年 3 月 31 日

⑨ その他必要な事項

特になし

5-3 その他の事業

5-3-1 地域再生基本方針に基づく支援措置

該当なし

5-3-2 支援措置によらない独自の取組

1 地域おこし協力隊の活用

事業概要：地域おこし協力隊1名を採用し、本事業の推進にあたり、事業を補佐し、また運動指導士として養成することにより継続的に事業が実施でき、本事業の広がりと共に起こる運動指導士の不足を補うこと、隊員が運動指導士として地域に根付くことにより定住を図る。

事業期間：平成28年度～平成31年度

2 特定健診・保健指導事業との連携強化

事業概要：各医療保険者が実施する特定健康診査、特定保健指導の結果、生活習慣の改善に運動を取り入れる事が望ましい者に、本事業を活用するよう、国保、社保、共済保険等に働き掛けを行い、連携することにより、参加者の増加と健康寿命延伸を目的に適切かつ早期に運動指導を実施する。

事業期間：平成28年度～平成31年度

3 個人の予防・健康づくりに向けたインセンティブを提供する保険者との連携

事業概要：各医療保険者が実施する個人の予防・健康づくりに向けたインセンティブを提供する事業において、本事業を個人の予防・健康づくりの取り組みメニューに位置づけるよう各医療保険者に働き掛けることにより、参加者の増加と本事業の拡大を図る。

事業期間：平成28年度～平成31年度

6 計画期間

地域再生計画認定の日から平成31年3月31日

7 目標の達成状況に係る評価に関する事項

7-1 目標の達成状況にかかる評価の手法

国保情報データベース（KDB）等から介護認定率、腹囲基準値を上回る者の割合、生活習慣の改善の取り組み状況、1回30分以上の運動習慣を週2回以上1年以上実施している者の割合、1日1時間以上の歩行等の身体活動を実施している者の割合の推移を把握することにより、多くの

町民の健康情報、健康への取り組みの状況を把握し評価をする。

また、個々の利用者については運動、健診結果など客観的データの経年比較を行い本事業が個人に与える影響を確認し、評価する。

更に運動継続状況や腹囲、体脂肪率、健診結果などのデータについて利用者間比較を行う事により、性別や年齢による運動成果の個人差を把握しエビデンスを得ることによって、運動習慣の普及、継続状況、運動・身体機能の改善に与える事業の効果を分析、評価し、事業改善を行う。

検証後、より効率的で最適な成果を得られるよう外部参画者の意見を交え検討し事業の見直しを行う。

目標 1

前期高齢者要介護認定者減少数は増毛町町民課が毎年度6月末、12月末時点で介護保険月報により把握する。

目標 2

戦記高齢者要介護認定率は増毛町町民課が毎年度6月末、12月末時点で介護保険月報により把握する。

目標 3

地域リーダーの養成数は増毛町企画財政課が毎年度6月末、12月末時点で本事業の月次報告により把握する。

目標 4

町民の延べ利用者数は増毛町企画財政課が毎年度6月末、12月末時点で本事業の月次報告により把握する。

7-2 目標の達成状況にかかる評価の時期及び評価を行う内容

事業評価は平成29年6月、12月、平成30年6月、12月の半年毎に実施し、KPIの達成状況、町内スポーツ施設の利用状況、利用者の身体変化を数値で経年比較する。

また、評価項目、運動習慣の普及、継続状況、身体機能等の客観的数値を利用者間比較及び経年比較し事業効果を検証し、適宜事業内容の修正を行う。

	平成28年度	平成29年度	平成30年度
前期高齢者要介護認定者減少数（前年度比）	1人	2人	2人
前期高齢者要介護認定率（前年度比）	5.11%	4.89%	4.63%
地域リーダーの養成数（前年度比）	1人	1人	1人

町民の延べ利用者数	270 人	1,460 人	2,190 人
-----------	-------	---------	---------

7-3 目標の達成状況にかかる評価の公表の手法

評価の公表は毎年度6月末、12月末時点で把握、評価した目標の達成状況を増毛町広報・ホームページに掲載し公表する。