

目指すまちの姿

1

健幸なまち

施策の 方向性

- 1-1 「健幸都市“ウェルネスシティ宇陀市”」の実現
- 1-2 みんなの幸せを支える福祉環境づくり
- 1-3 結婚・出産・子育て世代への魅力ある支援の充実
- 1-4 地域医療体制の充実

評価指標	現状値		目標値 (2029年)	評価指数の考え方	
	前期基本計画 策定時	中期基本計画 策定時			
健康寿命*	男性	82.45歳 (2015年)	82.53歳 (2020年)	84歳	【健康寿命の延伸】 市民一人ひとりが健康を維持することで、 健康寿命が向上すると考えられます。
	女性	84.80歳 (2015年)	85.20歳 (2020年)	86歳	
1人あたりの 国民健康保険 の医療費		363,735/人 (2017年度)	373,854/人 (2020年度)	全国平均を 下回る 又は 奈良県平均を 下回る	【1人あたりの年間医療着の削減】 市民一人ひとりが健康を維持すること で、長期の入院や治療が減少し、年間医 療費を抑制できると考えられます。
15歳未満 人口比率		9.14% (2017年度)	8.57% (2020年度)	10.0%	【子どもの占める割合の向上】 保険・医療・福祉等の連携・充実や 地域の協働によるまちづくりによって、 子どもを安心して産み、育てられる環 境を整えることで、15歳未満の人口比 率が向上すると考えられます。

※健康寿命とは「日常的に介護を必要とせず、健康で自立した生活ができる期間」のことをいいます。
奈良県では、65歳以降の平均余命から平均要介護期間を差し引いて、次の式により健康寿命(65歳時の平均自立期間)を算出していますが、
65歳を加えた数字で表しています

$$\text{健康寿命} = \text{平均余命} - \text{要介護期間(要介護2以上)}$$

SDGs

2 健康を
ゼロに



3 すべての人に
健康と福祉を



施策の 方向性

1-1 「健幸都市“ウェルネスシティ宇陀市”」の実現

現 状

- ▶ 新型コロナウイルス感染症の拡大を防止するため、感染症に関する情報を提供するとともに、ワクチン接種を実施
- ▶ 宇陀市の高齢化率は、41.9%（2020年国勢調査）で、心身ともに健康に、生きがいを感じながら豊かな生活を送ることができるよう、健康づくりや健康寿命を延ばす取り組みの実施
- ▶ 悪性新生物や、生活習慣病の予防、早期発見・早期治療のため、がん検診や特定健診、特定保健指導の実施及び受診勧奨
- ▶ 依然としてなくなる自殺については、うつ病等の精神疾患が関係していることも多く、こころの健康づくりを継続的・計画的に行うことが重要
- ▶ 介護・介助が必要になる要因は、加齢による筋肉の衰えや生活の不活発が大半を占めています。介護状態になることを予防するため、中高年からの定期的な運動習慣や身近な地域で「住民主体の集いの場」の地域展開を支援

課 題

- ▶ 新型コロナウイルス感染症等の予防に対する意識を高め、感染予防対策を自然に実践ができるよう周知啓発を促進
- ▶ 一人ひとりが、自分自身の健康状態を把握し、日頃から健康づくりに取り組むことが重要となることから、ライフステージに応じた切れ目のない健康づくりの支援
- ▶ 特定健診やがん検診の受診率、特定保健指導の実施率の向上
- ▶ コロナ禍で外出や他者との接触が制限された状況下でも、ICT等を活用し健康相談や体を動かす機会の創出
- ▶ 介護が必要となる要因の閉じこもりや、虚弱な状態にある高齢者を把握し、生きがいを持って生活ができる支援



(用語)

生活の不活発: 体力や気力の衰えた高齢者が外出の機会が減ったり、家にいる時間が長くなる状態をいいます。

悪性新生物: 悪性腫瘍のことで、細胞が何らかの原因で変異して増殖を続け、周囲の正常な組織を破壊する腫瘍です。がんや肉腫等がこれに入ります。

特定健診: 日本人の死亡原因の約6割を占める生活習慣病の予防のために、40歳から74歳までの方を対象に行う、メタボリックシンドロームに着目した健診です。

特定保健指導: 特定健診の結果から、生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善による生活習慣病の予防効果が多く期待できる方に対して、保健師や栄養士など専門スタッフが生活習慣を見直しレポートをします。

ICT: [Information and Communication Technology (情報通信技術)] の略で、通信技術を活用したコミュニケーションを指します。デジタル化された情報の通信技術であり、インターネットなどを經由して人と人をつなぐ役割を果たしています。

目指すまちの姿 1

施策

1 新型コロナウイルスなど感染症予防や対策を充実します

【主な事業】 新型コロナウイルスワクチン接種事業、高齢者等予防接種事業

- ・市民に重大な被害を及ぼす新型コロナウイルス感染症の流行を防ぐため、拡大防止体制の強化
- ・新型コロナウイルスなど、感染症の発症や重症化を予防するため、正しい知識の情報提供を図るとともに、感染症の予防に有効であるワクチンの予防接種の啓発や接種勧奨
- ・インフルエンザや肺炎の罹患・重症化を予防するため、65歳以上の高齢者等を対象とした予防接種に対する助成

2 健康づくり活動による健康長寿のまちを実現します

【主な事業】 ウェルネス運動事業、健康ポイント事業、
がん検診事業

- ・健康寿命の延伸に向け、生活習慣病の予防や重症化予防等の健康づくり活動や講演会等の啓発活動
- ・検（健）診の受診勧奨や受診しやすい体制づくりを通じて、健康に対する意識を高め、ライフステージにあわせて病気による早世（65歳未満の死亡）や疾病の予防
- ・病気の早期発見、早期治療ができるように、国民健康保険加入者に対して人間ドック等の費用の一部を助成
- ・コロナ禍に対応した、リモートによる生活習慣病の保健指導や健康相談
- ・地域やボランティア組織など多様な活動主体による食生活を中心とした健康づくり活動を支援するとともに連携を強化
- ・こころの健康づくりを推進するため、ストレスや心の悩みを抱えている当事者や家族に対する相談体制の充実を図るとともに、互いに支え合う地域づくり

写真またはイラスト

3 高齢者の介護予防を一体的に推進します

【主な事業】 介護予防ケアマネジメント事業、介護予防普及啓発事業（レッドコード、健康ストレッチ、3軽体操）、
いきいき百歳体操補助事業

- ・閉じこもりや虚弱な状態の支援を必要とする高齢者を早期に把握することで、介護予防事業等への参加を促進。また、運動機能低下の抑制や生活の中に運動を取り入れることで、要介護状態になることを防止するため、KDBシステム（国保データベースシステム）を活用し、状態の改善や維持、悪化の遅延を図り、生きがいを持って自立した日常生活を送ることができる支援
- ・高齢者の心身の多様な課題に対応したきめ細かな支援を強化
- ・高齢者の介護予防活動を促進し、地域で自立した生活を送る元気な高齢者の増加を目指し、いきいき百歳体操やいきいきサロンなどの通いの場を通して支え合う地域づくり

関連する計画

- | | |
|--------------------------|-----------------------|
| ① ウェルネスシティ 宇陀市構想 | ④ ウェルネスシティ 宇陀市健康づくり計画 |
| ② 宇陀市高齢者保健福祉計画及び介護保険事業計画 | ⑤ 宇陀市自殺対策計画 |
| ③ 宇陀市地域福祉計画及び地域福祉活動計画 | ⑥ 宇陀市過疎地域持続的発展計画 |

KDBシステム（国保データベースシステム）：国保・介護保険の安定的運営を目指した保健事業を推進するため、国保連合会が保険者（市町村等）に提供しているデータ分析システムです。

SDGs



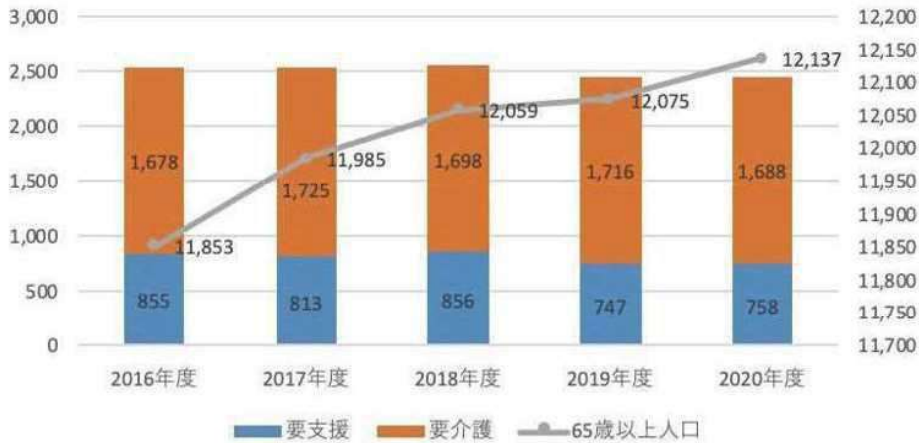
施策の方向性

1-2 みんなの幸せを支える福祉環境づくり

現状

- ▶ 医療的ケアが必要な重度の障がい児（者）への日常生活を支援する上で、受け入れ先の確保が難しく、家族への介護の負担が増加
- ▶ 手話が言語であるとの認識に基づき、市民の手話に対する理解を深め、ろう者が地域や職場で安心して生活できる環境や、障がいの特性に応じた多様なコミュニケーション手段に対する理解及びそれらを利用するための環境整備
- ▶ 少子化や高齢化の進行、地域のつながりの希薄化による社会的孤立等の影響により、介護や障がい、ひきこもり、生活困窮等の課題が複合化し、単一の制度のみでは対応が困難であるため、断らない相談支援体制として関係機関と連携を図り、専門性を活かした支援

要介護・要支援認定者数と65歳以上人口の推移



医療的ケア：日常的に人工呼吸器や胃ろう等を使用し、たんの吸引や経管栄養等のケアを必要とすることです。

目指すまちの姿 1

課題

- ▶ 高齢者や障がいのある人が住み慣れた地域で安心して暮らすために、誰もが相互に理解を深め尊重し、支え合う意識の醸成
- ▶ 元気な高齢者が、長年培った知識や経験、技術を生かすことができる機会や場所の創出
- ▶ 医療的ケアが必要な重度の障がい児（者）が、住み慣れた地域で安心して暮らすために、医療的ケアの充実と居場所の確保
- ▶ 民生委員・児童委員等の地域福祉の担い手との連携強化や活動しやすい環境づくり
- ▶ 断らない相談支援体制において、制度につなげるだけではなく社会参加や地域とのつながりに向けた支援
- ▶ 認知症や知的障がい、精神障がい等により判断能力が不十分なことにより、財産の管理や日常生活等に支障がある人を社会全体で支え合うため、成年後見制度の推進

施策

1 だれもが住み慣れた地域で安心して生きがいを持って暮らせるよう支援します

【主な事業】 高齢者等見守り支援事業、認知症総合支援事業、障がい者（児）支援事業

- ・ 医療介護あんしんセンターが中核的な機関となり地域包括ケアシステムを推進し、高齢者や障がいのある人をはじめ、だれもが住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けることができる地域づくり
- ・ 認知症対策、介護予防、在宅医療と介護の連携を推進し、介護が必要となった高齢者等のニーズに応じた介護サービスや見守り等の支援を行うとともに、その家族を含めた相談支援体制の充実に向け、医療機関や介護サービス事業者、社会福祉協議会等の連携を強化
- ・ 高齢者が住み慣れた地域で生きがいを持って活躍できるよう、宇陀市シルバー人材センターや老人クラブ等の活動を支援
- ・ 障がいのある人が自立した生活ができるよう、相談支援センター等の相談窓口の充実や日常生活・就労など社会参加の機会を促すための障害福祉サービスの充実など、支援体制の強化
- ・ 重症心身障害児（者）の医療的ケアのニーズを把握し、福祉、保健、医療と連携した安心して過ごせる居場所づくり
- ・ 障がいの有無にかかわらず、人格や個性を尊重しあえるよう手話に対する理解の促進と手話の普及、また障がいの特性に応じたコミュニケーション手段の普及・利用促進
- ・ 障がいに関する啓発や関連団体の活動支援等により、障がいや障がいのある人に対する理解を深め、地域活動等への参加を支援

写真またはイラスト

2 面倒見のいい地域福祉を推進します

【主な事業】断らない福祉相談支援事業、生活困窮者自立支援事業、高齢者等サポート隊事業

- ・ひきこもりや生活困窮など複合的な生活課題を抱えた人を支援するために、気軽に相談できる「断らない福祉相談支援体制」の充実
- ・地域福祉の中心的役割を担う社会福祉協議会やボランティア団体等の関係団体との連携の強化。
- ・民生委員・児童委員など地域の人たちによる見守りや助け合い活動
- ・生活困窮者の自立を促すために、自立相談支援員や就労支援員による窓口を設け、就労準備や、家計改善等を行いながら就労に繋がる支援
- ・成年後見制度等の普及や利用促進
- ・虐待予防のための相談体制の充実から発生時の迅速な対応、虐待を受けた子どもや障がいのある人、高齢者等が自立するまで、切れ目のない支援

3 医療費の助成による安心できる暮らしを実現します

【主な事業】福祉医療費助成事業、不妊治療費助成事業、不育症治療費助成事業、
骨髄移植ドナー支援事業

- ・子どもや心身に障がいのある人等に対して医療費の助成を行うことで、健康の保持と福祉の増進
- ・不妊や不育に対する治療費、身体の発育が未熟なまま生まれ、入院を必要とする乳児の治療に必要な医療費等について助成を行い、経済的な負担を軽減

関連する計画



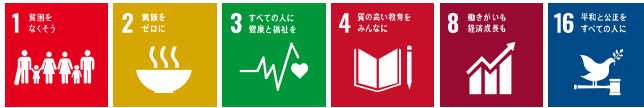
- ウェルネスシティ宇陀市構想
- 宇陀市高齢者保健福祉計画及び介護保険事業計画
- 宇陀市障がい者計画
- 宇陀市子ども・子育て支援事業計画
- さんとびあ様原経営戦略
- 宇陀市過疎地域持続的発展計画
- 宇陀市地域福祉計画及び地域福祉活動計画

地域包括ケアシステム：要介護状態となっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるよう医療・介護が一体的に提供される体制のことです。

成年後見制度：判断能力が十分でない成年者が、財産管理や身上監護（契約締結・施設や介護の選択）についての契約、遺産分割などの法的行為を行うのが困難な場合などに、それらの人の権利を守るための制度です。

目指すまちの姿 1

SDGs



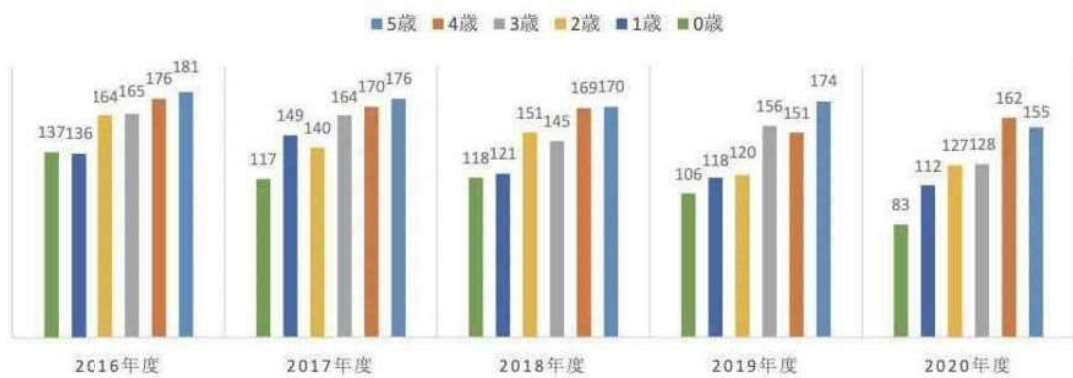
施策の方向性

1-3 結婚・出産・子育て世代への魅力ある支援の充実

現状

- ▶ 榛原地域の幼保施設は築40年以上経過しているものもあり、老朽化に伴い、施設管理や運用が困難
- ▶ 大宇陀こども園等において、今後は計画的な大規模改修が必要
- ▶ 核家族化や地域のつながりの希薄化により、子育ての知恵や経験を家族や地域で共有する機会の減少
- ▶ 発達に気がかりのある子どもや要保護児童、ひとり親家庭など支援が必要な子どもや家庭を専門的、総合的に支援できる体制を整備
- ▶ 新型コロナウイルス感染症の影響で人との接触機会が減少しており、さらに長期化することで社会的孤立が懸念される
- ▶ 結婚から妊娠期、乳幼児期においてそれぞれの過程で切れ目のない支援を行い、子育て世代が安心して育児ができる環境を整備

就学前児の推移



3
歳

課題

- ▶ 榛原地域における公立幼稚園と公立保育園を包括する、幼保連携型認定こども園の整備
- ▶ 仕事と子育ての両立など保護者の多様なニーズに対応した環境づくり
- ▶ いつでも気軽に子育ての相談ができる場を充実
- ▶ 地域ぐるみの活動や世代間交流を促し、地域全体で子どもを育てる活動
- ▶ 発達に気がかりのある子どもへの支援、要保護児童への対応、ひとり親家庭への自立支援を強化
- ▶ 年齢や成長の度合いに見合わない重い責任や負担を負うヤングケアラーは、本人の育ちや教育に影響
- ▶ 子ども一人ひとりが可能性を伸ばし、豊かな想像力を育てる保育・幼児教育の環境整備と質の向上
- ▶ 安心して妊娠や出産ができる環境を整えるとともに、母親が子育てに不安や孤立感を持たないように、妊娠期から切れ目のない相談支援や情報提供などの継続
- ▶ 新型コロナウイルスの影響で子育てに悩む保護者が孤立するリスクは高まっており、相談体制の充実

施策

1 保護者のニーズに応じた子育てしやすい環境づくりを進めます

【主な事業】 一時保育事業、大宇陀こども園長寿寿命化事業、
病後児保育事業 トリプルチルドレン応援事業、
榛原地域就学前施設整備事業

- ・ 榛原地域で子どもたちが安心して過ごせるよう、幼保連携型認定こども園や保護者のニーズに応じた子育て支援施設を整備
- ・ 仕事と子育ての両立を実現するために、一時預かり保育や病後児保育・ファミリー・サポート・センターの利用など、多様な働き方にあわせて柔軟に利用できる子育て支援事業の充実
- ・ 出産・育児・子育てに関する相談、交流・情報交換等の支援を行う子育て支援センターの機能の充実
- ・ こども食堂の運営支援など地域で安心して過ごすことの出来る「居場所」づくり
- ・ 出産時や小学校及び中学校入学を迎える世帯など子育て家庭への経済的な支援

写真またはイラスト

2 子どもが健やかに育つよう支援します

【主な事業】 三つ子の魂百までプロジェクト、ファーストバースデー祝い品事業
子ども読書活動推進事業

- ・ 子ども家庭総合支援拠点は、すべての子どもとその家庭が抱える様々な問題（虐待・家庭内暴力等）に対して、子育て世代包括支援センター等との連携を図りながら、専門の職員による相談・支援を強化
- ・ 福祉、介護、医療、教育等といった様々な分野が連携し、ヤングケアラーの早期発見を図り、重層的に支援
- ・ こども園や幼稚園等で「三つ子の魂百まで」プロジェクトを推進し、成長に応じた質の高い教育・保育を提供
- ・ 子育て中の保護者と子どもと一緒に過ごせる時間を持てるように、子育て支援センターや図書館等での読書活動や講座などの開催
- ・ 本に親しむ習慣を育み、幼児が健やかに成長できる支援

目指すまちの姿 1

3 産前産後の支援・乳幼児への支援を充実します

【主な事業】 妊婦健康診査事業、乳幼児健康診査事業

- ・妊婦の健康管理、異常を早期に発見をすることで、妊婦が安全・安心に妊娠を経過し、出産 できるよう支援体制の充実
- ・安心して妊娠・出産・育児ができるよう面談や訪問等による相談・助言・指導を行うなど、妊産婦と乳児の産前・産後の支援を充実
- ・子育て世代包括支援センターにおいて、悩みを抱える妊産婦に対して、保健師等の専門の職員が関係機関と連携を図りながら相談支援し、虐待の予防・早期発見に努めるなど、妊娠期から子育て期まで切れ目のない支援
- ・コロナ禍で、対面での相談が不安な妊産婦に対しては、非対面（リモート）で行い、安心して相談ができる最適な環境を提供
- ・乳幼児の健康診査を行い、必要に応じた発育・発達を支援

関連する計画



- 宇陀市子ども読書活動推進計画
- 第2期子ども・子育て支援事業計画
- 宇陀市地域情報化計画
- ウェルネスシティ宇陀市構想
- ウェルネスシティ宇陀市健康づくり計画
- 宇陀市過疎地域持続的発展計画
- 宇陀市地域福祉計画及び地域福祉活動計画

要保護児童：保護者がいない児童、または保護者に監護させることが不適当と認められる児童のことです。

幼保連携型認定こども園：保育園と幼稚園の認可を持つ施設が、単一の施設として機能を果たす認定こども園のことです。

ファミリー・サポート・センター：育児の援助を受けたい人と育児の援助をしたい人が登録し、会員となり、会員同士が有料で援助し合う組織のことです。

病後児保育：子ども（生後6ヶ月から小学3年生）が発熱や下痢、感染症等の病気の回復期にあり、保護者が仕事等で家庭保育できない場合の保育です。

子ども家庭総合支援拠点：子どもとその過程、妊産婦等を対象として、地域の実情の把握、相談対応、調査、継続的支援等を行うもので、こども未来課内に設置しています。

ヤングケアラー：本来大人が担うと考えられている家事や家族の世話を日常的に行っている子どものことです。

子育て世代包括支援センター：保健師等の専門スタッフが妊娠・出産・育児に関する様々な相談に対応し、必要に応じて保健・福祉・医療の関係機関との連絡調整を行うなど、妊娠期から子育て期にわたる切れ目のない支援を行うもので、中央保健センター内に設置しています。

SDGs



施策の 方向性

1-4 地域医療体制の充実

現 状

- ▶ 医療介護あんしんセンターや介護支援専門員等と連携し、高齢者等の退院を支援
- ▶ 医療や介護に関わる多職種が情報連携できるネットワーク「宇陀けあネット」により、地域包括ケアシステムを推進
- ▶ 市立病院において、医師の確保及び地域医療部を開設し、訪問診療に取り組む
- ▶ 開業医の閉院により、大宇陀地域は開業医が1院となる
- ▶ 中期基本計画策定に向けた市民アンケートで、これからの宇陀市にとって必要な取り組みについて「医療体制の充実」を挙げる人が最も多かったほか、2020年に行った高齢者を対象としたニーズ調査において、将来の心配ごと・困りごとについて、「病気や介護のこと」を一番に挙げる人の割合は58.4%



課 題

- ▶ 市立病院を中心に、医療機関や介護事業所等との連携を強化
- ▶ 開業医の高齢化・後継者不足による閉院により、開業医がない地域での医療の確保
- ▶ 医療や介護を必要とする高齢者等に対する人材確保
- ▶ 中期基本計画策定に向けて行った、子育て世代の人たちとの座談会から、子どもの急病に対応できる医療体制の充実



目指すまちの姿 1

施策

1 医療体制を充実します

【主な事業】 地域医療体制推進における寄附講座事業、
小児深夜診療負担金、
産婦人科一次救急体制整備負担金

- ・市立病院が「面倒見のいい病院」としての役割を果たすため、地域包括ケアシステムの中核病院として、在宅医療や介護民間医療機関等との連携を充実させ、奈良県東部地域の中核病院として機能を強化
- ・市立病院は、県東部の「へき地医療拠点病院」として、国民健康保険直営診療所等への代診医派遣、訪問診療・訪問リハビリテーション等を実施し、取り組みを充実
- ・奈良県立医科大学から市立病院への医師の派遣を受け、地域医療体制を強化
- ・医療機関のない地域に、移動診療車による巡回診療の実施
- ・巡回診療をきっかけとした地域の集いの場など、高齢者が安心して生活ができる仕組みづくり
- ・市立病院で勤務する常勤医師など、医療従事者の確保を図り、安心して暮らせる環境づくり
- ・国民健康保険直営診療所において、地域の医療の確保を図るとともに、高度な医療が必要な場合は、早期治療が行えるよう市立病院との連携を強化
- ・休日や夜間における小児や妊婦等の救急医療について、県内で広域的に対応ができる体制を維持

(宇陀けあネットのイラスト)

2 地域医療と福祉の連携を推進します

【主な事業】 医療介護連携ICT負担金

- ・介護等を受けている治療の必要な人が、安心して病院へ入院し、回復後に切れ目なく在宅療養ができるよう、病院とケアマネジャー、地域包括支援センター等との連携強化と環境づくり
- ・宇陀けあネットでの情報共有について、加入機関間の連携を強化
- ・近隣市村の協力を得ながら、宇陀けあネットの充実

関連する計画

- ウェルネスシティ宇陀市構想
- 宇陀市高齢者保健福祉計画及び介護保険事業計画

- ウェルネスシティ 宇陀市健康づくり計画
- 宇陀市自殺対策計画
- 宇陀市過疎地域持続的発展計画



へき地医療拠点病院：へき地診療所等への代診医等の派遣、へき地医療従事者に対する研修、巡回診療等を行う病院のことで、宇陀市立病院は2021年度に奈良県から指定を受けています。