

# 健康長寿に係る先進的な取組事例

## 川越市

### ～南古谷地区活動 広がるふれあいの輪～



#### (1) 南古谷地区の概要

南古谷地区は、昭和30年、入間郡南古谷村は周辺9ヶ村と川越市に合併。

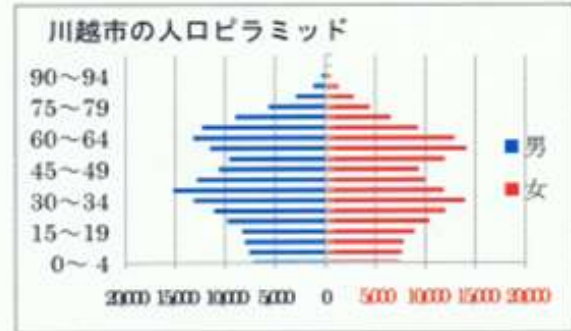
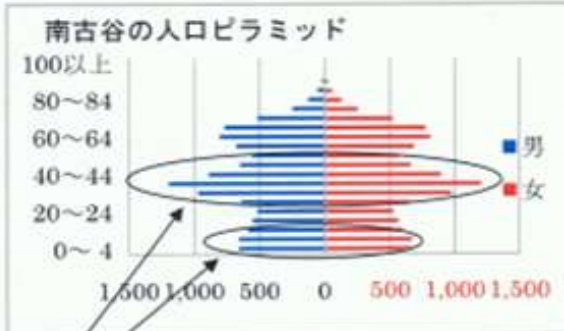
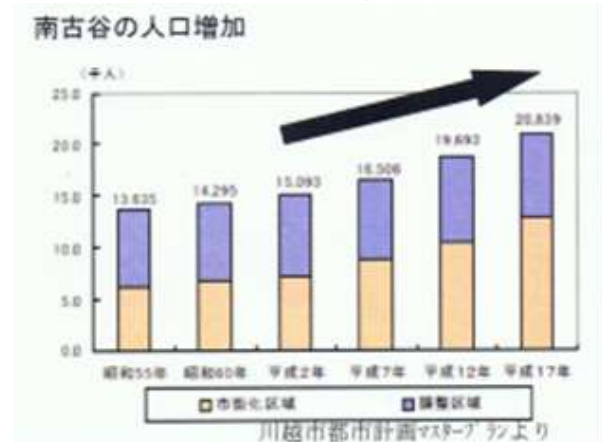
JR埼京（川越）線南古谷駅があり、東はさいたま市、南はふじみ野市に隣接。9年前に駅近くの工場跡地にショッピングセンターや住宅・マンションが建設されて以来、各地に住宅開発が進み、人口増加が著しく、児童数の増加により学校の教室不足が生じています。

南古谷地区は、川越市の縮図的に駅前の商業地域とその周辺を取りまく農地とが混在し、四季を通じて美しい田園風景も楽しめる地域です。



みどりと音楽あふれる笑顔の南古谷

- 人口：23,905人（H25.1.1現在）
- 世帯数：9,240 ●平均年齢：40.6歳
- 少年人口（0～14歳）：17.3%
- 生産年齢人口（15～64歳）：64.4%
- 老年人口（65歳以上）：18.3%



平成23年4月1日現在、(川越市総人口：住民基本台帳人口及び外国人登録人口より作成)

高齢者や、転入してきた子育て世代が、地域の情報と、地域とのつながりが  
ない可能性があります。

<施設等の社会資源> (平成25年1月1日現在)

自治会数	自治会集会所数	自主防災組織数	民生委員数	保健推進員数	ボランティア団体数
27	21	20	24	6	7
老人クラブ		NPO法人数	医療機関数		
団体数	会員数		病院	一般診療所	歯科診療所
11	748	4	1	7	7

(2) 南古谷地区の取組

①南古谷地区の活動イベント

南古谷地区は、南古谷駅を中心に開発が進み、人口の増加率は川越市内で一番です。以前から各自治会が、積極的に防犯パトロールや児童生徒の見守り活動を行い、地域の安全安心に努めています。小学校が2校、中学校が3校、高等学校が3校、大学が1校あり、学校と連携をし、様々な事業を行ってきました。

- ・ニューイヤークンサート in 南古谷
- ・ウォークラリー大会
- ・かかし祭り
- ・子ども文化祭
- ・農業体験
- ・ネイチャースティ
- ・子ども防災キャンプ
- ・ホテル鑑賞会
- ・南古谷ウィンドオーケストラ



<子ども防災キャンプ>



<ふれあい生きいきサロン>

自治会、南古谷地区社会福祉協議会などが主体になり、川越市内でも活発な地区活動を行っています。

- ・世代間交流事業
- ・一人暮らし高齢者集い事業
- ・地区別福祉懇談会
- ・ボランティア育成事業
- ・在宅高齢者等給食サービス事業
- ・友愛訪問事業
- ・年末年始見守り事業
- ・緊急連絡カード事業
- ・地区体育祭
- ・地区文化祭
- ・地区芸能祭
- ・総合防災訓練
- ・社会福祉チャリティゴルフ大会

キャッチフレーズ「みどりと音楽あふれる笑顔の南古谷、潤いがあり人の顔がわかる「住みたいまち・みなみふるや」を目指しています。

## ②保健推進員の活動

市内各地には、地域に根ざした健康づくりの活動を展開する「保健推進員」（平成2年に設置）がいます。保健推進員は、市と連携を取りながら、地域でさまざまな健康づくり活動を積極的に推進しています。また、市の健康教室・健康相談などの事業に協力しています。

南古谷地区の保健推進員は、平成8年から保健センターと生活習慣病予防のための健康クッキングの開催、市民健康ウォーキングの協力、高齢者学級など健康に関する活動を行ってきました。今では、保健推進員の意識が高く、公民館やスポーツ推進委員、地域包括支援センターや地区関係者と積極的に連携し、地域の健康づくり活動を市内で先進的に行っています。また、推進員辞任後も経験を活かし地域の活動に貢献しています。

### <健康づくりの主な取組内容>

#### ●介護予防教室

一人暮らしの高齢者のために、情報提供・栄養の講習・体力維持の体操・リズム体操等を行っています。（年6回）



<楽々リズム体操（いい湯だな）>

#### ●健康講座

健康に関する講座を年2回開催

#### ●並木介護予防教室

平成16年から身近な自治集会所で介護教室（5回）を行い、自主グループに発展しました。

自主グループ化は、4箇所となりました。

保健推進員が、高齢者に体操・折り紙・連想ゲームなど行っており、大変好評です。自主グループ発表会も行い、高齢者は楽しみに参加しています。



<自主グループにて貼り絵に挑戦>

#### ●南古谷地区体育祭

地区体育祭に保健推進員は、救護班として協力しています。

#### ●健康じまんポスター展示と健康相談コーナー

南古谷地区芸能祭にて、健康じまんポスター展示と健康相談コーナーを設置し、血圧測定・体脂肪測定・握力・棒反応等を行っています。



### **(3) 取組の効果**

#### **① 地域の交流の場で孤立防止**

住まいに身近な自治集会所で教室等を開催することにより、気軽に参加でき、仲間ができることで孤立を防ぐ効果があります。

#### **② 健康意識の維持・向上**

地域に子どもから高齢者まで様々な行事があり、集まる場を提供しています。世代間交流もあり、健康意識の向上になっていると考えられます。要支援者の早期発見にもつながっています。

### **(4) 成功した要因・創意工夫した点**

#### **① 地域の自主性に任せたこと**

自助活動が盛んであり、地域住民が地域住民のために様々な活動を行っています。支会長のリーダーシップが高く、人望もあり地域がまとまっています。

### **(5) 課題・今後の取組**

#### **① データ把握の必要性**

今後は、活動評価を既存データなどを活用し、分析し、効果の裏付けをしたい。特定健診データなどと連携も考慮したい。

#### **② 活動支援体制の強化**

市の活動支援体制が分野様々であるため、連絡・連携を十分にし、より地域活動を展開できるよう検討していきたい。

#### **③ 健康づくりの発信源**

すでに、ソーシャルキャピタルの基盤はできている地区であるため、市内他の地区へ活動周知を図り、市民の健康づくりの契機としたい。