

推薦調書（実装部門）

| | | | |
|---|--|--------|--------------|
| 表彰区分 | 町・村 | 推薦都道府県 | 愛知県 |
| 地方公共団体名 | 東浦町 | | |
| 取組名称 | もりもり ^{きんかつ} 筋活 & こつこつ ^{ほねかつ} 骨活 「骨折予防プロジェクト！」 | | |
| 連携自治体、企業、団体等 | 名古屋大学、イオンモール東浦、健康体操教室ハローフレンズイノア株式会社インターネットイニシアティブ | | |
| デジタルを活用した取組の概要 （デジタルを活用した取組の全体概要と解決する個別課題の具体的内容） | （種類） ^{（注1）} | ① | （左記が①の場合の分野） |
| | <p>医療</p> <p>【デジタルを活用した取組の全体概要】</p> <p>東浦町においては、高齢者の入院別レセプト総点のトップが骨折であることから、「転倒・骨折」の予防を医療介護分野における最優先の社会的課題に位置付け、以下に示すようなDX（Digital transformation）を駆使した「骨折予防プロジェクト」を名古屋大学、イオンモール東浦、健康体操教室ハローフレンズイノア、株式会社インターネットイニシアティブ等が協働した産学官民連携体制で展開しています。</p> <p>○KDB（国保データベース※）を活用した医療費の把握</p> <ul style="list-style-type: none"> ・町全体での把握にとどまらず、小学校区別住民の骨折リスクの評価並びに分析を行っています。 <p>（※特定健診・保健指導、医療、介護保険の情報を活用し、統計情報や個人の健康に関する情報から効果的な保健事業のサポートを行うためのシステム）</p> <p>○「電子@連絡帳」（在宅医療介護連携システム）の活用</p> <ul style="list-style-type: none"> ・愛知県内48自治体で医療・介護情報を共有できるICTネットワークを活用して主に介護対象者の医療・福祉・生活情報を共有して転倒・骨折予防への助言や指導を発信しています。 ・骨折が介護区分の重度化にも強く関与していることを、「電子@連絡帳」等で収集されたデータを用いた名古屋大学のAI分析で見出し、個人を対象とした骨折予防方針（運動、食事、睡眠等に対するリテラシーの向上）を発信しています。 <p>○「骨折予防プロジェクト」の広報と普及</p> <ul style="list-style-type: none"> ・コロナ禍、集まることや施設ないし自宅から出ることが難しくなっている高齢者やその他の住民を対象に広報紙・ホームページ・Twitter等による事業紹介を行っています。 ・コロナ禍、住民の「転ばないカラダづくり&丈夫な骨づくり」のために、自宅でもできる「東うらうら体操」のPR動画による普及やWeb選手権の開催、さらにはYouTube配信を行い、広く住民に周知されるようになってきています。 <p>【実施に至る経緯・動機】</p> <p>○東浦町では、65歳以上の入院費用総額の第1位が「骨折」で、要介護となる原因疾患としても常に上位になっています。そのため転倒予防のための運動、骨を強くする食生活の改善、元気力向上大作戦等の事業を令和2年度から実施し、全住民の「転ばないカラダづくり&丈夫な骨づくり」を支援しています。</p> | | |

| | |
|--------------------------------|--|
| | <p>【解決する課題の具体的内容】</p> <p>解決すべき医療介護分野における社会的課題を「転倒・骨折」とし、その予防に向け、以下のような取り組みを実施しています。</p> <p>○住民の現状評価・分析などを名古屋大学に依頼し、関連企業とも連携して骨折予防プロジェクトを実施しています。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「筋活・骨活」をキャッチフレーズに、子どもから高齢者までを対象に「食」「運動」「睡眠」「美容」の4つをテーマに既存の保健事業を紐づけて新たな取り組みにつなげています。例えば、「食」では骨折予防レシピコンテストの実施。選ばれたレシピを保育園給食で提供し、園児を通じて保護者に骨折予防メニューを周知することで、家庭でも取り入れてもらうように働きかけています。「運動」では、世代を超えて一緒に楽しめる運動として「東うらうら体操」の普及をYouTube 配信、Twitter 等のデジタルツールを活用して進めています。 ・電子@連絡帳の情報を広域で共有し、町内外かかりつけ医等との連携が可能となっており、適宜助言をいただいています。 |
| デジタルを活用した取組による成果（成果がわかるデータ・数値） | <p>【電子@連絡帳の活用】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・電子@連絡帳の患者登録数：240人 ・電子@連絡帳の登録施設数：126 ・電子@連絡帳の利用者数（支援者数）：270人 ・電子@連絡帳の累計記事数：8,312件 <p>【町広報等の活用】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・東うらうら体操 PR 動画 YouTube 再生回数：6,862回（R4.6.7現在） ・Twitter 等年間配信数：随時配信 |
| 本取組の特徴的な点やデジタルの活用において工夫した点 | <p>○電子@連絡帳を活用して、町内の医療機関・福祉関係者・行政担当者らの連携を推進するとともに、患者やサービス利用者等の情報共有を通して研修等にも役立てています。</p> <p>○東うらうら体操 PR 動画作成の際には、地域に出向き、地域の人々でつなぐ体操動画を作成しました。YouTube にアップすることで、若い世代にも気軽に見ていただくことができ、住民に対する認知度を上げることができました。</p> |
| 今後の展望 | <p>○高齢者に対する事業だけではなく、世代を超え多様な切り口からアプローチして全住民に骨折予防を意識付け、将来起こりうる骨粗しょう症にも対応していきます。</p> <p>○農業・商工業者も一緒に取り組むことにより、農業・商工業のさらなる活性化や企業活動に繋げ、「健康経営」に関心を持った取り組みに繋げていきます。</p> <p>○KDB や電子@連絡帳のデータ解析結果を町の健康医療戦略に反映していきます。</p> |

注1： 以下の①または②のいずれかを選択

- ① 域内市町村の取組で、デジタルの活用により、次の個別課題を実際に解決し、住民の暮らしの利便性と豊かさの向上や地域の産業振興につながっているもの。
（・医療 ・教育 ・子育て ・物流 ・交通 ・農林水産業 ・中小企業 ・観光 ・防災）
- ② 域内市町村の取組で、高齢者、障害者などデジタルに不慣れな人々がデジタル機器・サービスの利用方法を学ぶことができる環境づくりを既に進めるなど、あらゆる人がデジタル化の恩恵を享受できる、「誰一人取り残されない」社会の実現に寄与しているもの。

「骨折予防プロジェクト」概要図

骨折予防プロジェクト イベント

10月1日(木) ▶ 31日(土)
東浦町は骨折予防月間!

いつまでも自分らしく気ままに暮らすために、
 転ばないカラダづくりと骨折しない丈夫な骨づくりが大切です!

町内65歳以上
 入院費用総額
第1位「骨折」

介護保険申請するおまわり理由として
 骨折が常に上位!

**このリスクを少しでも減らし、
 みなさんの不安を解消するために...**

骨折予防プロジェクト
 令和2年4月から町と地域のみなさんが一丸となって取り組むため、体操教室、セミナーやイベントなどを実施しています。骨折予防月間を機に、始めてみませんか?

筋活
 転ばないカラダづくりのために

骨活
 骨折しない丈夫な骨づくりのために

実は、加齢や運動不足によって、「筋力」は50代、60代ごろから確実に衰えています。適切な食事と適度な運動が骨を強くし、体を支える筋力を強くします。

若者世代のみなさん、「自分はまだ若いから大丈夫」と思っていないませんか? 人生の中で一番盛んに骨が作られるのが成長期です。この時期にしっかりと骨の強い骨を作るか、骨量や骨質が骨折予防のポイントです。

問い合わせ 東浦町役場 ふくし課 TEL83-3111 / 東浦町保健センター TEL83-9677

開催 10月1日(木) ▶ 31日(土)
イオンモール東浦で筋活・骨活しよう!

イベント 01 ひがしうら健康守人「Dr.うらっしゅ」監修! **イオンモール東浦**
骨づくりde骨活ルー イオンスタイル東浦1階 食品売り場

骨づくりに役立つレシピの紹介・配布を行います。骨折予防プロジェクトのロゴが、調理に必要な食品の目印です。毎日の献立に悩む方も、食品売り場を巡って骨活ルーしませんか?

イベント 02 **天候に左右されない!**
モールウォーキングでスタンプラリー! **イオンモール東浦**
 モールウォーキング

イオンモール東浦内をウォーキング場として開放している「モールウォーキング」を体験してみよう! 骨折予防月間中はコースのどこかに筋活・骨活パネルが登場。そこにはスタンプラリーのキーワードが併せて、パンスウォーキングで歩行年齢のチェックもしてみよう!

ASbee
 足元から健康づくりをお手伝いします。フィッティングアドバイザーによる歩きか、フィッティングアドバイザーが案内いたします。さらに、月曜の地域の親方講座を開催!

SPORTS ALTERNATIVE Regatta Canoe 未来屋書店
 カラダづくりをサポートする商品をそろえています。正しい歩き方は骨が弱くなります。その秘密は顔面! 職業に対する健康意識を骨折予防に生かしましょう。

骨折予防プロジェクトのロゴを見つけよう!

YouTubeにて公開中!
PR 動画
東浦市体操 Web選手権

総勢約600名にご参加いただいた東うらら体操PR動画! ついに完成!

住民さんの元気な体操をつないだ「笑顔」と「絆」あふれる、心温まる動画です!
 ぜひ、YouTubeをご覧いただき、皆さんと一緒に体操しましょう。

東浦町公式YouTube内「あきチャンネル」へ!
 「あきチャンネル」へ!

東浦町公式YouTube内「あきチャンネル」へ!

やろっさい! 誰でも参加OK!
コロナに負けないゾー---
東浦市体操 Web選手権開催中

この時期だからこそ!
応募必至 令和3年2月7日(日)

東うらら体操にあなたの思いを乗せた動画をWeb上に投稿しよう!
 審査に選ばれた投稿には、**豪華プレゼント**を贈呈します!

応募方法

- 1 まずはチェック!
- 2 動画をアップ!
- 3 投稿!

東浦町のホームページイベント詳細をチェック!

東浦町のホームページから動画をアップ!

音楽に合わせて一高コメント&東うらら体操を撮影して、動画を長さ1分以内で投稿!

TwitterまたはFacebookにある「あきチャンネル」へ投稿!

東うらら体操Web選手権 豪華賞品を付けて投稿!

東浦町公式YouTube内「あきチャンネル」へ!

東浦町公式YouTube内「あきチャンネル」へ!

東うらら体操 PR 動画 Web 選手権

骨折が原因で寝たきりになっちゃうことも!?
 子どもから高齢者まで、みんなで骨を丈夫にしよう!
 ひがしうらの健康守り人「Dr.うらっしゅ」監修の取り組みを紹介します!

骨折予防プロジェクト
筋活・骨活