資料２

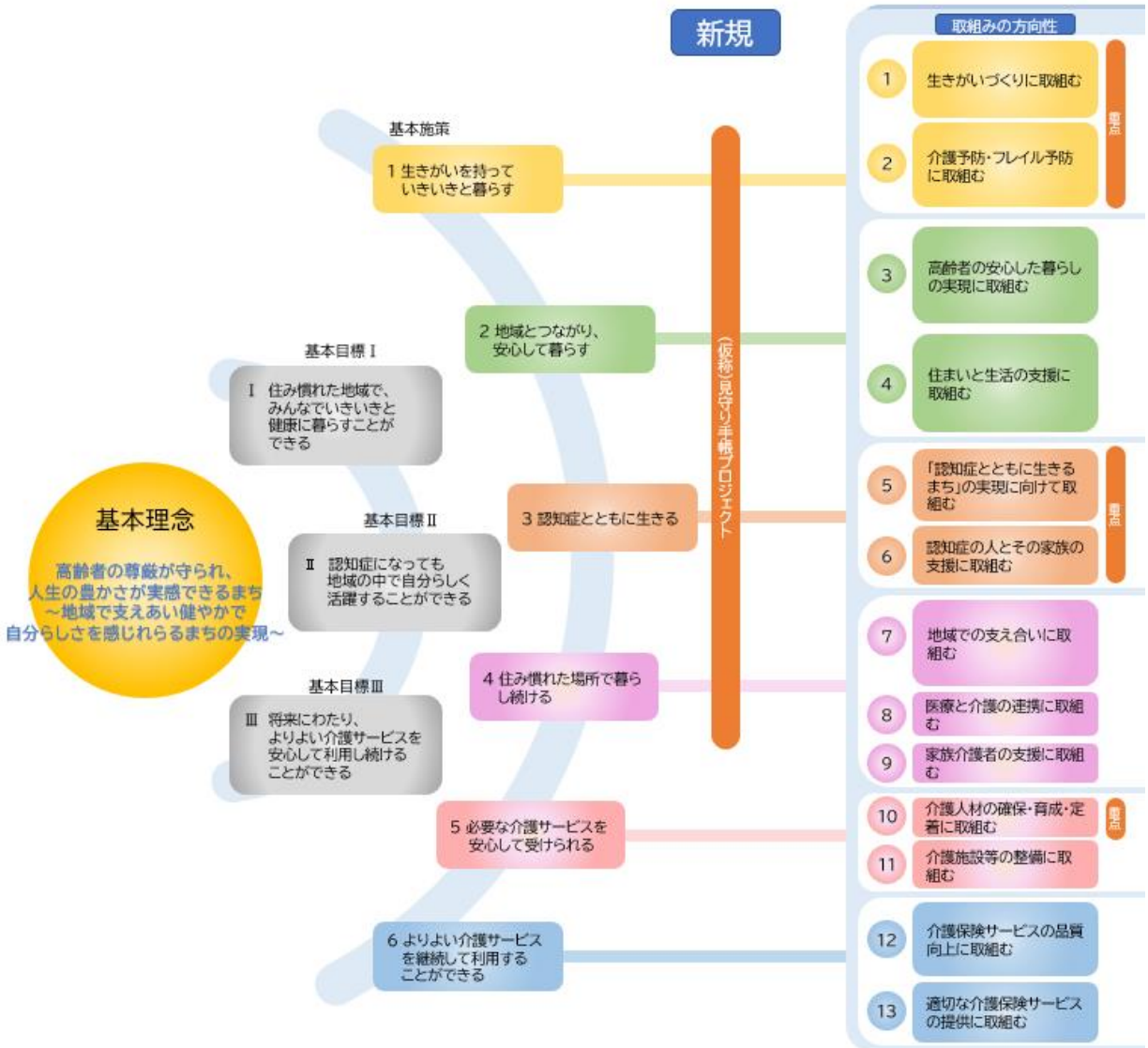
（仮称）見守り手帳プロジェクトについて

誰もが生涯にわたって健やかに過ごせる地域社会を実現するためには、高齢者の健康を地域で支援していくことが必要です。

そこで、みんなで健康寿命を延ばすまちを目指すため、健康を見守る新たな仕組みである、「（仮称）見守り手帳」の取組みを本プランにおけるリーディングプロジェクトとして位置づけ、施策横断的に取組みます。

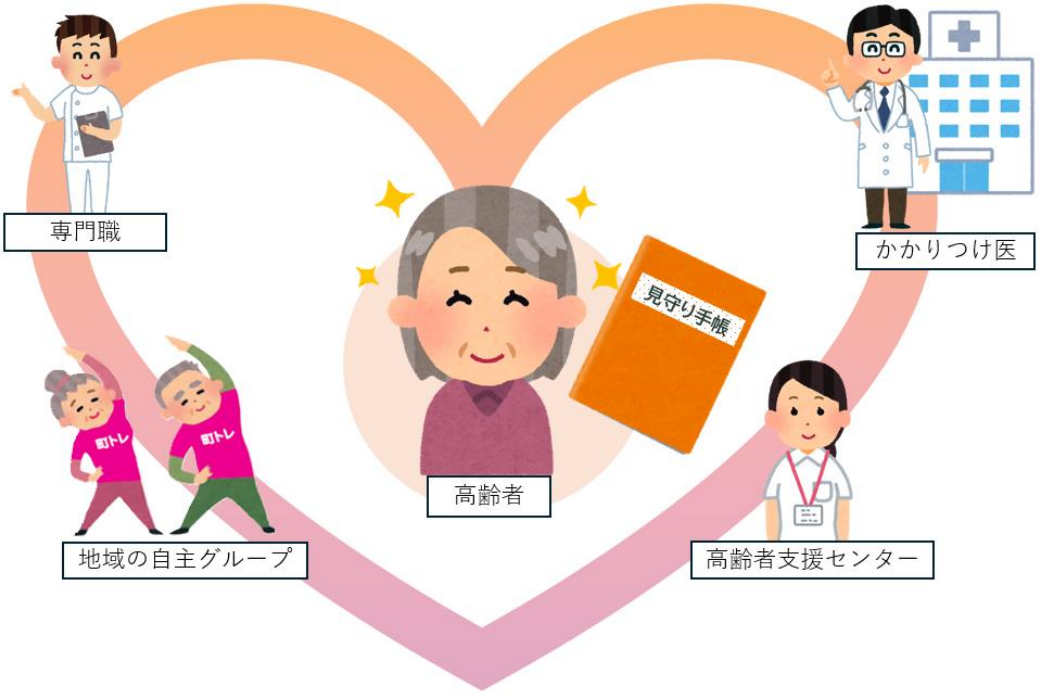
本プロジェクトにおいて、『健康診断の受診の推進』、『フレイル予防の促進』、『「アドバンス・ケア・プランニング」の普及啓発』の3つの取組を一体的に行います。

＜参考＞（施策体系におけるプロジェクトの位置づけ）



資料２

高齢者の健康を
地域で支援する新たな仕組み
～（仮称）見守り手帳事業を開始します～



かかりつけ医による助言を行います

高齢化が進行する中にあっても、高齢者が住み慣れた地域で、いきいきと暮らし続けるためには、高齢者の健康を地域で支援していくことが必要です。

市では、そのための新たな仕組みとして、75歳以上の高齢者の皆さまに「（仮称）見守り手帳」を配布し、かかりつけ医による専門的・客観的な助言や定期的なチェックのもと、「①健康診断の受診の促進」、「②フレイル予防の促進」、「③人生会議＝アドバンス・ケア・プランニング（以下、人生会議と呼びます）の普及啓発」の3つの取組みを一体的に行い、誰もが生涯にわたり、健やかで自分らしく過ごせる地域社会の実現を目指します。

資料２

①【健康診断で早期発見・早期治療】

予防医療の観点から、かかりつけ医へ受診した際、健康診断の受診状況の確認を行います。未受診の方には、かかりつけ医から受診勧奨を行います。

これにより、健康診断の受診の促進を図り、疾病の早期発見・早期治療につなげるとともに、高齢者の健康意識の向上を目指します。

②【日々の運動習慣でフレイル予防】

かかりつけ医によるチェックのもと、運動習慣の定着を促し、さまざまなフレイル予防の活動につなげる仕組みを構築します。町田市には、「町トレ」をはじめとした多くの自主グループやフレイル予防につながるさまざまな事業があります。

いつまでも健康でいきいきと暮らすことができるよう、高齢者の運動習慣の定着と社会参加を促進します。

③【本人の意思が尊重された生涯を】

「人生会議」とは、自身が大切にしていることや望んでいること、どんな医療や介護をどのように受けたいか、受けたくないかなどについて、あらかじめ考え、周囲の人たちと共有するプロセスのことです。

かかりつけ医による助言のもと、ご自身の思いや選択について、家族や医療・介護関係者などと話し合い、共有していくことで、本人の意思が尊重され、将来の不安を軽減することにつながります。

また、自分らしい生活や今後の人生について考えることは、健康で暮らし続けることの大切さを改めて認識する機会となり、健診受診やフレイル予防などの健康づくりに取り組む動機付けにもつながります。

資料２

（仮称）見守り手帳

～かかりつけ医と一緒に健康づくりに取り組もう！～

市では、75歳以上の高齢者の皆さまに「（仮称）見守り手帳」を配布し、かかりつけ医による専門的・客観的な助言や定期的なチェックのもと、「①健康診断の受診の促進」、「②フレイル予防の促進」、「③人生会議の普及啓発」の3つの取組みを一体的に行っていきます。

住み慣れた地域で、健やかに自分らしく過ごしていくため、健康状況をかかりつけ医と共有する「（仮称）見守り手帳」を活用しましょう！



（仮称）見守り手帳事業イメージ

資料２

指標の紹介

目標の達成状況や取組みの成果を測るために
以下の指標を定めました。

取組みの成果を測る指標

	現状値	目標値
１年以内に職場や保健センター、医療機関などで、健診や人間ドックを受けた７５歳以上の高齢者（※１）の割合	68.9%（2026年度）	75%（2029 年度）
定期的（1回20分以上の運動を週1回以上）に運動・スポーツ（散歩やウオーキングを含む）をしている高齢者（※２）の割合	37.8%（2026 年度）	45%（2029 年度）
自身の生活（住まいや趣味、暮らし等）や、健康（受診や治療方針等）について決めるとき、自身の意思が尊重されていると感じている高齢者（※３）の割合	73.6%（2026 年度）	80%（2029 年度）

※1 「健康とくらしの調査」の調査対象者で、要介護1～5を除く75歳以上の高齢者

※2 「健康とくらしの調査」の調査対象者で、要介護1～5を除く75歳以上の高齢者

※3 「高齢者の福祉や介護に関する調査」の調査対象者で、要介護1～5、特養待機者の65歳以上の高齢者

取組みの進み具合を測る指標

	指標	現状値 2026 年度	目標値 2027 年度	目標値 2028 年度	目標値 2029 年度
①					
②					
③					
④					