



多賀町は、緑濃い鈴鹿山系の山々に抱かれ、美林や芹川、犬上川の清流が広がる自然の宝庫です。また、豊かな自然を守るため、住民の手によって環境活動がおこなわれ、古代より伝わる遺跡や文化遺産などの保存や展示により、多賀の秘宝を伝えていきます。そして、多賀大社の年間行事をはじめ、伝統行事から近年に始まったものまで、多賀のまちは彩られ、輝く笑顔にあふれます。

これらのように自然と文化が共にある暮らしをめざし、みどりの輝き、文化の輝き、人の輝きが、まちの未来につながるよう、住民が一体となり、魅力のあるまちづくりに励んでいます。



多賀町全体で健康づくりを

多賀町は、滋賀県生活習慣病疾病別（最大医療費資源別）被保険者1人あたり医療費（国保男女・合計、後期男女・合計）において、平成30年度から、1位が続いています。その影響もあり、1人当たりの医療費が上昇し、令和7年度、国保税を引き上げることになりました。そこで、特に、脳卒中や、心筋梗塞、狭心症といった心疾患、また透析の原因ともなる高血圧を予防し、血圧について理解を深め、自分の血圧について関心を高めていただけるよう、更に取り組みを進めていきたいと考えています。

多賀町は、「みんな健やか、はつらつ元気 健康実感！多賀のまち」を基本理念にみんなが安心して、生きがいを持ちながら、健康に暮らし続けられる町づくりを目指しています。

「高血圧ゼロのまち宣言」で全世代に働きかけを！

町民のみなさんが、自身の身体を大切にしながら日々をいきいきと過ごしていただくために、課題改善に向けた取組をしています。改善に向けた取組をしていますが、もつとわかりやすく、目に見える対策はないかと考えました。

子どもから高齢者まで全世代に向けたアプローチ、どの年代の方にも伝わりやすい対策を模索する中で、日本高血圧学会が取り組まれている「高血圧ゼロのまちづくり」モデルタウンの取組に出会いました。

日本高血圧学会の取組でもある「高血圧ゼロのまちづくり」とは、高血圧である自覚がない人や、高血圧と認識しながらも治療を受けていない人たちが大勢いるという状況を踏まえ、広く高血圧という疾患を

「高血圧ゼロのまち宣言」を町の核とし、全世代に働きかけを行っていくよう動き始めました。申請する上で、何を申請し、何をもちて評価するのか、具体的な取組内容を明確にする必要があります、以下の取組を定めました。



▲「高血圧ゼロのまち」認定の様子

具体的な取組

請を行い、本年度、世界高血圧デーでもある5月17日に「高血圧ゼロのまち」モデルタウンの承認を得ることができました。



▲「高血圧ゼロのまち」マーク

知ってもらえるのです。

事業背景と町で行っていききたい取組が一致していたことから申

・血圧を測ったことがない人ゼロ

自治会での出前講座や健康教室において、正しく血圧を測ること、その数値を記録することで自分の血圧の値に関心を持つことの大切さについて普及啓発します。また、町内の施設に血圧計を設置することや、血圧記録帳の作成を計画しています。

・健診受診勧奨と受診後のフォローアップ

データヘルス計画と連動させ、特定健診における高血圧の有所見率を令和5年度の62.2%から令和11年度には44%以下にしたいと考えています。3年経過段階で中間的に評価を行いますので、令和8年度からの実働を見込んでいます。

・健康について考える機会の提供

まだ具体的な内容は検討中ですが、健康教室の中で家庭血圧の正しい測り方を伝えたり、血圧に関わらず、子ども向けのイベントも含め、どのイベントでも血圧について考えてもらえる機会を設けていきたいと考えています。

多賀町では、自らの心身の健康づくりと身近な家族や、子どもから高齢者までの幅広い地域住民の方々に対して、運動や栄養など地域の健康課題を改善し、健康なまちづくりに取り組むために「健康推進員」を各字に設置しています。「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに健康づくり活動を進めるボランティア組織として日々熱心に活動いただいています。

町民の皆さんに、健康意識を持っていたただくには、私たちの説明の



▲小学校での食育活動



▲「減塩」野菜1日350g計測チャレンジ(多賀ふるさと楽市にて)

仕方にも工夫が必要です。説明マニュアルを作成し、職員全員が同じ説明を行えるようにしたいと考えています。

モデルタウンに認定されたことが新聞でも報じられ、町民の皆さんからもお声掛けいただいています。

特定健診・がん検診等 受診率の向上

特定健診未受診者勧奨

前年度に誰がいつ受けたかが記載された一覧表をもとに、タイミングを図って受診勧奨を行っています。

過去3年間、継続して受診している人は、続けて受診される確率が高いことから、受診忘れがないように、受診勧奨を強化しています。

昨年度までは、特定健診

▲工夫を凝らしたパンフレット

の有線FAX（町内無料）からの申込みがしやすいように工夫しています。

地域住民の 健康増進のために

スマート健診

早期介入保健指導事業として、20

～39歳の方を対象に健診を行っています。また、「子ども連れだから、健

診を受けられない」ということがない

ように、安心して健診に来ていただ

けるよう、「子育て真っ最中のパパや

ママの、ちょっと助けてをお手伝いし

たい！」と集まってくださった、子育て

サポーター「ほっとママ」のみなさ

んが、健診している間、お子さんを

お預かりする体制を整えています。

ヘルスアップ教室

運動習慣の定着に向けて、「歩いているから関係ない」という人も参



▲ヘルスアップ教室の様子

加したいとなるように、「ウォーキングに特化した運動教室」や、歩くための筋力づくりとして、「フレイル予防や筋力低下防止」を目的とした「筋トレ！」を継続開催するなど、みなさんが積極的に楽しみながら活動を続け、健康の維持増進を目指すように、事業を展開しています。



▲アカデミック(口腔)講座の様子

はつらつシニア
キックオフ講座

75歳到達者を対象に、保険制度や愛のりタクシー(デマンドタクシー)の説明を盛り込んだ健康教室を開催しています。また「国保世代から後期高齢者世代への切れ目のない支援」として、継続的に受講いただけるよう「アカデミック講座」を追加開催しました。今年度は「口腔・排泄・姿勢」をテーマに、国保世代の方にもたくさん参加いただいています。

令和7年度
はつらつシニアキックオフ・アカデミック講座

強くて美しい75歳になるために、素敵な55歳を始めるために
アカデミックに学ぶ講座を始めます！ぜひご参加ください！
受講を希望される方は、以下をご記入の上電話・FAX・有線でご連絡ください

お名前	住所	連絡先
講座は、すべて多賀町福祉保健センター「ふれあいの森」3階研修室です と受講を希望するものに、○をつけてください		
参加	日時	内容
令和7年 7月4日(水) 10時00分～ 11時30分		歯 ～ホワイトニング＆クリーニング～ ●講師：歯科衛生士 ●自分の歯の健康を守る！ ●歯ブラシ・デンタルフロス・フロスを使った、 大人のための歯磨き指導
令和7年 8月7日(水) 10時00分～ 11時30分		排泄 ～排泄リハビリ～育成講座～ ●講師：看護士 ●排泄リハビリはみんなの関心ごと。 ●排泄リハビリの関心ごと。排泄リハビリの関心ごと。 ●排泄リハビリの関心ごと。排泄リハビリの関心ごと。 ●排泄リハビリの関心ごと。排泄リハビリの関心ごと。
令和7年 2月13日(金) 10時00分～ 11時30分		姿勢 ～健康は足から 自分の好きなところに行く～ ●講師：理学療法士 ●姿勢を正す！ ●姿勢を正す！姿勢を正す！姿勢を正す！ ●姿勢を正す！姿勢を正す！姿勢を正す！ ●姿勢を正す！姿勢を正す！姿勢を正す！

お申し込み・お問い合わせ先
多賀町福祉保健課 電話：48-8115 FAX：48-8143 有線：2-2021

▲アカデミック講座のちらし

庁内関係部署での連携がうまくできており、特定健診の時期には健診啓発のポロシャツを着用し、8月の万灯祭などのイベントには健診啓発の登り旗を持って参加したり、年2回以上連携会議を開催するなど協力しながら取組を進めています。



▲税務住民課、福祉保健課の皆さん

庁内連携での取組



▲多賀大社(節分祭)



▲多賀ふるさと楽市

多賀町の皆さんは、優しく穏やかで横の繋がりが深いため、行事にも連れ立って積極的に参加してくださいます。

今年で町制70周年を迎えます。これからも町全体で健康づ

くりに取り組み、町民のみなさんがはつらつ元気に自分らしく暮らし続けられる魅力的な町になればと思います。

多賀町の魅力

N E O R M A T I O N