

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）	①	（左記が①の場合の分野）
	医療		
<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</p>			

	<p>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。
<p>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>	<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
<p>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>	<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>
<p>今後の展望</p>	<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>

「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は、
 転ばないカラダづくり・骨折しない丈夫な骨づくりが大切です!

平成30年度
 町内65歳以上
 入院費用総額
第1位「骨折」
 介護保険を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?

転ばないカラダづくり!のために
筋活
 筋は、年齢や運動不足によって、「筋力リ
 スク」は50代、60代ごろから確実に落ちて
 いきます。適切な食事と適度な運動が骨
 を強くし、体を元える筋力を強くします。

骨折しない丈夫な骨づくり!のために
骨活
 若者世代のみならず、「自分はまだ若いから
 大丈夫」と思っていない方も人生の中
 で一歩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
 量を増やすか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 Tel.83-3111 / 東浦町保健センター Tel.83-9677

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 **ひがしうら食育家! 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必
 見です。食品売り場を巡って骨活ルーしませんか?

水野 正徳先生
 名古屋大学医学部附属病棟
 先端医療研究部先端医療センター研究支援センター長
 脳卒中看護管理センター長

皆さんと同じ東浦町(緑川)で暮らしています。全世代
 を対象にした健康づくりに取り組みしています。

ひがしうら食育
 食と栄養について自主的に学び、
 食と栄養について自主的に学び、
 ともに、地域で食育の普及活動
 を行うボランティアグループです。

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

イオンモール館内で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、パワーストーンウォーキングで歩行年齢のチェックもしてみよう!

毎日先着30名様
 キーワードをぬぐると
 健康グッズももらえる!
 スタンプラリーは紙とアプリ
 の2種類で実施します。

ASbee
 足元から健康づくり
 をお手伝いします。
 フィットングアドバイザー
 による歩き方
 フィットングアドバイザー
 による歩き方
 イスが楽になります。
 さらに、月間お題の
 履き方講座も開催!

SPORTS ALTERMATA **Regetta Canoe** **未来屋書店**

カラダづくりませ
 ぞとする商品を
 そろえています。

正しい歩き方は靴
 が大切です。その
 秘密は店頭で!

健康に対する意識
 を深めて骨折予防
 をしましょう。

YouTubeにて公開中!!
PR 動画
東浦町 東浦 体操
 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をご覧ください、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」
 動画もみてもね!

やろっさい! 誰でも参加OK!
**コロナに
 負けないゾー...**
東浦町 東浦 体操 Web選手権 開催中
応募 必 切 **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 チェック! 動画をアップ!
- 2 撮影! 音楽に合わせて一語コメント&東うらら体操を撮影して、動画を最長1分
- 3 投稿! TwitterまたはFacebookにあなたの撮影した動画と美言70文字以内、#東うらら体操web選手権 #東浦町 を付けて投稿してね

何度でも投稿できるよ!

一言コメントテーマ
 ① 呼びたい! この思い!
 ② 美言70文字以内

目標は表彰
 最優秀賞
 優秀賞
 参加賞
 応募の目標
 応募の目標
 応募の目標
 応募の目標

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