

令和4年度

地域生涯学習活動実践交流セミナー実践報告

パークゴルフ体験講座で健康増進

発表者

白老町教育委員会 生涯学習課 長尾 拓哉

白老町について



白老町は、北海道の南西部、胆振総合振興局管内のほぼ中央に位置し、南は太平洋、西は登別市、そして東は苫小牧市と隣接しています。

白老町について

その面積の約75%を森林が占め、
海、川、山、森と様々な自然にあふれたのどかな街です。



気候は穏やかで、夏は涼しく冬の積雪もあまり多くありません。
春と秋には豊富な自然が織りなす豊かな風景を楽しめ、
四季折々の様々な表情を楽しむことができます。

白老町について

- 面積 425.64 km²
- 人口 15,720人(R4年12月末)
- 人口密度 36.9人/km²
- 町の木 ななかまど
- 町の花 えぞやまはぎ
- 町の名産 白老牛 虎杖浜たらこ ウポポイ

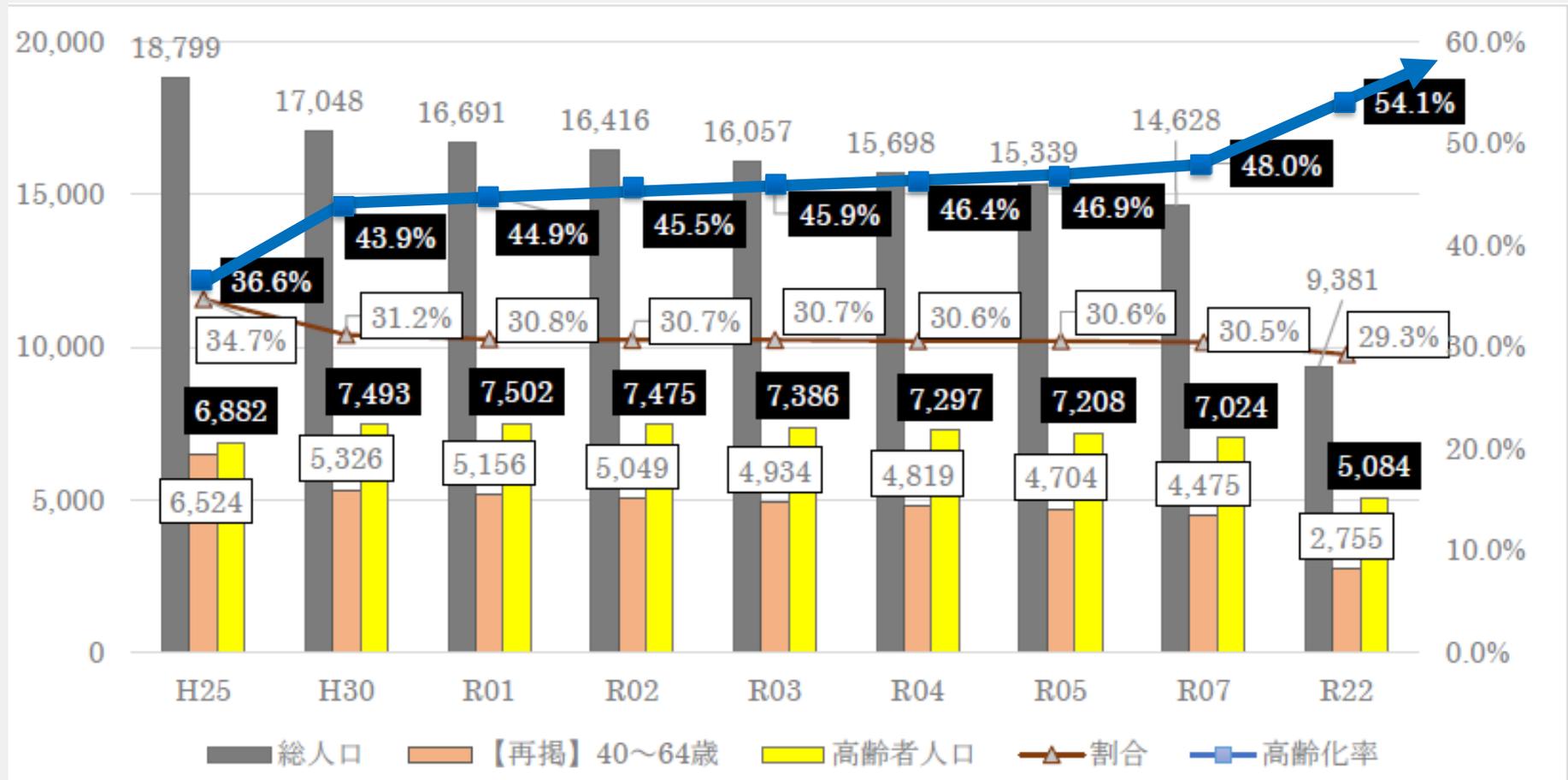
- 平均年齢 57.0歳
 - 年少人口 (0~14歳) 6.6%
 - 生産年齢人口 (15~64歳) 46.7%
 - 老年人口 (65歳~) 46.7%

白老町の今後の課題について

■ 総人口・高齢化率の推移

総人口減少・高齢化率上昇

高齢者を支える40～64歳はすでに高齢者人口を下回り、今後も減少が予想されます。



白老町の今後の課題について

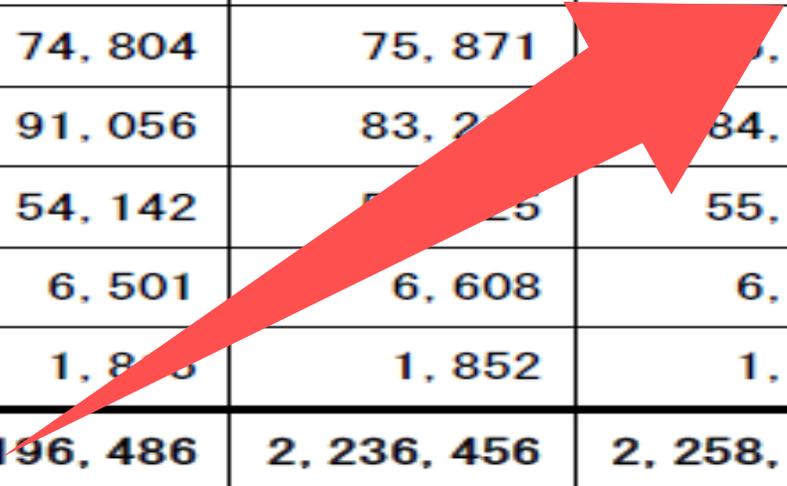
医療費

医療費は年々増加しています。

一例として介護給付総額の推移を示します。

介護給付費総額

区 分	令和 3年度	令和 4年度	令和 5年度
介護給付費	1,968,168	2,014,087	2,033,588
介護予防給付費	74,804	75,871	76,902
特定入所者介護サービス費	91,056	83,200	84,385
高額介護サービス費等	54,142	55,225	55,604
高額医療合算介護サービス費	6,501	6,608	6,701
算定対象審査支払手数料	1,850	1,852	1,890
標準給付費見込額	2,196,486	2,236,456	2,258,210

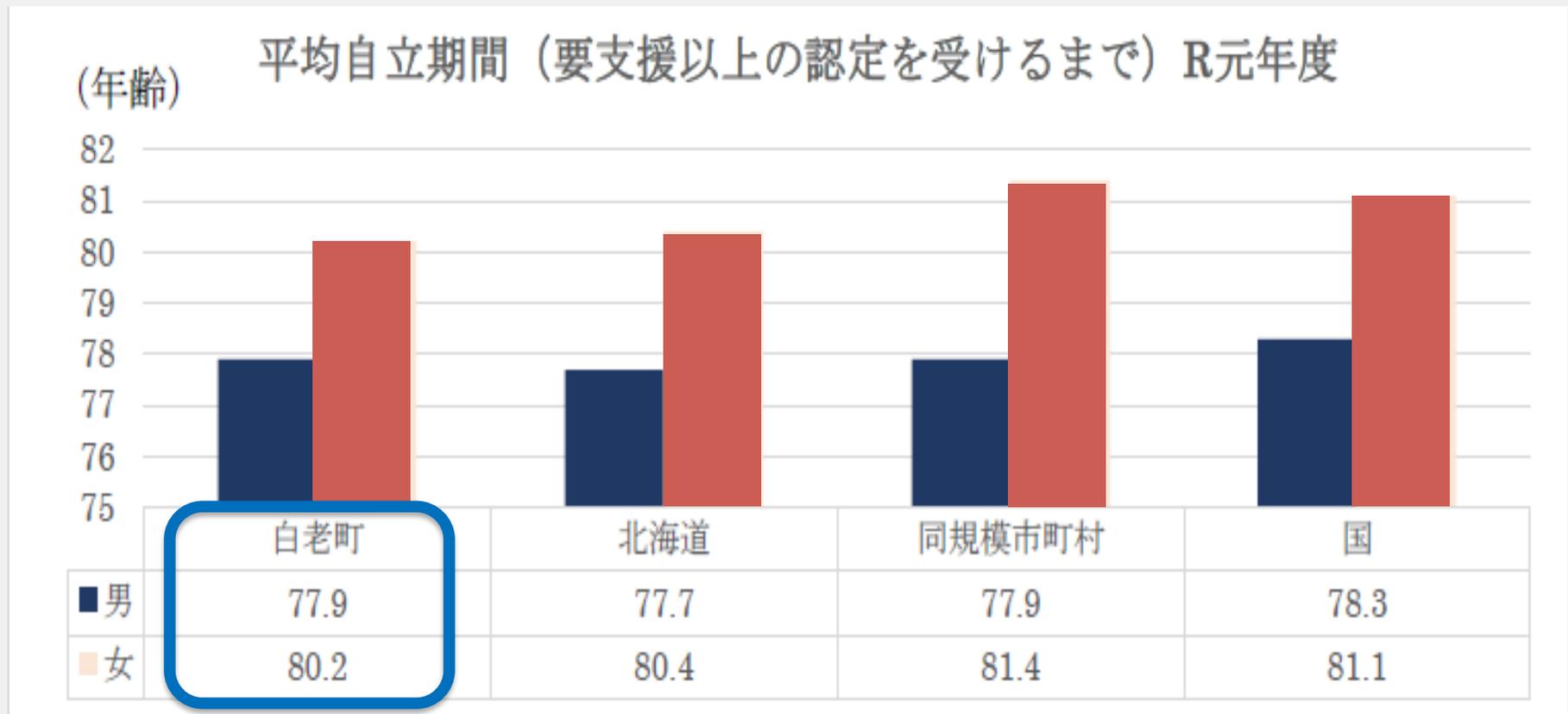


白老町の今後の課題について

健康寿命

国・道・同規模自治体平均と比較して低くなっています。

平均自立期間とは日常生活に介護を要しない期間であり健康寿命に基づく指標です。



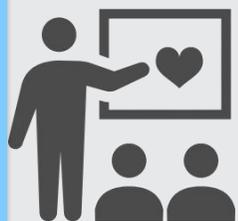
白老町の今後の課題について



健康寿命の延伸と医療費抑制への
働きかけが必要



健康寿命の延伸と医療費抑制働きかけ



ウォーキングには医療費削減効果



ウォーキングの普及・振興



パークゴルフ体験講座の実現へ

パークゴルフ体験講座の実現へ

1

他部署との連携

2

種目の決定

3

町民に対する周知

1. 他部署との連携



2. 種目の決定



ウォーキングの普及・促進



軽スポーツの普及・促進



?

種目

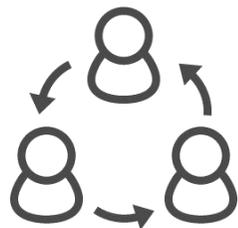
?



2. 種目の決定



新たな競技人口の掘り起こしを模索
白老パークゴルフ協会



利用者の増加とパークゴルフ場の有効活用を模索
白老パークゴルフクラブ



官民連携

■ 趣旨・目的

- ① 「高齢者福祉」と「スポーツ」の分野で連携を図り、パークゴルフ（ウォーキング）を行うことにより、心身の健康を図り医療費抑制への働きかけを推進する。
- ② 公民館にきてくれる人に学びを提供する公民館講座から、地域に出向き学びや体験の場を提供する公民館講座へと、住民ニーズを捉えながら地域づくりを推進する。

■ 日 時

令和4年9月12日（月） 9：00～12：00

■ 参加対象

パークゴルフ未経験者及び初心者の町民

■ 場 所

白老パークゴルフクラブ

■ 内 容

- ① 健康講話 健康福祉課保健師
「軽スポーツがもたらす健康効果について」
- ② 準備運動 白老町スポーツ推進委員
「しらおい元気まち体操」
- ③ ルール説明 白老パークゴルフ協会
- ④ 体 験 白老パークゴルフ協会
白老パークゴルフクラブ
健康福祉課
高齢者介護課
白老町スポーツ推進委員
- ⑤ お 弁 当 健康福祉課管理栄養士

3. 町民に対する周知

多くの町民に参加してもらうため
様々な手法で周知活動を行いました。



1. 町の広報誌



2. チラシの配布



3. ポスター掲示



4. 関係団体への働きかけ



5. WEB掲載

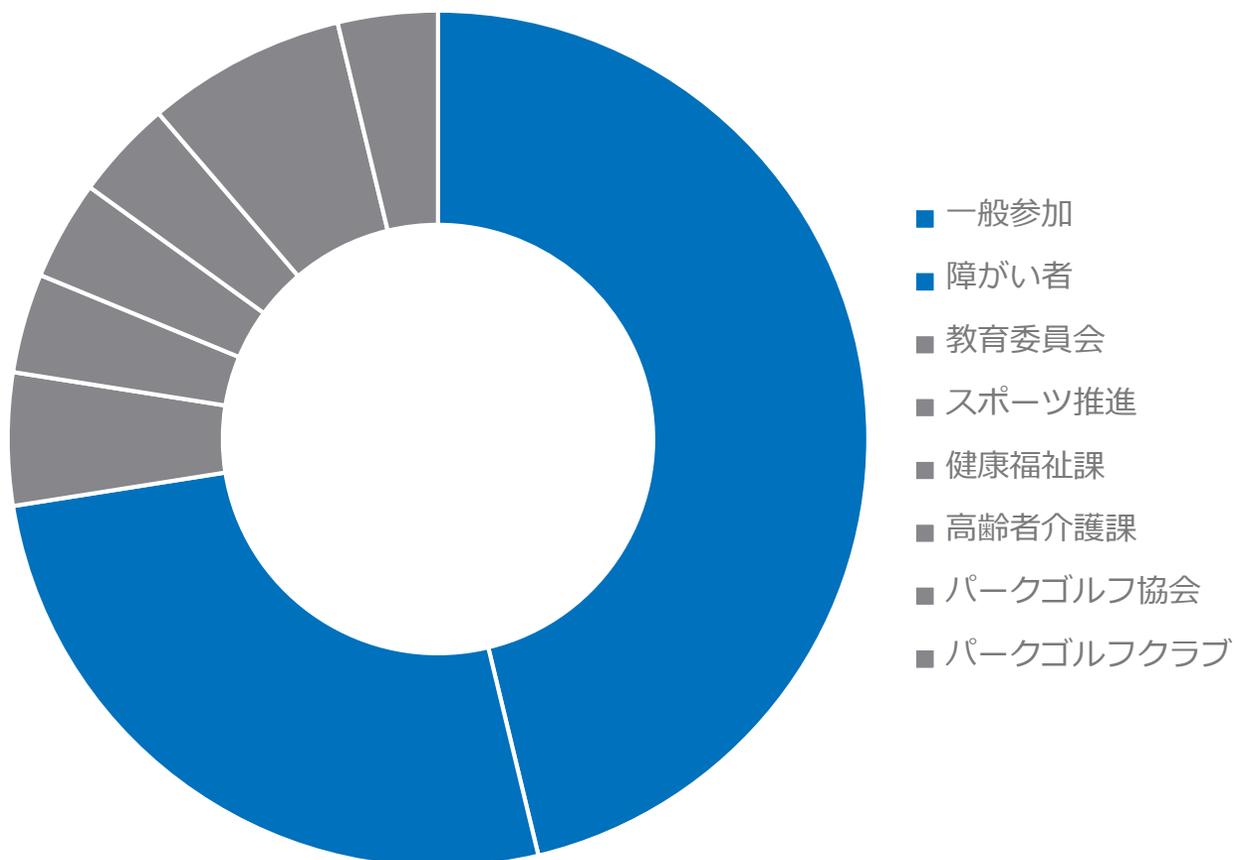


パークゴルフ体験講座 当日

参加者

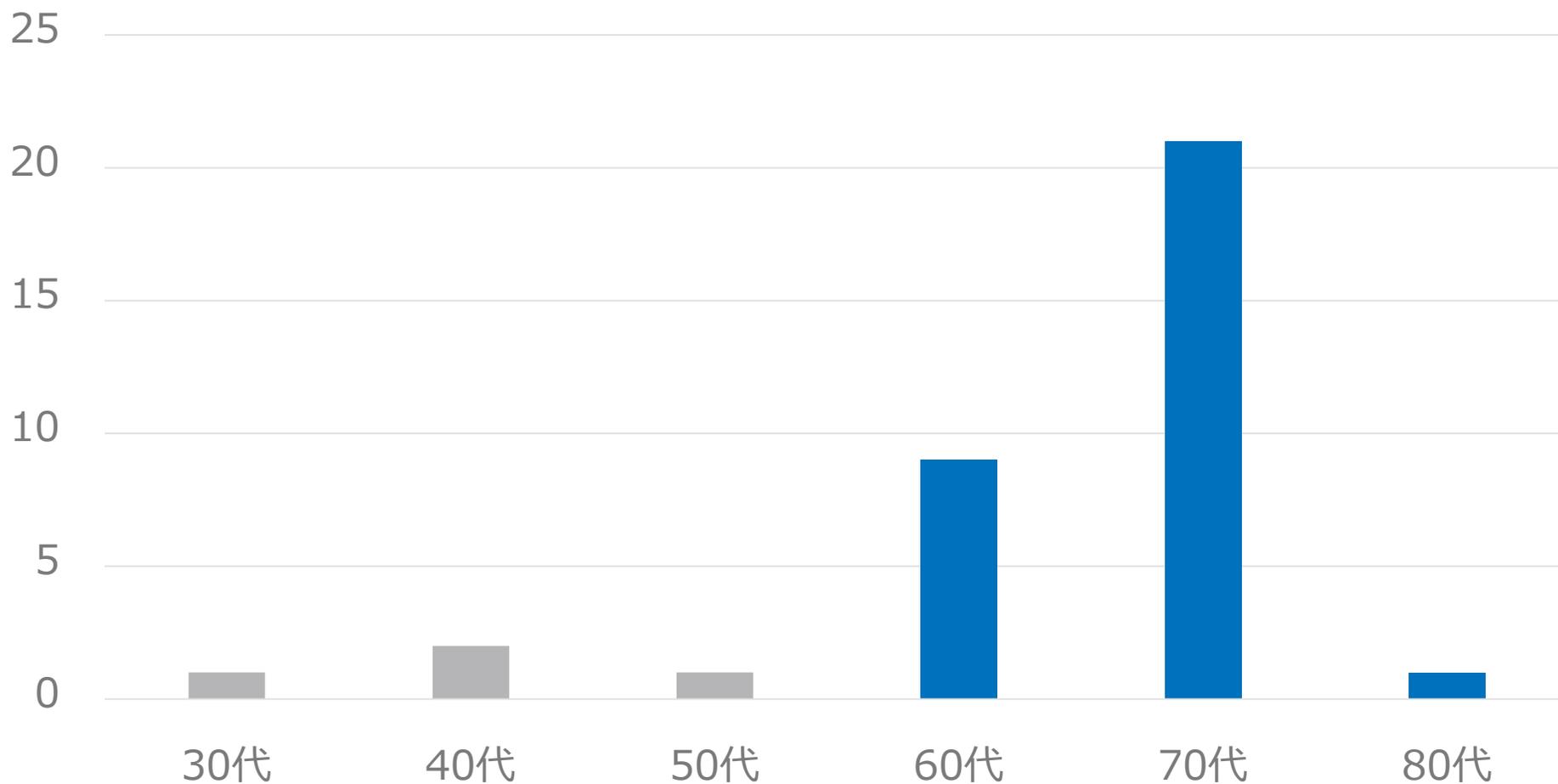
一般参加者 58人

関係者含め 80人



■ 参加年齢

60歳以上が **90%**



パークゴルフ体験講座を終えて

パークゴルフ体験講座を終えて

1

町民の意識

2

苦慮したこと

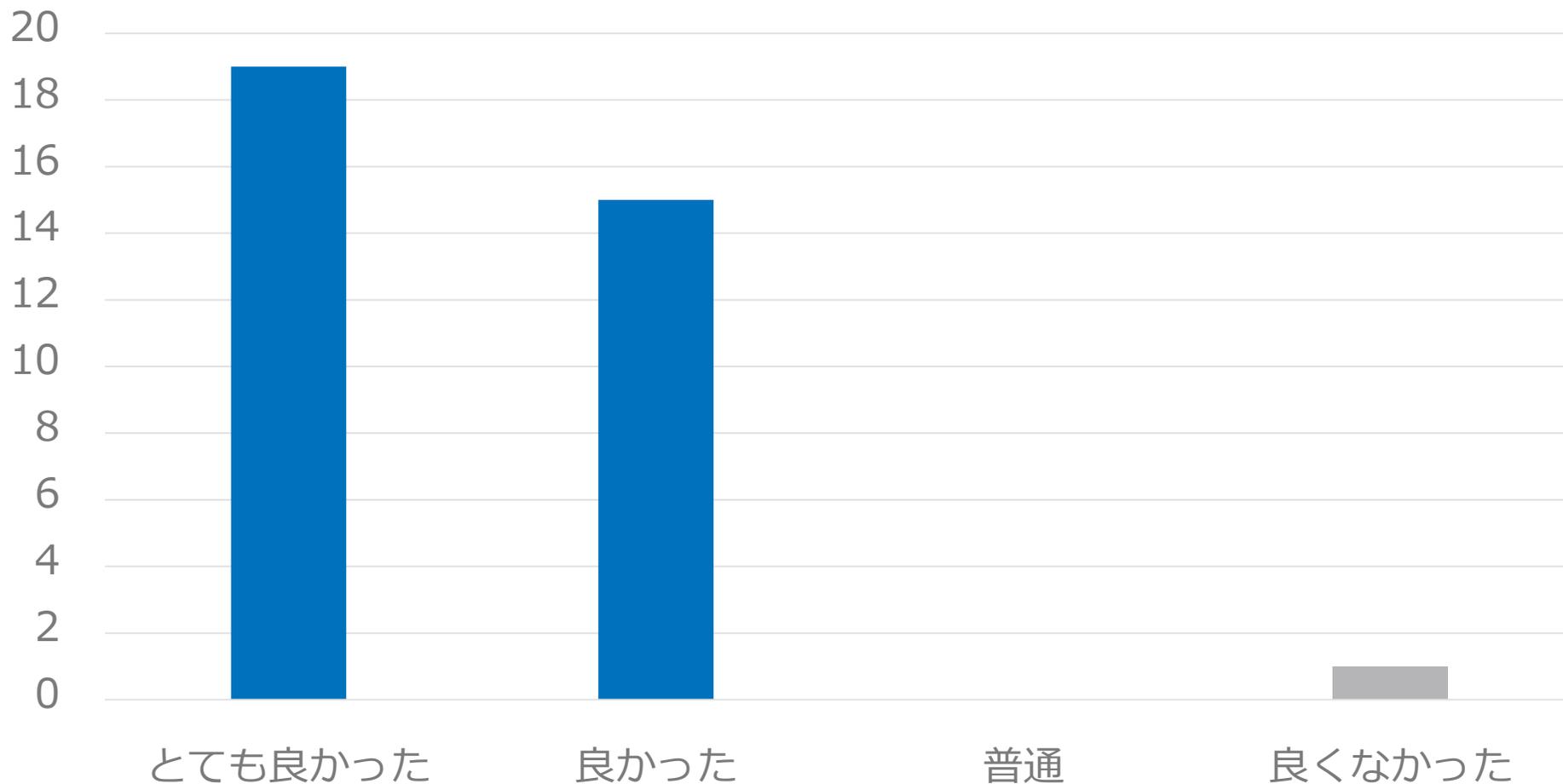
3

改善のアイデア

1. 町民の意識

■ 本講座に参加してどうでしたか

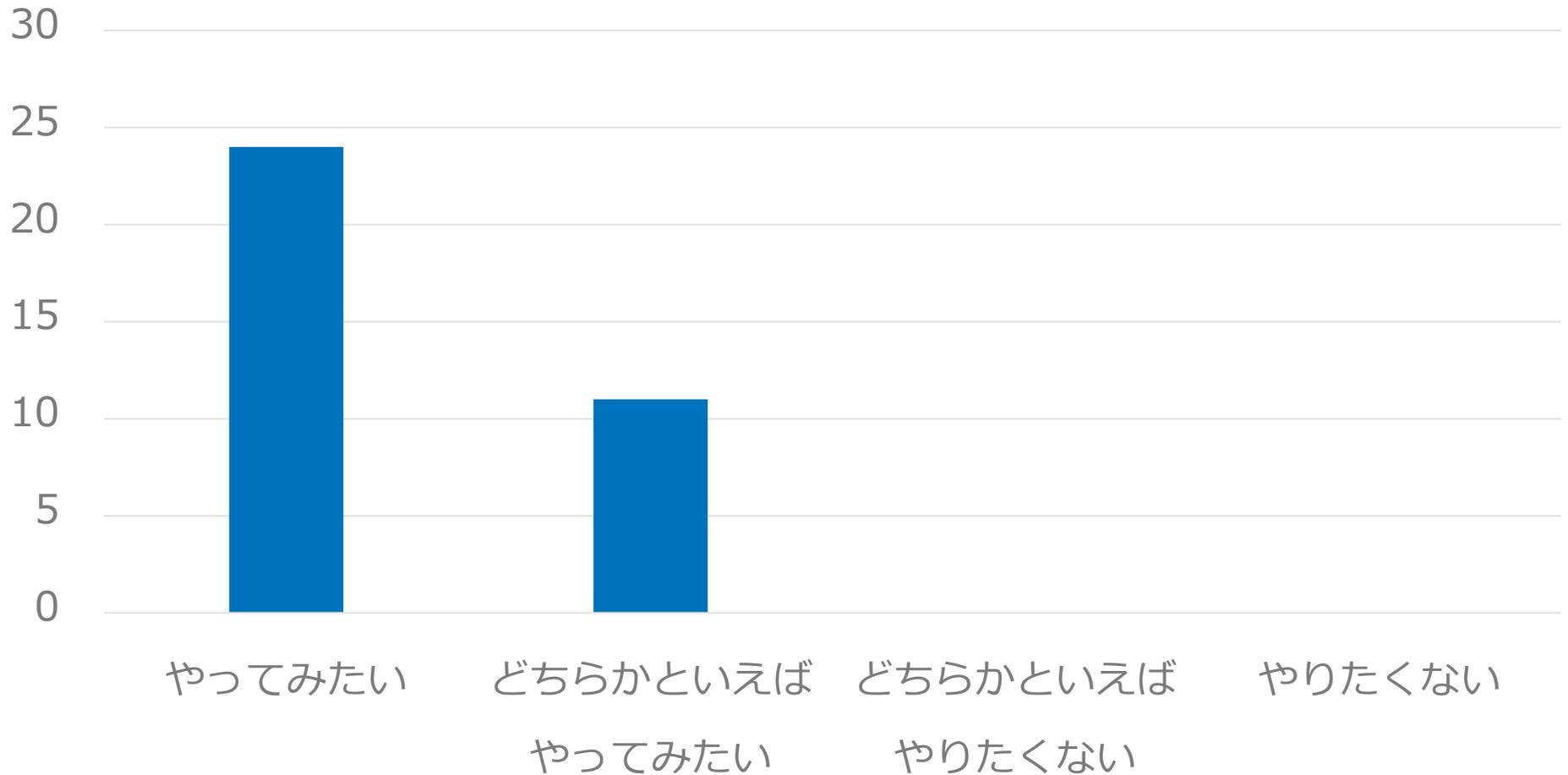
とても良かった・良かったが **97%**



1. 町民の意識

■ 今後もパークゴルフをやってみたいとおもいましたか

やってみたい・どちらかといえばやってみたい **100%**



1. 町民の意識

■ 本日の講座を受けて、今後の生活で気をつけたいこと、
役立たいことはありますか？

運動習慣

毎日運動を心がけたい／軽スポーツを始めたい

ウォーキングをする／体を動かし、生活リズムを作る

食生活

食生活にもっと注意して生きたい

バランスの良い食事をとるよう心がけたいと思います

運動習慣 + 食生活

運動をもっとすること、バランスとれた食事

食生活と適度な運動を行いたい

1. 町民の意識

■ 意識の変容

1 運動習慣に対する意識向上

2 食生活の見直し

2. 苦慮したこと

01

他部署や**関係機関**との**連携**において足並みを揃えること。

02

健康寿命の延伸、**医療費抑制**への働きかけも事業の目的であったが、**公民館講座**としたため、教育委員会**任せ**の部分が多かったこと。

3.改善のアイデア

01

継続的に行うための**環境づくり**、**取組の推進**

02

参加者の平均年齢が高かったため、**若年層**の参加を**促す仕掛け**

03

他の軽スポーツでも**実施**できるような**事業計画**の作成

■ 実践での行政職員の関わり

- 関係者と参加者のつなぎ役
- 専門的観点からの指導と提案

■ 実践から導き出された社会教育行政職員の役割

- コーディネーター
他課連携・協働・住民の交流・人づくり
つながりづくり

パークゴルフ体験講座で健康増進

おわり