

健康寿命の延伸に向けて

敬老優待乗車証制度をより良い制度へ

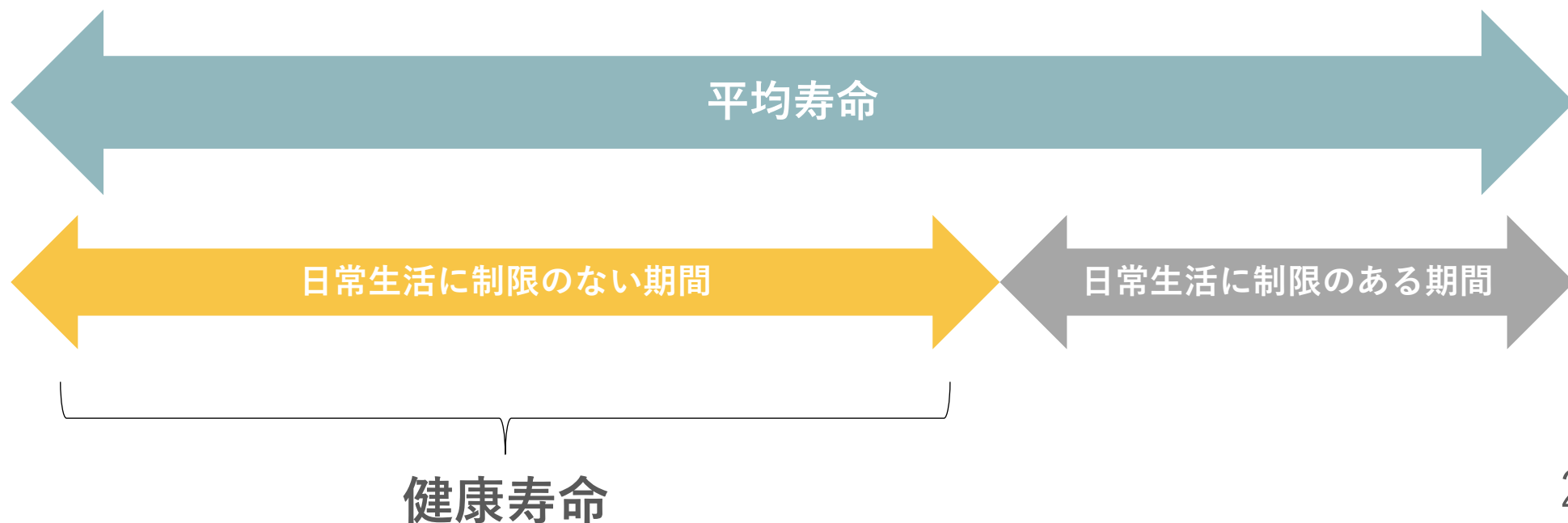
札幌市保健福祉局高齢保健福祉部

第2次札幌市まちづくり
戦略ビジョン

市民の**健康寿命延伸**に向けた取組の推進を位置付け

健康寿命とは

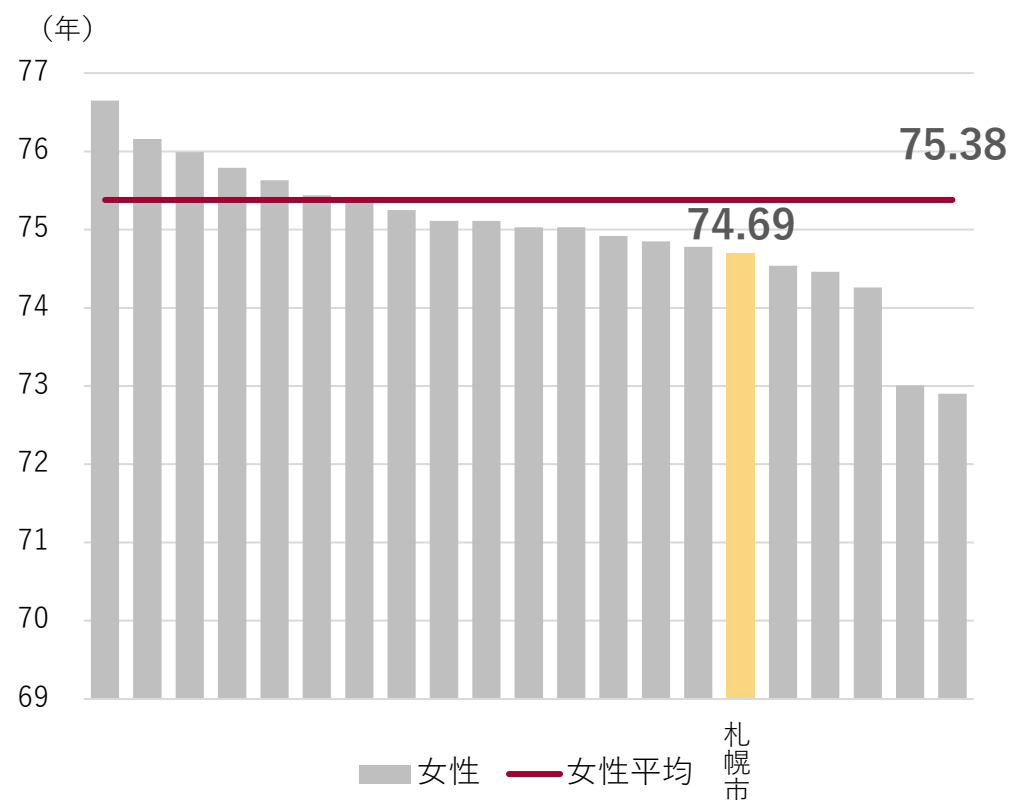
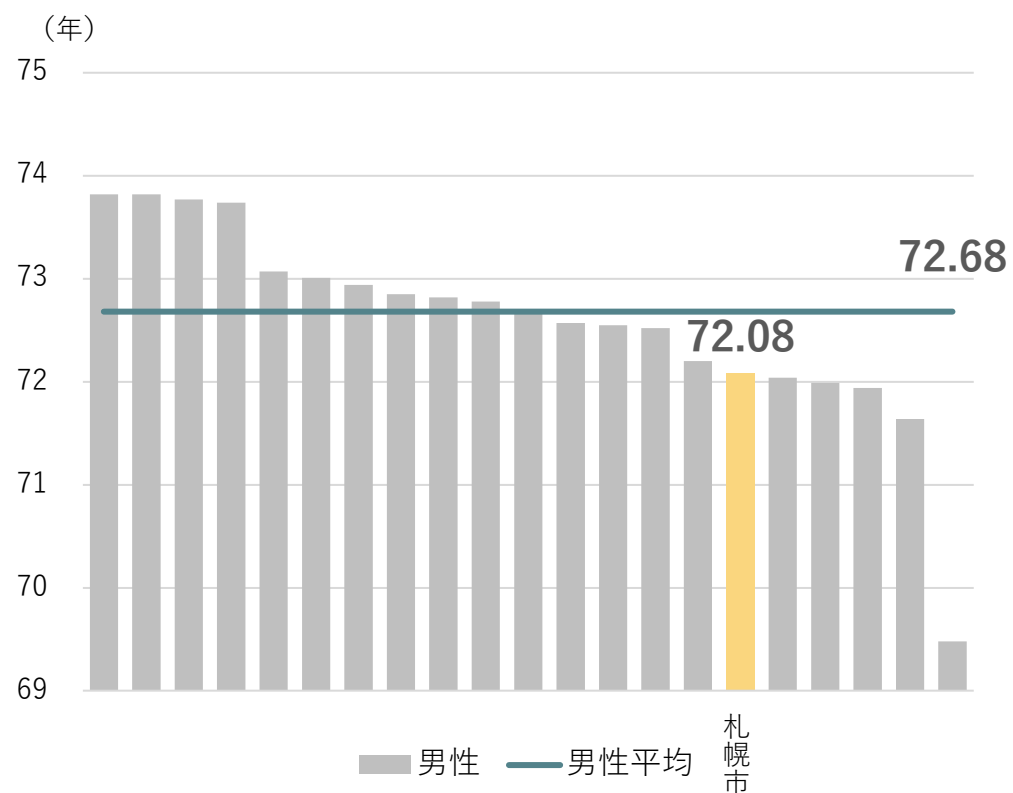
健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間



札幌市民の健康寿命は全国平均を下回り、大都市で比較しても下位

大都市の男女別健康寿命比較（令和元年）

※政令指定都市及び東京都区
※札幌市以外の都市は都市名記載せず

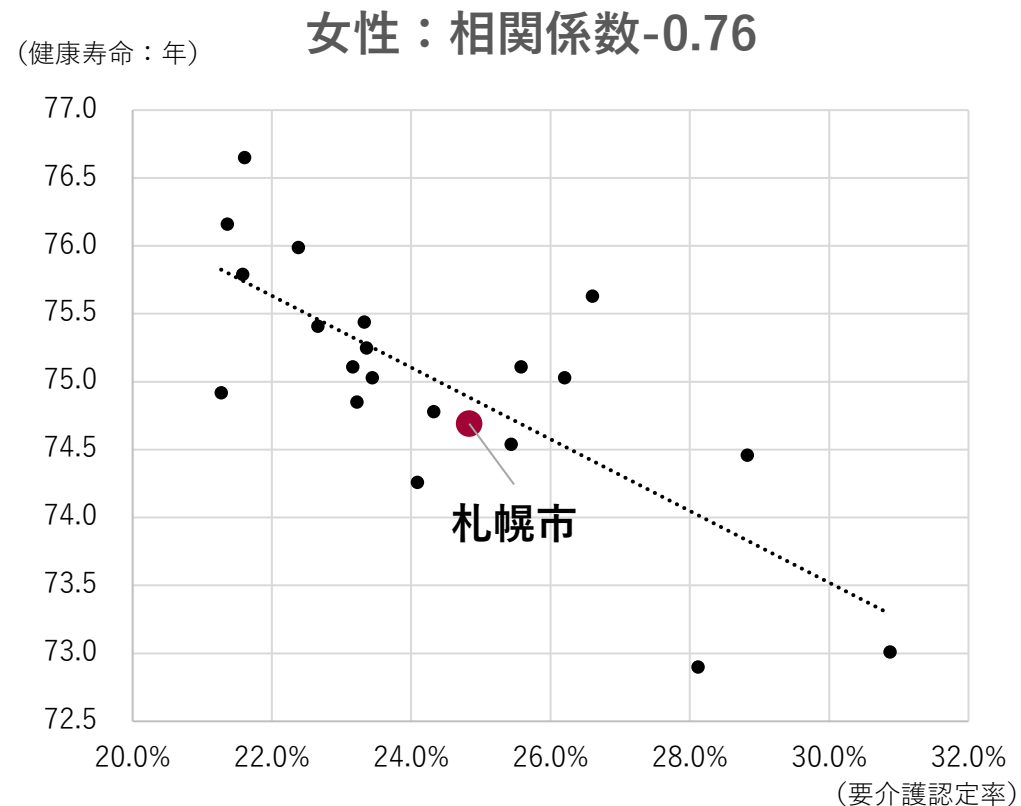
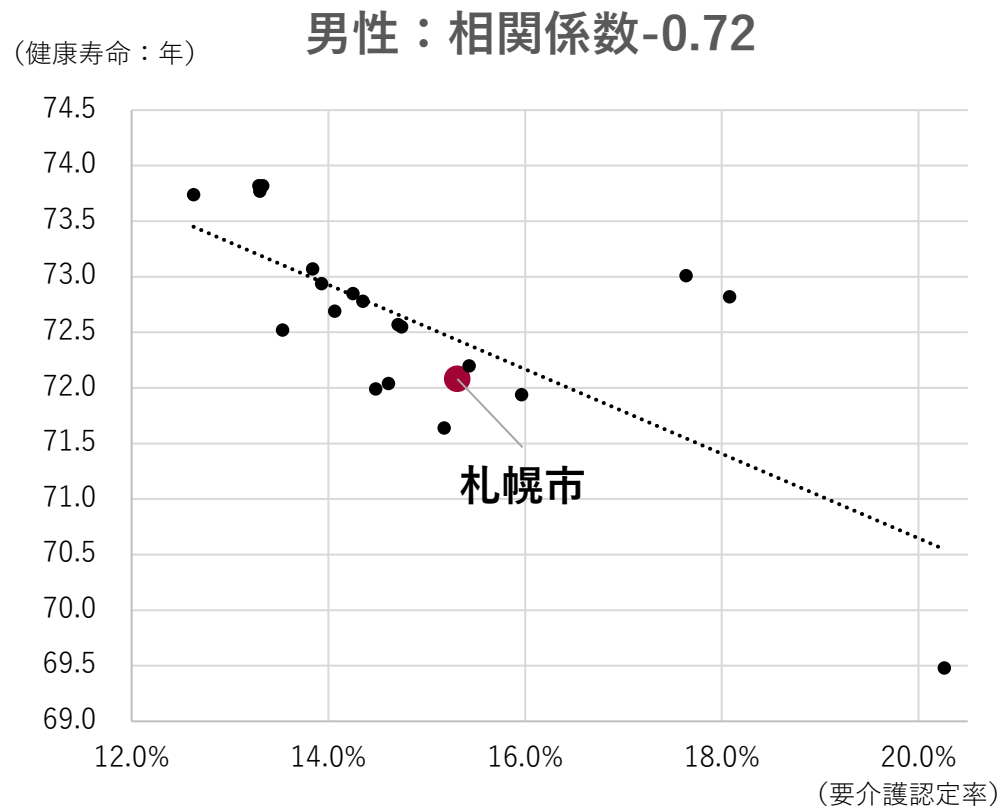


出典：令和3年度厚生労働行政推進調査事業費補助金（循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業）
「健康日本21（第二次）の総合的評価と次期健康づくり運動に向けた研究」分担研究報告書
「健康寿命の算定・評価と延伸可能性の予測に関する研究」令和元年数値

健康寿命が長いほど要介護認定率が低くなる傾向

大都市の男女別要介護認定率と健康寿命の相関関係比較

※政令指定都市及び東京都区
※札幌市以外の都市は都市名記載せず



認定率：介護保険事業状況報告（令和3年分） | 厚生労働省
人口：住民基本台帳に基づく人口、人口動態及び世帯数調査（令和4年1月1日現在） | 総務省
健康寿命：前掲のとおり

外部有識者による議論

札幌市高齢者健康寿命延伸検討委員会の設置
(R5.4月～計3回開催)



「健康」に対する市民意見

市民意識調査の実施 (第1回：R5.6～7月、第2回：R5.8～9月)

10,000人規模の市民アンケート (R5.9月)

市民との共創

ワークショップイベントを開催 (R5.9.24・10.22)

テーマ：「わたしのまち、わたしの100年
～健康のまちSAPPOROをデザイン～」



健康寿命延伸につながる既存の取り組み

敬老優待乗車証制度（敬老パス）



《目的》

高齢者の外出を支援し、明るく豊かな
老後の生活の充実を図る

市内70歳以上

一定の自己負担で
ポイントチャージ

地下鉄・
市電・バス

敬老パスの目的はまさに健康寿命延伸につながるもの

敬老パスを

健康づくりと社会参加
のきっかけを後押し

これまでよりも多くの
人が活用できるように

敬老健康パスへ

多くの市民が楽しみながら健康になれる制度へ

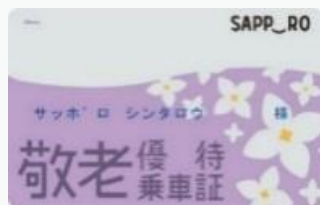
敬老パス

必要なもの



自己負担金

ICカード



利用

公共交通機関乗車
(地下鉄・バス・市電)

自己負担金 0

必要なもの

敬老健康パス

スマホアプリ



(例)



歩くこと



介護予防



人とのふれあい



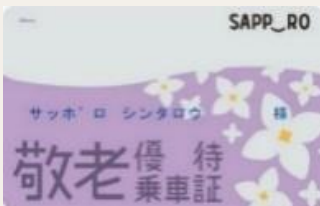
活動が難しい方へのポイントも

QRコード付
ポイントカード



普段の活動で
獲得したポイント

ICカード



利用

公共交通機関乗車
(地下鉄・バス・市電)

※交換上限20,000円

※上限超過後は抽選に参加

利用先拡大

※JR・タクシーを利用する方も
幅広く活用可能に

ポイントを活用し、更なる活動へ

敬老パスのチャージ額：年間1万円【自己負担1,000円】



- 敬老パスの外出：通院（月2回）
- その他の外出：近所のスーパー（週3回）



① 事業参加

アプリのダウンロード **2,000pt**

② スマホ教室

スマホ教室への参加 **3,000pt**

③ 通院

往復1時間程度の歩行 **960pt**

④ 買い物

往復30分程度の歩行 **4,680pt**

+ α

- + 年1,825pt
健康管理【こびまる】
(1日1回)
- + 年2,000pt
介護予防活動
(年に1回)
- + 年2,600pt
毎週更新される
ランキング機能に参加
など

合計(年間) 10,640pt

敬老パスのチャージ額：2万円【自己負担3,000円】



- 敬老パスの外出： 友人・家族との交流(週1回)
- その他の外出： 買い物(週1回)、ウォーキング(週5日)
介護予防活動(年6回)

① 事業参加	アプリのダウンロード	2,000pt
② 交流	往復1時間程度の歩行	2,080pt
③ 買い物	往復1時間程度の歩行	2,080pt
④ ウォーキング	1時間程度の歩行	10,400pt
⑤ 健康管理	「こびまる」の活用	1,825pt
⑥ 介護予防活動	年6回の参加	4,000pt

合計(年間) 22,385pt

+ α

+ 年2,600pt
毎週更新される
ランキング機能に参加

+ 年3,000pt
ボランティア
(2か月に1回)

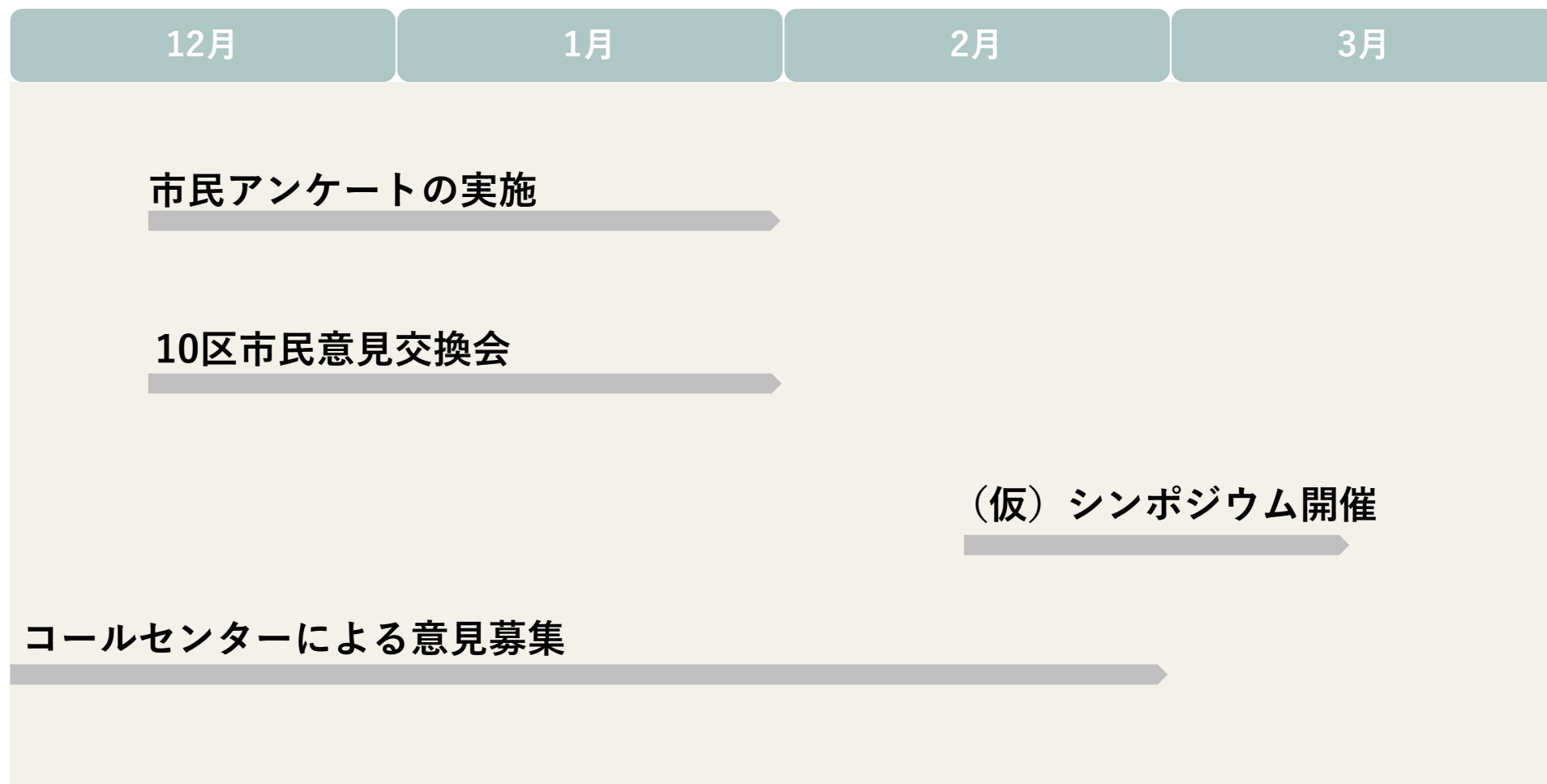
など

20,000ptまで交換可能
+
上限超過後は抽選に参加

敬老健康パス事業の公費負担は現行の敬老パス事業と同規模を維持



事業の推進に向け、広く市民の皆様からご意見を頂戴したい



若者から高齢者まで、
幅広い世代の市民からアイデアを得て、
市民とともにより良い仕組みを構築します

敬老健康パスに関するご意見募集

コールセンター：050-3662-4042

(平日9時～18時、土日祝・年末年始(12/29～1/3)を除く)

札幌市ホームページ

<https://www.city.sapporo.jp/koreifukushi/kenkoh/callcenter2.html>