

**プレスリリース**

令和7年10月7日 山武市秘書広報課

送付文書 計7枚（本紙含む）

報道機関 各位

**～ さんむ・転んでも折れま川柳コンテストを開催しています ～**

山武市では、令和3年度より転倒骨折予防プロジェクトと称して、高齢者の健康寿命を延ばす取組を行っており、本年10月1日（水）から「さんむ・転んでも折れま川柳コンテスト」を開催することとなりました。

これは、10月10日は日本転倒予防学会が制定する「転倒予防の日」に当たり、令和5年度に山武市が独自に調査発表を行った転倒骨折実態調査の結果を踏まえて、更に一步進んだ予防啓発を行うために開催するものです。

通常、疾病予防は市役所の保健衛生部局が担いますが、まちぐるみの取組とするために、基幹病院であるさんむ医療センターや、救急搬送を行う市内消防署、山武市商工会、国立大学法人筑波大学と共催し、市内各所に協力を仰ぎながら、自分事にできる啓発句集に作り上げていきたいと考えております。

つきましては、ぜひ本事業をお取り上げくださいますようお願いいたします。

**●添付書類**

- ・コンテストチラシ兼応募用紙
- ・募集要項
- ・転倒骨折実態調査結果の概要
- ・転倒骨折予防プロジェクトの事業概要

**【お問い合わせ】**

山武市保健福祉部高齢者支援課

担当：瓜生

TEL：0475-80-2642

FAX：0475-80-2650

Email：koreishafukushi@city.sammu.lg.jp

**【送信元】**

山武市総合政策部秘書広報課

担当：北田

TEL：0475-80-0152

FAX：0475-80-2107

Email：hishokoho@city.sammu.lg.jp

山武市転倒骨折予防プロジェクト・プレゼンツ

# さんむ・転<sup>ころ</sup>んでも折れ<sup>お</sup>ま川柳<sup>せんりゅう</sup>コンテスト

市民全員が、転倒や骨折の不安を感じることなく、  
いつまでも元気に過ごせる日常の小さな気づきを  
「5・7・5」の川柳に込めてみませんか。

お題

転ばない、転んでも骨折しない生活

募集期間 10/1(水)~11/10(月)

＼ 優秀作品には豪華賞品を用意 ／

大賞

5千円分

QUOカード×1句

優秀賞<sup>ほか</sup>

1千円

QUOカード×9句

選考基準

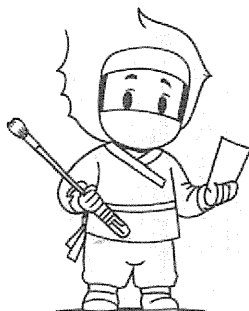
- ▶ 山武市の転倒骨折の実態に即しているもの
- ▶ 自身の経験等で他者も共感がもてるもの
- ▶ 将来の転倒骨折リスクに気づきを与えるもの

応募方法

- (1) 特設サイト上の、Webフォームでの投句
- (2) 応募箱設置場所での投句

注意点

- ▶ 作句は「5・7・5」の17音を基本とします。
- ▶ 未発表の作品に限ります。
- ▶ おひとり2句まで。  
(超えた分は無効です。)



特設サイト&応募フォーム



山武市で  
多い骨折要因を  
紹介中

折れま川柳

応募箱の設置場所

- ▶ 市役所（高齢者支援課）
- ▶ さんむ医療センター
- ▶ 社会福祉協議会
- ▶ シルバー人材センター
- ▶ 成東図書館
- ▶ さんぶの森図書館
- ▶ 松尾図書館
- ▶ 蓮沼交流センター

主催  
共催

山武市  
国立大学法人筑波大学ヘルスサービス開発研究センター、地方独立行政法人  
さんむ医療センター、山武郡市広域行政組合消防本部 東消防署、山武市商  
工会  
社会福祉法人山武市社会福祉協議会、公益社団法人山武市シルバー人材セン  
ター、山武長生夷隅地域リハビリテーション広域支援センター、医療法人社  
団鎮誠会姫島クリニック、千葉県レクリエーション都市開発株式会社、株  
会社千葉薬品、山武市教育委員会

協力



特設サイトの  
AIボイス  
聞いてみる  
ムシシ！

応募方法など  
詳しい情報は  
裏面へ！

# 山武市転倒骨折予防プロジェクト プレゼンツ

## さんむ・転んでも折れま川柳 コンテスト・応募用紙

|                            |     |     |
|----------------------------|-----|-----|
| 公開用ペンネーム（本名での公開を望まない場合は記入） | 作品② | 作品① |
| 備考（特殊な読み方や作句の補足説明など）       |     |     |

### 応募者の基本情報

|                                                                                                                                                                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 応募資格<br><input type="checkbox"/> 在住 <input type="checkbox"/> 在勤 <input type="checkbox"/> 在学<br><input type="checkbox"/> その他（ ）                                      |
| 住所 〒                                                                                                                                                                |
| フリガナ                                                                                                                                                                |
| 氏 名                                                                                                                                                                 |
| 生年月日 T・S・H・R 年 月 日                                                                                                                                                  |
| 電話番号                                                                                                                                                                |
| アンケート① コンテストを知ったきっかけ<br><input type="checkbox"/> 広報さんむ <input type="checkbox"/> 応募箱の設置場所<br><input type="checkbox"/> 他の参加者からの口コミ<br><input type="checkbox"/> その他（ ） |
| アンケート② 特設サイト（ヒント集）を見たか<br><input type="checkbox"/> 見た <input type="checkbox"/> 見なかった                                                                                |

### 募集テーマ

転ばない、転んでも骨折しない生活

### 選定基準

- ・山武市の転倒骨折の実態に即しているもの
- ・自身の経験等で他者も共感がもてるもの
- ・将来の転倒骨折リスクに気づきを与えるもの

### 募集要項

#### ✓ 募集期間

令和7年10月1日（水）から11月10日（月）

#### ✓ 応募資格

- ・市内在住、在勤または在学の方。
- ・転倒骨折予防プロジェクトの関係機関（地方独立行政法人さんむ医療センター等）からの応募の場合は、市外居住者でも応募可能。
- ・年齢は不問。（未成年の方は、備考欄に保護者の氏名及び連絡先を記載ください。）

#### ✓ 形 式

五・七・五の17音を基本定型とする

#### ✓ 応募方法

- ・特設サイト上の応募フォームからの応募  
(<https://www.city.sammu.lg.jp/kenkou/koureifukushi/orema-senryu.html>)
- ・応募箱による応募（応募箱設置場所：高齢者支援課、さんむ医療センター、社会福祉協議会、シルバー人材センター、成東図書館、さんぶの森図書館、松尾図書館、蓮沼交流センター）
- ・郵送による応募  
【郵送先】 〒289-1392 山武市殿台296番地  
山武市役所 保健福祉部 高齢者支援課  
転倒骨折予防プロジェクト担当 あて  
※令和7年11月10日（月）必着

#### ✓ 注意事項

- ・お1人様2句まで応募可。2句を超えた分は無効。
- ・応募作品の著作権（著作権法第27条及び第28条に定める権利を含む）、その他一切の権利を応募をもって主催者に譲渡すること、並びに応募作品に関して著作者人格権を一切行使しないことを承諾の上ご応募ください。
- ・市は、応募者の個人情報を本川柳コンテストの運営（募集・発表）のみに使用します。

### 入賞作品の決定

- ・決定時期は、令和8年3月を予定しています。
- ・入賞作品は、山武市公式ホームページや広報さんむ等で公表するほか、転倒骨折予防プロジェクトでの普及啓発活動等に用います。



特設サイト&応募フォーム

山武市に多い骨折実態はじめ  
その他詳細は特設サイトを  
ご覧ください

山武市 折れま川柳

## さんむ・転んでも折れま川柳コンテスト募集要項

### 1. 事業名

- さんむ・転んでも折れま川柳コンテスト

### 2. コンテストの趣旨・目的

- 山武市における転倒骨折実態調査の結果を踏まえて、地域性のある効果的な啓発標語を広く一般から募り取りまとめる。
- 川柳の作成を通じて、自身の経験等を振り返り、予防喚起につなげる。
- 転倒骨折予防に関係する各団体との連携強化を図る。

### 3. 募集テーマ・内容

- 募集テーマとしては「転ばない、転んでも骨折しない生活」とし、次の要素を踏まえているものとする。
  - ◇ 山武市の転倒骨折の実態に即していること。（データの要素）
  - ◇ 自身の経験等に基づいており他者も共感がもてること。（エピソードの要素）
  - ◇ 将来の転倒骨折リスクに気づきを与えるもの。（セルフチェックの要素）
- 形式は「五・七・五」の17音を基本定型とするが、場合によっては字余り可とする場合もある。

### 4. 応募資格

- 本市に在住、在勤または在学の方。
- ただし、転倒骨折予防プロジェクトの関係機関（地方独立行政法人さんむ医療センター等）からの応募の場合は、市外居住者でも差し支えない。
- 年齢は不問。

### 5. 応募方法

- 応募フォーム、応募箱（設置場所：高齢者支援課、さんむ医療センター、社会福祉協議会、シルバー人材センター、成東図書館、さんぶの森図書館、松尾図書館、蓮沼交流センター）、郵送
- 必要記載事項
  - ◇ 本名（本名での公開を望まない場合は、ペンネームも記載すること。）
  - ◇ 生年月日
  - ◇ 住所
  - ◇ 電話番号
  - ◇ 応募資格の別

◇ 作成した川柳の説明（任意）

- 1人あたり応募できる句数は2句とする。規定数以上の応募があった場合は、超過分を無効とする。

## 6. 応募作品の条件

- 応募作品は未発表・オリジナル作品に限る。
- 他コンテストや発表予定作品の応募は不可とする。
- 公序良俗に反するものは選考外とする。

## 7. 応募期間と締切日

- 令和7年10月1日（水）から11月10日（月）[必着]

## 8. 発表方法および賞品

- 結果の発表時期は令和8年3月を予定し、発表場所はホームページ、広報紙等とする。
- なお、今後、本川柳をモチーフとしたプロモーション動画を作成する可能性がある。
- 各賞・副賞内容としては、下記のとおり。
  - ◇ 大賞（山武市長賞）[5千円相当のクオカード×1枚]
  - ◇ 優秀賞 [1千円相当のクオカード×4枚]
    - さんむ医療センター・骨粗鬆症リエゾンサービスチーム賞
    - 筑波大学・ヘルスサービス開発研究センター長賞
    - 山武郡市広域行政組合・東消防署長賞
    - 山武市商工会長賞
  - ◇ 佳作 [1千円相当のクオカード×5枚]

## 9. 著作権等の取り扱い

- 応募作品の著作権は、主催者に帰属する。

## 10. 注意事項・その他

- 応募作品の返却は不可とする。
- 個人情報の利用範囲は、受賞連絡や賞品発送目的に限られる。
- 作品公表時は、氏名又はペンネームが選択できる。
- 審査基準、審査方法については異議申し立て不可とする。

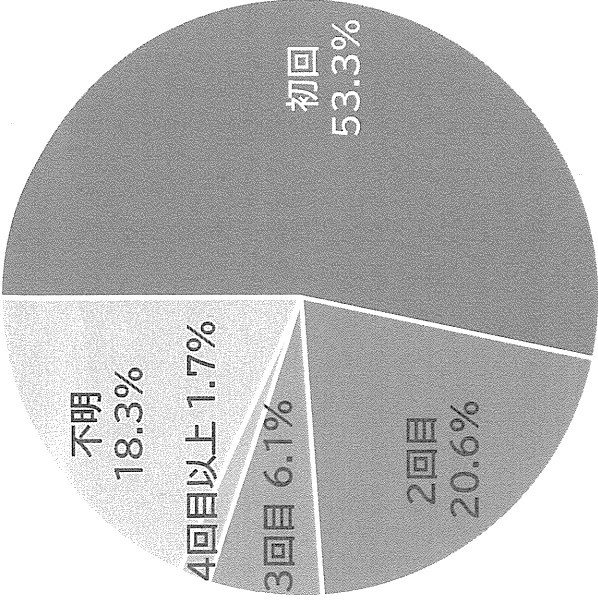
表 骨折が発生した原因

|                                | 全骨折<br>[180] |
|--------------------------------|--------------|
| 発生原因(%)                        |              |
| アルコール摂取にともなう<br>転倒・転落          | 2.2          |
| 急病発症にともなう転倒・転落                 | 1.1          |
| つまづきやよろめきに伴う<br>転倒(階段や段差のない場所) | 22.8         |
| 階段や一般的な段差からの<br>転落             | 10.6         |
| はしごや作業用の足場、樹木、<br>がけなどからの転落    | 8.9          |
| 車いすやベッド、椅子、<br>その他の家具からの転落     | 1.7          |
| 氷や雪、油などで滑った転倒                  | 5.6          |
| 乗用車、バス、オートバイ、<br>自転車などの接触や交通事故 | 3.3          |
| 無理ながんばりや激しい運動、<br>反復性の運動(疲労)   | 1.7          |
| 上記のいずれでもない<br>日常生活での発生         | 11.7         |
| その他                            | 19.4         |
| 不明                             | 11.1         |

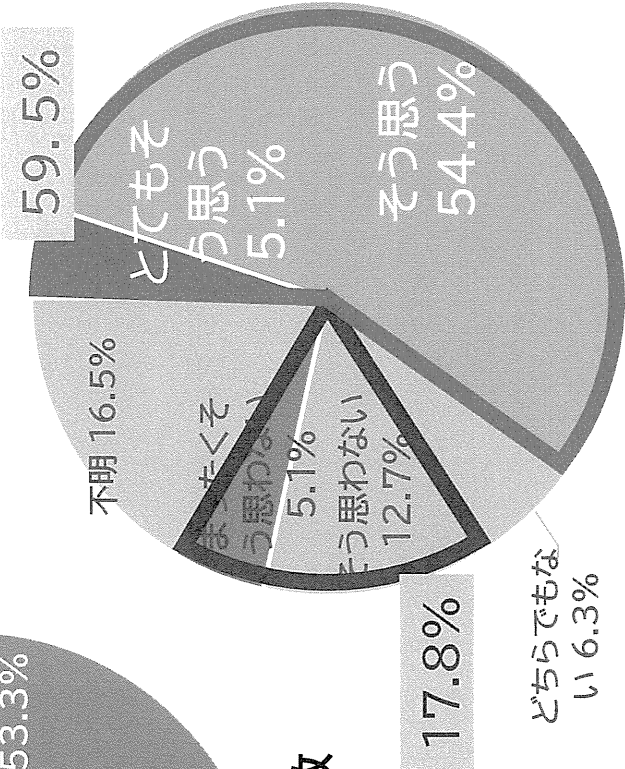
値はすべて％。[ ]内は人数。

「他人との衝突、誰かに支えられているときの転倒・転落」、  
「他人による暴力(叩かれ、蹴られ、なぐられ、踏まれた)」、「地震や火災、  
なだれ、地すべりなど自然災害」は該当者がいなかったため省略した。

\*下位分類では、上肢骨折と比べ有意に多いと赤色で、少ないと青色。  
色の濃淡は有意水準5%(濃)と10%(薄)の違いを表す。



50歳以降の骨折回数  
(あらゆる骨折含む)



骨折防止の可能性に  
関する主観的評価

転倒・転落予防により  
減らしている割合  
全骨折 44.0%  
(大腿骨骨折 52.1%)



第82回日本公衆衛生学会総会・  
口演資料「地域高齢者の転倒骨  
折の実態と対策立案に資する要  
因の抽出：ミクストメソッド横  
断研究」を編集。

## 安心安全就労サーベイ

### シルバー人材センターの就業支援

転倒事故や就業能力低下に結びつく生活機能を選定。職種別にワーク型レッスンを開催し、「働いて健康になる就労」を目指す。



大学及び市役所の協力を得て、会員自らの経験をもとに、市内各所で、全国シルバー人材センター事業協会の支援により、就業支援を行っています。



大学及び市役所の協力を得て、会員自らの経験をもとに、市内各所で、全国シルバー人材センター事業協会の支援により、就業支援を行っています。

#### ～山武市SCの概要～

《設立年月日》  
平成18年4月1日  
《会員数》  
457名（R6.3.31現在）  
《仕事内容》  
土木、草刈、広報紙配布、市役所の受付・日直業務等



大学及び市役所の協力を得て、会員自らの経験をもとに、市内各所で、全国シルバー人材センター事業協会の支援により、就業支援を行っています。

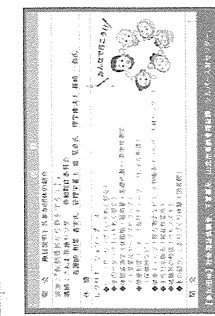
## 参画団体等

国立大学法人筑波大学、社会福祉法人山武市社会福祉協議会、山武市成東図書館、公益社団法人山武市シルバー人材センター、地方独立行政法人さくら医療センター、山武長生養護地域リハビリテーション広域支援センター、医療法人社団錦誠会岐阜クリニックス、千葉県レクリエーション都市開発株式会社、株式会社千葉薬品、成東地域包括支援センター、松尾運沼地域包括支援センター、山武地域包括支援センター、測定会サポーターの皆様

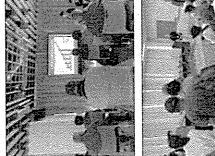
## いきいきわくわく教室

### 老人クラブ主体の健康講話とレクリエーション

山武市ゴールドクラブ連合会（老人クラブ）が市内4か所で、イベントを開催。転倒骨折予防プロジェクトが参画することで、取組を多角化し、地域のつながりと健康意識を強化。



大学及び市役所の協力を得て、会員自らの経験をもとに、市内各所で、全国シルバー人材センター事業協会の支援により、就業支援を行っています。



大学及び市役所の協力を得て、会員自らの経験をもとに、市内各所で、全国シルバー人材センター事業協会の支援により、就業支援を行っています。

## わたしの健康プラス「地域ハブ事業」

### 動ける「つもり」に気づく、生活や仕事に必要な機能をみる測定会

令和3（2021）年10月のリハビリテーション開催を経て、令和4年度から概ね月1回ペースで定例開催している。関係機関との協働により、転倒骨折ハイリスク者を把握する「地域の“目”ネット」を形成。非ハイリスク者を含む、生涯現役感の醸成を図る。



大学及び市役所の協力を得て、会員自らの経験をもとに、市内各所で、全国シルバー人材センター事業協会の支援により、就業支援を行っています。



大学及び市役所の協力を得て、会員自らの経験をもとに、市内各所で、全国シルバー人材センター事業協会の支援により、就業支援を行っています。



大学及び市役所の協力を得て、会員自らの経験をもとに、市内各所で、全国シルバー人材センター事業協会の支援により、就業支援を行っています。

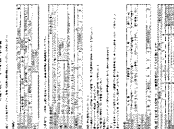


大学及び市役所の協力を得て、会員自らの経験をもとに、市内各所で、全国シルバー人材センター事業協会の支援により、就業支援を行っています。

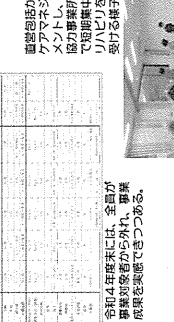
## 通所型サービスCモデル事業

### 転倒リスク者への短期集中リハビリ

転倒骨折ハイリスク者に、運動療法や対処法といったセルフマネジメントの習得を支援。転倒恐怖感や危険性のある動作を改善させる。



大学及び市役所の協力を得て、会員自らの経験をもとに、市内各所で、全国シルバー人材センター事業協会の支援により、就業支援を行っています。



大学及び市役所の協力を得て、会員自らの経験をもとに、市内各所で、全国シルバー人材センター事業協会の支援により、就業支援を行っています。

## 人生100年時代、生涯元気で活躍を応援！！

## 山武市転倒骨折予防プロジェクト

山武市は、国立大学法人筑波大学の協力を得ながら、高齢者の健康寿命を延ばすための「山武市転倒骨折予防プロジェクト（転ばない身体づくり、生涯現役人口の増加）」に取り組んでいます。

《反説の一例：『身体』と『生涯現役感』の関係》 転倒しにくい方ほど現役感が高い傾向！！

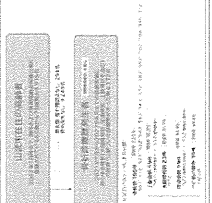
| 生涯現役感         | 転倒しにくい高齢者                | 転倒しやすい高齢者                | 要介護認定者                   |
|---------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 日常生活に大きな制限はない | 90%                      | 75%                      | 54%                      |
| やる気にあふれている    | 81%                      | 62%                      | 39%                      |
| 社会貢献に繋がっている   | 52%                      | 33%                      | 15%                      |
|               | 現役感保有率<br>49%<br>(平均76歳) | 現役感保有率<br>26%<br>(平均79歳) | 現役感保有率<br>13%<br>(平均85歳) |

（出所）山武市高齢者ニーズ調査等から抽出した65歳以上男女712名

## 転倒骨折実態調査

### 市に適した予防対策の追究・立案

市に設置したデータ分析基盤を活用し、医療・介護・福祉・文書・訪問調査を実施。



大学及び市役所の協力を得て、会員自らの経験をもとに、市内各所で、全国シルバー人材センター事業協会の支援により、就業支援を行っています。

（出所）山武市高齢者ニーズ調査等から抽出した65歳以上男女712名

## 「山武市」ってこんなところ

概況  
・平成18年3月に、3町1村（成東町、山武町、蓮沼村、松尾町）が合併して誕生。  
・九十九里浜に面し、田畑地帯から丘陵地帯と続く豊かな地勢。

人口動態  
・面積：146.77㎢  
・人口：47,886人（65歳以上18,038人・37.7%）  
[出所：住民基本台帳（R6.10.1現在）]



大学及び市役所の協力を得て、会員自らの経験をもとに、市内各所で、全国シルバー人材センター事業協会の支援により、就業支援を行っています。

山武市保健福祉部高齢者支援課作成（令和6年10月）