

茨城県取手市長  
信吾氏

藤井 信吾

1959年生まれ。第一生命保険を経て2007年より現職。現在2期目。



# 高齢化する東京近郊都市

東京新聞「談論誘発」

2012年11月20日

取手市は、茨城県の南端に位置する人口十一万の市である。取手と言えば一九八四年に清原・桑田を擁するP.L学園を破つての高校野球の全国制覇が、今でも語り草になっている。上野駅からJR常磐線の特別快速で約三十分。取手市のよう東京圏のベッドタウンとして昭和四十年代に急速に人口が増え、二倍、三倍になつたような市は、これから一挙に高齢化が進むと予測されている。

生産年齢人口に対する高齢者人口の割合が高まる」とから、社会保障を支える財源問題や、にぎわい・活力の維持といった諸課題が噴出して来よう。

しかし、財源論からのアプローチより先に行うべき手立てが別にあると私は考える。それは、その土地に住まい続けることを幸運と確信する人を、一人でも二人でも増やしていくことである。

私自身、前職の生命保険会社に勤務していた時に、通勤至便で終電も遅い取手をマイホームとして選んだのが縁である。朝の通勤でキジに出くわしたり、カブトムシやクワガタのいる樹木を見たり、折々の新鮮な発見はあつたものの、平日の通勤に相当の時間を取りながらでは、身の回りの豊かな資源を本当に気付くのは難しい。自然・景観はもとより、スポーツへのアクセスのしやすさ、助け合うコミュニティー、活動分野の広がりといった身近な素材が実に豊富であることを、残念ながら体感できていなかつただ。

これから時代、首都近郊都市は、地域らしさを強め、住民自身の参画の喜びを高めていくさまざま

# 「健幸」なまちづくりをしよう



チューブ体操をする人たち。身近な場所で運動が楽しめる環境が重要になっている=今年2月、茨城県取手市で(同市提供)

まな取り組みが求められる。自らの心身の健康だけでなく、周囲との健全な関わり方が重要だ。健康で幸せに暮らせる新しいまちづくり、「健幸」まちづくりに取り組みたい。

とてもない長寿社会が到来するのであれば、病気や不安に悩まなれず、健康で安心感に満たされた長寿をこそ求めたいと思う。

そのためには、アクセスしやすい場所に運動や適切な食生活の指導が得られる環境が大事であり、コミュニケーションや地域として健康を志向していくという方向性を明示すべきである。

取手市は、地域が連携しながら市民の生涯にわたる健康的なライフスタイルを確立するため総合的に取り組むことを目的として、二〇一〇年から、筑波大学大学院の久野譜也教授が主宰する「スマート・ウエルネス・シティ首長研究会」に加入し健康まちづくりに注力している。これまで、チューブ体操指導者の会やシルバーリハビリ体操指導士の会などが市民の健康づくりのために精力的に活動してきた。教えながら自らも学び、はつらつとして惜しまず働き、輝いている。しかも、人への貢献がうれしいのだ。

健康・医療・福祉・環境を一体として整備するウェルネスタウンとして、取手を推進していく。健康づくり、友達づくりで地域貢献するたぐさんの「笑顔」こそ、取手市のこれから地域らしさのシンボルである。

談  
論  
誘  
発



## 健康寿命の延長へ



くの  
久野  
しんや  
譜也氏

筑波大教授

1962年生まれ。東京大学助手を経て2011年より現職。

我が国では今後十年間で高齢化の加速度的進行と人口減がみられることにより、健康はこれまで以上に大きな社会的課題となり、国民の安心および経済力の維持という視点からも重要なとなる。特に、生活習慣病の克服が求められ、これは国民が生活習慣、特に運動と食事をコントロールすることができれば、一定の成果が得られるることは科学的に証明されている。しかししながら、多数の取り組みが世界中で試行されているにも関わらず、うまくいっていないのも現実である。

一方われわれのグループは、科学的根拠による個別処方を基盤とした運動と食事による健康サービスを、ICT（情報通信技術）によりシステム化し、全国約五十の自治体に提供。生活習慣病の予防効果、加えて一定の医療費抑制効果を得た（年間一人約十万円）。しかし、このような先進的取り組みを開始している自治体もみられる一方、依然として事業形態が小さく、評価も行わない事業に終始している自治体が多数を占めており、政策転換に至っていない。それゆえ、全国の自治体がこの方向に舵を切る成功例づくりが求められる。

これに応えるためにわれわれは、地域における健康づくりを従来型の健康施策

## 「交通」「情報」…戦略的に提供



著者の皆様の「意見を書いています。首都圏議論部「談論説発」係へ、  
フックス33-3500-7000 Eメール:sys33-3500-7000@yokohama-u.ac.jp」で。

- ① 東京圏のベッドタウンは急速に高齢化するが、社会財源化、住居環境及び公共交通網の整備など、街づくりの視点も加えた総合的な施策の構築を目指している。
- ② 心身の健康だけではなく、周囲と健全部に暮らせる「健幸」まちづくりに取り組みたい。
- ③ 運動や適切な食生活指導が得られる「まちづくり」の構築を目指していいる。



著者の皆様の「意見を書いています。首都圏議論部「談論説発」係へ、  
フックス33-3500-7000 Eメール:sys33-3500-7000@yokohama-u.ac.jp」で。

麻井信吾氏の意見要約 11月20日付

のみではなく、機能の集約化、住居環境及び公共交通網の整備など、街づくりの視点も加えた総合的な施策の構築を目指している。

最後に、SWC推進の課題は多々あるが、SWCの首長にとって「スマート首長における高齢化と健康・ウェルネス・シティー首長研究会」（SWC）を二〇〇九年に、筑波大学が事務局機能を担う形で全国の八名の市長により発足した（会長・久住時男新潟県見附市長）。現在の参加者は、十四府県二十一市町まで拡大し、茨城県取手市も中核メンバーの一つだ。

SWCでは、街づくりを中心とした総合的健康づくり施策により、健康寿命の延長が可能であるとの仮説を立て、これを実現するために①歩いて生活することを基本とする「まち」、公共交通がサポートされる「まち」②高齢者が社会的役割を持てる「まち」、高齢者を一方的に弱者とせずに元気に過ごす期間が自然と長くなる「まち」③市民の健康・医療情報のデータに基づき、的確な健康づくり施策が展開される「まち」④住民の行動変容を起きたと考

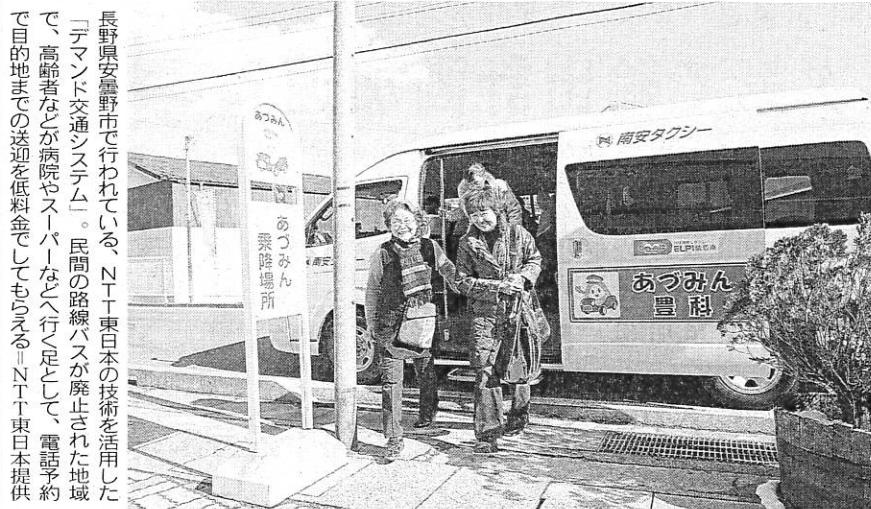
る。「これは、従来型による学問の枠組みでは解決しないこと、研究者側が必ずしも気づいていないことが原因である。これを解決するために、地域と学が協同して「健幸社会」を構築するための社会実験の繰り返しが必要である。

ヨーロッパの多数の都市においては、中心市街地に車の流入制限や公共交通の再整備など新しい社会技術を用いた街の再整備が進められている。残念ながら日本ではそのような街は実現しておらず、現在、取手市

## 情報通信と健康

さいとう  
齋藤  
よしお  
義男氏NTT東日本  
公共営業部長

1963年生まれ。千葉支店法人営業部長などを経て2009年より現職。



POLEMIC

NTT東日本が「フレッソ光」の光通信サービスを始めて十年余り。約一千万人が利用している。健康づくりに役立てるため、「遠隔健康相談」などさまざまな機能を提供してきた。遠隔健康相談は岩手県遠

## 産学官で住民行動変える

野市などで実施。高齢者の自宅と診療所や病院をテレビ電話で結んで問診する。「買い物支援」は茨城県つくば市などで、車の運転ができず近くにスーパーなどがない人を対象に、電話で車（デマンド交通）を手配したり、タッチパネル方式の端末で買い物をし、配送をするサービスだ。

また、身長や体重、体組成、歩数計や血圧などのデータを住民が回線で送って役場に蓄積し、保健師がこれをチェックして健康指導をする取り組みも。どのサービスも、光通信ならではの無限の可能性によって実現していると思う。

わが国では今や四人に一人が六十五歳以上の高齢者であり、国や自治体にとって社会保障制度等の継続的運営特に医療費負担の膨張による財政圧迫が大きな課題となっている。高齢になっても健康であり続けること、これは個人によつ



「健幸」まちづくり

ゆづはづ

読者の皆様の「意見を募っています。首都圈編集部 談論誘発」欄へ、  
ファックス(03-3505-5200)、メール(syutoken@tokyo-np.co.jp)で。

藤井信吾氏の意見要約(11月20日付)

- ① 東京圏のベッドタウンは急速に高齢化するが、社会保障を支える財源論より先にするべき手だたがある。
- ② 心身の健康だけでなく、周囲と健全に関わって幸せに暮らせる「健幸」まちづくりに取り組みたい。
- ③ 運動や適切な食生活指導が得られる環境が大事。地域として健康を志向する方向性を明示すべきだ。

てはもちろん、地域社会全体にとっても大変重要なことだ。

とだ。

藤井信吾茨城県取手市長ら各地の首長が参加する

「スマート・ウエルネス・シティー首長研究会」では、久野譲也筑波大教授が提唱する、住民が健康で元気に幸せに暮らせる新しい「健幸」まちづくりに向けさまざまな取り組みが行われている。私も研究会に加わり、NTT東日本として情報通信技術を使った課題解決のサービスに力を入れている。

今は健診結果やレセプト（診療報酬明細書）など、地域住民の健康情報を個人情報を最たるものと変容を促すことが可能になると考へている。

一方、病歴や健診データは個人情報の最たるものだ。データ処理では匿名性を担保し、情報に心じたせよ。データの持ち主が必要。データの持ち主が

た後、光ネットワークを経由して取り込む情報連携基盤を構築したい。その上で、住民の健康状態を分析し、健康づくりに関する施策の立案や評価に活用し、「健幸度（仮称）」のようないくつかの指標を産学官連携で整備する予定だ。健康状態や将来どうなるかという予測を「見える化」することで、健康に無関心な住民層の行動変容を促すことが可能にならう。

最近は、地域が元気がないと言われる。中心市街地がさびれ、高齢化率が上がり、出生率が下がっている。その対策としては元気なお年寄りを増やす、樂しく過ごしてもうつことが重要だ。老いが進んでも、これまで述べたようなサービスが進めば地域で暮らしながら健康を維持していく

ことではないか。個人が明るく、地域も明るくなれば、情報通信技術が役立つことは多い。