

# 第15回

# Smart Wellness City 首長研究会

2016年11月21日(月)–22日(火) 筑波大学東京キャンパス文京校舎  
主催：Smart Wellness City首長研究会 共催：筑波大学 後援：内閣府



## イントロダクション

第15回目Smart Wellness City (SWC) 首長研究会は、「2025年問題を解決できる都市(まち)づくりとは」をテーマに、2025年に訪れる超高齢化社会問題を解決するためのこれからのまちづくりと地方創生の推進に向けた自治体の方向性について議論を交わした。また、今回初の試みとして「SWC協議会まちづくり分科会」とのジョイントセッションを行い、産官学の連携性を高める機会となった。

### 出席自治体

栗山町、東神楽町、金ヶ崎町、新潟市、見附市、三条市、伊達市、足利市、川越市、取手市、中野区、三島市、八幡市、高石市、加西市、草津市、八幡浜市、飯塚市、(以上、首長出席)  
富山市、大和市、豊岡市、熊野市、川西市、広陵町(以上、副首長出席)



## SWC首長研究会代表、後援代表より挨拶



久住 時男 (SWC首長研究会会長 新潟県 見附市長)  
首長研究会では、これまでに新しい提言・実証・エビデンスを作ってきた。健幸施策という認識が広がっており、その発信源の一つは首長研究会であると考えている。国や省庁、民間企業においても、健幸施策が国づくり・都市政策の中心と認識されている。我々の取り組みは無駄ではなく、これからも必要とされていると感じている。自治体は健幸施策を自ら挑戦しながら実証し、久野先生を中心とする大学をはじめとした学術側で検証してエビデンス化していただき、国の施策として取り入れていただきたいと思う。見附市では健幸ポイント事業に取り組んでおり、他の自治体や民間企業においても拡がりをみせているが、こうした成果のエビデンスを発信していくことが、産官学一体となって進めている首長研究会の役割であると考えている。



佐々木 基 (内閣府地方創生推進事務局長)

国として本格的に地方創生に取り組始めて2年が経ち、地方自治体の首長の皆様方が明確な意識をもって地方創生に取り組まれているが、SWC首長研究会のように、1つの自治体だけでアイデアを出して実現していくことが難しいテーマについて、共通の関心や問題意識を持つ首長が集まって議論する場は大変意義のあるものである。これからの地方創生におけるキーワードの1つは、中高年齢者への取り組みである。身体も元気であり、現役時代に培った知識・経験等を社会貢献のために使いたいと考える方々が多くいらっしゃるが、そういった方々には、日本版CCRCや、プロフェッショナル人材という形で活躍していただきたい。そのためにも、健康寿命延伸に向けた取り組みが重要である。SWC首長研究会の取り組みがそれぞれの地域に広がり、さらに全国に共有され盛り上がることは日本全体の成長へつながると考えられる。皆様方の取り組みに強く賛同しており、今後も支援していきたい。



## 話題提供①「今後の地方自治体における行政改革の方向性」



松藤 保孝 (全国市町村国際文化研修所教務部長)

市町村職員の本来業務は、一人一人の住民が夢や希望を実現し、より幸福になることを目指し行動することである。2025年問題を抱えているが、厳しい話ばかりではなく、個々の住民にとってはチャンスである。自治体職員が政策を作るためには、世の中の動きや、世界の社会経済情勢、未来に実現すべき人々の暮らしを知るなどやるべきことは膨大である。やるべきことは時代時代が変わってくるので、10年後に必要な人材を中途採用し、

アルバイト、派遣、業務委託などで連れてくるのが基本となる。代替可能な業務、代替すべき業務は代替し、それぞれの業務のプロの力を結集することで、自治体職員は政策判断(プロデュース)に専念することで、今の人数であっても業務の効率化は可能である。政策判断に専念するために、地域再生マネージャーといった、自治体が個人に業務委託することを始めた。例えば東京の百貨店で野菜を売るなど、成功報酬により依頼することで、マーケットは日本全国、全世界へと広がる。また、都市の出身者や、都市が好きだと思っている人々も活用いただきたい。



## 話題提供②「3年間・1万2千人が参加した健幸ポイントプロジェクト」



久野 譜也 (筑波大学大学院 教授)

SWC総合特区では「歩いて暮らせるまち」を目指している。死亡リスクの第4位は運動不足であり、運動不足の解消は、喫煙以外の4つの死因に効果があることがエビデンスから裏付けられている。70歳以上の高齢者が、まちに出なくなるような状況をいかに作っていくかというのが今後の課題であり、さらに認知症対策をどう進めるかが重要になってくる。認知症の主要要因は運動不足によるところが示されている。行政が色々な施策を行っても、リスクが高く医療費の高い7割の無関心層は参加していない。また、無関心層は広報誌も読まず、講演会も参加し

ないなど、情報を取らない集団であり、ヘルスリテラシーが低いままである。新たな広報戦略をやらない限り、従来の広報戦略では情報が届かない無関心層が存在することを認識しなくてはならない。健幸ポイントプロジェクトでは、無関心層の切り崩しに成功しており、1万2千人の参加者のうち8割近くが無関心層であった。医療費の抑制効果も見られており、特に高齢者では大きな効果が見られている。また、事業を通して口コミによる広報活動が有効であることが示されているため、今後は無関心層にも届く情報伝達の地域システムの開発が必要である。



# ジョイントセッション

## 2025年問題に対応可能なスマートウエルネスシティとは ～SWC協議会まちづくり分科会とのジョイント～



### 1. 「SWC協議会まちづくり分科会の取組み」ーこれまでの活動成果と今後の活動目標ー

岸井 隆幸 (まちづくり分科会座長・日本大学 教授)

SWCのまちづくり分科会には55の団体が参加している。まちづくりというと、空間を扱うメンバーが集まることが多かったが、SWC協議会のまちづくり分科会では、様々な分野の方々に参加している。昨年度は事例や経験、ノウハウを共有し、どのような制度が必要であるか等、議論してきた。28年度は今まで得た知見を基に施策を具体化して検証していく。そのモデル都市は中野区、多摩市、さいたま市、川西市、高石市、伊達市、見附市であり、自治体の民間ビジネスとして具体的な提案をしていく。



### 2. 「これからの健康まちづくり」

渡邊 浩司 (国土交通省)

これから人口減少を迎えるにあたり医療福祉施設の望ましい配置、地域の公共交通を整えていくが必要になってくる。コンパクトシティ、コンパクトプラスネットワークとして様々な生活の機能を維持しながら集約することで、人口密度を維持するとともに、生産性の向上が見込める。さらにコンパクトなまちとすることで歩いて暮らせるまちとなり、高齢者の歩く機会が増えていく。無理に一極一点に集めるということではなく、それぞれの拠点に合わせるとともに、経済社会、環境の観点からその場に暮らす人々を中心とした、都市として持続可能な姿を目指していく。



### 3. 「地方都市でも賑わっている健幸都市政策とは」

豊岡 武士 (静岡県 三島市長)

住んでいるだけ、暮らしているだけで健幸になれるまちを目指している。エビデンスに基づく健康づくり、自然と健康づくり、コラボレーションとして民間との協力を行う。無関心層へのアプローチとして、不特定多数が集う店舗等にブースを展開して、健康チェック、体組成測定、検診PR等を実施している。また、「まち全体が健康フィールド」として、タニタエンジンを使い、運動、食、健康まちづくりを地方創生事業として実施している。さらにノルディックウォーキング公認コースを取得したことで、健康観光誘客を図っている。このようなことから市民の健康をのばし、市民の幸福度を上げ、市経済の成長を将来目標としている。



### 4. 「高齢化に伴う大都市の課題と今後の方向性」

田中 大輔 (東京都 中野区長)

身近でスポーツを楽しめるまちを目指している。中野区は低金利の影響もあって、転入者が転出よりやや多く、子どもも増えている。一方で、高齢者の単身世帯数も増加しており、孤独死が問題となっている。また、医療費や生活保護費、介護費の負担が大きく、人件費の削減や保育園の民営化など工夫しており、併せて政策を打ち出すときには、原因分析を行う必要性を感じている。スポーツに関していえば、できない理由を考え、どこでも体を動かせるまちをつくる考えのもと、現在、公園の改造計画をたてているところである。SWCの考え方を東京という過密都市でどう展開をしていくかが今後の課題である。



### 5. 「日常的な外出機会の創出 まちなか交流広場“ステージえんがわ”」

國定 勇人 (新潟県 三条市長)

7割の無関心層を最も身近な運動である「歩く」へと行動変容させるため、外出を促す各種ソフト事業を実施してきた。また、高齢者や日常的に高齢者と関わりとある方100人に対し、1人2時間のインタビューを実施した結果、高齢者の様々な欲求に着目して、気軽に参加できる行事を数多く実施することとした。その取組の拠点となる施設として、施設コンセプトを「縁側」とし、誰からも見え、気軽に立ち寄り、誰もが自由に活動できる「見える化」された公共施設としてまちなか交流広場「ステージえんがわ」を整備した。ここを拠点として日常的な外出機会の創出と交流を促進することで多様なコミュニティの形成につながっている。



## 話題提供③ 「これからの高齢化対策のカギはフレイル予防」



大内 尉義 (虎の門病院 院長)

健康寿命の延伸が重要である。これは、個々の特定の病気の有無ではなく、健康で自立して生活できる期間のことである。虚弱フレイル、サルコペニア(加齢性筋肉減少症)が健康寿命延伸の障害になる。寝たきりの原因は脳卒中、虚弱、転倒・骨折、認知症で6割くらいを占める。その中で虚弱・老衰という実態がよくわからないものがある。虚弱・老衰は不可逆的な印象であり、身体的、精神・心理的、社会的側

面のニュアンスを十分に表現できていないため、フレイルを提唱した。身体的なフレイルの原因は筋肉の低下であるサルコペニアである。サルコペニアは、予防ができる。サルコペニアは有酸素運動ではなく筋トレが大事であるが、高齢者はどちらも必要である。また、フレイルを予防するには、噛めることも大切である。歯科口腔機能における悪循環による食欲低下、栄養不足対策を行うためには、医科、歯科、栄養でスクラムを組み、虚弱予防、介護予防を行っていく必要がある。



## 話題提供④ 「日本健康会議・健康都市連合の構想」



大島 一博 (内閣官房健康・医療戦略室 次長)

健康寿命を延ばすための政府の方針が、2年前に「健康・医療戦略」として策定されている。医薬品等の研究開発、新産業の創出、医療の国際展開、ICT活用が4本柱。このうち、新産業創出の中心は、予防・健康サービスの拡充であり、人生90年時代の到来やICT技術の発展等を踏まえると、ますます重要になってくる。医療保険者における取組みは、メタボ対策から

データヘルスと広がった。企業における取組みも、健康経営として近年関心が高まってきている。では、市町村における取組みはどうか。国保や介護保険の保険者として、市町村も予防や健康増進の取組みを充実させてきているが、より広い視点から、住民の健康を守り、いい街・いい地域を作るといふアプローチも大切ではないか。SWCはまさにこうした取組みをされている。より多くの自治体にそれが広がってほしい。市町村発で「健康(健幸)都市」の動きがでてくれば国も応援することになる。



## 話題提供⑤ 「未病という新しい考え方と行政の展望」



大谷 泰夫 (日本健康生活推進協会 理事長)

未病とは、病気が健康かという医学的な分類による二択ではない新たな領域である。「生き方」の変革につながる新しい考え方である。病気の前段階で予防することだけでなく、一旦病気になっても医療のお世話になりながら、生きる楽しさを追及したい、魅力的であり続けたいなど、人によって長生きしたい動機は様々なものがある。未病という考え方に立つと、従来の行政のやり方の限界が見えてくる。これまでは、行政が認証・補助・制度化を行い、専門家が提供するサービスを行い、個人は受動的に医療を受けていた。しかし、これからは、自分が自分自身の生き

方を決めて、企業の提供するサービスから自分の求める商品・サービスを選び、専門家は知識に基づいて指導を行うというやり方に変わっていくと考えている。このなかで、行政は後方支援を行う立場となる必要がある。未病の考え方では、病気を治療するという「呪縛」から解放される。サービスの安全確保が絶対条件であり、医療や医薬品とは違ったエビデンスに対する考え方が必要となる。健康リテラシーを底上げしていくことが大事であり、今年4月に日本健康生活推進協会を立ち上げ、医療関係者の健康リテラシーの向上を目指して、日本健康マスター検定をはじめ。個人の健康リテラシーが高まり、民間企業が提供するサービスの質も向上することが期待される。



## 産業界からの最新トピック



東 恭平 (大日本印刷株式会社)

我々は、生活者に「新しい価値を提供する事業」を進めている。スポーツに関しても、ユーザビリティ向上という支援を行うことで実施率向上に努めていく。そこでこの度、生活者とのスポーツ接点の場をつくっていくため、ミズノとの協業を開始した。

ミズノは、公共スポーツ施設の指定管理を担うハード管理だけでなく、スクール運営などソフト事業も行っている。スポーツ実施率を増やすために共同で、スポーツがしたくなる場所をつくること、スポーツへの抵抗をなくすコトづくり、スポーツをする前のアクセシビリティ向上策の検討を進めている。

スポーツ実施率を高め、健康増進と社会福祉の適正化実現を目指していく。そのビジネスから生まれた利益をインセンティブ原資として活用していきけるような、循環型のビジネスモデルを実現していきたい。



後藤 達也 (東日本電信電話株式会社)

介護レクリエーションに関しては、現場から、介護レクを実施するスタッフの負担が大きい、苦手意識を持っている、利用者の集中力を維持させることの難しさなどが課題としてあがっている。ロボットによるコミュニケーションサービスの基本機能(ロボコネクト)が搭載されたクラウド型ロボット[Sota]を提供しているが、簡単な会話、ロボットカメラでの写真撮影、遠隔対話といった基本機能が搭載されており、オプション機能では他のアプリとも連動可能。

レクリエーションアプリ(sotaレク)との連動により、漢字クイズ、歌、体操など様々なコンテンツを提供可能となり、スタッフの補助や自動進行も可能。実際のアンケートでは、9割のスタッフが継続利用したいとの声も頂いた。

[sota]はさらに第一興商様のエルダーシステムのような他のアプリと連動する事も検討中である。

これからの介護分野では、ロボットの活用により新しい付加価値を持ったコミュニケーションの提供が可能となる。



川口 克己 (日本アイ・ピー・エム株式会社)

人間のような知能を持った機械は将来実現できる可能性があるが、現時点では人間の知的活動の一部を機械に任せることができており、多くの産業界で活動している。

脳のメカニズムと電気回路は同じという発想で人工知能が開発された。さかのぼると50年ほど前から基礎研究が行われてきた。

昨今ではデータが多く集まってきており、自然言語のインターフェースの多様化、知識学習によるビジネスの進化、ビッグデータの3つの観点から新しいビジネスを創出する。

データヘルス推進およびPHR推進の課題を問題提起されているが、例えば、健幸クラウドにデータを蓄積し、どういったところに課題があるかを人工知能を活用して機能強化することで、健康課題、有効な対策、費用対効果等を見出せるのではないかと考えている。



藤中 伸紀 (日本マイクロソフト株式会社)

完全クラウド型健康管理サービスについて紹介する。住民が普段利用しているアプリや機器を使うことができ、その他データについてはスマホやPCから入力が可能。簡単なメッセージの送受信、医療機関システムとの連携、集団健康管理の為の分析基盤の構築も可能となっている。

血圧、年齢、体重により健康に関するおすすめ情報を提供している。ユーザーを選択できるため、家族がデータ閲覧を代行でき、利用者が許可すれば管理者にデータを見てもらうこともできる。



## 話題提供⑥ 「共助社会の構築～地域通貨の導入～」



仁志田 昇司 (福島県 伊達市長)

現在、高齢化率が32.6%。中山間地区がたくさんあり、高齢者の単独世帯数の推移が、15年で約2倍となっている。

本市では平成23年に健幸都市基本構想を策定。健康寿命を延ばし、元気な高齢者が社会を支えるま

ちを目指している。

家族内の共助(=自助)から自助・公助、自助・公助から公助・共助の時

代と変遷してきた。家族内共助の代わりとして、地域が家族のようになり、地域内共助を実現する必要がある。そのために、地域通貨を媒体(潤滑剤)として共助社会を構築する。

平成29年7月から平成30年3月までモデル事業の実施、問題点の洗い出し、課題の整理・検証を行い、平成30年4月以降に伊達市全域で本格的な検討を進めていく。民間活力を加えて、広げていきたい。



## 話題提供⑦ 「糖尿病予防の最前線」



田村 好史 (順天堂大学院 准教授)

運動不足による経済損失は全世界で5兆6000億円であり、日本では4300億円となっているが、主に医療費がその経済損失を占めている。世界のこの経済損失のうち、約70%、4兆円が糖尿病によるものである。よって、運動不足の解消による糖尿病予防は医療経済学上、極めて重要な取組みであると考えられる。

食事・運動療法は肝臓と骨格筋の異所性脂肪を解消し、代謝疾患の予防や治療に繋がると考えられており、これは介入でそれほど体重が減らない場

合でも効果を発揮する。患者指導は難しい部分を多く残しているが、その方法により結果が違ってくる。例えば「30分歩きましよう」ではなく「3000歩歩きましよう」と患者に伝えた方が、実施率が高かったというエビデンスがある。

また、近年では運動だけではなく、長時間座っていることがリスクとなることが明らかとなり、30分おきに立って動くことを勧めるという指針が米国の糖尿病の運動ガイドラインで追加された。





## 話題提供⑧ 「無関心層が健康づくりに取り組むための秘訣」



齋藤 光 (カープスジャパン 執行役員)

今年の10月で会員登録数が80万人を超え、平均年齢は62歳である。会員3000名に運動履歴のアンケートを実施したところ、入会前に「運動をしていなかった、ほとんどしていなかった」が78%、他のフィットネスクラブ会員だった人は5%未満であった。入会のきっかけは口コミが7～8割を占めている。

運動を勧めている人も元々は無関心層だった、同じ目線の人の話は人を動かすというこがみえてきている。また、入会に至るまでにはある程度の期間

が必要なのもみえてきている。指導者の育成方針として、指導5割、会員様とのコミュニケーション5割と伝えている。コミュニケーションの中で重要視している点は、正しいメカニズムや理由を会員へ伝えていくことである。会員様に成果を得てもらい心の変化を感じ自信をもってもらうことと合わせてヘルスリテラシーをあげること(顧客教育、啓発、わかりやすくシンプルに)に注力している。運動の大切さをメカニズムと理由を合わせて会員様自ら友人へ伝えてくださっていることで口コミが広がり集客に繋がっている。



## 話題提供⑨ 「バス利用を快適にするための新しいモデル」—広告パネル付きバスシェルターの取組み—



猪爪 勇斗 (MCDドゥコー株式会社 事業開発部長)

三菱商事とフランスのJCドゥコーの合併会社として2000年に設立。世界75カ国、約4435都市で事業を実施している。広告料収入を原資として自治体や市民負担なしで道路上のインフラや交通サービスを提供しており、広告を活用したPPP(パブリック・プライベート・パートナーシップ)/PFI事業、官民連携の事業を行っている。

B-Stop® (広告付きバス停留所上屋)は、全国41都市で69のバス事業者と約1823か所に設置。各都市にあったデザインを提案し、広告パネルのサイズはすべて共通の2㎡でネットワーク化されており、屋外広告の全国メ

ディアとして販売している。広告料の収入を原資とし、バス停上屋の製造から設置、その後の清掃、維持管理まで行う。仕組みは、バス事業者とMCDで事業の協定、契約書を締結。事業権を預けていただく代わりにバス待ち空間の改善、サービスの向上を提供する。

シクロシティという任意のステーションで自転車をレンタルし、返却することができるサイクルシェアリングを2010年富山市で日本初となる本格導入を開始した。一番のメリットは、既存の公共交通網を補完し、利便性を向上することによって公共交通の活性化に繋がることである。また、東京オリンピックに向けてデジタルサイネージ搭載最新バス停を作る予定。



## 話題提供⑩ 「愛知県での有料道路民営化に成功した要因」



植村 公一 (株式会社 インデックスコンサルティング 代表)

PPP、公共のインフラを一定期間民間企業に委託し、インフラを経営させる。民間企業がリスクをとりながら経営を行い、いかに利益を出すかが重要である。

愛知県の例では、道路公社が持っている路線の運営権を民間売却、運営期間は30年。委託内容は、道路の運営管理、施設の点検、料金の徴収、交通管理、インターチェンジの改築事業も行っている。道路を使った地域の活性化を図りたいというのが事業者からの大きな趣旨であり、沿線の開発の提案も実施してもらった。

愛知県有料道路コンセッションは日本で初めての取組みであった。かつ

て、道路だけは法律で民営化できないといわれていた。PPPは、官民の利益バランスをどのように取るかが一番難しいと言われていた。愛知県では道路だけでなく、上下水道・公営住宅なども民営化していこうと動いている。PPPの成功の秘訣として、利用者・地域、民間事業者、公共が三方良しとなる関係・仕組みが一番必要な事である。

今後、国交省、日本CM協会とCPDS協議会が連携して、CM方式を始めとする多様な発注方式の普及と人材育成を進め、透明性と適正な利益を確保することで発注者、受注者、下請企業の三方良しを実現し、地方建設業界の構造改革の推進をイメージしている。



## 初参加 首長紹介



川合 善明  
(埼玉県 川越市長)

川越市は、埼玉県の西南部に位置しており、東京に近いため人口が増えている状況にある。健康寿命日本一を目指したまちづくりを進めており、特に運動を始めるきっかけづくりとしてラジオ体操を推進している。また、2020年の東京オリンピックでは、ゴルフ競技が開催される予定となっていることから、ますますスポーツや健康づくりへの関心が高まるよう取組んでいきたい。



橋川 渉  
(滋賀県 草津市長)

人口は13万7千人で、しばらくは増加する見込みであるが、2025年問題を抱えている。高齢化率が15%の学区や30%近い学区もあるなど、地域差が大きい状況である。そうしたなかで、健康寿命を延ばすため、8月に健幸都市宣言を行い、現在は、まちの健幸、ひとの健幸、しごととの健幸という切り口で基本計画を策定中であり、来年度から魅力的な施策を進めたいと考えている。



大城 一郎  
(愛媛県 八幡浜市長)

八幡浜市は四国西南部、佐田岬半島のつけ根に位置し九州地方への玄関口となっており、高齢化率は36.7%である。糖尿病を悪化させない都市、人工透析に移行させない都市を目指し、医療関係者と市が養成した糖尿病予防サポーターによる取組みによって、糖尿病から人工透析になる患者を限りなくゼロに近づけるよう努力している。

### 総括

#### 第15回SWC首長研究会の成果と第16回への課題整理

今回は2025年問題を目前としてどうしていくかというテーマで議論してきた。人生100年というステージで考えていく必要があり、今までと考えを変えていかなくてははいけない。元気な人たちの期間を長くすることだけではなく、弱くなった人たちが生きがいをもって生活できる環境を地域につくっていくことが2025年問題に向けた課題であると感じている。疾患をもっている人も虚弱な人も健康づくりに取り組める仕組みづくりにも注力していきたい。

次回第16回は、2017年5月、兵庫県豊岡市で開催予定。



smart wellness city



筑波大学  
University of Tsukuba

SWC首長研究会事務局：筑波大学・久野研究室  
〒305-8577 茨城県つくば市天王台1-1-1  
TEL: 029-853-7335 FAX: 029-853-6407  
HP: <http://www.swc.jp/> e-mail: [info@swc.jp](mailto:info@swc.jp)