



国の各種調査によれば、健康に関心のある人となない人の割合は3対7という結果が出ている。一般に日本人は健康に対する意識が高いと言われるが、筑波大学が研究を重ねた結果、意外なことに70%の人は健康の重要性を「知らないから行動できない」ことが明らかになった。同大学では増え続ける医療費を抑制する方策として「いつの間にか」健康になる仕組みを開発、普及に乗り出した。

### 健康に関心がなくても「健康」になる まちづくりの仕掛け

メタボリック症候群が心臓病や脳梗塞などの病気を誘発する原因の1つであることは論を待たない。08年4月から始まったメタボ検診の義務化はその予防のためだ。だが、これは公衆衛生学では「ハイリスクアプローチ」と呼ばれ、リスクの高い人を対象に絞って対処する方法で、これまで自治体は「モグラたたき」のみに終始していたのが実態だ。

筑波大学大学院人間総合科学研究科の久野謙也教授は、モグラそのものを減らす「ポピュレーションアプローチ」を合わせて実施する必要性を主張する。つまり、対象を限定せずに地域住民全体へ働きかけることで、地域全体のリスクを低減する

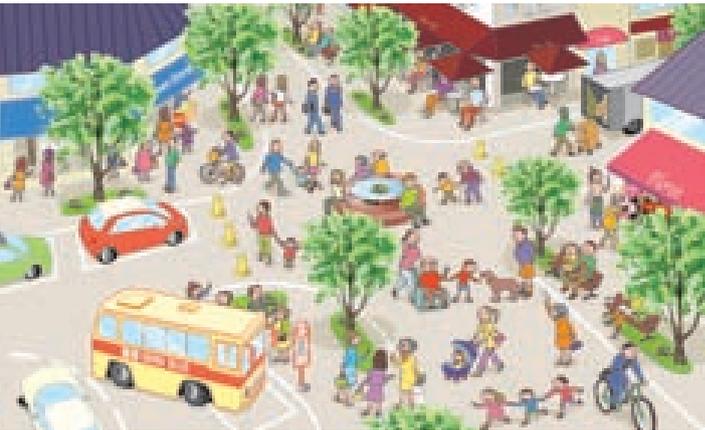
### 「健康長寿社会を創造するスマートウェルネスシティ総合特区」

健「幸」づくりは「まち」づくりから

# 健康長寿社会を目指し 成果を出せる「まち」が誕生

少子高齢化が急速に進み、高齢者の「健幸」(健康で幸せ)づくり支援が求められている。そんな中、総合特区として国に認められた「スマートウェルネスシティ」が、増え続ける医療費に悩む自治体の注目を集めている。このまちづくりから健康維持を推進する試みは、地域社会の活性化の処方箋としても期待されている。

制作・東洋経済企画広告制作チーム



この「まち」に住むと自然と歩いてしまい、知らない間に健康になれる。  
上のイラストはSmart Wellness Cityが目指すゴールのイメージ



▲ 施策前  
出典：フライブルグ市公文書館

施策後▶

#### ● ドイツ フライブルク市

同市には中心市街地に車を入れないという政策がある。この政策はSmart Wellness Cityの手本とも言える

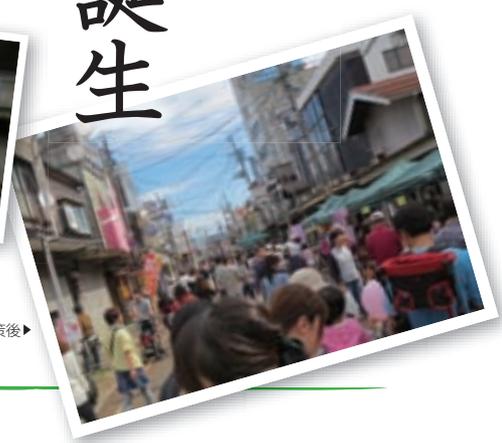


施策前▲

#### ● 新潟県 三条市

『三条マルシェ』を開催することで、シャッター街だった中心街を活性化することに成功した

施策後▶



を発足。同研究会ではウェルネス(健康)をまちづくりの中核に据え、住民が健康で元気に幸せに暮らせる新しい都市モデル「Smart Wellness City」(スマートウェルネスシティ)の推進を行っている。

取り組みだ。久野教授は09年11月、先進的な健康づくり施策に取り組む全国の首長らとともにスマートウェルネスシティ(SWC) 首長研究会(会長久住時男 新潟県見附市長)

高齢化が進んでも地域住民が「健康」であるためには生活習慣病や寝たがりの予防が重要だ。その実現には、ポピュレーションアプローチで地域住民全体の日常の身体活動量を増加(底上げ)させることがカギになる。つまり住んでいるだけで気がつかないうちに「歩いてしまう、歩

き続けてしまう「まちづくり」である。

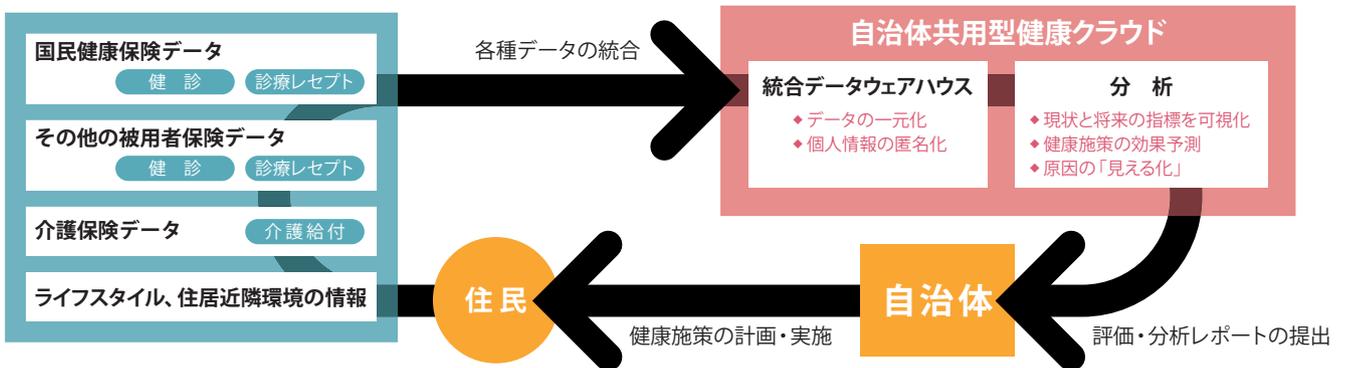
たとえば、自動車の流入を制限する地区をつくり、近隣の住民が歩くようになれば日常の身体活動量が增加する可能性が高くなる。また、地方都市の中心街がシャッター街と化している現状があるが、これを昔のような活気のあるまちに戻すのも健康施策として有効だ。最近の研究で、景観の良い地域に住む人やソーシャルキャピタル（社会的なつながり）が高い地域ほど健康度が高いなど、まちの構造と健康は深い関係にあることがわかってきたからだ。

**「健康クラウド」を開発し、確実に成果を出せる健康施策が可能に**

一昨年の12月、SWC首長研究会が国の総合特別区域に申請していた「健康長寿社会を創造するスマートウエルネスシティ総合特区」が総合特区に指定された。これは積極的に健康政策に取り組む同研究会の活動が正式に国から認められた格好だ。同研究会ではSWC総合特区の活動の二環として「自治体共用型健康クラウド」の構築を行っており、この4月から実用化実験が開始される。これは自治体が管理している国民健康保険のデータ（健康診断やレセプトなど）に加え、各都道府県に

〈健康施策の効果シミュレーションを可能にする「自治体共用型健康クラウド」〉

「自治体共用型健康クラウド」のシステムは、国民健康保険や介護保険などの地域住民の健康関連データを統合・分析し、自治体ごとに住民の健康状況の見える化や、健康政策の将来的な効果予測を可能にする。2012年度中に全国7市で実証利用を開始する予定



支部を持つ全国健康保険協会のデータ、企業健保、介護保険のデータを二元管理・分析するICTシステムだ。国民健康保険だけでは人口約3割のデータしかないが、この統合により約6割まで広がる。健康データだけではなく、ライフスタイルやヘルスリテラシー、地域のソーシャルキャピタル等もデータ化し、評価・分析することで、たとえば生活習慣病の原因の可視化が可能となり、データに基づく効果的な施策展開ができるようになる。将来的には、すべての被用者保険のデータも取り込み、より精密なシステムを目指している。

**情報の共有と連携。全国に広まる持続可能なSWC構想**

総合特区ではまた、「歩く」を基本とするまちづくりの条例化により、基本的な方向性や施策の継続性を担保し、まち全体の施策で人が歩くことにつながる仕掛けも講じていく。実際に、同研究会に参加している新潟県三条市では『三条マルシェ』を定期的に開催するなどして道路を歩行者に開放、にぎわいの場を再生させることに成功した（右ページ写真）。同研究会ではこうした事例をはじめとする情報交換の機会を増やすべく定期的にセミナーやシンポジ



smart  
wellness  
city

お問い合わせ .....  
 「健康長寿社会を創造する  
 スマートウエルネスシティ総合特区」  
 事務局 株式会社つくばウエルネスリサーチ  
 e-mail info@swc.jp URL http://www.swc.jp/

ウムを全国で開催している。2月28日には静岡県三島市でもフォーラムが開かれ、同市周辺の首長のほか大手企業も出席した。健康長寿社会の実現に向け、SWC構想は確実に広がりを見せている。



三島市で開催された「健康を核とした新しいまちづくりフォーラム」には首長ほか民間企業が多数参加した