

スマートウェルネスシティ健幸サミット in とよおか

主催 SWC 地域活性化総合特別区域協議会

共催 兵庫県豊岡市

日程 平成 26 年 3 月 8 日（土）午後 1 時 30 分～午後 4 時 45 分

会場 豊岡市民プラザ 多目的ホール（アイティ 7 階）

内容

(1) 講演

講演①「人もまちも健幸になろう」

筑波大学大学院教授 久野譜也

講演②「スポーツの力 - 挑戦の先にあるもの -」

筑波大学大学院准教授・柔道家 山口香

(2) SWC トークセッション

◇コーディネーター：筑波大学大学院教授 久野譜也

内閣官房次長 福浦裕介

見附市長 久住時男

高石市長 阪口伸六

豊岡市長 中貝宗治

筑波大学大学院准教授・柔道家 山口香

SWC 推進大使、シンガーソングライター 普天間かおり

(3) 普天間かおりミニコンサート

開催あいさつ

豊岡市長 中貝 宗治：

何かを変えようとする時、2つの道があると考えている。国が中心となり制度を変え全体に波及させる道と、各自治体からの取組みから日本全体の変化につなげる道がある。住民の健康づくりについて考えた時、日常の生活において距離の近い各自治体からのアプローチが大切である。

SWC の取組みは総合特区に認定されている7つの市が中心となり現在様々な実験的取組みを行っており、今後の我が国の社会保障を守るためにも住民の健康づくりは重要な取組みであると考えている。

本来、各個人の問題と思われがちな健康づくりに対して、自治体が積極的に取り組む背景には、3つの理由がある。

- ① 医療費負担が増え続けており社会保障が持たなくなる事
- ② 人口減・高齢化などの問題による地域コミュニティの消失を防ぐ事
- ③ 各個人が健やかである事は全ての人共通の願いである事、が主な理由である。

そこで、我々SWC参加自治体では4つのこと共通認識として持ち住民に対しての健康づくり事業に取り組んでいる。

- ① 科学的根拠に基づく事…データに基づく説明ができる事
- ② ポピュレーションアプローチである事…健康づくりに無関心な人も思わず参加したくなる取り組みだったり、または無意識のまま健康になってしまう取り組みである事
- ③ インフラの整備などを含めた、まちづくりの視点である事
- ④ みんなで取り組む事、を共通認識として取り組んでいる。

本日のシンポジウムを通して、参加して頂いた人が自身の健康づくりに取り組むきっかけとなれば幸いである。



内閣府地域活性化推進室 次長 福浦 裕介：

SWCの取り組みは現在、25都道府県43自治体の参加まで広がっている。

内閣官房の役割として各省庁縦割りの状況を取りまとめることを役割として担っており、今後も様々なSWC自治体の取り組みを、省庁の垣根を越えて支援していきたいと思っている。

当シンポジウムで紹介される様々な取り組みを色々と勉強し、今後の施策に役立てていきたいと考えている。

見附市長 久住 時男：

まちづくり=住む人が幸せだと感じる事が重要だと様々な取組みの中で気づいた。豊岡市はじめ SWC の各自治体と切磋琢磨し政策を進めており、まちづくりを通じて住民の方々に幸せだと感じてもらえるように、また、子供たちにとって将来の幸せにつながる良いまちづくりになるようにと思いを込めて取り組んでいる。

このシンポジウムが参加された方々にとって、これから繋がるようなきっかけとなる事を願っている。

講演①「人もまちも健幸になろう」

筑波大学大学院 教授 久野 譜也

死亡原因の上位 5 位の内、喫煙以外については運動不足の解消によって解消できるため、意識して歩くことが健康につながる。

一つのデータとして、東京・大阪・愛知の自家用車利用率と糖尿病の患者数は比例しているというデータがある。公共交通を使うことで徒歩での移動機会が多くなり、結果として健康になっていく。必ずしも車に頼らなくても生活ができるように都市構造を変える必要があると考える。

地方都市の中心市街地はどこもシャッター街となっている。車社会となり、住民の行動範囲が広がった事もあり、中心市街地は機能を果していない。SWC の取組みではこういった中心市街地の再生も健康づくり政策の一環であると考え取り組んでいる。

ソーシャルキャピタル（=人と人の絆、人のつながり）が高い地域に住んでいる人ほど住民の健康度は高い。ソーシャルキャピタルの向上には街中での偶然の出会いの多発化が必要であり、街づくりからの取組みが必要である。

具体的な取組みとしては、総合特区制度の活用や健康条例制定など SWC 構想の実現のために、各自治体で取り組んでいる。その取組みの一つとして健幸クラウドの活用を進めている。各都市において住民の生活様式の分析や問題点の抽出などに役立てている状況である。

SWC の目指す都市の形として車への依存を減らし、住民の歩く機会を如何に創出するかが重要であると考えている。



講演②「スポーツの力、挑戦の先にあるもの」

筑波大学大学院准教授・柔道家 山口 香

運動が好きなアスリートでさえも、現役を引退すると運動から離れてしまう現実がある。

歩くことが健康に良いと分かっているにもかかわらず実行に移せる人は少ないのではないかと思う。

ソチ五輪においてアスリートの試合に臨む姿勢など、たくさんの感動を味わった。指導することは人を信じることだと浅田選手のスケートを見て感じた。

アスリート自身が自分のパフォーマンスに納得して競技が出来ることも同じように大切だと思う。オリンピックに参加するようなアスリートは、素人目からは常人離れした目で映るが、初めて逆上がりが出来た時のような小さな成功の積み重ねがアスリートの今を作っているのである。健康づくりも同様で、周囲や自分のためにも健康づくりは必要であるし、毎日の積み重ねも大切である。

小さな事の積み重ねが将来の大きな喜びに繋がると理解し、取り組むことが運動の素晴らしさであると言える。今度は東京オリンピックが開催されるにあたり、心の健康維持と運動の継続について、日々楽しみながら取り組んでいって欲しい。



トークセッション



高石市市長 阪口 伸六：

・高石市の取組みについて

高石市は人口 6 万人弱、都市の構造は平坦となっており坂が無い。65 歳以上の割合は 24% ほどおり、面積は豊岡市の 60 分の 1 程の小さな自治体であり、高石市は特区 7 市の中で、一番自転車の利用率が高い。また、高石市も高齢化が進んでおり、医療費は年々上がっている状況である。まちの特徴として、自転車の利用率が高いことが挙げられる。

そこで当市では、健幸で歩いて暮らすまちづくりを目指して、4 車線あった車道を見直し、

2車線を自転車専用道路として整備した。また、歩行者中心の観点から、歩道の横にせせらぎも設置している。

徳島の人口 2 千人ほどのある自治体は、元気な高齢者が弱っている高齢者の世帯を回ってゴミの集配をしたりするなど助け合う土壌がある。コミュニティの維持・再生の取組みとして当市でも参考にしたいと考えている。

見附市市長 久住 時男：

・見附市の取組みについて

見附市は人口 4 万 2 千人ほどの小さな町である。2040 年には 3 万 1 千人ほどに人口が減る見込みで、高齢化も進み社会医療費も増加し続けている状況である。

当市では、健康運動教室を住民向けに積極的に展開しており、参加者については年間 10 万円程の医療費削減に繋がっているが、参加者は全体の 30%ほどであり、残り 70%の健康づくり無関心層に対して、どのように取組んでいくかが今後の課題としてある。また、車を利用した生活スタイルが浸透しており、車社会での弊害も健康問題はじめ出ている状況である。

そこで当市では、外出したくなる環境整備に取組み、生活に癒しを感じてもらえるような施設づくりや、賑わい創出の為に施設づくりを実施している。その他、44 のウォーキング道・自転車道の整備を実施、各所にベンチを設置するなど、住民が楽しんで運動に取り組める環境の整備に取り組んでいる。

市民向けの取組みの他、市の職員向けの意識改革も行っており、市役所への通勤方法として徒歩や自転車での通勤を奨励している。

便利さだけを追求しない生活と、コミュニティの再生をテーマに今後取組んでいきたい。

豊岡市長 中貝 宗治：

・豊岡市の取組みについて

健康は素敵な事である。また、健康づくりは楽しいもので仲間と一緒に取り組む事が長続きの秘訣である。

豊岡市では、幼児期の子供に運動の習慣化を促す為、校庭の全面芝生化に取り組んでおり、現在では全体の 80%近く完成している。

また、健幸ポイントの導入にも取り組んでおり、各地で決めた運動や当シンポジウムなどの健康増進に繋がる取組みに参加する事でポイントが付く制度で、2011 年から開始し、参加者は 2 千 8 百人を超えている状況である。

その他、ウエルネストーク豊岡を設置し運動継続支援にも取り組んでいる。実際の参加者結果として、年間 13 万円近い医療費抑制効果が分析により確認できている。



ディスカッション

➤ 3人の市長からのトークセッションを踏まえた本日の感想

福浦次長

今後としてコンパクトシティをどのように実現に向けて行動していくかは国を挙げて取り組んでいる課題である。本日参加している各自治体は先進的に健康づくり施策に取り組む自治体であり取組み事例や考えていることを聞いていると大変心強く、内閣官房の立場から今後の日本のモデルケースとなっていて欲しいと感じている。

山口先生

男女共同参画化にも興味を持って取り組んでいるが、リーダーの意識が変わらないと組織は変わらないと感じている。当会に出席し改めて実感している点である。

様々な取組みの中での成功例のみならず、上手くいかなかった事例なども非常に興味があるところである。



➤ 健康・医療費・地域経済の面より、良い意味での歩かされてしまうまちづくりが必要だと認識している。そのようなまちづくりに向けた課題とは何か。

阪口市長

車中心から歩行者中心の町へ、まちづくりをどうやって進めるかを検討している点に SWC としての取組みに共感して現在でも参加継続に至っている。各市民団体への働き掛けも行い、徐々に輪を拡げていくことが大切である。

久住市長

健康施策を進める中で、縦割りの取組みでは限界がある。健康や幸せに繋がる取組みである事を関係部署が共通理解の基、しっかりと住民に説明した上で、理解の輪を拡げてい

く事が重要ではないかと感じている。SWC の取組みは、現在の便利さから離れる面もあり、住民への丁寧な説明は何よりも必要である。

中貝市長

良い意味での歩かされてしまう、まちづくりについて市民の理解が必要である。豊岡市において、健康面での成果が出ている事を住民に丁寧に説明する必要がある。住民の意識を変えるために何をしなければならないか考えて実行する必要があると思う。

➤ 住民への働きかけにおいて、全体の流れが動く見せ方はどのようなものか。

久住市長

住民の中心となる人物を如何にして掴むかが必要であると感じている。リーダーと成りうる人が周囲の人への理解を進め、SWC 事業についての価値観を共有する輪とする事である。

阪口市長

普天間さんの歌に「守りたいもの」という歌がある。市民の安全安心や笑顔を守る為にも、健康は強く結びつくテーマであると思っている。

中貝市長

過半数を制することで世の中の意識が変わる。住民の半数に対して取組みが浸透し、賛同を得る事が出来れば全体への波及効果も望めると考えている。市職員が本気で過半数の意識改革に取り組む事で全体の变化に繋がると考えている。

➤ 国としての健康施策や、まちづくりについての方向性について伺いたい。

福浦次長

国としてコンパクトシティに取り組んでいる中で、将来として街の機能は集約化される事は間違いない。健康づくりの視点も併せた解決策として存在するのが SWC であると思っている。無関心層へのアプローチと、自治体の輪を拡げる事について引き続き取り組んでいく事が必要である。

➤ 本日のシンポジウムを通して、最後に一言ずつメッセージを頂きたい。

山口先生

運動を行う上で楽しみながら行う事は大切であり、健康づくりも楽しみながら行う事が長続きの秘訣ではないかと思う。

福浦次長

住民の理解を深める上でシンポジウムの取組みは重要である。本日参加した事に改めて感謝したい。

阪口市長

著名人の80歳を見ると元気な人が多い。今後の超高齢社会において、第2第3の人生を是非健康に過ごしてほしい。

久住市長

地域コミュニティからの声掛けは効果的。共感を得て取り組んでくれる為今後も力を入れて取組みたい。

中貝市長

各市での取組みを豊岡市でも実現できると考えている。今後も歩く事を推奨・推進し、取り組んでいきたいと考えている。