

第20回

Smart Wellness City 首長研究会

2019年5月30日(木)～31日(金) アプラたかいし 大ホール

主催:Smart Wellness City首長研究会 共催:筑波大学 後援:内閣府、Smart Wellness Community協議会



イントロダクション

第20回Smart Wellness City(SWC)首長研究会は、「SWCこれまでの10年と これからの10年」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。

出席自治体

東神楽町、中札内村、金ヶ崎町、棚倉町、取手市、白子町、大和市、三条市、見附市、白山市、三島市、八幡市、高石市、阪南市、河内長野市、枚方市、豊岡市、川西市、西脇市、宇陀市、田原本町、宇部市、飯塚市、田川市、指宿市(以上、首長出席)
札幌市、東広島市、草津市、栗山町(以上、副首長出席)



SWC首長研究会会長挨拶、20回大会記念講演



久住 時男(SWC首長研究会会長 新潟県 見附市長)

現在81の自治体が本研究会に参加いただいているが、今後、SWCの全国展開を加速するために300を超える自治体を巻き込んだ研究会にしていきたいと考えている。これまで、エビデンスに基づいた施策展開のため、運動によってどれほど医療費が抑えられるの

かを医療レセプトを用いて算出し、運動の重要性を科学的に検証してきた。そして、都市の在り方が健康度に影響していることから、まちづくりが重要であることも分かった。これまで実施してきたものが数値としてエビデンス化されており、今後は効果的な施策展開がすみやかにできるようになるだろう。次の10年間の流れを多くの自治体を巻き込んで作っていきたい。



来賓挨拶



荒井 広幸(内閣官房 参与)

第20回大会おめでとうございます。これまでの実績を、科学的根拠に基づいて提示していることは、本研究会の大きな財産であろう。健康で一人ひとりが生活でき、その結果、国・自治体財政にも効いてくるということが重要だと考えている。次には参加していた

だけない自治体にどうやって参加してもらうのか、ということを考えて行く必要がある。インセンティブという言葉があるように市町村全体としての恩典の工夫が必要であり、また国もそれに応えていけるよう努力していきたい。SWCの一層の奮闘・努力を期待し、我々も一緒に努力していく所存である。



開催地首長講演



阪口 伸六(大阪府 高石市長)

ようこそ高石へ。SWC首長研究会第20回大会を、この高石市で開催できたことを大変うれしく思う。皆様のご支援により、ここまで高石市がSWCを推進して

これたことに感謝する。大歓迎の思いを込めて、本日、明日と健康まちづくりのスピリットのもと、健康長寿社会の実現に向けた議論を2日間みっちりさせていただきます。



基調講演①「Next DecadeのSWC政策パッケージとは」



久野 譜也(筑波大学 教授)

これまでの取り組み成果として得た科学的根拠を基に健康施策を進めており、一定の横展開が出来ていると感じている。政府の考えとして、自治体へのインセンティブをより成果に応じたものに注視していく流れになっている。いくつか事例を紹介してきたが、参加者数、無関心層取り込みなど一定の課題を達成していても、歩数の増加が見られないと医療費抑制にはつながらない。きちんとした評価をし、課題を見える化し、政策に反映していくというPDCAを回していく事が鍵である。健康まちづくりは、外へ出たくなる場所を作ると、おのずと歩数も増加する。そのような場を提供する事で、冬の札幌でも一定の効果

が出た。無関心層については、ヘルスリテラシーが低いことが一番の原因である。リテラシーは「知識と意欲」であり、知識がないから意欲も低い。コミュニティ単位で無関心層にも健康情報が届く仕組みが必要である。1つの例として「健康アンバサダー」というインフルエンサーを育成しており、専門職、地域の方、企業の方など、多様な方が担っている。一年間に平均4回は人から聞かないとリテラシーが上がらないと言われている。アンバサダー育成の戦略として、①大切な人に伝える、②繰り返し伝える、③自分自身が健康でいる、事を注視している。WHOが認知症予防として「運動が重要」という指針を公表しており、ますます健康政策への取組を加速していく必要がある。



イノベティブな事業モデル①

1. 「スポーツの力による健康づくり」



朝原 宣治 (大阪ガス地域共創部門マネジャー / 北京オリンピック銀メダリスト)

様々な人と関われるスポーツクラブを作りたいという事で「NOBY T&F CLUB」を作った。小学1年生から83才まで約600名の会員、5つのコースがある。最初は健康増進やダイエット目的だった一般コースの方に、80代の方に刺激されマスターズを目指す方もいる。自分自身も健康でいて見本にならなければと、去年からマスターズに参加している。マスターズ参加の方々と一緒に、オリンピック後のスポーツ参加に影響を与えたいと考えている。一般に運動が広まるようセレッソ大阪、東急不動産、光華女子大学、大東倶楽部、それぞれと連携を

図るなど様々な取り組みを進めている。住之江区ではスポーツクラブのメニューを取り入れ、健康スポーツを通じた人材育成を推進しており、トップアスリートが小学校で子供たちに運動を教える取り組みを行っている。産学連携でこれからも広めていきたい。ただ行うだけでなく、どう成果につながり子供たちに影響を与えているか、評価もしていきたいと考えている。その他大阪大学と共同研究を行いランニングに関する動作測定や指導内容についてのエビデンス取得を目指している。その他には、アスリートの経験を様々な人に伝え、オリンピックとともに食に対する知識を普及する活動を行っており、リテラシーの高い人を増やしたいと考えている。

2. 「ペットを活用した人の健康づくり」



亀井 達彦 (アニコムホールディングス 常務執行役員)

現在、我が国では15歳未満の子どもの人数よりペットの方が多いと言われている。ペットを切り口にすることにより、健康づくり無関心層の切り崩しを行える可能性がある。ペットの散歩によって運動する量が増える、犬・猫の通院に伴い人の外出機

会も増えるというデータもある。ペットは人のモチベーションキーとなる。ペットと人、双方の健康社会実現に向け、イベントの実施や自治体との連携により防災への取り組みを行えないかなど検討をしている。ペットと人の両方が健康になる取り組みを広げていきたい。

3. 「多様な連携による健幸長寿のまちづくり」



久保田 后子 (山口県 宇部市長)

宇部市はかつて「灰の降るまち」と呼ばれており、日本で初めて疫学調査に基づいてステークホルダー(大学・市民・企業・行政)が議論を行ったという歴史がある。当時の議論により、企業が動き、住民がまちに花を植え、文化が生まれ、まちに人が集まってきた。この「宇部方式」をもう一度思い出したい。

宇部市ではこれまでも取組みを実施してきたが市民の健康度は高まっておらず、また医療環境が恵まれているがゆえに簡易に受診ができてしまい、医療費が増大していくという状況があった。このような状況

への対策として、まず2015年に「健康づくり推進条例」を制定した。健康づくりの取り組みは健康部局のみで進めるのではなく、全庁を挙げて取り組むべきと考えている。現在、市内の24小学校区を単位として、各地域の健康プランを作っている。データと住民の声から地域の健康状態を共有し、プランを策定するというものである。また、美容院など市民が長時間立ち寄る場所において健康情報の発信を開始した。思いがけない効果として美容師の健診受診が増えた。コンパクトシティの取り組みと地域包括ケアの推進を一体的に取り組んでいることも宇部市の特徴である。



基調講演②「都市の生活習慣病を考えるー生き物から学ぶまちづくりー」



谷口 守 (筑波大学 教授: 都市計画)

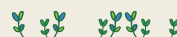
都市計画、交通計画について研究している。健康な人は健康なまちに住んでいる。生き物と都市はよく似ており、実際に都市自体が生活習慣病になっていると考える。予防するには「コンパクト化=都市のメタボ防止」が必要。都市が健康になることで、居住者も健康になる。周辺の市町村と力を合わせることで都市自体の循環

器系疾患の予防に大きくつながる。また、空き家化は骨粗しょう症と同じである。一見死んだように見えるまちでも提供するものをきちんとすれば、再生可能である。倉敷市での朝市では、3時間で1万人の人出となり、自動車を保有しているのに自宅に置いてきたという人が5割いたという結果であった。

このように生き物は多様性が重要であるが、都市も同様であり、単純機能のまちは衰退しやすいため、都市の中に様々な機能があることが大切である。



基調講演③「健康づくりによる社会保障の持続性」



安藤 公一 (厚生労働省 保険課長)

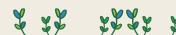
我が国の社会保険制度は自助を前提とした共助の仕組み。すなわち、個人では抱えきれない疾病リスクについて保険集団全体で支え合うものである。令和の時代では、自助・共助・公助の在り方について検討していく。国民医療費は、昭和が20兆円、現在が40兆円と約2倍増加となっている。自助を支援する環境をどう構築するかが重要であるが、健康無関心層は病気ではないから健康だと捉える人が多

い。そういった人が一歩踏み出すきっかけとしてインセンティブの付与を開始し、現在は約半分の市町村が何らかの形でポイント事業を実施している。また、骨太方針2015ではインセンティブ改革という言葉がはじめて表現され、一つの政策手法として取り上げられている。これもSWCの取り組みの成果の一つである。

次の一手としては成果重視型予防健康づくりである。データをいかに適正に分析し、一定の評価基準を検討することが課題である。これまでと同様、国とSWCと一体となって取り組んでいきたい。



基調講演④「まちなかの都市空間リノベーション」



青木 由行 (国土交通省 都市局長)

都市計画は100年となる。これまで、「宅地造成」「建築」「交通基盤」「公園・緑地」「商店街」は、それぞれの命題で最大の効率性と成果を追求してきた。バブル崩壊以降、特に人口減少で不具合が顕在化し、都市空間がにぎわいを産まなくなった。海外のまちづくり手法として、公共交通指向型開発 (TOD) があるが、これは公共交通へのアクセスを最大化するようにデザインされた住居また

は商業の複合用途化された区域であり、しばしば公共交通の利用を促進するような特徴を持つ。

エリアの中他の重要な場所にアクセスしやすく、快適で良いイメージを有しており、その場所でのアクティビティに従事する人々をひきつけ、人びとが何度も行きたいと思うような社会的な環境を有することが、ウォークアブルなパブリック空間の形成につながる。



産業界からの最新トピックス

1. 「美馬市でのJリーグを活用したSIBプロジェクト」



清水 精一 (大塚製薬 研究開発担当部長)



谷 直和 (徳島ヴォルティス 取締役事業本部長)

徳島ヴォルティスと徳島県美馬市、大塚製薬で連携をしながら5年間のSIB事業を実施している。この美馬市をターゲットにSIBをJリーグと連携して実施をはじめた。KPIは運動習慣のない方の改善など成果連動型で実施をしている。対象はからだに慢性的な痛みを感じる20歳以上の市民。Jリーグは社会課題にも大きく関わっており、SIBにも活用可能であり可能性を秘めていると考えている。

2. 「いよいよオープン「むつざわスマートウェルネスタウン」～健康支援型道の駅の実現に向けた取り組み～」



岡野 郊子 (パシフィックコンサルタンツ 地域経営戦略部長)

むつざわスマートウェルネスタウンを立ち上げた。弊社は平成25年度に陸沢町の健康まちづくり計画の委託を受け、関係が始まった。26ヘクタールの小さい施設内に交流施設や道の駅、防災広場や住宅地などを作り「こころ」と「からだ」が元気になるスマートウェルネス拠点を創造することを目的

としてSPCのむつざわスマートウェルネスタウン株式会社を作り計画を進めている。陸沢総合運動公園では、健康関連施設の充実として新たな健康プログラムの検討、インセンティブの付与、評価検証を実施し成果の見える化を実施している。これからもコンサルティング事業として先進予防型まちづくりの実現に向け努力していく。

3. 「OTON GLASS—視覚障害者の読みを支援する眼鏡型機器—の自治体との協働による普及」



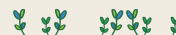
島影 圭佑 (オングラス代表取締役/筑波大学助教)

オングラスの開発のきっかけは父の失読症で、脳梗塞をきっかけに読む能力のみ失い、そこで支援できるデバイスの開発を始めた。眼鏡のグラスを通して文字を認識し音声として文字の内容を出力する装置。人に頼らなくても自然

な動作で文字が読める。兵庫県豊岡市で自治体で初めて福祉機器として認定いただき、視覚障害者は低額で購入できるようになった。視覚障害者の方をテクノロジーの力を使って社会参加ができるシステムづくりをしていきたいと考えており、視覚障害者、首長様方と新しいプロジェクトを実施していきたい。



基調講演⑤「茨城県健康まちづくり」



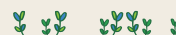
宇野 善昌 (茨城県 副知事)

茨城県の多くの都市は、スプロールが進み、骨粗しょう症のような都市構造になりつつある。茨城県では、県民の介護予防やフレイル対策として、県内全市町村において、簡単で誰でもできる「シルバーリハビリ体操」の普及に取り組んでいる。その際、地域の高齢者を指導士として養成し、その中の1級指導士が3級指

導士を教える、住民が住民を教え育てる仕組みを採用している。また、健康経営について、国による認定の一つ手前のステップとして、国より緩和した要件で県が認定する制度を導入している。この他、茨城県ではサイクリングに力を入れており、全長180kmに及ぶ「つくば霞ヶ浦りんりんロード」というサイクリングロードを整備し、ナショナルサイクリングロードへの指定を目指している。



基調講演⑥「情報銀行を知っていますか」



吉田 宏平 (内閣官房 IT総合戦略室参事官)

データは個人情報を含むデータや匿名加工データ、個人に関わらないの3つに分類できる。今後、パーソナルデータをどのように活用するかが政策課題である。

ネット上で使用されているデータは、ビッグデータとAIによる分析により、サービスの質が向上し、さらに利用者＝データを集めて「雪だるま式」に拡大していく。しかしながら、情報の流出等、巨大プラットフォームにも安心できない部分はあ

る。また、データ活用においても、実証実験までは進むが、実運用に至っていない。そこで、ひとりひとりが個人情報もそうでないものも、データを革新的な方法で完全に管理できるようになるために、情報銀行の実証事業を開始した。利用者を中心としたデータ利活用社会に向けて、利用者は自らの活動により作成・収集されたデータを特定し、管理することができ、自らまたはその要請により、自らのデータを活用することができるようにしていく。



イノベティブな事業モデル②

1. 「攻めの予防！認知症予防だんだんダンス」「攻めの予防！児童虐待予防・子はたからプロジェクト」



石川 治江 (ケア・センターやわらぎ 代表理事)

児童虐待の情報は表面化しづらいという実情がある。水面下では多数起っているのではないかと推測される。気付いた大人達が立ち上がらない限り解決できない問題である。児童虐待を未然に予防する手立てとして、絵本を制作した。絵本は、朝昼夜の生活をイメージできる内容・遊びレシピ・地域のネット

ワーク情報及び育児資源から構成されている。できれば自治体で母子健康手帳を配布する際に一緒に配ることが出来たらよいと考えている。

このような絵本の作成だけでは児童虐待の問題は解決できない。性教育の段階から、遅くとも妊娠発覚時から早め早めに教育を行っていく必要がある。ワークショップを進めていくなど地域のネットワークをいかに作っていくかということも重要と考えている。

2. 「フレイル予防のチェアバレエ・エクササイズ」



稲垣 領子 (日本バレエ・ワークアウト協会)

丁度昨年の今頃、人工関節の手術を受けた。リハビリを行っている高齢者を目の当たりにし、自身のダンスの経験から何かできることがあるのではないかと考えるようになった。

チェアバレエ・エクササイズは、椅子に座ることで転倒の恐れなく安心して運動できる。また、要介護認定を受けていても、楽しく美しく運動ができるという特徴もある。対象は幅広く、動きに制限のある高齢者・フレイルやプレフレイルの方・運動経験があまりない

方も取り組める内容である。特に高齢者においては、QOLの維持・ADLの自立を促せるものと考えている。クラシック音楽とともに動くことも大きな特徴であり、クラシックのヒーリング効果によってストレスや不安への対処にも役立つ。

音楽とともに動くことは大きな喜びである。チェアバレエ・エクササイズは楽しく安全に運動できるプログラムであり、エビデンスは今後久野研究室で明らかにしていく予定。

超高齢社会に、高齢者を中心として一緒に取り組んでいきたいプログラムである。



次々回(第22回)開催地首長の挨拶



豊岡 武士 (静岡県 三島市長)

10年間の総括、感慨深い。来年22回目は三島市で開催となるが、皆様のお越しを心よりお待ちしております。SWCの更なる発展に向け、活発な会となるようにおも

てなをししたい。まちの特色、国の指導、団体企業の取り組みなど、人生100年時代に向かった健康づくりは意義があるものと思う。



初参加首長紹介



町田 隆敏 (北海道 札幌副市長)
多田 稔 (広島県 東広島副市長)

高見 省次 (奈良県 宇陀市長)
片山 象三 (兵庫県 西脇市長)

島田 智明 (大阪府 河内長野市長)
森 章浩 (奈良県 田原本町長)

総括

第20回SWC首長研究会の成果と第21回への課題整理

SWC首長研究会の取り組みによって健康づくり無関心層の存在を特定し、制度化に至った。健康になれるまちづくりの方法が科学的に明らかとなり、国交省における政策の主要な位置についた。SWC協議会を立ち上げ健康アンバサダーの養成も広がっている。また、データヘルスが推進される一方、自治体職員は多忙でありレセプトデータ・健診データを扱うことが難しいことから、そのサポートのためのAI開発も進めている。現在、自治体が扱えるのは国保のデータで、全人口の30%ほどである。自治体に限っては協会けんぽのデータを得られるような仕掛けづくりが進められている。ソーシャルインパクトボンド(SIB)の取り組みも始まり、先進事例ができた。第1期SIB(3市町)に続き、今年度は新たに5自治体連携がはじまり、一人当たりのコストを下げてICT活用のヘルスケアサービスがスタートしている。

人生最後の10年に制限された生活を送るのか、生きがいを持ち続けて過ごすのか、20年前に明らかになっていた運動効果の研究成果が役立てられていない。健康アンバサダーの仕組みに今後期待したい。



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

HP: <http://www.swc.jp/>
e-mail: info@swc.jp