

令和2年5月7日

厚生労働省 加藤勝信大臣 様

Smart Wellness City 首長研究会

会長: 新潟県見附市長 久住時男
副会長: 山口県宇部市長 久保田后子
新潟県三条市長 國定勇人
大阪府高石市長 阪口伸六
静岡県三島市長 豊岡武士
兵庫県豊岡市長 中貝宗治
茨城県取手市長 藤井信吾
会長指名 東京都多摩市長 阿部裕行
北海道東神楽町長 山本 進
北海道中札内村長 森田匡彦
事務局長 筑波大学教授 久野譜也

新型コロナウイルスに伴う健康二次被害を予防するための提言
－外出自粛による運動不足と社会参加の制限からの悪影響を防ぐ－

現状

- ① 運動不足の現状は、テレワーク1か月で1日当たりの歩数が平均4000歩低下した事例も見られる(資料1)。また、外出自粛に伴う心理的抑うつ傾向が子どもから高齢者まで全世代に見られる。今後、自粛期間が長引くことに伴う課題として、子ども、勤労層、高齢者と全世代にわたって、1)肥満・筋力低下、2)メンタルヘルスの悪化、3)免疫力の低下、4)基礎疾患の悪化、が生じる可能性が高い。特に高齢者においては、フレイルの悪化にともなう認知症の発症や要介護状態等のリスクがより高まる(資料2)。
- ② 健康づくりに関心の高い本研究会参画自治体であっても、現状で 36.9%の自治体では新型コロナウイルスに伴う外出自粛に伴う運動不足や社会参加の減少等による心身における 健康二次被害に対する対策が検討されていない。特に、その傾向が政令市・中核市で強い(62.5%)。
- ③ 2025年、或いは2040年問題への対策として、国の健康づくりシステムの強化を中心とした制度改革における取り組みは、保健部門担当者が新型コロナウイルス対策に労力を取られていることもあって、遅延している。特に、町村など規模が小さい自治体はその傾向が強い。また、ほとんどの自治体で新規事業は延期、これまでの事業も休止しており、このまま外出自粛が長引くと特に高齢者において健康二次被害がより顕在化する可能性が高い(資料3-1と2)。
- ④ 91.8%の自治体が、外出自粛期間中及び解除後に健康二次被害が顕在化すると見ているが、現状としてはチラシの配布、HP等による呼びかけに留まっている。また、インターネットやSNS等より、不確かな情報が提供されており、それらに住民が戸惑っている実態がみられ、エビデンスに基づく専門家からの情報提供の仕組みの必要性が高まっている。

- ⑤ コロナウイルス終息後の医療・介護等の社会保障費全般への財政負担増と現在及び今後の健康づくり事業の推進体制に大きな課題がある。

提言

- ① 新型コロナウイルスの感染予防のみならず、運動不足と社会参加の制限による健康二次被害に関する啓発活動を国によりさらに積極的に行うこと、及び自治体などの保険者に対してその活動を強く推奨すべきと考えます。
特に、それらの情報はエビデンスベースであることが重要で、健康二次被害に関する正しい情報の発信が出来る仕組みの構築を早期にお願いしたい。
具体的には、国からのガイド等の更なる充実と、現実的には多数の人々がインターネットや SNS 等の様々な情報発信により、どの情報が正しいのか分からず、誤った生活形態をとっている場合も多々見られる。それゆえ、「正しく恐れる」ことを念頭に、各分野の専門家を集めて健康二次被害の予防観点も含めた啓蒙システムの構築の早期実施をお願いしたい。SWC 自治体は引き続き近隣自治体等にも呼び掛け、速やかに住民へ働きかけます。
- ② 基礎疾患やフレイルの悪化速度が速い中高齢者への対策が重要です。そのために通いの場でもあった官民含めた健康運動教室を早期に再開するために、スマートフォンなどを活用した「遠隔オンラインでの健康運動教室」の推奨・支援、自粛緩和に合わせた健康運動教室再開のための具体的な「感染予防のガイドライン」等の策定を早急をお願いしたい。
また、それらを「国保ヘルスアップ」・「介護予防事業費」等による支援対象にも積極的にして頂きたい（ビデオ上映）。
- ③ 今年度からの「健康づくり推進交付金」による予防事業の準備において自治体による温度差があり、使い勝手にも一部課題が見られます。さらに、コロナウイルス対策がその差を拡大させています。そのため、制度の一部見直しと健康二次被害予防事業にも積極的に活用できるよう、至急検討頂きたい。
- ④ 今後策定される「新しい生活様式」において、特に高齢者は「社会参加の制限」が長期化することへの対策が重要となります。また、今後、遠隔オンラインでの健康運動教室（コミュニティ）等は、地震や台風などの大災害時にも必要性が高いと考えます。各自治体で積極的に取り組むためにも、モデル事業によるエビデンスとノウハウの収集、そしてガイドラインや各自治体の事例集の策定を早急に進めて頂きたい。
SWC 自治体は、既に創意工夫をしながら出来るところから事業を開始する決意がありますが、国の動きはそれらを加速させます。また、開始した事業の知見は、今後も積極的に国や自治体へ提供させていただきます。

是非、さらに連携強化し、コロナウイルスに対しては「正しく恐れ」、そして上手く「健康二次被害」を予防し、結果的に脱コロナウイルス後に「健幸な国民」が増えた社会の構築を目指しましょう。