

第23回

Smart Wellness City 首長研究会

2020年10月28日(水) 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、Smart Wellness Community 協議会



イントロダクション

第23回Smart Wellness City (SWC) 首長研究会は、「with コロナウイルス時代を勝ち抜く健康都市政策」をテーマに、コロナ禍における外出自粛による健康二次被害防止、特に高齢者・独居老人に対する問題や、これからのまちづくりについて社会的処方の方の考え方、ウォークアブル推進に向けての取組みなどが紹介された。

出席自治体

富良野市、東神楽町、中札内村、滝沢市、金ケ崎町、中山町、棚倉町、取手市、足利市、戸田市、多摩市、見附市、白山市、大野市、三島市、八幡市、高石市、川西市、西脇市、草津市、湯梨浜町、飯塚市、多久市、あさぎ町、小林市、高鍋町、高原町、指宿市 (以上、首長出席)



SWC首長研究会会長より挨拶



久住 時男(SWC首長研究会会長 新潟県 見附市長)

当会では、感染防止対策と経済活性化に加えて、コミュニティの活性化も非常に重要であると、「Go To コミュニティ」と言う言葉でその大切さを訴えているところだ。その一つとして「With コロナによる健康二次被害を社会参加やスポーツで予防し国民を“健康”にするための緊急提言」を大臣数名へ提言、説明し、その後、退任前の

安倍前総理にも直接ご説明がなされたと聞いている。

また50名の国会議員の先生方との連携の元、「スポーツ・健康産業推進議員連盟」が設立された。SWC 首長研究会は、それぞれの地域で住民の意識改革と行動変容をいかに具現化させるかを大きなテーマに研究している。今後は、新たな国会議員の皆様との力強い連携により、新たなステージに立つて進むことができるものと期待している。



来賓挨拶



荒井 広幸(前内閣官房 参与)

「社会的処方」というワードが政府内で聞かれるようになってきた。これは、SWC 首長研究会が取り組んできた活動の大きな成果だと考える。これからのSWC 首長研究会に期待していることは、健康二次被害を予防するための指針を政府に出させることである。健康二次被害のエビデンスとしては、福島県原発事故後、子どもたちの外出を過度に抑制したケースが記憶に新しく、福島県の肥満児率が全

国1位になるという結果が示されている。新型コロナ流行によって社会参加が制限されている現状においては、首長の責任で住民の社会参加を促すだけでなく、「どこまでの社会参加が可能か」「どのような形であれば社会参加(運動)をして良いか」政府から指針が示される必要がある。SWC 首長研究会がエビデンスに基づく提言を行い、菅総理を動かすことを期待している。



講演① コロナウイルスに負けない介護予防の最前線

コロナウイルスに負けない介護予防



近藤 克則(千葉大学 予防医学センター教授)

JAGES 研究結果より社会参加する人が多い市や町ほど、もの忘れがある人が少なく、地域単位の比較では最大5倍の差がある。また愛知県武豊町では約10年間介護予防のサロン事業に取組み、サロン参加群と非参加群の比較では5年間で要介護認定率が約半分抑制されている。

このように社会参加が重要であることが分かっているが、コロナ後に外出や交流機会が減少している中で我々はどうのような対策をとるべきか。まずは3密を避けること、次に不安が強い人には電話やネットを

活用することである。総務省調査では高齢者ほどSNS利用率が伸びており、電話やメールなど非対面での交流も、うつ症状が少ないという研究結果も出ている。一方で市区町村におけるネット利用率の格差が大きいことは課題だと考えている。コロナ後は「変わらないもの」と「変わらざるをえないもの」があり、社会参加が重要なのは「変わらないもの」で、「変わらざるをえないもの」はより良いかたちに変えていくチャンスであり、ネット利用環境の整備等によるハイブリット社会や、その地域に暮らすだけで健康に過ごせるゼロ次予防を目指していくべきだと考えている。

コロナ禍での高齢者と地域の両者のフレイル化



飯島 勝矢(東京大学 高齢社会総合研究機構 機構長 未来ビジョン研究センター 教授)

2014年から「フレイル」を提唱し、認知度向上のための取組を続けている。「フレイル(虚弱)」は多面的要素により負の連鎖で自立度が低下するが、一方で可逆性もあるという、包括的な概念として国民に理解して欲しい。フレイル予防のための「3つの柱(栄養・身体活動・社会参加)」は誰でも知っていることではあるが、日常生活で実現できにくく、本人が自分事として気づき、納得しなければ行動につながらない。現在、全国の多くの自治体に「住民主体のフレイル予防を軸とした健康長寿まちづくり」の取組みを広域展開し

ており、集いの場を気づきの場にするために、フレイルチェックとして全国からデータを蓄積している。コロナ禍では40%以上の高齢者の外出頻度が低下し、食生活も崩れている。自粛要請前後での身体的データを比較すると筋肉量や歩行速度、滑舌などが低下しており、いわゆる『コロナフレイル』現象が起きている。今後のさらなる悪影響が心配である。現在、国家戦略として3つの「守る」を政策提言しており、ひとつ目は「感染拡大を守る」、次に「経済を守る」、最後に「健康・健全な地域社会を守る」ことを社会の中で伝えていきたい。



講演② 国保・介護一体化事業の重要性



保険事業と介護予防事業の重要性



土屋 厚子(元静岡県健康福祉部 理事)

人生100歳時代において、健康寿命と平均寿命の差を縮めることは喫緊の課題となっている。

健康寿命を延伸していくためには従来の保健事業と介護予防の分断を解消し、複数課が連携した一体化事業を行う必要がある。一体化事業推進のポイントは、「国関連補助金をうまく活用して健康づくり事業を実施で

きる体制を作ること」「既存の健康づくり事業を見直して効果のないものは縮小・撤退も視野に入れること」「地域包括ケアシステムの中で自治体が実施主体を担う事業の立ち位置を定めること」であると考えている。特に、国関連補助金は利用されないと見直しが入るため、SWC首長研究会加盟自治体で積極的に活用されることを期待している。

国保・介護一体化事業におけるより成果の出る事業への変換について



土志田 敬祐(タニタヘルスリンク代表取締役社長)

国が健康づくりを支援するインセンティブが成果型に移行してきており、自治体から健康づくり事業を委託される立場においても成果を出すことが求められていると感じる。現在、SWC首長研究会加の12自治体と共に、参加者数や歩数増加量をKPIとして定めた成果型事業を実施している。KPI達成度に応じて委託費用が変動する成果連動型契約は民間企業にとってはリスクと

も思えるが、費用を掛けたのに成果が出ない事業は意味がないため、今後も成果連動型の事業を続けていく。また、新たな取り組みとしてフレイル・介護予防を目的とした運動教室事業もスタートし、従来の健康ポイント事業と並行して切れ目のないサービスを提供している。運動教室では疾病を持つ方でも参加できるよう、地元医師会と連携して実施する体制を整えており、成果としても体力年齢の改善効果が示されている。



講演③ SDGsと社会的処方的重要性



久野 譜也(筑波大学人間総合学術院 教授)

新型コロナ禍のなか、巣籠っている高齢者が外に出ないことで運動不足に、また会話が減ることで心理的ストレスが増え、認知機能の低下につながっている。今のうちに手を打つことが重要である。現場では、人間関係やコミュニティが崩壊気味であり、自治体はオンサイト事業実施への腰が引け気味である。社会的関係の強化、自治体から率先して日常を取り戻すことが重要である。

人生100年時代となり、SWC自治体でも先端的データヘルス、事業のスクラップ&ビルド、ポピュレーションアプローチ、社会的処方などの

いくつかの健康施策を行っている。

SDGsは社会的貢献ではなく、人類の持続のために必要である。SDGsに取り組んでいる企業を応援する仕組みを作るべきであり、将来的にはSWC健幸SDGs認証制度を作ってもよいのではないかと。

スポーツ健康療法のポイントは、医療との連携である。医師会と連携して100歳まで元気な社会づくりをしていきたい。このたびSWC政策開発研究センターができるので、より民間と自治体を連携させたいと思う。最後に、SWC推進のポイントは「あきらめは何も生まない」である。





講演④ 新型コロナ危機を契機としたウォーカブルなまちづくり



渡邊 浩司(国土交通省 大臣官房技術審議官(都市局担当))

都市再生特別措置法の改正により、「居心地がよく歩きたくなるまちなか」を創出するウォーカブルなまちづくりを推進することとなったが、これはまちづくりの価値観の転換といえる。わが国ではコンパクト+ネットワークの都市を目指しているが、まちなかに人の動きがなければまちは活性化しない。まちなかをウォーカブルな人中心の空間に転換し、人間中心の豊かな生活を実現する必要がある。他方、新型コロナ危機により、密の回避など、都市のあり方そのものが問

われている。海外の主要都市では道路空間再編の動きが加速しており、例えば、パリでは車なしであらゆる機能にアクセスできる「15分の街」を提案し、歩行者・自転車・公共交通空間への再編を推進している。人々のライフスタイルや価値観も大きく変わる中で、国交省でも今後のまちづくりのあり方について検討を進めているが、個人的には、コロナの時代だからこそ、健康に歩いて暮らせる、スマート+ウォーカブル・シティが求められていると考える。



講演⑤ スポーツの力とコミュニティ



馳 浩(自民党衆議院議員・元文部科学大臣)

コロナ禍でもオリンピックを開催する意義とは、スポーツをやる、見る、親しむ、関わることによる「楽しみ」の共有、さらにスポーツ人口が増加することによる地域の医療費・介護給付費の抑制効果、人が集まって何かを実施する行為が生み出す経済効果が期待されると。国はこれらを「スポーツ文化ツーリズム」と呼び、推進している。「動けば、動く」、これがひとつの目標である。人が動くことでコミュニケーションの機会が増え、それがいずれ平和につながる。見るだけでなく、共感することが大事である。

自治体における取り組みにおいては、スポーツをすると健康になることを実感してもらうために、データを活用した成果の見える化が重要である。また、地域の医療機関等と連携して取り組むことも大事である。その他、地域の資源を活用した健康づくりの場の創出や、日常生活にスポーツを通じたレクリエーションの習慣づけなども必要ではないか。

本日は、オリンピックのホストタウンとなっている自治体の首長も多く参加している。感謝すると同時に、ここでの議論の結果は国にも報告したい。



講演⑥ 妊産婦のメンタルヘルスを支える運動教室のあり方ー地域コミュニティの場を活用してー



石井 忍(北里大学看護学部 助手)

本邦の周産期死亡率は出産千比で3.4となっており、世界で最も安全に出産できる国の1つである。

しかし、2018年に初産婦の25%が産後2週間で抑うつ傾向を示し、自殺が妊産婦死亡の第一位となっていることが明らかにされた。妊産婦のメンタル不良の要因としては、核家族化や育児の孤立、出産年齢の高齢化による体力不安、情報過多によるネガティブ化などが考えられている。その中で、新型コ

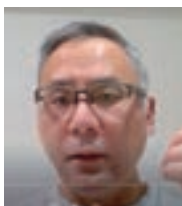
ロナの影響で母子教室が休止になるケースや、里帰り出産を控えるケースが生じており、妊産婦のメンタルヘルス支援が喫緊の課題となってきた。そこで、妊娠期の女性が参加でき、メンタルヘルスを支えることができる運動教室の設置を試みた。単に運動を行うだけでなく、保健師などに育児の悩みを相談できる場とすることで、参加者の孤独感を和らげることができた。妊娠期からの切れ目のない母子支援が求められる中で、スポーツを活用して妊産婦の心身の健康を支えることができれば、育児の孤立予防や幸せな子育てにつながると考える。



企業からの最新トピックス



自治体職員テレワークについて～働き方改革とセキュリティ～



和田 将人(NTT東日本ビジネスイノベーション部)

新型コロナ感染症対策によりテレワークに関する問い合わせが増えている。テレワークとは、ICTを活用し場所や時間を有効に活用できる柔軟な働き方である。テレワークを導入することにより、労働力人口の確保や地域活性化、企業や自治体にとっては生産性向上や優秀な人材の確保、さらに就業者にとっては柔軟な働き方や時間の有効活用といった、3方向にメリットをもたらすことが期待できる。しかしながら現在、市町村でのテレワーク導入

率は約3%と低迷している状況である。テレワーク導入の課題としては、情報セキュリティの確保が挙げられる。その対策のためのポイントは、庁外端末に情報資産を残さないことである。自宅PCから閉域網でLGWAN系セグメントに接続し、リモートデスクトップの利用により庁内PCと同等の業務が可能である。まずはリモートで出来る業務、出来ない業務を仕分け、そして最低限のICT活用とするスモールスタートが入り口となる。

PHR等を巡る最近の話題から



鹿妻 洋之(オムロンヘルスケア経営統括部渉外担当部長)

厚生労働省の健診等情報活用WGにおいて、民間PHR事業者とマイナポータルとのAPI連携に関する検討が進められている。各自治体では、検診データや計測データの管理を民間事業者が提供する個別のアプリで行っているが、今後は厚労省からそうしたPHRを取り扱うアプリが出る予定である。また、マイナポータルを経由した特定健診結果の情報提供も来年春を予定しているが、そもそもマイナンバーカードの所持率が低いといった課

題もある。WG内の民間利活用作業班においては、情報セキュリティ対策、利用目的に応じた適切な取り扱い、情報の保存や管理、相互運用性の確保など細部を検討し、各事業者のアプリ連携について議論を進めていく。また、CEATEC2020カンファレンスでは、PHRをどのように使っていくのかや、健康情報の保管や利活用における利用者から見た安心とはなにかをパネル討論のテーマとしており、公式サイトから動画が閲覧できるので参考にして頂きたい。

自治体との協働活動のご紹介



清水 精一(大塚製薬NC事業部研究開発担当部長)

健康な状態を如何に維持できるかという視点で、ニュートラシューティカルズ関連製品と医療関連製品を提供している。これまでに全国47都道府県、194市区町村の自治体と熱中症対策、生活習慣病予防、食育、教育振興、女性の健康、地域ごとの健康課題といった社会的課題を基点とした活動を軸に、これら複数の課題にまたがる横断的な協働体制を構築する包括連携協定

を結んでいる。そして2020年には健康をテーマに協働施策を推進している。具体的には熱中症対策啓発、子どもたちの健康リテラシー向上、スポーツ時のコンディショニング、デジタル難民への情報提供などである。また、SWC協議会で活動中の健幸アンバサダープロジェクトとの相性も良く、まずは健幸アンバサダーになっていただき、その後に熱中症対策アドバイザーとして生活者への熱中症啓発活動を行うといった展開も進めている。

大切な人との距離を0にする、「avaterin」の挑戦



筒 雅博(avaterinソリューション部シニアマネージャー)

アバターとは、遠隔地に置かれたロボットに対してインターネットを経由して操作することで、リアルタイムにコミュニケーションや作業を行う事が出来る次世代モビリティおよび人間拡張テクノロジーである。

このアバターの活用ポイントとしては、距離や時間、身体的制限に関わらず、アバタープラットフォームを経由して、不要な移動を無くすことである。その先駆的な取り組み事例としては、新型コロナウイルスが引

き起こす健康二次被害の防止策として新潟県見附市でのアバターを活用した遠隔コミュニケーション支援がある。これは遠方に暮らす家族と高齢者の住宅を繋ぎ、アバターでコミュニケーション不足を解消することで、見守りや認知症対策としての効果を検証するものである。我々は時間、コスト、身体、インフラの制約を超えて、大切な人との物理的距離と身体的限界をゼロにし、人生100年時代の豊かな生活をアバターによって作っていきたい。



次回開催地首長挨拶



和泉 聡(栃木県 足利市長)

足利市の健幸政策をご紹介して、次期開催地のご挨拶に代えさせて頂きたい。市の中心部を流れる渡良瀬川に綺麗な橋が架かっているが、治水の関係で架け替え作業を行う予定となっている。

単なる橋の架け替えではなく、Smart Wellness CityやWalkable Cityに繋がる取り組みとして、本市のシンボリックな存在である三連アーチの古い橋を歩道として再利用する構想を進めている。そ

こに屋台などを誘致し、歩いて楽しい道を作ることが足利市における健幸政策の一丁目一番地になると考えている。本計画自体は数年後の実施予定ではあるが、それに先立って飲食店での街路の活用を推進しており、路上に配置したテーブルでの飲食が可能になっている。来年は皆様にご来訪頂き、本市の政策や室町幕府所縁の地を見て頂くことを楽しみにしている。



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