

大分市第 75 回全国都市問題会議研修報告書

委員名： 愛敬 重之

研修会場：大分市 iichiko 総合文化センター

研修日：平成 25 年 10 月 10 日から 11 日 10 日 9:30 から 17:00 11 日 9:30 から 12:00

【第 75 回全国都市問題会議】

基調講演：「幸せ」で「健康」で「長生き」のまちづくり
諏訪中央病院名誉院長 鎌田 實

まちづくりには正論はなく（国・県が押し付け論）、**地域によって様々な特徴がありその地域ごとにまちづくりが必要。**

「健康問題」単純のようで非常に重要な事である。企業経営や経済にもこの「健康問題」で左右される事があります。

「健康問題」には想像力が必要です。不健康にならない為にどうしたら良いだろうと地域の人たちが想像力を発揮させるようにする事を努力しました。（長野県）

鎌田先生は、男性より女性の方が真剣に減塩について継続的に取組み、その後、数値化され男性も動いたと言っていました。

地域で健康づくりを実施するには、一過性の健康テレビ番組では長続きせず、具体的な例をあげて、行動に変異を起こさせる事が必要。とにかく正しい事を続ける事が大切と言っていました。

アンチエイジングについての食にまつわる話も興味がありました。

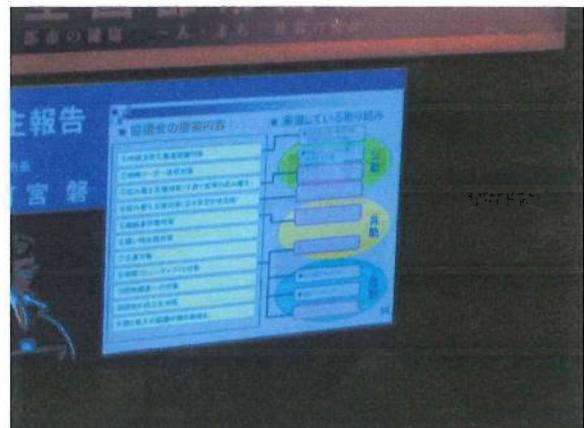
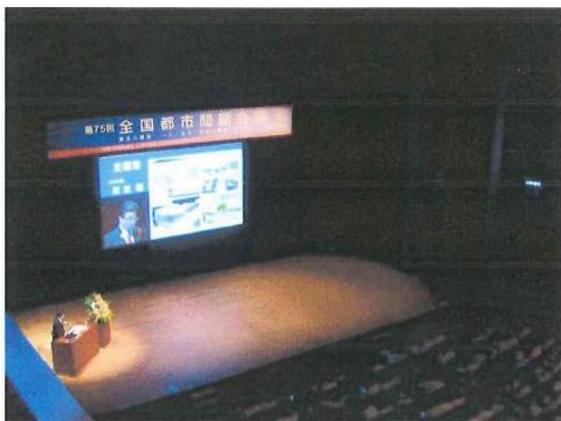
長野県では野沢菜＝塩分が多い。特に冬は野沢菜＝お酒でかなりアルコールと塩分を摂取してしまい野菜摂取の方法を考えました。具沢山の味噌汁の有効性などありました。

交感神経と副交感神経についてもよい勉強となりました。交感神経→過緊張 副交感神経→ホッとできる時間をつくる。特に東日本大震災で被害に遭われた人にはこの事に集中したと言われていました。やはり相手の立場になる事の大切さを感じました。

セロトニン（幸せ物質）にも非常に興味がありました。生活習慣では朝食を必ず摂取する事や、早寝早起き等、生活習慣を良好なものにすることが必要。

オキシトニン（幸せホルモン）にも非常に興味がありました。オキシトニンとは、他人への安心感や信頼感、愛情を形成するのに重要な役割を果たしており、相手の身になってあげられる物質。

鎌田先生の講演で一番思い出に残ったのは、「日本はなぜ長生きができるのか。【絆】があるから。」「【幸せ】に生きるのが【健康】である。」



主報告：まちづくりは人づくり—「ともに築く 希望あふれる 元気都市」をめざして—
大分県大分市長 釘宮 馨

「自分の健康は自分で守る」

健康づくり運動を進める一方で、本市の国民健康保険医療費の一人あたり平均合計費用額は年々増加の

一途をたどり、全国平均よりも約7万円高い状況にある。特に、国民健康保険加入者に占める人工透析患者の割合が平成21年度から3年連続で全国の政令指定都市及び中核の中で最も高いという事実が判明し、生活習慣病をめぐる深刻な状況が浮き彫りとなった。こうしたことから、生活習慣の改善は本市にとって喫緊の課題となっているが、私は、その解決には、行政主導による取り組み（公助）だけではなく、市民、地域による自主的、自立的な取り組み（自助、共助）が不可欠であると考え、平成23年度からは、これまでの健康づくり運動を地域の中でさらに広げることを目的にして、市民が「健康」「運動」「食育」について一体的に学ぶ「地域で健康づくり研修会」事業を開始した。

この研修会は、健康推進員を中心とした、地域における健康づくりの担い手が主体となり、地区担当保健師等と連携して企画、運営を行うものであり、これまでの2年間で市内の31小学校区において開催してきた。参加した市民からは継続開催の要望が多く寄せられるなど、非常に好評であり、本市では、平成26年度までに市内60カ所の全小学校での開催をめざしているところである。

このような中、本市の国民健康保険加入者による特定健診受診率に関して、平成20年度は全国平均を下回る28.8%であったが、平成23年度には全国平均を上回る35.1%まで上昇した。これは、地域における健康づくりの広がりを通じて、「自分の健康は自分で守る」という市民の健康づくりへの意識が根付いてきていることを示していると考えられる。

市民一人ひとりが年に一回は健康診断を受け、自分の健康状態を知った上で、病気にならないように日頃からバランスの取れた食事や適度な運動に心掛けるなど、自覚をもって健康管理を行っていくことは非常に重要であり、私は、この地道な積み重ねが生活習慣病の予防や社会保障関係費の抑制に寄与するものと考えており、今すぐにはなくとも、10年、20年先には必ずその成果が現れると信じている。

私自身も市長就任以来、約10年半の間、毎朝の散歩とラジオ体操を欠かさず行っているが、健康づくりを進める大分市民の先頭に立って今後も継続していくつもりです。

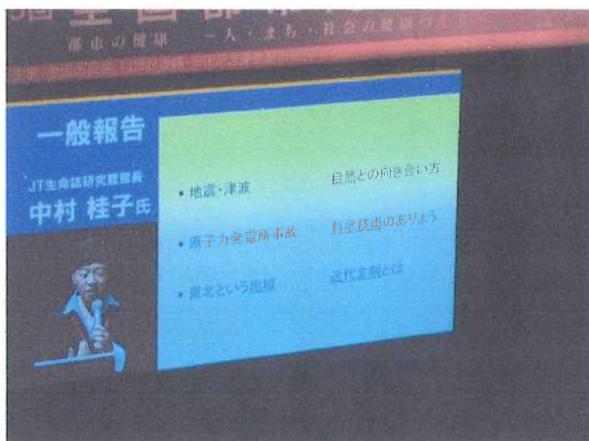
「調和のとれた魅力あるまちづくり」

JR大分駅北側の既存施設をはじめとする中心市街地などにおける新たな魅力づくりに官民挙げて取り組んでいるところである。さらに、南口駅前広場から大分市美術館がある上野丘公園を結ぶ緑の空間として、現在、平成26年春の完成をめざし、幅員100m、延長444mの全面芝生のシンボルロード「大分いこいの道」を整備しているところであり、市民が集う憩う広場としての活用が期待されている。このシンボルロードは、全国に例を見ない取り組みとして、維持・管理・運営を市民自らが行き、愛着を持って育てている。さらに、職員提案事業いわゆるアントレプレナーシップ事業により、平成23年度から「森林セラピー魅力創出事業」等展開。

「おわりに」

本格的な地方分権時代の到来を迎え、一段と厳しさを増す都市間競争に勝ち抜き、子どもから高齢者まで、全ての市民が誇りを持ち、安心して暮らし続けることができる社会をめざしていくためには、市民みずからが考え、実践していくことが何よりも重要である。

『「まちづくり」は『人づくり』から』と考えに基づき、今後ともこれまで取り組んできた市民協働のまちづくりから生まれた多くの人材活用し、自助・共助・公助の三位一体となったまちづくりを進めることにより、本市における「都市の健康」を強力に推進し、市民とともに希望あふれる元気都市の実現をめざしてまいります。



一般報告：ライフステージ・コミュニティの提案—すべての人がすべての時を生き生き暮らす— JT生命誌研究館館長 中村桂子
人間は生きものであり自然の一部である

ここで、現代科学を踏まえて「人間は生きもの、自然の一部」ということを確認しておきたい。

①地球上には数千万種とも言われる多様な生きものが存在する。

②その多様な生きものはすべてDNA（ゲノム）をもつ細胞からなるという共通性をもつ

③それは祖先が一つであることを意味し、起源は38億年前に遡る。つまりすべての生きものは38億年の歴史をもつ

④人間もちろんその生きものの一つである。つまり、38億年という歴史を共有する生きものと共にあるのが人間であり、その中でいかに人間の特徴を生かし、人間らしく生きるかを考えることが重要

多様性を生かした社会づくり

まず一極集中を止め、豊かな自然の多様性を生かした特徴ある地域社会をつくることが重要である（実はいわゆる先進国と呼ばれる国はどれも地域を生かした社会であり、一極集中の例はない）。人、まち、社会がすべて健康であるために不可欠なことは、まず一極集中の解消である。これなしにはこの国を暮らしやすくする方法はない。

ライフ・ステージコミュニティに向けて

実は生きものという視点からは、生活の場も生産の場も、水・緑・土・人間を積極的に活用したものにし

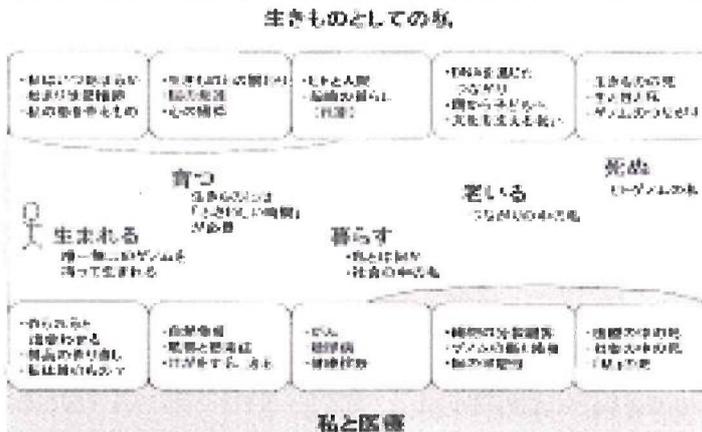


図2 ライフステージ医療



図3 ライフステージ医療の実践

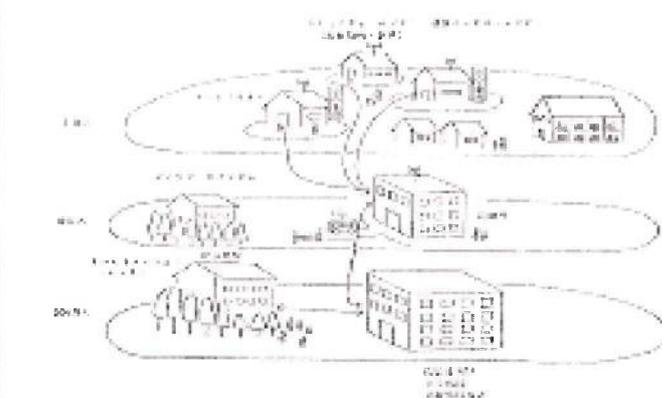


図4 ライフステージ医療システム

介護予防を目的に、寝たきりに至る大きな原因である脳血管疾患の予防のための有酸素運動と、転倒骨折の予防を主眼とする筋力トレーニングを科学的根拠に基づいて行います。具体的には、筑波大学の研究を基にした「e-wellness システム」により、個人の体力や身体状況にあった「個別運動プログラム」を提

なければならず、農業、自然再生エネルギー産業、地場産業の他、リサイクル型工業など生産についても考えなければ、本当の健康社会にはならない。しかも、ここではそこまでは広げず直接健康に関するシステムのありようを考えたい。

(1) ライフステージ医療

医療はもちろん疾病の治療だけを指すのではなく予防、健康増進、更には人間の生き方につながるものとして考える。

大切なことは一人の人間を一生見続けることである。ずっと見守ってくれる医師がおり、病気の時は最適な処置ができる医療システムをつくるのが基本となる。一方、一人一人の人は、生き物として、人間としての自分とは何かをよく考え、それを大事にする生き方をすることが重要である。これは一例として医療で考えたが、高齢者、子どもなどへの対応、つまり福祉や教育についてもステージを考え、地域システムを考えることが必要となる。

まとめ

自然を生かすこと、個人を大切にすること（これ享受型では成立しないのでどうしても参加型、相互扶助型になる）である。**東日本大震災以来「つながり」の重要性が指摘されるが、まさに生きものはつながりの中にあるのであり、健康づくりに向けては「つながり」こそキーワードと言える。**

一般報告：まちづくりからの健幸と新しい仕組み

新潟市見附市長 久住時男

これまでの健康施策

活動の中で特に注目を集めてきたのが、平成14年度から始めた「健康運動教室」です。この教室では、中高齢者の

供します。そして、**参加者の運動量や体組織の状況を、ICTを活用してデータ処理をすることで分かりやすく「見える化」**しています。健康運動教室の参加者においては、体力年齢の約15歳の若返りと一人当たり約10万円の医療費抑制効果が、科学的根拠のある数値として得られました。この成果により国や他市町村からも注目され、視察に数多く来庁されるとともに、平成23年7月の第11回新成長戦略実現会議では「人口減社会における地域づくり・まちづくりモデルの事例」として紹介されました。テレビや雑誌等でも、運動教室参加者への取材をはじめ数多く取り上げられています。これは、住民周知と教室参加者への励みとして相乗効果が現れています。

コミュニティの重要性

行政課題の解決の基本的な考えは自助・共助・公助であると考えますが、地域コミュニティはその中の共助を担う組織です。防災、子育て、高齢者支援などには、地域の確かな絆と顔の見える関係を構築する地域コミュニティが重要ですが、『健幸』なまちについても同様で、人と人の交流やつながりが大きなカギを握ると考えています。

地域コミュニティの取り組みは、平成19年度から進めています。地域コミュニティは概ね小学校単位で地域を設定し、現在は7地区となっています。残りは2地区があり、現在は中心市街地の1地区で設立準備会を1年半かけて進めています。平成22年に行った調査では地域コミュニティが組織されている地区はソーシャルキャピタルが高いという結果が出ました。コミュニティの組織化とソーシャルキャピタルの向上が比例し、これが住む人の精神的な安心感を高めます。これもまちの健幸に繋がるものであると捉えています。健幸なまちづくりにおいては、中心市街地の賑わいとあわせて周辺地域の活力が必要です。見附市を都市計画法上の区分から見れば、市街地区域である10.6%の面積に、全人口の75%が暮らしていることとなります。見方を変えれば市街地以外にも人口の1/4が生活にしていることになり、それぞれが集落、町内会といった従来からのコミュニティを形成しています。今後ますます進展する少子高齢・人口減社会はこの周辺地域においては市街地より進展が早く、社会的な問題を多く抱えています。基礎自治体の役割として、これらの地域において、特に生活弱者といわれるような方々が安心して生活できるような地域の機能を維持することは責務であります。

新しい視点から

健康であることは誰しもの願いであり、有意義な時間を過ごし、元気で高齢期を迎えられることは幸せな人生となることでしょう。これは家族や友人にとっても幸せなことであり、個人の幸せの積み重ねは社会全体の大きな幸せに必ず繋がります。**健康であることは一番身近にできる社会貢献であり、このことに多くの国民が気づき、行動変容ができたとしたら、どれほど大きな財政効果が生まれることでしょう。そういう意味から個人の健康に対する努力と投資がもっと合理的かつシステムティックに評価される仕組みが出来て、国として積極的な支援を用意されるべきと考えています。これまでの健康増進事業は概して自治体や医療保険者に委ねられてきましたが、今後は健康努力する個人を行政や健康産業、社会保障制度としてどのように支援していくのかという概念の変革も求められていると考えています。**

「社会」の健康づくり—持続可能な地域社会—

日本文理大学 山岸治男

ひとの生活～暮らし・発達・人生～

社会がひとの心身の健康を損ねず、健康を促す環境であることが健康な社会の意味です。ところでひとの生活も生物一般と同様、性と生殖の循環



を基礎にします。その上で、日々繰り返す「暮らし」、いつしか遂げる心身「発達」、自分の意思で舵取りする「人生」を展開します。これらを展開する過程で、ひとは環境を「自然な状態」から「人工的状态」に変えてきました。快適な消費を目指して経済活動を営み、感情の調整を求めて民俗慣行や芸術を構成し信念・思想・認識等を体系化して宗教・哲学・科学も創りました。

生活環境としての社会

「生活環境」としての社会の成り立ち・構成を見てみましょう。社会は、ひとが相互に関り、「人間関係」を創るところから生まれます。それはひとの欲求を基礎に、「集団」「組織」「制度」「規範」「文化」「知識・技術・文明」「情報」などを編み出し、安定した「社会構造」を造ります。同時に、目標や勢力関係等に変化が生じ、新たな欲求が加わると、安定した構造が壊れ「社会変動」も経験します。安定も変動もする社会を生活環境にするひとの生活はプレートに乗った島嶼に似ています。とすれば、社会というプレートを「心身の健康」という点から、安全に機能させることが求められます。

社会の健康とは

社会の健康は、以上から、日々の「暮らし」、そこで遂げる心身の「発達」、将来に挑む「人生」の探求にとって社会が順接的に機能することを意味します。

生活には様々な変調が生じる。

第一に本人自身の暮らし・発達・人生に変調の生ずる場合がある。

第二に自然環境を原因とする変調がある。

第三に人的環境による変調がある。

第四に社会環境の動向による変調の発生がある。

生活に変調・失調をもたらす要因を4つの視点から整理してみました。

特に「社会環境の動向」は前の3つの要因とも連動し、また「社会の健康」に最も深く関る要因です。これらを総合した場合、社会の健康には次の要因が必要。

①生活の不調・変調に対する「予防策」

②何かの事態が生じて不調・変調の段階でくい止め復調を目指す「援助策」

③失調した場合に実施する「救助策」

社会の健康を促進する処方

自らの小さな実践をふまえて提言。

第一は、健康な社会の基礎を創ることです。

①人間関係づくり・・・家庭・町内会・職場等を機軸に

②集団づくり・・・第一集団、顔と顔の繋がり、絆

③組織づくり・・・持続し、働きやすい仕組みに

第二は、制度的・公的社会資源を創ることです。

④住民の必要に直結した役立つ制度を創ります。

⑤住民の規模意識を高め公正な制度運営を行います。

第三は、ボランティアな社会資源を創ることです。

⑥住民が自発的に協働する行動文化を根付かせる。

⑦住民の社会貢献を評価する社会風土を創ります。

[パネルディスカッション]

「健幸」なまち「Smart Wellness City」への
政策転換を

筑波大学大学院 人間総合科学研究科教授

久野譜也



日本の地方都市の現状

多くの地方都市は、生活導線が車中心に構成された結果、中心市街地でも人通りは少なく、素通りする車だけが目立っている。
地域のつながり(ソーシャルキャピタル)は希薄となり、市全体の活力低下の原因となっている。



三條市(人口10.3万人)の中心市街地(三條小学校区) 平日昼間

ドイツ、フライブルク市の事例

①昔の中心市街地(1970年代)



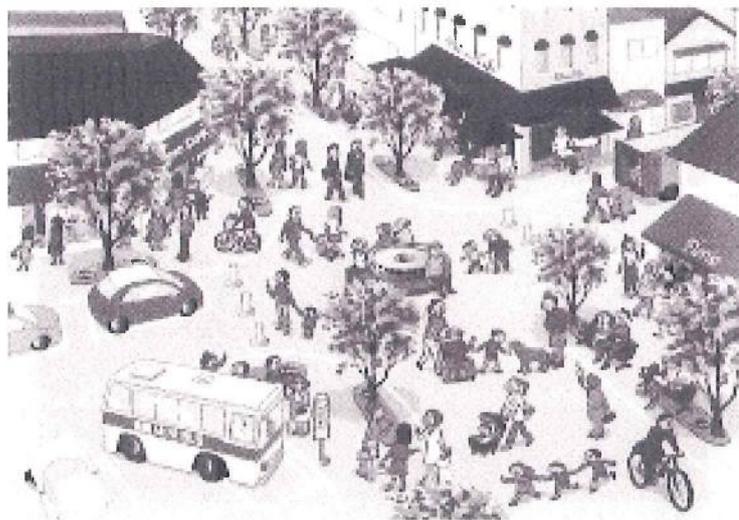
フライブルク市公文書館

②現在の中心市街地(2011年)



- ▶ 中心路(中心市街地の道路)へのクルマの進入を原則禁止にし、歩行者優先に
- ▶ 市街地周辺に駐車場を整備し、クルマ利用者は駐車場から中心路まで歩くように
- ▶ 車が進入できないかわりに公共交通を整備し、まちなかを自由に行き来できるように
- ▶ 公共交通(路面電車、バス)を5~10分間隔で運行し、利便性を向上
- ▶ まちのにぎわいのために、日用品の販売を中心市街地に限定

Smart Wellness Cityの方向性: 中心市街地



住民の健康を重視するまちづくり—健康都市プロジェクト—

東京医科歯科大学大学院 医歯学総合研究科准教授 健康都市連合事務局長 中村桂子

世界保健機構（WHO）はその憲章において「健康とは、単に病気や障害がないというだけでなく、身体的、精神的、社会的に優れて良好な状態にあることである。」としている。多くの都市やまちにおいて、「そこに暮らし、学び、働く人々の健康」は、その目指す目的となっている場合が多い。

健康決定要因

健康的で質の高い生活を送ることを目指す都市づくりにおいては、居住環境要因、社会経済要因の多数の条件が、それぞれ住民の健康水準と密接に関係しているということの認識を、関係する様々な人の共通の認識とすることは重要である。さらに、都市の健康決定要因の条件を改善すること、新たに技術を活用して健康決定要因の条件を整えることによって健康向上にどのような新たな寄与があるかを予測することは、限られた資源を使って展開するまちづくりにおいて複数のシナリオを検討するにあたり、重要な過程である。

健康都市プロジェクト

「健康都市プロジェクト」は、住民が直面する健康課題は数多く存在するが、ひとつひとつの健康課題の背景には共通する社会的要因が多く、また保健医療分野だけの取り組みでは効果に限界があるため、多くの部門や部局が関り市民や様々な団体とともに、健やかな地域を創造していこうという理念に基づくものである。

都市間交流からネットワーク

健康都市の広がり背景に、都市間の交流、情報交換、ネットワークの拡大が大きな意味を持っていると考えられている。様々な事例の蓄積や、小さな地域活動の成功例や、時には失敗例など、経験の交流が大いに役立つ。経験の伝え方は、単に経験したことを伝えるのではなく、従来までの事例や、他の地域の人々に役立つように、伝えるべきである。その意味でもネットワークづくりも大切である。

おわりに

歴代の全国都市問題会議のテーマをひもとくと、住宅、公園、街路交通、汚物処理、都市環境、市民組織、水、緑、その他、住民の健康を支える諸課題を取り上げている。市民の高い生活の質と健康を人々が平等に達成を目指し、市民生活のあらゆる場面において健康を増進し保護することに責任をもって取り組む健康都市の各地の取り組みは、都市の成熟、コミュニティの成熟と共にさらなる発展が期待される。「都市の健康一人・まち・社会の健康づくり—」と議題とする第75回全国都市問題会議における報告、討議、情報交換により、健康を重視するまちづくりが「健康」に軸足を据えた都市の持続的な発展に資することを願う。

健康長寿を実現する住まいとコミュニティの創造

慶應義塾大学理工学部教授 伊香賀俊治

研究目的

高齢化率が我が国全体の40年後（2050年）の未来の姿となっている中山間地域のモデルとして、個人レベルでの「一次予防」に加え、住まいとコミュニティの改善による「ゼロ次予防」の構築を目指し高知県梶原町をフィールドとした社会実証を行う。住民（住民組織）と協働したフィールド調査や生涯学習、見守り活動の推進によって、下記を達成することを目的とする。

- ①ゼロ次予防推進に貢献する論拠の獲得
- ②持続可能な生涯学習の場の確立
- ③負担の少ない健康長寿支援システムの構築

本研究では、高知県梶原町をフィールドとし、3年間の実践的研究を行う。同町は、愛媛県と高知県の県境に位置する典型的な中山間地域で、町の総面積の91%が森林に覆われた自然豊かな人口3,800人の町である。一方、2012年時点の高齢者率が39.5%で高齢化が先鋭的に進行している。

「健康づくりは幸せづくり・健康で、まちづくり」の実現にむけて—大分市民健康ネットワーク

協議会の「健康づくり」の試み—

大分市民ネットワーク協議会会長 松本内科循環器科クリニック院長 松本悠輝

健康づくりについて

大分市の平成 25 年 5 月末の人口は 477,919 人（男 229,670 人・女 248,249 人・平均年齢 43.7 歳）であり、そのうち 15 歳未満が 14.4%、65 歳以上が 22.2%である。他の都市と同様年々高齢化が進み、からだやところにおける様々な健康問題を抱え、市民の健康づくりが喫緊の課題となっている。健康づくりは多種多様であり、個々の健康観も社会的属性や性別・年齢・身体状態といった人的属性により異なり、また時間とともに変化していくものであるため、単に個人の努力だけでは継続が困難である場合が多い。ことに「生活習慣病」対策に対する健康づくりにおいては、個人の今までの生活習慣を変えていく、すなわち行動の変容を伴うため、健康づくりは楽しく、また仲間づくりとともに行っていくことが、継続性を維持する上で重要であると考えられる。そこで本会議において、各都市における「人・まち・社会の健康づくり」のヒントとして、市民が主体的に・自立的に関与し、また行政とともに協働し、運動・食・地域活動を通じて市民の健康づくりの活動を行っている「大分市民健康ネットワーク協議会」の『こころとからだの健康づくり』に対する 6 年半の取り組みや実践活動について紹介したいと思う。

「健康ネット」の立ち上げ

平成 18 年 7 月に大分市で市民の健康づくりに取り組んでいる健康づくりの団体やグループ等の代表者と市長の意見交換会が開催され、その際個々に独自の活動をしていた各グループ間のネットワーク化の要望が参加者から出された。また当時大分市は市民の健康づくりを市政の重要施策のひとつとして掲げて取り組んでおり、市民の健康づくりを市民運動として展開していくには、市民との協働で取り組むことが必要であったため、平成 18 年 11 月に市民と行政とが協働して健康づくりに取り組む協議会「大分市民健康ネットワーク協議会（健康ネット）」を設立したのである。

運動による健康づくり

現在 115 ヶ所（平成 25 年 6 月末）の市民健康づくり運動教室で、運動による健康づくり活動を行っている。市民健康づくり運動指導員の活動目的は、市民ことに高齢者が運動習慣を身につけ、また転倒予防を行うことだけではない。脳刺激体操等で「認知症」予防を行い、運動による健康づくりの場で行われる参加市民とのコミュニケーションを通じて高齢者の生きがいや、こころの健康づくりにも寄与している。また市民参加の健康づくりとして、年 1 回健康ネット主催の「ラジオ体操・みんなの体操会」を開催し、毎回多数の市民が参加している。

食による健康づくり

食による健康づくりは、幼児・学童期より食習慣を含めた「食育」が最も重要であると考え、「健康づくり応援団」に所属している大分県栄養士会や大分市食生活改善推進協議会の協力を得ながら、「食育講座」として親子クッキング教室を開催している。また成人向け高血圧予防料理教室や男性料理教室等も開催し、毎年 30 回を超える「食育講座」を開催している。

おわりに

‘こころの健康は コミュニケーションから ‘

‘からだの健康は 生活習慣から ‘

‘健康づくりは 地域から ‘

都市の元気は市民の総力で—市政壮健のまちづくりを進める藤枝市—

静岡県藤枝市長 北村正平

暮らしの基本は 4 つの K !

- (1) 住んでみたい、選ばれるまち藤枝を目指す

元気なまち藤枝づくり政策は、4 つの柱で成り立っています。活力に満ちた都市形成の重点政策としての**健康・教育・環境・危機管理の「4K」**

- (2) 藤枝市政のスタンス

市民一人ひとりが安心・安全で健やかに暮らし続けていけるよう、地域全体で支えあう元気なまちづくりを進める中、健康分野では「市民自らが創る健康」を合い言葉に、地域や各産業の賑わいづくりの視点で市民参加型の健康づくり運動を拡げ、「元気・長寿の健康都市」に向けてまい進中。

(3) その推進体制

政策を市役所がリードするのは当然として、市民、事業者、行政が一体となって互いの役割を理解し、尊重し合いながら協働で施策を進めることが壮健都市づくりが根幹です。

まちは皆で元気にするもの。「市政は役所だけでは成らず」です。

自助 市民自らが取り組む楽しさ

共助 地域・団体の協力、連携の豊かさ

公助 社会全体を支える行政の仕組みづくり

日本一に向けた戦略プロジェクト

(1) 自助プロジェクト「歩いて健康、走って健康」

(2) 共助プロジェクト「健康スポット 20 選」

(3) 公助プロジェクト「健康マイレージ」

国も注目！元気・活力都市をまい進中

本市の「健康・予防日本一」プロジェクトは、平成 25 年 3 月、第 1 回健康寿命を伸ばそう！アワードで厚生労働省健康局長賞を受賞。大変名誉なことであり、今後のプロジェクトを進める上で、さらなる追い風となっています。健康政策だけでも、様々な成果指標はあります。しかし私はどんな数字より、人々が健康で暮らしやすく、子育てしやすく安心・安全なまちに住むことは、それ自体、市民のかけがいのない財産だと思います。人々が日々生きがいを感じ、豊かな人生を実感できるよう、4K 政策をさらに充実させ、まちの全体の壮健度を総合的に高めていく。市政の様々な指標数値と成果は、必ず後からついてきます。

豊かな人財が、壮健都市を育む

活力ある元気な都市の形成は、官だけでも民だけでもできません。私は平成 20 年の市長就任以来、「元気なまち藤枝づくり」にまい進してきましたが、その取組の中心は、知恵と工夫で様々なアイデアを練り上げ、地域との協働で早く事業化して実践する、その人財を市役所内で計画的に育成し、市の強いリーダーシップで都市を牽引する仕組みを創ることです。市民、民間の力を的確に引き出し、まちづくりの共同戦線を組み上げる動力源は市職員にあります。若手 PT の活用や職員一人一改善運動、職の公募制度、各部の包括予算制度の導入など、4 つの K「日本一」への取組みは、市役所全体の士気の高揚と、職員力の最大活用から！

豊かな自然と食に恵まれた田園都市 丹波市—健康寿命日本一をめざして—

兵庫県丹波市長 辻軍五郎

健康寿命日本一のまちづくりをめざして

丹波市の特徴は、豊かな自然と食材に恵まれていながら、脳卒中や胃がんで死亡する人が多く、「市民にとってこんないいところに住んでいるのになぜ？」と地域の出前講座に行くとよく質問されていました。誰かのお世話にならずに元気で楽しく暮らしたいという願いは、住民みんなの共通の願いです。いつまでも生き生きと暮らせるように健康寿命を延ばすことを意識したまちづくりを始めました。まちづくりの基本は、人づくりであり、市民一人ひとりが生き生きと暮らし、安心して働くためには、何よりも健康がその源となります。その目標として健康と教育のまち丹波市を掲げ「健康寿命日本一」を宣言をいたしました。そのために予防施策を中心とした「健康たんば 21 計画」を策定し、健康寿命の延伸をめざそうというものです。

「栄養・運動・こころ・たばこ・健康管理」の 5 分野をさだめ、各地域へ出向き健康教室を開催しております。この教室は、地域のことわかる保健統計をもとに、地域の実態を知り健康課題をみつけ、一人ひとり取り組めること、家族ぐるみで生活を見直すこと、地域の誰もが取り組める健康づくりを共に考える参加型の健康づくりであり、**住民自らが考えた地域づくりのひとつとして位置づけています。その結果、集落の公民館の禁煙化やウォーキングなど地域ぐるみで健康づくりに取り組む地域が増えるなど、市民の意識が高まっているのを感じている。**

長年生活習慣病対策として、成人に対して禁煙指導に取り組んできましたが、この指導技術は、今日では小学校、中学校での喫煙防止教育に役立ち、保健師が授業を担えるようになりました。

以上