

# スマートウェルネスシティ の取り組みについて

～市民の健康を守る取り組み





## スマートウェルネスシティの取り組みについて ～市民の健康を守る取り組み

### 提言理由

#### 健康で生活すること

人は誰しも、自分と自分が大切に思う全ての人に対して、健康に長生きすることを願うと思います。私ども健康福祉常任委員会の委員一同は、戸田市民の皆様健康で長生きしていただくことを願い、今回の年間活動テーマを選定いたしました。

#### 増大する医療費負担～国民健康保険財政法定外繰入額の増大

そこには当然政策的な背景も存在します。

平均年齢の若い本市は、国民健康保険加入者の 1 人当たり医療費を県内他市と比較した場合、全体では約 26 万円と、県内で最も低い金額となっています。しかしながら、前期高齢者だけを抽出した場合、約 52 万円と、逆に、県内で最も高い金額となっています。これは 65 歳以上の方が病院にかかっている割合が高いことを意味しています。

また、これに付随して一般会計からの法定外繰入額は、1 人当たり約 4 万 6 千円と、県内で最も多くなっており、市財政にとって大きな負担となっています。

当委員会が今回の年間活動テーマを選定した理由には、健全な財政の維持もあつたのです。

#### 先進市の取り組み 「Smart Wellness City 首長研究会」

そこで目を付けたのが「Smart Wellness City 首長研究会」です。これは超高齢・人口減少社会によって生じる様々な社会課題を、自治体が自ら克服するため、「健幸」をまちづくりの基本に据えた、新しい都市モデル『Smart Wellness City』の構築を目指す首長の同志が集まり、平成 21 年 11 月に発足した研究会です。この取り組みは、新潟県見附市を初めとする 7 市と、筑波大学、株式会社つくばウェルネスリサーチが共同で、地域活性化総合特区を申請し、平成 23 年 12 月に国から「まちの再構築」「健幸クラウド」「条例化」の 3 つの取り組みを柱とした「スマートウェルネスシティ総合特区」指定を受けたことから始まりました。

「まちの再構築」では、「ライジングボラード※」の導入など、過度な自動車依存からの

※ライジングボラード 自動昇降式の車止めのこと。日本では新潟市がはじめて導入。(出典：新潟市ホームページ)

脱却を目指し、「健幸クラウド」では、国民健康保険データに加え、協会けんぽ等のデータを統合して分析し、IT ツールの開発により、総合評価指標「健幸都市インデックス」などで自治体施策の本質的な課題を分析レポートで「見える化」することを目指し、「条例化」では、健幸事業を総合政策として位置づけ、その継続性を確保することを目指しています。

当委員会はこの「Smart Wellness City 首長研究会」の取り組みを研究するところから本市の健康を守る施策を導き出そうとしました。

(出典：Smart Wellness City 首長研究会ホームページ)

## まずは現在の健康づくりの施策の充実から

しかし、結果的に本提言書は必ずしもスマートウェルネスシティの取り組みに合流することのみを推奨するものとはなっていません。他に、より戸田市に合った方法があれば、それらを生かしていくことも重要であると考え、同様の取り組みとして、WHO健康都市連合についても調査を行いました。

また、本市では、第2次戸田市健康増進計画が平成26年3月に策定され、関係各課が連携を図り、市民や関係団体、企業などとの協働により、健康増進施策を推進することが定められています。

こういった施策や現在行っている施策も踏まえて、本提言書は、幅広く健康づくりに関する施策を提言する内容となっています。

# 提言

## スマートウェルネスシティ首長研究会

### またはWHO健康都市連合への加盟を検討せよ

健康に関する施策を多く実施する戸田市としては、先進自治体と協調することで、よりその取り組みを強化できるのではないかと考え、当委員会では、スマートウェルネスシティ首長研究会加盟自治体5市、WHO健康都市連合加盟自治体1市を視察した（参考：両団体の加盟自治体一覧）。そして、我々は、いずれかの団体、もしくは両方の団体に加盟するべきとの結論に至った。その理由として、

1. 対外的な発信力が高まる・・・複数の自治体が同時に協調して取り組むことにより相互の市民にアピールする力が高まるし、マスコミ等に取り上げられる可能性も高くなる。また、WHOにおいては国連の機関ということで、世界的に戸田市の取組をアピールするにあたり有効となるのではないかと。
2. 比較可能性が高まり施策の効果を高めることができる・・・単独で実施した場合には得られないデータを得たり、先進市のデータを利用して施策を進めていくことができる
3. 市民への説得力が強まる・・・市民にいわゆる行動変容を起こさせるに当たり、他の多くの自治体と連携していることは施策の信頼につながり、影響力が増すのでは

ないか。

4. 負担が比較的小さい・・・本年度、両方の団体に加盟した茨城県潮来市によると、スマートウェルネスシティ首長研究会は、負担金等は特になく、年 2 回、市長が参加する会議が開催されるので、出席と発言を求められるとのことである。また、WHO 健康都市連合は、国際機関に対し年間 500 ドル(5 万円程度)、日本支部に対し年間 1 万円の負担金が必要であるということであるが、いずれにしても大きな負担ではない。

以上である。

スマートウェルネスシティ首長研究会については、目玉となっている筑波大学の開発した、多数の住民に対して個別指導と継続支援を可能とする個別運動・栄養プログラム提供・管理システム(e-wellness システム)を導入した場合、導入時に数百万円の経費負担が生じるが、必ずしも導入しなければならないということではない。実際に、当委員会が視察した自治体のうち、潮来市では導入されていなかった。

次に、検討の過程で出会った、市民の健康維持増進に有効と思われる具体的な施策を合わせて提言する。

## 戸田市健康なまちづくり推進庁内会議と ICT 技術の活用

健康に関する調査や血液検査を、健康づくりに関する事業の参加者に実施し、体格の変化、血液検査の変化など取り組み効果の検証をすることを提言する。

第 2 次戸田市健康増進計画では「第 3 節 運動(計画書 94 ページ)」において、50 の施策を挙げている。これらのうちいくつかの施策においては、戸田市社会福祉協議会など団体と連携して取り組みを行うことで、より多くの市民を対象とすることができる。今年度、戸田市健康なまちづくり推進庁内会議が設置され、横断的な取り組みが始まったところであるが、今後この会議を活用し、本市にとって有効な取り組みを検討することを提言する。

その際、中核となる取り組みとして、スマートウェルネスシティの取り組みで用いられている e-wellness システムを利用した健康づくり、またはこれと同様の取り組みを行い、運動をした結果や、体重など客観的なデータを、収集分析し、健康施策に役立てることを合わせて検討してほしい。

## 市民へのウォーキングの実施の励行



視察した中には、用地買収を伴う本格的なウォーキングロードの整備を行っている自治体があった。歩道と車道の間にはせせらぎを設け、ろ過施設なども備えて、子供が遊べる空間を歩道に並置するなど、理想的な取り組みである。しかし、本市の状況や財政事情を鑑みた場合、果たして現実的であるかどうかは一考を要すると思う。

写真：市内で行われるウォーキング(彩湖春を楽しむウォーキング)

しかし、ウォーキングの励行は多くの自治体で健康のための施策の中心になっており、本市でも進めるべき取り組みであることは間違いない。

本市では、既に、市内横断的なプロジェクトにより「ウォーキング・ランニングのまちづくり」の施策が検討され、コースの設定、整備が行われた。今年度は、市民団体との協働により、コースを生かしたウォーキング事業も実施されたところである。

今後、さらに取り組みを進めるために、民間の取り組みと連携することを提言する。アメリカで行われているモールウォーキングは、大型ショッピングモールの運営企業が、開店前に、店舗の中を一部開放し、ウォーキングロードとして利用するものである。県内でも実施している店舗があるが、市内大型ショッピングモールの一部では、店舗内外を利用したウォーキング教室を既に実施しているところがある。市は、このような企業と連携し、例えば、店舗を起点として、桜並木の下を歩くイベントを共同で企画したり、後援したりするなど、民間と連携したウォーキングの推進を提言する。

## 健康都市宣言の採択

潮来市では以下のような健康都市宣言を採択した。

### 健康都市宣言「健康都市いたこ」

健康は自分の財産、そしてまちの財産です。  
その財産を次の世代につなげていくことは、  
みんなの願いです。  
わたしたちは、自分の健康状態を知り、  
いつまでも元気で笑顔があふれるまちをめざして、  
ここに「健康都市いたこ」を宣言します。

- 潮来市の豊かな自然を感じ、**とんとん歩きます。**
- 食べ物の素材を大切に、みんなで味わい、**わくわく食べます。**
- 地域の中で赤ちゃんからお年寄りまで支え合い、**いきいきふれあいます。**

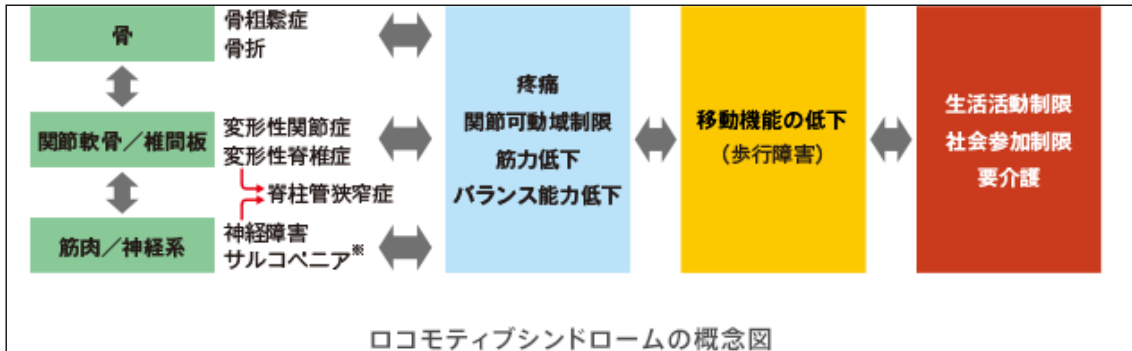
平成26年10月18日  
潮来市長 松田千春



(出典：潮来市ホームページ)

このような分かりやすいメッセージを市民に届けることも、行動変容を起こさせるきっかけになると考えるので、本市でも検討を行うことを提言する。

## ロコモティブシンドロームへの対処



(出典：ロコモチャレンジ公式 web サイト)

運動器の障害のために移動機能の低下を来した状態を「ロコモティブシンドローム（略称：ロコモ、和名：運動器症候群）」という。進行すると介護が必要になるリスクが高くなる。運動器の問題に着目したもので、メタボリックシンドロームが内科的視点とすれば、ロコモティブシンドロームは外科的な視点と言える。

このロコモティブシンドロームも医療費、介護費の増大に直結する問題であり、対策が求められる。

予防として、筋力の維持が大切である。年を重ねるにつれて筋肉の萎縮と筋力の低下は顕著に表れ、その中でも特に下肢の筋肉の減少は大きく現れる。ただ歩行するような軽い運動ではなく、少し負荷をかけた運動で筋力の維持を図る必要がある。

第2次戸田市健康増進計画では、市民への普及啓発目標が掲げられ、健康教育事業などを通して、周知されつつあるところであるが、今後は、若いうちの競技スポーツの活性化や老年期の筋力増強のための体操教室の実施など、ロコモティブシンドロームの予防対策事業を進めることを提言する。

## 終わりに

その昔、人間が単純に土地を耕し、作物を育て、家畜を育て、これを食して生きていた時代においては「運動して健康になる」という発想も、必要性もなかったのだと思います。

いや、現代においてもメタボリックシンドロームやロコモティブシンドロームなどが健康上の課題などという国は一部の先進国だけのことで、世界中の多くの人にとって健康上の課題は、いかに栄養を摂取し、いかに身体を安全な状態に保つかということであるのだと思います。

つまり、今回、私どもが取り上げたテーマは歴史的にも、国際的にも特殊なものであり、誤解を恐れず申し上げれば、実に幸せな悩みなのだということに気づかなければならないと思います。議会が市民全体に向けて、「健康のために歩きましょう」「食べ過ぎに注意しましょう」などというメッセージを発する状況は、このような視点に立てば、童話の世界の話のようにも聞こえるのであります。

しかし、一連の問題が人間の健康をむしばみ、市の財政を揺るがす事態になっていることは紛れもない現実です。自治体としてはこの現実を見据えた取り組みが求められますし、市においては今回の提言を真摯に検討願いたいと思います。市民の取り組みが盛り上がっていけば、解決はそれほど難しいものではないと信じます。

## (資料)Smart Wellness City 首長連合会・WHO 健康都市連合加盟自治体

都道府県	Smart Wellness City 首長連合会 5 6 市区町	WHO 健康都市連合 3 6 市区町
北海道 宮城県	栗山町	網走市 帯広市
	かみ 加美町 大河原町	わくや 湧谷町
	小国町	
	伊達市 会津若松市	
	見附市 新潟市 三条市 妙高市	妙高市
茨城県	つくば市 牛久市 取手市 行方市 茨城町 潮来市	笠間市 潮来市
	栃木県	
栃木県	大田原市 芳賀町 足利市	
群馬県	前橋市	伊勢崎市
埼玉県	さいたま市 志木市 桶川市 所沢市 美里町	川口市
	千葉県	
千葉県	浦安市 睦沢町 白子町 柏市	流山市 柏市 市川市 野田市 我孫子市 佐倉市 鎌ヶ谷市 松戸市 鴨川市
東京都	多摩市 中野区	台東区
神奈川県	大和市	大和市
長野県	上田市	
静岡県	三島市	袋井市 浜松市
愛知県	安城市	大府市 北名古屋市 尾張旭市 名古屋市 田原市 長久手市
	三重県	
岐阜県	伊勢市 岐阜市	亀山市 多治見市 美濃加茂市
富山県	富山市	
京都府	八幡市	
奈良県	葛城市 宇陀市	
大阪府	高石市 阪南市 河内長野市 田尻町	
	兵庫県	
	豊岡市 加西市 川西市	神戸市
岡山県	岡山市	
愛媛県		八幡浜市 四国中央市 西予市
福岡県	飯塚市 <small>のおがた</small> 直方市	
佐賀県	多久市	嬉野市
大分県	豊後高田市	
鹿児島県	指宿市 日置市	
沖縄県	南城市	宮古島市

(出典:Smart Wellness City ホームページ、WHO 健康都市連合ホームページ)



健康福祉常任委員会			
委員長	遠藤英樹	副委員長	岡寄郁子
委員	石井民雄	委員	高橋秀樹
委員	峯岸義雄	委員	竹内正明
委員	金野桃子		

戸田市議会 健康福祉常任委員会  
平成 27 年 1 月

戸田市議会

検索

スマートフォンはこちらから→

