

令和 6 年 11 月 1 日

小野市議会議長 高坂純子 様

市民クラブ  
小林 千津子

## 議員派遣報告書

先般、実施しました議員派遣の結果について、下記のとおり報告いたします。

### 記

- 1 派遣実施日 令和 6 年 10 月 17 日 (木) ～令和 6 年 10 月 18 日 (金)
- 2 派遣メンバー  
掘井ひさ代 山本麻貴子 宮脇健一 村本洋子 喜始真吾  
平田真実 河島三奈 前田光教 小林千津子
- 3 派遣先及び調査内容

### 第 86 回全国都市問題会議

アクリエひめじ (姫路市文化コンベンションセンター)

健康づくりとまちづくり  
～市民の一生に寄り添う都市政策～

第 1 日 10 月 17 日 (木)

9 : 30 開会式

|      |         |         |      |
|------|---------|---------|------|
| 開会挨拶 | 全国市長会会長 | 広島県広島市長 | 松井一實 |
|      | 開催市市長挨拶 | 兵庫県姫路市長 | 清元秀泰 |

## 生命を捉えなおす ―動的平衡の視点から―

生物学者、青山学院大学教授 福岡伸一氏

### 講演内容

生物学者の目で見られたアゲハチョウの話から始まりました。  
私たちが食べた分子は身体を構成する分子と絶え間なく交換され続けている。私たち生命とは、部品から成り立っている分子機械ではなく **分子の淀みである**。  
生命現象ではあらゆるものを壊されることを予定され作られている。食べ物は食べると身体に入り、原子と分子が入れ替わっていく一番早く変わるのは、消化器であるユニークな内容でした。

### 11 : 00 主報告

## 市民の「LIFE」(命・くらし・一生)を守り支える

### 姫路の健康づくりとまちづくり

兵庫県姫路市長 清元秀泰氏

姫路市は播磨平野の中心に位置し総面積は約 534 km<sup>2</sup>、人口 52 万人播磨の中核都市である。世界文化遺産・姫路城は約 8 年の歳月をかけ池田輝政が築き上げた。  
日本の平均寿命が世界最高水準を達成、当市の健康寿命は(平均寿命と健康寿命差)は男性で 1.26 歳 女性で 2.64 女性は平均寿命が男性より 6 歳以上長い一方で「不健康な期間」が長くなっている。

**健康とは** 単に長寿だけでなく、健康寿命を延伸することが大事である。

**健康が町の活力を生み出す** 人生 100 年時代健康づくりへの支援が重要

### 健康づくりに資する当市の取り組み

**市民による主体的な介護予防を促進** 軽度認知障害等の予防支援のため、市内約 470 ケ所の「通いの場」で高齢者の運動機能の維持・向上、の目的で週 1 回程度活動する

「いきいき百歳体操」を実施、**ウオーカブルなまちづくり**を推進「居心地がよく歩きたくなるまちなか」の形成の取り組み、楽しく 1 万歩あるける街を推進、

**ICT を活用した健康づくり** マイナンバーカードを活用した救急業務の迅速化・円滑化  
救急現場で救急隊がマイナンバーカードを活用し、傷病者の医療情報を正確かつ早期に把握、救急隊と医療機関が傷病者の受け入れ可能状況などを、リアルタイムで共有するシステムを活用、**未来を担う子供たちの健やかな成長を支援** こども未来健康支援センター「みらいえ」を開設、子育て情報を幅広く配信さらなる子育て情報の発信強化に取り組む、**おわりに** 市民の「LIFE」を守り、まちに活力を生み、明るい未来を切り開い

ていくための原動力は「人」である、誰もが生き生きと暮らせるまちの実現を目指していききたい。

## 昼食

### 13.10 一般報告

#### 生き物～学ぶ健康なまちづくり

筑波大学システム情報系教授 谷口 守氏

専門とする都市計画は、人の暮らしや営みをより良いものとしていくための学問です。人口減少に直面してもメタボ体系から抜け出そうとしない都市をどうコンパクト化にしていくか、そのための分析と制度作り、普及啓発と合意形成、に長年取り組んできた中で都市も市民も同時に健康となるためには**生き物から学ぶ**という姿勢が極めて有効と気づきその導入・普及を心がけています。

#### 市民の健康づくりにおけるまちづくりの重要性

日常の移動を自動車に依存する都市では、人は歩かなくなるそのような都市は形状がメタボ（コンパクトではない）です。都市を健全にダイエットすることが実は市民のダイエットに繋がる。

**都市は病気？ 循環不全** 生命体を支えるのは体中に張り巡らされた血液とその流れを導く血管のネットワークになります。途切れたり繋がりに不整合があると健康な体を支えることができません。都市の交通ネットワークの現状を見ると各所で渋滞が発生、公共交通の撤退があります。

**肥満** 肥満は万病のもと、都市はその人口に応じて公共交通と歩ける範囲でコンパクトに展開するのがこれからの健康まちづくりの基本です。

**骨粗しょう症** 骨の中が気づかないうちにスカスカになる病気です。町の中でも空き家や空き地が増え、路線バスやコンビニが撤退するなど必要なサービスが受けられない「寝たきりの都市」にならないよう対策が必要です。

**競争から協調へ** 人口減少が進む中競争して儲けることが正しいという考えや人口の取り合いなどからはなれ、周囲と協調しながら都市構造の体質改善を図っていく事が現在の各市町村にもとめられている健康なまちづくりの本質です。

14:10 休憩

14:30 一般報告

#### 都市そのものを健康にするまちづくり

～ストレスを軽減し、リフレッシュできるまちへ～

千葉県流山市長

井崎義治氏

人口減少が加速する中、不動産市場での需要減と供給過多により全国で空き家が急増している。流山市では平成19年1月1日に健康都市宣言を行い、健康都市プログラムを策定5つの分野に分け多岐にわたり展開。

#### つくばエクスプレス沿線区画整理事業で失う緑を回復する方策はないか、

多くの転入者が流山市に居を構える理由の一つは「緑」の多さです。区画整理は止められないが失う緑を少しでも回復できないか。

#### 環境価値・景観価値を高める「グリーンチェーン制度と認定制度」

認定制度は、開発で失った緑を少しでも回復するため18年にスタート。認定取得の協議に難色を示す事業者は少なくなかったが、今やグリーンチェーン認定取得は流山標準になり、緑豊かな安らぎを感じるまちづくりは市民にとっても、ストレスを軽減し、来訪者にとってもリフレッシュできる健康都市「流山市」の重要な都市政策となっている。

「都市そのものを健康に」するためにすべての施策に健康視点を基軸とした政策の立案と推進に取り組んでいる。

15:30 一般報告

### I T/A I の健康分野への適用例

#### ～姫路市の検診データ解析と歌唱による誤嚥予防～

兵庫県立大学副学長 畑 豊氏

健康づくりとまちづくりを考えると、市民の健康状態を知る必要がある。姫路医師会から提供を受けた姫路市での特定検診・後期高齢者検診における男女1万3,033名の2008年～2012年までの5年分の検診結果を使用し、検診データを用いて統計解析を実施健康状態を可視化した。

姫路市の健康診断結果、男性は糖尿病になるリスクが女性より高いこと、女性のLDL（コレステロール値）は男性よりも悪いことを示した。

又、**誤嚥性肺炎**による死亡者数の増加が著しいため、2019年からは肺炎と誤嚥性肺炎は分離された。（飲食物が咽頭、気管に入り込むことを誤嚥という）。

日本の65歳以上の高齢者は総人口に占める割合は29.1%、ほぼ3人に1人の割合と過去最高。又聞き取り調査では65歳以上の3分の1に**嚥下障害**があると答えている。人口の高齢化により誤嚥性肺炎による死者は増え続けている。

2020年丹波市において実証実験を実施した結果、歌唱者は非歌唱者より統計的に有意であった、歌唱が嚥下機能向上に効果的であることが示された。

16:30

終了

第2日 10月18日(金)

9:30

## パネルディスカッション

テーマ 健康づくりとまちづくり～市民の一生に寄り添う都市計画～

コーディネーター

中央大学法学部教授 宮本太郎氏

少子高齢化時代のまちづくりを考えると私は「元気人口」を増やす事こそが焦点であると考えます。「元気」とか「健康」とはどういうことか、自治体ができることは何か。老若男女問わず元気人口を増やすならば自治体の持続可能性も高まります。市民誰もが関心を高めるテーマです。市民一人一人が主体にならなければ前に進まないテーマでもあります。働き方、ライフスタイル、を見直していくきっかけにもなります。課題意識をもって議論を深めることができたらと思います。

パネリスト

### 心理社会面からみたこどもの健康

高岡病院児童精神会医 三木 崇弘氏

子供は未来の大人です。20年後、30年後の地域や社会を支える町の構成人です。残念なことにその子供たちが今とてもしんどくなっています。子供の心の健康という視点から考えていきたいと思います。

「心理的安全性」とはその地域で暮らしていることになんとか安心だと思えるか、自分がそこにいて安全・安心と思えるか。今子供たちが安心して暮らしていけるまちづくりが求められています。

### 食を切り口とした1人1人の望む暮らしを支援する栄養パトロール事業

NPO法人日本栄養パトネット理事長 奥村 圭子氏

栄養パトロール事業、食を切り口として、健康問題を本人の夢や希望を目的にセルフケアで解決する方法を管理栄養士と一緒に考える取り組みです。

各市町村の地域特性に応じた課題から生じた食環境を評価し、個々の健康問題を見つけ本人が声を出せなくても、声なきSOSを察することができるシステムです。又ご本人が望む方法で私たち専門職がアプローチできる仕組み目指しました。

多くの自治体と連携し1人1人の望む暮らしを食で支援していきたいと思います。

## 未来型「ゆい」で紡ぐ健康高原都市・茅野の構築

長野県茅野市長

今井 敦氏

茅野市の人口は平成20年の約5万7千人をピークに減少を続けており、他の自治体同様に人口減少・超高齢化が確実に進んでいる。市内のいくつかの地域ではこれまで多くの人の手があることで成り立っていた自治会の運営、公民館、の活動などの地域コミュニティの仕組みに加え、地域包括ケアシステムも担い手の不足により機能しなくなってきた。令和2年に策定した地域創生総合戦略で「若者に選ばれるまち」を目指すことを宣言。提案書の中に「健康」をテーマに捉えこの地域に古くから息づいてきた地域や血縁などに基づく多くの人による支えあい、助け合いの「結」ゆいに焦点を当てました。

日中の病院通いや買い物に行く人達の支援に、予約制AI乗り合いオンデマンド交通「のらざあ」を導入、改善点はあるものの手ごたえを感じています。

「挑戦なくして成功なし」という言葉がありますが失敗を恐れず果敢に課題解決の取り組みを進めることが多く成功事例を生み出し、全国の自治体がお互いに成功事例を共有しあうような好循環が生み出されることを願っています。

## 「未病予防対策先進都市」を目指した「市民連携」

「市民共創」のまちづくり

大阪府泉大津市長

南出 賢一氏

泉大津市、人口は約7万3000人大阪まで電車で20分、関西国際空港まで25分、繊維産業を中心に商工業が発展、国産毛布の90%以上を生産する「にほん一の毛布のまち」です。

未病予防対策推進都市をめざして健康づくりの分野においてもアプローチする取り組みを推進しています。食育の推進において「医食同源・身土不二」という言葉にもあるように、食べることは大変重要です。小中学校の給食の米は有機米や特別栽培米を金芽米加工（ビタミンBや食物繊維等、白米には少ない栄養素を多く残す精米方法）して提供子供に対する食育に力をいれています。

子供の集中力や運動能力の向上、生涯寝たきりにならず健康な体を維持するために、体を支える土台になる「足」を整える取り組みをすべてのライフステージで実施する「あしゆびプロジェクト」、や認知症の予防・改善のための「認知症予防ダンス」を作成、シニアダンスも盛んになりつつあり現在では2歳から91歳が踊るダンスの町になっている。

次期開催市市町挨拶 栃木県宇都宮市長 佐藤栄一  
代理 副市長 酒井氏  
閉会挨拶 公益財団法人後藤・安田記念東京都市研究所  
理事長 小早川光郎

## 《所 感》

### 姫路市 清元市長の市民の「life」を守る 主報告

今世間を賑わしている姫路城の入場料の話から市内観光のPRまでユウモアを交え報告されました。楽しく1万歩、歩ける街に、市民の一生に寄り添った町づくりを楽しく話されました。

### 生き物から学ぶ健康なまちづくり 谷口教授

街を人間の体にたとえ生き物として報告「都市計画」や「コンパクトシティ」よりも「生き物まちづくり」になりました。骨粗しょう症は空き家、空き地そのものです。歩く習慣のある健康な市民になりましょう、とはなされました。

### 都市そのものを健康にするまちづくり

流山市の市長の街に緑を、ヒートアイランド現象抑制に繋がりますし、町中に緑があることで森からの冷気が広がります。酷暑の中電気代の抑制にもなりグリーンチェーン認定制度は当市でも考えたらと思いました。

### 姫路市の検診データ解析と歌唱による誤嚥予防 畑 副学長

誤嚥予防対策として大きな声を出す 誤嚥による死亡率が高いとよく聞きます。誤嚥にはカラオケがよいと高齢者にPRしていかなければと思いました。

全国都市問題会議 各市のトップの方々の講演でそれぞれ特徴がありましたが、たいへん興味深く聞かせて頂きました。当市に持ち帰れるものがないか考えてみます。

ディスカッションのまとめとして少子高齢化の中、持続可能なまちづくりのためには健康の定義を見直し元気な高齢者も支える側になり元気人口をふやして行かないといけない、

茅野市、今井市長の言葉に、失敗を恐れず果敢に課題解決に取り組み、多く成功事例を生み出し全国の自治体がお互いに成功事例を共有しあうよう好循環が生み出されることを願うと締めくくられました。多くを考える大変有意義な全国都市問題会議でした。