

令和6年12月6日

あきる野市議会議長 殿

会 派 名 公明党

代表者氏名 増崎 俊宏

会派の（ 調査研究 ・ 研修 ） 報告書

このことについて、下記のとおり実施したので報告します。

記

1 調査研究または 研修実施日	令和 6年 10月 16日（水）～ 令和 6年 10月 18日（金） 2泊3日
2 調査研究または 研修の場所	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）
3 調査研究事項 または研修名	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～
4 参加者氏名 （ 2名）	大久保 昌代 原田 ひろこ
5 調査研究または 研修の概要及び 感想等	別紙のとおり

※ 自家用車又はレンタカーを使用した場合は、必ず自家用車・レンタカー使用報告書を添付してください。

【概要】

●研修スケジュール

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 松井一實氏
開催市長挨拶 兵庫県姫路市長 清元秀泰氏
- 9:50 基調講演 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 福岡真一氏
- 11:00 主報告 市民の「LIFE」(命・暮らし・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
- 13:10 一般報告 生き物から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
- 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
- 15:30 一般報告 IT/AI の健康分野への適用例
～姫路市の健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
- 16:30 終了

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政策～」
コーディネーター 中央大学法学部教授 宮本太郎氏
パネリスト 高岡病院児童精神科医 三木崇弘氏
NPO 法人日本栄養パトネット理事長 奥村圭子氏
長野県茅野市長 今井敦氏
大阪市泉大津市長 南出賢一氏
- 11:50 閉会式 次期開催市長挨拶 栃木県宇都宮市長 佐藤栄一氏
閉会挨拶 公益社団法人後藤・安田記念東京都市研究所理事長
小早川光郎氏

行政視察 播磨灘の食と地場産業視察コース

- 12:10 アクリエひめじ 出発
- 12:40 JFぼうぜ姫路まえどれ市場視察
- 14:30 株式会社日東社視察

●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政策について●

人口減少・少子高齢化の急速な進行に伴い、社会保障制度は中負担・中福祉から高負担・高福祉の方向にシフトしつつあり、住民、国、自治体にとって負担増が懸念される。生活習慣病による健康リスクの低減や健康寿命の延伸など、住民の健康づくりへの支援が社会的な課題となっている。

我が国の健康づくり運動は1978年の第1次国民健康づくりを皮切りに、2023～2023年度まで健康日本21（第2次）では、「すべての国民が共に支えあい、健やかで心豊かに生活できる活力ある社会の実現」を目標に①健康寿命の延伸と健康格差の縮小②生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底（NCDの予防）③社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上④健康を支え、守るための社会環境の整備、⑤栄養・食生活、身体活動・運動、休養、飲酒、喫煙及び歯・口腔の健康に関する生活環境及び社会環境の改善、の5つが基本的な方向として提案された。2022年10月の最終報告書の評価によると、健康寿命の延伸は顕著な傾向を示し、2019年時点で男性72.68歳（平均寿命81.41歳）女性75.38歳（同87.45歳）、過去20年で約3歳延伸したが、平均寿命と健康寿命との差は縮小傾向になかった。

① 基調講演 生命を捉えなおす 動的平衡の視点から

生命とは、手、足、胴体、頭、あるいは各臓器といった部品が組み合わさってできたものという機械的生命観という見方もある。ルドルフ・シェーンハイマー（科学者）の画期的な生命論は、人は生きるために毎日食事を摂るが、食べた分子は、身体を構成する分子と絶えず交換し続けられ、ダイナミックな分解と合成の流れにたゆたう分子の淀みである。私たち人間は個体ではなく、流体。生きているということは相補性を保ちながら絶えず大きく激変している。また、アンリ・ベルクソンは、生命には物質の下る坂を登ろうとする努力がある。生物はエントロピー（増大する）方向にしか進まない。それらの話を通して、生物もまちも動的平衡を保たれているとの講義だった。

② 市民の「LIFE」（命・暮らし・一生）を守り支える姫路の健康づくりとまちづくり
姫路市概要 姫路市は（平成8年4月）、全国で初めて中核市に移行。世帯数231,206人、人口519,390人（男251,050女268,340）人口は2030年には約50万6千人、2050年には約43万6千人となり、2023年の約52万6千人を基準とすると、2050年には約17.1%、約9万人減少することが予測されている（姫路市ホームページより抜粋）
人生100年時代の到来を見据え、市民の「LIFE」（「命」「暮らし」「一生」）を守り支えることを市政の基本方針としている。2020年の平均寿命は男性81.56歳、女性87.71歳となり、約70年間で男女ともに30歳以上延伸、医学の進歩や社会保障制度の進展等により、我が国は現在、世界最高水準の平均寿命を達成している。姫路市における平均寿命と健康寿命の差は、男性1.26歳、女性は2.64歳であり、女性は平均寿命が6歳以上長い一方で男性よりも不健康な期間が長くなっている。

健康づくりに資する取組の市民による主体的な介護予防を促進では、軽度認知障害（MCI）等の予防支援として通いの場への参加を促進、チェックリストによるセルフチェックを行い、市内の認知症疾患センターと連携し認知症やMCIの可能性と、鑑別診断の要否スクリーニングを実施し早期発見につなげている。また、生活習慣の改善ならびに各種疾病の早期発見及び重症化予防として、生活習慣病についての望ましい

健康週間等に関する情報発信のほか、市民が自ら行動変容ができるよう、面会、訪問、電話等により、心や身体の健康について個別訪問を実施している。他、若い世代の子宮頸がん検診の受診率向上のため、20～30歳は2歳刻みで健診費用の無料化及び未受診者に自己採取HPV検査キットの送付を開始、さらに、リスク要因を解明するためのゲノム検査も新たに実施するなど、疾病予防、早期発見、早期治療のながれが整っていた。

ウォーカブルなまちづくりとして、2021年に姫路ウォーカブル推進計画を策定。

「居心地よく歩きたくなるまちなか」が形成に取り組み、人々がまちなかに外出し、出会い、交流できる環境が整えられ、生活習慣病の発症リスクの低減やフレイル予防、ひきこもり予防など幅広い世代の心身両面における健康づくりの促進を図れるような取組がなされていた。実際にまちなかを歩いてみると、広い歩道の随所にテーブルや椅子などが設置され、店舗で購入したものを食している人々が多くみられた。

他、介護ボランティア活動等で付与される「姫路ポイント」を活用した健康づくり対策等も実施している。みらいを担う世代に対して、プレコンセプションケアセミナーを実施し、受講者にプレコンセプションケア健診の費用助成も行う等、ライフステージにあわせた切れ目のない充実した支援を実施していた。これまで議会質問で取り上げてきた取組が多く含まれており「だれひとり取り残さない」重要な支援であると再認識した。

③生き物から学ぶ健康なまちづくり

高度成長期以降、利便性を求め便利な世の中になったが、反面、運動不足などに伴う生活習慣病が大きな課題となっている。同時に、人口減少に向かう中、都市のさまざまな綻びがみられるようになり、都市自体が生活習慣病になっているかのような状況となった。日常の移動を自動車に依存する都市では、人は歩かなくなるが、そのような都市はその形状自体がメタボ（コンパクトでない）であり、都市を健全にダイエットすることが、市民のダイエットにもつながる。地方分権により、都市計画や交通計画は各市町村で計画する仕組みであり、行政区域内だけをみて最適な計画を立てるため、それぞれを貼り合わせてみると交通ネットワークが各所で不整合を起こしている。都市をコンパクトにまとめ、各市町村が協調し循環不全に陥らない、本物の「あるきたくなるまち」にすることが各市町村に求められている健康まちづくりの本質ではないか。

④都市そのものを健康にするまちづくり

WHOの健康都市運動は「従来のように保健・医療分野だけで個人ごとの健康増進を図るのではなく、生活環境や地域社会、学校や企業など、都市のあらゆる分野を視野に入れた取組によって、都市そのものを健康にすることで、そこに住む人々の健康で豊かな暮らしを推進していこう」というものである。すべての政策分野において「健康」を考慮した政策を形成し推進することにより、都市生活での市民のストレスを軽減し、リフレッシュできる環境を創ることだと言える。流山市で取り組む「グリーンチェーン制度と認定制度」は、街中に緑の連鎖（グリーンチェーン）をつくることで、街の緑が周辺の森の緑とつながりあう豊かな環境が創造され、個々での取組みが連鎖することで、個人的な枠組みを超えて、街全体の価値を高め、その影響が社会的な

利益にまで及ぶことを目的としている。グリーンチェーン認定をうけた住宅は、樹木の剪定枝を堆肥化する市のエコセンターに無料で引き取っている。緑豊かなまちづくりは、市民にとっても市外からの来訪者にとっても、ストレスを軽減しリフレッシュできる健康都市となっており、継続して取り組む。

⑤IT/AI の健康分野への適用例

2008～2012年の姫路市における健康診断データを用い、統計解析を実施し健康状態を可視化した。市町村が統計的に健康診断結果を理解するに、すべての項目でファジィ値の平均値を算出するファジィ統合検査指数を考えた。

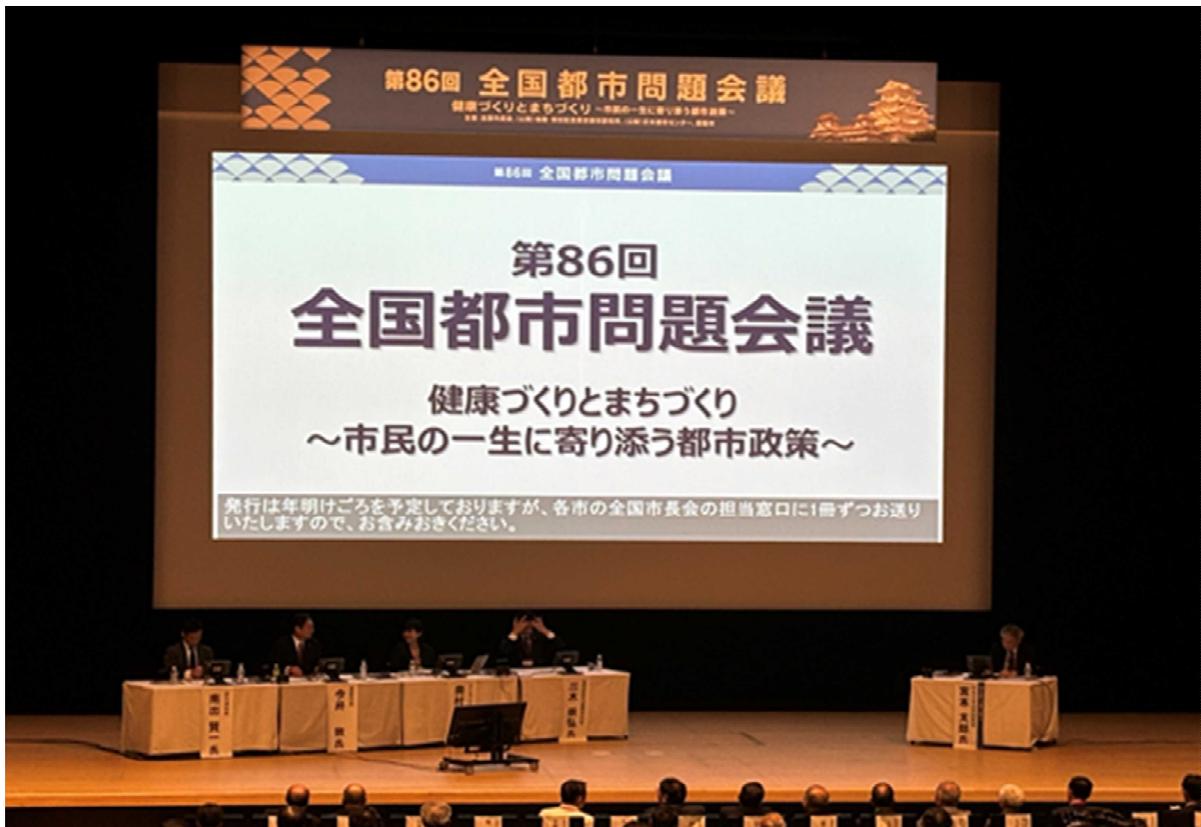
日本の65歳以上の高齢者が、総人口に占める割合は29.1%（総務省2024年4月）ほぼ3人に1人である。また、聴き取り調査によると、65歳以上の3分の1が嚥下障害であると答えている。我が国では約1,000万人の高齢者が嚥下障害であると推計される。肺炎による死者の約90%以上が65歳以上の高齢者である。人口の高齢化に伴い、誤嚥性肺炎による死者は増加し続けている。誤嚥防止、嚥下機能改善のための取り組みは課題である。嚥下機能のスクリーニングで最も簡便な方法はRSSTであり、2022年に丹波市で実証実験を行った。歌唱者約50名、非歌唱者約150名を対象としたが、歌唱者が有意な結果であり、自発的嚥下が会話に及ぼす影響を安定化させるうえで、歌うことが重要な役割を果たす可能性があることが示された。

【感想等】

1日目：今回の研修では、「健康づくりとまちづくり」というテーマのもと、都市政策と住民の健康をどのように結びつけるかについて、多方面からのアプローチが提示された。特に印象的だったのは、都市そのものを健康にするという視点である。従来の個人の健康管理や医療政策にとどまらず、都市の構造や環境そのものが住民の健康に及ぼす影響を考慮し、それを改善する取り組みが各地で行われていることを学ぶことができた。基調講演では、「動的平衡」という生命のあり方が示され、これを都市にも当てはめる視点が興味深かった。都市も生物のように変化し続け、バランスを保つことで健全な状態を維持するという考え方は、持続可能な都市経営の重要性を改めて認識させられた。姫路市の取り組みでは、市民の「LIFE」に寄り添った具体的な施策が多く展開されていた。特に健康寿命の延伸や認知症予防における先進的な取り組みは、市民主体の健康づくりを促進するうえで非常に参考になる。また、ウォーカブルなまちづくりの視点から、都市空間のデザインが住民の行動変容を促し、健康増進に寄与することが実際の事例を通して理解できた。さらに、都市そのものを健康にするという視点では、流山市のグリーンチェーン制度が印象的だった。単なる緑化ではなく、都市全体の環境を向上させることで、住民の健康や地域価値を高める取り組みとして、他の自治体にも応用可能なモデルと感じた。IT/AIの活用についても、健康診断データの解析や誤嚥予防のための歌唱の効果など、データを活用した先進的な取り組みが紹介された。今後、健康政策の分野において、デジタル技術を活用した精度の高い分析や予防施策の開発がより求められることを実感した。

本研修を通じて、健康づくりとまちづくりを一体的に推進することの重要性を再認識した。自治体が主体となり、市民とともに健康な都市を形成していくためには、ハード

面（都市設計や環境整備）とソフト面（健康増進施策や市民の行動変容を促す仕組み）の両面からのアプローチが必要である。今後、これらの学びを活かし、地域に適した施策を検討していくことが重要だと感じた。



●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政策～」

少子高齢化時代のまちづくりにおいて「元気人口」を増やすことが重要課題だ。従来の「支える側／支えられる側」という二分法はもはや機能せず、健康と病気の間層（未病状態の人や軽度障害者など）を含むすべての世代を対象とした取組が必要。

具体的には4つのアプローチが考えられる。

- ① 健康と病気の間層への支援強化。
- ② 若者のメンタルヘルスから高齢者ケアまでのライフサイクル全体を網羅した施策。
- ③ 地域住民の交流機会を創出する「社会的処方」の導入。
- ④ デジタル技術を活用した医療・介護連携の推進。

特に注目すべきは、単なる健康施策から「まちづくり」そのものへと発想を転換することである。市民一人ひとりが主体となって参加する仕組み作りが、持続可能な地域社会を実現する鍵となる。

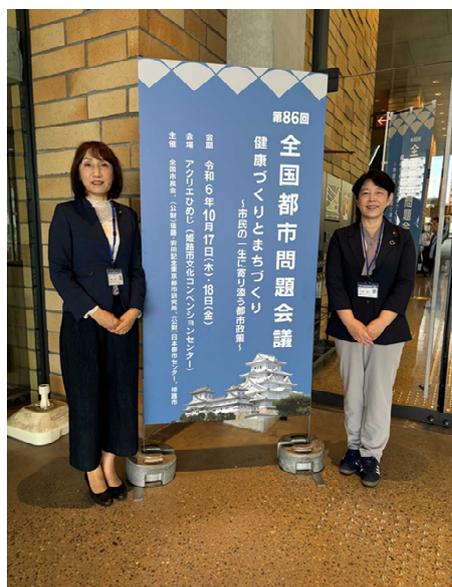
今回のパネルディスカッションでは、専門家2名から未病予防やライフサイクルを通じたケアなどについて議論し、自治体首長の実践事例を参考に、具体的な方策を探っていく。

【感想等】

2日目：パネルディスカッションでは、「健康づくりとまちづくり」をテーマに活発な意見の交換があった。少子高齢化時代のまちづくりにおいて「元気人口」を増やすという視点は非常に示唆に富むと感じた。従来の「支える側／支えられる側」という二分法が通用しなくなった現代社会において、健康と病気の間層への支援が重要であるという指摘は、まちづくりの新たな方向性を示していると思う。

特に興味深かったのは、「社会的処方」という概念である。医療だけでなく、地域の交流の場を“処方”するという発想は、健康問題を個人の問題から社会全体の課題へと転換する画期的なアプローチだと感じた。三重県名張市の「まちの保健室」のような取り組みは、住民の孤立を防ぎ、地域のつながりを強化する効果的な方法だと思う。

また、ライフサイクル全体を見据えた健康施策の必要性も重要な指摘だった。若者のメンタルヘルスから高齢者のケアまで、切れ目のない支援体制を構築することで、真に持続可能なまちづくりが可能になるのだろう。デジタル技術を活用した医療連携の事例も、今後の高齢化社会において欠かせない取り組みだと感じた。



◇ J F ぼうぜ姫路まえどれ市場視察

播磨灘などで獲れた海の幸を坊勢漁協が直接販売している。

新鮮な魚介類を取り揃えており、食堂ではその場で食べることも可能。

季節によって様々な魚介類を取り扱っている。加工品などのお土産なども揃う大型フィッシュモールである。



【感想等】

姫路まえどれ市場は、地元の新鮮な魚介類を気軽に楽しめる、活気ある市場だった。観光客だけでなく、地元の人々にも愛されている感じが感じられ、アットホームな雰囲気が魅力。一定の満足度を得ていることが伺えるが、改善の余地もありそう。

○良い点（メリット）

- ・新鮮な魚介類が豊富
- ・地元・近海で水揚げされた魚介類が並び、特に瀬戸内海の海の幸（鯛、タコ、エビ、カレイなど）が充実。
- ・市場ならではの「朝どれ」の鮮度を活かした商品が多く、刺身や寿司ネタとしても楽しめる。
- ・購入した魚をその場で調理してもらえるサービスや、海鮮丼・焼き魚などの飲食店があり、観光客にも便利。
- ・イートインスペースがあるため、買ったものをすぐに味わえるのが良い。
- ・市場内の活気ある風景や鮮やかな魚のディスプレイが写真映えし、SNS 投稿も多い。
- ・地元ならではの雰囲気を感じられるため、観光記録としてもおすすめ。
- ・姫路駅から車で約 15 分と、姫路城観光のついでに立ち寄りやすい。
- ・駐車場が完備されているため、車での来場もストレス少ない。

×改善点・課題（デメリット）

- ・営業時間がやや遅め（10:00 開店）
- ・一般的な魚市場は早朝から営業していることが多いが、10:00 開店だと「朝市」の雰囲気を楽しみにくい。
- ・人気商品（特売品や旬の魚）は午後には売り切れることもあるため、早めの来場がおすすめ。
- ・週末や観光シーズンは混雑が予想される。
- ・一部のエリアで設備が古く感じられる。
- ・地元の良さは感じられるが、観光地としてのさらなるブラッシュアップに期待したい。

◇株式会社日東社視察

現在、日本のマッチの半分は、姫路市で作られているという。そんなマッチのメッカで、家庭用・販促用のマッチ、ライターなどを製造・販売している。自社ブランドマッチのほかにも、オーダーマッチの受注にも幅広く対応。本社工場内で頭薬付けから、梱包まで一貫して製造している。





【感想等】

会社の歴史と事業内容について詳しくご説明いただき、工場見学では、実際にマッチを作る工程を見学することができた。

【工程】マッチの棒となる木材を薄い板状にスライスし、細い棒状にカットする。軸木にパラフィン（可燃性ワックス）を浸して、燃えやすくする。軸木の先端に薬頭剤（発火薬）を浸漬・添付する。乾燥して固める。マッチ箱の側面に、摩擦面に茶色の混合物を塗る。乾燥させた後、マッチ棒を箱に詰める。発火テストや強度チェックを行い、不良品を取り除く。箱に梱包して出荷する。→このように、マッチの製造には木材加工と化学薬品の調合、精密な感想工程が必要なことがわかった。

1923年の創業以来、マッチ製造から出発し、時代のニーズに合わせて点火器具や紙工品、サービスプロモーションツールまで幅広く手がけてこられた「変化に対応する力」と「創造性」に深く感銘を受けた。

特に印象的だったのは、「オーダーマッチ」の開発を通じて、単なる実用品ではなく

「顧客のプロモーションを支えるツール」としての付加価値を追求されてきた点である。

行政においても、住民や企業のニーズを捉え、既存の枠組みに捉われない柔軟な発想が求められる。「市場のウォンツを迅速に商品化する開発力」や「戦略的マーケティングに基づく提案力」は、行政サービスの改善や地域産業の活性化においても大いに参考になるものだった。

また、「暮らしに夢を与える商品作り」という理念は、行政が目指す「住民の生活品質向上」と通じる部分がある。例えば、防災用品や地域PR商品の開発など、技術やノウハウを活かした官民連携の可能性も感じた。

現在は、全国の100円ショップなどに販路が広がっていると伺った。防災時などには特にマッチの需要は高まる。今後のさらなるご発展を心より期待したいと思った。

今回の視察で得た挑戦姿勢やイノベーション精神を、今後の行政運営にも活かしていきたいと思う。

貴重な学びの機会をいただき、改めて感謝申し上げたい。