

議員派遣報告書

立川市議会議員 いしとびかおり

1 日 程 10月17日(木)・18日(金)

2 会議名 第86回全国都市問題会議

3 派遣先 兵庫県姫路市・アクリエひめじ(姫路市文化コンベンションセンター)

4 派遣者 福島正美(議長)、大石ふみお(副議長)、山本みちよ、高口靖彦、瀬順弘、高畠奈美、いしとびかおり

5 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～

6 内容報告

2024年10月、全国都市問題会議に行っていました。

全国都市問題会議では、千葉県流山市長、長野県茅野市長のお話を伺いました。

特に印象に残った、兵庫県姫路市の街づくりについて報告いたします。

■ウォーカブルなまちづくりを実現している姫路市について

姫路市は、人生100年時代の到来を見据え、市民の生活を守ることを基本方針とし、市民の「健康増進」に向けた施策を展開しています。

2021年には、姫路市ウォーカブル推進計画を策定し

「居心地がよく歩きたくなるまちなか」の形成に取り組んでいます。

人々が街中に外出し、『出会い・交流できる』ウォーカブルな環境づくりを推進。

生活習慣病の発症リスクの低減や『フレイル予防』『引きこもり予防』など、

幅広い世代の心身両面の『健康づくりの促進』が期待できる、としています。

◆なぜいま姫路市は「健康」に着目しているのか？

～健康がまちの活力を生み出すから～

健康づくりによる好影響は多岐にわたるという考えからです。

例えば、市民自らが積極的に健康づくりに取り組むことで、
介護予防や病気の発症・重症化予防につながり、
結果として社会保障負担が軽減されることなどが得られます。

街に活力を生み出し、持続可能な社会を実現するために、
「健康づくり」は欠かせない要素であり、健康づくりへの支援はこれまで以上に重要と考えています。

また、地域活動や就労などを通じて
社会の一員として活躍することで、人と人。人と地域のつながりが生まれ、
生きがいの創出や地域経済の活性化などが期待できる、としています。

◆日本人の平均寿命

(写真) 戦後間もない約 70 年間で男女ともに、「30 歳以上」の寿命の延伸があります。

1947 年 男性：50.06 歳 女性：53.96 歳

2020 年 男性：81.56 歳 女性：87.71 歳

日本は、医学の進歩や社会保障制度の進展によって
世界最高水準の平均寿命の達成しているのです。

◆姫路市の健康寿命について

健康寿命の算出方法は複数あり、健康な状態の定義として
「日常生活の制限の有無」「健康状態の自覚」などがあります。
ここでは、要介護 2 以上の人口、つまり「介護の要否」を用いて算出しています。

姫路市の 2022 年の「平均寿命」と「健康寿命」の差は
男性で 1.26 歳 女性：2・64 歳

女性は平均寿命が男性より 6 歳以上長い
男性よりも 2 倍以上「不健康な期間」が長いと言う意味です。
これは国内でも同様に見られる傾向にあります。

◆健康とは何か？について

少子高齢化が進む社会では、あらゆる世代の人々が社会で活躍できるよう

一人一人の状況に応じた多様な社会参加ができる環境整備を進めることが必要です。前提となるのが「健康」で健康寿命を延伸させることが重要です。

■健康づくりに資する姫路市の取り組みとは

我が国や投資の現状と課題をふまえ、健康づくりに資する投資の取り組みは以下です。

◆市民による主体的な介護予防を促進

①軽度認知障害（MCI）の予防支援をしています。

厚生労働省が取りまとめた、2022年の日本人の介護が必要になった要因は、「認知症」が全体の16%と最も多い。

2060年には65歳以上の「5.6人に1人」が認知症患者になるとも示される中、予防の段階から認知症への対応は大きな課題であると言えます。

MCIの状態から、年間10~30%が認知症に進行する一方で、運動や食生活などの対策を適切に行うことで「健常な状態に回復できる」という事例があることから、姫路市では、認知症への侵攻の予防を支援しています。

まず、「通いの場」への参加促進です。

「通いの場」とは、地域の住民同士が気軽に集い、一緒に活動内容を企画し、ふれあいを通して「生きがいづくり」「仲間づくり」の輪を広げ、地域の介護予防の拠点ともなる場所を目指しています。

姫路市では、

市内約470ヶ所の会場で、高齢者の運動機能の維持・向上を目的に週1回程度は活動する「生き生き100歳体操」が開催されており市内各地域の高齢者が自由に参加可能な「通いの場」の活動支援も行っています。

次に、「通いの場」などで、チェックリストのセルフチェックを実施しています。

市内2ヶ所の「認知症疾患医療センター」とも連携し、認知症やMCIの可能性と、鑑別診断の要否のスクリーニングを実施することにより、MCIの早期発見に繋がっています。

また、尻取りや計算などの認知課題と、運動を組み合わせた「コグニサイズ」を主体とした予防支援プログラムを行い、認知症への進行予防を支援しています。

②姫路市は、生活習慣の改善、各種疾病の早期発見と重症化予防をしています

介護が必要になった要因として、認知症に次いで多いのが脳血管疾患です。また、がんや糖尿病、心疾患を合わせると、25%以上の人が、これらの疾病が原因で介護が必要な状態に陥っています。こうした疾病は、食生活や運動、飲酒、喫煙などの生活習慣と関係しています。

このため、姫路市では、生活習慣病についての知識や、望ましい健康習慣に関する情報の発信を行う、市民が自らの健康の保持増進に向けた行動変容ができるよう、面接・訪問・電話で心や身体の健康についての個別相談をしています。

今年 2024 年度からは、若い世代の子宮がん検診の受診率の向上を図るため 20～30 歳までの 2 歳刻みで 検診費用を無料化。また 20 歳代の子宮がん検診の未受診の方への自己採取 HPV 検査キットの送付を開始した。さらに、今年度は、子宮がんのリスク要因を解明するためのゲノム検査も新たに実施しています。

■ウォーカブルなまちづくり

2021 年に姫路市ウォーカブル推進計画を策定。

「居心地がよく歩きたくなるまちなか」の形成に取り組み、休憩ができる場の設置などを行っています。

人々が街中に外出し、『出会い・交流できる』ウォーカブルな環境づくりを推進し生活習慣病の発症リスクの低減や『フレイル予防、』『引きこもり予防』など、幅広い世代の心身両面の『健康づくりの促進』が期待できます。

①公共空間の利活用

歩行者の利便増進道路「ほこみち」ウォーカブル推進計画に基づく公共空間の利活用社会実験として、歩行者天国によるマルシェの出店や姫路駅の周辺での待ち合わせや、休憩に利用できる憩いの場の設置を行いました。

また、道路法の改正により創設された「歩行者の利便増進道路制度」を活用し、姫路市のシンボルロードである大手前通りを

歩行者の利便増進の道路道路（ほこみち）に指定しています。

2023年8月からは、沿道店舗が椅子、テーブルの「常設専用物」を設置。官民一体となって街中の、賑わい創出と、エリア価値の向上に取り組んでいます。

②Himeji 大手前通りイルミネーション

2023年11月22日から2024年2月29日、世界的照明デザイナー・石井幹子氏の監修のもと、大手前通り沿道の樹木に約22万級のフルカラーLEDを装飾、姫路城のライトアップと連動したイルミネーションを実施。約77万人が夜の大手前通りを訪れました。今年度も継続して実施し、歩行者の対流空間を創出。街中の「回遊性」の向上に取り組んでいます。

■ICTを活用した健康づくり

「市民一人ひとりが暮らしに満足し、自分らしい生活を送ることができる姫路（まち）」の実現を目指し、マイナンバーカードやデジタル技術を活用。市民がライフシーンの様々な場面で、暮らしの豊かさを実感できるよう、姫路版スマートシティ事業を推進しています。

①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

姫路市は、消防庁が2022年度に実施した実証実験で、全国6消防本部の一つとして選定されている。実際の救急現場で、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（診療情報・診療薬剤情報・特定健診）を正確・早期に把握。

また姫路市独自事業として、救急隊と医療機関が傷病者の受入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し、外傷系患者の画像を送信し傷病の事前把握を行う実証も行いました。

②「ひめじポイント」を活用した健康づくりの促進

2021年度から、国民健康保険の特定保健指導や、介護支援ボランティア活動などの対象事業に参加することで、市民がポイントを獲得できる姫路ポイント事業を実施。獲得したポイントは、キャッシュレス決済サービスのポイントやデジタルクーポンに交換でき、市民の健康増進活動への参画に貢献しています。

4 未来を担う子どもたちの健やかな成長を支援

人口減少社会に突入し、姫路市でも出生率の低下が続く中、未来の作り手となる子供達がスクスクと成長するため、ライフステージに応じた健康づくりを幼少期から継続的に支援していくことが極めて重要。

このため、多様化・複雑化するニーズに対応しながら楽しく安心して子育てができる環境を整備していくため、次のような取り組みを行なっています。

①子どもの未来健康支援センター「みらいえ」の開設

姫路市の思春期保健、母子保健の包括的な支援拠点として、2023年4月に、子どもの未来健康支援センター（通称：みらいえ）を開設。

「相談」「交流」「学び合う」をコンセプトに、思春期の若者や妊婦、子育て中の保護者や家族などの様々なニーズに応じた専門的な相談に対応。

また、今年度からは社会人を対象とした「プレコンセプションケア セミナー」を実施。受講者には「プレコンセプションケア健診」の費用を助成するなど、ライフステージに応じた切れ目のない健康支援を実施。

②子育て情報の発信

子育て応援アプリ「ひめっこ手帳」を活用。妊婦健康診査や乳幼児健康診査の記録をデジタル化するとともに、最適な予防接種日をプッシュ型で配信。また、支援策を市民に広く周知するため、姫路市の子育て応援サイト「わくわくチャイルド」に、子どもの健康や保育、各種助成制度やお出かけスポットなど、子育てに関する情報を集約しているほか、「姫路市 LINE 公式アカウント」を開設。子育てや防災、各種イベントなど、市政に関する情報を幅広く配信。

■いしとび感想

姫路のような街づくりを参考にしたいと考えました。

姫路市の人口は50万人。2021年に姫路市ウォークブル推進計画を策定し、「居心地がよく歩きたくなるまちなか」の形成に取り組み2023年8月からは、沿道店舗が椅子、テーブルの常設専用物を設置。官民一体となって、

街中の賑わい創出と、エリア価値の向上に取り組んでいます。

姫路市長は「人口減少・少子高齢化が進む困難な時代。

健康は、人づくりの根幹をなすもので、

市民の健康づくりを促進するため市民の健康状態を把握し、改善・自立を促します。

そして市民自らが「健康増進」に資する活動に積極的に参画することも大事です。」

と話しています。

人々が出歩くに派支援が必要で、その一つがベンチ椅子です。

姫路市のように、テーブルや椅子の常設専用物を歩道や飲食店の庭先に

設置することにより、

高齢者や小さな子供連れが、休め出歩きやすくなります。

高齢者が外出すれば、大きな経済効果も期待できます。

そこで私は早速、12月の議会で姫路市を取り上げ、「ウォーカブルな街 立川へ」と題して一般質問を行いました。

立川市の人口は18万人。コンパクトな街に見合った椅子の配置が必要ですが、

立川北口グリーンズプリングスと曙町サンサンロードの飲食店前にはおしゃれな椅子がたくさんあります。

大人は高級なお店へ。しかし高級な飲食店に入れなくても学生も多く集まり、コンビニのコーヒー片手におしゃれな雰囲気を椅子に座ることで楽しめています。

彼らはグリーンズプリングスの将来のお客さんとなり得るでしょう。

椅子に座ることは、休むこと・準備すること・そして考える時間を生むことができます。

街の雰囲気を楽しむ時間・飲食店を選ぶ時間を確保する、会話を楽しむ市民のコミュニティが形成できる。

長いベンチ、短いベンチ、曲がったベンチ、老若男女問わず座って見て楽しめる、そんな椅子が今後も更に立川市に増えることを期待します。

歩くこと・健康づくりが、シンプルかつ非常に重要であるという事を

今回の全国都市問題会議で学びました。

そのためにも椅子を設置することは有益であり、またお洒落な椅子ベンチは、

今後立川市の街の目玉になると考えます。

姫路市に倣って「出歩くのが楽しくなる」「健康になる」ウォーカブルな街立川を目指し、これからも椅子の設置等を含め、市民が健康になる政策を考えていきます。

以上

【清元秀康（きよもとひでやす）兵庫県姫路市長】

1964年 兵庫県姫路市生まれ。国立香川医科大学卒業

医師免許・医学博士を取得後、米テキサス大学の学術研究院として留学。

帰国後、香川大学の医学部の附属病院講師を経て、

2010年10月 東北大学医学部に異動。2012年2月から東北大学教授。

被災地の復興に専心し、文部科学大臣賞

（科学技術賞の理解増進部門）を受賞。

2016年4月、日本の医療研究開発機構の調査役・プログラムオフィサーを経て、

2019年4月、姫路市長に就任。

現在2期目。市民の「命」「暮らし」「一生」を守り支え、地域の「活力」

を生み出す市政を進める。