

## 第7回 スマートウェルネス三条推進会議（知的支援基盤）開催概要

■日 時：平成27年4月23日（木） 午後1時～午後2時30分

■会 場：三条市役所 4階 第三委員会室

■出席者：久野委員（議長）、松原委員、櫻井委員、田中委員、村山委員

※羽藤委員、谷口委員欠席

TWR・筑波大学

塚尾健幸事業コンサルティング部長

三条市

國定市長、大平市民部長、長谷川経済部長、大山建設部長、渡辺福祉保健部長、生涯学習課（長谷川・金子）、環境課（渡辺・梨本・遠山）、高齢介護課（駒形・佐藤・小柳）、健康づくり課（関崎、永井、野水、田村、阿部、大泉、鬼木）、地域経営課（吉田・早川）、建設課（井口・笹倉）、福祉課（近藤・小林・田辺）

関係機関 新潟県三条警察署 交通管理係

報道機関 ケンオードットコム

### ■概要

#### (1) 開会挨拶

國定市長

- ・スマートウェルネス三条を推進していくという決意をしてから7回目になる。  
三条市の誰もが明るく楽しく元気よく健康で長生きできるまちづくりのために参画いただくことに感謝するとともに、大所高所の積極的な提言、発言をお願いしたい。
- ・スマートウェルネスシティとは何か、と自問自答しながら進めていく中で、一言で言うと原点回帰と思い始めている。一昨年くらい前、スマートウェルネスは、都市計画と思っていたが、最近はそれも違うと思っている。スマートウェルネスは、心の気持ちの問題であって、人々をどうやって行動変容に至らしめるのか、ということがとても大切と思っている。
- ・とにかく健康になるためには、しっかりとした運動と食事を取り続けることが必要で、スマートウェルネス三条では、少し運動に重きを置いた政策展開が求められる。これから高齢社会を迎え、一人暮らしのお年寄りの食のバランスが崩れていくことを考えると、相当程度ケアしていかなければいけないが、まずは原点に立ち返り、どうやって人々が何かの刺激を与えられて自分の家の外に一步でも出ようと思ひ、行動に移すのかということが大事だろうと思う。
- ・私は、3週間前からダイエットを始めて今3キロ痩せた。やらなければならないと思っている段階から実際にやることに至ったのは、クールビズが6月から始まるためであり、やらざるを得ない状況になったから。クールビズがなければ、思いがあっても行動に移すことにならなか

った。家の外に一步でも踏み出そうと思ひ、実行するきっかけとは何か、という積み重ねの体系がスマートウェルネスシティ構想なのではないかと思っている。

- ・スマートウェルネスシティ構想の本質というのは、テコでも動かない7割の高齢者層を外に一步踏み出させ、行動変容に結びつけることが実現できるのかを本質に考えるべきと思う。そのためには、どういうきっかけが一番良いのかを積み重ねていく、その原点回帰がもう一度求められていると思う。
- ・都市計画がいらぬのではなく、ソフト面としての環境を作り上げたうえで実際に一步外へ出ると、様々な困難が事象として立ちはだかる場面がある。例えば、ゆったりと散策したいのに車がビュンビュン通っている環境は、避けた方がより良い。後ろから支える環境基盤の整備として都市計画・公共交通体系をどうしていくのか、ハードとソフト両面にわたるインフラ基盤を整えていくこと、行動変容をいかに起こさせるのかを、知的支援基盤という中で客観的に再生可能な証拠を積み重ねていくために必要となる基盤整備・環境整備についても副次的な目的として議論していただきたい。
- ・これらの考えは、スマートウェルネス三条の今年からの仕切り直しの一つの方向性と、現時点では仮置きとさせていただいている。2年前にスマートウェルネスは、都市計画であると宣言したことが正しいかどうか、を否定することも含め、知的支援基盤であるスマートウェルネス三条推進会議がしっかりとワークしていただきたいと思う。未知の領域の開拓になるので、大いに建設的な議論を知的支援基盤の中で展開することができれば大変有り難い。

## (2) 議長挨拶

## (3) 事務局から「スマートウェルネス三条の推進について」を中心に事業報告

### 村山委員

- ・今後の話が中心だったが、今までの成果・評価や歩く人・外出した人が増えたなどの数字的な結果はあるのか。

### 事務局

- ・平成24年に高齢者が暮らしやすいまち調査を行った。事業を取り組む前の現状調査を市内約800名の方を対象に行った。事業の成果は、今年度事後のデータを取り、成果をまとめて、年度末くらいにはお示しできると思う。日常的なことも含めて外出した人が増えたかは今年、調査をしたい。

### 村山委員

- ・平成24、25、26の成果が今年度出るとのことか。また、三条小学校地域の評価となるのか。

### 事務局

- ・主に、三条小学校地区のデータとなるが、旧四日町小学校区も入っている。

#### 村山委員

- ・それが見えてくると、もう少し何が良かったのか、効果があったなど分かるのでディスカッションしやすい。
- ・資料の最後にスマートウェルネス三条推進会議（知的支援基盤）で提言いただきたいこと、というのがあり、これは多分私たちが聞いても分からない。どうすれば行動を起こすようになるのかは、高齢者の方にグループフォーカスインタビューをするなど、高齢者から話を聞くのが一番必要と感じた。
- ・感心層・無関心層という層別に分けられれば、どういうきっかけがあれば歩きたいのか、どういう場合であれば行きたいのかをインタビューしてみるというのも一つだと思う。

#### 事務局

- ・まちなか交流広場の建設に合わせて、外部人材の地域おこし協力隊を活用した中で、実際に地域に入って高齢者の方のヒアリングを今年度やりたいと考えている。

#### 田中委員

- ・テコでも動かない3割は、どうして動かないのか。ヒアリングすることで何かヒントが出てくると思う。
- ・三条市では様々な事業をしているが、果たして高齢者の方は知っているのか。一部は知っていると思うが、高齢者の方全員が知っているとは限らないので、横串を刺していかないとうまくやっていけないのではないかな。

#### 久野議長

- ・無関心層の人達がどういう特性か、ということはスタート時、既に三条市で調査済みである。
- ・ひとつの大きな課題として、無関心層はリテラシーが低いというのが一つある。もう一つは、そういう方々が我々の領域では分かっているもできないとずっと理解していたが、実はそういう層は、情報をほとんど取ろうとしないため、分かっている可能性もあるかもしれない。そのような特性があり、その背景の上で三条市は行っている。

#### 松原委員

- ・スマートウェルネスシティの目的の一つは、市民が健やかな人生を送るということはどうやって行政として提供するのか。もう一つは、市民から預かっている自治会というものの持続可能で維持継続発展できるのか、という2点と理解している。
- ・持続可能な社会を作っていくといった時に高齢化というものが医療・福祉・介護の費用の財政面でどれだけボディブローで効いてくるのか、通常の行政経費では賄えないというのがたまにある。そのために健康対策とか様々なことがやられている。

- ・スマートウェルネスシティ構想は、都市計画とは目的を達成させるための手段の一つであると思う。高齢者を動かすのはかなり至難の業であり、そうせざるを得ない状況を作っていくのが一番と思う。労働人口が減ってきているが元気な高齢者はたくさんいるので、地場の就業地に高齢者を付与していくような促進をしていくと体を動かさざるを得ないようになる。できるなら、車を使わないで通勤するなど合わせてやっていくと、自ずと心も元気になっていく。
- ・先代の社長は、会社を辞めた途端、体を壊して出歩かなくなってしまった。高齢者だから働かないのではなく、体力・気力・意欲があれば雇用していくということが必要である。日常生活で、外に出て動くことをせざるを得ない状況を作っていくことが大切だと思います。

#### 櫻井委員

- ・車社会で一家に何台という時代である。車も入口の近くに止めたいという中で、今回マルシェで人を集めるにあたり、公共交通機関の整備、車と移動手段との兼ね合いなど、安全に移動する交通規制の在り方についても警察として支援していきたい。

#### 久野議長

- ・三条市総合計画の中で、外へ引っ張り出すという狙いをいくつか考えられているが、リテラシーを上げていくような仕掛けが見られないが、そういう意図はないのか。
- ・スマートウェルネスの原点とは、無関心の人達のリテラシーが上がらずに、無関心のまま健康にしてしまうような仕掛けというのがまちづくりのひとつで、それはハードとソフト両方の兼ね合いだと思う。
- ・秋山先生のデータから 75 歳までは現役世代だが、75 歳以降をどう捉えるのかという視点での説明がほとんどない。今後平均寿命はこの 5 年で更に延び、75 歳以降の世代が増える中で健康寿命期間を延ばしていく。現役世代のうちにこういう仕掛けで無関心のまま引っ張り出し、健康への意識は高まる可能性が強い世代に対して、75 歳以降にうまく過ごして健康長寿になるような考え方や生活スタイルを身に付けるような情報も入れていく必要があるのではないか。
- ・3月に台湾の国際学会に参加した時にアメリカの方が、生きがいという英語の言葉がないと言っていた。アメリカでは生きがいという概念に注目していて、今まで「QOM」と言っていたが、単に生活の質だけではなく、その先の生きがいを求めていくのが健康長寿の目標で「IKIGAI」と書いている。スマートウェルネスシティが目指している健やかな幸せな状態の一つは、そういうもので、このまちの中でうまく持ち続けられるような体制というのが今日のテーマだと感じている。

#### 市長

- ・久野先生のご示唆がスマートウェルネスの原点に立ち返る時に、根本の一つだと思っているが、いくら健康情報を入れても動かないテコでも動かない7割層に、人間の気合で乗り切るというのは、少し違うのではないかというのがスマートウェルネスシティの本質だと思っている。別の刺激を与えることによって結果として、健康状態を作り出せば、それでよしとするのがス

マートウエルネスシティ構想だと思う。

- ・前段の質問（リテラシーを上げていくような仕掛け）については、考慮していない、が答えになる。スマートウエルネスシティではなく、スマートウエルネス三条では、テコでも動かない7割層に結果として動いてもらうためのことに全力投球するべきと、もう一度意識を立て直す必要があることが現時点での結論である。
- ・ヒアリングはやらなければいけないが、高齢者が動くきっかけは、およそ3分類、大きく分けて2分類と思っている。一つは利己的、自分のために動く。もう一つは利他的なために、それが生きがいの領域の一つでもあるが、利他的にやっていくためには何が良いのか、に最終的科学的根拠を付与しなければならない。
- ・利己的は二つに分けられると思っている。一つは欲であり、自分にとってプラスのために出ていこうというものである。もう一つは、そうしないと生きていけない、例えばせざるを得ない、歩かざるを得ない、外に出ざるを得ないなど、という行動パターンがある。
- ・三つパターンがあるが本当にそうなのか知的支援基盤の議論が必要ではないかと思う。既に研究を深めている高度経済学・行動主義心理学を研究している人達がそこを紐解いてからヒアリングをかけていかないと場当たりのになってしまうのではないかと思う。仕掛け作りはそれとは別に展開していくが、そこに学術的、科学的な智慧と工夫を付与していくために知的支援基盤の中でもう少し揉んでいただくことが大切と思う。

久野議長

- ・知的支援基盤の役割の一つは、市長の考えに答えることがミッションであり、是非それを検討していきたいと思っている。
- ・市長が無関心層は無理だろうと考えられる部分について、そうは思わない。結論は科学的に出していないと思っている。
- ・そういう事例があることを紹介するのもこの知的支援基盤の一つの役割である。そのような方針で三条市がやることに関しては、個性がある方が良いと思う。答えが見えていない取り組みなので、様々な考えでそれを実証していき、組み合わせができればいいと思う。こういう考え方・こういう面があると科学的に戦わせることは非常に重要だというスタンスでこの会は運営していくべきと考えている。

【久野議長のパワーポイントによる説明（省略）】

※当初の内容を変えたため、プロジェクターのみを使用して説明

市長

- ・不十分層の解説について、過去の運動参加経験の運動参加とは何を指しているのか。

久野議長

- ・過去5年間の中で、自治体の狭義の健康政策に資する運動教室のような参加型イベントに一度

でも参加した人がいるかどうかということである。今も参加しているけど、実際に問うと参加していない、ということである。

市長

- ・狭義の健康政策がスマートウェルネス的な観点を取り入れるということは全くかまわないと思う。
- ・不十分層と無関心層は、そっちの側で足し合わされるものではなく、テコでも動かない人が過去に1回でも狭義の健康施策に参加したことがあるということは、行動変容を起こしている側の方として捉えている。従って、15、16%の人々が入り込みました、というのであれば説明として理解できるが、75.6%取り込むことができました、というのは過大評価すぎるのではなか。

久野議長

- ・そういう意見もあると思うが、ただ一方でこの層が多いというのは事実である。7割の中にも一部入っていて7割の全てが無関心層である。

市長

- ・7割は不十分層の関係で整理していくと何割か。

久野議長

- ・7割のうちうちの2割くらいである。

市長

- ・3:2:2:3という割合か。

久野議長

- ・そのとおり。
- ・これだけやって15%しか動かせないと見るか、社会実験なのでテコでも動かないのか。その他のやり方によって動かせるやり方はないのか、ということを研究者の立場としては考える必要があると思う。

市長

- ・テコでも動かない層の16%が動いているのは、むしろ積極的に評価すべきだと思う。

松原委員

- ・今まで見向きもしなかった16%の人が口コミとはいえ、何でこれに参加しようと思ったか、その動機・要因・メリットは何か。

久野議長

- ・動機を聞いた結果、全員無関心層の人は、健康に対する不安であった。
- ・無関心だから一切不安を持っていないのではなく、今まで見向きもしなかった人が何らかインセンティブに釣られた人もいる。また、今まで誘ってもらえない人が、仲の良い友達から「こんなのがあるから得だし一緒に行こう。」と何気なく誘ってもらった例もある。
- ・無関心層は、全くバリアを張っている人、とレッテルを張りすぎていると思う。

村山委員

- ・何歳から何歳までが対象か。

久野議長

- ・40歳から80代までが対象である。

村山委員

- ・定年を迎える頃に関心の度合いや潜在的にあるものが出てくる年代があり、感覚的だが定年を迎えるあたりで、需要の捉え方や健康情報への関心が違ってくると思う。

久野議長

- ・その人たちの特性や高度経済学的に見えるようなことは、調べ今類型化している。
- ・伊達市では、お得感があり、定員があつて早く行かないと入れない、というのが流布されたらしい。朝8時半からの受付開始に、7時から並び100人の行列だった。いわゆる違う状況で、人を動かす仕掛けがある意味引っかけたのではないかと結果を見て分かる。  
リテラシーを上げるという硬いところから入ったが、決してそれだけのことではなく、結果的に色々な要因がうまく動かしていると思う。

市長

- ・7:3の話が出ているが、運動しているが不足している、のが3割層のうち2割を占めている方は、現在参加中、8000歩未満の括りでよいか。

久野議長

- ・そのとおりである。

市長

- ・以前参加したことがある、運動に取り組む意思はあるが活動していないが4割ということか。

久野議長

- ・以前は、今やっているかやっていないかで分類した。

市長

- ・ 4割がどっちに入るか分かっていないということか。
- ・ 8000歩未満で以前参加したことがあるは、3:7のところではグレーで、明らかに分かることは、現在参加中は、3割のうちの2割に入っていると考えてよいか。

久野議長

- ・ そのとおりである。

市長

- ・ すごいハードルだと思う。市が実施している健康運動教室に参加することは、その人達にとって相当ハードルが高いと思う。15、16%取り込んでいることはすごいことだと思う。

久野議長

- ・ 市長のご指摘のように、スタッフには資料を分けることでデータをやり直させている。

事務局

- ・ 次回は、データを来年3月でなく、9月や10月に開催できたらと思っている。委員のご協力をいただきたい。

午後2時35分終了