

平成 26 年度委員会所管事項調査報告書

閉会中の所管事項調査（平成 23 年 8 月 31 日議決）を実施したので、下記のとおり報告する。

教育民生委員会

記

- 1 調査期間 平成 26 年 7 月 16 日（水）～7 月 18 日（金）
- 2 調査先 千葉県袖ヶ浦市、長野県佐久市、長野県小諸市
- 3 調査委員等 下川原光昭委員長、泉川博明副委員長、中平浩志委員
小柳正人委員、小野寺勝也委員、高屋敷英則委員
大沢俊光委員、濱欠明宏委員、蒲野喜美男市民課長
藤原みよ子保健推進課長、大向雄二社会体育課長、高畑伸一書記
- 4 調査事項
 - (1) 千葉県袖ヶ浦市
 - 総合型地域スポーツクラブについて
 - (2) 長野県佐久市
 - 世界最高健康都市構想について
 - ・ぴんころ運動推進事業について
 - ・保健補導員活動について
 - ・認知症予防相談・啓発事業について
 - ・栄養改善指導事業について
 - (3) 長野県小諸市
 - 保健推進委員会の取り組みについて
- 5 調査結果
別添のとおり

千葉県 袖ヶ浦市

- 1 日 時 平成 26 年 7 月 16 日（水） 午後 2 時 00 分～午後 3 時 30 分
- 2 場 所 袖ヶ浦市議会委員会室
- 3 議 会 渡辺議長、花澤局長
- 4 説明者 篠崎議員、今宮体育振興課長、小野主査
- 5 袖ヶ浦市の概要
 - (1) 位 置 東京湾沿い、千葉県のほぼ中央に位置する。
 - (2) 沿 革 平成 3 年 4 月 1 日に市制を施行し、このとき君津郡袖ヶ浦町から現在の袖ヶ浦市になった。
 - (3) 面 積 94.92 k m²
 - (4) 人 口 61,924 人
 - (5) 議員定数 24 人

○調査テーマ 「総合型地域スポーツクラブについて」

1 概 要

袖ヶ浦市では、スポーツを通じた健康・体力づくりの推進、青少年の健全育成、そして地域まちづくりの実現を目指し、市内全地区で「総合型地域スポーツクラブ」が設立されている。

平成 15 年、平岡地区に市内初となるクラブ「名幸ヶ丘ふれあいクラブ」が設立され、以後、一年おきに「NESUPO（根形地区）」、「NAGAX（長浦地区）」、「中富ふれすぽクラブ（中川富岡地区）」、「昭和ふらっとスポーツクラブ（昭和地区）」が設立され、市内全地区で、子どもからお年寄りまで 1,193 人を超える会員が定期的に体を動かしている。

市では、平成 21 年 2 月に「袖ヶ浦市総合型地域スポーツクラブ連絡協議会」を設立し、クラブ間交流を通して、相互の連携や会員同士の親睦を深め、さらに指導スタッフの育成に努めている。

2 詳 細

(1) 経緯

市では平成 11 年度に、第 1 期教育ビジョン策定に伴う総合型地域スポーツクラブの設立に向けた検討を開始した。その中では、県内先進地域の取り組みの研究や、総合型クラブ設立を市のスポーツ振興の要に据えた。

平成 13 年度には本格的な準備として、予算の要求、市後期総合長期計画にクラブ設立準備を位置づけ、講演会開催、各種研修会への参加を行った。

翌、平成 14 年度に全体総合型地域スポーツクラブ設立準備委員会を発足させ、46

名に委員を委嘱した。

全体準備委員会は年間3回開催し、各モデル地区準備委員会での進捗状況等の報告を受けた。モデル地区は平成14年度からほぼ1年ごとに指定され、それぞれで地区準備委員会を組織し、クラブ設立準備の一切を進めた。会議の開催回数はそれぞれ延べ十数回に及んだ。

設立準備委員会で確認されたクラブ設立の基本方針は次のとおり。①既存団体の活動を無理にクラブに組み入れようとせず、活動を共有できる部分から共存を考えて活動を開始する。②まずは毎週土、日曜日の3時間程度の子どもたちをも対象としたサークル活動から開始し、将来的に総合型スポーツクラブへの発展を考える。③指導者は資格の有無に関わりなく、共に活動してくれる地域の方々を考え、クラブ運営にも積極的に関わってもらおう。

(2) 設立のメリット（会員等の声）

- ・親子で、祖父母と、兄弟で、友達同士で、など、新たな仲間が生まれた。
- ・地域の方々が子どもたちを知っていることは生徒指導上でも有益である。
- ・家族で予定を立てやすくなり、親子の新たなふれあいが生まれた。 など。

(3) 行政の関わり

- ・設立については、体育振興課主要行事と位置づけ、計画的に取り組んできた。
- ・活動支援費として、市の補助金を交付している。（1クラブ763,000円）
- ・学校体育施設開放事業としても施設の有効利用の観点から、既存団体等の総合型クラブへの編入を促進している。
- ・総合計画や第2期教育ビジョンにも重要事業として位置づけ、総合型クラブをまちづくりの活性化にも機能させていくよう計画的に方策を講じていく。

(4) 課題、今後の展望

- ・設立までは行政主導で推進してきた関係で、事務局を地域の役員に移していくことが難しい面があったが、現在ではどのクラブもスタッフの努力により順調に運営されている。
- ・クラブを発展させるためには会員数を増やすことが不可欠である。そのためにもクラブの認知度を向上させる取り組みとして、常に啓発・広報活動に努める必要がある。
- ・会員増による収入増や自主事業による収入を考慮する必要がある。
- ・5クラブが一体となり、会員交流大会や無料体験期間を設け、会員増に繋げる。
- ・総合型クラブの方向性として、スポーツ活動のためだけのクラブという存在ではなく、高齢者の生きがいづくり、市民の健康づくり、青少年健全育成、地域コミュニティ育成という多目的なねらいに、無理なく自然体で迫りたい。

3 所 感

【下川原光昭委員長】

21世紀はハイテク社会の加速化、学校完全週5日制により、運動不足、自分さえよければ、体を動かすことが嫌い等が進むことから、スポーツを通してコミュニケーション社会の復活、多くの市民のためのみんなのスポーツの全市展開、親子で友達と地域の人々とふれあえるスポーツを目指して設立。既存団体等の活動は無理に組み入れようとせず、活動を共有できる部分から共存を考えて活動。まずは毎週土・日曜日の3時間程度の子どもたちをも対象とした、サークル活動。囲碁、将棋なども取り入れられることから少しずつ始め、将来的に総合型地域スポーツクラブへ。

当市も総合型地域スポーツクラブ設立に向け協議を進めてきたが、設立には至っていない。理由として、競技スポーツ、スポーツ少年団、市民体競技等との違い、スポーツ関係団体等が長期間にわたり進めてきている各種大会など、既存チーム等の活動との共有化ができるのか。が上がった。また、市内体育施設、学校体育施設開放ができるのか。

総合型地域スポーツクラブ設立に向けては、競技スポーツ活動のためだけのクラブではなく、スポーツが苦手な人への呼びかけ、高齢者の生きがいづくり、市民の健康づくり、青少年健全育成、地域の交流の場などになればと思う。

袖ヶ浦市総合型地域スポーツクラブ設立にあたって、作ってよかった、出来てよかったクラブにしたい。と、言っていたのが印象的だった。

【泉川博明副委員長】

袖ヶ浦市「総合型地域スポーツクラブ」の設立は、体力の低下、人間関係の希薄化、スポーツ嫌いの進行を防ぐことを目的として設立され、市民誰もがスポーツ、レクリエーション活動を親しめる場を目指して、平成15年6月から平成19年7月までに5つの地区でスポーツクラブが誕生し、現在、活動中の事である。

設立のメリットとして、参加しやすい環境となったことで、親子で、祖父母で、兄弟で友達同士で等、新たな仲間が生まれたとの会員の声等もあるようである。

5クラブの会員構成は、現在、地区住民の1.7%で、今後、3%までにもっていきたいとのことであった。

行政としては、活動支援として補助金（一律1クラブ763,000円）を交付している。

今後の展望として、スポーツ活動のためだけのクラブという存在ではなく、高齢者の生きがいづくり、青少年健全育成、地域の交流の場という多目的な狙いに、無理なく自然体で迫っていきたいと考えているようである。

最後に、東京湾アクアラインなど、利便性の高い交通網に恵まれ、年々人口も増

加している状況という。

【中平浩志委員】

現代人の体力低下や地域間での人間関係の希薄化、スポーツ嫌い等が進行した事により、袖ヶ浦市がコミュニケーションの実現化・多くの市民のためのスポーツ実施層の拡大・ファミリー地域スポーツの積極的推進を目指し、平成13年度、市後期総合長期計画にクラブ設立準備を位置付けし、翌年、全体総合型地域スポーツクラブ設立準備委員会を発足させた。構成メンバーは、PTA、高齢者クラブ、体育協会、既存総合型クラブ会長等、全21団体から選出されている。

平成14年度から、ほぼ1年毎に1地区ずつモデル地区を指定し、クラブ設立準備を進め、最終5地区で構成した。子どもたちを対象としたサークル活動や、既存団体等の活動は無理にクラブに組み入れず、共有できる部分から共存していく考えで行っている。

会員たちの声を聞いてみると、親子、祖父母、兄弟、友達等、新たな仲間が生まれた。地域の人たちが子どもたちを知った。等、いろいろな意見や声があるが、一般的にメリットを上げている。

当市でも、地域のコミュニティの希薄化が進んでいる現状を考えれば、既存のスポーツクラブには無理をさせず、世代間の交流を含め、地域、家庭で共有感を持つことが今後の地域づくりのヒントになると感じた。

【小柳正人委員】

「総合型地域スポーツクラブ」の設立根拠としては、21世紀になりハイテク社会の加速化、学校完全5日制の定着により、運動不足による体力の低下、人間関係の希薄化、スポーツ嫌い等が進行している現状の打開策として、スポーツを通してコミュニケーション社会の復活、多くの市民の為の「みんなのスポーツ」の全市展開、親子で、友達や地域の皆さんとのふれあいを通しての青少年の健全育成等を理念に市民誰もがスポーツ・レクリエーション活動に親しめる場（機会）を目指しているとの事である。平成14年設立以来、中学校学区単位に5地区にクラブができ、毎週土、日曜日の3時間程度の活動であり、親子、祖父母、兄弟、友人等で参加しやすくなり新たな仲間が出来たとの声も多く聞かれるとの事である。活動支援費として、一律1クラブに年763,000円市より補助金が交付されており、羨ましい限りである。地区住民数に対するクラブ参加率（1.7～5.3%）を上げることが課題と思われる。

【小野寺勝也委員】

総合型スポーツクラブは、市内5つの公民館単位に設立されたもので、運動不足の解消、地域コミュニティの充実を目的に、子どもから高齢者が共に活動できる場

とされている。

各クラブは7種目から16種目の活動をし、活動支援費として市から763,000円(年額)の補助を受けている。

既存団体の活動を無理してクラブに組み入れようとはせず、共存を考えているという。組織率は人口の1.7%。

久慈市には体育協会、種目別団体、スポ少とあり、スポーツ振興や地域コミュニティ、生きがいの充実を図るためには新たな組織づくりよりもスポーツ要求がどこにあるのかを把握するところから底辺の拡大を図る必要があるのかなと考えた。

【高屋敷英則委員】

この日の研修の目的は、スポーツを通じて健康・体力づくりの推進、青少年の健全育成、もって地域のまちづくりへの取り組みの先進事例を学ぶこと

市内全域で5つ(千葉県内には72団体)の「総合型地域スポーツクラブ」が設立され、クラブ間交流を通して相互の連携や会員同士の相互親睦を深めている。このスポーツクラブは会員制で、会費で自主運営されているボランティアクラブである。

全国すべての自治体には体育協会という法人(または任意の団体)がある。体育協会はそれぞれの競技団体をその傘下に置き、市のスポーツの普及と競技力の向上をめざして設立され、そして今日もなおその活動を継続しているが、一方で、こうした総合型スポーツクラブの設立は、既成の体育協会の活動の限界を示唆しているものであり、限られた人員による限定された競技団体(競技力優先)の活動だけでは不十分、市民の多様なスポーツ・リクリエーション参加志向に対応できない状況にある。

地域総合スポーツクラブは、市民の自主参加、自主運営・管理による多様な活動を展開している。袖ヶ浦市(千葉県が音頭を取って)では小中学校の体育施設を開放、またクラブ運営に補助金を出すなどして、市民の新しいスポーツ参加志向を促している。その活動は競技力優先ではなく、子どもからお年寄りまでいる誰でも参加して楽しむことができるリクリエーション、文化活動、地域活動の分野にまで幅広く裾野が広がっている。体育協会と地域総合型スポーツクラブを定着させ、お互いに持つ欠陥を補完しあうことによって、より多くの市民の参加を促すことができるという観点から、注目すべき取り組みである。

過去、岩手県(全自治体)には生涯スポーツ推進協議会が設置され、競技スポーツとはまた別にすべての住民参加による生涯スポーツ推進を標榜していた時期があった。この地域総合型スポーツクラブはそれと趣旨を同じくしたものと考えられ、行政主導ではなく、住民自らの自発的参加によって、運営・管理もなされ、相互の交流を図りながら、地域の活性化にも大きく寄与することができるこのスポーツクラブの育成と実践活動は高く評価されて良いものと思われる。

久慈市における体育協会一本のスポーツ振興のあり方は、いよいよ行き詰まりをみせており、協会が本来果たすべき使命を忘れ、単なる指定管理業者になり下げている現状は看過できないものがある。今一度、広く市民の自主性を促し、本来のスポーツの果たすべき役割、競技スポーツと生涯スポーツの振興のあり方を再検討すべき必要性を強く感じた有意義な研修であった。

この研修は7月16日に行われたが、一週間後の7月23日、袖ヶ浦市議会議長、並びに教育民生委員総勢12名が来久され、久慈市議会と袖ヶ浦市議会今後もお互いに協力し合いながら友好議会として活動を深めてゆくことを確認し、その協定を認めた調印式が行われました。

【大沢俊光委員】

① 袖ヶ浦市は、平成21年2月に「袖ヶ浦市総合型スポーツクラブ連絡協議会」を設立し、スポーツを通じた健康、体力づくりの推進、青少年の健全育成、地域まちづくりの実現を目指し、市内全域で「総合型地域スポーツクラブ」が設立されている。

○行政の関わり、バックアップ体制について

- ・ 体育振興課主要行事として位置づけ、職員が1クラブ1担当制で支援クラブの自立を促す。
- ・ 市補助金として、一律1クラブ76万3千円を交付している。
- ・ 総合計画（平成22年から31年）や平成22年に作成した、第2期教育ビジョン（平成23年から32年）にも総合型クラブの活性化を重要事業として位置付けており、総合型クラブをまちづくりの活性化に機能させていくよう計画的な方策を講じていく考え方になっている。

○課題、今後の展望

- ・ 教育委員会や関係団体等が長い期間にわたりイベントの中心の振興策を進めてきたこともあり、スポーツは興味のある者のみ楽しみ、関係団体が施設を優先利用することが多く、既得権のように解釈しているなど、目的を理解してもらうに時間がかかる。
- ・ 今後は、競技成績やクラブ活動の存在ではなく、高齢者のいきいきづくり、市民の健康づくり、青少年健全育成、地域の交流の場という多目的なねらいに、無理なく自然体で推進すべきと考えている。

○平成26年5クラブの会員構成は、市民人口6万1千人に対し、1,048人で1.7%の参加率。これを5%まで上げたいと担当者が説明。

所感として

市民だれでもが親しめるスポーツ・レクリエーション環境の創造、健康でたくましく、ふれあいのまちづくりは、子どもから高齢者までの誰もが共に活動でき

る場、コミュニティ社会の復活「出会い、汗、感動」、スポーツ以外の活動も用意し、クラブハウスで楽しめる環境づくりは、競争スポーツと市民総参加による「総合型地域スポーツ」振興策に袖ヶ浦市の目指す、将来都市像「自立と協働のまち、人いきいき、緑さわやか、活力あふれる袖ヶ浦」の実現に向けたまちづくりを進めていることを強く感じました。

【濱欠明宏委員】

袖ヶ浦市にはこれまで総務、産業建設委員会が訪問、教育民生委員会が訪問することで3常任委員会すべてが研修することとなった。これは昨年放送されたNHK朝ドラ「あまちゃん」が袖ヶ浜を舞台にしたことを大きな縁として、今年7月23日には久慈市において友好都市交流が調印する環境が整ったことから、その前の7月16日に訪問し、委員会交流を兼ねて更なる絆を深めることが大きな前提となった。

視察テーマである「総合型地域スポーツクラブについて」は、袖ヶ浦市議会事務局が資料として提供した、①議会に関する資料では袖ヶ浦市の沿革をはじめ、予算規模組織、議会の概要に示されております。②総合型地域スポーツクラブ設立事業について（概要）の資料と袖ヶ浦市総合型スポーツクラブのパンフレット。③千葉県広域スポーツセンターが発行する千葉県総合型地域スポーツクラブの資料では実態と課題等が示されております。

研修を通じて、袖ヶ浦市は平成9年12月に1兆4千億円を投じて東京湾アクアラインが開通してからは羽田空港まで20分の時間距離の長所が活かされベッドタウン化が急激に進んでいる現状である。また、スポーツクラブは千葉県が広域的に取り組んでおり現在32市町村で72団体が組織されており、袖ヶ浦市には5団体が設立し事業に取り組んでいるとのこと。平成14年度に第1モデル地区を皮切りに平成18年度に第5モデル地区を設立、毎年度1地区ずつモデル地区を指定し、それぞれ地区準備委員会を組織し進めたとのことである。現在の会員構成であるが、最高は対地区住民比6.0パーセントの379名。最低は0.9パーセントの232名。会員数の最低は対地区住民比1.8パーセントの107名である。なおクラブには一律763,000円の補助金が交付されている。

今後の方向性として、スポーツ活動のためだけのクラブという存在ではなく、高齢者の生きがいづくり、市民の健康づくり、青少年健全育成、地域の交流の場という多目的なねらいに無理なく自然体で迫っていききたいとのことである。

久慈市に置き換えるなら教育振興協議会があてはまるが、予算措置、運営の方法と大いに参考になった。

長野県 佐久市

1 日 時 平成 26 年 7 月 17 日（木） 午後 3 時 00 分～午後 4 時 30 分

2 場 所 佐久市議会 会議室

3 議 会 丸山次長、佐藤氏

4 説明者 本多氏、市村氏、佐藤氏、工藤氏、東氏、山崎氏

5 佐久市の概要

(1) 位 置 長野県東信地方の市であり、群馬との県境に位置する。

(2) 沿 革 平成 17 年 4 月 1 日、旧佐久市が北佐久郡望月町、浅科村、南佐久郡臼田町と合併して現佐久市が発足。

(3) 面 積 423.99 k m²

(4) 人 口 100,002 人

(5) 議員定数 28 人

○調査テーマ 「世界最高健康都市構想について」

- ・ぴんころ運動推進事業について
- ・保健補導員活動について
- ・認知症予防相談・啓発事業について
- ・栄養改善指導事業について

1 概 要

「世界最高健康都市」とは、市民が胸を張って誇れる「類を見ない健康な都市」を表す。

佐久市では、豊かな自然と便利で住みやすい生活環境のもと、多くの市民が生きがいを持って生活をしている。しかし、中には人間関係の希薄化などによる孤立感や不安感を抱えている人もいるし、社会情勢の変化などにより新しい課題が発生する地域もある。

市民の皆さんが健康に暮らすためには、一人ひとりの心身の健康を増進することはもとより、様々な不安や課題を地域で解決しながら、安心して明るく快適に生活できるまちを実現することが必要である。

市民を中心に、家族・職場・地域の人々との健全なつながりがあり、さらにそれを取り巻くまちも良好な環境にある都市が、佐久市の目指す「健康な都市」である。

佐久市は、平成 23 年 12 月に「世界最高健康都市構想」と、それを具体的な施策に表す「世界最高健康都市構想実現プラン」を策定した。

2 詳 細

(1) ぴんころ運動推進事業

「ぴんころ」とは「ぴん・ぴん・ころり」の略で、市民の生活習慣病予防と健康

増進を目的とする。

①市内4ヵ所で実施される、運動・食事に関する「ピンピン講座」の開催

②各地区で健康・栄養相談を行う「ぴんころステーション」の開催

③高齢者の元気の秘訣である「ぴんころ食」の普及

④親子料理教室や高校生への食生活指導を行う「食育の推進」

が柱となる。

平成8年に、80歳以上の高齢者を対象とする食生活に関するアンケート調査を行い、食生活の実態を把握し、「ぴんころ御膳」を開発した。健康で長生きの秘訣として、●腹八分目、●蛋白質を食べる、●野菜を食べる、●塩分を控える、●食べ合わせに気をつけるなどの点を考慮したものとなっている。

ぴんころ御膳の普及には、食生活を通じた健康づくりの案内役「食生活改善推進員」の活動が欠かせない。

(2) 保健補導員活動

※相手方の都合で説明は無く、資料の提供のみ

(3) 認知症予防相談・啓発事業

佐久市では平成25年10月現在で、65歳以上の13人に1人が認知症の症状を持つ。平成21年から23年度の佐久市の介護保険新規申請者の主要要因の1位は認知症である。

平成23年10月から市高齢福祉課に「認知症地域支援推進員」を2名配置している（H25からは3名に増員）。医療機関や介護サービス、地域の支援機関を繋ぐコーディネーターとしての役割を担い、医療と介護の連携を強化することを目的としている。

介護者同士の交流を目的とした認知症高齢者介護者座談会の開催や若年性認知症の家族の方の交流会「なごみ会」の開催、脳の健康度測定事業なども行っている。

(4) 栄養改善指導事業

二次予防高齢者等に対し訪問等による栄養改善指導を行い健康維持を図っている。

3 所 感

【下川原光昭委員長】

世界最高健康都市構想は、昭和36年、佐久市が脳卒中死亡率が全国第1位になるなど問題を抱えていた。漬物など塩分の多い食事等が要因と考え、この課題を克服するために、行政、病院、住民が協力した活動が始まる。

脳卒中の原因調査等から見えてきたことは、塩分の取りすぎ、たんぱく質の接種不足、部屋が寒い等の調査結果を受け、ぴんころ運動、保健補導員活動、認知症予防相談・啓発事業、栄養改善指導事業等を実施したことから、昭和51年、保健文化賞受賞を受け、今、佐久市が長寿日本一になった。

岩手県は7月に脳卒中死亡率が全国ワースト発表。また、当地域は自殺者も多く、重要な課題となっている。

当市も、病気の早期発見、未然防止による市民の健康増進のため、健康診断の実施、食生活の大きな変化による生活習慣病予防、疾病予防、介護予防などなど推進に努めているが、まだまだ反映されきれていないように思う。

病気になってから治療するより、病気にならないことに力を入れ、佐久市に学び予防医学の取り組みを実施、実践していかなければならない。

健康長寿を可能にする3大要因

「食事」「運動」「生きがい」

【泉川博明副委員長】

佐久市は平成17年4月1日に1市2町1村が合併して誕生し、人口99,996人(平成26年4月1日現在)となっている。

基本構想として6つの項目を設定しており、その中の1つに、みんなが生涯現役で住みよい健康長寿のまちの形成とある。平成19年にぴんころ運動推進事業がスタートし、ピンピン講座、ぴんころステーション、ぴんころ食の普及、食育の推進などを実施しているとのこと。※ぴんころとは、健康で長生きし(ぴんぴん)、寝込まずに楽に大往生したい(ころり)と称されている。

佐久市における国民健康保険加入者一人当たりの医療費は、平成17年度から平成24年度まで、いずれも国・県より下回っていて、平均寿命も平成22年時で男女とも全国20位内に入っているようである。

また、保健補導員の活動、認知症予防相談・啓発事業、栄養改善指導事業などに積極的に取り組み、「世界最高健康都市」を目指すようである。さらに、医療も充実しているようで、病院7カ所、一般診療所77カ所、歯科診療所54カ所あるようだが、その一方、高齢化が進んでいるようで、現在65歳以上は27.6%で6年後には30%を超えるとの話であった。

最後に、佐久市の概要であるが、自然環境に恵まれた高原都市で、交通網は上信越自動車道、中部横断自動車道、北陸新幹線などが整備され、急速に市街化が進んでいるようである。また、日本一海から遠い地点でもある。(114,853m)

【中平浩志委員】

ぴんころ=ぴん・ぴん・ころり はすばらしいネーミングだと思う。

佐久市(長野県)は、元々、長寿社会ではなかったのに、健康長寿のまち佐久市(高齢化率27.6%)を標榜している。

ピンピン講座、ぴんころステーション、ぴんころ食の普及、食育の推進を行い、子どもから高齢者まで健康について学び、実施していることが成果として表れてい

る。

当市でも、食育等を含め、保健活動を推進し、高齢化社会での老健施設の待機者解消など、早期予防が必要と考える。また、若年層から健康についての指導を行い、将来に向けて、健康都市を目指していくことが重要だと思った。

【小柳正人委員】

1) ぴんころ運動推進事業について～市民の健康づくりを目標に、生活習慣病予防の啓発を目的に、保健、医療、商工、観光等 11 名の実施担当で事業を行っているとの事。ピンピン講座は市内 4 箇所で健康体操やヨガ等を行っている。ぴんころステーションでは健康・栄養相談や血圧測定をおこなっており、観光客の方々も分け隔てなく対応するとの事。食育の推進では、高校生を対象にした食事バランスの話や調理実習を行ったり、小学校でも親子の調理実習を行っているとの事。また、毎月 3 日と 9 日は佐久を味わう日として、地産地消を推進しており、食事を提供する店を登録しているとの事。その他に、平成 23 年度より子育て支援課では「キッズキッチン」を開催しており、小学生の参加希望者が多いとの事。健康で長生きをする為に「食事」で気をつけることは、腹八分目、好き嫌いをしない、蛋白質を食べる、野菜を食べる、塩分を取り過ぎない、アルコールは適量にする、食べ合わせに気をつける等。以上の点から誕生したのが「ぴんころ御膳」との事。ぴんころ御膳は 1 食のカロリーの目安は 600～700kcal、1 食の塩分の目安は 3～4 g、旬の野菜をたっぷり蛋白質をしっかりとの事。

佐久市では市で「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに「食生活改善推進委員」179 名を委託して、食生活を通じた健康づくりのボランティア、案内役として活動しているとの事。

2) 認知症予防相談・啓発事業について～認知症施策総合推進事の内容は、平成 23 年 10 月 1 日より、高齢者福祉課に「認知症地域支援推進委員」2 名配置。平成 25 年からは 3 名配置、(保健士 2 名、看護師 1 名) で地域からの認知症に関する相談に訪問等により迅速に対応し、家族への介護支援や、認知症疾患医療センター受診につなげる等の支援と共に、地域において認知症に対する理解を深める活動を展開している。また、医療機関や介護サービス及び地域の支援機関を繋ぐコーディネーターとしての役割を担い、医療と介護の連携を強化することを目的に活動しているとの事。佐久総合病院の精神科が中心となり設置された「認知症疾患医療センター」と「認知症地域支援推進員」とのミーティングが月に 1 度は行われているとの事であり、「認知症施策の推進」が最重点課題として活動されていることが理解できる。

【小野寺勝也委員】

旧佐久市は、かつて（昭和36年）は脳卒中死亡率が全国1位だった自治体です。それが現在では市町村平均寿命が、男性は全国15位、女性が19位となり、国保加入者一人当たりの医療費も全国平均を3万920円も下回るところまで進んできました。

なぜ、今、佐久市が健康長寿になったのか。

1つは、行政が病院と一体となって地域医療を推進したことでした。医療介護連携推進協議会を設置し、この中で佐久市が中心となり職業団体、事業団体、市内の病院などが参加し、佐久地域における円滑な医療と介護の連携や介護給付費の適正化が進むよう課題の解決を図っています。

2つには、保健指導員会の活発な活動です。保健指導員会の始まりは昭和20年代、自分達の健康を守るためには自分達がまず学習することが大切と気づき、自主的活動の場として保健活動を開始したとされています。

保健指導員は、現在30～50世帯に1名の割合で委嘱されています。主な活動は、①住民の健康生活推進のための問題発見者 ②地域の健康管理の担い手 ③行政への協力 ④保健所業務のよき理解者・協力者 ⑤研修会等で学んだことを家族・地域へ普及する 等です。

健康で長生きするために、179名の食生活改善推進員を配置しての食生活の改善（野菜をしっかりとる。塩分をとりすぎない。たんぱく質をとる 等）に取り組んでいることが印象的でした。

そのためにも、行政として保健師とともに栄養士の役割が大事と思います。

3つには、保健事業の充実です。①各年代における保健事業…乳幼児期、児童期、思春期、青年期、壮年期、老年期 ②健康づくり推進事業…ウォーキング、ストレッチ、骨密度測定、健康アピール ③高齢者支援事業…びんびん講座、びんころ食の普及、認知症施策総合推進事業

平均寿命だけでなく、「びんびんと元気ですごし、コロリと逝く」＝健康寿命を保つために就労や趣味、奉仕活動など生きがいをもってもらうことも重要だと感じました。

今後の課題としては、1. 減塩の取り組みをしてきたが、まだ塩分摂取量が多い。2. 若い世代の男性に生活習慣病予備軍が多い。3. 生活習慣の改善が必要な子どもが増加している。 等をあげていました。

【高屋敷英則委員】

市民を中心に家族、職場、地域の人々との健全なつながりがあり、さらにそれを取り巻く「まち」も良好な環境にある都市が、佐久市が目指す。「健康な都市」である。平成23年12月、「世界最高健康都市構想」と、それを具体的な施策に表す

「世界最高健康都市実現プラン」を策定した。

基本は、主体である市民を中心にして、市民を取り巻く家族・職場・地域の人々とのつながりが健全であり、個々を取り巻くまちそのものの環境も健やかであることとし、ひとの健康づくり、まちの健康づくり、きずなの健康づくり、広がる健康づくりの施策の方向性のもとに70項目の施策を示して、将来に向かって、息長く、きめ細かな取り組みを推進している。主要な事業は約20、なかでも今回はユニークな事業であるぴんころ運動推進事業を中心とした研修を目的とした。

ぴんころ推進事業・・・健康のまま天寿を全うする意味の「ピン・ピン・コロリ」にあやかって、生活習慣病予防と健康増進を目的にしている。ぴんころの由来は、「ぴんころ地蔵尊」。平成15年に佐久市野沢の成田山参道に建立され、健康・長寿のシンボルとされているお地蔵さんにちなんだ事業名。

この事業のなかのひとつとして「ぴんころ御膳」がある。地元食材を使った、カロリー（700kcal）、塩分（3～4g）の御膳。健康はまず食からの市民参加型の実践である。

「ぴんころいろはかるた」・・・手作りの健康カルタ。能の活性化と神経の機敏性に効果がある。久慈市で行われている「お茶っこ会」などで楽しみながら、活用できるのではないかな。

今、佐久市が何故、健康長寿大国なのか？

それは行政と病院が一体となって地域医療を推進した結果であり、その原動力になったのが全市に巡らされている保健補導部組織の活発な活動である。しかし、全国自治体では似たような取り組みが多く、ここで注目しなければならないのは、構想段階からの緻密な計画とそれに伴う理念の上にプロジェクトを組んで取り組むその質の高さと、目に見える実績（効果）である。衣食住の改善と検診活動の励行は事業をこなすことで終るのではなく、事業を実施し、検証し、さらに課題を抽出する。工夫を凝らして新たな試みを発案し、実施することで課題解決に向けて、効果（効力）を求めるべきであり、日々の活動はこの繰り返しになる。辛抱強い取り組みが求められるが、あとはどこまで本腰を入れて取り組めるか。佐久市の場合、長野県そのものが長寿と健康のまちづくりに熱心であることも、頑張る力を支えていると思われる。

限られた時間を超過して、盛りだくさんの説明を頂いたが、正直な感想としては、当初予定していた研修項目の範囲が広すぎて、認知症予防や栄養改善指導事業などに十分な時間が割り振りできなかったことは残念でした。研修する側ももっと焦点を絞った計画を立てるべきで、今回の佐久市の研修内容は、短時間でこれを消化するにはメニューが多すぎた嫌いがありました。

しかし、何が偶然するかわかりません。この日の消化不良が、翌日の最後の研修の場で補完されるとは思っていませんでした。

【大沢俊光委員】

① 佐久市は、平成 23 年 12 月に「世界最高健康都市構想」と、それを具体的な施策に表す同構想プランを策定した。

1 点目、ぴんころ運動推進事業は、健康のまま天寿を全うする意味の「ピン・ピン・コロリ」にあやかり、生活習慣病予防と健康増進も目的とする。

2 点目、保健補導員活動は、地域の健康づくりの担い手として「自分の健康は自分たちでつくる」という意識の定着を図るため組織していくこととなり、平成 17 年に設立された、佐久市結核予防婦人会及び母子保健推進委員会も兼ねて活動している。

3 点目、認知予防相談・啓発事業は、専門医等の相談、講和を通し、認知症に対する知識の普及を図り、予防意識の向上に努める。

4 点目、栄養改善指導事業は、二次予防高齢者に対し訪問等による栄養改善指導を行い健康維持を図る。

以上の施策から、市民の皆さんが健康に暮らすためには、一人ひとりの心身の健康を増進することはもとより、家族・職場・地域の人々の健全なつながりがあり、様々な不安や課題を地域で解決しながら安心して明るく快適な生活ができるまちの実現が佐久市の目指す「まちそのものの環境も健やかである都市」の基本方針、施策の方向、主な施策からリーディングプロジェクトを周知（市民の健康づくりサポート・地域完結型医療構築・健やかな佐久っ子・健康産業、交流促進の各プロジェクト）等、徹底した総合連携による世界最高健康都市構想の体系図から日本一の長寿県の一翼を担っている政策と受けた。

所感として

長野県長寿日本一をリードしている施策は、これまでに例を見ない目指す「健康な都市」として、主体的である市民を中心にして、市民を取り巻く、家族・職場・地域の人々との繋がりや関係が健全であり、ここを取り巻く、まちそのものの環境も健やかである都市政策に関心しました。

食生活改善推進員は、179 名の会員で食の大切さを私たちの健康は私たちの手でボランティア案内役「ぴんころ御膳の普及」食育活動の推進と国民健康保険加入者一人当たり医療費、後期高齢者一人当たり医療費の推移や国、県と佐久市の比較意識は特記すべき内容であると同時に市内の医療関係スタッフ体制が充実している。

他方、昭和 36 年当時、佐久市は脳卒中死亡率全国一高い状況を打破する政策を佐久市、長野県や県内市町村の共有認識、連携活動が今日健康長寿日本一に繋がる原動政策と受けとめた。岩手県や久慈市も単独でない県下統一の健康づくりに取り組むべきである。

【濱欠明宏委員】

長野県佐久市研修テーマ「世界最高健康都市構想について」と同じく長野県小諸市研修テーマ「保健推進委員会の取り組みについて」は長野県が長寿日本一になったことから相互に関連があり一括して報告する。

長野県では「食」に工夫がみられる。野菜消費が日本一であり、温泉も多い。佐久市では養鯉が盛んで、橋幸夫が演じた信州佐久の鯉太郎はあまりに有名である。鯉は生命力が強く、滋養強壮にはもってこいの食材である。佐久市の健康づくりの取り組みについては、ぴんころ運動推進事業がその要である。「ぴんころ」＝「ぴん・ぴん・ころり」であり、市民の健康づくりを目標に生活習慣予防の啓発が目的で役所の組織としては保健・医療・商工・観光等の横断的に実施担当をしている。

ぴんころ推進事業は、1. ピンピン講座 2. ピンコロステーション 3. ぴんころ食の推進 4. 食育の推進からなっています。また長寿ぴんころいろはかるたを平成20年度長野県栄養士会佐久支部が作成し、地域のお達者クラブ、老人会、介護老人保健施設、介護サロン等で実施し、現在まで86ヵ所、参加人数2,300人に達しているとのことであります。平成8年に80歳以上の1,000人へ食生活を調査、元気な高齢者の食生活の実態把握しぴんころ食＝「ぴんころ御膳」＋「ぴんころ弁当」を栄養士会佐久支部が開発、普及活動をしている。腹八分目、好き嫌いをしない、タンパク質を食べる、野菜を食べる、塩分を取り過ぎない、アルコールは適量にす、食べあわせに気をつける、の以上の点から誕生したのがぴんころ御膳とのこと。食生活を通じた健康づくりのボランティアとして食生活改善推進員が大活躍しているとのこと。佐久市の紹介については、佐久市健康づくり推進課視察資料・議会の概要を参照。佐久市の健康長寿のシンボル「ぴんころ地蔵尊」は、平成15年佐久市野沢の成田山参道に建立されたお地蔵さんで、健康長寿にあやかろうと県内外から多くの方が「ぴんころ詣」に訪れる。名前は健康で長生きし（ぴんぴん）寝込まずに楽に大往生する（ころ）という意で「ぴんころ」と称され、毎月第2土曜日には参道に仲見世風の店が並ぶ山門市が開催され、多くの人で賑わうとのこと。

小諸市については議会の概要を参照することとし、視察テーマ「小諸市保健推進委員会の活動について」は小諸市民生部健康づくり課の行政視察資料によるが、推進員数224名、理事21名、概ね50世帯に1名の割合で各区長が推薦し、市長が委嘱、地区ごとに10ブロックに分かれて活動を実施しているとのこと。2年任期で任期が終了する年には、文化センターで新規の保健推進員とともに総会を行い、旧保健推進員が新規保健推進員に活動の内容を知ってもらえるよう活動発表をしているとのこと。できるだけ保健推進員は市民総参加型で、特に永年表彰制度を導入していないとのこと。小諸市健幸イメージキャラクター「げんきくん」の採用。「健幸」とは、疾病や障がいの有無に関わらず、市民一人ひとりが生きがい・ゆとり・人間関係など、より豊かに生きることを目指して、健やかに幸せにという意味が含まれている

とのこと。活動報告については、私たちの活動報告を参照することとし、15秒でできる「ボディートーク健康体操」ほっこり3を紹介する。「ボディートーク」とは文字通り、「体がおしゃべりする」という意味。体の要求に従って体の内側を自然にゆすり、心と体のしこり、歪みをほぐすユニークな健康法である。その1 肩の荷おろしは肩を下げることを意識して「ホッホッホッ」と発声しながら、肩を上下に動かす。筋肉が緩み、呼吸が深くなる。その2 胴ぶるいは声を「アー」と出しながら、胴をゆする。その3 首回しは声を「アー」と出しながら首をユラユラさせたり、回したりする。硬直した頭の疲れをとる。以上ですが、1つの運動はたったの5秒、3つ合わせても15秒。でも毎日続ければ「ほっこり3」は体だけでなく心もほぐしてくれるそうです。

長野県の長寿日本一は県民挙げての努力の結果であり、それを支える人たちの積極的な活動があればこそと感心しました。地味な運動を明るく楽しく演出する心に感動しました。

長野県 小諸市

1 日 時 平成 26 年 7 月 18 日（金） 午前 9 時 30 分～午前 11 時 00 分

2 場 所 小諸市保健センター

3 議 会 清水議長、佐藤事務局長、渡辺氏

4 説明者 平井健康づくり課長、茂木会長、大森係長、服部保健師

5 小諸市の概要

(1) 位 置 長野県の東部に位置し、東は御代田町、西は東御市、南は佐久市、北は群馬県嬲恋村の 2 市 1 町 1 村に接している。

(2) 沿 革 昭和 29 年に、北佐久郡小諸町、三岡村、南大井村、北大井村、大里村、川辺村の 1 町 5 村の合併で市制を施行し、32 年に乗瀬地区、34 年に西小諸地区を編入し、現在に至る。

(3) 面 積 98.66 k m²

(4) 人 口 43,515 人

(5) 議員定数 21 人

○調査テーマ 「保健推進委員会の取り組みについて」

1 概 要

保健推進委員会は、区長から推薦された 224 名で構成され、「自分たちの健康は自分たちでつくろう」をテーマに地域で健康づくりの輪を広めるために活動している。

具体的な活動は、各地区で学習を深めての実践、地域住民を対象にした生活習慣病予防講演会等の企画を行っている。また、市の検（健）診の協力・各種研修会への参加、全体研修会の企画、保健推進員だよりの発行も行っている。

また、ボディートークの推進者としての役割を担っている。ボディートークとは柔らかで軽やかに声を出すことと、身体の内部を様々に揺すってしこりや歪みを解消する自然体運動で、保健推進員活動に取り入れている。地域の人たちにボディートークを伝えて、心と身体をホットにする健幸体操の普及に取り組んでいる。

2 詳 細

小諸市保健推進委員会は、会長以下 4 名で構成される四役会、理事 21 名で構成される理事会、実際に活動を行う 10 ブロックから組織される。

保健推進員の任期は 2 年で、年齢制限は無く、性別制限も無い。（現在男性は 4 名）。任期が終了する年には新規の保健推進員とともに総会を開催し、旧推進員が新推進員に活動の内容を知ってもらえるよう、活動発表を行っている。

保健推進員会では PR も兼ねて、毎年 8 月に開催される市民まつり「ドカンショ」に参加し、検診受診の啓発を行っている。また、各種講演、研究会などにも積極的に参加し、自己研鑽に努めている。

小諸市では平成 21 年度の特定検診の受診率が 26%であり、各がん検診の受診率も高くないため、平成 23 年度から推進員が市内のスーパーの前で呼びかけを始めた。その結果、平成 24 年度の受診率は 34%に上昇した。また今年度より、各地区の行事や学校バザーなどにも参加し、検診受診の啓発活動を行っている。

他には、地域活動助成事業として、地域の住民を対象に、健康づくりを推進するための集まりを企画・運営している。主な内容は、●手先や体を使ったレクリエーション ●笑いヨガ ●脳トレ筋トレ笑いとレ ●音楽で健康に など。

今後の課題として、40～50 代男性の講演会への参加数の増加、子育てママへの検診受診の増加が挙げられる。

3 所 感

【下川原光昭委員長】

長野県では、昭和 10～20 年ごろ結核、赤痢等の伝染病、乳幼児の死亡率が多い戦中戦後の劣悪な衛生環境のなか、保健活動に協力したいと須坂市の婦人たちにより、自主的に発足したのが始まりという。昭和 46 年長野県が日本一の脳卒中だったため、当時の保健師、保健補導員等が冬期室温基礎調査や塩分調査を行った。この取り組みが県下の市町村を巻き込み、保健補導員の組織化が促進。現在は全県的な広がりを見せ、長野県のほぼ全市町村において組織化され、小諸は昭和 50 年 4 月に保健補導員会を結成。

保健推進員の主な活動は、検診・健診受診の推進、地域への啓発やコミュニケーション、学習や組織の強化、地域との協力などで、特に検診受診啓発活動では、スーパー、各地区の行事、PTA、学校行事等に出向いて啓発により、平成 21 年度の受診率が 26%から平成 24 年度は 34%に増加し、身近な人の声かけが効果的だった。

当市も住民、事業者、関係機関・団体、行政が協働で各種施策、事業、活動など実施してきているが、脳卒中、自殺者、受診率等まだまだ効果が表れていないことを踏まえ、長野県、小諸市を参考に取組んでいかなければならない。

【泉川博明副委員長】

小諸市は、長野県の東北部に位置し、日本一長い千曲川が流れる高原の城下町で、人口が平成 26 年 4 月 1 日現在 43,471 人で、少しずつではあるが減少しているようである。

小諸市保健推進員会は、推進員数 224 名、理事 21 名で、概ね 50 世帯に 1 名の割合で各区長が推薦し、市長が委嘱、地区ごとに 10 ブロックに分かれて活動を実施している。

「私たちの健康は私たちの手で作る」をスローガンに、まず、自らが健康づくりを学習、体験し、仲間や地域のつながりを大切にして、地域の絆を深めていくこ

と、そして小諸市全体に健康づくりを広げる活動を推進しているようである。

平成 25 年度の主な活動は、○全体参加の行事（総会及び全体研修会） ○役割分担して行う行事（こもろ市民まつり、信州婦人健康の集いなど） ○ブロックごとに行う活動（ブロック会、地域活動助成事業、検診、受診啓発活動など） ○理事より選出し行う活動（他団体への協力）等を行ったようである。

いずれにしても、説明員の方が丁寧で上手であったので、聞きやすく納得しやすかった事と、15 秒でできる「ボディートーク健康体操」ほっこり 3 を参加者全員で実践体験し、中々なごやかな一面もあった。

【中平浩志委員】

昭和 10～20 年頃、結核、赤痢等の伝染病の蔓延や、乳幼児の死亡率が多い戦中戦後の劣悪な衛生環境の中、保健活動に協力したいと須坂市の婦人たちにより自主的に発足したのが始まりとされている。

小諸市では、市民の自主的な組織活動として、健康意識を高め、地域に広めて健康で明るい社会を築きあげていくため、保健推進員会は行政と市民のパイプ役になる。

組織を市内 10 ブロックに分けて活動し、各ブロックで年 4 回以上開き、保健推進を行う。また、検診受診の P R は、市内スーパー店頭や、各区行事、学校 P T A 行事など検診の呼びかけを行っている。

当市も保健推進員会を活用し、市民の健康への関心を深める活動を積極的に推進していくことが、今後の市民生活を考えても重要だと思った。

【小柳正人委員】

平成 26 年度における小諸市保健推進員会は推進員数が 224 名（男性 4 名、女性 220 名）、理事 21 名であり、おおむね 50 世帯に 1 名の割合で各区長が推薦し、市長が委嘱するとのことであり、保健推進員の任期は 2 年であるとの事。このように多くの方々が進員を経験することにより、同推進員会が掲げる「私達の健康は、私達の手でつくる」とのスローガンを理解し、まず自らが健康づくりを学習・体験し、仲間や地域のつながりを大切にして地域の絆を深めていくこと、そして小諸市全体に健康づくりをひろげる活動の一躍を担うことになるであろうと思われる。具体的活動としては、地域の住民を対象に、健康づくりを推進するための集まりを企画し、講演会の開催や、手先や体を使ったレクリエーション、笑いヨガ等を実施している。また、検診の受診率を高める為の検診受診啓発活動を今年度より、スーパーでの啓発に加え区の行事や学校バザーなどでも出向いて実施し、若い世代へも声かけを行っているとの事。

体の要求に従い体の内側を自然にゆすり、心と体のしこり、歪みをほぐす「ボデ

「ボディートーク健康体操」も教わり楽しい一時であった。

【小野寺勝也委員】

基本的には、佐久市と同様に保健師、栄養士の専門性と市民ぐるみの取り組みの重要性を痛感しました。

【高屋敷英則委員】

小諸市保健推進員会（10ブロック、会員224名）は、「私たちの健康は私たちがつくる」をスローガンに、まず自らが健康づくりを学習、体験し、仲間や地域のつながりを大切にして、地域の絆を深めてゆくことで小諸市全体に健康づくり運動を広げる活動を推進している。

保健推進員の具体的な役割は、

- 1 市民の健康生活推進のための問題発見者となる。
- 2 地域の健康づくりの推進者となる。
- 3 保健福祉行政がスムーズに市民に行き渡るための協力者となる。
- 4 保健師等の業務担当者のよき理解者、協力者となる。

である。また、市が行う各種検診等の協力では、事前の区内放送、会場の準備、番号札の配布、後片づけなどを行う。

他に、全体研修会、小諸市民まつり、ドカンショへの参加、信州婦人健康の集い参加、長野県保健補導員研究大会参加等、新聞編集チームは年一回健康新聞を発行している。

また、各ブロック活動では、それぞれの計画立案のもとに多彩な行事を行っている。

例) 手は外部の脳といわれ、この手の指先を使った貼り絵などの作品作り。健康体操としての笑いとヨガの呼吸法を組み合わせた新しい呼吸法（笑いヨガ）の体験。音楽を取り入れた心と体の健康講習体験。誰でもできる救命救急法の体験など。

15秒でできるユニークな健康法

この日の研修参加者全員で楽しく「ボディートーク健康体操」を行いました。

どんな自治体でも、こうした健康と長寿への取り組みを行っているが、その活動の基盤を支えているのが保健推進員さんたちであるということ、特に小諸市にあっては保健推進員会の各ブロックでの自発的な活動が、健康への市民の関心を高め、広げる役割を果たしていることを改めて確認させられた研修だった。

また進んで検診受診の啓発のため、スーパー店頭や地区行事、学校PTA行事などに出向き、チラシやティッシュなどを配布して呼びかける積極性についても見習わなければならない点であると感じた。

他に、健康づくりに連携している主な団体として、小諸市保健推進員会OB会、健康体操「ボディートークを楽しむ会」、精神障がい者家族会「はこべ会」、ダウン症児保護者の会「タンポポの会」、身体障害者等リハビリの会「生活リフレッシュ」などがある。

今後の課題としては、幅広い年代が健康づくりに取り組む環境を整えてゆくためには、市民の生活に即した広い視点で関係機関と連携を図り、協同することが必要であり、保健事業を広く市民に周知する、市民が自発的に健康づくりを行う意識向上、ソーシャルキャピタルの醸成等において、今後も地域とのつながりを大切にした地区組織、自主的健康づくり組織の育成強化に努める必要があることを痛感しました。

【大沢俊光委員】

小諸市保健推進委員は、現在 224 名で概ね 50 世帯に 1 名で区長推薦、10 ブロックに分かれて活動を実施。

施策の展開

市民自らが健康づくり活動を行えるよう関係機関が連携し、協働、支援していくことが重要、しかるに、人のつながりや信頼・支えあいの意識（ソーシャルキャピタル）の高い地域は、教育、経済、治安、健康に良い影響があるとされている。

保健推進員会の活動発表の事例

- ①笑いヨガ、②転ばぬ先の杖、③歌遊び、④脳トレ、筋トレ、笑トレ、⑤桃太郎体操、⑥魔法の布ボール、⑦歯の健康・笑いヨガ・太極拳、⑧ストレッチ体操、⑨サザエさん一家の生活習慣病予防

健康づくりにおいて、連携している組織

小諸市保健推進員、小諸市保健推進員会OB会、食生活改善推進協議会、健康体操「ボディートークを楽しむ会」、精神障害者家族会、ダウン症児保護者の会、身体障害者等リハビリの会

保健推進員会の成り立ち

長野県は、昭和 10 年から 20 年ごろ、結核、赤痢等の伝染病の蔓延、乳幼児の死亡率が多い劣悪な衛生環境の中、保健活動に協力したいと須坂市の婦人達により自主的に発足したのが始まりとされる。

また、昭和 48 年当時、長野県が日本一の脳卒中多発県、この改善を目指して塩分調査、冬期室温基礎調査への取り組みが県下の市町村を巻き込み、現在では長野県すべて保健補導員（平成 10 年より保健推進員と改称）が組織化の経過を経ている。

所感

長野県下に共通した時代背景が見られますが、日本一の脳卒中県の汚名返上に県内市町村の健康意識の改善、目指す目標努力が逆に、現在では日本一健康長寿県を支える制度、仕組み、意識改革が行政と保健推進員に周知された成果と感じました。

小諸市も佐久市も食育、栄養士、医療機関、県市が健康づくりの共通認識と連携強化策がすばらしい。

【濱欠明宏委員】

佐久市研修テーマと関連があるため、一括して報告。