

医療・健康・文化・環境 総合力で目指す健康文化都市

市民文化として根付く健康意識

平成22年5月16日、静岡県袋井市は合併(平成17年4月1日、旧袋井市と旧浅羽町)5周年を記念し、市民一人一人の健康と世界の恒久平和を願う「日本一健康文化都市宣言」並びに「核兵器廃絶平和都市宣言」を行った。

都市宣言には、具体的な指標は立てなくとも、都市として実現を目指すべきであるという大義的な趣旨のものが少なくないが、袋井市の「日本一健康文化都市宣言」はそれとは異なる。関連の計画などを策定し、実現に向けた具体的な数値目標を立て、さまざまな角度から積極的な取り組みが実際になされているのだ。その持続的な取り組みは、創意工夫に富んでおり、全国からの視察も多い。

そもそも健康意識を市民文化として定着させることを目指す袋井市の取り組みは、平成5年度に「日本一健康文化都市宣言」をした時

点から続いている。

平成13年1月に現在の原田英之市長が旧袋井市長に就任した後も、「日本一医療費が少ないまちづくり」をスローガンに掲げ、ウォーキングや体操を中心とする健康づくりを積極的に市民に勧めるなど、健康文化都市づくりを多角的に継承してきた。

さらに、合併を契機に、その取り組みはより独自性を高めるとともに、多角的かつち密なものへとパワーアップしていく。平成22年の宣言は、その取り組みが新たな段階(飛躍期)に到達したことを内外に示すものといえそう。

例えば新・袋井市発足後、最初に策定された総合計画(平成18、27年度)のまちの将来像には「日本一健康文化都市」が掲げられ、同時に策定された「袋井市健康づくり計画」は「日本一健康文化都市」づくりに向けた市民の健康のための実施計画となっている。後に詳細を述べる「健康チャレンジ!! すまいる運動」

「日本一健康文化都市宣言」に至る。

独自性あふれる健康づくり

「日本一健康文化都市」を目指し、全国注視の事業となっている「袋井市健康づくり計画」の実際を具体的に見ていこう。

平成18年にまず「すまいる運動」が始まる。ウォーキングや体操を自主的に実施してもらい、その記録をラジオ体操カードのような感覚で付ける「すまいるカード」を家庭等に配布した。この試みには市民約2000人が参加。原田市長も率先して参加し、基本的に1日7000歩のウォーキングを自らに課した。その習慣は今も続いている。

平成19年度からは健康づくりの実践状況に応じてポイントが付与するようになった(マイレージ制度)。ポイントは公営の駐車場や体育施設、コミュニティバスのチケットなどに交換できる仕組みだ。1人当たり平均数百円程度(1ポイントにつき2円換算)だが、好評を博した。

平成20年度からは、ポイントを寄付できる仕組みをつくった。地域の幼稚園や小学校、中学校などにポイントを寄付すれば、ベルマークのように、それが学用品や学校備品などの資金にも使えるのだ。中には地域の人々が声を掛けあつて「すまいる運動」に参加し、ポイント寄付を活用して、地元の小学校にすべり台をつくった事例もある。このマイレ



市内の健康増進施設で行われている健康教室



市内至る所に見られる茶畑



可睡斎ボタン苑には2000株のボタンが咲く

ジ制度は、全国的に見ても先進的な事例として注目を集めている。

平成21年度には、ポイント交換メニューに



はらだひでゆき 原田英之 袋井市長

(以下、すまいる運動)などの創意あふれるユニークな取り組みも、これを契機に次々と始まった。

「何でも宣言すればいいというものではありません(笑)。しかし宣言には、私はもちろん、市民や職員にもそのことを絶えず意識させ、大事なことだから続けていくべきだと思いが自らに言い聞かせる効果があります」そう語る原田市長の健康・福祉に対する強い思いは、実は市長に就任してから芽生えたものではない。前職である静岡県職員時代、県の健康福祉部長として、発足を目前にした



袋井市で考案されたスローエアロビックスの実演

「ゆったりとしたテンポの動きで体幹が鍛えられるスローエアロビックスは、すまいる運動との相性も抜群。私自身、ウォーキング、腹筋、背筋などのすまいる運動に登録した運動習慣

が鍛えられたスローエアロビックスは、すまいる運動との相性も抜群。私自身、ウォーキング、腹筋、背筋などのすまいる運動に登録した運動習慣

「ゆったりとしたテンポの動きで体幹が鍛えられるスローエアロビックスは、すまいる運動との相性も抜群。私自身、ウォーキング、腹筋、背筋などのすまいる運動に登録した運動習慣

大会「JOCジュニアエアロビックス」が袋井市で開催されることになった。並行して全国大会レベルのチームを市内から輩出しようとジュニアを中心とした強化事業を行い、平成22年度のジュニアエアロビックス大会によりやく1チーム、出場することができた。

「そうした動きや勢いは当然、市民の健康づくりにも生かしたい。でも競技エアロビックスは有酸素運動とはいえ、かなり激しいスポーツです。スポーツ経験のない高齢者などがいきなりやればきつい。もっとみんなが手軽にできるエアロビックスはないか? そう考えて考案したのが、スローエアロビックスなのです」(原田市長)

「ゆったりとしたテンポの動きで体幹が鍛えられるスローエアロビックスは、すまいる運動との相性も抜群。私自身、ウォーキング、腹筋、背筋などのすまいる運動に登録した運動習慣

「ゆったりとしたテンポの動きで体幹が鍛えられるスローエアロビックスは、すまいる運動との相性も抜群。私自身、ウォーキング、腹筋、背筋などのすまいる運動に登録した運動習慣

「ゆったりとしたテンポの動きで体幹が鍛えられるスローエアロビックスは、すまいる運動との相性も抜群。私自身、ウォーキング、腹筋、背筋などのすまいる運動に登録した運動習慣

袋井市健康づくり計画は平成23年度から後期計画の段階に入り、より密に、重層的になっている。それは次の3つの基本目標を見れば分かる。

新病院計画を核とする 万全な医療体制の構築

を毎日続けていますが、スローエアロビックスはその合間にも簡単にできる手ごころなスポーツです。今後、市内のイベントなどにも折に触れ導入し、普及を図るつもりです」(原田市長)。

オーキングなどとともに健康づくり促進の一つとして、注目を集めそうだ。きっかけは平成17年度に袋井市が国のスポーツ拠点づくり推進事業に、エアロビックスを申請して採択されたことにある。

袋井市の近辺に立地するスズキ自動車は、浜松市で毎年開催される全国規模のエアロビックス競技大会「スズキカップ」の冠スポンサーであり、袋井市周辺では以前からエアロビックスが盛んだったこともあり、平成17年度から26年度までの10年間、高校生以下の全国

こうした進化の結果、2000人でスタートした参加人員は現在、コンスタントに9000人から1万人を数えるようになった。人口8万7000人のうちの1万人だから、参加比率は単純計算で11%強となる。

「例えば自分の出身学校などに寄付すれば

民間のサービス券を加え、平成22年度からは、毎日実施する運動を携帯電話を使って登録したり、実施状況やポイントの記録情報などを管理するシステムをつくった。この登録者には毎日決まった時間にメールが届き、実施状況の登録を促してくれる。

袋井市はかつてから交通の要衝で、各種製造業大手の工場などが多く立地している。平均年齢約43歳と若い市民が多い袋井市にとって、それらの企業は重要な雇用の場でもある。同時に他都市の住人でも市内在勤であれば、すまいる運動に参加できるルールだ。従業員の健康問題はもちろん企業にとっても重大事である。そうしたことからすまいる運動の趣旨に賛同してもらえよう、企業に積極的に

この偏りをなくす方策の手始めとして、原田市長は次年度から市内に立地する企業を訪ね、企業での健康づくり事業としての活用を促す方針だという。

袋井市はかつてから交通の要衝で、各種製造業大手の工場などが多く立地している。平均年齢約43歳と若い市民が多い袋井市にとって、それらの企業は重要な雇用の場でもある。同時に他都市の住人でも市内在勤であれば、すまいる運動に参加できるルールだ。従業員の健康問題はもちろん企業にとっても重大事である。そうしたことからすまいる運動の趣旨に賛同してもらえよう、企業に積極的に

「今の課題は参加する市民のほとんどが子どもたちで、健康に最も留意しなければならぬ働き盛りの人たちの参加比率が全体の2割以下と、どうしても低くなりがちなことです」(原田市長)

「今の課題は参加する市民のほとんどが子どもたちで、健康に最も留意しなければならぬ働き盛りの人たちの参加比率が全体の2割以下と、どうしても低くなりがちなことです」(原田市長)

「今の課題は参加する市民のほとんどが子どもたちで、健康に最も留意しなければならぬ働き盛りの人たちの参加比率が全体の2割以下と、どうしても低くなりがちなことです」(原田市長)

「今の課題は参加する市民のほとんどが子どもたちで、健康に最も留意しなければならぬ働き盛りの人たちの参加比率が全体の2割以下と、どうしても低くなりがちなことです」(原田市長)

「今の課題は参加する市民のほとんどが子どもたちで、健康に最も留意しなければならぬ働き盛りの人たちの参加比率が全体の2割以下と、どうしても低くなりがちなことです」(原田市長)

「今の課題は参加する市民のほとんどが子どもたちで、健康に最も留意しなければならぬ働き盛りの人たちの参加比率が全体の2割以下と、どうしても低くなりがちなことです」(原田市長)



市民の平均年齢が若い袋井市では子育て支援施設も充実

名前が残ります。それは市民にとって誇りですし、在校生にも先輩の誰れさんが寄付してくれたという感謝の念が芽生えます。そうしたやり取りは地域への新たな愛着心の醸成にもつながると信じています」(原田市長)

同事業の主体である袋井市にとって、寄附制度の最大の利点は「まったく無駄がない」(原田市長)ということだ。寄付されたポイントが、地域の幼稚園や学校などに還元され、同時に「すまいる運動」に熱中する市民が増えれば増えるほど、市民の健康は増進されるので、医療費削減にも一定の効果をもたらされる。

「今の課題は参加する市民のほとんどが子どもたちで、健康に最も留意しなければならぬ働き盛りの人たちの参加比率が全体の2割以下と、どうしても低くなりがちなことです」(原田市長)

この偏りをなくす方策の手始めとして、原田市長は次年度から市内に立地する企業を訪ね、企業での健康づくり事業としての活用を促す方針だという。

袋井市はかつてから交通の要衝で、各種製造業大手の工場などが多く立地している。平均年齢約43歳と若い市民が多い袋井市にとって、それらの企業は重要な雇用の場でもある。同時に他都市の住人でも市内在勤であれば、すまいる運動に参加できるルールだ。従業員の健康問題はもちろん企業にとっても重大事である。そうしたことからすまいる運動の趣旨に賛同してもらえよう、企業に積極的に



地域の公会堂や集会場を活用した健康教室も盛ん(公会堂健康教室)



市内に100カ所設定されているウォーキングコース



今年で24回目を迎える「袋井クラウンメロンマラソン大会」(毎年10月下旬)

など、現代人の不適切な生活習慣が影響を与えやすい病気にあえてターゲットを絞り、その改善をまちぐるみで達成しようとする強い意欲がうかがえる。

当然のことながら、これらの病気は日常的な健康増進活動だけで防いだり、改善させたりはできない。万全の医療体制と保健体制がバランスよく整備された環境が重要だ。

新病院「中東遠総合医療センター」(平成25年5月開院予定)の建設を核に、袋井市では今、そのための準備が着々と行われている。新病院は袋井市民病院と掛川市立総合病院を統合し、まったく新たに建設されるものだ。この建設に関しては平成18年から両市の協議が始まり、紆余曲折を経て平成21年度に建設が開始された。両市民待望の急性期医療中心の総合病院である。「袋井市民病院は400床、掛川市立総合

である。

旧来の市民病院にこうした機能を付与し、中東遠総合医療センターでなければ対処できない患者だけがそちらに向かうという体制ができれば、統合による病床数の減少も問題にならなくなるだろう。

実は中東遠総合医療センターは、掛川市域に建設される。当初はそのことが議会や市民にも問題視された時期もあったようだ。しかし、産科・小児科などの消滅問題など、袋井市の医療環境の悪化に少しでも早く対処するために、また両市の市民がおしなべて通院に

病院は450床ありましたが、両病院が統合してできる中東遠総合医療センターは500床。内科、外科、脳神経外科、整形外科、小児科、産婦人科など32科を有する総合病院です(原田市長)

周辺市町と医療ネットワーク圏を構築

両病院合わせて850床あった規模が統合されて500床に減ることになるが、これについては袋井市に隣接し、同じ中東遠広域圏に位置する磐田市の磐田市立総合病院(500床)や、森町、菊川市、御前崎市などの病院と医療ネットワーク圏を構築し、専門性をすみ分けることなどによって解決できる。

中でも中東遠総合医療センターは、脳・心臓血管内治療センター、血液浄化センター、睡眠医療センター、脊椎・脊髄センター、PETセンター、人間ドック・健診センターなどの特化した機能を持つことが打ち出されている。

「特に成人病の中でも一刻を争う急性の脳血管疾患(くも膜下出血など)については、ここに来れば大丈夫と広域圏の皆さんにいわれるような、信頼性の高い医療を提供していきたいと考えています。やはり緊急性のあるハイリスク出産に関しては、磐田市立総合病院が24時間受け入れOKの態勢を整えています。これに森町、菊川市、御前崎市などの病院を加えたネットワークを構築すれば、計47

便利な場所に新病院を建設するために、市域の内外にかかわらずに最もふさわしい場所を選びたいという原田市長の方針が、最終的には広く受け入れられたのだった。

地域の宝「農を活かしたまちづくり」

袋井市には旧東海道周辺の史跡や江戸時代に創建された名刹の数々、起伏のある地形などを巡る、自然・歴史・文化の香り高いウォーキングコースが数多く設定されている。

健康づくりの手段としてのウォーキングの推進は平成14年度から始まり、週末ともなると市内外から多くの愛好者が袋井市を訪れる。日常的にもすまいる運動の一環として、身近なコースを歩く市民は少なくない。筆者もその代表的なコースの一つを実際に歩いてみた。

海岸線から中山間地域に至るまで、袋井市のウォーキングコースは実に変化に富んでいるが、歩いてみて改めて実感するのは、田園地帯の美しさだ。中でも袋井市の田園風景を特徴付けているのは茶畑である。

静岡県はお茶の名産地として全国に知られるが、袋井市のお茶も全国に出荷されている。随所に点在する史跡の周囲なども含め、茶畑は至る所にある。原田市長はこうした独特の情趣を持つ「農」の風景を、袋井市民のアイデンティティーの源と考え、これまで説明してきた「日本一健康文化都市」の実現にも不可欠

(48万人に上る広域圏の住民の皆さんも、当面の医療に関してはだいぶ安心していただけるものと考えております)(原田市長)

また中東遠総合医療センターが完成した後の袋井市民病院に関しては、今後、総合健康センターの役割を付与する予定だという。

具体的に果たす役割は、健康支援センター(総合的な医療相談)、健康指導センター(健康教育、健康指導)、休日夜間急患センター(二次救急医療のセンター化)、外来・健診センター(総合内科的外来、健診機能)、在宅療養支援センター(訪問介護、訪問リハビリなどの拠点)、150床程度の一般病床・回復期リハビリ病床・療養病床(中東遠総合医療センターの後方支援の役割、回復期の専門のリハビリ、医療・療養病床の開設など)など



毎週土曜日に開催される「朝っぱら市」には地場産品がいっぱい

な要素ととらえている。

「農のある風景は袋井の生命線だと私は考えます。工業製品に比べて生産額は少ないかもしれませんが、お茶はもちろん、温暖な気候の産物である特産のメロン、お米など、袋井市は県下有数の農業生産地でもある。近世以前の袋井の歴史・文化はほとんどすべて、農業生産地としての豊かさが生んできたもので、その記憶を宿した農の風景は、非常に貴重な地域財産でもあります(原田市長)

そうした観点から、袋井市では「農を活かしたまちづくり」を平成22年度から実施。市民農園の拡充、小学校での関連授業、給茶機の学

校への設置、竹や菜の花などを活用した環境に優しい各種製品づくり、耕作放棄地を活用したサツマイモの生産と芋焼酎の生産などの各種取り組みを、市民協働で推進している。「医療費が減少し、市民の病気罹患率が減少することはとても重要なことですが、それを可能にする環境は、医療機関や制度の拡充だけでは創出できません。ご先祖さまが培ってくださった、美しくも懐かしい農の風景の中で体を楽しく動かすという日常があるからこそ、可能にもなるし、価値も高いのだと思います(原田市長)

袋井市の「日本一健康文化都市づくり」へ向けた持続的かつ多角的な試み——。地域の総合力が存分に生かされているからこそ、高い効果が期待できそうだ。

(取材・文 遠藤 隆)