

『道』を生かした 健康づくり・地域振興



みき まさお
三木 正夫

すざか
須坂市長(長野県)



よこと ちようべえ
横戸 長兵衛

かみのやま
上山市長(山形県)



かわい のりこ
河井 規子

まづがわ
木津川市長(京都府)



ないと う ひさお
内藤 久夫

にらさき
韮崎市長(山梨県)

司会・コーディネーター

ほその すけひろ
細野 助博

中央大学総合政策学部教授

地域の自然や歴史、文化と深く結びついている「道」。ウォーキングなど、住民の健康づくりにつながるだけでなく、貴重な観光資源としても注目されています。各都市においても、豊かな景観を備えた「道」をウォーキングコースに選定し、ウォーキングイベントを開催したり、観光振興の核として活用するなどしています。

座談会では、道を住民の健康づくりや地域の活性化など、まちづくりに積極的に生かす試みをしている横戸・上山市長、三木・須坂市長、内藤・韮崎市長、河井・木津川市長にご出席いただき、それぞれの取り組み内容や成果、来訪者へのおもてなしに向けた工夫、今後の展望などについて、幅広くお話しいただきました。

(本文中の役職名・敬称は一部省略しています)



横戸 長兵衛
上山市長(山形県)

まちづくりはないもの
ねだりをして成果は
出ません。地域資源を
ブラッシュアップして
活用することが
求められます。

「道」は魅力あるまちづくりの起爆剤

細野 「すべての道はローマに通ず」とも言いますが、「道」は古来、地域と地域を結び、人、物、お金、情報を相互に流通させる、重要な社会インフラとして機能してきました。現在は、健康増進や地域振興の起爆剤としても注目されています。それでは、各都市では「道」をどのようにまちづくりに生かされているのか、具体的に聞かせてください。

横戸 上山市は、城下町、温泉町、宿場町の3

つの顔を併せ持つ、全国的にも珍しいまちです。また、伝統ある歴史・文化的資源、果樹をはじめとする旬の食、四季折々に姿を変える自然環境など、地域資源も豊富です。

上山市では、こうした恵まれた資源を生かしながら、地域を挙げて「上山型温泉クアオルト事業」を推進しています。クアオルトとは「健康保養地・療養地」を意味するドイツ語で、発祥の地のドイツでは、温泉や海、泥、気候などを活用しながら疾病を治療・緩和・予防する自然療法が活発に行われています。上山市でも、市民の健康寿命の延伸と観光誘客による地域経済活性化を目的に、平成20年から事業をスタートさせました。

取り組みの中心は、「気候性地形療法」というドイツの療養手法に基づいた「クアオルト健康ウォーキング」です。市内には5カ所8コースが日本で唯一ドイツのミュンヘン大学の認定を受けているほか、地域の公民館などを拠点に、まちなかを気軽に歩けるコースも多数設けています。そうした環境を生かして、年間360日、日替わりで各コースを専任ガイドが案内する「毎日ウォーキング」、旅館主人の案内で宿泊客と市民が参加する「早朝ウォーキング」などが行われ、年間1万3000人を超える方々がウォーキングに励んでいます。

さらに、平成27年度からは特定保健指導該当者や糖尿病予備群の人などを対象にした「宿泊型新保健指導事業」も本格的に始まりました。

三木 須坂市は、地域の女性の皆さんが健康に関する知識や技術を学び、それを家庭や地域に広げる「保健補導員」発祥の地です。深刻な食料不足に見舞われていた第二次世界大戦末期に、

農家のご婦人方を中心に活動がスタートし、昭和33年に市の制度に位置付けられました。以来、禁煙や減塩運動、健康体操やウォーキングの普及など、幅広く活動を展開してきました。

やがて長野県のほぼ全市町村に組織され、健康に関するボランティア活動が各地で活発に行われるようになりました。今や長野県を全国有数の健康長寿県に押し上げた要因の1つとして、内外から高い評価を受けています。

須坂市ではこうした健康長寿の地域づくりの先進都市として、これまで推進してきた取り組みをさらに進め、さまざまな地域資源を活用した新たなネットワークを活用しながら、市が発展していくプロセスを全国、そして世界へ発信しようと、平成27年度から「健康長寿発信都市



市内の里山を活用したクアオルト健康ウォーキング(上山市)

観光客が住民と交流しながら、
須坂ならではの風情や
歴史、生活に触れていただく
「暮らし観光」を
推進しています。



三木 正夫
須坂市長(長野県)

『須坂JAPAN』創生プロジェクトを進めています。

その一環として力を入れているのが、ウォーキングの推進です。須坂の市街地は製糸業の発展によって急速に都市化が進み、道路計画が追いつかないままに市街地が拡大したことから「巨大迷路の町」と言われており、「小路」もたくさんあります。市街地の小路に迷い込んでみる

とタイムスリップをしたような楽しみもあります。須坂市では自然や名所旧跡を組み込んだ、27ものウォーキングコースを設定しているほか、観光協会と連携しながら、ウォーキングイベントを多数開催しています。市民の健康増進はもちろんのこと、交流人口の拡大などにも効果が出ています。

内藤 葦崎市出身の大村智博士は、平成27年にノーベル医学・生理学賞を受賞された際に「こんなに美しい場所は世界中を探してもそうはない」「眺望は人を養う」と、自らが生まれ育った葦崎市についての思いを述べられました。葦崎市では大村博士が称賛する素晴らしい眺望と、歴史と文化に彩られた魅力を併せて体感できる各種ウォーキングイベントなどの開催を通して、心身ともに健康である「健康寿命日本一」を目指しています。

そうしたウォーキングイベントの代表例が、毎年4月に行う「武田の里ウォーク」です。従来は真夜中から翌日にかけて諏訪市から葦崎市までの52kmを歩くイベントでしたが、平成28年から34km、24km、12km、8kmと参加者のレベルに応じたコースを設定。富士山などの雄大な山々の景観をはじめ、葦崎の自然・風景・文化を感じられるウォーキング大会へと生まれ変わりました。イベント中には、教育委員会の文化財担当職員がガイド役として、武田勝頼が築城した新府城の史跡の説明を行うなど、積極的にまちの歴史や文化も発信しています。さらに、秋になると、ブドウの産地として知られる穂坂地区を舞台にしたウォーキングイベント「武田の里ウォーク 穂坂ぶどう郷コース」も開催しています。



蔵を生かした商店、博物館などが建ち並ぶ「蔵の町並み」(須坂市)

また、近年若者を中心に登山道や林道などを駆け巡る「トレイルランニング」の人气が高まっていることを受けて、市在住で世界を舞台に活躍するトレイルランナーの山本健一さんを講師に、毎月1回の早朝トレイルランニングを主体にした「にらさきサンライズトレイルランニング」を実施しています。

河井 木津川市は奈良市と隣接した、京都府最南端のまちです。古くから奈良の都との関係が深く、さまざまな資材の輸送、瓦の生産などを通して、都の発展を支えたほか、聖武天皇治世の740年から約5年にわたり市内に恭仁京という都が置かれたこともあります。こうした古い歴史を背景に、木津川市は京都府内では京都市に次いで、国宝、重要文化財が多いまちとし



南アルプスを背景にした眺望が人気(韮崎市)

でも知られています。

木津川市内にはこうした歴史的資源と触れ合う散歩道も多数あります。「新日本歩道紀行100選」にも、明治期にわずか9年間だけ営業した鉄道路線「大仏鉄道」の遺構を巡る「大仏鉄道遺構めぐりコース」、南都仏教の影響を色濃く受け、寺院や修行場、磨崖仏などが多数点在する「当野石仏の道コース」、そして、木津川市、城陽市、井手町にまたがって南山城の山際をうねるように続く「山背古道コース」の3つが選定されており、地域の散策を兼ねて多くの人がウォーキングを楽しんでいます。

併せて、平成23年から、「道」を生かしながら、地域に根付く文化や景観、伝統などを、現代アートと融合させ、市の魅力を全国に発信する

地域振興としての「道」の活用に向けて、市内を1つの美術館に見立てた「まちなか美術館構想」を進めています。

内藤 久夫
韮崎市長(山梨県)

「木津川アート」という文化事業を行っています。毎回、会場エリアを変えながら、地域のさまざまな空間を舞台に、公募で集まったアーティストの作品を展示する取り組みで、多くの方々が市内を訪れています。

地域資源の積極活用で、付加価値の高い取り組みへ

細野 地域の「道」を生かしたウォーキングの普

及、アートイベントの開催など、健康増進や地域振興に向けたさまざまな取り組みについてお話しいただきました。各都市とも、独自の地域資源を組み合わせて、付加価値の高い取り組みにしようと工夫されているところに共通点がありますね。

横戸 クアオルト事業を効果的に進めるためには、ウォーキング環境の整備だけでなく、「食」や「温泉」の要素も重要になってきます。そこで、上市市では、旬の地元食材を生かし、栄養バランスに配慮した食事の開発にも取り組みました。その成果が約600キロカロリーに抑えた「クアオルト膳」「クアオルト弁当」で、市内の旅館や店舗で提供されます。さらに、温泉町というメリットを生かして、平成33年度完成をめぐりに、温泉プールを備えた「温泉健康施設」の整備も進めています。まちづくりはないものねだりをして成果は出ません。地域資源をブラッシュアップしながら、効果的に活用することが求められます。

三木 地元旅館の魅力向上にもつなげようと、ヘルシー料理の開発や提供に努力しています。また、須坂市にもさまざまな資源がありますが、中でも観光客にアピールしたいのがフルーツとスイーツです。リンゴやブドウの主要な産地として、フルーツ狩りとフルーツスイーツICT、ウォーキングを連動させたイベントなどにも取り組んでいます。

内藤 韮崎市では地域振興としての「道」の活用に向けて、市内を一つの美術館に見立てた「まちなか美術館構想」を進めています。その一環として、大村智博士が少年時代に歩いた通学路を「幸福の小径」と命名し、ルートを中心地である

奈良市との包括協定を きっかけに、府県を超えた 新たな観光ルートの 提供・発信を目指して 取り組んでいます。



河井 規子
木津川市長(京都府)

「甘利沢川さくら公園」に大村博士の銅像や9体の立体芸術作品を設置したところ、新たな憩いのスポットとして多くの人が訪れるようになりました。さらに、大村博士が館長を務める「葦崎大村美術館」の収蔵作品を商店街の店舗に貸し出し、中心部の活性化に結びつける取り組みも始めました。

河井 木津川市は、平成19年に木津町、山城町、加茂町の3町が合併して誕生したまちで、なかなか市の一体感の醸成が進まないという課題を

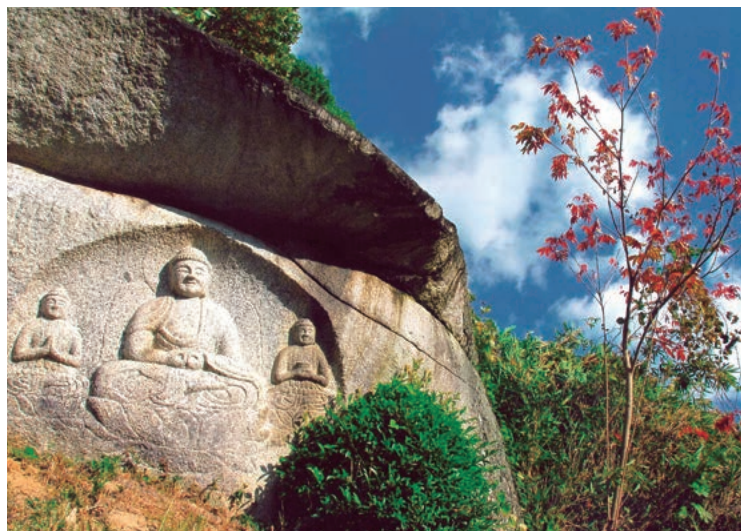
抱えていました。そうした中で開催されたのが「木津川アート」です。市民も普段は車で通り過ぎるところを、会場エリアを訪れ、アート作品を歩いて見て回ることで、自分が知らなかったほかの地区の歴史や風物などに触れる機会となりました。このことをきっかけに、旧町の垣根を超えた住民同士の交流が一段と進みました。

来訪者へのおもてなしに力を尽くす

細野 いずれの都市も、「道」を活用した観光誘客や活性化策に取り組まれています。受け入れ側として、来訪する人たちに効果的におもてなしをすることも大切になってくると思います。この点についての各都市の取り組みもお聞かせください。

内藤 確かに住民によるおもてなしは重要です。「武田の里ウォーク」でも、毎回、地元の住民の皆さんが市内各地区に休憩所を設けて、地域の伝統食や特産品を振る舞う姿がよく見られます。今年の大会終了後に、「景色や風景も素晴らしいけど、地元の方の温かい心遣いが素晴らしかった」と、声を掛けてくださった県外からの参加者もいらっしゃいました。こうした心のもったおもてなしが、交流人口の拡大や移住・定住の促進につながっていくと思います。

河井 「木津川アート」では、住民の皆さんが準備の段階からアーティストに空き家や自宅に泊まっていたいただき、作家をおもてなししながら交流を深めています。ほかにも展示作品の説明や案内役を積極的に担う人たちも少なくありません。参加したアーティストからも「木津川アートは、人との交流が面白い」と評判になっているとお聞きしています。



石仏をはじめ、道沿いに歴史資源が多い「当野石仏の道コース」(木津川市)

同時に、神社で「福娘」をされたり、廃校になった小学校を舞台にみんなで催しをしたりと、住民の皆さんの参加意欲もとても強く、「木津川アート」を契機に地域が活気づいてきたケースもあります。自分たちの地域の魅力を再発見・再確認するいいきっかけになっていると思います。

横戸 「上山型温泉クアオルト事業」が注目されるにつれて、市内では企業向けの体験型保健指導ツアーなども活発に行われるようになりました。そうした実績を受けて、市民の間にクアオルト事業の効果の浸透はもとより、わがまちを誇りに感じる意識も出てきたように思います。地域おこしには、「よそ者、若者、ばか者」が欠かせないともいいますが、ぜひそうした外部か



細野 助博
中央大学総合政策学部教授

らの刺激も生かしながら、まちを盛り立てていきたいと思っています。

三木 須坂市観光協会では、観光客が住民と自然に「道」で言葉を交わし、交流しながら、須坂ならではの風情や歴史、生活に触れていただく「暮らし観光」を推進しています。その一環として、休憩と観光案内を兼ねた「蔵のまち観光交流センター」、「まゆぐら」、「ぶらり館」でお茶と漬物を無料で提供するおもてなしを行っていますが、観光客からとても好評です。こうした取り組みを通して、まちのイメージ向上やリーダーの創出につなげたいと思います。

広域的な地域連携を推進する

細野 観光施策などで効果を上げるためには、広域的な連携も必要だと思います。地域同士の連携、交流も含め、最後に今後の展望についてお聞かせいただきたいと思っています。

河井 木津川市は今年の1月、歴史的なつながりが深い奈良市と、府県を超えて「連携・協力に関する包括協定」を締結しました。これまでに奈良市には宿泊施設が少なく、日帰り観光が中心でしたが、近年はホテルの整備も進んでいま

す。滞在型観光が定着すると、府県を超えて周辺地域にもチャンスが広がりますので、奈良市との協力関係を深めていきながら、木津川市を含めた新たな観光ルートのPRにも取り組みたいと思います。

三木 地域と地域を結ぶのは「道」です。江戸時代には、街道を通じて地域同士がつながっていましたが、近代に入り、自治体が多くなったことで、そのつながりが希薄になってしまったように思います。「道」を通じた広域連携の重要性を、もう一度考え直す時期にきているのではないのでしょうか。さらに、遠隔地であっても、考えや理念を同じくする自治体とは積極的につながっていきたいですね。

横戸 上山市を含む6市3町は「日本クアオルト協議会」の加盟自治体として、共に質の高い滞在型の健康保養地づくりに向けて努力しています。これまで上山市では行政主導で事業を進めてきましたが、民間の力を十分に取り入れながら施策を推進している加盟都市もあります。今後は、上山市でも、そうした取り組みを参考にしながら、地域の中で産学官金の連携を深め、ビジネスにつながる仕組みの構築に力を尽くしていきたいと考えています。

内藤 葦崎市は昭和56年に全国に先駆けて生涯学習都市を宣言した自治体です。さらに、美術、音楽、ワインという強みがあります。単体では東京などの大都市には敵いませんが、本日のテーマである「道」や葦崎市の財産である「眺望」などに関連付けながら、この3要素をそれぞれ掛け合わせるようなまちづくりを進め、成果を上げていきたいと思っています。

細野 戦後はモータリゼーションの進展で、交

通や流通事情も一段と発達し、私たちの暮らしも便利になりました。しかし、その一方で、道と車の組合せはまちや人々の暮らしに悪影響を及ぼした側面もあったかと思っています。その点、本日は、「歩く道」を基本に据えながら、それがまちの活性化や、人々の健康増進、さらにはシビックプライドの醸成に効果的につながることを、各都市の事例を基にご紹介いただきました。まちづくりのあり方を見つめ直す機会にもなったのではないかと思います。これからも地域の「道」を積極的に活用し、よりよい地域づくりに向けてご努力いただきたいと思います。本日はありがとうございました。

(平成30年4月11日、全国都市会館にて開催)

本コーナーは隔月掲載となります。次回は7月号に掲載予定です。

