

## 先進地視察報告書

福祉健康委員会

日 程	令和5年5月17日（水）～令和5年5月19日（金）
視察先 及び 調査事項	愛知県蒲郡市 17日 午前10時30分～12時00分 生活習慣改善の取組について
	埼玉県坂戸市 18日 午前10時00分～11時30分 食を通じた健康づくりについて
	千葉県市原市 19日 午前9時30分～11時00分 産官学の連携によるフレイル予防について
参加委員	水嶋 一明（委員長）、眞下 隆史（副委員長）、 川口 孝文、小杉 悦子、小谷 繁雄、廣瀬 昇

### 概 要

#### 蒲郡市

##### <視察に至る背景と目的>

蒲郡市では市民が自己の健康を意識する一歩として、「体重測定」を推奨している。誰でも簡単に、知らず知らずに健康を振り返ることができる取組を行っている事例は、健康づくりを推進する手法として本市でも取り入れやすく、参考にできる取組であることから視察を行った。

##### <対応いただいた方>

蒲郡市議会副議長、議会事務局職員  
健康福祉部健康推進課長、  
課長補佐(保健センター管理栄養士)



##### <調査事項に関する説明の概要>

平成23年度国保特定健診でメタボ該当者割合24.7%、保健指導終了率4.8%など、愛知県内で最下位という実態を受け、市役所全体で健康づくりを考えるべく、庁内27課から43名の職員で構成した「健康化政策全庁的推進プロジェクト」を設置し、現在も活動されている。

##### ◎ 健康化政策全庁的推進プロジェクト

テーマごとに5つのグループ(※)に分かれ、グループワークや研修会、グループで考えた戦略発表会などを行っている。

※「食べる」「動く」「病にならない」「場づくり」「人づくり」の5つ。

◎ 100日チャレンジ事業

「病にならない」グループより、大人は体重測定、小中学生は朝ごはんによる健康づくりを100日間チャレンジする事業。

◎ スマート・ライフ・ステイ（宿泊型保健指導）

市内の温泉宿で1泊2日の合宿を行う。宿泊プログラムとしては身体・血糖測定、ウォーキング等の運動、ヘルシーランチなどがあり、合宿後にも翌年の特定健診まで面談などのサポートを行うなど、糖尿病予防をはじめとする健康づくりに取り組んでいる。

<委員の所感>

体重測定・朝ごはん・ラジオ体操の100日チャレンジなど、内容や実施期間が誰もが取り組みやすいものにされており、「できることから（緩いところから）始める。知らず知らずのうちに健康になってしまった。」というアプローチ手法は、健康づくりへの「やらねばならない。」「続けるのはしんどい。」といった意識を、「気軽にチャレンジできる。」「継続できる。」という意識へと変化させ、結果につながっているものと思料する。

市の健康・予防に関する様々な指標が担当課だけのものになっていないのか、政策化・事業化は担当部署の取組だけにされていないかが問われるものとする。蒲郡市は全庁でのプロジェクトチームをつくって、まずは庁内からの意識改革を進められていた。庁内の健康経営の観点からも重要と捉えている。

保健医療センターに「運動サポートセンター」が設置されており、切れ目のない健康増進の支援の体制ができており、また、各種健診の市民への支援制度（補助金）が本市に比べて手厚くされており、健診を受けやすい体制になっていることにも興味を持った。

市の健康増進に対する姿勢の強さが、健康に関心を持つ市民の増加につながっていると考える。

全庁を挙げて、健康を「我が事」として捉え、取り組むことが重要であると感じた。

メタボリックシンドロームのリスク拡大など危機意識を全庁で共有できたこと、市長からのトップダウン、国の補助事業で事業が開始された契機により全庁的に組織横断的な取組をされたことなど、範にすべき点は多い。

健康に基づくデータで、愛知県で最下位の現状を把握し、その危機感から、市長のトップダウン・セールスで事業が展開されることは、職員としてやりやすい環境下であり、やりがいもあったと考えられる。予算の確保状況や職員数、職員技術の育成も積極的であることから市の熱い思いが伝わってくる。素直に羨ましいと感じた。

事業の展開には、関係性の低い部署も積極的に巻き込み、まずは職員間でグループワークを行い、出た意見を自ら検証した結果をもとに「100日チャレンジ」が事業化されているため、市民への啓発に説得力がある。

市内企業に対しては、社員はいずれ定年後に国保に移行されることを認識させ、行政の事業への参加・協力依頼に努め、市内全体で取り組めるようにしている。説得材料には国が示す「健康経営」を引き合いに取り組みされており、企業の視点とも合致したものである。

健康を害してから治療や療養をするよりも、若い時から健康に気を付け、健康に暮らしていける仕組みをつくることが重要であることを再確認した。

#### <視察を実施した効果等>

平成29年度から継続されている、除菌までを一般財源で補助する中学生ピロリ菌検査の実施は、健康管理や健康診断に若年時から意識を持たせることができるとともに、将来の発病リスクを軽減することができるものであり、当市においても導入を検討すべきものと思料する。

生活習慣改善の取組は、まずは各種健康診断等の現状を把握し、結果を共有（市役所の担当課だけでなく、全庁のものにしていき、市民にも知らせていくこと）することで、事業の必要性を実感できるものにしていくことが重要と考え、プロジェクトメンバーは期間中ユニホームを着用し、庁内も含め意識向上に努力されている。何といたっても気軽にチャレンジできる取組であることから、市民の参加拡大につながっており、どこの自治体でも事業に取

り組むことができる実例である。

全職員が参加する健康づくりのための研修会を開催し、プロジェクトを設置して具体的な事業を展開していたことが重要であると感じた。

健康寿命の延伸を図るため、蒲郡市の取組は非常に参考になった。

今後はメタボリックシンドロームのリスクなどを全庁横断的に共有できるか、各事業の評価・見直しにより、市民にとって継続的に健康寿命を延伸できる取組につなげていけるかが課題となる。

舞鶴市においては、まだまだ健康づくり施策に対する全庁を挙げての盛り上がり不足していると感じるため、トップダウンによる号令を期待したいが、まずは職員間で「健康経営」を題材としたグループワークを企画し、ボトムアップによる説得に努めていただきたい。

やはり、市内企業の参加・協力がないと市全体の取組とはならないため、「健康経営」をもとに強力に啓発することが必要であり、商工会議所を中心に説得に努められたい。

健康づくりは長期にわたる事業であり、結果も短期では達成できないが、変化を把握・管理することは大変重要であることから、ICTを活用したシステム導入も同時に検討していただきたい。

---

## 坂戸市

### <視察に至る背景と目的>

坂戸市では、「葉酸プロジェクト」をはじめとする食を通じた先進的な健康づくりの取組が行われている。本市も「へらしお」をはじめとした健康づくりを実施していることから、調査・視察を行い、より効果的な施策につなげていくことを目的とする。

### <対応いただいた方>

坂戸市議会議長、議会事務局職員  
こども健康部市民センター所長、  
副所長、所長補佐、主事





## <調査事項に関する説明の概要>

### ◎ 葉酸プロジェクト

葉酸を主に野菜から摂取することを市民に呼び掛け、望ましい食行動の実践を通じて、認知症や脳卒中及び乳児の神経管閉鎖障害のリスク低減を図ることを目的とされている。

坂戸市民が将来かかることに不安を感じている病気についてアンケートを取ったところ、「がん」「脳血管疾患」「認知症」が多く挙げられた。これらの不安要素に対応するため、認知症や脳卒中の原因となる動脈硬化の予防に効果があるとされる「葉酸」に着目し、研究を行っている女子栄養大学との連携のもと、平成18年度に葉酸プロジェクトを開始された。

本事業に関する令和5年度の予算は1,223千円。歳出の主なものは、講師謝金と食事調査分析・遺伝子検査にかかる手数料。財源は県の保健事業費補助金及び一般財源が中心となっている。女子栄養大学の研究事業でもあるため、分析・検査にかかる費用の多くは大学の研究費から出ている。

#### ● 「食を通じた健康づくり応援店」

葉酸を多く摂取できる または 栄養に関して工夫し健康に配慮した加工食品・料理を提供する店舗を「食を通じた健康づくり応援店」として認定し、市のHP等で紹介している（令和5年2月現在：42店舗、67品）。



#### ● 食と健康のプランニングセミナー事業（6月～翌年1月までの7カ月間）

気づく⇒知る⇒実践する⇒効果が見えるの4段階で事業を実施。

女子栄養大学と連携し、参加者一人一人の遺伝子型や身体の状態を分析。個々の状況に応じた栄養指導を行っている。また、生活習慣病予防として、平成25年度以降肥満や高血圧に関する遺伝子についても検査。令和元年度からは尿検査も実施されている。

\* 「気づく」は、女子栄養大学 香川 靖雄 副学長の講話、遺伝子・血液検査、尿検査、食事調査、身体計測、血圧測定の実施。

\* 「知る」は、遺伝子・血液検査の結果返却、個別栄養指導。

\* 「実践する」は、個別指導に基づく食生活、食事教室・運動教室等の開催。

\* 「効果が見える」は、「実践」後に再度実施する血液検査、尿検査、食事調査、身体計測、血圧測定の結果返却、個別栄養指導の実施。

## ◎ 多様な連携・協働について

### (1) 市内の大学との連携

平成18年10月『坂戸市民の健康づくりに関する連携協力協定』を、市内の3大学「女子栄養大学（栄養学部）」「城西大学（薬学部）」「明海大学（歯学部）」と締結。葉酸プロジェクト・食育プログラム等での連携強化や、セミナー等への講師の派遣、学生の事業協力などを行っている。

平成20年6月『坂戸市と城西大学との相互連携に関する基本協定』を「城西大学」と締結。市が開催する講習会等に城西大学から講師を無償で派遣していただくことや、大学の授業で市職員が講義などを行っている。

### (2) 民間企業との連携

平成28年11月『葉酸プロジェクトに関する連携協力協定』を、「ハウスウェルネスフーズ株式会社」（兵庫県伊丹市）と締結。葉酸プロジェクトの推進、葉酸の普及啓発、その他市民の健康増進に関することで連携を図る。

この協定の締結により、葉酸プロジェクトに関する産官学三者間「女子栄養大学」「ハウスウェルネスフーズ株式会社」「坂戸市」の連携協定が成立。坂戸市は、婚姻届提出時と母子健康手帳交付時に「ハウスウェルネスフーズ株式会社」の製品「葉酸米」を対象者に贈呈されている。

その他にも「明治安田生命保険相互会社」や「ウェルシア薬局株式会社」などの企業との包括連携協定により、市民の健康増進等に向けて連携していくこととされている。

### (3) 市民との協働

「健康なまちづくり計画」を市民協働で推進するため、公募市民による「市民みんなの健康づくりサポーター『元気にし隊』」を結成（平成16年）。組織の運営は、全体会議と個別のテーマ「食育」「こころの健康・社会参加」「運動」「歯科保健」の4つのグループにより展開されており、市が行う出前講座や啓発活動などの事業への協力も積極的に行われている。

栄養及び食生活改善を通じて、地域の健康増進に寄与することを目的として、「坂戸市食生活改善推進員協議会（食改）」を設立（昭和56年）。令和5年4月現在、16名のボランティアにより活動されており、生活習慣病予防のための食生活改善支援事業、米・米粉推進事業などの事業を実施されている。

### <委員の所感>

この事業の成功は、葉酸研究の第一人者の香川博士が同市にある女子栄養大学の副学長であり、同大学の研究プロジェクトとの連携事業とできたことが大きいところではあるが、身近な食であることと市内事業者が参加する体制も効果を上げた要因と考える。

第2次坂戸市食育推進計画があり、健康づくりと一体となって市の事業として展開されていることが、舞鶴市とは大きな違い。

「坂戸市葉酸プロジェクト」として、企業との連携で「葉酸加工食品」を開発されるまでとなったことに感心した。

「地域活動栄養士」の養成、「食を通じた健康づくり応援店」など、市民の協力で事業が展開されており、全庁の取組が全市規模での展開に位置づけられていると実感した。

葉酸プロジェクトにより、当初 36.8%であった葉酸の認知度が、平成30年度には84.3%にまで上昇している。食から健康づくりにつながる事業により、市民の関心を高めることができたと考える。

「葉酸」に着目し、食育を通じて健康寿命を延ばすとの取組について官民共同で実施できている点、地域の飲食店も自発的に参加され、まちぐるみでの取組になっていることなどが参考になった。

健康づくりに関する市民アンケートの中身について、心も関係する内容があるのは特徴的だと感じた。

坂戸市においても、健康について全庁的に取り組む体制整備がされており、是非見習うべきと考える。

特色ある先進的な事業「葉酸プロジェクト」について、市内に3つの大学がある（特に女子栄養大学）ことは優位であり、まちの特徴を生かしたすばらしい事業である。

「葉酸プロジェクト」の中身については、申し分ない内容であり羨ましく感じる。大学の積極的な介入があり、大学研究を目途とした費用面の免除もあることから、行政としては大変ありがたく取り組みやすい条件である。担当職員は多くはないが、事業が継続され市民の参加希望も多いことは的を射た事業であることの証明であり、専門的知見を持った方の参入・そして科学的根拠のある事業は非常に大事だと感じた。

市民の健康を守る施策を市民に明確に提示し、市民と協働して取り組んでいける仕組みづくりが重要である。

本市も現状をしっかりと把握し、子どもから高齢者まで、世代別の食育が展開できるように、また、運動を通じた健康なまちづくりなど、総合的な取組を通じてさらに健康なまちづくりができるようになればと思う。

#### <視察を実施した効果等>

当市においても「減塩（へらしお）鍋」「へらしおスープ」など健康志向に沿った食の発信がすでにされていること。また、肉じゃが、カレー、岩ガキ、万願寺甘とう等、ブランドとして認知されている食がある。これに健康、栄養価等を組み合わせた事業を市内事業者と取り組むことができるものと思料する。また、次項で述べる市原市の、フレイル予防・改善サービス実証事業の成果でも「運動は継続性が比較的に低く、介入の切り口としては食事が望ましい。」と述べられており、食を切り口とすることは、様々な健康増進事業に参加を促す上で効果的と考える。

食育推進計画がしっかり立ててあって、それが健康増進事業とマッチしていることで、食と健康の取組がしっかりできると考える。葉酸はお茶にも多く含まれていることから、急須で入れるお茶の効能も含め舞鶴茶の普及にも展開できるのではと考える。やはり舞鶴市の食育推進計画を単独でつくるのが大事。

健康づくりに関心を持ってもらうための具体的な取組に加えて、市民全員に向けた啓蒙事業が必要であると感じた。

食育に注目し、効果を上げている点について地域の栄養士など専門職の協力を依頼し容易に取り組めるのでないか。

専門的な知見を持った人材の確保は必要不可欠と感ずるため、その後全庁を巻き込んだ取組を開始するべきと考える。

担当職員が少数で機能しているが、蒲郡市と違い、大学の積極的介入があるから実現できていると感じる。舞鶴市においてはどこのどの機関と連携するかによって、担当職員数の検討が必要になると感じた。

これからの健康施策は、病院等療養施設の充実も必要であると思うが、健



康な体づくりの基本である食や運動など、市民と共に継続して取り組んでいけるシステムづくりが大切であることが理解できた。

## 市原市

### <視察に至る背景と目的>

令和4年度、市原市は全国に先駆けて、産官学の連携によるICTを活用したフレイルの早期検知から、フレイル状態の改善・状態維持までの一気通貫型サービスの実証事業を行った。フレイル予防に関する先進的な取組であることから、本市の効果的な施策に向け視察を行った。

### <対応いただいた方>

経済部商工業振興課長、  
商業振興係長、副主査  
保健福祉部保健センター所長補佐、  
成人保健係保健師  
議会事務局職員



### <調査事項に関する説明の概要>

#### ◎ 産官学7者連携によるフレイル予防・改善サービス実証事業

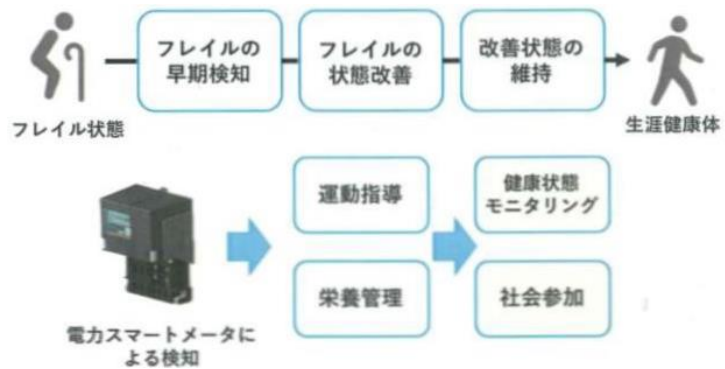
令和4年3月に市原市は、東京大学大学院・株式会社JDSC・第一生命保険株式会社・RIZAP株式会社・グローバルキッチン株式会社・合同会社ネコリコと「フレイル予防・改善サービス実証事業における7者連携に関する協定」を締結。フレイル検知から予防・改善、改善後の状態維持までを一気通貫するサービスの構築を目指し実証事業が開始される。

実証事業は、「フレイルの早期検知」→「フレイルの状態改善」→「改善状態の維持」の3段階に定め、フレイル状態から生涯健康体への回復を目指している。参加者は自宅に電力スマートメータを設置し、企業と大学がデータ収集・モニタリング・レポートを行う。また、食事・運動改善、訪問による見守りや健康状態の確認を、それぞれの企業の強みを生かしたサービスの提供により行う（行政は参加募集や説明会を実施）。

参加対象者は、65歳以上の単身世帯、スマートフォン・タブレット端末を所持されている方（LINEやZoom等を使用するため）。期間は4か月間で参加費用は無料としている。

## 《結果》

参加者が想定よりも少なく、測定の結果、参加者全員がノンフレイルであったため、フレイル状態の改善については検証ができなくなったものの、将来のフレイルリスクの低下



や平均体力の向上、運動に比べ食事の面での改善状態が維持されやすいことなど、様々なデータが採取できた。今後も新しい発見や課題も含めた企画を模索中である。

### ◎ フレイル予防事業（いちほら健倅まちづくりプラン）

市原市フレイル予防事業の立ち上げには、すでに他市でフレイル予防事業に大きく関わっておられた市原市出身の東京大学飯島教授に協力をしていただいた。事業開始に際しては東京大学高齢社会総合研究機構との間に、フレイル予防等の学術研究及び地域社会の発展に寄与することについて連携協定を締結し、「フレイルチェック講座」「フレイルサポーターの育成」「飯島ラボ」への技術的助言や事業関与、講演会講師やオブザーバーとしての参加等、多くのアドバイスや支援を得ている。

#### ● フレイルチェック講座

東京大学高齢社会総合研究機構が開発した「フレイルチェック」を実施。事業の展開には市民ボランティアによる「フレイルサポーター」に活躍いただいております。受講者だけでなく、フレイルサポーターの健康づくりにつながることも狙いに取り組まれている。

### <委員の所感>

電気の使用量を通して個人の生活を第三者が見ることができる仕組みは、独居老人の家族にとっては良い取組とも思えるが、当事者にとってどうかと考える時、長期にわたっての取組はしんどいこととなると予想される。参加者が少なかったのも、このような理由があるからとも思われた。参加者や家族の理解があつてこそその取組になると思った。

新たな試みではあるが、費用は各事業者の持ち出しということもあり、実証をして新たな事業展開となれば、次の展開も望めるのではないかと思った。

今回の実証事業について、ビジネスとして取り組むことは難しいとのことであったが、いかにフレイルを早期検知するかについては継続して検証されるとのことで、重要なポイントであると感じた。

また、フレイルの予防と健康寿命の延伸ためにも、フレイルチェック講座への参加を呼び掛けるなど、さらに多くの方に参加してもらえるよう拡充を図っておられる点も重要である。

東京大学の越塚教授や民間企業の協力により、フレイル検知から予防・改善、改善後の状態維持までを一気に貫通するサービスを構築する事を実証事業として取り組まれていることについては、産官学の連携が非常にうまく行えたケースだと思う。

産官学7者連携によるフレイル予防・改善サービス実証事業については、大変最先端な取組でありチャレンジ精神がないとできないと感じた。フレイルの考え方自体歴史が浅く、「待ち」の姿勢ではこうした取組は難しくなるため、参考にすべきである。

最終的な結果について、意図した内容になっていなかったことは残念である。企業は今後の営業拡大を模索されていたからこそ事業に参画されていると考えられることから、企画の面で何が不足していたかなどを協議いただき、さらなる挑戦を心から期待している。

ICTを活用したデータ収集・分析が展開され、そのデータは必ず今後に生かされるものと感じた。例えば、参加者のアンケートで今後も続けたいと回答した事業と、実際に継続できている内容とは異なり、「思い」と「行動」が一致していないことは、大変参考になったと感じている。

この事業には東京大学教授の参画・リーダーシップも大きく関わっていると思われ、特に新たな課題に取り組むには、専門的な見地を有する人材の確保に傾注する必要があると感じた。

フレイル予防の事業拡大においては、市民自らが取り組む体制づくりが大切であることを学んだ。フレイルサポーターの存在は大きく、自らがやる気を持って取り組み、その熱を伝えていく事が大切と感じた。

健康問題に取り組んでいく上で、健康には個人の生活習慣だけでなく、人々を取り巻く社会環境が関与しているため、健康を支え守る社会環境の面からも健康を捉える必要があることを認識する。

### <視察を実施した効果等>

I C Tの活用、食事の宅配、運動プログラムの提供等、広範囲かつ複合的に実証が行われ、今後も検討を進められる。本市としても進捗を注視し、取り込めるものは積極的に吸収する姿勢を構築すべきと思料する。

健康増進のため、産業分野でも連携を実施していることは学ぶべきものがあると思う。質疑応答の中で、現在は「健康分野でのD Xに向けての過渡期」とも言われているとのことだった。今後、注意を払って対応したいと思う。

市民の健康づくりにおいて、フレイルの兆候を早期に発見し、予防につなげることは非常に重要であると思う。そこで、より多くの市民にフレイルについて知ってもらい、兆候をチェックしてもらう取組が必要であると感じた。

舞鶴市で産官学の連携が可能か検討の余地はある。舞鶴市内だけではなく京都府内でも産官学連携に必要な人材の発掘が可能であると考えている。

フレイル予防は歴史が浅く、まだまだ市民どころか行政内部の認識も乏しく感じるため、専門的な見地を有する人材を確保し、大号令をかけ認識強化を促すか、根気強く取り組むことが舞鶴市にとって必要と考える。

企業を巻き込んだ取組は大変すばらしく、舞鶴市でも市内企業も含めた「巻き込み型」産官学協定を企画してほしい。そのためには、「明確な方向性」を協議しながら、また「思わぬ結果」に動じず、チャレンジ精神をもって事業を企画していただきたい。

市民によるフレイルサポーター制度は、いつでもでき得ると考えるため協議願いたい。