

総合、政治、国際、経済、オピニオン、スポーツ、生活・くらし、地域、社会、教育、科学・技術、その他

健康寿命の延長へ



久野のしんや譜也氏

筑波大教授

1962年生まれ。東京大学助手を経て2011年より現職。

わが国では今後十年間で高齢化の加速度的進行と人口減がみられるることにより、健康はこれまで以上に大きな社会的課題となり、国民の安心および経済力の維持という視点からも重要となる。特に、生活習慣病の克服が求められ、これは国民が生活習慣、特に運動と食事を「コントロール」することができれば、一定の成果が得られるることは科学的に証明されている。しかしながら、多数の取り組みが世界中で試行されるにも関わらず、うまくいっていないのも現実である。

一方われわれのグループは、科学的根拠による個別処方を基盤とした運動と食事による健康サービスを、ICT（情報通信技術）によりシステム化し、全国約五十の自治体に提供。生活习惯病の予防効果、加えて一定の医療費抑制効果を得た（年間一人約十万円）。しかし、このような先進的取り組みを開始している自治体もみられる一方、依然として事業形態が小さく、評価も行わない事業に終始している自治体が多数を占めており、政策転換に至っていない。それゆえ、全国の自治体がこの方向に舵を切る成功例づくりが求められる。

これに応えるためにわれわれは、地域における健康づくりを従来型の健康施策

「交通」「情報」… 戰略的に提供



「健幸」まちづくり

藤井信吾氏の意見要約(1月20日付)

「健幸」まちづくり

①東京圏のベッドタウンは急速に高齢化するが、社会保障を支える財源論より先にするべき手立てがある。

②心身の健康だけでなく、周囲と健全に関わって幸せに暮らせる「健幸」まちづくりに取り組みたい。

③運動や適切な食生活指導が得られる環境が大事。地域として健康を志向する方向性を明示するべきだ。

藤井信吾氏の意見要約（11月20日付）

のみではなく、機能の集約化、住居環境及び公共交通網の整備など、街づくりの視点も加えた総合的な施策を構築を目指している。こ

こすために、健康に関心が薄い層も含めて、対象に適した情報が戦略的に提供され続ける「まち」、の構築

れを実現するために、自治体の首長と大学の研究者等が中心となって「スマート・ウエルネス・シティー成長研究会」(SWC)を一気に対して、「学」はそれ最後に、SWC推進の課題は多々あるが、SWCの首長における高齢化と健康問題に関する危機感の大きさ

〇〇九年に、筑波大学が事務局機能を担う形で全国の八名の市長により発足した（会長・久住時男新潟県見）が、ある。

附市長)。現在の参加は、十四府県二十一市町まで拡大し、茨城県取手市も中核メンバーの一つだ。SWCでは、街づくりを因である。これを解決する

これは、従来型による学問の枠組みでは解決しないことに、研究者側が必ずしも気づいていないことが原

中核とした総合的健康づくり策により、健康寿命の延長が可能であるとの仮説を立て、これを実現するためには、地域と学が協同して「健幸社会」を構築するための社会実験の繰り返しが必要である。

めに①歩いて生活する」と
を基本とする「まち」、公
共交通がサポートされてい
る「まち」②高齢者が社会
的役割を持つ「まち」、
高齢者を一方的に弱者とせ
ずに元気に過ごす期間が自
然と長くなる「まち」③市
民の健康・医療情報のデー
タに基づき、的確な健康づ
くり施策が展開される「ま
ち」④住民の行動変容を起
本ではそのような街は実現
しておらず、現在、取手市
がこのことに果敢にチャレ
ンジをする準備を進めてい
る。車の流入制限や公共交通の
再整備など新しい社会技術